



นวัตกรรมการโค้ชซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี Emotional Intelligence Coaching Innovation for Undergraduate Students

ณัฐพร จำรัสศรี^{1*}, ตระกูล จิตวัฒนากร² และวงศ์วิศว์ หมื่นเทพ³

Natayaporn Jumratsri^{1*}, Trakul Chitwattanakorn² and Wongwit Mueanthep³

¹นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาการพัฒนารัฐกิจและทุนมนุษย์ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

^{2,3}อาจารย์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

¹Doctoral student Philosophy program (Ph.D.) Business Development and Human Capital
the Faculty of Liberal Arts North Bangkok University

^{2,3}Lecturer from the Faculty of Liberal Arts North Bangkok University

*Corresponding Author Email: trakul.ch@northbkk.ac.th

Received: 4 June 2025

Revised: 16 June 2025

Accepted: 21 June 2025

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีมุ่งวิเคราะห์และสังเคราะห์นวัตกรรมการโค้ชซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence Coaching Innovation: EIC) ที่ออกแบบมาเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักศึกษาปริญญาตรี การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ทำการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบและวิเคราะห์กรณีศึกษา เพื่อนำเสนอองค์ประกอบสำคัญ จุดเด่น ปัจจัยความสำเร็จ อุปสรรค และผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับการนำ EIC ไปประยุกต์ใช้ ผลการศึกษาจากวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องชี้ให้เห็นอย่างชัดเจนว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญกับ ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา การจัดการความเครียด สุขภาพจิตที่ดีขึ้น และความสำเร็จในอาชีพ ในระยะยาว นวัตกรรมการโค้ชซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC) ที่นำเสนอในบทความนี้เป็นกระบวนการหลักการโค้ชซึ่งมีประสิทธิภาพเข้ากับทฤษฎีความฉลาดทางอารมณ์ของ Goleman, D. (1995) ซึ่งครอบคลุมการตระหนักรู้ในตนเอง การควบคุมตนเอง แรงจูงใจ ความเห็นอกเห็นใจ และทักษะทางสังคม จุดเด่นที่สำคัญของนวัตกรรมนี้อยู่ที่การประยุกต์ใช้หลักการ ประสาทวิทยาศาสตร์ เพื่อทำความเข้าใจการทำงานของสมองที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ การใช้ เครื่องมือประเมินที่หลากหลายและแม่นยำ เพื่อติดตามความก้าวหน้า และการนำเสนอ แนวทางการพัฒนาที่ยั่งยืน ซึ่งเน้นการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง การนำนวัตกรรมการโค้ชซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC) ไปใช้ในบริบทการศึกษาของประเทศไทย ได้แสดงให้เห็นผลลัพธ์เชิงบวกในทุกระดับการศึกษา รวมถึงผลลัพธ์จากกรณีศึกษาที่ประสบความสำเร็จของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยขอนแก่น อย่างไรก็ตาม การนำนวัตกรรมนี้ไปขยายผลยังคงมีอุปสรรคที่สำคัญ อาทิ ความแตกต่างทางวัฒนธรรม ในการแสดงออกทางอารมณ์ และ ข้อจำกัดด้านทรัพยากร ทั้งบุคลากรและงบประมาณ บทความนี้สรุปว่า EIC เป็นเครื่องมือเชิงกลยุทธ์ที่มีคุณค่าอย่างยิ่งในการสร้าง “ทุนมนุษย์” ที่มีคุณภาพ มีความยืดหยุ่น และพร้อมรับมือกับความท้าทายในยุคปัจจุบัน และในท้ายที่สุด ได้เสนอแนะแนวทางที่เป็นรูปธรรมในการส่งเสริมและขยายผลนวัตกรรมการโค้ชซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC) ในระบบการศึกษาไทยให้เกิดประโยชน์สูงสุด



คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์, การโค้ชชิ่ง, นวัตกรรม

Abstract

This academic consists purposes to analyze and synthesize the Emotional Intelligence Coaching Innovation (EIC), an intervention designed to enhance the potential of undergraduate students. The study employs a systematic literature review and case study analysis to identify the key components, strengths, success factors, challenges, and anticipated outcomes of implementing the EIC model. Findings from relevant literature indicate a significant positive correlation between emotional intelligence (EI) and academic achievement, stress management, improved mental health, and long-term career success. The proposed EIC innovation integrates effective coaching principles with Goleman's (1995) emotional intelligence theory, encompassing self-awareness, self-regulation, motivation, empathy, and social skills. A distinctive feature of this innovation lies in its application of neuroscience principles to understand brain functions related to emotional processing, the use of diverse and precise assessment tools for tracking progress, and its emphasis on sustainable development through continuous practice. The application of EIC within the Thai educational context has demonstrated positive outcomes at all levels of education, including successful case studies from Chulalongkorn University and Khon Kaen University. Nevertheless, expanding the implementation of EIC faces significant challenges, such as cultural differences in emotional expression and limitations in human and financial resources. This article concludes that EIC is a valuable strategic tool for developing high-quality, adaptable human capital capable of addressing the demands of the modern world. Finally, it proposes concrete recommendations for promoting and scaling up emotional intelligence coaching innovations to maximize their benefits within Thailand's education system.

Keywords: Emotional Intelligence, Coaching, Innovation

บทนำ

การศึกษา ถือเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาที่ยั่งยืนของประเทศไทย โดยเฉพาะในประเทศไทยที่กำลังเดินทางผ่านระดับคุณภาพการศึกษาตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566–2570) (National Economic and Social Development Council, 2023) แผนฉบับนี้ให้ความสำคัญกับการสร้างทุนมนุษย์ ที่มีทักษะรอบด้าน ไม่เพียงแต่ความรู้ทางวิชาการที่แข็งแกร่งเท่านั้น แต่ยังรวมถึง ทักษะที่ไม่ใช่วิชาการ (Soft Skills) ที่จำเป็นสำหรับการใช้ชีวิตและการทำงานในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ในระดับอุดมศึกษาซึ่งเป็นช่วงวัยสำคัญในการเตรียมเยาวชนสู่การทำงานและการเป็นพลเมืองที่สมบูรณ์ในยุคดิจิทัลการพัฒนาทักษะเหล่านี้จึงมีความจำเป็นเร่งด่วน ในบริบทของการพัฒนาทุนมนุษย์ยุคใหม่ ความฉลาดทางอารมณ์



(Emotional Intelligence: EI) ได้รับการยอมรับว่าเป็นทักษะพื้นฐานที่ช่วยให้บุคคลสามารถรับมือกับความท้าทายต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ EI ครอบคลุมความสามารถในการตระหนักรู้ในตนเอง การควบคุมตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และทักษะทางสังคม ซึ่งล้วนเป็นคุณสมบัติสำคัญที่ส่งผลต่อการปรับตัวและความสำเร็จในชีวิต (Goleman, D, 1995; Salovey, P. and Mayer, J. D, 1990) อย่างไรก็ตาม เป็นที่น่าสังเกตว่าระบบการศึกษาไทยยังให้ความสำคัญกับการพัฒนาด้านวิชาการเป็นหลัก โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ค่อนข้างน้อย ส่งผลให้นักศึกษาจำนวนมากต้องเผชิญกับความเครียดและขาดความพร้อมในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่ซับซ้อนของการเรียนในมหาวิทยาลัยและโลกของการทำงานในอนาคต

ปัญหาดังกล่าวสะท้อนให้เห็นจากข้อมูลการสำรวจที่น่ากังวล โดยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (2564) พบว่า นักศึกษากว่า 62% ประสบความเครียดจากแรงกดดันด้านวิชาการและความไม่แน่นอนในอนาคต ซึ่งความเครียดสะสมนี้อาจนำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยง เช่น การแยกตัวจากสังคม การติดเกม หรือในกรณีที่รุนแรงถึงขั้นทำร้ายตนเองได้ (Department of Mental Health, 2019) สถานการณ์เช่นนี้ตอกย้ำความจำเป็นเร่งด่วนในการพัฒนากลไกหรือนวัตกรรมที่จะเข้ามาเติมเต็มช่องว่างด้านการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับนักศึกษา เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจและทักษะชีวิตที่จำเป็น

ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในยุคที่สังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและซับซ้อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับนักศึกษาปริญญาตรีที่ต้องเผชิญกับความท้าทายหลากหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านวิชาการ สังคม และส่วนตัว EI ไม่เพียงแต่ช่วยลดระดับความเครียดและยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนให้ดีขึ้นเท่านั้น แต่ยังเป็นทักษะที่เตรียมนักศึกษาให้พร้อมสำหรับการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีคุณภาพ และเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จในอาชีพการงานในอนาคต (Kenzhebayeva, A, 2024; Nelis, D., Quoidbach, J., Mikolajczak, M. and Hansenne, M., 2011) ในขณะเดียวกัน การโค้ชชิ่ง (Coaching) ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการเรียนรู้ การเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม และการดัดแปลงทัศนคติของบุคคลออกมา (Grant, 2003) ดังนั้น การประยุกต์ใช้แนวคิดการโค้ชชิ่งเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นแนวทางที่มีศักยภาพสูงในการแก้ไขช่องว่างที่ระบบการศึกษาไทยเผชิญอยู่ ถึงแม้ว่าดวงนโยบายการศึกษาของไทยจะเริ่มตระหนักถึงความสำคัญของ EI และ Soft Skills แต่การนำแนวคิดดังกล่าวไปสู่การปฏิบัติจริงในห้องเรียนยังคงมีข้อจำกัดทั้งเชิงโครงสร้าง ทรัพยากร และกรอบการวัดผลที่ยังยึดติดกับการประเมินเชิงวิชาการ (UNESCO, 2020; สุขชาติ กลิ่นมาลี, 2562) นอกจากนี้ ยังไม่มีนวัตกรรมหรือแนวทางที่ได้รับการออกแบบอย่างเป็นระบบสำหรับการพัฒนา EI ในระดับอุดมศึกษา ทำให้การพัฒนา Soft Skills ส่วนใหญ่มักกระทำในลักษณะกิจกรรมเสริม หรืออยู่ภายนอกหลักสูตรอย่างไม่เป็นทางการ ซึ่งไม่เพียงพอต่อการสร้างการเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรมที่ยั่งยืน

ดังนั้น การศึกษาครั้งนี้ได้ทำการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบและวิเคราะห์กรณีศึกษา เพื่อเสนอแนวทางใหม่ผ่านนวัตกรรมการโค้ชชิ่งความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence Coaching Innovation: EIC) ซึ่งเป็นการบูรณาการระหว่างแนวคิดด้านโค้ชชิ่งและทฤษฎี EI เพื่อพัฒนาทักษะอารมณ์อย่างมีระบบและสอดคล้องกับบริบทการเรียนรู้ของนักศึกษาไทย บทความจะวิเคราะห์และสังเคราะห์วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง รวมถึงกรณีศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ เพื่อชี้ให้เห็นองค์ประกอบสำคัญ จุดเด่น ปัจจัยความสำเร็จ และแนวทางในการประยุกต์ใช้นวัตกรรม EIC อย่างมีประสิทธิภาพในบริบทของการอุดมศึกษาไทยในปัจจุบันและอนาคต



บทวิเคราะห์

1. ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence: EI)

ความฉลาดทางอารมณ์ (EI) เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมความสำเร็จในชีวิตส่วนตัว การศึกษา และการทำงาน โดยครอบคลุมความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ และจัดการอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นอย่างเหมาะสม (Salovey, P. and Mayer, J. D, 1991) Goleman, D. (1995) ได้ขยายแนวคิดนี้ให้ครอบคลุมสมรรถนะทางอารมณ์และสังคม โดยแบ่ง EI ออกเป็นห้าองค์ประกอบหลัก ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) การควบคุมตนเอง (Self-Regulation) แรงจูงใจภายใน (Motivation) ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) และทักษะทางสังคม (Social Skills) องค์ประกอบเหล่านี้ทำงานร่วมกัน โดยการตระหนักรู้ในตนเองเป็นรากฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะอื่น ๆ งานวิจัยยืนยันว่า EI สัมพันธ์เชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การปรับตัวในมหาวิทยาลัย และความสำเร็จในอาชีพ (MacCann et al., 2020; Parker et al., 2004) ในยุคที่สังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว EI จึงเป็นทักษะที่จำเป็นสำหรับการรับมือความท้าทายและการสร้างความสัมพันธ์ที่มีคุณภาพ (Cherniss, C, 2000)

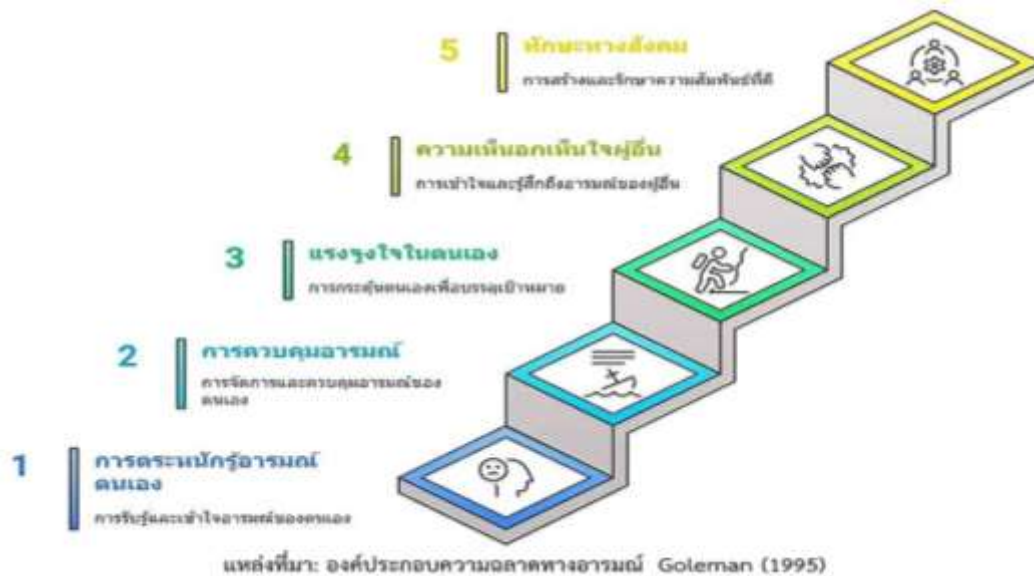
2. ประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence: EI)

ความฉลาดทางอารมณ์ (EI) ส่งเสริมความสำเร็จในหลากหลายมิติ ดังนี้

2.1 การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผู้ที่มี EI สูงสามารถสร้างและรักษาความสัมพันธ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยความเข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่น พวกเขาสามารถสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ จัดการความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ และส่งเสริมความร่วมมือในทีมและองค์กร (Bradberry, T. and Greaves, J, 2009) ทักษะนี้ช่วยสร้างเครือข่ายสังคมที่แข็งแกร่งและยั่งยืน

2.2 การเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานและภาวะผู้นำ EI สัมพันธ์กับประสิทธิภาพการทำงานและความสำเร็จด้านภาวะผู้นำ ผู้นำที่มี EI สูงสามารถสร้างแรงบันดาลใจ เข้าใจความต้องการของทีม และจัดการสถานการณ์ท้าทายได้อย่างชาญฉลาด (Carmeli, A. and Josman, G, 2006) ทักษะเหล่านี้ส่งเสริมการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพและสร้างสภาพแวดล้อมการทำงานที่สนับสนุนการเติบโต

2.3 การจัดการความเครียดและการปรับตัว ผู้ที่มี EI สูงจัดการความเครียดและความกดดันได้ดี โดยตระหนักรู้และควบคุมอารมณ์เชิงลบอย่างเหมาะสม ความสามารถนี้ช่วยให้ปรับตัวและฟื้นตัวจากความยากลำบากได้เร็ว (Gross, J. J. and John, O. P, 2003) ทักษะการควบคุมอารมณ์ส่งเสริมความยืดหยุ่นทางจิตใจและสมดุลในชีวิต ซึ่งในบริบทการศึกษาไทย ความฉลาดทางอารมณ์ (EI) มีบทบาทสำคัญในการพัฒนานักเรียนให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพและพร้อมรับมือความท้าทายในศตวรรษที่ 21 การส่งเสริม EI ช่วยลดพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น การกลั่นแกล้ง และสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ปลอดภัย (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2561) EI สนับสนุนทักษะการทำงานเป็นทีม การแก้ปัญหา และการปรับตัว ซึ่งสอดคล้องกับสำนักงานการและมาตรฐานการศึกษา (2560) แนวทางการศึกษาของกระทรวงที่เน้นความรู้และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ สำหรับครู EI ช่วยจัดการชั้นเรียนและสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ (Chowdhury, M. and Alam, M, 2020) การบูรณาการ EI เข้ากับหลักสูตรและการจัดการศึกษาจึงจำเป็นเพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ ลดปัญหาสังคมและสร้างอนาคตที่ยั่งยืนให้สังคมไทย



แผนภาพประกอบที่ 1 กรอบแนวคิดองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ (EI) ตาม Goleman (1995)

จากแผนภาพประกอบที่ 1 พบว่า กรอบแนวคิดองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ (EI) ตาม Goleman (1995) ซึ่งประกอบด้วย 5 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การควบคุมตนเอง แรงจูงใจภายใน ความเห็นอกเห็นใจ และทักษะทางสังคม อันเป็นพื้นฐานสำคัญในการออกแบบนวัตกรรมการโค้ชซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC)

2.4 ประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence: EI) ความฉลาดทางอารมณ์ (EI) ส่งเสริมความสำเร็จในหลากหลายมิติ ดังนี้

1) การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผู้ที่มี EI สูงสามารถสร้างและรักษาความสัมพันธ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วยความเข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่น พวกเขาสามารถสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ จัดการความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ และส่งเสริมความร่วมมือในทีมและองค์กร (Bradberry, T. and Greaves, J, 2009) ทักษะนี้ช่วยสร้างเครือข่ายสังคมที่แข็งแกร่งและยั่งยืน

2) การเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานและภาวะผู้นำ EI สัมพันธ์กับประสิทธิภาพการทำงานและความสำเร็จด้านภาวะผู้นำ ผู้นำที่มี EI สูงสามารถสร้างแรงบันดาลใจ เข้าใจความต้องการของทีม และจัดการสถานการณ์ท้าทายได้อย่างชาญฉลาด (Carmeli, A. and Josman, G, 2006) ทักษะเหล่านี้ส่งเสริมการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพและสร้างสภาพแวดล้อมการทำงานที่สนับสนุนการเติบโต

3) การจัดการความเครียดและการปรับตัว ผู้ที่มี EI สูงจัดการความเครียดและความกดดันได้ดี โดยตระหนักรู้และควบคุมอารมณ์เชิงลบอย่างเหมาะสม ความสามารถนี้ช่วยให้ปรับตัวและฟื้นตัวจากความยากลำบากได้เร็ว (Gross, J. J. and John, O. P, 2003) ทักษะการควบคุมอารมณ์ส่งเสริมความยืดหยุ่นทางจิตใจและสมดุลในชีวิต ในบริบทการศึกษาไทย ความฉลาดทางอารมณ์ (EI) มีบทบาทสำคัญในการพัฒนานักเรียนให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพและพร้อมรับมือความท้าทายในศตวรรษที่ 21 การส่งเสริม EI ช่วยลดพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น การกลั่นแกล้ง และสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ปลอดภัย (สำนักงาน



คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2561) EI สนับสนุนทักษะการทำงานเป็นทีม การแก้ปัญหา และการปรับตัว ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการศึกษาของกรมที่เน้นความรู้และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2560) สำหรับครู EI ช่วยจัดการชั้นเรียนและสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ (Chowdhury, M. and Alam, M, 2020) การบูรณาการ EI เข้ากับหลักสูตรและการจัดการศึกษาจึงจำเป็นเพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ ลดปัญหาสังคมและสร้างอนาคตที่ยั่งยืนให้สังคมไทย

3. การโค้ชชิ่ง (Coaching)

การโค้ชชิ่ง (Coaching) เป็นกระบวนการพัฒนาศักยภาพบุคคลที่เน้นการสนทนาอย่างมีโครงสร้างและเป้าหมายชัดเจน (Whitmore, J, 2017) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้รับการโค้ช (Coaching) ค้นพบเป้าหมายของตนเอง ตระหนักถึงศักยภาพและพัฒนาทักษะเพื่อบรรลุเป้าหมาย การโค้ชชิ่งแตกต่างจากการให้คำปรึกษาหรือการสอน เนื่องจากโค้ชไม่ได้เป็นผู้ให้คำตอบโดยตรง แต่จะใช้คำถามที่มีพลังและการสะท้อนคิดเพื่อกระตุ้นให้ผู้รับการโค้ชค้นพบคำตอบด้วยตนเอง (Passmore, J, 2015) กระบวนการนี้เน้นการเรียนรู้และการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง อาศัยความสัมพันธ์ที่เท่าเทียมและไว้วางใจระหว่างโค้ชและผู้รับการโค้ช (Cox, E., Bachkirova, T. and Clutterbuck, D. 2018) Grant, A. M. (2014) ชี้ว่าการโค้ชชิ่งมุ่งเน้นการพัฒนาในอนาคตและเน้นการลงมือปฏิบัติเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เป็นรูปธรรม การโค้ชชิ่งที่มีประสิทธิภาพควรอยู่บนพื้นฐานของหลักฐานเชิงประจักษ์ (Evidence-Based Coaching) เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ยั่งยืน (Stober, D. J. and Grant, A. M, 2010) ในบริบทของการพัฒนา Goleman, D. (2020) อธิบายว่าการโค้ชชิ่งมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาองค์ประกอบของ EI ผ่านการสะท้อนคิด การตั้งคำถาม และการให้ข้อเสนอแนะที่สร้างสรรค์ ในบริบทการศึกษา การโค้ชชิ่งยังสามารถช่วยพัฒนาทักษะการสอนของครู เพิ่มความมั่นใจ และส่งเสริมการสะท้อนคิด

4. นวัตกรรมโค้ชชิ่งความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence Coaching Innovation: EIC)

นวัตกรรมการโค้ชชิ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC) เป็นแนวทางที่ผสมผสานหลักการโค้ชชิ่งกับทฤษฎี EI เพื่อพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมอย่างยั่งยืน (Grant, A. M. and Cavanagh, M. J, 2021) EIC ใช้การสนทนาเชิงลึกและการฝึกปฏิบัติตามกรอบของ Goleman (1995) เพื่อส่งเสริมการตระหนักรู้ การควบคุมอารมณ์ และทักษะการบริหารความสัมพันธ์ การโค้ชชิ่งใน EIC เน้นการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านคำถามที่มีพลังและการสะท้อนคิด (Whitmore, J, 2017) การใช้เทคโนโลยี เช่น แอปพลิเคชัน EQ Thai Coach and Virtual Reality ช่วยเพิ่มการเข้าถึงและประสิทธิผลข้อมูล (ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ, 2564) ซึ่งองค์ประกอบของนวัตกรรมการโค้ชชิ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC) ได้รับการออกแบบมาให้เป็นกระบวนการที่มีโครงสร้างและเป็นระบบ เพื่อพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมอย่างยั่งยืน โดยมีองค์ประกอบหลัก ได้แก่ 1) หลักการโค้ชชิ่งยึดแนวคิดของ Rogers, C. R. (2016) ที่เน้นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี โค้ชใช้ทักษะการฟังอย่างลึกซึ้ง การตั้งคำถามปลายเปิด และการสะท้อนกลับ เพื่อส่งเสริมการตระหนักรู้และการแก้ปัญหาของผู้เรียน 2) ทฤษฎีความฉลาดทางอารมณ์ อ้างอิงกรอบแนวคิด 5 องค์ประกอบของ Goleman (1995) ซึ่งเป็นแกนหลักของการพัฒนาที่มุ่งเน้นในกระบวนการโค้ชชิ่ง 3) กระบวนการโค้ชชิ่งที่เป็นระบบ ใช้แนวทางของ Grant (2017) โดยเริ่มต้นด้วยการประเมินสถานะปัจจุบัน การตั้งเป้าหมาย (SMART goals) การวางแผนปฏิบัติ และการติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง แนวทาง GROW Model (Goal, Reality, Options, Will) สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกเหนือจากองค์ประกอบหลักเหล่านี้ นวัตกรรมการโค้ชชิ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC)



ยังผสมผสานวิธีการและเทคนิคหลากหลาย เพื่อตอบสนองความต้องการเฉพาะบุคคล (Arribas-Galarraga, S., Luis, A., Zulaika, L. M. and Arana, J, 2017) รวมถึงการใช้เทคโนโลยี เช่น แพลตฟอร์มออนไลน์ แอปพลิเคชัน หรือ Virtual Reality (VR) เพื่อเพิ่มการเข้าถึงและเปิดโอกาสให้ฝึกฝนในสถานการณ์จำลอง (Hanrahan et al., 2019)

ข้อค้นพบเชิงวิชาการ หรือองค์ความรู้ใหม่เชิงวิชาการ

จากการศึกษาเกี่ยวกับนวัตกรรมการให้คำปรึกษาด้านสติปัญญาทางอารมณ์สำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรีเผยให้เห็นว่าระดับสติปัญญาทางอารมณ์ของนักศึกษาเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องของการรับรู้อารมณ์ของตนเอง การควบคุมอารมณ์ และแรงจูงใจภายในส่งผลให้มีความสามารถในการจัดการกับความเครียด ความกดดัน และสถานการณ์ที่ยากลำบากได้ดีขึ้น ซึ่งนักศึกษายังแสดงให้เห็นถึงความมั่นใจในตนเองและความสามารถในการจัดการกับความขัดแย้งในสถานการณ์ประจำวันอีกด้วย นอกจากนี้ กระบวนการโค้ชแบบมีส่วนร่วมยังช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเอง มีส่วนร่วมในการไตร่ตรองและวิเคราะห์ตนเองอย่างลึกซึ้ง และสร้างความเข้าใจผู้อื่นควบคู่ไปกับทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญในการส่งเสริมความสัมพันธ์ทางสังคมที่แข็งแกร่งและการทำงานร่วมกันอย่างประสบความสำเร็จ ผู้เรียนมีความเปิดกว้างต่อความคิดเห็นของผู้อื่น และรักษาทัศนคติเชิงสร้างสรรค์เกี่ยวกับการเรียนรู้และชีวิต โดยสรุป แนวทางใหม่ของการฝึกสอนด้านสติปัญญาทางอารมณ์สามารถบูรณาการเข้ากับการสอนและการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในหลักสูตรที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะชีวิตหรือการแนะแนวเพื่อการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ขั้นตอนนี้ทำหน้าที่เป็นแนวทางในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางอารมณ์ เป้าหมายในชีวิต และความพร้อมในการรับมือกับการเปลี่ยนแปลงในสังคมร่วมสมัยอย่างมั่นคง

บทสรุป

บทความนี้ เน้นย้ำว่าความฉลาดทางอารมณ์ (EI) เป็นทักษะสำคัญที่เชื่อมโยงกับความสำเร็จรอบด้าน ทั้งด้านการศึกษา สุขภาพจิต และอาชีพ และชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นเร่งด่วนในการพัฒนาทักษะนี้ในระบบการศึกษาไทย บทความได้นำเสนอ นวัตกรรมการโค้ชซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ (EIC) ซึ่งเป็นการบูรณาการหลักการโค้ชซึ่งเข้ากับทฤษฎี EI ของ Goleman โดยมีจุดเด่นที่การนำประสาทวิทยาศาสตร์ เครื่องมือประเมินที่แม่นยำ และแนวทางการพัฒนาที่ยั่งยืนมาใช้ EIC แสดงให้เห็นผลลัพธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญในการเพิ่ม EI และลดความเครียดในนักศึกษาไทย และสอดคล้องกับบริบททางวัฒนธรรมไทยผ่านการใช้สำนวนไทยและคำนิยาม “น้ำใจ” แม้จะมีอุปสรรคด้านทรัพยากรและวัฒนธรรม บทความสรุปว่า EIC เป็นเครื่องมือเชิงกลยุทธ์ที่มีคุณค่าในการสร้าง “ทุนมนุษย์” ที่มีคุณภาพและยืดหยุ่นในยุคปัจจุบัน ซึ่งการโค้ชด้านสติปัญญาทางอารมณ์สำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรีเป็นแนวทางใหม่ที่เน้นการพัฒนาทักษะทางอารมณ์ เสริมสร้างความตระหนักรู้ในตนเอง และจัดการสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพผ่านกระบวนการโค้ชที่มีโครงสร้างชัดเจน แนวทางนี้มุ่งหวังที่จะช่วยให้นักศึกษาพัฒนาความสามารถในการรับรู้และจัดการอารมณ์ของตนเอง เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และปรับตัวให้เข้ากับบริบททางสังคมได้อย่างเหมาะสม นวัตกรรมนี้ใช้แนวทางการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ที่ช่วยให้ผู้เรียนได้ไตร่ตรองความคิด ฝึกฝนทักษะการสื่อสาร และฝึกฝนความสามารถในการตัดสินใจ โดยจากการดำเนินโครงการพบว่านวัตกรรมการโค้ชมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิง



บวกในด้านต่าง ๆ เช่น การควบคุมอารมณ์ การตระหนักรู้ในตนเอง การพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้อื่น และการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ผู้เรียนแสดงให้เห็นถึงความมั่นใจในตนเองที่เพิ่มขึ้น ความเต็มใจที่จะพิจารณามุมมองที่หลากหลาย และความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ไขปัญหา พบว่าผู้เรียนมีแรงจูงใจที่จะมีส่วนร่วมในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง และเข้าใจคุณค่าและบทบาทของตนเองในสังคมได้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยสรุปแล้ว การโค้ชด้านสติปัญญาทางอารมณ์ถือเป็นวิธีที่มีคุณค่าในการพัฒนาทักษะชีวิตในหมู่นักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงเวลาที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ของเยาวชนได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยี ดังนั้น การปลูกฝัง EQ ผ่านการโค้ชจึงเป็นกลยุทธ์ที่มีประสิทธิภาพสำหรับสถาบันอุดมศึกษาในการเตรียมความพร้อมให้นักศึกษารับมือกับความท้าทายในชีวิตและการทำงานในลักษณะที่สมดุลและมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

- จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2564). รายงานโครงการนำร่องการบูรณาการความฉลาดทางอารมณ์ในการจัดการเรียนการสอน. (รายงานการวิจัย). กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2561). แนวทางการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในโรงเรียน. สืบค้นเมื่อ 16 มิถุนายน 2568, จาก <http://www.obec.go.th/>
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2560). แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์. สืบค้นเมื่อ 16 มิถุนายน 2568, จาก <http://academic.obec.go.th/>
- สุชาติ กลิ่นมาลี. (2562). การประเมินทักษะในศตวรรษที่ 21: ความท้าทายและโอกาส. สืบค้นเมื่อ 16 มิถุนายน 2568, จาก <http://www.thaiedu.net/>
- Arribas-Galarraga, S., Luis, A., Zulaika, L. M. and Arana, J. (2017). Emotional intelligence coaching: A systematic review. *Journal of Coaching Psychology*, 10(1), 1-15.
- Bradberry, T. and Greaves, J. (2009). *Emotional intelligence 2.0*. Talent Smart.
- Carmeli, A. and Josman, G. (2006). The relationship among emotional intelligence, task performance, and organizational citizenship behaviors. *Human Performance*, 19(4), 403-418.
- Cherniss, C. (2000). Emotional intelligence: What it is and why it matters. *Annual Review of Psychology*, 51(1), 1-24.
- Chowdhury, M. and Alam, M. (2020). Emotional intelligence and teaching effectiveness of secondary school teachers in Bangladesh. *International Journal of Education and Practice*, 8(1), 16-27.
- Cox, E., Bachkirova, T. and Clutterbuck, D. (2018). *The complete handbook of coaching*. Sage.
- Department of Mental Health. (2019). *Thailand mental health survey 2019*. สืบค้นเมื่อ 16 มิถุนายน 2568, จาก <https://dmh.go.th/>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.



- Grant, A. M. (2014). The efficacy of coaching in the workplace: A meta-analysis of 17 studies. *Journal of Positive Psychology*, 9(1), 1-11.
- Gross, J. J. and John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Hanrahan, S., Hanrahan, M. and Hanrahan, S. (2019). The application of virtual reality in coaching. *Journal of Coaching Psychology*, 12(1), 1-10.
- Kenzhebayeva, A. (2024). Emotional intelligence and academic achievement: A systematic review. *International Journal of Educational Research Review*, 9(1), 1-10.
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E., Double, K. S., Bucich, M. and Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 167-183.
- Passmore, J. (2015). *Coaching psychology: A practitioner's guide*. British Psychological Society.
- Rogers, C. R. (2016). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Hachette UK.
- Salovey, P. and Mayer, J. D. (1991). Emotional intelligence. *Imagination Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Stober, D. J. and Grant, A. M. (2010). *Evidence based coaching handbook: Putting best practices to work for your clients*. Wiley.
- UNESCO. (2020). *Education response to COVID-19: Thai teachers and school leaders*. สืบค้นเมื่อ 16 มิถุนายน 2568, จาก <https://bangkok.unesco.org/>
- Whitmore, J. (2017). *Coaching for performance: The principles and practice of coaching and leadership*. Nicholas Brealey.