

ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร



นางสาวสุภาพร แสงอ่วม

สถาบันวิทยบริการ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2549

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE DENTAL STUDENTS OF
NARESUAN UNIVERSITY



Miss Supaporn Sangouam

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Science Program in Mental Health

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2006

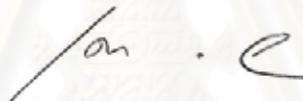
Copyright of Chulalongkorn University

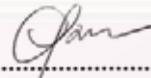
หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร
โดย นางสาวสุภาพร แสงอ่วม
สาขาวิชา สุขภาพจิต
อาจารย์ที่ปรึกษา ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ

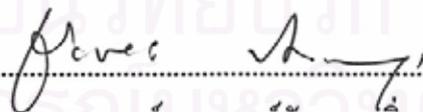
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต


..... คณะบดีคณะแพทยศาสตร์
(ศาสตราจารย์นายแพทย์ภิรมย์ กมลรัตนกุล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์นายแพทย์เดชา กลิตอนันต์พงศ์)


..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัชชนะ นิ่มนวล)

สุภาพร แสงอ่วม : ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัย
นเรศวร (EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE DENTAL STUDENTS OF
NARESUAN UNIVERSITY) อ. ที่ปรึกษา : ศ.พญ. อูมาพร ตรังคสมบัติ , 83 หน้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา
ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-6 มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา
2549 และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิต จำนวน 302 คน เครื่องมือ
ที่ใช้คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ครอบครัว และสังคม ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับย่อ
(TMHI-15) และ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ
เชิงพรรณนา, independence t - test , one-way ANOVA, Pearson Correlation และ multiple linear
regression ตามความเหมาะสม

ผลการศึกษาพบว่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมและรายด้านของนิสิต
ทันตแพทย์ชั้นปีที่ 1-6 อยู่ในช่วงคะแนนปกติของประชาชนไทย นิสิตชั้นพรีคลินิกมีค่าเฉลี่ยคะแนน
ฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่านิสิตชั้นคลินิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ส่วนปัจจัยที่
เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ ได้แก่ ชั้นปีที่ศึกษา การอ่านหนังสือและปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก
การทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย ความสัมพันธ์กับเพื่อนและภาวะสุขภาพจิตของนิสิต ผลการศึกษานี้
สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนา
นิสิตในด้านนี้ต่อไป

สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชา.....จิตเวชศาสตร์.....ลายมือชื่อนิสิต.....
สาขาวิชา.....สุขภาพจิต.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
ปีการศึกษา.....2549.....

4874809530 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEY WORD : EMOTIONAL INTELLIGENCE / DENTAL STUDENTS

SUPAPORN SANGOUAM : EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE DENTAL STUDENTS OF NARESUAN UNIVERSITY. THESIS ADVISOR : PROF.UMAPORN TRANGKASOMBAT, M.D. 83 pp.

The purpose of this cross-sectional descriptive study was to explore the levels of the emotional intelligence and its associated factors. The sample included 302 dental students at Naresuan University in 2006 academic year. The instruments used in this study were questionnaires on demographic information , family information and social information, Thai Mental Health Indicator (TMHI-15) and Thai Emotional Intelligence Screening Test . The data were analyzed using descriptive statistics, independence t – test , one-way ANOVA , Pearson Correlation and multiple linear regression as appropriate.

The results revealed that the mean total scores of emotional intelligence and the mean scale scores were within the normal range for Thai population. The emotional intelligence scores of the preclinical students were significantly higher than the clinical students ($p < 0.05$). Factors associated with emotional intelligence were the academic year , having reading and gardening as hobbies, participating in university activities, peer relationship and mental health status. The findings can be applied for the promotion of emotional intelligence and extracurricular activities for dental students.

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Department.....Psychiatry..... Student's signature.....
Field of study.... Mental Health..... Advisor's signature.....
Academic year...2006.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วย ความกรุณา ช่วยเหลือ และให้ความอนุเคราะห์จาก บุคคลหลายท่าน

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคมสมบัติ อาจารย์ที่ ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้ คำปรึกษา คำแนะนำ และตรวจทานแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับ นี้จนเสร็จสมบูรณ์ ตลอดจนให้กำลังใจและความเมตตาหาที่เปรียบไม่ได้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์นายแพทย์เดชา ลลิตอนันต์พงศ์ ประธานกรรมการ สอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิ่มนวล กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ และตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณคณบดีคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร และอาจารย์ทุก ท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือ และขอบคุณนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่1-6 มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ เนื่องจากพระคุณของคุณพ่อคุณแม่ และบุคคลในครอบครัว ที่ให้กำลังใจและให้การสนับสนุนผู้วิจัยด้วยดีมาตลอด ขอขอบคุณเพื่อนๆและเจ้าหน้าที่ใน สาขาสุขภาพจิตทุกท่าน สำหรับความช่วยเหลือ กำลังใจ และมิตรภาพที่ดีเสมอมา

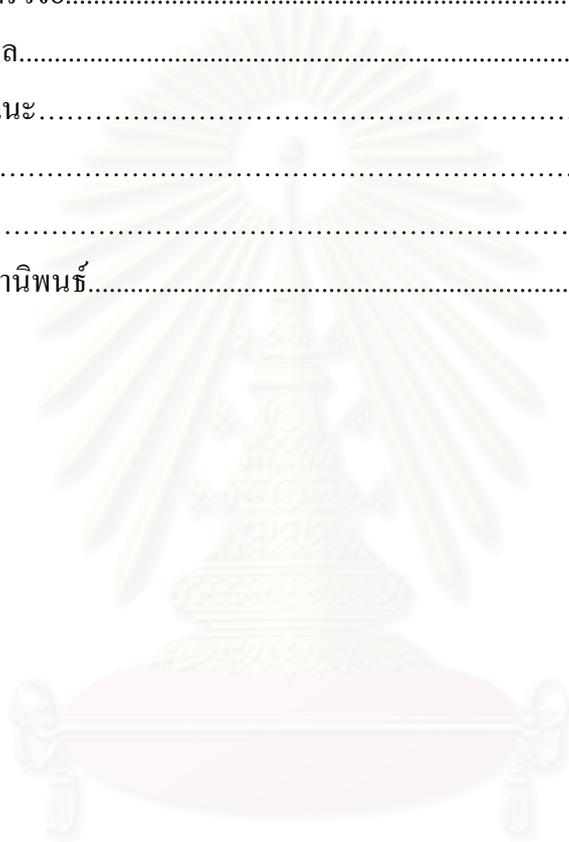
สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฉ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามของการวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
สมมติฐาน.....	4
ขอบเขตการวิจัย.....	4
คำนิยามที่ใช้ในการวิจัย.....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์.....	7
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	18
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	23
รูปแบบการวิจัย.....	23
ลักษณะประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	23
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	23
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	26
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	27

บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	28
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	56
สรุปผลการวิจัย.....	56
อภิปรายผล.....	59
ข้อเสนอแนะ.....	68
รายการอ้างอิง.....	69
ภาคผนวก.....	72
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	83



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	แสดงลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	30-32
ตารางที่ 2	แสดงการทำงานอดิเรกของกลุ่มตัวอย่าง.....	32
ตารางที่ 3	แสดงข้อมูลด้านครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง.....	33-35
ตารางที่ 4	แสดงข้อมูลส่วนสังคมของกลุ่มตัวอย่าง.....	36
ตารางที่ 5	แสดงภาวะสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่าง.....	37
ตารางที่ 6	แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างเทียบกับ คะแนนปกติที่กรมสุขภาพจิตกำหนด.....	39
ตารางที่ 7	แสดงคะแนนต่ำสุด สูงสุด ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของ คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง.....	40
ตารางที่ 8	แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตชั้นพรีคลินิกและ ชั้นคลินิก และค่าSig จากการวิเคราะห์ด้วยIndependent t-test	41
ตารางที่ 9	แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย Independent t-test.....	42-44
ตารางที่ 10	แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย ANOVA.....	45-49
ตารางที่ 11	แสดงการเปรียบเทียบเชิงซ้อน (Multiple comparison).....	50-52
ตารางที่ 12	แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย Pearson correlation.....	53
ตารางที่ 13	แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย Multiple linear regression ใน Model แรก.....	54
ตารางที่ 14	แสดงแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย Multiple linear regression ใน Model สุดท้าย.....	55

สารบัญภาพ

หน้า

กรอบแนวคิดในการวิจัย..... 6
กราฟฮิสโทแกรมแสดงการกระจายของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง..... 38



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อารมณ์เป็นสภาวะทางจิตใจที่มีผลมาจากการตอบสนองต่อตัวกระตุ้น ทั้งที่มาจากภายใน ได้แก่ ความสุขใจ ความสบายหรือความเจ็บระบม และอาจมาจากสิ่งเร้าภายนอกไม่ว่าจะเป็นจากผู้คน อุณหภูมิ เสียง แสง ดินฟ้าอากาศ เป็นต้น⁽¹⁾ อารมณ์และความรู้สึกต่างๆเป็นที่มาของพฤติกรรมทั้งหลาย เช่น อารมณ์โกรธเคือง สามารถที่จะทำลายล้างสิ่งต่างๆได้ เช่น การเกิดสงคราม อารมณ์ซึมเศร้า ลึกลับ อาจทำให้บางคนถึงกับปลิดชีวิตตัวเองก็มี หรืออารมณ์ที่แจ่มใส เบิกบาน ก็สามารถที่จะก่อให้เกิดแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงานอันอัศจรรย์ต่างๆได้ สมดังคำกล่าวที่ว่า “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” มีคนจำนวนมากที่ไม่รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง ตกเป็นทาส เป็นเหยื่อของอารมณ์ เมื่อหงุดหงิด โกรธ ก็ไม่อาจรังสติของตัวเองไว้ได้ จนกระทำพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง ทั้งทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้⁽²⁾ อารมณ์จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ไม่ควรมองข้าม เพราะปัญหาเรื่องอารมณ์สามารถส่งผลกระทบต่อความรุนแรงและความเสียหายในสังคมตามมาได้

ดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่าอารมณ์มีความสำคัญกับมนุษย์ เพราะอารมณ์ส่งผลกระทบต่อมนุษย์หลายด้าน เช่น ถ้าเป็นอารมณ์ด้านบวกที่สร้างความรู้สึกที่ดี ก่อให้เกิดความสุข ให้ประโยชน์แก่ตนเองและคนใกล้ชิด ซึ่งได้แก่ อารมณ์รื่นเริง เบิกบาน แจ่มใส อิ่มอกอิ่มใจ ภาคภูมิใจและอารมณ์ขัน เป็นต้น ในขณะที่บุคคลรู้สึกมีอารมณ์ด้านบวกหรือมีความสุข ร่างกายจะมีการหลั่งสารเอ็นโดรฟิน ซึ่งก็จะส่งผลให้ร่างกายแข็งแรง มีความสามารถในการต้านทานโรคต่างๆได้เป็นอย่างดี ส่วนถ้าเป็นอารมณ์ด้านลบที่ให้โทษต่อร่างกาย ทำให้จิตใจหดหู่ เศร้าหมอง วิตกกังวล โกรธ อิจฉา อาฆาต เป็นต้น อารมณ์เหล่านี้ถ้ามีมากจะก่อให้เกิดความเครียดสะสมและทำให้ร่างกายมีภูมิต้านทานลดลง และเกิดความเจ็บป่วยต่างๆตามมา⁽³⁾ เช่น ปวดศีรษะ อาหารไม่ย่อย ความดันโลหิตสูง ตลอดจนอาจกลายเป็นโรคหัวใจและโรคมะเร็งได้ นอกจากนี้อารมณ์จะส่งผลกระทบต่อร่างกายแล้วยังส่งผลกระทบต่อจิตใจ การดำเนินชีวิต การทำงาน ตลอดจนถึงการอยู่ร่วมกันในสังคม การพยายามรักษาอารมณ์ให้ดีอยู่เสมอจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะอารมณ์ที่ดีจะช่วยให้งานร่วมกันได้อย่างราบรื่น ลดความขัดแย้งระหว่างบุคคล และทำให้มีความสุขในการทำงานมากขึ้นด้วย ถ้าคนในสังคมมีอารมณ์ที่ดีและมั่นคง ก็จะช่วยให้สังคมเกิดความสงบสุขและเกิดความสามัคคีกันด้วย

เดิมการพัฒนาบุคคลจะเน้นให้เป็นคนเก่ง โดยการศึกษาต่างๆมุ่งพัฒนาแต่ด้านสติปัญญาแต่เพียงด้านเดียว เพราะเชื่อว่าจะทำให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จ แต่ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่า การที่บุคคลจะสามารถประสบความสำเร็จในชีวิตทั้งในเรื่องการเรียน การทำงาน การเข้าสังคม

ตลอดจนการมีครอบครัวที่มีความสุขนั้น ต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างนอกเหนือจากความฉลาดทางด้านสติปัญญา คนที่มีไอคิวสูงแต่ล้มเหลวในชีวิต เพราะมีวุฒิทางอารมณ์ต่ำ ทำให้เขาไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี ไม่มีความอดทนอดกลั้นต่อสถานการณ์ที่กดดันอยู่ รวมทั้งไม่เข้าใจความรู้สึก ความต้องการของคนอื่น มุ่งแต่สนองความต้องการของตนเองเป็นใหญ่ โอกาสที่จะเกิดความขัดแย้งกันจึงเป็นไปได้สูงมาก บางครั้งขาดความเชื่อมั่นตนเองไปเลย จึงต้องอยู่ในโลกของตนเอง ไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตถึงแม้จะฉลาดก็ตาม ดังที่ได้ทราบจากข่าวต่างๆ ที่เกี่ยวกับเยาวชนที่มีระดับสติปัญญาสูง สามารถเรียนในคณะที่คะแนนสูงๆ ได้ แต่เมื่อประสบความสำเร็จ เช่น ผิดหวังในความรัก ก็ถึงกับทำร้ายตนเองหรือทำร้ายผู้อื่น หรือบางคนเรียนไม่ได้ก็ยึดติดอยู่กับหน้าตัวตายเลยก็มี

ดังนั้นความฉลาดทางด้านสติปัญญาแต่เพียงอย่างเดียวจึงไม่สามารถที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จและความสุขในชีวิตได้ ซึ่งพบว่าปัจจัยสำคัญที่เอื้อให้บุคคลมีความสามารถในการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จนั้น ก็คือความฉลาดทางอารมณ์ อีคิวหรือความฉลาดทางอารมณ์ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์เป็นอย่างมาก คืออีคิว Emotional Quotient หรือ Emotional Intelligence หมายถึงความสามารถทางอารมณ์ของบุคคลที่จะช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

ในปีค.ศ 1990 ปีเตอร์ ซาโลเวย์ (Peter Salovey) และจอห์น เมเยอร์ (John D.Mayer) ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาได้กล่าวถึงความฉลาดทางอารมณ์เป็นครั้งแรกว่า “ ความฉลาดทางอารมณ์เป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางสังคมที่ประกอบด้วยความสามารถในการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้นและใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและการกระทำสิ่งต่างๆ ” ต่อมาแดเนียล โกลแมน (Daniel Goleman) นักข่าวสายวิทยาศาสตร์ หนังสือพิมพ์นิวยอร์กไทม์ ซึ่งจบการศึกษาระดับปริญญาเอกจากมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ได้เขียนหนังสือเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งส่งผลให้ผู้คนเกิดความสนใจกับความฉลาดทางอารมณ์มากขึ้น ประกอบกับระยะหลังมีงานวิจัยมากมายที่ยืนยันถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์จึงได้รับการยอมรับว่ามีความสำคัญต่อความสำเร็จและความสุขในชีวิตมนุษย์⁽⁴⁾

ปัญหาของระบบการศึกษาแบบเดิมๆ ก็คือการเน้นให้เด็กเป็นเด็กเก่ง ทำคะแนนได้สูงๆ เรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้มากเท่าที่จะมากได้ แต่จะไม่ได้เน้นในส่วนของจิตใจและอารมณ์ของเด็กเลย จึงทำให้เด็กเก่งๆ หลายคนกลับกลายเป็นเด็กที่สนใจเรื่องการเรียนเพียงอย่างเดียว โดยไม่สนใจสิ่งรอบข้าง เป็นเด็กแข็งกระด้าง ไร้น้ำใจ ไม่มีมนุษยสัมพันธ์และอาจมีปัญหาในการควบคุมอารมณ์ตนเองตามมาได้⁽⁵⁾ ปัญหาทางจิตใจ อารมณ์ ของเยาวชนยุคใหม่จากผลการวิจัยทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศชี้ไปในทำนองเดียวกัน นั่นคือเด็กสมัยนี้มีความกังวลเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง กลัวตนเองจะล้มเหลวในการแข่งขันต่อสู้กับผู้อื่นและขณะเดียวกันก็ไม่มี ความมั่นใจในตนเอง เด็ก

ในยุคปัจจุบันถูกผลักดันให้แข่งขัน ให้เก่งและให้ประสบความสำเร็จ โดยที่ไม่ได้ระดับประคอง อย่างเพียงพอ ซึ่งหมายถึงการประคองประคองให้เติบโตมาอย่างแข็งแกร่ง มั่นคงและมั่นใจด้วยความรักและนับถือตนเอง เพราะขาดการประคองประคองดังกล่าว ชีวิตที่เติบโตมาจึงเต็มไปด้วยความสงสัยในตนเอง ไม่มั่นใจในตนเอง ในคุณค่าและความสามารถของตน เกิดความวิตกกังวลหลายอย่าง เช่น วิตกกังวลเกี่ยวกับความสามารถของตนและชีวิตในอนาคต เกิดความรู้สึกลึกซึ้ง เหงา หงุดหงิด เศร้าและอยากตาย หากพูดเป็นคำที่ทันสมัยก็คือ EQ ต่ำนั่นเอง⁽⁶⁾

ในแวดวงของการศึกษาในปัจจุบันจึงได้มีการตระหนักถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์กันมากขึ้น เพราะสถาบันการศึกษาจะผลิตบุคลากรซึ่งเป็นอนาคตของชาติให้มีประสิทธิภาพได้นั้น บุคลากรที่ผลิตออกมาจะต้องมีองค์ประกอบหลายอย่างด้วยกัน คือ การเป็นคนที่มีความรู้ความสามารถประกอบกันไปกับการเป็นคนที่มีความดีพร้อมทั้งในเรื่องของอารมณ์และจิตใจ คือ การเป็นคนที่ใช้ชีวิตของตนเองอย่างมีคุณค่า มีสติ มีความอดทน มีความเข้าอกเข้าใจในบุคคลรอบข้าง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น⁽⁵⁾ ซึ่งนั่นก็คือความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งจะช่วยให้นักศึกษาจบการศึกษาออกมาเป็นบัณฑิตที่เก่ง ดีและมีความสุขในชีวิต ซึ่งมีความสำคัญต่ออนาคตของประเทศชาติอย่างยิ่ง

โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษาในแวดวงการแพทย์และการสาธารณสุข เช่น แพทย์ ทันตแพทย์ ซึ่งเป็นวิชาชีพที่ต้องทำงานเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ จะต้องเป็นผู้ที่มีทั้งความสามารถในทักษะวิชาชีพ ความอดทน ความเมตตา ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีการตัดสินใจที่ดี ควบคุมตัวเองได้และมีความสามารถในการจัดการกับความเครียดอย่างเหมาะสม ซึ่งจะเห็นได้ว่าสิ่งที่กล่าวมาข้างต้นล้วนเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ อันเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของบุคคลที่จะเป็นแพทย์และทันตแพทย์อย่างมาก และยิ่งไปกว่านั้นก็คือความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยส่งเสริมความเป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่มีมิติของความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ พร้อมทั้งจะช่วยเหลือประชาชนอย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนเป็นบุคลากรที่มีคุณภาพของประเทศ

จากแนวคิดและเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงเป็นที่มาของการวิจัย ซึ่งมุ่งหวังที่จะศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ในนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เพื่อที่จะทราบถึงระดับความฉลาดทางอารมณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ในทุกชั้นปี เพื่อจะได้เป็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ นิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เพื่อให้เป็นบัณฑิตที่เก่ง ดีและมีความสุข ตลอดจนพร้อมที่จะก้าวออกไปเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพของประเทศต่อไป

คำถามของการวิจัย

1. ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เป็นอย่างไร
2. มีปัจจัยใดบ้างที่มีความเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร
2. เพื่อศึกษาถึงปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

สมมติฐาน

1. ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร อยู่ในเกณฑ์ปกติ
2. ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยทางสังคม และภาวะสุขภาพจิตมีความเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยโดยการสังเกต (Observational study) เชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional descriptive design) โดยมีตัวแปรที่ศึกษาคือ ตัวแปรอิสระ

1. ข้อมูลส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ ภูมิลำเนา ลำดับการเกิด ชั้นปีที่ศึกษา เงินรายรับของ นิสิตเฉลี่ยต่อเดือน โรคประจำตัว การสูบบุหรี่หรือดื่มสุรา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน งานอดิเรก การทำกิจกรรมต่างๆในมหาวิทยาลัย

2. ข้อมูลด้านครอบครัว คือ สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา จำนวนสมาชิกในครอบครัว อาชีพของบิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดา-มารดา รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน ลักษณะครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัว

3. ข้อมูลด้านสังคม แบ่งเป็น

ความสัมพันธ์กับเพื่อน คือ จำนวนเพื่อนสนิท การปรึกษาเพื่อนเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน การทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อน

ความสัมพันธ์กับอาจารย์ คือ การปรึกษาอาจารย์ในขณะเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือมีปัญหา

4. ภาวะสุขภาพจิต

ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์

คำนิยามที่ใช้ในการวิจัย

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) หมายถึง ความสามารถของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549 ในด้านต่างๆ ดังนี้ คือ ด้านดี ในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ด้านเก่ง ในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ด้านสุข ในการภูมิใจในตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิตและมีความสงบทางใจ

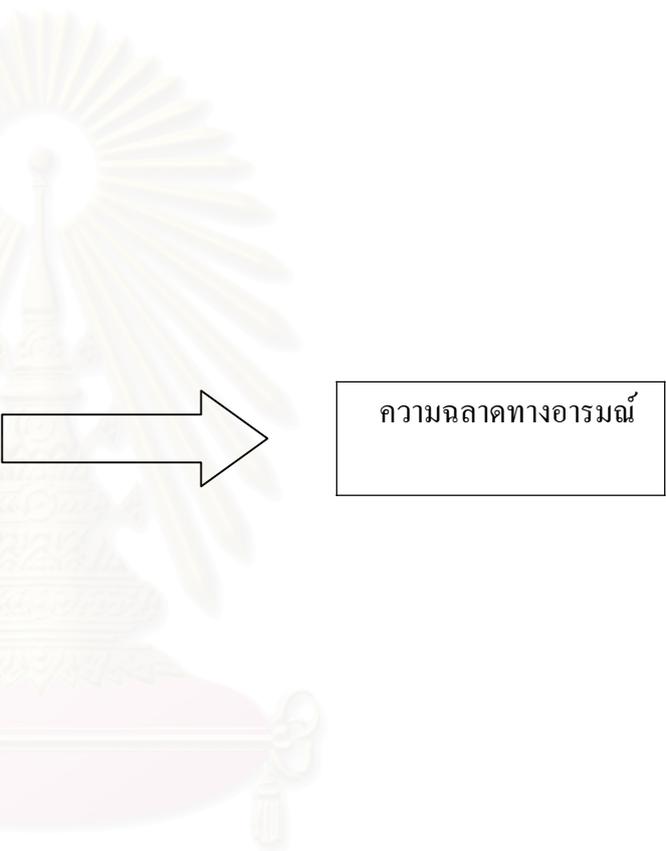
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ประโยชน์ต่อผู้วิจัยคือจะได้เป็นแนวทางในการทำวิจัยต่อไป
2. ประโยชน์ต่อหน่วยงาน คือ ทางคณะทันตแพทยศาสตร์ของมหาวิทยาลัยนเรศวร สามารถนำข้อมูลจากงานวิจัยนี้ไปประกอบแนวทางในการพัฒนาและส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ นิสิตทันตแพทย์ต่อไป เพื่อให้ นิสิตเป็นผู้ที่มีความพร้อมทั้งทางด้านสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์
3. ประโยชน์ต่อสังคมคือความรู้จากงานวิจัยนี้สามารถที่จะเป็นแนวทางในการพัฒนาและส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ นิสิตทันตแพทย์ เพื่อจะได้จบออกไปเป็นทันตแพทย์ที่ดีของสังคมในอนาคตด้วย

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม

<p><u>ปัจจัยส่วนบุคคล</u></p> <p>เพศ</p> <p>อายุ</p> <p>ภูมิลำเนา</p> <p>ลำดับการเกิด</p> <p>ชั้นปีที่ศึกษา</p> <p>เงินรายรับของนิสิตเฉลี่ยต่อเดือน</p> <p>โรคประจำตัว</p> <p>การสูบบุหรี่หรือดื่มสุรา</p> <p>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</p> <p>การทำกิจกรรมต่างๆในมหาวิทยาลัย</p> <p>งานอดิเรก</p>	
<p><u>ปัจจัยด้านครอบครัว</u></p> <p>สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา</p> <p>จำนวนสมาชิกในครอบครัว</p> <p>อาชีพของบิดามารดา</p> <p>ระดับการศึกษาของบิดา-มารดา</p> <p>รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน</p> <p>ลักษณะครอบครัว</p> <p>ความสัมพันธ์ในครอบครัว</p>	
<p><u>ปัจจัยด้านสังคม</u></p> <p>ความสัมพันธ์กับเพื่อน</p> <p>ความสัมพันธ์กับอาจารย์</p>	
<p><u>ภาวะสุขภาพจิต</u></p>	

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีต่างๆจากเอกสาร วารสาร หนังสือและงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
1. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional intelligence) มีผู้ได้ให้ความหมายไว้มากมาย ดังนี้ Peter Salovey & John D.Mayer สองนักจิตวิทยาได้เอ่ยถึงความฉลาดทางอารมณ์เป็นครั้งแรกว่า "เป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางสังคมที่ประกอบด้วยความสามารถในการรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้นและใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและการกระทำสิ่งต่างๆ" ซึ่งต่อมาในปี1997 ทั้งสองท่านนี้ได้คำนิยามใหม่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นความสามารถในการ

- รับรู้ ประเมิน และแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสม
- เข้าถึงและ หรือสร้างความรู้สึกที่ดี ที่เกื้อกูลความคิดได้
- เข้าใจอารมณ์และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี
- กิจใคร่ครวญและควบคุมอารมณ์ได้ดีในทางที่ส่งเสริมความงอกงามของสุขภาพจิต และเชาวน์ปัญญา⁽⁴⁾

Bar-On (อ้างถึงในGoleman) กล่าวถึงความฉลาดทางอารมณ์ ว่าหมายถึง ชุดของความสามารถด้านอารมณ์และด้านสังคมของบุคคลที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ซึ่งต่อมาในปี1997 ก็ได้ให้ความหมายใหม่ว่า หมายถึง ชุดของขีดความสามารถ สมรรถนะ และทักษะด้านจิตพิสัย ที่ส่งผลต่อความสามารถในการประสบความสำเร็จในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดีและประสบความสำเร็จในชีวิต

Goleman ⁽⁷⁾ ได้ให้ความหมายของอีคิวว่า "เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเอง และของผู้อื่น เพื่อการสร้างแรงงูใจในตัวเอง บริหารจัดการอารมณ์ต่างๆของตนเอง และอารมณ์ที่เกิดจากความสัมพันธ์ต่างๆได้ โดยเขาเชื่อว่าเชาวน์อารมณ์นั้นแตกต่างจากเชาวน์ปัญญา แต่เสริมเกื้อกูลกันได้

Cooper&Sawarf⁽⁶⁾ ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการที่จะรับรู้ เข้าใจ และประยุกต์ใช้พลังการรู้จักอารมณ์ เป็นรากฐานของพลังงาน ข้อมูล การสร้างสายสัมพันธ์เพื่อการโน้มน้าวผู้อื่นได้

กรมสุขภาพจิต⁽⁴⁾ ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

อุมพร ตรังคมสมบัติ⁽⁶⁾ กล่าวถึงความฉลาดทางอารมณ์ว่า คือ ความสามารถของบุคคลในอันที่จะจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกทั้งของตนเองและของผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งคำว่าจัดการในที่นี้หมายถึง รู้จักอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น เข้าใจสาเหตุและความเป็นไปของอารมณ์และความรู้สึก เข้าใจความเกี่ยวข้องของความคิด ความรู้สึกและการกระทำ มีใจกว้างยอมรับความรู้สึกทั้งเชิงบวกและเชิงลบ แสดงอารมณ์อย่างเหมาะสม รู้จักเลือกว่าตนควรคิด รู้สึกหรือกระทำอย่างไร ตระหนักถึงอิทธิพลของอารมณ์ และสามารถใช้อารมณ์ ความรู้สึกให้เป็นประโยชน์

เทอดศักดิ์ เดชคง⁽⁹⁾ ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่าและมีความสุข โดยอธิบายความหมายของคำว่า คนดี มีคุณค่า และมีความสุข ดังนี้ คือ การเป็นคนดี หมายถึง เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งก็คือความเมตตา กรุณา ในแง่พระพุทธศาสนาก็คือ สัตถิ นั่นเอง การมีคุณค่า มีความหมายสอดคล้องกับการมีสติรู้ตัว การมีความสุข เกิดจากการรู้จักมองโลก เลือกรูความสุขใส่ตัวเมื่อเกิดความทุกข์ ก็หาวิธีแก้ไข ซึ่งก็คือการใช้ปัญญานั้นเอง

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต)⁽¹⁰⁾ ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า คือ ความสามารถทางอารมณ์หรือปรีชาทางอารมณ์ ซึ่งจะต้องมีการพัฒนาทั้งด้านพฤติกรรม(ศีล) จิตใจ (สมาธิ) และปัญญา โดยเฉพาะปัญญาเป็นปัจจัยสำคัญสุดทำให้อารมณ์ตัวปรับแก้และปลดปล่อย จะทำให้จิตใจรวมทั้งอารมณ์ให้เป็นอิสระ พ้นจากการบีบคั้นครอบงำของสิ่งแวดล้อม ทำให้กลายเป็นจิตใจอันมีอารมณ์ ความรู้สึกที่เกื้อกูล เป็นคุณทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

1.2 ความหมายใกล้เคียงกับความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional intelligence หรือ Emotional quotient) ในภาษาอังกฤษนั้นพบคำที่มีความหมายใกล้เคียงกับความฉลาดทางอารมณ์ได้หลายคำ ดังนี้

Emotional literacy โดย Cooper&Sawarf หมายถึง ความฉลาดรู้ในอารมณ์ตนเอง ซึ่งรวมถึงการบอกเล่าความคิด ความรู้สึกตามจริง ความสามารถหยั่งรู้เท่าทันอารมณ์ตน เล็งเห็นผล มีพลัง และรู้ผลได้ Salovey ก็เคยใช้คำนี้เป็นชื่อหนังสือที่เขาเขียนด้วย

Emotional maturity โดย Abrahamson กล่าวว่า คือ วุฒิภาวะทางอารมณ์ เพื่อนำไปสู่ความสุขสบายในอารมณ์ของตนเอง(Emotional comfort)จากการที่รู้เข้าใจในภาวะอารมณ์ของตนเอง(Emotional insight)

Emotional learning เป็นการเรียนรู้ด้านอารมณ์และความรู้สึกของบุคคล โดยDamasio กล่าวว่า เด็กบางคน ไม่มีปัญหาด้านความสามารถในการเรียนรู้ แต่มีความเสี่ยงที่จะเรียนไม่จบและเป็นอาชญากร เพราะขาดการเรียนรู้และระดับอารมณ์ความรู้สึกของตน เนื่องจากขาดสติอารมณ์ชั่วคราวแล้วมาเสียใจภายหลัง

Emotional knowledge คือ แหล่งรวมข้อมูลเกี่ยวกับอารมณ์และประสบการณ์ทางอารมณ์ของบุคคล ที่เกิดจากประสบการณ์ของตนเองและของผู้อื่น เพื่อใช้ในการทำความเข้าใจและการตีความภาวะแวดล้อม

Emotional IQ Salovey&Mayer ใช้คำนี้ที่สะท้อนให้เห็นว่า สติปัญญาเป็นคุณภาพของสมอง ในขณะที่อารมณ์เป็นคุณภาพของความรู้สึก อารมณ์ไม่สามารถแยกออกจากสติปัญญาได้ และเชื่อว่าความสามารถทางสมองเป็นผลทั้งเรื่องของHead และ Heart Smart ที่จะทำให้เกิดภูมิปัญญา รู้เท่าทันในความเป็นจริงและได้ประโยชน์

Emotional competence คือ ความสามารถทางอารมณ์ Goleman เรียกว่า Emotional Intelligence Competence ที่หมายรวมถึง คุณลักษณะหกประการของEQได้แก่

- ความมั่นใจในตนเอง
- การเอาใจเขามาใส่ใจเรา
- ความมุ่งสู่ผลสัมฤทธิ์
- การปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ
- การโน้มน้าวผู้อื่น
- การสร้างทีมงาน

Social intelligence เป็นคำที่ Thorndike ใช้ในช่วงทศวรรษ 1920 เพื่อหมายถึง ความมีไหวพริบในการเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้คน และ Eysenck นำมาใช้อธิบายอีกในปี1985คู่ขนานกับคำว่า Psychometric Intelligenceซึ่งเน้นไปในด้าน IQ และ Biological Intelligence ซึ่งเน้นด้านสรีระพันธุกรรมในการกำหนดความแตกต่างระหว่างบุคคล

Tacit Knowledge โดย Polanyi เสนอไว้ในปี 1976 และ Sternberg นำมาใช้อย่างต่อเนื่อง ในรายงานวิจัยของเขาว่า เป็นการเรียนรู้เจียบๆไม่เป็นทางการ ไม่พูดออกมา รู้ได้โดยพุดินัยที่เกิดจากการปฏิบัติจริง เป็นผลจากการคิดใคร่ครวญ จากสิ่งที่ได้เรียนรู้

Implicit learning โดย Segar เสนอไว้โดยมุ่งหมายถึงการเรียนรู้ ซึมซับข้อมูลอันซับซ้อน โดยที่ผู้เรียนไม่จำเป็นต้องแสดงออกมาให้ปรากฏโดยภาษาถ้อยคำ แต่รับรู้เห็นได้จดจำได้

Practical intelligence โดย Sternberg ถือว่าเป็นหนึ่งในสามด้านของไตรลักษณ์ของจิต

(Triarchic Mind) ที่สะท้อนให้เห็นได้จากความสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้ดี รู้จักเลือกรับและให้เรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ซึ่ง Sternberg ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของ Successful Intelligence

Meta-mood Experience หรือ Meta-Experience โดย Salovey, Mayer ,Goldman, Turvey และ Palfai เสนอไว้ โดยหมายถึง กระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องของภาวะอารมณ์ ของบุคคลที่แสดงออกผ่านทางอารมณ์ ความรู้สึก ทั้งนี้รวมถึงการรู้เท่าทันในความรู้สึกนึกคิดและภาวะอารมณ์ของตน กระบวนการติดตาม ควบคุมและประเมินภาวะอารมณ์ตนเองด้วย

Personal intelligence โดย Gardner เสนอไว้เป็นส่วนหนึ่งของ Multiple intelligence ซึ่งมีความหมายในลักษณะของความเป็นผู้ที่เก่งคน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ เข้าถึง และรู้จักภาวะอารมณ์ของตนเอง สามารถน้อมนำความเข้าใจ เพื่อชี้นำการปฏิบัติ โดยเฉพาะในด้านความเข้าใจของทางสังคม ซึ่งแบ่งได้เป็นสองส่วน คือ ความสามารถเข้าถึงความรู้สึกและภาวะอารมณ์ของตนเอง ได้ จำแนก รู้เท่าทันและระบุได้ ที่เรียกว่า **Intrapersonal intelligence** ซึ่งมีขั้นสูงสุด คือ การรู้จักตนเอง และอีกด้านหนึ่งเรียกว่า **Interpersonal intelligence** ซึ่งเป็นผลจากการรู้จักภาวะอารมณ์ของตนเองที่นำเสนอออกกับผู้อื่น รู้และเห็นความแตกต่างของคนและคนอื่นได้ ซึ่งกลุ่มอาชีพที่พึงมีความสามารถระหว่างบุคคล ได้แก่ พนักงานขาย ครู แพทย์ นักการเมือง เป็นต้น⁽¹¹⁾

1.3 ความแตกต่างระหว่าง IQ และ E.Q

ลักษณะของ IQ

- เป็นค่าตัวเลขหรือผลลัพธ์จากการประเมินความฉลาดทางเชาวน์ปัญญา
- ไม่สามารถใช้ทำนายความสำเร็จในการศึกษา การทำงานและความสำเร็จในชีวิต
- สามารถพัฒนาสูงสุด จนถึงอายุ 25-35 ปี
- เป็นประโยชน์ในการจัดการเรียนการสอน

ลักษณะของ E.Q

- เป็นค่าตัวเลขหรือผลลัพธ์จากการประเมินความฉลาดทางอารมณ์
- สามารถใช้ทำนายความสำเร็จในการศึกษา การทำงาน และความสำเร็จในชีวิต
- สามารถพัฒนาได้ตลอดชีวิต
- เป็นประโยชน์ในการพัฒนาตนเอง⁽¹²⁾

1.4 ความเป็นมาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

อีคิว ถือเป็นเรื่องใหม่ในแวดวงการศึกษาและจิตวิทยาเพราะเพิ่งได้รับความสนใจและยอมรับในความสำเร็จอย่างจริงจังเมื่อ 10 กว่าปีมานี้ เดิมเคยเชื่อกันว่าความสามารถทางเชาวน์ปัญญาหรือไอคิว คือปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จ มีชีวิตที่ดีและมีความสุข ต่อมานักจิตวิทยาเริ่มตั้งข้อสงสัยต่อความเชื่อความเข้าใจดังกล่าว เพราะไม่เชื่อว่าความสำเร็จและความสุขในชีวิตของคนๆ หนึ่งจะขึ้นอยู่กับความสามารถทางเชาวน์ปัญญาแต่เพียงอย่างเดียว แต่เนื่องจากในระยะนั้นยังไม่มีข้อมูลจากการศึกษาวิจัยที่เพียงพอ ความคิดนี้จึงถูกละเลยไปอย่างน่าเสียดาย กระทั่งในปีค.ศ. 1990 ซาโลเวย์และเมเยอร์ สองนักจิตวิทยาได้นำความคิดนี้มาพูดถึงอีกครั้ง โดยเอ่ยถึงความฉลาดทางอารมณ์เป็นครั้งแรกว่า "เป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางสังคมที่ประกอบด้วยความสามารถในการรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้นและใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและการกระทำสิ่งต่างๆ" จากนั้น แดเนียล โกลแมน นักข่าวสายวิทยาศาสตร์ หนังสือพิมพ์นิวยอร์กไทม์ ได้สานต่อแนวคิดนี้โดยเขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) และได้ให้ความหมายของอีคิวว่า "เป็นความสามารถหลายด้าน ได้แก่การเร่งเร้าตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย มีความสามารถควบคุมความขัดแย้งของตนเอง รอคอยเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีกว่า มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถจัดการกับอารมณ์ไม่สบายต่างๆ มีชีวิตอยู่ด้วยความหวัง"หลังจากหนังสือเล่มนี้ ออกสู่สาธารณชน ผู้คนก็เริ่มให้ความสนใจกับความฉลาดทางอารมณ์มากขึ้น ประกอบกับระยะหลังมีงานวิจัยมากมายที่ยืนยันถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ อีคิวหรือความฉลาดทางอารมณ์จึงได้รับการยอมรับว่ามีความสำคัญต่อความสำเร็จและความสุขในชีวิต กลายเป็นเรื่องฮิตที่มาแรงแซงหน้าไอคิวไปในระยะหลัง⁽⁴⁾

1.5 สมองกับความฉลาดทางอารมณ์

เมื่อประมาณสองร้อยล้านปีก่อน สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมได้วิวัฒนาการขึ้นมาในโลก พร้อมสมองที่พัฒนาไปมากกว่าสมองของสัตว์เลื้อยคลาน มีส่วนที่กำเนิดอารมณ์ ความผูกพัน และส่วนควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายที่สลับซับซ้อนยิ่งขึ้น การเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญนี้ปรากฏร่องรอยในสมองมนุษย์ส่วนที่เรียกว่า "ระบบลิมบิก" (limbic system) หรือเรียกอีกอย่างว่า สมองของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม เพราะมันมีโครงสร้างคล้ายคลึงกับสมองส่วนที่พัฒนาขึ้นสูงสุดในสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม ระบบลิมบิกก็คือศูนย์กลางทางอารมณ์ความรู้สึกของเรา ทั้งความรัก หลง โกรธ เกลียดกลัว เสรีา เหงา ความอยาก และอารมณ์ทางเพศ ส่วนมีบ่อเกิดที่นี้ สมองส่วนที่ทำให้เราเป็นมนุษย์ และแยกเราออกจากสัตว์ทั้งหลาย เป็นบ่อเกิดของภาษา ศิลปะ วัฒนธรรม คนตรี ศาสนา วิทยาศาสตร์ และทำให้มนุษย์ก่อร่างสร้างอารยธรรมอันเจริญรุ่งเรือง คือ สมองใหญ่หรือซีรีบรัม (cerebrum) ซึ่งก็คือสมองส่วนบนที่ห่อหุ้มระบบลิมบิกและส่วนบนของก้านสมองเอาไว้ด้านใน มี

รูปทรงคล้ายโดมครึ่งวงกลม โดยเฉพาะส่วนนอกสุดของมัน คือ เปลือกสมอง (cortex-คอร์เท็กซ์) เป็นส่วนที่มีการทำงานสลับซับซ้อนที่สุด เพราะทำหน้าที่เกี่ยวกับการคิด การวางแผน การวิเคราะห์ สังเคราะห์ การตัดสินใจ การใช้เหตุผล และความยับยั้งชั่งใจ เป็นสมองส่วนสำคัญที่เราใช้ในการศึกษาเรียนรู้ รวมทั้งเป็นคลังเก็บความทรงจำของเราด้วย ในสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมทั้งหลาย ไม่ว่า แมว สุนัข หรือคน สมองส่วนลิมบิกจะมีรูปร่างค่อนข้างคงที่ ไม่แตกต่างกันเท่าไร ขณะที่สมองส่วนคอร์เท็กซ์ของคนได้พัฒนาไปมากกว่าสัตว์อื่นๆ ทุกชนิด กล่าวได้ว่าส่วนของ “คน” และ “สัตว์” ที่อยู่ภายในสมองของมนุษย์นั้นประชันหน้ากันอยู่ตลอดเวลา นักประสาทวิทยาพบว่า เมื่อใดที่คนเรามีอารมณ์โกรธ เกลียด พลุ่พลา่อย่างรุนแรง ส่วนสมองของมนุษย์อันชาญฉลาดจะถูกตัดวบหายเหมือนไฟดับ เมื่อนั้นสัตว์ร้ายที่ออกอาละวาดย่อมทำให้เกิดโศกนาฏกรรมตามมา ดังเช่นที่ปรากฏเป็นข่าวพาดหัวตามหน้าหนังสือพิมพ์เกี่ยวกับการบันดล โทสะแล้วทำร้ายหรือฆ่ากันตาย ⁽¹³⁾

อุมพร ตรีงคสมบัติ⁽⁶⁾ กล่าวว่าสมองที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก คือ ระบบลิมบิก (Limbic system) ส่วนสมองที่ทำหน้าที่คิดวิเคราะห์หาเหตุผล คือส่วนคอร์เท็กซ์(Cortex) ซึ่งในคนที่มีการทำงานที่สมดุลกันระหว่างสมองสองส่วนนี้ก็จะมีความฉลาดทางอารมณ์ดี ส่วนคนที่มีการทำงานของระบบลิมบิกมากกว่าส่วนคอร์เท็กซ์ก็จะมีผลฉลาดทางอารมณ์ต่ำ กล่าวคือจะเป็นคนที่ใช้อารมณ์อยู่เหนือเหตุผล ในการฝึกเรื่องความฉลาดทางอารมณ์จึงต้องฝึกสมองส่วนคอร์เท็กซ์ให้สามารถควบคุมระบบลิมบิกได้ เมื่อใดที่สมองส่วนคอร์เท็กซ์สามารถรู้เท่าทันและควบคุมสมองส่วนลิมบิกได้ ก็จะทำให้คนเรามีเหตุผล ไม่ใช้อารมณ์ในการตัดสินใจหรือไม่แสดงอารมณ์ที่รุนแรงออกมาเมื่อพบสิ่งที่ไม่ถูกใจ การฝึกสมองในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์นี้ต้องฝึกตั้งแต่เด็ก ซึ่งสามารถฝึกได้โดยพ่อแม่ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูกในการมีความมั่นคงทางอารมณ์และไม่ให้อารมณ์อยู่เหนือเหตุผล

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย⁽¹¹⁾ กล่าวว่าสมองส่วนที่เป็นบ่อเกิดของอารมณ์น่าจะเป็นสมองซีกขวาล่าง โดยเฉพาะส่วนAmygdalaว่าเป็นศูนย์ของความจำที่เกี่ยวกับอารมณ์และปฏิกิริยาต่างๆ ที่เกี่ยวกับอารมณ์และการรับรู้อารมณ์ ที่นำไปสู่การตอบสนองที่จะสู้หรือถอยต่อสถานการณ์ต่างๆ ซึ่ง Goleman (1995) ได้บัญญัติคำว่า Amygdala Hijack ขึ้นใช้ ซึ่งเขาเรียกว่าเป็นปฏิกิริยาของอารมณ์ภายใต้การกำกับดูแลของAmygdalaนั่นเอง โดยพิจารณาได้จากการมีอารมณ์แสดงออกที่รุนแรงทันทีทันใด และเมื่อหยุดคิดได้ก็จะรู้สึกว่าการที่ตนแสดงออกไปนั้นไม่เหมาะสม Goleman (อ้างถึงในวีระวัฒน์ ปันนิตามัย)⁽⁸⁾ เชื่อว่า การสอนบุคคลให้มีความสามารถทางด้านอารมณ์นั้นต่างจากการสอนทักษะด้านสมองหรือเทคนิคทางวิชาชีพใดๆ แต่ในส่วนของเขาวนอารมณ์นั้น เป็นการเรียนรู้ของสมองอีกแห่งหนึ่งที่ซับซ้อนและเกี่ยวข้องกั่กับนิสัยการคิด การรู้สึกและปฏิกิริยาของคนทีี่สะสมมานานหลายปี การทีี่จะพัฒนาได้จะต้องลบพฤติกรรมไม่ดี (Unlearn)เสียก่อนแล้วจึงค่อยเรียนรู้

(Relearn)พฤติกรรมที่พึงประสงค์เข้าแทน โดยนัยดังกล่าวคือ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ควรพัฒนาแต่เยาว์วัย ด้วยการมีสภาพแวดล้อมและการมีต้นแบบที่ดี ตามแนวคิดการเรียนรู้ทาง สังคม(Social learning theory) ของ Albert Bandura นั้นเอง

1.6 ความเชื่อของความฉลาดทางอารมณ์

ส่วนใหญ่คนเรามักมีความเชื่อที่ว่าคนที่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ ต้องเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางสติปัญญาสูง แต่จากปัญหาด้านความรุนแรงต่างๆ หลายครั้งที่เกิดขึ้น โดยผู้ที่มีระดับการศึกษาดี หรือเป็นผู้ที่มีความสามารถทางสติปัญญาสูง ทำให้สังคมตื่นตระหนกมากและเกิดคำถามขึ้นมาว่า คนที่มีสติปัญญาดีเรียนเก่งอย่างเดียวเพียงพอหรือไม่ ที่จะทำให้เป็นคนมีคุณภาพและมีความสุข Eysenck(อ้างถึงในวีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์)⁽¹¹⁾เชื่อว่าเขาวินัยทางสังคมเป็นผลร่วมของหลายๆตัวแปรด้วยกัน อาทิ แรงจูงใจ อาหาร ปัจจัยทางวัฒนธรรม ครอบครัว การศึกษา บุคลิกภาพ สุขภาพ ประสิทธิภาพ ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม พัฒนาการของเขาวินัยทางสังคมจะมีได้ก็ต่อเมื่อบุคคลมีสภาพความพร้อมทางสรีระทางพันธุกรรมและชีวเคมี ซึ่งเรียกโดยรวมว่าเขาวินัยทางชีววิทยา ซึ่งจะส่งผลถึงพัฒนาการของเขาวินัยซึ่งเป็นด้านสมอง ดังที่Eysenck เรียกว่า Psychometric intelligence ที่เขาเชื่อว่าเป็นผลอย่างน้อยจาก4องค์ประกอบด้วยกัน คือ ปัจจัยของครอบครัว วัฒนธรรม ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม และการศึกษาที่ได้รับ

ปกติคนเราจะมีความ โกรธ เครียด ผิดหวัง ได้ทั้งนั้น แต่คนที่มีพื้นฐานอารมณ์ ไม่คืออยู่แล้ว อาการต่างๆ จะมาก และนานกว่าคนปกติ ทำให้ไม่สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ จึงพบว่าคนเก่งๆ แต่ประสบความสำเร็จล้มเหลวในการประกอบกิจการงาน ชีวิตครอบครัวและความสัมพันธ์กับผู้อื่นบ่อยๆ เฉพาะความเก่งหรืออึดใจอย่างเฉียดคงไม่ทำให้ประสบความสำเร็จได้ ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์หรืออึดใจจึงมีบทบาทเกี่ยวข้องกับเกือบทุกกิจกรรมของชีวิต เนื่องจากเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้บุคคลสามารถประสบความสำเร็จและมีความสุขในชีวิตได้⁽⁴⁾

1.7 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

กรมสุขภาพจิต ได้ให้โครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ไว้เป็น สามด้านใหญ่ๆ คือ ดี เก่ง และสุข ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบย่อยของแต่ละด้าน ดังนี้

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

- รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง
- ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้
- แสดงออกอย่างเหมาะสม

ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น

- ใส่ใจผู้อื่น

- เข้าใจและยอมรับผู้อื่น
- แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

ความสามารถในการรับผิดชอบ

- รู้จักการให้ รู้จักการรับ
- รู้จักรับผิดชอบ รู้จักให้อภัย
- เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง

- รู้ศักยภาพของตนเอง
- สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้
- มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย

ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา

- รับรู้และเข้าใจปัญหา
- มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
- มีความยืดหยุ่น

ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

- กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
- รู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
- แสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภาคภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ

ภูมิใจในตนเอง

- เห็นคุณค่าในตนเอง
- เชื้อมั่นในตนเอง

พึงพอใจในชีวิต

- รู้จักมองโลกในแง่ดี
- มีอารมณ์ขัน
- พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

มีความสุขสงบทางใจ

- มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข

- รู้จักผ่อนคลาย
- มีความสงบทางจิตใจ⁽⁴⁾

อุมพร ตรังคสมบัติ⁽⁶⁾ กล่าวว่าความฉลาดทางอารมณ์ประกอบไปด้วยความสามารถใหญ่ๆ สองด้าน คือ ประสิทธิภาพส่วนตัวและประสิทธิภาพส่วนสังคม ซึ่งประสิทธิภาพส่วนตัว จะมีคุณสมบัติสามประการ ได้แก่ การมีความเข้าใจตนเอง (self-awareness) มีการควบคุมตนเอง (self-regulation) และมีการผลักดันตนเอง (self-motivation) ส่วนประสิทธิภาพส่วนสังคม จะมีคุณสมบัติสองประการ ได้แก่ มีความเข้าใจผู้อื่นและมีทักษะทางสังคม

Wagner&Sternberg (อ้างถึงในวีระวัฒน์ ปันนิตามัย)⁽¹¹⁾ เสนอว่า Practical Intelligence ซึ่งเป็นพฤติกรรมของผู้ฉลาดที่จะเอื้อต่อความสำเร็จในชีวิตและในวิชาชีพ แบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. การครองตน (Managing self) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองในแต่ละวันให้บรรลุเป้าหมาย ได้ผลผลิตสูงสุด การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง การรู้จักศักยภาพของตนเอง เป็นต้น
2. การครองคน (Managing other) หมายถึง การใช้ทักษะความรู้ในการบริหารผู้ได้บังคับบัญชาและความสัมพันธ์ทางสังคม ความสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ การมอบหมายงานได้ตรงตามความสามารถของแต่ละคน การให้รางวัลตามผลการปฏิบัติงาน
3. การครองงาน (Managing career) หมายถึง ความสามารถในการ โน้มน้าวผู้เกี่ยวข้อง และสร้างสรรค์สิ่งที่ดีให้กับตนเอง สังคม องค์กร และประเทศชาติ

Mayer&Salovey⁽¹⁴⁾ ได้เสนอองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ใหม่ ซึ่งมีขีดความสามารถความฉลาดทางอารมณ์สี่ระดับ ดังนี้

1. การรับรู้ ประเมิน และการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถระบุภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ ตลอดจนสามารถจำแนกความรู้สึกต่างๆ ออกได้
2. การเกื้อหนุนการคิดของอารมณ์ คือ การใช้ความรู้สึกหรืออารมณ์ในการช่วยหรือคิดจัดลำดับความสำคัญ อารมณ์ชัดเจนพร้อมที่จะเกื้อหนุนต่อการตัดสินใจ จัดจำความรู้สึกต่างๆ ได้ดี
3. การเข้าใจ การวิเคราะห์ และการใช้ความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์ คือ สามารถระบุความรู้สึกหรืออารมณ์ เชื่อมโยงระหว่างอารมณ์กับถ้อยคำต่างๆ ได้ สามารถตีความหมายของอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ เข้าใจอารมณ์ที่ซับซ้อนได้ รวมถึงความเข้าใจในการผันแปรของภาวะอารมณ์ต่างๆ
4. อารมณ์ส่งเสริมความงอกงามของสติปัญญา สามารถเปิดใจรับต่อความรู้สึกทางบวกและลบได้ รวมทั้งสามารถบริหารจัดการลดความรุนแรงทางอารมณ์ เพื่อแสดงอารมณ์ออกมาในทางบวกทั้งของตนเองและผู้อื่น

Goleman⁽⁷⁾ ได้ปรับปรุงแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้

1. สมรรถนะด้านสังคม คือ การสร้างและรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่น มีปัจจัยย่อยคือ

การเอาใจเขามาใส่ใจเรา ทักษะทางสังคม

2. สมรรถนะส่วนบุคคล คือความสามารถในการบริหารจัดการอารมณ์ตนเอง มีข้อย่อย คือ การตระหนักรู้ในตนเอง การควบคุมตนเอง การสร้างแรงจูงใจ

1.8 ลักษณะของความฉลาดทางอารมณ์

วิระวัฒน์ ปันนิตามัย⁽¹⁾ ได้กล่าวถึงลักษณะของความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้

1. เป็นผลรวมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมในแต่ละวัฒนธรรม เช่น ครอบครัว สื่อ โรงเรียน
2. เกี่ยวข้องอย่างมากกับบุคลิกภาวะทางอารมณ์ เช่น ความอดได้ รอได้ ไม่หุนหันพลันแล่น
3. เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบฉบับที่เป็นปกติวิสัยของบุคคลนั้น ที่ต้องใช้เวลาและความเอาใจจริงเอาใจในการปรับเปลี่ยนพัฒนาการเรียนรู้ความฉลาดทางอารมณ์
4. สามารถเรียนรู้ได้ ผักผ่อนได้ และพัฒนาได้ แต่ต้องใช้ความอดทนและเอาใจจริงเอาใจ และเกี่ยวข้องโดยตรงกับประสบการณ์ของบุคคล
5. การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ควรใช้เครื่องมือวัดหลายรูปแบบประกอบกัน และระดับความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละครั้งอาจมีค่าที่ผันแปรได้
6. ความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์กับเขาวนปัญญาไม่แน่นอน แต่โดยภาพรวมผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง มักมีแนวโน้มที่จะมีความฉลาดทางสติปัญญาสูงด้วย เนื่องจากองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยให้คุณเรียนรู้และแก้ปัญหาได้ดียิ่งขึ้น

1.9 ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง-ต่ำ

แดเนียล โกลแมน (อ้างถึงในคู่มือความฉลาดทางอารมณ์)⁽⁴⁾ กล่าวถึงลักษณะของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงไว้ดังนี้

- เป็นคนที่มีบุคลิกภาวะทางอารมณ์
- มีการตัดสินใจที่ดี
- สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้
- มีความอดทน อดกลั้น
- ไม่หุนหันพลันแล่น
- สามารถทนต่อความผิดหวังได้
- มีความสามารถในการเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น
- มีความเข้าใจในสถานการณ์ทางสังคม
- ไม่ย่อท้อหรือยอมแพ้ง่าย
- มีพลังใจที่จะฝ่าฟันต่อสู้กับปัญหาชีวิต

Steve Hein (อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์)⁽¹¹⁾ ได้กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ ดังนี้

- ไม่รับผิดชอบต่อความรู้สึกตนเอง แต่ชอบตำหนิผู้อื่น
- ไม่ตระหนักรู้ในอารมณ์ของตน
- พุดสะทอนความรู้สึกนึกคิดของตนสูงหรือต่ำกว่าความเป็นจริง
- ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่
- อาฆาตแค้น ให้อภัยคนไม่ได้
- ไม่ใส่ใจความรู้สึกของผู้อื่น
- ยึดมั่นในความคิดของตนเอง ไม่เปิดกว้าง
- เป็นผู้ฟังที่ไม่ดี ชอบพูดขัดจังหวะ
- สร้างภาพว่าตนฉลาดเหนือกว่าผู้อื่น
- ชอบพูดบั่นทอนกำลังใจผู้อื่น

1.10 ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์

เมื่อ 10 ปีที่ผ่านมาได้มีการยอมรับกันว่าแท้จริงแล้วไอคิวอย่างเดียวไม่เพียงพอที่จะทำให้คนๆ หนึ่งประสบความสำเร็จในชีวิตได้ทุกด้าน เพราะในความเป็นจริง ชีวิตต้องการทักษะและความสามารถในด้านอื่นๆ อีกมากมาย ยกตัวอย่างเช่น งานวิจัยเรื่องหนึ่งในรัฐแมริแลนด์ สหรัฐอเมริกา ที่ศึกษาความสัมพันธ์ของไอคิวกับความสำเร็จในชีวิต โดยติดตามเก็บข้อมูลจากเด็ก 450 คน นานถึง 40 ปี พบว่าไอคิวมีความสัมพันธ์เพียงเล็กน้อยกับความสามารถในการทำงาน ได้ดีหรือกับการดำเนินชีวิต และพบว่าปัจจัยที่สามารถจะทำนายถึงความสำเร็จในด้านต่างๆ ของชีวิตได้ดีกว่ากลับเป็นความสามารถด้านต่างๆ ในวัยเด็กที่ไม่เกี่ยวข้องกับไอคิว เช่น ความสามารถในการจัดการกับความผิดหวัง การควบคุมอารมณ์และการเข้าบุคลคลอื่นได้ดี ตัวอย่างงานวิจัยอีกเรื่องหนึ่งคือการติดตามเก็บข้อมูลจากผู้ที่จบปริญญาเอกทางวิทยาศาสตร์ 80 คน ตั้งแต่ตอนที่ยังศึกษาอยู่ไปจนถึงบั้นปลายชีวิตในวัย 70 ปี พบว่าความสามารถทางด้านอารมณ์และสังคม มีส่วนทำให้ประสบความสำเร็จในวิชาชีพและมีชื่อเสียงมากกว่าความสามารถทางเชาวน์ปัญญาหรือ ไอคิวถึง 4 เท่า⁽⁴⁾ สรุปได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อการส่งเสริมความสำเร็จในทุกช่วงของชีวิต ทั้งในด้านการเรียน ช่วยเพิ่มพูนการพัฒนาตนเอง เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ช่วยให้ชีวิตครอบครัวราบรื่น และช่วยให้เข้าใจเพื่อนมนุษย์ ตลอดจนอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Allan K.H. Pau และ Ray Croucher⁽¹⁵⁾ ศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ระดับปริญญาตรีในประเทศอังกฤษ โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของSchutte และคณะ และแบบประเมินความรู้สึกเครียด (Perceived Stress Scale : PSS-10) โดยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของSchutte แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ การมองด้านบวก และการควบคุมอารมณ์(Optimism/Mood -regulation) , การรู้จักใช้อารมณ์ให้เป็นประโยชน์ (Utilization of emotions) , การประเมินอารมณ์ (Appraisal of emotions)และทักษะทางสังคม (Social skills) พบว่านักศึกษาเพศหญิงมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในด้านการรู้จักใช้อารมณ์ให้เป็นประโยชน์ (Utilization of emotions) , การประเมินอารมณ์ (Appraisal of emotions)และทักษะทางสังคม(Social skills) นักศึกษาที่อายุมากกว่า21ปี มีความรู้สึกเครียดสูงกว่านักศึกษาที่อายุต่ำกว่า21ปี และนักศึกษาที่อยู่ในระดับชั้นปีที่สูงกว่ามีความรู้สึกเครียดสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีที่ต่ำกว่า จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเครียด พบว่ามีความสัมพันธ์แบบตรงกันข้าม กล่าวคือ ในนักศึกษาที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำจะมีความรู้สึกเครียดในระดับสูง

Allan K.H. Pau และคณะ⁽¹⁶⁾ ศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์กับการจัดการกับความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ระดับปริญญาตรีในประเทศอังกฤษ โดยทำการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาวิธีการจัดการกับความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่างกัน ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกแบบไม่มีโครงสร้าง (Unstruted dept interview) โดยแบ่งกลุ่มนักศึกษาเป็นสองกลุ่ม คือ กลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกับกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ พบว่านักศึกษากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีวิธีการในการจัดการกับความเครียดได้ดีกว่า กลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ เช่น การพูดคุยกับเพื่อนสนิทหรือคนในครอบครัว การดูโทรทัศน์ ส่วนกลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำใช้วิธีการแยกตัวจากสังคม การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ รวมทั้งการขับรถด้วยความเร็วสูง ซึ่งล้วนเป็นพฤติกรรมที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

Rhonda F. Brown และ Nicola S. Sschutte⁽¹⁷⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเหนื่อยล้า ในนักศึกษาระดับปริญญาตรีทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยใช้แบบวัดความรู้สึกเหนื่อยล้า Fatigue Impact Scale (FIS) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ใช้ Accessing Emotions Scale และใช้แบบประเมินด้านจิตสังคม(Psycho-social factors) ร่วมด้วย ซึ่งประกอบไปด้วยแบบวัดความซึมเศร้า ความวิตกกังวล การมองด้านบวก ความมั่นใจในตนเอง ความเชื่อทางด้านสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคม ประวัติการถูกทำร้ายทางร่างกาย จิตใจและทางเพศ พบว่านักศึกษาที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีความรู้สึกเหนื่อยล้าต่ำกว่านักศึกษาที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ และปัจจัยทางจิตสังคมเป็นตัวแปรที่สัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเหนื่อยล้า โดยพบว่านักศึกษาที่มีความซึมเศร้าสูง ความวิตกกังวลสูง การมองด้านบวกต่ำ ความ

มั่นใจในตนเองต่ำ มีความเชื่อด้านสุขภาพไม่ดี และมีการสนับสนุนทางสังคมต่ำ จะมีความรู้สึก
เหนื่อยล้าสูง และมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทาง
อารมณ์กับประวัติการถูกทำร้ายทางร่างกาย จิตใจและทางเพศ กล่าวคือ นักศึกษาที่มีประวัติการถูก
ทำร้ายทางร่างกาย จิตใจและทางเพศ มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างจากนักศึกษาที่ไม่มี
ประวัติการถูกทำร้ายดังกล่าว

Wagner PJ และคณะ⁽¹⁸⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ของแพทย์กับความ
พึงพอใจของคนไข้ โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของ Bar-On และแบบสำรวจ
ความพึงพอใจของคนไข้หลังได้รับการตรวจรักษาจากแพทย์ พบว่าองค์ประกอบย่อยด้าน

“ความสุข” ของความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจของคนไข้ในระดับสูง
นั่นคือความฉลาดทางอารมณ์ของแพทย์มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของคนไข้

Wagner PJ และคณะ⁽¹⁹⁾ ศึกษาการใช้หลักสูตรพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (Essentials of
Clinical Medicine course : ECM) ในการศึกษาของแพทย์ที่ Medical College of Georgia ซึ่งเป็น
หลักสูตรที่มุ่งเน้นเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะการสื่อสารระหว่างแพทย์กับคนไข้ ความเชี่ยวชาญใน
วิชาชีพแพทย์และความตระหนักรู้ในตนเอง ซึ่งหลักสูตรนี้จะใช้เวลาประมาณสองปีโดยมีวัตถุประสงค์
ประสงค์เพื่อให้แพทย์มีการพัฒนาตนเองในด้านความฉลาดทางอารมณ์และมีทักษะการสื่อสารกับ
คนไข้ที่มีประสิทธิภาพ อันจะนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีระหว่างแพทย์และคนไข้ และส่งผลดีต่อการดูแล
รักษาคคนไข้ โดยหลักสูตรนี้จะมีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยภาคปฏิบัติจะมีการฝึกการสื่อ
สารภายในกลุ่มย่อย การฝึกการสื่อสารกับคนไข้ การปฏิสัมพันธ์กับคนไข้และการสะท้อนความรู้
สึกของตนเอง หลังจากการฝึกทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติแล้วนักศึกษาแพทย์จะจัดทำแบบ
ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งพัฒนาโดย Bar-on แล้วมีการอภิปรายผลของการประเมินความ
ฉลาดทางอารมณ์ร่วมกันระหว่างนักศึกษาและอาจารย์ในกลุ่ม เพื่อการแลกเปลี่ยนมุมมองและ
ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อที่จะนำไปสู่การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของทั้งนักศึกษาและ
อาจารย์ต่อไป

Nicholas R. และคณะ⁽²⁰⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับปัจจัยส่วนบุคคล
ของวัยรุ่น ทำการศึกษาในวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 16-19 ปี จำนวน 200 คน โดยศึกษาปัจจัยด้าน
อายุ เพศ รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา และภูมิฐานะ พบว่าปัจจัยที่มีความ
สัมพันธ์เชิงบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ ได้แก่ เพศหญิง รายได้ของครอบครัวและ ระดับการ
ศึกษาของบิดามารดา ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่น คือ อายุ
และภูมิฐานะ เพศหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ ระดับความ
ฉลาดทางอารมณ์มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในวัยรุ่นที่ระดับการศึกษาของบิดามารดาต่างกัน
โดยพบว่าเมื่อระดับการศึกษาของบิดามารดาสูง ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นก็จะสูงด้วย

และนอกจากนี้ยังพบว่าระดับการศึกษาของบิดาและเพศของวัยรุ่น เป็นปัจจัยที่ใช้ทำนายระดับความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นได้

James D.A Parker และคณะ⁽²¹⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการอยู่ในมหาวิทยาลัยของนักศึกษา เป็นการทำนายความสำเร็จของการเปลี่ยนผ่านจากนักเรียนมัธยมปลายไปสู่การเป็นนักศึกษาในมหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่เพิ่งผ่านพ้นจากการเป็นนักเรียนมัธยมปลายไปสู่การเป็นนักศึกษาในมหาวิทยาลัย จำนวน 1,270 คน โดยกลุ่มตัวอย่างจะทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในช่วงสัปดาห์แรกของการศึกษาในชั้นปีที่1 และผู้วิจัยศึกษาดูตามนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างไปจนกลุ่มตัวอย่างเข้าสู่ชั้นปีที่2 จากนั้นแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นสองกลุ่ม กลุ่มแรกเป็นนักศึกษาที่ออกจากมหาวิทยาลัยก่อนที่จะขึ้นสู่ชั้นปีที่2 ส่วนกลุ่มที่สองเป็นนักศึกษาที่ยังคงอยู่ในมหาวิทยาลัยและสามารถขึ้นสู่ชั้นปีที่2ได้ โดยในกลุ่มหลังนี้จะมีการจับคู่กันระหว่าง เพศ อายุ และเชื้อชาติ การศึกษาพบว่านักศึกษาที่ยังคงอยู่ในมหาวิทยาลัยและสามารถขึ้นสู่ชั้นปีที่2ได้ มีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่ออกจากมหาวิทยาลัยก่อนอย่างมีนัยสำคัญ แสดงว่า

ระดับความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยที่ใช้ทำนายความสำเร็จในการใช้ชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาชั้นปีที่1ได้

Knight และ Jennifer Anne⁽²²⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดทางสติปัญญา(IQ) เปรียบเทียบระหว่างผู้ไม่ได้กระทำความผิดร้ายแรงและผู้กระทำความผิดร้ายแรง โดยใช้ Bar-On Emotional Quotient Inventory ทดสอบEQ และ Wechsler Abbreviated Scale of Intelligence ในการทดสอบIQ จากการศึกษพบว่าในกลุ่มตัวอย่างที่มีประวัติการทำความผิดร้ายแรง มีความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดทางสติปัญญาน้อยกว่าผู้ที่ไม่มีประวัติกระทำความผิดในช่วงวัยรุ่น ซึ่งจากการศึกษานี้สนับสนุนเรื่องความสำคัญในการส่งเสริมเรื่องการเลี้ยงดูเด็กให้มีความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาการเป็นอาชญากรต่อไป

Menzie และ Tracy A.⁽²³⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถทางสังคมและความสามารถในการเรียนในนักเรียนมัธยมศึกษา โดยใช้ The Emotional Intelligence Inventory Youth version วัดความฉลาดทางอารมณ์ , Achenbach Youth Self-Report วัดความสามารถทางสังคม และGrade Point Average (GPA) วัดความสามารถทางการเรียน พบว่ามีความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างความสามารถทางสังคมและความสามารถในการเรียนในนักเรียนมัธยมศึกษากับความฉลาดทางอารมณ์

กัลยา นาคเพ็ชร์และวรรณเพ็ญ อินทร์แก้ว⁽²⁴⁾ ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์และความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทยชั้นปีที่1-3 ปีการศึกษา 2544 โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปและแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต พบ

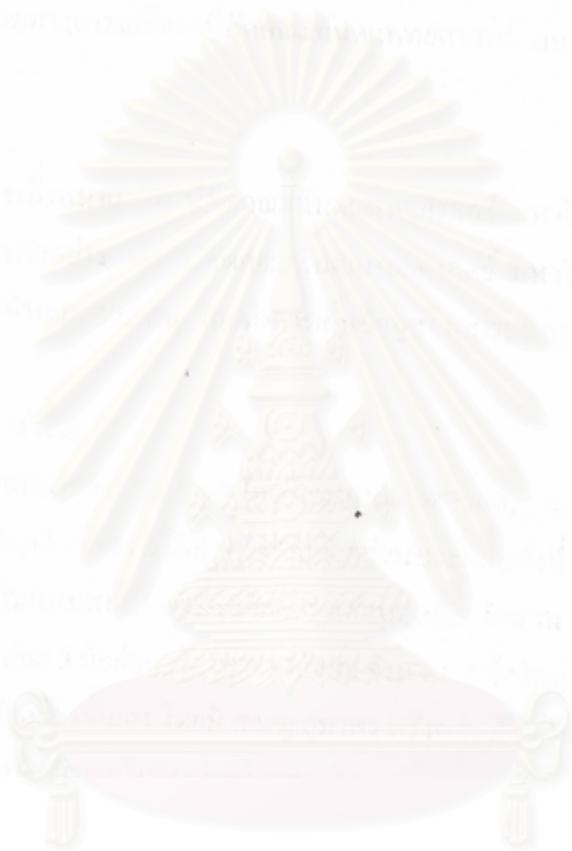
ว่าจะแนบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาโดยรวมและรายด้านมีค่าเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ปกติและมีคะแนนความเครียดด้านดี เก่ง และด้านสุข มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 นักศึกษาชั้นปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวชายมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาจากครอบครัวเดี่ยว ส่วนปัจจัยอื่นๆพบว่าไม่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งไม่พบความสัมพันธ์ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์

วัลลภา กิตติมาสกุล⁽²⁵⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของบุคลากรทีมสุขภาพโรงพยาบาลอ่างทอง พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ของบุคลากรทีมสุขภาพโรงพยาบาลอ่างทองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าปกติ ยกเว้นในกลุ่มอายุ 26-60 ปี บุคลากรทีมสุขภาพมีภาวะสุขภาพจิตสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับความฉลาดทางอารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่าบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับความฉลาดทางอารมณ์ ส่วนบุคลิกภาพแบบอ่อนไหวมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับความฉลาดทางอารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

มาลีสนันท์ หัตถศักดิ์⁽²⁶⁾ ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูง และความฉลาดทางอารมณ์รายด้านคือ ด้านดี เก่งและสุข อยู่ในระดับสูง นักศึกษาเพศหญิงกับนักศึกษาเพศชายมีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ นักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์และสาขาศิลปศาสตร์มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่ต่างกัน นักศึกษาต่างชั้นปีมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่ต่างกัน ส่วนปัจจัยที่พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์นั้น ได้แก่ เกรดเฉลี่ย สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

อัจฉรา สุขารมณ์ และ อังคินันท์ อินทรกำแหง⁽²⁷⁾ ศึกษา ประมวลและสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับอีคิวในประเทศไทย ในช่วง พ.ศ 2540-2547 โดยใช้การประมาณค่าขนาดอิทธิพลตามวิธีวิเคราะห์เมตา (Meta-analysis) ทำการศึกษาจากงานวิจัยทั้งหมด 182 เรื่อง พบว่ามีผู้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่ออีคิว จำนวน 42 เรื่อง ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอีคิวกับตัวแปรอื่นๆจำนวน 57 เรื่อง ศึกษาเปรียบเทียบอีคิวตามลักษณะตัวแปรต่างๆ จำนวน 15 เรื่อง ศึกษาการสร้างและพัฒนาเครื่องมือหรือมาตรวัดอีคิว จำนวน 16 เรื่อง และศึกษาการจัด โปรแกรมหรือหลักสูตรเพื่อพัฒนาอีคิว จำนวน 52 เรื่อง โดยพบว่าในปี พ.ศ.2545 เป็นปีที่มีผู้สนใจศึกษาเรื่องอีคิวมากที่สุด งานวิจัยส่วนใหญ่เป็นปริญาญานิพนธ์ระดับปริญญาโท กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นกลุ่มนักเรียน นักศึกษา ปัจจัยที่มีผลต่ออีคิวพบว่า กลุ่มปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์ทางบวกต่ออีคิวได้แก่ สุขภาพจิต ทักษะคิดต่อการประกอบอาชีพ ลักษณะความเป็นผู้นำ ความพึงพอใจในงาน ความสามารถในการปรับตัว พฤติกรรมการเผชิญความเครียด การคิดอย่างมีวิจารณญาณ กลุ่มปัจจัยด้านชีวิตสังคมที่มีความสัมพันธ์ทางบวกต่ออีคิว ได้แก่ ระดับตำแหน่งงานและอาชีพ กลุ่มปัจจัยด้านครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ทาง

บวกต่ออีคิว ได้แก่ ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว อิทธิพล สภาพแวดล้อมในครอบครัว เซาว์อารมณ์บิคามารดา ระดับการศึกษาของบิดามารดาและผู้ปกครอง อาชีพผู้ปกครอง กลุ่มปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางสังคมที่มีความสัมพันธ์ทางบวกต่ออีคิว ได้แก่ สายการเรียน สภาพแวดล้อมในโรงเรียน ความสัมพันธ์กับครู ความสัมพันธ์กับเพื่อน พฤติกรรมการสอนของครู ระดับชั้นปีที่ศึกษา กิจกรรมในโรงเรียน ขวัญกำลังใจในหน่วยงาน การสื่อสารในที่ทำงาน ละคร โทรทัศน์หลังข่าว และการรับข่าวสารอาชญากรรม



สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยโดยการสังเกตเชิงพรรณนา (Observational study) ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional descriptive design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้านของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร และเพื่อศึกษาปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ประชากร

ประชากรเป้าหมาย คือ นิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ประชากรตัวอย่าง คือ นิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ชั้นปีที่1-6 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 322 คน โดยทำการเก็บข้อมูลจากประชากรทั้งหมด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ใช้แบบสอบถามจำนวน 3 ชุด โดยศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องให้ครอบคลุมเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ประกอบด้วยส่วนประกอบดังนี้

ชุดที่1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 12 ข้อ ข้อมูลส่วนครอบครัว จำนวน 9 ข้อใหญ่ และ 3 ข้อย่อย ข้อมูลส่วนสังคม จำนวน 2 ข้อใหญ่ และ 5 ข้อย่อย โดยแบบสอบถามชุดนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยมี ศ.พญ.อุมาพร ตรังคสมบัติ เป็นผู้พิจารณาความถูกต้องและความเหมาะสมของข้อคำถามในแบบสอบถาม

ชุดที่ 2 เป็นแบบประเมินภาวะสุขภาพจิต ได้ใช้ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับย่อ (TMHI-15)⁽²⁸⁾ ของนพ. อภิชัย มงคล และคณะ ซึ่งเป็นดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยที่พัฒนาขึ้นใหม่ (พ.ศ 2547)ทั้งสิ้น 15 ข้อ โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมิน(Cronbach Coefficient alpha) มากกว่า 0.80 แสดงว่ามีค่าความเชื่อมั่นของความสอดคล้องภายใน ในแต่ละรายการคำถามค่อนข้างสูง สามารถนำไปใช้ในระดับประเทศได้เนื่องจากพัฒนามาจากตัวแทนของประชากรจากทุกภาคของประเทศ และผ่านการทดสอบภาษาจากเพศ วัย (ช่วงอายุตั้งแต่15-60 ปี) การศึกษาและศาสนาที่แตกต่างกัน และด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับย่อ (TMHI-15) นี้ในการประเมินภาวะสุขภาพจิตของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร การตรวจให้คะแนนภาวะสุขภาพจิต มีรายละเอียดดังนี้

การให้คะแนนแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อที่ 1 ,2, 6 ,7 ,8 ,9, 10 ,11, 12, 13, 14 , 15 แต่ละข้อจะให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่เลย = 0 คะแนน

เล็กน้อย = 1 คะแนน

มาก = 2 คะแนน

มากที่สุด = 3 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อที่ 3,4,5 แต่ละข้อจะให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่เลย = 3 คะแนน

เล็กน้อย = 2 คะแนน

มาก = 1 คะแนน

มากที่สุด = 0 คะแนน

การแปลผล

เมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติซึ่งได้ใช้ค่าที่เป็นคะแนนตรงกลาง (Median) เป็นเกณฑ์ที่กำหนด ดังนี้

35-45 คะแนน หมายถึง สุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป

28-34 คะแนน หมายถึง สุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป

27 คะแนน หมายถึง สุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป

ชุดที่ 3 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต⁽²⁷⁾ ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 52 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมิน (Cronbach Coefficient alpha) ด้านดี เก่ง สุขและภาพรวมเท่ากับ 0.75 , 0.76, 0.81 และ 0.85 ตามลำดับ ส่วนค่าความเชื่อมั่นแบบครึ่ง (Split-half reliability) ในด้านดี เก่ง สุขและภาพรวมเท่ากับ 0.83 , 0.86 , 0.71 และ 0.74 ตามลำดับ ซึ่งจากการหาค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมิน (Cronbach Coefficient alpha) ในกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยนี้ พบว่ามีค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินด้านดี เก่ง สุขและภาพรวมเท่ากับ 0.70 , 0.67, 0.76 และ 0.86 ตามลำดับ ซึ่งแสดงว่าแบบประเมินนี้มีความน่าเชื่อถือในระดับดีสามารถนำมาใช้ในการวิจัยนี้ได้ โดยความฉลาดทางอารมณ์จำแนกออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและรับผิดชอบต่อส่วนรวม ซึ่งมีคำถาม 18 ข้อ (ข้อ 1-18) ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย ดังนี้

1.1 ควบคุมตนเอง ข้อ 1-6

1.2 เห็นใจผู้อื่น ข้อ 7-12

1.3 รับผิดชอบ ข้อ 13-18

2. ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น ซึ่งมีคำถาม 18 ข้อ (ข้อ 18-36) ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย ดังนี้

2.1 แรงจูงใจ ข้อ 19-24

2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา ข้อ 25-30

2.3 สัมพันธภาพ ข้อ 31-36

3. ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภาคภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ ซึ่งมีคำถาม 16 ข้อ (ข้อ 37-52) ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย ดังนี้

3.1 ภูมิใจตนเอง ข้อ 37-40

3.2 พอใจชีวิต ข้อ 41-46

3.3 สุขสงบทางใจ ข้อ 47-52

ในแต่ละข้อมีคำตอบให้เลือก 4 คำตอบ คือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ก่อนข้างจริง จริงมาก โดยให้ผู้ตอบใส่เครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่คิดว่าตรงกับตนเองมากที่สุด

การตรวจให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ 1, 4, 6, 7, 10, 12, 14, 15, 17, 20, 22, 23, 25, 28, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 48, 49, 50 ให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่จริง ให้ 1 คะแนน

จริงบางครั้ง ให้ 2 คะแนน

ก่อนข้างจริง ให้ 3 คะแนน

จริงมาก ให้ 4 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ

2,3,5,8,9,11,13,16,18,19,21,24,26,27,29,30,33,35,37,40,45,47,51,52 ให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่จริง ให้ 4 คะแนน

จริงบางครั้ง ให้ 3 คะแนน

ก่อนข้างจริง ให้ 2 คะแนน

จริงมาก ให้ 1 คะแนน

การประเมินผลความฉลาดทางอารมณ์ คือ รวมคะแนนและหาค่าเฉลี่ย นำค่าที่ได้มาเปรียบเทียบกับมีคะแนนเฉลี่ยสูง เท่ากับ หรือต่ำกว่าช่วงคะแนนเฉลี่ยปกติ ทั้งความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี เก่ง สุข และด้านองค์ประกอบย่อย ผลที่ได้เป็นการประเมินโดยสังเขป คะแนนเฉลี่ยที่ต่ำกว่าปกติ ไม่ได้หมายความว่ามีความผิดปกติในด้านนั้น เพราะความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่ต้องมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา คะแนนเฉลี่ยที่ต่ำกว่าปกติในด้านนั้นๆ จึงเป็นข้อเตือนใจให้หาทางพัฒนาด้านนั้นๆ ให้มากยิ่งขึ้น

ช่วงคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ปกติที่กรมสุขภาพจิตกำหนดไว้เป็นดังนี้

ความฉลาดทางอารมณ์	คะแนนเฉลี่ยปกติ	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ช่วงคะแนนปกติของประชาชนไทย
ความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม	154.00	16.3	138-170
1. ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี	53.20	5.5	48-58
1.1 ควบคุมตนเอง	15.50	2.1	14-18
1.2 เห็นใจผู้อื่น	18.10	2.4	15-21
1.3 รับผิดชอบ	19.60	2.9	17-23
2. ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง	52.30	6.8	45-59
2.1 แรงจูงใจ	17.90	2.8	15-21
2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	16.80	2.8	14-20
2.3 สัมพันธภาพ	17.50	2.9	15-21
3. ความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข	48.50	6.9	42-56
3.1 ภูมิใจตนเอง	11.40	2.1	9-13
3.2 พอใจชีวิต	19.00	3.1	16-22
3.3 สุขสงบทางใจ	18.10	3.2	15-21

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยถึงคณบดี คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เพื่อเสนอเรื่องขออนุมัติในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ณ คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร จ. พิษณุโลก ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ 2550 โดยก่อนเก็บข้อมูลผู้วิจัยได้ชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ของงานวิจัยและส่วนประกอบของแบบสอบถาม จำนวนข้อคำถาม และการเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับ จากนั้นให้นิสิตทันตแพทย์ทำการตอบแบบสอบถามใช้เวลาประมาณ 30 นาที
3. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามและแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แล้วนำมาวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรมSPSS จำนวนแบบสอบถามที่สามารถนำมาวิจัยทั้งหมด 302 ชุด คิดเป็น 93.78%

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสังคม ภาวะสุขภาพจิตและคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้ค่าแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมระหว่างกลุ่มตัวแปรด้วย Independent sample t-test และ Analysis of variance (One-Way ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวแปร จะทำการเปรียบเทียบเชิงซ้อน(Multiple comparison)ด้วยวิธี LSD (Fisher's Least-Significant Difference) เพื่อหาว่าตัวแปรคู่ใดบ้างที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง อายุ รายรับต่อเดือน เกรดเฉลี่ยสะสม และคะแนนสุขภาพจิตของนิสิตกับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม โดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation)
4. วิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม โดยการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Linear Regression)



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้ คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลด้านครอบครัวและข้อมูลด้านสังคม

ส่วนที่ 2 คะแนนภาวะสุขภาพจิต

ส่วนที่ 3 คะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านเทียบกับคะแนนเฉลี่ยปกติ

ส่วนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมระหว่างกลุ่มตัวแปรด้วย Independent sample t-test และ Analysis of variance (ANOVA)

ส่วนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง อายุ รายรับต่อเดือน เกรดเฉลี่ยสะสม และคะแนนสุขภาพจิตของนิสิตกับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม โดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation)

ส่วนที่ 6 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม โดยการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Linear Regression)

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
Mean	แทน	ค่าเฉลี่ย
SD	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าการทดสอบโดยใช้สถิติ Independent samples t-test
F	แทน	ค่าการทดสอบโดยใช้สถิติ One – Way ANOVA
d f	แทน	องศาอิสระ
p – value	แทน	ค่าความน่าจะเป็นของสถิติที่ใช้ทดสอบ
constant	แทน	ค่าคงที่ของสมการทำนาย
R	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R ²	แทน	สัมประสิทธิ์การตัดสินใจ
B	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนายซึ่งทำนายในรูปคะแนนดิบ
β	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนายซึ่งทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน
S.E. B	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนาย
S.E. est	แทน	ค่าที่วัดการกระจายของค่าคลาดเคลื่อนรอบๆ เส้นตรง

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลด้านครอบครัวและข้อมูลด้านสังคม
ตารางที่ 1 แสดงลักษณะทั่วไปของนิสิตชั้นปีที่ 1-6, N = 302

ลักษณะทั่วไปของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	100	33.1
หญิง	202	66.9
ระดับชั้นปี		
ชั้นปีที่ 1	62	20.5
ชั้นปีที่ 2	81	26.8
ชั้นปีที่ 3	40	13.2
ชั้นปีที่ 4	52	17.2
ชั้นปีที่ 5	35	11.6
ชั้นปีที่ 6	32	10.6
ภูมิภาค		
ภาคเหนือ	171	56.5
ภาคกลาง	93	30.8
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	21	7.0
ภาคตะวันออก	6	2.0
ภาคตะวันตก	9	3.0
ภาคใต้	2	0.7
ลำดับการเกิด		
ลูกคนโต	144	47.7
ลูกคนกลาง	25	8.3
ลูกคนเล็ก	96	31.8
ลูกคนเดียว	32	10.6
อื่นๆ	5	1.7

ตารางที่ 1 (ต่อ) แสดงลักษณะทั่วไปของนิสิตชั้นปีที่ 1-6 , N = 302

ลักษณะทั่วไปของนิสิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
โรคประจำตัว		
มี	54	17.9
ไม่มี	248	82.1
การสูบบุหรี่		
เคย	19	6.3
ไม่เคย	283	93.7
การดื่มสุรา		
เคย	173	57.3
ไม่เคย	129	42.7
การทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย		
เคย	190	62.9
ไม่เคย	112	37.1

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 (ต่อ) แสดงข้อมูลทั่วไป : อายุ รายรับเฉลี่ยต่อเดือน และเกรดเฉลี่ยสะสมของนิสิตชั้นปีที่ 1-6 , N = 302

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด
อายุ	21.1	1.95	18	25
รายรับต่อเดือน	6,659.9	2,483.28	2,000	15,000
เกรดเฉลี่ยสะสม	3.0	0.43	2.00	3.83

ตารางที่ 2 แสดงการว่างงานอดิเรกของนิสิต (เนื่องจากสามารถตอบได้มากกว่าหนึ่งคำตอบ ดังนั้น N จึงมากกว่า 302)

งานอดิเรก	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อ่านหนังสือ	181	59.9
ดูภาพยนตร์	229	75.8
ฟังเพลง	245	81.1
เที่ยวห้างสรรพสินค้า	153	50.7
เล่นอินเทอร์เน็ต	201	66.6
ปลูกต้นไม้	35	11.6
เล่นกีฬา	122	40.4
อื่นๆ	32	10.5

ตารางที่ 3 แสดงข้อมูลด้านครอบครัวของนิสิตชั้นปีที่1-6 , N = 302

ข้อมูลด้านครอบครัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
สถานภาพสมรสของบิดา มารดา		
อยู่ด้วยกัน	257	85.1
แยกกันอยู่	27	8.9
บิดาหรือมารดาเสียชีวิต	18	6.0
จำนวนสมาชิกในครอบครัว		
1 คน	1	0.3
2-3 คน	48	15.9
4-6 คน	244	80.8
6 คนขึ้นไป	9	2.9
อาชีพของบิดา		
รับราชการ	148	49.0
รัฐวิสาหกิจ	14	4.6
ค้าขาย	60	19.9
เกษตรกรกรรม	17	5.6
รับจ้าง	29	9.6
อื่นๆ	34	11.3
อาชีพของมารดา		
รับราชการ	135	45.0
รัฐวิสาหกิจ	5	1.7
ค้าขาย	73	24.3
เกษตรกรกรรม	20	6.7
รับจ้าง	25	8.3
อื่นๆ	44	14.6

ตารางที่ 3 (ต่อ) แสดงข้อมูลด้านครอบครัวของนิสิตชั้นปีที่1-6 , N = 302

ข้อมูลด้านครอบครัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รายได้รวมของครอบครัว		
ต่ำกว่า 10,000 บาทต่อเดือน	22	7.4
ตั้งแต่ 10,000-30000 บาทต่อเดือน	87	28.8
ตั้งแต่ 30,000-50000 บาทต่อเดือน	103	34.4
ตั้งแต่ 50,000 บาทต่อเดือน ขึ้นไป	90	30.1
การศึกษาของบิดา		
ประถมศึกษา	40	13.4
มัธยมศึกษา	47	15.8
ปวช./ ปวส. /อนุปริญญา	46	15.4
ปริญญาตรี	121	40.0
ปริญญาโท	47	15.6
ปริญญาเอก	1	0.3
การศึกษาของมารดา		
ประถมศึกษา	73	24.3
มัธยมศึกษา	33	11.0
ปวช./ ปวส. /อนุปริญญา	46	15.3
ปริญญาตรี	129	42.7
ปริญญาโท	20	6.7
ปริญญาเอก	1	0.3
ลักษณะของครอบครัว		
ครอบครัวเดี่ยว	228	75.5
ครอบครัวขยาย	74	24.5

ตารางที่ 3 (ต่อ) แสดงข้อมูลด้านครอบครัวของนิสิตชั้นปีที่1-6 , N = 302

ข้อมูลด้านครอบครัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
การทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว		
ไม่เคย	32	10.6
สัปดาห์ละ 1-3 วัน	158	52.3
สัปดาห์ละ 4-7 วัน	112	37.1
การทะเลาะเบาะแว้งในครอบครัว		
ไม่เคย	47	15.5
ทะเลาะกันเล็กน้อยๆ	230	76.2
ทะเลาะรุนแรงแต่ไม่ทำร้ายร่างกายกัน	20	6.6
ทะเลาะรุนแรงและทำร้ายร่างกายกัน	5	1.7
การปรึกษาคนในครอบครัวเมื่อมีปัญหาหรือไม่สบายใจ		
ครอบครัวสามารถเป็นที่ปรึกษาได้	278	92.1
ครอบครัวไม่สามารถเป็นที่ปรึกษาได้	24	7.9

ตารางที่ 4 แสดงข้อมูลด้านสังคมของนิสิตชั้นปีที่1-6 , N = 302

ข้อมูลด้านสังคม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
จำนวนเพื่อนสนิท		
ไม่มีเลย	5	1.7
1-3 คน	145	48.0
4-6 คน	95	31.6
7 คนขึ้นไป	57	18.9
การปรึกษาเพื่อนเมื่อมีปัญหาหรือไม่สบายใจ		
สามารถปรึกษาเพื่อนได้	230	96.0
ไม่สามารถปรึกษาเพื่อนได้	12	4.0
การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน		
ไม่เคย	5	1.6
สัปดาห์ละ 1-3 วัน	164	54.2
สัปดาห์ละ 4-7 วัน	133	44.2
การทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อน		
ไม่เคย	198	65.4
สัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง	99	33.0
สัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง	1	0.3
มากกว่า 7 ครั้งขึ้นไป	4	1.3
การปรึกษาอาจารย์		
เคย	171	56.5
ไม่เคย	131	43.5

ส่วนที่ 2 ภาวะสุขภาพจิตของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-6 มหาวิทยาลัยนเรศวร

ตารางที่ 5 แสดงภาวะสุขภาพจิตของนิสิตทันตแพทย์ ม.นเรศวร ชั้นปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2549

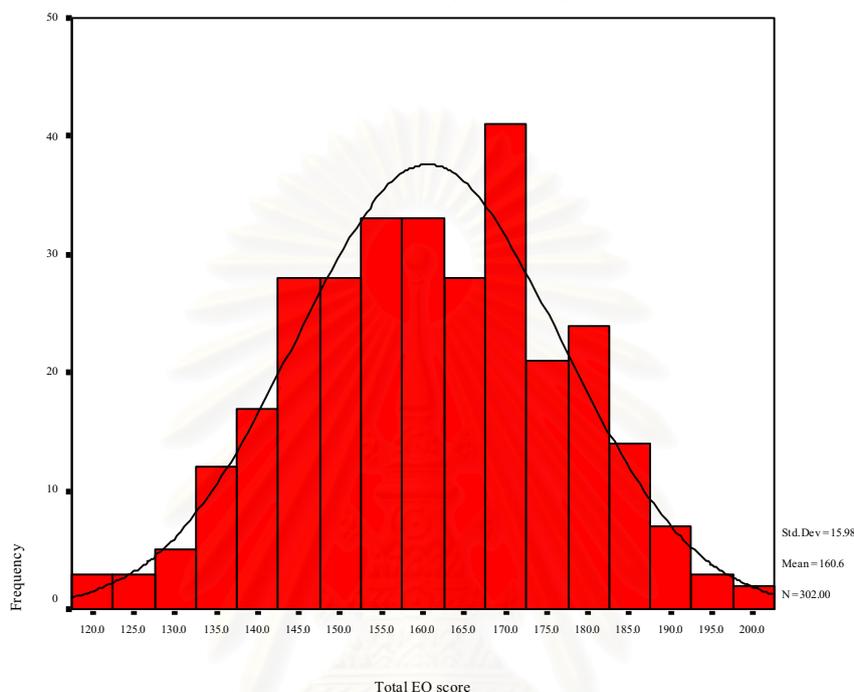
คะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตของนิสิตทันตแพทย์ ม.นเรศวร ชั้นปีที่ 1 -6 ปีการศึกษา 2549 เมื่อเทียบกับเกณฑ์ปกติของดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับย่อ โดยมีเกณฑ์ดังนี้ 35-45 คะแนน หมายถึง สุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป 28-35 คะแนน หมายถึง สุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป และตั้งแต่ 27 คะแนนลงมา หมายถึง สุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป

ชั้นปี	คะแนนต่ำสุด	คะแนนสูงสุด	Mean	SD	จำนวนคนที่มีคะแนนสูงกว่าคนทั่วไป		จำนวนคนที่มีคะแนนเท่ากับคนทั่วไป		จำนวนคนที่มีคะแนนต่ำกว่าคนทั่วไป	
					จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	21.0	44.0	33.2	4.02	27	43.5	31	50.0	4	6.5
2	15.0	41.0	32.4	4.62	30	37.0	40	49.4	11	13.6
3	21.0	40.0	30.4	4.65	8	20.0	22	55.0	10	25.0
4	20.0	41.0	28.7	5.08	7	13.5	21	40.4	24	46.1
5	17.0	38.0	29.4	4.96	4	11.4	20	51.1	11	31.5
6	21.0	41.0	33.0	5.16	16	50.0	10	31.3	6	18.7
1-6	15.0	44.0	31.4	4.97	92	30.5	144	47.7	66	21.8

จากตารางแสดงว่านิสิตชั้นปีที่ 4 มีค่าเฉลี่ยคะแนนสุขภาพจิตต่ำที่สุด และมีจำนวนคนที่มีคะแนนสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไปมากกว่าชั้นปีอื่นๆ

ส่วนที่ 3 คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมและรายด้านของนิสิตคณะ
ทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ชั้นปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2549

กราฟ Histogram แสดงการกระจายของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ของนิสิต
คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549



Mean = 160.62 SD = 15.98 Median = 160.00 Mode = 170

จากกราฟ Histogram เบ้ซ้ายเล็กน้อย แต่ก็มีควมสมมาตร โดยมีค่าเฉลี่ย (Mean) และค่ามัธยฐาน (Median) ใกล้เคียงกันมาก จึงพอสรุปได้ว่าเป็นค่าเดียวกัน แสดงว่าการกระจายของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549 มีการแจกแจงแบบปกติ (Normal Distribution) จึงสามารถใช้การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้

ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม รายด้าน และองค์ประกอบย่อย ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-6 เทียบกับค่าเฉลี่ยปกติและช่วงคะแนนปกติของประชาชนไทยที่กรมสุขภาพจิตกำหนด (n = 302)

ความฉลาดทาง อารมณ์	ปีที่1	ปีที่2	ปีที่3	ปีที่4	ปีที่5	ปีที่6	ค่า เฉลี่ย ปกติ	ช่วง คะแนน ปกติ
ความฉลาดทาง อารมณ์ภาพรวม	164.19	163.23	160.37	152.96	154.40	164.53	154.0	138-170
1. ความฉลาดทาง อารมณ์ด้านดี	58.01	57.97	58.04	56.37	55.90	58.33	53.2	48-58
1.1 ควบคุมตนเอง	18.46	18.77	18.37	17.76	17.57	18.78	15.5	14-18
1.2 เห็นใจผู้อื่น	19.17	18.91	19.05	18.63	18.51	18.93	18.1	15-21
1.3 รับผิดชอบ	20.38	20.29	20.62	19.98	19.82	20.62	19.6	17-23
2. ความฉลาดทาง อารมณ์ด้านแง่	55.16	54.22	52.94	49.26	49.48	54.77	52.3	45-59
2.1 แรงจูงใจ	18.67	18.59	17.67	16.65	17.11	18.78	17.9	15-21
2.2 ตัดสินใจและ แก้ปัญหา	18.19	17.86	17.45	16.40	16.00	17.65	16.8	14-20
2.3 สัมพันธภาพ	18.30	17.77	17.82	16.21	16.37	18.34	17.5	15-21
3. ความฉลาดทาง อารมณ์ด้านสุข	50.97	50.99	49.36	47.29	48.99	51.40	48.5	42-56
3.1 ภูมิใจตนเอง	12.09	11.72	11.47	10.69	11.00	12.25	11.4	9-13
3.2 พอใจชีวิต	19.37	19.72	18.72	18.26	18.94	19.78	19.0	16-22
3.3 สุขสงบทางใจ	19.51	19.55	19.17	18.34	19.05	19.37	18.1	15-21

จากตารางที่ 7 แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างนิสิตทันตแพทย์ ม.นเรศวร ชั้นปีที่ 1- 6 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 302 คน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี เก่ง สุข และองค์ประกอบย่อยด้านต่างๆอยู่ในช่วงคะแนนปกติ

ตารางที่ 7 แสดงคะแนนต่ำสุด สูงสุด ค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของนิสิตชั้นปีที่ 1-6 (n = 302) โดยค่าเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมปกติที่กรมสุขภาพจิตกำหนดไว้คือ 154.0 (16.3) และช่วงคะแนนปกติ คือ 138-170

ชั้นปี	คะแนนต่ำสุด	คะแนนสูงสุด	Mean	SD	คนที่มีคะแนนสูงกว่าปกติ		คนที่มีคะแนนอยู่ในระดับปกติ		คนที่มีคะแนนต่ำกว่าปกติ	
					จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	137	196	164.2	15.45	2	3.2	35	56.5	25	40.3
2	120	198	163.2	16.73	8	9.9	47	58.0	26	32.1
3	123	186	160.4	14.17	2	5.0	28	70.0	10	25.0
4	132	190	153.0	14.75	7	13.5	38	73.1	7	13.5
5	122	183	154.4	14.28	3	8.6	28	80.0	4	11.4
6	121	198	164.5	16.78	2	6.3	16	50.0	14	43.8
1-6	120	198	160.6	15.98	24	7.6	192	63.9	86	28.5

จากตาราง 3.2 แสดงว่านิสิตชั้นปีที่ 4 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำที่สุด และนิสิตชั้นปีที่ 6 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงที่สุด

ตารางที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตชั้นพรีคลินิก (ชั้นปีที่ 1, 2 และ 3) และชั้นคลินิก (ชั้นปีที่ 4, 5 และ 6) เทียบกับค่าเฉลี่ยปกติและช่วงคะแนนปกติของประชาชนไทยที่กรมสุขภาพจิตกำหนด และค่าSig (2-tailed) จากการวิเคราะห์ความต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างนิสิตชั้นพรีคลินิกและชั้นคลินิก ด้วย Independent t-test

ความฉลาดทางอารมณ์	ชั้นพรีคลินิก (n=183)	ชั้นคลินิก (n=119)	ค่าเฉลี่ย ปกติ	ช่วงคะแนน ปกติ	Sig (2-tailed)
	ค่าเฉลี่ย	ค่าเฉลี่ย			
ภาพรวม	162.9	157.1	154.0	138-170	*.002
1. ด้านดี	58.0	56.9	53.2	48-58	
1.1 ควบคุมตนเอง	18.6	18.0	15.5	14-18	*.022
1.2 เห็นใจผู้อื่น	19.0	18.7	18.1	15-21	.157
1.3 รับผิดชอบ	20.4	20.1	19.6	17-23	.270
2. ด้านเก่ง	54.1	51.2	52.3	45-59	
2.1 แรงจูงใจ	18.4	17.5	17.9	15-21	*.002
2.2 ตัดสินใจ,แก้ปัญหา	17.9	16.8	16.8	14-20	*.002
2.3 สัมพันธภาพ	18.0	17.0	17.5	15-21	*.001
3. ด้านสุข	50.4	49.2	48.5	42-56	
3.1 ภูมิใจตนเอง	11.8	11.3	11.4	9-13	*.032
3.2 พอใจชีวิต	19.4	18.9	19.0	16-22	.164
3.3 สุขสงบทางใจ	19.5	18.8	18.1	15-21	.077

จากตารางแสดงว่านิสิตชั้นพรีคลินิกมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่านิสิตชั้นคลินิก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบย่อยพบว่านิสิตชั้นพรีคลินิกมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านการควบคุมตนเอง การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจ แก้ปัญหา สัมพันธภาพและความภูมิใจในตนเอง สูงกว่านิสิตชั้นคลินิก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม โดยใช้ Independent - Samples t- test

ตัวแปร	Mean (SD)	t	Sig (2-tailed)
เพศ			
ชาย	158.2 (18.19)	-1.734	.085
หญิง	161.8 (14.66)		
ชั้นปี (แยกตามรูปแบบการเรียน)			
พรีคลินิก (ชั้นปีที่ 1, 2 และ 3)	162.93 (15.75)	3.159	*.002
คลินิก (ชั้นปีที่ 4, 5 และ 6)	157.07 (15.73)		
โรคประจำตัว			
มี	161.9 (161.95)	.573	.567
ไม่มี	160.4 (15.58)		
การสูบบุหรี่			
เคย	154.3 (13.59)	-1.784	*.037
ไม่เคย	161.0 (15.93)		
การดื่มสุรา			
เคย	160.9 (16.97)	.377	.706
ไม่เคย	160.2 (14.59)		
งานอดิเรก			
อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก	162.7 (15.47)	2.875	*.004
ไม่ได้อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก	157.4 (16.24)		

ตารางที่ 9 (ต่อ) แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์
ภาพรวมของนิสิต โดยใช้ Independent - Samples t-test

ตัวแปร	Mean (SD)	t	Sig (2-tailed)
ดูภาพยนตร์เป็นงานอดิเรก	160.4 (15.88)	.322	.748
ไม่ได้ดูภาพยนตร์เป็นงานอดิเรก	161.0 (16.35)		
ฟังเพลงเป็นงานอดิเรก	160.9 (15.63)	.842	.401
ไม่ได้ฟังเพลงเป็นงานอดิเรก	159.0 (17.33)		
เที่ยวห้างสรรพสินค้าเป็นงานอดิเรก	160.9 (16.55)	.440	.661
ไม่ได้เที่ยวห้างสรรพสินค้าเป็นงานอดิเรก	160.1 (15.14)		
เล่นอินเตอร์เน็ตเป็นงานอดิเรก	160.7 (16.65)	.185	.854
ไม่ได้เล่นอินเตอร์เน็ตเป็นงานอดิเรก	160.3 (14.60)		
ปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก	166.1 (12.52)	2.197	*.010
ไม่ได้ปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก	159.8 (16.25)		
เล่นกีฬาเป็นงานอดิเรก	162.2 (16.19)	1.474	.141
ไม่ได้เล่นกีฬาเป็นงานอดิเรก	159.4 (15.78)		
การทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย			
ทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย	162.0 (16.00)	-2.932	*.004
ไม่ได้ทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย	157.1 (15.38)		

ตารางที่ 9 (ต่อ) แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของนิสิต โดยใช้ Independent - Samples t - test (บางตัวแปรมีการจัดกลุ่มใหม่เพื่อการวิเคราะห์ที่ได้ดียิ่งขึ้น)

ตัวแปร	Mean (SD)	t	Sig (2-tailed)
สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา			
อยู่ด้วยกัน	161.2 (15.98)	1.659	.098
แยกกันอยู่ / บิดาหรือมารดาเสียชีวิต	156.9 (15.68)		
ลักษณะของครอบครัว			
ครอบครัวเดี่ยว	159.0 (16.79)	.369	.713
ครอบครัวขยาย	161.3 (15.59)		
การศึกษาคนในครอบครัว			
ศึกษาคนในครอบครัว	161.2 (15.48)	1.463	.145
ไม่ศึกษาคนในครอบครัว	156.0 (19.36)		
การปรึกษาเพื่อน			
ปรึกษาเพื่อน	161.2 (15.73)	3.219	*.001
ไม่ปรึกษาเพื่อน	146.3 (16.10)		
ปรึกษาอาจารย์			
เคยปรึกษาอาจารย์	158.9 (16.50)	-1.508	.133
ไม่เคยปรึกษาอาจารย์	161.8 (15.44)		

จากการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของนิสิต โดยใช้ Independent - Samples t - test พบว่านิสิตชั้นพรีคลินิกและชั้นคลินิก นิสิตที่เคยสูบบุหรี่และไม่เคยสูบบุหรี่ นิสิตที่ปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรกและไม่ได้ปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก นิสิตที่อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรกและไม่ได้อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก นิสิตที่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยและไม่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย นิสิตที่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาได้และ

เพื่อนไม่สามารถเป็นที่ปรึกษาได้ มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ตารางที่ 10 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของนิสิต โดยใช้ One - way ANOVA (บางตัวแปรมีการจัดกลุ่มใหม่เพื่อให้การวิเคราะห์ได้ดียิ่งขึ้น)

ตัวแปร	F	d f		Sig
		Between group ,	Within group	
ภูมิลำเนา				
ภาคเหนือ	.515	2,	299	.598
ภาคกลาง				
ภาคอื่นๆ				
ลำดับการเกิด				
ลูกคนโต	.721	4,	297	.578
ลูกคนกลาง				
ลูกคนเล็ก				
อื่นๆ				

ตารางที่ 10 (ต่อ) แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์
ภาพรวมของนิสิต โดยใช้ One - way ANOVA (บางตัวแปรมีการจัดกลุ่มใหม่เพื่อให้การวิเคราะห์
ได้ดียิ่งขึ้น)

ตัวแปร	F	d f		Sig
		Between group,	Within group	
จำนวนสมาชิกในครอบครัว				
1 - 3 คน	.009	2,	299	.991
4 - 6 คน				
7 คนขึ้นไป				
อาชีพของบิดา				
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	.995	2,	299	.371
ค้าขาย				
เกษตรกรกรรม / รับจ้าง / อื่นๆ				
อาชีพของมารดา				
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	1.438	2,	299	.239
ค้าขาย				
เกษตรกรกรรม / รับจ้าง / อื่นๆ				

ตารางที่ 10 (ต่อ) แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์
ภาพรวมของนิสิต โดยใช้ One - way ANOVA (บางตัวแปรมีการจัดกลุ่มใหม่เพื่อให้การวิเคราะห์
ได้ดียิ่งขึ้น)

ตัวแปร	F	d f	Sig
รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน			
ต่ำกว่า 10,000 บ. / ตั้งแต่ 10,000 -30,000 บ.	1.137	2, 299	.322
ตั้งแต่ 30,000-50000 บ.			
ตั้งแต่ 50,000 บ. ขึ้นไป			
ระดับการศึกษาของบิดา			
ประถมศึกษา	.335	2, 299	.715
มัธยมศึกษา / ปวช. / ปวส. / อนุปริญญา			
ปริญญาตรี / ปริญญาโท / ปริญญาเอก			
การศึกษาของมารดา			
ประถมศึกษา	.393	2, 299	.675
มัธยมศึกษา / ปวช. / ปวส. / อนุปริญญา			
ปริญญาตรี / ปริญญาโท / ปริญญาเอก			
การทำกิจกรรมต่างๆร่วมกันในครอบครัว			
ไม่เคย	2.320	2, 299	.100
สัปดาห์ละ 1-3 วัน			
สัปดาห์ละ 4-7 วัน			

ตารางที่ 10 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของนิสิต โดยใช้ One - way ANOVA (ต่อ) (บางตัวแปรมีการจัดกลุ่มใหม่เพื่อให้การวิเคราะห์ได้ดียิ่งขึ้น)

ตัวแปร	F	d f	Sig
Between group,			
Within group			
การทะเลาะเบาะแว้งในครอบครัว			
ไม่เคย	.254	2, 299	.776
ทะเลาะกันเล็กน้อย			
ทะเลาะรุนแรงแต่ไม่ทำร้ายร่างกายกัน			
ทะเลาะรุนแรงและทำร้ายร่างกายกัน			
จำนวนเพื่อนสนิท			
ไม่มีเลย / 1-3 คน	5.334	2, 299	*< .001
4-6 คน			
7 คนขึ้นไป			
การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน			
ไม่เคย	1.897	2, 299	.152
สัปดาห์ละ 1-3 วัน			
สัปดาห์ละ 4-7 วัน			
การทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อน			
ไม่เคย	7.181	2, 299	*< .001
สัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง			
สัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง / มากกว่า 7 ครั้งขึ้นไป			

ตาราง 11 แสดงการเปรียบเทียบเชิงซ้อน (Multiple comparison) โดย วิธี LSD ระหว่างนิสิตที่มีจำนวนเพื่อนสนิทต่างกัน

จำนวนเพื่อนสนิท	จำนวนเพื่อนสนิท	Sig
ไม่มีเลย , 1-3 คน Mean (SD) = 138.8 (10.20)	4-6 คน มากกว่า 7 คนขึ้นไป	* .008 * .001
4-6 คน Mean (SD) = 157.9 (10.20)	ไม่มีเลย , 1-3 คน มากกว่า 7 คนขึ้นไป	* .008 * .011
มากกว่า 7 คนขึ้นไป Mean (SD) = 163.2 (16.68)	ไม่มีเลย , 1-3 คน 4-6 คน	* .001 * .011

จากตารางแสดงว่านิสิตที่ไม่มีเพื่อนสนิทเลยและมีเพื่อนสนิทจำนวน 1-3 คน มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมแตกต่างจากนิสิตที่มีเพื่อนสนิทจำนวน 4-6 คน และ นิสิตที่มีเพื่อนสนิทจำนวน 7 คนขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ตาราง 11 (ต่อ) แสดงการเปรียบเทียบเชิงซ้อน (Multiple comparison) โดยวิธี LSD ระหว่างนิสิตที่มีการทะเลาะกับเพื่อนต่างกัน

การทะเลาะกับเพื่อน	การทะเลาะกับเพื่อน	Sig
ไม่เคย Mean(SD) = 162.5 (15.53)	สัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง สัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง , มากกว่า 7 ครั้ง	* .022 * < .001
สัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง Mean(SD) = 158.1 (15.67)	ไม่เคย สัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง , มากกว่า 7 ครั้ง	* .022 * .001
สัปดาห์ละ 4-6 ครั้ง , มากกว่า 7 ครั้ง Mean(SD) = 133.2 (11.32)	ไม่เคย สัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง	* < .001 * .001

จากตารางแสดงว่า นิสิตที่ไม่เคยทะเลาะกับเพื่อนเลย มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมแตกต่างจากนิสิตทะเลาะกับเพื่อน 1-3 ครั้งในหนึ่งสัปดาห์ , นิสิตทะเลาะกับเพื่อน 4-6 ครั้งและมากกว่า 7 ครั้งในหนึ่งสัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิจัยประชากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 11 (ต่อ) แสดงการเปรียบเทียบเชิงซ้อน (Multiple comparison) โดยวิธี LSD ระหว่าง
 นิสิตที่มีภาวะสุขภาพจิตต่างกัน

ภาวะสุขภาพจิต	ภาวะสุขภาพจิต	Sig
ต่ำกว่าคนทั่วไป Mean(SD) = 144.7 (11.81)	เท่ากับคนทั่วไป สูงกว่าคนทั่วไป	* < .001 * < .001
เท่ากับคนทั่วไป Mean(SD) = 160.2 (13.21)	ต่ำกว่าคนทั่วไป สูงกว่าคนทั่วไป	* < .001 * < .001
สูงกว่าคนทั่วไป Mean(SD) = 172.7 (11.74)	เท่ากับคนทั่วไป ต่ำกว่าคนทั่วไป	* < .001 * < .001

จากตารางแสดงว่า นิสิตที่มีภาวะสุขภาพจิตสูงกว่าคนทั่วไปและเท่ากับคนทั่วไป มีคะแนน
 ความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมแตกต่างจากนิสิตที่มีภาวะสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป อย่างมีนัย
 สำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมกับอายุ รายรับต่อเดือน เกรดเฉลี่ย และคะแนนสุขภาพจิตของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549 โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Correlation)

ตาราง 12 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมกับอายุ รายรับต่อเดือน เกรดเฉลี่ยสะสม และคะแนนสุขภาพจิตของนิสิตคณะทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549

ตัวแปร	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	Sig (2-tailed)
อายุ	.12	.04
รายรับต่อเดือน	.03	.57
เกรดเฉลี่ยสะสม	.07	.25
คะแนนสุขภาพจิต	.70	* < .01

จากตารางพบว่าอายุ รายรับต่อเดือนและเกรดเฉลี่ย ไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ส่วนคะแนนสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมในระดับค่อนข้างสูง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 6 การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ

ผู้วิจัยเลือกตัวแปรอิสระจากความเป็นไปได้ทางทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากการวิเคราะห์เบื้องต้นของตัวแปรที่ละคู่ มีตัวแปรทั้งหมด 17 ตัว โดยใน Model แรก อาศัยจุดตัดที่ $p = 0.10$ ไปวิเคราะห์ด้วย Multiple Linear Regression โดยวิธี Enter ดังตารางที่ 13 ต่อมาเลือกตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p = 0.05$ ออกจาก Model ที่ละตัว จากมากไปหาน้อย จนได้ Model สุดท้ายซึ่งเสนอดังสมการและตารางที่ 14

ตารางที่ 13 แสดงตัวแปรที่คาดว่าจะสามารถอธิบายความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ม.นเรศวร ปีการศึกษา 2549 ใน Model 1

ตัวแปร	B	S.E B	β	t	Sig
เพศ	1.613	1.736	.046	.929	.354
อายุ	1.503	2.010	.047	.748	.455
ชั้นปี	-1.857	2.644	-.058	-.702	.483
เกรดเฉลี่ยสะสม	-1.323	1.478	-.089	-.895	.371
ระดับการศึกษาของบิดา	-.081	1.397	-.004	-.058	.954
ระดับการศึกษาของมารดา	1.055	1.220	.055	.864	.388
การทะเลาะในครอบครัว	.397	2.606	.044	.152	.879
จำนวนเพื่อนสนิท	2.546	1.538	.083	1.655	.099
การทะเลาะกับเพื่อน	-2.006	1.530	-.065	-1.311	.191
การสูบบุหรี่	3.195	2.930	-.009	1.090	.277
การอ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก	1.657	1.466	.049	1.131	.259
การปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก	3.795	2.145	.051	1.769	.078
การทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย	3.335	1.486	.078	2.244	.026
การปรึกษาในครอบครัว	1.665	2.744	.102	.607	.545
การปรึกษาเพื่อน	-.172	3.969	.027	-.043	.965
การปรึกษาอาจารย์	.705	1.654	-.002	.426	.670
คะแนนสุขภาพจิต	2.126	.153	.022	13.879	< .001
Constant	79.056	20.207		3.912	.000
R = .732 R ² = .535 S.E. est. =11.294					
F = 14.421 p – value < 0.001					

ตารางที่ 14 แสดงตัวแปรที่สามารถอธิบายความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะ
ทันตแพทยศาสตร์ ม.นเรศวร ปีการศึกษา 2549 ใน Model สุดท้าย

ตัวแปร	B	S.E B	β	t	Sig
การปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก	4.767	2.048	.096	2.328	.021
คะแนนสุขภาพจิต	2.229	.132	.694	16.866	< .001
Constant	89.943	4.203		21.402	.000

R = .705 R² = .497
S.E. est.= 11.376
F = 146.934
p – value < 0.001

จากตารางสรุปว่าตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้มากที่สุดคือคะแนนสุขภาพจิต โดยคะแนนสุขภาพจิตกับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมมีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน รองลงมาคือการปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก

สมการความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ในรูปคะแนนดิบ

$$Y = 89.94 + 4.77 X_1 + 2.23 X_2$$

Y = คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

X₁ = การปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก

X₂ = คะแนนสุขภาพจิต

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล ส่วนครอบครัวและส่วนสังคม ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-6 มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549 เป็นดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล พบว่า นิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 302 คน สองในสามเป็นเพศหญิง มีอายุอยู่ในช่วง 18-25 ปี มีเกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ระหว่าง 2.00-3.83 มีรายรับต่อเดือนตั้งแต่ 2,000 - 15,000 บาท มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคเหนือมากที่สุด มีลำดับการเกิดส่วนใหญ่เป็นลูกคนโต ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ไม่เคยสูบบุหรี่ นิสิตที่เคยสูบบุหรี่เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง นิสิตส่วนใหญ่เคยดื่มสุรา นิสิตที่เคยดื่มสุราเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย งานอดิเรกส่วนใหญ่เป็นการฟังเพลง ส่วนใหญ่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย

ข้อมูลส่วนครอบครัว พบว่า บิดา มารดาของนิสิตส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน ส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 4 คน ส่วนใหญ่อาชีพของบิดาและมารดาเป็นข้าราชการ รายได้รวมของครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 30,001-50,000 บาท การศึกษาของบิดาและมารดาส่วนใหญ่เป็นระดับปริญญาตรี ลักษณะครอบครัวส่วนใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยว ส่วนใหญ่มีเวลาในการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว คือ 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ การทะเลาะในครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในระดับเล็กน้อย ส่วนใหญ่คนในครอบครัวสามารถเป็นที่ปรึกษาเมื่อนิสิตมีเรื่องไม่สบายใจหรือมีปัญหา

ข้อมูลส่วนสังคม พบว่านิสิตส่วนใหญ่มีเพื่อนสนิทจำนวน 1-3 คน ส่วนใหญ่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือมีปัญหา ส่วนใหญ่มีเวลาในการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน คือ 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ และส่วนใหญ่ไม่เคยทะเลาะกับเพื่อน นิสิตส่วนใหญ่ไม่เคยปรึกษาอาจารย์เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือมีปัญหา เหตุผลที่นิสิตส่วนใหญ่ไม่ปรึกษาอาจารย์ คือ ปรึกษาผู้อื่นดีกว่า

ส่วนที่ 2 ผลการศึกษาคะแนนสุขภาพจิตของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-6 มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549 พบว่า คะแนนสุขภาพจิตอยู่ระหว่าง 15-44 คะแนน ซึ่งการประเมินภาวะสุขภาพจิตจากการเทียบกับคะแนนที่เป็นเกณฑ์มาตรฐานของคนทั่วไป พบว่า นิสิตส่วนใหญ่เป็นผู้มีภาวะสุขภาพจิตปกติเท่ากับคนทั่วไป โดย นิสิตชั้นปีที่ 1 มีคะแนนสุขภาพจิตสูงที่สุด ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 4 มีคะแนนสุขภาพจิตต่ำที่สุดและมีจำนวนคนที่มีความสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไปมากที่สุด

ส่วนที่ 3 ผลการศึกษาคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมและคะแนนความฉลาดทางอารมณ์รายด้านของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-6 มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี เก่ง สุข และองค์ประกอบย่อยด้านต่างๆอยู่ในช่วงคะแนนปกติ โดยนิสิตชั้นปีที่4 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำที่สุด และนิสิตชั้นปีที่6 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงที่สุด

ส่วนที่ 4 ผลการศึกษาความแตกต่างระหว่างคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของกลุ่มตัวแปรด้วย ANOVA และ t-test พบว่า นิสิตต่างชั้นปี นิสิตที่เคยสูบบุหรี่และไม่เคยสูบบุหรี่ นิสิตที่มีการอ่านหนังสือเป็นงานอดิเรกและที่ไม่ได้อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก นิสิตที่มีการปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรกและไม่ได้ปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก นิสิตที่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยและไม่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย นิสิตที่มีจำนวนเพื่อนสนิทต่างกัน นิสิตที่เคยทะเลาะกับเพื่อนและไม่เคยทะเลาะกับเพื่อน นิสิตที่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาได้และไม่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาได้ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

นิสิตชั้นพรีคลินิก (ชั้นปีที่ 1 , 2 และ 3) มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่า นิสิตชั้นคลินิก (ชั้นปีที่ 4 , 5 และ 6) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิสิตที่เคยสูบบุหรี่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่านิสิตที่ไม่เคยสูบบุหรี่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิสิตที่ไม่ได้อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรกมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่า นิสิตที่อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิสิตที่ไม่ได้ปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรกมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่านิสิตที่ปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิสิตที่ไม่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่า นิสิตที่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิสิตที่ไม่มีเพื่อนสนิทเลย มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่านิสิตที่มีเพื่อนสนิทจำนวน 1-3 คน , 4-6 คน และ 7 คนขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

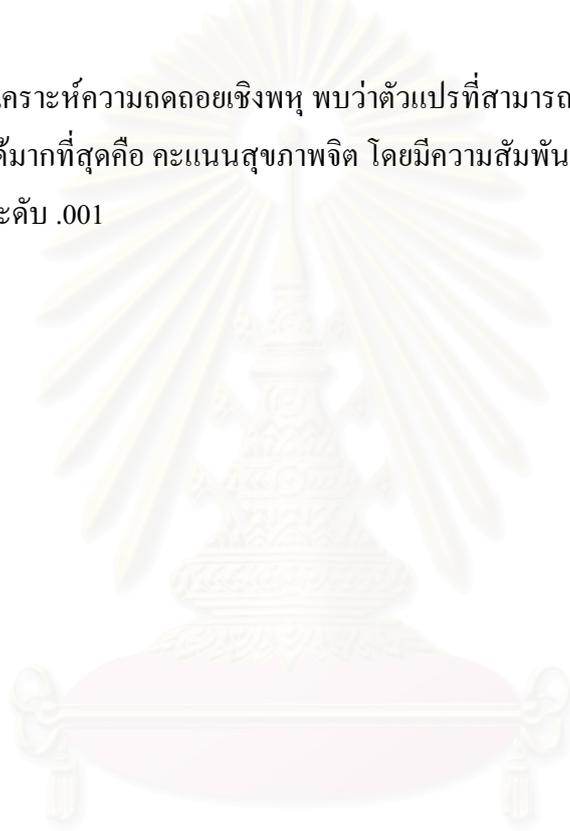
นิสิตที่เคยทะเลาะกับเพื่อนมากกว่า 7 ครั้งในหนึ่งสัปดาห์ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่านิสิตที่ไม่เคยทะเลาะกับเพื่อน และนิสิตทะเลาะกับเพื่อน 1-3 ครั้งในหนึ่งสัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิสิตที่ไม่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาได้ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่านิสิตที่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมกับอายุ รายรับต่อเดือน เกรดเฉลี่ยสะสม และคะแนนสุขภาพจิตของนิสิต โดยใช้สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า

คะแนนสุขภาพจิตของนิสิต มีความสัมพันธ์ในทางเดียวกัน(ทางบวก)กับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมค่อนข้างสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนอายุ รายรับต่อเดือนและเกรดเฉลี่ยสะสมพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม

ส่วนที่ 6 ผลการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ พบว่าตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมได้มากที่สุดคือ คะแนนสุขภาพจิต โดยมีความสัมพันธ์กันค่อนข้างสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้พบประเด็นที่น่าสนใจ นำมาอภิปรายได้ ดังนี้

ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549 ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลในด้านของ ชั้นปีที่ศึกษา การเคยสูบบุหรี่ การทำงานอดิเรก และการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย ปัจจัยส่วนสังคมในด้านของ จำนวนเพื่อนสนิท การมีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาและให้กำลังใจได้ การทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อนและภาวะสุขภาพจิต

ชั้นปีที่ศึกษา จากการศึกษาพบว่านิสิตต่างชั้นปีมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่างกัน ซึ่งขัดแย้งกับการศึกษาของมนัสนันท์ หัตถศักดิ์⁽²⁶⁾ ซึ่งศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร พบว่านักศึกษาต่างชั้นปีมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่ต่างกัน ซึ่งอาจเกิดจากการที่การศึกษาดังกล่าวทำในนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 ของคณะอื่นๆซึ่งไม่ใช่ทันตแพทย์ จึงมีความขัดแย้งกับผลการศึกษาเพราะในนิสิตทันตแพทย์ มีรูปแบบการเรียนการสอนและภาวะแวดล้อมที่แตกต่างจากนิสิตคณะอื่นๆ จึงอาจทำให้ผลการศึกษาแตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาในเรื่องชั้นปีที่แยกตามรูปแบบการเรียน จะพบว่านิสิตชั้นพรีคลินิก (ชั้นปีที่ 1, 2 และ 3) ซึ่งเป็นนิสิตที่ยังไม่ได้ทำการตรวจรักษาผู้ป่วยจริง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่านิสิตชั้นคลินิก (ชั้นปีที่ 4, 5 และ 6) ซึ่งเป็นนิสิตที่ได้ทำการตรวจรักษาผู้ป่วยจริง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาองค์ประกอบย่อยพบว่านิสิตชั้นพรีคลินิกมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านการควบคุมตนเอง การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจ แก้ปัญหา สัมพันธภาพและความภูมิใจในตนเอง สูงกว่านิสิตชั้นคลินิก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาในแต่ละชั้นปีพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 6 มีค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงที่สุด รองลงมาคือนิสิตชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 5 ตามลำดับ ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 4 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุด

ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับการที่นิสิตในชั้นปีที่ 1 และ 2 นั้นเป็นนิสิตชั้นปีแรกๆ ซึ่งยังมีการเรียนไม่หนักมาก รายวิชาที่เรียนส่วนใหญ่ยังเป็นการเรียนที่นิสิตสามารถปรับตัวได้ต่อเนื่องจากชั้นมัธยมศึกษา เช่น วิชาพื้นฐานต่างๆ นิสิตมีการเรียนร่วมกับเพื่อนจากคณะต่างๆทำให้นิสิตมีการปฏิสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้นซึ่งเป็นการเพิ่มทักษะทางสังคม ตารางเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1 และ 2 ไม่แออัดแน่นจนเกินไปทำให้นิสิตมีเวลาที่จะผ่อนคลายหรือทำงานอดิเรกต่างๆได้ นอกจากนี้นิสิตยังได้ร่วมทำกิจกรรมต่างๆในมหาวิทยาลัย เช่น กิจกรรมรับน้องใหม่ และกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่างๆ ทำให้นิสิตได้มีโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนๆ ตลอดจนถึงและอาจารย์ กิจกรรมต่างๆทำให้นิสิตได้เรียนรู้ถึงความสามัคคี ความอดทน ความเอื้อเฟื้อ ความมีน้ำใจเป็นนัก

กีฬา เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีความสำคัญต่อการหล่อหลอมให้นิสิตมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี และมีสุขภาพจิตที่ดีด้วย

ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่านิสิตชั้นปีที่ 1 และ 2 อาจเนื่องจากนิสิตชั้นปีที่ 3 มีการเรียนที่หนักขึ้น โดยจะเริ่มมีการเรียนวิชาที่เกี่ยวข้องของเฉพาะของทันตแพทย์ ซึ่งเป็นการเรียนที่ต้องใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ร่วมกัน ทำให้นิสิตต้องเริ่มปรับตัวกับการเรียนมากขึ้น นิสิตจึงอาจมีความเครียดเพิ่มขึ้นจากการต้องปรับตัวดังกล่าว อีกทั้งการที่ตารางเรียนแน่นมากขึ้น อาจทำให้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆของนิสิตลดลง เพราะนิสิตต้องใช้เวลาในห้องเรียนเพื่อทำงานแลปต่อ เช่น ต้องเอาฟันปลอมกลับไปทำต่อที่หอหรือที่บ้านเพื่อให้มีงานส่งทันตามกำหนดเวลา

ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 4 ซึ่งมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่านิสิตชั้นปีอื่นๆ อาจเนื่องจากการที่นิสิตชั้นปีที่ 4 เพิ่งเริ่มก้าวเข้าสู่การเรียนที่ต้องทำการตรวจรักษาทางทันตกรรมในผู้ป่วยจริง ซึ่งทำให้นิสิตต้องปรับตัวอย่างมาก โดยนิสิตที่ปรับตัวได้ไม่ดีก็จะมีปัญหาความเครียดมาก ทั้งเรื่องการสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วย การวางแผนการรักษา การปรับตัวกับอาจารย์ซึ่งจะต้องคอยตรวจเช็คงานตลอดทุกขั้นตอนของการรักษา การจัดตารางเวลาในการนัดหมายผู้ป่วยและตารางเรียนของตนเอง เมื่อพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์รายด้านและองค์ประกอบย่อยพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 4 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขต่ำกว่าชั้นปีอื่น ซึ่งเป็นข้อพิจารณาที่น่าสนใจในการที่ต้องพัฒนาให้นิสิตมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่งและด้านสุขเพิ่มขึ้น เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ประกอบด้วย การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจแก้ปัญหา และสัมพันธภาพ หากนิสิตขาดแรงจูงใจ มีการตัดสินใจแก้ปัญหาไม่ดีและมีปัญหาเรื่องสัมพันธภาพ ย่อมส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของนิสิตทั้งในเรื่องการเรียน การใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย การปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและอาจารย์ ตลอดจนจนถึงการปฏิสัมพันธ์กับคนไข้ นิสิตก็อาจเกิดการซึมเศร้า เบื่อหน่าย อ่อนล้าและท้อแท้ต่อการเรียนและอาจส่งผลให้ไม่สามารถเรียนจนสำเร็จการศึกษาและไม่มีความสุขในชีวิตได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Rhonda F. Brown และ Nicola S. Sschutte⁽¹⁷⁾ ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความรู้สึกเหนื่อยล้าในนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยพบว่านักศึกษาที่มีความซึมเศร้าสูง ความวิตกกังวลสูง การมองด้านบวกต่ำ ความมั่นใจในตนเองต่ำ มีความเชื่อด้านสุขภาพไม่ดี และมีการสนับสนุนทางสังคมต่ำ จะมีความรู้สึกเหนื่อยล้าสูง และมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ ซึ่งหากนิสิตมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งต่ำจะทำให้มีปัญหาในการรักษาผู้ป่วย เพราะการรักษาต้องอาศัยการมีแรงจูงใจที่อยากจะทำการรักษา การตัดสินใจแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ และการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้ป่วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้การรักษาประสบความสำเร็จและเป็นที่ยอมรับแก่ผู้ป่วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Wagner PJ และคณะ⁽¹⁸⁾ ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ของแพทย์กับความพึงพอใจของผู้ป่วย พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ มีความ

สัมพันธ์ต่อความพึงพอใจของผู้ป่วย ส่วนความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขประกอบด้วยความภูมิใจตนเอง ความพอใจในชีวิตและความสุขสงบทางใจ เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้บัณฑิตมีความมั่นคงทางใจ มีความสุขในการเรียน และการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ดังนั้นจึงต้องหาแนวทางในการช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทั้งด้านเก่งและด้านสุขนี้ให้มากขึ้น

ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 5 นั้นก็มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่าชั้นปีอื่นๆ (แต่สูงกว่านิสิตชั้นปีที่ 4) ซึ่งอาจเนื่องจากนิสิตชั้นปีนี้เริ่มปรับตัวในการเรียนได้มากขึ้น แต่ก็ยังมีความกดดันในเรื่องของการต้องทำการรักษาทางทันตกรรมในแต่ละแผนกให้ได้ครบตามเกณฑ์ ปริมาณการรักษาที่อาจารย์ตั้งไว้และต้องให้ทันในเวลาที่กำหนด นิสิตบางคนมีปัญหาเรื่องการนัดหมายผู้ป่วย บางคนมีปัญหาเรื่องการสื่อสารกับผู้ป่วย หรือบางคนทำการรักษาไม่ทันตามเวลาที่กำหนด จึงเกิดความเครียดค่อนข้างมาก เนื่องจากกลัวว่าจะเรียนไม่จบ รวมทั้งการเรียนในชั้นปีนี้ส่วนใหญ่เป็นการเรียนเดี่ยว ไม่ค่อยมีการเรียนแบบกลุ่ม ทำให้นิสิตไม่ค่อยได้มีโอกาสในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับเพื่อนๆ และไม่ค่อยมีเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆร่วมกันเหมือนในชั้นปีแรกๆ ซึ่งก็ต้องหาแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทั้งด้านเก่งและด้านสุขนี้ให้มากขึ้น เช่นเดียวกับนิสิตชั้นปีที่ 4 เพื่อให้บัณฑิตสามารถประสบความสำเร็จในการศึกษา และมีความสุขในชีวิตต่อไป

ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 6 เป็นนิสิตที่มีวุฒิภาวะสูงกว่านิสิตปีอื่นๆ เนื่องจากสามารถปรับตัวผ่านความกดดัน ความเครียดต่างๆจากการเรียน การสอบ และการรักษาผู้ป่วย อีกทั้งนิสิตยังมีเวลาว่างในการทำงานอดิเรกหรือพักผ่อนมากขึ้น ตลอดจนผ่านการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยมาแล้วถึงหกปี และนิสิตใกล้จะสำเร็จการศึกษาเป็นบัณฑิตในอีกไม่กี่เดือนข้างหน้า ซึ่งอาจทำให้นิสิตรู้สึกมีความผ่อนคลายและสุขใจมากกว่านิสิตชั้นปีอื่นๆ ซึ่งสุขภาพจิตที่ดีก็จะช่วยให้มีความมั่นคงทางอารมณ์และความสงบสุขด้วย ซึ่งก็สัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับงานที่นิสิตชั้นปีที่ 6 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่านิสิตชั้นปีอื่นๆ

การเคยสูบบุหรี่ จากการศึกษาพบว่านิสิตที่เคยสูบบุหรี่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่านิสิตที่ไม่เคยสูบบุหรี่ การที่นิสิตเคยสูบบุหรี่อาจเนื่องจากเพราะเพื่อนชักชวน อยากลองหรืออาจใช้เป็นวิธีคลายเครียด ซึ่งล้วนแสดงให้เห็นถึงการตัดสินใจและการจัดการกับความเครียดที่ไม่ดี ซึ่งเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Allan K.H. Pau และคณะ⁽¹⁶⁾ ซึ่งศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์กับการจัดการกับความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ระดับปริญญาตรีในประเทศอังกฤษ โดยทำการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาวิธีการจัดการกับความเครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่างกัน พบว่านักศึกษากลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำใช้วิธีการแยกตัวจากสังคม การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ รวมทั้งการขับรถด้วยความเร็วสูง ในการจัดการกับความเครียดซึ่งล้วนเป็นพฤติกรรมที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

การทำงานอดิเรก จากการศึกษาพบว่านิสิตที่มีการปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรกมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้มีการปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก โดยจากการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ ก็พบว่า การปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรกเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งอาจเกิดจากการปลูกต้นไม้หรือการอยู่กับธรรมชาติจะช่วยให้ระบบประสาทสงบลง เกิดสมาธิมากขึ้น ความตึงเครียดลดลง กิจะอะไรได้ทะลุปรุโปร่งขึ้น นอกจากนี้ยังทำให้มีจิตใจละเอียดอ่อน ซึ่งอุมพร ตรังคสมบัติ⁽⁶⁾ กล่าวว่า การที่เด็กมีโอกาสอยู่กับธรรมชาติบ่อยๆ จะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่ใช้ชีวิตเรียบง่าย รู้จักพึงพอใจในสิ่งที่ตนมี รู้จักมองเห็นด้านบวกในสถานการณ์ที่แย่และจะมีการปรับตัวดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Jannette Havilanad และคณะ⁽²⁹⁾ ที่ศึกษาพบว่าเด็กที่ไม่มีผลต่ออารมณ์ทางบวก ได้แก่ ความรู้สึกสุขใจ สบายใจ ความรู้สึกสงบและความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต

ส่วนการอ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก พบว่านิสิตที่อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรกมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้อ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก อาจเนื่องจากการอ่านหนังสือเป็นสิ่งที่ต้องใช้สมาธิ ผู้ที่ชอบอ่านหนังสือส่วนใหญ่จะมีลักษณะความ สุขุม มีสมาธิ ใจเย็น นอกจากนี้การอ่านหนังสือจะช่วยเปิดโลกทัศน์ให้แก่ผู้อ่านในการรู้จักมุมมองของชีวิตใหม่ๆ โดยเฉพาะหนังสือแนวปรัชญาหรือศาสนาจะมีคำสอนที่ช่วยจรรโลงจิตใจให้ผู้อ่านเกิดความสงบ สุขทางใจ เกิดสติรู้เท่าทันจิตใจของตนเอง ตลอดจนยังช่วยให้เกิดความรู้สึกเมตตาต่อเพื่อนร่วมโลกอีกด้วย ซึ่งลักษณะดังกล่าวล้วนเกี่ยวข้องกับ ความฉลาดทางอารมณ์ จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงอาจทำให้ผู้ที่ชอบปลูกต้นไม้และอ่านหนังสือเป็นงานอดิเรกมีความฉลาดทางอารมณ์สูง

การทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย จากการศึกษาพบว่านิสิตที่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมสูงกว่านิสิตที่ไม่เคยทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับการที่กิจกรรมต่างๆ ในมหาวิทยาลัยเป็นการฝึกให้นิสิตเกิดทักษะต่างๆ เช่น ทักษะทางสังคม การสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆ และอาจารย์ในมหาวิทยาลัย เกิดความสามัคคี เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน การรู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา นอกจากนี้การทำกิจกรรม เช่น การออกค่ายอาสา ยังช่วยให้นิสิตมีโลกทัศน์ที่กว้างขึ้น เนื่องจากการมีเพื่อนต่างคณะ ทำให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ต่างๆ ร่วมกัน การรู้จักเข้าใจและยอมรับความต่างระหว่างบุคคล รู้จักการประนีประนอม และการรู้จักเสียสละเพื่อผู้อื่น เป็นต้น ซึ่งล้วนแล้วแต่สัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้นการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยจะช่วยหล่อหลอมให้นิสิตซึมซับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปด้วยในตัว ซึ่งนับว่าเป็นสิ่งสำคัญมากกับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย เพราะการที่นิสิตจะมุ่งแต่เรียนเพียงอย่างเดียวคงไม่สามารถทำให้นิสิตเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ นิสิตจะต้องมีทักษะทางสังคมต่างๆ และที่สำคัญคือต้องมีความฉลาดทางอารมณ์ในการที่จะรู้จักปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสภาวะแวดล้อมได้เป็นอย่างดี จึงจะสามารถเรียนและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ ซึ่งสถาบันการศึกษาเป็นสถานที่ที่สำคัญใน

การปลูกฝังและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ นิสิต นักศึกษา เพราะความฉลาดทางอารมณ์จะติดตัวนิสิตไปจนกระทั่งสามารถนำไปใช้ในชีวิตการทำงานและชีวิตครอบครัวในอนาคตได้อย่างดีอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของมนัสนันท์ หัตถศักดิ์⁽²⁶⁾ ที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร พบว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของมหาวิทยาลัยเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์

ปัจจัยด้านสังคม จากการศึกษาพบว่าเพื่อนมีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของ นิสิต มาก โดยพบว่า นิสิตที่มีเพื่อนสนิทมาก นิสิตที่ไม่เคยทะเลาะกับเพื่อนหรือเคยทะเลาะกันเล็กน้อย และนิสิตที่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาและให้กำลังใจได้ มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ภาพรวมสูงกว่านิสิตที่ไม่มีเพื่อนสนิทเลย นิสิตที่ทะเลาะกับเพื่อนบ่อยๆ และนิสิตที่ไม่มีเพื่อนที่สามารถเป็นที่ปรึกษาและให้กำลังใจได้ ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับการที่นิสิตอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อชีวิตมากกว่าวัยอื่นๆ อีกทั้งการที่นิสิตส่วนใหญ่อาศัยอยู่ที่หอพัก นิสิตจึงใช้เวลาส่วนใหญ่ร่วมกับเพื่อน เช่น การรับประทานอาหาร การเรียน การทำงานอดิเรกและการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยต่างๆ จึงอาจทำให้เพื่อนมีความสำคัญต่อนิสิตมาก ดังนั้นความสัมพันธ์กับเพื่อนจึงมีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิต เพราะการอยู่ร่วมกับเพื่อนจะช่วยฝึกทักษะทางสังคมให้แก่ นิสิต เช่น การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การรู้จักแบ่งปัน การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การรู้จักให้อภัย ความรับผิดชอบ รวมไปถึงการมีแรงจูงใจในการทำสิ่งต่างๆ เนื่องจากวัยรุ่นมักชอบอยู่กับเพื่อนฝูงมากกว่า และชอบทำตามกลุ่มเพื่อน⁽³⁰⁾ ถ้านิสิตไม่มีเพื่อนสนิท หรือเพื่อนที่จะสามารถเป็นที่ปรึกษาและให้กำลังใจได้เลย นิสิตก็จะขาดการสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญ เวลาเครียดหรือไม่สบายใจในเรื่องที่ไม่อยากระบายกับครอบครัว เพื่อนจะเป็นผู้ให้การสนับสนุนทางสังคมที่ช่วยให้ นิสิตผ่อนคลาย ความเครียด ความคับข้องใจ และความไม่สบายใจต่างๆ ได้ เพราะอยู่ในวัยเดียวกันสามารถพูดคุยสื่อสารกัน ได้เข้าใจกว่าวัยอื่น รวมทั้งการมีบริบทของการเรียนและสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยเหมือนกัน จึงทำให้เพื่อนเข้าใจและเป็นที่ปรึกษาแก่นิสิตได้ดี ส่วนเรื่องทะเลาะกับเพื่อน จากการศึกษาพบว่า นิสิตที่ทะเลาะกับเพื่อนบ่อยๆ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่านิสิตที่ไม่เคยทะเลาะกับเพื่อนหรือทะเลาะกับเพื่อนเล็กน้อย ซึ่งอุมาพร ตรังคสมบัติ⁽⁶⁾ กล่าวถึงเรื่องนี้ว่า ปัญหาเรื่องเพื่อนนี้หากไม่ได้รับการแก้ไขแล้ว เด็กมักจะเกิดความสงสัยตนเอง คิดว่าตนเองไม่ดี เพื่อนจึงไม่ยอมรับ ในที่สุดปัญหานี้จะมีผลกระทบต่อการพัฒนาบุคลิกภาพและอารมณ์ เด็กจะกลายเป็นคนเงิบ แยกตัว ขาดความเชื่อมั่น ไม่มีความสุข มีอารมณ์เศร้า ไม่อยากไปเรียน การเรียนแย่ลง และอาจทำให้เกิดปัญหาพฤติกรรมอื่นๆ ตามมา โดยเฉพาะพฤติกรรมก้าวร้าว ในเด็กบางคนปัญหาเรื่องเพื่อนอาจทำให้เกิดความเศร้าเสียใจได้อย่างรุนแรงจนถึงขนาดอยากฆ่าตัวตายก็มี ดังนั้นจะเห็นได้ว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนมีความสำคัญต่อความฉลาดทางอารมณ์ของ นิสิตมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของอังฉรา สุขารมณ และ อังสินันท์ อินทรกำแหง⁽²⁷⁾ ที่ศึกษา ประมวลและสังเคราะห์

งานวิจัยที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ในประเทศไทย ในช่วง พ.ศ 2540-2547 พบว่า ความสัมพันธ์กับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อความฉลาดทางอารมณ์

ภาวะสุขภาพจิต จากการศึกษาพบว่าคะแนนสุขภาพจิตของนิสิตมีความสัมพันธ์ค่อนข้างมากกับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม โดยจะเห็นได้ชัดเจนว่านิสิตที่มีคะแนนสุขภาพจิตสูงก็จะมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงไปด้วย รวมทั้งยังเป็นตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้มากกว่าตัวแปรอื่นๆอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของวัลลภา กิตติมาสกุล⁽²⁵⁾ ที่ศึกษาความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของบุคลากรทีมสุขภาพโรงพยาบาลอ่างทอง โดยพบว่าภาวะสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งจากความหมายของคำว่าสุขภาพจิตตามนิยามของกรมสุขภาพจิต (2537) ได้ให้ความหมายว่า สุขภาพจิต คือ สภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลมาจากการมองเห็น มองโลก รวมทั้งสามารถจัดการกับความคิด อารมณ์และการแสดงออกต่อตนเอง ผู้อื่นและสังคมอย่างเหมาะสมและสร้างสรรค์ภายใต้สภาพแวดล้อมและเวลาที่เปลี่ยนแปลง จากความหมายของความฉลาดทางอารมณ์และสุขภาพจิตเห็นได้ว่ามีความใกล้เคียงกันมาก โดยความฉลาดทางอารมณ์มองที่ทักษะและความสามารถทางอารมณ์ อันนำไปสู่สภาพที่แสดงถึงภาวะสุขภาพจิต⁽³¹⁾ ในคนที่มีสุขภาพจิตดี จะมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม รู้จักควบคุมอารมณ์ มีสัมพันธภาพที่ดี มีความสุขสงบ สบายใจ มีแรงจูงใจในการกระทำสิ่งต่างๆให้ประสบความสำเร็จและเมื่อประสบปัญหาสามารถที่จะปรับตัวและหาทางแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้นสุขภาพจิตจึงมีความสัมพันธ์ต่อความฉลาดทางอารมณ์เป็นอย่างมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Extremera N และ Fernandez-Berrocal P.⁽³²⁾ ที่ศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์กับการทำนายสุขภาพจิต สุขภาพทางสังคมและสุขภาพร่างกายของนักศึกษา พบว่านักศึกษาที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีความวิตกกังวลและซึมเศร้า น้อย และมีสุขภาพจิต สุขภาพทางสังคมและสุขภาพร่างกายที่ดี

เมื่อพิจารณาว่าเหตุใดตัวแปรต่างๆที่นำเข้ามาใน Multiple Linear Regression แล้วพอถึง Model สุดท้าย กลับไม่สามารถอธิบายความฉลาดทางอารมณ์ได้ มีแต่คะแนนสุขภาพจิตซึ่งสามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้มากที่สุด ก็อาจเกี่ยวข้องกับ Confounding effect กล่าวคือ ตัวแปรอื่นๆนั้นอาจมีความเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์โดยผ่านทางสุขภาพจิต และการที่สุขภาพจิตมีอิทธิพลมากกว่าตัวแปรอื่นๆ จึงทำให้ใน Model สุดท้ายตัวแปรอื่นๆจึงไม่Significanceหรือไม่สามารถพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ได้ และอาจเกี่ยวข้องกับการที่ข้อความบางข้อในดัชนีชี้วัดสุขภาพจิต (TMHI-15) นี้ มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์อยู่แล้ว จึงอาจทำให้คะแนนสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์อย่างมาก แต่อย่างไรก็ตามทั้งเรื่องของสุขภาพจิตและความฉลาดทางอารมณ์ก็เป็นสิ่งที่เกี่ยวพันซึ่งกันและกันอยู่แล้ว เนื่องจากคนที่มีความสุขจิตดีย่อมมีความสุขใจ เบิกบาน มีความมั่นคงทางอารมณ์ ซึ่งก็คือมีความฉลาดทางอารมณ์ที่สูง

และคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่สูงก็ย่อมจะมีการรู้จักแยกแยะอารมณ์ รู้จักควบคุมอารมณ์และจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม จึงส่งผลให้มีสุขภาพจิตที่ดีตามมา ดังนั้นทั้งเรื่องสุขภาพจิตและเรื่องความฉลาดทางอารมณ์จึงควรพัฒนาไปพร้อมๆกัน

จากการศึกษานี้พบว่าปัจจัยที่ไม่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตได้แก่ เพศ อายุ ภูมิฐานะ ลำดับการเกิด การมีหรือไม่มีโรคประจำตัว การเคยดื่มสุรา รายรับของนิสิต เกรดเฉลี่ยสะสม การปรึกษาอาจารย์เมื่อมีปัญหาและปัจจัยด้านครอบครัว

ในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างนิสิตเพศชายและหญิง ที่จากการศึกษานี้พบว่าไม่แตกต่างกันนั้น สอดคล้องกับGoleman (1998) (อ้างถึงในวีระวัฒน์) ⁽¹¹⁾ ที่กล่าวว่าโดยภาพรวมแล้วความฉลาดทางอารมณ์ของชายและหญิงไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของมนัสนันท์ ⁽²⁶⁾ ที่ศึกษาพบว่านักศึกษาเพศชายและเพศหญิงนั้นมีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ และNicholas R. และ Scott D. Scheer ⁽²⁰⁾ ที่ศึกษาพบว่าวัยรุ่นเพศหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ

ในเรื่องของอายุนั้น จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมกับอายุของนิสิต พบว่าอายุและคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ไม่มีความสัมพันธ์ต่อกัน ซึ่งอาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นมีอายุต่างกันไม่มาก อายุจึงไม่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของNicholas R และ Scott D. Scheer ⁽²⁰⁾ ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น พบว่าอายุไม่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่น

ในเรื่องของภูมิฐานะ ที่จากการศึกษานี้พบว่านิสิตที่มีภูมิฐานะต่างกันมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกันนั้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Nicholas R และ Scott D. Scheer ⁽²⁰⁾ ซึ่งอาจเป็นเพราะภูมิภาคนั้นไม่มีความเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคล เนื่องจากในคนไทยในแต่ละภูมิภาคมีวิถีชีวิต ความเป็นอยู่และการอบรมเลี้ยงดูไม่แตกต่างกันมากนัก และอาจเกี่ยวกับการที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภูมิฐานะอยู่ในภาคเดียวกัน ดังนั้นนิสิตที่มีภูมิฐานะต่างกันจึงมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน

ลำดับการเกิด จากการศึกษานี้พบว่านิสิตที่มีลำดับการเกิดต่างกัน มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกันนั้น สอดคล้องกับการศึกษาของกัลยา นาคเพ็ชรและวรรณเพ็ญ อินทร์แก้ว ⁽²⁴⁾ ซึ่งอาจเป็นเพราะลำดับการเกิดนั้นไม่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ แต่น่าจะเกี่ยวข้องกับวิธีการเลี้ยงดูมากกว่า ส่วนการมีหรือไม่มีโรคประจำตัว นั้นไม่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ อาจเป็นเพราะสุขภาพเป็นเรื่องที่ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม คนที่มีร่างกายไม่แข็งแรงหรือมีโรคประจำตัวแต่อาจมีจิตใจที่เข้มแข็ง มีสุขภาพจิตและความสัมพันธ์กับสังคมดี ก็อาจมีความฉลาดทางอารมณ์ปกติไม่ต่างจากคนที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีโรคภัยได้

ส่วนในเรื่องการเคียดเคืองสุรานั้นพบว่านิสิตที่เคยและไม่เคยดื่มสุรามีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Allan K.H. Pau และคณะ⁽¹⁶⁾ ที่พบว่านักศึกษา กลุ่มที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำมี การดื่มสุราเป็นวิธีในการจัดการกับความเครียด ซึ่งอาจเป็นเพราะในสังคมของวัยรุ่นยุคใหม่ อาจมีการเลี้ยงสังสรรค์กันซึ่งมักมีสุราหรือเครื่องดื่มพวกแอลกอฮอล์ร่วมด้วย ซึ่งการเคียดเคืองสุราอาจเป็นแค่การอยากทำตามเพื่อนหรือเพื่อการสังสรรค์ แต่อย่างไรก็ตามก็ควรมีการศึกษาในเชิงลึกในเรื่องนี้ต่อไป ส่วนเรื่องรายรับของนิสิต จากการศึกษาพบว่า รายรับไม่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของอัจฉรา สุขารมณ และ อังศินันท์ อินทรกำแหง⁽²⁷⁾ ซึ่งพบว่าเรื่องรายได้หรือฐานะ มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์น้อย ซึ่งอาจเป็นเพราะเรื่องรายรับของนิสิต เป็นเพียงปัจจัยภายนอกที่ไม่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะภายในของตัวบุคคล

ส่วนเรื่องเกรดเฉลี่ยสะสม เป็นผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา ซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่องของความฉลาดทางสติปัญญาหรือไอคิว จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมกับเกรดเฉลี่ยสะสมของนิสิต พบว่าเกรดเฉลี่ยสะสมและคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ไม่มีความสัมพันธ์กัน การที่ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์กันแสดงให้เห็นว่าความฉลาดทางอารมณ์ต้องมีปัจจัยอื่นๆร่วมด้วย นั่นคือระดับความสามารถทางสติปัญญาหรือไอคิวไม่ได้เป็นตัวกำหนดที่สำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้นคนที่ไอคิวสูง ไม่จำเป็นต้องมีไอคิวสูง ส่วนคนที่มีไอคิวสูง ก็อาจจะมีไอคิวไม่สูงก็ได้ ซึ่งสอดคล้องกับวิระวัฒน์ ปันนิตามัย⁽¹¹⁾ ที่ได้กล่าวถึงลักษณะของความฉลาดทางอารมณ์ ว่าความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์กับเขาวนปัญญาไม่แน่นอนและสอดคล้องกับการศึกษาของกัลยา นาคเพ็ชรและวรรณเพ็ญ อินทร์แก้ว⁽²⁴⁾ ที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์และความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทยชั้นปีที่ 1-3 ปีการศึกษา 2544 ซึ่งไม่พบความสัมพันธ์ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์

ในเรื่องของการปรึกษาอาจารย์เมื่อมีปัญหา จากการศึกษาพบว่านิสิตที่เคยปรึกษาอาจารย์เมื่อมีปัญหากับนิสิตที่ไม่เคยปรึกษาอาจารย์เมื่อมีปัญหา มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน โดยการศึกษาพบว่านิสิตส่วนใหญ่ที่ไม่ปรึกษาอาจารย์จะให้เหตุผลว่าปรึกษาผู้อื่นดีกว่า แสดงว่านิสิตอาจมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นมากกว่า จึงปรึกษาผู้อื่นแทนอาจารย์ เช่น ปรึกษาเพื่อน และนอกจากนี้นิสิตยังให้เหตุผลว่าสามารถแก้ปัญหาด้วยตัวเองได้ อาจเป็นเพราะนิสิตมีความมั่นใจและเชื่อมั่นในตนเอง จึงคิดว่าสามารถแก้ปัญหาด้วยตัวเองได้ แต่อย่างไรก็ตามความสัมพันธ์ที่ีระหว่างอาจารย์กับนิสิตก็มีความสำคัญต่อความฉลาดทางอารมณ์มาก ซึ่งจากการศึกษาของอัจฉรา สุขารมณ และ อังศินันท์ อินทรกำแหง⁽²⁷⁾ พบว่าความสัมพันธ์ที่ดีกับครู อาจารย์ มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา เนื่องจากความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นถือว่าเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริม

ความฉลาดทางอารมณ์ เพราะการสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อความเชื่อมั่นของบุคคล ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลมีขวัญกำลังใจดี มีแรงจูงใจเพิ่มขึ้น และมองโลกในแง่ดีมากขึ้น

ส่วนปัจจัยด้านครอบครัว จากการศึกษาพบว่านิสิตที่มีปัจจัยด้านครอบครัวต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมไม่แตกต่างกัน ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ Nicholas R. และคณะ⁽²⁰⁾ ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่น โดยพบว่ารายได้ของครอบครัวและ ระดับการศึกษาของบิดามารดา เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับงานที่นิสิตใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ในมหาวิทยาลัย เพื่อนจึงอาจมีอิทธิพลต่อนิสิตมากกว่าครอบครัว อีกทั้งการที่นิสิตอยู่ในช่วงวัยรุ่นซึ่งเริ่มมีความคิดเป็นตัวของตัวเอง ให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าครอบครัว ดังนั้นนิสิตอาจจะมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยผ่านความสัมพันธ์กับเพื่อน การทำงานอดิเรกต่างๆ รวมทั้งการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย แต่อย่างไรก็ตามครอบครัวก็มีความสำคัญอย่างยิ่งในการปลูกฝังความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ นิสิต เพราะครอบครัวเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญในการปลูกฝังเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ อุมพร ตรังคสมบัติ⁽⁶⁾ กล่าวว่าพ่อแม่เป็นแบบอย่างที่สำคัญต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของลูก รวมทั้งครู อาจารย์และผู้ใหญ่คนอื่นๆ ก็จะต้องเป็นตัวอย่างที่ดีของความฉลาดทางอารมณ์ด้วย แม้ว่าวัยรุ่นจะมีการตามเพื่อนมากกว่าวัยอื่นๆ และเพื่อนจะมีอิทธิพลอย่างมากก็ตาม แต่การศึกษาวิจัยพบว่า หากเด็กวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ที่ดีกับพ่อแม่แล้ว เขาจะยึดถือแบบอย่างของพ่อแม่มากกว่าเพื่อน แต่หากความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดีเด็กวัยรุ่นก็จะหันไปเชื่อและตามเพื่อนแทน

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยนี้เห็นว่าปัจจัยเรื่องภาวะสุขภาพจิต การทำงานอดิเรก การทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยและการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิต ซึ่งทางคณะทันตแพทยศาสตร์อาจนำข้อมูลนี้ไปเป็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แก่นิสิตต่อไป เช่น การใส่ใจเรื่องภาวะสุขภาพจิตของนิสิตมากขึ้น โดยอาจจัดให้มีการให้ความรู้ในเรื่องสุขภาพจิต โดยเน้นการส่งเสริมให้นิสิตมีสุขภาพจิตที่ดี การจัดการกับความเครียดอย่างถูกวิธี รวมทั้งการจัดห้องแนะแนวเพื่อให้การปรึกษาเรื่องสุขภาพจิตแก่นิสิต และจัดให้มีหนังสือที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้นิสิตได้ศึกษา การจัดกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แก่นิสิต เช่น การออกค่ายอาสา การปลูกต้นไม้ การเล่นกีฬา เป็นต้น นอกจากนี้ อาจารย์ในคณะควรเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้นิสิตได้ซึมซับและเรียนรู้แบบอย่างที่ดีเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ต่อไป

2. ควรมีการสอดแทรกเรื่องความฉลาดทางอารมณ์เข้าไปในหลักสูตรการเรียนการสอนตั้งแต่ชั้นปีแรกๆ และจัดให้มีตลอดทุกปีการศึกษา โดยอาจจัดรูปแบบการบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม หรือการจัดเป็นกิจกรรมต่างๆ เพื่อเป็นการปลูกฝังให้นิสิตได้มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี สามารถประสบความสำเร็จในการศึกษาและมีความสุขในชีวิต ตลอดจนสามารถนำความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้ในชีวิตการทำงานการรักษาผู้ป่วยอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์กับปัจจัยอื่นๆที่น่าสนใจอีก เช่น บุคลิกภาพของนิสิต การจัดการความเครียด การปรับตัวของนิสิต รูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิต รูปแบบการเลี้ยงดูของครอบครัว รูปแบบการจัดการเรียนการสอน สภาวะแวดล้อมในคณะและในมหาวิทยาลัย เป็นต้น โดยอาจทำการศึกษาทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนมากขึ้นและจะเป็นประโยชน์ในการหาแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้นิสิตอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

2. ควรมีการศึกษาวิจัยเรื่องโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้นิสิต โดยทำการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อจะได้เป็นข้อมูลในการเลือกโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่มีประสิทธิภาพให้นิสิตต่อไป

รายการอ้างอิง

- (1) อีคิว : การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ . กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2543.
- (2) อุษา ชารุสวัสดิ์. จิตวิทยาแห่งชีวิต. เชียงใหม่: เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์, 2547.
- (3) อริยา กุหา. อารมณ์พลังแห่งชีวิตเพื่อการเรียนรู้. วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (1ธ.ค 2548), 95.
- (4) คู่มือความฉลาดทางอารมณ์. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. พิมพ์ครั้งที่5. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2545.
- (5) สันห์ ศัลยศิริ. อีคิว บริหารอารมณ์อย่างฉลาด. พิมพ์ครั้งที่3. กรุงเทพมหานคร. สำนักพิมพ์ชบาพับลิชชิงเวิร์ค, 2548.
- (6) อุมพร ตรังคสมบัติ. สร้างEQให้ลูกคุณ. พิมพ์ครั้งที่2. กรุงเทพมหานคร: ชันต้าการพิมพ์, 2546.
- (7) Goleman D. **Working with emotional intelligence**. New York : Bantam Books, 1998.
- (8) Cooper RK and Sawaf A. **Erective EQ : Emotional intelligence in business**. London : The Orion Publishinhg Group,1997.
- (9) เทอดศักดิ์ เดชคง. ๖ เทคนิคความฉลาดทางอารมณ์สูงสุดและปัญญา. พิมพ์ครั้งที่2. กรุงเทพมหานคร: มติชน, 2542.
- (10) พระธรรมปิฎก. ผู้นำ. กรุงเทพมหานคร: มติชน, 2541.
- (11) วีระวัฒน์ ปิ่นนิคตามัย. **เขาวน้อารมณ์**. กรุงเทพมหานคร: เอ็กซ์เปอร์เน็จ, 2542.
- (12) การเสอนนวัตกรรมสุขภาพจิตเรื่องการประเมินอีคิวสำหรับคนไทย. รายงานการประชุมวิชาการสุขภาพจิต. 2543, 13-23.
- (13) จักรพันธ์ กังวาฬ. สมอมนุญษ์ อวัยะมหัสจรรย์.[ออนไลน์]. แหล่งที่มา:
[http : //www.sarakadee.com/web](http://www.sarakadee.com/web) [10 มี.ค 2550].
- (14) Mayer JD, And Salovey P. **What is emotional intelligence?** In P.Salovey&DJ.Sluyter(Eds.). Emotional development and emotional intelligence. New York : Basic Books,1997.
- (15) Allan K.H. Pau and Ray Croucher. **Emotional intelligence and percieved stress in Dental graduates**. Journal of Dental education. September, 2003.[online]. Available from : www.ncbi.nlm.nih.gov. [cited 2007 January 10].
- (16) Allan K.H. Pau et.al. **Emotional intelligence and stress coping in dental undergraduated-qualitative study**. British Dental journal. August, 2004.[online]. Available from : www.ncbi.nlm.nih.gov. [cited 2007 January 10].

- (17) Rhonda F. Brown and Nicola S. Sschutte. **Direct and Indirect relationship between emotional intelligence and subjective fatigue in university students.** Journal of psychosomatic research, 2006.[online]. Available from : www.ncbi.nlm.nih.gov. [cited 2007 January 10].
- (18) Wagner PJ,Moseley GC, Grant MM,Gore JR and Owens C. **Physicians' emotional intelligence and patient satisfaction.** Department of Family Medicine, Medical Collage of Geogia, Augusta, 2002. [online]. Available from : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>. [cited 2006 March 20].
- (19) Wagner PJ,Jester,David M and Moseley GC. **Use of the Emotional Quotient Inventory in Medical Education.** Academic Medicine, 2001 May. [online]. Available from : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>. [cited 2006 April 25].
- (20) Nicholas R. and Scott D. Scheer. **An Exploration of Adolescent Emotional Intelligence in relation to demographic characteristics.** Adolescence. Vol.40. Fall, 2005. [online]. Available from : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>. [cited 2007 January 15].
- (21) James D.A Parker et.al. **Emotional Intelligence and students retention:Predicting the successful transition from high school to university.** Personality and Individual different, 2006.[online]. Available from : <http://www.scincedirect.com>. [cited 2007 January 15].
- (22) Knight and Jennifer Anne. **Exploring Emotional intelligence and IQ : Comparing violent and non - violent criminal offenders.** [Dissertation abstract] Carlos Albizu University, 2005. Available from : <http://www.lib.umi.com/dissertation> [cited 2006 May13].
- (23) Menzie and Tracy A. **Emotional intelligence and social and academic competence in middle school youth.** [Dissertation abstract] Rutgers the State University of New Jersey, 2005. Available from: <http://www.lib.umi.com/dissertation>. [cited 2006 May13].
- (24) กัลยา นาคเพ็ชรและวรรณเพ็ญ อินทร์แก้ว. การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. ปีที่10, ฉบับที่1, มกราคม-เมษายน 2545.

- (25) วัลลภา กิตติมาสกุล. ความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของบุคลากร
ที่มสุขภาพโรงพยาบาลอ่างทอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต, ภาควิชา
จิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2545.
- (26) มนัสนันท์ หัตถศักดิ์. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา
ในสถาบันอุดมศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร. BU Academic review. ปีที่2, ฉบับที่1,
มกราคม- มิถุนายน 2546.
- (27) อัจฉรา สุขารมณ์ และ อังศิรินทร์ อินทรกำแหง. การประมวลและสังเคราะห์งานวิจัยที่
เกี่ยวกับอีคิวในประเทศไทย. วารสารพฤติกรรมศาสตร์. ปีที่11, ฉบับที่1, กันยายน
2548.
- (28) อภิชัย มงคลและคณะ. การพัฒนาและทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับใหม่.
วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. ปีที่50, ฉบับที่3-4, กรกฎาคม - ธันวาคม
2548.
- (29) Jennette Haviland et.al. **An Environmental Approach to Positive Emotion.**
Evolutionary Psychology , 2005. Available from : <http://www.epjournal.net/filestore/ep03104132pdf>. [cited 2007 April 9].
- (30) อุมาพร ตรังคสมบัติ. สร้างวินัยให้ลูกคุณ. พิมพ์ครั้งที่4. กรุงเทพมหานคร: ชันด์การพิมพ์,
2548.
- (31) พรรณพิมล หล่อตระกูล. อีคิวกับงานสุขภาพจิต. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. ปีที่8,
ฉบับที่2:177.
- (32) Extremera N. and Fernandez P. **Emotional intelligence as predictor of mental,
social and physical health in University students.** Available from :
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov>. [cited 2007 March 15].



Ministry of Education, Culture and Sport
 Bangkok, Thailand
 Project No. 001/2561

๒๕๖๑

กระทรวงศึกษาธิการ

กรมส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย

ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาอาชีพ
 ของชุมชน

เพื่อพัฒนาอาชีพของเกษตรกรและประชาชนในชนบทให้มีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ
 การผลิตสินค้าเกษตรและแปรรูปผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรให้มีคุณภาพและมาตรฐาน
 เพื่อส่งเสริมการค้าขายและเพิ่มรายได้แก่เกษตรกรและประชาชนในชนบท

ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาอาชีพของชุมชน อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์
 ตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์



ภาคผนวก

**สถาบันวิทยบริการ
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**

เลขที่ ๑๐๐ ถนนสุขุมวิท กรุงเทพฯ ๑๐๑



The Ethics Committee, Faculty of Medicine,
Chulalongkorn University
Protocol No. 270, 49

7-S.A. 2549

ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

เรียน ท่านผู้เข้าร่วมการวิจัยทุกท่าน

ท่านเป็นผู้ที่ได้รับเชิญจากผู้วิจัยให้เข้าร่วมการศึกษาในงานวิจัยเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ก่อนที่ท่านจะตกลงเพื่อเข้าร่วมการศึกษาวิจัยดังกล่าว ขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

การวิจัยนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร โดยคาดว่าจะมีผู้เข้าร่วมการศึกษารวมจำนวน 326 คน ผลจากการศึกษาที่ได้นี้จะนำไปใช้ประโยชน์โดยเป็นข้อมูลประกอบแนวทางในการพัฒนาและส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร หากท่านตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาวิจัยจะมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยจะสอบถามและให้ท่านทำแบบประเมินเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลทั้งหมด 4 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของท่าน ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวครอบครัว ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนสังคม และส่วนที่ 4 เป็นแบบประเมินเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งสิ้น 76 ข้อซึ่งผู้วิจัยคาดว่าจะการสอบถามและทำแบบประเมินนี้ จะใช้เวลาทั้งสิ้นประมาณ 20 นาที

ประการสำคัญที่ท่านควรทราบคือ การเข้าร่วมการศึกษานี้เป็นไปโดยสมัครใจ ท่านอาจปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่กระทบต่อสวัสดิภาพและการเรียนของผู้เข้าร่วมวิจัย ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็นความลับและจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปที่เป็นสรุปผลการวิจัยเท่านั้น

ท่านมีสิทธิที่จะไม่ตอบคำถามที่ทำให้ท่านรู้สึกไม่สบายใจ และผู้วิจัยใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการทำแบบทดสอบให้ครบถ้วน เพื่อประโยชน์ในการแปรผลความฉลาดทางอารมณ์ของท่าน

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด กรุณาติดต่อ นางสาว สุภาพร แสงอ่วม หรือ โทร. 05-0503458 ซึ่งยินดีให้คำชี้แจงแก่ท่านทุกประการ และท่านสามารถสอบถามสิทธิของท่านเกี่ยวกับการวิจัยโครงการนี้ ได้จากสำนักงานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร 02-2564455 หรือ 02-2564493 กด 14 หรือ 15 ในเวลาราชการ

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

(นางสาว สุภาพร แสงอ่วม)

ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

วันที่ให้ความยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ก่อนที่ข้าพเจ้าจะลงนามในใบยินยอมในการวิจัยครั้งนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อนำข้อมูลที่ได้นำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

การวิจัยนี้จะทำการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบบสอบถามและแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะไม่ตอบคำถามหรือไม่ร่วมมือในการวิจัยหรือถอนตัวจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่ส่งผลกระทบต่อข้าพเจ้าและข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ในภาพรวม ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของแต่ละบุคคลไว้เป็นความลับและจะเปิดเผยได้ในรูปสรุปผลรวมของการวิจัย

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่างๆที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้น จนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความดังกล่าวข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจทุกประการ จึงได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย

(นางสาว สุภาพร แสงอ่วม)

หมายเหตุ ผู้ยินยอมมีสิทธิในการปฏิเสธที่จะให้ความร่วมมือในการวิจัยเมื่อใดก็ได้

แบบสอบถามงานวิจัยเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตคณะทันตแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2549

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบสอบถามโดยทำเครื่องหมาย ลงใน หรือเติมคำในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ
 ชาย หญิง
2. อายุ
 อายุ.....ปี
3. ชั้นปีที่กำลังศึกษา
 ปี1 ปี2 ปี3 ปี4 ปี5 ปี6
4. เงินรายรับของนิสิตเฉลี่ยต่อเดือนบาท
5. ภูมิลำเนา
 ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
 ภาคตะวันออก ภาคตะวันตก ภาคใต้
6. ลำดับการเกิด
 เป็นลูกคนโต เป็นลูกคนกลาง เป็นลูกคนเล็ก เป็นลูกคนเดียว
 อื่นๆ(โปรดระบุ).....
7. โรคประจำตัว
 ไม่มี มี (โปรดระบุ).....
8. ท่านเคยสูบบุหรี่หรือไม่
 เคย ไม่เคย
9. ท่านเคยดื่มสุราหรือไม่
 เคย ไม่เคย
10. เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA).....
11. งานอดิเรก (ตอบได้มากกว่าหนึ่งข้อ)
 อ่านหนังสือ ดูหนัง ฟังเพลง
 เทียวห้างสรรพสินค้า เล่นอินเทอร์เน็ต ปักต้นไม้
 เล่นกีฬา อื่นๆ (โปรดระบุ).....
12. การทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย
 ไม่เคย
 เคย กรุณาเลือกคำตอบด้านล่างต่อไปนี้ (ตอบได้มากกว่าหนึ่งข้อ)
 เคยเป็นหัวหน้าชมรม เคยเป็นเชียร์ลีดเดอร์
 เคยเป็นประธานเชียร์ เคยออกค่ายอาสา
 เคยเป็นนักกีฬามหาวิทยาลัย อื่นๆ(โปรดระบุ).....

ส่วนที่ 2 ข้อมูลส่วนครอบครัว

13. สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา
 อยู่ด้วยกัน แยกกันอยู่ บิดาหรือมารดาเสียชีวิต
14. จำนวนสมาชิกในครอบครัว.....คน(นับตัวท่านด้วย)
15. อาชีพของบิดา
 รับราชการ รัฐวิสาหกิจ ค้าขาย เกษตรกรรม รับจ้าง
 อื่นๆ(ให้เติมในช่องว่าง).....
16. อาชีพของมารดา
 รับราชการ รัฐวิสาหกิจ ค้าขาย เกษตรกรรม รับจ้าง
 อื่นๆ(ให้เติมในช่องว่าง).....
17. รายได้รวมโดยเฉลี่ยของครอบครัว(รายได้โดยประมาณของบิดามารดารวมกัน)
 ต่ำกว่า 10,000 บาทต่อเดือน
 ตั้งแต่ 10,000 – 30,000 บาทต่อเดือน
 ตั้งแต่ 30,001 – 50,000 บาทต่อเดือน
 ตั้งแต่ 50,000 บาทต่อเดือน ขึ้นไป
18. การศึกษาของบิดา
 ประถมศึกษา มัธยมศึกษา ปวช./ปวส./อนุปริญญา
 ปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก
19. การศึกษาของมารดา
 ประถมศึกษา มัธยมศึกษา ปวช./ปวส./อนุปริญญา
 ปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก
20. ลักษณะของครอบครัว
 ครอบครัวเดี่ยว (อยู่กันเฉพาะพ่อ แม่ ลูก)
 ครอบครัวขยาย (มีปู่ ย่า ตา ยาย หรือ ลุง ป้า น้า อา อยู่ด้วย)
21. ความสัมพันธ์ในครอบครัว
- 21.1 สมาชิกในครอบครัวของท่านใช้เวลาร่วมกันในการทำกิจกรรมต่างๆเช่น รับประทานอาหารร่วมกัน เล่นกีฬาด้วยกัน หรือไปเที่ยวด้วยกัน เป็นต้น มากน้อยแค่ไหน
 ไม่เคย สัปดาห์ละ 1-3 วัน สัปดาห์ละ 4-7 วัน
- 21.2 มีการทะเลาะเบาะแว้งภายในครอบครัวรุนแรงแค่ไหน
 ไม่เคยทะเลาะเบาะแว้งกันเลย
 มีการทะเลาะเบาะแว้งเล็กน้อย
 มีการทะเลาะกันรุนแรงแต่ไม่มีการทำร้ายร่างกายกัน
 มีทั้งการทะเลาะกันรุนแรงและมีการทำร้ายร่างกายกัน
- 21.3 เมื่อท่านมีเรื่องไม่สบายใจ คนในครอบครัวสามารถเป็นที่ปรึกษาและคอยให้กำลังใจแก่ท่านใช่หรือไม่
 ใช่ ไม่ใช่

ส่วนที่ 3 ข้อมูลส่วนสังคม

22. ความสัมพันธ์กับเพื่อน

22.1 ท่านมีเพื่อนสนิทกี่คน

- ไม่มีเลย 1-3 คน 4-6 คน 7 คนขึ้นไป

22.2 เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ เพื่อนของท่านสามารถเป็นที่ปรึกษาและคอยให้กำลังใจแก่ท่าน ใช่หรือไม่

- ใช่ ไม่ใช่

22.3 ท่านมีกิจกรรมร่วมกับเพื่อน เช่น รับประทานอาหารร่วมกัน เล่นกีฬาด้วยกันหรือไปเที่ยว ด้วยกัน เป็นต้น มากน้อยแค่ไหน

- ไม่เคย สัปดาห์ละ 1-3 วัน สัปดาห์ละ 4-7 วัน

22.4 ท่านทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อนบ่อยแค่ไหน

- ไม่เคย สัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง สัปดาห์ละ 4-7 ครั้ง มากกว่า 7 ครั้งขึ้นไป

23. ความสัมพันธ์กับอาจารย์

23.1 เมื่อท่านมีเรื่องไม่สบายใจหรือมีปัญหา เคยปรึกษาอาจารย์ในคณะหรือไม่

- เคย เหตุผลที่ท่านปรึกษาอาจารย์ในคณะ (ตอบได้มากกว่าข้อ)

- เพราะอาจารย์ใจดี มีเมตตา
 เพราะอาจารย์มีความเป็นกันเองกับนิสิต
 เพราะอาจารย์สามารถช่วยให้คำปรึกษาที่ดีได้
 เพราะอาจารย์สามารถให้กำลังใจแก่ท่านได้
 เพราะมั่นใจว่าอาจารย์เก็บรักษาความลับได้ ไม่นำเรื่องของท่านไป
เปิดเผยต่อผู้อื่น
 เพราะอาจารย์มีความยุติธรรม
 เพราะอาจารย์มีเวลาที่จะให้คำปรึกษาแก่ท่านได้
 เพราะไม่รู้จะปรึกษาใคร
 เหตุผลอื่นๆ (โปรดระบุ).....

- ไม่เคย เหตุผลที่ท่านไม่ปรึกษาอาจารย์ในคณะ (ตอบได้มากกว่าข้อ)

- เพราะท่านมั่นใจว่าสามารถแก้ปัญหาด้วยตนเองได้
 เพราะอาจารย์ดูแลไม่กล้าไปปรึกษา
 เพราะคิดว่าอาจารย์คงช่วยอะไรไม่ได้
 เพราะอาจารย์ไม่สนใจท่าน จึงไม่ไปปรึกษา
 เพราะเกรงว่าอาจารย์จะนำเรื่องที่ท่านปรึกษาไปเปิดเผยต่อผู้อื่น
 อาจารย์ไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของท่าน
 อาจารย์ไม่มีความยุติธรรมต่อท่าน
 อาจารย์ไม่มีเวลาให้คำปรึกษาแก่ท่าน
 คิดว่าปรึกษาเพื่อนหรือครอบครัวจะดีกว่า
 เหตุผลอื่นๆ (โปรดระบุ).....

ส่วนที่ 4 คำนีชีวัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับย่อ (TMHI – 15)

คำชี้แจง กรุณาภาเครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่มีข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด และขอความร่วมมือตอบคำถามทุกข้อ

คำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์ของท่าน ในช่วงเวลาเดือนที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน ให้ท่านสำรวจตัวท่านเอง และประเมินเหตุการณ์ อากาาร ความคิดเห็น และความรู้สึกของท่านว่าอยู่ในระดับใด แล้วตอบลงในช่องคำตอบที่เป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด โดยคำตอบจะมี 4 ตัวเลือก คือ

ไม่เลย หมายถึง ไม่เคยมีเหตุการณ์ อากาาร ความรู้สึกหรือไม่เห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆ
เล็กน้อย หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อากาาร ความรู้สึกในเรื่องนั้นๆเพียงเล็กน้อย หรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆเพียงเล็กน้อย

มาก หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อากาาร ความรู้สึกในเรื่องนั้นๆ มาก หรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆมาก

มากที่สุด หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อากาาร ความรู้สึกในเรื่องนั้นๆ มากที่สุดหรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆมากที่สุด

ข้อ	คำถาม	ไม่เลย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด
1	ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต				
2	ท่านรู้สึกสบายใจ				
3	ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้กับการดำเนินชีวิตประจำวัน				
4	ท่านรู้สึกผิดหวังในตัวเอง				
5	ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์				
6	ท่านสามารถทำใจยอมรับได้สำหรับปัญหาที่ยากจะแก้ไข (เมื่อมีปัญหา)				
7	ท่านมั่นใจว่าจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรงเกิดขึ้น				
8	ท่านมั่นใจว่าจะเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต				
9	ท่านรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์				
10	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา				
11	ท่านให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเมื่อมีโอกาา				
12	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง				
13	ท่านรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว				
14	หากท่านป่วยหนัก เชื่อว่าครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี				
15	สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกัน				

ส่วนที่ 5 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง แบบประเมินนี้เป็นประ โยคที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะ ต่างๆ รวมทั้งสิ้น 52 ข้อ ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด คำตอบทุกข้อ ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด หรือไม่มี คำตอบมี 4 คำตอบสำหรับแต่ละประ โยค คือ *ไม่จริง* *จริงบางครั้ง* *ค่อนข้างจริง* หรือ *จริงมาก* ให้ท่านเลือกคำตอบแล้วใส่เครื่องหมาย \surd ลงในช่อง ช่องใดช่องหนึ่งที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด โปรดตอบตามความจริงและตอบให้ครบทุกข้อ

	ไม่จริง	จริงบางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก
1.เวลา โกรธหรือไม่สบาย ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน				
2. ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ				
3. เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้				
4. ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ				
5. ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย				
6. เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้				
7. ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอาการเปลี่ยนแปลง				
8. ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก				
9. ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด				
10.ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน				
11. ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป				
12. แม้มีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ				
13. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				
14. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน				
15. เมื่อทำผิดฉันสามารถกล่าวคำ "ขอโทษ" ผู้อื่นได้				
16. ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก				
17. ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีทำเพื่อส่วนรวม				
18. ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น				
19. ฉันไม่รู้ว่าฉันเก่งเรื่องอะไร				

20. แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้				
21. เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ				
22. ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่างๆอย่างเต็มความสามารถ				
23. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้				
24. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ				
25. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ				
26. บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าจะอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข				
27. ฉันรู้สึกว่า การตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน				
28. เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่าทำอะไรก่อนหลัง				
29. ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย				
30. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน				
31. ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย				
32. ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน				
33. ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้				
34. ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน				
35. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะได้แข่งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ				
36. เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้				
37. ฉันรู้สึกค้อยกว่าผู้อื่น				
38. ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด				
39. ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด				
40. ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก				
41. แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น				
42. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ				

43. เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้				
44. ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุดพักผ่อน				
45. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน				
46. ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่				
47. ฉันไม่รู้ว่าจะหาอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย				
48. เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ				
49. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้				
50. ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่				
51. ฉันไม่สามารถทำใจให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ				
52. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ				

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางแสดงข้อมูลด้านการปรึกษาอาจารย์ของนิสิตชั้นปีที่ 1-6 , N = 302

ข้อมูลด้านการปรึกษาอาจารย์	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เหตุผลที่นิสิตปรึกษาอาจารย์	74	43.3
อาจารย์มีเมตตา	98	57.3
อาจารย์มีความเป็นกันเอง	103	60.2
อาจารย์ให้คำปรึกษาที่ดี	64	37.4
อาจารย์ให้กำลังใจได้	35	20.5
อาจารย์จะไม่นำเรื่องที่ปรึกษาไปเปิดเผยแก่ผู้อื่น	14	8.2
อาจารย์มีความยุติธรรม	28	16.3
อาจารย์มีเวลาให้คำปรึกษา	9	5.2
ไม่รู้จะปรึกษาใคร	15	8.8
เหตุผลอื่นๆ		
เหตุผลที่นิสิตไม่ปรึกษาอาจารย์	50	38.2
มั่นใจว่าสามารถแก้ปัญหาด้วยตัวเองได้	43	32.8
อาจารย์ดู	30	22.9
อาจารย์คงช่วยไม่ได้	26	19.8
อาจารย์ไม่สนใจ	15	11.4
เกรงว่าอาจารย์จะนำเรื่องที่ปรึกษาไปเปิดเผย	7	5.3
อาจารย์ไม่ยอมรับฟังความคิดเห็น	9	6.8
อาจารย์ไม่มีความยุติธรรม	49	37.4
อาจารย์ไม่มีเวลาให้คำปรึกษา	118	90.0
ปรึกษาเพื่อนหรือครอบครัวดีกว่า	46	34.3
เหตุผลอื่นๆ		

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวสุภาพร แสงอ่วม เกิดวันที่ 19 พฤษภาคม 2521 ที่จังหวัดพิษณุโลก สำเร็จการศึกษาชั้นดแพทยศาสตรบัณฑิต คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ในปีการศึกษา 2545 ปัจจุบันทำงานในตำแหน่งอาจารย์ประจำสาขาวิชาทันตกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร และลาศึกษาต่อในหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2548



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย