

๕

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

Factors Affecting Emotional Quotient Development of Rajamangala University of Technology Thanyaburi Students

รองศาสตราจารย์ ดร.วิเชียร วิทยอุดม
อาจารย์ประจำคณะบริหารธุรกิจ
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
E-mail: nps_system@hotmail.com

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เขมมารี รักษ์ชูชีพ
อาจารย์ประจำคณะบริหารธุรกิจ
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
E-mail: khemaree2011@hotmail.com

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิรศักดิ์ สุรังคพิพรรธน์
อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
E-mail: jirsu@hotmail.com

อิศราภรณ์ เทียมคร
อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
E-mail: t_issaraporn@yahoo.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี 3) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ โดยประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีทุกชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี มีจำนวนนักศึกษาทั้งสิ้น 25,388 คน ขนาดของตัวอย่าง 394 คน การสุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยจำนวนหน่วยตัวอย่างเป็นสัดส่วนกับจำนวนประชากร ใช้ขณะที่นักศึกษาสังกัดเป็นชั้นภูมิ การสุ่มตัวอย่างจากแต่ละชั้นภูมิใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ (Correlation) และการวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression) ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นหญิง ส่วนมากเป็นนักศึกษาสังกัดคณะบริหารธุรกิจ กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ส่วนมากมีระดับผลการศึกษาเฉลี่ยอยู่ในช่วง 2.50-2.99 ในภาพรวมนักศึกษามีระดับขององค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านความสามารถภายในตน ด้านทักษะความเก่งคน ด้านความสามารถในการปรับตัว และด้านกลยุทธ์ในการบริหารความเครียดระดับปานกลาง ส่วนด้านการจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์อยู่ในระดับสูง ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ระดับบุคคลในระดับสูง และมีความฉลาดทางอารมณ์ระดับสังคมในระดับสูง สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา ได้แก่ ความสามารถภายในตน ทักษะความเก่งคน ความสามารถในการปรับตัว กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด การจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามากที่สุด ได้แก่ การจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ รองลงมาคือ ความสามารถในการปรับตัว ปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา ได้แก่ การที่นักศึกษาไม่ทราบว่าควรปฏิบัติตนในสถานการณ์ต่างๆ อย่างไร การที่นักศึกษาไม่สามารถควบคุมอารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเองได้ เมื่อมีเหตุการณ์ต่างๆ เข้ามากระทบ ข้อเสนอแนะจากการวิจัยได้แก่ การจัดกิจกรรมในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่นักศึกษา ทั้งกิจกรรมทางสังคมและกิจกรรมทางศาสนาโดยจัดควบคู่กันไป มหาวิทยาลัยควรจัดให้แก่นักจิตวิทยาเพื่อให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาที่มีปัญหา รวมทั้งควรบรรจุเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ในหลักสูตรเพื่อให้ นักศึกษาทุกคนได้เรียนและสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันและการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

Abstract

The objectives of this study are to 1) study emotional quotient of students from Rajamangala University of Technology Thanyaburi, 2) study factors influencing emotional quotient developments of these students, and 3) study problems and obstacles of their emotional quotient developments. This is a survey research, where total populations of 25,388 students are students from all faculties of Rajamangala University of Technology Thanyaburi. This study utilizes two-stage sampling: stratified random sampling on proportion of students in each faculty and simple random sampling of students in each faculty, with 394 samples for this research. Questionnaires are utilized for data collection. The descriptive and inferential statistics of frequency, percentage, mean, standard deviation, correlation and multiple regression are utilized for the data analysis purpose. Findings indicate the following characteristics: Majority of students are female, first year students at Faculty of Business Administration, and average grade point at 2.50-2.99. Overall EQ level of student is on the average level. In the areas of individual EQ levels of inner self EQ, relationship ability, adaptability, and stress management strategy are on the average level. In the areas of individual EQ levels of self motivation and emotional status are on the high level. Factors affecting student EQ are inner-self EQ, relationship ability, adaptability, stress management strategy, self motivation, and emotion status. Factors influencing students EQ the most are self motivation and emotional status; while the second is adaptation ability. Problems and obstacles in EQ development are: students not knowing how to behave in various situations and students not being able to control EQ when facing certain serious situations. Suggestions from this research are that university may organize some EQ development activities on both social and religious activities, and that university may employ psychologist to counsel students with problems, or may consider including this EQ development and control subjects in the curriculum in order that students could use knowledge gained from the subjects for the benefit of daily life and working efficiency.

Keywords: Emotional Quotient, Rajamangala University of Technology Thanyaburi

บทนำ

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถในเชิงอารมณ์และการปรับตัวทางสังคมเป็นตัวบ่งชี้ว่าบุคคลนั้นจะประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลว และสามารถสร้างแรงจูงใจในตัวเองไปสู่การใช้ศักยภาพที่มีอยู่อย่างสร้างสรรค์ และจากปัญหาที่เกิดจากความบกพร่องทางด้านความฉลาดทางอารมณ์ จะทำให้คุณภาพงานด้อยกว่าที่ควรจะเป็น อีกทั้งส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและการทำงานอย่างมีความสุข อาทิ บุคลากรมองว่างานเป็นเพียงภาระหน้าที่ มิใช่อาชีพที่ตนรักและพึงพอใจ เหตุที่ต้องทำก็เพราะต้องการผลตอบแทนคือ เงินเดือน ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิตก็เลยต้องทำงานต่างๆ ที่ไม่มีใจรักในอาชีพนั้น เมื่อเป็นเช่นนั้นก็ไม่สามารถสรุปได้ว่าผู้ที่มีความฉลาดทางสติปัญญาสูงจะเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง และจะประสบความสำเร็จในชีวิตการทำงาน (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542) โดย Goleman (1995) ได้อ้างถึงผลการศึกษาของบริษัท Hay/McBer Boston ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งทำการศึกษาถึงขีดความสามารถที่มีส่วนกำหนดความสำเร็จในการทำงานของพนักงานใน 40 บริษัท พบว่า พนักงานมีความสามารถทางสมองที่เหนือกว่าผู้อื่นเพียง 27% แต่มีความสามารถทางด้านความฉลาดทางอารมณ์เหนือกว่าผู้อื่นถึง 53% นอกจากนี้ผลการศึกษาของ Harvard University ที่ทำการศึกษาองค์ประกอบของความสำเร็จในการทำงานย้อนหลัง โดยศึกษาจากผู้เรียนจบในปี ค.ศ. 1940 จำนวน 95 คน เป็นการศึกษาระยะยาวติดตามจนถึงวัยกลางคน พบว่า นักศึกษาที่เรียนจบและมีผลการเรียนในระดับสูงมักไม่มีใครประสบความสำเร็จเมื่อเทียบกับนักศึกษาที่คะแนนต่ำกว่า แต่มีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสูงกว่าทั้งทางด้านการงานและครอบครัว (กรมสุขภาพจิต, 2543)

จากสถิติการตายต่อประชากร 100,000 คน จำแนกตามกลุ่มสาเหตุการตาย 10 กลุ่มแรก พ.ศ. 2537 และ พ.ศ. 2540 ในประเทศไทยพบว่า โรคที่ติด 10 อันดับแรกสาเหตุหนึ่งเกิดจากอารมณ์ คือ โรคทางด้าน

ระบบการไหลเวียนเลือด โรคระบบหายใจ โรคเกี่ยวกับระบบต่อมไร้ท่อ และโรคระบบย่อยอาหาร โดยที่อัตราการตายปี พ.ศ. 2537 และ พ.ศ. 2540 เกิดจากโรคที่เกี่ยวข้องกับระบบการไหลเวียนเลือดมากที่สุด (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2542) ประกอบกับธงชัย ทวีชาชาติ และคณะ (2541) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความเครียดและสุขภาพจิตของคนไทย ทำการสำรวจประชาชนในประเทศไทยเพื่อหาความชุกของความเครียดโดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงพรรณนาชนิดตัวขวาง ณ จุดหนึ่งของเวลา โดยสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่มตามจังหวัดต่างๆ รวมทั้งหมด 76 จังหวัด มีประชากรตัวอย่าง 10,775 ราย ผลจากการศึกษาพบว่า คนไทยมีความเครียดร้อยละ 67.6 และสาเหตุที่ทำให้เครียดมากที่สุดคือ ปัญหาการงานและอาชีพ และจากรายงานผลสรุปการสำรวจการเข้า-ออกงาน ปีพ.ศ. 2538 ทั่วประเทศพบว่า การเข้างานทั้งหมด 1,285,292 คน เป็นการเข้างานแทนคนเก่าที่ออกไปมีจำนวน 665,262 คน ซึ่งมากกว่าการเข้างานในตำแหน่งใหม่ ส่วนการออกงานจากการออกงานทั้งหมด 786,214 คน เป็นการลาออกจำนวน 663,726 คน ซึ่งมากกว่าการออกจากราชการเลิกจ้าง และการทำผิด (กรมการจัดหางาน, 2540) ทั้งนี้จากตัวเลขการลาออกและการเข้างานแทนคนเก่าที่ออกไปสูงกว่ากรณีอื่นๆ ซึ่งสามารถอนุมานได้ว่าบุคลากรในองค์กรมีความพึงพอใจในการทำงานต่ำ ขาดความผูกพันต่อองค์กร เนื่องจากความสัมพันธ์ของความพอใจในการทำงาน และความผูกพันต่อองค์กรเป็นความสัมพันธ์ในทางลบกับอัตราการเข้าออกงาน (ฉัฐภูมิ วัฒนศิริพงศ์, 2537) นอกจากนี้ผลการสำรวจสุขภาพจิตในภาวะวิกฤตเศรษฐกิจของกลุ่มผู้ประกอบการอาชีพโดยสอบถามทางโทรศัพท์จะเห็นได้ว่า ความรู้สึกเครียดในระดับปานกลางถึงมากของกลุ่มผู้ประกอบการอาชีพเพิ่มสูงขึ้นเมื่อพิจารณาผลการสำรวจจากครั้งที่สอง ซึ่งสาเหตุหนึ่งของความเครียดเกิดจากปฏิกิริยาตอบสนองทางด้านอารมณ์ที่มีต่อเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นกระแสที่ประเทศไทยรับมาจากชาวตะวันตก ซึ่งช่วงแรกได้มีงานวิจัยและการศึกษาของนักจิตวิทยา และนักวิชาการหลายท่านที่พบว่า ปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จของคนนั้นมีมากกว่าความฉลาดทางสติปัญญา และจุดประกายให้ตระหนักถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ (Livingston, 1971; McClelland, 1973; Gardner, 1983) หลังจากนั้น Mayer และ Salovey (1990) ได้บัญญัติศัพท์คำว่า Emotinal Quotient โดยได้อธิบายถึงความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางสังคมที่ประกอบด้วยความสามารถในการรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้และใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้้นำในการคิดและกระทำสิ่งต่างๆ ต่อมา Goleman (1995) ทำการศึกษาต่อจากงานของ Mayer และ Salovey ซึ่ง Goleman ได้ปรับปรุงรูปแบบโดยเน้นว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ตลอดชีวิต ส่งผลให้ความฉลาดทางอารมณ์เป็นที่รู้จักกันแพร่หลาย และประกอบกับ Gibbs (1995) เขียนบทความเรื่อง “The EQ Factor” ตีพิมพ์ลงในนิตยสาร TIME ซึ่งได้ยกตัวอย่างงานวิจัยที่ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้มีการตื่นตัวที่จะศึกษาทางด้านความฉลาดทางอารมณ์กันมากขึ้น รวมทั้งประเทศไทยด้วย โดยในประเทศไทยเริ่มจากแวดวงทางวิชาการ ดังจะเห็นได้จากเทอดศักดิ์ เดชคง (2542) เขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ และได้เขียนหนังสือเรื่องจากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติและปัญญา ในปีเดียวกัน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) เขียนหนังสือเรื่อง เซวาร์อารมณ์ (EQ) ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต ต่อมาปีพ.ศ. 2543 สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ได้ก่อตั้งชมรมผู้สนใจ อีคิวขึ้นอย่างเป็นทางการเพื่อเป็นศูนย์กลางแลกเปลี่ยนความรู้ทางวิชาการในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ และในปีเดียวกันอัจฉรา สุขารมณ์, วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์ ชูชม (2543) ได้รวบรวมบทความทางวิชาการเรื่องอีคิว โดยเฉพาะ

แก่สมาชิกชมรม และผู้สนใจอีคิวทุกท่าน นอกจากนี้ แสงอุษา โลจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร (2543) เขียนหนังสือเรื่อง การบริหารอารมณ์ด้วยรอยยิ้มแบบไทยๆ ต่อมา อัจฉรา สุขารมณ์, วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์ ชูชม (2544) ได้รวบรวมบทความทางวิชาการ (เล่ม 2) เรื่อง อีคิว : จากแนวคิด...สู่การปฏิบัติ และในปีเดียวกัน เทอดศักดิ์ เดชคง (2544) เขียนหนังสือเรื่อง สติบำบัด ซึ่งเป็นแนวทางการบำบัดอาการทางจิตใจด้วยหลักของสติควบคู่กับหลักของความฉลาดทางอารมณ์

จากการศึกษาทางด้านความฉลาดทางอารมณ์อย่างต่อเนื่องของนักวิชาการและนักจิตวิทยา พบว่า นอกจากจะเป็นปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จแล้ว ความฉลาดทางอารมณ์ยังเป็นส่วนหนึ่งที่ส่งเสริมความฉลาดทางสติปัญญาอีกด้วย ดังเช่นที่ วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงมักมีแนวโน้มที่จะมีความฉลาดทางสติปัญญาสูงด้วย เพราะองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยเสริมสร้างให้คนเรียนรู้และแก้ปัญหาได้ดียิ่งขึ้น เนื่องจากสมองส่วนกลางที่เรียกว่า Limbic system มีสมองที่เป็นศูนย์กลางของการรับรู้และตอบสนอง ต่ออารมณ์โกรธ กลัวของมนุษย์ เรียกว่า Amygdala ซึ่งเป็นบริเวณที่เกิดอารมณ์และส่งผลต่อการทำงานของสมองชั้นนอกสุดที่เรียกว่า Neocortex หรือ Cerebral System ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการคิด การรับรู้ และการวางแผน ดังนั้นจึงควรตระหนักถึงความสำคัญในการพัฒนาทางด้านสติปัญญาควบคู่ไปกับความฉลาดทางอารมณ์เพื่อประสิทธิภาพในตัวผลงานและมีความสุขในการทำงาน

จากกระแสโลกาภิวัตน์ที่ทำให้องค์กรธุรกิจจะต้องปรับเปลี่ยนกระบวนการทำงานเพื่อความรวดเร็วในการรับข้อมูลข่าวสารเพราะเป็นยุคที่ผู้มีความรู้คือผู้ที่มั่งคั่ง (ลิปพนนท์ เกตุทัต, 2543) และให้ความสำคัญกับการร่วมมือกันโดยเฉพาะการร่วมกันคิด ร่วมกันเสนอแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการทำงาน ทำให้บุคลากรในองค์กรธุรกิจมีมุมมองที่กว้างขึ้น มีแนวทางในการแก้ปัญหามากขึ้น และเป็นการสนับสนุนให้บุคลากรใน

องค์กรธุรกิจได้ใช้ความคิด และกล้าแสดงออก ซึ่งจากกระแสดังกล่าวส่งผลให้บุคลากรในองค์กรธุรกิจจะต้องปรับตัวอย่างมากและอาจจะก่อให้เกิดความเครียดได้ ประกอบกับในกระบวนการทำงานที่บุคลากรจะต้องมีการปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของบุคลากรในองค์กรธุรกิจจึงมีความสำคัญ ในยุคปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย เนื่องจากนักศึกษาในมหาวิทยาลัยมีภาระการเรียนรู้ที่หนัก รวมทั้งต้องเรียนเพื่อเป็นพื้นฐานของการประกอบอาชีพในอนาคต นักศึกษาจึงประสบความเครียดหลายด้าน คณะผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาว่ามีปัจจัยอะไรบ้างที่มีผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
3. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

การทบทวนวรรณกรรม

Bar-On (1997) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบ่งออกเป็น 5 ด้าน 15 คุณลักษณะที่สำคัญๆ ดังนี้

1. ความสามารถภายในตน ซึ่งเป็นความสามารถที่มียิ่งยกว่าประกอบย่อย ดังนี้ 1) ความสามารถในการเข้าใจภาวะอารมณ์ของตน รู้จักตนเอง 2) มีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเอง และ 3) การตระหนักรู้ คือ มีสติ
2. ทักษะทางด้านความเก่งคนหรือมนุษยสัมพันธ์ มียิ่งยกว่าประกอบย่อยดังนี้ 1) ความสามารถในการสร้าง

สัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น 2) มีน้ำใจ เอื้ออาทร ห่วงใยผู้อื่น และ 3) ตระหนักรู้เท่าทันในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น

3. ความสามารถในการปรับตัวมีองค์ประกอบย่อย ดังนี้ 1) ความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึกของตน 2) เข้าใจสถานการณ์ต่างๆ และสามารถตีความได้ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง 3) มีความยืดหยุ่นในความคิดและความรู้สึกของตนเป็นอย่างดี และ 4) มีความสามารถในการแก้ปัญหาและสถานการณ์เฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี

4. มีกลยุทธ์ในการบริหารจัดการความเครียด มียิ่งยกว่าประกอบย่อยดังนี้ 1) สามารถบริหารจัดการความเครียดได้อย่างดี 2) ควบคุมอารมณ์ได้เป็นอย่างดี และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

การจุดใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ มียิ่งยกว่าประกอบย่อยดังนี้ 1) การมองโลกในแง่ดี 2) การแสดงออกและมีความรู้สึกที่เป็นสุขที่สามารถสังเกตเห็นได้ 3) สร้างความสนุกสนานให้เกิดแก่ตนเองและผู้อื่น

กรมสุขภาพจิต (2549) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข โดยแบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 3 ประการ ได้แก่ ความดี ความเก่ง และความสุข

ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองได้ รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วย 1) ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง หมายถึง ความสามารถในการรับรู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองได้ และสามารถแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสม 2) ความสามารถในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น หมายถึง การรู้จักใส่ใจผู้อื่น สามารถเข้าใจและยอมรับผู้อื่นได้ รวมทั้งสามารถแสดงความเห็นใจผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม และ 3) ความสามารถในการรับผิดชอบ: รู้จักการให้ รู้จักการรับ รู้จักรับผิดชอบ รู้จักให้อภัย และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพตลอดจน มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วย 1) ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง หมายถึง การรู้จักศักยภาพของตนเอง สามารถสร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้ มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย 2) ความสามารถในการตัดสินใจ และแก้ปัญหา หมายถึง การสามารถรับรู้และเข้าใจปัญหา มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม และมีความยืดหยุ่น และ 3) ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น หมายถึง การรู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และสามารถแสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ ประกอบด้วย 1) ความภูมิใจในตนเอง หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเอง เชื้อมั่นศรัทธาในตนเอง 2) ความพึงพอใจในชีวิต หมายถึง การรู้จักมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน และพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ และ 3) ความสงบทางใจ หมายถึง การมีวิธีหรือกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย และมีความสุขทางจิตใจ

สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ กรมสุขภาพจิตกล่าวว่า ขึ้นกับปัจจัยหลักๆ 2 ประการ คือ 1) พันธุกรรมและพื้นฐานอารมณ์ พันธุกรรม เป็นตัวกำหนดให้มนุษย์แต่ละคนมีลักษณะพื้นฐานทางอารมณ์ที่แตกต่างกัน และพื้นฐานอารมณ์ที่ติดตัวมาแต่กำเนิด ก็เป็นส่วนสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมอารมณ์ และบุคลิกภาพ นอกจากนี้ ภาวะแวดล้อมขณะอยู่ในครรภ์ มีส่วนสำคัญต่อพื้นฐานอารมณ์ของลูก 2) สภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู การเลี้ยงดูในสภาพที่เหมาะสม สามารถพัฒนาและควบคุมพื้นฐานทางอารมณ์ด้านลบได้ ขณะเดียวกันก็สามารถช่วยส่งเสริมพื้นฐานอารมณ์ด้านบวกให้โดดเด่นยิ่งขึ้น

แสงอุษา โลจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร (2543) ได้สรุปองค์ประกอบของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ไว้ด้วยคำว่า SMILE ซึ่งอักษรแต่ละตัว มีความหมาย ดังนี้ 1) S-Self Awareness : เป็นผู้ที่รู้จักอารมณ์ของตนเอง รู้ว่าอารมณ์ของเราในยามปกติและในยามไม่ปกติเป็นเช่นไร รู้สาเหตุของการเกิดอารมณ์นั้น และมองเห็นถึงผลกระทบของอารมณ์ที่เกิด 2) M-Management Emotion: สามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เมื่อตระหนักถึงอารมณ์ของตนเองแล้วที่กำลังรู้สึกอย่างไร ทั้งนี้จะเป็นอารมณ์ทางด้านบวก หรืออารมณ์ทางด้านลบก็ได้ จะสามารถจัดการหรือควบคุมอารมณ์ของตนเองให้แสดงออกทางพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมกับบุคคล สถานที่ เวลา และเหตุการณ์ 3) I-Innovate Inspiration : สร้างสรรค์และจงใจอารมณ์ตนเองการมีแรงบันดาลใจหรือแรงจูงใจในตัวเอง มองโลกในแง่ดี สามารถนำความรู้สึกของตนมาสร้างพลังในการกระทำสิ่งต่างๆ นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ 4) L-Listen with Head and Heart: เข้าใจอารมณ์ผู้อื่นมีความเข้าอกเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ทั้งนี้ต้องวางตัวให้เป็นกลาง ใจกว้างยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และ 5) E-Enhance Social Skill: มีทักษะประสานสัมพันธ์ทางสังคม เป็นความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นเพื่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เข้าใจสภาพการณ์ต่างๆ ได้ดี และสามารถสื่อสาร ชักจูง ประนีประนอม หรือยุติข้อขัดแย้งเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขของทีมงานและสังคม

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่า และมีความสุข การเป็นคนดีจะรวมความหมายไปถึงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งก็คือความเมตตา กรุณา การมีคุณค่าจะสอดคล้องกับการมีสติรู้ตัว (awareness) และการมีความสุข เกิดจากการรู้จักมองโลก รู้จักที่จะเลือกหาความสุขใส่ตัว เมื่อเกิดความทุกข์ก็หาวิธีแก้ไขโดยใช้ปัญญา

พระราชวรมุณี (ประยูร ธมมจิตโต) (2542) ได้เสนอไว้ว่า ผู้ที่ยังไม่บรรลุเป็นพระอรหันต์ก็ต้องการวิธีการควบคุมพลังขัดแย้งระหว่างกุศลและอกุศลให้อยู่ในกรอบอันดีงาม มีการแสดงออกทางอารมณ์เป็นที่ยอมรับได้ในสังคม กระบวนการพัฒนาตนเองในเรื่องของการแสดงออกทางอารมณ์นั้นมี 2 วิธีด้วยกันคือ 1) สมถวิธี หรือสมถกรรมฐาน: เน้นให้มีพลังสมาธิเข้มฝ่ายไม่ดีทั้งหลายไม่ให้มีบทบาท แต่จะช่วยให้เป็นฐานของปัญญานั้นคือ จะทำงานอะไรให้ได้ผลมีปัญญาได้ชัดเจนแจ่มแจ้ง ต้องเข้มฝ่ายอกุศลไว้จะทำให้คิดได้ชัดเจน แสดงออกได้ถูกต้อง ไม่เป็นทาสของอารมณ์ เพราะสามารถควบคุมฝ่ายที่ไม่ดีได้ และทำให้ความรู้สึกที่ดีได้แสดงออก ทั้งนี้วิธีสมถวิธีหรือสมถกรรมฐานมีข้อจำกัดคือ เมื่อใดที่ออกจากกรรมฐาน ออกจากสมาธิแล้ว ฝ่ายอกุศลก็จะมีฤทธิ์เดชมาก ไม่สามารถประนีประนอมกันในชีวิตประจำวันได้ อาทิ เมื่อออกจากกรรมฐานแล้วความโลภก็อาจจะแสดงออกได้เหมือนเดิม เพราะฉะนั้นจึงต้องมีวิธีที่ 2 ตามมา 2) วิปัสสนากรรมฐาน: วิธีนี้เป็นการพัฒนาให้สมาธิเข้มฝ่ายไม่ดีทั้งหลายไม่ให้มีบทบาทอย่างถาวรและอยู่ในสังคมได้ ถ้าเป็นสมถกรรมฐานจะต้องปลีกวิเวกออกไป ครั้นพอกลับมาที่ฟุ้งซ่านเหมือนเดิม ทั้งนี้สมาธิเป็นส่วนหนึ่งของวิปัสสนาที่เรียกว่า ขณิกสมาธิ ที่จำเป็นต่อการเรียน การทำงาน และจำเป็นต่อการเกิดปัญญาวิปัสสนา เป็นวิธีการพัฒนาปัญญาโดยตรง ซึ่งเริ่มต้นด้วยสติปัญญาที่เน้นการฝึกสติเพื่อพัฒนาปัญญา สติคือความรู้ตัว รู้ทันปัจจุบัน รู้จักแสดงออกอย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ

วินิตดา ปิยะศิลป์ (มปป.) ได้กล่าวถึงแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งกิจกรรมที่ช่วยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ 1) ส่งเสริมพัฒนาการรอบด้านตามวัย: ร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ จิตใจ สังคม จริยธรรม 2) สร้างให้มีอารมณ์ที่มั่นคง (Emotional stability) 3) ฝึกการมองโลกในแง่ดี: เห็นข้อดีในตนเองและผู้อื่น เห็นข้อดีของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น 4) ฝึกการควบคุมตนเอง (self control / discipline)

5) ฝึกการรู้จักตนเอง ประเมินและพัฒนาตนเอง (self awareness) 6) สร้างวงจรความสุขในการดำเนินชีวิต (pleasure circuit) 7) สร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement motivation) 8) สร้างความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (self esteem) 9) ฝึกการใช้สมอง 2 ข้าง 10) ฝึกทักษะการเข้าสังคม (social skills training) และ 11) ฝึกการหาแบบอย่างที่ดี (Role model)

วิธีการวิจัย

กรอบแนวคิดในการศึกษาครั้งนี้ให้ความสำคัญกับระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี วิธีการในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระ 5 ตัว ได้แก่ ความสามารถภายในตนทักษะความเก่งคน ความสามารถในการปรับตัว กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด และการจงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ โดยพิจารณาความฉลาดทางอารมณ์ในระดับบุคคล และความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสังคม

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีทุกชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรีจำนวน 25,388 คน จำแนกเป็น 10 คณะ และ 1 วิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีทุกชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ซึ่งเลือกจากนักศึกษา 10 คณะ และ 1 วิทยาลัย กำหนดขนาดของตัวอย่างโดยวิธีการของยามาเน่ (Yamane, 1970: 886) ที่ระดับความมีนัยสำคัญ 0.05 และขนาดความคลาดเคลื่อน $\pm 5\%$ ได้กลุ่มตัวอย่าง 394 คน การสุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยจำนวนหน่วย

ตัวอย่างเป็นส่วนกับจำนวนประชากร ใช้ขณะที่ นักศึกษาสังกัดเป็นชั้นภูมิ การสุ่มตัวอย่างจากแต่ละ ชั้นภูมิใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็น แบบสอบถามเพื่อวัดระดับความฉลาดทางอารมณ์ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และอุปสรรคในการ พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษา เอกสาร ทฤษฎี แนวคิดต่างๆ รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ รวมทั้งกรอบแนวคิดที่ กำหนดขึ้น การทดสอบคุณภาพแบบสอบถามที่สร้างขึ้น เพื่อการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ มีขั้นตอนดังนี้

1. การตรวจสอบความแม่นยำตรงเชิงพินิจ (Face Validity) เมื่อสร้างแบบสอบถามแล้วผู้วิจัยจะให้ ผู้เชี่ยวชาญ 3 ราย ตรวจสอบความครอบคลุมเนื้อหา บัญญัติที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

2. การทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability Test) ก่อนที่จะนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปใช้จริง ผู้วิจัย จะนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับนักศึกษา ที่ไม่ใช่ เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน เพื่อตรวจสอบความ เข้าใจและความสมบูรณ์ในคำถาม จากนั้น จึงนำผลการ สอบถามไปคำนวณค่า Reliability Coefficient Alpha เพื่อวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) ของข้อความแต่ละตอนในแบบสอบถาม โดยใช้วิธีหาค่า สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-coefficient)

การเก็บรวบรวมข้อมูลคณะผู้วิจัยดำเนินการเก็บ รวบรวมข้อมูลโดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ข้อมูลปฐมภูมิ ได้แก่ ข้อมูลจากแบบสอบถาม ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ทำการ สอบถามจากนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล ธัญบุรี จำนวน 394 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือ ข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ ข้อมูลเอกสารวิชาการ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานตลอดจนผลงานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง

วิธีวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ โดยได้แบ่งการ วิเคราะห์ออกเป็นสองส่วน คือ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิง ปริมาณ ซึ่งแยกเป็นการวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) วิเคราะห์โดยใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อวิเคราะห์เกี่ยวกับข้อมูลต่างๆ ของตัวอย่างและปัจจัย ที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี การวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) วิเคราะห์โดยใช้วิธีการศึกษาความสัมพันธ์ (Correlation) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุ (Multiple Regression) ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ คณะผู้วิจัยได้ทำ การวิเคราะห์โดยการนำข้อมูลมาจำแนก จัดหมวดหมู่ เชื่อมโยงข้อมูลที่ได้ วิเคราะห์ส่วนประกอบ และสรุปผล โดยอาศัยความสอดคล้องและความเป็นเหตุเป็นผล

ผลการวิจัย

นักศึกษาส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 51.5 เป็นหญิง มีอายุน้อยสุด 17 ปี และมีอายุสูงสุด 29 ปี โดยอายุเฉลี่ย ของนักศึกษาเท่ากับ 20.12 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.74 ปี ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ คิดเป็น ร้อยละ 25.4 ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาในชั้น ปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 27.4 นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถาม ส่วนมากมีระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมอยู่ในช่วง 2.50-2.99 คิดเป็นร้อยละ 39.6

ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

ตารางที่ 1: ภาพรวมความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

ความฉลาดทางอารมณ์	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความฉลาดทางอารมณ์
ความสามารถภายในตน	3.24	0.45	ปานกลาง
ทักษะความเก่งคน	3.56	0.29	ปานกลาง
ความสามารถในการปรับตัว	3.40	0.43	ปานกลาง
กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด	3.36	0.40	ปานกลาง
การจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์	3.51	0.35	ปานกลาง
ภาพรวม	3.46	0.41	ปานกลาง

จากตารางที่ 1 พบว่า ในภาพรวมนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย 3.51 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.41 โดยมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านทักษะความเก่งคนสูงที่สุดรองลงมาเป็นด้านการจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ ด้านความสามารถในการปรับตัวด้านกลยุทธ์ในการบริหารความเครียด และด้านความสามารถภายในตน ตามลำดับ โดยมีรายละเอียดในแต่ละด้าน ดังนี้

ด้านความสามารถภายในตน ในภาพรวมนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและเข้าใจตนเองได้ดี และมีความรู้เท่าทันความต้องการของตนเองในระดับสูง และนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ในเรื่องการรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามที่ตนเองต้องการต่ำที่สุดด้านทักษะความเก่งคน ในภาพรวมนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับปานกลาง โดยนักศึกษามีความสามารถแสดงความชื่นชมยินดีต่อความสำเร็จของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมสูงที่สุด รองลงมาคือการแสดงน้ำใจและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่นอย่างสม่ำเสมอ ส่วนเรื่องการไม่สนใจต่อความเดือดร้อนของคนที่ตนเองไม่รู้จัก นักศึกษามีระดับความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุดด้านความสามารถในการปรับตัว ในภาพรวมนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับ ปานกลาง โดย

นักศึกษารู้จักให้เกียรติผู้อื่นรวมทั้งรู้จักการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นสูงที่สุด รองลงมานักศึกษามีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ นักศึกษารู้จักการให้ รู้จักการรับ รู้จักรับผิดชอบและรู้จักให้อภัย ส่วนการรู้สึกลำบากใจและไม่สบายใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย นักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุด

ด้านกลยุทธ์ในการบริหารความเครียดในภาพรวมนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง โดยนักศึกษามีการยอมรับความผิดและสามารถขอโทษผู้อื่นได้เมื่อตนเองทำผิดสูงที่สุด รองลงมา ได้แก่ การรู้จักผ่อนคลายความเครียด โดยการหากิจกรรมที่เสริมสร้างความสุขให้กับตนเอง ส่วนเรื่องที่นักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุดได้แก่ การที่สภาพแวดล้อมมีอิทธิพลทำให้อารมณ์ของนักศึกษาเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

ด้านการจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ ในภาพรวมนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับปานกลาง โดยนักศึกษามีความสุข สงบทางจิตใจ รู้สึกพึงพอใจในสิ่งที่ตนเองมีและเป็นอยู่สูงที่สุด รองลงมา ได้แก่ การตั้งเป้าหมายของชีวิตอย่างชัดเจนและมีความมุ่งมั่นที่จะไปถึงเป้าหมายนั้น สำหรับประเด็นที่นักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุด ได้แก่ การรู้สึกท้อ

ตนเองไม่ได้รับความยุติธรรมหรือไม่ได้รับความเข้าใจจากผู้รอบข้าง

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในภาพรวมมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสูง โดยนักศึกษามีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทั้งในระดับบุคคล และระดับสังคมอยู่ในระดับสูง สำหรับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในระดับบุคคล นักศึกษามีการพัฒนาในประเด็น การมีความสามารถในการรู้จักอารมณ์ของตนเองสูงที่สุด รองลงมาได้แก่ การมีความสามารถในการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง ส่วนประเด็นที่นักศึกษามีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุดได้แก่ การมีขันติ รู้จักข่มอารมณ์ของตน ส่วนการพัฒนา

ความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสังคม นักศึกษามีการพัฒนาในประเด็นการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขสูงที่สุด รองลงมาได้แก่ การรู้และเข้าใจถึงอารมณ์ของผู้อื่น สำหรับประเด็นที่นักศึกษามีการพัฒนาต่ำที่สุดได้แก่ การสามารถจัดการกับความขัดแย้ง

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

ปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษา ซึ่งประกอบด้วย เพศ อายุ คณะ ชั้นปี และระดับคะแนนเฉลี่ย ไม่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา

ตารางที่ 2: ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

ตัวแปรอิสระ	สัมประสิทธิ์การถดถอย	ค่าสถิติที	ค่า Sig.	สัมประสิทธิ์การตัดสินใจ (R^2)
ความสามารถภายในตน	0.422	5.379	0.000	0.144
ทักษะความเก่งคน	0.669	10.150	0.000	0.277
ความสามารถในการปรับตัว	0.707	10.655	0.000	0.293
กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด	0.469	6.444	0.000	0.170
การจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์	0.681	11.002	0.000	0.304

ปัจจัยความสามารถภายในตน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยปัจจัยความสามารถภายในตนสามารถอธิบายความผันแปรของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 14.4 เมื่อปัจจัยอื่นคงที่

ปัจจัยทักษะความเก่งคน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยปัจจัยทักษะความเก่งคนสามารถอธิบายความผันแปรของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 27.7 เมื่อปัจจัยอื่นคงที่

ปัจจัยความสามารถในการปรับตัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยปัจจัยความสามารถในการปรับตัวสามารถอธิบายความผันแปรของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 29.3 เมื่อปัจจัยอื่นคงที่

ปัจจัยกลยุทธ์ในการบริหารความเครียดเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยปัจจัย กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด สามารถอธิบายความผันแปรของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 17 เมื่อปัจจัยอื่นคงที่

ปัจจัยการจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยปัจจัยการจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ สามารถอธิบายความผันแปรของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้ร้อยละ 30.4 เมื่อปัจจัยอื่นคงที่

ปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

ผลการศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาจากคำตอบของคำถามในประเด็นปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้แก่ การที่นักศึกษาเป็นผู้มีใจร้อน มีอารมณ์วู่วาม มีอารมณ์แปรปรวนได้ง่ายจากสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัว นอกจากนั้นเป็นปัญหาจากการที่นักศึกษาไม่มีความสนใจในสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัว หมกมุ่นอยู่กับตัวเอง สนใจตัวเองมากเกินไปไม่เปิดใจยอมรับผู้อื่น มีความมั่นใจในตัวเองมากเกินไป จนทำให้ไม่สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นได้ ไม่ยอมรับความผิดของตัวเอง หรือมีความไม่มั่นใจในตัวเองทำให้ไม่กล้าแสดงออก

เมื่อนักศึกษามีการแปรปรวนทางอารมณ์ นักศึกษาจะมีวิธีการในการจัดการอารมณ์แปรปรวนที่เกิดขึ้นด้วยวิธีการต่างๆ กัน นักศึกษาส่วนหนึ่งจะพยายามตัดความโกรธ ตั้งสติ พยายามใช้เหตุผล มองโลกในแง่ดี พยายามทำความเข้าใจสถานการณ์ต่างๆ นักศึกษาส่วนหนึ่งจะใช้วิธีเบี่ยงเบนความสนใจของตัวเองออกไปจากเรื่องที่ทำให้อารมณ์แปรปรวน ด้วยการทำกิจกรรมต่างๆ หรือหลีกเลี่ยงไปจากสถานการณ์หรือบุคคลที่ทำให้ตนเองมีอารมณ์แปรปรวน นักศึกษาส่วนหนึ่งจะใช้วิธีการพูดคุยปรึกษาหรือระบายสิ่งที่เกิดขึ้น ให้เพื่อน รุ่นพี่ รุ่นน้อง ผู้ปกครอง อาจารย์ และบุคคลที่ตนเองไว้วางใจฟัง นักศึกษาส่วนหนึ่งใช้วิธีการอื่นๆ เพื่อให้ลืมสิ่งที่เกิดขึ้น เช่น การดื่มเหล้า การนอนหลับ รวมทั้งมีนักศึกษาส่วนหนึ่งที่ไม่ควบคุมอารมณ์ตนเอง ปลอ่ยให้ตนเองกระทำไปตามความรู้สึกในสถานการณ์นั้นๆ

สำหรับข้อเสนอแนะในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ นักศึกษาส่วนมากเสนอให้คณะหรือมหาวิทยาลัยจัดกิจกรรมนันทนาการ หรือกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียดและสร้างความสุขให้แก่นักศึกษา นักศึกษาส่วนหนึ่งเสนอให้คณะหรือมหาวิทยาลัยจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยเน้นกิจกรรมทางศาสนา นักศึกษาส่วนหนึ่งเสนอให้มีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยให้มีความสดชื่นและช่วยผ่อนคลายอารมณ์ของนักศึกษา รวมทั้งจัดให้มีจิตแพทย์ประจำมหาวิทยาลัย เพื่อให้ นักศึกษาที่มีปัญหาสามารถไปปรึกษาได้ นักศึกษาส่วนหนึ่งเสนอให้มีการลดกฎ ระเบียบต่างๆ ลง และขอให้อาจารย์ปรับปรุงวิธีการสอน เพื่อให้ นักศึกษาเรียนแล้วไม่เกิดความเครียด รวมทั้งขอให้อาจารย์มีความเข้าใจนักศึกษาซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นให้มากขึ้น นอกจากนั้น มีนักศึกษาส่วนหนึ่งเห็นว่า คณะหรือมหาวิทยาลัยไม่จำเป็นต้องทำอะไร เนื่องจาก การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาเป็นเรื่องส่วนตัวของนักศึกษาที่ตัวนักศึกษาต้องรับผิดชอบตัวเอง

สรุปและอภิปรายผล

จากผลการศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในภาพรวม ซึ่งนักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับปานกลาง โดยมีความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ความสามารถภายในตน ทักษะความเก่งคน ความสามารถในการปรับตัว กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด การจูงใจตนเองและสภาวะทางอารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาบางส่วนใช้หลักเหตุผลในการดำเนินชีวิต โดยนักศึกษากลุ่มนี้เป็นผู้ที่มีความเข้าใจในตนเอง มีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง มีความกล้าแสดงออก มีเหตุผล มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่นมีความเข้าใจผู้อื่น รู้จักการให้การรับ มีมนุษยสัมพันธ์ดีแก้ปัญหาและบริหารความขัดแย้งได้ดี นอกจากนั้นยังสามารถดำรงตนเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ด้วยการมองโลกในแง่ดี รู้จักวิธีการทำให้ตนเองผ่อนคลายความทุกข์และสามารถ

สร้างความสุขให้ตนเองได้ รวมทั้งนักศึกษาในกลุ่มนี้ยังมีเป้าหมาย ในชีวิตมีความหวังมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อม มีความพึงพอใจในสิ่งที่ตนเองมี ตนเองเป็น ทำให้นักศึกษากลุ่มนี้มีความสุข มีสุขภาพจิตที่ดี มีความอดทน มีความเข้มแข็งกล้าเผชิญต่ออุปสรรคและปัญหาต่างๆ ได้

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา ในภาพรวมมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสูง โดยนักศึกษามีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทั้งในระดับบุคคล และระดับสังคมอยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่านักศึกษามีความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองมากขึ้น รวมทั้งสามารถที่จะควบคุมอารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์ได้ดีขึ้น นั่นคือ นักศึกษามีความอดทน มีความอดกลั้น รู้จักข่มอารมณ์ตนเองสามารถนำหลักขั้นตติมาใช้ในการดำรงชีวิตได้ นอกจากนี้ นักศึกษายังมีความสามารถในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของบุคคลอื่นๆ ที่อยู่แวดล้อม สามารถที่จะแสดงอารมณ์ตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่างๆ ได้อย่างสอดคล้องและเหมาะสมกับกาลเทศะ ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่น และดำเนินชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์และมีความสุข การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาต้องทำให้นักศึกษารู้จักมองโลกในแง่ดี มีความคิดในแง่บวกเสมอ มีอารมณ์ขัน มีจิตใจแจ่มใสเบิกบาน ไม่เศร้าหมอง รู้จักสร้างความสุขให้กับตนเอง สามารถสร้างขวัญกำลังใจให้กับตนเองได้ และรู้วิธีการในการจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ หรือรู้วิธีการในการดึงตนเองออกจากความทุกข์ นอกจากนั้นควรต้องมีกิจกรรมเพื่อทำให้นักศึกษามีความรักตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นด้วย นักศึกษาควรมีความเข้าใจในตนเองมีการยอมรับในตนเอง และหาข้อดี ข้อดีของตนเองได้ เพื่อให้สามารถพัฒนาข้อดีของตนเองจนเป็นจุดเด่น และทำให้เกิดการยอมรับและภาคภูมิใจ รวมทั้งมีการพัฒนาในจุดด้อย เพื่อให้นักศึกษาแก้ไขปรับปรุงตนเอง

ข้อเสนอแนะ

1. มหาวิทยาลัยควรบรรจุเรื่องความฉลาดทางอารมณ์เข้าไปในหลักสูตร เพื่อให้นักศึกษาทุกคนได้เรียนรู้ เพราะยังมีนักศึกษาบางส่วนไม่เข้าใจว่าความฉลาดทางอารมณ์คืออะไร มีความสำคัญอย่างไร และหากจะพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ควรทำอย่างไร หรือหากไม่สามารถบรรจุลงในหลักสูตรได้ อย่างน้อยที่สุด ควรมีการสอดแทรกเรื่องความฉลาดทางอารมณ์เข้าไปในทุกวิชา เช่น วิชาทางด้านวิทยาศาสตร์ สอดแทรกเรื่องของความอดทน ความมีเหตุมีผล วิชาทางด้านคณิตศาสตร์ สอดแทรกเรื่องความมีสมาธิ ความมั่นคงของอารมณ์ วิชาทางด้านสังคมศาสตร์ สอดแทรกเรื่องความเข้าใจตนเอง การอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม เป็นต้น

2. อาจารย์ผู้สอนทุกคนในมหาวิทยาลัย ควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับนักศึกษา โดยการสอน ทำให้นักศึกษารู้จักการแก้ปัญหาด้วยการใช้เหตุผล มากกว่าอารมณ์ สอนให้นักศึกษาคิดในแง่บวกมองโลกในแง่ดี โดยอาจจะเริ่มต้นจากการสอนให้นักศึกษาเห็นว่า ปัญหาทุกปัญหามีทางออกเสมอ สอนให้รู้ว่าหากนักศึกษามีสติ ก็จะสามารถแก้ปัญหาทุกปัญหาได้

3. มหาวิทยาลัยควรจัดกิจกรรมแนะแนว โดยอาจจะแบ่งกิจกรรมออกเป็น 2 ส่วน ส่วนแรกเป็นจัดตั้งศูนย์กลางในการให้คำปรึกษา โดยการจัดนักจิตวิทยา มาประจำในมหาวิทยาลัย เพื่อให้นักศึกษาที่มีปัญหา มีความทุกข์มีที่พึ่งที่สามารถปรึกษาและระบายความรู้สึกต่างๆ ได้ เพราะเมื่อนักศึกษามีปัญหาในบางเรื่อง อาจจะรู้สึกท้อไม่ไหวใจอาจารย์ เพราะอาจารย์ส่วนหนึ่งมีความเข้มงวด หากแต่จะไวใจนักจิตวิทยาซึ่งนักศึกษาเชื่อว่าจะสามารถเก็บความลับของตนได้และมีความเข้าใจตนเองมากกว่าอาจารย์ กิจกรรมส่วนที่ 2 คือ การจัดกิจกรรมแนะแนวผู้ปกครอง เนื่องจากการเลี้ยงดูและครอบครัวยังเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา ดังนั้น ควรให้ผู้ปกครองเข้ามามีบทบาท และมีส่วนร่วมในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา โดยการจัดกิจกรรมฝึกอบรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ปกครอง

4. มหาวิทยาลัยควรจัดกิจกรรมหรือโครงการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับนักศึกษา โดยจัดทำเป็นโครงการในลักษณะที่ต่อเนื่อง และจัดอย่างสม่ำเสมอ มีการทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาก่อนเข้าโครงการ และมีการจัดนักจิตวิทยาหรือผู้เชี่ยวชาญมาให้ความรู้ และทำการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา มีการดำเนินกิจกรรมหรือโครงการอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่แรกที่นักศึกษาเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัย จนกระทั่งนักศึกษาจบการศึกษา มีการประเมินผลของโครงการต่อเนื่องทุกปีจนกระทั่งนักศึกษาจบการศึกษา และออกสู่ตลาดแรงงาน รวมทั้งมีการนำผลการประเมินโครงการนั้น มาทำการปรับปรุงกระบวนการในการดำเนินโครงการในปีถัดไป

5. มหาวิทยาลัยควรมีการจัดกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดของนักศึกษาพร้อมๆ กับพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับนักศึกษาเป็นระยะๆ โดยอาจจะแบ่งกิจกรรมออกเป็น 3 ด้าน คือ กิจกรรมด้านดนตรี กิจกรรมด้านกีฬา และกิจกรรมด้านศาสนา การจัดกิจกรรมทั้ง 3 ด้านให้นักศึกษาเข้าร่วมนั้น จะทำให้นักศึกษามีการพัฒนาทางด้านบุคลิกภาพ คือ มีบุคลิกภาพที่ดีขึ้น มีสุขภาพแข็งแรงทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพจิต ช่วยให้เกิดความผ่อนคลาย นักศึกษาจะมีความคล่องแคล่ว กระฉับกระเฉง มีความมั่นใจในตนเอง มีความสงบ เป็นคนใจเย็น หนักแน่น มีความสามารถยอมรับผู้อื่นได้ง่าย เข้ากับผู้อื่นได้ดีทำให้นักศึกษารู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ มีความอบอุ่น ได้รับการยอมรับ และมีความคิดในแง่ดี มีทัศนคติที่ดี

บรรณานุกรม

กรมการจัดหางาน. (2540). *รายงานการวิจัยภาวะการณ์ มีงานทำและการทำงาน*. กรุงเทพฯ: กรมฯ.
กรมสุขภาพจิต. (2543). *สุขภาพจิตดีด้วยอีคิว*. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปี 2543.
กรมสุขภาพจิต. (2549). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์ ฉบับปรับปรุง*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

ฉัฐภูมิ วัฒนศิริพงศ์. (2537). *ความพึงพอใจในการทำงาน และความผูกพันต่อองค์กร*. ภาคนิพนธ์โครงการบัณฑิตศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

เทอดศักดิ์ เดชคง. (2542). *ความฉลาดทางอารมณ์*. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ: มติชน.

เทอดศักดิ์ เดชคง. (2544). *สติบำบัด*. กรุงเทพฯ: มติชน.

ธงชัย ทิวาชาติ และคณะ. (2541). *รายงานการวิจัยเรื่อง ความเครียดและสุขภาพจิตของคนไทย*. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

พระราชวรมุณี (ประยูร ธมมจิตโต). (2542). อีคิว ในแนวพุทธศาสนา. *วารสารพุทธปริทัศน์*, 5(1), 7-13.

วันิดา ปิยะศิลป์, พญ. (ม.ป.ป.). *ความฉลาดทางอารมณ์*. เชียงใหม่: สมาคมนักกิจกรรมบำบัด/อาชีวบำบัดแห่งประเทศไทย คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วีระวัฒน์ ปันนิตมัย. (2542). *เชาวน์อารมณ์ (EQ): ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต*. กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท.

สิปปนนท์ เกตุทัต. (2543). *ก้าวมัน ทันโลก: วิสัยทัศน์และยุทธศาสตร์แห่งชาติด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*. ในเอกสารประกอบการประชุมสัมมนาระดมความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิรูปการศึกษาศาสตร์ คณิตศาสตร์และเทคโนโลยีตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542.

แสงอุษา โลจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร. (2543). *การบริหารอารมณ์ด้วยรอยยิ้มแบบไทยๆ*. ม.ป.ท.: มิตรนราการพิมพ์.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2542). *ประมวลข้อมูลสถิติที่สำคัญของประเทศไทย พ.ศ. 2542 (ฉบับพิเศษ)*. กรุงเทพฯ: กองคลังข้อมูลและสนเทศสถิติ สำนักงานสถิติแห่งชาติ.

อัจฉรา สุขารมณ วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์ ชูชม. (2543). *รวบบทความทางวิชาการ EQ*. กรุงเทพฯ: เดสก์ท็อป.

- อัจฉรา สุCHARมณ วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์
ชุม. (2544). *รวบบทความทางวิชาการ EQ เล่ม 2*
เรื่องอีคิว: จากแนวคิด...สู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ:
ชมรมผู้สนใจ อีคิว.
- Bar-On, Reuven. (1997). *BarOn emotional
quotient inventory: A measure of emotional
intelligence*. Toronto: Multi-Health.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory
of multiple intelligences*. New York: Basic
Books.
- Gibbs, Nancy. (1995). The EQ factor. *TIME*,
9 (October), 24-31.
- Goleman, Daniel. (1995). *Emotional Intelligence*.
New York: Bantam Books.
- Livingston, J.S. (1971). Myths of the well-educated
managers. *Harvard Business Review*, 49,
78-85.
- Mayer. J.D & Salovey P. (1990). *Imagination,
cognition and personality*. New York :
Basic Books.
- McClelland, D. C. (1973). Testing for competence
rather than intelligence. *American Psycho-
logist*, 28(1), 1-14.
- Yamane, Taro. (1970). *Statistical an introductory
analysis*. 2nd ed. Tokyo: John Weatherhill.



Dr. Wichien Withaya-udom received his D.P.A. in Public Administration with a major in Human Resources Management in 2009 from Ramkhamhaeng University, Thailand. He also earned his Master of Art in Social Development Administration in 1982 from National Institute of Development and Administration, Thailand, and Bachelor of Economics with a major in Finance and Human Resources Development in 1978 from Thammasat University, Thailand. Wichien Withaya-udom is currently the associate professor of Faculty of Business Administration, Rajamangala University of Technology Thanyaburi, Thailand.



Dr. Kemmary Raksa-chuchee received her Ph.D. in Development Administration (International Program) in 2007 from National Institute of Development and Administration, Thailand. She also earned her Master of Arts in Business Communication and Management (International Program) in 1986 from University of Thai Chamber of Commerce, Thailand, and Bachelor of Economics with a major in Public Finance in 1977 from Ramkhamhaeng University, Thailand. Kemmary Raksa-chuchee is currently the assistant professor of Faculty of Business Administration, Rajamangala University of Technology Thanyaburi, Thailand.



Dr. Jirasak Surungkapiprat received his Ph.D. in Educational Measurement and Evaluation in 1997 from Chulalongkorn University, Thailand. He also earned his Master of Economics in Development Economics in 1983 from National Institute of Development and Administration, Thailand, and Bachelor of Sciences with a major in Mathematics in 1978 from Chiang Mai University, Thailand. Jirasakdi Surungkapipatna is currently the assistant professor of Faculty of Fine and Applied Arts, Rajamangala University of Technology Thanyaburi, Thailand.



Issaraporn Thiamsorn received her Master of Sciences in Applied Statistics in 2006 from National Institute of Development and Administration, Thailand. She also earned her Bachelor of Sciences in Mathematics in 1996 from Naresuan University, Thailand. Issaraporn Thiamsorn is currently the lecturer in Applied Statistics of Faculty of Science and Technology, Rajamangala University of Technology Thanyaburi, Thailand.