

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียน ในเขตเมือง เขตกึ่งเมือง และเขตชนบท ของจังหวัดเชียงใหม่ในครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ดังต่อไปนี้

1. เด็กวัยเรียน
2. ความฉลาดทางอารมณ์
3. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
6. ลักษณะพื้นที่โรงเรียนในจังหวัดเชียงใหม่

1. เด็กวัยเรียน

เด็กวัยเรียน เป็นวัยที่เริ่มรู้จักตนเองอย่างชัดเจนขึ้น เป็นวัยที่มีเหตุผล เด็กจะสามารถพิจารณาและวิจารณ์ตนเอง เริ่มเข้าใจกฎเกณฑ์และสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับผู้อื่น ผลสำเร็จที่เกิดจากการพัฒนาการของเด็กวัยนี้คือ ขยันหมั่นเพียร รู้จักหน้าที่ มีวิธีการที่ทำงานร่วมกับเพื่อนวัยเดียวกัน เป็นกลุ่มและทำงานได้สำเร็จตามวัย (Erikson, 1966 อ้างใน Kaplan, 1991) ความฉลาดทางอารมณ์ ที่มีต่อตนเอง และที่เกี่ยวข้องกับคนรอบข้าง เป็นรากฐานสำหรับความพร้อมในการเรียนรู้ และนำไปสู่ความสำเร็จ ในการศึกษาและการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในสังคม

1.1 ความหมาย

นางพญา ลิ้มสุวรรณ (2538) ได้ให้ความหมายของเด็กวัยเรียนอายุ 6 – 11 ปี เป็นวัยที่เด็กเข้าชั้นเรียนระดับประถมศึกษาตอนต้นและประถมศึกษาตอนปลายเป็นส่วนใหญ่ ในช่วงปีสุดท้ายอาจเข้าสู่วัยรุ่นในเด็กบางคน เป็นวัยที่เด็กจะเรียนรู้ถึงชีวิตสังคมนอกบ้าน ต้องไปเรียนรู้การปรับตัวในด้านต่างๆ ทั้งด้านการเรียน การเข้ากับเพื่อน การเข้ากับครู และปรับตัวให้เข้ากับระบบสังคมโรงเรียน

ซึ่งเป็นสังคมที่ใหญ่กว่าสังคมครอบครัวมาก และโดยระดับพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจ เด็กจะมีความพร้อมที่จะจากบ้านโดยไม่รู้สึกลัวคกลัวการพลัดพราก และเด็กก็ได้พัฒนาความสามารถด้านความคิด ความจำ การใช้ภาษา การรับรู้และการแสดงออกขึ้นมาระดับหนึ่งที่จะออกไปสู่สังคมที่ปกป้องเด็กน้อยลง ให้ความช่วยเหลือน้อยลง ต้องช่วยตัวเองมากขึ้นได้

สมัย ศิริทองถาวร (2541) ได้ให้ความหมายของวัยเรียน เป็นวัยที่ต้องอดสาหะรู้สึถึงคุณค่าแห่งตน รู้สึว่าการสอบได้ไม่ดี หรือเล่นได้ไม่ดีจะถูกทอดทิ้งโดยครู เพื่อน ผู้ปกครอง ผู้ปกครองพึงให้กำลังใจ เสริมมั่นใจอย่างสม่ำเสมอ และให้โอกาสในการได้คิดสร้างสรรค์ เด็กเริ่มลดความเอาแต่ใจ และเห็นใจผู้อื่นเริ่มปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ กลุ่มเพื่อนมีความหมายมากขึ้นจนดูเหมือนจะแย่งไปจากผู้ปกครอง เด็กเริ่มรู้สิ่งใดผิดสิ่งใดถูก รู้ความหมายของกฎเกณฑ์ซึ่งเด็กต้องปฏิบัติตาม

1.2 ลักษณะของเด็กวัยเรียน

เด็กวัยเรียนในเขตเมือง เขตกึ่งเมืองและเขตชนบทมีลักษณะเหมือนกันหรือคล้ายคลึงกันคือ ได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานตาม พ.ร.บ.การศึกษา พ.ศ. 2542 ได้แก่ หลักสูตรการศึกษาภาคบังคับ (พ.ร.บ. ประถมศึกษา พ.ศ. 2532) แบบเรียน ตำรา หนังสือทางวิชาการ วัสดุอุปกรณ์ การจัดเนื้อหาสาระ และกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจและความถนัดของผู้เรียน (สมศักดิ์ คลประสิทธิ์, 2544) ในส่วนที่แตกต่างกันคือสภาพแวดล้อมของสังคมรอบตัวของเด็ก เช่นการเรียนสอนเสริมจากผู้ปกครอง และสถาบันกวดวิชา การรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อหนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ วิทยุ ละครที่แตกต่างกัน อาชีพของสมาชิกในครอบครัวที่แตกต่างกัน ค่าใช้จ่ายให้เด็กไปโรงเรียนและการได้รับการเลี้ยงดูจากครอบครัวและการมีกิจกรรมในครอบครัวที่แตกต่างกัน (กรมสุขภาพจิต, 2543) นอกจากนี้จากการเปลี่ยนแปลงสภาพจากสังคมเกษตรกรรมเป็นสังคมอุตสาหกรรม เขตชนบทมีสภาพเป็นกึ่งเมืองมากขึ้น ลักษณะเหมือนเขตเมือง จึงส่งผลให้ครอบครัวไทย ซึ่งแต่เดิมเป็นครอบครัวขยาย (extended family) ที่มีคนหลายรุ่นอยู่รวมกัน กลายเป็นครอบครัวเดี่ยว (nuclear family) ที่มีแต่เพียงพ่อแม่ลูก ดำรงชีวิตอยู่ในกรอบสังคมเมืองแบบวัตถุนิยม ทำให้สถาบันครอบครัวที่เคยทำหน้าที่ดูแล และนำให้ความรักความอบอุ่น และความเข้าใจซึ่งกันและกันไม่สามารถทำหน้าที่ได้เหมือนเดิม ความสัมพันธ์และความผูกพันระหว่างบุคคลในครอบครัวลดน้อยลง (สำนักนายกรัฐมนตรื, 2535) ซึ่งสภาพการเลี้ยงดูในชนบทสมาชิกในครอบครัวมักช่วยกันทำงาน อยู่กันแบบครอบครัวขยาย (extended family) คนในครอบครัวมีความสัมพันธ์และผูกพันกัน เด็กวัยเรียนที่อยู่ในครอบครัวในเขตชนบทจะยังคงได้รับการเลี้ยงดูอย่างอบอุ่น

2. ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient)

คำว่า Emotional Quotient (EQ) ที่เราเรียกว่า ความฉลาดทางอารมณ์ แล้วยังมีคำอื่นอีกหลายคำที่นักวิชาการใช้ในความหมายใกล้เคียงกันเช่น Emotional Intelligence, Emotional Ability และ Interpersonal Intelligence

2.1 ความหมาย

จากการระดมความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตด้านพัฒนาการเด็กและด้านการศึกษา ได้สรุปนิยามและโครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียน ไว้ดังนี้

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต, 2535 อ้างใน กรมสุขภาพจิต, 2543) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง สภาพจิตที่โยงไปถึงพฤติกรรมในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมเพราะอารมณ์หรือสภาพจิตนั้นอาศัยพฤติกรรมในความสัมพันธ์เป็นช่องทางสื่อสารแสดงออก เมื่ออารมณ์หรือสภาพจิตได้รับการดูแลพัฒนาสามารถขยายขอบเขตและปลดปล่อยด้วยปัญญาให้สื่อสารแสดงออกได้ผลดีด้วยพฤติกรรมทางกายวาจา ก็นับว่าระบบความสัมพันธ์แห่งพฤติกรรมจิตใจและปัญญาเข้ามาประสานกันบรรจบเป็นองค์รวม ซึ่งเมื่อดำเนินการไปอย่างถูกต้อง จะอยู่ในภาวะสมดุล ให้เกิดผลดีทั้งแก่ตนและคนอื่นตลอดจนถึงสังคมและสิ่งแวดล้อมทั้งหมด

พระราชภูมิ (ประยูร ธรรมจิตโต, 2541 อ้างในกรมสุขภาพจิต, 2543) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า การใช้ปัญญากำกับอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผลเป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดความประพฤติด้าน ปัญญากำกับก็เป็นพลังปัญญาจึงเป็นตัวที่จะกำกับชีวิตของเราให้การแสดงออกไปในทางถูกต้อง ซึ่งถ้าพิจารณาในความหมายนี้ ทั้งความสามารถทางเขาปัญญาและความสามารถทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน

เทอดศักดิ์ เดชคง (2546) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการรู้และเข้าใจตนเอง เข้าใจ เห็นใจผู้อื่น มีความมุ่งมั่นอดทน รอคอยเพื่อไปยังเป้าหมาย มองโลกในด้านบวก และรู้จักจัดการกับปัญหา และความขัดแย้งของตนเองได้

บาร์ออน(Bar-On, 1997) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นชุดของความสามารถส่วนตัวด้านอารมณ์ และด้านสังคมของบุคคลที่ส่งผลต่อความสำเร็จของเขาในการต่อกรกับข้อเรียกร้อง และแรงกดดันจากสภาพแวดล้อมทั้งหลายได้เป็นอย่างดี

คูเปอร์และสวอฟ (Cooper and Sawaf, 1997) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการที่จะรับรู้เข้าใจ และประยุกต์ใช้พลังการรู้จักอารมณ์ เป็นรากฐานของพลังงาน ข้อมูล การสร้างสายสัมพันธ์เพื่อการโน้มน้าวผู้อื่นได้

โกลแมน (Goleman, 1997) อธิบายความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและของผู้อื่นเพื่อการสร้างแรงจูงใจในตัวเอง บริหารจัดการอารมณ์ต่างๆของตน และอารมณ์ที่เกิดจากความสัมพันธ์ต่างๆได้

ปีเตอร์ สโลเวย์ และ จอน ดี เมเยอร์ (Peter Salovey & John D.Mayer, 1990) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถในการรับรู้ ประเมินและแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสม เข้าถึงและสร้างความรู้สึกที่ดี ที่เกื้อกูลความคิดได้ เข้าใจอารมณ์และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี คิดใคร่ครวญ และควบคุมภาวะอารมณ์ได้ดี ในทางที่ส่งเสริมความเจริญงอกงามของสุขภาพจิตและเซาว์ปัญญา จะเห็นได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์อาจครอบคลุมได้ทั้งในแง่ของแรงจูงใจ ด้านจิตพิสัยและที่คาบเกี่ยวกับสติปัญญา ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับมุมมองและจุดเน้นของผู้ศึกษาเป็นสำคัญ

สรุปความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการรู้จัก ดูแลและจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ได้สอดคล้องกับวัย มีจริยธรรมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ประเมินจากความสามารถด้านหลัก 3 ด้านได้แก่ ด้านดี ด้านเก่งและด้านสุข

2.2 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ที่ประกอบด้วยปัจจัยสำคัญ 3 ประการคือด้านดี ด้านเก่งและด้านสุข (กรมสุขภาพจิต , 2543) ดังนี้

2.2.1 ด้านดี หมายถึงความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ ด้านดีวัดจากพฤติกรรม การแสดงออกทางสังคมหรือพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ ได้แก่

1) การรู้จักและควบคุมอารมณ์

อีริกสัน (Erikson, 1966 อ้างใน Kaplan, 1991) กล่าวว่า การรู้จักอารมณ์ การได้พบทนพฤติกรรมและการกระทำจะเป็นรากฐานนำไปสู่การรู้จักตนเอง ในช่วงวัยอายุ 6 – 11 ปี สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ จะทำให้เด็กมีความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์มาก และจะแสดงออกทางท่าทาง สีหน้า คำพูด และเริ่มจะสามารถรู้จักควบคุมอารมณ์และปรับตัวได้ดีขึ้นตามวัยที่เพิ่มมากขึ้น เช่น พยายามสะกดกลั่นความน้อยใจ ถ้าไม่พอใจก็จะเลียงไปจากสถานการณ์นั้นๆสามารถควบคุมความต้องการและยืดระยะเวลาเพื่อตอบสนองความต้องการได้นานขึ้น

โกลแมน (Goleman, 1995) ได้เสนอวิธีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไว้ว่า การรู้จักอารมณ์ตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญเบื้องต้น ที่จะนำไปสู่การควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกที่เหมาะสมต่อไป ขั้นตอนของการรู้จักอารมณ์ตนเอง ควรเริ่มจากการทบทวนอารมณ์ตนเอง ว่ามีลักษณะเช่นไร ผลย้อนกลับของการแสดงอารมณ์เป็นเช่นไร เหมาะสมหรือไม่ ซึ่งเป็นการฝึกให้ รู้ตัว รู้เท่าทันความรู้สึกและสติ การรู้จักอารมณ์ตนเองช่วยให้สามารถเรียกชื่ออารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ เข้าใจ สาเหตุของความรู้สึกได้ดีขึ้น และรู้จักแยกแยะระหว่างความรู้สึกและการกระทำ

2) การรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด ในช่วงอายุ 6 – 11 ปี เพียเจต์ (Piaget, 1932 อ้างใน Kaplan , 1991) ได้ศึกษาการรับรู้ความถูกต้องของโดยการสัมภาษณ์หลายครั้ง ซึ่งเขาค้นพบความคิดเห็นของเด็กในระดับอายุต่างๆ พบว่าเด็กวัยเรียนสามารถประเมินได้ว่าอะไรถูกอะไรผิด ความเข้าใจจริยธรรมของเด็กวัยนี้ มาจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และพัฒนาการทางเชาว์ปัญญาที่สูงขึ้น

3) การเข้าใจเห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันและทักษะในการเสริมสร้างคุณภาพของการอยู่ร่วมกันในช่วงอายุ 6 – 11 ปี ทักษะการเข้าสังคมของเด็กวัยนี้จะออกมาในรูปของการให้ความร่วมมือในการเล่นเกมส์สร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนหรือเด็กวัยเดียวกัน ในช่วงอายุ 8 – 10 ปี จะมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเด็กเพศเดียวกันและเรียกความสัมพันธ์นี้ว่า เพื่อนซี้ (chumship) ความใกล้ชิดที่เด็กมีต่อบุคคลอื่นๆ จะเสริมสร้างให้เกิดการรับรู้ การเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น การแบ่งปัน การรับรู้มาตรฐานและกฎเกณฑ์ของกลุ่ม การหยั่งรู้อารมณ์ของผู้อื่น เป็นความสามารถที่ช่วยให้เด็กมีความเห็นใจ เข้าอกเข้าใจผู้อื่น รวมทั้งสามารถปรับความสมดุลของอารมณ์ตนเอง เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้อื่นได้โดยไม่รู้สึกกดดันหรือเก็บกด นอกจากนั้นยังช่วยให้รู้ช่องทางที่จะโน้มน้าวใจผู้อื่นให้คล้อยตามในสิ่งที่ต้องการได้

2.2.2 ด้านเก่ง หมายถึงพฤติกรรมที่แสดงถึงความมุ่งมั่นพยายาม สามารถปรับตัว เผชิญปัญหา ได้อย่างเหมาะสม สามารถพูดถ่ายทอดความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นของตนเองได้ดี ได้แก่

1) การเสริมสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง

เพ็ญศรี พิชัยสนธิ (2538) กล่าวว่าในช่วงวัย 6 – 11 ปี เด็กต้องเผชิญกับความท้าทายในการเรียนรู้มากขึ้น อิริคตัน เรียกว่า sense of industry คือถ้าเด็กทำอะไรได้สำเร็จ เด็กก็จะเกิดความรู้สึกว่าความพยายามของตนมีคุณค่า ซึ่งจะพัฒนาไปสู่การทำอะไรได้นานโดยไม่ย่อท้อหรือเกิดความมุ่งมั่นมานะพยายาม สามารถรับคำติชมได้โดยไม่รู้สึกว่ามึนด้อย แต่ถ้าทำอะไรไม่สำเร็จหรือทำให้เกิดความรู้สึกล้มเหลว เด็กจะรู้สึกมึนด้อย รู้สึกว่าตนไม่มีความสามารถและสู้เพื่อนๆไม่ได้

2) การสื่อสารที่เหมาะสม

แคพแลน (Kaplan, 1991) ได้กล่าวว่า พัฒนาการด้านภาษาของเด็กจะดีขึ้นตามช่วงวัยที่เพิ่มขึ้น พื้นฐานสำคัญของการสื่อสารคือการรับรู้ เข้าใจอารมณ์และความคิดทั้งของตนเองและผู้อื่น เข้าใจถึงกระบวนการเกิด self concept, self image และ self esteem ซึ่งพฤติกรรมการแสดงออกที่แตกต่างกันนั้น เกิดจากการรับรู้เกี่ยวกับตนเองของแต่ละบุคคล เป็นการรักษาสัมพันธภาพและแก้ไข ปัญหาความขัดแย้ง คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีความสามารถในการสื่อสาร กล้าแสดงความคิดเห็นโต้แย้ง มีเหตุผลในการเลือกและตัดสินใจ เพราะฉะนั้น ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์นั้น จะต้องเป็นผู้ที่เข้าใจตนเอง คือ เข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการในชีวิตของตนเอง เข้าใจผู้อื่น คือ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นและสามารถแสดงออกมาได้อย่างเหมาะสม และแก้ไขความขัดแย้งได้ กล่าวคือ เมื่อมีปัญหาที่สามารถแก้ไขจัดการให้ผ่านพ้นไปได้อย่างเหมาะสม ทั้งปัญหาความเครียดในใจ หรือ ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการขัดแย้งกับผู้อื่น

จากทฤษฎีแนวจิตวิเคราะห์ ฟรอยด์ (Freud) (วันเพ็ญ บุญประกอบ, 2538) มีความเห็นว่า อารมณ์เป็นเรื่องซับซ้อน บางครั้งเกิดจากสาเหตุลึกในใจ ความหมายของอารมณ์บางอย่างจะปรากฏขึ้นต่อเมื่อมีการแสดงออก ฟรอยด์ให้ความสนใจกับความผูกพันทางอารมณ์ระหว่างเด็กกับแม่ ซึ่งเป็นพื้นฐานไปสู่ความผูกพันทางอารมณ์ระหว่างบุคคล อาจจะดีหรือไม่ดีในวัยผู้ใหญ่ รวมทั้งการพัฒนาไปสู่การสร้างและการรักษาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอีกด้วย จากทฤษฎีของฟรอยด์ในเรื่องของความผูกพันทางอารมณ์ จึงเป็นแนวทางให้กำหนดโครงสร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในเรื่องของความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งเป็นรากฐานของความมั่นคงทางอารมณ์และเป็นแนวทางในการกำหนดคำถามในเรื่องของความรู้สึกไม่มีปมด้อยและความรู้สึกอบอุ่นใจที่มีคนคอยปกป้องคุ้มครอง

2.2.3. ด้านสุข หมายถึง ความสุขที่ได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน ได้กินเมื่อหิวได้นอนได้รับการสัมผัสโอบกอดและปกป้อง อันเป็นการวางรากฐานความมั่นคงทางจิตใจที่สำคัญ โดยธรรมชาติในวัยเด็กความสุขอยู่กับการได้เล่นสนุกสนาน เป็นความรู้สึกสนุกสนาน โตขึ้นมาก็จะเป็นความสุขสันต์ มีจิตใจเบิกบาน จวบจนเป็นผู้ใหญ่และวัยสูงอายุ ความสุขจะแปรเปลี่ยนเป็นความสุขสงบทางใจ องค์ประกอบที่จะนำไปสู่การเป็นคนมีความสุข คือ

1) มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง หรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การมีอารมณ์มั่นคงเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวง่าย ไม่มีอะไรมาสะทอนทำให้รู้สึกร้อนหนาวหรือทุกข์ร้อนได้ง่ายๆ

2) มีระบบคิดที่เอื้อให้สามารถปรับใจและยืดหยุ่นความต้องการของตนเองได้ มีวิธีคิดที่จะประคับประคองจิตใจมิให้ดิ่งลงเหวเมื่อยามทุกข์ คือ คิดแบบคลายทุกข์ใจให้ตนเองได้และสามารถคิด

เพื่อสร้างอารมณ์ที่เป็นสุขได้ ความคิดดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้ ก็ต้องฝึกให้รู้จักคิดทางบวกและคิดอย่างมีเหตุผล

3) การพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผลและความคิดทางบวก ในช่วงอายุ 7 – 11 ปี เด็กจะคิดอย่างมีเหตุผล รู้จักแก้ปัญหาอย่างเป็นรูปธรรมได้และคิดย้อนกลับได้ ตามทฤษฎีของเพียเจต์ (Piaget, 1932) อ้างถึง Kaplan, 1991) สรุปได้ว่า เด็กจะเรียนรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว เข้าใจเหตุผลและความหมายต่างๆ รอบตัวได้ด้วยกระบวนการทำงานของโครงสร้างสติปัญญาในสมอง โครงสร้างนี้จะพัฒนาเป็นขั้นตอนตามระดับอายุและจะพัฒนาอย่างสมบูรณ์เมื่อเด็กอายุประมาณ 15 ปี แนวทางในการพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผลได้แก่ การพัฒนาสมองผ่านขา แขน มือและนิ้วมือ การเล่นเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ การออกกำลังกายและการฝึกคิดวิเคราะห์จากสื่อหรือสถานการณ์ต่างๆ

4) ความภาคภูมิใจในตนเอง จะเกิดขึ้นในระหว่างที่เด็กมีความสัมพันธ์กับเพื่อนและผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กจะถูกประเมินคุณค่าและสถานภาพของตนเอง จากการกระทำของเขาที่ผู้อื่นยอมรับได้หรือยอมรับไม่ได้ ทำให้เด็กสามารถหาคำตอบได้ว่า “ฉันเป็นใคร” “ฉันเป็นคนแบบไหน” “ฉันมีค่ามากน้อยเพียงใด” ในเด็กวัย 6 – 12 ปี ต้องการความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองและความคาดหวังทางสังคมซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เด็กมีความเคารพในตนเองสูงขึ้นหรือต่ำลง เนื่องจากเด็กวัยนี้อยู่ในช่วงประเมินตนเองในลักษณะแข่งขัน ดังนั้นต้องระมัดระวังอย่าให้เกิดการตกต่ำในความคิดพลาตของเด็ก เพราะจะเป็นตัวบั่นทอนความมั่นใจในตนเอง

2.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ จากแนวคิดของ คูเปอร์และสาวอฟ (Cooper and Sawaf, 1997) มีดังนี้

2.3.1 ความรอบรู้ทางอารมณ์ (emotional literacy) รู้จักอารมณ์ของตนเองและรู้เท่าทันว่าอารมณ์ของตนผันแปรไปเช่นไร

2.3.2 ความเหมาะสมทางอารมณ์ (emotional fitness) อารมณ์ของตนได้ยืดหยุ่น รู้กาลเทศะ แม้เผชิญความลำบากใจ

2.3.3 ความลึกซึ้งทางอารมณ์ (emotional depth) รู้จักความลึกซึ้งของอารมณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนา

2.3.4 ความผันแปรทางอารมณ์ (emotional alchemy) ความสามารถในการใช้อารมณ์เพื่อความคิดสร้างสรรค์

2.4 ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อการปรับตัว ปรับอารมณ์ให้เข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี และถูกกาลเทศะ โดยทั่วไปเด็กทุกคนจะต้องมีความสามารถทางอารมณ์เพื่อให้มีทักษะในการสื่อ

ความหมาย มีมนุษย์สัมพันธ์ มีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม มีการพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยสังคมให้การยอมรับ (กรมสุขภาพจิต, 2543) ความฉลาดทางอารมณ์ทำให้มีต้นทุนพื้นฐานทางอารมณ์ ที่มั่นคง พร้อมทั้งจะใฝ่เรียนรู้ ใฝ่ดี และสร้างสังคมที่สงบสุข และสามารถตัดสินใจดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถพัฒนาตามศักยภาพของตนเองและร่วมกันสร้างสรรค์สังคมที่เข้มแข็ง ฝ่าวิกฤตต่างๆไปได้ด้วยดี (นิตยา คชภักดี, 2543) เพราะรากฐานทางสติปัญญานั้นเกิดจากอารมณ์ที่หนักแน่น มั่นคง รวมทั้งพื้นฐานของร่างกายที่สมบูรณ์ ซึ่งสอดคล้องกับ อุษา อังสุนันทวิวัฒน์ (2539) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญมากและเป็นสิ่งที่ช่วยให้คนที่ไม่มีภูมิปัญญาหรือไอคิวปานกลางที่ไม่สูงมากนัก สามารถทำงานประสบความสำเร็จได้ดีกว่าคนที่มีไอคิวสูงแต่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้

การทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดองค์ประกอบและพัฒนาการของความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้เราทราบว่าความฉลาดทางอารมณ์น่าจะมีส่วนอยู่เบื้องหลังของความสุข ความสามารถในการปรับตัวและความสำเร็จต่างๆในชีวิตมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นการศึกษา ความสำเร็จในหน้าที่การงาน ในชีวิตในการเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้อื่นหลังจากที่ถูกกละเลยเป็นอย่างมาก ในช่วงปี 1920 – 1960 ซึ่งเป็นยุคของความคิดความเข้าใจความฉลาดทางอารมณ์ มีส่วนให้มนุษย์คิดได้อย่างชาญฉลาดและมีความสุขกับความคิดอ่าน ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ดี จะเป็นผู้ที่รู้จักใช้ความคิดอ่านเกี่ยวกับอารมณ์ของตน และของผู้อื่นให้เกิดประโยชน์ในทางสร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้อื่นเป็นสุขตนเองก็สบายใจ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

นอกจากนั้น คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงหรือมีทักษะทางอารมณ์ที่ได้รับการพัฒนามาเป็นอย่างดี จะเป็นคนที่สามารถรับรู้ เข้าใจและจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกของคนอื่นจึงมักจะประสบความสำเร็จ มีความพึงพอใจในชีวิต สามารถสร้างสรรค์งานใหม่ๆออกมาได้เสมอ ตรงกันข้ามกับคนที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์มักจะเต็มไปด้วยความขัดแย้งภายในจิตใจ พลอยทำให้ขาดสมาธิในการทำงานและมีความคิดที่หมกมุ่น กังวล ไม่ปลอดโปร่ง (เทอดศักดิ์ เดชคง, 2546)

ปัจจุบัน นักวิจัยต่างยืนยันว่า เซาว์ปัญญามีส่วนเกี่ยวข้องต่อความสำเร็จในชีวิตเช่นการเรียน หรือการทำงานเพียงร้อยละ 20 เท่านั้น ที่เหลือเป็นปัจจัยด้านอื่นๆ ซึ่งรวมทั้งความฉลาดทางอารมณ์ด้วย (เทอดศักดิ์ เดชคง, 2546)

ดังนั้นการเรียนรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ จึงเป็นเรื่องที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนาชีวิตให้ก้าวไปข้างหน้าอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2546)

2.5 การประยุกต์หลักการของความฉลาดทางอารมณ์

เนื่องจากการที่ความฉลาดทางอารมณ์ได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก ประกอบด้วยจากสภาพปัญหาของสังคมที่ปรากฏ จึงมีผู้สนใจที่จะประยุกต์ใช้ความฉลาดทางอารมณ์ ทั้งในด้านการศึกษาด้านจิตวิทยา ด้านเด็ก ด้านครอบครัว ซึ่งการประยุกต์หลักการของความฉลาดทางอารมณ์เข้าสู่ชีวิตประจำวัน มีดังต่อไปนี้

2.5.1 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์มีบทบาทในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงปรารถนา สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เจริญสมวัย สร้างความสามารถในการปรับตัว แก้ไขปัญหาความเครียด

2.5.2 การสื่อสาร การแสดงออกความรู้สึกอารมณ์ของตนเองสามารถทำได้อย่างถูกต้องตามกาลเทศะ เข้าอกเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะรู้จักยั้งได้ แม้ในใจรู้สึกเศร้า รับฟังปัญหาของผู้อื่นได้อย่างตั้งอกตั้งใจไม่รู้สึกแปลกแยกจากเพื่อนมนุษย์

2.5.3 การปฏิบัติงาน และการเรียน ความฉลาดทางอารมณ์เกื้อหนุนการยอมรับ ความคิดริเริ่ม ก่อให้เกิดการสร้างผลิตผลที่สนองเป้าหมาย ลดการลางาน ขาดงาน ขาดเรียน หรือย้ายสถานที่ทำงาน หรือสถานที่เรียน เนื่องจากลดความขัดแย้งระหว่างบุคคล

2.5.4 การให้บริการ ความฉลาดทางอารมณ์ก่อให้เกิดการทำความรู้จักผู้อื่น รับฟังความต้องการของลูกค้าและตอบสนองได้ดี สร้างความจงรักภักดีในการใช้สินค้าและบริการของหน่วยงาน

2.5.5 การบริหารจัดการ ความฉลาดทางอารมณ์ช่วยส่งเสริมอัจฉริยภาพของความเป็นผู้นำที่มีศิลปะในการรู้จักใช้คนและครองใจคน เปิดโอกาสให้ผู้บริหารได้เรียนรู้และพัฒนาคนสามารถโน้มน้าวผู้อื่นให้ทำในสิ่งที่ตนต้องการได้สำเร็จ

2.5.6 การเข้าใจชีวิตของตนและของผู้อื่น ความฉลาดทางอารมณ์เป็นเรื่องของการศึกษาทำความเข้าใจตน (insight) การมองเข้าไปในตนก่อนทำความเข้าใจผู้อื่น เมื่อคนเข้าใจคนอื่นมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันจึงเป็นการมุ่งใช้ศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ อย่างสูงสุด ชีวิตครอบครัวก็จะเป็นสุขด้วยความเข้าใจกัน

3. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

3.1 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงานร่วมกับผู้อื่น

การสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในที่ทำงานเกิดจากการพัฒนาที่ตัวเราเองและการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น การอยู่ร่วมกับผู้อื่นมีเทคนิค (กรมสุขภาพจิต, 2543) ดังนี้

3.1.1 เข้าใจและยอมรับธรรมชาติของอารมณ์ บุคคลแต่ละคนมีความรู้สึกและอารมณ์พื้นฐานของตนเองเช่น ดีใจ เสียใจ อิจฉา ฯลฯ และมีการแสดงออกที่ต่างกรรมต่างวาระกันไปแต่ละคนจะมีอารมณ์และความรู้สึกที่ผันแปรแตกต่างกันไป หากที่จะนำความรู้สึกดี-ชั่วของตัวเองไปตัดสินความเหมาะสมขึ้นอยู่กับสถานการณ์เหตุผล วัช ปัจฉัยทางสังคมและการกำหนดทางวัฒนธรรม

3.1.2 รับฟัง ทำความเข้าใจและให้เกียรติผู้อื่นการยอมรับและเข้าใจภาวะที่บุคคลแสดงออก เป็นสิ่งที่จำเป็นในการสร้างเสริมความภาคภูมิใจตนเอง การรักษาน้ำความมั่นใจไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งจะมีผลต่อคุณภาพและผลผลิตที่บุคคลมีส่วนต่อองค์กร การปฏิเสธที่จะรับฟังหรือทำความเข้าใจกับภาวะอารมณ์ที่แสดงออกเช่น การเพิกเฉย วิพากษ์ตำหนิ การเห็นเป็นปกติ การบ่นทอนล้อเลียนความรู้สึกของบุคคลเป็นการทำลายระดับความมั่นใจในตนเอง ความคิดสร้างสรรค์และเกียรติภูมิแห่งตนของผู้อื่นและเป็นการไม่เคารพความเป็นปัจเจกบุคคลอีกด้วย

3.1.3 การแก้ไขความขัดแย้ง บางครั้งการใช้เพียงเหตุผลแต่โดยลำพังไม่สามารถแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ความรู้สึกได้ ควรยอมรับความรู้สึกโดยไม่มีเงื่อนไขใดๆก่อนแล้วค่อยมาพิจารณาการแสดงออก ผู้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าจะไม่ใช้วิธีการที่บั่นทอนความรู้สึกของผู้อื่น แต่ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ได้ดี จะช่วยทั้งความรู้สึกของตัวเองและช่วยให้อีกฝ่ายสงบลงได้ การที่บุคคลแสดงภาวะอารมณ์ออกในทางลบเช่น โกรธ เสียใจ เศร้าซึม อาฆาต ไม่ให้อภัย แสดงให้เห็นว่าความต้องการทางอารมณ์ยังไม่ได้รับการตอบสนอง ยังมีความตึงเครียดในจิตใจ ผู้บริหารเพื่อนร่วมงาน และผู้เกี่ยวข้องควรทำความเข้าใจภาวะอารมณ์ของตนเอง เพื่อเข้าใจภาวะอารมณ์ของผู้อื่น เปิดโอกาสให้แต่ละคนได้แสดงอารมณ์ความรู้สึกรับฟังด้วยความเข้าใจ เห็นใจและยอมรับภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งจะส่งผลต่อการยอมรับตนเองและเพิ่มความมั่นคงทางจิตใจส่งผลต่อการพัฒนาทางความคิด การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี เพิ่มขวัญกำลังใจความร่วมมือและการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการปฏิบัติงาน

3.1.4 ในกรณีที่บุคคลแสดงภาวะอารมณ์ทางลบในระดับที่รุนแรงเช่น เด็วดี เด็วร้าย คาคคะเน พฤติกรรมไม่ได้หรือไม่สามารถแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาได้เลย พุดมากเกินปกติ เปลี่ยนหัวข้อ พุดคุยรวดเร็ว หงุดหงิดง่าย มีปฏิกิริยามากเกินไปต่อเหตุการณ์เล็กๆน้อยๆ ฯลฯ ผู้บริหารและเพื่อนร่วมงานควรหามาตรการสร้างภาวะแวดล้อมที่มีการดูแลเอาใจใส่ ร่วมมือกันรับฟังข้อปัญหาให้ความรู้เพื่อการยอมรับและทางบำบัดแก้ไข ในกรณีของผู้ที่ไม่สามารถสื่อความรู้สึกและภาวะอารมณ์กับผู้อื่นได้ ผู้บริหารอาจโยกย้ายไปทำงานที่ไม่เกี่ยวข้องกับผู้อื่นมากนัก ทำคนเดียวได้สำเร็จ หาบุคคลที่กล้า

แสดงออกและมีมนุษยสัมพันธ์ดีมาเป็นเพื่อนชวนพูดคุยกระตุ้นให้เขาได้มีโอกาสแสดงความรู้สึก
ความคิดเห็น โดยรู้สึกว่ามีคนยอมรับฟังตน

3.2 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยทั่วไปในภาพรวม

ความฉลาดทางอารมณ์นั้นแตกต่างไปจากสติปัญญานั้นก็คือสามารถที่จะเสริมสร้างและพัฒนา
ได้ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในชีวิตประจำวัน (เทอดศักดิ์ เศษคง, 2545) มีแนวทางดังต่อไปนี้

3.2.1 รู้ทัน ฝึกรู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง บอกกับตัวเองได้ว่า ขณะนี้กำลังรู้สึกอย่างไรและรู้ได้ถึง
การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น ข้อสคัญต่อความรู้สึกของตนเอง ยอมรับฟังข้อบกพร่องของ
ตนเองได้ แม้เมื่อผู้อื่นพูดถึง ก็สามารถเปิดใจมาพิจารณา เพื่อที่จะหาโอกาสปรับปรุงหรือใช้เป็นข้อ
เตือนใจที่จะระมัดระวังการแสดงอารมณ์มากขึ้น

3.2.2 รับผิดชอบ เมื่อเกิดความหงุดหงิด ไม่พอใจ ท้อแท้ให้ฝึกคิดอยู่เสมอว่าอารมณ์ที่เกิดขึ้น
เป็นสิ่งที่เราสร้างขึ้นเองจากการกระตุ้นของปัจจัยภายนอก เพราะฉะนั้นจึงควรรับผิดชอบต่ออารมณ์ที่
เกิดขึ้น และควรหัดแยกแยะ วิเคราะห์สถานการณ์ด้วยเหตุผลไม่คิดเอาเองด้วยอคติหรือประสบการณ์
เดิมๆที่มีอยู่ เพราะอาจทำให้การตีความในปัจจุบันผิดพลาดได้

3.2.3 จัดการได้ อารมณ์ไม่ดีที่เกิดขึ้น สามารถคลี่คลายให้หมดไปด้วยการรู้เท่าทันและหาวิธี
จัดการที่เหมาะสม เช่น ไม่จมอยู่กับอารมณ์นั้นพยายามเบี่ยงเบนความสนใจโดยหางานหรือกิจกรรมทำ
เพื่อให้ใจจดจ่ออยู่กับงานนั้น เป็นการสร้างความเพลิดเพลินใจขึ้นมาแทนที่อารมณ์ไม่ดีที่มีอยู่

3.2.4 ใช้ให้เป็นประโยชน์ ฝึกใช้อารมณ์ส่งเสริมความคิด ให้อารมณ์ช่วยปรับแต่งและปรุง
ความคิดให้เป็นไปในทางที่มีประโยชน์ ฝึกคิดในด้านบวกเมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ในที่ทำงาน

3.2.5 เต็มใจให้ตนเอง โดยการหัดมองโลกในแงุ่มที่สวยงาม รื่นรมย์ มองหาข้อดีในงานที่ทำ
ชื่นชมด้านดีของเพื่อนร่วมงาน เพื่อลดอคติและความเคร่งเครียดในจิตใจทำให้ทำงานร่วมกัน อย่างมี
ความสุขมากขึ้น

3.2.6 ฝึกสมาธิ ด้วยการกำหนดรู้ว่า เรากำลังทำอะไรอยู่รู้ว่าปัจจุบันกำลังสุขหรือทุกข์อย่างไร
อาจเป็นสมาธิอย่างง่ายที่กำหนดจิตไว้ที่ลมหายใจเข้าออก การทำสมาธิจะช่วยให้จิตใจ สงบ และมี
กำลังในการพิจารณาสิ่งต่างๆ ได้ดีขึ้น

3.2.7 ตั้งใจให้ชัดเจน โปรแกรมจิตใจของตนเอง ด้วยการกำหนดว่าต่อไปนี้จะพยายามควบคุม
อารมณ์ให้ได้และตั้งเป้าหมายในชีวิต หรือการทำงานให้ชัดเจน

3.2.8 เชื่อมั่นในตน จากงานวิจัยหลายชิ้นแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่าคนที่มีความเชื่อมั่นใน
ตนเองจะมีความสำเร็จในการทำงานและการเรียนมากกว่าคนที่ไม่เชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง

3.2.9 กล้าลองเพื่อรู้ การกล้าที่จะลองทำในสิ่งที่ยากกว่าในระดับที่คิดว่าน่าจะทำได้จะช่วยเพิ่มความมั่นใจให้ตนเองและเป็นโอกาสสำคัญที่จะได้เรียนรู้อะไรใหม่ๆเพื่อนำไปสู่การพัฒนาความสามารถให้มากยิ่งขึ้นไป

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ก็คือการฝึกให้ ฉลาดคิด ฉลาดพูด และฉลาดทำกล่าวคือ ฉลาดคิด คือสามารถควบคุมความคิดได้ คิดในทางที่ดี คิดในทางสร้างสรรค์ ฉลาดพูดคือ เลือกรูปแบบในสิ่งที่ดี มีประโยชน์ หลีกเลี่ยงคำพูดที่จะทำให้ตนเองและบุคคลอื่นเดือดร้อนและฉลาดทำ คือ ทำเป็น ไม่ใช่แต่ทำได้ ต้องมีความรู้ความเชี่ยวชาญในงานนั้นอย่างแท้จริง

3.3 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของตนเอง (ขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, 2538)

ในปัจจุบันนี้มีการยอมรับในปัจจุบันนี้มีการยอมรับกันแล้วว่าความฉลาดทางอารมณ์มีส่วนสำคัญในการที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการดำรงชีวิตประจำวัน หรือการทำงาน ดังนั้นบุคคลควรมีการพัฒนาให้ตนเองมีความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อที่จะได้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและประสบผลสำเร็จในหน้าที่การงาน การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับตนเอง มีแนวทางดังต่อไปนี้

3.3.1 รู้ตัว รู้ตน หมายถึง การรู้ความเป็นไปได้ของตนเองรวมทั้งความพร้อมในด้านต่างๆรู้ทั้งจุดเด่นและจุดด้อย รู้เท่าทันอารมณ์ รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกนั้นๆ รู้ว่าผลที่จะตามมาเป็นอย่างไร

3.3.2 รู้ทัน รู้ควร หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับความรู้สึกของตนเอง เช่น จัดการกับความโกรธ ความไม่พอใจ ความหงุดหงิดได้สามารถควบคุมตนเองให้ทำในสิ่งที่ถูกที่ควรได้ เป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ ใจกว้าง สามารถฟังความคิดและข้อมูลใหม่ๆตลอดจนปรับตัวต่อสภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้

3.3.3 รู้สร้างกำลังใจ หมายถึง การมีแรงบันดาลใจที่จะทำให้เกิดความพยายามในการก้าวสู่เป้าหมายอย่างไม่ท้อถอย มีความตั้งใจที่จะทำให้ดีที่สุดที่รับผิดชอบ เมื่อมีปัญหาที่ไม่ท้อแท้หมดกำลังใจ รู้จักมองโลกในแง่ดี และพยายามหาทางปรับปรุงแก้ไขจนถึงที่สุด

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับตนเอง ก็คือการฝึกหัดให้เป็นที่รู้จักตัวตนของตัวเอง รู้จักอารมณ์ความต้องการ ศักยภาพของตัวเองสามารถจัดการกับอารมณ์ของตัวเองได้ และมีแรงบันดาลใจในการที่จะประสบผลสำเร็จในชีวิต เสริมสร้างกำลังใจให้กับตัวเองมองโลกในแง่ดี

3.4 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก (กรมสุขภาพจิต, 2543)

จากการศึกษาวิจัยในระยะยาวตั้งแต่วัยเด็กถึงวัยรุ่นพบว่า เด็กที่เติบโตขึ้นเป็นคนที่ขาดความรู้สึกเห็นใจผู้อื่นล้วนมาจากการเลี้ยงดูที่เคยถูกทำร้ายทั้งทางอารมณ์และร่างกายจากพ่อแม่ เด็กที่

ได้รับการเลี้ยงดูมาอย่างอบอุ่นจะรู้จักการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ดังนั้นการส่งเสริมให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีตั้งแต่วัยเด็กจะเป็นการปูพื้นฐานการเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก มีแนวทางดังต่อไปนี้

3.4.1 ความรักและความเข้าใจ พ่อแม่ควรแสดงความเข้าใจ ยอมรับ เห็นอกเห็นใจให้ความสำคัญกับสิ่งที่ลูกสนใจแทนการตำหนิบังคับวิจารณ์หรือลงโทษ ขณะเดียวกันพ่อแม่ก็ต้องระวังการแสดงอารมณ์ความรู้สึกที่อาจจะเป็นตัวอย่างไม่ดีสำหรับลูก

3.4.2 ใช้โอกาสให้เกิดประโยชน์ ใช้โอกาสหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเพื่อสร้างความใกล้ชิดสนิทสนมและสอนให้เด็กเรียนรู้เรื่องอารมณ์ เช่น เวลาที่เด็กเกิดความกลัว ขณะดูรายการโทรทัศน์ที่เป็นเรื่องตื่นเต้นอันตราย พ่อแม่อาจใช้โอกาสนี้ โดยการเข้าไปนั่งใกล้ๆ แล้วปลอบใจและสอนให้ลูกเข้าใจอารมณ์ที่เกิดขึ้นพร้อมอธิบายด้วยเหตุผลเพื่อให้เด็กกล้าเผชิญสภาพการณ์ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน

3.4.3 เรียนรู้ร่วมกัน รับฟังความรู้สึกและอารมณ์ของเด็กด้วยความตั้งใจเอื้ออาทรและพยายามตรวจสอบความรู้สึกของเด็กโดยการพิจารณาจากสถานการณ์ พฤติกรรม ท่าทางและอากัปภิกขัยที่แสดงออก ในขณะที่รับฟังพ่อแม่อาจช่วยสะท้อนหรือสรุปประเด็นพร้อมหาเหตุผลมา อธิบายให้เด็กเข้าใจในแง่มุมอื่นบ้างแต่ไม่ควรสรุปเรื่องราวต่างๆ ในลักษณะการชี้นำ

3.4.4 ไม่ปิดกั้นความรู้สึก ฝึกให้เด็กบอกอารมณ์ความรู้สึกของตนได้อย่างถูกต้อง เพื่อป้องกันการเก็บกดปัญหาแล้วมีระเบิดออกโดยขาดการควบคุมการแสดงอารมณ์ที่เปิดเผยตรงไปตรงมาคือพื้นฐานที่ดีของผู้มีความฉลาดทางอารมณ์เช่น รู้ตัวที่กำลังโกรธ เสียใจ น้อยใจ ขี้ใจหน เพื่อไปสู่การจัดการอย่างถูกต้องเหมาะสมด้วยตนเองต่อไป

3.4.5 เรื่องธรรมดาที่ต้องพอดี เมื่อพ่อแม่เห็นว่าเด็กเข้าใจอารมณ์ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของคนและสังเกตเห็นพฤติกรรมที่ควรทำแล้ว พ่อแม่ควรบอกให้เด็กทราบว่า การมีอารมณ์ต่างๆ เป็นเรื่องปกติธรรมดาแต่ระมัดระวังการแสดงออกให้เหมาะสมกับบุคคล เวลาและสถานที่

วิธีที่ดีที่สุดที่จะพัฒนาให้เด็กเติบโตเป็นคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่มั่นคง เข้มแข็งและรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่นก็คือการเป็นต้นแบบที่ดีนั่นเอง นอกจากนั้นพ่อแม่ผู้ปกครองยังสามารถที่จะส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็กได้ คือ การสอนให้เด็กรู้จักตนเองจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ รู้จักการรอคอย มีวินัย เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เข้าใจผู้อื่น และรู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดี รู้จักที่จะผูกมิตรกับผู้อื่น

3.5 ลักษณะของบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

บุคคลทุกคนสามารถเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงได้ เพราะคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะต้องเป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ สามารถยอมรับในจุดเด่นจุดด้อยของตนเองยอมรับสภาพความเป็นจริงเกี่ยวกับตนเองได้ อารี พันธุ์มณี (2542) กล่าวว่า คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์จัดเป็นบุคคลที่มีคุณภาพภายใน มีจิตใจอารมณ์ความรู้สึกความคิดสร้างสรรค์สามารถสร้างความสมดุลระหว่างความคิดจิตใจ อดทนต่อความล้มเหลวผิดหวังได้ นอกจากนี้ยังเป็นบุคคลที่รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าตนเองมีบุคลิกภาพเช่นไร มีจุดเด่นจุดด้อยอย่างไร สามารถควบคุมจัดการและแสดงอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้ตระหนักได้เสมอว่าขณะนี้ตนเองกำลังทำอะไรรู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่อยู่ได้อย่างเหมาะสม (self awareness) สามารถสรุปได้ว่า คนที่มีลักษณะความฉลาดทางอารมณ์นั้นควรมีลักษณะที่สำคัญ 5 ประการ ดังต่อไปนี้

3.5.1 การตระหนักรู้ในตนเอง (self awareness) คือ มีความสามารถในการรู้จักและเข้าใจตนเอง ในส่วนที่เป็นทั้งจุดเด่น และจุดด้อย สามารถที่จะยอมรับสิ่งต่างๆ เหล่านั้นได้และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

3.5.2. ความภาคภูมิใจในตนเอง (self esteem) มีความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งที่ตนเองกระทำสามารถปรับตัวและปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม จนเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น

3.5.3 ความพึงพอใจในตนเอง (self satisfaction) เป็นผู้ที่สามารถรู้ถึงความสามารถของตนเอง และพอใจในสิ่งต่างๆ ที่ตนเองเป็นอยู่ พยายามปรับตัวโดยหาข้อดีของตนเองจนสามารถเอาชนะภาวะอารมณ์ของตนเองได้

3.5.4 การคิดในแง่ดี (positive thinking) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่นึกคิดในสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองในเชิงบวก สามารถทำอุปสรรคที่เกิดขึ้นให้เป็นโอกาสที่สวยงามได้

3.5.5 การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี (human relation) ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น เป็นผู้ที่มีความจริงใจ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อคนรอบข้าง

จะเห็นได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์นั้นไม่เพียงแต่มีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตประจำวันของบุคคลเท่านั้น แต่ยังมีผลต่อความสำเร็จในการดำเนินชีวิต และอาชีพการงานด้วยและในปัจจุบันนี้ต่างก็ยอมรับกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์นั้นมีความสำคัญกว่าความฉลาดทางสติปัญญา เนื่องจากการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นนั้นต้องรู้จักการควบคุมตนเอง มีมนุษยสัมพันธ์รู้เท่าทันอารมณ์ของตนและผู้อื่น มองโลกในแง่ดี ไม่โช่อาศัยแต่เพียงการเป็นคนเก่งเท่านั้น (ขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, 2538)

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความฉลาดและความสามารถทางสมองอย่างหนึ่งการที่คนเราจะมี ความฉลาดทางอารมณ์มากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับ 2 ปัจจัยหลักๆคือพันธุกรรมและพื้นฐานทางอารมณ์ สภาพแวดล้อม และการเลี้ยงดู (นงพงา ลิมสุวรรณ, 2538) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1 พันธุกรรมและพื้นฐานทางอารมณ์

พันธุกรรม คือตัวกำหนดให้มนุษย์ทุกคนพื้นฐานที่แตกต่างกันไป และพื้นฐานทางอารมณ์ที่ ติดตัวมาแต่กำเนิดก็จะเป็นส่วนสำคัญที่กำหนดพฤติกรรมอารมณ์ บุคลิกภาพ นอกจากนี้สภาพแวดล้อม ขณะอยู่ในครรภ์ก็มีส่วนไม่น้อยต่อการสร้างพื้นฐานทางอารมณ์ เพราะในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าอารมณ์ของแม่ขณะตั้งครรภ์มีส่วนสำคัญต่อพื้นฐานทางอารมณ์ของลูก เช่นแม่ที่มักมีความเครียดอาจจะทำให้ลูกเป็นเด็กอารมณ์ไม่ดีขี้โมโหเลี้ยงยาก ส่วนแม่ที่มีอารมณ์ดีมีความสุขสบายใจในขณะตั้งครรภ์ก็มักจะได้ลูกที่เป็นเด็กเลี้ยงง่ายร่าเริง (นงพงา ลิมสุวรรณ, 2538) คนที่มีพื้นฐานทางอารมณ์ที่ดีจึงเหมือนกับคนที่มียุทธศาสตร์ของชีวิตติดตัวมาตั้งแต่เกิดเพราะการมีจิตใจที่ มั่นคงเข้มแข็งถือได้ว่าเป็นความโชคดี เปรียบได้กับพื้นที่ที่มีความแข็งแรง สามารถรับแรงกระแทกได้ โดยไม่กระทบกระเทือนมาก แต่คนที่พื้นฐานทางอารมณ์ไม่ดี อ่อนไหว เปรียบได้กับคนที่ มียุทธศาสตร์มาน้อยถ้าเป็นพื้นที่เป็นพื้นที่บอบบางกระทบกระทั่งอะไรแรงๆไม่ได้ง่ายต่อการที่จะ พังโครมลงมา (เทอดศักดิ์ เดชคง, 2545)

4.2 สภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู

พื้นฐานทางอารมณ์ที่ถูกกำหนดโดยพันธุกรรม เป็นปัจจัยที่ติดตัวมาไม่สามารถจะเปลี่ยนแปลง แก้ไขได้ก็จริงแต่การเลี้ยงดูในสภาพที่เหมาะสมกับอารมณ์ก็สามารถจะช่วยพัฒนาอารมณ์และ ควบคุมพื้นฐานทางอารมณ์ด้านลบได้ ขณะเดียวกันก็สามารถจะส่งเสริมพื้นฐานทางอารมณ์ด้านบวก ให้ดีโดดเด่นยิ่งขึ้นไป เปรียบได้กับพื้นที่ที่บาง หากไม่ได้รับการเสริมสร้างเติมเต็มให้แข็งแรงขึ้น พื้น นั้นก็จะอยู่ในสภาพเดิมที่ง่ายต่อการผุพังเมื่อได้รับแรงกระแทก เด็กที่มีพื้นฐานอารมณ์ไม่ดี ถ้าไม่ได้รับการ เลี้ยงดูที่เข้าใจก็อาจจะไปกระตุ้นให้อารมณ์ไม่ดีเหล่านั้น เติบโตจนฝังรากลึกไว้การควบคุม กลายเป็น ปัญหาทั้งต่อตนเองและสังคมที่เกี่ยวข้อง แต่ถ้าพ่อแม่เข้าใจในธรรมชาติของเด็ก ก็ยังสามารถจะชดเชย หรือควบคุมส่วนที่ด้อยไม่ให้มีอิทธิพลหรือเป็นปัญหาในการดำเนินชีวิต การเลี้ยงดู เป็นปัจจัยแวดล้อม ที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อพัฒนาการเด็ก เช่น พัฒนาการของบุคลิกภาพหรืออุปนิสัยใจคอ นั้นมีหลายด้าน ได้แก่พัฒนาการด้านอารมณ์ สังคม ภาษา เขาว่าปัญญา ตลอดจนความรู้สึก นึกคิด คำนิยม เจตคติและ อื่นๆ (นงพงา ลิมสุวรรณ, 2543)

การเติบโตหรือถูกเลี้ยงมาในครอบครัวที่มีความขัดแย้ง ขาดความปรองดองกัน มีความสัมพันธ์กับการเกิดปัญหาจิตเวชเด็ก ความขัดแย้ง ความเกลียดชัง การตำหนิติเตียนและการทะเลาะเบาะแว้งมีความสัมพันธ์กับการเกิดความคิดปกติของความประหลาดในเด็กชายและความคิดปกติทางอารมณ์ทั้งในเด็กชายและเด็กหญิง ความขัดแย้งในครอบครัวเป็นสาเหตุของความผิดปกติทางจิตเวชเด็กที่เกิดทั้งในครอบครัวที่ยากจนและร่ำรวยและไม่เกี่ยวข้องกับปัจจัยอื่น เช่น ขาดการอบรมดูแลหรือขาดกฎเกณฑ์ในบ้าน (อลิสตา วัชรสินธุ, 2546)

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์มีอยู่เป็นจำนวนมาก แต่ผู้วิจัยได้ศึกษาถึงความฉลาดทางอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งพอจะสรุปสาระสำคัญได้ดังต่อไปนี้ ในด้านปัจจัยต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์นั้น การศึกษาวิจัยในเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์ มีดังต่อไปนี้ อัมพร หัสศิริ (2543) ได้ศึกษาความสามารถทางเชาว์ปัญญาและความสามารถทางอารมณ์ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์ปัญญาและความสามารถทางอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีปัญหาการเรียน ในกลุ่มโรงเรียนทักษิณ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 156 คน โดยใช้แบบทดสอบเชาว์ปัญญาที่ชื่อ Colored Progressive Matrices และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่สร้างขึ้น โดยใช้แนวคิดของ โกล์แมน (Goleman, 1998) ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่มีผลการเรียนส่วนใหญ่มีความสามารถทางเชาว์ปัญญาอยู่ในเกณฑ์ไม่ดี กล่าวคือ มีระดับเชาว์ปัญญาต่ำกว่า 90 และมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อศึกษารายด้านและองค์ประกอบ พบว่าส่วนใหญ่จะมีความสามารถอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้น ด้านสมรรถนะส่วนบุคคล จะอยู่ในเกณฑ์ไม่ดี

พัชรินทร์ ไชยวงศ์ (2545) ได้ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 250 คน โรงเรียนสันป่าตองวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ.2545 ผลการศึกษาพบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ และลักษณะการอบรมเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อนุโณทัย คำเครื่อง (2545) ได้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 350 คน โรงเรียนท่ามะแกง อำเภอแม่เมาะ จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ.2545 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติ ความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมการเรียนมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และจากการเปรียบเทียบความฉลาด

ทางอารมณ์ของนักเรียนจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลเช่นอายุและการเลี้ยงดูของครอบครัวพบว่าไม่มี ความแตกต่างกัน

มรรยาท รุจิวิทย์ และศิริพร ศรีวิชัย (2547) ได้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียนใน โรงเรียนประถมศึกษาธรรมดา จำนวน 180 คน ตำบลคลองหนึ่ง อำเภอคลองหลวง จังหวัด ปทุมธานี พ.ศ.2545 พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาธรรมดา ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียน จำแนกตามตัวแปรด้านอายุ และระดับการศึกษาของบิดามารดา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ

กอตท์แมน (Gottman, 1998) นักจิตวิทยา ได้ศึกษาถึงผลการสอนทักษะความฉลาดทางอารมณ์ต่อ การเรียนของเด็กรวบรวมข้อมูลจาก 56 ครอบครัว แล้วติดตามผลอยู่หลายปีปรากฏว่าในกลุ่มที่พ่อแม่ เลี้ยงลูกแบบเน้นทักษะทางอารมณ์เด็ก จะมีผลการเรียนที่ดีกว่า ถึงแม้ว่าจะมีระดับไอคิว ใกล้เคียงกันก็ ตามที่สำคัญเด็กในกลุ่มดังกล่าว ยังมีความสัมพันธ์ที่ดีกับพ่อแม่ ครูและเพื่อนๆ สามารถควบคุมอารมณ์ ได้ดี ปรับตัวกับปัญหาความขัดแย้ง ความโกรธ ความเครียดได้ดี และมีความสุขในการดำเนินชีวิต

โดแนลสัน (Donaldson, 1997 อ้างใน Sadava, 1997) กล่าวว่าทักษะความฉลาดทางอารมณ์ มีความสำคัญมากกว่าความฉลาดทางสติปัญญา (IQ) ร้อยละ 20 ของการสำเร็จในงานได้จาก ความสามารถทางสติปัญญา (IQ) แต่ถ้าไม่มีความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) อาจล้มเหลวในการทำงาน ได้ คนเรียนเก่งทำคะแนนได้สูงในการสอบ แต่ในชีวิตการทำงานอาจต้องต่อสู้กับอารมณ์ของตนเองที่ แม้แต่ตนเองก็ไม่สามารถควบคุมได้และสุดท้ายก็ล้มเหลวในชีวิตการทำงาน เรื่องความฉลาดทาง อารมณ์สามารถพัฒนาได้ สามารถปรับเปลี่ยนแก้ไขให้ดีขึ้น ทักษะความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยให้ เรารู้จักจุดแข็งจุดอ่อนของตัวเอง แก้ไขจุดอ่อน ตัวอย่าง ถ้าเรามีปัญหาเรื่องความเครียด หากไม่มี ทักษะความฉลาดทางอารมณ์เราอาจต้องสูญเสียเวลา สุขภาพชีวิตในการผจญกับความเครียดมาก

จึงเห็นได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์นั้นมีความสำคัญมาก ไม่ว่าจะนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ในอาชีพการงาน เนื่องจากทำให้มนุษย์สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข และมีความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน ดังจะเห็นได้จากงานวิจัย บทความทั้งของนักวิจัยในประเทศและ ต่างประเทศข้างต้น ที่ต่างมองเห็นความสำคัญและให้ความสนใจในเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์

6. ลักษณะพื้นที่โรงเรียนในจังหวัดเชียงใหม่

การศึกษาครั้งนี้ศึกษาพื้นที่โรงเรียนในเขตเมือง เขตกึ่งเมืองและเขตชนบทซึ่งแต่ละเขตมีลักษณะดังต่อไปนี้

6.1 เขตเมือง ในการศึกษาลักษณะทางสิ่งแวดล้อม ทางสังคมและลักษณะทางโครงสร้าง ได้ข้อมูลเบื้องต้นดังนี้ (สุวลักษณ์ รัตนา, 2545)

6.1.1 ลักษณะสิ่งแวดล้อม มีประชากรอาศัยหนาแน่น เป็นศูนย์กลางของความเจริญต่างๆ สถานที่ตั้งมั่นคงแต่อยู่รวมกันแออัด เช่น แฟลต หอพัก อพาร์ตเมนต์ เป็นต้น ที่อยู่อาศัย กงทน อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นโรงงานอุตสาหกรรม ตึกและอาคารบ้านเรือน อากาศไม่ปลอดโปร่ง สิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติมีน้อย การคมนาคมสะดวกแต่การจราจรติดขัด

6.1.2 ลักษณะทางสังคม จากครอบครัวขยาย (extended family) กลายเป็นครอบครัวเดี่ยว (nuclear family) ที่มีเฉพาะพ่อแม่ลูก และดำรงชีวิตอยู่ในกรอบสังคมเมืองแบบวัตถุนิยม เลียนแบบการบริโภคที่ฟุ่มเฟือยและการละเลยทางด้านศาสนาและจริยธรรม (สนธยา พลศรี, 2545) เน้นความสำเร็จส่วนบุคคล มีการแข่งขันกันสูงมีชีวิตที่เร่งรีบ ทำให้ความใกล้ชิดของครอบครัวลดน้อยลง

6.1.3 ลักษณะของโรงเรียน ในเขตเมือง โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมให้เด็กวัยเรียนในการส่งเสริมความสามารถ ส่งเสริมการเรียนรู้ แต่มีสถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมและการออกกำลังกายคับแคบบทบาทของครูในการดูแลช่วยเหลือเด็กวัยเรียนไม่ทั่วถึง เนื่องจากมีจำนวนครูน้อยแต่มีจำนวนเด็กวัยเรียนมาก มีครูที่ผ่านการอบรมการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียน การช่วยเหลือเด็กวัยเรียนในลักษณะเพื่อนช่วยเพื่อนทำได้ยาก เนื่องจากข้อจำกัดของการจัดกิจกรรมภายในโรงเรียนและการปรับตัวเมื่อพบปัญหา (กรมสุขภาพจิต, 2543) รายละเอียดของโรงเรียนในเขตเมือง มีดังนี้

โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่เป็นโรงเรียนระดับประถมศึกษาขนาดใหญ่ในเขตอำเภอเมือง มีนักเรียนชายจำนวน 1,152 คนและนักเรียนหญิงจำนวน 1,074 คน รวมทั้งหมด 2,226 คน มีจำนวนบุคลากรครูทั้งหมด 100 คน มีสถานที่ภายในโรงเรียนมีบริเวณคับแคบ มีอาคารจำนวน 6 หลัง สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีจำนวนต้นไม้ไม่พอ บรรยากาศร้อน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครู นักเรียนและผู้ปกครองอยู่ในระดับปานกลาง ครูรู้จักนักเรียนและผู้ปกครองไม่มากนัก (โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่, 2547)

โรงเรียนพุทธโสภณเป็นโรงเรียนระดับประถมศึกษาขนาดใหญ่ในเขตอำเภอเมือง มีนักเรียนชายจำนวน 753 คน และนักเรียนหญิงจำนวน 599 คน รวมทั้งหมด 1,352 คน มีจำนวนบุคลากรครูทั้งหมด 60 คน มีสถานที่ภายในโรงเรียนมีบริเวณคับแคบ มีอาคารจำนวน 4 หลัง สิ่งแวดล้อมใน

โรงเรียน ต้นไม้มีจำนวนน้อย บรรยากาศร้อนอบอ้าว ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครู นักเรียนและผู้ปกครองอยู่ในระดับปานกลาง ครูรู้จักนักเรียนและผู้ปกครองไม่ทั่วถึง (โรงเรียนพุทธโสภณ, 2547)

6.2 เขตกิ่งเมือง ในการศึกษาลักษณะทางสิ่งแวดล้อม ทางสังคมและลักษณะทางโครงสร้าง ได้ข้อมูลเบื้องต้นดังนี้ (สุวลักษณ์ รัตตรา, 2545)

6.2.1 ลักษณะสิ่งแวดล้อม มีประชากรอาศัยหนาแน่น อยู่ติดเมื่อหลวงหรือเมืองใหญ่ๆและอยู่ในเขตเทศบาล หรือเขตติดต่อกับเทศบาล มีความเจริญทางด้านวัตถุมากขึ้น สถานที่ตั้งมั่นคง อยู่รวมกันแออัด เช่น บ้านจัดสรร เป็นต้น สิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติยังมีให้เห็นบ้าง เช่น ต้นไม้ ลำธาร การคมนาคมสะดวก การจราจรติดขัดในช่วงโมงเร่งด่วน

6.2.2 ลักษณะทางสังคม เป็นลักษณะครอบครัวเดี่ยว(nuclear family) มากขึ้นได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆมาก มีอาชีพค้าขาย อุตสาหกรรมและบริการต่างๆ เพราะสังคมมีความเจริญทางด้านวัตถุมากขึ้น มีวัดเป็นศูนย์กลางทางจิตใจของคนในสังคม ประชากรมีรายได้และรายจ่ายสูง ดำรงชีวิตคล้ายคลึงกับเขตเมืองคือมีการแข่งขันกันสูง มีชีวิตที่รีบเร่ง แต่ยังคงมีความผูกพันฉันท์พี่น้องและความเป็นชุมชนสูงกว่าในเขตเมือง

6.2.3 ลักษณะของโรงเรียน ในเขตกิ่งเมือง โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมการดูแลช่วยเหลือให้เด็กและส่งเสริมความสามารถทางสังคม มีจำนวนของครูเหมาะสมกับจำนวนเด็กวัยเรียน สะดวกในการจัดระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีครูที่ผ่านการอบรมการดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีห้องสำหรับจัดกิจกรรมและสถานที่ที่เอื้อต่อการจัดกิจกรรมต่างๆ เช่น สนามเด็กเล่น โรงเรียนมีการส่งเสริมการเรียนรู้ให้เด็กรู้จักสิทธิของตน เรียนรู้การปรับตนเองให้เข้ากับผู้อื่น จำนวนเด็กนักเรียนในเขตกิ่งเมืองมีไม่มากนัก สะดวกต่อการดูแลช่วยเหลือระหว่างกลุ่มของเด็กและเพื่อนอย่างเหมาะสม (กรมสุขภาพจิต, 2543) รายละเอียดของโรงเรียนในเขตกิ่งเมือง มีดังนี้คือ

โรงเรียนวัดเวฬุวันเป็นโรงเรียนระดับประถมศึกษาขนาดใหญ่ในเขตอำเภอสารภี ห่างจากอำเภอเมือง จ.เชียงใหม่ 13 กิโลเมตร มีนักเรียนชายจำนวน 396 คน และนักเรียนหญิงจำนวน 378 คน รวมทั้งหมด 774 คน จำนวนบุคลากรครูทั้งหมด 53 คน สถานที่ภายในโรงเรียนมีบริเวณกว้างขวาง มีตึกจำนวน 3 หลัง สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีต้นไม้จำนวนมาก บรรยากาศร่มรื่น มีสนามกีฬาที่กว้างขวาง มีที่พักผ่อนหลายจุด ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครู นักเรียนและผู้ปกครองอยู่ในระดับดี ครูรู้จักนักเรียนและรู้จักบ้านของนักเรียนค่อนข้างดี (โรงเรียนวัดเวฬุวัน, 2547)

โรงเรียนบ้านปากเหมือง เป็นโรงเรียนระดับประถมศึกษาขนาดกลางในเขตอำเภอสารภี ห่างจากอำเภอเมือง จ.เชียงใหม่ ระยะทาง 20 กิโลเมตร มีนักเรียนชายจำนวน 149 คน และนักเรียนหญิงจำนวน 146 คน รวมทั้งหมด 295 คน มีจำนวนบุคลากรครูทั้งหมด 18 คน มีสถานที่ภายในโรงเรียนและมีจำนวนอาคารเรียน 3 หลัง สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีต้นไม้จำนวนมาก บรรยากาศร่มรื่น มีสนามกีฬา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครู นักเรียนและผู้ปกครองอยู่ในระดับดี ครูรู้จักอุปนิสัยของนักเรียน และรู้จักประวัติของครอบครัวนักเรียนค่อนข้างดี (โรงเรียนบ้านปากเหมือง, 2547)

6.3 เขตชนบท ในการศึกษาลักษณะทางสิ่งแวดล้อม ทางสังคมและลักษณะทางโครงสร้าง ได้ ข้อมูลเบื้องต้นดังนี้ (สุวลักษณ์ รัตตรา, 2545)

6.3.1 ลักษณะสิ่งแวดล้อม ลักษณะชุมชนที่มีคนอาศัยอยู่น้อยหรือเบาบาง นอกเขตเทศบาลและเมืองหลวง อาสาสมัครวิสุทธิ เพราะไม่มีมลพิษจากโรงงานอุตสาหกรรมและการจราจร

6.3.2 ลักษณะทางสังคม มีลักษณะเป็นครอบครัวขนาดใหญ่ (ครอบครัวขยาย) สมาชิกในครอบครัวมักช่วยกันทำงานเพื่อผลิตอาหาร ทำสวน ทำไร่ ประมงและการหาของป่า มีลักษณะพึ่งตนเอง สรีทธาในศาสนาสูง เกรงครัดในระเบียบประเพณี วัฒนธรรม คนในชุมชนมีความผูกพันกันที่พี่น้อง (สนธยา พลศรี, 2545) วัดเป็นศูนย์กลางรวมจิตใจของชาวชนบท รวมทั้งใช้ประกอบกิจกรรม พิธีกรรมต่างๆ และใช้ด้านการศึกษา

6.3.3 ลักษณะของโรงเรียนในเขตชนบท โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมความสามารถทางสังคม สถานที่มีความสะดวกและเอื้อต่อการจัดกิจกรรม บทบาทของครูเป็นผู้ควบคุมดูแลการจัดกิจกรรมให้กับเด็กมากกว่าการดูแลช่วยเหลือเด็กในลักษณะเพื่อนช่วยเพื่อน มีจำนวนครูที่เหมาะสมกับจำนวนนักเรียน ครูบางท่านยังไม่ผ่านการอบรมการดูแลช่วยเหลือนักเรียน (กรมสุขภาพจิต, 2543) รายละเอียดของโรงเรียนในเขตชนบท มีดังนี้คือ

โรงเรียนชุมชนศรีจอมทอง เป็นโรงเรียนประถมศึกษาขนาดใหญ่ในเขตอำเภอจอมทอง ห่างจากอำเภอเมือง จ.เชียงใหม่ ระยะทาง 55 กิโลเมตร มีนักเรียนชายจำนวน 451 คน และนักเรียนหญิงจำนวน 413 คน รวมทั้งหมด 864 คน มีจำนวนบุคลากรครูทั้งหมด 46 คน มีสถานที่ภายในโรงเรียนมีบริเวณกว้างขวาง มีอาคารเรียน 3 หลัง สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีต้นไม้จำนวนมาก บรรยากาศร่มรื่น มีสนามกีฬาที่กว้างขวาง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครู นักเรียนและผู้ปกครองอยู่ในระดับดี ครูรู้จักอุปนิสัยของนักเรียนและรู้จักฐานะความเป็นอยู่ของผู้ปกครองดี (โรงเรียนชุมชนศรีจอมทอง, 2547)

โรงเรียนไทยรัฐวิทยา (บ้านหนองอาบช้าง) เป็นโรงเรียนประถมศึกษาขนาดกลางในเขตอำเภอจอมทอง ห่างจากอำเภอเมือง จ.เชียงใหม่ ระยะทาง 62 กิโลเมตร มีนักเรียนชายจำนวน 132 คน และ

นักเรียนหญิงจำนวน 100 คน รวมทั้งหมด 232 คน มีจำนวนบุคลากรครูทั้งหมด 23 คน มีสถานที่ภายในโรงเรียนมีบริเวณกว้างขวาง มีอาคารจำนวน 3 หลัง สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีต้นไม้จำนวนมาก บรรยากาศร่มรื่น มีสนามกีฬาและสวนหย่อมที่กว้างขวาง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครู นักเรียนและผู้ปกครองอยู่ในระดับดี ครูรู้จักอุปนิสัยของนักเรียนและรู้จักฐานะความเป็นอยู่ของผู้ปกครองดี (โรงเรียนไทยรัฐวิทยา [บ้านหนองอาบช้าง], 2547)

จากการที่ได้ศึกษาแนวคิด เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องว่าความฉลาดทางอารมณ์นั้นมีความสำคัญยิ่งต่อการที่จะทำให้บุคคลใช้ชีวิต และทำงานอย่างมีความเก่ง ความดี และมีความสุข ด้วยเหตุนี้ผู้ศึกษาจึงมีความต้องการที่จะศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียน ในจังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้แบบประเมินของสำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 – 6 ซึ่งเป็นเด็กวัยเรียนและเป็นวัยที่มีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ของตนเอง ผลของการศึกษาในครั้งนี้ สามารถทำให้รู้จักความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนได้เป็นอย่างดี เพื่อการพัฒนาและส่งเสริมการใช้ศักยภาพของนักเรียนในการดำเนินชีวิตครอบครัว การเรียนการทำงานและการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จต่อไป

กรอบแนวคิดในการศึกษา

ในการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียน ในจังหวัดเชียงใหม่ครั้งนี้ ผู้ศึกษาใช้กรอบแนวคิดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วยสำคัญ 3 ประการ ดังนี้ ด้านดี คือ ความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้แก่ การรู้จักควบคุมอารมณ์ การใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น และการยอมรับถูกผิด ด้านเก่ง คือ ความพร้อมที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ ได้แก่ ความมุ่งมั่นพยายาม การปรับตัวต่อปัญหา การกล้าแสดงออก ด้านสุข คือ ความพร้อมของอารมณ์ที่จะทำให้เกิดความสุข ได้แก่ ความพอใจในตนเอง การรู้จักปรับใจ และการรื่นเริงเบิกบาน คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะเป็นผู้ที่สามารถรับรู้ เข้าใจ และจัดการกับความรูสึกของตนเองได้ดี และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งจะนำไปสู่ความสำเร็จ ความพอใจในชีวิต และมีความคิดในการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ