วารสารวิจัยราชภัฏธนบุรี รับใช้สังคม
ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2568)
วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024

DRIRDI Research for Community Sevice Journal
Volume 11 Issue 1 (January - June 2025)
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025
วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

สุพิชฌาย์ เพ็ชรสดใส[1] บุราณี ระเบียบ[2]
เกรียงศักดิ์ รัฐกุล[3] พนิดา โตบุญเรือง[4]

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient: EQ) และความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์แตกต่างกัน และเพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2564 จำนวน 522 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัว และแบบสัมภาษณ์ การเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามและการสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยจัดหมวดหมู่ตามประเด็นหลักและสรุปตีความอย่างเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่ข้อเสนอเชิงนโยบายที่สอดคล้องกับบริบทของนักศึกษา ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้สถิติเชิงพรรณนา ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้สถิติ t-test

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}$=3.53, S.D.=0.44) โดยมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดในด้านการบริหารจัดการด้านสัมพันธภาพ ($\bar{X}$=3.74) รองลงมาคือการรู้จักอารมณ์ของตนเอง ($\bar{X}$=3.66) และการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น ($\bar{X}$=3.56) ส่วนด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด คือการบริหารจัดการอารมณ์ ($\bar{X}$=3.19) แต่อยู่ในระดับสูงเช่นกัน

[1] อาจารย์ ดร., คณะเทคโนโลยีสังคม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี
อีเมล: suphitcha_pe@rmutto.ac.th

[2] ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี
อีเมล: buranee_ra@rmutto.ac.th

[3] อาจารย์ ดร., หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา
อีเมล: kriangsak.ra@skru.ac.th

[4] อาจารย์ ดร., คณะมนุษศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตบางพระ
อีเมล: phanida_to@rmutto.ac.th

วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025

วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

2. การปรับตัวของนักศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}$=3.21, S.D.=0.56) โดยมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดในด้านการเข้าสังคม ($\bar{X}$=3.42) และด้านสติปัญญา ($\bar{X}$=3.32) ส่วนด้านอารมณ์มีคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$=2.89)

3. ผลการเปรียบเทียบตามเพศ พบว่านักศึกษาหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการเข้าสังคมสูงกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

4. ผลการเปรียบเทียบตามคณะ พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมของนักศึกษาในแต่ละคณะไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิจัยดังกล่าว จึงเสนอแนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัว ได้แก่ การบูรณาการ EQ ในกระบวนการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะด้านอารมณ์และสังคม และการให้การปรึกษาเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต โดยสามารถประยุกต์ใช้ในบริบทของมหาวิทยาลัยในประเทศไทย เพื่อเสริมสร้างศักยภาพนักศึกษาในการเผชิญกับความท้าทายในอนาคต

คำสำคัญ : ความฉลาดทางอารมณ์ การปรับตัว นักศึกษา

วารสารวิจัยราชภัฏธนบุรี รับใช้สังคม
ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2568)
วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024

วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025

DRIRDI Research for Community Sevice Journal
Volume 11 Issue 1 (January - June 2025)
วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

A Study on Emotional Quotient and Adaptation of Undergraduate Students at Rajamangala University of Technology Tawan-ok, Chanthaburi Campus

Suphitcha Petchsodsai[1] Buranee Rabiab[2]
Kriangsak Rattakul[3] Phanida Toboonruang[4]

Abstract

This research aimed to study the levels of emotional quotient (EQ) and adaptability among students at Rajamangala University of Technology Tawan-ok, Chanthaburi Campus, to compare emotional quotient and adaptability across Rajamangala University of Technology Tawan-ok students with different demographic characteristics, and to propose strategies for developing emotional quotient and adaptability of students at Rajamangala University of Technology Tawan-ok, Chanthaburi Campus. The sample consisted of 522 undergraduate students in the academic year 2021 The research instruments included a questionnaire assessing emotional quotient and adaptability, as well as interviews. Data was collected through questionnaires and interviews. Qualitative data were analyzed using content analysis by categorizing key themes and systematically interpreting them to formulate policy-relevant recommendations aligned with students' contexts. Quantitative data were analyzed using descriptive statistics, including means and standard deviations, with t-tests employed for comparison.

The research findings revealed that:

1. The overall level of students' emotional quotient was high ($\bar{x}$=3.53, S.D.= 0.44). The highest average score was found in relationship management ($\bar{x}$=3.74), followed by self-awareness ($\bar{x}$=3.66) and awareness of others' emotions ($\bar{x}$=3.56). The lowest average score was in emotional regulation ($\bar{x}$=3.19), which was still considered high.

[1] Lecturer Dr., Faculty of Social Technology, Rajamangala University of Technology Tawan-ok Chanthaburi Campus e-mail: suphitcha_pe@rmutto.ac.th
[2] Assistant Professor Dr., Faculty of Agro-Industrial Technology, Rajamangala University of Technology Tawan-ok Chanthaburi Campus e-mail: buranee_ra@rmutto.ac.th
[3] Lecturer Dr., Bachelor of Education Program in Counseling Psychology and Guidance, Faculty of Education, Songkhla Rajabhat University email: kriangsak.ra@skru.ac.th
[4] Lecturer Dr., Faculty of Humanities and Social Sciences, Rajamangala University of Technology Tawan-ok email: phanida_to@rmutto.ac.th

วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025

วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

2. Students' overall adaptability was at a high level ($\bar{X}$=3.21, S.D.=0.56), with the highest scores in social adaptability ($\bar{X}$=3.42) and cognitive adaptability ($\bar{X}$=3.32). Emotional adaptability was at a moderate level ($\bar{X}$=2.89).

3. Gender-based comparisons indicated that female students had significantly higher levels of emotional quotient and social adaptability than male students ($p < .05$).

4. The comparison by faculty revealed that the overall emotional quotient levels of students did not differ significantly across faculties.

Based on these findings, the study proposes strategies for enhancing emotional quotient and adaptability, such as integrating EQ into teaching and learning processes, organizing activities to foster emotional and social skills, and providing counseling to promote mental well-being. These strategies can be applied within the context of universities in Thailand to strengthen students' capacities to face future challenges.

keywords: Emotional Quotient, Adaptability, Undergraduate Students

วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025

วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

บทนำ

วัยรุ่นถือเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าและศักยภาพสูง เป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนสังคมและพัฒนาประเทศในอนาคต อย่างไรก็ตาม ช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงของการเปลี่ยนผ่านที่สำคัญ ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ที่ซับซ้อน การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ทำให้วัยรุ่นต้องเผชิญกับความท้าทายในการปรับตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคที่สังคมและเทคโนโลยีมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ความต้องการทักษะในการจัดการอารมณ์และการปรับตัวเป็นสิ่งสำคัญมากขึ้นสำหรับวัยรุ่น ซึ่งจะช่วยให้พวกเขาสามารถตอบสนองต่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขในสังคมปัจจุบัน (Keefer, Parker & Saklofske, 2020) ในยุคดิจิทัลนี้ การปรับตัวของวัยรุ่นไม่ได้หมายถึงเพียงการรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการเรียนรู้ทักษะการสื่อสารกับผู้อื่น การจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ และการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม ความฉลาดทางอารมณ์จึงกลายเป็นหนึ่งในทักษะที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่น เนื่องจากความสามารถในการควบคุมอารมณ์และเข้าใจผู้อื่นช่วยให้วัยรุ่นสามารถสร้างความสัมพันธ์เชิงบวกและมีการปรับตัวที่ดีในสังคมได้ (Mayer, Salovey, & Caruso, 2020) ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อวัยรุ่น เนื่องจากช่วยให้พวกเขาสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง เข้าใจและตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี การมีความฉลาดทางอารมณ์สูงยังช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวกับความท้าทายและสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Keefer, Parker, และ Saklofske, 2018) สำหรับนักศึกษาที่เพิ่งเข้าสู่การศึกษาในระดับอุดมศึกษา การปรับตัวเป็นสิ่งจำเป็นมากขึ้น เนื่องจากเป็นช่วงที่ต้องเผชิญกับระบบการเรียนการสอนที่ซับซ้อน การสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนและอาจารย์ รวมถึงการปรับตัวในแง่มุมอื่น ๆ ที่แตกต่างจากระดับมัธยมศึกษา (Zeidner, Matthews, & Roberts, 2004) ดังนั้น ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีบทบาทสำคัญในการลดความเครียดและความวิตกกังวล รวมถึงช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีให้กับนักศึกษา (จิตราภรณ์ วงศ์คำจันทร์ และกัญญาวดี แสงงาม, 2562)

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี มีเป้าหมายในการพัฒนาบัณฑิตที่พร้อมปฏิบัติงานจริงและมีความสามารถในสาขาวิชาที่เรียน การมีความฉลาดทางอารมณ์เป็นคุณสมบัติที่สำคัญสำหรับนักศึกษาในการเผชิญหน้ากับความท้าทายต่าง ๆ ในสังคม (สุทธิพร แท่นทอง, 2565) ทั้งการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมการเรียนใหม่และการทำงานร่วมกับเพื่อนและอาจารย์ การพัฒนาทักษะความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาควบคู่กับการพัฒนาทางวิชาการจะช่วยให้นักศึกษาสามารถจัดการกับปัญหาทางอารมณ์และการปรับตัวได้ดีขึ้น ส่งผลให้สามารถประสบความสำเร็จทั้งด้านการศึกษาและชีวิตส่วนตัวได้อย่างมั่นคง (Petrides, K. V et al., 2018) อย่างไรก็ตาม แม้จะมีการยอมรับถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวในนักศึกษาระดับอุดมศึกษา แต่ยังขาดงานวิจัยเชิงประจักษ์ที่มุ่งเน้นไปที่ปัจจัยเหล่านี้ในบริบทของมหาวิทยาลัยในประเทศไทย โดยเฉพาะในสถาบันเทคโนโลยี เช่น มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล การเข้าใจระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา

จะช่วยให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับความเป็นอยู่และความสำเร็จทางการศึกษาของพวกเขา งานวิจัยนี้มีความจำเป็นในการระบุช่องว่างหรือจุดอ่อนในทักษะทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา ซึ่งสามารถนำไปสู่การพัฒนาการช่วยเหลือหรือโปรแกรมที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างทักษะเหล่านี้ โดยการทำเช่นนี้มหาวิทยาลัยจะสามารถสนับสนุนนักศึกษาในการเผชิญกับความท้าทาย ลดความเครียดและความวิตกกังวล และส่งเสริมสุขภาพจิตและความสำเร็จทางการศึกษาโดยรวม (Sánchez-Álvarez, Extremera, & Fernández-Berrocal, 2016)

ดังนั้น การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา เปรียบเทียบความแตกต่างตามปัจจัยประชากรศาสตร์ เช่น เพศ และคณะ รวมถึงเพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาที่เหมาะสมกับบริบทของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี โดยผลลัพธ์ของการวิจัยมุ่งเน้นทั้งการวิเคราะห์ระดับความสามารถในด้านต่าง ๆ และการรวบรวมข้อเสนอเชิงปฏิบัติจากข้อมูลเชิงลึก เพื่อนำไปใช้ในการออกแบบกิจกรรมหรือโปรแกรมที่เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์และทักษะการปรับตัว ซึ่งจะช่วยให้นักศึกษามีความพร้อมในการเผชิญกับความท้าทายในอนาคตอย่างมีประสิทธิภาพและมีสุขภาพจิตที่ดี

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์ต่างกัน ได้แก่ เพศ และ คณะ
3. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ขั้นตอนที่หนึ่ง การวิจัยเชิงปริมาณ

1.1.1 ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2564 ตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 โดยแบ่งเป็นนักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคม จำนวน 657 คน และนักศึกษาคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร จำนวน 860 คน

1.1.2 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2564 ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ซึ่งได้จากการสุ่ม

วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025

วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

แบบกลุ่ม (Cluster Sampling) โดยทำการคำนวณสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรของ Taro Yamane (1973) ผู้วิจัยจึงได้กำหนดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 522 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลอย่างเพียงพอในกรณีที่มีการตอบคำถามไม่สมบูรณ์ โดยสุ่มเลือกจากนักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคม และคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4

1.2 ขั้นตอนที่สอง การวิจัยเชิงคุณภาพ

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาและการศึกษา จำนวน 8 คน ซึ่งได้รับการคัดเลือกโดยใช้วิธีการเลือกแบบมีเกณฑ์ (Criterion-Based Selection) โดยพิจารณาจากความรู้ ความเชี่ยวชาญ และประสบการณ์ในการศึกษาประเด็นที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่ถูกต้องและครอบคลุมมากที่สุด

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ตามองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของ Goleman (1995) 5 ด้าน 1) การรู้จักอารมณ์ตัวเอง 2) การบริหารจัดการอารมณ์ 3) การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง 4) การรับรู้ - รู้จักอารมณ์ของบุคคลอื่น 5) การบริหาร – จัดการด้านสัมพันธภาพ จำนวน 30 ข้อ แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัว 4 ด้าน 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านอารมณ์ 3) ด้านการเข้าสังคม 4) ด้านสติปัญญา จำนวน 24 ข้อ การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) นำแบบสอบถามเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดมุ่งหมายที่ต้องการวัด (Item Objective Congruence: IOC) ผลการประเมินพบว่าแบบสอบถามทั้งฉบับมีค่า IOC เท่ากับ 0.90 และไม่มีข้อคำถามใดที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.66 ตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) นำแบบสอบถามไปทดสอบกับกลุ่มนักศึกษาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน จากนั้นวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach’s Alpha) พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90 และแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) สำหรับผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาและการศึกษา จำนวน 8 คน ซึ่งใช้ในขั้นตอนการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อรวบรวมข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาในบริบทของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

3. การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้ร่วมวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการขอพิจารณารับรองจริยธรรมในมนุษย์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก RMUTTO REC No.045/2564 วันที่รับรอง 20 สิงหาคม 2564 ผู้วิจัยปฏิบัติตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ทั้ง 3 ข้อ ได้แก่ (1) หลักความเคารพในบุคคล (Respect for person) โดยการให้ข้อมูลอย่างครบถ้วน และตอบคำถามข้อสงสัยจนผู้ที่ได้รับเชิญให้เข้าร่วมการวิจัยพอใจ และให้เวลาตัดสินใจอย่างอิสระในการให้ความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะเคารพความเป็นส่วนตัวและการเก็บรักษาความลับ ไม่มีการเปิดเผยชื่อหรือข้อมูลของผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นรายบุคคลโดยเสนอผลการวิจัยเป็นภาพรวม

ของการศึกษาทั้งหมด (2) หลักการให้ประโยชน์ ไม่ก่อให้เกิดอันตราย (Beneficence/Non-maleficence) ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะไม่ได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมการวิจัย อาจเกิดความเสี่ยงต่อตัวผู้เข้าร่วมการวิจัยเพียงเล็กน้อย คือ เสียเวลาให้สัมภาษณ์ หรือ แบบสอบถาม (3) หลักความยุติธรรม (Justice) คือมีเกณฑ์การคัดเข้าและออกชัดเจน มีการกระจายประโยชน์และความเสี่ยงอย่างเท่าเทียมกัน

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยเชิงปริมาณ การเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามออนไลน์ สร้างแบบสอบถามด้วย Google Forms และเผยแพร่ผ่านช่องทางออนไลน์ เนื่องจากข้อจำกัดด้านเวลาและความสะดวกของผู้ตอบแบบสอบถามจึงถูกจัดทำในรูปแบบออนไลน์ โดยส่งลิงก์แบบสอบถามไปยังนักศึกษาในช่วงเวลาคาบกิจกรรมวันพุธบ่าย กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ที่สุ่มเลือกด้วยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) จากคณะเทคโนโลยีสังคม และคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร โดยติดต่อผ่านอาจารย์ที่ปรึกษาของแต่ละสาขาวิชาเพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล

การวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก ดำเนินการสัมภาษณ์กับผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาและการศึกษา จำนวน 8 ท่าน เพื่อเก็บข้อมูลเชิงลึกที่ช่วยอธิบายผลการวิจัยเชิงปริมาณ

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (1) การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่และค่าร้อยละ เพื่อสรุปลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง (2) การวิเคราะห์ระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัว ใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เพื่อประเมินระดับของ ความฉลาดทางอารมณ์ และการปรับตัวของนักศึกษา (3) การวิเคราะห์การเปรียบเทียบ ใช้การทดสอบที (t-test) สำหรับการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่มี 2 กลุ่ม

5.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อสรุปและตีความข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก การวิเคราะห์นี้ช่วยเสริมสร้างความเข้าใจและอธิบายผลที่ได้จากการวิจัยเชิงปริมาณให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์หลักสามประการ ได้แก่ (1) เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี (2) เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์ต่างกัน ได้แก่ เพศ และคณะ (3) เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก

วารสารวิจัยราชภัฏธนบุรี รับใช้สังคม
ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2568)
วันที่รับบทความ 17/12/2567 วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568 วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Received 17/12/2024 Revised 31/01/2025 Accepted 07/06/2025
DRIRDI Research for Community Sevice Journal
Volume 11 Issue 1 (January - June 2025)

วิทยาเขตจันทบุรี ในส่วนนี้จะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณผ่านแบบสอบถาม และข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการวิจัยจะถูกนำเสนอเป็นลำดับตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากกลุ่มตัวอย่างอย่างละเอียด ผลการวิเคราะห์ได้สรุปและนำเสนอในตารางที่ 1 ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

ความฉลาดทางอารมณ์	$\bar{x}$	**S.D.**	**ความหมาย**
การรู้จักอารมณ์ตัวเอง	3.66	0.45	สูง
การบริหารจัดการอารมณ์	3.19	0.39	สูง
การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง	3.52	0.50	สูง
การรับรู้ - รู้จักอารมณ์ของบุคคลอื่น	3.56	0.44	สูง
การบริหาร – จัดการด้านสัมพันธภาพ	3.74	0.44	สูง
ภาพรวมความฉลาดทางอารมณ์	3.53	0.44	**สูง**
การปรับตัวของนักศึกษา	$\bar{x}$	**S.D.**	**ความหมาย**
ด้านร่างกาย	3.21	0.60	สูง
ด้านอารมณ์	2.89	0.52	ปานกลาง
ด้านการเข้าสังคม	3.42	0.55	สูง
ด้านสติปัญญา	3.32	0.55	สูง
ภาพรวมการปรับตัว	3.21	0.56	**สูง**

จากตารางที่ 1 ผลการศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x}$=3.53, S.D.=0.44) โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การบริหารและจัดการด้านสัมพันธภาพ ($\bar{x}$=3.74, S.D.=0.44) รองลงมาคือ การรู้จักอารมณ์ตัวเอง ($\bar{x}$=3.66, S.D.=0.45), การรับรู้และรู้จักอารมณ์ของบุคคลอื่น ($\bar{x}$=3.56, S.D.=0.44), และการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง ($\bar{x}$=3.52, S.D.=0.50) ตามลำดับ ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดแต่ยังคงอยู่ในระดับสูงคือ การบริหารจัดการอารมณ์ ($\bar{x}$=3.19, S.D.=0.39)

วารสารวิจัยราชภัฏธนบุรี รับใช้สังคม
ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2568)
วันที่รับบทความ 17/12/2567 วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568 วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Received 17/12/2024 Revised 31/01/2025 Accepted 07/06/2025
DRIRDI Research for Community Sevice Journal
Volume 11 Issue 1 (January - June 2025)

สำหรับการปรับตัวของนักศึกษา พบว่ามีระดับการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ย =3.21, S.D.=0.56) โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการเข้าสังคม ($\bar{X}$=3.42, S.D. = 0.55) รองลงมาคือ ด้านสติปัญญา ($\bar{X}$=3.32, S.D.=0.55) และด้านร่างกาย ($\bar{X}$=3.21, S.D.=0.60) ตามลำดับ ส่วน ด้านอารมณ์มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 2.89 (S.D.=0.52) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่านักศึกษามีการปรับตัวด้านอารมณ์น้อยกว่าด้านอื่น ๆ และอาจต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติมในด้านนี้

สรุปได้ว่านักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีความโดดเด่นในด้านการบริหารและจัดการด้านสัมพันธภาพ และการเข้าสังคม ซึ่งสะท้อนถึงความสามารถในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดี อย่างไรก็ตาม การปรับตัวด้านอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งอาจเป็นจุดที่ควรให้ความสำคัญในการพัฒนาเพิ่มเติม

2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาที่มีปัจจัยประชากรศาสตร์ต่างกัน ได้แก่ เพศ และคณะ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติทดสอบที่เหมาะสม ได้แก่ การทดสอบที (t-test) สำหรับการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่มี 2 กลุ่ม ผลการวิเคราะห์สามารถสรุปและนำเสนอในตารางที่ 2 ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาเพศชายและเพศหญิง

องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์	หญิง		ชาย		t	*p-value*
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
การรู้จักอารมณ์ตัวเอง	3.68	0.48	3.63	0.39	0.288	0.050*
การบริหารจัดการอารมณ์	3.21	0.43	3.15	0.28	0.075	0.000***
การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง	3.52	0.51	3.50	0.48	0.591	0.045*
การรับรู้ - รู้จักอารมณ์ของบุคคลอื่น	3.53	0.43	3.62	0.43	0.033	0.533
การบริหาร – จัดการด้านสัมพันธภาพ	3.72	0.43	3.80	0.47	0.082	0.129
องค์ประกอบการปรับตัวของนักศึกษา	**หญิง**		**ชาย**		t	*p-value*
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านร่างกาย	3.24	0.64	3.12	0.50	0.026	0.000***
ด้านอารมณ์	2.88	0.51	2.92	0.57	0.543	0.223
ด้านการเข้าสังคม	3.48	0.52	3.27	0.61	0.000	0.023*
ด้านสติปัญญา	3.32	0.51	3.33	0.64	0.836	0.099

*P<0.05, ***P<0.001

วารสารวิจัยราชภัฏธนบุรี รับใช้สังคม
ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2568)
วันที่รับบทความ 17/12/2567 วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568 วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Received 17/12/2024 Revised 31/01/2025 Accepted 07/06/2025
DRIRDI Research for Community Sevice Journal
Volume 11 Issue 1 (January - June 2025)

จากตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาเพศชายและเพศหญิง พบว่า ระดับความฉลาดทางอารมณ์ด้านการรู้จักอารมณ์ตัวเอง นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.68, S.D.=0.48) สูงกว่านักศึกษาชาย ($\bar{X}$= 3.63, 0.39) โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในขณะที่ด้านการบริหารจัดการอารมณ์ นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.21, S.D.=0.43) สูงกว่านักศึกษาชาย ($\bar{X}$= 3.15, S.D.=0.28) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 สำหรับด้านการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง นักศึกษาหญิง ($\bar{X}$=3.52, S.D.=0.51) มีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษาชาย ($\bar{X}$=3.50, S.D.=0.48) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ด้านการรับรู้และรู้จักอารมณ์ของบุคคลอื่นและการบริหารจัดการด้านสัมพันธภาพ ไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ด้านการปรับตัว พบว่าด้านร่างกาย นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.24, S.D.=0.64) สูงกว่านักศึกษาชาย ($\bar{X}$=3.12, S.D.=0.50) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ในขณะที่ด้านการเข้าสังคม นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.48, S.D.= 0.52) สูงกว่านักศึกษาชาย ($\bar{X}$=3.27, S.D.=0.61) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อย่างไรก็ตาม ด้านอารมณ์และด้านสติปัญญา ไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ ในด้านการรู้จักอารมณ์ตนเอง การบริหารจัดการอารมณ์ และการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง สูงกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ วรุณา กลกิจโกวินท์ และคณะ (2562) ที่พบว่าเพศหญิงมีทักษะในการรับรู้อารมณ์และการจัดการอารมณ์ดีกว่าเพศชาย ในด้านการปรับตัว นักศึกษาหญิงมีคะแนนด้านร่างกายและการเข้าสังคมสูงกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรพิมล พรามน้อย และคณะ (2566) ที่ระบุว่านักศึกษาหญิงมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมดีกว่านักศึกษาชาย อย่างไรก็ตาม ในด้านอารมณ์และสติปัญญา ไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศ แสดงให้เห็นว่าทั้งนักศึกษาชายและหญิงมีความสามารถในด้านเหล่านี้ใกล้เคียงกัน

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาจำแนกตามคณะ

องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์	คณะเทคโนโลยีสังคม		คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร		t	*p - value*
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
การรู้จักอารมณ์ตัวเอง	3.68	0.47	3.65	0.44	0.574	0.318
การบริหารจัดการอารมณ์	3.21	0.41	3.17	0.37	0.283	0.085
การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง	3.54	0.50	3.50	0.51	0.357	0.528
การรับรู้ - รู้จักอารมณ์ของบุคคลอื่น	3.58	0.43	3.54	0.44	0.311	0.611
การบริหาร - จัดการด้านสัมพันธภาพ	3.76	0.44	3.73	0.45	0.481	0.521

วารสารวิจัยราชภัฏธนบุรี รับใช้สังคม
ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2568)
วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025
DRIRDI Research for Community Sevice Journal
Volume 11 Issue 1 (January - June 2025)
วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาจำแนกตามคณะ (ต่อ)

องค์ประกอบการปรับตัวของนักศึกษา	คณะเทคโนโลยีสังคม		คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร		t	*p - value*
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านร่างกาย	3.22	0.60	3.19	0.61	0.556	0.663
ด้านอารมณ์	2.91	0.53	2.88	0.52	0.398	0.782
ด้านการเข้าสังคม	3.45	0.56	3.39	0.55	0.260	0.836
ด้านสติปัญญา	3.36	0.55	3.29	0.55	0.145	0.730

*P<0.05, ***P<0.001

จากตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาระหว่างคณะเทคโนโลยีสังคมและคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร พบว่า ในด้านการรู้จักอารมณ์ตัวเอง นักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.68, S.D.=0.47) สูงกว่านักศึกษาคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.65, S.D.=0.44) แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.318) ด้านการบริหารจัดการอารมณ์ นักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.21, S.D.=0.41) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.17, S.D.=0.37) แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.085) ด้านการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง นักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$= 3.54, S.D. = 0.50) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.50, S.D.=0.51) โดยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.528) ด้านการรับรู้อารมณ์ของบุคคลอื่น พบว่าคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.58, S.D.=0.43) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.54, S.D.=0.44) แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.611) และด้านการบริหารจัดการด้านสัมพันธภาพ นักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.76, S.D.=0.44) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.73, S.D.=0.45) แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.521)

ด้านการปรับตัว พบว่า ในองค์ประกอบด้านร่างกาย นักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.22, S.D.=0.60) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.19, S.D.=0.61) โดยไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.663) ด้านอารมณ์ นักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=2.91, S.D.=0.53) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=2.88, S.D=0.52) แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.782) ด้านการเข้าสังคม พบว่าคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.45, S.D.=0.56) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.39, S.D.=0.55) โดยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.836) และด้านสติปัญญา นักศึกษาคณะเทคโนโลยีสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$=3.36, S.D.= 0.55) สูงกว่าคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร ($\bar{X}$=3.29, S.D.=0.55) แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p=.730)

วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025

วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

ผลการวิเคราะห์ดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า ความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างคณะทั้งสอง โดยแต่ละองค์ประกอบมีค่าคะแนนใกล้เคียงกัน สะท้อนถึงรูปแบบการเรียนรู้และบริบทแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาในลักษณะคล้ายคลึงกัน

3. แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

จากผลการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี แนวทางการพัฒนาที่เสนอมีเป้าหมายเพื่อเพิ่มศักยภาพของนักศึกษาทั้งในด้านการเรียนรู้และการใช้ชีวิตในสังคมยุคใหม่ โดยมีแนวทางดังนี้

1. จัดทำแผนยุทธศาสตร์ด้านความฉลาดทางอารมณ์ควบคู่กับสติปัญญา (IQ) ควรกำหนดนโยบายและแผนพัฒนาในระดับคณะและสาขาวิชา แต่งตั้งคณะกรรมการเพื่อขับเคลื่อนแผนดังกล่าวให้มีเป้าหมายที่ชัดเจน โดยเน้นความสมดุลระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และสติปัญญา เพื่อพัฒนาศักยภาพของนักศึกษาในระยะยาว

2. บูรณาการความฉลาดทางอารมณ์ในกระบวนการเรียนการสอน ควรนำความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้ในรายวิชาหลักและวิชากลุ่มอาชีพ เช่น การพัฒนาทักษะการจัดการอารมณ์ การสร้างแรงจูงใจในตัวเอง และความเข้าอกเข้าใจผู้อื่น (Empathy)

3. ส่งเสริมกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ควรจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น กิจกรรมจิตอาสา การฝึกสติผ่านเวิร์กช็อป การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างความร่วมมือ และการอบรมคุณธรรมและจริยธรรม

4. พัฒนาระบบสนับสนุนการเรียนรู้และการปรับตัว จัดให้มีระบบสนับสนุนด้านจิตวิทยาและสุขภาพจิต เช่น การให้คำปรึกษาโดยผู้เชี่ยวชาญ ทั้งนี้เพื่อช่วยให้นักศึกษาจัดการความเครียดและความท้าทายต่าง ๆ ในชีวิต

5. สนับสนุนงบประมาณเพื่อกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง จัดสรรงบประมาณสำหรับการจัดอบรมหรือเวิร์กช็อป เพื่อเสริมสร้างทักษะที่จำเป็น

6. เน้นการสร้างแรงจูงใจในตัวเองและพัฒนาความสัมพันธ์ ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะการสร้างแรงจูงใจและการบริหารจัดการความสัมพันธ์ ซึ่งเป็นพื้นฐานของความสำเร็จแนวทางเหล่านี้สามารถนำไปปรับใช้เพื่อเสริมศักยภาพนักศึกษาให้พร้อมเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างยั่งยืนและมีประสิทธิภาพ

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี โดยวิเคราะห์ระดับความฉลาดทางอารมณ์

วันที่รับบทความ 17/12/2567 วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568 วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Received 17/12/2024 Revised 31/01/2025 Accepted 07/06/2025

และการปรับตัว รวมถึงเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีลักษณะประชากรศาสตร์ต่างกัน อีกทั้งยังเสนอแนวทางการพัฒนาที่เหมาะสมต่อการเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน ผลการศึกษาชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวที่ส่งผลต่อชีวิตการศึกษาและการพัฒนาทักษะในชีวิตประจำวัน

1. ผลการศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา ผลการวิจัยพบว่านักศึกษามีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีความโดดเด่นในด้านการบริหารจัดการสัมพันธภาพและการรู้จักอารมณ์ตนเอง อย่างไรก็ตาม ด้านการบริหารจัดการอารมณ์ยังมีคะแนนต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับด้านอื่น แม้ว่าจะยังคงอยู่ในระดับสูง ในด้านการปรับตัวโดยรวม พบว่ามีนักศึกษามีคะแนนสูงในด้านการเข้าสังคมและสติปัญญา แต่ด้านอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสะท้อนถึงความจำเป็นในการพัฒนาทักษะด้านการบริหารจัดการอารมณ์และการปรับตัวทางอารมณ์ ผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ Keefer, Parker, และ Saklofske (2018) ซึ่งระบุว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อความสามารถในการปรับตัวและการสร้างสัมพันธภาพในกลุ่มนักศึกษา และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Basu (2019) ที่พบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการปรับตัวของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา

2. การเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษาตามปัจจัยประชากรศาสตร์ จากผลการวิจัยพบว่านักศึกษาหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาชายในหลายด้าน เช่น การตระหนักรู้ในอารมณ์ของตนเอง การบริหารจัดการอารมณ์ และการสร้างแรงจูงใจในตัวเอง นอกจากนี้ด้านการเข้าสังคมของนักศึกษาหญิงก็มีคะแนนสูงกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ น้ำเพชร แสงน้อยอ่อน ศศิธร พรนพรัตน์ และ อธิวัฒน์ รัตนวงศ์แข (2568) ที่แสดงว่าเพศหญิงมีความสามารถในการรับรู้อารมณ์และทักษะการเข้าสังคมที่ดีกว่า อย่างไรก็ตาม ในด้านการปรับตัวทางอารมณ์และสติปัญญาไม่พบความแตกต่างที่ชัดเจนระหว่างเพศ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าปัจจัยเรื่องเพศไม่ได้มีอิทธิพลในทุกมิติของความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัว

3. แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา ผลการศึกษาเสนอว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ควรมุ่งเน้นการเสริมสร้างทักษะด้านการบริหารจัดการอารมณ์และการปรับตัวทางอารมณ์ เช่น การจัดกิจกรรมฝึกสติ (Mindfulness) เพื่อช่วยนักศึกษาในการจัดการกับความเครียด รวมถึงการส่งเสริมทักษะทางสังคมผ่านกิจกรรมกลุ่มและค่ายอาสาพัฒนา แนวทางเหล่านี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Hughes & Evans (2018) และ MacCann et al. (2020) ที่ยืนยันว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ช่วยให้นักศึกษามีความสมดุลทั้งด้านการศึกษาและการใช้ชีวิต

การศึกษานี้เน้นว่าความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวเป็นปัจจัยสำคัญต่อศักยภาพของนักศึกษา โดยส่งผลเชิงบวกต่อการเรียนรู้และการดำเนินชีวิตในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว แนวทางที่นำเสนอสามารถนำไปปรับใช้เพื่อช่วยให้นักศึกษาเติบโตอย่างสมดุลและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025

วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ข้อมูลสำหรับการพัฒนานโยบายและแผนงานในมหาวิทยาลัย ผลการวิจัยนี้สนับสนุนให้มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ใช้ข้อมูลที่ได้มาเพื่อกำหนดนโยบายและแผนงานด้านการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา โดยมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับความต้องการในปัจจุบัน

2. แนวทางการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษา การวิจัยได้เสนอแนวทางที่ชัดเจนในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัว เช่น การบูรณาการทักษะความฉลาดทางอารมณ์ในกระบวนการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะอารมณ์และการปรับตัว และการใช้ระบบสนับสนุนส่งเสริมสุขภาพจิตเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ เป็นต้น

3. การพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมสำหรับส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ผลการวิจัยนี้สามารถใช้เป็นพื้นฐานในการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรม เช่น แบบฝึกหัดการจัดการอารมณ์ การสร้างแรงจูงใจและการแก้ไขปัญหาในบริบทของการทำงานร่วมกัน

4. ส่งเสริมการวิจัยในบริบทของการศึกษาระดับอุดมศึกษา การวิจัยนี้เพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวในกลุ่มนักศึกษา ซึ่งสามารถขยายผลไปยังมหาวิทยาลัยอื่น ๆ ได้ ทั้งนี้เพื่อพัฒนาทักษะสำคัญที่ตอบสนองต่อความต้องการของสังคม

5. สนับสนุนการพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 ความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวเป็นทักษะสำคัญในยุคปัจจุบันที่ช่วยให้นักศึกษามีความพร้อมในด้านการเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิต การวิจัยนี้จึงมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมทักษะดังกล่าว

6. ประโยชน์ต่อชุมชนและสังคมในวงกว้าง นักศึกษาที่พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวอย่างเหมาะสมสามารถนำทักษะนี้ไปสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในชุมชน ช่วยแก้ไขปัญหาสังคมและเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ ส่งผลให้เกิดการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืนในอนาคต

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. พัฒนานโยบายและแผนงานในมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยควรนำผลการวิจัยมาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการจัดทำแผนพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา โดยรวมเข้ากับกระบวนการเรียนการสอนและจัดกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมทักษะทางอารมณ์

2. ออกแบบกิจกรรมเสริมสร้างทักษะเฉพาะด้าน ควรจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะในด้านที่ยังเป็นจุดอ่อน เช่น การจัดการอารมณ์ การสร้างแรงจูงใจในตัวเอง และการทำงานร่วมกับผู้อื่นเพื่อช่วยให้นักศึกษามีการพัฒนาอย่างรอบด้าน

3. พัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมสู่อนาคต ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาหลักสูตรหรือโปรแกรมพิเศษที่ช่วยให้นักศึกษาเตรียมตัวทั้งในด้านการเรียนรู้ การดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยและการเข้าสู่ตลาดแรงงานได้อย่างมั่นใจและมีประสิทธิภาพ

วันที่รับบทความ 17/12/2567 วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568 วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Received 17/12/2024 Revised 31/01/2025 Accepted 07/06/2025

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรขยายขอบเขตการศึกษาไปยังปัจจัยอื่น ๆ เช่น สภาพแวดล้อมครอบครัว ประสบการณ์ก่อนเข้ามหาวิทยาลัย และบทบาทของกลุ่มเพื่อน เพื่อให้เข้าใจความเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยเหล่านี้กับความฉลาดทางอารมณ์ได้อย่างละเอียด

2. การวิจัยครั้งต่อไปควรเพิ่มความหลากหลายของกลุ่มตัวอย่าง เช่น นักศึกษาจากสาขาวิชาต่าง ๆ หรือมหาวิทยาลัยอื่น ๆ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมมากขึ้น และสามารถปรับใช้ผลการวิจัยได้ในวงกว้าง

3. ควรดำเนินการศึกษาผลกระทบของกิจกรรมหรือโปรแกรมที่ออกแบบเฉพาะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัว โดยการวิจัยเชิงทดลองจะช่วยเปรียบเทียบวิธีการต่าง ๆ เพื่อค้นหาแนวทางที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการส่งเสริมทักษะดังกล่าว

ข้อจำกัดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดหลายประการที่อาจกระทบต่อความครบถ้วนของผลการศึกษา โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำกัดเฉพาะนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ซึ่งอาจไม่สามารถแทนกลุ่มนักศึกษาในมหาวิทยาลัยอื่น ๆ ได้อย่างครอบคลุม นอกจากนี้ เครื่องมือที่ใช้ เช่น แบบสอบถาม อาจไม่สามารถสะท้อนข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวได้ทั้งหมด โดยเฉพาะการตีความคำถามหรือคำตอบที่อาจไม่ครอบคลุมปัจจัยแวดล้อมอื่น ๆ เช่น สถานการณ์ครอบครัว สภาพเศรษฐกิจ และปัจจัยทางสังคม ซึ่งอาจมีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวของนักศึกษา ยังไม่ได้พิจารณาเต็มที่ อีกทั้งการเก็บข้อมูลออนไลน์อาจขาดความน่าเชื่อถือ เนื่องจากผู้ตอบอาจไม่ให้ข้อมูลที่ตรงกับความเป็นจริงหรือไม่ได้ตอบคำถามอย่างตั้งใจ ข้อจำกัดสุดท้ายคือ เวลาที่ใช้ดำเนินการและทรัพยากรที่จำกัด ส่งผลต่อความลึกและความกว้างของการวิเคราะห์ข้อมูล โดยเฉพาะการศึกษาความสัมพันธ์เชิงลึกระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และการปรับตัวในบริบทต่าง ๆ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการตรวจสอบเพิ่มเติมในอนาคต

บรรณานุกรม

จิตราภรณ์ วงศ์คำจันทร์ และคณะ. (2562). การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักศึกษาวิชาชีพครูโดยการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเชิงรุก (Active Learning) ผสานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา. **วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด,** 15(1), น. 209-219.

น้ำเพชร แสงน้อยอ่อน และคณะ. (2568). การศึกษาสุขภาพจิตบุคลิกภาพแบบเก็บตัว-แสดงตัว ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร. **วารสารจิตวิทยา,** 22(1), น. 1–20.

วันที่รับบทความ 17/12/2567 วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568 วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Received 17/12/2024 Revised 31/01/2025 Accepted 07/06/2025

พรพิมล พรามน้อย, พัชรินทร์ นินทจันทร์, โสภิณ แสงอ่อน, และนันทิยา เอกอธิคมกิจ. (2566). อิทธิพลของเพศ การปรับตัว การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน และความผูกพันในครอบครัวต่อความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่นกลุ่มด้อยโอกาส. **วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต,** 37(2), น. 22–43.

สุทธิพร แท่นทอง. (2565). ความฉลาดทางสังคม: คุณลักษณะสำคัญของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู. **วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์,** 16(3), น. 270-284.

วรุณา กลกิจโกวินท์ และคณะ. (2562). ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาแพทย์คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช. **วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย,** 64(1), น.77-88.

Basu, S. (2019). Emotional Intelligence and Adjustment: An Analysis of College Students. **Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (JETIR),** 6(5), p. 772–777.

Goleman, D. (1995). **Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ.** Bantam Books.

Hughes, D. J., & Evans, T. R. (2018). Putting ‘emotional intelligences’ in their place: Introducing the integrated model of affect-related individual differences. **Frontiers in Psychology,** 9(November 2018). p. 1–15.

Keefer, K. V., Par., & Saklofske, D. H. (2020). **Emotional Intelligence in Education: Integrating Research with Practice.** Springer.

Keefer, K. V., et, al. (2018). **Three decades of emotional intelligence research: Perennial issues, emerging trends, and lessons learned in education: Introduction to Emotional Intelligence in Education.** In K. V.

Keefer, J. D. A. Parker, & D. H. Saklofske (Eds.), **Emotional intelligence in education: Integrating research with practice.** Cham, Switzerland: Springer.

MacCann, C., Jiang, et, al. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. **Psychological Bulletin,** 146(2), 150–186. Retrieved from https://doi.org/10.1037/bul0000219

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2020). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. **Emotion Review,** 8(4), 290-300. Retrieved from https://doi.org/10.1177/1754073916639667

วันที่รับบทความ 17/12/2567
Received 17/12/2024
วันที่แก้ไขบทความ 31/01/2568
Revised 31/01/2025
วันที่ตอบรับบทความ 07/06/2568
Accepted 07/06/2025

Petrides, K. V., Sanchez-Ruiz, M. J., Siegling, A. B., Saklofske, D. H., & Mavroveli, S. (2018). Emotional intelligence as personality: Measurement and role of trait emotional intelligence in educational contexts. In K. V. Keefer, J. D. A. Parker, & D. H. Saklofske (Eds.), **Emotional intelligence in education: Integrating research with practice.** (pp. 49–81). Springer.

Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2016). The relationbetween emotional intelligence and subjective well-being: A meta-analytic investigation. **The Journal of Positive Psychology,** *11*(3), 276-285.

Taro Yamane. (1973). **Statistics: an introductory analysis.** New York: Harper & Row.

Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2004). Emotional Intelligence in the Workplace: A Critical Review. **Applied Psychology: An International Review.** 53(3). p.371–399.