

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย

ประโยชน์ของการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางให้กับผู้บริหารสถานศึกษา คณะครูและผู้เกี่ยวข้องกันในการใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน

สมมติฐานในการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาการทดลอง
2. นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังทดลอง
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังทดลอง ดีกว่าระยะก่อนทดลอง
5. นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีการปรับตัวทางสังคมในระยะติดตามผล ดีกว่าระยะก่อนทดลอง
6. นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังทดลองและติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิต จำนวน 146 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษา ตอนปลายที่มีคะแนนการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 จำนวน 69 คน สอบถามตามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลองได้ผู้สมัครใจ 65 คน จากนั้นสุ่มตัวอย่าง(sampling random) ด้วยวิธีการจับสลาก เป็นกลุ่ม ตัวอย่าง 12 คน แล้วจับสลากอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์
2. แบบวัดการปรับตัวทางสังคม

การดำเนินการทดลอง

1. ระยะเวลาการทดลอง ให้นักเรียนทั้งหมดที่เป็นกลุ่มประชากร ได้ทำแบบวัดการปรับตัวทางสังคมทั้งหมด 40 ข้อ ตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ แล้วคัดเลือกเฉพาะคะแนนนักเรียนที่มีคะแนนการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ได้ 69 คน แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมรับการทดลองครั้งนี้ได้ผู้สมัครใจจำนวนทั้งหมด 65 คน จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับสลาก เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 คน แล้วสุ่มอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน
2. ระยะทดลอง เริ่มตั้งแต่วันที่ 16 มิถุนายน 2546 ถึง 11 กรกฎาคม 2546 ซึ่งผู้วิจัยกำหนดไว้ 12 ครั้ง ตามขั้นตอน แบ่งเป็นสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ในวันจันทร์, พุธ, ศุกร์ ครั้งละ 1 ชั่วโมง เวลา 15.40-16.40 รวมระยะเวลา 4 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้จัดกิจกรรมใด เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองในวันที่ 11 กรกฎาคม 2546 ให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม ได้ทำแบบวัดการปรับตัวทางสังคม เพื่อเป็นการทดสอบหลังการทดลอง
3. ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นการทดลองซึ่งทั้งช่วงเวลา 4 สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 11 กรกฎาคม 2546ถึงวันที่ 8 สิงหาคม 2546 ให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดการปรับตัวทางสังคมอีกครั้ง เพื่อเป็นการติดตามผล

4. นำแบบวัดการปรับตัวทางสังคม ที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 58 คน แล้วนำคะแนนที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient alpha) โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach, 1990, pp. 202-204) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .87

สรุปการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลได้ผลดังต่อไปนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่าควบคุมในระบะหลังทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึก โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมมาในระบะหลังทดลองดีกว่าระบะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. นักเรียนที่ได้รับการฝึก โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระบะติดตามผลดีกว่าระบะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. นักเรียนที่ได้รับการฝึก โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระบะหลังทดลองและระบะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้อภิปรายผลตามสมมุติฐานดังนี้

1. จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ตามตาราง 4 และภาพที่ 5 ขึ้นเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1 ที่ว่าปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองทั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง ซึ่งได้รับการฝึก โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์และกลุ่มควบคุม และแบ่งระยะเวลาของการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือระบะก่อนการทดลอง ระบะหลังการทดลองและระบะติดตามผล ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่เข้ารับการฝึก โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมในระบะหลังการทดลอง และระบะติดตามผลดีกว่ากลุ่มควบคุม เพราะหลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการฝึก โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ ได้รับการส่งเสริมให้มีการแสดงออกต่อกันในทางที่ดีให้มีความเข้าใจผู้อื่น รู้จักการรับฟังความคิดเห็น มีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน รู้จักการให้อภัย ส่วนนักเรียนที่ไม่ได้

เข้ารับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ทำให้ขาดโอกาสฝึกฝนในด้านต่าง ๆ ทำให้ไม่รู้จักการแสดงออกในทางที่ดี ขาดความเข้าใจผู้อื่น ไม่รู้จักการให้กำลังใจกัน ดังเช่น กลุ่มทดลอง ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลทำให้คะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุรภี หนูเรียงสาย (2544) ที่ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มและโปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทพารักษ์มาดาวิทยา จังหวัดระยอง พบว่าการทดลองมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้นจึงแสดงให้เห็นว่าวิธีการทดลอง กับระยะเวลาการทดลอง ดังระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลนั้นมีปฏิสัมพันธ์

2. จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่านักเรียนที่สได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 6 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึก โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อน รู้จักหาหนทางแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ทำให้นักเรียนมีความเข้าใจ และแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถบริหารอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม ตามสถานการณ์ สามารถพอใจตนเอง และสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ได้ดี มีมนุษยสัมพันธ์ดี โดยนักเรียนได้เรียนรู้ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เป็นการส่งเสริมให้ประสบการณ์ในการให้นักเรียนรู้จักแสดงความคิดเห็น ขณะเดียวกันก็มีการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นมากขึ้น สอดคล้องกับความเห็นของวิลาศสถิตย์ ชั่ววลี (2543, หน้า 159-160) ที่กล่าวว่าสติปัญญาทางอารมณ์ไม่ได้ถูกกำหนดตายตัวมาจากพันธุกรรม แต่สติปัญญาทางอารมณ์ ส่วนใหญ่เกิดจากการเรียนรู้และสามารถพัฒนาให้ดำเนินต่อไปเรื่อย ๆ แม้จะเข้าสู่วัยทำงานแล้วก็ตาม และหัวใจสำคัญในการพัฒนาความฉลาดก็คือการรู้เท่าทันในอารมณ์ของตนเอง การจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และการเสริมสร้างพลังใจให้กับตนเอง ซึ่งสติปัญญาทางอารมณ์ในส่วนบุคคลจะเป็นพื้นฐานสำคัญของการใช้สติปัญญาทางอารมณ์ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับภัทรารุณ รักกลิ่น (2544, บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาถึง ผลการใช้โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์กับกับควบคุมตนเองต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียน สุรศักดิ์วิทยาคม อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ผลของการวิจัยพบว่า นักเรียน

ที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์และการควบคุมตนเองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าระลอกก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง

3. จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง 7 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ได้มีการพัฒนาให้นักเรียนรู้จักการควบคุมตนเองมีการเข้าใจ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น รู้จักการติดต่อสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ และรู้จักการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลมากขึ้นทำให้นักเรียนสามารถปรับตัวทางสังคมได้ดีขึ้น โดยการฝึกให้นักเรียนปฏิบัติและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และมีการอภิปรายผลร่วมกันหลังจากที่ได้รับการปฏิบัติแล้ว เพื่อให้นักเรียนได้มีการเรียนรู้ในแนวทางต่าง ๆ มากขึ้น ถึงแม้จะเว้นระยะไว้ 4 สัปดาห์ แล้วทำการทดสอบอีกครั้ง คะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ก็ไม่ได้ลดลง จึงสอดคล้องกับวันทนา ธีระพุทธิชัย (2544, บทคัดย่อ) ที่ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ของนักเรียนเทคนิคในจังหวัดชลบุรี พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริลักษณ์ พินพาทย (2544, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการฝึกพัฒนาควบคุมความฉลาดทางอารมณ์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และลดความก้าวร้าวของนักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวแตกแยก ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น และมีความก้าวร้าวลดลงในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมดีกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

4. จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังทดลองดีกว่าระลอกก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 8 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 4 ที่ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะติดตามผลเพิ่มขึ้นกว่าระลอกก่อนการทดลอง ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีกรณีตัวอย่างสถานการณ์จำลองที่อาจเกิดขึ้นจริงจาก

บรรยากาศในชั้นเรียนและในชีวิตประจำวันของนักเรียนซึ่งใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างต่อเนื่องนาน 4 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน รวมทั้งสิ้น 12 ชั่วโมง ช่วยให้นักเรียนได้รู้จักการควบคุมตนเอง การเข้ากับผู้อื่น การสื่อสารที่ดี และการรู้จักการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ความคิดเห็นของ สุภรัตน์ เอกอัศวิน (2542, หน้า 82-83) ที่กล่าวว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนเราประสบความสำเร็จในชีวิตนั้น มีความฉลาดทางวิชาการเพียง 20% ส่วนอีก 80% เป็นปัจจัยอื่นที่เรียกว่า ความฉลาดทางอารมณ์ที่สามารถฝึกฝนและพัฒนาได้ อันได้แก่การเข้าใจตนเอง (self awareness) รู้ข้อดีข้อด้อยของตนเอง เข้าใจอารมณ์ของตนเองและมีความสามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์เพื่อการแสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถผัดผ่อนความปรารถนาของตนเองให้เลื่อนออกไปได้ (delay gratification) มีความสามารถในการรักษาความมุ่งมั่นและตั้งใจในสิ่งที่ตนเองตั้งเป้าหมายไว้ (self motivation) รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา (empathy) เห็นใจและเข้าใจในอารมณ์ของผู้อื่น สามารถแก้ไขความขัดแย้งได้ (conflict solution) ตลอดจนการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีนับว่าเป็นการเรียนการสอนทักษะทางอารมณ์อย่างแท้จริง เป็นการสอนให้หมู่คณะอยู่ร่วมกันอย่างประนีประนอมและสร้างสรรค์ได้สอดคล้องกับคำกล่าวของ วีระวัฒน์ ปิ่นนิทามย์ (2542, หน้า 129, 168) ว่ามนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐที่ฝึกฝนได้อบรมได้ เชี่ยวอารมณ์ก็เป็นสิ่งที่ฝึกฝนเรียนรู้ และพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นได้พบว่า นักเรียนที่มีเชี่ยวอารมณ์สูงมักเป็นผู้มีความรับผิดชอบ กล้าแสดงออกสิทธิของตน เป็นที่รักในหมู่ของเพื่อนฝูง ชอบช่วยเหลือผู้อื่น แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ห่วงใยมีทักษะในการแก้ไขปัญหาหรือความขัดแย้งได้ดี ควบคุมตนเองได้ คิดก่อนพูด คิดก่อนทำ มีความรู้สึกที่ดีผูกพันต่อครอบครัวและโรงเรียน เด็กชายแสดงความก้าวร้าวลดลง เด็กหญิงลดการทำร้ายตัวเองลง แสดงความเป็นอันธพาลหรือเข้าหาสารเสพติดน้อยลง เด็กที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ก็มีโอกาสของการพักการเรียนหรือถูกไล่ออกน้อยลง คะแนนผลการตอบแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ของการเรียนเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา ควบคุมอารมณ์ตัวเองของตนเอง มีทักษะในการต่อสู้กับความเครียด ได้ดี พฤติกรรมในชั้นเรียนดีขึ้น

สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังการทดลองดีกว่า ระยะก่อนการทดลอง

5. จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะติดตามผลดีกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 5 ที่ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะติดตามผลดีกว่า ระยะก่อนทดลอง ทั้งนี้เพราะโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์เป็น โปรแกรมที่มีเป้าหมายเพื่อช่วยให้นักเรียนเกิดทักษะในการปรับตัวทางสังคมโดยใช้ความรู้ ความคิดและประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ซึ่งการฝึกโปรแกรม

ความฉลาดทางอารมณ์นั้นประกอบไปด้วยกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การรู้จักอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ความสามารถในการแสดงอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด และความเชื่อของตนเองมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความสามารถในการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น และความสามารถด้านความรับผิดชอบทางสังคมตลอดจนมีความสามารถในการแก้ปัญหา ความสามารถที่จะตรวจสอบความเป็นจริง มีความยืดหยุ่น สามารถบริหารจัดการความเครียดของตนเอง และการมองโลกในแง่ดี จึงส่งผลให้นักเรียนที่เข้ารับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ยังคงมีการปรับตัวทางสังคมดี แม้จะอยู่ในช่วงภายหลังทดสอบมาแล้ว 4 สัปดาห์ ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ นันทนา วงอินทร์ (2542, หน้า 2) ที่กล่าวว่าความรู้ ความคิด (cognitive) อารมณ์ ความรู้สึก (affective) และพฤติกรรมการแสดงออก (behavior) เป็นปัจจัยในการพัฒนามนุษย์เพราะใช้ในชีวิตประจำวัน มนุษย์ใช้ทั้ง 3 ด้านผสมผสานกันเพื่อพัฒนาตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านที่เป็นอารมณ์ ความรู้สึกเรียกว่าความฉลาดทางอารมณ์ เพราะเชื่อกันว่าถ้ามีความฉลาดทางอารมณ์แล้วจะมีอารมณ์ดีขึ้นความเครียดจะลดลงได้ หากบุคคลใดขาดความฉลาดทางอารมณ์ จะทำให้ผู้นั้นประสบแต่ความทุกข์ยาก ชีวิตมีแต่ปัญหา และความกดดันนานับประการ จะแสดงออกซึ่งอาการเครียด มีพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เป็นอันตรายทั้งตนเองและผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ คมเพชร ฉัตรสุกกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2544, หน้า 18) ที่ได้ศึกษาถึงการสร้างมาตรการประเมินและปกติวิสัยของความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นไทย โดยได้กล่าวว่า ความมีสติปัญญาที่จะควบคุมอารมณ์ตนได้และสอดคล้องกับงานวิจัยของ รุจิรา สิทธิปาน (2542, บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย พบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแล้วมีการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศในระยะติดตามผลดีขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปได้ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังติดตามผล ดีกว่าระยะก่อนการทดลอง

6. จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญดังตาราง ที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 6 ที่ว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังทดลองและติดตามผล ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจากเมื่อนักเรียนเข้ารับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ตลอด 4 สัปดาห์ ได้ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถเข้ากับเพื่อนนักเรียนได้ดีขึ้น มีความเข้าใจและแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีความเข้าใจตนเอง และสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้ดี มีมนุษยสัมพันธ์ดีโดยให้นักเรียนได้เรียนรู้และปฏิบัติด้วยตนเอง รวมถึงการมีส่วนร่วมในแต่ละขั้นตอน เน้นการจัด

กิจกรรมที่ฝึกให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ขณะเดียวกันก็มีการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นมากขึ้นถึงแม้ระยะเวลาผ่านไป 4 สัปดาห์ แต่นักเรียนก็ยังคงมีการปรับตัวทางสังคมคือนั้นคือความทรงทนของโปรแกรมฝึกพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ถึงแม้จะผ่านไปแล้ว 4 สัปดาห์ก็ตามซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สายพิน ก้นพันธ์ (2538, บทคัดย่อ) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมิ่งเมืองขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีคะแนนความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับงานวิจัยของพจนานควงธรรม (2539, บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาโดยกลุ่มเพื่อนต่อการปรับตัวของนักเรียนโดยกลุ่มเพื่อนมีการปรับตัวดีกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับคำปรึกษาโดยกลุ่มเพื่อนในระยะหลังทดลองในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน