

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์และการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.2 ลักษณะของบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง
 - 1.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.4 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.5 ทฤษฎีพัฒนาการของช่วงวัยรุ่นตอนต้น อายุ 10-11 ปี
 - 1.6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายในประเทศ
 - 1.6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ
 - 2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.3 ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.4 ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.5 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.6 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.7 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.8 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
3. กรอบแนวคิดในการวิจัย

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

มาจากศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Emotiomal Quotient (EQ) หรือ Emotiomal Intelligence ซึ่งนักการศึกษา นักจิตวิทยา ได้ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ไว้ดังนี้

บาร์ - ออน (Bar - On, 1997 อ้างถึงใน วีรวัฒน์ ปิ่นนิคัมย์ 2542 : 30) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นชุดของขีดความสามารถ สมรรถนะและทักษะทางจิตพิสัยที่ส่งผลต่อความสามารถที่จะประสบความสำเร็จ ในการต่อสู้กับข้อเรียกร้องและแรงกดดันต่างๆที่มาจากภาวะแวดล้อม ที่มีผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดีและการประสบความสำเร็จในชีวิต

ซาโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey & Mayer อ้างถึงใน ทศพร ประเสริฐสุข 2542 : 16) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึกและสภาวะอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่นได้ และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนทำให้สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผล สอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธที่ดีกับบุคคลอื่น

คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf, 1997 อ้างถึงใน นิรดา อุดลยพิเชษฐ์ 2542 : 5) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และรู้จักใช้พลังทางด้านอารมณ์ของตนเอง เป็นรากฐานในการสร้างสัมพันธภาพและโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น

โกลแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน กรมวิชาการ 2543 : 85) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและ ความรู้สึกของผู้อื่นจนสามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ

พระราชวรมนี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต 2543 : 1) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า คือการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผลเป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดความประพฤติ ซึ่งถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็เป็นพลังบอด ปัญญาจึงเป็นตัวกำกับชีวิตของเราให้การแสดงออกเป็นไปในทางที่ถูกต้อง

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต 2543 : 3) อธิบายถึงความฉลาดทางอารมณ์ว่า อารมณ์ก็คือสภาพจิตที่โยงไปถึงพฤติกรรมในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เพราะอารมณ์หรือสภาพจิตนั้น อาศัยพฤติกรรมเป็นช่องทางสื่อสารแสดงออก

กรมสุขภาพจิต (2543 : 1) ได้ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ประกอบด้วยปัจจัย 3 ประการ คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข

ทศพร ประเสริฐสุข (2542 ข : 63) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึง ความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่ตระหนักถึงความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถระออยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม

วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี (2542 : 41) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะเข้าใจ จัดการและใช้ประโยชน์จากอารมณ์ของตนเอง สามารถเข้าใจ อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นและมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคลได้

สันตนิย์ ฉัตรคุปต์ (2543 : 10) ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความฉลาดในการพัฒนาอารมณ์ของมนุษย์ ซึ่งจะเห็นได้ง่ายๆ จากบุคลิกภาพนั่นเอง

เทอดศักดิ์ เดชคง (2544 : 39) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่า มีความสุข และยังได้ขยายความว่า “คำว่าคนดี รวมความหมายของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งก็คือ ความเมตตากรุณาในแง่ของ พระพุทธศาสนา ส่วนนี้ก็คือศีล คือข้อปฏิบัติเพื่อขัดเกลามนุษย์นั่นเอง มีคุณค่านั้นสอดคล้องกับการมีสติรู้ตัว ส่วนมีความสุขเกิดจากการรู้จักมองโลกเลือกหาความสุขใส่ตัวเมื่อเกิดความทุกข์ก็หาวิธีแก้ไข อันนี้คล้ายกับการใช้ปัญญา”

รัตติกร จงวิศาล (2544 : 88) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า คือ ความสามารถในการตระหนักรู้และเข้าใจอารมณ์ หรือความรู้สึกของตนเอง สามารถจัดการกับ อารมณ์ของตนเองและสามารถใช้อารมณ์ให้เกิดประโยชน์และเป็นความสามารถในการตระหนักรู้ และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ธีระ ชัยบุทธรบรรจง (2544 : 37) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรู้จักเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถเข้าถึงจิตใจผู้อื่น รักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ด้วยการจัดการกับตนเองให้สามารถเผชิญกับความคับข้องใจ ความเศร้าโศก ความยากลำบาก ความกลัวได้อย่างมั่นคง ทนต่อแรงปะทะทางอารมณ์และความรู้สึก

ของผู้อื่นได้อย่างดี รู้จักนำพลังแห่งอารมณ์และความรู้สึกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและมีความสุขในชีวิต

สินิทธ์ วงศ์ริศา (2546 : 10) ได้ให้ความหมายว่า คือความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ความคิด ความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง อารมณ์ของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2548 : 11) ให้ความหมายว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในอันที่จะตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นอย่างสอดคล้องและถูกต้องตามความเป็นจริง อีกทั้งมีความสามารถในการบริหารจัดการและควบคุมอารมณ์ของตน พร้อมทั้งสามารถแสดงอารมณ์ของตนออกมาอย่างเหมาะสม ถูกต้อง ตามกาลเทศะกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ในขณะนั้น

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ประกอบด้วย ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข คือ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง มีความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบ รู้จักและสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง มีความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความภูมิใจในตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

1.2 ลักษณะของบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2542 : 16) กล่าวว่า บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะเป็นบุคคลที่มีลักษณะต่างๆ ดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง สามารถควบคุมจัดการและแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้และตระหนักรู้ได้ว่าขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม
2. มีพลังใจ มีแรงบันดาลใจที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมายในชีวิต
3. สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพต่างๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถเผชิญต่อสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม
4. มีความยืดหยุ่น ไม่ยึดมั่นถือมั่นจนทำให้ปรับตัวไม่ได้
5. มีความสามารถที่จะควบคุมตนเอง
6. มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

7. มีสัมพันธภาพที่บ่งบอกถึงความไว้วางใจผู้อื่น จริงใจ ซื่อสัตย์

8. มีความคิดริเริ่ม มีความคิดสร้างสรรค์

9. มองโลกในแง่ดี

แดเนียล โกลแมน (อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต 2543 : 47) ผู้เขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ กล่าวถึงลักษณะของคนที่มี อีคิวสูง หรือมีความฉลาดทางอารมณ์สูงไว้ ดังนี้

1. เป็นคนที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
2. มีการตัดสินใจที่ดี
3. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้
4. มีความอดทนอดกลั้น
5. ไม่หุนหันพลันแล่น
6. สามารถทนต่อความผิดหวังได้
7. สามารถเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น
8. เข้าใจสถานการณ์ทางสังคม
9. ไม่ย่อท้อหรือยอมแพ้ง่าย
10. มีพลังใจที่ฝ่าฟันต่อสู้กับปัญหาชีวิตได้
11. ไม่ปล่อยให้ความเครียดท่วมท้นจนทำอะไรไม่ถูก

จากที่กล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่าผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะเป็นผู้ที่รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น แยกแยะระหว่างความคิดและความรู้สึกได้ มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน ตัดสินใจในการแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องและมีเหตุผล อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

1.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

นักจิตวิทยาหลายท่านได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้

โกลแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน ทศพร ประเสริฐสุข 2542 : 25-27) เสนอแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ แบ่งออกเป็น 2 สมรรถนะ ดังนี้

1. สมรรถนะทางสังคม เป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่นประกอบด้วย

1.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความต้องการ ความรู้สึกและมีความสนใจห่วงใยผู้อื่น ดังนี้

- 1) การเข้าใจผู้อื่น ตระหนักรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดและมุมมองของผู้อื่น สนใจและให้ความสำคัญผู้อื่นมากขึ้น
- 2) การมีจิตใจใฝ่บริการ รับรู้ คาดคะเนและตอบสนองความต้องการของ บุคคลอื่นหรือผู้ที่มาติดต่อสัมพันธ์กับตนเองได้
- 3) ส่งเสริมผู้อื่น ทราบความต้องการและช่วยพัฒนาให้เขามีความรู้ ความสามารถให้ถูกทาง
- 4) ให้โอกาสบุคคลอื่น สามารถมองเห็นความเป็นไปได้ จากการ มองเห็นความแตกต่างของคนและ ไม่ถือเขาถือเรา
- 5) ตระหนักรู้ถึงทัศนคติเห็นของกลุ่มและสามารถคาดคะเน สถานการณ์ในด้านความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มได้

1.2 ทักษะทางสังคมด้านมนุษยสัมพันธ์ เป็นความคล่องในการติดต่อกับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี โดยสามารถแสวงหาความร่วมมือจากผู้อื่นได้ ประกอบด้วย

- 1) ความสามารถในการโน้มน้าวจิตใจ สามารถแสดงวิธีการโน้มน้าว ความคิดเห็นของผู้อื่นอย่างนุ่มนวล แนบเนียนและได้ผล
- 2) มีการสื่อสารที่ดี นุ่มนวลถูกต้องน่าเชื่อถือ
- 3) มีความเป็นผู้นำ โน้มน้าวจิตใจผลักดันกลุ่มได้อย่างดี ถูกทิศทาง
- 4) สามารถกระตุ้นเร้า ริเริ่ม ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี นั่น คือการบริหารการเปลี่ยนแปลง
- 5) สามารถบริหารความขัดแย้งได้ดี เจรจาต่อรอง แก้ไขปัญหา หาทาง ยุติข้อขัดแย้งได้อย่างเหมาะสม
- 6) สร้างสายสัมพันธ์เสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจกันปฏิบัติภารกิจให้ บรรลุเป้าหมาย
- 7) ทำงานเป็นทีม ร่วมมือกันเพื่อบรรลุเป้าหมาย
- 8) สร้างสมรรถนะของทีมงาน ให้เกิดพลังร่วมมือ

2. สมรรถนะส่วนบุคคล เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองได้ อย่างดี ประกอบด้วย

2.1 การตระหนักรู้ตนเอง เป็นการตระหนักรู้ความรู้สึกและความโน้มเอียงของตนเองต่อการตอบสนองสิ่งเร้ารอบตัวและความพร้อมของคน ประกอบด้วย

1) เป็นผู้รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์นั้นๆ และคาดคะเนผลที่จะเกิดตามมาได้

2) สามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่น จุดด้อย

3) มีความมั่นใจตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถและคุณค่าของตน

4) การจัดการกับความรู้สึกภายในตนให้อยู่ในภาวะที่พอเหมาะได้

2.2 ความสามารถในการควบคุมตนเอง การควบคุมตนเองเป็นปัจจัยสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ไม่ทำอะไรโดยใช้อารมณ์พาไป ประกอบด้วย

1) ควบคุมตนเอง จัดการกับภาวะอารมณ์ฉุนเฉียวต่างๆ ได้

2) ความเป็นคนที่มีความซื่อสัตย์ เป็นที่ไว้วางใจ ปฏิบัติตนรักษาคุณงามความดีเป็นแนวทางชีวิต

3) เป็นผู้ใช้สติปัญญาแสดงความรับผิดชอบ

4) มีความสามารถในการปรับตัว ยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ

5) ชอบสร้างสรรค์สิ่งใหม่ เปิดใจกว้างกับความคิดและข้อมูลใหม่ๆ ได้ อย่างมีความสุข

2.3 ความสามารถสร้างแรงจูงใจ และจูงใจตนเองได้ เพื่อเป็นแนวโน้มนำทางอารมณ์ที่เกื้อหนุนต่อการมุ่งสู่เป้าหมาย ประกอบด้วย

1) มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยพยายามทำภารกิจต่างๆ มีการปรับปรุงให้สู่มาตรฐานอันดีเลิศ

2) มีความจงรักภักดียึดมั่นกับกลุ่มเป้าหมายของกลุ่มและเป้าหมายขององค์กร

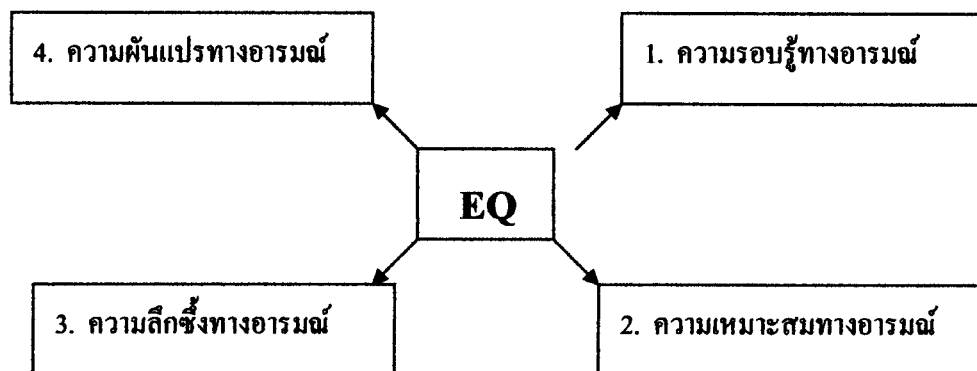
3) มีความคิดริเริ่มและพร้อมที่จะปฏิบัติตามที่โอกาสเอื้ออำนวย

4) การมองโลกในแง่ดี เผชิญกับปัญหาและอุปสรรคได้อย่างไม่ย่อท้อจนสำเร็จบรรลุตามเป้าหมาย

คูเปอร์และชาวาฟ (Cooper & Sawaf, อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปิ่นนิคัมย์ 2544 : 74-75) ได้แสดงโมเดลของความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วยหลักสำคัญ 4 หลักด้วยกัน

ในแต่ละหลักจะมี 4 องค์ประกอบย่อย ซึ่งนำไปสู่การวัดการประเมินที่เรียกว่า แผนที่ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ Map) ดังแผนภาพ

- การแสดงการหยังรู้ได้
- การคิดใคร่ครวญได้
- การเล็งเห็นโอกาส
- การสร้างอนาคต
- ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์
- อารมณ์ที่มีพลัง
- การรับทราบผล
- ความสามารถหยังรู้ตามความเป็นจริง



- การผูกพัน รับผิดชอบและมีสติ
- การมีเป้าหมายและศักยภาพที่โดดเด่น
- พุคกับทำตรงกันด้วยคุณธรรม
- การโน้มน้าวโดยไม่ต้องใช้สิทธิอำนาจ
- มีอยู่อย่างแท้จริง
- การแผ่ความไว้นื้อเชื่อใจ
- การไม่พึงพอใจในเชิงสร้างสรรค์
- การกลับคืนสู่สภาพปกติและเดินหน้า

ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์

ธีระ ชัยยุทธบรรยง (2544 : 36) ได้กล่าวว่า ผู้ที่จัดว่ามีความฉลาดทางอารมณ์ควรมีองค์ประกอบดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองรู้ในขณะนี้ตนเองมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร เช่น รู้ว่าตนเองโกรธ และไม่พอใจ การรู้จักเข้าใจอารมณ์ของตนเองจนทำให้ไม่เป็นทาสอารมณ์และทำอะไรด้วยอารมณ์ชั่ววูบหรือวู่วาม

2. เข้าใจถึงจิตใจผู้อื่น และรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ต้องรู้ว่าบุคคลอื่นที่เราเกี่ยวข้องกับเขามีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร เข้าใจว่าทำไมเขาจึงเกิดอารมณ์และความรู้สึกเช่นนั้นให้ความเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่กล่าวโทษผู้ใดว่าเป็นสาเหตุของวิกฤติการณ์ต่างๆ ต้องให้ความสำคัญ เห็นคุณค่าและยกย่องให้เกียรติผู้อื่น

3. รู้จักจัดการกับตนเอง ให้สามารถเผชิญกับความคับข้องใจ ความเศร้า เสียใจ ความยากลำบาก ความกลัว อื่นๆ ได้อย่างมั่นคง โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1 ควบคุมตนเองไม่ให้แสดงอารมณ์ในทางไม่ดีออกมา เช่น โกรธให้รู้ว่าโกรธ แต่ต้องแสดงออกด้วยท่าทางที่สงบเยือกเย็น ไม่วู่วาม อดทน พร้อมทั้งจะรอเวลาอันเหมาะสมหรือมีความคิดรอบคอบ ตัดสินข้อขัดแย้งด้วยความใจเย็นและมีสติ

3.2 ทนต่อแรงปะทะทางอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างสงบนิ่ง มั่นคง ยืนหยัด เผชิญกับภาวะที่ไม่น่าอภิรมย์ ความไม่สบายใจ ความพ่ายแพ้ ท้อแท้ ท้ออาลัย รู้จักสงบนิ่งกับสิ่งที่สุดท้ายจะแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้

3.3 สื่อสารความรู้สึกนึกคิดกับผู้อื่นได้ดี รู้จักรักษาน้ำใจผู้อื่น สุภาพ อ่อนโยน ไม่ใช่ถ้อยคำที่เยาะเย้ยถากถางฝ่ายตรงข้าม ไม่พูดจาต่อเสียด หาเรื่องที่จะทำให้เกิดความขัดแย้ง

3.4 รู้จักนำพลังแห่งอารมณ์ ความรู้สึกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ต้องรู้ว่าตนเองมีความสามารถด้านใด มีความต้องการทำสิ่งใด รู้จักสร้างแรงจูงใจให้ตัวเองอย่างสม่ำเสมอในการนำตนเองไปสู่ความสำเร็จโดยใช้อารมณ์ความรู้สึกเป็นสิ่งที่กระตุ้น มีความมานะพยายามสามารถครุ่นคิดทำงานฟันฝ่าสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดความผิดหวัง แม้ล้มเหลวก็สามารถลุกขึ้นมาสู้ต่อไปโดยไม่ย่อท้อ เมื่อตัดสินใจสิ่งใดไปแล้วจะมั่นคงอยู่กับการตัดสินใจนั้น แม้ผิดก็รับเป็นบทเรียนไม่กลัวเสียหน้า

กรมสุขภาพจิต (2543 : 28-30) กำหนดองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 3 ประการดังนี้

1. ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

- 1) รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง
- 2) ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้
- 3) แสดงออกอย่างเหมาะสม

1.2 ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น

- 1) ใส่ใจผู้อื่น
- 2) เข้าใจและยอมรับผู้อื่น
- 3) แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบ

- 1) รู้จักการให้ รู้จักการรับ
- 2) รู้จักรับผิดชอบ รู้จักให้อภัย
- 3) เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2. ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.1 ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง

- 1) รู้ศักยภาพของตนเอง
- 2) สร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ตนเองได้
- 3) มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย

2.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา

- 1) รับรู้และเข้าใจปัญหา
- 2) มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
- 3) มีความยืดหยุ่น

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

- 1) รู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
- 2) กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
- 3) แสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

3. ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

3.1 ความภูมิใจในตนเอง

- 1) เห็นคุณค่าในตนเอง
- 2) เชื้อมั่นในตนเอง

3.2 ความพึงพอใจในชีวิต

- 1) รู้จักมองโลกในแง่ดี
- 2) มีอารมณ์ขัน
- 3) พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 ความสงบทางใจ

- 1) มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข
- 2) รู้จักผ่อนคลาย
- 3) มีความสงบทางจิตใจ

จากแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของ นักจิตวิทยานักการศึกษา ตลอดจนกรมสุขภาพจิต จะเห็นได้ว่าส่วนมากมีความสอดคล้องกัน ส่วนใหญ่จะให้น้ำหนักในเรื่องของความเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขด้วย ผู้วิจัยจึงขอยึดหลักการจัดองค์ประกอบของกรมสุขภาพจิตเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนในครั้งนี้ จึงขอสรุปองค์ประกอบเป็น 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข ซึ่งแยกเป็นด้านย่อยได้ 9 ด้านดังนี้

1. การควบคุมตนเอง
2. ความเห็นใจผู้อื่น
3. ความรับผิดชอบ
4. การมีแรงจูงใจ
5. การตัดสินใจแก้ปัญหา
6. สัมพันธภาพกับผู้อื่น
7. ความภูมิใจในตนเอง
8. ความพอใจในชีวิต
9. ความสุขสงบทางใจ

1.4 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

นักจิตวิทยา นักการศึกษา ได้เสนอแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไว้ดังนี้

ดาเนียล โกลแมน (อ้างถึงในกรมสุขภาพจิต 2544 : 31-33) มีรายละเอียดดังนี้

1. การพัฒนา การรู้จักอารมณ์ของตนเอง ทำได้ดังนี้คือ

1.1 ให้เวลาแก่ตนเองในการทบทวนอารมณ์ของตนเองทำได้ดังนี้ คือ อารมณ์เช่นไรมักจะคล้อยตามอารมณ์ของตนเอง คล้อยตามอารมณ์ของผู้อื่นหรือคล้อยตามสิ่งแวดล้อมภายนอก

- 1) ทบทวนผลย้อนกลับจากการแสดงอารมณ์ว่าเราได้แสดงอาการใดออกไป
- 2) ทบทวนผลย้อนกลับจากการแสดงอารมณ์ของเรา
- 3) รู้สึกอย่างไรกับผลย้อนกลับ
- 4) ถ้ารู้สึกไม่สบายใจคิดว่าไม่เหมาะสม หาวิธีการที่ดีกว่าสำหรับใช้ในคราวต่อไป
- 5) ถ้ารู้สึกพอใจ เหมาะสมแล้วต้องแน่ใจว่าไม่มีการเข้าข้างตัวเองหรือหลอกตัวเองแล้วใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

1.2 การฝึกรู้ตัวบ่อยๆ มีสติอยู่กับการรู้ตัว

- 1) ขณะนี้เรากำลังรู้สึกอย่างไรกับตัวเองหรือกับสิ่งที่เกิดขึ้นรอบๆตัว รู้สึกสบายใจ ไม่สบายใจ
- 2) คิดอย่างไรเมื่อเกิดความรู้สึกนั้น
- 3) ความคิด ความรู้สึกนั้นมีผลอย่างไรกับการแสดงออกของตนเอง

2. การพัฒนาการจัดการอารมณ์ของตนเอง

2.1 ทบทวนว่ามีอะไรบ้างที่เราทำลงไปเพื่อตอบสนองอารมณ์ที่เกิดขึ้น ดูด้วยว่าผลที่ตามมาเป็นเช่นไร

2.2 เตรียมการในการแสดงอารมณ์ ตั้งใจไว้เกี่ยวกับการแสดงอารมณ์ในคราวต่อไป ฝึกการสั่งตัวเองว่าจะทำอะไร / จะไม่ทำอะไร

2.3 ฝึกการรับรู้ถึงต่างๆที่เกิดขึ้นแล้วยอมรับความจริงที่เราต้องเกี่ยวข้องในด้านดี สร้างอารมณ์แจ่มใสเกิดความสบายใจ

2.4 ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง/ผู้อื่น/สิ่งอื่นที่อยู่รอบตัว ทำให้เกิดความคิดที่ดี การกระทำที่ดี ทำให้เกิดผลย้อนกลับที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

2.5 ฝึกการมองหาประโยชน์/โอกาส จากอุปสรรค/ปัญหาที่เกิดขึ้น โดยการเปลี่ยนมุมมองทางแง่ดี โดยคิดว่าเป็นสิ่งท้าทายให้เราได้แสดงความสามารถ ทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับเรา มีทางเลือกมากกว่า 1 ทาง จึงเลือกทางที่เป็นประโยชน์ที่สุด หรือมีโทษน้อยที่สุด

2.6 ฝึกการผ่อนคลายความเครียดที่เกิดจากอารมณ์ไม่ดี โดยเลือกวิธีที่เหมาะสมกับตัวเองเพราะถ้ามีความเครียดมากจะไม่มีพลังพอที่จะให้หลุดพ้นจากการครอบงำของอารมณ์ เมื่อควบคุมอารมณ์ได้แล้วก็จะหาทางระบายอารมณ์ในทางที่เหมาะสมต่อไป

3. การพัฒนาการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง

1) ทบทวนว่าสิ่งสำคัญในชีวิตเรามีอะไรบ้างที่เราต้องการอยากได้ อยากมี อยากเป็น จัดอันดับความสำคัญ หลังพิจารณาว่าการจะบรรลุสิ่งที่ต้องการแต่ละสิ่งนั้นสิ่งใดมีทางที่จะเป็นไปได้ สิ่งใดเป็นไปได้ สิ่งใดที่เกิดประโยชน์ สิ่งใดที่เกิดโทษ

2) นำความต้องการในข้อ 1 ที่เป็นไปได้และเกิดประโยชน์มาตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนให้แก่ตัวเอง หลังวางขั้นตอนที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น

3) ในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายต้องระวังอย่าให้เหตุการณ์บางอย่างมาทำให้ไขว่เขวไปจนออกนอกทางที่จะบรรลุเป้าหมาย

4) ฝึกการมองหาประโยชน์จากอุปสรรคมองหาสิ่งดีจากสิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อสร้างความรู้สึกที่ดีๆที่จะเป็นพลังให้เกิดสิ่งดีอื่นๆต่อไป

5) ฝึกสร้างทัศนคติที่ดี ทำความเข้าใจในเรื่องการมองโลกในแง่ดี หามุมมองในเรื่องที่ดีที่เราไม่พอใจ มองปัญหาให้เป็นการเรียนรู้ การคิดในแง่ดี ทำให้รู้สึกดีมีพฤติกรรมที่ดี แก่ความพึงพอใจเป็นการเพิ่มพลัง-แรงจูงใจให้กับตนเอง

6) หมั่นสร้างความหมายในชีวิตให้แก่ตนเอง มองหาสิ่งดีในตนเองนึกถึงสิ่ง ที่สร้างความภูมิใจแม้จะเป็นสิ่งเล็กน้อยๆ ในตัวเราและพยายามใช้สิ่งที่ดีในตนสร้างให้เกิดคุณค่า แก่ตนเองและผู้อื่นอยู่เสมอก็จะยิ่งเพิ่มพูนความหมายในชีวิตมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังเพิ่มแรงจูงใจที่จะรู้สึก คือ ปฏิบัติสิ่งที่ดีต่างๆ

7) ให้กำลังใจตนเอง คิดอยู่เสมอว่าเราทำได้ เราจะทำ ลงมือทำ

4. การพัฒนาการหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น

1) ให้ความสนใจการแสดงอารมณ์ของผู้อื่น โดยสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทางการพูด ถ้อยคำ น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกอื่นๆ ฝึกสังเกตบ่อยๆ จะเห็นอารมณ์ผู้อื่นจากสิ่งต่างๆ ซึ่งสามารถสังเกตได้โดยเฉพาะจากสีหน้า แววตา จะสังเกตได้ง่ายกว่าจุดอื่น

2) ด้านอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นจากสิ่งที่สังเกตเห็นว่าเขากำลังมีอารมณ์ความรู้สึกใด อาจตรวจสอบโดยถามความรู้สึกเขา แต่จากการตรวจสอบต้องทำในสถานะเหมาะสมมิฉะนั้นอาจเป็นการทำลายความรู้สึกกันได้

3) ทำความเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลตามสภาพที่เขาเผชิญอยู่จริง ที่เรียกกันทั่วไปว่าคิดเอาใจเขามาใส่ใจเรา ถึงแม้จะไม่ถูกต้องทุกประการ แต่ก็มีความคล้ายคลึงหรือใกล้เคียงบ้าง

4) การแสดงการตอบสนองอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น การแสดงว่าเข้าใจ เห็นใจกัน ทำเกิดอารมณ์ความรู้สึกที่ดีต่อกัน

5. แนวทางการดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น

1) การรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจำเป็นต้องมีพื้นฐานมาจากการมองตนเองและผู้อื่นในแง่ดี สร้างอารมณ์ที่ดีต่อการฝึกสร้างอารมณ์ที่ดีต่อผู้อื่น เข้าใจ เห็นใจผู้อื่น จะทำให้การเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้น

2) ฝึกการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ สร้างความเข้าใจที่ตรงกันชัดเจน ฝึกการเป็นผู้ฟังและผู้พูดที่ดี ที่สำคัญต้องคำนึงถึงความรู้สึกของผู้รับสารด้วย

3) ฝึกแสดงน้ำใจ ความเอื้อเฟื้อรู้จักการรับการให้ การแลกเปลี่ยนให้เกิดคุณค่า เกิดประโยชน์สำหรับตนเองและสำหรับบุคคลที่เกี่ยวข้อง

4) ฝึกการให้เกียรติผู้อื่นอย่างจริงใจ ให้การยอมรับ เพราะเป็นสิ่งที่จะทำให้ผู้รับมีความภาคภูมิใจและมีความรู้สึกที่ดีตอบแทนมา

5) ฝึกการแสดงความชื่นชอบ ชื่นชม และให้กำลังใจซึ่งกันและกันตามวาระที่เหมาะสม

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (2548 : 39-44) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็กด้วยการสร้างเสริมให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนี้

1. ให้ความรักที่ปราศจากเงื่อนไข
2. ให้การยอมรับนับถือเด็ก

3. เลี้ยงเด็กให้มีน้ำใจ
4. การฝึกวินัยในเชิงบวก
5. เลี้ยงเด็กให้เป็นอิสระและเป็นตัวของตัวเอง

อุสา ตูทธิสาคร (2544 : 24) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทาง

อารมณ์ดังนี้

1. การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจและเอื้ออาทร
2. การพัฒนาความซื่อสัตย์
3. การพัฒนาทักษะกระบวนการคิด
4. การฝึกทักษะแก้ปัญหา
5. การพัฒนาทักษะทางสังคม
6. การสร้างแรงจูงใจและทักษะสู่ความสำเร็จ
7. การพัฒนาทักษะควบคุมอารมณ์

ประดินันท์ อุปรมัย (2548 : 23) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทาง

อารมณ์ของผู้ปกครองเด็ก คือ

การฝึกมองตนเองตามที่เป็นจริง สามารถทำได้โดยการฝึกปฏิบัติดังนี้

1. สำรวจตนเองว่าในรอบสัปดาห์ที่ผ่านมาท่านมีความรู้สึกหรืออารมณ์ใดบ้าง
2. เมื่อรวมจำนวนความรู้สึกหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นในข้อ 1 ได้แล้ว ขอให้จัดอันดับ

ความรู้สึกหรืออารมณ์ที่มีความถี่ของการเกิดมากที่สุด

3. เมื่อรู้แล้วว่าในรอบสัปดาห์ที่ผ่านมาท่านเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์อย่างไรบ่อยมากที่สุด ขอให้เขียนข้อความ 1-2 ประโยคที่เป็นความคิดเกี่ยวกับชีวิตของท่านในขณะนี้

เมื่อได้รู้แล้วว่าในรอบสัปดาห์ที่แล้วเราเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ในลักษณะใดมากที่สุดขอให้นึกทบทวนต่อว่าความรู้สึกหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดนั้น เกิดขึ้นกับใคร หรือเกิดขึ้นในสถานการณ์ใดบ้างและเมื่อเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ดังกล่าวเราแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างไรบ้างเขียนพฤติกรรมที่แสดงออกไว้ตามที่จริง พร้อมทบทวนต่อด้วยว่าพฤติกรรมที่แสดงออกไปนั้นเหมาะสมหรือไม่

ถ้าเหมาะสม พฤติกรรมนั้นๆมีผลต่อตัวท่านหรือบุคคลอื่นในขณะนั้นอย่างไร และทำให้ท่านเกิดความคิดในขณะนี้อย่างไร

ถ้าไม่เหมาะสมพฤติกรรมนั้นๆสร้างความไม่สบายใจหรือก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ท่านหรือแก่ใครคนอื่นต่อไปอีกหรือไม่ อย่างไร และทำให้ท่านเกิดความคิดในขณะนี้อย่างไร

การฝึกมองคนโดยหวนคิดถึงอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในแต่ละสัปดาห์ (หรือแต่ละวันจนถึงแต่ละชั่วโมง หรือแต่ละนาที) ก็คือการฝึกให้เราฝึกให้เรามีสติรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลาตัวเอง เพียงแต่ว่าการจะให้สามารถรู้เท่าทันอารมณ์ได้ตลอดเวลาจำเป็นจะต้องอาศัยเวลาในการฝึกฝนอยู่เป็นนิจนั่นเอง

จะเห็นได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นคุณลักษณะที่สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้สาระสำคัญโดยรวม ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ต่างมุ่งเน้นให้รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองสามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถจัดการกับความขัดแย้งต่างๆที่เกิดขึ้นทั้งภายในตนเอง ในสถานะแวดล้อม อีกทั้งแสดงอารมณ์ได้เหมาะสมตามสถานการณ์ เพื่อรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นจะนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่สงบสุข

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งเน้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีจุดมุ่งหมายให้นักเรียนได้พัฒนาคุณลักษณะที่มีความสอดคล้องกับองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต โดยสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการโดยใช้กิจกรรมหลากหลาย เน้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมกับการเรียนและฝึกปฏิบัติจริง นำผลการเรียนรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันและสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนให้เพิ่มสูงขึ้นเต็มศักยภาพของแต่ละบุคคลต่อไป

1.5 ทฤษฎีพัฒนาการของช่วงวัยรุ่นตอนต้น อายุ 10-11 ปี

จากการศึกษาพัฒนาการในวัยเด็กช่วงอายุ 10-11 ปีได้มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการในแต่ละด้านไว้อย่างหลากหลาย ซึ่งผู้วิจัยมีความสนใจแนวคิดของ พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ (2547 : 1-2) ที่ได้แบ่งทฤษฎีพัฒนาการไว้ 5 ด้าน คือ ทฤษฎีพัฒนาการทางร่างกายและการเคลื่อนไหว ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสติปัญญา ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพ ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสังคมและทฤษฎีพัฒนาการทางด้านจริยธรรม ซึ่งพัฒนาการแต่ละด้านนั้นจะมีความต่อเนื่องกันทุกช่วงวัย สำหรับเด็กในช่วงวัย 10-11 ปีนั้น จะมีพัฒนาการต่างๆตามหัวข้อที่กล่าวข้างต้นดังนี้

1. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว

เด็กในวัยนี้จะมีลักษณะเด่นทางด้านร่างกาย คือเป็นในแง่ของความองอาจ เจริญเติบโตถึงขีดสมบูรณ์ เพื่อทำหน้าที่อย่างเต็มที่ ความเจริญเติบโตมีทั้งส่วนภายนอกที่มองเห็นได้ง่าย เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก รูปหน้า ส่วนลึกของร่างกาย ลักษณะเส้นผม ฯลฯ และความเจริญส่วนภายใน เช่น การทำงานของต่อมบางชิ้น โครงกระดูกแข็งแรงขึ้น การผลิตเซลล์สืบพันธุ์ในเด็กชาย การมีประจำเดือนของเด็กหญิง

2. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสติปัญญา

เด็กในวัยนี้สามารถเริ่มคิดสิ่งที่เป็นนามธรรมได้ รู้จักตั้งสมมติฐาน สามารถแก้ปัญหาได้โดยใช้หลักวิทยาศาสตร์ วินคดา ปิยศิลป์ และพนม เกตุมาน (2545 : 23) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เพียเจต์ (Piaget อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2547 : 44) กล่าวว่าเด็กในช่วงวัยนี้มีระดับพัฒนาการความเข้าใจอย่างมีเหตุผล ระเบียบนี้เป็นพัฒนาการทางด้านสติปัญญาและความคิดของเด็กนั้นจะพัฒนาขึ้นสู่ระดับวุฒิภาวะสูงสุด คือเด็กในวัยนี้จะเริ่มคิดเหมือนผู้ใหญ่ ความคิดแบบเด็กจะสิ้นสุดลง เด็กจะสามารถที่จะคิดอย่างมีเหตุผล สามารถที่จะคิดอย่างเป็นวิทยาศาสตร์สามารถที่จะตั้งสมมติฐานและทฤษฎีต่างๆและสามารถที่จะเกิดความคิดรวบยอดสิ่งที่เป็นนามธรรม นอกเหนือไปจากสิ่งที่ตาของเขามองเห็น

3. พัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพ

ในวัยนี้จะมีพัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพที่เด่นชัดที่สุด เนื่องจากเป็นวัยที่นักวิชาการ นักจิตวิทยาได้ระบุว่า วัยพายุพายุแค้น (Storm and Stress) ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 : 336) ซึ่งเป็นวัยที่แสดงความเป็นตัวของตัวเองมากที่สุด ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กกำลังต้องการแสวงหาความเป็นตัวคนที่แท้จริง เพราะยังคงมีความสับสนเนื่องจากเป็นช่วงวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงที่เปลี่ยนวัยจึงส่งผลต่อในเรื่องของการปรับตัว จากแนวคิดทฤษฎีบุคลิกภาพของ อิริคสัน (Erikson อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2547 : 93) ได้กล่าวว่าในเด็กช่วงวัยนี้จะมีความรู้สึกขัดแย้งระหว่างตนประสบความสำเร็จหรือรู้สึกด้อย (Sense of Industry vs. Sense of Inferiority) เป็นช่วงของการที่เด็กได้มีโอกาสเรียนรู้ประสบการณ์สิ่งใหม่ๆมากขึ้น จึงเป็นส่วนหนึ่งที่เด็กพยายามทำตามแบบของผู้ใหญ่ ถ้าสามารถทำได้ก็จะรู้สึกประสบความสำเร็จทั้งที่ต้องทุ่มเทแรงกายแรงใจ ในขณะที่ถ้าไม่สามารถทำได้เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ก็เป็นเหตุให้เด็กรู้สึกด้อย (Feeling of Inferiority) ซึ่งส่งผลถึงพัฒนาการด้านอารมณ์โดยแสดงออกทางพฤติกรรม ตามแนวคิดของ ออซูเบล (Ausubel อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2547 : 97) ได้กล่าวว่าสิ่งที่จะส่งผลต่อพัฒนาการนั้นเกิดจากองค์ประกอบ 3 ประการคือ ประการแรกคือองค์ประกอบทางด้านสังคม (Social Factor) เป็นองค์ประกอบที่กล่าวถึงสถาบันทางสังคมที่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและภายในกลุ่ม ระหว่างบุคคล และองค์การทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดทิศทางและพฤติกรรมของพัฒนาการ ทั้งยังมีบทบาทสำคัญในการก่อให้เกิดความเจริญเติบโตทางโครงสร้างของบุคลิกภาพด้วย ประการที่ 2 คือ องค์ประกอบภายใน เป็นผลของปฏิสัมพันธ์ (Interaction)

ระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมที่ผ่านมาและเป็นแนวโน้มของการเลือกตอบสนองต่อประสบการณ์หรือเป็นขอบเขตทิศทางตอบสนองต่อประสบการณ์ ประการที่ 3 คือ องค์ประกอบทางการรับรู้ เป็นการที่บุคคลรู้อย่างไรจะมีผลต่อพฤติกรรมและพัฒนาการของเขาโดยตรง และการรับรู้ที่นั่นอาจจะไม่ตรงกับสภาพความเป็นจริงก็ได้ ทั้งนี้จึงกล่าวได้ว่า การแสดงอารมณ์นั้นจะแสดงออกทางพฤติกรรม ดังนั้นการที่เด็กจะแสดงพฤติกรรมได้นั้นเกิดจากองค์ประกอบภายใน คือการรับรู้ตนเองในขณะนั้น และประสบการณ์เดิมที่ตนเคยเรียนรู้ รวมถึงองค์ประกอบภายนอกที่เป็นปัจจัยกำหนดให้เกิดพฤติกรรมต่างๆขึ้น

4. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสังคม

กล่าวได้ว่า เด็กวัยนี้เป็นวัยที่อยู่กับสังคมโรงเรียนมากกว่าสังคมในบ้าน ดังนั้นเพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็กวัยนี้ เป็นวัยที่เพื่อนมีอิทธิพลมาก เพราะต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน จึงมักยอมทำตามคำนิยามของเพื่อน นงพะงา ลิมสุวรรณ (2542 : 91) ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 : 337) กล่าวว่าเด็กวัยนี้จะให้ความสำคัญกับเพื่อนร่วมวัยและมีความผูกพันแน่นแฟ้นกับเพื่อนในกลุ่มมากขึ้น และจะเริ่มในชีวิตกลุ่มที่แท้จริง

5. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านจริยธรรม

เด็กวัยนี้สามารถทำตามกฎเกณฑ์ของสังคมเพื่อให้ได้รับการยอมรับว่าเป็นเด็กดี มีความรับผิดชอบ ใฝ่รู้ใฝ่เรียน จากแนวคิดของ โคลเบอร์ก (Kohlberg อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ (2547 : 166) สำหรับเด็กวัยนี้เป็นช่วงระดับมีจริยธรรมอย่างมีกฎเกณฑ์ (Conventional level) ระดับนี้เริ่มใช้กฎเกณฑ์ต่างๆขึ้นมากำหนดความถูก ความดี ความควร ขึ้นมา โดยเริ่มจากการยอมรับของกลุ่มขึ้นเป็นกฎเกณฑ์ที่กำหนดในสังคม เช่น ระเบียบประเพณี จนถึงกฎหมาย เหตุผลทางจริยธรรมในระดับนี้อาจแบ่งออกเป็น 2 ประการคือ

ประการแรก คือ การยอมรับของกลุ่ม (Mutual Interpersonal Expectations Relationships and Interpersonal Conformity) เป็นพฤติกรรมที่ถูก ที่ดี ที่ควร ในขั้นพัฒนาการวัยนี้ คือการยอมรับของกลุ่มหรือการยอมรับของพรรคพวกเพื่อนพ้อง เช่น กลุ่มเพื่อน (Peer Group) เป็นต้น

ประการที่สอง คือ ระเบียบระบบของสังคม (Social System and Conscience) ในขั้นนี้พฤติกรรมที่ถูก ที่ดี ที่ควร ขึ้นอยู่กับระเบียบประเพณีหรือกฎเกณฑ์ที่สังคมกำหนดไว้หรือคั่งไว้ เช่น การฆ่าสัตว์เป็นสิ่งไม่ดี เพราะศีล 5 ในพุทธศาสนา ข้อที่ 1 ห้ามฆ่าสัตว์ ถ้าฆ่าสัตว์จึงผิดศีลเป็นสิ่งไม่ดี หรือตามประเพณีไทย ลูกชายต้องบวชเรียน ฉะนั้นการบวชเรียนของลูกชายจึงเป็นสิ่งที่ดี ที่ถูก ที่ควร เป็นต้น

จากพัฒนาการข้างต้น จะพบว่า ตามทฤษฎีพัฒนาการของ เฮวิกเฮิร์ส (Havighurst อ้างถึงใน สุรางค์ โค้วตระกูล 2544 : 90-93) กล่าวว่า ทุกคนต้องมียานพัฒนาการ (Development Tasks) โดยที่เป็นงานที่มนุษย์ทุกคนจะต้องทำในแต่ละวัยของชีวิต ซึ่งในช่วงวัย 10-11 ปี จัดได้ว่า จะต้องมียานพัฒนาการ ดังนี้

1. เรียนรู้ที่จะใช้ทักษะทางร่างกายที่จำเป็นสำหรับการเล่นเกมต่างๆ
2. สร้างทัศนคติที่ดีต่อตนเองในฐานะเป็นมนุษย์
3. เรียนรู้ในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนร่วมวัย
4. เรียนรู้บทบาททางสังคมที่เหมาะสมสำหรับเพศชายและเพศหญิง
5. พัฒนาทักษะพื้นฐานในการอ่าน การเขียน และการคิดคำนวณ
6. พัฒนาความคิดรวบยอดที่จำเป็นสำหรับชีวิตประจำวัน
7. พัฒนามาตรฐานจริยธรรม มโนธรรม และค่านิยม
8. มีความอิสระ สามารถที่จะทำอะไรได้ด้วยตนเอง
9. พัฒนาทัศนคติต่อสังคมและสถาบันสังคม

จากข้อมูลดังกล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น พอประมวลได้ว่า การพัฒนาเด็กในช่วงวัย 10-11 ปี นั้นควรให้ความสำคัญกับพัฒนาการทางด้านอารมณ์ ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อบุคลิกภาพ และการปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ทั้งนี้ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญในการพัฒนาทางด้านอารมณ์ จึงจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบ บูรณาการในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นช่วงที่กำลังเริ่มต้นเข้าสู่วัยรุ่นและเรียนรู้ในสิ่งที่เป็นนามธรรมมากขึ้น พร้อมทั้งเป็นช่วงที่เรียนรู้ประสบการณ์ใหม่เพื่อนำไปสู่การนำไปใช้ชีวิตประจำวันต่อไป

1.6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

1.6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายในประเทศ

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้พัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ จากกลุ่มประชากร 6,812 คน ในภาคกลาง, ภาคเหนือ, ภาคใต้, และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จากกรอบความคิดของ บาร์ออน (Bar-on 1998) โกลแมน (Goleman 1997) เมเยอร์และสโลเวย์ (Mayer & Salovey 1997) คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf 1997) พัฒนาเป็นข้อคำถาม 52 ข้อ จำแนกเป็นความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง ด้านสุข

อัมพร หัสสิริ (2543) ศึกษาความสามารถทางเชาวน์ปัญญาและความสามารถทางอารมณ์ของนักเรียนในระดับประถมศึกษาที่มีปัญหาการเรียน โดยศึกษาจากประชากรที่เป็นนักเรียนในกลุ่มโรงเรียนทักษิณ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 6 โรงเรียน จำนวน 156 คน ใช้แบบทดสอบเชาว์ปัญญาและแบบประเมินความสามารถทางอารมณ์ พบว่านักเรียนที่มีปัญหาการเรียนส่วนใหญ่มีเชาว์ปัญญาไม่ดีและมีความสามารถทางอารมณ์ปานกลาง

กันตวรรณ มีสมสาร (2544) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยย่างเข้าสู่วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียนสหศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครจำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 3 แบบ คือ แบบสำรวจการอบรมเลี้ยงดู แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ และแบบวัดความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมเด็ก ผลการวิจัยปรากฏว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม การอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ และการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ครุณี ร่องสุวรรณ (2545) ได้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในด้านการตระหนักรู้ตนเอง การควบคุมตนเอง การสร้างแรงจูงใจ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา ทักษะทางสังคมกับความสามารถทางสมองในด้านภาษา ปริมาณ การคิดอย่างมีเหตุผล การรับรู้ การมองเห็น ความสัมพันธ์ ความจำ โดยจำแนกเพศ พบว่า นักเรียนชายมีความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละด้านและโดยรวมทุกด้านต่ำกว่านักเรียนหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2545) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การสร้างแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีอายุระหว่าง 9-12 ปี และกำลังเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-6 โรงเรียนระดับประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยครั้งนี้ ได้แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กที่มีรายละเอียดต่างๆ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สตรีดอม (Strydom 1999) ซึ่งเป็นข้อมูลที่สามารถยืนยันได้ว่า แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กของการวิจัยครั้งนี้ มีองค์ประกอบที่สามารถประเมินความฉลาดทางอารมณ์ได้ตรงประเด็น

อักษรา ศิลปสุข (2545) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อเปรียบเทียบระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ แรงจูงใจในการทำงาน การ

ตัดสินใจและการแก้ปัญหา สัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ความภูมิใจและพอใจชีวิตของตนเอง ความสุขสงบทางใจและสมาธิในการทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และระดับ .05 แสดงว่ากิจกรรมมีผลต่อการช่วยให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น

ธัญยาภรณ์ พาพลงาม (2545) ได้ศึกษาผลของการใช้ตัวแบบวิถีทัศน์ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านห้วยแก้วห้วยสำราญ ตำบลหนองม อำเภอบางบาล จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างจำนวน 22 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ วิถีทัศน์ที่มีเนื้อหาในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ ของ ชนมม สุขวงศ์ (2543) ที่ปรับปรุงมาจากมาตรวัดสติปัญญาทางอารมณ์ ของ อรพินทร์ ชูชม และคณะ (2542) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์จากตัวแบบวิถีทัศน์ มีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ดีขึ้นและมีความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการได้รับเงื่อนไขการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศุภิดา พลขำนิ (2546) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนวมวิทย์ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 186 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิภา จตุกุล (2547) ได้ศึกษาผลการใช้การสอนแบบระดมสมองที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์ต่างกัน กลุ่มเป้าหมายคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านเกาะหลวง อำเภอดอยเต่า จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 17 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบทดสอบความสามารถในการแก้ปัญหา แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ แผนการสอนแบบระดมสมองวิชาวิทยาศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ระดับ คือ กลุ่มที่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูง ปานกลาง และต่ำ มีพัฒนาการด้านความสามารถในการแก้ปัญหาเพิ่มสูงขึ้น

ศิริศุภา ลดาวัลย์ ณ อยุธยา (2548) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา ผลการวิจัย

พบว่า หลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์ต่างกับกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ในต่างประเทศ

เทรปาและฟริก (Treppa and Frike 1972 : 466-468) ได้ฝึกกิจกรรมกลุ่มกับกลุ่มทดลองจำนวน 11 คน และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกเลยจำนวน 11 คน พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองไปในทางที่ดีขึ้นในด้านความสามารถ ในการควบคุมตนเอง คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การนับถือตนเอง การยอมรับตนเอง และความเข้าใจในความมีมนุษยสัมพันธ์และความคิดเกี่ยวกับคนในอุดมคติ

กรีนเนอร์ (Greenier 1989 อ้างถึงใน วิชาสถิติ ชั่วพลี, 2543) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะและความสามารถทางอารมณ์กับพฤติกรรมเอื้อสังคมของเด็ก อายุ 8-12 ปี พบว่า เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงจะมีคะแนนความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มีอารมณ์ทางบวก มีความมั่นใจในการตีความแสดงอารมณ์ทางสีหน้า และมีการจัดการกับอารมณ์ได้ดีกว่าเด็กที่มีการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นต่ำ นอกจากนี้เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงจะได้รับการยอมรับจากเพื่อนมากกว่าด้วยและยังพบว่า เด็กหญิงได้คะแนนความสามารถทางอารมณ์และพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงกว่าเด็กชาย

จอห์น กอตต์แมน (John Gottman อ้างใน เทอคคิกค์ เศษคง 2542 : 46) ได้รวบรวมครอบครัวจำนวน 56 ครอบครัว เพื่อศึกษาถึงผลการสอนทักษะความฉลาดทางอารมณ์ต่อการเรียนของลูก การศึกษานี้ทำตั้งแต่ปี พ.ศ. 2529 แล้วติดตามผลอยู่หลายปี ปรากฏว่า แม้จะควบคุมระดับ I.Q. ของเด็กๆ ให้มีระดับใกล้เคียงกันแล้ว ก็ยังพบว่าคะแนนสอบของแต่ละรายวิชา ตัวอย่างเช่น คณิตศาสตร์ และการอ่านสูงขึ้นในกลุ่มพ่อแม่ที่เลี้ยงลูกแบบเน้นทักษะทางอารมณ์

โอม (Ohm,1998) ได้ทำการศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ในฐานะความฉลาดชนิดหนึ่ง ซึ่งมีผลต่อความสำเร็จในการเรียน เพื่อสนับสนุนให้สถาบันการศึกษานำความฉลาดทางอารมณ์มาใช้ในการเรียนการสอน จากผลการศึกษาพบว่า ทักษะทางอารมณ์ที่ดีกับความสำเร็จทางการเรียนและความสำเร็จของบุคคลมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

โกลแมน (Goleman 1995 : 209 อ้างอิงจาก อิลิแอส และแครบบี้ Elias and Crabby. 1992) ได้สร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาทางด้านสังคม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในมลรัฐนิวเจอร์ซีย์ โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมกับ

กลุ่มทดลอง ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาทางสังคม มีทักษะในการแก้ปัญหาทางสังคมเพิ่มขึ้น โดยมีความเข้าใจในพฤติกรรมของตนเองเพิ่มมากขึ้น เห็นคุณค่าของตนเองสูงขึ้น รู้จักควบคุมตนเอง (Self-Control) สามารถตระหนักรู้ในสังคม (Social-Awareness) และมีความสามารถในการตัดสินใจดีขึ้น

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาให้เพิ่มขึ้นได้ โดยวิธีการที่หลากหลาย แต่ยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดลองศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำถึงปานกลางให้เพิ่มสูงขึ้น และสามารถนำเครื่องมือและกิจกรรมที่ได้ไปพัฒนานักเรียนในวัยเดียวกัน ที่มีลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ต่ำและเป็นแนวทางให้ผู้สนใจศึกษาและพัฒนาจิตลักษณะหรือคุณลักษณะที่พึงประสงค์อื่นๆ ได้ศึกษาวิจัยต่อไป

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (2544 : 136) กล่าวถึงกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นการกำหนดรูปแบบการเรียนรู้ให้แก่ผู้รับบริการด้วยการใช้เทคนิควิธีต่างๆ ที่เหมาะสมกับวัย และหลักสูตรแนะแนวที่วางไว้สำหรับแต่ละวัย

สมร ทองดี และปรางค์ รามสูตร (2545 : 11) ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแนะแนวแต่ละคน แต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือมีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนาส่งเสริมป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

กรมวิชาการ (2546 : 6) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียน ให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญาและการสร้างสัมพันธภาพที่ดี

พิทยาภรณ์ พิทยาธรกุล (2546 : 36) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่าเป็นกิจกรรมที่เป็นมวลประสบการณ์ที่จัดให้เพื่อพัฒนา ป้องกัน และแก้ปัญหาให้แก่ผู้รับบริการทุกคนทุกเพศ ทุกวัย ทั้งวัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ โดยมีขอบข่ายทั้งสามด้านคือ ด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อให้บุคคลรู้จักเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข

สินิทธิ์ วงศ์ธิดา (2546 : 30) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า หมายถึงมวลประสบการณ์ที่จัดให้ผู้รับบริการแนะแนวได้ปฏิบัติหรือมีส่วนร่วมเพื่อช่วยให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายและขอบข่ายของการแนะแนว

พิมลรัตน์ ขุนแก้ว (2548 : 28) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นกิจกรรมหรือบริการที่โรงเรียนต้องจัดให้กับนักเรียนทุกคน เพื่อช่วยให้นักเรียนได้ค้นพบความสามารถและศักยภาพของตนเอง เพื่อเป็นการเสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ ตระหนักคุณค่าในตนเอง สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ประภัสสรา โลहनันทชัย (2548 : 61) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบ พัฒนาศักยภาพของตนเอง เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนเชิงพหุปัญญาและการสร้างสัมพันธภาพที่ดี รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถ ความสนใจ ความถนัด อันจะนำไปสู่การพัฒนากระบวนการคิด และการวางแผนการแก้ปัญหาตลอดจนการสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

สรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึง มวลประสบการณ์ที่จัดให้ผู้รับบริการแนะแนวได้ปฏิบัติหรือมีส่วนร่วมเพื่อช่วยให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์และขอบข่ายของการแนะแนว ตามศักยภาพของแต่ละบุคคล สามารถนำมวลประสบการณ์ต่างๆไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 24) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสามารถ ความสนใจของตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักแสวงหาความรู้จากข้อมูล ข่าวสาร แหล่งความรู้ ทั้งด้าน การศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนเลือกแนวทางการศึกษา อาชีพ ได้เหมาะสมสอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง

3. เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ มีทักษะ มีความคิดสร้างสรรค์ในงานอาชีพและมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต

4. เพื่อให้นักเรียนมีค่านิยมที่ดีงามในการดำเนินชีวิต เสริมสร้างวินัย คุณธรรม และจริยธรรมแก่ผู้เรียน

5. เพื่อให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและ ประเทศชาติ

พิทยาภรณ์ พิทยาภรณ์ (2546 : 37) ได้สรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว ไว้ว่า เป็นวัตถุประสงค์สำคัญหรือผลลัพธ์การเรียนรู้ที่มุ่งให้เกิดแก่ผู้รับบริการ คือการเสริมสร้าง ให้ผู้รับบริการดำเนินชีวิตส่วนตัวโดยรอบรู้ที่เป็นทั้งคนดี คนเก่ง และอยู่ร่วมกับผู้อื่นโดยสันติสุข

พิมลรัตน์ ขุนแก้ว (2548 : 29) ได้สรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบศักยภาพความสามารถของตนเอง รู้จักการแสวงหาความรู้ข้อมูล พัฒนา บุคลิกภาพปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีอาชีพสุจริต มีคุณธรรมจริยธรรม และ จิตสำนึกต่อการรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม

สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมหรือพัฒนาผู้รับบริการ ให้ค้นพบศักยภาพของตนเอง สามารถนำมวลประสบการณ์ที่ได้รับไปแก้ปัญหาหรือพัฒนาตนเอง ให้สามารถปรับตัว มองเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

2.3 ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราวณี รามสูต (2545 : 33-47) ได้กล่าวถึง “ขอบข่ายของ กิจกรรมแนะแนว” ไว้ว่า อาจจะมองได้หลายลักษณะ เช่น อาจมองในลักษณะของกิจกรรม แนะแนวในชั้นเรียนและกิจกรรมแนะแนวนอกชั้นเรียน หรืออาจมองในลักษณะของกิจกรรมสั้นๆ เหมือนการสอนแต่ละชั่วโมงและกิจกรรมในรูปแบบของโครงการที่ใช้เวลาต่อเนื่องยาวนานขึ้น แต่ในความหมายที่ใช้กันทั่วไปสำหรับวงการแนะแนวในประเทศไทย มักหมายถึง ขอบข่ายของ กิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคม ซึ่งลักษณะการแบ่งขอบข่าย ดังนี้ เมื่อมาถึงยุคปัจจุบันจะแบ่งได้ไม่ชัดเจนดังได้กล่าวไว้แล้วในเรื่องของการกำหนด วัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่จะต้องบูรณาการองค์ความรู้ทุกด้านเข้าด้วยกัน เพื่อความเป็นคนดี

คนเก่ง และมีความสุข ดังนั้นในกิจกรรมแนะแนวแต่ละด้านจะต้องผสมผสานด้านอื่นเข้าไว้ด้วย แต่การแบ่งขอบข่ายกิจกรรมแนะแนวของประเทศไทยเราก็น่าจะยึดตามจุดเน้นมากที่สุดของกิจกรรมว่าเน้นด้านการศึกษาหรือเน้นด้านอาชีพ หรือด้านส่วนตัวและสังคมเป็นหลัก นอกจากขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนวที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งสามด้าน การจัดกิจกรรมแนะแนวจำเป็นต้องให้สอดคล้องกับผู้รับบริการทั้ง 3 วัย ได้แก่ วัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ เพราะบุคคลในแต่ละวัยจะมีธรรมชาติประจำวัย ปัญหา และความต้องการที่แตกต่างกัน ซึ่งในการจัดกิจกรรมแนะแนวนั้นมี 2 รูปแบบ คือ กิจกรรมแนะแนวรายบุคคลและกิจกรรมแนะแนวเป็นกลุ่ม โดยคำนึงถึงผู้รับบริการเป็นสำคัญ ทั้งด้านความพร้อม ความเต็มใจ และความจำเป็นของการพัฒนาว่ามุ่งทักษะสังคมมากน้อยเพียงใด นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นที่ต้องพิจารณาไปด้วย เช่น งบประมาณ เวลา แรงงาน และความพร้อมของผู้ให้บริการ

2.4 ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 25-26) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวควรมีลักษณะดังนี้

1. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสามารถและความสนใจของผู้เรียน
2. สนับสนุนส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการศึกษา การงานอาชีพ ชีวิตและสังคม เพื่อใช้ในการวางแผนการเรียน การศึกษาต่ออาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง
3. เสริมสร้างทักษะต่างๆ ให้ผู้เรียนพัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวกับสิ่งแวดล้อม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข
4. เสริมสร้างค่านิยมที่ดี วินัย คุณธรรมและจริยธรรม
5. เพิ่มพูนประสบการณ์เพื่อเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้และทักษะในวิชาการต่างๆ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ มีนิสัยรักการทำงานและสามารถเลือกอาชีพได้เหมาะสมกับตนเอง
6. จัดกลุ่มผู้เรียนเพื่อทำกิจกรรมหรือครูเป็นผู้ริเริ่ม เป็นที่ปรึกษาโดยอยู่บนพื้นฐานความต้องการของผู้เรียน เพื่อทำกิจกรรมที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ และแก้ปัญหาผู้เรียนได้
7. จัดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริมพัฒนาการเรียนรู้อันของผู้เรียน
8. เป็นกิจกรรมที่ไม่เน้นเนื้อหาวิชาการ แต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และบูรณาการให้สอดคล้องกับชีวิตจริง

9. วัดและประเมินผลในแต่ละกิจกรรมโดยมีการประเมินผลจากเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม การผ่านจุดประสงค์ของกิจกรรมที่แสดงถึงการพัฒนาของผู้เรียนเพื่อนำไปใช้ในการผ่านช่วงชั้น

10. สรุปการประเมินผลการพัฒนาการของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด และนำเสนอผู้ที่เกี่ยวข้อง

พิทยาภรณ์ พิทยาภรณ์ (2546 : 41) ได้ให้ข้อสรุปไว้ว่า ลักษณะการจัดกิจกรรมแนะแนวมีการปรับปรุงพัฒนาขึ้นมาเป็นลำดับ จากเดิมเน้นที่ครูผู้จัดกิจกรรมเป็นศูนย์กลาง แต่ปัจจุบันจะเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 มุ่งเน้นพัฒนาให้ผู้เรียน เป็นคนดี คนเก่ง และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยใช้เทคนิคและวิธีการที่หลากหลาย ซึ่งกิจกรรมแนะแนวที่จัดนี้ ต้องคำนึงถึงปรัชญาของการแนะแนวคือ ความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้ผู้เรียนค้นพบความสามารถ ความถนัด ความสนใจ นอกจากนี้ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องกำหนดวัตถุประสงค์ ขอบข่าย วัตถุประสงค์และปัจจัยแวดล้อมอื่นของผู้รับบริการให้สอดคล้องกัน นั่นคือจะต้องกระจางว่า จะทำอะไร ทำให้ใคร ทำอย่างไร จะทำที่ใด เวลาใด จึงจะเหมาะสม เพื่อการจัดกิจกรรมแนะแนวจะได้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

พิมลรัตน์ ขุนแก้ว (2548 : 31) ได้ให้ข้อสรุปไว้ว่า ลักษณะของกิจกรรมแนะแนวเพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความสามารถของตนเอง เพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริม พัฒนาการเรียนรู้ ไม่นับวิชาการ แต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และสอดคล้องกับชีวิตจริง สามารถวัดผลและประเมินผลได้

สรุปได้ว่า ลักษณะของกิจกรรมแนะแนวจะต้องเน้นให้ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมายและจัดให้ครบทุกด้าน เน้นผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลสามารถวัดและประเมินผลได้

2.5 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว

จำเนียร ช่วงโชติ (2527 : 118-120) ได้เสนอแนะเทคนิคในการจัดกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า ควรจัดบรรยากาศให้เป็นกันเอง ให้นักเรียนรู้สึกอิสระ สบายใจในการแสดงออก มีการกระตุ้นให้นักเรียนแสดงออกมากที่สุดทั้งในด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความกล้าในการพูด ความรู้สึกที่ต้องการระบายออก เปิดโอกาส กระตุ้นและช่วยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เรียนรู้แก้ปัญหาและปฏิบัติงานร่วมกันให้ได้มากที่สุด มีการมอบหมายความรับผิดชอบให้ทำงานในกิจกรรมนั้นๆ ตามความถนัด ความสามารถและความสนใจ ครูไม่ควรสอนโดยการพูดคนเดียวและให้นักเรียนจด ควรมีการ

สร้างความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เรียนรู้หน้าที่ของตน มีการช่วยเหลือพยายามเข้าใจกัน ให้ความร่วมมือเห็นอกเห็นใจกัน เรียนรู้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการนำเอาเทคนิคกระบวนการกลุ่ม รวมถึงการนำเกมทางจิตวิทยาเข้ามาประกอบการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสนุก เรียนรู้เข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น ตลอดจนปลูกฝังนิสัย เจตคติ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และจริยธรรมเข้าไปด้วยพร้อมกันนี้ครูและแนวความคิดการบันทึกรายละเอียดต่างๆ ของการสอนไว้ทุกครั้ง และครูควรเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทำการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองด้วย

สมร ทองดี และปราวณี รามสูต (2545 : 29-41) ได้กล่าวถึงหลักการพัฒนากิจกรรมแนะแนวสรุปได้ดังนี้

1. ลักษณะของสิ่งที่ต้องการพัฒนา ในการพัฒนากิจกรรมแนะแนวควรครอบคลุมขอบข่ายของการแนะแนวทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านส่วนตัวและสังคม โดยคำนึงถึงปัจจัยในด้านต่างๆ อาทิ ความจำเป็นและความต้องการของผู้รับบริการ สภาพสังคมและปัญหา กระแสโลกาภิวัตน์ รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พระราชบัญญัติการศึกษา แผนพัฒนางานแนะแนว ฯลฯ เพื่อกำหนดเป็นวัตถุประสงค์ในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว โดยให้สอดคล้องกับปรัชญาการแนะแนว ที่มุ่งเน้นในการพัฒนาและเสริมสร้างตนเอง สามารถแก้ปัญหา ป้องกันปัญหาได้

2. ลักษณะของผู้รับบริการ การพัฒนากิจกรรมแนะแนวจะต้องจัดให้สอดคล้องกับพัฒนาการแต่ละวัยที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย 3 วัย ได้แก่

2.1 วัยเด็ก เป็นวัยที่ชอบสนุกสนาน สนุกสนาน สนใจการเล่น รับรู้เชิงรูปธรรมมากกว่านามธรรม ควรเน้นกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านเล่น ส่งเสริมการแสดงออก ใช้สื่อหรือกิจกรรมสอดคล้องต่อการพัฒนาการทางสังคม และเน้นกิจกรรมกลุ่ม

2.2 วัยรุ่น เป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่น ต้องการการยอมรับ ความอิสระ เสรีภาพ แสวงหาเอกลักษณ์และบทบาท สนใจการมีอุดมการณ์แห่งชีวิต มีพลังมากทั้งด้านร่างกาย ความคิดและปัญญา ควรเน้นกิจกรรมแบบกลุ่มและให้ลงมือปฏิบัติมากที่สุด การฝึกทักษะสังคมด้านการยอมรับ ส่งเสริมกิจกรรมประเภทที่ช่วยให้ได้แสดงออก ให้มีการคิดวิเคราะห์กรณีศึกษา ใช้สื่อ เกม เพลง กระบวนการกลุ่มที่สอดคล้องกับยุคสมัย

2.3 วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีประสบการณ์ชีวิตหลายด้าน มีสถานะทางสังคม มีอาชีพ มีฐานะทางอารมณ์ แต่อาจมีปัญหามาจากประการที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางอาชีพและสังคม ควรเน้นกิจกรรมที่ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่าง

ผู้รับบริการและผู้ให้บริการ เน้นการคิดวิเคราะห์ หาเหตุผลและเสนอแนวคิด ควรหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ให้ผู้รับบริการเล่นสนุกสนานหรือออกท่าทางมากเกินไป

2.6 ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545 : 48) กล่าวว่า ขั้นตอนของกิจกรรมแนะแนวที่จัดในชั้นเรียนควรประกอบด้วย ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม ขั้นดำเนินกิจกรรม ขั้นสรุปและขั้นประเมินผล กิจกรรมเพื่อมุ่งให้ผู้รับบริการนำผลการเรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) ที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential Learning) และการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่ม (Group Process Learning) ซึ่งนักการศึกษาส่วนใหญ่ ยอมรับว่า การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม จะเสริมสร้างผู้รับบริการทั้งกระบวนการคิดและการปฏิบัติ นำไปสู่การปรับเปลี่ยนและพัฒนาพฤติกรรม ซึ่งผู้ให้ต้องกระตุ้นให้ผู้รับบริการได้เป็น “ผู้ร่วมทำกิจกรรม” ไม่ใช่ “ผู้สังเกตการณ์” และต้องจัดกิจกรรมให้ผู้รับบริการมีอารมณ์ร่วมสนุกสนานมีชีวิตชีวา โดยอาจใช้ เกม เพลง นิทาน ข่าว กรณีศึกษา ฯลฯ เป็นสื่อแนวทางในการจัดกิจกรรมที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีแนวทางการดำเนินการ 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์ (Experiencing) ผู้รับบริการอาจเล่นเกม บทบาทสมมติ ทำงาน ทำกิจกรรม สถานการณ์จำลอง ฟัง/อ่านกรณีศึกษา ค้นคว้า เล่าคิด เล่าเรื่องแบ่งปันประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสาระสำคัญ หรือผลลัพธ์การเรียนรู้ หรือจุดมุ่งหมายของกิจกรรม

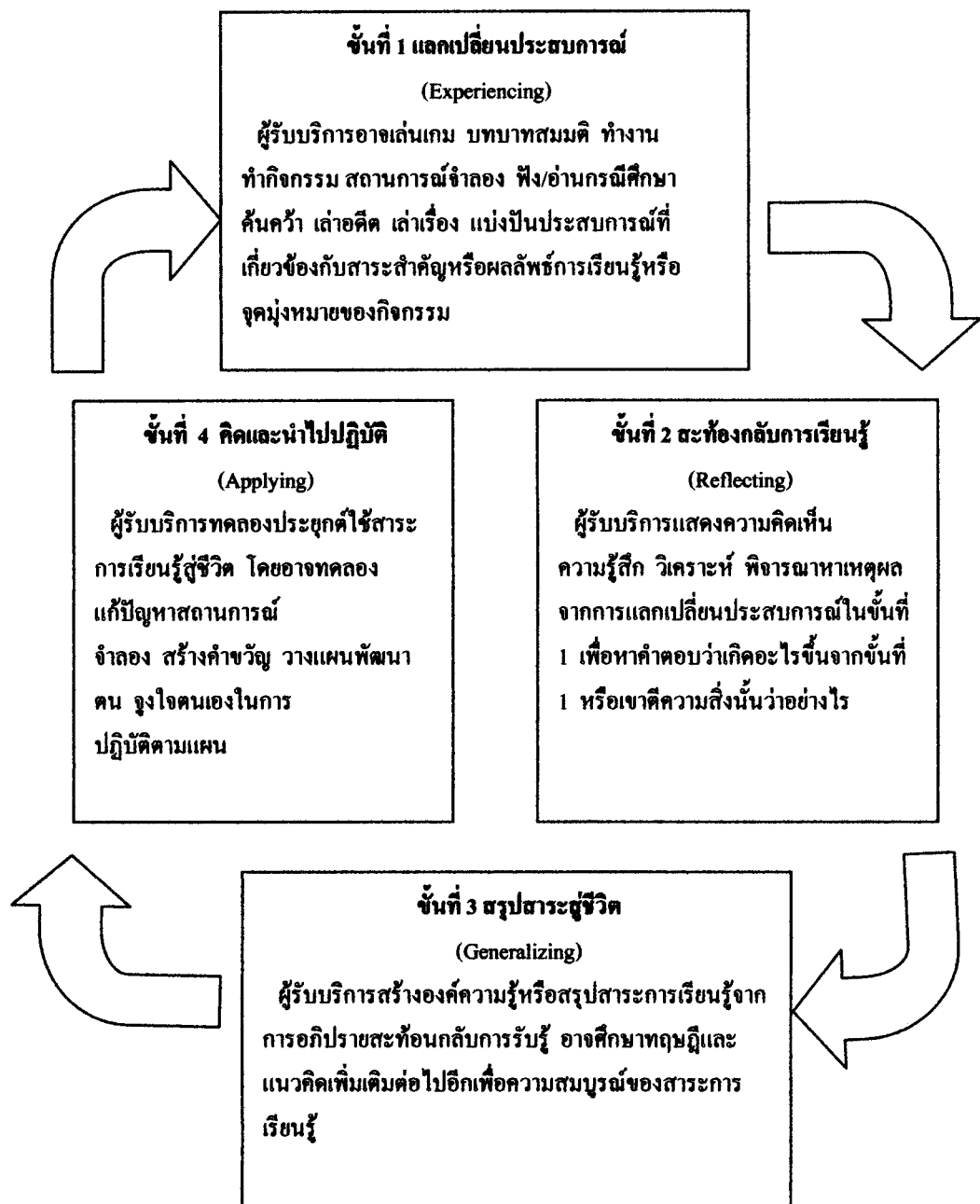
ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้ (Reflecting) ผู้รับบริการแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก วิเคราะห์ พิจารณาหาเหตุผลจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ขั้นที่ 1 เพื่อหาคำตอบว่า เกิดอะไรขึ้นจากขั้นที่ 1 นั้น หรือเขาตีความว่าสิ่งนั้นอย่างไร

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต (Generalizing) ผู้รับบริการสร้างองค์ความรู้ หรือสรุปสาระการเรียนรู้จากการอภิปรายสะท้อนกลับ การรับรู้จากทฤษฎีและแนวคิดเพิ่มเติมต่อไปอีก เพื่อความสมบูรณ์ของสาระการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับชีวิต

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ (Applying) ผู้รับบริการทดลองประยุกต์ใช้สาระการเรียนรู้สู่ชีวิต โดยอาจทดลองแก้ปัญหาสถานการณ์จำลอง สร้างคำขวัญ วางแผนพัฒนาตน ภูมิใจตนเองในการปฏิบัติตามแผนซึ่งขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม จากขั้นที่ 1 ถึงขั้นที่ 4 อาจมีความต่อเนื่องคาบเกี่ยวกันจนแยกไม่ออกหรือบางครั้งมีการสลับขั้นตอน เช่น อาจจัดกิจกรรมนำเสนอสาระการเรียนรู้หรือองค์ความรู้ก่อน จากนั้นเป็นขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ แล้วเป็นกิจกรรม

สะท้อนกลับการเรียนรู้ สุดท้ายเป็นกิจกรรมได้ทดลองประสบการณ์และประยุกต์ใช้ ซึ่งขั้นตอนนี้จะอยู่เป็นขั้นสุดท้ายของกิจกรรมเสมอและเมื่อถึงขั้นคิดและนำไปปฏิบัติก็อาจกลับเข้าสู่การแลกเปลี่ยนประสบการณ์เป็นวงจรต่อไปใหม่ เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ให้มั่นคงขึ้นนำไปสู่การปฏิบัติได้ดีขึ้นและเรียนรู้สิ่งใหม่ที่ต่อเนื่องต่อไปอีก

สมร ทองดี และปราวณี รามสูต (2545 : 50) กำหนดขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน เป็นวงจรการเรียนรู้ (Four Phases of Learning Cycle) คือ “แลกเปลี่ยนประสบการณ์ → สะท้อนกลับการรับรู้ → สรุปสาระสู่ชีวิต → คิดและนำไปปฏิบัติ” แสดงเป็นภาพได้ดังนี้



ภาพที่ 2.2 แสดงขั้นตอนและวงจรกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์
ที่มา : สมร ทองดี และปราณี รามสูตร (2545 : 50)

2.7 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว

บุษบากร ตันชาวรรณ (2545 : 30) กล่าวถึง คณาจารย์และนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย แขนงวิชาการแนะแนว สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ปีการศึกษา 2545 ได้กำหนดให้ชุดกิจกรรมแนะแนว (Guidance Activity Package) หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วย กิจกรรมแนะแนวหลายๆ กิจกรรมที่นำมารวมกันเข้าอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายทางการแนะแนว โดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย (1) คำชี้แจงและการเตรียมการของผู้ให้บริการ (2) แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งระบุสื่อ ใบบาง ใบความรู้ หรือ อุปกรณ์การจัดกิจกรรมไว้ในแต่ละแผน (3) คำชี้แจงการใช้เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ และ (4) เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ

ฉัตรสุภา หาญประกอบสุข (2541 : 5) กล่าวว่า ชุดการแนะแนวเป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยการใช้สื่อประสมที่สอดคล้องกับวิชา หน่วยการสอน และหัวข้อ เพื่อช่วยให้เกิดพฤติกรรมตามเป้าหมายและการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2545 : 80) กล่าวถึงชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวว่าเป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยใช้สื่อประสม เช่น รูปภาพ วิดีทัศน์ แถบบันทึกเสียง เอกสารที่บันทึกรายละเอียดของกิจกรรมต่างๆ ทั้งเกม กรณีตัวอย่าง บทบาทสมมติ แบบฝึกหัดก่อนเรียน และหลังเรียนโดยจัดไว้เป็นชุด หรือกล่อง หรือซอง และภายในกล่องหรือซองจะบรรจุคู่มือครู คู่มือผู้เรียน และสื่อประกอบการจัดกิจกรรมแต่ละเรื่อง

สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วย กิจกรรมแนะแนวหลายๆ กิจกรรมที่นำมารวมกันเข้าอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายทางการแนะแนว โดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย (1) คำชี้แจงและการเตรียมการของผู้ให้บริการ (2) แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งระบุสื่อ ใบบาง ใบความรู้ หรือ อุปกรณ์การจัดกิจกรรมไว้ในแต่ละแผน (3) คำชี้แจงการใช้เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และ (4) เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ สร้างขึ้นโดยการใช้สื่อประสมที่สอดคล้องกับวิชา หน่วยการสอน และหัวข้อ เพื่อช่วยให้เกิดพฤติกรรมตามเป้าหมายและการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2.8 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว

วัชร ทรัพย์มี (2531 : 4-5) กล่าวว่า การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวนั้น ต้องคำนึงถึง หลักการและขอบข่ายของงานทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ให้กับวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่

ธีระ ชัยยุทธบรรยง (2533 : 65) กล่าวถึงลำดับขั้นตอนในการสร้างชุดการแนะแนวไว้ดังนี้

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องที่จะศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นการกำหนดเนื้อหาให้เหมาะสมกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า
2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการสร้างชุดการแนะแนวจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. สร้างโปรแกรมการสอนโดยใช้ชุดการแนะแนวให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า
4. นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ เพื่อให้สอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ เนื้อหา อุปกรณ์ และการประเมินผล
5. นำโปรแกรมที่สร้างไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาข้อบกพร่องของคู่มือครูและโปรแกรมการสอน โดยใช้ชุดการแนะแนวทดลองจนเวลาที่ใช้
6. ปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการสอนโดยใช้ชุดแนะแนวเพื่อนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

พิทยาภรณ์ พิทยาธรกุล (2546 : 47) ได้ให้ข้อสรุปว่า การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นมีลำดับขั้นตอนต่างๆ ในการสร้างซึ่งต้องคำนึงถึง วัตถุประสงค์และสาระสำคัญของการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นหลัก เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรม หรือโครงสร้างชุดที่ชัดเจนเป็นระบบและดำเนินการตามขั้นตอนที่เหมาะสม เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมแนะแนวให้แก่นักเรียน

สรุปได้ว่าการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวนั้น ต้องคำนึงถึงหลักการและขอบข่ายของงานแต่ละด้าน วัตถุประสงค์และกลุ่มเป้าหมายว่าอยู่ในวัยใด ต้องสร้างให้เหมาะสมกับความสนใจ ความต้องการ ของผู้รับบริการ และดำเนินการสร้างตามขั้นตอนอย่างเหมาะสมต่อไป

สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ต้องการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการซึ่งประกอบไปด้วยกิจกรรมอย่างหลากหลาย

ที่บูรณาการเข้าด้วยกัน โดยการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการในครั้งนี้ได้ดำเนินการสร้างตามขั้นตอนและคำนึงถึงผู้รับบริการเป็นสำคัญ

2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

จากการศึกษาค้นคว้าพบว่ามีการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา ส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขปัญหาวัยรุ่นต่าง ๆ ไว้มากหลาย เช่น

บุญลักษณ์ อึ้งชัยพงษ์ (2526) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านพรานกระต่าย อำเภอพรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้ชุดการแนะแนวมีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ยุพิน ปิคตะกู (2537) ทำการศึกษาเรื่องผลของการใช้ชุดแนะแนวที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงขึ้นหลังจากได้รับการใช้ชุดการแนะแนวและนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้ชุดการแนะแนวมีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ

ปนัดดา อัมสกุล (2538) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อความสามัคคีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านท่ากลอยกิ่งอำเภอท่าตะเคียน จังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมด้วยชุดการแนะแนวมีความสามัคคีสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

น้องนุช เพียรดี (2542) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดการแนะแนวในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนคลองสวน อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา จากการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้ชุดการแนะแนวมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนตามโปรแกรมการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พิทยาภรณ์ พิทยาภรณ์กุล (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนาหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนาหลวง ที่ต้องปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนจำนวน 12 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวลดลง

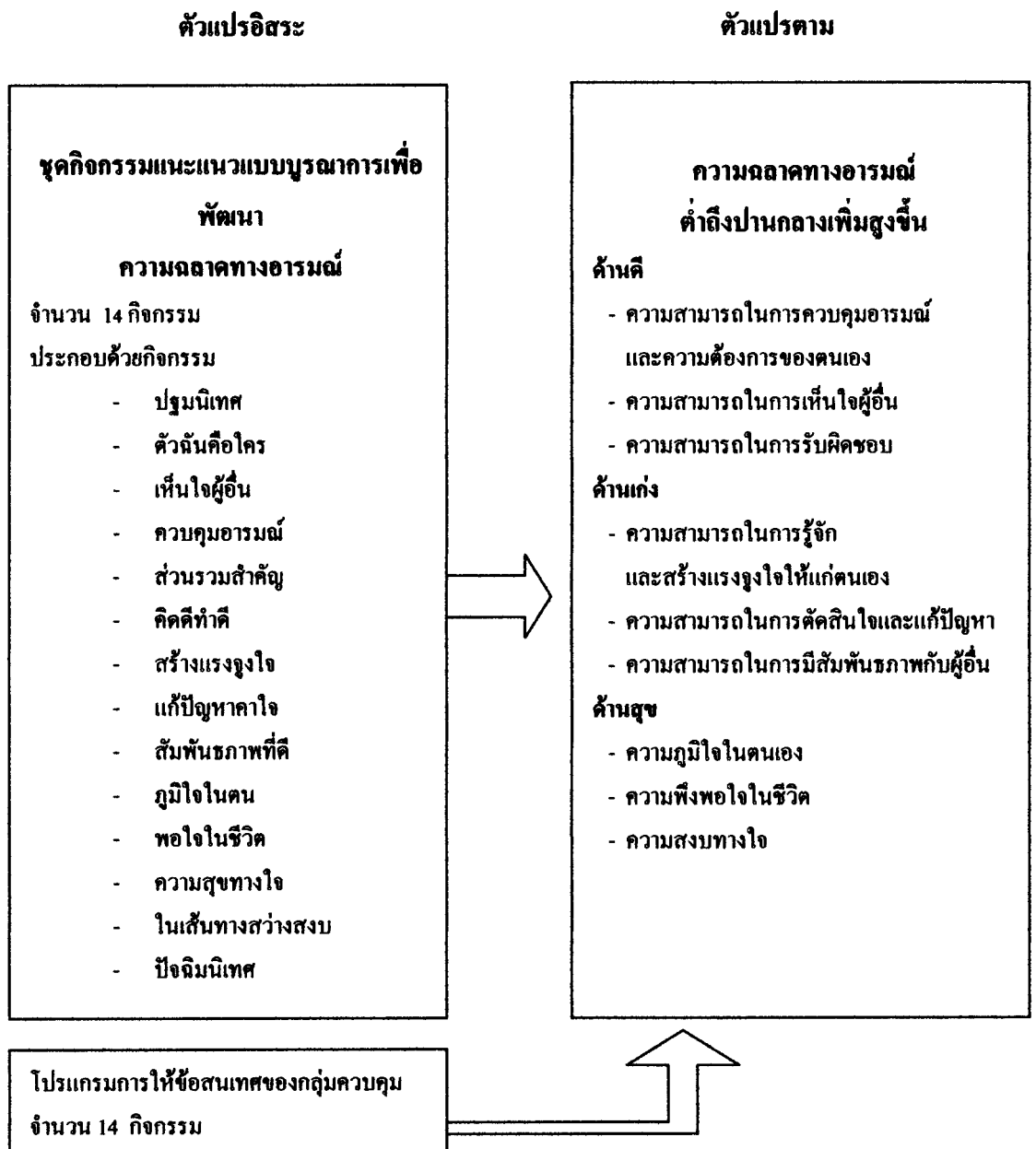
อัมพร แสงวิเชียร (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกุศบาทรามภูรีบ่อไร่ จังหวัดสกลนคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมีพฤติกรรมประชาธิปไตยสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและนักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีสติปัญญาดำมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมประชาธิปไตยสูงขึ้น

อัมพร ชนะทอง (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความมีน้ำใจ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดพลับพลา จังหวัดจันทบุรี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความก้าวหน้าในการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ด้านความมีน้ำใจสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการนำชุดกิจกรรมแนะแนวไปใช้ในการพัฒนาและแก้ปัญหาของนักเรียนจากหลายกลุ่มตัวอย่างและเป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับการวิจัยในครั้งนี้ แสดงว่าชุดกิจกรรมแนะแนวสามารถพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักเรียนให้เกิดขึ้นได้จริง ดังนั้น ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงใช้ผลการวิจัยดังกล่าวเป็นแนวทางในการตั้งสมมติฐานของการทดลองและเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนต่อไป

4. กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวมาแล้วข้างต้น แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสังเคราะห์ ได้กรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



ภาพที่ 2.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย