

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งก่อความเครียดระหว่างบุคคล และสิ่งก่อความเครียดภายในกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยเครือข่ายภาคกลาง 2 ซึ่งได้กำหนดขอบเขตของการทบทวนวรรณกรรม และงานวิจัยเกี่ยวกับแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์
2. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
3. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
4. ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์
5. ลักษณะของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์
6. การวัดความฉลาดทางอารมณ์
7. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองกับความฉลาดทางอารมณ์
8. ความฉลาดทางอารมณ์กับการพัฒนาให้นักศึกษาให้ประสบความสำเร็จทางการศึกษา
9. บทบาทของพยาบาลจิตเวชกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาพยาบาล

ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์

ในปี ค.ศ.1920 ธอร์นไดค์ (Edward L. Thorndike) เคยเขียนบทความลงในวารสารชื่อ Harper's โดยตั้งศัพท์ชื่อ “Social Intelligence” ว่าหมายถึงความสามารถเข้าใจผู้อื่น เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันได้อย่างเหมาะสม ซึ่งไม่ได้รับความสนใจเท่าที่ควร และในปี ค.ศ.1970 เฮนรี มินซ์เบิร์ก (Henry Mintzberg) เป็นคนแรกที่ชี้ให้เห็นว่าสมองซีกซ้ายและขวา มีบทบาทในการบริหารจัดการต่างกัน โดยเน้นว่าการบริหารควรใช้สมองซีกขวา รับผิดชอบเกี่ยวกับกระบวนการตัดสินใจ และการติดต่อเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้อื่น การจัดสรรทรัพยากร ขณะที่ผู้บริหารใช้สมองซีกซ้ายมากอยู่แล้วเพื่อการวางแผนวิเคราะห์ข้อมูลที่ทำหน้าที่เสมือนธนาคารกองทัพ ในปี ค.ศ.1971 ลิวิงสตัน (Livingston) เป็นผู้ที่ชี้ให้เห็นว่า ผลสำเร็จของการศึกษาเล่าเรียน หรือในห้องฝึกอบรม ไม่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความสำเร็จในการบริหารจัดการ ซึ่งเขาได้ให้ทัศนะว่า สิ่งหนึ่งที่ผู้บริหารระดับกลางพึงพัฒนาก็คือ ความสามารถในการแสดงความเห็นอกเห็นใจ (Capacity for Empathy) การเข้าไปเกี่ยวข้องกับปฏิกริยาทางอารมณ์ของผู้คนในองค์กร การรับรู้ความรู้สึกทางอารมณ์ที่

พนักงานแต่ละคนรู้สึกแต่ไม่เปิดเผยออกมา และมีผลต่อพฤติกรรมการทำงาน ลิวินสันเชื่อว่า การที่ผู้บริหารระดับกลางไม่รับรู้ภาวะอารมณ์ของผู้อื่น ทำให้ประสบปัญหาในการบริหารคนในองค์กร

ในปี 1980 มีผู้สนใจศึกษาเกี่ยวกับบทบาทของอารมณ์ที่มีต่อสติปัญญา ต่อความคิดสร้างสรรค์ และต่อการพัฒนาของบุคลิกภาพ ผู้ที่เสนอกรอบแนวคิดและบัญญัติศัพท์ คำว่า Emotional Quotient (EQ) เป็นคนแรกคือจอห์น ดี เมเยอร์ (John D. Mayer) ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยนิวแฮมป์เชียร์ (University of New Hampshire) และ ปีเตอร์ ซาโลเวย์ (Peter Salovey) ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเยล (Yale University) สหรัฐอเมริกา อีคิว ถูกแปลเป็นภาษาไทยว่า เขาวินอารมณ์หรือความฉลาดทางอารมณ์ เมเยอร์ให้ความหมายของเขาวินอารมณ์ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการที่จะไขว่คว้าทันความคิด ความรู้สึก ภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ นอกเหนือจากการติดตามกำกับควบคุมได้แล้ว บุคคลพึงรู้จักจำแนกแยกแยะ และใช้ข้อมูลเหล่านี้ให้เกิดประโยชน์ เพื่อชี้นำความคิดและการกระทำของตนเอง (Salovey & Mayer, 1990) และในปี 1997 เมเยอร์ และซาโลเวย์ ได้เพิ่มเติมคำนิยาม โดยขยายความในส่วนของความคิด ความรู้สึก และอารมณ์คือ ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถในการรับรู้ ประเมิน และแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสม เข้าถึง และ/หรือ สร้างความรู้สึกที่ดี ที่เกื้อกูลความคิดได้ เข้าใจอารมณ์ และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี คิดใคร่ครวญ และควบคุมอารมณ์ได้ดี ในทางที่ส่งเสริมความเจริญงอกงามของสุขภาพจิตและเขาวินปัญญา (Salovey & Mayer, 1997) และในเวลาใกล้เคียงกัน ปี ค.ศ.1995 แดเนียล โกลแมน (Daniel Goleman) เป็นนักข่าวด้านวิทยาศาสตร์ของหนังสือ New York Times สำเร็จการศึกษาปริญญาเอก จากมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ทำวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับสมอง บุคลิกภาพ และอารมณ์ ซึ่งเขาได้บัญญัติศัพท์ “Emotionality” ขึ้นใช้ และเขียนหนังสือติดอันดับขายดีที่ชื่อว่า Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ และนิตยสารไทม์ (Time Magazine) ก็ได้ตีพิมพ์บทความเรื่อง The EQ Factor โดยขึ้นปก What's Your EQ ? ในฉบับวันที่ 9 ตุลาคม 1995 สร้างความสนใจไปทั่วโลก และในวันที่ 6 ตุลาคม 1998 ได้ออกหนังสือเล่มใหม่ชื่อ Working with Emotional Intelligence ซึ่งเสนอองค์ประกอบ EQ และแนวประยุกต์ใช้ได้ชัดเจนมากขึ้น โดยเฉพาะในด้านการพัฒนาศักยภาพของบุคคล (วิระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542)

ในประเทศไทยเริ่มให้ความสนใจเกี่ยวกับ ความฉลาดทางอารมณ์ มาประมาณกว่า 10 ปีแล้ว โดยมีนักวิชาการ นักจิตวิทยา แพทย์ และพระสงฆ์ ได้นำเรื่องความฉลาดทางอารมณ์มาเผยแพร่ เขียนบทความและเขียนหนังสือออกมาให้บุคคลอื่น ๆ ได้รู้จักและสะท้อนให้คนในสังคมมีความสนใจ เห็นความสำคัญ และนำมาประยุกต์ใช้ในการการศึกษา พัฒนาค้น ให้มีความฉลาดทางอารมณ์เพื่อประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต ทั้งด้านการเรียน การทำงาน และการพัฒนาเด็ก ให้มีความฉลาดทางอารมณ์อย่างต่อเนื่อง อีกทั้งกรมสุขภาพจิตที่มีหน้าที่ในการพัฒนาและถ่ายทอด

องค์ความรู้เทคโนโลยีด้านสุขภาพจิตและจิตเวช และการบริการสุขภาพจิตแลจิตเวชที่มีมาตรฐาน (กรมสุขภาพจิต, 2552) ให้ความสำคัญและนำความฉลาดทางอารมณ์มาพัฒนาและประยุกต์ใช้ในการทำวิจัย สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งสร้างโปรแกรมพัฒนาคนให้เกิดความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้บุคคลตระหนักรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ควบคุมและจัดการอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต

ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

จากการศึกษาดำรงและเอกสารทางวิชาการพบว่า บุคคลต่าง ๆ ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึงความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถสร้างแรงจูงใจในตนเอง บริหารจัดการอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากตนเองและความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น มีการแสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสม สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิต (Bar-On, 1997; Salovey & Mayer, 1997; Goleman, 1998 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2543; อุมาพร ตรังคมบัติ, 2546; เทอดศักดิ์ เดชคง, 2545)

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์ และมีความสุข โดยมีองค์ประกอบ 3 ด้านคือ ดี เก่ง สุข

ดี คือการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง (รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้ มีการแสดงออกที่เหมาะสม) เห็นใจผู้อื่น (ใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่น แสดงออกอย่างเหมาะสม) รับผิดชอบ (รู้จักให้/รู้จักรับ รับผิดชอบ/ให้อภัย เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม)

เก่ง คือการรู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง (รู้ศักยภาพตนเอง สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเอง มีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย) ตัดสินใจและแก้ปัญหา (รับรู้และเข้าใจปัญหา มีขั้นตอนในการแก้ปัญหา มีความยืดหยุ่น) มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม แสดงความเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์)

สุข คือความภูมิใจในตนเอง (เห็นคุณค่าตนเอง เชื่อมมั่นในตนเอง) พึงพอใจในชีวิต (มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่) มีความสุขสงบ (มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย มีความสงบทางใจ)

สำหรับงานวิจัยนี้จะใช้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ซึ่งมีโครงสร้างชัดเจน ง่ายต่อการเข้าใจและการปฏิบัติตาม

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ มีพัฒนาการมาจากความคิด อารมณ์และความรู้สึก มนุษย์เรามีสมองเป็นอวัยวะที่สำคัญเปรียบเป็นศูนย์บัญชาการในการมีชีวิตอยู่และปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน โดยได้มีการแบ่งสมองออกเป็นสองส่วนคือ สมองส่วนที่ทำหน้าที่คิด (Thinking Brain) และสมองที่ทำหน้าที่รู้สึกหรือมีอารมณ์ (Emotional Brain) สมองส่วนที่คิดเรียกว่าคอร์เทกซ์ (Cortex) มีลักษณะเป็นเนื้อเยื่อปกคลุมอยู่บนผิวของกึ่งสมอง ส่วนสมองที่ทำหน้าที่รู้สึกเรียกว่าระบบลิมบิก (Limbic System) ระบบนี้ประกอบไปด้วยส่วนเล็ก ๆ 3 ส่วนคือ อมิกดาลา (amygdale) เป็นศูนย์ควบคุมอารมณ์ ฮิปโปแคมปัส (Hippocampus) ทำหน้าที่ด้านความทรงจำและการรับรู้ต่าง ๆ เกี่ยวกับอารมณ์ และ ธาลามัส (Thalamus) จะเป็นตัวเชื่อมโยงสองส่วนแรกเข้ากับ คอร์เทกซ์ ลิมบิก (Cortex Limbic) เป็นจุดที่เกิดความรู้สึก เช่น รู้สึกโกรธ รู้สึกดีใจ ส่วนคอร์เทกซ์ จะทำหน้าที่คิด เข้าใจและวิเคราะห์หาเหตุผล สมองสองส่วนนี้ทำงานในลักษณะของวงจรไฟฟ้า เมื่อมีอารมณ์เกิดขึ้น สารสื่อประสาท (Neurotransmitter) และฮอร์โมนจะถูกหลั่งออกมา เพื่อเตรียมร่างกายให้พร้อมที่จะมีปฏิกิริยาตอบสนองแบบต่าง ๆ สรุปว่าหากคอร์เทกซ์ และลิมบิก ทำงานกันอย่างสมดุลกันคิดคนนั้นก็เรียกได้ว่ามีความฉลาดทางอารมณ์สูง เพราะอารมณ์จะไม่อยู่เหนือเหตุผล เกิดความคิด วิเคราะห์ความรู้สึกและแสดงออกมาอย่างเหมาะสมและอย่างถูกต้อง ส่วนในคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำคอร์เทกซ์ จะควบคุมลิมบิกไม่ค่อยได้ ดังนั้นลิมบิกจะทำงานโดยปราศจากการตรวจสอบ บุคคลนั้นจะมีอารมณ์รุนแรงและแสดงออกไม่เหมาะสม (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2546)

Goleman (1998) อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) เชื่อว่า การสอนบุคคลให้มีความสามารถทางด้านอารมณ์ นั้นต่างจากการสอนทักษะด้านสมองหรือเทคนิควิชาชีพอื่น ๆ ซึ่งเรียนรู้ได้เร็ว โดยใช้สมองส่วน **นีโอคอร์เทกซ์** Neocortex รู้จักเชื่อมโยง คิด ทำความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับในแต่ละส่วน ส่วนเขาวงกตอารมณ์ เป็นการเรียนรู้ของสมองที่ซับซ้อนและเกี่ยวข้องกับนิสัยการคิด การรู้สึก ปฏิกิริยาของคนที่ตั้งสมมานานหลายปี การที่คนจะพัฒนาได้ต้องหลบพฤติกรรมหรือนิสัยไม่ดีเสียก่อนแล้วจึงค่อยเรียนรู้พฤติกรรมที่พึงประสงค์เข้าแทน ดังที่ทฤษฎีแนวทางการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของอัลเบิร์ต บันดูรา (Albert Bandura) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ก็คือการพัฒนาตั้งแต่วัยเด็ก ด้วยการมีสภาพแวดล้อมและการมีต้นแบบที่ดี ความฉลาดทางอารมณ์สามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ตลอดชีวิต ปัจจัยที่มีผลทำให้ระดับความฉลาดทางอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้แก่ พื้นฐานอารมณ์ การอบรมเลี้ยงดู สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม อายุ เพศ ประสบการณ์ การเรียนรู้ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542)

สรุปแล้วการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อน ต้องอาศัยเวลา การพัฒนาและสนับสนุนอย่างจริงจังจากหลาย ๆ แหล่งสนับสนุน เช่น สถาบันครอบครัว สถานศึกษา ศาสนา และสื่อมวลชน ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละคนไม่ถูกจำกัดโดย พันธุกรรม แต่มาจากการเรียนรู้ พัฒนาได้ตลอดชีวิต และจากประสบการณ์ชีวิต จึงเป็นการขัดเกลา นิสัยภายใต้สภาพแวดล้อมและวัฒนธรรม

ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์

จากการศึกษาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นเรื่องสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในด้านต่าง ๆ เช่น การเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิตใน สังคมนั้นจะต้องอาศัยองค์ประกอบทางด้านความฉลาดทางอารมณ์ด้วย เพราะความฉลาดทาง อารมณ์จะช่วยให้บุคคลเรียนรู้โดยตรงเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ สามารถเข้าใจและจัดการอารมณ์ของ ตนเองได้ทำให้บุคคลสามารถสื่อสารกันด้วยความเข้าใจ ตลอดจนมีแรงจูงใจที่จะทำสิ่งต่าง ๆ อย่าง สร้างสรรค์

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นเรื่องสำคัญ เนื่องจากมีเหตุการณ์ที่ว่า คนเก่งแต่ควบคุม อารมณ์ไม่ได้ หรือเก่งแต่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนฝูงไม่ดี หรือเก่งแต่ไม่รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่สามารถประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานอย่างที่ควรจะเป็น (วราภรณ์ ชันธ้อย, 2545) มี งานวิจัยยืนยันว่าความสำเร็จจากสติปัญญามีเพียงร้อยละ 20 และมีตัวบ่งชี้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นองค์ประกอบ ที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิตที่บ้านและที่ทำงาน ดังที่ กรมสุขภาพจิต (2543) รายงานว่า ควรให้ความสำคัญกับเรื่องของเขavnอารมณ์มากกว่าเขavn ปัญญา เนื่องจากการศึกษาวิจัยพบว่า คนที่มีเขavnปัญญาดีเพียงอย่างเดียวไม่สามารถทำนาย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ชัดเจน เพราะผู้ที่มีเขavnปัญญาสูงแต่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ จะสูญเสียการตระหนักรู้ในอารมณ์ของตน ไม่ไวต่อความรู้สึกและไม่ทราบความต้องการของ ตนเอง มีความรู้สีกว่าตนเองเหนือกว่าผู้อื่น ทำให้คิดว่าตนเองเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ทั้งที่จริงแล้ว อาจไม่เข้าใจเลย ทำให้ไม่เข้าใจผู้อื่น ซึ่งเป็นอุปสรรคในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ในทางตรง ข้ามผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะเป็นผู้ที่สามารถใช้เขavnปัญญาและความตระหนักรู้ใน ตนเอง ผู้อื่น และที่สำคัญคือคนที่เรียนรู้เรื่องอารมณ์จะทำให้รู้จักการรักษาความสมดุลระหว่าง ความมีเหตุผลกับอารมณ์ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมาย ได้อย่างมีความสุข

นอกจากนี้กรมสุขภาพจิตได้กล่าวถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ในด้าน ต่าง ๆ ซึ่งสรุปได้ดังต่อไปนี้ (วราภรณ์ ชันธ้อย, 2545)

1. ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ต่อตนเอง เป็นที่ยอมรับว่าจิตใจมีผลต่อร่างกายและความเครียดก็บ่งเกิดที่สำคัญของโรคภัยไข้เจ็บหลายชนิดทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น โรคแผลในกระเพาะอาหาร โรคไมเกรน โรคความดันโลหิตสูง ไปจนถึงโรคร้ายแรงอย่างมะเร็ง หากเรามีอารมณ์ดีย่อมส่งผลให้ร่างกายแข็งแรงตามไปด้วย ความฉลาดทางอารมณ์ช่วยให้คนมองโลกในแง่ดี มีความสุข มีความพอใจและยอมรับได้กับสภาพที่เป็นอยู่

2. ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ต่อครอบครัว ครอบครัวจะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขต้องอาศัยความรักความเข้าใจ และยอมรับได้ในข้อบกพร่องของผู้อื่น ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีผลอย่างมากต่อความสงบสุขในบ้านหรือคู่ชีวิต ปัญหาความแตกแยกหย่าร้างที่เกิดขึ้นปัจจุบันล้วนมีปัญหามาจากการไม่พยายามทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน หรือยอมรับข้อบกพร่องของอีกฝ่ายไม่ได้ เมื่อมีปัญหาที่ไม่หันหน้ามาพูดกันดี ๆ บ่อยครั้งที่คนเก่งจำนวนไม่น้อยประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน แต่มักล้มเหลวในชีวิตคู่เพียงเพราะการพยายามเอาชนะกัน ต่างฝ่ายต่างไม่ยอมรับกัน ดังนั้นการเรียนรู้ธรรมชาติและความต้องการของแต่ละฝ่ายจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะจะทำให้เราเข้าใจตัวเองและคนที่เรารักได้ดียิ่งขึ้น เพราะหากเมื่อใดมีความเข้าใจแล้วการยอมรับได้ก็จะตามมา

3. ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ต่อการศึกษา การที่เด็กจะเรียนดีมีอนาคตที่ดี นอกจากความสามารถทางวิชาการแล้ว ยังต้องอาศัยปัจจัยอื่น ๆ อีกมากมาย โดยเฉพาะในสังคมปัจจุบันที่เต็มไปด้วยสิ่งชั่วร้าย พบว่าเด็กจำนวนไม่น้อยที่เผชิญปัญหาด้านความรู้สึก จนทำให้เสียโอกาสทางการศึกษาไปอย่างน่าเสียดาย เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยเรียน หรือปัญหาด้านพฤติกรรมอย่างอื่น ซึ่งปัญหาเหล่านี้ไม่ได้มีที่มาจากความอ่อนแอทางความสามารถทางเชาว์ปัญญา แต่มาจากความอ่อนแอทางอารมณ์ที่ไม่สามารถรู้เท่าทันและจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น

4. ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ต่อการทำงาน ความฉลาดทางอารมณ์มีผลต่อการทำงานอย่างชัดเจน นักจิตวิทยาพบว่าผู้ที่มีอารมณ์ดีจะมีความเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ง่าย ตลอดจนมีทักษะอารมณ์ที่ดีในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น ขณะเดียวกันความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยทำให้เรามองโลกในแง่ดี ทำให้มีพลังในการต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ ได้อย่างไม่ท้อถอย สามารถสร้างกำลังใจให้กับตัวเองในยามล้มเหลวหรือมีปัญหาได้ ซึ่งต่างจากคนที่มองโลกในแง่ร้ายที่มักจะมองเห็นแต่ปัญหาและความยุ่งยาก ทำให้ขาดกำลังใจที่จะฝ่าฟันอุปสรรคได้ เชาว์ปัญญาดีไม่สามารถบ่งชี้ถึงความสำเร็จในการทำงานได้เสมอไป หากไม่มีความฉลาดทางอารมณ์เป็นส่วนประกอบ ดังนั้นผู้ที่ต้องการประสบความสำเร็จในการทำงานจึงจำเป็นต้องฉลาดรู้ ทั้งเรื่องการทำงานและคนทำงาน ตลอดจนมีการเรียนรู้เข้าใจ สามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึกได้

ในทำนองเดียวกัน วีระวัฒน์ ปันดินามัย (2542) ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ความฉลาดทางอารมณ์ ถือเป็นการเรียนรู้จักอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ตลอดจนความสามารถในการบริหารจัดการกับ อารมณ์ของตนเอง การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีจะเป็นผู้ที่รู้จักใช้ความคิดอ่านเกี่ยวกับอารมณ์ตนเอง และของผู้อื่นให้เกิด ประโยชน์ในทางสร้างสรรค์ และกล่าวถึงการประยุกต์แบบบูรณาการ นำความฉลาดทางอารมณ์มา ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันและกล่าวถึงประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้

1. พัฒนาการด้านอารมณ์บุคลิกภาพของเด็ก ความฉลาดทางอารมณ์มีบทบาทใน การกำหนดบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เจริญสมวัย สร้างความสามารถใน การปรับตัวในการแก้ไขปัญหาความเครียดและแรงกดดันในชีวิต
 2. การสื่อสารและการแสดงอารมณ์ความรู้สึกของตนได้อย่างถูกต้องตามกาลเทศะ การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ทำให้มีสัมพันธภาพส่วนบุคคลที่มีประสิทธิภาพ
 3. การปฏิบัติงาน ความฉลาดทางอารมณ์มีส่วนเกื้อหนุนการยอมรับความคิดริเริ่ม ช่วยลด การขัดแย้งระหว่างบุคคล ก่อให้เกิดการสร้างสรรค์ผลงานที่ดี มีความสามัคคีในหมู่คณะ
 4. การให้บริการ ความฉลาดทางอารมณ์มีส่วนทำให้ยอมรับฟังความต้องการของผู้อื่น สามารถเข้าใจความต้องการของลูกค้าและสามารถตอบสนองได้ดี
 5. การบริหารจัดการช่วยส่งเสริมอรรถิยาของความเป็นผู้นำที่มีศิลปะในการรู้จักใช้ ความสามารถและครองงาน เปิดโอกาสให้ผู้บริหารได้เรียนรู้และพัฒนาตน สามารถโน้มน้าวผู้อื่น ให้ทำในสิ่งที่ตนต้องการ ได้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้
 6. การเข้าใจชีวิตของตนเองและผู้อื่น ทำให้มีความเข้าใจตนเองก่อนทำความเข้าใจผู้อื่น ทำให้ มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีสามารถใช้ศักยภาพของตนได้อย่างเต็มที่ ทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
- เทอดศักดิ์ เดชคง (2542) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบ่ง ออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. ด้านตนเอง ผู้ที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์สูง ทำให้เป็นผู้ที่เรียนหนังสือได้อย่างมี สมานธิ ส่งผลสัมฤทธิ์ต่อการเรียนที่ดี รักการศึกษาค้นคว้าหาความรู้ สามารถปรับอารมณ์ของตนเองได้อย่าง เหมาะสม ทำให้มีความสุขตามอัตภาพ เมื่อเป็นผู้ใหญ่ก็จะเป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิต รู้จักปรับตัวเอง อยู่เสมอรู้ว่าตนต้องการอะไร เปรียบเทียบศักยภาพของตนเองและสามารถเลือกกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม สามารถทำงานให้ประสบความสำเร็จ เนื่องจากเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพอ่อนน้อม เน้นการร่วมมือในการทำงาน สามารถแก้ไขความขัดแย้งหรือแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี

2. ด้านครอบครัว ผู้ที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จะเป็นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจและเข้าใจผู้อื่น แก้ไขปัญหาความขัดแย้งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี สร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข

3. ด้านสังคมสิ่งแวดล้อม ผู้ที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จะเป็นผู้ที่มีความสามารถลดข้อขัดแย้งต่าง ๆ ทำให้การเอาเปรียบความเห็นแก่ตัวในสังคมลดน้อยลง สร้างความรักใคร่ปรองดองคิดถึงใจเขาใจเรา ทำให้สังคมสงบสุข

กล่าวได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญและประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตประจำวันทั้งในด้านของตนเองคือมีการเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึกได้ รวมทั้งด้านการทำงาน คือ สามารถสร้างกำลังใจให้กับตัวเองในยามล้มเหลวหรือมีปัญหาได้ และการมีทักษะอารมณ์ที่ดีในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล

ลักษณะของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์

การประเมินความพร้อม ความต้องการพัฒนาตน เป็นสิ่งสำคัญ การที่จะรู้ได้ว่า บุคคลใดมีความฉลาดทางอารมณ์หรือไม่ ต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ว่ามีอะไรบ้าง เพื่อเป็นการประเมินพื้นฐานก่อนที่จะมีการพัฒนาให้เพิ่มขึ้น ซึ่งมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ในบทบาทหน้าที่ที่มีอยู่ในครอบครัวและสังคมปัจจุบัน

ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี คือผู้ที่รู้จักตนเอง รู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของตน รู้จุดเด่น จุดด้อยในความเป็นตัวของตัวเอง ควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก การแสดงออกของตนเอง ได้ถูกต้องกับกาลเทศะ ปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี สามารถสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง มองโลกในแง่ดี มีความคิดริเริ่ม ไม่ท้อถอยง่าย แสดงความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ตระหนักในความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่นได้ดี สร้างและรักษาสายสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ มีทักษะทางสังคมที่ดี (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542)

ลักษณะของบุคคลที่บ่งชี้ถึงความเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) สูงและต่ำ (Steve Hein 1999, อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542) ดังที่ปรากฏในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ลักษณะของบุคคลที่บ่งชี้ถึงความเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) สูงและต่ำ

ผู้ที่มี EQ สูง	ผู้ที่มี EQ ต่ำ
1. แสดงความรู้สึกของตนเองออกมาได้ชัดเจน ตรงไปตรงมา	1. ไม่รับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนแต่วิพากษ์ตำหนิผู้อื่น
2. ไม่ถูกครอบงำโดยความรู้สึกในทางลบ	2. บอกไม่ได้ว่าทำไมตนถึงคิดรู้สึกเช่นนั้น
3. สามารถอ่านภาษาท่าทางในการสื่อสารได้ดี	3. กล่าวหาโจมตี ตำหนิ ตัดสิน ทำลายขวัญกำลังใจผู้อื่น
4. ชีวิตผาสุกจากเหตุผล ความเห็นจริง ตระกะ ความรู้สึกสามัญสำนึกอย่างได้สมดุล	4. มุ่งวิเคราะหผู้อื่นมากกว่าแสดงความเข้าใจ
5. พึ่งพาตนเองได้ ความเป็นอิสระด้านการใช้เหตุผลทางจริยธรรม	5. บุ่มบ่ามติดทัก มักคิดแทนเราเช่น “ผมคิด (เชื่อ หรือเอา) ว่าคุณ.....”
6. สร้างแรงจูงใจที่ดีให้เกิดภายในตนได้	6. แสดงความไม่ซื่อตรงเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดของตน
7. สามารถนำภาวะอารมณ์ของตนกลับคืนสู่ภาวะปกติได้	7. พุดสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของตนสูงหรือต่ำกว่าความเป็นจริง
8. มองโลกในแง่ดี ไม่ยอมแพ้กับอุปสรรคหรือปัญหา	8. ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ บางทีก็แสดงปฏิกิริยากับสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ อย่างเกินเหตุ
9. สนใจและให้ความสำคัญกับความรู้สึกของผู้อื่น	9. ขาดสติสัมปชัญญะ สิ่งทีพุดกับสิ่งที่ทำไม่ตรงกัน
10. ไม่ถูกครอบงำโดยความกลัวหรือความวิตกกังวล	10. ผูกใจเจ็บ อาฆาตเค้น ให้อภัยคนไม่ได้
11. สามารถระบุความรู้สึก/ภาวะอารมณ์ทางลบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนในขณะนั้นได้	11. ชอบทำให้ผู้อื่นรู้สึกว่าเขาผิด
12. รู้สึกเป็นธรรมชาติเมื่อพุดเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ	12. ขัดเขียดความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ให้คู่ฟังหรือคนอื่น
13. ชีวิตไม่ถูกชี้นำโดยอำนาจ ความร่ำรวย เกียรติศักดิ์ศรี ตำแหน่ง ชื่อเสียง หรือการได้รับการยอมรับ	13. เผยความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นกับตัวเองไม่ได้
14. กล้าเผยความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมาไม่พยายามสอดแทรกความคิดไว้ในความรู้สึกของตนเอง	14. ไม่ใส่ใจในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น
15. มองหาแง่มุมที่ดีจากภาวะอารมณ์ทางลบ หรือในสถานการณ์อันเลวร้าย	15. พุดออกมาโดยไม่คิดถึงหวัอกผู้อื่น
16. แยกแยะสิ่งที่เป็นความคิดออกจากความรู้สึก	16. ยึดมั่นในความคิดความเชื่อของตนเอง ใจไม่เปิดกว้าง
	17. เป็นผู้ฟังที่ไม่ดี พุดขัดจังหวะ บั่นทอนขวัญและกำลังใจคู่สนทนาก่อนจะเท็จจริงมากเกินไป โดยไม่คำนึงถึงความรู้สึก
	18. ใช้ภูมิปัญญาของตน วิพากษ์ตำหนิผู้อื่นว่าตนฉลาดเหนือผู้อื่น ไม่สนใจว่าคนอื่นจะมองตนอย่างไร

ปัจจุบันในสังคม มนุษย์ปรารถนาความสำเร็จในการดำเนินชีวิต เช่น การศึกษา การทำงาน ชีวิตครอบครัวและชีวิตส่วนตัว จากการเปลี่ยนแปลงทางโลกอย่างไม่หยุดยั้งทำให้คนเรามีปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ เข้ามาในวิถีการดำเนินชีวิตมากมาย เช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ภาวะโลกร้อน อุบัติภัย ทำให้มีผลกระทบต่อความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และจิตใจ ซึ่งในสังคมปัจจุบันพบว่าคนมีปัญหาเรื่องการควบคุมอารมณ์หลาย ๆ ด้านไม่ว่าจะเป็นความโกรธ โกรธ โลก หลง ทำให้เกิดปัญหามากมาย สิ่งที่จะช่วยขจัดปัญหาต่าง ๆ ไปได้ คนที่สามารถรู้และเข้าใจตนเองถือว่ามีความฉลาดทางอารมณ์ จะเป็นผู้ที่สามารถพัฒนาตนเองให้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงและสามารถนำพาชีวิตตนเองไปสู่ความสำเร็จในชีวิตและมีความสุข

การวัดความฉลาดทางอารมณ์

การวัดความฉลาดทางอารมณ์ เป็นสิ่งที่ช่วยให้ทราบความฉลาดทางอารมณ์ที่มีอยู่ในบุคคล ซึ่งที่ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งมีการพัฒนาแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์มาใช้หลายรูปแบบดังนี้

วีรวัดเน่ ปันดินมัย (2542) ได้รวบรวมวิธี การวัดความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้

1. ด้านแรงจูงใจภายใน (The Motivational Approach) เพื่อประเมินแรงจูงใจ ที่ผลักดันให้เกิดพฤติกรรม โดยการให้เล่าสาเหตุ ความรู้สึกนึกคิด แรงผลักดันที่แสดงออกเช่น การเล่าเหตุการณ์ที่เคยประสบมา การเขียนเรียงความโดยพิจารณาจากเนื้อความที่สะท้อนถึงองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

2. การใช้เทคนิคเหตุการณ์สำคัญ (The Critical Incident Approach) เป็นการวิเคราะห์เชิงคุณภาพ โดยมีเหตุการณ์ที่บ่งชี้ถึงการทำงานที่มีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับต่าง ๆ กันให้เลือกเรียงลำดับพฤติกรรมที่ผู้ตอบเคยปฏิบัติ หรือประสงค์จะทำเพื่อนำคะแนนมาสรุปอ้างอิงถึงความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ตอบ

3. สถานการณ์จำลอง (The Simulation Approach) การกำหนดสถานการณ์จำลองขึ้นแล้วแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้เพื่อลดการบิดเบือนในการตอบ เช่น สถานการณ์ให้ติดต่อซื้อขายสินค้าแล้วให้สวมบทบาทตามที่กำหนด

4. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In Depth Interview) เป็นการสังเกตโดยนักจิตวิทยา ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านเนื้อหาของความฉลาดทางอารมณ์ และมีประสบการณ์ในการสังเกตคนด้วยการกระตุ้นถามให้ผู้ที่ถูกสัมภาษณ์เล่าเหตุการณ์ในชีวิตจริง แต่ถ้การสัมภาษณ์ล้มเหลวอาจต้องสัมภาษณ์ผู้ที่อยู่ใกล้ชิด หรือใช้การสังเกตประกอบกัน

5. การใช้แบบทดสอบประเภท “กระดาษกับดินสอ” (Paper – and – Pencil) นิยมใช้ในรูปแบบการให้รายงานเกี่ยวกับตนเอง (Self-report)

ในการวิจัยครั้งนี้เครื่องมือวัดความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยใช้การรายงานตนเอง (Self-Report) ซึ่งเป็นแบบมาตราวัดความรู้สึก ข้อมูลทางจิตอารมณ์ (Affective Domain) แบบ 4 สเกล จำนวน 52 ข้อ เป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต (2543) โดยกรมสุขภาพจิตได้นำแนวทางการวัดความฉลาดของกลุ่ม Bar-On, Cooper, & Sawaf; Mayer & Salovey; Goleman; Cross มาพัฒนาให้เหมาะสมกับประชาชนชาวไทย แบบประเมินที่พัฒนาขึ้นอาจไม่แตกต่างกับต่างประเทศมากนักแต่ ในแบบวัดมีองค์ประกอบที่เด่นชัด 3 ด้าน คือ เก่ง สุข ที่มีความไม่ซับซ้อนในการประเมิน

ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองกับความฉลาดทางอารมณ์

กลูกิเอลมีโน (Guglielmino, 1976) ทำงานวิจัยที่มหาวิทยาลัยของรัฐออร์เจีย เป็นงานวิจัยที่ได้รับความนิยมกันอย่างกว้างขวางคือ งานวิจัยเรื่อง Development of the Self-directed Learning Readiness Scale (SDLRS) และได้พัฒนาแบบวัด SDLRS ขึ้นใช้เป็นครั้งแรกในปี ค.ศ.1977 หลังจากนั้นแบบวัดนี้ถูกนำไปทดลองใช้และทดสอบโดยนักวิชาการและนักวิจัยหลายกลุ่มหลายสถาบัน ฉบับที่ถูกนำมาใช้ในประเทศไทยคือฉบับที่มีคำถาม 58 ข้อคำถาม ที่แบ่งคุณลักษณะความพร้อมของการเรียนรู้ด้วยตนเองออกเป็น 8 ประการ ถูกนำมาใช้เป็นครั้งแรกโดยสุภมาสทองใส ในปี พ.ศ.2535 (อ้างถึงใน นฤมล เกื่อนมา, 2539) คุณลักษณะ 8 ประการคือ

1. การเปิดโอกาสการเรียนรู้ (Openness to Learning Opportunities) คือ เป็นผู้ที่รักการเรียนรู้อยู่เสมอตลอดชีวิต ไม่เคยเบื่อการเรียนถ้าเป็นสิ่งที่ตนสนใจ แม้จะยากเพียงใดก็ตาม ต้องการเพิ่มเวลาเรียนในแต่ละวันให้มากขึ้น เพราะมีหลายสิ่งที่ต้องการเรียนรู้และรู้ว่าตนเองต้องการเรียนเพิ่มในสิ่งใดอีก มีความสนุกสนานในการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น ชอบสถานการณ์การเรียนที่ท้าทาย ยิ่งเรียนรู้มากยิ่งรู้สึกว่าการเรียนนี้น่าตื่นเต้น เป็นผู้รับผิดชอบต่อการเรียนของตน เชื่อว่าไม่มีวันที่จะแก่เกินไปที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ถือว่าการเรียนรู้เป็นเครื่องมือในการดำรงชีวิต

2. อัตมโนทัศน์ในด้านการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ (Self Concept as an Effective Learner) คือเป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ อย่างมากและสามารถบังคับตนเองให้กระทำในสิ่งที่ควรจะทำ แสดงความรับผิดชอบอย่างแท้จริง ดังนั้นเมื่อตนเองต้องการเรียนรู้สิ่งใดก็ตามจะหาทางเรียนรู้ให้ได้ โดยรู้จักเลือกวิธีการเรียนรู้แบบต่าง ๆ เพื่อจะได้เป็นคนที่มีคุณภาพ

มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่อยู่เสมอ เห็นการเรียนรู้เป็นเรื่องสนุกสนาน ชอบค้นหาคำตอบของข้อคำถามต่าง ๆ ซึ่งเป็นลักษณะหนึ่งของผู้นำ

3. การเรียนแบบริเริ่มและอิสระ (Initiative and Independence Learning) คือเป็นผู้ที่สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองได้ดีสามารถคิดค้นวิธีการเรียนรู้ได้หลายแบบ สำหรับการเรียนรู้หัวข้อใหม่ ๆ และมีวิธีการเข้าถึงสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ได้ดี มีทักษะการฟัง การอ่าน การเขียน การจำ และเห็นว่าปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทาย ที่สำคัญคือมีความสามารถในการคิดค้นวิธีแปลก ๆ ใหม่ ๆ ที่จะทำสิ่งต่าง ๆ มักเป็นผู้นำกลุ่มในการเรียนรู้จึงทำให้ปีหนึ่ง ๆ สามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้มากมาย และเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพทั้งในชั้นเรียนและการเรียนรู้ด้วยตนเอง

4. มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตน (Informed Acceptance of Responsibility for One's Own Learning) คือเป็นผู้สามารถบอกได้ว่าตนเองเรียนรู้ได้ดีเพียงใด มีความพยายามเชื่อมโยงสิ่งที่กำลังเรียนกับเป้าหมายระยะยาวที่ตั้งไว้ รักความก้าวหน้า ใฝ่สร้างอนาคต มักให้ความสำคัญในการเรียนรู้เป็นอันดับแรก

5. มีความรักในการเรียน (Love of Learning) คือเป็นผู้ที่ชอบแก้ปัญหาที่มีคำตอบถูกต้องมากกว่าหนึ่งคำตอบ มีความคิดว่าห้องสมุดเป็นสถานที่ที่มีความสำคัญต่อการศึกษา ถ้าตัดสินใจจะเรียนสิ่งหนึ่งสิ่งใดสามารถหาเวลาเรียนได้เสมอ ไม่ว่าจะมีการกิจยุ่งยากเพียงใดก็ตาม เพราะมีความสนใจที่จะเรียนรู้เป็นพิเศษ ชอบศึกษาความรู้อยู่ตลอดเวลา

6. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (Creative) คือเป็นผู้เรียนที่รู้จักตนเองดีว่าต้องการเรียนอะไร ในการเรียนไม่จำเป็นต้องให้ผู้สอนบอกทุกสิ่งทุกอย่าง เข้าใจบทบาทตนเองดีว่าเป็นใคร ชอบทดลองสิ่งใหม่ ชอบสำรวจปัญหาต่าง ๆ

7. มองอนาคตในแง่ดี (Positive Orientation to the Future) คือเป็นผู้ที่มีลักษณะยอมรับในความผิดพลาดของตนเอง เห็นความสำคัญของการเรียนรู้ และเห็นว่าคะแนนจากการสอบไม่ใช่ประเด็นสำคัญ แต่ความเข้าใจเรื่องที่จะศึกษามีความสำคัญมากกว่า ไม่มีปัญหาในการทำความเข้าใจในสิ่งที่อ่าน เพราะถ้าไม่เข้าใจสิ่งใดจะไม่ปล่อยทิ้งไว้ จะต้องค้นคว้าจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ ให้เข้าใจจนได้ จึงสามารถนำแนวคิดที่ดีไปปฏิบัติให้เกิดผลได้

8. สามารถใช้ทักษะทางการศึกษาหาความรู้ และทักษะการแก้ปัญหา (Ability to Use Basic Study Skills and Problem-Solving Skills) คือเป็นผู้ที่สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองเกือบทุกเรื่องที่ต้องการเรียน เพราะทราบแหล่งข้อมูลที่ต้องการค้นหา ชอบทำงานตามลำพัง และชอบทดลองนำวิธีการเรียนรู้แบบใหม่ ๆ เข้ามาใช้ในการเรียน

การศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษา ผู้วิจัยได้ศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยพบว่า นฤมล จันทรัฐสุข (2539) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและ

สภาพแวดล้อมในวิทยาลัย กับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยส่วนบุคคลและสภาพแวดล้อมในวิทยาลัยมีความสัมพันธ์กับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ทิพรรัตน์ สุทธิพงศ์ (2540) ศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท ผลการวิจัยพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยรวม และด้านความรักในการเรียน ด้านการมองอนาคตในแง่ดี ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านความสามารถในการใช้ทักษะการศึกษาหาความรู้ในการแก้ปัญหา และด้านการเรียนแบบริเริ่มและอิสระ อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านเปิดโอกาสต่อการเรียนรู้ ด้านอัธยาศัยไมตรีในด้านการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และด้านความรับผิดชอบในการเรียนรู้ของตน อยู่ในระดับสูง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษาพยาบาลในแต่ละชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และลักษณะกลุ่มเพื่อน ไม่แตกต่างกัน การจำแนกตามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และแบบแผนการเลี้ยงดู แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แพรพรรณ แสงทองรุ่งเจริญ (2546) ศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สวรรค์ประชารักษ์ พบว่า ความรับผิดชอบต่อเวลา เจตคติต่อวิชาชีพ สภาพแวดล้อมภายในวิทยาลัย มีความสัมพันธ์กับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนปัจจัยด้านระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์กับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษาตามแนวคิดของ กุกลิเอลมีโน (Guglielmino) ผู้วิจัยพบว่า องค์ประกอบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองทั้ง 8 ประการ มีความครอบคลุมคุณลักษณะความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งควรมีในผู้เรียนทุกคน โดยเฉพาะในนักศึกษาพยาบาลที่มีวิธีการเรียนรู้ที่หลากหลาย และมีเนื้อหาที่ซับซ้อนยุ่งยาก และสื่อในการเรียนรู้ก็มีทั้งตำราทางวิชาชีพ เครื่องมือต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพยาบาล และที่สำคัญก็คือเป็นการเรียนรู้กับมนุษย์ที่มีภาวะสุขภาพดีและเจ็บป่วย ตามลักษณะวิชาที่กำหนดในหลักสูตรการเรียน ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่า ผู้เรียนที่มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง คุณลักษณะหนึ่งที่สำคัญในผู้เรียนก็คือความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองทั้ง 8 ประการ มาเป็นตัวแปรในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ความฉลาดทางอารมณ์กับการพัฒนานักศึกษาให้ประสบความสำเร็จทางการศึกษา

การจัดการศึกษาพยาบาลเป็นกระบวนการพัฒนาศักยภาพผู้เรียนให้เป็นบุคลากรพยาบาลที่มีความรู้ ทักษะ และจริยธรรม มีความพร้อมที่จะเป็นพยาบาลที่มีคุณภาพ การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาผู้เรียนโดยยึดผู้เรียนเป็นสำคัญและใช้กระบวนการเรียนการสอนที่หลากหลาย เน้นการฝึกปฏิบัติในสถานการณ์จริง พัฒนาระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และความสามารถในการแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่นำไปใช้ประโยชน์ได้สูงสุด ผู้สำเร็จการศึกษาพยาบาลตามหลักสูตร เป็นผู้ที่มีความพร้อมในการเป็นพยาบาลวิชาชีพทั้งในด้านความรู้ ทักษะ และจริยธรรมของวิชาชีพ สามารถให้การพยาบาลทั่วไปได้อย่างมีคุณภาพทั้งในบริการสุขภาพ ระดับปฐมภูมิ ทุติยภูมิ และตติยภูมิ กับบุคคลทุกวัย ครอบครัว และชุมชนในทุกภาวะสุขภาพ มีภาวะผู้นำ มีพื้นฐานทางปัญญา สามารถปรับตัว ให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลง เป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพเป็นพลเมืองดี และผดุงไว้ซึ่งความเป็นธรรมและความถูกต้องของสังคม สามารถปฏิบัติตามพยาบาลได้ตามขอบเขตของวิชาชีพอย่างปลอดภัย มีความรับผิดชอบ มีศักยภาพในการพัฒนาตนเอง และพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง เป็นผู้ร่วมงานที่มีประสิทธิภาพ เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนมีสมรรถนะครบ 8 ด้านตามที่สภาการพยาบาลกำหนด ได้แก่

1. สมรรถนะด้าน จริยธรรม จรรยาบรรณและกฎหมาย
2. สมรรถนะด้านการปฏิบัติการพยาบาลและผดุงครรภ์
3. สมรรถนะด้านคุณลักษณะเชิงวิชาชีพ
4. สมรรถนะด้านภาวะผู้นำ การจัดการ และการพัฒนาคุณภาพ
5. สมรรถนะด้านวิชาการและการวิจัย
6. สมรรถนะด้านการสื่อสารและสัมพันธภาพ
7. สมรรถนะด้านเทคโนโลยีและสารสนเทศ
8. สมรรถนะทางด้านสังคม

ดังที่ได้อภิปรายไว้ข้างต้นว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อการช่วยให้นักศึกษาได้พัฒนาตนเองให้สามารถผ่านการเรียนรู้ที่ต้องรับผิดชอบต่อตัวเองและชีวิตผู้อื่น และการผ่านไปสู่วัยผู้ใหญ่ที่มีประสิทธิภาพ จากการที่ได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัย พบว่ามีปัจจัยหลายอย่างที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ได้แก่ เพศ ชั้นปี สาขาที่เรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ประสบการณ์ในมหาวิทยาลัย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา (จารุวรรณ สกุลกู, 2543; วิณี ชิดเชิดวงศ์, 2545; Golman, 1998) สำหรับการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาพยาบาล พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล ปัจจัยพื้นฐานครอบครัว ชั้นปี พฤติกรรมการแสดงออก และพฤติกรรม

เชิงจริยธรรม (กัลยา นาคเพ็ชร และวรรณเพ็ญ อินทร์แก้ว, 2545; สุนันทา ย่างนิชเศรษฐ และคณะ, 2546; นุจรี ไชยมงคล, 2549; จันทร์จิรา หล้ามี, วรรณภรณ์ วีระพงศ์ และอารีย์ กุลจุ, 2551) นอกจากนี้ยังมีการทดลองใช้โปรแกรมพัฒนาเยาวชนอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ของ นิดดา อุดลยพิเชษฐ์ (2542) พบว่านักศึกษามีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูง ก่อนและหลัง การทดลองมีระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ไม่แตกต่างกัน นักศึกษาที่มีความฉลาดทาง อารมณ์ ปานกลางและต่ำ หลังการทดลองมีระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการใช้กิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนักศึกษา พยาบาลชั้นปีที่ 1 ของอุษณีย์ เทพวรชัย (2548) พบว่านักศึกษามีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 3 องค์ประกอบ คือ ดี เก่ง สุข หลังทำกิจกรรมพัฒนาสูงกว่าก่อนทำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังมีการใช้โปรแกรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ตามรูปแบบของ Construct Interaction Participation Process and Product Application (CIPPA) โดย พรทิพา ทักยิณ และคณะ (2551)

จากการศึกษางานวิจัยในนักศึกษาพยาบาลพบว่า การสำรวจปัจจัยที่เกี่ยวข้องและ การพัฒนากิจกรรมส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ยังไม่กว้างขวางนัก ด้วยสภาพการเรียนของ นักศึกษาที่ต้องมีความรับผิดชอบสูงและ อยู่ในวัยที่เปลี่ยนแปลงด้านความคิด อารมณ์และความรู้สึก ไปสู่วัยผู้ใหญ่ให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประกอบกับสถานะที่สังคมโลกที่เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว และมีการสื่อสารแบบไร้พรมแดน นักศึกษาจึงมีการกิจที่หนักและต้องผ่านพ้นไปได้ ทั้ง การเรียนและการดำเนินชีวิตส่วนตัวอย่างมีคุณภาพ ความฉลาดทางอารมณ์ถือเป็นคุณสมบัติสำคัญ ประการหนึ่งที่ช่วยให้นักศึกษาสามารถผ่านภารกิจสำคัญดังกล่าวได้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะ ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐาน ของสถาบันการศึกษา ผู้บริหาร และอาจารย์ผู้สอนให้เกิดความตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนานักศึกษาให้มี ความฉลาดทางอารมณ์ หรือมีที่ดี ความเก่ง และความสุขไปพร้อม ๆ กัน

บทบาทของพยาบาลจิตเวชกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาพยาบาล

ตามแนวคิดทฤษฎีของนิวแมน บุคคลเป็นระบบเปิดและมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ภายนอกอยู่ตลอดเวลา และการมีปฏิสัมพันธ์ส่งผลให้ระบบบุคคลต้องมีการต่อสู้กับสิ่งที่มารบกวน โดยสิ่งรบกวนอาจมีมากกว่าหนึ่ง และมีผลกระทบต่อระบบที่แตกต่างกันตามการทำงานที่ ประสานกันของตัวแปรทั้ง 5 ด้านของแต่ละบุคคล ซึ่งการตอบสนองของบุคคลขึ้นอยู่กับความ แข็งแรงของแนวป้องกัน ความรุนแรงของสิ่งที่มาคุกคามจะมีมากขึ้น หากแนวป้องกันดังกล่าวมี ความอ่อนแอ และสิ่งคุกคามจะส่งผลให้ระบบเกิดการเสียสมดุล

ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นการแสดงออกถึงการตระหนักรู้ในตนเอง การรู้เท่าทัน ความคิดความรู้สึก การรู้จักกลั่นกรองเพื่อแสดงออกอย่างมีจิตสำนึกและเหมาะสม การมองโลกในแง่ดี การคำนึงถึงสถานการณ์และความต้องการของผู้อื่นและของสังคม และพยายามจนถึงที่สุดเพื่อประโยชน์ทั้งของตนเอง-ผู้อื่น-สังคม จึงอาจถือได้ว่าเป็นผลลัพธ์หนึ่งของการทำงานที่ประสานกันอย่างกลมกลืนของตัวแปรทั้งห้าของบุคคล การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอจนมีความฉลาดทางอารมณ์จึงเปรียบเสมือนการทำให้มีระยะห่างของแนวป้องกันยืดหยุ่นกับแนวป้องกันปกติ นำไปสู่ความสมดุลของระบบ ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นคุณสมบัติที่จำเป็นต้องส่งเสริมให้มีหรือให้คงอยู่ในบุคคลทั่วไปและโดยเฉพาะในบุคคลที่จะต้องปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและสุขภาพของมนุษย์ เช่น แพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยา เป็นต้น

ตามแนวคิดของนิวแมน ภารกิจดังกล่าวถือว่าอยู่ในบทบาทของพยาบาลในการป้องกันระดับปฐมภูมิ พยาบาลจิตเวชจะเป็นบุคลากรวิชาชีพที่มีความรู้ความสามารถที่สามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติการกิจดังกล่าวได้อย่างมีคุณภาพ ทั้งนี้สาระสำคัญของการพัฒนาทางวิชาชีพสู่การเป็นพยาบาลจิตเวช คือ การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ โดยเริ่มต้นที่ตนเองก่อนให้เกิดการตระหนักรู้ เข้าใจความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ ความคาดหวัง ความต้องการ จุดเด่น จุดด้อย และอีกหลาย ๆ อย่างที่กอร์ปกันเป็นตัวเป็นตนที่กลมกลืนกับผู้อื่น สังคม และสิ่งแวดล้อม ความฉลาดทางอารมณ์เป็นคุณลักษณะหนึ่งของตัวตนของบุคคลที่ผ่านการฝึกฝนเช่นนั้น การฝึกฝนดังกล่าวเป็นกุญแจสำคัญของการพัฒนาผู้อื่นให้มีความฉลาดทางอารมณ์และตัวตนที่กลมกลืนกับผู้อื่น สังคม และสิ่งแวดล้อม ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการพัฒนานักศึกษาพยาบาล