

ผลการใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ อำเภอโนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภู

The Effect of Group Process of Life Skill Development on Emotional Quotient of
Matayom Suksa 3 Students, Ban Kho School, Non Sang District,
Nong Bua Lampoo Province.

มาริสรา รัตนโสภาน (Marisa rattanasopha)*

ดร.กาญจนา ไชยพันธ์ (Dr. Ganjana Chiayana)**

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ อำเภอโนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภู ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คนเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยเปรียบเทียบสองกลุ่มตัวอย่าง และเปรียบเทียบระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติในการวิจัยคือ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนการทดลองและหลังทดลอง โดยใช้สถิติ The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Ranks Test และใช้สถิติ The Mann-Whitney U Test เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปตาราง กราฟ และบรรยายในรูปความเรียง ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ABSTRACT

The objective of this research was to study the effect of life skill development on emotional quotient of 30 Matayom Suksa 3 Students with low scores on emotional quotient, Ban Kho School, Non

คำสำคัญ: กระบวนการกลุ่ม ความฉลาดทางอารมณ์ ทักษะชีวิต

Key words: Group Process, Emotional Quotient, Life skills Sang District, Nong Bua Lampoo

* นักศึกษาลำดับต้นศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

** รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Province during the second semester, 2006 school year. The students were assigned into each of two groups: 15 students for experimental group, and 15 students for control group. This study was a quasi experimental research. Two groups of subjects were compared. The score level of emotional quotient of students before and after the experiment. Data were calculated the mean and standard deviation. The pre-test and post test scores were compared by using the Wilcoxon Matched Pairs-Ranks Test. The emotional quotient scores of experimental group and control group were compared by using Mann-Whitney U Test and presented in table, graph, and essay form. The research findings found that: 1) The students participated in life skill development showed higher scores from the post test than the pre test at .01 significant level. 2) The students participated in life skill development showed higher scores than those of the control group at .05 significant level.

1. บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 (กรมวิชาการ, 2545) ได้กล่าวถึงการจัดการเรียนการสอนที่สอดคล้องกัน นั่นคือการจัดการศึกษาควรให้ความสำคัญทั้งในด้านความรู้ ความคิด ความสามารถ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้และความรับผิดชอบต่อสังคมเพื่อพัฒนาคนให้เกิดความสมดุลในทุกด้าน โดยยึดหลักผู้เรียนเป็นสำคัญ ทุกคนมีความสามารถในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ ให้ความสำคัญต่อการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและความสัมพันธ์ของตนเองกับสังคม ได้แก่ ครอบครัว ชุมชน ประเทศและสังคมโลก มีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ ดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งให้ความสำคัญของทักษะชีวิตในลักษณะที่เป็นความสามารถของบุคคลในการกระทำ หรือจัดการกับความต้องการหรือท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ การมีทักษะชีวิตที่ดีจะต้องมีทักษะในการตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ทักษะในการสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์ และการจัดการกับความเครียด ในการส่งเสริมอารมณ์ ทักษะชีวิตอยู่บนรากฐานการสอนทักษะชีวิตต่างๆ ไปฝึกฝนทักษะเพื่อนำไปใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆ ทางด้านอารมณ์ สังคม เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงปัจจัยทางสังคมและสิ่งแวดล้อม จะเห็นได้ว่าทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมให้เกิดกับทุกคน โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน เนื่องจากปัจจุบันเด็กและเยาวชนมีแนวโน้มจะมีปัญหาในด้านการจัดการกับอารมณ์ มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ดังนั้นการป้องกันหรือการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น จะต้องจัดกิจกรรมที่นำไปสู่การแก้ปัญหาในกลุ่มเด็กและเยาวชน ซึ่งแนวทางส่งเสริมให้เขาเหล่านั้นมีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ ความเครียด ความกดดันต่างๆ ซึ่งจะทำให้เด็กและเยาวชนเข้มแข็ง สามารถปรับตัว ปรับอารมณ์ให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม และอยู่ในสถานการณ์หรือสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาได้

วัยรุ่นเป็นทรัพยากรที่สำคัญของประเทศชาติ การที่จะพัฒนาวัยรุ่นให้มีคุณภาพได้ ต้องได้ รับการร่วมมือจากทุกๆ ฝ่าย เริ่มต้นจากครอบครัว ที่เป็นสถาบันแรกที่จะปลูกฝัง วารสารฐานในการอบรมเลี้ยงดู โรงเรียนซึ่งเป็นสถานศึกษาที่อบรมสั่งสอนให้มีความรู้ ปลูกฝังเจตคติและค่านิยมให้เด็กเติบโตในสังคม อย่างเต็มศักยภาพ เป็นประชากรที่มีคุณภาพถึงพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ตัวแปรสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตการเรียนการทำงาน และการดำเนินชีวิตส่วนตัว นอกเหนือ จากเขาวนปัญญา คือ ตัวแปรคุณลักษณะประจำตัวของบุคคล ส่งผลต่อความสุขและความสำเร็จ ตัวแปร สำคัญดังกล่าวคือ ตัวแปรความฉลาดทางอารมณ์ (อนันตชัย ศรีโคตร, 2549) ความฉลาดและเก่งมีไอคิวสูงนั้นไม่เพียงพอแล้วสำหรับโลกปัจจุบัน คนที่มีสติปัญญาสูงไม่ใช่คนที่ประสบความสำเร็จในชีวิต เสมอไป สติปัญญาเป็นเพียงส่วนประกอบหนึ่งเท่านั้น หากแต่ว่าความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ต่างหาก ที่เป็นส่วนประกอบสำคัญที่จะประคับประคอง ให้คนเราประสบผลสำเร็จในชีวิตอย่างแท้จริงในทุกด้าน (Mayer, Salovey and Caruso, 1997 อ้างถึงใน อัจฉรา สุขารมณ์, 2543) ดังนั้น นักวิชาการและบุคคลทั่วไป จึงให้ความสำคัญในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ของมนุษย์เป็นอย่างมาก ด้วยตระหนักว่าความฉลาดทางอารมณ์น่าจะเป็นตัวส่งเสริมความสำเร็จ และความสามารถที่จะทำให้บุคคลทำงานหรือมีชีวิต ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (วิลาสลักษณ์ ชวัลลสี, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เขาวนอารมณ์ หรือวุฒิภาวะทางอารมณ์อาจไม่ใช่เรื่องใหม่ นัก แต่อาจจะค่อนข้างใหม่เมื่อเทียบกับไอคิว เพิ่งได้รับความสนใจอย่างกว้างขวางในช่วงไม่กี่ปีมานี้ หลาย ฝ่ายหันมาสนใจคุณสมบัติเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์อย่างมาก เหตุผลที่สำคัญอาจเป็นเพราะว่า ไอคิวหรือระดับสติปัญญาเพียงอย่างเดียว ไม่สามารถตอบคำถามในเรื่องการทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ หรือมีความสุขในชีวิตได้จริงหรือ คนที่เก่งแต่ควบคุมตัวเองไม่ได้ หรือเก่งแต่สัมพันธ์ภาพกับคน ทั่วไปไม่ดี เก่งแต่ไม่รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ก็ไม่สามารถประสบผลสำเร็จในการทำงาน เหนตามที่ควรจะเป็น ทำให้นักวิชาการและบุคคลทั่วไปได้ตระหนักว่า สิ่งที่สังคมละเลยมานานเป็นส่วนสำคัญของความสำเร็จ ก็คือ ความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งเป็นความสามารถของคนด้านอารมณ์ จิตใจ และยังรวมถึงทักษะการเข้า สังคม พัฒนาให้รับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก ของตนเอง สามารถจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม รับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นสามารถรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันไว้ได้ คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ ย่อมส่งผลดีต่อตนเอง ครอบครัว และผู้คนรอบข้าง มีทักษะในการดำเนินชีวิตอย่างเข้าใจ และมีความสุข มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลรอบข้าง นำมาซึ่งความนับถือตนเอง การยอมรับจากผู้อื่น ความร่วมมือ ความสำเร็จในชีวิต และความสงบ ความสุขในจิตใจ (นงพงา ลิ้มสุวรรณ, 2542) ความฉลาดทางอารมณ์ สามารถปรับเปลี่ยนและทำหน้าที่ในการช่วยจัดระเบียบการคิดและการแสดง พฤติกรรม ส่งเสริมความสำเร็จและเพิ่มคุณค่าในความเป็นคนที่เปี่ยมไปด้วยความสุข ช่วยเพิ่มพูน ประสิทธิภาพในการทำงาน ลดความเครียด เกิดความรักและเข้าใจบุคคลทั่วไป สามารถสร้างทีมงานให้ มีประสิทธิภาพและปลูกฝังการเป็นผู้นำในอนาคตได้ และความฉลาดทางอารมณ์สามารถฝึกฝนและ พัฒนาได้ ในขณะที่เดียวกันถ้าวัยรุ่นมีโอกาสที่ดีในการฝึกฝนความฉลาดทางอารมณ์แล้ว จะเป็นการ ฟูพื้นฐานวุฒิภาวะทางด้านอารมณ์และสังคมนำไปสู่การพร้อมทางด้านวุฒิภาวะ เพื่อพัฒนาไปสู่ความมี เอกลักษณะของตนเองติดตามตัวไปถึงวัยผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ซึ่งจะเห็นว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นส่วนหนึ่ง

ของทักษะชีวิตของบุคคลนั่นเอง ความฉลาดทางอารมณ์เป็นทักษะเฉพาะตนที่สามารถสร้างหรือพัฒนาได้ด้วยตนเอง ในขณะที่เดียวกันทักษะชีวิตเป็นสิ่งจำเป็นในการช่วยให้บุคคลเผชิญสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ปรับตัว ปรับอารมณ์อยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม การมีทักษะชีวิตที่ดีจะทำให้บุคคลเกิดความฉลาดทางอารมณ์ ความสามารถปรับตัวหรือมีทักษะในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ขณะเดียวกันการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 นอกจากจะทำให้เด็กเกิดความฉลาดทางอารมณ์แล้ว เด็กก็มีทักษะในการดำรงชีวิตที่สูงขึ้น เนื่องจากกระบวนการกลุ่ม ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม ทำให้สมาชิกสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม จากพัฒนาการของเด็กในวัยนี้ ซึ่งเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าครอบครัว การรวมกลุ่มของเด็กวัยนี้เป็นไปโดยธรรมชาติ เด็กจะเลือกกลุ่มของตนเองตามความคิด ความสนใจ ค่านิยมของกลุ่มที่คล้ายกับของตน ไม่ว่าจะเป็น พ่อ แม่ ผู้ปกครองและครูไม่มีอิทธิพลในการเลือกกลุ่มของเด็กในวัยนี้ จึงกล่าวได้ว่า กลุ่มมีความสำคัญต่อชีวิตและอนาคตของเด็กเป็นอย่างมาก ครอบครัวเริ่มมีอิทธิพลน้อยลง (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2540) กระบวนการกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกเข้าใจพฤติกรรมของตนเองและคนอื่น ทำให้สมาชิกได้พัฒนาตนเองให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และกระบวนการกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้และนำไปปรับปรุงพัฒนา เปลี่ยนแปลงทัศนคติในด้านต่างๆ เช่น สามารถพัฒนาความคิด ความเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์ ตลอดจนความรู้สึกนึกคิด (ทศนา เขมมณี, 2522) และยิ่งช่วยพัฒนาบุคคล ในด้านการสร้างและพัฒนาทางด้านอารมณ์และสังคม โดยผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมจะรู้จักการแสดงอารมณ์ได้อย่างถูกต้องและสมเหตุสมผล และรู้จักการแสดงสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นๆ ในกลุ่ม (กาญจนา ไชยพันธุ์, 2547) ผู้วิจัยจึงได้นำกระบวนการกลุ่มมาใช้ในการสร้างโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต เนื่องจากกระบวนการกลุ่มมีความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะชีวิต ให้เกิดการเรียนรู้ในการที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้มีโอกาสร่วมทำกิจกรรมต่างๆที่เป็นประโยชน์และรู้จักการที่จะควบคุมตนเอง ควบคุมอารมณ์ไม่ให้กระทำในสิ่งที่ไม่เหมาะสม มีทักษะในการดำรงชีวิต และเกิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในตัวเด็ก ซึ่งผลของการการศึกษาครั้งนี้ จะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้นักเรียนให้เป็นผู้ประสบผลสำเร็จทั้งในด้านการเรียน และการดำเนินชีวิตต่อไป

2. คำถามการวิจัย

2.1 นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมหรือไม่

2.2 นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตหรือไม่

3. วัตถุประสงค์ในการวิจัย

3.1 เพื่อศึกษาผลการใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ

3.2 เพื่อเปรียบเทียบการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับฝึกโดยใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตกับนักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกโดยใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต

4. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองเปรียบเทียบของ 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง The pretest - posttest nonequivalent - group design (ลัดดา อะยะวงค์, 2๖43)

4.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ อำเภอนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 50 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ อำเภอนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ จำนวน 30 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน

4.2 ตัวแปรที่ทำการศึกษา

- ตัวแปรต้น (Independent Variable) ได้แก่ กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต
- ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)

4.3 คำจำกัดความหรือนิยามศัพท์เฉพาะ

1) ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) หมายถึง การตระหนักรู้ในอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น จัดการกับอารมณ์ของตนเองได้เหมาะสม สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ซึ่งกรมสุขภาพจิตแบ่งความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็นสามประการคือ

1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

3. สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

2) ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ตระหนักรู้ในตนเองและเห็นใจผู้อื่น มีการคิดวิเคราะห์และความคิดสร้างสรรค์ สามารถตัดสินใจและการแก้ปัญหาได้ และมีทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลทั่วไป

3) กระบวนการกลุ่ม หมายถึง กิจกรรมที่มีสมาชิก 15 คนรวมตัวทำกันเพื่อกระทำกิจกรรมร่วมกัน และกิจกรรมจะช่วยให้สมาชิกเข้าใจพฤติกรรมของตนเองและคนอื่น ทำให้สมาชิกได้พัฒนาตนเองให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการ คือ โปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน

10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ในกิจกรรมแต่ละครั้งจะมีกระบวนการจัดกิจกรรม 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นดำเนินกิจกรรม ขั้นสรุป พร้อมทั้งประเมินผลกิจกรรม โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม กลุ่มย่อย บทบาทสมมติ เกมและกรณีศึกษา ตามแนวทางของ ทิศนา แชมมณี (2545) โดยนำไปโปรแกรมที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ แล้วนำข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านหนองแวงอำเภอนนทบุรี จังหวัดหนองบัวลำภู ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 คน ทดลองเพื่อประเมินเครื่องมือด้วยการประเมินการเข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่ม สังเกตพฤติกรรมนักเรียน บันทึกเหตุการณ์ และปัญหาต่างๆ ขณะทดลอง สัมภาษณ์นักเรียนเพื่อนำมาปรับปรุงด้านการใช้สื่อ ระยะเวลา การสื่อสารและความเหมาะสมของกิจกรรม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวัดความฉลาดทางอารมณ์ คือ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ประเมินจากความสามารถหลัก 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข โดยให้ผู้ตอบพิจารณาว่าตนเองแสดงออกในระดับใด ข้อความในแบบประเมินเป็นประโยคบอกเล่าที่บรรยายความสามารถที่แสดงถึงความฉลาดทางอารมณ์ คะแนนที่ได้จะเป็นดัชนีที่บอกความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละบุคคล คะแนนมากหมายถึง บุคคลนั้นมีความฉลาดทางอารมณ์สูง คะแนนน้อยหมายถึง บุคคลนั้นมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำเกณฑ์ คะแนนเทียบจากเปอร์เซ็นต์ไทล์ตามกลุ่มอายุ หากความเชื่อมั่นแบบความคงที่ภายใน (Internal Consistency Coefficient) โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient Alpha) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .85

4.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ก่อนการทดลอง

นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ไปเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง (Pretest) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ จังหวัดหนองบัวลำภู ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 50 คน ทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต เลือกนักเรียนที่ได้ระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ จัดเป็นกลุ่มที่มีคะแนนกลุ่มเฉลี่ยเท่ากัน แล้วสุ่มอย่างง่ายเพื่อเลือกให้เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 คน

2. ขั้นทดลอง

ดำเนินการทดลองโดยการจัดการกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตให้กับนักเรียนกลุ่มทดลองโดยใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาทีเป็นเวลา 10 วัน

3. หลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการทดลองผู้วิจัยนำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ไปเก็บข้อมูลหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ (Posttest)

4.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

คำนวณหาค่าสถิติพื้นฐาน คือ ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนการทดลองและหลังทดลอง โดยใช้สถิติพื้นฐานใช้สถิติ The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Ranks Test และเปรียบเทียบความ

แตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติ The Mann-Whitney U Test

5. สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

5.1 สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.2 อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยเรื่อง ผลการใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตต่อความฉลาดทางอารมณ์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ สรุปได้ดังนี้

จากสมมติฐานข้อที่ 1 นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การที่กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตทำให้ฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นได้ อาจเป็นเพราะกระบวนการกลุ่มพัฒนาชีวิต เป็นกิจกรรมที่ทำให้สมาชิกในกลุ่มได้มีกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ในกิจกรรมแต่ละครั้ง ได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ร่วมแสดงออกและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน เห็นอกเห็นใจกัน ทำให้สมาชิกมีความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน ช่วยเหลือกัน รู้สึกรับผิดชอบในสิ่งต่างๆ ร่วมกัน และสมาชิกแต่ละคนได้มีโอกาสสำรวจตัวเองและเข้าใจตนเองมากขึ้น สอดคล้องกับกรมสุขภาพจิต (2539) ที่กล่าวว่า เมื่อบุคคลเข้ากลุ่มจะเรียนรู้การปฏิบัติตัวในสังคม รู้จักควบคุมอารมณ์ในการแสดงออก การพัฒนาบุคลิกภาพและลักษณะของตนเองได้ดีขึ้น เพราะได้ประสบการณ์จากสมาชิกภายในกลุ่ม และสอดคล้อง กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) ที่กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มยังช่วยในการพัฒนาตัวบุคคล ในด้านการสร้างและพัฒนาอารมณ์และสังคม โดยผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมจะรู้จักการแสดงอารมณ์ได้ถูกต้อง สมเหตุสมผลและรู้จักแสดงสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในกลุ่ม นอกจากนี้ ทิศนา แชนณี (2522) กล่าวว่ากระบวนการกลุ่มสัมพันธ์หรือกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เป็นอีกกระบวนการ การหนึ่งที่สามารถช่วยพัฒนาความสามารถในการจัดการทางด้านอารมณ์ได้ เพราะกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะช่วยในการพัฒนาในตัวบุคคล ในด้านการฝึกทักษะในการพัฒนาตัวเองให้รู้จักตัวเองดีขึ้นและยอมรับข้อบกพร่องของตนเอง เข้าใจคนอื่น ๆ

สมมติฐานข้อที่ 2 นักเรียนที่เข้าร่วมทักษะกระบวนการกลุ่มพัฒนาชีวิต มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต

ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า การเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาชีวิตในครั้งนี้ สามารถพัฒนาให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นได้ ดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข และการทดลองยังแสดงให้เห็นว่า ก่อนการทดลองคะแนนระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเท่ากัน แต่ภายหลังการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนทดลองเพิ่มขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อาจเพราะว่า กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ กล่าวคือ กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตสามารถนำมาใช้พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้สูงขึ้นกว่าเดิมได้ สอดคล้องกับที่ ซอลัดดา ชวัณเมือง (2541) ได้กล่าวว่า กระบวนการกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ช่วยให้นักเรียนได้มีพัฒนาการในด้านทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมที่บกพร่องเป็นปัญหาที่ควรแก้ไขโดยกิจกรรมกลุ่ม จึงเป็นวิธีที่เปิดโอกาสให้นักเรียนเข้าใจความต้องการของตนเองและของผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วีรวัดน์ ปันตินามัย (2542) ได้กล่าวถึง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยให้สมาชิกได้เรียนรู้จากประสบการณ์ไว้ว่า ระดับ EQ ของแต่ละคนไม่ถูกจำกัดโดยกรรมพันธุ์ แต่เป็นผลจากการเรียนรู้ พัฒนาได้ตลอดชีวิต ตราบที่บุคคลเรียนรู้จากประสบการณ์ นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตจึงมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นก่อนเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากกระบวนการกลุ่มส่งผลให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจตระหนักรู้ในความรู้สึกของตนและผู้อื่น จัดการกับอารมณ์ของตนได้เหมาะสม สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข สร้างแรงจูงใจให้กับตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลทั่วไป นำไปสู่การใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุขต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทักษะชีวิตซึ่งเป็นยุทธศาสตร์สำหรับป้องกันพฤติกรรมกาเบี่ยงเบน การมีทักษะชีวิตเป็นแนวทางหนึ่งที่จะทำให้เยาวชนเข้มแข็งขึ้น สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตนเองให้อยู่ในสถานการณ์ที่ลำบากได้ และช่วยให้เยาวชนสามารถปรับตัวเพื่อให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม และมีสุขภาพจิตที่ดีได้

6. ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. จากการวิจัยพบว่ากระบวนการกลุ่มเป็นกิจกรรมที่นักเรียนสามารถเรียนรู้ได้จากประสบการณ์จริงจากกิจกรรมที่นักเรียนได้เข้าร่วม และกระบวนการกลุ่มยังสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนได้ ครูจึงควรนำกระบวนการกลุ่มมาใช้ในห้องเรียน โดยนำมาประยุกต์ในเรื่องของการบูรณาการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
2. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่มมีระดับความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น ผู้ที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมให้นำกระบวนการกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในสถานศึกษาให้มาก โดยเฉพาะในการเรียนการสอนกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน หรือรายวิชาอื่นๆ เพื่อเป็นการพัฒนาผู้เรียนให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

3. ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งสำคัญที่นักเรียนควรได้รับการพัฒนา พ่อแม่ ครู ผู้ปกครองไม่ควรปล่อยปละละเลย ควรให้ความดูแลอย่างใกล้ชิด ควรมีการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับเด็กอย่างใกล้ชิด เช่น กิจกรรมกีฬา ดนตรี และศิลปะ เป็นต้น เพื่อเป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เขาตั้งแต่เด็ก และพ่อแม่ ครู ผู้ปกครองจำเป็นต้องเรียนรู้และฝึกฝนความฉลาดทางอารมณ์ให้กับตนเองด้วย เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็กได้เรียนรู้ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างวัยอื่นๆ เช่น เด็กวัยอนุบาล เด็กระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและอุดมศึกษา เป็นต้น
2. ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก ในการวิจัยครั้งต่อไปจึงควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างด้วย เช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สภาพครอบครัวหรือการอบรมเลี้ยงดู เป็นต้น
3. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษากับนักเรียนหรือนักศึกษาในสถาบันอื่นๆ บุคคลทั่วไป บุคคลที่กระทำผิด หรือเด็กกลุ่มลักษณะพิเศษ
4. ควรมีการติดตามผลหลังการทดลอง โดยติดตามผลทุกๆ ระยะ 1 เดือน เพื่อพิจารณาว่ามีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่มอย่างไร

7. เอกสารอ้างอิง

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2545). หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2539). คู่มือกลุ่มจิตบำบัดสำหรับนักสุขภาพจิต. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- _____ (2543). อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2547). กระบวนการกลุ่มทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. ขอนแก่น: ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- _____ (2549). กระบวนการกลุ่ม. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์
- ช่อลัดดา ขวัญเมือง. (2541). กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน. กรุงเทพฯ: วิทยพัฒน์.
- ทิตนา แหมมณี. (2522). กลุ่มสัมพันธ์และแนวปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: บุรพาศิลป์การพิมพ์.
- _____ (2545). กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการทำงานและการจัดการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: นิซินแอดเวอร์ไทซิงกรุ๊ป.
- นางพาง ลีสมุวรรณ. (2542). ไอคิวและอีคิว : เลี้ยงลูกถูกวิธี ชีวิตเป็นสุข. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: พรินท์ติ้งเพรส.

- ลัดดา อยะวงค์. (2543). *ระเบียบวิธีวิจัยการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 6. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วิลาสลักษณ์ ชวัลลี. (2543). "การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการทำงาน" หน้า 89-120. ใน อัจฉรา สุขารมณ, วิลาสลักษณ์ ชวัลลี, และอรพินทร์ ชูชม, บรรณาธิการ. *รวมบทความวิชาการเรื่อง อีคิว*. กรุงเทพฯ: DESKTOP.
- วีรวัฒน์ บันดินามัย. (2542). *เขาวนอารมณ์ดัชนีวัดความสำเร็จในชีวิต*. กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2540). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อนันตชัย ศรีโคตร. (2549). *ชีวิตนี้ใช่จะมีดีที่อย่างเดียว*. กรุงเทพฯ: มาย แบล็คค็อค.
- อัจฉรา สุขารมณ, วิลาสลักษณ์ ชวัลลี และ อรพินทร์ ชูชม (บรรณาธิการ). (2543). *รวมบทความวิชาการ เรื่อง อีคิว*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: DESKTOP.