

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสังคมยุคโลกาภิวัตน์ ทำให้โลกไร้พรมแดนวิถีการดำเนินชีวิตของมนุษย์เปลี่ยนแปลงไปตามค่านิยมและวัฒนธรรมของชาวตะวันตกที่หลั่งไหลเข้ามาตามกระแสของการเปลี่ยนแปลงของสังคม ไม่ว่าจะเป็นในเขตชุมชนเมืองหรือชุมชนชนบทก็ได้รับผลจากอิทธิพลนี้เช่นกัน โดยสถานศึกษาก็เป็นอีกสังคมหนึ่ง ที่ได้รับกระแสของค่านิยมกระแสเทคโนโลยีและข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัยที่มาจากอุปกรณ์เทคโนโลยีระดับสูงต่าง ๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ในสถานการณ์เช่นนี้ทำให้ผู้คนโดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มเด็กวัยรุ่น ซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 10 - 13 ปี เป็นวัยที่เข้าสู่การเป็นวัยรุ่นตอนต้นได้รับอิทธิพลแห่งการเปลี่ยนแปลงไปด้วยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ตามมา กรมสุขภาพจิต (2546, หน้า 12 - 17) กล่าวถึง พัฒนาการของวัยรุ่นว่า วัยรุ่นตอนต้น อายุ 10 - 13 ปี และถือได้ว่าเป็นวัยวิกฤตที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในหลาย ๆ ด้าน จากการสำรวจข้อมูลพื้นฐานเพื่อหาข้อสรุปว่า เด็กในวัยนี้มีความบกพร่องในฉลาดทางอารมณ์อย่างไร ซึ่งพบว่า อารมณ์ของเด็กมีความอ่อนไหวต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ รอบตัว ไม่นั่นคง รุนแรง เปลี่ยนแปลงง่ายและขาดการควบคุม (โสภณห์ นุชนาถ, 2542, หน้า 49) ส่งผลให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา อาทิ อยากได้การยอมรับจากเพื่อน บางครั้งอาจจะนำไปสู่การกระทำที่ผิดพลาดในหลายกรณี เพราะทำตามเพื่อนและอยากรู้ อยากลอง จากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับปัญหาทางสังคมของวัยรุ่น เช่น วัยรุ่นกับการตั้งครรภ์ ซึ่งสถิติปี 2552 ทั่วประเทศไทยมีวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปีซึ่งเป็นกลุ่มที่ต้องเฝ้าระวังตามเกณฑ์ขององค์การอนามัยโลกที่มีบุตรก่อนวัยอันควร 110,025 คน และในจำนวนนี้เป็นวัยรุ่นที่อยู่ในจังหวัดชลบุรี 3,432 คน (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2554, หน้า 4 - 5) นอกจากนี้ยังพบว่า สถิติการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนในปี 2553 มีจำนวนถึง 44,057 คน ซึ่งเป็นความผิดที่เกี่ยวกับทรัพย์สิน ชีวิตและร่างกาย เพศ ความสงบสุข เสรีภาพ ชื่อเสียงและการปกครอง ยาเสพติดให้โทษ อาวุธและวัตถุระเบิด และอื่น ๆ (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2554, หน้า 1 - 6) ซึ่งเป็นการกระทำตั้งแต่การผิดศีลธรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ ไปจนถึงการก่อการเสพติด การยกพวกตีกันของกลุ่มนักศึกษาระหว่างสถาบัน การก่อคดีข่มขืนไปจนถึงการก่อคดีฆาตกรรม จะเห็นได้จากข่าวสารหรือเหตุการณ์จากโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ หรือสื่อต่าง ๆ อาทิ นักเรียนโหดชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 แทะรุ่นพี่มัธยมศึกษาปีที่ 2 ดับ 1 บาตเจ็บสาหัส 1 ราย

(ไทยรัฐ, 2552, 7 พฤศจิกายน, หน้า 1) สุดสลดนักเรียนอายุ 12 ปี ลูกชายนายดาบตำรวจดิ่งตึกอาคารเรียน 6 ชั้นตายสยของต่อหน้าครูอาจารย์และเพื่อนนักเรียนขณะเข้าแถวเคารพธงชาติ เหตุเพราะเครียดที่ถูกต้องว่า เล่นเกม (ไทยรัฐ, 2552, 22 พฤษภาคม, หน้า 1) นอกจากนี้ยังมีปัญหาเด็กมัธยมศึกษาใจแตกมีปัญหาวุฒิกรรมทางเพศไม่เหมาะสมมีค่านิยมการมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อย (คมชัดลึก, 2551, 6 พฤศจิกายน, หน้า 1) รวมถึงปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่ปรากฏอยู่ในหน้าหนังสือพิมพ์ เรื่องเหล่านี้เป็นอีกหนึ่งภาพสะท้อนของปัญหาเยาวชนไทย ที่มีทั้งเรื่องเพศ ความรุนแรง และสิ่งเสพติด สรุปได้ว่า เด็กและเยาวชน โดยเฉพาะในกลุ่มของวัยรุ่นยังเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงทั้งด้านอารมณ์พฤติกรรม การเรียนรู้ และความรับผิดชอบชั่วดีค่อนข้างต่ำ เพราะมีประสบการณ์ในการดำรงชีวิตน้อยจึงเป็นสาเหตุให้กระทำความผิดได้ง่าย สอดคล้องกับ เทอดศักดิ์ เดชคง (2542) กล่าวว่า “สาเหตุสำคัญของปัญหายุวชน เกิดจากเด็กขาดความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้ตัดสินใจผิดพลาด ไม่รู้จักรับผิดชอบชั่วดีขาดความอดทนอดกลั้น จัดการกับความขัดแย้งทางอารมณ์ไม่ได้ ระบายอารมณ์อย่างไม่เหมาะสม หรือแก้ไขปัญหามิทางไม่สร้างสรรค์” ซึ่งนโยบายภาครัฐและมาตรการทางสังคมรวมถึงทุกส่วนที่เกี่ยวข้องกับเยาวชนที่ต้องร่วมมือเร่งดำเนินการเพื่อป้องกันไปพร้อมกัน มีข้อมูลยืนยันจากการสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ ในปี 2550 เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไทย ใน โครงการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (อีคิว) เด็กและเยาวชน ของกรมสุขภาพจิต ได้ดำเนินการมาตั้งแต่ปี 2548 - 2554 เผยผลสำรวจในรอบ 10 ปี ซึ่งพญ.พรรณพิมล วิบูลธรย์ ผู้อำนวยการสถาบันราชานุกูล (ASTV ผู้จัดการออนไลน์, 26 มิถุนายน 2555) กล่าวว่า ผลสำรวจความฉลาดทางอารมณ์เด็กนักเรียนไทยอายุ 6 - 11 ปี โดยในปี 2554 มีคะแนนอีคิวเฉลี่ยระดับประเทศอยู่ระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ คือ มีค่าคะแนนอยู่ที่ 45.12 จากค่าคะแนนปกติ 50 - 100 ซึ่งมีจุดอ่อนทั้ง 3 องค์ประกอบใหญ่ คือ ดี เก่ง สุข ที่เป็นจุดอ่อนมาก ได้แก่ ความมุ่งมั่นพยายาม ซึ่งมีค่าคะแนน อยู่ที่ 42.98 รองลงมา คือ ความกล้าแสดงออก 43.48 และความรื่นเริงเบิกบาน 44.53 จากผลการสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กกลุ่มดังกล่าว ซึ่งเป็นกลุ่มเด็กที่ต้องเติบโตขึ้นเข้าสู่วัยรุ่น หากไม่ได้รับการดูแลปรับพฤติกรรมให้มีภูมิคุ้มกันในการดำเนินชีวิต เด็กเหล่านั้นจะก้าวเข้าสู่ความเป็นวัยรุ่นอย่างผู้ด้อยความฉลาดทางอารมณ์ ย่อมส่งผลต่อการดำรงชีวิตของเด็กวัยรุ่นกลุ่มนี้ในหลากหลายปัญหาอย่างแน่นอน

กรมสุขภาพจิต (2543, หน้า 25) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่นักเรียนต้องเริ่มต้นที่ครูดีที่สุด เพราะหน้าที่ของครูคือ การช่วยให้นักเรียนเข้าใจความรู้สึกอารมณ์ของตนเองมีแสดงออกที่เหมาะสมกับบุคคล สถานที่และมีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น การพัฒนานักเรียนให้มีความฉลาดทางอารมณ์ จำเป็นต้องฝึกทักษะกระบวนการคิด โดยจัดกิจกรรมให้นักเรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกการปฏิบัติในการจัดการ การเผชิญสถานการณ์ ให้นักเรียน คิดเป็น ทำเป็น

แก้ปัญหาก็ได้ ชมพูนุท ร่วมชาติ (2548, หน้า 1) กล่าวว่า การที่เด็กจะเป็นคนดี คนเก่งและมีความสุขได้นั้นต้องเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์เป็นที่ตั้ง จึงจะสามารถคิดดี ทำดีมีเหตุผลและภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ไม่คิดร้าย ทำไม่ดีและไม่เป็นพิษภัยต่อสังคม ซึ่งสอดคล้องกับ การกำหนดแนวทางในการจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นให้พัฒนาคนให้เป็นคนเก่ง ดี และ มีความสุขตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 มาตรา 22 (สำนักงานปฏิรูปการศึกษา, 2545)

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence หรือ Emotional Quotient) ซึ่งปัจจุบันเรียกย่อ ๆ ว่า EQ มีความสำคัญยิ่ง ถ้าขาดปัจจัยด้านนี้จะมีผลทำให้บุคคลประสบปัญหาชีวิต ไม่สามารถสร้างความสำเร็จได้ บาร์ออน (Baron, 1997 อ้างถึงใน Goleman, 1998, pp. 370 - 371) ได้กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นทักษะเฉพาะตัวที่ทำให้คนเราประสบความสำเร็จ ทั้งในด้านการเรียน การงาน ครอบครัว และชีวิตส่วนตัว เพราะคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ คือ คนที่สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ได้ รู้เขารู้เรา และใช้ข้อมูลเหล่านั้นมาชี้นำความคิดการแสดงออกทางอารมณ์ของตนภายใต้ แรงกดดันจากสภาพแวดล้อมทั้งหลายได้เป็นอย่างดี ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นความสามารถหรือศักยภาพของคนแต่ละคนในการที่จะตอบสนองอารมณ์และความต้องการของผู้อื่น ได้อย่างถูกต้อง สามารถรับรู้อารมณ์ของตนเอง พร้อมจัดการไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งก็บ (Gibbs, 1995 อ้างถึงใน ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2545, หน้า 14 – 15) กล่าวว่า สถิติปัญญา (IQ) และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) มีความสัมพันธ์กัน อาจกล่าวได้ว่ารากฐานของความคิด สถิติปัญญาของบุคคลเป็นผลมาจากสภาพอารมณ์ จิตใจ ตลอดทั้งสภาพความสมบูรณ์ทางสุขภาพ ซึ่งการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญเท่าเทียมกับความฉลาดทางสติปัญญาในทุกสถานการณ์ของชีวิต ซึ่งมีค่าควรแก่การปลูกฝังให้กับทุกคนในสังคม นอกจากนี้ ฉันทนา ภาคบังกช (2544, หน้า 159) และ อัจฉรา สุขารมณ (2548,) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นการพัฒนามิติ ด้านคุณภาพชีวิตที่แท้จริง ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์ทำให้สามารถอยู่ในยุคปัจจุบันได้อย่างดีมีความสุข และมันคงจะต้องรู้เท่าทันโลกโดยอยู่บนพื้นฐานของจิตใจและปัญญา ผู้ที่มีสติปัญญาแก้ปัญหาก็ได้โดยไม่ขาดสติ ควบคุมอารมณ์ได้ดี มีแรงจูงใจ มีความอดทนไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาและฝึกฝนได้ เนื่องจากเป็น การฝึกสมองทั้งสองด้าน โดยเฉพาะซีกของระบบลิมบิก (Limbic System) เกี่ยวข้องโดยตรงกับระดับ ประสิทธิภาพของบุคคล การเรียนรู้ความฉลาดทางอารมณ์มีทั้งที่ไม่ปรากฏให้เห็น ซึ่งถือเป็นการเรียนรู้ได้ตอบกันภายใน ตัวบุคคล หรืออาจแสดงออกอย่างชัดเจน และเชื่อว่า EQ พัฒนาได้ตั้งแต่ในวัยเด็กไปจนถึงอายุ 50 ปีกว่า ๆ โดยจะมีจุดสูงสุดในช่วงอายุระหว่าง 45 – 55 ปี สอดคล้องกับที่ เทอดศักดิ์ เดชคง (2542, หน้า 62 - 64) กล่าวว่า อารมณ์ของคนเกิดจากเหตุปัจจัยต่าง ๆ เช่น

เกิดจากสิ่งแวดล้อม สิ่งเร้าที่กระทบ อายุ เพศ การทำงานของสมองและสารเคมีในร่างกายและระบบความคิดหรือวิถีคิด ซึ่งในบรรดาเหตุปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้เกิดอารมณ์นี้ ระบบความคิดหรือวิถีคิดนับว่าเป็นส่วนสำคัญที่สุดและเป็นส่วนที่สามารถควบคุมได้ด้วยตนเอง ส่วนอื่น ๆ นั้นเป็นปัจจัยที่มาประกอบ ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จึงจำเป็น ต้องพัฒนาระบบความคิดหรือวิถีคิดของนักเรียน ประกอบด้วยทักษะทางอารมณ์ที่จะช่วยเสริมกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามเป้าหมายสำคัญกล่าวคือ เป็นคนดีมีความสุขดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าและมีเป้าหมาย

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต, 2543, หน้า 35 - 41) ได้กล่าวถึงอารมณ์ไว้ว่า “อารมณ์คือสภาพจิตนั่นเอง” และเมื่อพิจารณาถึงการจัดการศึกษาของไทยจะเห็นว่า ได้ให้ความสำคัญกับอารมณ์หรือสภาพจิตอยู่มาก ดังจะเห็นได้จากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 ที่ระบุไว้ว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขและยังมุ่งเน้นผลิตผู้เรียนให้มีคุณลักษณะที่นอกเหนือจากจะเป็นคนเก่ง คนดีแล้วยังต้องเป็นคนที่มีความสุข คือมีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจ

ในการศึกษาทางจิตวิทยา พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่นำไปพบกับความสำเร็จในชีวิตอย่างแท้จริง ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่ฝึกฝนเพิ่มพูนทักษะได้และส่งผลดีทั้งเด็กและผู้ใหญ่ให้เป็นคนที่พบความสำเร็จทั้งด้านชีวิตส่วนตัวและการทำงาน เพราะความฉลาดทางอารมณ์มิได้ถูกกำหนดมาจากพันธุกรรม ไม่ได้พัฒนาสมบูรณ์ตอนวัยเด็กเหมือนความฉลาดทางสติปัญญา หากแต่สามารถพัฒนาได้โดยการเรียนรู้ตลอดเวลา อย่างไรก็ดีเป็นที่ยอมรับกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นส่วนสำคัญในการดำรงชีวิตของบุคคล นักจิตวิทยามีความเห็น ว่า โรงเรียนควรมีบทบาทในการส่งเสริมให้เด็กมีทักษะด้านความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับความฉลาดทางสติปัญญา เพราะผลลัพธ์ที่ยิ่งใหญ่ของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ก็คือ การรู้จักควบคุมตนเอง การเห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่น และความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความสามารถพื้นฐานเหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็นที่ควรปลูกฝังเพื่อความเจริญ รุ่งเรืองของสังคม ด้วยเหตุนี้ ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีความสำคัญเท่าเทียมกับความฉลาดทางสติปัญญาในทุกสถานการณ์ของชีวิต และมีค่าควรแก่การปลูกฝังให้กับทุกคนในสังคม ซึ่งเมื่อผู้วิจัยสำรวจนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนทั้งระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โดยวิธีการสังเกต พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีพฤติกรรมในการควบคุมอารมณ์ตนเองน้อย และสำรวจบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนที่มีปัญหาของฝ่ายปกครองพบว่า ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นชั้นที่มีการเชิญผู้ปกครองมาพบมากกว่าชั้นอื่น ๆ ฝ่ายปกครองให้ข้อมูลว่านักเรียนกลุ่มนี้เป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงจากความเป็นเด็กเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้นที่อย่างเต็มตัว จากข้อมูลดังกล่าวแล้ว ผู้วิจัยสนใจที่จะพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาด

ทางอารมณ์แก่นักเรียนให้รู้จักการจัดการกับตนเองและมีภูมิคุ้มกันไม่ให้นักเรียนหลงผิดไปตามกระแสสังคมที่ต้องเข้าไปเกี่ยวข้อง โดยเน้นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีพัฒนาการของความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเมื่อสำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันในความฉลาดทางอารมณ์ที่สามารถเผชิญในสถานการณ์ต่าง ๆ ในทั้งในการดำรงชีวิต การเข้าไปศึกษาต่อในสถาบันที่สูงขึ้นหรือออกไปสู่โลกอาชีพได้อย่างเข้มแข็ง สอดคล้องกับ สุรางค์ โค้วตระกูล (2548, หน้า 88) กล่าวถึง การแก้ปัญหาพฤติกรรมของเด็กนักเรียนที่เป็นวัยรุ่นว่า สามารถทำได้โดยการฝึกให้นักเรียนสามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง รู้จักปรับตัว เมื่อต้องเผชิญปัญหา และข้อขัดแย้งระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์นั่นเอง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีผลให้ปัญหาต่าง ๆ ในโรงเรียนลดลง เพื่อป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ควรมุ่งส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นรากฐานสำคัญ ที่จะเป็ภูมิคุ้มกันในการป้องกันการเกิดหรือบรรเทาความรุนแรงของปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นได้ (วิริย อภิศเรศ, 2546)

จากการศึกษาแนวทางการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่การปฏิบัติในการพัฒนานักเรียน วิธีการฝึกอบรมเป็นวิธีหนึ่งที่มีประสิทธิภาพที่จะช่วยในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตของนักเรียนวัยรุ่นได้ ดังที่โบทวิน (Botvin, 2006, หน้า 1) กล่าวว่า วิธีการฝึกอบรมเป็นกลยุทธ์ในการเรียนรู้ร่วมกัน และมีความเหมาะสมในการที่จะช่วยนักเรียนวัยรุ่นพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยเฉพาะทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันในสังคม พร้อมทั้งช่วยลดและป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น วิธีการฝึกอบรมสามารถกระทำได้หลายวิธีขึ้นอยู่กับความเหมาะสมในแต่ละกลุ่มบุคคล ที่ต้องการพัฒนา แต่วิธีที่ได้ผลดีที่สุด คือ การนำเอาวิธีการต่าง ๆ เชิงประสบการณ์ เช่น การอภิปรายกลุ่ม บทบาทสมมติ การจำลองสถานการณ์ และเกมมาผสมผสาน ให้แก่คิดมุมมองต่าง ๆ เพื่อกระตุ้นให้เกิดการมองพินิจพิเคราะห์ตนเองมากขึ้น (วิระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2544, หน้า 184 – 185) ด้วยหลักการดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยเกิดแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมไปสู่การปฏิบัติ เพื่อช่วยเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ให้แก่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งทำให้นักเรียนมีภูมิคุ้มกันต่อการดำเนินชีวิต มีพฤติกรรมของความเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

2. ศึกษาประสิทธิภาพของหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่พัฒนาขึ้น ดังนี้

2.1 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

2.2 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังใช้หลักสูตรฝึกอบรม

2.3 ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

2.4 ศึกษาผลลัพธ์ภายหลังการฝึกอบรม (Study the Retention) เพื่อศึกษาความคงทนในการรักษาพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มทดลอง

สมมติฐานของการวิจัย

1. ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ภายหลังการฝึกอบรมด้วยหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

2. ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มทดลอง ภายหลังการฝึกอบรมด้วยหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นสูงกว่าก่อนการฝึกอบรม

3. ความพึงพอใจของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการฝึกอบรมด้วยหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นอยู่ในระดับมากขึ้นไป

4. ความคงทนในการรักษาพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยสร้างหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยการศึกษาวิเคราะห์ และสังเคราะห์ เอกสารและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและเพื่อนำมาเป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม ใช้แนวคิดการพัฒนาหลักสูตรของ ทาบา (Taba, 1962, pp. 345 – 425)

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาและสำรวจข้อมูลพื้นฐาน

ขั้นตอนที่ 2 สร้างหลักสูตรฝึกอบรม

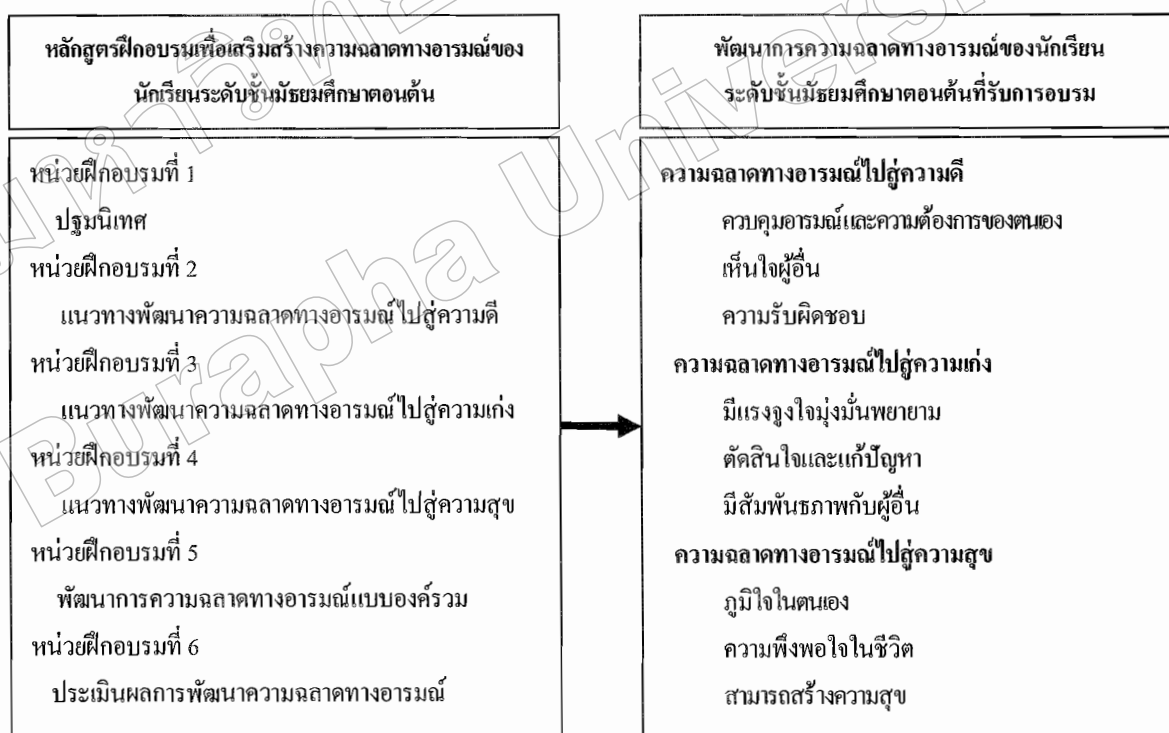
ขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม

ขั้นตอนที่ 4 ประเมิน และปรับปรุงหลักสูตรฝึกอบรม

ขั้นตอนที่ 5 ประเมินการรักษาพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์

และกรอบแนวคิดของกรมสุขภาพจิต (2546, หน้า 2 – 5) ในการออกแบบหลักสูตรฝึกอบรมและกำหนดหน่วยการเรียนรู้ จำนวน 6 หน่วย

นอกจากนี้ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบกิจกรรมฝึกอบรม ด้วยการสังเคราะห์ทฤษฎี หลักการ และแนวคิดพื้นฐานการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของเบนดูรา (Bandura, 1977) ทฤษฎีการสร้างความรู้ด้วยตนเอง (Constructivism Theory) ทฤษฎีการเรียนรู้แบบร่วมมือเรียนรู้ (Cooperative learning theory) โดยมีการนำไปทดลองใช้แบบกลุ่มเล็ก กลุ่มใหญ่ มีขั้นตอนดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ทำให้ได้ประโยชน์ดังนี้

1. ได้แนวทางการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีประสิทธิภาพ
2. นักเรียนที่ผ่านการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้หลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นนี้มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่พัฒนาขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) ที่ใช้กระบวนการวิจัยเป็นพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างด้านความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน โดยนำกรอบแนวคิดในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ กรมสุขภาพจิต (2546, หน้า 2 - 5) ซึ่งมีรากฐานมาจากทฤษฎีของโกลแมน (Goleman, 1998, หน้า 26 - 28) ได้เสนอกรอบแนวคิดของความฉลาดทางอารมณ์ (The Emotional Competence Framework) ส่วนของการดำเนินการฝึกอบรมมีลักษณะเป็นการวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งมีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนประภัสสรวทยาจำนวน 280 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ศึกษาภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 โรงเรียนประภัสสรวทยาจำนวน 40 คน ซึ่งได้มาจากการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นอายุ 12 - 17 ปี ของกรมสุขภาพจิต (2550, หน้า 128 - 131) ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่า 140 คะแนน และถามความสมัครใจในการเข้าร่วมกิจกรรมและนำมาแบ่งเป็น 2 กลุ่ม โดยวิธีสุ่ม (Randomization) ด้วยการให้ผลคะแนนจากการสอบกลุ่มละเท่า ๆ กัน เป็นกลุ่มทดลอง 20 คน และกลุ่มควบคุม 20 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การใช้หลักสูตรฝึกอบรมความฉลาดทางอารมณ์เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 6 หน่วยที่พัฒนาขึ้น

2.2 ตัวแปรตาม พฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นอันเป็นผลจากการใช้หลักสูตรฯ ได้แก่ ดี เก่ง และมีสุข ของกรมสุขภาพจิต (2546, หน้า 2 - 5)

3. ระยะเวลาในการดำเนินการ แบ่งเป็น 2 ระยะ ดังนี้

3.1 ระยะที่ 1 ระยะเวลาของการฝึกปฏิบัติการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยทำการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สัปดาห์ละ 1 ครั้ง โดยใช้รูปแบบกิจกรรมที่สร้าง กำหนดระยะเวลาการฝึกในวันเสาร์ ระหว่างเวลา 8.00 – 12.00 น. รวมเวลาในการจัดกิจกรรมวันละ 3 ชั่วโมง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ รวม 18 ชั่วโมง

3.2 ระยะที่ 2 ระยะติดตามความคงทนในการรักษาพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง โดยการทดสอบด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นอายุ 12-17 ปี ของ กรมสุขภาพจิต (2550, หน้า 128 - 131) หลังสิ้นสุดการจัดกิจกรรมฝึกอบรมแล้ว และติดตามความคงทนในการรักษาพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง ภายหลังจากฝึกอบรมไปแล้ว 14 วัน แอตคินสัน และชิฟฟริน (Atkinson & Shiffrin, 1968, pp. 89 - 195) โดยผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ในกิจกรรมเพื่อพัฒนาสังคมและสาธารณะประโยชน์ กิจกรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.1 - ม.3) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, หน้า 55) โดยให้นักเรียนเป็นผู้ออกแบบในการจัดกิจกรรมด้วยตนเองทุกขั้นตอน เพื่อการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่บ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ ทั้งด้านดี เก่ง และสุข กำหนดการจัดกิจกรรม 3 ครั้ง ๆ ละ 6 ชั่วโมง รวม 18 ชั่วโมง ด้วยกระบวนการปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ด้วยการใช้ข้อมูลทั้งเชิงปริมาณ และเชิงคุณภาพในการเก็บข้อมูลด้วยเทคนิคภาคสนาม (Field Survey) การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) ด้วยการสังเกต สัมภาษณ์และศึกษาบันทึกกิจกรรมของนักเรียน จำนวน 3 ครั้ง

นิยามศัพท์เฉพาะ

การฝึกอบรม หมายถึง กระบวนการของการสร้างเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ด้วยการเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ และเจตคติ ในขอบเขตของการปฏิบัติงานเฉพาะให้มีประสิทธิภาพ โดยมีเป้าหมายให้นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์ของกรมสุขภาพจิต ที่เข้ารับการฝึกอบรมได้นำความรู้และประสบการณ์จากการฝึกอบรมไปใช้ในการปฏิบัติจริง อันจะเป็น ประโยชน์ทั้งต่อตนเอง

หลักสูตรฝึกอบรม หมายถึง แผนการจัดการศึกษาระยะสั้น เพื่อใช้ในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยผู้วิจัยเป็นผู้พัฒนาขึ้น ซึ่งเป็นกระบวนการที่ช่วยให้นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อจัดการศึกษาที่มุ่งให้บุคคลได้พัฒนาการเรียนรู้ เจตคติ และทักษะในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ โดยเฉพาะ (Gagne & Medsker, 1996, pp. 2 - 6) ระยะเวลาในการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรฝึกอบรม 6 สัปดาห์ ๆ ละ 3 ชั่วโมง

รวม 18 ชั่วโมง ที่มุ่งผลของหลักสูตรกับการพัฒนาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในไปในทิศทางที่ต้องการ เป็นการฝึกฝน และสร้างเสริมสมรรถภาพด้านความฉลาดทางอารมณ์ให้พัฒนาขึ้น

การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม หมายถึงว่า การจัดทำหลักสูตร ปรับปรุง เปลี่ยนแปลง หลักสูตรให้ดีขึ้น ซึ่งเป็นกระบวนการที่มาของหลักสูตรที่เหมาะสมกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน การออกแบบหลักสูตร การประเมินประสิทธิภาพหลักสูตร และการปรับปรุงแก้ไข หลักสูตร

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) หมายถึง ความตระหนักรู้ในอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยให้ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิต การเรียน และการทำงาน จำแนกเป็น 3 ด้าน ประกอบด้วย

ด้านที่ 1 ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วย ตัวบ่งชี้คุณลักษณะของสมรรถนะที่แสดงถึงความดี ดังนี้

1. ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง หมายถึง การรับรู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้ และแสดงออกอย่างเหมาะสม
2. เห็นใจผู้อื่น หมายถึง ใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่น และแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม
3. ความรับผิดชอบ หมายถึง การรู้จักให้และรู้จักรับ รับผิดชอบและให้อภัย และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

ด้านที่ 2 ความเก่ง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพรวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยตัวบ่งชี้คุณลักษณะของสมรรถนะที่แสดงถึงความเก่ง

การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง การสร้างแผนการจัดการศึกษาระยะสั้น เพื่อใช้ในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กำหนดเป็น 5 ขั้นตอนการพัฒนา คือ

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาและสำรวจข้อมูลพื้นฐาน โดยศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องและสำรวจสภาพความจำเป็น ความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ

ขั้นตอนที่ 2 สร้างหลักสูตรฝึกอบรม ประกอบด้วย การเขียน โครงร่างหลักสูตรฝึกอบรม และการออกแบบหลักสูตรฝึกอบรม จัดทำเอกสารหลักสูตรฝึกอบรม

ขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม เพื่อหาประสิทธิภาพของหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 4 ประเมินและปรับปรุงหลักสูตรฝึกอบรม หลังจากนำไปทดลองใช้กับ

กลุ่มตัวอย่าง

ขั้นตอนที่ 5 การติดตามความก้าวหน้าพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

หลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง หลักสูตรที่พัฒนาขึ้นเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีโครงสร้างมีองค์ประกอบ 7 ส่วน คือ สภาพปัญหาและความจำเป็น หลักการและเหตุผล จุดมุ่งหมายของหลักสูตร หน่วยการเรียนรู้ รูปแบบกิจกรรมการฝึกอบรม สื่อการเรียนรู้ และการวัดและประเมินผล ประกอบด้วย

1. คู่มือการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเป็นเอกสารเกี่ยวกับคำแนะนำสำหรับครูผู้สอน เกี่ยวกับส่วนประกอบของหลักสูตร แนวคิดพื้นฐาน เกี่ยวกับเทคนิค กระบวนการ และวิธีสอนที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งวิธีการประเมินความสามารถในด้านความฉลาดทางอารมณ์

1.1 หน่วยฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ประกอบด้วย หน่วยหลัก จำนวน 6 หน่วย คือ

หน่วยฝึกอบรมที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

กิจกรรม 1 ปฐมนิเทศ

หน่วยฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี

กิจกรรมที่ 2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

กิจกรรมที่ 3 เห็นใจผู้อื่น

กิจกรรมที่ 4 ความรับผิดชอบ

หน่วยฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความเก่ง

กิจกรรมที่ 5 มีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม

กิจกรรมที่ 6 ตัดสินใจและแก้ปัญหา

กิจกรรมที่ 7 มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

หน่วยฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความสุข

กิจกรรมที่ 8 ภูมิใจในตนเอง

กิจกรรมที่ 9 สามารถสร้างความสุข

กิจกรรมที่ 10 ความพึงพอใจในชีวิต

หน่วยฝึกอบรมที่ 5 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แบบองค์รวม

กิจกรรมที่ 11 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์แบบบูรณาการ

หน่วยฝึกอบรมที่ 6 ประเมินพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์แบบองค์รวม

กิจกรรมที่ 12 ประเมินผลการฝึกอบรมและความพึงพอใจ

1.2 รูปแบบกิจกรรมฝึกอบรม เป็นรูปแบบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งผู้วิจัยวางแผนจัดกิจกรรมแต่ละครั้งประกอบด้วย จุดประสงค์ เนื้อหา เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ขั้นตอนการจัดกิจกรรม สื่อการเรียนรู้ และการประเมินผล รวมทั้งเครื่องมือวัดผลต่าง ๆ แต่ละกิจกรรมผู้วิจัยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม กรณีตัวอย่าง กรณีศึกษาจากประสบการณ์ตรง เกม บทบาทสมมติ และสถานการณ์จำลอง การใช้สื่อและการประเมินผล ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทั้ง 3 ทฤษฎีนำจุดเด่นมาบูรณาการได้กรอบของกระบวนการจัดกิจกรรม 7 ขั้นตอน

ขั้นที่ 1 Awareness สร้างความตระหนัก ด้วยการกระตุ้นและการเสริมแรงทางบวกจากผู้ให้การอบรม โดยเน้นให้ผู้ด้วยการสำรวจและวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสามารถรับรู้ และสร้างความพร้อมในการร่วมกิจกรรม

ขั้นที่ 2 Norm เป็นขั้นของการชี้แจงวัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมทำความเข้าใจกิจกรรมและเกณฑ์ของความสำเร็จในการปฏิบัติ

ขั้นที่ 3 Action Modeling เป็นขั้นปฏิบัติศึกษาตัวแบบ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการอบรมได้เรียนรู้จากตัวแบบและสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง

ขั้นที่ 4 Cooperative Learning ขั้นสมานมิตรเรียนรู้แบบร่วมมือ เป็นขั้นปฏิบัติการกลุ่มเรียนรู้จากการปฏิบัติ ความสามารถในการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและการควบคุมการตอบสนองของตนเองต่อกิจกรรม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ (Relearning) โดยกิจกรรมเกม EQ ซึ่งส่งผลต่อความถึคิดความรู้สึกและการกระทำที่มุ่งสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

ขั้นที่ 5 Non - Ordering สะท้อนความคิดแบบอิสระ เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมได้สะท้อนความคิดแบบอิสระ ไม่ครอบงำทางความคิดของตนเอง และสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง

ขั้นที่ 6 Direct - Reflection ตรวจสอบผลสะท้อนกลับ เป็นขั้นที่ตรวจสอบข้อมูลในการนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง โดยเขียนหรือเล่าประสบการณ์ (Intrapersonal Motivation) รายการปฏิบัติ เป็นการวัดแรงจูงใจภายในเพื่อตรวจสอบถึงแรงผลักดันที่ทำให้แสดงพฤติกรรม EQ

ขั้นที่ 7 Achievement ความสำเร็จ เป็นขั้นประเมินพัฒนาการ EQ ของผู้เข้ารับการอบรมเพื่อส่งเสริมให้มีคุณภาพภูมิใจและรักษาระดับการปฏิบัติให้คงทนยิ่งขึ้น โดยผู้ให้การอบรมเสริมแรงทางบวกและกระตุ้นผู้เข้ารับการอบรมให้กำลังใจกับตนเองโดยไม่คำนึงถึงผลการปฏิบัติว่าประสบความสำเร็จหรือไม่

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข จำแนกเป็น 3 ด้าน ประกอบด้วย

ด้านที่ 1 ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วย ตัวบ่งชี้คุณลักษณะของสมรรถนะที่แสดงถึงความดี ดังนี้

1. ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง หมายถึง การรับรู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้ และแสดงออกอย่างเหมาะสม
2. เห็นใจผู้อื่น หมายถึง ใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่น และแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม
3. ความรับผิดชอบต่อส่วนรวม หมายถึง การรู้จักให้และรู้จักรับ รับผิดชอบและให้อภัย และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

ด้านที่ 2 ความเก่ง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพรวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยตัวบ่งชี้คุณลักษณะของสมรรถนะที่แสดงถึงความเก่ง ดังนี้

1. มีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม หมายถึง รู้ความสามารถของตนเอง สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเอง มีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย
2. ตัดสินใจและแก้ปัญหา หมายถึง รู้จักและเข้าใจปัญหา มีขั้นตอนการแก้ปัญหา มีความยืดหยุ่น
3. มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น หมายถึง รู้สัมพันธภาพกับผู้อื่น กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม แสดงความเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

ด้านที่ 3 ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ประกอบด้วยตัวบ่งชี้คุณลักษณะของสมรรถนะที่แสดงถึงความสุข ดังนี้

1. ภูมิใจในตนเอง หมายถึง เห็นคุณค่าในตนเอง เชื้อมั่นในตนเอง และไม่อวดตน ให้เกียรติผู้อื่น
2. ความพึงพอใจในชีวิต ได้แก่ มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่
3. มีความสุขสงบ ได้แก่ มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย มีใจสงบ

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง นักเรียนที่ศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ต่อเนื่องชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมมีคะแนนต่ำกว่า 140 คะแนน ตามเกณฑ์การประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นอายุ 12 - 17 ปี 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี

ด้านเก่งและด้านสุข ของกรมสุขภาพจิต (2550, หน้า 128 - 131) ประสิทธิภาพของการจัดการฝึกอบรม หลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง ระดับคุณภาพของพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่เข้ารับการฝึกอบรม ด้วย หลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

1. เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่ม ทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นอายุ 12 - 17 ปี ของ กรมสุขภาพจิต (2550, หน้า 128 - 131)

2. เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการฝึกอบรม โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต สำหรับ วัยรุ่นอายุ 12-17 ปี กรมสุขภาพจิต (2550, หน้า 128 - 131)

3. ความพึงพอใจของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้าง ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง ระดับความคิดเห็น ความรู้สึก ของนักเรียนที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรม ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่าชนิด 6 อันดับ ได้แก่ ความพึงพอใจมากที่สุด 5 คะแนน ความพึงพอใจมาก 4 คะแนน ความพึงพอใจปานกลาง 3 คะแนน ความพึงพอใจน้อย 2 คะแนน ความพึงพอใจน้อยที่สุด 1 คะแนน โดยคิดจากคะแนนเฉลี่ยความพึง พื่อใจตั้งแต่ 3.51 - 5.00 ด้วยแบบประเมินความพึงพอใจที่ผู้วิจัยเป็นผู้สร้างขึ้น

การติดตามผลลัพธ์จากการศึกษาการรักษาระดับพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง ความคงทนไว้ซึ่งพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์หรือ ความสามารถที่ระลึกได้ต่อสิ่งเร้าที่เคยมีประสบการณ์การรับรู้มาแล้ว ภายหลังการฝึกอบรม (Study the Retention) โดยทอดระยะเวลาห่างจากการสิ้นสุดกิจกรรมไปแล้ว 14 วัน เพื่อการประเมินว่า นักเรียนกลุ่มทดลองยังรักษาระดับพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์อยู่หรือไม่ โดยใช้ กระบวนการเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยใช้ข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพและเทคนิค การเก็บข้อมูลภาคสนาม (Field Survey) การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) ด้วยการ สังเกต สัมภาษณ์และศึกษาบันทึกของนักเรียนในการทำกิจกรรมจำนวน 3 ครั้ง ผ่านกิจกรรมพัฒนา ผู้เรียน ในกิจกรรมเพื่อพัฒนาสังคมและสาธารณะประโยชน์ กิจกรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ครอบคลุมโรงเรียน ชุมชน สังคม ประเทศชาติ และสังคมโลก เพื่อให้ให้นักเรียนเป็นผู้ออกแบบจัด กิจกรรมด้วยตนเองทุกชั้นตอน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.1 - ม.3) ตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, หน้า 55) สำหรับการวิจัยครั้งนี้ กำหนดการจัดกิจกรรม 3 ครั้ง ๆ ละ 6 ชั่วโมง รวม 18 ชั่วโมง