

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

1. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอหนองม่วง จังหวัดลพบุรี กลุ่มทดลองเป็นนักเรียนโรงเรียนบ้านคงดินแดง จำนวน 33 คน และกลุ่มเปรียบเทียบเป็นนักเรียนโรงเรียนบ้านยางโทน จำนวน 33 คน เวลาในการทดลอง 9 สัปดาห์ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์การสอนทักษะชีวิตตามแนวทางขององค์การอนามัยโลก และกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วยการกิจกรรม การเล่นเกม การประชุมกลุ่ม การระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมติ และการอภิปราย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต ทำการประเมินก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาด้วยสถิติ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และสูงสุด เปรียบเทียบความแตกต่างค่าคะแนนเฉลี่ยด้วยสถิติ Paired Sample t-test, Independent Sample t-test และค่า 95%CI กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1.1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จากการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา กลุ่มทดลอง พบว่าส่วนใหญ่เป็นชาย ร้อยละ 63.64 (21/33) มีอายุเฉลี่ย 13.12 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.54 อายุสูงสุด 14 ปี และอายุต่ำสุด 12 ปี ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีลักษณะเหมือนกัน คือ ส่วนใหญ่เป็นชาย ร้อยละ 63.64 (21/33) มีอายุเฉลี่ย 12.91 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.45 อายุสูงสุด 14 ปี และอายุต่ำสุด 12 ปี

1.2. ความฉลาดอารมณ์ด้านความดี

ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากทดลอง จำนวนนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านความดี อยู่ระดับเกณฑ์ปกติเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง เมื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ย พบว่า หลังการทดลอง มีค่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านความดีเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P=0.012$) เปรียบเทียบค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านความดีที่มีการเปลี่ยนแปลงไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า ค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมด้านความดีไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ เมื่อพิจารณาองค์ประกอบย่อย มีเพียงเรื่องความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ที่มีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น

1.3. ความฉลาดอารมณ์ด้านความเก่ง

ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากทดลอง จำนวนนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านความเก่ง อยู่ระดับเกณฑ์ปกติเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง เมื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ย พบว่า หลังการทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านความเก่งเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่ม

เปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) เปรียบเทียบค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยที่มีการเปลี่ยนแปลงไประหว่าง กลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = 0.025$) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบย่อย พบว่า มีความฉลาดทางอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นในเรื่อง ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

1.4. ความฉลาดอารมณ์ด้านความสุข

ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังการทดลองจำนวนนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านความเก่งอยู่ระดับเกณฑ์ปกติเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง เมื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ย กลุ่มทดลองพบว่า ภายหลังการทดลองค่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านความเก่งเพิ่มขึ้น สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) เปรียบเทียบค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยที่มีการเปลี่ยนแปลงไป ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = 0.003$) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบย่อย พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น ในเรื่อง ความภาคภูมิใจในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิต และความสุขสงบทางใจ

1.5. ความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม

ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังการทดลอง จำนวนนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม อยู่ระดับเกณฑ์ปกติเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง เมื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ย พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมเพิ่มขึ้น สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) เปรียบเทียบค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยที่มีการเปลี่ยนแปลงไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) และเมื่อพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม แยกรายด้าน พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ด้านความดี ด้านความเก่ง และด้านความสุข มีค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยที่เปลี่ยนแปลงไปสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

2. ข้อเสนอแนะ

ผลการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะที่จะกล่าวใน 2 ประเด็น คือ

2.1 ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

2.1.1 การวิจัยครั้งนี้ พบว่า โปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตที่จัดให้กับเด็กนักเรียน จำนวน 6 ครั้ง 10 กิจกรรม ระยะเวลาสั้นเกินไป สำหรับที่จะทำให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่เด่นชัด และสามารถสังเกตเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงได้นั้น จะต้องเพิ่มระยะเวลาในการสอนให้มากกว่านี้ โดยจะต้องมีการสอนและกระตุ้นเตือนอยู่เสมอ

2.1.2 การสอนทักษะชีวิตโดยใช้ การเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม เป็นวิธีการสอนวิธีหนึ่ง ที่จะช่วยส่งเสริมในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน เนื่องจากเป็นกระบวนการที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้ใช้ความคิดวิเคราะห์ ร่วมแสดงความคิดเห็น และกล้าแสดงออก ทั้งในด้านการนำเสนอผลงานกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ จนทำให้นักเรียนเกิดความมั่นใจและเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้น จึงส่งผลโดยตรงต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

2.1.3 ครู อาจารย์ สามารถใช้การสอนทักษะชีวิตให้กับนักเรียนโดยการสอดแทรกในวิชาเรียนแบบปกติ หรือสามารถบูรณาการเข้าร่วมกับวิชาต่างๆ ตามหลักสูตร เพื่อให้ นักเรียนเกิดความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ได้อย่างเหมาะสม เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นกับตัวนักเรียน

2.1.4 การจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์ใช้ทักษะชีวิต จะทำให้เกิดมีประสิทธิผลนั้น ต้องคำนึงถึงปัจจัยต่างๆ ดังนี้

2.1.4.1 ผู้ดำเนินกิจกรรม หรือผู้นำกลุ่มต้องมีทักษะและประสบการณ์นำกลุ่ม ต้องดึงดูดความสนใจของสมาชิกกลุ่ม มีนิสัยใจเย็น โอบอ้อมอารี ความเป็นมิตร พร้อมทั้งจะช่วยเหลือ เป็นผู้มีใจกว้างเปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ ให้อิสระในความคิด แต่การกระทำที่อยู่นขอบเขตของความเหมาะสมของแต่ละสถานการณ์ ทั้งนี้ผู้นำกลุ่มต้องมีความสามารถในการสรุปและรวบรวมประเด็นของสมาชิกกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกเกิดความคิดรวบยอด และสามารถที่จะเลือกหรือประยุกต์นำไปปฏิบัติได้จริง

2.1.4.2 การเลือกใช้สื่อและอุปกรณ์ประกอบการจัดกิจกรรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งบรรยากาศของสภาพแวดล้อมในการจัดกิจกรรมจะต้องเอื้อต่อการเรียนรู้ ซึ่งปัจจัยเหล่านี้มีส่วนเกี่ยวข้องต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

2.1.5 การใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต หากวิเคราะห์ข้อมูลเพียงภาพรวมของความฉลาดทางอารมณ์ ด้านความดี ความเก่ง และความสุข ตามโครงสร้างองค์ประกอบ ความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต อาจจะได้ข้อมูลไม่ตรงกับความเป็นจริงของผู้ถูกประเมิน การแบ่งวิเคราะห์แยกตามองค์ประกอบย่อยจะทำให้ทราบความเป็นจริงมากกว่าการวิเคราะห์แต่เพียงภาพรวมเพียงอย่างเดียว

2.1.6 นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถเป็นแบบอย่าง ของการเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง และเป็นที่ปรึกษาของเพื่อน ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ยั่งยืน

2.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.2.1 การศึกษาครั้งนี้ได้ทำการศึกษาในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนขยายโอกาสการศึกษา ครั้งต่อไปอาจจะประยุกต์กิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับกลุ่มตัวอย่างระดับอื่น หรือกลุ่มใกล้เคียง เช่น นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นต้น

2.2.2 ควรมีการประเมินผลความฉลาดทางอารมณ์ เป็นระยะๆ พร้อมกับการสังเกต หรือศึกษาเชิงคุณภาพ เพื่อจะได้เห็นแนวโน้มของพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงชัดเจนขึ้น และดูการเปลี่ยนแปลงของความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนว่ามีการเปลี่ยนแปลงและมีความยั่งยืนในระยะยาวหรือไม่