

ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

ปริญญาณิพนธ์
ของ
จุฑานุช บุษปวนิช

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา
ตุลาคม 2547

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
จุฑานุช บุษปวนิช

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา
ตุลาคม 2547

h 2551567

จุฑานุช บุญพานิช. (2547). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา รองศาสตราจารย์เวชนี กรีทอง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2546 จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม กลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ แบบแผนการทดลองของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบ Randomized Control Group Pretest-Posttest Design สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ t-test

ผลการศึกษาค้นคว้าสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

THE EFFECT OF GROUP WORK ON EMOTIONAL INTELLIGENCE OF
PRATHOM SUKSA V STUDENTS OF WATTEWARAJKHUNCHORN
SCHOOL IN KHET DUSIT , BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
JUTANOOT BUSAPAVANICH

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Educational Psychology
at Srinakharinwirot University
October 2004

Jutanoot Busapavanich. (2004). *The Effect of Group Work on Emotional Intelligence of Prathom suksa v Students of Wattewarajkhunchorn School in Khet Dusit , Bangkok*. Master Thesis, M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee:Inst. Wilailuck Pongsopar , Assoc. Prof Waythanee Greethong.

The purposes of this experimental research were to study the effect of group work on emotional intelligence of Prathomsuksa v Students of Wattewarajkhunchorn School in Khet Dusit , Bangkok. In academic year 2003. The 30 simple students were randomly selected from population. Then they were divided into experimental group and control group . Each group consisted of 15 students . The experimental group was exposed to group work . The control group was exposed to normal class . The research instrument was the emotional intelligence test . The data was analyzed by t-test .

The results were as follows :


1. The emotional intelligence of the students that exposed to group work was significantly increased than before the experiment at .01 level .
2. The emotional intelligence of the students that exposed to conventional instruction was significantly increased than before the experiment at .01 level .
3. The emotional intelligence of the students that exposed to group work was significantly higher than those exposed to conventional instruction at .01 level .

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

ของ
นางสาวจุฑานุช บุขปนวิช



ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

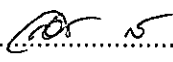



.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

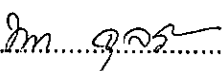
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)
วันที่ 15 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2547

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

 
.....ประธาน
(อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ เวชนี กรีทอง)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยล้อมแสง)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ ดร. พาสณา จุฬรัตน์)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีเนื่องจากความกรุณาของ อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์เวชนี กรีทอง กรรมการควบคุม ปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง และอาจารย์ ดร. พาสนา จุลรัตน์ กรรมการที่ได้รับแต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ ที่ช่วยกรุณาให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆด้วยความเมตตา นับตั้งแต่เริ่มต้นดำเนินการ จนเสร็จเรียบร้อยสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์ ดร. พาสนา จุลรัตน์ ที่ให้คำแนะนำ และเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะอาจารย์ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา ทุกท่านที่ ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้แก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ฉัตรละออ อ่อนละมุล อาจารย์ใหญ่โรงเรียน วัดเทวราชกุญชร อาจารย์ทำนุ ณะราย ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดวิมุตตดิยาราม อาจารย์อมราวดี ยอดศรี อาจารย์ประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร ที่ให้ความอนุเคราะห์ เวลา สถานที่ และอำนวยความสะดวกในการทดลองเครื่องมือและการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทุกคน ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณเพื่อน พี่ ปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษารุ่น 16 ทุกคน ที่คอย ช่วยเหลือ ให้กำลังใจ และ คำแนะนำที่ดีเสมอมา

ขอขอบคุณกลุ่มเพื่อน ปริญญาตรีวิชาเอกสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทุกท่าน ที่คอยช่วยเหลือและเป็นกำลังใจที่ดีเสมอมา

ท้ายสุดนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อวิชาญ คุณแม่ประนอม พี่ศนิษฐา น้องวุฒิชาญ บุษปวนิช และญาติพี่น้องทุกท่าน ที่ให้การสนับสนุนด้านทุนทรัพย์ ความรัก ความหวังใย และเป็นกำลังใจให้ จนประสบความสำเร็จในการศึกษาครั้งนี้

คุณค่าและประโยชน์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากงานวิจัยในครั้งนี้ ขอมอบให้กับคุณพ่อ คุณแม่ สมาชิกในครอบครัวทุกท่าน และบูรพาจารย์ทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้กับ ผู้วิจัยตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน

จุฑานุช บุษปวนิช

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	6
ตัวแปรที่ศึกษา.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	10
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	28
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์.....	30
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์.....	30
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์.....	45
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	48
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	48
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	48
วิธีดำเนินการทดลอง.....	51
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	52

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
สัญลักษณ์การวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	57
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า.....	57
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	59
อภิปรายผล.....	59
ข้อเสนอแนะ.....	62
บรรณานุกรม.....	64
ภาคผนวก.....	71
ภาคผนวก ก	72
ภาคผนวก ข	120
ภาคผนวก ค	124
ภาคผนวก ง	128
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	132

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest posttest Design.....	51
2 แสดงการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลัง ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม.....	54
3 แสดงการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลัง ได้รับการสอนแบบปกติ.....	55
4 แสดงการเปรียบเทียบผลต่างของความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับ การใช้กิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ.....	56
5 แสดงเวลาในการใช้กิจกรรมกลุ่มในกลุ่มทดลอง และการสอนแบบปกติ ในกลุ่มควบคุม.....	118
6 แสดงคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ กลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม.....	125
7 แสดงคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ กลุ่มควบคุม ก่อนและหลัง ได้รับการสอนแบบปกติ.....	126
8 แสดงการเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	127

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	10

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

เด็กเป็นทรัพยากรที่สำคัญของประเทศชาติ เป็นอนาคตของครอบครัวและชุมชน และการที่จะพัฒนาเด็กให้มีคุณภาพได้ ก็ต้องเริ่มต้นจากครอบครัว ซึ่งเป็นสถาบันแรกที่จะได้รับการปลูกฝัง วางรากฐานและการอบรมเลี้ยงดูอย่างถูกต้อง เพราะไม่มีสถาบันใดที่ทำหน้าที่อบรมเลี้ยงดูเด็กได้ดีเท่าครอบครัว ซึ่งให้การเลี้ยงดูเด็กให้เติบโตขึ้นในสังคมได้ดี เพราะเด็กจะได้รับทั้งความรัก ความอบอุ่น ซึ่งจะหาที่อื่นไม่มีอีกแล้ว (อัจฉรา สุขารมณ. 2542 : 5) และอีกสถาบันหนึ่งที่ทำให้ความรู้ ความอบอุ่นรอนลงมาจากครอบครัว ก็คือ โรงเรียน ซึ่งทั้งสองสถาบันนี้ก็มุ่งหวังให้เด็กเติบโตพัฒนาเป็นประชากรที่มีคุณภาพ ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่เดิมก็มุ่งหวังให้เป็นเด็กฉลาดและเก่งมาก่อนเป็นอันดับหนึ่ง ซึ่งก็จะมุ่งเน้นไปที่การพัฒนาการทางด้านสติปัญญาให้แก่เด็ก พยายามเสริมสร้างทุกวิถีทางเพื่อให้เด็กฉลาดและเก่ง โดยบางครั้งลืมนึกไปว่าความฉลาดและเก่งนั้น ไม่เป็นการเพียงพอแล้วสำหรับปัจจุบันนี้ ซึ่งพบแล้วว่า คนที่มีสติปัญญาสูง ไม่ใช่คนที่ประสบผลสำเร็จในชีวิตเสมอไป สติปัญญาเป็นเพียงส่วนประกอบหนึ่งเท่านั้น แต่ความฉลาดทางอารมณ์ต่างหากเป็นส่วนประกอบสำคัญที่ประคับประคองให้เราประสบผลสำเร็จในชีวิตอย่างแท้จริงในทุกด้าน (Salovey, Mayer and Caroso ; 1997)

ปัจจุบันวงการจิตวิทยาได้เริ่มต้นตัวและให้ความสนใจกับความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence หรือ Emotional Quotient ซึ่งปัจจุบันมักเรียกย่อๆว่า EQ) เพราะเชื่อว่าความฉลาดทางอารมณ์น่าจะเป็นตัวส่งเสริมความสำเร็จและเป็นความสามารถที่จะทำให้บุคคลทำงานหรือมีชีวิตร่วมกับผู้อื่นและกับตนเองได้อย่างดีมีความสุข (วิลาสลักษณ์ ชวัลลี. 2543 : 63) และมีนักจิตวิทยาได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้หลายคน เช่น ซาโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey and Mayer. 1997 : 11) ได้ให้ความหมายว่า เป็นความสามารถในการรับรู้ ประเมิน และแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสม สามารถเข้าถึงและสร้างความรู้สึที่ดี ที่เกื้อกูลความคิด ได้เข้าใจอารมณ์และวิเคราะห์อารมณ์ที่เกิดขึ้น โดยใช้ความรู้จากอารมณ์ของตนเอง การรับรู้และควบคุมอารมณ์ได้ดีเพื่อให้เกิดความเจริญงอกงามของสุขภาพจิตและเชาวน์ปัญญา และโกลแมน (วิลาสลักษณ์ ชวัลลี. 2542 : 40 ; อ้างอิงจาก Goleman. 1998. *Working with emotional intelligence.*) ได้ให้ความหมายว่า เป็นสมรรถนะ (Capacity) ที่จะตระหนักรู้ความรู้สึกของตนเองและของผู้อื่น สมรรถนะที่จะจูงใจตนเอง และสมรรถนะที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเอง และจัดการในเรื่องความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างดี อีกทั้งได้เสนอกรอบแนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 5 องค์ประกอบ ดังนี้ การตระหนักรู้ตนเอง (Self-Awareness) การ

จัดการกับอารมณ์ของตนเอง (Self-Regulation) การจูงใจตนเอง (Motivation) การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) และ การมีทักษะทางสังคม (Social Skills)

ความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละด้านสามารถเพิ่มขึ้นได้ถ้าได้รับการฝึกฝน ดังที่โกลแมน (วิลลาสลักษณ์ ชวัลลสี. 2543 : 156 ; อ้างอิงจาก Goleman. 1998. *Working with Emotional Intelligence.*) ได้กล่าวว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์ไม่ได้ถูกกำหนดตายตัวมาจากพันธุกรรม และไม่ได้มีการพัฒนามากในช่วงวัยเด็กตอนต้นเหมือน IQ แต่ความฉลาดทางอารมณ์ส่วนใหญ่เกิดจากการเรียนรู้ และสามารถดำเนินต่อไปเรื่อยๆ ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้ จะเห็นได้ว่าหากมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กตั้งแต่ช่วงแรกๆ ก็จะทำให้เด็กเติบโตได้อย่างมีคุณภาพนอกเหนือไปจากสติปัญญา

จากเหตุผลที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ให้มีความสุขและประสบความสำเร็จ ผู้วิจัยจึงสนใจพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้น เพราะจะเป็นช่วงที่สำคัญในการค้นหาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น/ จากแนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมน (Goleman. 1998 : 26-27) ซึ่งแบ่งความฉลาดทางอารมณ์เป็น 5 องค์ประกอบ ดังที่กล่าวข้างต้น

และจากการที่ผู้วิจัยได้สำรวจข้อมูลเบื้องต้นของนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร โดยการสัมภาษณ์อาจารย์ใหญ่และอาจารย์แนะแนวเกี่ยวกับปัญหาที่พบในแต่ละระดับชั้น พบว่าอาจารย์ต่างเห็นว่าควรที่จะมีการพัฒนาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน เนื่องจากจะเป็นการพัฒนาความคิด และจะส่งผลต่อการเรียน และด้านอื่นๆต่อเนื่องกันอีกด้วย ผู้วิจัยจึงได้จัดทำแบบสอบถามปลายเปิด จำนวน 5 ข้อ ได้ผลดังนี้

ข้อที่ 1 ถามว่า ถ้าเพื่อนทำให้นักเรียนโกรธ นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่มีจำนวน 38 คน ตอบรู้สึกโมโห เสียใจ จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 68.42 นอกนั้นตอบ เฉยๆ ไม่พูดด้วย จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 31.58 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีจำนวน 38 คน ตอบว่า โกรธ โมโห เสียใจ แค้น จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 94.74 นอกนั้นตอบไม่พูดด้วย จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 5.26 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีจำนวน 37 คน ตอบว่า โกรธ โมโห เสียใจ แค้น จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 54.05 นอกนั้นตอบว่า เฉยๆ ไม่พูดด้วย จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 45.95

จากการสำรวจข้อ 1 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ขาดการตระหนักรู้ในตนเองมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.90 รองลงมาคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และ 6 คิดเป็นร้อยละ 31.71 และ 24.39 ตามลำดับ

ข้อ 2 ถามว่า จากความรู้สึกในข้อ 1 นักเรียนจะทำอย่างไร พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ตอบว่า ว่ากล่าว ดักเตือน ให้ขอโทษ จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 57.89 ตอบว่าต่อหน้า ต่ำแรงๆ ทำกลับ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 10.53 นอกนั้นตอบว่าเดินหนี เฉยๆ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 31.58 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบว่าไม่ทำอะไร ไม่พูดด้วย จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 47.37 ตอบว่าไล่ตอย ต่ำกลับ จำนวน

13 คน คิดเป็นร้อยละ 34.21 ตอบว่าให้ขอโทษ ว่ากล่าว ดักเตือน จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 18.42 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบว่า เฉยๆ ไม่ยุ่งด้วย จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 40.54 ตอบว่า ด่ากลับ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 27.03 ตอบว่าดักเตือน จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 32.43

จากการสำรวจข้อ 2 พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ขาดการควบคุมตนเองมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 48.15 รองลงมาคือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และ 4 คิดเป็นร้อยละ 37.04 และ 14.81 ตามลำดับ

ข้อ 3 ถามว่า ถ้านักเรียนทำอะไรไม่ได้ตามที่หวังไว้ นักเรียนจะอย่างไร พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ตอบว่า พยายามมากขึ้น อ่านหนังสือหลายๆ ตั้งใจเรียน จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 29.95 ตอบว่า เสียใจ ผิดหวัง จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 52.63 ตอบว่า ไม่สนใจ ไม่รู้สึก จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 18.42 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบว่า ถ้ามครุ ตั้งใจเรียน พยายามมากขึ้น จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 50 ตอบว่า เสียใจ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 27.03 ตอบว่า ไม่ใส่ใจ เฉยๆ จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 28.95 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบว่า ตั้งใจมากขึ้น จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 56.76 ตอบว่าเสียใจ ไม่อยากให้เกิดขึ้น จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 13.51 และตอบว่า ไม่ใส่ใจ เฉยๆ จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 29.73

จากการสำรวจข้อ 3 พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ขาดการสร้างแรงจูงใจให้ตนเองมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 37.93 เท่ากัน และชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 รองลงมาคิดเป็นร้อยละ 24.14

ข้อ 4 ถามว่า ขณะที่นักเรียนสนทนากับผู้อื่น นักเรียนทราบหรือไม่ว่าเขารู้สึกกับเราอย่างไร พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ตอบว่ารู้จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 34.21 ตอบว่าไม่รู้ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 65.79 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบว่ารู้จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 47.37 ตอบว่าไม่รู้ จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 52.63 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบว่า รู้ จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 59.46 ตอบว่าไม่รู้จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 40.54

จากการสำรวจข้อ 4 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ขาดการเอาใจเขามาใส่ใจเรามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 41.67 รองลงมา คือชั้นประถมปีที่ 5 และ 6 คิดเป็นร้อยละ 33.33 และ 25 ตามลำดับ

ข้อ 5 ถามว่า ถ้านักเรียนพบคนที่ไม่ชอบหน้า (เคยทะเลาะกัน) นักเรียนจะอย่างไร พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ตอบว่า เดินหนี ไม่พบหน้า ไม่พูดด้วย จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 57.89 ตอบว่า ชวนคุย ทำตัวตามสบาย จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 42.11 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบว่า ไม่พูดด้วย เดินหนี นินทา จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 65.79 ตอบว่า ทำตัวตามสบาย ไม่คิดมาก จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 34.21

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบว่า นินทา เดินชน ไม่สนใจ จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 81.08 ตอบว่า ไม่แค่น ขวนคุยให้รู้เรื่อง จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 18.92

จากการสำรวจข้อ 5 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ขาดทักษะทางสังคมในเรื่องความสัมพันธ์ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 38.96 รองลงมาคือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 4 คิดเป็นร้อยละ 32.47 และ 28.57 ตามลำดับ

จากข้อมูลดังกล่าว นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีปัญหาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุดเนื่องจากที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบคำถามแบบสอบถามแล้วพบว่าขาดการตระหนักรู้ในตนเองมากที่สุดในข้อที่ 1 ขาดการควบคุมตนเองมากที่สุดในข้อที่ 2 และขาดการสร้างแรงจูงใจให้ตนเองมากที่สุดในข้อที่ 3 ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อตัวเด็กเอง เพราะเด็กจะรู้สึกไม่มีความสุขในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม เพราะพฤติกรรมดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าเด็กไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างถูกต้อง ไม่เข้าใจผู้อื่นและไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ ดังที่โกลแมน (Goleman, 1998 : 317) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์คือความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น เพื่อสร้างแรงจูงใจในตนเองในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ โดยโกลแมนได้จำแนกความฉลาดทางอารมณ์ ออกเป็น 2 สมรรถนะ คือ สมรรถนะทางสังคม และสมรรถนะส่วนบุคคล ซึ่งสมรรถนะทางสังคมเป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่น มี 2 องค์ประกอบ คือ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา คือ ความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น รู้ความต้องการของผู้อื่น และทักษะทางสังคม คือ การรักษาหรือคงไว้ซึ่งความสัมพันธ์ภาพให้ดำเนินอย่างราบรื่น ส่วนสมรรถนะส่วนบุคคล มี 3 องค์ประกอบ คือ การตระหนักรู้ตนเอง คือ โกรธก็รู้ว่าโกรธ เสียใจก็รู้ว่าเสียใจ การควบคุมตนเองคือ เมื่อรู้ว่าเกิดอารมณ์โกรธ เศร้า เสียใจ ควรทำอย่างไร และการสร้างแรงจูงใจ คือ การกระตุ้น การสร้างความกระตือรือร้น การเตือนตนเอง ให้กำลังใจตนเองให้ไปสู่เป้าหมาย

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ วิธีหนึ่งก็คือกิจกรรมกลุ่ม ดิงกี้ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 2, 137) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการที่ดี เพราะเป็นการเรียนรู้โดยปฏิบัติจริง สามารถช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความซาบซึ้งและพึงพอใจที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงตนเอง กิจกรรมกลุ่มเป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม นอกจากนี้ กิจกรรมกลุ่มยังสามารถสนองความต้องการพื้นฐานด้านจิตใจของบุคคล เช่นความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความต้องการการยอมรับจากหมู่คณะ และยังช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทางอารมณ์ สังคม เมื่อบุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีการทำกิจกรรมร่วมกัน จะมีสัมพันธภาพซึ่งกันและกัน จึงเป็นโอกาสให้ได้ทำความเข้าใจตนเองและสมาชิกภายในกลุ่มด้วย ส่วนโรเจอร์ (Rogers, 1970 : 121-122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของ กิบบ์ (Gibb) ที่พบว่าวิธีการกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรค์ทางด้านจิตวิทยามาก กล่าวคือ จะมีการเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจ มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตนเอง มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ บุคคลจะยอมรับตนเอง พัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง

เข้าใจตนเอง และมีความมั่นใจมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ บัทตัน (Button. 1974 : 1-2) ที่ว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายช่วยเสริมสร้างมนุษย์ให้เติบโตและพัฒนาขึ้น สอดคล้องกับ ชารีไทร์ (จรีวรรณ วัฒนจินะพงษ์. 2537 : 20 ; อ้างอิงจาก Charritier.1974) กล่าวว่ากิจกรรมกลุ่มมีส่วนช่วยในการพัฒนาในด้านต่างๆ จึงเป็นการช่วยบุคคลได้พัฒนาตนเอง นับตั้งแต่การเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเองอย่างเหมาะสม เข้าใจตนเอง และสอดคล้องกับ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 15-19) กล่าวว่า คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มสามารถสร้างพัฒนาการให้บุคคลในกลุ่มได้เป็นอย่างดี พัฒนาความสามารถที่มีอยู่ในตัวบุคคลให้ดีขึ้น นักเรียนที่เข้าร่วมมีโอกาสพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ และดังผลวิจัยของ โสภภาพรรณ สุขเฟื่องฟู (2545 : 95) ได้ศึกษาการใช้โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน และผลวิจัยของ สุภา แสงพรหม (2545 : 55) ที่ใช้บทบาทสมมติและกรณีตัวอย่าง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมกลุ่ม ได้ผลคือ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนได้ จากคำกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยมีความเห็นว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ เพราะกิจกรรมกลุ่มเป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายช่วยเสริมสร้างนักเรียนให้เติบโตพัฒนาขึ้น ทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมมีโอกาสพัฒนาตนเองในด้านความฉลาดทางอารมณ์ให้ดีขึ้น

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์
2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้รับการสอนแบบปกติ
3. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ และนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาในครั้งนี้ จะเป็นแนวทางให้ผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ครู และผู้ชำนาญในการใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อนำไปใช้พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความฉลาดทางอารมณ์น้อย จำนวน 38 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความฉลาดทางอารมณ์น้อย จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. กิจกรรมกลุ่ม

หมายถึง กระบวนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ โดยให้นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและสมาชิกในกลุ่มที่เกิดขึ้นในขณะนั้น นักเรียนจะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง เป็นการเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นการมีส่วนร่วม

โดยให้นักเรียนลงมือปฏิบัติหรือทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

ขั้นที่ 2 ขั้นการวิเคราะห์

โดยการให้นักเรียนได้ร่วมกันวิเคราะห์ และสรุปจากกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติและอภิปรายร่วมกัน เพื่อให้นักเรียนมีความรู้กว้างขวาง รวมทั้งเพื่อให้นักเรียนรู้จักตนเองดีขึ้น

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

โดยให้นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่มมาสรุปเป็นหลักการของตนเอง และสามารถนำหลักกรนั้นมาใช้ให้เหมาะสมกับตนเอง

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

โดยให้ นักเรียนร่วมกัน ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และจากกลุ่ม โดยการร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็น และให้ข้อเสนอแนะร่วมกันของสมาชิกในกลุ่ม

ซึ่งในการศึกษาคั้งนี้ จะใช้เทคนิคดังนี้ คือ การอภิปรายกลุ่ม กรณีตัวอย่าง และเกม โดยแต่ละเทคนิคมีขั้นตอนดังนี้

1.1 การอภิปรายกลุ่ม หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ โดยการเปิดโอกาสให้นักเรียนทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกทั้งด้านความคิดและการปฏิบัติ โดยนักเรียนอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตน โดยเสรี เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และเกิดแนวคิดในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นการมีส่วนร่วม นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง และแสดงความคิดเห็นอภิปรายในหัวข้อที่ผู้วิจัยกำหนดให้

ขั้นที่ 2 ขั้นการวิเคราะห์ นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์จากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม โดยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน นำมาสรุปเป็นหลักการของตนเอง แล้วนำหลักการนั้นมาใช้ให้เหมาะสมกับตนเอง

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล นักเรียนร่วมกันประเมินการเรียนรู้ของตนเองโดยการร่วมกันอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะ แล้วนำไปใช้ในชีวิตจริงของตนเอง

การอภิปรายกลุ่ม ใช้ในครั้งที่ 2 , 3 , 5 , และ 7

1.2 กรณีตัวอย่าง หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ โดยการนำเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริง มาดัดแปลงใช้เป็นกรณีตัวอย่างให้นักเรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปราย สร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหานั้น และการอภิปรายจะช่วยให้นักเรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการนำเอากรณีต่างๆซึ่งคล้ายคลึงกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง และมีความหมายสำหรับนักเรียนมากยิ่งขึ้น โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นการมีส่วนร่วม ให้นักเรียนศึกษากรณีตัวอย่างโดยการอ่านเนื้อเรื่องหรือดูวิดีโอ แล้วแสดงความคิดเห็นอภิปรายในหัวข้อที่ผู้วิจัยกำหนด

ขั้นที่ 2 ขั้นการวิเคราะห์ นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์จากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม โดยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน นำมาสรุปเป็นหลักการของตนเอง แล้วนำหลักการนั้นมาใช้ให้เหมาะสมกับตนเอง

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล นักเรียนร่วมกันประเมินการเรียนรู้ของตนเอง โดยการร่วมกันอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะ แล้วนำไปใช้ในชีวิตจริงของตนเอง

กรณีตัวอย่าง ใช้ในครั้งที่ 6 , 8 , 9 และ 10

1.3 เกม หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ โดยการสร้างสถานการณ์สมมติขึ้นให้นักเรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงตามที่กำหนดไว้ ซึ่งนักเรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผลออกมาเป็นการแพ้ชนะ เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และเกิดแนวคิดในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นการมีส่วนร่วม ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อย พร้อมทั้งชี้แจงถึงขั้นตอนในการทำกิจกรรม จากนั้นให้นักเรียนลงมือปฏิบัติตามข้อตกลงที่กำหนดไว้ตามเวลาที่กำหนด

ขั้นที่ 2 ขั้นการวิเคราะห์ นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์จากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม โดยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน นำมาสรุป เป็นหลักการของตนเอง แล้วนำหลักการนั้นมาใช้ให้เหมาะสมกับตนเอง

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล นักเรียนร่วมกันประเมินการเรียนรู้ของตนเอง โดยการร่วมกันอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะ แล้วนำไปใช้ในชีวิตจริงของตนเอง

เกม ใช้ในครั้งที่ 4 และ 11

2. การสอนแบบปกติ

หมายถึง วิธีการสอนที่ผู้วิจัยใช้การบรรยายประกอบการใช้สื่อการสอน การซักถามนักเรียน การเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามและสรุป โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ ผู้วิจัยชี้แจงจุดประสงค์การเรียนรู้ และสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสอน ผู้วิจัยบรรยายประกอบการใช้สื่อการสอนที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้ ข้อสนทนา แผ่นพับ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ และเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็น และสรุปสาระสำคัญที่ได้จากการเรียน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

3. ความฉลาดทางอารมณ์

หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการควบคุมอารมณ์โดยให้ความสำคัญกับความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น สามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ดังรายละเอียดคือ

3.1 ด้านสมรรถนะส่วนบุคคล คือนักเรียนสามารถบริหารจัดการกับตัวของนักเรียนเองได้เป็นอย่างดี แบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

3.1.1 การตระหนักรู้ตนเอง คือ การที่นักเรียนสามารถที่จะรับรู้

และเข้าใจ ความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนเอง สามารถสำรวจตนเอง รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง ประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง ได้แก่ รู้ว่าตนเองกำลังรู้สึกอย่างไรในขณะนั้น เช่น โกรธ โมโห เสียใจ

3.1.2 การควบคุมตนเอง คือ การที่นักเรียนมีความสามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถควบคุมตนเองได้ มีความสามารถในการปรับตัว และเมื่อมีความทุกข์ใจก็สามารถกลับคืนสู่สภาพปกติได้ ได้แก่ เมื่อนักเรียนโกรธ นักเรียนก็สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

3.1.3 การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง คือการที่นักเรียนมีความสามารถในการจูงใจ กระตุ้น สร้างความกระตือรือร้นให้แก่ตนเอง รู้จักเตือนตนเอง ให้กำลังใจ และมีความพยายามที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย ได้แก่ นักเรียนสามารถทำให้อารมณ์โกรธ อารมณ์แค้นหายไปได้

3.2 ด้านสมรรถนะทางสังคม คือ ความสามารถของนักเรียนในการสร้าง และรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น แบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ

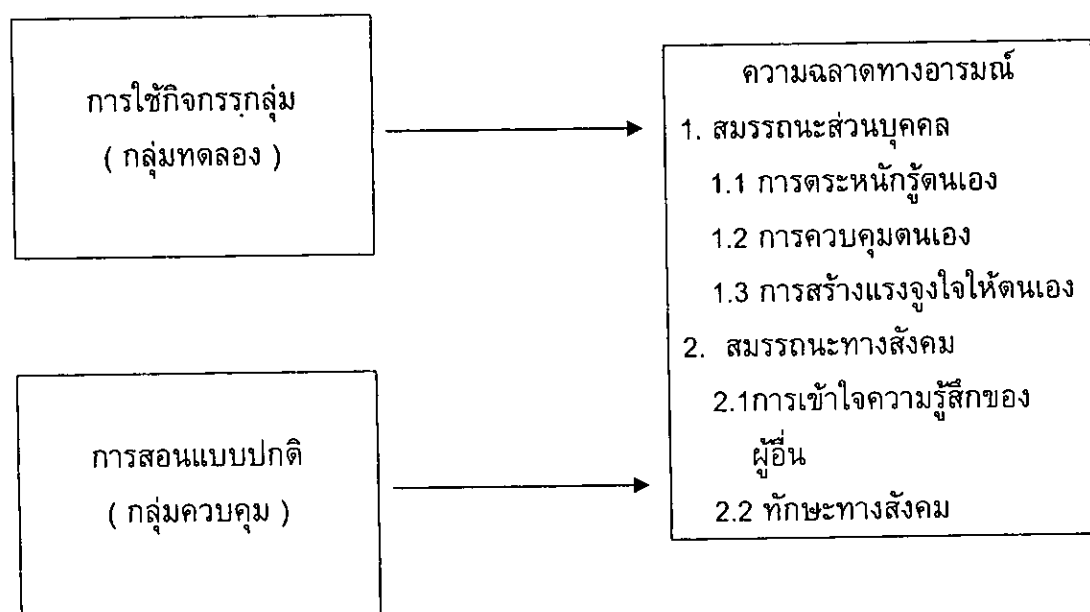
3.2.1 การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น คือ การที่นักเรียนรู้เท่าทัน ความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น ใต้รับรู้ว่า ผู้อื่นกำลังรู้สึกอย่างไร สามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นได้ ได้แก่ การที่นักเรียนไม่ยึดความคิดเห็นของตนเองเป็นหลัก ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และมีความเข้าใจผู้อื่น รู้ความรู้สึกของผู้อื่น

3.2.2 ทักษะทางสังคม คือ การที่นักเรียนสามารถจัดการกับ อารมณ์ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ดี สามารถอ่านสภาพการณ์ทางสังคมและบุคคลที่เกี่ยวข้องกับตนเองได้ดี ได้แก่ ครู พ่อแม่ และเพื่อน สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ได้แก่ นักเรียนสามารถทำงานเป็นกลุ่มกับเพื่อนได้ดี สามารถเป็นผู้นำกลุ่มได้

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น หลังจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น หลังจากที่ได้รับ การสอนแบบปกติ
3. นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับ การสอนแบบปกติ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

1.1.1 ความหมายของกลุ่ม

กัลลี (Gully. 1963 : 62) กล่าวว่า กลุ่มมีความหมายลึกซึ้งกว่าการที่บุคคลมาอยู่ร่วมกัน แต่กลุ่มจะต้องประกอบด้วยลักษณะสำคัญ 3 ประการคือ มีวัตถุประสงค์ร่วมกันและวัตถุประสงค์นั้นจะต้องสนองความต้องการของสมาชิกแต่ละคนด้วย มีผลของการทำงานจากความร่วมมือของสมาชิกทุกคนในกลุ่ม มีการสื่อสารทางวาจาหรือมีความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกวิธีใดวิธีหนึ่ง

บอนเนอร์ (Cartwright and Zander. 1968 : 45-47 อ้างอิงจาก Bornner. 1957) กล่าวว่า กลุ่ม หมายถึง บุคคลจำนวนหนึ่งซึ่งมีปฏิสัมพันธ์กันและมีการแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน

คาร์ทไรท์ (Cartwright. 1968 : 46-47) กล่าวถึงความหมายของ กลุ่ม ว่า หมายถึงบุคคลจำนวนหนึ่ง ซึ่งมีปฏิสัมพันธ์กันและกัน มีการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดซึ่งกันและกัน

เคมปี (Kemp. 1970 : 24-29) กล่าวว่า กลุ่มประกอบไปด้วยบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมารวมกัน มีปฏิสัมพันธ์และพึ่งพาอาศัยกัน มีผลประโยชน์ร่วมกัน มีความพอใจ มีการยอมรับและเคารพในความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและมีความรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม

ชอร์วีย์ (Shaw. 1977 : 11) ได้ให้ความหมายของกลุ่ม สรุปได้ว่า บุคคลสองคนหรือมากกว่ามีปฏิสัมพันธ์กันในลักษณะที่แต่ละบุคคลมีอิทธิพลและได้รับอิทธิพลซึ่งกันและกัน

จำเนียร ช่วงโชติ และคนอื่น ๆ (2521 : 4-6) ได้กล่าวว่า กลุ่มจะต้องเกิดจากบุคคลอย่างน้อยที่สุด 2 คนขึ้นไปประกอบกัน กลุ่มจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กัน หมายความว่าทั้งกลุ่มและบุคคลแยกกันไม่ได้จะต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กัน มีปฏิริยาโต้ตอบกันทั้งด้านความคิด กิริยาท่าทาง การกระทำ หรือคำพูด มีความสนใจร่วมกัน เพื่อสมาชิกจะได้รับประโยชน์ร่วมกัน มีแบบแผนต่อกันเพื่อให้บรรลุ

จุดมุ่งหมายอย่างเดียวกันจะต้องมีการกำหนดหน้าที่แบ่งความรับผิดชอบและระเบียบกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เป็นแนวทางให้สมาชิกปฏิบัติ

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2527 : 263) กล่าวว่า กลุ่ม หมายถึง การที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปมาอยู่ร่วมกันในสังคมโดยมีลักษณะสำคัญต่าง ๆ ร่วมกัน หรือมีลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่งดังนี้

1. มีการรับรู้ร่วมกันในสังคม
2. มีแรงจูงใจอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน
3. มีเป้าหมายอย่างเดียวกันหรือมีเป้าหมายร่วมกัน
4. มีค่านิยม หรือปทัสถานของกลุ่มที่จะควบคุม และกำหนดพฤติกรรมของ

สมาชิกในกลุ่มให้เป็นระเบียบ

5. มีการเกี่ยวข้องปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม
6. มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน
7. มีการสื่อสารทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทาง

ศุภวดี บุญดวงศ์ (2527 : 5) ได้สรุปความหมายของกลุ่มเอาไว้ว่า กลุ่ม หมายถึง

1. จะต้องประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไป
2. สมาชิกภายในกลุ่ม มีการปฏิสัมพันธ์กันพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มี

ความสัมพันธ์กันทางด้านจิตใจ

3. การปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกจะมีจุดมุ่งหมายร่วมกัน
4. กลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการของสมาชิก

ค. คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 1-2) ได้อธิบายธรรมชาติของกลุ่มว่า กลุ่ม หมายถึง การรวมตัวของบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป เพื่อทำงานร่วมกันและให้บรรลุจุดมุ่งหมายอันเดียวกัน (Common Goal) ส่วนฝูงชน (A crowd) เป็นเพียงการมารวมกันโดยมิได้ทำกิจกรรมอื่นใดเลย และกลุ่มชน (A mob) หมายถึง กลุ่มที่ไม่มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและแต่ละคนขาดความเป็นตัวของตัวเอง แต่สำหรับกลุ่มนั้นสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน สร้างบุคลิกลักษณะสร้างพลังของความสำนึกในการเป็นสมาชิกของกลุ่มซึ่งจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ โดยมีจุดมุ่งหมายในเชิง

นิมาน

พรรณพิศ วาณิชยการ (2535 : 24) ได้กล่าวว่า กลุ่ม หมายถึง บุคคลตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไปที่มีการกระทำร่วมกันเพื่อบรรลุสู่เป้าหมายร่วมกันและเป็นการอยู่ร่วมกันในลักษณะที่มุ่งสนองความต้องการบางประการของแต่ละบุคคล

จากความหมายของกลุ่มดังที่ได้มีผู้กล่าวมาแล้วข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า กลุ่ม หมายถึง การที่บุคคลมาอยู่ร่วมกัน ตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปโดยมีปฏิสัมพันธ์กัน มีวัตถุประสงค์ร่วมกัน ให้ความสนใจในสิ่งเดียวกัน ร่วมกันทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์อย่างเดียวกัน

1.1.2 ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 9-11) กล่าวถึง ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม ดังนี้

1. บุคคลแต่ละคนมีความสามารถพิเศษในตนเอง แม้ว่าความสามารถจะแตกต่างกันออกไปแต่ก็ทำให้บุคคลสามารถช่วยเหลือกลุ่ม โดยการนำความสามารถเหล่านั้นมาใช้กับการทำงานกลุ่ม นำมาส่งเสริมการทำงานร่วมกันเป็นผลดีต่อประสิทธิภาพของการทำงานโดยส่วนรวม

2. ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม จะส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มได้พัฒนาความสามารถพิเศษขึ้นมาแล้วนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่มได้ จะเห็นได้ว่าสมาชิกในกลุ่มจะช่วยให้บุคคลแต่ละคนได้รับโอกาสในการพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ที่มีความสามารถในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ได้

3. บุคคลแต่ละคนจะมีอิทธิพลต่อกลุ่ม และในขณะเดียวกันกลุ่มก็จะมีอิทธิพลต่อบุคคลแต่ละคนเช่นกัน จากกระบวนการในกลุ่มนี้เองจะทำให้สมาชิกเรียนรู้การรู้จักให้ (Give) และการรู้จักรับ (Take) ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่ควรจะมี

4. กลุ่มจะช่วยส่งเสริมบุคคล ให้มีการพัฒนาทัศนคติทางสังคมในทางที่ดี เนื่องจากการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มนั้น บุคคลได้มีโอกาสเรียนรู้ทัศนคติทางสังคมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่มได้เน้นถึงความแตกต่างของบุคคลแต่ความแตกต่างดังกล่าวสามารถนำมาช่วยเหลือกลุ่ม เป็นประโยชน์ต่อกลุ่มและตนเอง นอกจากนี้กลุ่มจะช่วยส่งเสริมให้มีทัศนคติทางสังคมในทางที่ดีด้วย

1.1.3 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เคมปี (Kemp. 1956 : 504) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ทำให้ทุกคนได้มีโอกาสรวมกันเป็นกลุ่มเพื่อแก้ปัญหา หรือเพื่อกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยมีวัตถุประสงค์ที่แน่นอน

คาร์ทไรท์ และแซนเดอร์ (Carwright and Zander. 1960 : 3) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นการนำเอาวิธีการต่าง ๆ เช่น บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง เกม การอภิปรายกลุ่ม การสังเกต และการให้ข้อวิจารณ์ซึ่งกันและกันเพื่อช่วยในการตัดสินใจร่วมกัน

โอห์ลเซน (Ohlsen. 1970 : 6-7) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม 2 ประการ ดังนี้

1. กิจกรรมกลุ่มที่ผู้นำเป็นผู้ให้ข้อมูลรายละเอียดต่างๆ แก่สมาชิกหรือผู้นำการอภิปราย เพื่อที่สมาชิกได้บรรลุถึงความมุ่งหมายต่าง ๆ ของกลุ่ม โดยปกติผู้นำกลุ่มแบบนี้จะให้ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ และสังคม และส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มนำข้อมูลเหล่านั้นมาอภิปรายเพื่อประโยชน์สำหรับตนเอง เช่น การปฐมนิเทศ การปัจฉิมนิเทศ หรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดในช่วงเริ่มต้น ในการทำกิจกรรมกลุ่มแบบนี้ใครจะเป็นผู้ดำเนินการวางแผนให้กับสมาชิก เป็นต้น

2. กิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ ที่สมาชิกเป็นผู้ดำเนินการ คือ ได้วางแผนร่วมกันจัดขึ้นเอง เช่น กลุ่มอภิปรายในเรื่องต่างๆที่นักเรียนสนใจหรือกิจกรรมเสริมหลักสูตร เป็นต้น

ทองเวียน อมรัชกุล (2520 : 4-5) กล่าวว่า กลุ่มจะต้องประกอบไปด้วยบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปรวมกันอยู่โดยมีวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันซึ่งสมาชิกแต่ละคนจะมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อันก่อให้เกิดประโยชน์แก่สมาชิกและสังคมต่อไป ส่วนวิธีการที่นำไปใช้ในกลุ่มจะมีองค์ประกอบและกระบวนการที่แตกต่างกันออกไป เช่น กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มฝึกอบรม (T-Group) และกลุ่มฝึกความรู้สึกไว (Sensitivity Group)

บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2526 : 35) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กลุ่มใด ๆ ที่ให้สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกันเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เนื่องจากมีโอกาสวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น ตลอดจนได้วิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม โดยการช่วยเหลือและสนับสนุนจากผู้นำกลุ่มตลอดเวลาที่ร่วมกระทำกิจกรรมนั้น และมีผลทำให้บุคคลเกิดความเจริญงอกงามในทุกด้าน

ศุภวดี บุญญวงษ์ (2527 : 2) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) หมายถึง การร่วมกันวางแผน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกต่อสมาชิกกลุ่ม หรือสมาชิกต่อกลุ่ม หรือกลุ่มต่อสมาชิกซึ่งมีผู้นำกลุ่มที่ได้รับการฝึกฝนเป็นอย่างดีช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกได้พัฒนาบุคลิกภาพที่เป็นประโยชน์ต่อการทำงานกลุ่ม ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานกลุ่ม และกลุ่มได้ประสบผลสำเร็จในการทำงานครั้งนั้น ๆ ด้วย

คมเพชร ฉัตรสุภกุล (2530 : 14) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การนำประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่สมาชิกต้องการและการเปลี่ยนแปลงโดยส่วนรวม ผู้นำจะสามารถทำงานให้มีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อเขาได้เรียนรู้วิธีการที่จะช่วยอำนวยความสะดวกให้เกิดปฏิสัมพันธ์อย่างสร้างสรรค์ระหว่างสมาชิกแต่ละคน โดยวิธีการดังกล่าวแล้ว ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในตัวบุคคลทุกคนและกลุ่มที่จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

ประนอม เดชชัย (2531 : 100-101) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึงกิจกรรมต่าง ๆ ที่ดำเนินการโดยกลุ่ม ทำเป็นกลุ่ม กิจกรรมประเภทนี้จะช่วยฝึกประสบการณ์ต่าง ๆ ของ

ผู้เรียนให้พัฒนาขึ้น เช่น ช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ฝึกทักษะทางสังคม ฝึกให้ผู้เรียนยอมรับมติของกลุ่มเพื่อพัฒนาความเป็นประชาธิปไตยของผู้เรียน

พรรณพิศ วาณิชการ (2535 : 24) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การกระทำกิจกรรมร่วมกันของบุคคลในกลุ่มซึ่งร่วมกันวางแผนงานตามเป้าหมายและจัดประสบการณ์เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ขึ้นทั้งในตัวบุคคลและในกลุ่ม

อำนาจ กังเทเวศน์ (2543 : 70) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า หมายถึง บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปอยู่รวมกันเป็นกลุ่มมีการทำกิจกรรมทั้งกิจกรรมที่มีผู้นำ ดำเนินการให้ข้อมูลหรือแนวทางในการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม หรือสมาชิกการกระทำร่วมกันในจุดหมายเดียวกันมีบทบาทหน้าที่ของแต่ละคน สร้างประสบการณ์ร่วมกันในกลุ่มร่วมกันดำเนินกิจกรรมนั้นเองเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่สมาชิกในกลุ่มตั้งเป้าหมายเอาไว้

จากความหมายของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าวมาแล้ว พอสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่เกิดจากบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์ร่วมกัน มาร่วมกันในการวางแผนกระทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์กันเพื่อให้บรรลุในวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ร่วมกันโดยมีการวิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกและผู้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนเอง และได้ทำการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี

1.1.4 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เบนเนทท์ (Bennett. 1963 : 8-9) ได้สรุปจุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทางด้านการศึกษา อาชีพ สังคม และส่วนตัว จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น เช่น การปฐมนิเทศ นักเรียนที่เข้าใหม่ การศึกษาชีวิตการทำงานและปัญหาของการปรับตัวต่ออาชีพ การได้มีโอกาสศึกษาปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นกลุ่มจะช่วยให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้
2. ก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่สมาชิกของกลุ่มได้มีโอกาสระบายความเครียดทางอารมณ์ทำให้สมาชิกเข้าใจและได้ข้อคิดในการแก้ปัญหาต่าง ๆ มากขึ้น รวมทั้งได้มีโอกาสศึกษาปัญหาที่คล้ายคลึงกันในบรรยากาศที่อ่อนน้อมตามและนำมาปรับปรุงบุคลิกภาพและวิถีทางชีวิตของตนเอง นอกจากนี้กลุ่มยังเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนวินิจฉัยปัญหาของตนเองและผู้อื่น
3. ช่วยให้ผู้คลบบรรลุจุดมุ่งหมายของการแนะนำอย่างประหยัดและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
4. ช่วยให้การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะกลุ่มช่วยให้เข้าใจปัญหาและลักษณะทั่ว ๆ ไปของปัญหา

แทรกซเลอร์ และ นอร์ธ (ทองเรียน อมรัชกุล. 2520 : 5-6 ; อ้างอิงจาก Traxler and North. 1957) กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า

1. เพื่อให้การศึกษาอบรมแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัย หรือในโรงเรียนโดยการจัดโครงการ เช่น ปฐมนิเทศนักเรียนใหม่ หรือนำไปจัดในรูปแบบของการแนะแนวได้ตลอดทั้งปี

2. เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากประสบการณ์ที่ได้รับ จากหลักสูตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียนเพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียน

3. เพื่อเป็นรากฐานที่จะนำไปสู่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเพราะทำให้นักเรียนคุ้นเคยกับครูแนะแนวในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม

4. เพื่อการปรับตัว การบำบัดรักษาและความเจริญงอกงามของบุคคลในกลุ่ม นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังสามารถนำมาเป็นเครื่องมือช่วยในการแก้ไขเรื่องส่วนตัวได้ เช่น การปรับปรุงบุคลิกภาพ การพัฒนาทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ เป็นต้น

บัทตัน (Button. 1974 : 1-2) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม เป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยส่งเสริมให้มนุษย์ได้เติบโตและพัฒนาโดยเฉพาะทักษะด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ดังนั้นการจัดกิจกรรมกลุ่ม จึงเป็นการสร้างโอกาสให้มนุษย์ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ในบรรยากาศที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน

คมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 137-145) กล่าวถึง ความมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้อง โดยปกติคนทั่วไปอาจจะคิดว่าตนเองมีความเข้าใจในตนเองไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นช่วยชี้แจงว่าตนเป็นคนอย่างไร ในทางจิตวิทยาแล้วมนุษย์ย่อมเข้าใจตนเอง แต่บางครั้งอาจจะไม่เข้าใจตนเองได้ดีเท่าที่ควร หรือบางครั้งก็เข้าใจตนเองผิดพลาดได้ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละคนก็มีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อม โดยใช้กลวิธานการป้องกันตัวที่แตกต่างกันไป ด้วยเหตุนี้กิจกรรมกลุ่มก็อาจช่วยมนุษย์ได้โดยเป็นกระจุกเงาสะท้อนให้เห็นภาพของตนเองทุก ๆ ด้าน

2. เพื่อสร้างความเข้าใจบุคคลอื่น มนุษย์มีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งคือ ความเข้าใจในสมาชิกของกลุ่ม ความเข้าใจในบุคคลอื่นจะทำให้เกิดการยอมรับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของสมาชิกจะเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่าง ๆ ของแต่ละคนได้เป็นอย่างดี

3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก ซึ่งนอกจากจะอาศัยความรู้ความสามารถและประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนแล้ว สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จของกลุ่ม คือ ความร่วมมือซึ่งถ้าขาดความร่วมมือที่ดีจะทำให้การทำงานของกลุ่มไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มจึงมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีให้แก่สมาชิกกลุ่มให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าว พอสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยส่งเสริมให้บุคคลได้มีโอกาสเรียนรู้ในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้สร้างความเข้าใจในตนเอง เข้าใจผู้อื่น ตลอดจนเพื่อให้บุคคลได้มีการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาตนเองในทางที่พึงประสงค์

1.1.5 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม

พนม ลิ้มอารีย์ (2522 : 16-17) ได้กล่าวถึง คุณค่าการเข้าสังคมกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า

1. กลุ่มเป็นสนามสำหรับประลองฝีมือของบุคคล โดยบุคคลได้อาศัยกลุ่มเพื่อทดลองหรือแสดงความสามารถ
2. กลุ่มจะเป็นที่แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เจตคติ ความคิดเห็นและผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะได้ผลจากการเข้ากลุ่มในการปรับปรุงเจตคติ นิสัยใจคอตนเอง โดยมีสมาชิกเป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน
3. กลุ่มช่วยให้ผู้เข้าร่วมเกิดความรู้สึกปลอดภัย ให้ความอบอุ่น ให้กำลังใจ ให้ความรัก เป็นเครื่องมือบำรุงขวัญของสมาชิกด้วย ทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เป็นที่รักและได้รับการยกย่องจากกลุ่ม ช่วยให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มมีความเข้าใจตนเอง เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย เชื่อมั่นในตนเอง เกิดความรู้สึกว่าตนเป็นบุคคลหนึ่งที่มีคุณค่าและอยากทำประโยชน์ให้กับกลุ่มมากยิ่งขึ้น
4. กลุ่มช่วยส่งเสริมพลังทางร่างกาย เช่น การออกกำลังกายเป็นกลุ่ม หรือการฝึกหัดสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมีความอดทน

ศุภวดี บุญญวงษ์ (2527 : 3-4) ได้กล่าวถึง คุณค่าของกิจกรรมไว้ ดังนี้

1. คุณค่าด้านการพัฒนา

- 1.1 กิจกรรมกลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของนักเรียนได้ ซึ่งความต้องการเหล่านี้ ได้แก่ ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับ ยกย่อง เคารพในศักดิ์ศรีและคุณค่าของตนเอง ต้องการความอบอุ่น ความมั่นคงและปลอดภัย ถ้าหากกิจกรรมกลุ่มมีประสิทธิภาพก็จะส่งผลให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ตนเองประสบความสำเร็จ เคารพในคุณค่าของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง และให้ความร่วมมือในกิจกรรมกลุ่มอย่างเต็มที่
- 1.2 พัฒนาทางด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียน ช่วยให้เกิดความเห็นอกเห็นใจ ยอมรับผู้อื่น เรียนรู้กระบวนการให้และการรับ ซึ่งเป็นพื้นฐานความเข้าใจเบื้องต้นของการอยู่ร่วมกันในสังคม รู้จักวิธีควบคุมอารมณ์ของตน มีความอดทน มองโลกในแง่ดี มีน้ำใจเป็นนักกีฬา และสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้
- 1.3 พัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับค่านิยม ทศนคติ และปทัสสถานของสังคม จากการทำปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มนักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับความคาดหวังของกลุ่มที่มีต่อตนเองทั้งพฤติกรรมและทัศนคติ เพื่อเป็นแนวทางประกอบการตัดสินใจเลือกสิ่งที่ดีและเหมาะสมที่สุดเกี่ยวกับการตั้งกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ของกลุ่ม ควรเปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมพิจารณาแสดงความคิดเห็นได้ด้วย

1.4 พัฒนาค่านิยมเกี่ยวกับอาชีพ การที่นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้ทราบข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับอาชีพ มีการเตรียมวางแผนเกี่ยวกับอาชีพของตนเองในอนาคต ได้เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลด้านความสามารถ ความสนใจ ฐานะทางเศรษฐกิจ ซึ่งมีส่วนสัมพันธ์กับการตัดสินใจเลือกอาชีพที่แตกต่างกันของบุคคล

1.5 พัฒนาความสามารถและทักษะต่างๆซึ่งนักเรียนได้ใช้และฝึกความสามารถตลอดจนทักษะต่าง ๆ อย่างเต็มที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น การพูดในที่สาธารณะ การอภิปรายกลุ่ม และการวางแผนงาน

2. คุณค่าด้านการวินิจฉัย ผู้นำกิจกรรมกลุ่มสามารถสังเกตพฤติกรรมต่าง ๆ ของนักเรียนขณะที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มทำให้เข้าใจนักเรียนได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ทราบถึงพฤติกรรมที่เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกลุ่ม เพื่อจะได้หาวิธีปรับปรุงแก้ไขและให้ความช่วยเหลือต่อไป สำหรับนักเรียนเองได้มีโอกาสศึกษาตนเองจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มทำให้ทราบเกี่ยวกับขอบเขตความสามารถของตนเอง เพื่อจะได้เข้าใจและยอมรับตนเองอย่างใกล้ชิดเคียงกับความเป็นจริงมากยิ่งขึ้น

3. คุณค่าด้านการบำบัด การจัดกิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการบำบัดอย่างหนึ่ง เพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาเป็นกรณีพิเศษและต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด การได้มีโอกาสทำงานร่วมกับผู้อื่น เผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งช่วยให้เขาเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นเพิ่มขึ้นและปรับปรุงลักษณะนิสัยของตน

4. คุณค่าต่อสถานศึกษาและชุมชน เมื่อนักเรียนพัฒนาในด้านต่าง ๆ จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ย่อมส่งผลให้การทำงานกลุ่มในสถานศึกษามีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ลดปัญหาต่าง ๆ ได้มาก นักเรียนก็จะเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสถานศึกษา และนั่นคือการเป็นสมาชิกที่ดีของชุมชนด้วยเช่นกัน

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 15-19) กล่าวว่า คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม (Values in Group Activities) นอกเหนือจากความสำเร็จของกิจกรรมที่ทำแล้ว กิจกรรมกลุ่มยังมีคุณค่าด้านอื่น ๆ อีก ได้แก่

1. คุณค่าในด้านพัฒนาการ (Developmental Values) กิจกรรมกลุ่มสามารถสร้างพัฒนาการให้กับบุคคลในกลุ่มเป็นอย่างดี กิจกรรมแต่ละประเภทสนองความพึงพอใจของบุคคลแตกต่างกันไป คุณค่าด้านพัฒนาการที่เกิดขึ้น มีดังต่อไปนี้

1.1 การสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความต้องการความปลอดภัย ต้องการการยอมรับจากหมู่คณะ

1.2 มีการสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม เมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เขาจะได้มีโอกาสเรียนรู้เรื่องการปฏิบัติตนในสังคมและในขณะที่เดียวกันเขาจะเรียนรู้เรื่องการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ด้วย

1.3 การพัฒนาด้านทัศนคติ ความสนใจ ความสามารถ และปกติวิสัยทางสังคมในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม บุคคลจะต้องมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น มีการเคารพบุคคลอื่นจึง

จะทำให้ได้อยู่ร่วมกับกลุ่มได้ ถ้าหากไม่มีคุณสมบัติดังกล่าวแล้วจะทำให้ไม่สามารถปรับตัวได้กับสมาชิกในกลุ่ม นอกจากนี้แล้วในขณะที่บุคคลมีความซาบซึ้งในกิจกรรมต่างๆอาจจะพัฒนาความสนใจที่แน่นอนเมื่อมีการปฏิบัติงานในกลุ่มบุคคลมักจะได้ทำงานบางอย่าง ซึ่งเท่ากับได้พัฒนาความสามารถที่มีอยู่ในตัวบุคคลให้ดีขึ้น นอกจากนี้แล้วยังช่วยให้บุคคลที่มาจากรอบครัวต่างกัน ได้เรียนรู้เรื่องของสังคม สามารถแสดงพฤติกรรมให้เหมาะสม นั้นหมายความว่า มีความเข้าใจในเรื่องปกติวิสัยของสังคม (Social Norm) ดีขึ้น

1.4 คุณค่าด้านอาชีพ กิจกรรมกลุ่มบางประเภทไม่ใช่จะให้อรรถประโยชน์ทางอาชีพเท่านั้น แต่จะให้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ต่ออาชีพต่าง ๆ เช่น ดนตรี ศิลปะ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น ความสำเร็จในการประกอบอาชีพของบุคคลจะขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในอดีต กล่าวคือ การสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างประสบการณ์และอาชีพ ถ้าหากความสัมพันธ์นั้นเป็นไปได้อย่างดี ย่อมจะแสดงให้เห็นว่ามีโอกาสจะประกอบอาชีพได้ดี ดังนั้นจึงทำให้เห็นว่า ประสบการณ์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน มีคุณค่าต่อการเลือกอาชีพของ นักเรียน

1.5 ความเจริญงอกงามด้านความรู้และทักษะในขณะที่นักเรียนได้มีโอกาสทำงานเป็นกลุ่มนั้น อาจจะได้รับความรู้และทักษะบางประการ เช่น การพูดในที่สาธารณะ การอภิปรายกลุ่ม กฎระเบียบในการทำงานเป็นหมู่คณะ การประสานงาน เป็นต้น กลุ่มความสนใจที่นักเรียนเป็นสมาชิก อาจจะเป็นด้านการละคร การเขียน การกีฬา การถ่ายรูป ก็ย่อมจะช่วยให้ นักเรียนมีทักษะเฉพาะอย่างดีขึ้น สรุปแล้วอาจจะกล่าวได้ว่า นักเรียนที่เข้ากลุ่มย่อยจะได้รับโอกาสอันดีมีประโยชน์

2. คุณค่าด้านการวิจัย (Diagnostic Values) สำหรับผู้นำกลุ่ม เมื่อมีการทำกิจกรรมกลุ่มจะทำให้มีโอกาสที่จะสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคนทำให้ได้รับความเข้าใจอย่างดีในตัวสมาชิก

3. คุณค่าในด้านการบำบัด (Therapeutic Values) ในการรวมกลุ่มของบุคคลนั้นจะมีค่าต่อการบำบัดได้เป็นอย่างดี ในโรงพยาบาลและคลินิกจะนำวิธีการกลุ่มไปใช้ในการรักษาคนไข้ โดยทำการบำบัดทางจิตวิทยากับคนไข้เป็นกลุ่ม (Group Psychotherapy) สำหรับโรงเรียน ผู้เรียนมีปัญหาคล้ายคลึงกันอาจจะได้รับความช่วยเหลือโดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) แต่สำหรับผู้เรียนที่มีปัญหาเพียงเล็กน้อย จะได้รับประโยชน์จากกิจกรรมกลุ่ม เช่น การแก้ปัญหาทางอารมณ์ การพัฒนานิสัยของตนเอง เป็นต้น

4. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (Value to the School and Community) นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะมีโอกาสในการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีคุณค่า สร้างประโยชน์ให้แก่โรงเรียนและชุมชนได้

จากคุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม ดังที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า สมาชิกกลุ่มจะมีการค้นพบตัวเอง เกิดความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า และมองผู้อื่นว่ามีคุณค่า กิจกรรมกลุ่มทำให้สมาชิกของกลุ่มได้รับประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อม สมาชิกได้ร่วมทำกิจกรรมด้วยกัน สามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังมีคุณค่าด้านการพัฒนาในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้าน

อาชีพ และความเจริญงอกงามทางความรู้ ด้านการวินิจฉัย ดำรงการบำบัด และมีคุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชนด้วย

1.1.6 ประเภทของกลุ่ม

นิภา วิจิตรศิริ (2525 : 18-20) ได้แบ่งประเภทของกลุ่มไว้ดังนี้

1. กลุ่มฝึกอบรม (T. Group or Training Group) กลุ่มชนิดนี้มีจุดมุ่งหมายให้สมาชิกทุกคนตระหนักถึงความรู้สึกที่เป็นอยู่ การใช้ทักษะเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การสื่อสารซึ่งจะทำให้สมาชิกสามารถดำเนินการหาทางของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. กลุ่มฝึกอบรมความไวในการรับรู้ (Sensitivity Training Group) กลุ่มชนิดนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกทักษะในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่างๆ เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เช่น การรับรู้ความรู้สึกนึกคิดเหตุผลที่เป็นของตนเองและผู้อื่น โดยเชื่อว่าการพัฒนาทักษะการรับรู้นี้จะส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและปรับปรุงตนเอง รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้อื่น
3. กลุ่มฝึกอบรมทักษะพื้นฐาน (BST-Group or Basic Skill Training Group) กลุ่มชนิดนี้บางครั้งเรียกว่า กลุ่มฝึกอบรมเพื่อมนุษยสัมพันธ์ (Training Human Relations Laboratory) เป็นการสร้างสมาชิกให้มีทักษะเบื้องต้นในด้านมนุษยสัมพันธ์
4. กลุ่มฝึกทดลอง (Laboratory Training Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นโครงการสำหรับสมาชิกที่อยู่ประจำจัดขึ้นเพื่อมุ่งจัดให้มีประสบการณ์เพิ่มพูนความเข้าใจและพัฒนาทักษะของการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ เพิ่มความสามารถในการวิเคราะห์พฤติกรรมของบุคคลและกลุ่ม
5. กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นกลุ่มที่เป็นความเจริญงอกงามส่วนบุคคลช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง รู้จักสภาพความเป็นจริงของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เขาได้เกี่ยวข้องกับผู้อื่นอย่างเปิดเผย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี
6. กลุ่มทนทาน (Marathon Group) กลุ่มชนิดนี้มักจะมีการพบกันหลายช่วงเวลาติดต่อกันไปโดยใช้เวลามากกว่า 12 ชั่วโมง ในแต่ละครั้ง จากการปฏิสัมพันธ์กันหลาย ๆ ครั้งนี้ จะทำให้สมาชิกกลุ่มได้ค้นพบ และศึกษาความคิดของตนเองและผู้อื่น รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้วย
7. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) เป็นการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติให้มีการยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเอง และพยายามแก้ไขปัญหานั้นเสียก่อนที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้มีปัญหาเรียนรู้ที่จะนำความคิดทั่วไปจากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
8. กลุ่มจิตบำบัดรักษา (Group Psychotherapy) เป็นรูปแบบหนึ่งของการแก้ปัญหาของคนที่ใช้โดยการพบปะพูดคุยกันในกลุ่มเล็กระหว่างสมาชิกและผู้ให้การบำบัดติดต่อกันไปเป็นระยะเวลาอันยาวนาน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการหยั่งเห็นและเข้าใจสาเหตุของการเกิดปัญหาทางสังคม อารมณ์และจิตใจ รวมทั้งมีความสามารถที่จะลดหรือแก้ปัญหาดังกล่าวข้างต้นได้

ทำให้กระบวนการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีขนาดใหญ่มากเกินไปจนความจำเป็นสมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะได้รับผิตชอบทั้งหมดในขณะที่คนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มีงานทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองมีอยู่ ขนาดของกลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน กลุ่มจะใหญ่เท่าใดนั้นขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์นั้น ๆ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่ม และระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

จากขนาดของกลุ่มที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มควรมีสมาชิกของกลุ่มตั้งแต่ 9-10 คน และมากที่สุดไม่ควรเกิน 15 คน จึงจะเหมาะสมที่สุดเพราะถ้าหากสมาชิกกลุ่มมีมากเกินไปกว่านี้ จะมีผลเสียต่อความสัมพันธ์และความร่วมมือในการทำงานของสมาชิกในกลุ่ม

1.1.8 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 105) กล่าวว่า การให้ทำกิจกรรมกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีน้อย อาจจะจัดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ช่วงเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสำหรับเด็กประถมศึกษา ควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กอาจจะเกิดความเบื่อหน่ายได้

ทรอทเซอร์ (ซูชัย สมितिไกร. 2528 : 18-19 ; อ้างอิงจาก Trozer. 1977) ได้ให้ความเห็นว่าในการกำหนดระยะเวลา และความถี่ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนั้น หากจัดทำสถานศึกษาจำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียนของสถานศึกษานั้นด้วย เช่น ในโรงเรียนส่วนมากจะจัดเวลาเป็นคาบ ๆ ละ 50 นาที เป็นต้น ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดได้ว่าควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มนานเท่าใด สำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มไม่ควรต่ำกว่า 8 ครั้ง

จากการศึกษาเวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม ควรจัดสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่ามีเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมากน้อยเพียงใด และสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ควรจัดเวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง เพราะถ้ามากเกินไปเด็กอาจจะเกิดการ เบื่อหน่ายได้เพราะเด็กในวัยนี้จะมีความสนใจในกิจกรรมในระยะเวลาที่ไม่มากนัก

1.1.9 ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

โรเจอร์ (Rogers. 1970 : 121-122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของกิบ (Gibb) ที่พบว่าวิธีการกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรค์ทางด้านจิตวิทยามาก กล่าวคือ จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ทางความรู้สึก มีการตระหนักถึงความรู้สึกตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจและเป็นไปอย่างธรรมชาติ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเอง มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตนเอง มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง การเข้าใจตนเอง (Self-Actualization) การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น หมายความว่า บุคคลจะยอมรับตนเอง พัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเอง และมีความมั่นคงมากยิ่งขึ้น ในด้านทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น ได้แก่ การใช้อำนาจลดน้อยลง มีการยอมรับผู้อื่นมากขึ้นลดการสั่งสอน

และความคมผู้อื่น มีส่วนร่วมในกิจกรรมมากขึ้น และมีความรู้สึกพึ่งพากันและกัน เชื่อในความสามารถของบุคคลอื่น มีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่มและเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

ซารีไทร์ (จรัวรรณ วัฒนจินะพงษ์. 2537 : 20 ; อ้างอิงจาก Charitier. 1974) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มมีส่วนช่วยในการพัฒนาด้านต่าง ๆ จึงเป็นการช่วยให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง นับตั้งแต่การเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเองอย่างเหมาะสม เข้าใจตนเอง และการที่บุคคลได้ทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันก็ย่อมจะช่วยพัฒนาทักษะด้านการฟัง เป็นการฝึกให้เป็นผู้ฟังที่ดี รู้จักกล้าแสดงออก กล้าแสดงความคิดเห็น รู้จักควบคุมการแสดงออกของอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม กล้าที่จะเปิดเผยตนเองต่อบุคคลอื่น

บัทตัน (Button. 1974 : 1-2) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม เป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายช่วย ส่งเสริมมนุษย์ให้เติบโตและพัฒนาขึ้น โดยเฉพาะทักษะด้านสังคมและด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น การจัดกิจกรรมกลุ่ม จึงเป็นการสร้างโอกาสให้มนุษย์ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในบรรยากาศที่ ส่งเสริมซึ่งกันและกันโดยใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อสมาชิกกลุ่มจะพยายามช่วยกลุ่มและช่วยบุคคลทำงานไปสู่จุดมุ่งหมาย ด้วยเหตุนี้การเรียนรู้โดยวิธีการกลุ่มจึงช่วยฝึกทักษะที่จำเป็นหลาย ๆ ด้าน และด้านหนึ่งที่สำคัญก็คือ ทักษะทางสังคม (Social Skills) เป็นทักษะที่ช่วยให้อยู่ร่วมกันและทำงานกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เช่น ทักษะการเป็นผู้ให้และผู้รับ การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม การควบคุมตนเอง การยอมรับความสามารถของตนเองและผู้อื่น

พนม ลิมอารี (2522 : 56-57) กล่าวถึง ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

1. สมาชิกได้ทดสอบและแสดงความสามารถ เช่น ในกรณีที่คนพูดเก่งแต่ไม่มีโอกาสจะพูด ที่ไหนก็อาศัยกลุ่มเป็นที่ทดสอบหรือแสดงความสามารถให้คนในกลุ่มเห็น
2. ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เจตคติ ความคิดเห็น และปรับปรุงเจตคติและนิสัยใจคอ รวมทั้งเป็นกำลังใจให้แก่กันและกัน
3. ช่วยเสริมสร้างคามมีวินัยและความอดทนให้แก่ตนเอง จากการที่ต้องปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ร่วมกัน

4. ช่วยให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย อบอุ่น มีกำลังใจ มีความรัก ช่วยบำรุงขวัญของสมาชิก ช่วยให้เข้าใจตนเองดีขึ้น รู้สึกมั่นคงปลอดภัย และเชื่อมั่นในตนเองสูง

วิโวรรณ สันถวะโกมล (2520 : 20) กล่าวว่า การเรียนรู้โดยกิจกรรมกลุ่มช่วยฝึกทักษะที่ จำเป็นในหลายด้าน ๆ ดังต่อไปนี้

ทักษะทางสังคม (Social Skill) เป็นทักษะที่ช่วยให้อยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เช่น ทักษะการเป็นผู้ให้ ผู้รับ และรู้จักสิทธิของตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

ทักษะในการศึกษาค้นคว้า (Study Skill) เป็นทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ ทักษะในการเก็บรวบรวมข้อมูล การพูด การฟัง การอ่านและการรายงาน

ทักษะทางปัญญา (Intellectual Skill) ได้แก่ ทักษะในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า การวิพากษ์วิจารณ์ การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีเหตุผล

ทักษะในการทำงานกลุ่ม (Group Work Skill) เป็นทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น เช่น ทักษะในการวางแผนงาน การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

พัชนี วรกวิน (2522 : 149-150) กล่าวถึง ผลการจัดกลุ่มหรือกิจกรรมกลุ่มไว้หลายด้าน คือ ผลในด้านทัศนคติต่อตนเอง การได้เข้าร่วมกลุ่มนั้นเป็นการแสดงถึงการยอมรับจากกลุ่มทำให้เกิดความรู้สึก ภาคภูมิใจ ความอบอุ่นใจ และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และในการเข้าร่วมกลุ่มนั้นจะต้องมีสัมพันธภาพซึ่งกันและกัน มีการกระทำร่วมกันซึ่งเป็นโอกาสให้ได้ทำความเข้าใจตนเอง และสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม พยายามแก้ไขข้อบกพร่องของตนเอง ทำให้มีมโนภาพแห่งตนดีขึ้น และยังมีผลต่อทัศนคติต่อผู้อื่น ยอมรับฟังเหตุผลความคิดเห็น เคารพในสิทธิหน้าที่ของกันและกัน ซึ่งจะมีผลต่อการให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม หากได้รับการยอมรับจากสมาชิกรู้สึกว่ามีสมาชิกในกลุ่มหวังดีต่อตน สมาชิกแต่ละคนมีทัศนคติที่ดีต่อกัน ก็จะเกิดความสามัคคีขึ้นและเมื่อลงมือทำงานก็จะได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี

จากประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม พอจะสรุปได้ว่า กลุ่มสามารถช่วยพัฒนาเสริมสร้างทักษะ เจตคติและพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่น

1.1.10 ลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่ม

ศุภวดี บุญญวงษ์ (2527 : 133-134) กล่าวถึง ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ขั้นการมีส่วนร่วม ระยะนี้นักเรียนจะเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่มและเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรม หรือค้นคว้าแสวงหาสิ่งที่ต้องการรู้นั้นด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดกับผู้เรียนโดยตรง ผู้ที่มีส่วนร่วมมากก็จะได้รับผลการเรียนรู้นั้น ๆ มากขึ้นด้วย ในการทำกิจกรรมจะเป็นการมีส่วนร่วมในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1.1 ทางด้านร่างกาย คือ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ หรือกระทำกิจกรรม การเรียนรู้ด้วยตนเอง การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือการค้นคว้าสืบสวนสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่นเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 ทางด้านจิตใจ คือ การที่นักเรียนเกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัตินั้นอย่างแท้จริง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นนี้จะนำไปสู่การรับรู้แนวคิดและการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาเป็นอย่างดี และช่วยให้นักเรียนสามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย

1.3 ทางด้านปัญญาหรือสมอง คือ การเรียนรู้ที่เกิดจากการเห็นจริง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ และสร้างแนวคิดจากสิ่งที่ได้รับรู้นั้น จะทำให้การเรียนรู้มีความหมายต่อผู้เรียนมากยิ่งขึ้นเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาแนวความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจ การวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ด้วยตนเอง

2. ขั้นวิเคราะห์ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ทันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรมจะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมิน

ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเองดีขึ้น

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ แนวคิด ที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเองซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้นจะทำได้ 2 ลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพ หรือพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่นตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆ และเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้น และประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ ขึ้น

4. ขั้นประเมินผล โดยให้นักเรียนเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

วีณา วโรตมะวิษญ์ (2530 : 252-253) กล่าวถึง ลำดับขั้นของการเรียนการสอน โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ขั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

2. ขั้นค้นพบ เมื่อนักเรียนได้มีส่วนร่วมโดยมีการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองแล้วเขาจะเกิดความรู้สึกและเกิดความเข้าใจตนเองอันจะนำไปสู่การค้นพบสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง

3. ขั้นวิเคราะห์ เป็นขั้นที่สำคัญที่สุด เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้วิเคราะห์ถึงสิ่งที่ได้กระทำลงไป โดยครูจะตั้งคำถามว่า อะไร ทำไม และอย่างไร เพื่อให้ผู้เรียนสามารถรวบรวมสิ่งต่าง ๆ ทั้งทางด้านความรู้ และการมีส่วนร่วมทางอารมณ์ให้รวมเป็นจุดเดียว

4. ขั้นนำไปใช้ หรือประยุกต์ใช้กับตนเองและผู้อื่น เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้ก้าวหน้าไปอีกขั้นหนึ่ง คือ สามารถเชื่อมโยงสิ่งที่ได้เรียนรู้กับตนเองและผู้อื่นได้

คมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 23) ได้กล่าวถึง ระยะเวลาของกลุ่มว่า เมื่อสมาชิกเริ่มเข้ากลุ่ม อาจจะพบว่าพฤติกรรมที่แสดงออกในกลุ่มนั้น มีความแตกต่างจากที่ได้เข้ากลุ่มเป็นเวลานานแล้ว ทั้งนี้เพราะว่า การที่จะทำให้กลุ่มเป็นกลุ่มที่สมบูรณ์นั้นจะต้องอาศัยเวลาในการพัฒนากลุ่ม ดังนั้นมักจะพบว่า กลุ่มจะต้องผ่านระยะต่าง ๆ 4 ระยะคือ

1. ระยะที่บุคคลแต่ละคนมีการแข่งขัน และมีศูนย์กลางอยู่ที่ตนเอง (Individually Centered, Competitive Phase) เมื่อบุคคลได้มีโอกาสเข้าอยู่ร่วมกันโดยธรรมชาติแล้วบุคคลจะต้องเห็นว่าตนเองมีความสำคัญ ยิ่งไม่รู้จักกันแล้วการที่จะยอมรับง่าย ๆ นั้นเป็นสิ่งที่ลำบากทั้ง ๆ ที่อยากให้คนอื่นยอมรับตนเอง นอกจากนี้แล้วบุคคลแต่ละคน มักจะเริ่มมีการแข่งขันกับผู้ที่มีความต้องการเหมือนตนเอง บุคคลเหล่านี้ต้องการคนที่เก่งกว่าตนเองเท่านั้นมาเป็นผู้นำและรับผิดชอบต่อเขา

2. ระยะของความขัดแย้งและความคับข้องใจ (Frustration and Conflict Phase) เมื่อสมาชิกเกิดการแข่งขัน และยึดตนเองเป็นศูนย์กลางจะมีผู้นำเอากลุ่มประเภทฝึกความไวในการ

รับรู้ (Sensitivity Group หรือ T-Group) มาใช้ช่วยกลุ่มให้พัฒนาขึ้น โดยหวังว่าอาจจะทำให้บุคคลเข้าใจตนเองและผู้อื่น ถ้าหาก ผู้นำดังกล่าว ไม่สามารถจะนำกลุ่มได้สำเร็จ สมาชิกจะรู้สึกเป็นปฏิปักษ์กับผู้นำและมองไปในแง่ของบุคคลที่ไม่มีความสามารถ ต่ำหั้นในด้านความล้มเหลวแทนที่จะช่วยกันพัฒนาสัมพันธภาพที่ดี อันจะทำให้ได้รับความสำเร็จในจุดมุ่งหมายของกลุ่มในระยะนี้สมาชิกจะรู้สึกขัดแย้งกันและมีความคับข้องใจมาก

3. ระยะกลุ่มมีความสำคัญ (Group-Harmony Phase) ในระยะนี้ความคิดที่สอดคล้องกันจะพัฒนาขึ้น แต่ในขณะที่เดียวกันก็จะมี ความพอใจและความสบายใจมากด้วย สมาชิกได้รับกาสนับสนุน คอยหลีกเลี่ยงการมีความขัดแย้งและไม่ค่อยมีผลงานจะป้องกันการกระตุ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งปฏิกริยาด้านนิเสธและนอกจากนี้จะมีการเก็บกตความต้อการของตนเองเพื่อให้กลุ่มได้รับความพึงพอใจ

4. ระยะที่มีผลงานและยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง (Group-Centered Productive Phase) สมาชิกยังคงแสดงความคิดเห็นถึงความเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น แต่ไม่อยู่ในระดับที่จะเพิกเฉยต่อความขัดแย้ง ทั้งนี้เพื่อให้ได้รับความสำเร็จในเรื่องความสามัคคี สมาชิกจะเผชิญกับความขัดแย้งและเรียนรู้ในการที่จะแก้ไขแต่ ละคนจะยอมรับความผิดชอบ ร่วมมือ อดทนต่อบุคคลอื่นไม่ว่าจะเป็นเรื่องค่านิยม หรือพฤติกรรมก็ตามในที่สุดสมาชิกจะกลายเป็นผู้ที่ยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง

ประนอม เดชชัย (2531 : 103) กล่าวถึง การดำเนินงานของกลุ่มไม่ว่าจะเป็นกลุ่มในลักษณะใด จะมีกระบวนการดำเนินงาน เป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นรวมกลุ่ม (Forming Stage) เป็นขั้นแรกที่สมาชิกของกลุ่มมารวมกันถ้าไม่รู้จักดีพอทุกคนจะสงวนท่าที ไม่ค่อยแสดงออก ในระยะนี้จึงเป็นหน้าที่ของผู้สอนที่จะต้องประสานงานให้สมาชิกในกลุ่ม รู้จักและคุ้นเคยกันก่อน เช่น อาจจะมีการแนะนำตัว เป็นต้น

2. ขั้นกำหนดจุดมุ่งหมายของกลุ่ม (Normal Stage) เมื่อสมาชิกภายในกลุ่มรู้จักกันแล้ว กลุ่มจะเริ่มคิดถึงเป้าหมายของกลุ่ม และภารกิจของกลุ่มที่จะต้องรับผิดชอบ ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทร่วมกับ ผู้เรียนในการกำหนดเป้าหมาย และการเรียนรู้กิจกรรมที่สมาชิกของกลุ่มจะทำงานร่วมกัน

3. ขั้นระดมความคิด (Storming Stage) เป็นขั้นที่บรรยากาศของการทำงานเริ่มจริงจังมากขึ้น สมาชิกภายในกลุ่มพยายามกำหนดร่างกฎเกณฑ์ และระเบียบของกลุ่ม ในขั้นนี้ผู้สอนอาจมี 2 บทบาท คือ ปลอ่ยให้ผู้เรียนดำเนินการโดยลำพัง หรือเข้าร่วมในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม

4. ขั้นกระชับความสัมพันธ์ (Reforming Stage) เป็นขั้นที่กลุ่มรู้จัก คุ้นเคย และเข้าใจในบทบาทของตนเองเป็นอย่างดีจึงทำให้การดำเนินงานของกลุ่มเป็นไปอย่างดี

5. ขั้นสลายตัว (Disbanding Stage) เป็นขั้นสุดท้าย เมื่อสมาชิกของกลุ่มได้ร่วมมือกันดำเนินการตามภารกิจที่ได้รับมอบหมายจนบรรลุเป้าหมายแล้ว ภารกิจของกลุ่มเริ่มลดลง

ไปด้วยทำให้กลุ่มเริ่มสลายตัว ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทในการทบทวนการดำเนินงานของกลุ่มที่ผ่านมาเพื่อทำการสรุปผล และเสนอแนะแนวทางในการนำผลไปใช้หรือนำไปศึกษาค้นคว้าต่อไป

จากลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าว พอสรุปได้ว่า ลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่มนั้นจะประกอบไปด้วย ขั้นการมีส่วนร่วมเพื่อสร้างความคุ้นเคย ขั้นวิเคราะห์ประสบการณ์หลังจากที่ได้ปฏิบัติกิจกรรม ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการเพื่อนำไปประยุกต์ใช้กับตนเอง และขั้นประเมินผลโดยให้สมาชิกช่วยกันประเมินผลการเรียนรู้ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมพร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกัน

1.1.11 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ทิสนา แคมมณี (2536 : 27-28) ได้กล่าวถึง การจัดกิจกรรมกลุ่มให้สอดคล้องกับทฤษฎีว่ามีอยู่หลายวิธี ดังต่อไปนี้

1. เกมส์ (Games) เป็นวิธีการวิธีหนึ่งซึ่งนำมาใช้ในการสอนได้ดี โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองและภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างตามที่กำหนดไว้ซึ่ง ผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผลออกมาการแพ้ชนะวิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนั้นยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นวิธีการอีกวิธีหนึ่งที่เริ่มได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในการสอน วิธีการนี้ยังมีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นใน สถานการณ์สมมติขึ้นมาแล้วให้ผู้เรียนเข้าสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองอย่างลึกซึ้งและยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจ และนำติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีการหนึ่งซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริงนำมาดัดแปลง และใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและ ฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหาที่ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิด และพิจารณาข้อมูลที่ตนได้รับมาอย่างถี่ถ้วนและการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียน ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งนำเอากรณีต่าง ๆ ซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้จะช่วยให้การเรียนรู้ มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริงซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริงหรือสร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง แล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้นและมีปฏิริยาโต้ตอบกัน วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดงออกเพราะอาจเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) คือ วิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทที่เรียนหรือกำหนดไว้ โดยผู้เรียนจะต้องพยายามแสดงให้สมตามที่กำหนดไว้โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพ และความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องอันจะมีส่วนทำให้เกิดผลเสียต่อการ

แสดงบทบาทนั้น ๆ วิธีการนี้จะเป็วิธีการที่ช่วยทำให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการที่จะเข้าใจในความรู้สึก เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่นซึ่งความเข้าใจนี้มีส่วนเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจกัน นอกจากนี้การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกันจะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบในการเรียนร่วมนกันและได้ฝึกการทำงานร่วมนกันด้วย

6. กลุ่มย่อย (Small Group) วิธีการใช้กลุ่มย่อยในการสอนนี้เป็นวิธีการที่ใช้กันมานานแล้วอาจเป็นเพราะเล็งเห็นว่าเป็นประโยชน์ในการเรียนของผู้เรียนกลุ่มย่อย เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนในการแสดงออก และช่วยให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้นจากกิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ดังกล่าว

จากเอกสารที่ทำการค้นคว้ามาเกี่ยวกับเทคนิค มีหลายวิธีในการนำมาใช้ในกลุ่ม เช่น เกม บทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง ละคร และกลุ่มย่อย ซึ่งเป็นเทคนิคที่จะช่วยให้นักเรียนได้แสดงออก ได้ฝึกทักษะต่าง ๆ ร่วมนกันในกลุ่ม จากกระบวนการที่ได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมซึ่งจะช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้ และได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และได้มีโอกาสที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่มได้อย่างเหมาะสมอีกด้วย

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

1.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ควิแนน และ ฟูลด์ส (กัทย์รัตน์ ธรเสนา. 2535 : 46-49 ; อ้างอิงจาก Quianan and Foulds. 1970. 145-149) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ต่อการรับรู้ความเข้าใจตนเองของผู้เข้ารับการฝึก โดยการฝึกแบบกลุ่มทันทาน ซึ่งให้ทุกคนแสดงกิจกรรมเกี่ยวกับการแสดงบทบาท การสื่อสารด้วยคำพูด และการอภิปรายตนเอง ใช้เวลาในการฝึก 30 ชั่วโมงติดต่อกัน ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่ได้รับการฝึก มีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองในทางที่ดีขึ้น ในด้านคุณค่าตนเองตามความเป็นจริง ด้านความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพ การควบคุมความรู้สึกของตนเอง

เทรปปา และ ไฟร์ค์ (Treppa and Frike. 1972 : 466-467) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของกลุ่มมาราธอนที่มีต่อความเข้าใจในตนเอง โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความเข้าใจตนเองดีขึ้น มีความสามารถในการควบคุมตนเองมากขึ้น เห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ยอมรับตนเอง เข้าใจในความเป็นมนุษย์ มีความสามารถในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองในอุดมคติ

เดอริชมิทท์ (Durschmidt. 1978 : 3953-A) ได้ทำการศึกษาผลของการใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้าใจในตนเองของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง จำนวน 38 คน โดยการให้เข้าร่วมกลุ่มการสัมมนาที่เปิดโอกาสให้แต่ละคนได้แสดงศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวน 63 คน ยังคงให้เรียนตามปกติ ผลปรากฏว่า เมื่อเปรียบเทียบระหว่าง

กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแล้ว กลุ่มทดลองมีการยอมรับตนเองดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเข้าใจในตนเองของทั้งสองกลุ่มนั้นไม่แตกต่างกัน

เบิร์คเฮาเซอร์ (Birkhauser. 1985 : 103) ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนในชั้นเรียนระดับประถมศึกษา โดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักเรียนเกรด 3, 4, 5, จำนวน 77 คน ซึ่งมีส่วนร่วมอยู่ในชั้นเรียนตามปกติและนักเรียน 75 คน ซึ่งอยู่ในชั้นเรียนไม่เกิน 6 สัปดาห์ พบว่าทั้ง 2 กลุ่ม มีอัตมโนทัศน์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

บุญศรี จึงธนาเจริญเลิศ (2523 : 46) ได้ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่ได้รับการสอนโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มมีการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มณฑนา อึ้งตระกูล (2524 : 45-49) ได้ทดลองใช้กิจกรรมเพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดขอนแก่น โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยใช้โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ส่วนกลุ่มควบคุมเรียนรู้โดยการสอนตามปกติ ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตนแตกต่างกันจากกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่ม หลังจากทดลองได้ประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนได้ประเมินว่า กิจกรรมกลุ่มได้ช่วยให้เขาได้พัฒนาตนเอง เกิดการยอมรับตนเองและผู้อื่น เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น เกิดความสามัคคีในกลุ่มดีขึ้น มีความรับผิดชอบ และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในทางที่เหมาะสมดีขึ้น

เมตตา จินดารักษ์ (2525 : 43-44) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมดีขึ้น

ลาวัญญ์ มหาทุมะรัตน์ (2529 : 52) ได้ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีศักดิ์สุวรรณวิทยา อำเภอบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี ปีการศึกษา 2528 ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่ม มีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อัจฉา ศรีสุพล (2534 : 64-65) ได้ศึกษาผลของกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต ผลการวิจัยพบว่า ในระหว่างการฝึกกลุ่มสัมพันธ์นักศึกษาได้มีโอกาสมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่มอย่างเต็มที่ นักศึกษามีประสบการณ์ในการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น ได้ปฏิบัติงานร่วมกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้นักศึกษาได้รับความรู้สามารถพัฒนาบุคลิกภาพให้เกิดความเข้าใจตนเองและเข้าใจ

ผู้อื่น สามารถแก้ไขข้อบกพร่องซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการสร้างสัมพันธภาพในการทำงาน การเรียน และการอยู่ร่วมกันทำให้บุคคลมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

ฤทัยรัตน์ ทรเสนา (2535 : 100) ได้ศึกษา การพัฒนาอัตมโนทัศน์หลายมิติของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลอุดรธานี จังหวัดอุดรธานี โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า การที่นักศึกษาพยาบาลได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น และความสามารถของตน ประสานความคิดของตนเองและกลุ่มทำให้นักศึกษาพยาบาลกล้าคิด กล้าทำมากยิ่งขึ้น เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น มีความมั่นใจในตนเอง รวมทั้งตระหนักถึงคุณค่า และเกิดทัศนคติที่ดีต่อตนเอง และผู้อื่น

นิสรา คำมณี (2544 : 48) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม พบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองสูงขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่า ผู้ที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีการเปลี่ยนแปลง ความเข้าใจในตนเองในทางที่ดีขึ้น มีความสามารถในการควบคุมตนเองมากขึ้น มีพฤติกรรมในการแสดงออกในทางที่เหมาะสมดีขึ้น และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

2.1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

คำว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) หรือ EQ นั้น ในภาษาไทยยังไม่มีคำจำกัดความที่แน่นอน ต่างคนต่างแปล จึงมีคำแปลมากมาย เช่น สติอารมณ์, เซวน์อารมณ์, ความฉลาดทางอารมณ์, อัจฉริยะทางอารมณ์, ปัญญาอารมณ์ ฯลฯ แต่ในงานวิจัยนี้จะใช้คำว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เพราะคำว่า “เฉลียวฉลาด หมายถึง มีปัญญาและไหวพริบดี” และคำว่า “อารมณ์ หมายถึง ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อย ๆ เช่น เดี่ยวอารมณ์ดี เดี่ยวอารมณ์ร้าย หรือหมายถึงนิสัยใจคอ เช่น เป็นคนอารมณ์เย็น” (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2525 : 249, 902) เมื่อพิจารณาความหมายของความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม คือ การใช้ปัญญาทำการแสดงอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผล (พระราชวรบุรี. 2542 : 7) นอกจากนี้ยังมีผู้ให้คำจำกัดความหมายของคำว่า ความฉลาดทางอารมณ์ ไว้ดังนี้

บาร์ออน (Bar-on. 1992 : 25) ให้ความหมายของคำว่า ความฉลาดทางอารมณ์ ไว้ว่า เป็นองค์ประกอบด้านส่วนตัว อารมณ์ และสังคมของบุคคลที่จะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างประสบความสำเร็จ

คูเปอร์ และซาวาฟ (Cooper & Sawaf. 1997 : 21) ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และรู้จักใช้พลังทางอารมณ์ของตนเป็นรากฐานในการสร้างสัมพันธภาพและโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น

ซาโลเวย์ และเมเยอร์ (Salovey & Mayer. 1990) ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึก และภาวะอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตน และผู้อื่นได้ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ทำให้สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผล สอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ๆ

โกลแมน (Goleman. 1998 : 317) ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่นจนสามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ

โด널ด์ซอล (คมเพชร ฉัตรศุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ อ้างอิงจาก Donaldson. 1997 : 2) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญยิ่งต่อความสำเร็จในการประกอบอาชีพ และมีความสำคัญมากกว่า เซวอร์ปัญญา บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเอง สามารถที่จะเผชิญกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม มีความยืดหยุ่น มีเป้าหมายในชีวิต มองโลกในแง่ดี และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

เวสซิงเจอร์ (Weisnger. 1998 : xvi) ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นการใช้อารมณ์อย่างฉลาด โดยตั้งใจให้อารมณ์ของเราทำงานให้เรา โดยการใช้อารมณ์นำพฤติกรรมและความคิดของเราให้เป็นไปในทางที่ส่งเสริมผลลัพธ์ของเรา

วีรวัดณ์ บันนิตมัย (2542 : 12) ได้สรุปว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถของบุคคลที่ตระหนักรู้ความคิด ความรู้สึก และอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนความสามารถรอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักขจัดความเครียดที่จะขัดขวางความริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของเราได้ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้ตามได้อย่างมีความสุข จนประสบความสำเร็จในการเรียน การงานและอาชีพ

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 : 39) ให้ความหมายไว้ว่า คือ ความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่าและมีความสุข ซึ่งการเป็นคนดี คือ มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การมี คุณค่า คือ การมีสติรู้ตัว (awareness) การมีความสุขเกิดจากการมองโลกในแง่ดี เลือกรหาความสุขใส่ตัว เมื่อเกิดความทุกข์ก็หาวิธีแก้ไขได้

สุรกุล เจนอบรม (2542 : 20) ให้ความหมายไว้ว่า เป็นระดับความสามารถทางอารมณ์ของบุคคล ซึ่งประกอบด้วย

1. ความสามารถที่จะรับรู้ได้ว่าตัวเอง และผู้อื่นมีอารมณ์หรือความรู้สึกอย่างไร และจะจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร

2. ความสามารถที่จะรู้ถึงความรู้สึกทางอารมณ์ที่ดีกับความรู้สึกทางอารมณ์ที่ไม่ดี รวมถึงวิธีการเปลี่ยนจากอารมณ์ไม่ดีไปสู่อารมณ์ที่ดี

3. ความสามารถที่จะมีความระมัดระวังอารมณ์ของตนเองอยู่เสมอ ทักษะที่จะรับรู้ถึงอารมณ์และวิธีจัดการกับอารมณ์ ซึ่งจะช่วยให้มีความสุขและดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น

แสงอุษา โลจนานนท์ และ กฤษณ์ รุยาพร (2543 : 16) ให้ความหมายไว้ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการตระหนักถึงการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ของตนเอง และการใช้ปัญญาในการบริหารอารมณ์ของผู้อื่น การใช้ปัญญากำกับอารมณ์ของตนเอง หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ สามารถควบคุมและสร้างแรงกระตุ้นจากภายในให้กับตนเอง เพื่อเกิดเป็นแรงจูงใจในการทำงานต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะและถูกทำนองคลองธรรม พร้อมทั้งมีความสามารถในการแสดงออกซึ่งอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมและถูกกาลเทศะ ส่วนการใช้ปัญญาในการบริหารอารมณ์ของผู้อื่น หมายถึง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถรับรู้ และเข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่น ให้กำลังใจตลอดจนมีความสามารถในการบริหารอารมณ์ผู้อื่น เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544 : 14-15) ให้ความหมายไว้ว่า คือ ความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ การจัดการในที่นี้ หมายถึง

1. รู้จักจัดการกับอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น
2. เข้าใจสาเหตุและความเป็นไปของอารมณ์ความรู้สึก
3. เข้าใจความเกี่ยวข้องของความคิด ความรู้สึก และการกระทำ
4. มีใจกว้างยอมรับความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบ
5. แสดงอารมณ์อย่างเหมาะสม
6. รู้จักเลือกว่าตนควรคิด รู้สึก หรือกระทำอย่างไร
7. ตระหนักถึงอิทธิพลของอารมณ์
8. สามารถใช้อารมณ์ ความรู้สึกให้เป็นประโยชน์

จากนิยามความฉลาดทางอารมณ์ที่ได้กล่าวมา สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ เข้าใจความรู้สึกนึกคิดต่ออารมณ์ตนเองและผู้อื่น และสามารถจัดการ ควบคุม และสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม พร้อมทั้งสามารถสร้างแรงจูงใจให้ตนเองและสร้างสัมพันธภาพอันดีกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

2.1.2 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

เวกเนอร์ และสเตอร์นเบิร์ก (ประชัน จันทรสุข. 2544 : 12 ; อ้างอิงจาก Wagner & Sternberg. 1985 : 439) เสนอว่า พฤติกรรมของผู้ที่ฉลาดด้าน "Practical

intelligence” ที่เอื้อต่อความสำเร็จในวิชาชีพในการบริหารและชีวิต สามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. การครองตน (Managing Self) คือ ความสามารถในการบริหารจัดการตนเองในแต่ละวันให้ได้ผลผลิตสูงสุด

2. การครองคน (Managing Other) คือ ทักษะความรู้ในการบริหารผู้ใต้บังคับบัญชาและมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี

3. การครองงาน (Managing Caree) คือ การสร้างผลงานกระทบที่ดีต่อสังคมองค์กร ประเทศชาติ

เมเยอร์ และ สโลเวย์ (Mayer & Salovey, 1997 : 10-11) ได้แสดงโมเดลที่ปรับปรุงใหม่ โดยเสนอว่าความฉลาดทางอารมณ์ มีองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ

1. การรับรู้ (Perception) การประเมิน (Appraisal) การแสดงออก (Expression) ซึ่งอารมณ์ประกอบด้วย

1.1 ความสามารถในการบอกอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้

1.2 ความสามารถในการระบุอารมณ์ของผู้อื่นได้ โดยดูจากการอ่านงานออกแบบงานศิลป์ ภาษา เสียง พฤติกรรมและรูปภาพต่าง ๆ

1.3 ความสามารถในการแสดงอารมณ์ได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม แสดงความต้องการได้สอดคล้องกับความรู้สึก

1.4 ความสามารถในการจำแนกความรู้สึกต่าง ๆ ที่ตรงกันข้ามได้อย่างถูกต้องหรือผิด จริงหรือไม่จริง

2. การใช้อารมณ์เกื้อหนุนความคิด (Emotional Facilitation of Thinking) ประกอบด้วย

2.1 การใช้อารมณ์ในการจัดลำดับความคิด โดยการชี้ให้เห็นความสำคัญก่อนหลัง

2.2 การใช้อารมณ์เป็นประโยชน์ในการส่งเสริม และเกื้อหนุนต่อการตัดสินใจ และจดจำความรู้สึกต่าง ๆ ได้

2.3 การใช้อารมณ์ที่เปลี่ยนไปทำให้เกิดมุมมองที่กว้าง และหลากหลายมากขึ้น จากการมองสิ่งต่าง ๆ ที่ตีเกินไป ไปสู่การมองในด้านอื่น ๆ ด้วย

2.4 การเกิดภาวะอารมณ์ที่หลากหลาย ทำให้สามารถมองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหา ความรู้สึกเป็นสุข ทำให้เกิดการคิดสร้างสรรค์และมีเหตุผล

3. การเข้าใจ วิเคราะห์และใช้ความรู้จากอารมณ์ที่เกิดขึ้น ประกอบด้วย

3.1 ความสามารถในการระบุอารมณ์ และสามารถเห็นความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์และการใช้ถ้อยคำที่เหมาะสม

3.2 ความสามารถในการตีความหมายของอารมณ์ที่เกิดขึ้น สืบเนื่องมาจากอารมณ์อีกอารมณ์หนึ่ง เช่น ความเสียใจเนื่องจากความสูญเสียสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

3.3 ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกที่ซับซ้อนที่เกิดขึ้น

3.4 ความสามารถในการเข้าใจความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ เช่น เปลี่ยนจากความโกรธมาเป็นความพอใจ

4. การรับรู้และควบคุมอารมณ์ เพื่อส่งเสริมความงอกงามทางอารมณ์และสติปัญญา ประกอบด้วย

4.1 ความสามารถในการเปิดใจกว้างยอมรับต่อความรู้สึกที่ดีและไม่ดีที่เกิดขึ้น

4.2 ความสามารถในการปลดปล่อยตนเองจากสภาวะอารมณ์ โดยพิจารณาจากข้อมูลและประโยชน์ที่ได้รับ

4.3 ความสามารถในการพิจารณาภาวะอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเองและผู้อื่น รู้ว่าความรู้สึกหรืออารมณ์เหล่านั้น มีความชัดเจน มีเหตุผล เป็นปกติ และส่งผลต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไร

4.4 ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่นได้ สามารถลดควบคุมอารมณ์ที่ไม่ดีและแสดงออกซึ่งอารมณ์ที่ดีได้อย่างเหมาะสม ไม่บิดเบือนหรือแสดงออกเกินจริง

โกลแมน (Goleman. 1995 : 43-44) ได้เสนอองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ในทัศนะของสโลเวย์ ว่าประกอบไปด้วย 5 องค์ประกอบ คือ

1. ชั้นตระหนักรู้ในอารมณ์ตน (Know one's Emotion) เข้าใจยังรู้ความเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ ภาวะอารมณ์ความต้องการของตนในแต่ละช่วงเวลาและสถานการณ์ เข้าทำนองผู้ที่รู้จักตนเองและเอาชนะตนเองได้เป็นผู้ที่ฉลาดที่สุด

2. ชั้นบริหารจัดการอารมณ์ของตน (Managing Emotion) เป็นความสามารถที่จะควบคุมจัดการกับความรู้สึกหรือภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม และชาญฉลาด โดยเสริมสร้างจากภาวะที่ตระหนักรู้ในอารมณ์ตน เมื่อเศร้า โกรธ ผิดหวังก็สามารถควบคุมตนได้ และนำพาภาวะอารมณ์ตนให้กลับคืนสู่ภาวะปกติได้โดยเร็ว

3. ชั้นสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองได้ (Motivating Oneself) การกระตุ้นเตือนตนให้คิดริเริ่มอย่างมีความคิดสร้างสรรค์ ผลักดันตนเองมุ่งสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ จะนำมาซึ่งความสำเร็จ สามารถถอดได้ รอได้ ไม่หุนหันใจเร็วด่วนได้ ผู้ที่ทำได้ดีดังนี้ จะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในงานมุ่งสู่เป้าหมายอย่างมีความตั้งใจ

4. ชั้นสามารถรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นได้ (Recognizing Emotion in Other) ความสามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นพื้นฐานของความเก่งคน รู้เท่าทันในความรู้สึก ความต้องการ ข้อวิตกกังวลของผู้อื่น

5. ความสามารถในการจัดการความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ (Handling Relationships) เป็นผลรวมของข้อ 1-4 ทำอย่างไรที่จะมีความสามารถในการสร้าง รักษาความสัมพันธ์ส่วนตัวและที่เกี่ยวกับงานไว้

โกลแมน (Goleman. 1998a : 98) ได้เสนอกรอบแนวคิดที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 2 หมวด 5 องค์ประกอบ 25 องค์ประกอบย่อย

1. สมรรถนะทางด้านสังคม เป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น ประกอบด้วย

1.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความต้องการ ความรู้สึก และความห่วงใยของผู้อื่น ดังนี้

1.1.1 การเข้าใจผู้อื่น รู้ถึงความรู้สึก มุมมอง สนใจข้อวิตกกังวลของผู้อื่น

1.1.2 การมีจิตใจมุ่งบริการ คาดคะเน รับรู้ และตอบสนองความต้องการของลูกค้าได้ดี

1.1.3 การพัฒนาผู้อื่น ทราบความต้องการและช่วยพัฒนาเขาให้มีความรู้

ความสามารถที่ถูกต้อง

1.1.4 ให้โอกาสบุคคลอื่น สามารถมองเห็นความเป็นไปได้จากการ

มองเห็นความแตกต่างของบุคคล ไม่ถือเขาถือเรา

1.1.5 ตระหนักรู้ถึงทัศนะความคิดเห็นของกลุ่มและสามารถคาดคะเน

สถานการณ์ในด้านความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มได้

1.2 ทักษะทางสังคมด้านมนุษยสัมพันธ์ (Human Relation) คือ ความ

คล่องแคล่วในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ จากความร่วมมือของบุคคลอื่น

ประกอบด้วย

1.2.1 ความสามารถในการโน้มน้าวใจ แสดงวิธีการโน้มน้าวความคิดเห็นของบุคคลอื่นได้อย่างนุ่มนวล แนบเนียนและได้ผล

1.2.2 มีที่สื่อสารที่ดี ชัดเจนและน่าเชื่อถือ

1.2.3 มีความเป็นผู้นำ โน้มน้าวและผลักดันกลุ่มได้ดี

1.2.4 สามารถกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ริเริ่มและบริหารการ

เปลี่ยนแปลงได้

1.2.5 สามารถบริหารความขัดแย้ง เจรจาและแก้ไข หาทางยุติความไม่

เข้าใจกันได้อย่างเหมาะสม

1.2.6 สร้างสายสัมพันธ์เสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจกันเพื่อปฏิบัติการกิจ

ได้อย่างเหมาะสม

1.2.7 ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย

1.2.8 สร้างสมรรถนะของทีมงานให้เกิดความร่วมมือกันในกลุ่ม ในการ

มุ่งสู่เป้าหมาย

2. สมรรถนะส่วนบุคคล คือ ความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองได้

อย่างดี

2.1 การตระหนักรู้ตนเอง (Self Awareness) คือ การตระหนักรู้ความรู้สึก ความโน้มเอียงของตน หยั่งรู้ความเป็นไปได้ของตนต่อการตอบสนองสิ่งต่างๆ และความพร้อมของ ตนเอง ประกอบด้วย

2.1.1 รู้เท่าทันในอารมณ์ของตน รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้น ๆ และ ผลที่จะตามมา

2.1.2 สามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่นจุดด้อยของ ตนเอง

2.1.3 มั่นใจ เชื่อมั่นความสามารถและความมีคุณค่าในตนเอง

2.1.4 สามารถจัดการกับความรู้สึกภายในตนเอง ให้อยู่ในภาวะที่ พอเหมาะพอดี

2.2 การควบคุมตนเอง (Self Regulation) คือ ความสามารถในการจัดการ กับความรู้สึกภายในตนได้ ประกอบด้วย

2.2.1 การควบคุมตนเอง สามารถจัดการกับภาวะอารมณ์หรือความ จุนเจียวได้

2.2.2 เป็นที่ไว้วางใจได้ รักษาความเป็นผู้ซื่อสัตย์และคุณความดีได้

2.2.3 เป็นผู้ใช้สติปัญญา แสดงความรับผิดชอบ

2.2.4 สามารถที่จะปรับตัวได้ ยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลง ได้

2.2.5 สร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ เปิดใจกว้างรับกับข้อมูลใหม่ ๆ อย่างมี ความสุข

2.3 สามารถสร้างแรงจูงใจ และจูงใจตนเองได้ (Motivation Oneself) เป็น แนวโน้มของอารมณ์ที่เกื้อหนุนต่อการมุ่งสู่เป้าหมาย

2.3.1 มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พยายามที่จะปรับปรุงหรือให้ได้มาตรฐานที่ดี เลิศ

2.3.2 มีความจงรักภักดี ยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่มและขององค์กร

2.3.3 คิดริเริ่มและพร้อมจะปฏิบัติเมื่อมีโอกาส

2.3.4 มองโลกในแง่ดี สามารถเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคได้อย่างไม่ย่อ ท้อ จนบรรลุวัตถุประสงค์

บาร์ออน (Bar-ON, 1997 : 112-133) ได้เสนอ องค์ประกอบของความฉลาด ทางอารมณ์ แบ่งเป็น 5 หมวด 15 คุณลักษณะ ดังนี้

1. ความสามารถภายในตน (Intrapersonal Skill)

1.1 การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง (Emotional Self-Awareness)

1.2 การยืนยันอารมณ์ (Assertiveness)

1.3 การเคารพตนเอง (Self-Regard)

- 1.4 การตระหนักรู้ตน (Self-Actualization)
- 1.5 การเป็นอิสระเอกเทศ (Independence)
2. ทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ (Interpersonal Skill)
 - 2.1 ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy)
 - 2.2 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship)
 - 2.3 ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility)
3. ความสามารถในการปรับตัว (Adaptability Scales)
 - 3.1 การแก้ปัญหา (Problem Solving)
 - 3.2 ความยืดหยุ่น (Flexibility)
 - 3.3 การทดสอบความจริง (Reality Testing)
4. การวัดความสามารถในการปรับตัว (Stress management scales)
 - 4.1 รับมือเหตุการณ์ที่ตึงเครียด (Stress tolerance)
 - 4.2 การควบคุมความวุ่นวาย (Impulse Control)
5. การวัดสถานภาพอารมณ์โดยทั่วไป (General Mood)
 - 5.1 การมองโลกในแง่ดี (Optimism)
 - 5.2 ความสุข (Happiness)

วิซิงเกอร์ (Weisinger, 1998 : xix-xxi) ได้กำหนดความฉลาดทางอารมณ์ ออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. เซาวันอารมณ์ภายในตนเอง (Increasing Management Scales)
 - 1.1 การพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง (Developing high self-awareness)
 - 1.2 การจัดการกับอารมณ์ตนเอง (Managing your Emotional)
 - 1.3 การกระตุ้นจิตใจตนเอง (Motiving yourself)
 2. เซาวันอารมณ์ระหว่างบุคคลเพื่อรักษาสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (Using your Emotion intelligence in you relations with other)
 - 2.1 การพัฒนาทักษะการติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Developing Effective communication skill)
 - 2.2 การพัฒนาความชำนาญระหว่างบุคคล (Developing interpersonal expertise)
 - 2.3 การช่วยเหลือผู้อื่นให้ช่วยเหลือตนเองได้ (Helping other themselves)
- เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 : 62-65) ใช้หลักพุทธศาสนาเสนอองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย

1. ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) อาศัยธรรมมะหมวดพรหมวิหาร 4 เป็นตัวแทนความเห็นอกเห็นใจ

2. สติ (Awareness) อาศัยธรรมข้อสติปัฏฐาน 4 ช่วยให้สงบจิตสงบใจจากความว้าวุ่น ทำให้เข้าใจความหมายของชีวิต

3. การแก้ไขข้อขัดแย้ง (Conflict Solving) แก้ไขโดย การใช้ปัญญา ตามธรรมะเรื่องอริยสัจ 4 เพื่อให้ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

โดแนลซาล (Donalsal. 1997) กล่าวว่า องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ ควรจะประกอบด้วย

1. การรับรู้ ตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง (Emotional Self-Awareness)
2. มีแรงจูงใจในตนเอง (Self-Motivation)
3. สามารถอดทนอดกลั้น ยืนหยัดต่อความเครียดได้ (Stress Tolerance)
4. มีความยืดหยุ่น (Flexibility)
5. มีแรงบันดาลใจที่จะควบคุมตนเอง (Impulse-Control)
6. มองโลกในแง่ดี (Optimism)

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544 : 20-22) กล่าวว่า องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วยความสามารถด้านใหญ่ ๆ 2 ด้าน คือ

1. ประสิทธิภาพส่วนตัว (Personal Competence) ต้องมีคุณสมบัติ 3 ประการ คือ

- 1.1 มีความเข้าใจตนเอง (Self-awareness)
- 1.2 มีการควบคุมตนเอง (Self-regulation)
- 1.3 มีการผลักดันตนเอง (Self-motivation)

2. ประสิทธิภาพทางสังคม (Social competence) มีคุณสมบัติ 2 ประการ คือ

- 2.1 มีความเข้าใจผู้อื่น (Empathy)
- 2.2 มีทักษะทางสังคม (Social skill)

2.1.3 ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสำคัญมากสำหรับชีวิตการทำงานในปัจจุบัน ความฉลาดทางอารมณ์ไม่เพียงแต่มีส่วนในการทำนายความสำเร็จในการทำงานเท่านั้น แต่เป็นสิ่งจำเป็นที่ทุกคนควรมี หรือพัฒนาให้มากขึ้นเพื่อชีวิตการทำงานในปัจจุบันและอนาคต ด้วยโลกการทำงานในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลง องค์การต่าง ๆ จะมีขนาดเล็กลง จำนวนคนทำงานถูกจำกัดให้เหลือน้อยลง คนที่ทำงานอยู่ในองค์กรจะถูก คาดหวังว่าจะต้องมีคุณภาพมาก ไม่เพียงเรื่องความสามารถหรือทักษะในการทำงานเท่านั้น แต่ต้องมีความสามารถที่จะทำงานเป็นทีมได้ อย่างมีความรับผิดชอบ มีความเข้าใจและเอื้ออาทรต่อผู้ร่วมงาน สามารถผลักดันเป็นผู้นำได้ มีความตื่นตัวที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพราะปัจจุบันมีการตรวจสอบทั้งจากภายในและภายนอกในระดับสากล บุคคลจึงต้องมีการปรับตัวอย่างมากเพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ดังนั้น บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงเท่านั้น จึงจะสามารถดำรงตนอยู่ในโลกการทำงานปัจจุบันได้

ดีกว่าคนที่มีแต่เพียงไอคิวสูงแต่อีคิวต่ำ ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีความสำคัญมากในปัจจุบัน (วิลาสลักษณ์ ชวัลลี. 2542 : 41)

การประยุกต์ความฉลาดทางอารมณ์ มีประโยชน์อย่างยิ่งกับทุกคน เช่น (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542)

1. นำความรู้ด้านความฉลาดทางอารมณ์ ไปพัฒนาเด็กและเยาวชนเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาวุฒิภาวะทางอารมณ์
2. นำความรู้ด้านความฉลาดทางอารมณ์ ไปพัฒนาการสื่อสาร การแสดงความรู้สึก และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ทำให้มีสัมพันธภาพส่วนบุคคลที่มีประสิทธิภาพ
3. นำความรู้ด้านความฉลาดทางอารมณ์ ไปพัฒนาบุคคลในองค์กร เพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงาน ลดปัญหาความขัดแย้งในการทำงานร่วมกัน
4. นำความรู้ด้านความฉลาดทางอารมณ์ ไปพัฒนาศักยภาพของผู้นำในองค์กรต่าง ๆ ทำให้สามารถทำงานเกี่ยวกับบุคคลในองค์กรได้ดีขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดความสำเร็จในการบริหารงาน
5. นำความรู้ด้านความฉลาดทางอารมณ์ ไปพัฒนาธุรกิจด้านบริการ ช่วยให้บุคคลที่รับผิดชอบงานด้านบริการ มีความสามารถในการดูแลลูกค้าได้เป็นอย่างดี เพราะสามารถเข้าใจความต้องการของลูกค้าทุกคน

2.1.4 ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์

มีลักษณะดังต่อไปนี้ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2542 : 16)

1. รู้จัก และเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง สามารถควบคุมจัดการ และแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้ และตระหนักรู้ได้ว่า ขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม (Self-awareness)
2. มีพลังใจ มีแรงบันดาลใจที่จะกระทำการหนึ่งสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมายในชีวิต (Self-motivation)
3. สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถเผชิญต่อสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม (stress tolerance)
4. มีความยืดหยุ่น (flexibility) ไม่ยึดมั่น ถือมั่น จนทำให้ปรับตัวไม่ได้
5. มีความสามารถที่จะควบคุมตนเอง มี impulse control
6. มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (to have empathy for other)
7. มีสัมพันธภาพที่บ่งบอกถึงความไว้วางใจผู้อื่น (trusting relationships) มีความจริงใจและ ซื่อสัตย์
8. มีความคิดริเริ่ม (intitutive) มีความคิดสร้างสรรค์ (creativity)
9. มองโลกแง่ดี (optimism)

จากการค้นคว้าใน CD-ROM (ปาริชาติ รัตนราช. 2544 : 33-34 ; อ้างอิงจาก

<http://eqi.org/signs.htm>.) กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง มีดังนี้

1. สามารถพูดความรู้สึกออกมาได้อย่างชัดเจน และตรงกับความรู้สึกที่แท้จริง
ของตน

2. ไม่ปิดบังความคิด ความรู้สึก
3. ไม่กลัวที่จะเปิดเผยความรู้สึก
4. ไม่ถูกครอบงำจากอารมณ์ด้านลบ เช่น ความกลัว ความหมัดหวัง เป็นต้น
5. มีความสามารถในการอ่านอวัจนภาษา (non-verbal)
6. ใช้ความรู้สึกเป็นตัวชี้นำความคิด
7. รักษาความสมดุลด้วยเหตุผลและความหวัง
8. แสดงถึงความต้องการที่แท้จริง ไม่ใช่เพราะหน้าที่ อาย หรือข้อผูกมัด
9. มีอิสระ มีความมั่นคงในตนเอง
10. ถูกจูงใจจากสิ่งที่อยู่ภายใน
11. ไม่ถูกจูงใจจากอำนาจ ทรัพย์สินสมบัติ ตำแหน่ง ชื่อเสียงหรือการยอมรับ
12. มีการยืดหยุ่นทางอารมณ์
13. มองโลกในแง่ดี
14. สนใจในความรู้สึกของผู้อื่น
15. พูดถึงความรู้สึกด้วยความสบายใจ
16. ไม่หยุดนิ่งเพราะความกลัว หรือวิตกกังวล
17. สามารถแยกแยะอารมณ์ที่เกิดขึ้นพร้อม ๆ กันได้

ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ

1. มักจะตำหนิคนอื่น ไม่รับผิดชอบต่ออารมณ์ของตนเอง
2. ไม่สามารถบอกความรู้สึกของตนเองได้
3. ทำร้าย ตำหนิ ควบคุม วิจารณ์ ขัดขวาง บรรยาย แนะนำหรือตัดสินคนอื่น
4. พยายามวิเคราะห์คนอื่น เมื่อเขาแสดงความรู้สึก
5. มักเริ่มต้นประโยคว่า “ฉันคิดว่า.....”
6. ติดตามคนอื่น (ไม่มีความคิดเป็นของตัวเอง)
7. ใส่ร้ายผู้อื่น
8. แสดงความรู้สึกออกมาไม่ตรงกับความเป็นจริง
9. ปิดเบือนความรู้สึกของตนเอง
10. มีปฏิกิริยาโต้ตอบที่ไม่เหมาะสม
11. ขาดความมั่นคง
12. เคียดแค้น
13. ไม่สบายใจ
14. แสดงพฤติกรรมโดยไม่สนใจความรู้สึกของคนอื่น

15. มักพูดอ้อมค้อมหรือกลบเกลื่อน
16. ไม่ไวต่อความรู้สึกของคนอื่น
17. ไม่สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา
18. เข้มงวด ไม่ยืดหยุ่น
19. ไม่สำรวจความรู้สึกก่อนการกระทำ
20. ไม่ได้คำนึงถึงความรู้สึกของคนอื่น ก่อนที่จะทำอะไรลงไป
21. หลีกเลี่ยงความรับผิดชอบ
22. มองโลกในแง่ร้ายและคิดว่าโลกขาดความยุติธรรม
23. มีความรู้สึกที่ไม่พอใจ ผิดหวัง อาฆาต
24. ชอบใช้อำนาจมากกว่าความรู้สึก
25. หลีกเลี่ยงการติดต่อกับบุคคลอื่น
26. ถือถือ ยึดมั่นในความคิดของตนเอง เพราะไม่รู้สึกปลอดภัยเมื่อเจอสิ่งใหม่ ๆ
27. สามารถเล่ารายละเอียดของเหตุการณ์ได้ และบอกได้ว่า พวกเขาคิดอย่างไร

แต่ไม่สามารถบอกได้ว่า ใครบางคนรู้สึกอย่างไร

28. ใช้ปัญญาของตนตัดสิน และวิจารณ์ผู้อื่น โดยปราศจากการทำความเข้าใจ การพิจารณา การวิเคราะห์และปราศจากการตระหนักรู้ในความรู้สึกของพวกเขา
29. ไม่เป็นผู้ฟังที่ดี มักรบกวน ขาดการสื่อสารทางอารมณ์ มุ่งเน้นแต่ความจริงมากกว่าความรู้สึก

2.1.5 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

จอม ชุมช่วย (2540 : 61) ได้สรุปการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ของเด็ก อย่างมี ประสิทธิภาพ ดังนี้

1. สอนให้เด็กรับรู้อารมณ์ของตนเอง ไม่เก็บกด
2. สอนให้จัดการกับอารมณ์ของตนเองและมีทางระบายออกอย่างเหมาะสม
3. สอนให้เด็กรู้จักการรอคอย มีวินัย และรู้จักการควบคุมตนเอง
4. สอนให้เด็กรู้จักเข้าใจผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น.
5. สอนให้เด็กรู้จักสร้างสัมพันธ์และผูกมิตรกับคนอื่น

พระราชวรมุณี (2542 : 10) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ บุคคลนั้น สามารถแบ่งได้เป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 สังวรปธาน คือ ความเพียรที่จะควบคุมตัวเอง ควบคุมพลังฝ่ายไม่ดี ทั้งหลาย ไม่ให้พลังฝ่ายกุศลมีพลังเหนือพฤติกรรมของเราไม่ตกเป็นทาสของมัน หรือมี Self Control นั้นเอง

ขั้นที่ 2 ปหานปธาน คือ กำจัดขุตราก ถอนโคนฝ่ายไม่ดีออกไป คือ ดีให้อ่อนลง ควบคุมให้อยู่ในเขตที่จัดการได้ เป็นการทำให้ฝ่ายอกุศลหมดพลังไปในที่สุด

ขั้นที่ 3 ภาวนาปธาน คือ การพัฒนาฝ่ายที่เป็นกุศลให้แข็งแรงขึ้น ในมีพลัง ให้มีอำนาจมาก เข้ามาควบคุมฝ่ายอกุศล

ขั้นที่ 4 อนุรักษณาปธาน คือ รักษาความดีที่ได้ทำมา เพิ่มพลังยิ่ง ๆ ขึ้นไป ซึ่งเป็นกระบวนการของการพัฒนาให้เกิดความสมดุล ต้องตรวจสอบตัวเองตลอดเวลา เป็นนายเหนือตัวเอง

ทศพร ประเสริฐสุข (2542 : 32) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เป็นหน้าที่ของนักการศึกษา นักจิตวิทยา พ่อแม่ ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็ก จะเริ่มจากรากฐานตั้งแต่วัยเด็ก โดยเริ่มต้นจาก แผนการศึกษาแห่งชาติ หลักสูตร และกิจกรรมการเรียนการสอน และกิจกรรมเสริมหลักสูตร พัฒนาครูให้เข้าใจแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และกิจกรรมที่เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเด็ก พ่อแม่ และผู้ที่เกี่ยวข้องก็ต้องเข้าใจ และส่งเสริมเช่นกัน

แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ทำได้โดย

1. ฝึกเด็กให้รู้จักคุณค่าของตนเองตามความเป็นจริง ให้มองตนเองอย่างตระหนักรู้ มองตนเองในแง่ดีรู้สึกดีกับชีวิต สามารถชื่นชมตนเองได้ เป็นการให้รู้จักอารมณ์ตนเอง

1.1 ฝึกการตระหนักรู้ (Self-awareness) สำรวจตนเองโดยวิธีการต่าง ๆ เช่น ใช้การนั่งสมาธิ

1.2 ให้ความรู้เกี่ยวกับการเข้าใจตนเอง เข้าใจคนอื่น อาจใช้กิจกรรมกลุ่มและเทคนิคอื่น ๆ

2. รู้จักแยกแยะอารมณ์ของตนเองว่าชนิดใดดี ชนิดใดไม่ดี และเลือกแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม อาจใช้การฝึก

2.1 ฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม (assertive training)

2.2 ฝึกการสื่อสารที่เหมาะสม อาจใช้เป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตร

3. รู้จักปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคมด้วยความเต็มใจ ซึ่งครู พ่อแม่ ต้องเป็นผู้นำในการฝึกและทำตัวให้เป็นตัวอย่างที่ดีให้เด็กเลียนแบบ และให้กำลังใจเมื่อเด็กทำตามระเบียบ

4. รู้จักและเข้าใจธรรมชาติของตนเอง จำแนกแยกแยะได้ว่า อารมณ์ใดที่เป็นคุณ เป็นโทษแก่ตนเอง สถานศึกษาควรมีอาจารย์ผู้ทำหน้าที่แนะแนวให้คำปรึกษาแก่เด็ก

5. รู้จักบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เพื่อให้รู้ว่า อารมณ์เกิดขึ้นได้ทุกอย่าง แต่เราไม่สามารถแสดงอารมณ์ทุกอย่างได้

6. การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมโดยคำนึงถึงสีหน้า ท่าทาง คำพูด เด็กจึงต้องได้รับการฝึกในชั่วโมงโฮมรูมหรือนะแนว

7. รู้จักหยุดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่ดี ความสามารถในการไตร่ตรองก่อนการแสดงออก และสามารถที่จะอดทน รอคอยที่จะแสดงพฤติกรรมได้

8. ฝึกการสร้างแรงจูงใจให้เกิดกับตน

9. ฝึกความสามารถในการหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น สามารถรับรู้อารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy)

10. ฝึกทางด้านมนุษยสัมพันธ์ การแสดงน้ำใจ เอื้ออาทรต่อบุคคลอื่น เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น ฝึกให้เกิดยรติผู้อื่นได้ด้วยความจริงใจ สามารถแสดงความคิดเห็น ชื่นชม และให้กำลังใจกันและกันได้ในวาระที่เหมาะสม

วิลาศลักษณ์ ชวัลลี (2542 : 42-50) ได้กล่าวถึงแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยประยุกต์มาจากคำสอนของพุทธศาสนา ทฤษฎีทางจิตวิทยา แนวทางของวีชิงเจอร์ แนวทางของโกลแมน และแนวทางของซาโลเวย์ และคณะ ดังนี้

1. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับตน

1.1 การรู้เท่าทันอารมณ์ของตน

1.1.1 บอกตนเองว่ากำลังรู้สึกอย่างไร โดยใช้คำพูดในใจว่า “ฉันกำลังโกรธเขา” หรือ “โกรธหนอ” คนที่ตระหนักถึงอารมณ์ของตนเองจะกลับคืนสู่อารมณ์ในสภาพปกติได้เร็วกว่าคนที่ไม่ตระหนัก

1.1.2 ซื่อสัตย์ต่อความรู้สึกของตนเองไม่บิดเบือน

1.1.3 ตระหนักถึงข้อดีและข้อบกพร่องของตนเอง การยอมรับข้อบกพร่องเป็นการเปิดโอกาสให้ได้ปรับปรุงตนเองหรือเกิดความระมัดระวังในการแสดงอารมณ์มากขึ้น

1.2 การจัดการกับอารมณ์ของตนเองอย่างเหมาะสม

1.2.1 ตระหนักรู้ว่าตนเองคือผู้ที่รับผิดชอบอารมณ์ของตนเอง การตอบสนองทางอารมณ์ของคนเราส่วนมากเกิดจากการตีความของเราที่มีต่อสิ่งแวดล้อม

1.2.2 แยกข้อเท็จจริงออกจากการตีความหมาย เนื่องจากอารมณ์ส่วนมากเกิดจากการคิด การตีความหรือการประเมินสถานการณ์โดยตัวเราเอง

1.2.3 บอกตนเองว่ากำลังรู้สึกอย่างไร จนกว่าความรู้สึกทางลบจะหายไป เช่น การบอกตนเองว่า “โกรธหนอๆๆ” ไปเรื่อย ๆ จนกว่าความรู้สึกนั้นจะหายไป

1.2.4 ให้อารมณ์ส่งเสริมการคิดของตน ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะสามารถใช้อารมณ์ให้เป็นประโยชน์ต่อการคิด

1.3 การสร้างเสริมพลังใจให้ตนเอง

1.3.1 มองเห็นความงดงามของโลก เช่น ท้องฟ้าสดใส บุคคลควรจะละจากความหมกมุ่น ในกิจกรรมส่วนตัวบ้าง แล้วพิจารณาสิ่งรอบข้างรวมทั้งตนเอง มองและชื่นชมในส่วนดี

1.3.2 การจัดระบบระเบียบความคิดและจิตใจด้วยการทำสมาธิ

1.3.3 การโปรแกรมจิตและตั้งเป้าหมายชีวิตให้ตนเอง โดยการกำหนดว่าสิ่งใดที่เราต้องปรับปรุง และตั้งเป้าหมายชีวิตหรือการทำงานของตนไว้

1.3.4 การสร้างความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง เพราะบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะประสบผลสำเร็จสูงกว่าคนที่คิดว่าตนเองมีความสามารถต่ำ

1.3.5 ความกล้าที่จะตัดสินใจและกระทำ ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ควรเป็นผู้ที่เปิดตัวเองต่อประสบการณ์ใหม่ ๆ กล้าทำในสิ่งที่ยังไม่เคยทำเพื่อพัฒนาความสามารถของตนเอง

2. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในส่วนบุคคล

2.1 เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ เพราะเป็นพื้นฐานของความเข้าใจผู้อื่น

2.1.1 เข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น

2.2 มีความสามารถในการสื่อสารและถ่ายทอดความรู้สึก

2.2.1 ต้องเคารพความคิดของผู้อื่น คือ ยอมรับว่าบุคคลต้องมีความแตกต่างกัน

2.2.2 คิดในเชิงว่า ฉันชนะ-เธอก็ชนะ การทำงานร่วมกับบุคคลอื่นบุคคลควรยินดีหรือยอมรับ ถ้าเพื่อนร่วมงานแสดงความคิดเห็นที่ดีหรือทำกิจกรรมได้สำเร็จ

2.2.3 แสดงความคิดเห็นอย่างชัดเจนด้วยท่าทีที่เป็นมิตร

2.2.4 สื่อสารในระดับที่เหมาะสม

2.3 ช่วยเหลือผู้อื่นช่วยเหลือตนเองได้ คือ การช่วยให้ผู้อื่นช่วยเหลือตนเองได้ ในปัญหาทางอารมณ์ มีหลักการที่สำคัญ คือ ต้องรู้อารมณ์ผู้อื่น ว่ากำลังโกรธ หรือหดหู่ ช่วยพูดให้คลายความรู้สึกลงก่อน แล้วแสดงให้เห็นว่าความรู้สึกของเขามีผู้รับฟังอย่างตั้งใจ แสดงความเห็นใจโดยไม่แสดงการเห็นด้วย ช่วยผู้มีปัญหาให้เกิดความชัดเจนในความคิดความรู้สึกของตนเอง เพื่อว่าผู้ที่มีปัญหาจะได้เห็นแนวทางแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง

กรมสุขภาพจิต (2544 : 25) กล่าวถึง เทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในสถานศึกษา ดังนี้

1. ประชาธิปไตยในการเรียน บรรยากาศการเรียนรู้นั้นเป็นประชาธิปไตย มีความเป็นอิสระที่จะแสดงความคิดเห็น มีความเคารพซึ่งกันและกัน ครูรับฟังผู้เรียนเพื่อให้ผู้เรียนเห็นความรู้สึกของตนเป็นที่รับฟัง ไม่ใช่สิ่งที่ไม่มีความหมายหรือไม่มีคนสนใจ

2. เรียนรู้เรื่องอารมณ์ หน้าที่ของครูในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ คือ การช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจความรู้สึก อารมณ์ของตนเองมีการแสดงออกที่เหมาะสมกับบุคคลและสถานที่ และมีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น

3. เริ่มต้นที่ดี เริ่มที่ครู การเริ่มต้นที่ดีที่สุด คือ การที่ครูทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีให้ผู้เรียน โดยการทำสิ่งที่ตนพร่ำสอน เช่น เรียนรู้ที่จะทำความเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก บุคลิกลักษณะของตนเอง ระมัดระวังคำพูด และการแสดงอารมณ์ให้เหมาะสมอยู่เสมอ

2.1.6 วัตถุประสงค์ของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

ทศพร ประเสริฐสุข (2542 : 31) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย

1. เพื่อพัฒนาให้เด็กและเยาวชน เป็นผู้ที่มียุคโลกภาพที่ดี มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
2. พัฒนาการและบุคลิกภาพทางการศึกษาให้เป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เด็ก
3. พัฒนาการมองโลกในแง่ดี อันเป็นพื้นฐานของการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และทัศนคติในการทำงานร่วมกับผู้อื่น
4. พัฒนาสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การสื่อความหมาย เพื่อเป็นทักษะทางสังคมในการดำรงชีวิต
5. พัฒนาความสามารถในการรับรู้ ความเข้าใจ ความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนให้เป็นคนที่มีสติ สามารถตระหนักรู้ตนและอารมณ์ของตน
6. พัฒนาความซื่อตรง (integrity) ซื่อสัตย์ รักษาความสัตย์ตรงไปตรงมา ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่สังคมปรารถนา
7. พัฒนาความสามารถในการควบคุมอารมณ์ สามารถจัดการทางอารมณ์ของตนในสภาวะการณ์ต่าง ๆ ได้
8. พัฒนาแรงจูงใจในตน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
9. พัฒนาความสามารถในการเข้าใจ รู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา
10. พัฒนาการควบคุมตนเอง (Self Control) ซึ่งเป็นการปรับพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสม
11. พัฒนาจิตใจใฝ่บริการ (service minded) อันเป็นรากฐานสันติสุขในสังคม
12. พัฒนาความสามารถในการบริหารความขัดแย้ง (conflict management)
13. พัฒนาความรู้สึกเข้าถึงมนุษย์ และความเป็นมนุษย์รู้จักชื่นชมงานดนตรี ศิลปะ มีความละเอียดอ่อน เพื่อสร้างสภาวะทางอารมณ์ให้เป็นคนมีอารมณ์ดี
14. พัฒนาความมีคุณธรรม

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

2.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เมนฮาร์ท (Menhart. 1998 : Abstract) ได้ศึกษาผลของความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อความสำเร็จในการประกอบอาชีพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อดูความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับคะแนนการสัมภาษณ์เข้าทำงาน โดยเมนฮาร์ทได้ใช้องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ 4 ด้าน คือ ความเห็นอกเห็นใจ การจัดการควบคุมอารมณ์ การรอคอยผลเลิศ และการสร้างความประทับใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี 116 คน โดยสร้างสถานการณ์ให้เหมือนกับการสัมภาษณ์เข้าทำงาน ผลการศึกษาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับคะแนนการสัมภาษณ์

โกลแมน (Goleman, 1998b : 25) ได้ศึกษาย้อนหลังเกี่ยวกับความสำเร็จในการทำงาน โดยศึกษาจากนักศึกษาที่เรียนในช่วงทศวรรษ 1940 จำนวน 95 คน เป็นการศึกษาระยะยาว ติดตามจนถึงวัยกลางคน พบว่า นักศึกษาที่จบการศึกษาและได้คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูง ๆ มักไม่ค่อยประสบความสำเร็จเมื่อเทียบกับนักศึกษาที่ได้คะแนนต่ำกว่าทั้งในด้านหน้าที่การงานและความสุขในชีวิตครอบครัว และจากการศึกษาเด็กในรัฐแมซซาชูเซต จำนวน 450 คน ติดตามผลจนถึงวัยกลางคน พบว่า ไอคิวมีความสัมพันธ์เพียงเล็กน้อยกับความสำเร็จในงานที่ทำ

เคอร์ติส (Curtis, 2000) ได้สำรวจเกี่ยวกับโครงการพิเศษของโปรแกรมการแนะแนวระดับมัธยมศึกษา โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาทักษะความฉลาดทางอารมณ์ และพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ที่มีความต้องการเข้าร่วมโครงการดังกล่าว แบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มเข้าร่วมโครงการสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 6 ครั้ง ผลการศึกษาพบว่า จากการประเมินตนเองก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ นักเรียนมีทักษะความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มมากขึ้น และมีอัตมโนทัศน์ดีขึ้น

บาคแมน และ สไตน์ (Bachman and Stein, 2000 : 176) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของพนักงานบัญชีที่ประสบความสำเร็จในอาชีพมากที่สุด จำนวน 24 คน และประสบความสำเร็จน้อย จำนวน 12 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของบาร์ออน (Bar-On) ผลการศึกษา พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์จะส่งผลกระทบต่อคุณภาพของการปฏิบัติงานของพนักงาน

2.2.2 งานวิจัยในประเทศ

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 : 59-60) ได้ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในกรุงเทพมหานคร จำนวนมากกว่า 200 คน วัด 3 ส่วน โดยส่วนที่ 1 และ 2 เป็นการประเมินโดยให้เด็กทำเอง ส่วนที่ 3 เป็นการประเมินโดยครูประจำชั้น พบว่า เด็กห้องเก่งมีความฉลาดทางอารมณ์เฉลี่ยต่ำกว่าเด็กห้องธรรมดาเด็กห้องเก่งมักมีระดับความสุขต่ำกว่าเด็กห้องธรรมดา เด็กห้องเก่งมีแนวโน้มที่จะมองตนเองว่ามีความสามารถทางอารมณ์ (ความพึงพอใจ ความคิดแง่บวก ความรับผิดชอบ น้ำใจ เป็นต้น) และครูมีแนวโน้มที่จะให้คะแนนความสุขและการเป็นคนเก่งคนดีแก่เด็กห้องเก่งมากกว่าเด็กห้องธรรมดาดังเห็นได้ชัด

เสริมศรี กาญจนสินี (2539) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบปฏิกิริยาจริยธรรมของพยาบาลที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูง และต่ำต่อการดูแลรักษาผู้ติดเชื้อเอชไอวี พบว่า พยาบาลที่มีคะแนนวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงจะมีคะแนนปฏิกิริยาจริยธรรมต่อการพยาบาลผู้ติดเชื้อเอชไอวีสูงกว่าพยาบาลที่มีคะแนนวุฒิภาวะทางอารมณ์ต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .01

อภิษฐา ดวงจันทร์ (2544) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลองและการเสริมแรงทางบวกที่มีต่อความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 48 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 ซึ่งได้รับการใช้สถานการณ์จำลองและการชี้แนะ จำนวน 16 คน กลุ่ม

ทดลองที่ 2 ซึ่งได้รับการใช้สถานการณ์จำลองและการใช้หลักพีริแมค จำนวน 16 คน กลุ่มทดลองที่ 3 ไม่ได้รับการใช้สถานการณ์จำลองและการเสริมแรงทางบวก จำนวน 16 คน ผลการศึกษา พบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการใช้สถานการณ์จำลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ส่งผลต่อคุณภาพของงานและความสำเร็จในการประกอบอาชีพ และความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาได้โดยการใช้กิจกรรมกลุ่ม

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความฉลาดทางอารมณ์น้อย จำนวน 38 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความฉลาดทางอารมณ์น้อย จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทำแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ พบว่านักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์น้อยจำนวน 38 คน

2.2 ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจของนักเรียน ปรากฏว่านักเรียนสมัครใจ ผู้วิจัยจึงสุ่มอย่างง่ายมา 30 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม
2. ข้อเสนอแนะเรื่องความฉลาดทางอารมณ์
3. แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ ของแดเนียล โกลแมน

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม

1.1 ผู้วิจัยศึกษาดำรง เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กิจกรรมกลุ่ม

1.2 สร้างโปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม จากข้อมูลที่ได้จากข้อ 1.1 ให้สอดคล้องกับความมุ่งหมาย ของการศึกษาค้นคว้าและนิยามศัพท์เฉพาะ

1.3 นำโปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านคือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรพรรณรัตน์ พลอยล้อมแสง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำ

เครือ และ อาจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์ ตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการ และนิยามศัพท์เฉพาะ

1.4 นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ชุดเดิม แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ และเวลาที่ใช้ในการทดลอง

1.5 นำโปรแกรมที่ทดลองใช้แล้ว มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้ในงานวิจัยต่อไป โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ดำเนินการเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เวลา 13.00 น.-13.50 น. ในวันอังคาร และพฤหัสบดี สำหรับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ใช้กับกลุ่มทดลอง

2. แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์

ผู้วิจัยนำแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ ของโกลแมน (Goleman. 1998) ในการทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 แบบทดสอบมีข้อคำถาม 45 ข้อ

ลักษณะของแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ เป็นแบบทดสอบที่มีลักษณะประมาณค่า 7 ระดับ ดังนี้



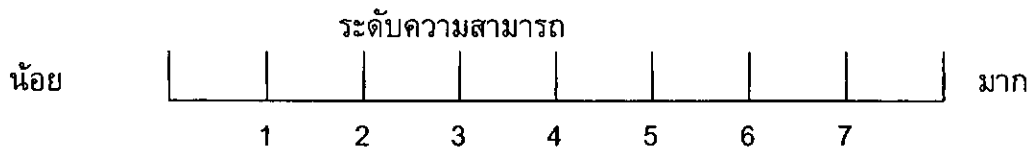
ตัวอย่างแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านข้อความที่กำหนดให้แล้วพิจารณาว่าท่านมีความสามารถในเรื่องนั้น ๆ มากน้อยเพียงใด โปรดตอบลงในกระดาษคำตอบ

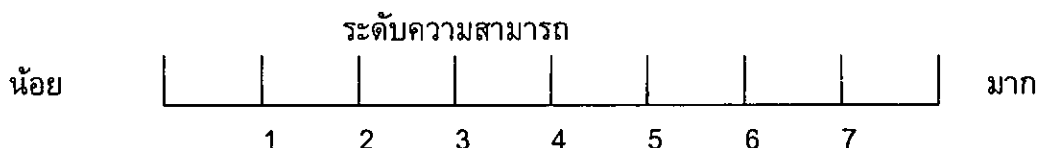
ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง

ข้อ 1 ฉันเป็นคนโกรธง่าย หายเร็ว



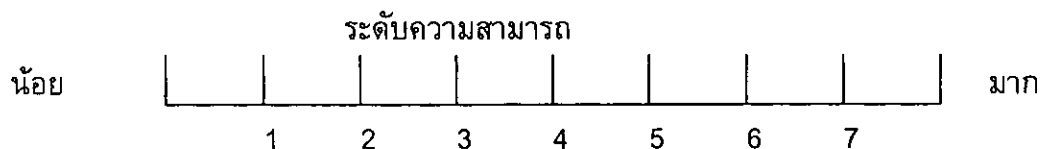
ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการอารมณ์ของตนเอง

ข้อ 2 แม้ว่าฉันจะโกรธ ฉันก็สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม



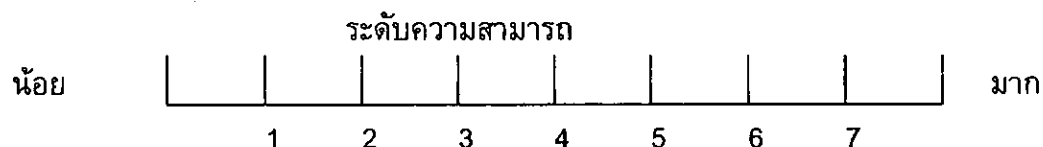
ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจงใจตนเอง

ข้อ 3 ฉันสามารถปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้



ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

ข้อ 4 ฉันมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น



ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการความสัมพันธ์กับผู้อื่น

ข้อ 5 ฉันสามารถประสานความคิดของสมาชิกในกลุ่ม



แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบ Randomized Control group Pretest-Posttest Design ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control group Pretest-Posttest Design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE ₁	T ₁ E ₁	X ₁	T ₂ E ₁
RE ₂	T ₁ E ₂	X ₂	T ₂ E ₂

ความหมายของสัญลักษณ์

RE ₁	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่ม กำหนดให้เป็นกลุ่มทดลอง
RE ₂	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่ม กำหนดให้เป็นกลุ่มควบคุม
T ₁ E ₁	แทน	การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง
T ₁ E ₂	แทน	การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุม
T ₂ E ₁	แทน	การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
T ₂ E ₂	แทน	การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม
X ₁	แทน	การใช้กิจกรรมกลุ่ม
X ₂	แทน	การสอนแบบปกติ

วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง แบบ Randomized Control group Pretest-Posttest Design ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยใช้คะแนนจากแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

2. ระยะดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองด้วยตนเอง

2.1 กลุ่มทดลอง ใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 13.00-13.50 น. ตั้งแต่วันที่ 8 มิถุนายน 2547- วันที่ 22 กรกฎาคม 2547

2.2 กลุ่มควบคุม ใช้ การสอนแบบปกติ เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันพุธ และวันศุกร์ เวลา 13.00-13.50 น. ตั้งแต่วันที่ 9 มิถุนายน 2547- วันที่ 23 กรกฎาคม 2547

3. ระยะเวลาหลังทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทำแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้ฉบับเดียวกับที่ใช้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

4. นำคะแนนที่ได้ก่อนและหลังการทดลองมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้วิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)

2. เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการสอนแบบปกติ โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)

4. เปรียบเทียบผลต่างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติโดยใช้ t-test แบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent sample)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean)

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

2.1 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังของกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม โดยใช้ค่า t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

2.2 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังของกลุ่มควบคุม ที่ได้รับการสอนแบบปกติ โดยใช้ค่า t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

2.3 เปรียบเทียบผลต่างของความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังของกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุม ที่ได้รับการสอนแบบปกติ โดยใช้ค่า t-test แบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent sample) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลความหมายการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}_{diff}	แทน	ผลต่างของค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง
S_{diff}	แทน	ผลต่างของค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณา t-distribution
ΣD	แทน	ผลรวมของความแตกต่างของคะแนนที่ได้จากการทดสอบก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง
ΣD^2	แทน	ผลรวมของความแตกต่างของคะแนนที่ได้จากการทดสอบก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างยกกำลังสอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. เปรียบเทียบความสามารถทางอารมณ์ของนักเรียน ก่อนและหลัง ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 2
2. เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการสอนแบบปกติ ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 3
3. เปรียบเทียบผลต่างของความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลใน ตาราง 4

ตาราง 2 แสดงการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการใช้
กิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S	$\sum D$	$\sum D^2$	t
ก่อนทดลอง	15	202.87	43.790			
				778	42,764	15.305**
หลังทดลอง	15	254.73	44.356			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการใช้กิจกรรม
กลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าการใช้กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความฉลาด
ทางอารมณ์ของนักเรียนได้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1

ตาราง 3 แสดงการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการสอนแบบปกติ

กลุ่มควบคุม	N	\bar{X}	S	$\sum D$	$\sum D^2$	t
ก่อนทดลอง	15	171.07	27.580			
				290	9,238	4.649**
หลังทดลอง	15	190.40	19.693			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าได้รับการสอนแบบปกติ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนได้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

ตาราง 4 แสดงการเปรียบเทียบผลต่างของความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}_{diff}	S _{diff}	t
กลุ่มทดลอง	15	51.87	13.125	
กลุ่มควบคุม	15	19.33	16.105	6.463**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ มีความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่านักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์ มากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์
2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้รับการสอนแบบปกติ
3. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ และนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น หลังจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น หลังจากที่ได้รับการสอนแบบปกติ
3. นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์มากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความฉลาดทางอารมณ์น้อย จำนวน 38 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความฉลาดทางอารมณ์น้อย จำนวน 38 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย

1. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม
2. ข้อเสนอเรื่องความฉลาดทางอารมณ์
3. แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ ของแดเนียล โกลแมน

วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองเป็น 3 ระยะดังนี้

1. ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยใช้คะแนนจากแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ เป็นคะแนนก่อนการทดลองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม
2. ระยะดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
 - 2.1 กลุ่มทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งครั้งละ 50 นาที ในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 13.00-13.50 น. ตั้งแต่วันที่ 8 มิถุนายน 2547- วันที่ 22 กรกฎาคม 2547
 - 2.2 กลุ่มควบคุมใช้การสอนแบบปกติ เป็นเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันพุธ และวันศุกร์ เวลา 13.00-13.50 น. ตั้งแต่วันที่ 9 มิถุนายน 2547- วันที่ 23 กรกฎาคม 2547
3. ระยะหลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทำแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้ฉบับเดียวกับที่ใช้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนหลังจากการทดลองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม
4. นำคะแนนที่ได้ก่อนและหลังการทดลองมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้วิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)
2. เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการสอนแบบปกติ โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)
3. เปรียบเทียบผลต่างของความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ โดยใช้ t-test แบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent sample)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม มีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อธิปราคาผล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยมีดังนี้

1. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อ 1 ที่ตั้งไว้ แสดงว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะการใช้กิจกรรมกลุ่ม เป็นกิจกรรมที่กระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ ก่อให้เกิดบรรยากาศที่เป็นกันเอง ทำให้นักเรียนเกิดความสนุกสนาน เป็นอิสระในการแสดง การอภิปรายและซักถามได้อย่างเต็มที่ นักเรียนจะได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน มีความกระตือรือร้น และสิ่งสำคัญ การร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนได้ทดลองแสดงบทบาทนั้นๆ ด้วยตนเอง ทำให้นักเรียนพิจารณาถึงสาเหตุ และยังช่วยเกิดแนวทางในการแก้ไขปัญหาให้ตรงประเด็นอีกด้วย ดังที่ โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31) กล่าวว่า ประสบการณ์ต่างๆที่ได้จากกลุ่มจะทำให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้และพัฒนาในด้านต่างๆ เช่น อารมณ์ สังคม สติปัญญา ซึ่งสอดคล้องกับ โรเจอร์ส (มันทนา อึ้งตระกูล. 2524 : 45 ; อ้างอิงจาก Roger. 1970 : 121-122) ที่ได้กล่าวว่า การมีประสบการณ์ทางกลุ่มจะมีผลในทางพัฒนาพฤติกรรมบางอย่างได้ และได้อ้างถึง ผลการศึกษาของ กิบป์ (Gibb) พบว่า กิจกรรมกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรค์ทางด้านจิตวิทยา กล่าวคือ มีการเปลี่ยนแปลงด้านการรับรู้ทางความรู้สึก มีการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนมีการเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจและเป็นไปตามธรรมชาติ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่างๆของตนเองและมีพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตน

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ อาคม หงษ์ทอง (2539 : 65) ที่ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมีน้ำใจ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านแบนชะโด เขตมีนบุรีกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีการพัฒนาความมีน้ำใจมากขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยของ คณางค์

คำนูเอเนก (2544 : 45) ที่ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบรมนิวาส กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำงานกลุ่มดีขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการสังเกตในขณะทดลอง ผู้วิจัยพบว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ได้ โดยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อให้นักเรียนการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคต่างๆ เช่น การอภิปรายกลุ่ม เกม และกรณีตัวอย่าง หลังจากผู้วิจัยทำความเข้าใจแก่นแก่นกับนักเรียนและชี้แจงถึงวิธีการของกิจกรรมกลุ่มให้นักเรียนเข้าใจ นักเรียนเกิดความสนใจ และกระตือรือร้นที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่ตนได้รับ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายและสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกันทำให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ต่างๆ เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ นักเรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง วิธีการเหล่านี้ช่วยให้นักเรียนเกิดความเข้าใจ ร่วมกันวิเคราะห์ สรุปผลเป็นอย่างดี และได้เรียนรู้แนวทางที่จะพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตนเองให้สูงขึ้น

จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนให้เพิ่มขึ้นได้

2. นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อ 2 ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้แสดงว่าการสอนแบบปกติ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะ การสอนแบบปกติ มีลักษณะเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์โดยให้นักเรียนอ่านเนื้อหาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ พร้อมทั้งใช้เอกสารแผ่นพับต่างๆ แล้วเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น ชักถาม และมีการสรุปร่วมกันระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน จึงทำให้นักเรียนได้รับการสอนแบบปกติ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ หรรษา แดงภักดี (2536 : 57) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า นักเรียนมีคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬา โดยส่วนรวมแต่ระดับสูงขึ้น หลังจากได้รับการข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ อาคม หงษ์ทอง พบว่า (2539 : 65) ที่ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านแบนชะโด เขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีการพัฒนาความมีน้ำใจมากขึ้น หลังจากได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

จากการสังเกตในขณะทดลองผู้วิจัยพบว่า นักเรียนต่างให้ความร่วมมือในการสอนแบบปกติซึ่งใช้เนื้อหาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ โดยนักเรียนมีความกระตือรือร้นน้อยกว่าการใช้กิจกรรมกลุ่ม เนื่องจากนักเรียนเห็นว่าเป็นการเรียนการสอนแบบปกติในห้องเรียน ซึ่งต้องเรียน

ทุกวัน จึงทำให้บรรยากาศในห้องเรียนนั้นไม่เป็นกันเองเท่าที่ควร แต่การสอนแบบปกตินั้นก็ สามารถทำให้นักเรียนสามารถเข้าใจและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของตนเองได้

จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่าการสอนแบบปกตินั้นสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนให้เพิ่มขึ้นได้

3. นักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม มีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นกว่านักเรียนที่ ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อ 3 ที่ตั้ง ไว้ แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 ได้ ซึ่งในการทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มเกี่ยวกับความฉลาดทาง อารมณ์โดยให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มได้เกิดการเรียนรู้ โดยใช้เทคนิคต่างๆ เช่น อภิปราย กลุ่ม เกม และกรณีตัวอย่าง ซึ่งในแต่ละเทคนิคผู้วิจัยจะดำเนินการขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 ขั้นการมี ส่วนร่วม โดยให้นักเรียนกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกันในฐานะสมาชิกกลุ่ม ขั้นที่ 2 การวิเคราะห์ ผู้วิจัย ให้นักเรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม และการนำไป ประยุกต์ใช้ โดยแต่ละขั้นตอน ผู้วิจัยให้นักเรียนลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ซึ่งทำให้นักเรียนเกิดการ เรียนรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ส่วนนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มความฉลาดทาง อารมณ์ ผู้วิจัยใช้การสอนแบบปกติ ให้กับนักเรียน เป็นการสอนที่นักเรียนเกิดความเคยชิน ทำใ้ นักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์น้อยกว่านักเรียนที่ ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม ดังนั้น ภายหลังจากทดลองจึงพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มี ความฉลาดทางอารมณ์มากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ھرรษา แดงภักดี (2536 : 57-58) ที่ได้ ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรม กลุ่มมีคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาโดยส่วนรวม คุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาด้านความเป็นผู้รู้จัก แพ้ รู้จักชนะ รู้จักอภัย และด้านความสามัคคีสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาด้านการยอมรับกฎเกณฑ์และกติกา และด้านการเสียสละเพื่อส่วนรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของ อาคม หงษ์ทอง (2539 : 65) ที่ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านแบนชะโด เขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่ เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีการพัฒนาความมีน้ำใจมากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ คณางค์ คำหนูเอนก (2544 : 45) ที่ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบรมนิวาส กรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับ

ข้อสนเทศมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำงานกลุ่มดีขึ้นแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการสังเกตพบว่าตลอดการทดลอง นักเรียนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ทั้งเรื่องของการนัดหมาย การแบ่งกลุ่ม การเข้าร่วมกิจกรรม การแสดงความคิดเห็นและการสรุป นักเรียนมีความพอใจ สนุกสนาน และเห็นประโยชน์ของการทดลองในครั้งนี้ อย่างไรก็ตามในระยะแรกมีนักเรียนบางคนทีประหม่า อาย ไม่กล้าพูด ไม่กล้าแสดงออก ผู้วิจัยต้องคอยกระตุ้น และให้กำลังใจ แต่เมื่อร่วมกิจกรรมไประยะหนึ่ง นักเรียนกล้าพูด กล้าแสดงออก และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้การทดลองสำเร็จได้อย่างราบรื่น

ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุม จากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า นักเรียนมีความกระตือรือร้นสนใจ และให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม จะเห็นว่าข้อสนเทศที่แจกให้ได้ความรู้ ให้ข้อคิดและอ่านสนุก ตลอดทั้งทำให้ทราบถึงแนวทางที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตาม ในระยะแรก นักเรียนยังไม่กล้าซักถามมากนัก หลังจากผู้วิจัยกระตุ้นและให้กำลังใจ ทำให้นักเรียนกล้าซักถาม และมีส่วนร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น

จากผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถนำมาใช้พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ ทั้งนี้เพราะการใช้กิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนได้มีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเองโดยมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา มีการอภิปรายและสรุปเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ส่วนการสอนแบบปกติ เป็นการแจกเอกสารเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ให้นักเรียนอ่าน เมื่อมีข้อสงสัยจึงให้ซักถามเท่านั้น ไม่ได้ลงมือปฏิบัติจริง จึงมีผลต่อนักเรียนเพียงความเข้าใจเท่านั้น ดังแนวความคิดของ วินิจ เกตุขำ และ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2522 : 172) ที่กล่าวว่า การฝึกกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาได้ดีกว่าการให้ข้อสนเทศ เพราะบุคคลจะได้ประสบการณ์ตรง ทำให้บุคคลเกิดความทราบซึ่ง ประทับใจ มากกว่าจะมุ่งให้เกิดการพัฒนาโดยใช้ความรู้เพียงอย่างเดียว

ภายหลังการทดลองนักเรียนทั้งสองกลุ่มได้ให้ความคิดเห็นสอดคล้องกันว่า การเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ได้รับความรู้ มีประโยชน์ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ดีขึ้นกว่าเดิม มีสติมากขึ้น นอกจากนี้ยังได้รับความสนุกสนาน สามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ และมีความต้องการให้ผู้วิจัยจัดกิจกรรมในลักษณะนี้อีก

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ไม่ได้ใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกัน ดังนั้น ครู หรือผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มไปเป็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ

นักเรียนได้ แต่ผู้ที่จะนำไปใช้ควรศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์และการใช้กิจกรรมกลุ่มให้เข้าใจก่อน

1.2 ผู้บริหารโรงเรียนควรส่งเสริมให้มีการนำกิจกรรมกลุ่มไปใช้ในกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาให้นักเรียนมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในด้านการเป็นคนดี เป็นคนเก่งและเป็นคนมีความสุข

1.3 ผู้ที่จะนำวิธีการใช้กิจกรรมกลุ่มควรศึกษา จุดมุ่งหมาย และวิธีลำดับขั้นตอนต่างๆ ให้เข้าใจ พร้อมทั้งควรมีประสบการณ์ และทักษะก่อนที่จะนำวิธีการดังกล่าวไปใช้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการนำเทคนิคทางจิตวิทยา มาพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เช่น การใช้บทบาทสมมติ การใช้กรณีตัวอย่าง เป็นต้น

2.2 ควรมีการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มไปพัฒนาตัวแปรอื่น เช่น ความกล้าแสดงออก ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นต้น

2.3 ควรทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มไปใช้ทดลองกับนักเรียนระดับอื่นๆ เช่น ระดับมัธยมศึกษา นักเรียนระดับอาชีวศึกษา เป็นต้น เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

2.4 ควรศึกษาความคงทนของผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนเป็นระยะๆ เช่น 1 เดือน 2 เดือน หรือ 3 เดือน เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของผลการใช้กิจกรรมกลุ่ม

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. (2543). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- กมลรัตน์ หล้าสงวษ์. (2527). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามงกุฎราชวิทยาลัย.
- คณางค์ คำณูนอก. (2544). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบรมนิวาส กรุงเทพมหานคร*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2530). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .
- จอม ชุ่มชวย. (2540, กรกฎาคม). "ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์," *วารสารการศึกษาปฐมวัย*. 1(3) : 56-61.
- จำเนียร ช่างโชติ และคนอื่น ๆ. (2521). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- จิรวรรณ วัฒนจิระพงษ์. (2537). *การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและสถานการณ์จำลองที่มีต่อทักษะทางสังคม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านไร่พัฒนาอำเภอเทพสถิตย์ จังหวัดชัยภูมิ*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . อัดสำเนา.
- ชูชัย คุประตกุล. (2528). *การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม*. เชียงใหม่ : คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ดวงเดือน เทศวานิช. (2530). *หลักการสอนทั่วไป*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูพระนคร.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2542, สิงหาคม). "ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา." *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*. 5(1) : 19-34.
- ทองเรียน อมรัชกุล. (2520). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. พิษณุโลก : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- ทีศนา แชมมณี. (2536). *ช่วยครูฝึกประชาธิปไตยให้แก่เด็ก*. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2542, มกราคม). "ความฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษายุคใหม่," *วิชาการ*. 2(1) : 63.

- นิภา วิจิตรศิริ. (2525). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนหนองแคสกรกิจพิทยา จังหวัดสระบุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- นิสรา คำมณี. (2544). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร)
- บุหงา วชิระศักดิ์มงคล. (2526) กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : แผนกเอกสารการพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- ประชัน จันทร์สุข. (2544). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสามารถในการปฏิบัติพยาบาลจิตเวชของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- ประนอม เดชชัย. (2531). แนวการเรียนการสอนและแนวทางปฏิบัติสังคมศึกษา. เชียงใหม่ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปาริชาติ รัตนราช. (2544). ตัวแปรบางประการที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จในอาชีพของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาล อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี . ปรินญาณิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เปรมใจ บุญประสบ. (2545). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านบางกะปิ สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2543). "คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับ EQ," ในรวมบทความทางวิชาการ อีคิว อัจฉรา สุขารมณ, วิลาสลักษณ์ ชวัลลี และ อรพินทร์ ชูชม. หน้า 13-19. กรุงเทพฯ : DESKTOP.
- พนม ลีอารีย์. (2522). กลุ่มสัมพันธ์. กาทสินธุ์ : โรงพิมพ์จินตทัศน์.
- พรรณพิศ วาณิชย์การ. (2535). "การทำงานแบบกลุ่ม," สารานุกรมศึกษาศาสตร์ ฉบับเฉลิมพระเกียรติ. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .

- พระราชารมณี (ประยูระ ปุดยะโต). (2528,มกราคม – มีนาคม). "การพัฒนาคน," วารสารครู
ศาสตร์. 13(3):1 – 1.
- _____ . (ประยูระ ธรรมจิตโต). (2542,สิงหาคม). "อีคิวในแนวพุทธศาสนา." วารสาร
พฤติกรรม ศาสตร์. 5(1) : 7 – 13.
- พัชนี วรกวิน. (2522). จิตวิทยาสังคม. นนทบุรี. : โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์ปากเกร็ด.
- พัชรินทร์ ธารัฐการพ์. (2535). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการ
แก้ปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา โดยการสอนแบบ
เทคนิคศึกษากรณีตัวอย่าง. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- พัชรินทร์ เปรมสมาน. (2538). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดจันทร์ใน สังกัด
กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มณฑนา อึ้งตระกูล. (2524). การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาอึดมโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษา ปีที่ 4 โรงเรียนหนองเรือวิทยา จังหวัดขอนแก่น. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .
ถ่ายเอกสาร.
- เมตตา จิตดารักษ์. (2525). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัว
ทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร.
ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- เยาวภา เตชะคุปต์. (2517) ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอนในระดับ
ประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์. ค.ม. (ประถมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ลาวัญญ์ มหาทุมะรัตน์. (2539). ผลของการให้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนามนุษย์สัมพันธ์ ของ
นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- วินิจ เกตุขำ และคมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2522). กระบวนการกลุ่ม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- วิลาสลักษณ์ ชวัลลี. (2543)."การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการทำงาน," ใน
รวมบทความทางวิชาการอีคิว. อัจฉรา สุขารมณ, วิลาสลักษณ์ ชวัลลี และ อรพินทร์
ชูชม. หน้า 149-178. กรุงเทพฯ : DESKTOP.

- วิไลวรรณ เกตุขำ และ คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2522). *คู่มือการฝึกกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์*.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- วีณา วโรตมะวิชัย. (2530). *กลวิธีการเรียนการสอนในโรงเรียนประถมศึกษา*. เชียงใหม่ :
ภาควิชาประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วีระวัฒน์ บันนิต้ามัย. (2542). *เชาวน์อารมณ์ : ดัชนีวัดความสุขความสำเร็จของชีวิต*. พิมพ์ครั้งที่
2. กรุงเทพฯ : บริษัทเอ็กซ์เปอร์เน็ท จำกัด.
- _____. (2542). "ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการสร้างความสำเร็จในชีวิต," *เอกสาร
ประกอบการสัมมนา*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะ
ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศุภาวดี บุญญวงค์. (2527). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. สงขลา : ภาควิชาการแนะแนวและ
จิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตสงขลา.
- สุวกิจ ศรีปัดถา. (2528). *การแบ่งความรับผิดชอบและการจัดสรรสิ่งจูงใจในการทำงานกลุ่ม*.
ปริญญาณิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เสริมศรี กาญจนลินี. (2539). *การเปรียบเทียบปฏิกิริยาจริยธรรมของพยาบาลที่มีวุฒิภาวะทาง
อารมณ์สูงและต่ำต่อพฤติกรรมการดูแลรักษาผู้ติดเชื้อเอดส์*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.
(ประถมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- แสงอุสา โลจนานนท์ และ กฤษณ์ รุยาพร. (2543). *การบริหารอารมณ์ด้วยรอยยิ้มแบบไทยๆ*.
กรุงเทพฯ บริษัทเอเชีย แปซิฟิก อินโนเวชั่น เว็นเตอร์ จำกัด.
- สุขภาพจิต, กรม. (2544). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์
การเกษตร แห่งประเทศไทย จำกัด.
- สุรกุล เจนอบรม. (2542, สิงหาคม) "EQ/EI" *วารสารการศึกษานอกโรงเรียน*. 2(8) : 20-22.
- หรรษา แดงภักดี. (2536). *ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา*.
ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อภิษฐา ดวงจันทร์. (2544). *การเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลองและการเสริมแรง
ทางบวกที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัด
เศวตฉัตร เขต คลองสาร กรุงเทพมหานคร*. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- อัญรา สุขารมณ. (2542,สิงหาคม). " EQกับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ," วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 5.
- อัญญา ศรีสุรพล. (2535). *ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นปีที่ 1 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- อาคม หงษ์ทอง. (2539). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านแบนชะโด เขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- อำนาจ กังเทเวศน์. (2543) *ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยพณิชยการอินทราชัย. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). *สร้าง EQ ให้ลูกคุณ. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว.*
- ฤทัยรัตน์ ธรเสนา. (2535). *การพัฒนาอัตมโนทัศน์หลายมิติของนักศึกษาพยาบาลที่มีต่อทัศนคติต่อวิชาชีพแตกต่างกัน โดยใช้กลุ่มสัมพันธ์. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- Bachman. John and others. (2000, September). "Emotional Intelligence in the Collection of Debt," *International Journal of Selection and Assessment*. 8(3) : 176.
- Bar – On , R . (1997). *Bar–On Emotional Quotient Inventory : A Measure of Emotional Intelligence.(Technical manual)*. Toronto multi Health System.
- Bennett, Margart E. (1963). *Guidance and Counseling in Group*. New York : McGraw Hill.
- Bukhauser, John Charles. (1985). "The Effects of Group Dynamics of Self-Conception the Elementary School Classroom," *Dissertation Abstracts International*. 46(1) : 103-A.
- Button, Leslie. (1974). *Development Group Work with Adolescents*. London : University of London Press.
- Cartrite, Dorwin and Alvin Zander, (1968). *Group Dynamic : Research and Theory*. 3rd ed. New York : Harper and Row Publishers. Gulley, Halbert E. *Discussion Conference and Group Process*. New York : Holt, Rinegart and Winston.
- Cooper, R.K. & Sawaf, A. (1997). *Executive EQ Intelligence in leadership and organization*. New York : Grosset / Prtnam.

- Curtis, Lillian Salter. (2000, March). "Assessing The Attainment of Guidance Outcomes Related to the Development of Emotional Skill and Improved Self-concept," *Dissertation Abstracts International-A*. 60 (8) : 2512.
- Deighton, Lee C. (1971). "Small Group Instruction," *The Encyclopedia of Education*. New York :the Macmillan Company and Free Press.
- Donaldson, Jane. (1997, June). "Emotional Intelligence Test," *Edmonton Journal*.
- Durschmidt, B.J. (1978). "Self-Actualization and the Human Potential Group Process in a Community college," *Dissertation Abstracts International*. 24(3) : 67.
- Gibb, Nancy. (1995,October,9). "The EQ Factor," *Intime*. p. 24-31.
- Goldman. (1998). *Emotional Intelligence*. New York : Bastam Books.
- Goleman , D . (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York : Bantam Books.
- Gully, H.E. (1963). *Discussion Conference and Group Process*. New York : McGraw Hill.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). "What is emotional Intelligence ?." In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). *Emotional development and Emotional Intelligence : Educational implications*. New York : Basic Books.
- Ohlsen, Mert. M. (1970). *Group Counseling*. New York : Holt Rinegart and Winston.
- Ottaway, A.K.C. (1966). *Learning Through Group Experiences*. London : Routhledge and Kegan Paul.
- Patterson, C.H. (1973). *Humanistic Education*. Englewood Cliffs, New Jersey : Prenticehall.
- Rogers, Carl R. (1970). *Encounter Groups*. New York : Harper and Row.
- Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). *Emotional Intelligence*. *Imagination, Cognition, and Personality*, 2(9) : 185 – 211.
- Shaw, Marvin E. (1981). *Group Dynamic : The Psychology of Small Group Behavior*. New York : McGraw-Hill.
- Treppa, Jerry A. and Lawrence, Frike. (1972, September). "Effect of Marathon Group Experience," *Journal of Counseling Psychology*. 2(5) : 466-468.
- Weisinger, Hendrie. (1998). *Emotional Intelligence at Work*. San Francisco ; Jossey. Bass Publishers.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

- โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม
- รายละเอียด โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม
- ตารางเวลาในการฝึกกิจกรรมกลุ่ม กลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน	ปฐมนิเทศ	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมาย ประโยชน์ และแนวทางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ 3. เพื่อให้นักเรียนทราบบทบาทและหน้าที่ของตนเอง 4. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนิทสนมคุ้นเคยกัน 	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมาย ประโยชน์ และแนวทางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ 3. เพื่อให้นักเรียนทราบบทบาทและหน้าที่ของตนเอง 4. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนิทสนมคุ้นเคยกัน
2	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการตระหนักรู้ตนเอง	อภิปรายกลุ่ม	เพื่อให้นักเรียนทราบและเข้าใจถึงสาเหตุของการเกิดอารมณ์	<p>1. <u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>1.1 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม โดยผู้วิจัยให้นักเรียนจับฉลากคนละ 1 ชิ้นแล้วเข้ากลุ่มตามอารมณ์ที่ปรากฏอยู่ในฉลาก ดังนี้ อารมณ์โกรธ, อารมณ์กลัว, อารมณ์มีความสุข, และ อารมณ์เศร้าเสียใจ</p> <p>1.2 ให้นักเรียนในกลุ่มแต่ละคนนึกเหตุการณ์ 1 เหตุการณ์ที่ทำให้นักเรียนเกิดอารมณ์นั้นๆ แล้วเล่าให้เพื่อนในกลุ่มฟัง และช่วยกัน</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>วิเคราะห์ว่าอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์นั้น</p> <p>1.3 ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันสรุปว่าการที่บุคคลเกิดอารมณ์โกรธ อารมณ์กลัว อารมณ์มีความสุข และ อารมณ์เศร้าเสียใจได้นั้น มีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง แล้วนำเสนอให้เพื่อนกลุ่มอื่นฟัง</p> <p><u>2.ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นร่วมกัน โดยผู้วิจัยใช้คำถามดังนี้</p> <p>2.1การที่นักเรียนรู้ว่าอะไรเป็นสาเหตุของการเกิดอารมณ์ต่างๆ มีประโยชน์ต่อนักเรียนอย่างไร</p> <p><u>3.ขั้นสรุปและประยุกต์</u></p> <p><u>หลักการ</u></p> <p>ให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม และการนำไปประยุกต์ใช้ โดยใช้คำถามดังนี้</p> <p>3.1 นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรม</p> <p>3.2 การเกิดอารมณ์ดังกล่าว มีสาเหตุจากอะไรบ้าง</p> <p>3.3 นักเรียนจะนำความรู้ และประโยชน์ที่ได้รับไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้อย่างไร</p> <p>3.4 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ดังนี้</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>อารมณ์หรือความรู้สึกพื้นฐานของมนุษย์ มี 4 แบบ คือ สุข เศร้า กลัว โกรธ อารมณ์ทั้ง 4 แบบมีสาเหตุของการเกิดอารมณ์แตกต่างกัน ดังนี้</p> <p><u>อารมณ์สุข</u> อาจเกิดจากการที่บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพการณ์ต่างๆ ได้ อย่างเหมาะสม มีความสำเร็จในการประกอบกิจกรรมตามที่ตั้งจุดมุ่งหมายเอาไว้ และได้รับรู้เรื่องราวที่ขบขัน</p> <p><u>อารมณ์เศร้า</u> อาจเกิดจากการสูญเสียบางสิ่งบางอย่างซึ่งมีค่าหรือมีความสำคัญต่อชีวิตประสบกับความล้มเหลวหรือไม่ประสบความสำเร็จในกิจกรรมบางสิ่งบางอย่าง</p> <p><u>อารมณ์กลัว</u> อาจเกิดจากกลัวสิ่งที่เป็นปรากฏการณ์ตามธรรมชาติ สัตว์และสิ่งของ เช่น กลัวงู กลัวความสูง กลัวพายุ กลัวความสัมพันธ์ทางสังคม เช่นกลัวว่า การแสดงออกบางอย่างอาจจะนำไปสู่การไม่ได้รับความนิยมนิยมชอบจากสังคม และกลัวในสิ่งที่ไม่รู้ เช่น กลัวคนแปลกหน้า กลัวสถานที่ที่ลึกลับ</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p><u>อารมณ์โกรธ</u> อาจเกิดจากการถูกดูต่ำว่ากล่าว ถูกล้อเลียน</p> <p>ถูกขัดใจ ความอิจฉาริษยา ความไม่ชอบ ความเกลียดชัง</p> <p>4. <u>ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สัมผัสจากความร่วมมือในการร่วมมือปราชญ์กลุ่มของนักเรียน</p> <p>4.2 สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สัมผัสจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>
3	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับ การตระหนักรู้ตนเอง	กรณีตัวอย่าง	เพื่อให้ นักเรียน คาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมอย่างไร เมื่ออยู่ในเหตุการณ์นั้นๆ และเมื่อแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมดังกล่าวไปแล้ว ผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร	<p>1. <u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>1.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง "พงศธรเป็นเหตุ" ให้นักเรียนทุกคนอ่าน แล้วให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้</p> <p>1.1.1 ถ้านักเรียนเป็นวชิระ นักเรียนจะมีอารมณ์และความรู้สึกอย่างไร และจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <p>1.1.2 ถ้านักเรียนเป็นพงศธร นักเรียนจะมีอารมณ์และความรู้สึกอย่างไร และจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <p>1.2 ให้นักเรียนแต่ละคนนำเสนอคำตอบของตนเองให้เพื่อนๆ ฟัง</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p><u>2.ขั้นการวิเคราะห์</u> ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นร่วมกัน โดยผู้วิจัยใช้คำถามดังนี้</p> <p>2.1 เพราะอะไร นักเรียนจึงคิดว่า ถ้านักเรียนเป็นวชิระและพงศธร แล้วนักเรียนจะมีอารมณ์ ความรู้สึกและแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น และถ้านักเรียนแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมดังกล่าวไปแล้ว นักเรียนคาดว่าผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร</p> <p><u>3.ขั้นสรุปและประยุกต์</u> <u>หลักการ</u> ให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม และการนำไปประยุกต์ใช้ โดยใช้คำถามดังนี้</p> <p>3.1 นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรม</p> <p>3.2 นักเรียนจะนำความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้อย่างไร</p> <p>3.3 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมดังนี้</p> <p>การเกิดอารมณ์มีทั้งผลดีและผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ฉะนั้นก่อนที่จะแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมใดๆ ออกมา ควรคาดการณ์ถึงผล</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>ที่จะตามมาก่อน และควรรู้จักที่จะยับยั้งหรือควบคุมอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมให้ได้</p> <p><u>4.ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สืบเนื่องจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายกลุ่มของนักเรียน</p> <p>4.2 สืบเนื่องจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สืบเนื่องจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน</p>
4	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับ การควบคุมตนเอง	กรณีตัวอย่าง	<p>เพื่อให้ นักเรียนควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเกิดความไม่พอใจ เสียใจ และสามารถเลื่อนการสนองความไม่พึงพอใจของตนเองออกไปก่อน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้ และเมื่อทุกซื่งใจก็สามารถกลับคืนสู่สภาพปกติได้</p>	<p><u>1.ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนแล้วให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ต่างๆ เพื่อนำเข้าสู่ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง</p> <p><u>2.ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่องอย่าใส่ใจ ให้นักเรียนทุกคนอ่าน</p> <p>2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน แล้วให้สมาชิกทุกคนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้</p> <p>2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นสุพจน์ นักเรียนจะอย่างไร เมื่อสมบัติและวินัยเปรียบเป็นมด</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>เป็นมด</p> <p>2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นภักดี นักเรียนจะทำอย่างไรเมื่อสมชายจะเดินเข้าไปชกสมบัติและวินัย</p> <p>3. <u>ขั้นสรุปและประยุกต์</u></p> <p><u>หลักการ</u></p> <p>ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกันและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม</p> <p>4. <u>ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน</p> <p>4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังเกตจากตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>
5	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง	เกม	<p>1. เพื่อให้นักเรียนอธิบายสาเหตุที่ทำให้คนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักวิธีการควบคุมอารมณ์ตนเอง</p>	<p>1 <u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>1.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัคร 1 คน ออกมาเล่นเป็น “เจ้ายุ่น”</p> <p>1.2 ผู้ที่เล่นเป็นเจ้ายุ่นจะต้องเดินไปรอบวงและเลือกเพื่อนคนใดคนหนึ่งเพื่อแสดงอะไรก็ได้ อย่่างไรก็ได้ให้เพื่อนคนนั้นดู โดยมีกติกาว่าห้ามแตะถูกตัวเพื่อนคนนั้น (เพื่อนคนนั้นห้ามหลบตา</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>ห้ามเอามือปิดหู) และต้องพยายามแสดงให้เพื่อนคนนั้นยิ้มออกมาได้ หากเพื่อนคนนั้นยิ้มออกมากก็แสดงว่าแพ้ และต้องออกมาแสดงเป็นเจ้ายุ่น และทำให้เพื่อนคนอื่นยิ้มออกมาได้ ต่อไป</p> <p>2 <u>ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>2.1 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงว่าทำไมนักเรียนบางคนที่ถูกเจ้ายุ่นยั่วจึงยิ้ม ทำไมบางคนจึงไม่ยิ้ม เขามีวิธีสะกดหรือระงับใจอย่างไร</p> <p>3<u>ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ</u></p> <p>3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปว่า ปกติคนเราย่อมมีอารมณ์และเมื่อมีใครหรืออะไรมากระทบทั้งทางดีหรือร้าย หากเราตั้งสติไม่ทันเราก็มักจะมีอารมณ์ไปกับสิ่งที่มากระทบนั้น เช่น หากสิ่งที่มากระทบในทางที่ดีเช่น ชมเชย ยกย่อง เราอาจจะพลอยเคลิบเคลิ้มจนเกินไป แต่หากสิ่งที่มากระทบเป็นสิ่งที่ไม่ดี เช่น การดูว่า เราก็จะโกรธ ไม่พอใจ ซึ่งการที่เราควบคุมอารมณ์ไม่ได้ อาจทำให้เกิดการผิดพลาดและเสียหายได้ ฉะนั้นการ</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>พิจารณาสาเหตุที่ซ่อนอยู่ว่า เพราะอะไรเราจึงมีอาการรุนแรงต่อสิ่งที่มากระทบ จะช่วยให้เราเข้าใจการ แสดงออกทางอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้มากขึ้น</p> <p>3.2 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกัน หาหลักในการคิดหรือวิธีการ ลดอารมณ์ที่มากระทบ เช่น หากโกรธให้รู้ตัวว่าโกรธ และ อาจลดความโกรธ โดย หายใจเข้าออกลึกๆ นับ 1 – 10 การมีอารมณ์รัก ทำอย่างไรให้ควบคุมตนเองได้ ไม่เสียการเรียน เป็นต้น</p> <p><u>4.ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สังเกตจากความ ร่วมมือในการร่วมอภิปราย ของนักเรียน</p> <p>4.2 สังเกตจากการแสดง ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังเกตจากตอบ คำถามที่จะสามารถนำไปใช้ ในชีวิตประจำวัน</p>
6	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับ การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง	กรณีตัวอย่าง	เพื่อพัฒนาให้นักเรียน แสดงความฉลาดทาง อารมณ์ โดยการฝึก ความสามารถในการ จูงใจกระตุ้น สร้างความ กระตือรือร้น รู้จักเตือน ตนและมีความพยายาม	<p><u>1.ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียน แล้วให้นักเรียนเล่า ประสบการณ์ต่างๆ เพื่อนำเข้าสู่ความฉลาดทาง อารมณ์เกี่ยวกับการสร้าง แรงจูงใจแก่ตนเอง</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	กิจกรรม	วิธีดำเนินการ
			ที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย	<p><u>2.ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง อย่างทิ้งโอกาสให้นักเรียนทุกคนอ่าน</p> <p>2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คนแล้วให้สมาชิกทุกคนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้</p> <p>2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นกานดา นักเรียนจะทำอย่างไร เมื่อศิริพรชวนไปสมัครขอทุน</p> <p>2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นศิริพร นักเรียนจะทำอย่างไรเมื่อไม่มีเวลาดูหนังสือเพราะต้องดูแลน้องๆ และเปิดไฟดูหนังสือในห้องไม่ได้</p> <p><u>3.ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ</u></p> <p>ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกันและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม</p> <p><u>4.ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน</p> <p>4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังเกตจากตอบคำถามที่จะสามารถใช้ได้ในชีวิตประจำวัน</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	กิจกรรม	วิธีดำเนินการ
7	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับ การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง	อภิปรายกลุ่ม	<p>1.เพื่อให้ นักเรียนมีแรงจูงใจให้ตนเอง มีการตั้งเป้าหมายของตนเองไว้ และปฏิบัติเพื่อให้สำเร็จ บรรลุเป้าหมายนั้นๆ ได้</p> <p>2.เพื่อให้ นักเรียนมีแรงจูงใจให้ตนเอง พยายามปรับปรุงตนเอง ให้สู่มาตรฐานที่ดี</p>	<p>1 <u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>1.1 ผู้วิจัยนำเข้าสู่กิจกรรมโดยพูดคุยซักถามนักเรียนว่า นักเรียนเคยตั้งเป้าหมายอะไรไว้และสามารถใช้ความพยายามของตนเองจนบรรลุเป้าหมายนั้นได้หรือไม่</p> <p>1.2 ผู้วิจัยอ่านเอกสารเรื่อง ความสำเร็จของเบญจพร ให้นักเรียนฟัง</p> <p>1.3 หลังจากอ่านจบให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นอภิปรายในหัวข้อดังนี้</p> <p>1.3.1 ถ้านักเรียนถูกเพื่อนดูถูกเหยียดหยามเหมือนเบญจพร นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร</p> <p>1.3.2 นักเรียนคิดว่าเพราะเหตุใดเบญจพรถึงขึ้นไปอยู่ห้อง 1 ได้</p> <p>1.3.3 ถ้านักเรียนตกอยู่ในสถานการณ์แบบเบญจพร นักเรียนจะทำอย่างไรเพราะอะไร</p> <p>2 <u>ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>ผู้วิจัยกระตุ้นให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการร่วมกิจกรรมอภิปรายกลุ่มโดยอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน นักเรียนมีวิธีการอย่างไรที่จะทำให้ตนเองสำเร็จบรรลุ</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>เป้าหมายตามที่ตนเองตั้งไว้ โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และนักเรียนตระหนักได้ว่า ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น</p> <p>3 <u>ขั้นสรุปและประยุกต์</u> <u>หลักการ</u></p> <p>ผู้วิจัยและนักเรียน ร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ จากกิจกรรมนี้ เพื่อนำไปเป็น แนวทางในการประยุกต์ใช้ใน ชีวิตจริง และนักเรียน สามารถทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้ บรรลุเป้าหมายได้ตามที่ ต้องการโดยไม่ย่อท้อต่อ อุปสรรค</p> <p>4.<u>ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สังเกตจากความ ร่วมมือในการร่วมมือปราย ของนักเรียน</p> <p>4.2 สังเกตจากการแสดง ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังเกตจากตอบ คำถามที่จะสามารถนำไปใช้ ในชีวิตประจำวัน</p>
8	ความฉลาด ทางอารมณ์ เกี่ยวกับการเอาใจ เขามาใส่ใจ เรา	กรณีตัวอย่าง	เพื่อพัฒนาให้นักเรียน แสดงความฉลาดทาง อารมณ์ โดยการฝึกการ รับรู้ได้ว่าเพื่อนกำลังรู้สึก อย่างไร และสามารถ เข้าใจความรู้สึก	<p>1.<u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียน แล้วให้นักเรียนเล่า ประสบการณ์ต่างๆ เพื่อ นำเข้าสู่ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ของเพื่อนได้	<p><u>2.ชั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง จะฟังใครดี ให้นักเรียนทุกคนอ่าน</p> <p>2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคน แบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน แล้ว ให้สมาชิกทุกคนร่วมกัน อภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้</p> <p>2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นสุกัญญา นักเรียนจะอย่างไร เมื่อเพื่อนๆ แย่งกันเสนอความคิดเห็น</p> <p>2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นกฤษฎา นักเรียนจะอย่างไร เมื่อเพื่อนๆ ไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็น</p> <p>2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นกฤษฎา นักเรียนจะอย่างไร เมื่อเพื่อนๆ ไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นของเรา</p> <p>2.2.3 ถ้านักเรียนเป็นสุกัญญา นักเรียนจะอย่างไร เมื่อเพื่อนๆ มีหลายความคิดเห็น</p> <p><u>3.ชั้นสรุปและประยุกต์</u></p> <p><u>หลักการ</u></p> <p>ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม</p> <p><u>4.ชั้นประเมินผล</u></p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน</p> <p>4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังเกตจากตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>
9	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา	เกม	<p>1. เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง พิจารณาตนเอง</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักสังเกตผู้อื่นและเพื่อให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน</p>	<p>1 <u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>1.1 ดำเนินถามข้อตกลงของกลุ่ม</p> <p>1.2 แบ่งสมาชิกออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน</p> <p>1.3 ผู้วิจัยส่งกระดาษให้นักเรียน แล้วให้เวลานักเรียนสังเกตตนเองในกระดาษ 1 นาที แล้วส่งเวียนไปให้นักเรียนผู้ที่อยู่ทางขวามือจนครบ</p> <p>1.4 ให้นักเรียนนั่งจับคู่กัน โดยคนหนึ่งเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง เช่น ชื่ออะไร ชื่อเล่น เรื่องราวเกี่ยวกับครอบครัว พ่อแม่ ลักษณะนิสัย ฯลฯ อีกคนหนึ่งนั่ง โดยผู้ฟังจะต้องทำหน้าที่เป็นกระจกที่สะท้อนทุกอย่างที่ตนสังเกตเห็น ไม่ว่าจะป็นสีหน้า บุคลิกท่าทาง น้ำเสียง</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>การแสดงอารมณ์ ความรู้สึก ความคิดและทัศนคติของผู้พูด รวมทั้งจับใจความเรื่องราวให้ได้ด้วย เมื่อคู่ของตนเล่าเรื่องเสร็จแล้ว ผู้ที่ทำหน้าที่ฟังก็พูดถึงสิ่งที่ตนได้รับจากการสังเกตอย่างละเอียด ผู้ที่ทำหน้าที่ฟังเปลี่ยนมาเล่าเรื่องของตนเองบ้าง สลับกัน</p> <p>2 <u>ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>2.1 ให้นักเรียนแต่ละคนลองนึกเปรียบเทียบถึงสิ่งที่ตนได้รับจากการมองตนเอง กระเจงกา การเล่าเรื่องของตนเอง</p> <p>2.2 ให้นักเรียนแต่ละคนลองนึกเปรียบเทียบข้อมูลที่ได้จากการให้ข้อมูลย้อนกลับของคู่สมาชิก ความรู้สึกของตนเองที่ได้รับฟังข้อมูลย้อนกลับ</p> <p>3 <u>ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ</u></p> <p>3.1 ให้นักเรียนช่วยกันสรุปถึงสิ่งที่ตนเองได้รู้จักตนเองและการได้รับข้อมูลเกี่ยวกับตนเองจากเพื่อนที่เป็นกระเจงกาสะท้อนการยอมรับความคิดเห็นของเพื่อนที่มีต่อเรา รวมทั้งการสังเกตเพื่อน รู้จักการมองและวิเคราะห์บุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>ของคนทีใกล้ชิดเรา รับรู้และยอมรับซึ่งกันและกัน</p> <p>3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมว่าการรับรู้จากเพื่อนๆ บางเรื่องนำไปสู่ความภาคภูมิใจและแรงจูงใจใหม่ๆ เช่น การเป็นคนมีน้ำใจโดยที่เจ้าตัวไม่รู้สึกรับ เป็นต้น บางเรื่องนำไปสู่การปรับปรุงแก้ไข เช่น พุดไม่รักษาหัวใจเพื่อน ถ้าสมาชิกทำได้และนำไปปรับปรุงแก้ไขก็จะช่วยให้นักเรียนเป็นบุคคลที่น่าคบหาเพิ่มขึ้น</p> <p>4 <u>ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สังกัดจากความร่วมมือในการร่วมมือปราชญ์ของนักเรียน</p> <p>4.2 สังกัดจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังกัดจากตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>
10	ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับทักษะทางสังคม	กรณีตัวอย่าง	เพื่อพัฒนาให้นักเรียนแสดงความสามารถทางอารมณ์ โดยฝึกการจัดการกับอารมณ์ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ดี	<p>1. <u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <p>ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนแล้วให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ต่างๆ เพื่อนำเข้าสู่ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับทักษะทางสังคม</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>2. <u>ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง ต้องช่วยกัน ให้นักเรียนทุกคนอ่าน</p> <p>2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แล้วให้สมาชิกทุกคนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้</p> <p>2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นภัทรานักเรียนจะทำอย่างไร เพื่อให้งานกลุ่มเสร็จเร็ว</p> <p>2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นภัทรานักเรียนจะทำอย่างไร เมื่อศศิไม่ยอมช่วยเหลืองานกลุ่มที่ไม่ใช่หน้าที่ของตน</p> <p>2.2.3 ถ้านักเรียนเป็นศศิ นักเรียนจะช่วย วีระกับปกรณ์วาดรูปหรือไม่</p> <p>3. <u>ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ</u></p> <p>ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม</p> <p>4. <u>ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน</p> <p>4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>ต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังเกตจากตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน</p>
11	<p>ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับทักษะทางสังคม</p>	เกม	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนสร้างสัมพันธ์ภาพต่อกัน 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถอยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกันได้อย่างดี 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ไขข้อขัดแย้งระหว่างกลุ่มได้ 4. มีความคิดสร้างสรรค์ที่จะทำให้งานของกลุ่มสำเร็จได้ 	<p>1. <u>ขั้นการมีส่วนร่วม</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.1 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มๆ ละ 5 คน 1.2 ผู้วิจัยบอกให้นักเรียนแต่ละคนของที่ตนมีอยู่ 1 ชิ้น จะเป็นอะไรก็ได้ห้ามซ้ำกัน เช่น ปากกา ดินสอ ผ้าเช็ดหน้า ฯลฯ ไปซ่อนไว้โดยไม่ให้ใครรู้ แล้วจำให้ได้ว่าซ่อนไว้ที่ใด 1.3 เมื่อให้สัญญาณนักเรียนทุกคนรีบวิ่งไปซ่อนของ จากนั้นผู้วิจัยจะบอกให้นักเรียนเข้าอยู่ตามกลุ่มของตนและปฏิบัติดังนี้ <ol style="list-style-type: none"> 1.3.1 นักเรียนทุกคนในกลุ่มต้องจับมือกันไว้ไม่ให้หลุด 1.3.2 ให้ทุกคนพยายามวิ่งไปเอาของที่ตนซ่อนไว้ให้เร็วที่สุด 1.3.3 ระหว่างที่วิ่งจับมือไปเอานั้น ห้ามทุกคนพูดแต่อนุญาตให้ใช้สัญญาณได้ เช่น บ้วนน้ำหรือทำทางต่างๆ 1.3.4 เมื่อกลุ่มใดเอาของครบแล้ว ให้รับนำของนั้นมามอบแก่ผู้วิจัย ซึ่งจะต้อง

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>สอบถามว่าทุกคนจับมือกันตลอดเวลาหรือไม่ ถ้าปล่อยมือถือว่าผิดกติกา</p> <p>1.3.5 กลุ่มที่นำของมาช้าที่สุดจะถูกลงโทษ ให้เดินเปิด</p> <p>1.3.6 เมื่อทุกกลุ่มนำของมามอบให้ผู้วิจัยแล้ว ผู้วิจัยนำของวางบนโต๊ะโดยแยกไว้เป็นกลุ่ม หลังจากนั้นผู้วิจัยประกาศให้แต่ละกลุ่มจับมือกันมาหยิบของและห้ามปล่อยมือขณะกลับ กลุ่มใดมือหลุดจากกันและกลับไปนั่งซ้ำจะถูกทำโทษ</p> <p>2. <u>ขั้นการวิเคราะห์</u></p> <p>2.1 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกอย่างไรเมื่อต้องการไปเอาของๆ ตนเองก่อนถูกคนอื่นดึงไป และรู้สึกอย่างไรเมื่อพูดไม่ได้และมือก็ยังต้องจับกันอยู่</p> <p>2.2 มีความขัดแย้งเกิดขึ้นหรือไม่</p> <p>2.3 วิธีการที่ทำให้งานสำเร็จลุล่วงของกลุ่มที่รวดเร็วที่สุด และกลุ่มที่ช้าที่สุด</p> <p>3. <u>ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ</u></p> <p>3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกัน</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				<p>สรุปจากการเสนอความคิดเห็นและการวิเคราะห์ที่ผ่านมาในเรื่องของการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งต้องมีปัญหาภายในกลุ่มเมื่อเกิดความขัดแย้ง ความอีตอัดต้องอดทน โอนอ่อนผ่อนตาม ยินยอมเรื่องส่วนตัวบางเรื่อง เพื่อความสำเร็จของกลุ่ม ความซื่อสัตย์ยึดหลักเกณฑ์ เป็นจำเป็นของการอยู่ร่วมกัน บางครั้งอาจไม่เห็นผลในทันที แต่สร้างความภูมิใจสำหรับผู้รักษาคุณธรรมนี้</p> <p>3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมในเรื่องของการแพ้ชนะเป็นเรื่องปกติของสังคม ยอมรับตนเองให้ได้ ปรบมือให้กับตนเองที่สามารถทำงานให้ลุล่วงถึงแม้ว่าจะแพ้ก็ตาม</p> <p>4 <u>ขั้นประเมินผล</u></p> <p>4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมมือปราชญ์ของนักเรียน</p> <p>4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม</p> <p>4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	สรุป	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความฉลาดทางอารมณ์ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำความฉลาดวัตถุประสงค์ทางอารมณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้คือความฉลาดทางอารมณ์รวมทั้งการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมวิธีดำเนินการ 2. ผู้วิจัยกล่าวขอใจนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการทดลอง และกล่าวปิดการทดลอง

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 1

- เรื่อง** สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน
- กิจกรรม** ปฐมนิเทศ
- วัตถุประสงค์**
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน
 2. เพื่อให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมาย ประโยชน์ และแนวทางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์
 3. เพื่อให้นักเรียนทราบบทบาทและหน้าที่ของตนเอง
 4. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนิทสนมคุ้นเคยกัน
- เวลา** 50 นาที
- อุปกรณ์** ไบร่ล่าลายเซ็น
- วิธีดำเนินการ**
1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและทักทายนักเรียน
 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแนะนำตนเอง
 3. เมื่อนักเรียนแนะนำตนเองครบทุกคนแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม "ล่าลายเซ็น" เพื่อให้เกิดความสนิทสนมคุ้นเคย โดยผู้วิจัยแจกไบร่ล่าลายเซ็นให้แก่ นักเรียนทุกคน แล้วใช้เวลา 10 นาที ให้นักเรียนไปสอบถามข้อมูลจากเพื่อนแล้วเติมลงในช่องว่างในแต่ ละข้อ
 4. ผู้วิจัยชี้แจงระเบียบวิธีการ ความมุ่งหมายของกิจกรรม อธิบายความหมายของ ความฉลาดทางอารมณ์ และเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยแล้วผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป
- การประเมินผล**
1. สังเกตจากการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
 2. สังเกตจากการซักถามของนักเรียน

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 2

เรื่อง	ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการตระหนักรู้ตนเอง
กิจกรรม	อภิปรายกลุ่ม
วัตถุประสงค์	เพื่อให้นักเรียนทราบและเข้าใจถึงสาเหตุของการเกิดอารมณ์
เวลา	50 นาที
อุปกรณ์	ฉลากอารมณ์ 4 อารมณ์ คือ อารมณ์โกรธ, อารมณ์กลัว, อารมณ์มีความสุข และอารมณ์เศร้าเสียใจ

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

1.1 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม โดยผู้วิจัยให้นักเรียนจับฉลากคนละ 1 ชิ้นแล้วเข้ากลุ่มตามอารมณ์ที่ปรากฏอยู่ในฉลาก ดังนี้ อารมณ์โกรธ, อารมณ์กลัว, อารมณ์มีความสุข, และอารมณ์เศร้าเสียใจ

1.2 ให้นักเรียนในกลุ่มแต่ละคนนึกเหตุการณ์ 1 เหตุการณ์ที่ทำให้นักเรียนเกิดอารมณ์นั้นๆ แล้วเล่าให้เพื่อนในกลุ่มฟัง และช่วยกันวิเคราะห์ว่าอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์นั้น

1.3 ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันสรุปว่าการที่บุคคลเกิดอารมณ์โกรธ อารมณ์กลัว อารมณ์มีความสุข และอารมณ์เศร้าเสียใจได้นั้น มีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง แล้วนำเสนอให้เพื่อนกลุ่มอื่นฟัง

2. ขั้นการวิเคราะห์

ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นร่วมกัน โดยผู้วิจัยใช้คำถาม ดังนี้

2.1 การที่นักเรียนรู้ว่าอะไรเป็นสาเหตุของการเกิดอารมณ์ต่างๆ มีประโยชน์ต่อนักเรียนอย่างไร

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม และการนำไปประยุกต์ใช้ โดยใช้คำถามดังนี้

3.1 นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรม

3.2 การเกิดอารมณ์ดังกล่าว มีสาเหตุจากอะไรบ้าง

3.3 นักเรียนจะนำความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมไปใช้ใน

ชีวิตประจำวันได้อย่างไร

3.4 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ดังนี้

อารมณ์หรือความรู้สึกพื้นฐานของมนุษย์ มี 4 แบบ คือ สุข เศร้า กลัว โกรธ อารมณ์ทั้ง 4 แบบมีสาเหตุของการเกิดอารมณ์แตกต่างกัน ดังนี้

อารมณ์สุข อาจเกิดจากการที่บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับ สภาพการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม มีความสำเร็จในการประกอบกิจกรรมตามที่ตั้ง จุดมุ่งหมายเอาไว้ และได้รับรู้เรื่องราวที่ขบขัน

อารมณ์เศร้า อาจเกิดจากการสูญเสียบางสิ่งบางอย่าง ซึ่งมีค่าหรือมีความสำคัญต่อชีวิตประสพกับความล้มเหลวหรือไม่ประสบความสำเร็จในกิจกรรมบางสิ่ง บางอย่าง

อารมณ์กลัว อาจเกิดจากกลัวสิ่งที่เป็นปรากฏการณ์ตามธรรมชาติ สัตว์และสิ่งของ เช่น กลัวงู กลัวความสูง กลัวพายุ กลัวความสัมพันธ์ทางสังคม เช่นกลัวว่า การแสดงออกบางอย่างอาจจะนำไปสู่การไม่ได้รับความนิยมชมชอบจากสังคม และกลัวในสิ่งที่ ไม่รู้ เช่น กลัวคนแปลกหน้า กลัวสถานที่ลึกลับ

อารมณ์โกรธ อาจเกิดจากการถูกดูต่ำว่ากล่าว ถูกล้อเลียน ถูกขัดใจ ความอิจฉาริษยา ความไม่ชอบ ความเกลียดชัง

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายกลุ่มของนักเรียน
- 4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม
- 4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 3

เรื่อง	ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการตระหนักรู้ตนเอง
กิจกรรม	กรณีตัวอย่าง
วัตถุประสงค์	เพื่อให้นักเรียนคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมอย่างไร เมื่ออยู่ในเหตุการณ์นั้นๆ และเมื่อแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมดังกล่าวไปแล้ว ผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร
เวลา	50 นาที
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “พงศธรเป็นเหตุ”
วิธีดำเนินการ	

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

1.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “พงศธรเป็นเหตุ” ให้นักเรียนทุกคนอ่าน แล้วให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

1.1.1 ถ้านักเรียนเป็นนิวชิระ นักเรียนจะมีอารมณ์และความรู้สึกอย่างไร และจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร

1.1.2 ถ้านักเรียนเป็นพงศธร นักเรียนจะมีอารมณ์และความรู้สึกอย่างไร และจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร

1.2 ให้นักเรียนแต่ละคน นำเสนอคำตอบของตนเองให้เพื่อนๆ ฟัง

2. ขั้นการวิเคราะห์

ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นร่วมกัน โดยผู้วิจัยใช้คำถาม ดังนี้

2.1 เพราะอะไร นักเรียนจึงคิดว่า ถ้านักเรียนเป็นนิวชิระและพงศธร แล้วนักเรียนจะมีอารมณ์ ความรู้สึกและแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น และถ้านักเรียนแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมดังกล่าวไปแล้ว นักเรียนคาดว่าผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม และการนำไปประยุกต์ใช้ โดยใช้คำถามดังนี้

3.1 นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรม

3.2 นักเรียนจะนำความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

3.3 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ดังนี้

การเกิดอารมณ์มีทั้งผลดีและผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ฉะนั้นก่อนที่จะแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมใดๆ ออกมา ควรคาดการณ์ถึงผลที่จะตามมาก่อน และควรรู้จักที่จะยับยั้งหรือควบคุมอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมให้ได้

4. ชั้นประเมินผล

- 4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายกลุ่มของนักเรียน
- 4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม
- 4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

กรณีตัวอย่างเรื่อง พงศธร เป็นเหตุ

ในวิชาสังคมศึกษา ครูสั่งให้นักเรียนทุกคนทำรายงานเรื่องประวัติศาสตร์ชาติไทย โดยให้เวลาทำสองสัปดาห์ อัครเดชจึงมาโรงเรียนแต่เช้าทุกวันเพื่อเข้าห้องสมุดค้นหาหาข้อมูล และในตอนกลางวันวชิระก็จะรับประทานอาหารแล้วเข้าห้องสมุดไปค้นหาหาข้อมูล วชิระทำอย่างนี้เป็นประจำตลอด 1 สัปดาห์ จนคิดว่าได้ข้อมูลเพียงพอแล้ว จึงได้นำข้อมูลมาเรียบเรียง และพิมพ์รายงานด้วยตนเองในช่วงเวลาว่าง ซึ่งวชิระได้ไปใช้บริการจากศูนย์คอมพิวเตอร์ที่โรงเรียน เนื่องจากที่บ้านของวชิระไม่มีคอมพิวเตอร์ แล้ววชิระก็สามารถทำรายงานเสร็จเรียบร้อยก่อนที่จะถึงกำหนดส่งอาจารย์ ในขณะที่เวลาเหลืออีก 2 วันจะต้องส่งรายงานอาจารย์ พงศธรซึ่งอยู่ห้องเดียวกับวชิระและยังไม่ได้เริ่มทำรายงานเลย รู้ว่าวชิระทำรายงานเสร็จแล้ว จึงมาขอยืมรายงานของวชิระไปดูเป็นตัวอย่าง ตอนแรกวชิระไม่ให้ยืม แต่พงศธรอ้อนวอนวชิระ และสัญญาว่าจะไม่ลอกรายงานของวชิระ เพียงแต่ขอยืมดูเป็นตัวอย่างเท่านั้นและจะนำมาคืนให้ในวันที่ต้องส่งอาจารย์ พอถึงกำหนดส่งพงศธรได้มาบอกวชิระว่าไม่รู้วารายงานของวชิระหายไปที่ไหน หาเท่าไรก็ไม่พบ

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 4

เรื่อง	ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง
กิจกรรม	กรณีตัวอย่าง
วัตถุประสงค์	เพื่อให้นักเรียนควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเกิดความไม่พอใจ เสียใจ และสามารถเลื่อนการสนองความไม่พึงพอใจของตนเองออกไปก่อน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้ และเมื่อทุกข้อใจก็สามารถกลับคืนสู่สภาพปกติได้
เวลา	50 นาที
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง อย่าใส่ใจ
วิธีดำเนินการ	

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียน แล้วให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ต่างๆ เพื่อนำเข้าสู่ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง

2. ขั้นการวิเคราะห์

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง อย่าใส่ใจ ให้นักเรียนทุกคนอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน แล้วให้สมาชิกทุกคนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้

2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นสุพจน์ นักเรียนจะอย่างไร เมื่อสมบัติและวินัยเปรียบว่าเป็นมด

2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นภักดี นักเรียนจะอย่างไร เมื่อสมชายจะเดินเข้าไปชกสมบัติและวินัย

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

4. ขั้นประเมินผล

4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน

4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม

4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

เรื่อง อย่าใส่ใจ

ภักดีและสุพจน์เป็นเพื่อนรักกันตั้งแต่เด็ก เรียนอยู่โรงเรียนเดียวกัน และมักจะกลับบ้านพร้อมกันเป็นประจำเพราะบ้านอยู่ใกล้กัน ภักดีเป็นคนใจเย็น เรียบร้อย มีรูปร่างอ้วน ส่วนสุพจน์เป็นคนใจร้อน มีรูปร่างผอม

วันหนึ่งหลังจากเลิกเรียนระหว่างทางกลับบ้าน สุพจน์กับภักดีก็เดินกลับบ้านด้วยกันตามปกติ ระหว่างเดินทั้งคู่จะหยอกล้อกันเล่น บางครั้งทั้งคู่ก็วิ่งไล่จับ ไล่ตีกันบ้าง ช่วงจังหวะที่สุพจน์กำลังวิ่งไล่ภักดีทั้งคู่ได้วิ่งผ่านสมบัติกับวินัย สมบัติชี้ให้วินัยดูแล้วพูดเสียงดังว่า ดูช่างกำลังวิ่งหนีมดจนหางจุกตูดซี แล้ววินัยกับสมบัติก็หัวเราะพร้อมกัน สุพจน์ได้ยื่นจึงหยุดวิ่งแล้วหันมาถามสมบัติว่าพูดอย่างนี้หมายความว่าอย่างไร สมบัติจึงตอบว่า ก็หมายความว่าอย่างที่พูดนั่นแหละ สุพจน์จึงถามว่าหมายถึงตนกับภักดีใช่ไหม สมบัติตอบว่าแล้วแต่จะคิด สุพจน์จึงถามกลับว่าพูดอย่างนี้อายามีเรื่องใช่ไหม สุพจน์พูดพร้อมกับเดินตรงไปหาวินัยและสมบัติพร้อมทั้งกำหมัดด้วย แต่ภักดีเดินเข้ามาตึงตัวไว้ก่อนแล้วพูดว่ารีบกลับบ้านกันเถอะ สุพจน์จึงพูดว่าพวกนั้นมันปากไม่ติดต้องโดนชกซักที สมบัติกับวินัยเห็นท่าไม่ดีจึงรีบวิ่งหนี สุพจน์ถามภักดีว่าพวกนั้นมันว่าเราทำไมไม่โกรธพวกนั้น ภักดีตอบว่าโกรธไปก็ไม่เห็นมีประโยชน์อะไร ตัวเราโกรธเรารู้สึกไม่สบายใจ พวกนั้นก็ยิ่งได้ใจที่ทำให้เราโกรธได้ และก็จะล้อเราอยู่ต่อไปเรื่อยๆ แต่ถ้าเราเฉยๆ ไม่สนใจพวกนั้นก็เลยเลิกไปเอง และยังถ้าเราไปชกพวกนั้น เราอาจโดนครูทำโทษก็ได้ สุพจน์เห็นด้วยกับภักดี แล้วทั้งสองคนก็รีบกลับบ้าน

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 5

- เรื่อง** ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง
- กิจกรรม** เกม
- วัตถุประสงค์**
1. เพื่อให้นักเรียนอธิบายสาเหตุที่ทำให้คนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้
 2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักวิธีการควบคุมอารมณ์ตนเอง
- เวลา** 50 นาที
- อุปกรณ์** -
- วิธีดำเนินการ**
- 1 ขั้นการมีส่วนร่วม
- 1.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัคร 1 คน ออกมาเล่นเป็น “เจ้ายุ่น”
 - 1.2 ผู้ที่เล่นเป็นเจ้ายุ่น จะต้องเดินไปรอบวงและเลือกเพื่อนคนใดคนหนึ่งเพื่อแสดงอะไรก็ได้ อย่งไรก็ได้ให้เพื่อนคนนั้นดู โดยมีกติกาว่าห้ามแตะถูกตัวเพื่อนคนนั้น (เพื่อนคนนั้นห้ามหลบตา ห้ามเอามือปิดหู) และต้องพยายามแสดงให้เพื่อนคนนั้นยิ้มออกมาได้ หากเพื่อนคนนั้นยิ้มออกมาก็แสดงว่าแพ้ และต้องออกมาแสดงเป็นเจ้ายุ่น และทำให้เพื่อนคนอื่นยิ้มออกมาได้ ต่อไป
- 2 ขั้นการวิเคราะห์
- 2.1 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงว่าทำไมนักเรียนบางคนที่ถูกเจ้ายุ่นยั่วจึงยิ้ม ทำไมบางคนจึงไม่ยิ้ม เขามีวิธีสะกดหรือระงับใจอย่างไร
- 3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
- 3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปว่า ปกติคนเราย่อมมีอารมณ์และเมื่อมีใครหรืออะไรมากระทบทั้งทางดีหรือร้าย หากเราตั้งสติไม่ทัน เราก็มักจะมีอารมณ์ไปกับสิ่งที่มากระทบนั้น เช่น หากสิ่งที่มากระทบในทางที่ดีเช่นชมเชย ยกย่อง เราอาจจะพลอยเคลิบเคลิ้มจนเกินไป แต่หากสิ่งที่มากระทบเป็นสิ่งที่ไม่ดี เช่นการดูว่า เราก็จะโกรธ ไม่พอใจ ซึ่งการที่เราควบคุมอารมณ์ไม่ได้ อาจทำให้เกิดการผิดพลาดและเสียหายได้ ฉะนั้นการพิจารณาสาเหตุที่ซ่อนอยู่ว่าเพราะอะไรเราจึงมีอารมณ์รุนแรงต่อสิ่งที่มากระทบ จะช่วยให้เราเข้าใจการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้มากขึ้น
 - 3.2 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันหาหลักในการคิดหรือวิธีการลดอารมณ์ที่มากระทบ เช่น หากโกรธให้รู้ตัวว่าโกรธ และอาจลดความโกรธ โดยหายใจเข้าออกลึกๆ นับ 1 – 10 การมีอารมณ์รัก ทำอย่างไรให้ควบคุมตนเองได้ไม่เสียการเรียน เป็นต้น

4. ชั้นประเมินผล

- 4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน
- 4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม
- 4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 6

เรื่อง	ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง
กิจกรรม	กรณีตัวอย่าง
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาให้นักเรียนแสดงความฉลาดทางอารมณ์ โดยการฝึกความสามารถในการ จูงใจกระตุ้น สร้างความกระตือรือร้น รู้จักเตือนตนและมีความพยายามที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย
เวลา	50 นาที
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง อย่าทิ้งโอกาส
วิธีดำเนินการ	

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียน แล้วให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ต่างๆ เพื่อนำเข้าสู่ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจแก่ตนเอง

2. ขั้นการวิเคราะห์

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง อย่าทิ้งโอกาส ให้นักเรียนทุกคนอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน แล้วให้สมาชิกทุกคนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้

2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นกานดานักเรียนจะทำอย่างไรเมื่อตีพรชวนไปสมัครขอ

ทุน

2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นตีพร นักเรียนจะทำอย่างไร เมื่อไม่มีเวลาดูหนังสือ เพราะต้องดูแลน้องๆ และเปิดไฟดูหนังสือในห้องไม่ได้

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

4. ขั้นประเมินผล

4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน

4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม

4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

เรื่อง อย่าทิ้งโอกาส

วันจันทร์ครูประจำชั้นมีข่าวดีมาบอกแก่นักเรียนทุกคนว่า ทางเขตจะแจกทุนการศึกษาจำนวน 5 ทุน ทุนละ 1,000 บาท ให้แก่นักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยทางเขตให้แต่ละโรงเรียนไปสอบชิงทุนได้ โรงเรียนละ 3 คน ครูบอกว่าใครสนใจให้สมัครได้ที่ครู แล้วครูจะช่วยตีให้

ศิริพรชวนสุดาไปสมัครสอบ แต่สุดาปฏิเสธ พร้อมให้เหตุผลว่าตนคงสอบไม่ได้ เพราะเรียนไม่เก่ง ศิริพรพยายามชวนอีกโดยให้เหตุผลว่าตนเองก็เรียนไม่ค่อยเก่ง แต่ครูบอกว่าจะช่วยตีให้ สุดาบอกว่าถึงครูจะตีให้ตนก็ไม่มีเวลาไปตีเพราะตอนเย็นต้องช่วยแม่ขายของที่ตลาด ศิริพรจึงไปชวนมดดำ แต่มดดำไม่ไปโดยให้เหตุผลว่าเงินแค่พันเดียว เราขอแม่ก็ได้ไม่ต้องไปสอบให้เสียเวลาหรอก ศิริพรจึงไปสมัครสอบพร้อมเพื่อนคนอื่น ปรากฏว่ามีผู้มาสมัครสอบ 8 คน และผ่านการคัดเลือกแค่ 3 คน ซึ่งศิริพรก็เป็นหนึ่งในจำนวนที่ผ่านการคัดเลือก จากนั้นครูก็นัดให้นักเรียนมาตีกับครูในตอนเย็นหลังเลิกเรียน ศิริพรจึงเข้าไปคุยกับครูว่าตอนเย็นมาตีกับครูไม่ได้เพราะศิริพรต้องรีบกลับบ้านไปช่วยแม่เลี้ยงน้อง ครูแนะนำให้ศิริพรยืมหนังสือไปอ่านที่บ้าน แล้วถ้าศิริพรมีอะไรสงสัยหรือไม่เข้าใจให้มาถามครูได้ในช่วงที่ว่างแล้วครูจะอธิบายให้ฟัง ศิริพรจึงยืมหนังสือกลับไปอ่านที่บ้าน

เมื่อกลับไปที่บ้านศิริพรต้องช่วยแม่ดูแลน้อง 2 คนเพราะแม่ต้องไปขายของที่ตลาด ทำให้ ศิริพรไม่มีเวลาอ่านหนังสือ ศิริพรจึงคิดว่าดูหนังสือตอนกลางคืนก็ได้ แต่เมื่อถึงเวลากลางคืนศิริพรก็ดูหนังสือไม่ได้เพราะว่าห้องที่ศิริพรอยู่กับแม่และน้องนั้นเป็นห้องเช่าเล็กๆ มีหลอดไฟดวงเดียว ถ้าศิริพรเปิดไฟดูหนังสือ ทั้งห้องก็จะสว่างไปหมดทำให้น้องนอนไม่หลับ แต่ศิริพรไม่ย่อท้อ ศิริพรจึงแก้ปัญหาโดยการไปดูหนังสือหน้าห้อง แล้วศิริพรก็จูดยาก็ยืนง่วงเพื่อไต่สูง แม่รู้สึกสงสารศิริพรมากจึงบอกกับศิริพรว่าถ้าแม่มีเงินจะซื้อโคมไฟให้ศิริพร ในตอนเช้าศิริพรก็ต้องรีบตื่นเพื่อช่วยแม่เตรียมของไปขายที่ตลาด เมื่อแม่ไปตลาดแล้วศิริพรก็ต้องปลุกน้องๆ ให้มาอาบน้ำแต่งตัว กินข้าวเพื่อไปโรงเรียน เมื่อไปถึงโรงเรียน ศิริพรจะนำข้อสงสัยที่จดไว้ไปถามคุณครู ช่วงพักเที่ยงศิริพรก็รีบกินข้าวแล้วไปอ่านหนังสือที่ห้องสมุด ศิริพรทำอย่างนี้ทุกวันจนถึงวันสอบ

วันสอบครูพาศิริพรและเพื่อนอีก 2 คนไปสอบ และผลปรากฏว่าศิริพรสอบได้ทุน 1,000 บาท ศิริพรดีใจมากรีบนำเงินทุนที่ได้ไปให้แม่ เพื่อให้แม่เก็บไว้ใช้จ่ายเป็นค่าเล่าเรียนของเขาและน้องต่อไป และแม่ได้แบ่งเงินส่วนหนึ่งซึ่งซื้อโคมไฟดูหนังสือให้ศิริพร

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 7

- เรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง
- กิจกรรม อภิปรายกลุ่ม
- วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้นักเรียนมีแรงจูงใจให้ตนเอง มีการตั้งเป้าหมายของตนไว้และปฏิบัติ เพื่อให้สำเร็จบรรลุเป้าหมายนั้นๆ ได้
2. เพื่อให้นักเรียนมีแรงจูงใจให้ตนเองพยายามปรับปรุงตนเองให้สู่มาตรฐานที่ดี
- เวลา 50 นาที
- อุปกรณ์ เอกสารเรื่อง ความสำเร็จของเบญจพร
- วิธีดำเนินการ
- 1 ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ผู้วิจัยนำเข้าสู่กิจกรรมโดยพูดคุยซักถามนักเรียนว่า นักเรียนเคยตั้งเป้าหมายอะไรไว้และสามารถใช้ความพยายามของตนเองจนบรรลุเป้าหมายนั้นได้หรือไม่
 - 1.2 ผู้วิจัยอ่านเอกสารเรื่อง ความสำเร็จของเบญจพร ให้นักเรียนฟัง
 - 1.3 หลังจากอ่านจบให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นอภิปรายในหัวข้อดังนี้
 - 1.3.1 ถ้านักเรียนถูกเพื่อนดูถูกเหยียดหยามเหมือนเบญจพร นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร
 - 1.3.2 นักเรียนคิดว่าเพราะเหตุใดเบญจพรถึงขึ้นไปอยู่ห้อง 1 ได้
 - 1.3.3 ถ้านักเรียนตกอยู่ในสถานการณ์แบบเบญจพร นักเรียนจะทำอย่างไรเพราะ อะไร
 - 2 ขั้นการวิเคราะห์

ผู้วิจัยกระตุ้นให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมอภิปรายกลุ่มโดยอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน นักเรียนมีวิธีการอย่างไรที่จะทำให้ตนเองสำเร็จบรรลุเป้าหมายตามที่ตนเองตั้งไว้ โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และนักเรียนตระหนักได้ว่า ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น
 - 3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ เพื่อนำไปเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง และนักเรียนสามารถทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมายได้ตามที่ต้องการโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน
- 4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม
- 4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน

เอกสารเรื่อง “ความสำเร็จของเบญจพร”

เบญจพรเป็นนักเรียนชั้น ม. 1 ของโรงเรียนแห่งหนึ่ง ผลการเรียนของมุ้งมันอยู่ในระดับพอใช้ เขาอยู่ห้องกลางๆ เพราะโรงเรียนจัดนักเรียนเป็นห้องตามระดับผลการเรียน คนเก่งจะอยู่ห้อง 1 และ 2 เรียงตามลำดับ ส่วนเบญจพรอยู่ห้อง 3 เบญจพรมีเพื่อนอีก 2 คน คือ ดาวและเดือน ซึ่งเพื่อนทั้ง 2 คนนี้อยู่ห้อง 1 มีอยู่วันหนึ่ง ดาวและเดือนได้พบกับเบญจพร ดาวได้พูดกับเบญจพรว่า “อาทิตย์หน้าพวกเราจะไปเที่ยวน้ำตกกันเราอยากจะชวนเธอไปด้วย แต่ก็กลัวเพื่อนๆ ในห้องจะหาว่าเรามีเพื่อนที่เรียนอยู่ห้องไม่เก่ง กลัวเขาจะล้อเอา” เมื่อเบญจพรได้ยินดังนั้นก็คิดอยู่ในใจว่า “เรามันคนเรียนไม่เก่งหรือนี่ เราจะไม่ให้ใครมาดูถูกเราได้ อีกต่อไปนี่เราจะใช้ความรู้ความสามารถของเราให้เต็มที่ในการเรียน เราจะต้องย้ายไปอยู่ห้อง 1 ให้ได้” เมื่อคิดได้ดังนั้นแล้ว เบญจพรจึงบอกกับดาวและเดือนว่า “ไม่เป็นไรหรอกเพื่อน ขอบใจมาก และต่อไปนี่เราจะเรียนให้ดีขึ้นเพื่อจะได้เก่งเหมือนเพื่อน”

หลังจากนั้นมา เบญจพรก็ตั้งใจเรียน วิชาอะไรที่ไม่เข้าใจก็สอบถามครูจนเป็นที่เข้าใจ ทบทวนบทเรียนทุกวัน ทำแบบฝึกหัดในทุกวิชา วิชาใดที่ได้คะแนนดีอยู่แล้วก็ทำให้ดียิ่งขึ้น วิชาใดได้คะแนนน้อยก็ทบทวนและหาความรู้เพิ่มเติมให้มากขึ้น พอผลการสอบกลางภาคออกมา ปรากฏว่า เบญจพรได้คะแนนเป็นที่ 1 ของห้อง และพอเรียนในเทอมที่สอง เบญจพรก็ได้ใช้ความรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนการอย่างเต็มที่ไม่แพ้เทอมแรก พอผลการสอบออกมาปรากฏว่า เบญจพรได้อันดับ 1 ซึ่งได้คะแนนมาก และพอขึ้นชั้น ม. 2 เบญจพรจึงได้ย้ายห้องมาอยู่ห้อง 1 ห้องเดียวกับดาวและเดือน

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 8

เรื่อง	ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา
กิจกรรม	กรณีตัวอย่าง
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาให้นักเรียนแสดงความฉลาดทางอารมณ์ โดยการฝึกการรับรู้ได้ว่าเพื่อนกำลังรู้สึกอย่างไร และสามารถเข้าใจความรู้สึกของเพื่อนได้
เวลา	50 นาที
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง จะฟังใครดี
วิธีดำเนินการ	

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียน แล้วให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ต่างๆ เพื่อนำเข้าสู่ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

2. ขั้นการวิเคราะห์

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง จะฟังใครดี ให้นักเรียนทุกคนอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน แล้วให้สมาชิกทุกคนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้

2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นสุกัญญา นักเรียนจะอย่างไร เมื่อเพื่อนๆ แย่งกันเสนอความคิดเห็น

2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นกฤษณา นักเรียนจะอย่างไร เมื่อเพื่อนๆ ไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นของเรา

2.2.3 ถ้านักเรียนเป็นสุกัญญา นักเรียนจะอย่างไร เมื่อเพื่อนๆ มีหลายความคิดเห็น

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

4. ขั้นประเมินผล

4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน

4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม

4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

เรื่อง จะฟังใครดี

วันจันทร์ครูประจำชั้นได้บอกแก่นักเรียนว่า อีกสองสัปดาห์ทางโรงเรียนจะจัดงานวิชาการเพื่อเสนอผลงานนักเรียนและนิทรรศการเกี่ยวกับการศึกษา เพื่อให้ผู้ปกครองและผู้ที่สนใจได้เข้ามาชม ครูจึงแนะนำว่า นักเรียนน่าจะทำอะไรสักอย่างเพื่อเป็นการหารายได้ระหว่างเรียน นักเรียนเห็นด้วยกับ คุณครูๆ จึงให้นักเรียนปรึกษากันว่าจะทำอะไรดี

เมื่อเรียนวิชาภาษาอังกฤษเสร็จแล้ววันชัยจึงเรียกเพื่อนๆ มาประชุมว่าจะทำอะไรขายดีเพื่อเป็นการหารายได้ เพื่อนๆ ต่างก็แย่งกันเสนอความคิดเห็นให้ทำโน่นทำนี่จนฟังไม่รู้เรื่อง บางคนก็ไม่ยอมพูดแสดงความคิดเห็น สุกัญญาจึงบอกให้เพื่อนเงียบแล้วให้เสนอความคิดเห็นทีละคน กฎเกณฑ์เสนอน่าจะขายข้าวราดแกง แต่พรรณิค้านว่าข้าวราดแกงยุ่งยากต้องทำหลายขั้นตอน ดนขอเสนอน่าจะขายขนมจีนน้ำยาดีกว่า ชื่อขนมจีนมาแล้วก็ทำน้ำยามา 1 อย่าง แค่นี้เองง่ายจะตาย เพื่อนๆ ส่วนมากก็เห็นด้วย ทำให้กฤษฎณาไม่พอใจ จึงพูดว่าถ้าจะทำน้ำยาขนมจีนก็ทำมาเองก็แล้วกัน คงจะอร่อยหะแน่ สุกัญญาว่ากฤษฎณาว่าไม่น่าไปว่าเพื่อนอย่างนั้น นี่เป็นเพียงแต่การเสนอความคิดเห็นเท่านั้น ทุกคนมีสิทธิเสนออะไรก็ได้ สุกัญญาจึงให้เพื่อนๆ เสนอความคิดเห็นอีก แล้วเขาจะให้เพื่อนๆ ลงมติว่าจะทำอะไรขาย และให้ทุกคนเคารพมติที่ออกมาด้วย วิรัชจึงเสนอน่าจะขายลูกชิ้นทอด เพราะว่าทำง่ายและไม่ต้องใช้ฝีมือในการปรุงมากนัก และไม่ต้องล้างจานด้วย และสามารถเตรียมน้ำจิ้มไว้ก่อนได้โดยไม่เสียง่าย ๆ และใช้เงินลงทุนน้อยด้วย อาทิตย์เสนอน่าจะขายน้ำอัดลมด้วย

จากนั้นสุกัญญาให้เพื่อนๆ ลงมติว่าจะเลือกขายอะไร ปรากฏว่าเพื่อนๆ ยอมรับข้อเสนอของวิรัช เพราะว่าการทำลูกชิ้นทอดไม่ยุ่งยากและเป็นของที่ทานเล่นได้ตลอด และทอดใหม่ๆ ตลอดเวลาทำให้น่ารับประทาน และน้ำอัดลมก็เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องทานอยู่แล้ว หลังจากทานอาหาร หลังจากตกลงกันได้แล้วนักเรียนก็แยกย้ายกันกลับบ้าน

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 9

เรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

กิจกรรม เกม

วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง พิจารณาตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักสังเกตผู้อื่นและเพื่อให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน

เวลา 50 นาที

อุปกรณ์ กระดาษ

วิธีดำเนินการ

1 ขั้นการมีส่วนร่วม

1.1 ดำเนินถามข้อตกลงของกลุ่ม

1.2 แบ่งสมาชิกออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 18 คน

1.3 ผู้วิจัยส่งกระดาษให้นักเรียน แล้วให้เวลากับนักเรียนสังเกตตนเองในกระดาษ 1 นาที แล้วส่งเวียนไปให้นักเรียนผู้ที่อยู่ทางขวามือจนครบ

1.4 ให้นักเรียนนั่งจับคู่กัน โดยคนหนึ่งเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง เช่น ชื่ออะไร ชื่อเล่น เรื่องราวเกี่ยวกับครอบครัว พ่อแม่ ลักษณะนิสัย ฯลฯ อีกคนหนึ่งฟัง จะต้องทำหน้าที่เป็นกระจกที่สะท้อนทุกอย่างที่ตนสังเกตเห็น ไม่ว่าจะป็นสีหน้า บุคลิกท่าทาง น้ำเสียง การแสดงอารมณ์ ความรู้สึก ความคิดและทัศนคติของผู้พูด รวมทั้งจับใจความ เรื่องราวให้ได้ด้วย เมื่อคู่ของตนเล่าเรื่องเสร็จแล้ว ผู้ที่ทำหน้าที่ฟังก็พูดถึงสิ่งที่ตนได้รับการสังเกตอย่างละเอียด ผู้ที่ทำหน้าที่ฟัง เปลี่ยนมาเล่าเรื่องของตนเองบ้าง สลับกัน

2 ขั้นการวิเคราะห์

2.1 ให้นักเรียนแต่ละคนลองนึกเปรียบเทียบถึงสิ่งที่ตนได้รับการมองเห็นในกระดาษ การเล่าเรื่องของตนเอง

2.2 ให้นักเรียนแต่ละคนลองนึกเปรียบเทียบข้อมูลที่ได้จากการให้ข้อมูลย้อนกลับของคู่สมาชิก ความรู้สึกของตนเองที่ได้รับฟังข้อมูลย้อนกลับ

3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

3.1 ให้นักเรียนช่วยกันสรุปถึงสิ่งที่ตนเองได้รู้จักตนเอง และการได้รับข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง จากเพื่อนที่เป็นกระจกสะท้อน การยอมรับความคิดเห็นของเพื่อนที่มีต่อเรารวมทั้งการสังเกตเพื่อน รู้จักการมองและวิเคราะห์บุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย ของคนที่ใกล้ชิดเรา รับรู้และยอมรับซึ่งกันและกัน

3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมว่าการรับรู้จากเพื่อนๆ บางเรื่องนำไปสู่ความภาคภูมิใจและแรงจูงใจใหม่ๆ เช่น การเป็นคนมีน้ำใจโดยที่เจ้าตัวไม่รู้สึกรู้สัว เป็นต้น บางเรื่องนำไปสู่การปรับปรุงแก้ไข เช่น พุดไม่รักษาน้ำใจเพื่อน ถ้าสมาชิกรับได้และนำไปปรับปรุงแก้ไขก็จะช่วยให้นักเรียนเป็นบุคคลที่น่าคบหาเพิ่มขึ้น

4 ชั้นประเมินผล

- 4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน
- 4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม
- 4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 10

เรื่อง	ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับทักษะทางสังคม
กิจกรรม	กรณีตัวอย่าง
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาให้นักเรียนแสดงความสามารถทางอารมณ์ โดยฝึกการจัดการกับอารมณ์ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ดี
เวลา	50 นาที
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง ต้องช่วยกัน
วิธีดำเนินการ	

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียน แล้วให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ต่างๆ เพื่อนำเข้าสู่ความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับทักษะทางสังคม

2. ขั้นการวิเคราะห์

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง ต้องช่วยกัน ให้นักเรียนทุกคนอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แล้วให้สมาชิกทุกคนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้ต่อไปนี้

2.2.1 ถ้านักเรียนเป็นภักทรานักเรียนจะทำอย่างไร เพื่อให้งานกลุ่มเสร็จเร็ว

2.2.2 ถ้านักเรียนเป็นภักทรานักเรียนจะทำอย่างไร เมื่อศศิไม่ยอมช่วยเหลืองานกลุ่มที่ไม่ใช่หน้าที่ของตน

2.2.3 ถ้านักเรียนเป็นศศิ นักเรียนจะช่วย วีระกับ ปกรณ์วาดรูปหรือไม่

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ร่วมกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

4. ขั้นประเมินผล

4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมอภิปรายของนักเรียน

4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม

4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

เรื่อง ต้องช่วยกัน

ในชั่วโมงภาษาอังกฤษ ครูได้มอบหมายงานให้นักเรียนไปทำรายงานสมุดภาพเกี่ยวกับคำศัพท์ต่างๆ ซึ่งมี 3 หมวด คือ หมวดร่างกาย หมวดอาหาร และหมวดของใช้ โดยให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มกลุ่มละ 6 คน

แก้วใจ สุระ วีระ ปกรณ์ ภัทรา และศศิ อยู่กลุ่มเดียวกัน ทุกคนในกลุ่มได้เลือกภัทราให้เป็นหัวหน้ากลุ่ม ภัทราจึงปรึกษากับเพื่อนๆว่า น่าจะแบ่งงานออกเป็นหมวดๆ มี 3 หมวด เราก็ควรแบ่งคนเป็น 3 กลุ่มย่อย เพื่อนๆเห็นดีด้วย ภัทราจึงให้เพื่อนๆเลือกหมวดตามต้องการ หมวดอาหาร แก้วใจ และสุระรับผิดชอบ แต่หมวดร่างกายและของใช้มีปัญหาคือหมวดของใช้ไม่มีใครเลือก ทุกคนที่เหลือต่างก็อยากได้หมวดร่างกาย ภัทราซึ่งเป็นหัวหน้ากลุ่มจึงเสียสละรับผิดชอบของใช้ เหลืออีก 3 คน คือ วีระ ปกรณ์ และศศิ ซึ่งต่างก็ต้องการหมวดร่างกายเหมือนกัน ภัทราจึงให้ทั้ง 3 ตกลงกันว่าใครจะเสียสละมาอยู่หมวดของใช้ แต่ก็ไม่มีใครยอม ภัทราจึงเสนอให้จับสลาก ปรากฏว่า วีระและปกรณ์ ได้หมวดร่างกาย ซึ่งทั้งสองคนดีใจมาก ศศิจึงต้องมาอยู่หมวดของใช้ ศศิรู้สึกไม่พอใจจึงพูดกระทบว่าจะคอยดูว่าหมวดร่างกายจะทำได้ดีแค่ไหน

ภัทรานัดให้เพื่อนๆนำแต่ละหมวดที่ตนรับผิดชอบมารวมกันในวันต่อมาเพื่อที่จะเย็บเล่มส่งครู เมื่อถึงเวลารวมเล่มปรากฏว่า กลุ่มที่รับผิดชอบหมวดร่างกายทำยังไม่เรียบร้อย วีระและปกรณ์ขอโทษเพื่อนๆที่ยังทำงานไม่เรียบร้อย เนื่องจากทั้งสองคนไม่มีฝีมือในการวาดภาพพยายามวาดแล้วแต่ไม่สวย จึงกลัวจะได้คะแนนน้อย จึงอยากจะขอร้องให้ศศิวาดรูปให้หน่อย เพราะศศิวาดรูปสวย แต่ศศิไม่ยอมวาดให้ และบอกว่าไม่ใช้งานในความรับผิดชอบของงานใครก็งานมันไม่เกี่ยวกับกัน แต่ภัทราซึ่งเป็นหัวหน้ากลุ่มบอกศศิว่างานนี้เป็นของกลุ่มเราทุกคน ที่แบ่งเป็นกลุ่มย่อย เพื่อที่เราจะได้ทำงานให้เสร็จเร็ว เมื่อใครมีปัญหาอะไรก็ต้องช่วยกันแก้ไข เพราะคะแนนที่ได้ ครูให้คะแนนเป็นกลุ่ม ไม่ใช่ให้เป็นหมวด ฉะนั้นถ้าหมวดร่างกายทำงานไม่เรียบร้อย พวกเราทุกคนก็ต้องมีส่วนรับผิดชอบด้วย เราจึงต้องช่วยกันทำงาน ศศิเข้าใจและช่วยวาดรูปให้จนเสร็จเรียบร้อยพร้อมที่จะเย็บเล่มส่งครู

โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 11

เรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ เกี่ยวกับทักษะทางสังคม

กิจกรรม เกม

- วัตถุประสงค์
1. เพื่อให้นักเรียนสร้างสัมพันธภาพต่อกัน
 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถอยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกันได้อย่างดี
 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ไขข้อขัดแย้งระหว่างกลุ่มได้
 4. มีความคิดสร้างสรรค์ที่จะทำให้งานของกลุ่มสำเร็จได้

เวลา 50 นาที

อุปกรณ์ สิ่งของที่หาง่าย เช่น ปากกา ดินสอ ผ้าเช็ดหน้า ฯลฯ

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มๆ ละ 5 คน
- 1.2 ผู้วิจัยบอกให้นักเรียนแต่ละคนของที่ตนมีอยู่ 1 ชิ้น จะเป็นอะไรก็ได้ ห้ามซ้ำกัน เช่น ปากกา ดินสอ ผ้าเช็ดหน้า ฯลฯ ไปซ่อนไว้โดยไม่ให้ใครรู้ แล้วจำให้ได้ว่าซ่อนไว้ที่ใด
- 1.3 เมื่อให้สัญญาณ นักเรียนทุกคนรีบวิ่งไปซ่อนของ จากนั้นผู้วิจัยจะบอกให้นักเรียนเข้าอยู่ตามกลุ่มของตนและปฏิบัติดังนี้
 - 1.3.1 นักเรียนทุกคนในกลุ่มต้องจับมือกันไว้ไม่ให้หลุด
 - 1.3.2 ให้ทุกคนพยายามวิ่งไปเอาของที่ตนซ่อนไว้ให้เร็วที่สุด
 - 1.3.3 ระหว่างที่วิ่งจับมือไปเอานั้น ห้ามทุกคนพูด แต่อนุญาตให้ใช้สัญญาณได้ เช่น บัญไม้หรือท่าทางต่างๆ
 - 1.3.4 เมื่อกลุ่มใดเอาของครบแล้ว ให้รีบนำของนั้นมามอบแก่ผู้วิจัย ซึ่งจะต้องสอบถามว่าทุกคนจับมือกันตลอดเวลาหรือไม่ ถ้าปล่อยมือถือว่าผิดกติกา
 - 1.3.5 กลุ่มที่นำของมาช้าที่สุดจะถูกลงโทษ ให้เดินเปิด
 - 1.3.6 เมื่อทุกกลุ่มนำของมามอบให้ผู้วิจัยแล้ว ผู้วิจัยนำของวางบนโต๊ะโดยแยกไว้เป็นกลุ่ม หลังจากนั้นผู้วิจัยประกาศให้แต่ละกลุ่มจับมือกันมาหยิบของและห้ามปล่อยมือขณะกลับ กลุ่มใดมือหลุดจากกันและกลับไปนั่งช้าจะถูกทำโทษ

2. ขั้นการวิเคราะห์

- 2.1 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกอย่างไรเมื่อต้องการไปเอาของๆ ตนเองก่อนถูกคนอื่นดึงไป และรู้สึกอย่างไรเมื่อพูดไม่ได้และมือก็ยังต้องจับกันอยู่

2.2 มีความขัดแย้งเกิดขึ้นหรือไม่

2.3 วิธีการที่ทำให้งานสำเร็จลุล่วงของกลุ่มที่รวดเร็วที่สุด และกลุ่มที่ช้าที่สุด

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปจากการเสนอความคิดเห็นและการวิเคราะห์ที่ผ่านมาในเรื่องของการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งต้องมีปัญหาภายในกลุ่มเมื่อเกิดความขัดแย้ง ความอึดอัดต้องอดทน โอนอ่อนผ่อนตาม ยินยอมเรื่องส่วนตัวบางเรื่องเพื่อความสำเร็จของกลุ่ม ความซื่อสัตย์ยึดหลักเกณฑ์เป็นจำเป็นของการอยู่ร่วมกัน บางครั้งอาจไม่เห็นผลในทันที แต่สร้างความภูมิใจสำหรับผู้รักษาคุณธรรมนี้

3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมในเรื่องของการแพ้ชนะเป็นเรื่องปกติของสังคม ยอมรับตนเองให้ได้ ปรบมือให้กับตนเองที่สามารถทำงานให้ลุล่วงถึงแม้ว่าจะแพ้ก็ตาม

4 ขั้นประเมินผล

4.1 สังเกตจากความร่วมมือในการร่วมมือปรายของนักเรียน

4.2 สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคำถามหลังกิจกรรม

4.3 สังเกตจากการตอบคำถามที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

**โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่ม
ครั้งที่ 12**

เรื่อง	สรุป
กิจกรรม	ปัจฉิมนิเทศ
วัตถุประสงค์	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความฉลาดทางอารมณ์ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้
เวลา	50 นาที
อุปกรณ์	-
วิธีดำเนินการ	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้คือความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการทดลอง และกล่าวปิดการทดลอง
การประเมินผล	สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจในการตอบคำถาม และการมีส่วนร่วมในการสรุป และเสนอข้อคิดเห็น เพื่อนำไปใช้ ของนักเรียน

ตาราง 5 แสดงเวลาในการใช้กิจกรรมกลุ่ม ในกลุ่มทดลอง และการสอนแบบปกติในกลุ่ม
ควบคุม

สัปดาห์ที่	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	วันที่ 8 มิถุนายน 2547 ปฐมนิเทศ เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 9 มิถุนายน 2547 ปฐมนิเทศ เวลา 13.00-13.50 น.
	วันที่ 10 มิถุนายน 2547 การใช้อภิปรายกลุ่มครั้งที่ 1 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 11 มิถุนายน 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 1 เวลา 13.00-13.50 น.
2	วันที่ 15 มิถุนายน 2547 การใช้อภิปรายกลุ่มครั้งที่ 2 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 16 มิถุนายน 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 2 เวลา 13.00-13.50 น.
	วันที่ 17 มิถุนายน 2547 การใช้เกมครั้งที่ 1 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 18 มิถุนายน 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 3 เวลา 13.00-13.50 น.
3	วันที่ 22 มิถุนายน 2547 การใช้อภิปรายกลุ่มครั้งที่ 3 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 23 มิถุนายน 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 4 เวลา 13.00-13.50 น.
	วันที่ 24 มิถุนายน 2547 การใช้กรณีตัวอย่างครั้งที่ 1 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 25 มิถุนายน 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 5 เวลา 13.00-13.50 น.
4	วันที่ 29 มิถุนายน 2547 การใช้อภิปรายกลุ่มครั้งที่ 4 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 30 มิถุนายน 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 6 เวลา 13.00-13.50 น.
	วันที่ 1 กรกฎาคม 2547 การใช้กรณีตัวอย่างครั้งที่ 2 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 2 กรกฎาคม 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 6 เวลา 13.00-13.50 น.

ตาราง 5 (ต่อ)

สัปดาห์ที่	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
5	วันที่ 6 กรกฎาคม 2547 การใช้กรณีตัวอย่างครั้งที่ 3 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 7 กรกฎาคม 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 8 เวลา 13.00-13.50 น.
	วันที่ 8 กรกฎาคม 2547 การใช้กรณีตัวอย่างครั้งที่ 4 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 9 กรกฎาคม 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 9 เวลา 13.00-13.50 น.
6	วันที่ 20 กรกฎาคม 2547 การใช้เกมครั้งที่ 2 เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 21 กรกฎาคม 2547 การสอนแบบปกติครั้งที่ 10 เวลา 13.00-13.50 น.
	วันที่ 22 กรกฎาคม 2547 ปัจฉิมนิเทศ เวลา 13.00-13.50 น.	วันที่ 23 กรกฎาคม 2547 ปัจฉิมนิเทศ เวลา 13.00-13.50 น.

หมายเหตุ วันที่ 12 กรกฎาคม – 16 กรกฎาคม 2547 เป็นวันหยุด เนื่องจากประเทศไทยจัดการประชุมเอดส์โลก จึงทำการทดลองในวันอังคารที่ 20 กรกฎาคม – 23 กรกฎาคม 2547 แทน

ภาคผนวก ข

แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์

ตัวอย่างแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ ของโกลแมน

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความที่กำหนดให้ แล้วพิจารณาว่าท่านมีความสามารถในเรื่องนั้นๆ มากน้อยเพียงใด โปรดตอบลงในกระดาษคำตอบ

ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง

ข้อ 1 ฉันเป็นคนโกรธง่ายหายเร็ว

ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการอารมณ์ของตนเอง

ข้อ 2 แม้ว่าฉันจะโกรธ ฉันก็สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเอง

ข้อ 3 ฉันสามารถปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้

ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

ข้อ 4 ฉันมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการความสัมพันธ์กับผู้อื่น

ข้อ 5 ฉันสามารถประสานความคิดของสมาชิกในกลุ่ม

กระดาษคำตอบ

ระดับความสามารถ

ข้อ	1	2	3	4	5	6	7
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							

กระดาษคำตอบ (ต่อ)

ระดับความสามารถ

ข้อ	1	2	3	4	5	6	7
28							
29							
30							
31							
32							
33							
34							
35							
36							
37							
38							
39							
40							
41							
42							
43							
44							
45							

ภาคผนวก ค

- แสดงคะแนนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
- แสดงคะแนนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม
- แสดงผลต่างของคะแนนก่อนและหลังการทดลองของ
กลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 6 แสดงคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ของกลุ่มทดลอง

คนที่	คะแนนก่อนการ ทดลอง	คะแนนหลังการ ทดลอง	ผลต่าง (D)	ผลต่างยกกำลังสอง (D ²)
1	192	262	70	4900
2	184	216	32	1024
3	132	192	60	3600
4	194	240	46	2116
5	271	302	31	961
6	139	174	35	1225
7	246	309	63	3969
8	203	247	44	1936
9	240	286	46	2116
10	126	191	65	4225
11	233	282	49	2401
12	208	269	61	3721
13	218	287	69	4761
14	250	310	60	3600
15	207	254	47	2209
N = 15	$\bar{x} = 202.87$ S = 43.790	$\bar{x} = 254.73$ S = 44.356	$\Sigma D = 778$	$\Sigma D^2 = 42,764$

ตาราง 7 แสดงคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ของกลุ่มควบคุม

คนที่	คะแนนก่อนการ ทดลอง	คะแนนหลังการ ทดลอง	ผลต่าง (D)	ผลต่างยกกำลังสอง (D ²)
1	164	170	6	36
2	192	208	16	256
3	114	165	51	2601
4	150	196	46	2116
5	175	200	25	625
6	153	156	3	9
7	145	189	44	1936
8	159	182	23	529
9	210	212	2	4
10	178	188	10	100
11	207	209	2	4
12	146	162	16	256
13	178	197	19	361
14	184	202	18	324
15	211	220	9	81
N = 15	$\bar{x} = 171.07$ S = 27.580	$\bar{x} = 190.40$ S = 19.693	$\Sigma D = 290$	$\Sigma D^2 = 9,238$

ตาราง 8 การเปรียบเทียบผลต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนและหลังการทดลองของ
กลุ่มควบคุม กับกลุ่มทดลอง

คนที่	กลุ่มควบคุม			กลุ่มทดลอง		
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ผลต่าง (D)	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ผลต่าง (D)
1	164	170	6	192	262	70
2	192	208	16	184	216	32
3	114	165	51	132	192	60
4	150	196	46	194	240	46
5	175	200	25	271	302	31
6	153	156	3	139	174	35
7	145	189	44	246	309	63
8	159	182	23	203	247	44
9	210	212	2	240	286	46
10	178	188	10	126	191	65
11	207	209	2	233	282	49
12	146	162	16	208	269	61
13	178	197	19	218	287	69
14	184	202	18	250	310	60
15	211	220	9	207	254	47
	$\bar{x}_{diff} = 19.33$ $S_{diff} = 16.105$			$\bar{x}_{diff} = 51.87$ $S_{diff} = 13.125$		

ภาคผนวก ง

หนังสือรับรอง และขอความร่วมมือในการทดลอง



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/5211

วันที่ 17 พฤษภาคม 2547

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวจุฑานุช บุษปวนิช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตคูสิต กรุงเทพมหานคร” โดยมี อาจารย์ขวีไลลักษณ์ พงษ์โสภา และ รองศาสตราจารย์เวณิ กริทอง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยล้อมแสง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และ อาจารย์พาสนา จุลรัตน์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแผนการสอน และ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เรื่อง การอภิปรายกลุ่ม สถานการณ์จำลอง และเกม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแผนการสอน และ โปรแกรม ให้ นางสาวจุฑานุช บุษปวนิช และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภาพรณ์ หะวานนท์)

รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/4 & 5 ;



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๑๖ เมษายน 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน อาจารย์ใหญ่โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบทดสอบ และโปรแกรมกิจกรรม

เนื่องด้วย นางสาวจุฑานุช บุญปวนิช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปฏิญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร” โดยมี อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา และ รองศาสตราจารย์เวณิ กรีทอง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปฏิญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอใช้ห้องเรียนเพื่อทดลองการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เรื่อง การอภิปรายกลุ่มกรณีตัวอย่างและเกม กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 30 คน และเป็นกลุ่มตัวอย่างทำแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ของ แคนเน็ล โกลแมน ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวจุฑานุช บุญปวนิช ได้เก็บข้อมูลในการทำปฏิญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพรณ์ หะวานนท์)

รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-7295009 มือถือ 01-9122787



๒๒ เมษายน 2547

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน อาจารย์ใหญ่โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบทดสอบ และโปรแกรมกิจกรรม

เนื่องด้วย นางสาวจันทนุช บุญปวนิช นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปฏิญานินพนธ์ เรื่อง “ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเทวราชกุญชร เขตคูสิต กรุงเทพมหานคร” โดยมี อาจารย์วีไลลักษณ์ พงษ์โสภา และ รองศาสตราจารย์เวณี กริทอง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปฏิญานินพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอใช้ห้องเรียนเพื่อการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เรื่อง การอภิปรายกลุ่มกรณีตัวอย่างและเกม กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 30 คน และทำแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ของ แคนเนยล โกลแมน ในระหว่างเดือนกรกฎาคม - สิงหาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวจันทนุช บุญปวนิช ได้เก็บข้อมูลในการทำปฏิญานินพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-7295009 มือถือ 01-9122787

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	นางสาวจุฑานุช บุษปวนิช
วันเดือนปีเกิด	5 ธันวาคม 2523
ที่อยู่ปัจจุบัน	251/299 หมู่บ้านสัมมากร ซอย 48/3 ถนนรามคำแหง112 เขตสะพานสูง กรุงเทพมหานคร 10240
โทรศัพท์	01- 9122787
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2547	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2545	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ.) วิชาเอกสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2540	มัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสายน้ำผึ้ง
พ.ศ. 2535	ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลพิบูลเวศม์