

การสร้างและพัฒนามาตรฐานวัด  
ปรัชญาเชิงอารมณ์ตามแนวพุทธศาสนา  
สำหรับวัยรุ่นไทย

ผจงจิต อินทสุวรรณ  
วิลาสลักษณ์ ชีววัลลี  
อัจฉรา สุขอารมณ์  
อรพินทร์ ชูชม

รายงานการวิจัยฉบับที่ 84  
สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
2545

(งานวิจัยงบประมาณแผ่นดินหมวดเงินอุดหนุนของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ)

ISBN 974-597-292-4

## คำนำ

รายงานการวิจัยเรื่องการสร้างและพัฒนามาตรวัดปรัชญาเชิงอารมณ์ตามแนวพุทธศาสนา สำหรับวัยรุ่นไทย เป็นงานวิจัยที่มีกลุ่มตัวอย่างครอบคลุมนักเรียนมัธยมปลาย อาชีวศึกษา และนิสิตในระดับปริญญาตรี ผลลัพธ์ที่ได้จากการทำวิจัยคือ มาตรวัดปรัชญาเชิงอารมณ์ที่มีฐานความคิดจากคำสอนในพระพุทธศาสนา นับว่าเป็นงานสร้างสรรค์ที่มีเอกลักษณ์และสามารถนำไปใช้บ่งชี้ปรัชญาเชิงอารมณ์ได้อย่างน่าเชื่อถือ

สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ขอขอบคุณนักวิจัยทุกท่านที่ร่วมกันสร้างผลงานที่จะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาบุคคล และสร้างองค์ความรู้ใหม่ทางพฤติกรรมศาสตร์ ที่มีคุณค่าทางวิชาการอย่างยิ่ง

ดร. โยเหลา

(รองศาสตราจารย์ ดร.ดุชนิ โยเหลา)

ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

## ประกาศคุณูปการ

งานวิจัยนี้เป็นไปได้ด้วยความเชื่อมั่นของคณะผู้วิจัยมาจากความเมตตาของท่านอาจารย์ พระธรรมปิฎก( ป.อ. ปยุตโต) และท่านอาจารย์สุชีพ ปุญญานุภาพ ที่ได้กรุณาสละเวลาให้ความรู้ แก่คณะผู้วิจัยในตอนเริ่มต้น โดยเฉพาะพระธรรมปิฎกได้ช่วยแนะนำชื่อและจัดเกลาานิยามของ ปรีชาเชิงอารมณ์ ท่านอาจารย์วศิน อินทสระ และแพทย์หญิงอมรา มลิตา ได้ช่วยตรวจและปรับปรุง แกไขสถานการณ์และตัวเลือกในมาตราวัด และกรุณาให้เวลาในการอธิบายเพิ่มเติมอย่างเต็มที่ คณะผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านผู้ทรงคุณความรู้ในความเมตตาของท่าน

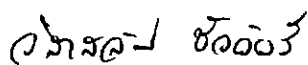
นอกจากนี้คณะผู้วิจัยขอขอบคุณอาจารย์และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและด้านพุทธศาสนา ที่ได้ช่วยตรวจภาษาและสถานการณ์ในแต่ละข้อตลอดจนความเหมาะสมของตัวเลือก ขอขอบคุณ อาจารย์และผู้เกี่ยวข้องในมหาวิทยาลัยต่างๆที่ได้ช่วยประสานงานเก็บรวบรวมข้อมูล และที่จะขาด มิได้คือนักเรียนและนิสิตที่ได้ตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงด้วยความวิริยะและอดทน

คณะผู้วิจัยหวังว่ามาตราวัดซึ่งได้รับงบประมาณหมวดอุดหนุนนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่ กำลังสนใจจะนำไปใช้ทั้งในงานวิจัยและในงานภาคปฏิบัติ และหวังว่างานวิจัยนี้จะเป็นจุดเริ่มต้น และเป็นตัวอย่าง ที่ช่วยกระตุ้นให้มีความสนใจประยุกต์หลักพุทธศาสนาในการศึกษาเรื่องปรีชา เชิงอารมณ์ต่อไป

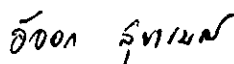
คณะผู้วิจัย



รองศาสตราจารย์ ดร. ผจจจิต อินทสุวรรณ



ดร. วิลาสลักษณ์ ชิวาลลี



รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อรพินทร์ ชุชม

## บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีความมุ่งหมายในการสร้างมาตราวัดที่เที่ยงตรงเพื่อวัดปรีชาเชิงอารมณ์ตามแนวพุทธศาสนาสำหรับนิสิตปริญญาตรีในมหาวิทยาลัย พร้อมทั้งสร้างเกณฑ์ปกติของคะแนน นิยามของปรีชาเชิงอารมณ์อาศัยหลักไตรสิกขาซึ่งมี 3 ประการ และโครงสร้างของเนื้อหาครอบคลุม 3 ด้านของชีวิต คือ ตนเองมีความสุข อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี และทำงานประสบความสำเร็จ ผู้วิจัยสร้างข้อความที่เป็นสถานการณ์ขึ้น 84 ข้อ ในแต่ละข้อมี 3 คำถามตามหลักไตรสิกขา และนำไปให้นักเรียนและนิสิตจำนวน 855 คนตอบ เพื่อนำคำตอบมาประกอบในการเขียนตัวเลือก 5 ตัวเลือกสำหรับแต่ละคำถาม ในแต่ละข้อมีคะแนน 3 ตัว คือ อารมณ์ความรู้สึก ความคิด และ ความตั้งใจที่จะกระทำ หลังจากทดลองสอบฉบับที่มีตัวเลือกและวิเคราะห์รายชื่อแล้วจึงได้คัดเลือกข้อที่ใช้ได้ไว้ 30 ข้อ โดยพิจารณาค่าสถิติและเนื้อหาในโครงสร้าง ผลการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของมาตราวัดฉบับนี้เป็นที่น่าพอใจ เกณฑ์ปกติของคะแนนแสดงในรูปตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ คะแนนปกติซีและที

## Abstract

This study aimed to construct a valid scale to measure emotional intelligence (EI) based on Buddhist principles for Thai university students, and to generate norm-referenced scores. The EI definition covered three dimensions of Tri-sikkha (three stages of training in Buddhism), and the content structure included three aspects of life: self-happiness, getting along with others, and work success. The 84 open-ended situational items were constructed, each item had 3 questions, and administered to 855 students. The response data were used to construct five choices for each question. Therefore, each item gave three scores: feeling or emotion, thinking, and intentional acting. After a try-out of these multiple-choice eighty-four items and item analyses, 30 items were selected according to the item statistics and the item content. The validation data revealed satisfactory results. Then the raw scores were converted to percentile ranks, normalized Z-scores, and normalized T-scores for a future comparison.

## สารบัญ

คำนำ	iii	
ประกาศคุณูปการ	iv	
บทคัดย่อ	v	
บทที่ 1	บทนำ	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1	
	วัตถุประสงค์ของโครงการ 3	
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย 4	
	นิยามศัพท์เฉพาะ 4	
	ขอบเขตของการวิจัย 5	
บทที่ 2	ทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้อง	6
	แนวคิดและโครงสร้างปรัชญาเชิงอารมณ์ 6	
	การวัดปรัชญาเชิงอารมณ์ 11	
	การวัดEQ ก่อนที่จะมีปรัชญาเชิงอารมณ์ 11	
	การวัดEQ ตามแนวการวัดความสามารถของ	
	กลุ่มสโตนีย์และคณะ 11	
	การวัดEQ ตามแนวคิดของบาร์ออน 17	
	การวัดEQ ตามแนวคิดของโกลแมน 17	
	การวัดปรัชญาเชิงอารมณ์ในประเทศไทย 21	
	ปรัชญาเชิงอารมณ์ตามแนวพุทธศาสนา 22	
	อารมณ์คือสภาพของจิต 22	
	พฤติกรรม 23	
	ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา 24	
	แนวทางการเกิดพฤติกรรม 25	
	สติสัมปชัญญะในชีวิตประจำวัน 26	
	การพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา 27	
	การคิดตามหลักพุทธธรรมหรือโยนิโสมนสิการ 28	
	สติปัญญา 30	
	อานาปานสติ 30	
	นิยามของปรัชญาเชิงอารมณ์ 31	
	โครงสร้างของปรัชญาเชิงอารมณ์ 31	
	งานวิจัยที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปรัชญาเชิงอารมณ์กับตัวแปรต่างๆ 32	
	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวะสังคมกับปรัชญาเชิงอารมณ์ 32	
	ความสัมพันธ์ระหว่างสาขาที่ศึกษากับปรัชญาเชิงอารมณ์ 33	
	ความสัมพันธ์ระหว่างปรัชญาเชิงอารมณ์กับสติปัญญา 34	
	ความสัมพันธ์ระหว่างปรัชญาเชิงอารมณ์กับความเครียด 35	

	ความสัมพันธ์ระหว่างปรัชญาเชิงอารมณ์กับอัตถิภาวนิยม 37	
	พฤติกรรมที่ช่วยเสริมสังคมกับปรัชญาเชิงอารมณ์ 38	
	สมมุติฐาน 39	
บทที่ 3	ระเบียบวิธีการวิจัย 40	40
	กลุ่มตัวอย่าง 40	
	เครื่องมือวัดที่ใช้ในการวิจัย 40	
	การเก็บรวบรวมข้อมูล 41	
	การวิเคราะห์ข้อมูล 41	
บทที่ 4	ผลการวิจัย 42	42
	ผลของการดำเนินการแต่ละขั้นตอนของการสร้างและพัฒนา 42	
	การตรวจสอบความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ของมาตราวัด ปรัชญาเชิงอารมณ์ 47	
	สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น 47	
	ดัชนีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง 48	
	การคำนวณเกณฑ์ปกติของคะแนนปรัชญาเชิงอารมณ์ 53	
บทที่ 5	สรุปและอภิปรายผล 61	61
	เครื่องมือวัดที่ใช้ในงานวิจัย 61	
	การเก็บรวบรวมข้อมูล 61	
	ขั้นตอนการสร้างและพัฒนามาตราวัดปรัชญาเชิงอารมณ์ 62	
	การวิเคราะห์ข้อมูล 62	
	ผลการวิจัยและการอภิปราย 63	
	ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย 69	
	ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติ 69	
ภาคผนวก		70
	ภาคผนวก ก. 71	
	ภาคผนวก ข. 72	
	ภาคผนวก ค. 73	
	ภาคผนวก ง. 74	
	ภาคผนวก จ. 75	
	ภาคผนวก ฉ. 76	
เอกสารอ้างอิง		77

## สารบัญตาราง

- ตาราง 1      แบบทดสอบปรีชาเชิงอารมณ์และบุคลิกภาพโดยใช้วิธีการวัดความสามารถ วิธีการวัดแบบ  
รายงานตนเอง และวิธีการวัดโดยผู้ให้ข้อมูล 12
- ตาราง 2      การจัดกลุ่มความสามารถ (competencies) เชิงทฤษฎี และเชิงประจักษ์ในรูปแบบปรีชาเชิง  
อารมณ์ตามแนวคิดของโกลแมน และแบบทดสอบ ECI 20
- ตาราง 3      แสดงการจำแนกพฤติกรรมตามฝ่ายและการแสดงออก 24
- ตาราง 4      แสดงผลการสำรวจคุณลักษณะที่กลุ่มตัวอย่างตอบ 42
- ตาราง 5      แสดงการกระจายของนิสิตที่ตอบมาตราวัดฉบับทดลอง 44
- ตาราง 6      แสดงจำนวนข้อและคุณลักษณะที่วัดในแต่ละองค์ประกอบสำหรับกลุ่มนักเรียน 45
- ตาราง 7      แสดงจำนวนข้อและคุณลักษณะที่วัดในแต่ละองค์ประกอบสำหรับกลุ่มนิสิต 45
- ตาราง 8      แสดงจำนวนนิสิตที่ใช้คำนวณเกณฑ์ปกติ จำแนกตามเพศและชั้นปี 46
- ตาราง 9      แสดงค่าสถิติพื้นฐานและสัมประสิทธิ์แอลฟาของคะแนนย่อย 3 ตัวของปรีชาเชิงอารมณ์ 47
- ตาราง 10      แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ในกลุ่มรวม 48
- ตาราง 11      แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ในกลุ่มชายและหญิง 49
- ตาราง 12      แสดงการเปรียบเทียบปรีชาเชิงอารมณ์ระหว่างชั้นปี สายวิชาที่ศึกษา เพศ การเป็นสมาชิก  
ชมรมพุทธ และเกรดเฉลี่ยสะสม 50
- ตาราง 13      แสดงค่าสถิติพื้นฐานคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ของนิสิตกลุ่มที่ได้รับรางวัลความประพฤติดีของ  
พุทธสมาคม 51
- ตาราง 14      แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปรีชาเชิงอารมณ์กลุ่มนิสิตที่ได้รับรางวัลความ  
ประพฤติดีและกลุ่มพื้นฐาน 52
- ตาราง 15      แสดงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มพื้นฐานที่สุ่มมากับกลุ่มที่ได้รับรางวัลความประพฤติดี 53
- ตาราง 16      แสดงค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ความเบ้ (SK) และความโด่ง (K) ของ  
คะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ ทั้งกลุ่มรวมและชาย-หญิง ด้านความรู้สึก (AFF) ความคิด (COG)  
และการปฏิบัติ (BEH) 54
- ตาราง 17      แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนด้านความรู้สึก (AFF) การคิด (COG) และการปฏิบัติ (BEH) ใน  
รูปของตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ (PR) คะแนนปกติ Z และคะแนนปกติ T ในกลุ่มรวม 55
- ตาราง 18      แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนด้านความรู้สึก (AFF) การคิด (COG) และการปฏิบัติ (BEH) ใน  
รูปของตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ (PR) คะแนนปกติ Z และคะแนนปกติ T ในกลุ่มชาย 57
- ตาราง 19      แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนด้านความรู้สึก (AFF) การคิด (COG) และการปฏิบัติ (BEH) ใน  
รูปของตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ (PR) คะแนนปกติ Z และคะแนนปกติ T ในกลุ่มหญิง 59

## สารบัญภาพประกอบ

กระบวนการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์สองแนวทาง 26



# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คนไทยเคยมีความระมัดระวังในเรื่องกิริยามารยาท เช่น มีความสุภาพต่อบุคคลอื่น มีความนอบน้อมต่อผู้ใหญ่ ในภาษาไทยมีวลีที่บ่งบอกถึงการคำนึงถึงเรื่องนี้อย่างเช่น ความเป็นผู้ดี ความมีมารยาท การไม่เป็นคนเจ้าอารมณ์ เป็นต้น หลักฐานชิ้นสำคัญเกี่ยวกับเรื่องนี้คือหนังสือชื่อ "สมบัติของผู้ดี" ซึ่งเรียบเรียงเป็นครั้งแรกโดยเจ้าพระยาพระเสด็จสุเรนทราธิบดี และกระทรวงศึกษาธิการ มอบให้ผู้ทรงคุณวุฒิจัดทำคำอธิบายเพิ่มเติม และพิมพ์จำหน่ายเป็นหนังสือประกอบการเรียนในหลักสูตร ระดับประถมศึกษาตอนปลายมาตั้งแต่พุทธศักราช 2504 (กรมวิชาการ, 2544) หนังสือนี้แบ่งออกเป็น 10 ภาค เช่น "ภาคสิบ ผู้ดีย่อมไม่ประพடுத்தิว" (กรมวิชาการ, 2544, หน้า 11) ในแต่ละภาคแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กายจริยา วจีจริยา และมโนจริยา ดังเช่นตัวอย่างของมโนจริยาในภาคหนึ่ง (ผู้ดีย่อมรักษาความเรียบร้อย) ดังนี้ "ยอมไม่บัลดาลโทษให้เสียกิริยา" (กรมวิชาการ, 2544, หน้า 2) แนวปฏิบัติเหล่านี้เป็นเครื่องยืนยันได้อย่างดีถึงการเห็นความสำคัญของกิริยามารยาทของคนไทยสมัยก่อน

ในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับทั่วกันว่าสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและมีความสลับซับซ้อนยิ่งขึ้น มีการติดต่อสื่อสารมากขึ้นกับนานาประเทศ ประชาชนรับวัฒนธรรมและเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ จากคนชาติอื่นมากขึ้น สถานการณ์เช่นนี้ทำให้คนไทยซึ่งเดิมเป็นคนรักชาติกิริยามารยาทไม่ค่อยจะแสดงอารมณ์ความรู้สึกของตนเองออกมาให้ผู้อื่นเห็นมากนัก กลายเป็นคนที่แสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาทางกายและวาจามากขึ้นและเห็นได้ชัดโดยเฉพาะในวัยรุ่น (พระธรรมปิฎก, 2542) เช่น แสดงอาการลึงโลดเมื่อดีใจ แสดงอาการคลั่งไคล้ดารา หรือเมื่อเกิดความรู้สึกโกรธ เสียใจ ผิดหวัง ก็แสดงออกด้วยวาจาทำทางทันทีโดยไม่ปิดบัง ไม่เกรงใจผู้อื่น และถ้ารุนแรงมากก็ถึงกับทำร้ายตนเองหรือผู้อื่นซึ่งบางครั้งถึงกับเสียชีวิตตามที่ปรากฏข่าวในหนังสือพิมพ์บ่อย ๆ

อย่างไรก็ดีการระมัดระวังกิริยามารยาทและแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่เหมาะสม แม้เป็นสิ่งที่จะต้องทำให้เกียรติผู้อื่นไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น แต่ควรเป็นไปโดยมีความเข้าใจเหตุผล (มีปัญญา) และมีความสุขที่จะกระทำจึงจะครบกระบวนการของการพัฒนาตามแนวพุทธศาสนา (พระธรรมปิฎก, 2542) มิฉะนั้นอาจกลายเป็นกระทำด้วยความจำใจ เก็บกดและไม่ยั่งยืน

การที่บุคคลไม่สามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนได้ พฤติกรรมที่แสดงออกจึงเป็นไปในทางเบียดเบียนประทุษร้ายตนเองและผู้อื่นได้มาก โดยเฉพาะวัยรุ่นเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรงและกำลังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว ถ้าไม่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติเพื่อระงับอารมณ์หรือปรับอารมณ์ในทางที่เหมาะสม ย่อมจะแสดงพฤติกรรมไปตามอารมณ์ความรู้สึก

โดยขาดการยับยั้งซึ่งจะเกิดความเสียหายได้มาก นิสิตระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยมีอายุประมาณ 16 – 25 ปี ซึ่งนับว่าเป็นวัยรุ่นและเชื่อมต่อกับวัยรุ่นผู้ใหญ่ตอนต้น (Santrock,1997, p.20) เป็นที่คาดหวังกกันว่านิสิตเป็นกลุ่มปัญญาชน ดังนั้นจึงควรเป็นผู้ที่ใช้เหตุผลหรือใช้สติปัญญากำกับอารมณ์ในการแสดงพฤติกรรม อย่างไรก็ตามนอกจากพัฒนาการทางร่างกายที่รวดเร็วแล้วการคบเพื่อน พัฒนาการด้านความคิด ความเป็นอิสระ และเอกลักษณ์ของวัยรุ่นเป็นปัจจัยอีกส่วนหนึ่งที่ทำให้ นิสิตมีปัญหาหลายด้านและมีความเครียด เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว ญาติพี่น้อง ปัญหาบุคลิกภาพ อารมณ์ซึมเศร้า ปัญหาด้านการเงิน ปัญหาเรื่องความรัก และ ปัญหายาเสพติด การขาดประสบการณ์และรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไม่ได้รับการแนะนำฝึกฝนอบรมที่เหมาะสม หรืออยู่ใกล้ชิดคุ้นเคยกับการแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงรวมทั้งสังคมที่อันตรายมีสิ่งยั่วยุมาก วัยรุ่นจึงมีความเสี่ยงสูง อาจตัดสินใจผิดพลาดได้ง่าย และแก้ปัญหาโดยใช้วิธีการที่ไม่เหมาะสมอันเป็นอันตรายทั้งต่อตนเองและต่อผู้คนรอบข้าง โดยเฉพาะในปัจจุบันมีข่าวเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย การทำร้ายผู้อื่น หรือการฆ่าคนรักตายบ่อยขึ้น คณะผู้วิจัยเห็นความสำคัญและจำเป็นในการพัฒนา เครื่องมือวัดที่เหมาะสมสำหรับปริชาเชิงอารมณ์ของวัยรุ่นไทยในระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัย เพื่อจะได้มองเห็นจุดที่เป็นปัญหาและหาทางแก้ไขได้ทันเวลาก่อนที่จะลุกลามมากเกินไป

ปริชาเชิงอารมณ์(Emotional intelligence) เป็นพัฒนาการใหม่ล่าสุดในทางวิชาการที่พยายามเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลกับอารมณ์และมีการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันกันอย่างแพร่หลาย การศึกษาเรื่องปริชาเชิงอารมณ์เริ่มมีในวงวิชาการจิตวิทยาของตะวันตกมานาน แต่มาเริ่มเห็นขอบเขตที่แยกชัดเจนแน่นอนในช่วงปี ค.ศ. 1990-1993 หลังจากนั้นกลายเป็นเทอมที่นิยมกันมากนอกวงวิชาการจนเกิดหนังสือที่ขายดีอย่างมากของโกลแมน (Daniel Goleman) ในปี 1995 (Goleman 1995) รวมทั้งมีบทความลงในนิตยสารที่มีผู้อ่านกว้างขวางมาก บุคคลในวงการต่าง ๆ ให้ความสนใจกันมากเนื่องจากเชื่อว่าเป็นสิ่งที่ทำนายความสำเร็จในชีวิตได้ดีที่สุด

ถึงแม้ว่าปริชาเชิงอารมณ์เป็นที่กล่าวถึงกันและนำไปประยุกต์ใช้กันในการต่าง ๆ แต่ นิยามของเทอมนี้ยังจำแนกออกเป็นสองแนวทางใหญ่ นั่นคือ แนวทางแรกนิยามว่าเป็นสติปัญญาที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์(ดังเช่น Mayer,et al.,1990 & Mayer,et al.,1999) ส่วนแนวทางที่สองนิยาม ปริชาเชิงอารมณ์ในรูปของทักษะและคุณลักษณะทางบุคลิกภาพต่าง ๆ เช่น ความเป็นอยู่ดี (well-being) การจงใจ การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง การมองโลกในแง่ดี และศักยภาพในเรื่องความสัมพันธ์กับผู้อื่น(ดังเช่น Goleman,1995 & Bar-On,2000) ดังนั้นการวัดปริชาเชิงอารมณ์จึงแตกต่างกันไปด้วยตามแนวทางของนิยามดังกล่าวแล้ว

การวัดปริชาเชิงอารมณ์ที่ใช้ นิยามในแนวทางแรกใช้ สังก์ปของความสามารถ (performance test) การวัดชนิดนี้สามารถประเมินตามเป้าหมายโดยใช้เกณฑ์การให้คะแนนที่กำหนด

ไว้ก่อน เช่น การวัดการรับรู้อารมณ์โดยให้ผู้ตอบบอกว่าใบหน้าที่กำหนดให้แสดงถึงอารมณ์ใด ตัวอย่างของมาตราวัดในกลุ่มนี้คือ Multifactor Emotional Intelligene Scale (MEIS), Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) และ Levels of Emotional Awareness Scale (LEAS) (Ciarrochi, et al., 2001, p.30 – 37) ส่วนการวัดปรีชาเชิงอารมณ์ที่ใช้ นิยามในแนวทางที่สองมีลักษณะเป็นการรายงานตนเอง (self-report) เช่น การวัดการรับรู้อารมณ์ โดยให้ผู้ตอบบอกว่าตนเองสังเกตอารมณ์จากใบหน้าได้ดีเพียงใด ตัวอย่างของมาตราวัดในกลุ่มนี้ คือ Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i), Schutte Self-Report Inventory (SSRI) (Ciarrochi, et al. p. 37 - 41) สำหรับในประเทศไทย มาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ทั้งหมดสร้างตาม นิยามในแนวทางที่สอง คือ ประกอบด้วยคุณลักษณะของบุคลิกภาพและทักษะ รูปแบบเป็น ลักษณะการรายงานตนเอง เช่น งานของสุภาพร พิสิฐฐิพัฒนะ (2543) คมเพชร ฉัตรศุภกุล และ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2544)

พุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย หลักสำคัญในพุทธศาสนาสำหรับการศึกษา ประกอบด้วยการบูรณาการด้านพฤติกรรม (ศีล) จิตใจ (สมาธิ) และปัญญา ซึ่งมีชื่อเรียกว่าไตรสิกขา (พระเทพเวที, 2536, หน้า 37-39) พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกอาจได้รับอิทธิพลจากปัญญา ซึ่งเป็น พฤติกรรมในทางดี เกื้อกูลต่อผู้อื่นและตนเอง สร้างสรรค์ต่อสภาพแวดล้อม หรือได้รับอิทธิพลจาก ตัณหา (ความอยาก) ซึ่งเป็นพฤติกรรมในทางไม่ดี เบียดเบียนผู้อื่น ไม่เกื้อกูลและไม่สร้างสรรค์ เมื่อ บุคคลมีพัฒนาการด้านปัญญาย่อมทำให้จิตใจเป็นไปในทางดีงาม และแสดงพฤติกรรม ไปในทาง ดีด้วย และเป็นการแสดงพฤติกรรมดีงามโดยเข้าใจเหตุผล มีความสุข ไม่ได้แสดงด้วยการถูกบังคับ หรือครอบงำแต่ประการใด สิ่งทีกล่าวนี้นี้เป็นพื้นฐานของความหมายของปรีชาเชิงอารมณ์ที่เป็น เป้าหมายของคณะผู้วิจัยในการสร้างและพัฒนามาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ โดยอาศัย หลักคำสอน ของพุทธศาสนาในงานวิจัยนี้

การวิจัยครั้งนี้เป็นครั้งแรกที่มีการสร้างและพัฒนามาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์โดยอาศัย การประยุกต์หลักธรรมในพุทธศาสนาสร้างนิยามและกำหนดโครงสร้าง โดยเริ่มสำรวจข้อมูล เบื้องต้นในบริบทของสังคมไทยเพื่อนำมาประกอบการเขียนสถานการณ์จากตัวแทนที่อยู่ใน ขอบข่ายของกลุ่มประชากรเป้าหมายสำหรับการวิจัยครั้งนี้

## วัตถุประสงค์ของโครงการ

เพื่อสร้างและพัฒนามาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ (Emotional Intelligence) ตามแนว พุทธศาสนา ที่มีคุณภาพเที่ยงตรงและเชื่อถือได้ พร้อมทั้งหาเกณฑ์ปกติของมาตราวัดนี้ด้วย

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. จะได้มาตรฐานวัดปริชาเชิงอารมณ์ที่ได้มาตรฐาน เพื่อใช้ประโยชน์ในการวินิจฉัยตรวจสอบ ปริชาเชิงอารมณ์ของวัยรุ่น
2. ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาปริชาเชิงอารมณ์จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปริชาเชิงอารมณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
3. ได้เกณฑ์ปกติของมาตรฐานวัดปริชาเชิงอารมณ์ที่สามารถใช้เป็นหลักในการเทียบเมื่อนำมาตรฐานนี้ไปใช้วัดวัยรุ่นแต่ละคน เพื่อจะได้ทราบตำแหน่งของเขาในกลุ่มใหญ่

## นิยามศัพท์เฉพาะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและพัฒนามาตรฐานวัดปริชาเชิงอารมณ์ซึ่งอาศัยการประยุกต์หลักพุทธศาสนา โดยกำหนดนิยามศัพท์ไว้ดังนี้

ปริชาเชิงอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะใช้ปัญญาในการรักษาและพัฒนาสภาพจิตที่ตั้งามหลังจากรับรู้สิ่งใดแล้ว และแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์

การใช้ปัญญา (การรู้-คิด-เข้าใจ) หมายถึง การคิดพิจารณาให้เข้าใจความจริงและคุณค่าที่จะใช้ให้เป็นประโยชน์ การคิดตามหลักพุทธธรรมหรือโยนิโสมนสิการ ซึ่งมีลักษณะสำคัญดังนี้ คิดถูกวิธี คิดอย่างมีลำดับขั้นตอน การคิดตามเหตุปัจจัย และการคิดเร้ากุศล

สภาพจิตที่ตั้งาม หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นในจิตใจ โดยทำให้จิตมีสุขภาพดี สะอาด ประกอบด้วยปัญญาและมีความสุข

พฤติกรรมเกื้อกูลและสร้างสรรค์ หมายถึง การกระทำทางกายทางวาจาที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น การเสียสละช่วยเหลือ เจื้อเพื่อเผื่อแผ่ และเป็นประโยชน์ต่อสังคมและสภาพแวดล้อม

โครงสร้างปริชาเชิงอารมณ์ประกอบด้วยเนื้อหา 3 ด้าน แต่ละด้านมีลักษณะย่อยดังนี้

1. ตนเองมีความสุข ประกอบด้วยคุณลักษณะส่วนบุคคลดังนี้ อารมณ์ดี สุขภาพจิตดี มองโลกในแง่ดี ใจคอหนักแน่น เมตตา กรุณา มุทิตา ควบคุมตนเองได้ มั่นใจในตนเองและปรับตัวยืดหยุ่น
2. สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี ประกอบด้วยคุณลักษณะที่สำคัญในความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่นดังนี้ ช่วยเหลือผู้อื่น ไม่ดูถูกผู้อื่น สามัคคี กตัญญู จริงใจ มีน้ำใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา และรู้จักให้อภัย
3. ทำงานได้ประสบความสำเร็จ ประกอบด้วยคุณลักษณะที่สำคัญในการทำงานร่วมกับผู้อื่นดังนี้ ตรงต่อเวลา วางแผนการทำงาน ซื่อสัตย์ สุ้งาน อดทน เห็นแก่ส่วนรวม ร่วมมือในการทำงาน ช่วยเหลือเพื่อส่วนรวมในการทำงาน รับฟังความคิดเห็นผู้อื่น มองการณ์ไกล มีฉันทะในการทำงาน กล้าคิดกล้าแสดงออก และใฝ่รู้

## ขอบเขตของการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้มีทั้งนักเรียนนิสิตระดับปริญญาตรีในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างต่าง ๆ ใช้ในขั้นตอนที่แตกต่างกันดังนี้

1. ขั้นการสำรวจคุณลักษณะที่พึงประสงค์ กลุ่มตัวอย่างที่ให้ข้อมูลมีทั้งนิสิต และผู้ที่ทำงานแล้ว
2. ขั้นการตอบมาตรการวัดปรัชญาเชิงอารมณ์ปลายเปิด กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมปลาย นักเรียนอาชีวศึกษา และนิสิต
3. ขั้นการทดลองตอบมาตรการวัดเพื่อการวิเคราะห์รายข้อ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมปลายและนิสิต มาตรการที่ได้จึงเป็นฉบับสำหรับนักเรียนและฉบับสำหรับนิสิต
4. ขั้นการตอบมาตรการวัดเพื่อการตรวจสอบความเที่ยงตรง และการหาเกณฑ์ปกติกลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิต

## บทที่ 2

### ทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

#### แนวคิดและโครงสร้างปรีชาเชิงอารมณ์

เทอมปรีชาเชิงอารมณ์นั้นภาษาอังกฤษใช้ได้ 2 แบบคือ emotional intelligence และ emotional quotient ซึ่งนิยมใช้อักษรย่อว่า EI หรือ EQ

แนวคิดและโครงสร้างของปรีชาเชิงอารมณ์ที่ใช้ในการวิจัย อาจแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ ปรีชาเชิงอารมณ์เป็นความสามารถทางสมองและปรีชาเชิงอารมณ์เป็นบุคลิกภาพ

1. ปรีชาเชิงอารมณ์ในฐานะเป็นความสามารถทางสมอง (Emotional intelligence as mental ability) แนวคิดนี้จะเน้นว่าสติปัญญาเป็นกระบวนการและผลประโยชน์ที่ได้รับจากอารมณ์ โดยปรีชาเชิงอารมณ์ประกอบด้วยสมรรถนะ ทักษะและความสามารถทางสมอง เมเยอร์และสโลเวย์ (Mayer & Salovey, 1997) มองปรีชาเชิงอารมณ์เป็นการทำงานระหว่างระบบการรู้คิดและอารมณ์ โดยให้ความหมายของปรีชาเชิงอารมณ์เป็นความสามารถที่จะรับรู้อารมณ์ ประเมินค่า และแสดงออกอารมณ์ได้อย่างถูกต้อง สามารถสร้างอารมณ์ที่เอื้อต่อการคิด สามารถเข้าใจอารมณ์และมีความรู้ทางอารมณ์ ตลอดจนสามารถควบคุมอารมณ์เพื่อส่งเสริมการเติบโตทางอารมณ์และสติปัญญา นิยามดังกล่าวนี้แบ่งปรีชาเชิงอารมณ์ออกเป็น 4 กลุ่ม (branches) ดังนี้

กลุ่มแรก คือ ความสามารถในการรับรู้และแสดงออกของอารมณ์ (emotional perception and identification) กลุ่มแรกนี้เกี่ยวข้องกับการตระหนักรู้และการป้อนข้อมูลที่ได้มาจากระบบอารมณ์ โดยการรับรู้อารมณ์เกี่ยวข้องกับการรับเข้ามา การใส่ใจ และแปลความหมายข้อมูลทางอารมณ์ และแสดงออกอารมณ์ในทางสีหน้า น้ำเสียง ศิลปะ และสิ่งของทางวัฒนธรรมอื่น ๆ

กลุ่มที่สอง คือ ความสามารถที่จะใช้อารมณ์เอื้อต่อความคิด (emotional facilitation of thoughts) เป็นการใช้อารมณ์เพื่อปรับปรุง กระตุ้นการคิดหรือเปลี่ยนแปลงการคิด เช่น อารมณ์ช่วยในเรื่องความจำ อารมณ์ช่วยแก้ปัญหาได้

กลุ่มที่สาม คือ ความเข้าใจอารมณ์ (emotional understanding) เป็นกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการรู้คิดทางอารมณ์ เป็นความเข้าใจและการให้เหตุผลกับอารมณ์ คนที่สามารถเข้าใจอารมณ์ จะมีความรู้ในเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์ การหลอมรวมของอารมณ์ และการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ในช่วงเวลาต่าง ๆ

กลุ่มที่สี่ คือ การจัดการอารมณ์ (emotional management) เป็นกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับการจัดการอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ ปรีชาเชิงอารมณ์ตามแนวคิดนี้เห็นว่ากลุ่มความสามารถทางอารมณ์ทั้งสี่กลุ่มนั้นสัมพันธ์กับกัน หรือระดับความสามารถที่บุคคลจะบรรลุตามลำดับขั้น โดยกลุ่มแรก ได้แก่ การรับรู้และการแสดงออกของอารมณ์ เป็นกระบวนการขั้นพื้นฐานมากที่สุด

ในขณะที่กลุ่มที่สี่ เป็นความสามารถในการจัดการอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ซึ่งเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนที่สุด ดังนั้นแนวคิดปรีชาเชิงอารมณ์ของเมเยอร์และสโลเวย์ นอกจากเน้นในเรื่องความสามารถทางสมองและอารมณ์ที่มีอิทธิพลซึ่งกันและกันแล้ว ยังเน้นขั้นตอนพัฒนาการของปรีชาเชิงอารมณ์ ศักยภาพของความงอกงาม และอารมณ์มีส่วนเสริมสร้างความเติบโตทางสติปัญญา (อรพินทร์ ชูชม, 2542)

2. ปรีชาเชิงอารมณ์ในฐานะเป็นบุคลิกภาพ (Emotional intelligence as personality) ตามแนวคิดนี้มองว่า ปรีชาเชิงอารมณ์เป็นคุณลักษณะและความสามารถที่ได้มาจากลักษณะทางบุคลิกภาพชุดหนึ่ง เช่น โกลแมน (Goleman, 1995) นิยามปรีชาเชิงอารมณ์ว่า ประกอบด้วยคุณลักษณะทางบุคลิกภาพ 5 ส่วน ได้แก่ การรู้จักอารมณ์ (knowing emotions) การจัดการอารมณ์ (managing emotions) การจูงใจตนเอง (motivating oneself) การตระหนักรู้อารมณ์ผู้อื่น (recognizing emotions in others) และการจัดการความสัมพันธ์ (handling relationships) นิยามปรีชาเชิงอารมณ์ของโกลแมนได้รับการปรับต่อมาให้ครอบคลุมคุณลักษณะบุคลิกภาพที่แตกต่างกัน จนในที่สุดครอบคลุมบุคลิกภาพเกือบทั้งหมด โดยรวมคุณลักษณะที่อิงการจูงใจ (การจูงใจตนเอง) อิงอารมณ์ (การตระหนักรู้อารมณ์ผู้อื่น) และคุณลักษณะทางพฤติกรรม (การจัดการความสัมพันธ์) แนวคิดที่ปรับใหม่นี้โกลแมน (Goleman, 1998) ได้แบ่งปรีชาเชิงอารมณ์ออกเป็นความสามารถ (competence) 2 ส่วน ได้แก่ ความสามารถส่วนบุคคล (personal competence) และความสามารถทางสังคม (social competence) มี 5 มิติ ซึ่งแนวคิดนี้ใช้ในบริบทการทำงานโดยที่ทั้ง 5 มิติ นั้นแบ่งความสามารถทางอารมณ์เป็น 25 ด้านดังต่อไปนี้

1) ความสามารถส่วนบุคคล เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองได้อย่างดี

1.1 การตระหนักรู้ตนเอง (Self-awareness) หมายถึงการตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความชอบและความสามารถของตนเอง และสามารถหยั่งรู้ถึงความเป็นไปได้ของตนเอง

- การตระหนักรู้ทางอารมณ์ (emotional awareness) เป็นความสามารถของการที่จะรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้น ๆ และคาดคะเนผลที่จะเกิดตามมาได้

- การประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง (Accurate self-assessment) เป็นความสามารถที่จะประเมินตนเองได้อย่างถูกต้อง เป็นไปตามความเป็นจริง รู้จุดเด่น และจุดด้อยของตนเอง

- ความมั่นใจในตนเอง (Self-confidence) เป็นความมั่นใจในความสามารถและความมีคุณค่าของตนเอง

1.2 การจัดการตนเอง (Self-Regulation) เป็นความสามารถในการจัดการอารมณ์ แรงกระตุ้น และแหล่งทรัพยากรได้อย่างเหมาะสม

- การควบคุมตนเอง (Self-control) เป็นความสามารถในการจัดการอารมณ์ที่ทำลายและแรงกระตุ้นได้
- ความไว้วางใจ (Trustworthiness) เป็นความสามารถที่จะรักษามาตรฐานของความซื่อสัตย์และความไว้วางใจเชื่อถือได้
- การปรับตัว (Adaptability) เป็นความสามารถที่จะยืดหยุ่นในการจัดการความเปลี่ยนแปลง
- การสร้างสรรค์สิ่งใหม่ (Innovation) เป็นความรู้สึกที่มีความสุขกับแนวคิดวิธีการและข้อมูลใหม่

1.3 การจูงใจ (Motivation) เป็นแนวโน้มทางอารมณ์ที่ชี้นำหรือเอื้อต่อการไปสู่เป้าหมาย

- แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement drives) เป็นความพยายามที่จะปรับปรุงหรือให้บรรลุมาตรฐานที่ดี
- ความผูกพัน (Commitment) เป็นความผูกพันกับเป้าหมายของกลุ่มหรือองค์กร
- ความคิดริเริ่ม (Initiative) เป็นความพร้อมที่จะปฏิบัติตามที่โอกาสจะอำนวย
- การมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นความเพียรพยายามที่จะบรรลุเป้าหมาย ถึงแม้เผชิญกับปัญหาและอุปสรรค

2) ความสามารถทางสังคม (Social competence) เป็นความสามารถในการจัดการกับความสัมพันธ์ต่าง ๆ

2.1 ความเข้าอกเข้าใจ (Empathy) เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความต้องการและข้อห่วงใยของผู้อื่น

- การพัฒนาผู้อื่น (Developing others) เป็นความสามารถในการทราบความต้องการพัฒนาของผู้อื่นและส่งเสริมความสามารถนั้น
- การมีจิตใจให้บริการ (Service orientation) เป็นความสามารถในการคาดการณ์ ตระหนักรู้ และหาทางตอบสนองความต้องการของผู้รับบริการได้
- การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity) เป็นความสามารถที่จะให้โอกาสกับบุคคลที่แตกต่างกัน



- การตระหนักรู้ทางการเมือง (Political awareness) เป็นความสามารถในการอ่านสถานการณ์ทางอารมณ์ของกลุ่ม และความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มได้

2.2 ทักษะทางสังคม (Social Skills) เป็นความคล่องในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการโดยสามารถแสวงหาความร่วมมือจากผู้อื่นได้

- ความมีอิทธิพล (Influence) เป็นความสามารถในการโน้มน้าวชักจูงอย่างได้ผล

- การสื่อสาร (Communication) เป็นความสามารถในการฟังอย่างกว้างขวาง และส่งข่าวสารที่โน้มน้าวได้

- การจัดการความขัดแย้ง (Conflict management) เป็นความสามารถในการเจรจาต่อรอง และแก้ปัญหาความขัดแย้งได้

- ความเป็นผู้นำ (Leadership) เป็นความสามารถที่จะผลักดันและแนะแนวบุคคลและกลุ่มได้

- การกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง (Change catalyst) เป็นความสามารถที่ริเริ่มหรือจัดการให้มีการเปลี่ยนแปลง

- การสร้างพันธะผูกพัน (Building bonds) เป็นความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์ร่วมมือกันในการปฏิบัติภารกิจให้บรรลุเป้าหมาย

- ความร่วมมือร่วมใจ (Collaboration and cooperation) เป็นความสามารถในการทำงานร่วมกันเพื่อไปสู่เป้าหมาย

- การสร้างทีมงาน (Teams capacities) เป็นความสามารถในการสร้างพลังกลุ่มเพื่อให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน

แนวคิดปรัชญาเชิงอารมณ์ในบริบทการทำงานของโกลแมนนั้น คล้ายคลึงกับนิยาม EQ ของผู้บริหาร (Executive EQ) ของคูเปอร์และสะวาฟ (Cooper & Sawaf, 1998) ซึ่งได้กำหนดแผนผังอารมณ์ (EQ map) ให้สัมพันธ์กับทักษะเฉพาะอย่างและแนวโน้มอารมณ์ 4 ประการ ดังนี้

1. การรู้ทางอารมณ์ (Emotional literacy) ได้แก่ การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์และการตระหนักรู้อารมณ์ผู้อื่น

2. สมรรถนะทางอารมณ์ (Emotional fitness) ได้แก่ ความเข้มแข็งทางอารมณ์ และความยืดหยุ่น

3. ความลึกทางอารมณ์ (Emotional depth) ได้แก่ ความเข้มข้นทางอารมณ์ และศักยภาพที่จะเติบโตทางอารมณ์

4. พลังทางอารมณ์ (Emotional alchemy) ได้แก่ความสามารถที่จะใช้อารมณ์ จุดประกายความคิดสร้างสรรค์

บาร์ออน (Bar-On, 1997) ได้นิยามปรีชาเชิงอารมณ์เป็นทักษะ สมรรถนะ และความสามารถที่ไม่ใช่การรู้คิดที่มีอิทธิพลต่อความสามารถของบุคคลที่จะจัดการสภาพแวดล้อมและความกดดันได้อย่างประสบความสำเร็จ ตามแนวคิดนี้ปรีชาเชิงอารมณ์แบ่งออกเป็น 5 องค์ประกอบ ดังนี้

1. EQ ภายในตนเอง (Intrapersonal EQ) ประกอบด้วยการนับถือตนเอง การตระหนักรู้ตนเองทางอารมณ์ การกล้าแสดงออก ความเป็นอิสระ และการรู้จักตนเองที่แท้จริง
2. EQ ระหว่างบุคคล (Interpersonal EQ) ประกอบด้วยความเข้าใจใจ ความรับผิดชอบต่อสังคม และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
3. EQ ในการจัดการความเครียด (Stress Management EQ) ประกอบด้วย การทนทานความเครียด และการอดกลั้น
4. EQ ในการปรับตัว (Adaptability EQ) ประกอบด้วย การทดสอบความเป็นจริง ความยืดหยุ่น และการแก้ปัญหา
5. EQ ในสภาวะอารมณ์ทั่วไป (General Mood EQ) ประกอบด้วย การมองโลกในแง่ดี และความสุข

สำหรับในประเทศไทยนั้น ส่วนใหญ่มักนิยามใช้แนวคิดปรีชาเชิงอารมณ์เป็นคุณลักษณะหรือความสามารถทางอารมณ์เช่นเดียวกับแนวคิดตะวันตกที่มองปรีชาเชิงอารมณ์เป็นบุคลิกภาพ เช่น กรมสุขภาพจิต (2543) ได้นิยามความฉลาดทางอารมณ์หรือปรีชาเชิงอารมณ์ เป็นความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข โดยมีองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ดังต่อไปนี้

1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ เพื่อความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม
2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง และมีแรงจูงใจในตนเอง สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
3. สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

แนวคิดปรีชาเชิงอารมณ์ในฐานะเป็นบุคลิกภาพตามแนวนี้จะเป็นคุณลักษณะที่สามารถเรียนรู้ เปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ ซึ่งต่างจากคุณลักษณะบุคลิกภาพอื่น ๆ ที่ยากแก่การเปลี่ยนแปลง

## การวัดปรีชาเชิงอารมณ์

การวัดปรีชาเชิงอารมณ์ ได้แบ่งออกเป็นกลุ่มตามแนวคิดของนักทฤษฎีแต่ละกลุ่ม (ดูตาราง 1) แนวคิดการวัด EQ ตามกลุ่มต่าง ๆ มีดังต่อไปนี้ (อรพินทร์ ชูชม, 2542)

### การวัดEQ ก่อนที่จะมีปรีชาเชิงอารมณ์

ก่อนจะมีทฤษฎีปรีชาเชิงอารมณ์ของสโลเวย์ และเมเยอร์ (Salovey & Mayer, 1990) ที่เชื่อมโยงอารมณ์ ความคิด และสติปัญญา ให้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน การวัด EQ ก่อนหน้านั้นจะเป็นการวัดการรับรู้อารมณ์ (ที่ไม่ใช้ถ้อยคำ) เช่น แบบทดสอบความไวทางอารมณ์ ความรู้สึก วัดได้โดยให้ผู้ตอบดูวีดิทัศน์ของคนคู่หนึ่งที่มีปฏิกริยาต่อกัน และให้ผู้ตอบระบุอารมณ์และความคิดของคนที่แสดงอยู่นั้น เมเยอร์ สโลเวย์ และคารูโซ (Mayer, Salovey & Caruso, in press) ระบุว่ามามีวิธีการ 3 วิธีที่ใช้ประเมินคำตอบของผู้ตอบแบบทดสอบเหล่านี้ เกณฑ์แรกคือ วิธีที่สอดคล้อง (consensus method) เป็นการเปรียบเทียบคำตอบของบุคคลหนึ่งกับคำตอบของกลุ่ม (หรือกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นเกณฑ์ก่อนหน้า) บุคคลนั้นจะได้คะแนนถ้าคำตอบสอดคล้องกับฉันทามติของกลุ่ม เกณฑ์ที่สองคือ วิธีของผู้เชี่ยวชาญ (expert method) เป็นการเปรียบเทียบคำตอบของผู้ทำแบบทดสอบกับเกณฑ์ของผู้เชี่ยวชาญ และเกณฑ์ที่สามคือ วิธีของเป้าหมาย (target method) เป็นการเปรียบเทียบคำตอบของผู้ทดสอบกับเป้าหมายที่แสดงอารมณ์ความรู้สึก

มาตรการวัดการรับรู้อารมณ์ในระยะเริ่มแรกนั้นดูเหมือนจะไม่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระหว่างการทดสอบแบบเดียวกัน หรือมีความสัมพันธ์กันน้อยระหว่างการรับรู้ทางอารมณ์สังคม สติปัญญา และความเข้าใจผู้อื่น แบบทดสอบตอนต้น ๆ ให้หลักฐานที่เล็กน้อยสำหรับการวัดปรีชาเชิงอารมณ์ที่แท้จริง จึงได้มีการพัฒนารูปแบบการวัดต่าง ๆ ต่อมา

### การวัด EQ ตามแนวการวัดความสามารถของกลุ่มสโลเวย์ และคณะ

ชัทท์และคณะ (Schutte et al., 1998) ได้พัฒนาการวัดปรีชาเชิงอารมณ์ที่อิงรูปแบบปรีชาเชิงอารมณ์เริ่มแรกของสโลเวย์ และเมเยอร์ (Salovey & Mayer, 1990) ที่เสนอว่าปรีชาเชิงอารมณ์ประกอบไปด้วยความสามารถที่ปรับเปลี่ยนได้ 3 ประเภท ดังนี้

ตาราง 1 แบบทดสอบบุคลิกภาพที่ใช้วิธีการวัดความสามารรถ วิธีการวัดแบบรายงานตนเอง และวิธีการวัดโดยผู้ให้ข้อมูล  
(แหล่งที่มา : Mayer, Caruso, & Salovey, 2000)

วิธีการวัด	การรายงานตนเอง (Self – Report)	ผู้ให้ข้อมูล (Informant)
<b>ความสามารถ(Ability)</b> Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS) (Mayer, Salovey, & Caruso, 1997/1999) ◦ Emotional Perception ระบุอารมณ์เป็นหน้า,อารมณ์ในภาพ การออกแบบ อารมณ์ในดนตรี อารมณ์ใบเรือ  ◦ Emotional Facilitation การแปลความหมายความรู้สึก การใช้อารมณ์ในการตัดสิน  ◦ Emotional Understanding นิยามอารมณ์,การหาคอมมวน อารมณ์ที่ซับซ้อน,การแปลอารมณ์ มุมมองทางอารมณ์  ◦ Emotional Management การจัดการอารมณ์ของตนเอง, การจัดการอารมณ์ผู้อื่น	Bar-On EQ-I (Bar-On, 1997) ◦ Intrapersonal การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง การกล้าแสดงออก การเคารพ ตนเอง การรู้จักการแบ่งตน ความเป็นอิสระ ◦ Interpersonal การเข้าอกเข้าใจ ความเห็นที่ซื่อตรงต่อบุคคล ความเห็นใจต่อผู้อื่น ◦ Stress Management การแก้ปัญหา การระงับอารมณ์ ความยืดหยุ่น  ◦ Adaptability ความทนทานต่อความเครียด, การควบคุมแรงกระตุ้น  ◦ General Mood ความสุขุม,ความสงบ ใจดี	Emotional Competence Inventory (ECI) (Boyatzis, Goleman, & Hay/McBer, 1999) ◦ Self -Awareness การประเมินตนเอง,ความสนใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง  ◦ Social-Awareness การเข้าอกเข้าใจ,การตระหนักรู้ในองค์กร การมีน้ำใจ  ◦ Self-management การควบคุมตนเอง,ความใจกว้าง, ความมีสติ,การรับผิดชอบ, ไม่เล่นการ การรักษาสถิติ  ◦ Social Skills การตระหนักรู้,ความเป็นผู้มี จิตดีผล,การสื่อสาร,การจัดกา ความยืดหยุ่น, การสร้างสัมพันธ์, การทำงานเป็นคณะ

1. การประเมินค่าและการแสดงออกทางอารมณ์ (appraisal and expression of emotion) เป็นความสามารถที่จะประเมินค่าและแสดงออกทางอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นอย่างถูกต้อง ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกของตนเองโดยใช้ถ้อยคำภาษา (verbal) และไม่ใช้ถ้อยคำ (nonverbal) . โดยที่การประเมินค่าเป็นส่วนตัดสินการแสดงออกทางอารมณ์ นอกจากนี้ยังสามารถรับรู้อารมณ์ของคนอื่นที่ไม่ได้แสดงออกทางวาจา กริยา ท่าทาง และสามารถมีความรู้สึกร่วมเข้าใจ (empathy) คนอื่น

2. การควบคุมอารมณ์ (regulation of emotion) เป็นความสามารถที่จะตรวจสอบประเมินผล และจัดการอารมณ์ ควบคุมหรือปรับอารมณ์ของตนเอง ตลอดจนควบคุมหรือปรับและจัดการอารมณ์ของผู้อื่นได้

3. การใช้ประโยชน์อารมณ์ (utilization of emotion) เป็นความสามารถที่จะใช้อารมณ์แบบต่าง ๆ ในกระบวนการรู้คิดต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

(1.) อารมณ์ที่เปลี่ยนไปมาช่วยในการวางแผนในอนาคตได้หลายแนวทาง

(2.) อารมณ์ที่ดีช่วยในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์โดยสามารถบูรณาการแนวคิดที่หลากหลายให้เชื่อมโยงกัน

(3.) อารมณ์ช่วยจัดระบบที่ซับซ้อนทั้งระบบ ด้วยการชี้ให้เห็นจุดที่เป็นปัญหาก่อน ดังนั้นอารมณ์จึงช่วยให้เกิดความใส่ใจในเรื่องที่เป็นปัญหาก่อน เช่น อารมณ์ที่วิตกกังวลหรือเศร้าซึม ก็จะทำให้หันมาสนใจตนเอง

(4.) อารมณ์ช่วยจูงใจให้พากเพียรพยายามกับงานที่ทำทนาย/ซับซ้อน

มาตรวัดปริชาเชิงอารมณ์ของซัทท์และคณะ ประกอบไปด้วยองค์ประกอบความสามารถทางปริชาเชิงอารมณ์ 3 องค์ประกอบ ตามแนวคิดของสโลเวย์และเมเยอร์ในตอนแรก โดยซัทท์และคณะกล่าวว่า แนวคิดของสโลเวย์และเมเยอร์นั้นเป็นโมเดลที่แสดงสภาวะที่เป็นปัจจุบันของบุคคลในเรื่องปริชาเชิงอารมณ์ และโมเดลนี้สามารถบูรณาการเข้ากับมิติส่วนใหญ่ของโมเดลอื่น ๆ มาตรวัดปริชาเชิงอารมณ์ของซัทท์และคณะเป็นแบบรายงานตนเอง มาตรวัดส่วนประเมินค่า 5 ระดับโดย 1 แทนไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง และ 5 แทน เห็นด้วยอย่างยิ่ง มีจำนวนทั้งหมด 33 ข้อที่ใช้วัดปริชาเชิงอารมณ์ โดยกลุ่มการประเมินค่าและแสดงออกของอารมณ์มีจำนวน 13 ข้อ กลุ่มจัดการควบคุมอารมณ์มีจำนวน 10 ข้อ และกลุ่มการใช้ประโยชน์ทางอารมณ์มีจำนวน 10 ข้อ มาตรวัดปริชาเชิงอารมณ์ของซัทท์และคณะมีความเชื่อมั่นชนิดความสอดคล้องภายในแบบแอลฟาของครอนบาค = .90 และมีค่าความเชื่อมั่นชนิดทดสอบซ้ำ (สอบซ้ำภายใน 2 สัปดาห์) เท่ากับ .78 จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงพบว่า มาตรวัดปริชาเชิงอารมณ์ฉบับนี้มีความสัมพันธ์กับโครงสร้างที่เกี่ยวข้องทางทฤษฎี ได้แก่ การเอาใจใส่ความรู้สึก ความกระจ่างชัดในความรู้สึก การปรับปรุงสภาวะอารมณ์ การมองโลกในแง่ดีและการอดกลั้น มาตรวัดนี้สามารถพยากรณ์ผลการเรียนของนิสิตปีหนึ่งได้ นักจิตบำบัดได้คะแนนในมาตรานี้สูงกว่าผู้รับการบำบัด และนักโทษหญิงได้คะแนนมาตรานี้สูงกว่านักโทษชาย ซึ่งสอดคล้องกับ

ผลการวิจัยเรื่องทักษะทางอารมณ์ที่มีมาก่อนหน้านี้ มาตรการนี้ไม่สัมพันธ์กับความสามารถทางการรู้คิด แต่มาตรการนี้สัมพันธ์กับลักษณะเปิดกว้างต่อประสบการณ์ ซึ่งเป็นมิติหนึ่งของบุคลิกภาพแบบห้ามิติ

ตัวอย่างมาตรวัดปริชาเชิงอารมณ์ของซัทท์และคณะ

1. ฉันรู้ว่าเมื่อไรที่จะพูดเรื่องปัญหาส่วนตัวกับบุคคลอื่น
2. เมื่อฉันเผชิญกับอุปสรรค ฉันจดจำเวลาที่ฉันเจออุปสรรคที่คล้ายกันและฝ่าฟันไปได้
3. ฉันหวังว่าสิ่งต่าง ๆ ที่ดีจะเกิดขึ้น

สโลเวย์และคณะ (Salovey et al., 1995) ได้สำรวจปริชาเชิงอารมณ์ โดยใช้มาตรวัด Trait Meta-Mood Scale (TMMS) มาตรการนี้เป็นการวัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในความสามารถที่จะสะท้อนอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ มีดัชนีชี้บ่งระดับความเอาใจใส่ที่บุคคลมีต่ออารมณ์ ความรู้สึก ความชัดเจนของประสบการณ์ความรู้สึก และความเชื่อการยุติสภาวะอารมณ์ที่ไม่ดีหรือของอารมณ์ที่ดี ซึ่งดัชนีชี้บ่งจากมาตรวัดอันนี้ สโลเวย์และคณะอธิบายว่าเป็นความสามารถ (competencies) หลายอย่างที่มีอยู่ภายในโครงสร้างปริชาเชิงอารมณ์ สโลเวย์และคณะเชื่อว่า TMMS เป็นการนิยามเชิงปฏิบัติการของปริชาเชิงอารมณ์ นั่นคือความใส่ใจ ความชัดเจน และการปรับอารมณ์ความรู้สึก เป็นพื้นฐานของมิติการจักระบบตัวเองของปริชาเชิงอารมณ์ มาตรการ Trait Meta - Mood Scale เป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง เป็นมาตราประเมินค่า 5 ระดับ จาก 1 "ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง" จนถึง 5 "เห็นด้วยอย่างยิ่ง" ประกอบไปด้วยองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ ดังนี้

องค์ประกอบแรก คือความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึก (attention to feeling) มีจำนวน 21 ข้อ เช่น ข้อความทางบวก "ฉันใส่ใจมากกว่าฉันรู้สึกอย่างไร" ข้อความทางลบเช่น "ฉันไม่ใส่ใจกับความรู้สึกของตัวเอง"

องค์ประกอบที่สอง คือ ความชัดเจนในการแยกแยะอารมณ์ความรู้สึก (clarity of feelings) มีจำนวน 15 ข้อ เช่น "โดยปกติฉันมีอารมณ์ความรู้สึกที่ชัดเจน" เป็นข้อความทางบวก หรือข้อความทางลบ เช่น "ฉันไม่สามารถรู้สึกถึงอารมณ์ความรู้สึก"

องค์ประกอบที่สาม คือ การปรับสภาวะอารมณ์ (mood repair) ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับความพยายามที่จะปรับสภาวะอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ หรือคงอารมณ์ที่น่าพอใจไว้ เช่น "ถึงแม้ว่าบางครั้งฉันมีความเศร้า แต่โดยส่วนใหญ่ฉันมีทัศนคติที่ดี" ซึ่งเป็นข้อความทางบวก หรือข้อความทางลบ "ถึงแม้บางครั้งฉันมีความสุข แต่โดยส่วนใหญ่ฉันมีทัศนคติที่ไม่ดี "

องค์ประกอบทั้งสามนี้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน TMMS มีคุณภาพด้านความเชื่อมั่น ความเที่ยงตรงเชิงสอดคล้องและความเที่ยงตรงเชิงจำแนก (convergent and discriminant validity) ผลจากการศึกษาพบว่า ความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์กับการมีสติของตนเอง ความชัดเจนอารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคลุมเครือต่ออารมณ์ การแสดงออกและความเศร้าหดหู่ โดยที่การปรับอารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเศร้าหดหู่ และมีความ

สัมพันธภาพเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีและความเชื่อการจักระบบสภาวะอารมณ์ที่ไม่ดี สำหรับรูปแบบ  
ปริชาเชิงอารมณ์ล่าสุดของเมเยอร์ สโลเวย์ และคารูโซ (Mayer, Salovey & Caruso, in press) ได้  
เสนอการวัดปริชาเชิงอารมณ์ที่ปรับตามแนวคิดนี้ที่เน้นเรื่องความสามารถทางสมองเป็นหลัก โดยได้  
พัฒนา "The Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS)" ขึ้น ซึ่งเป็นแบบวัดในรูปที่ใช้  
กระดาษ - ดินสอในการทำแบบทดสอบนี้ และแบบทดสอบ "The Emotional IQ Test" ที่อยู่ใน CD -  
ROM โดยแบบทดสอบทั้ง 2 รูปแบบนี้ เหมือนกันทุกประการในด้านเนื้อหาและโครงสร้าง แต่ต่างกันใน  
สื่อที่นำเสนอแบบทดสอบ โดยเมเยอร์และคณะเชื่อว่าแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นมาตามแนวคิดโครงสร้าง  
ของปริชาเชิงอารมณ์ล่าสุดนี้ เป็นการวัดสติปัญญาที่แท้จริง ประกอบด้วยงานด้านความสามารถที่ให้ผู้ตอบ  
ทำทั้งหมด 12 งานจากแบบทดสอบ 4 ประเภท ดังนี้

1. แบบทดสอบการระบุนอารมณ์ เป็นการวัดการรับรู้ทางอารมณ์ ประกอบไปด้วยงานที่ให้ผู้ตอบ  
ระบุนอารมณ์คนที่ปรากฏอยู่ในภาพในการออกแบบและในดนตรี และงานที่เสนอสถานการณ์ทาง  
อารมณ์เพื่อให้ผู้ตอบระบุว่าบุคคลในสถานการณ์นั้นมีความรู้สึกอย่างไร

2. แบบทดสอบการใช้อารมณ์ เป็นการวัดการซึมซับอารมณ์ มีอยู่ 2 ส่วน ได้แก่ การวัดผู้ตอบ  
สามารถสร้างความรู้สึกที่แตกต่างกันได้ดีแค่ไหน และการใช้ความรู้สึกเพื่อต่อกระบวนการคิด

3. แบบทดสอบความเข้าใจในอารมณ์ เป็นการวัดความสามารถของบุคคลที่จะทราบว่  
อารมณ์ มีที่มาจากอะไร และอะไรจะเกิดขึ้นถ้าอารมณ์มีความเข้มข้น ตลอดจนความสามารถเข้าใจ  
ความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ที่แตกต่างกัน เช่น "การมองโลกในแง่ดีส่วนใหญ่ประกอบด้วยอารมณ์สอง  
ชนิดใด" และให้ผู้ถูกทดสอบเลือกตอบ

4. แบบทดสอบการจักระบบอารมณ์ เป็นการวัดความสามารถที่จะจัดการและควบคุมอารมณ์  
ของตนเองและบุคคลอื่น ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของปริชาเชิงอารมณ์ งานของแบบทดสอบนี้คือผู้ตอบ  
ต้องประเมินประโยชน์ของการกระทำที่เป็นไปได้ในสถานการณ์ที่มีปัญหาทางอารมณ์

ผลการวิเคราะห์แบบทดสอบ MEIS พบว่า ปริชาเชิงอารมณ์สามารถแยกองค์ประกอบได้ 3 องค์  
ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ ความเข้าใจทางอารมณ์ และการจัดการทางอารมณ์ จากการ  
วิเคราะห์องค์ประกอบตามลำดับชั้น(hierarchical factor analysis)พบว่าทั้งสององค์ประกอบ สามารถ  
จัดเป็นองค์ประกอบเดียวกันที่เท่าเทียมกัน เรียกว่า องค์ประกอบทั่วไปของปริชาเชิงอารมณ์ หรือ  $G_e$  ผล  
จากการศึกษาพบว่า ปริชาเชิงอารมณ์ทั่วไป ( $G_e$ ) มีความสัมพันธ์กับการวัดสติปัญญาทางด้านถ้อยคำ  
( $r = .36$ ) และความเข้าใจผู้อื่น ( $r = .33$ ) นอกจากนี้ปริชาเชิงอารมณ์ยังสัมพันธ์กับอายุ เพิ่มขึ้นตาม  
ระดับอายุจากวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ ข้อค้นพบที่ได้จากการใช้ MEIS ทำให้เมเยอร์และคณะเชื่อว่าปริชาเชิง  
อารมณ์อาจมีคุณสมบัติเทียบเท่าสติปัญญาแบบเดิมที่นิยามว่า เป็นความสามารถทางสมอง นอกจากนี้  
นี้ระดับปริชาเชิงอารมณ์ดูเหมือนการวัดสติปัญญามาตรฐานแบบอื่น ๆ ที่ผลการวัดสติปัญญามีการ  
พัฒนาตามอายุ ถึงแม้ข้อค้นพบระบุว่าปริชาเชิงอารมณ์สัมพันธ์กับสติปัญญาแบบดั้งเดิม (สติปัญญา

เชิงวิเคราะห์) แต่มีแนวคิดและผลการวิจัยเพียงพที่จะแยกจากสติปัญญาแบบดั้งเดิมเป็นสติปัญญาแบบใหม่

ต่อมาเมเยอร์และคณะ (Mayer et al.,1999) ได้พัฒนาการวัดความสามารถของปรีชาเชิงอารมณ์ (an ability measure of emotional intelligence) ขึ้นมาโดยอาศัยรากฐานจากแบบทดสอบ MEIS เรียกแบบทดสอบฉบับล่าสุดว่า Mayer, Salovey, and Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) แบบทดสอบฉบับนี้เหมาะสำหรับใช้กับคนที่อายุ 17 ปี หรือมากกว่า 17 ปี ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 141 ข้อ ซึ่งแบบทดสอบฉบับนี้ให้ผลที่เป็นทั้งคะแนนรวมของปรีชาเชิงอารมณ์คือคะแนนรวมจาก 2 ด้าน ได้แก่ ด้านประสบการณ์และด้านเหตุผล (Area Scores) และคะแนนมาตราย่อย 4 กลุ่ม (Branch Scores) แบบทดสอบ MSCEIT มีการแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม ตามโครงสร้างปรีชาเชิงอารมณ์ตามแนวคิดของเมเยอร์และคณะที่กล่าวไว้แล้ว ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ (Perception of Emotion) การเอื้อทางอารมณ์ (Emotional Facilitation) ความเข้าใจทางอารมณ์ (Understanding Emotion) และการจัดการอารมณ์ (Managing Emotion) แบบทดสอบ MSCEIT เป็นแบบทดสอบที่ให้ผู้ตอบทำกิจกรรมดังต่อไปนี้

- ระบุ (Identify) อารมณ์ที่แสดงออกทางสีหน้าหรือการออกแบบ
- สร้าง (Generate) อารมณ์และแก้ปัญหาด้วยอารมณ์ชนิดนั้น
- บอก (Define) สาเหตุของอารมณ์ที่แตกต่างกัน เข้าใจความก้าวหน้าของอารมณ์
- กำหนด (Determine) วิธีที่ดีที่สุดที่จะใช้อารมณ์ในการคิดในสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับตนเองและผู้อื่น

การตรวจสอบคุณสมบัติในการวัดแบบทดสอบ MEIS และ MSCEIT ที่วัดความสามารถทางสมองนี้มีความเชื่อถือได้ โดยคะแนนจากแบบทดสอบทั้ง 4 กลุ่ม (การรับรู้ ความเชื่อ ความเข้าใจ และการจัดการ) มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาอยู่ระหว่าง .80 ถึง .96 และความเชื่อมั่นชนิดความสอดคล้องภายในของแบบทดสอบทั้งฉบับ เท่ากับ .96 โดยที่มีคุณสมบัติด้านความเที่ยงตรงที่ได้จากการวิเคราะห์องค์ประกอบปรีชาเชิงอารมณ์มีลำดับชั้น 2 ระดับ (two – level hierarchy) โดยลำดับชั้นบนสุด ได้แก่ องค์ประกอบปรีชาเชิงอารมณ์ซึ่งประกอบด้วยกลุ่มทักษะที่เกี่ยวข้องกัน และปรีชาเชิงอารมณ์ยังสามารถแบ่งออกเป็นองค์ประกอบย่อย 4 กลุ่ม ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ การเอื้อทางอารมณ์ ความเข้าใจอารมณ์ และการจัดการอารมณ์

จะเห็นได้ว่าในระยะแรก ๆ การวัดปรีชาเชิงอารมณ์ตามแนวของสโลเวย์และคณะ มีลักษณะเป็นการวัดแบบให้รายงานตนเองที่ผสมระหว่างความสามารถและคุณลักษณะเข้าด้วยกัน ในขณะที่แนวคิดล่าสุดของสโลเวย์และคณะจะเป็นการวัดความสามารถทางสมองโดยดูจากผลการปฏิบัติงานที่กำหนดไว้



### การวัด EQ ตามแนวคิดของบาร์ออน

บาร์ออน ได้ใช้เวลามากกว่า 16 ปี ศึกษาเรื่องแบบทดสอบ EQ จากนิยามปรัชญาเชิงอารมณ์ของบาร์ออน บาร์ออนได้สร้างเครื่องมือวัดชื่อ Emotional Quotient Inventory (EQ) จากการวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตราวัด EQ พบว่า มีองค์ประกอบ 13 องค์ประกอบ ซึ่งมีจำนวนน้อยกว่า คุณลักษณะที่กำหนดไว้ 15 ด้าน ที่มาจากมาตรา 5 ด้าน (ทักษะภายในบุคคล ทักษะระหว่างบุคคล ความสามารถในการปรับตัว การจัดการความเครียด และสภาวะอารมณ์) ในโครงสร้างที่กล่าวไว้แล้วในตอนต้น เช่น องค์ประกอบแรก คือ ความพอใจในตนเอง (self – contentment) วัดโดยใช้ข้อคำถาม เช่น "ฉันรู้สึกมั่นใจในตัวเองในสถานการณ์ส่วนใหญ่" องค์ประกอบที่สองได้แก่ ความรับผิดชอบทางสังคม วัดโดยใช้ข้อคำถาม เช่น "ฉันชอบช่วยเหลือคน" และองค์ประกอบที่สามคือ ความอดทน อดกลั้น วัดได้โดยใช้ข้อคำถาม เช่น "เมื่อฉันเริ่มพูด ยากที่จะเลิกพูด" ทั้ง 13 องค์ประกอบมีค่าสหสัมพันธ์อยู่ประมาณ  $r = .50$  ดังนั้นแบบทดสอบนี้จึงเป็นไปได้ที่จะมีองค์ประกอบเดียว (Bar – on ,1997) แบบทดสอบ EQ โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกทางลบ (เช่น ความเศร้าหดหู่) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะที่เกี่ยวกับความรู้สึกทางบวก แบบทดสอบ EQ ของบาร์ออน ยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความคงที่ทางอารมณ์และการแสดงออก แต่แบบทดสอบ EQ ของบาร์ออนในภาพรวมหรือมาตราย่อยไม่มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบสติปัญญาทางสมอง มาตรา B ที่ปรากฏใน 16 PF และแบบทดสอบ EQ มีความสัมพันธ์เล็กน้อยกับ WAIS – R ( $r = .12$ )

บาร์ออนต้องการให้แบบทดสอบเป็นเครื่องมือที่สร้างฐานทางอารมณ์ (emotional profiles) เพื่อใช้ในการจัดสรรคนให้เหมาะกับอาชีพ หรือเพื่อชี้บ่งด้านที่ยังมีปัญหาเพื่อการปรับปรุง แบบทดสอบนี้จึงมีคุณค่าสำหรับการวางแผนในการทำงาน เช่น คนที่ได้คะแนนสูงในการมองโลกในแง่ดีจะเป็นดัชนีชี้บ่งว่าบุคคลนั้นจะประสบความสำเร็จในงานบางอย่าง เช่น เป็นพนักงานขาย ในทำนองเดียวกันคนที่ได้คะแนนสูงในการจัดการความเครียด ตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นคนอิสระและยืดหยุ่น น่าจะทำงานได้ดี ถึงแม้ว่าแบบทดสอบ EQ ของบาร์ออนจะมีเกณฑ์ปกติ (norm) มีการวิเคราะห์องค์ประกอบ และมีการหาความสัมพันธ์กับแบบทดสอบจำนวนมาก แต่ยังไม่มีการยืนยันเกี่ยวกับการพยากรณ์ความสำเร็จทางอาชีพและวิชาการ (Mayer, Salovey & Caruso, in press)

### การวัด EQ ตามแนวคิดของโกลแมน

โกลแมน ( Goleman, 1999) ได้สร้างแบบทดสอบปรัชญาเชิงอารมณ์ลงใน Utne Reader มาตราวัดของโกลแมนประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อคำถามผู้ตอบต้องระบุคำตอบที่มีต่อสถานการณ์ที่สมมติขึ้น เช่น "สมมติว่าท่านเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยที่หวังว่าจะได้ A ในรายวิชานี้ แต่ท่านเพิ่งพบว่าตัวท่านเองได้ C ในตอนกลางเทอม ท่านจะทำอะไร ?" โดยมีตัวเลือกดังนี้

ก. ร่างแผนการที่เฉพาะสำหรับวิธีการที่จะปรับปรุงผลการเรียนและแก้ไขปัญหาที่จะติดตามมาตลอดแผน

ข. แก้ปัญหาเพื่อที่จะทำให้ดีขึ้นในอนาคต

ค. บอกตัวคุณเองว่าไม่ใช่สิ่งสำคัญที่คุณทำได้ในวิชานี้ และมุ่งไปยังวิชาอื่น ๆ ซึ่งคะแนนคุณสูงกว่า

ข. พบอาจารย์และพยายามคุยกับอาจารย์เพื่อให้คะแนนของคุณดีขึ้น

การวัดปริชาเชิงอารมณ์ของโกลแมนมีความสัมพันธ์สูงกับความเข้าใจผู้อื่น และการควบคุมทางอารมณ์ นอกจากนี้มาตรวัดของโกลแมนยังมีเนื้อหาที่คาบเกี่ยวกับองค์ประกอบที่สาม สำหรับการวัดปริชาเชิงอารมณ์โดยอาศัยแนวทฤษฎีของโกลแมนในบริบทการทำงานที่แบ่งความสามารถทางอารมณ์ (emotional competence) ออกเป็น 25 องค์ประกอบ และรวมเป็นกลุ่มได้ 5 กลุ่ม ดังนี้

1. การตระหนักรู้ (Self – Awareness) ประกอบด้วย การตระหนักรู้ทางอารมณ์ตนเอง การประเมินตนเองตามความเป็นจริง และความเชื่อมั่นในตนเอง

2. การควบคุมตนเอง (Self – Regulation) ประกอบด้วย การควบคุมตนเอง ความซื่อสัตย์ ความมีสติรับผิดชอบ ความสามารถในการปรับตัว และการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ

3. การจูงใจ (Motivation) ประกอบด้วย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความผูกพัน ความคิดริเริ่ม และการมองโลกในแง่ดี

4. ความเข้าอกเข้าใจ (Empathy) ประกอบด้วย ความเข้าใจผู้อื่น การพัฒนาผู้อื่น มีจิตใจในการให้บริการ การมองเห็นความเป็นไปได้จากความแตกต่าง และการตระหนักรู้ทางการเมือง

5. ทักษะทางสังคม (Social Skills) ประกอบด้วย การมีอิทธิพล การสื่อสาร การจัดการความขัดแย้ง ความเป็นผู้นำ การกระตุ้นความเปลี่ยนแปลง การสร้างสายสัมพันธ์ ความร่วมมือ และการสร้างทีมงาน

แนวคิดดังกล่าวนี้ได้ถูกนำมาใช้ในการพัฒนาแบบสำรวจ Emotional Competence Inventory (ECI) ซึ่งแบบสำรวจฉบับนี้เป็นแบบสำรวจที่ให้ผู้ตอบบรรยายตนเองหรือคนอื่นในแต่ละข้อคำถามตามมาตราประเมินค่า 7 ระดับที่เพิ่มความเข้มข้นในแต่ละระดับจาก "พฤติกรรมนี้เป็นคุณลักษณะของบุคคลนี้น้อยมาก" ถึงคำตอบที่มีระดับสูงสุดที่บ่งบอกว่า "พฤติกรรมนี้เป็นคุณลักษณะของบุคคลนี้มาก" แบบสำรวจ ECI เป็นแบบสอบถามที่ง่ายต่อการใช้ สามารถปรับใช้กับวิธีการวัด 360 องศา โดยเก็บรวบรวมข้อมูลพฤติกรรมบุคคลนั้นจากเพื่อร่วมงานได้ มีความรวบยอด (Comprehensiveness) ที่รับประกันว่าความสามารถทุกอันในทฤษฎีปริชาเชิงอารมณ์ของโกลแมนสามารถวัดได้ด้วยเครื่องมือวัดฉบับนี้ และมีความเที่ยงตรงในการอาศัยมุมมองของคนอื่นในการสำรวจพฤติกรรมของบุคคลอื่นได้อย่างง่าย (Boyatzis, Goleman, & Rhee, 2000) แบบสำรวจ ECI ฉบับล่าสุดมีความเชื่อถือได้ในผลการวัดที่ได้จากการประเมินตนเอง (ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาอยู่ระหว่าง .62 ถึง .87 ในแต่ละองค์ประกอบของ

ความสามารถทางอารมณ์) และการประเมินของผู้อื่น (ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาอยู่ระหว่าง .82 ถึง .94) และผลจากการวิเคราะห์องค์ประกอบและการวิเคราะห์การจัดกลุ่ม (cluster analysis) ของแบบสำรวจ ECI ฉบับดั้งเดิมกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 596 คน พบว่าสามารถจัดกลุ่มได้ 3 กลุ่มดังนี้ (ดูตาราง 2 ประกอบ)

1. การตระหนักรู้ตนเอง (Self-Awareness) ประกอบด้วย การตระหนักรู้ทางอารมณ์ตนเอง การประเมินตนเองตามความเป็นจริง และความมีสติรับผิดชอบ
2. การจัดการตนเอง (Self-Management) ประกอบด้วย ความมั่นใจในตนเอง ความสามารถในการปรับตัว ความมุ่งมั่นทุ่มเท ความคิดริเริ่ม การกระตุ้นการเปลี่ยนแปลง และการควบคุมตนเอง
3. ทักษะทางสังคม (Social Skills) ประกอบด้วย ความเข้าอกเข้าใจ มีจิตใจการให้บริการ การพัฒนาผู้อื่น การสื่อสาร การตระหนักรู้ทางองค์กร การสร้างสายสัมพันธ์ ความร่วมมือ ความซื่อสัตย์ ความเป็นผู้นำ การมีอิทธิพล และความสามารถในคณะทำงาน

ในขณะที่แบบวัด ECI ฉบับล่าสุดนั้นมีการให้ความหมายปรัชญาเชิงอารมณ์ว่าเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้เมื่อบุคคลแสดงความสามารถในเรื่องการตระหนักรู้ตนเอง การจัดการตนเอง การตระหนักรู้ทางสังคม และมีทักษะทางสังคมได้อย่างเหมาะสมเพื่อให้มีประสิทธิภาพในสถานการณ์นั้น ดังปรากฏผลในตาราง 2

การวัดปรัชญาเชิงอารมณ์มีหลายรูปแบบที่แตกต่างกันไปตามแนวคิดของนักทฤษฎี อย่างไรก็ตาม การวัดจากแนวคิดต่าง ๆ มีลักษณะร่วมกันในเรื่องการรับรู้อารมณ์ตนเอง เข้าใจผู้อื่นและสามารถจัดการอารมณ์ได้ การวัดปรัชญาเชิงอารมณ์ที่มีลักษณะผสมผสานระหว่างความสามารถทางอารมณ์ คุณลักษณะ และทักษะต่าง ๆ ที่ได้ไว้ ส่วนใหญ่การวัดจะออกมาในรูปการรายงานตนเอง มาตรฐานประเมินค่าและแบบทดสอบ

ตาราง 2 การจัดกลุ่มความสามารถ (competencies) เชิงทฤษฎีและเชิงประจักษ์ในรูปแบบปรีชา  
เชิงอารมณ์ตามแนวคิดของโกลแมน และแบบทดสอบ ECI

Goleman (1998)	ECI ฉบับดั้งเดิม	ECI ฉบับล่าสุด
Theoretical Clustering	Empirical Clustering	Current Clustering
<i>Self-Awareness Cluster</i>	<i>Self-Awareness Cluster</i>	<i>Self-Awareness Cluster</i>
Emotional Self-Awareness	Emotional Self-Awareness	Emotional Self-Awareness
Accurate Self-Assessment	Accurate Self-Assessment	Accurate Self-Assessment
Self-Confidence	Conscientiousness	Self-Confidence
<i>Self-Regulation Cluster</i>	<i>Self-Management Cluster</i>	<i>Self-Management Cluster</i>
Self-Control	Self-Control	Self-Control
Trustworthiness		Trustworthiness
Conscientiousness	Self-Confidence	Conscientiousness
Adaptability	Adaptability	Adaptability
Innovation	Change Catalyst	
<i>Self-Motivation Cluster</i>		
Achievement Orientation	Achievement Orientation	Achievement Orientation
Commitment		
Initiative	Initiative	Initiative
Optimism		
<i>Empathy Cluster</i>	<i>Social Skills Cluster</i>	<i>Social Awareness Cluster</i>
Empathy	Empathy	Empathy
Organizational Awareness	Organizational Awareness	Organizational Awareness
Service Orientation	Service Orientation	Service Orientation
Developing Others	Developing Others	
Leveraging Diversity		
<i>Social Skills</i>		<i>Social Skills</i>
Leadership	Leadership	Leadership
Communication	Communication	Communication
Influence	Influence	Influence
Change Catalyst	Trustworthiness	Change Catalyst
Conflict Management	Conflict Management	Conflict Management
Building Bonds	Building Bonds	Building Bonds
Collaboration and Cooperation	Teamwork and Collaboration	Teamwork and Collaboration
Team Capabilities		Developing Others

## การวัดปรีชาเชิงอารมณ์ในประเทศไทย

การวัดปรีชาเชิงอารมณ์ในประเทศไทยมีการทำอยู่หลายรูปแบบดังต่อไปนี้

1. การวัดปรีชาเชิงอารมณ์โดยใช้แบบทดสอบจากต่างประเทศ การวัดปรีชาเชิงอารมณ์ตามแนวทางนี้เป็นการนำเอาแบบทดสอบ EQ จากต่างประเทศที่มีอยู่แล้ว มาแปลกลับไปกลับมาให้เป็นภาษาไทย แล้วนำมาตรวจสอบความเที่ยงตรงและความเชื่อถือได้ของผลการวัดกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไทย เช่น การทดลองใช้และตรวจสอบคุณภาพการวัดปรีชาเชิงอารมณ์ของซัทท์และคณะกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตปริญญาตรีจากสถาบันราชภัฏพระนคร และนิสิตปริญญาโทจากมหาวิทยาลัยมหิดล พบว่าผลการวัดความเชื่อมั่นสอดคล้องภายในมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .80 และตรวจสอบความเที่ยงตรงพบว่า ปรีชาเชิงอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคิดสร้างสรรค์ ( $r = .37$ ) มีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวล ( $r = .47$ ) นอกจากนี้ยังพบว่ามาตรานี้ไม่มีความสัมพันธ์กับความต้องการทางสังคม ( $r = .11$ ) และยังพบว่ามาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ของซัทท์และคณะมีแนวโน้มที่จะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอายุ ( $r = .22$ ) (อรพินทร์ ชูชม อัจฉรา สุขารมณี และวิลาสลักษณ์ ชิววลี, 2542)

2. การวัดปรีชาเชิงอารมณ์โดยอาศัยนิยามจากต่างประเทศ การวัดปรีชาเชิงอารมณ์ในรูปแบบนี้เป็นการนำแนวคิด EQ ในฐานะเป็นบุคลิกภาพของนักทฤษฎี EQ ทางตะวันตกมาใช้แล้วพัฒนาเครื่องมือวัดปรีชาเชิงอารมณ์ขึ้นเอง การสร้างเครื่องมือวัด EQ ตามแนวนี้มักนิยมใช้แนวคิดปรีชาเชิงอารมณ์ของโกลแมน และบาร์ออน เช่น งานวิจัยเรื่อง การสร้างแบบทดสอบวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของ สุภาพร พิสิฐรัฐพัฒนา งานวิจัยเรื่อง การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง ของช่อลัดดาขวัญเมือง (สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์, 2544) และงานวิจัยเรื่อง การสร้างมาตรประเมินและปกติวิสัยของความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นไทย ของ คมเพชร ฉัตรสุกกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2544)

3. การวัดปรีชาเชิงอารมณ์โดยกำหนดนิยามขึ้นมาใหม่ การวัดปรีชาเชิงอารมณ์ในรูปแบบนี้ได้อาศัยการกำหนดนิยาม EQ ขึ้นมาใหม่ให้มีความสอดคล้องเหมาะสมกับสังคมวัฒนธรรมไทย ซึ่งการสร้างเครื่องมือวัด EQ ตามแนวนี้มีไม่มากนัก เช่น แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต, 2543) เป็นแบบการประเมินตนเอง (self-report) ที่ใช้กับประชาชนไทยอายุ 12 – 60 ปี แบบประเมินนี้ถูกพัฒนาขึ้นมาภายใต้กรอบแนวคิดที่ให้ความสำคัญกับการเป็นคนดี คนเก่ง และคนที่มีความสุขทางอารมณ์ แบบประเมินนี้ประกอบด้วยโครงสร้างหลัก 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข และมีองค์ประกอบด้านละ 3 องค์ประกอบ รวมเป็น 9 องค์ประกอบย่อย มีข้อคำถามทั้งหมด 52 ข้อ ในแต่ละข้อมีคำตอบให้เลือกตอบระดับใดระดับหนึ่งจาก 4 ระดับได้แก่ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง และจริงมาก แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต มี 2 ชุด ได้แก่ แบบประเมิน

ความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12 –17 ปี) และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 15 –60 ปี)

การวัดปรีชาเชิงอารมณ์มีหลายรูปแบบที่แตกต่างกันไปตามแนวคิดของนักทฤษฎี การวัดปรีชาเชิงอารมณ์จากแนวคิดต่าง ๆ มีลักษณะร่วมกันในเรื่องการรับรู้อารมณ์ของตนเอง เข้าใจผู้อื่นและสามารถจัดการกับอารมณ์ได้ดี สำหรับการวัดปรีชาเชิงอารมณ์ในประเทศไทยนั้นยังมีการวัดปรีชาเชิงอารมณ์ที่อิงบริบททางสังคมและวัฒนธรรมไทยน้อยมาก และยังขาดการตรวจสอบความเที่ยงตรงและเชื่อถือได้ของผลการวัดตามแนวคิดดังกล่าวนี้

### ปรีชาเชิงอารมณ์ตามแนวพุทธศาสนา

คำว่า ปรีชาเชิงอารมณ์ เป็นศัพท์ที่พระธรรมปิฎกท่านกำหนดขึ้นในการเขียนบทความเรื่องนี้ครั้งแรกให้ในการจัดประชุมเรื่อง "อีคิว" ของสถาบันวิจัยพุทธศึกษาศาสตร์ คำว่า "ปรีชา" ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ.2525 (ราชบัณฑิตสถาน, 2539 หน้า 16) หมายถึง ปัญญาสามารถ ความรอบรู้ จัดเจน "อารมณ์" หมายถึง เครื่องยึดเหนี่ยว ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ นิสัยใจคอ (ราชบัณฑิตสถาน, 2539 หน้า 943) เมื่อรวมกันเป็น ปรีชาเชิงอารมณ์ จึงหมายถึง การมีปัญญาควบคุม ความคิด ความรู้สึก หรือนิสัยใจคอที่มีปัญญากำกับ ถ้าใครมีปรีชาเชิงอารมณ์ในระดับสูงเท่าไร โอกาสที่จะเป็นคน "เจ้าอารมณ์" ก็จะมีน้อยลง

#### อารมณ์คือสภาพของจิต

ในทางพุทธศาสนา คำว่า "อารมณ์" (sense objects or object of consciousness) (ภาษาบาลี) หมายถึง สิ่งที่จิตรับรู้ เช่น หูได้ยินเสียง หรือจิตเกิดขึ้นรับรู้เสียง เสียงนี้เป็นอารมณ์ของจิต (ทางหู) หรือเรียกว่า โสตวิญญาน เป็นต้น ความหมายของ "อารมณ์" ที่ใช้แทนคำว่า "emotion" ในภาษาไทย ปัจจุบันที่ได้กล่าวไว้ในย่อหน้าแรก จึงมาตรงกับคำว่า "สภาพของจิต (mental property)" หรือ "อาการของจิต" (หรือเรียกว่า เจตสิก) ในพุทธศาสนา ในบทความนี้จึงใช้คำ "อารมณ์" (emotion) ว่าหมายถึง สภาพของจิต หรือสภาพจิต หรือเจตสิก

"จิต" (state of mind or mental state) เป็นสภาพรู้ จิตมีหน้าที่คิด มีหน้าที่รับรู้สิ่งต่าง ๆ (อารมณ์ ในภาษาบาลี) คำว่าจิตนี้มีเรียกอีกหลายชื่อตามธรรมชาติและบทบาทหน้าที่ที่หลากหลายของจิต เช่น ใจ มนัส หทัย วิญญาน เป็นต้น (สุจินต์ บริหารวนเขตต์, 2536 , หน้า 63-72) เมื่อ "จิต" เกิดขึ้นรับรู้สิ่งใด "สภาพของจิต" หรือ "เจตสิก" ย่อมเกิดขึ้นควบคู่ไปด้วยเสมอ เช่น จิตเกิดขึ้นรับรู้ (เห็น) ภาพทางตา ขณะนั้นสภาพของจิตที่เกิดขึ้นควบคู่กับจิตเห็นอาจเป็นความรู้สึกดีใจ เสียใจ หรือเฉย ๆ หรือเมื่อจิตเกิดขึ้นรับรู้(ได้ยิน)เสียง ขณะนั้นก็มีสภาพจิตเกิดควบคู่กับจิตเช่นเดียวกัน สภาพของจิต หรือเจตสิก มีทั้งหมด 52 ชนิด แบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่ม คือ

1. ฝ่ายกลาง มี 13 ชนิด เช่น ความเพียร เจตนา สัญญา การคิด (มนสิการ) ผัสสะ (สัมผัส) เวทนา (ความรู้สึก) เป็นต้น

2. ฝ่ายดี (กุศลเจตสิกหรือโสภณเจตสิก) มี 25 ชนิด เช่น ความไม่โกรธ ไม่โลภ สติ (ระลึกได้ใน กุศลต่างๆ) หิริโอตตัปปะ(รังเกียจและเกรงโทษของอกุศล) ศรัทธา(เลื่อมใสในกุศลธรรม) เป็นต้น

3. ฝ่ายชั่ว (อกุศลเจตสิก) มี 14 ชนิด เช่น ความโกรธ ความริษยา ความโลภ ความหลง ความหลงทิฏฐิ (เห็นผิดในสภาพธรรม) มานะ (สำคัญตน ทะนงตน) เป็นต้น

อารมณ์ (emotion) หรือความรู้สึกหรือสภาพจิตจึงมีทั้งฝ่ายดี (กุศล) ฝ่ายกลาง และฝ่ายชั่ว (อกุศล) เช่นเดียวกัน แต่เรามักสนใจอารมณ์ฝ่ายดีหรืออารมณ์ฝ่ายชั่ว เช่น ความเมตตา ความกรุณา เป็นอารมณ์ฝ่ายดี ส่วน ความโกรธ ความโศกเศร้า ความริษยา เป็นอารมณ์ฝ่ายชั่ว ซึ่งทางพุทธศาสนา เรียกว่า กิเลส

ในทางพุทธศาสนาถือว่าจิต (หรือใจ) เป็นใหญ่ เป็นประธาน ถ้าสภาพจิตใจดีงาม การกระทำ หรือพฤติกรรมทางกายและทางวาจาก็ดีงามไปด้วย เนื่องจากเจตนา (ความตั้งใจคิดหมาย) เป็นตัวกำหนด พฤติกรรม (พระธรรมปิฎก, 2536, หน้า 3) ดังนั้น แนวคิดเบื้องต้นในการพัฒนาปรีชาเชิงอารมณ์ คือการพัฒนาอารมณ์ฝ่ายกุศลและควบคุมอารมณ์ฝ่ายอกุศล (กิเลส) โดยอาศัยพลังของฝ่ายกลาง (พระราชาวรมุณี, 2543, หน้า 27) เนื่องจากอารมณ์ฝ่ายกุศลเป็นคุณประโยชน์และประกอบด้วยปัญญา นำไปสู่พฤติกรรมที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์ ส่วนอารมณ์ฝ่ายอกุศลไม่ประกอบด้วยปัญญาและไม่เกื้อกูล นำไปสู่พฤติกรรมที่เป็นปัญหา (พระธรรมปิฎก, 2543, หน้า 37)

### พฤติกรรม

คำว่าพฤติกรรมหรือกรรมในทางพุทธศาสนาสามารถจำแนกตามทางที่แสดงออกได้ 3 ทาง คือ ทางกาย วาจา และใจ และจำแนกตามคุณภาพได้ 2 ชนิด คือ ดีและชั่ว (ไม่ดี) ในตาราง 3 เป็นการแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมทางกาย วาจา และใจ ทั้งที่เป็นฝ่ายดีและฝ่ายชั่ว (สนทนากับอาจารย์สุชีพ ปุญญาภาพ, 24 มิถุนายน 2542, พระธรรมปิฎก, 2538, หน้า 159-160) พฤติกรรมฝ่ายดี คือ แนวทางความประพฤติที่ทำให้เป็นคนสะอาด หรือกุศลกรรมบถ 10 (กาย 3 วาจา 4 และใจ 3) นั่นเอง (พระธรรมปิฎก, 2538, หน้า 759-760) พฤติกรรมฝ่ายชั่ว (ทุจริต) เกิดจากกิเลสอย่างหยาบ ส่วนกิเลสอย่างกลาง และอย่างละเอียด ไม่ทำให้ถึงขั้นทุจริต กิเลสอย่างกลางทำให้จิตไม่สงบ ครองงำทำให้จิตใจเศร้าหมอง เรียกว่า นิวรณ์ 5 (พอใจในกาม พยาบาท หดหู่ ไม่ขึ้นบาน ฟุ้งซ่านรำคาญใจ และล้งเลตกลงใจไม่ได้) ส่วนกิเลสอย่างละเอียดนั้น เกือบตัว อยู่ในสันดาน จะปรากฏก็ต่อเมื่อมีอะไรมาทวน (สุชีพ ปุญญาภาพ, 2542)

ตาราง 3 แสดงการจำแนกพฤติกรรมตามฝ่ายและการแสดงออก

ฝ่าย	พฤติกรรมที่แสดงออก		
	กาย	วาจา	ใจ
ดี	กายสุจริต : เว้นฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม รวมทั้งการช่วยเหลือ รับใช้ ขวนขวายในกิจที่ดีงาม	วาจาสุจริต : พูดความจริง พูดสมานสามัคคี พูดสุภาพ พูดมีประโยชน์	มโนสุจริต : ไม่คิดเอาของคนอื่นมาเป็นของตน ไม่คิดให้คนอื่นพินาศ สัมมาทิฐิ (ความเห็นถูก)
ชั่ว (ไม่ดี)	กายทุจจริต : ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม	วาจาทุจจริต : พูดปด พูดส่อเสียด (ยุยงให้แตกกัน) พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อ (เปล่าประโยชน์)	มโนทุจจริต : โลภะ (โลภ) โทสะ (โกรธ) โมหะ (หลง) คิดเอาของคนอื่นมาเป็นของตน คิดให้คนอื่นพินาศ เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม (มีจอาทิฐิ)

**ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา**

พฤติกรรมทางกายและวาจา(ในพุทธศาสนารวมอาชีวะด้วย) มีเจตนาเป็นตัวนำ เจตนาคือความตั้งใจ ตั้งใจ ขวนขวายที่จะกระทำ เจตนานี้เป็นสภาพจิตชนิดหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นความตั้งใจในทางดีหรือในทางไม่ดีก็ได้ พฤติกรรมที่ดี(หรือไม่ดี)ย่อมเกิดจากสภาพจิตที่ดี(หรือไม่ดี) นั่นคือมีความสอดคล้องกันระหว่างพฤติกรรมและสภาพจิตใจ ถ้าพฤติกรรมดีแต่สภาพจิตไม่ดีย่อมเกิดความขัดแย้ง และทำด้วยความฝืนใจไม่มีความสุข และในทางกลับกันเมื่อได้แสดงพฤติกรรมที่ดีแล้วจิตใจย่อมมีความสุขความพอใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อมีปัญญารู้ว่าพฤติกรรมที่ดีนั้นมีคุณค่ามีประโยชน์ต่อบุคคลและต่อสังคมอย่างไร ย่อมทำให้จิตใจมีความสุขความพอใจที่ได้แสดงพฤติกรรมเช่นนั้นออกไป ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าปัญญาให้แสงสว่างนำทางให้กับจิตใจและพฤติกรรม ถ้าขาดปัญญาจะทำให้จิตใจอึดอัดคับข้องใจ และพฤติกรรมก็อาจไม่ถูกต้องเหมาะสมได้ ส่วนจิตใจนั้นก็มิอิทธิพลต่อปัญญาเช่นกัน จิตใจที่เข้มแข็ง มีความเพียร มีสมาธิ เบิกบาน จะเอื้อให้มีกำลังในการคิด เป็นการพัฒนาปัญญา จิตใจที่กล่าวแล้วนี้ย่อมส่งผลให้มีพฤติกรรมแสวงหาความรู้ด้วย กล่าวโดยสรุป พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา เป็นองค์ประกอบ 3 ส่วนที่อิงอาศัยกัน ทำให้การพัฒนามนุษย์เป็นไปอย่างสมบูรณ์และยั่งยืน(พระธรรมปิฎก, 2541, หน้า 18-23)

ด้วยความสัมพันธ์ดังที่กล่าวแล้ว การที่จะพัฒนาเจตนาในทางดีต้องอาศัยปัญญา ซึ่งจะส่งผลเป็นพฤติกรรมที่ดีงาม หลักการพัฒนามนุษย์ตามแนวพุทธศาสนาจึงต้องพัฒนาให้ครบทั้ง 3 องค์ประกอบซึ่ง



บูรณาการกันหรือเป็นปัจจัยต่อกันและกัน คือ พุทธิกรรม จิตใจ และปัญญา และนี่คือ ศิล สมาธิ และปัญญา ในหลักไตรสิกขาของพุทธศาสนานั่นเอง (พระธรรมปิฎก, 2539, หน้า 2-6)

ศีล หมายถึงการไม่เจตนาละเมิดระเบียบวินัย หรือไม่เจตนาเบียดเบียนผู้อื่น หรือคือการสำรวมระวังไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้น ทั้งหมดนี้เป็นการปฏิบัติที่มองเห็นได้ภายนอก (พุทธทาสภิกขุ, 2525, หน้า 5-6; พระธรรมปิฎก, 2538, หน้า 767)

สมาธิ หมายถึงการที่จิตตั้งมั่นต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จิตที่มีสมาธิจะมีพลังสงบใส ไม่เครียด นั่นคือมีสมรรถภาพและคุณภาพสูงสุด เหมาะแก่การใช้งาน (พุทธทาสภิกขุ, 2525, หน้า 5-6; พระธรรมปิฎก, 2538, หน้า 830)

ปัญญา หรือเรียกว่า ญาณ เป็นสภาพจิตฝ่ายดี หมายถึง ความรู้ ความรอบรู้ รู้แจ้งชัด รู้ทั่วถึงความจริง หรือรู้ตรงตามความเป็นจริง เช่น รู้เหตุรู้ผล รู้ดีรู้ชั่ว รู้ถูกรู้ผิด รู้ควรไม่ควร รู้คุณรู้โทษ รู้ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ (พระธรรมปิฎก, 2538, หน้า 22-23) ปัญญาเปรียบเสมือนแสงสว่าง เมื่อบุคคลไม่เข้าใจสิ่งใดเปรียบเสมือนอยู่ในความมืด เมื่อมีความเข้าใจจึงมีแสงสว่าง มาขับไล่ความมืดไปได้

ไตรสิกขา (ศีล สมาธิ และปัญญา) คือกระบวนการพัฒนามนุษย์ (พุทธิกรรม จิตใจ และปัญญา) เพื่อให้มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา

การพัฒนาด้านศีล คือกระบวนการฝึกพุทธิกรรมให้ตั้งงามเกื้อกูลต่อมนุษย์และสิ่งแวดล้อม

การพัฒนาด้านสมาธิ คือการพัฒนาคุณสมบัติด้านจิต เช่น กรุณา ความเพียร ความเข้มแข็ง ความร่าเริง และความสุข

การพัฒนาด้านปัญญา คือ การพัฒนาความรู้ความเข้าใจ (พระธรรมปิฎก, 2544, หน้า 62-71)

### แนวทางการเกิดพุทธิกรรม

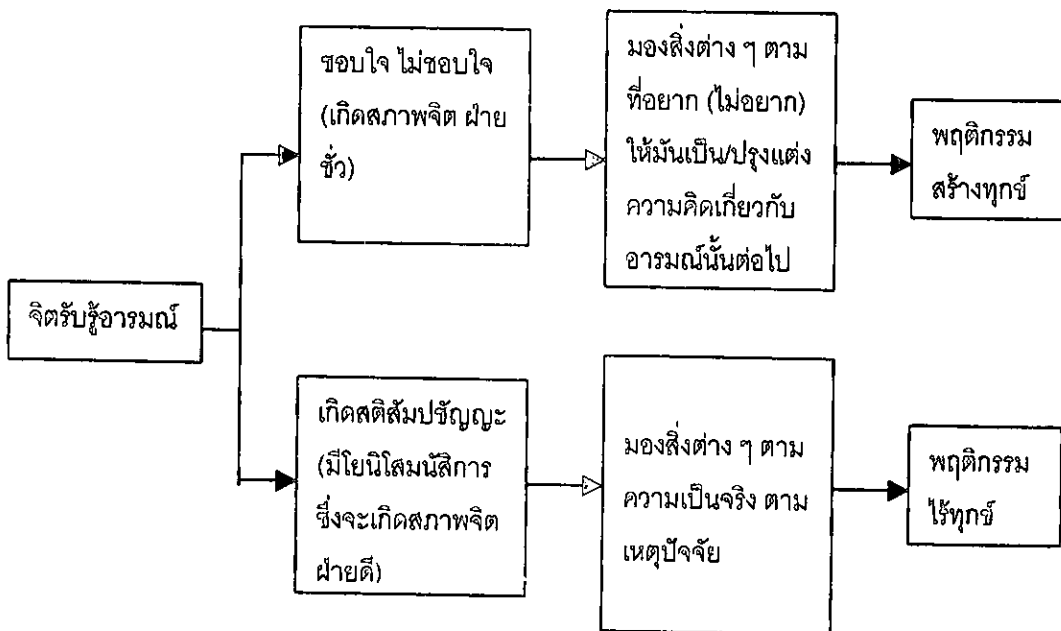
คนทั่วไปเมื่อจิตเกิดขึ้นรับรู้สิ่งใดในชีวิตประจำวันทางทวาร(ประตู)ทั้ง 6 คือ ทางตา (เห็นสิ่งต่างๆ) ทางหู (ได้ยินเสียง) ทางจมูก (ได้กลิ่น) ทางลิ้น (ลิ้มรส) ทางกาย (สัมผัส) และทางใจ (คิดนึกปรุงแต่ง) จะมีสภาพของจิตที่เป็นความรู้สึก(เวทนาเจตสิก)เกิดขึ้นด้วย เวทนามี 5 อย่าง คือ สุข(ทางกายและทางใจ) ทุกข์(ทางกายและทางใจ) และเฉยๆ (ระวี ภาวิไล, 2538, หน้า 40) เมื่อสุขก็ชอบใจติดใจสิ่งนั้น อยากได้อีกอยากเสพอีก ถ้าทุกข์ก็ขัดใจเสียใจ และอยากหลีกเลี่ยงอยากทำลาย สภาพของจิตใจนี้สามารถผลักดันให้แสดงออก(พุทธิกรรม)กายและวาจาที่สอดคล้องกับจิตใจ

การชอบใจหรือขัดใจเหล่านี้สามารถทำให้ความคิดเห็นเอนเอียงไม่ตรงตามความเป็นจริงของสิ่งนั้น จิตใจตกอยู่ในความชอบใจหรือขัดใจนั้น (เรียกว่าตกอยู่ในอดีต) หรือคิดปรุงแต่งต่อไปในอนาคต (เรียกว่าเพ้อถึงอนาคต) ไม่สามารถมีใจเป็นกลางรับรู้สิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้ตรงตามธรรมชาติที่เป็นจริง(พระธรรมปิฎก, 2538, หน้า 819-821)แต่ถ้าเกิดสติสัมปชัญญะจะสามารถปรับความรู้สึกให้เป็นไปในทางดีและพุทธิกรรมที่ตามมาย่อมเป็นไปสอดคล้องกัน นี่คือบทบาทของปัญญา

## สติสัมปชัญญะในชีวิตประจำวัน

แนวการพัฒนาความเคยชินของสภาพจิตใจ ความคิด และพฤติกรรมดังกล่าวแล้ว คือการมีสติตามทันปัจจุบัน มองสิ่งต่างๆตามที่มันเป็นอยู่ในปัจจุบัน เช่น เห็นหรือรับรู้สภาพจิตของตนในปัจจุบัน ปัญญาที่สะสมมาจะได้ทำหน้าที่ตามกำลังของมัน วิธีนี้จะทำให้จิตมีคุณภาพดี เบิกบาน ผ่องใส และเป็นอิสระ ตัวอย่างเช่น นิสิต ก. พบเพื่อนทำหน้าบึ้ง อาจเกิดสภาพจิตตามแนวทางแรก คือไม่พอใจ และปรุงแต่งความคิดว่าเพื่อนไม่พอใจตน และอาจแสดงอาการโกรธตอบด้วย หรืออาจมีสติพยายามคิดหาสาเหตุของการที่เพื่อนมีหน้าตาเช่นนั้น เมื่อเข้าใจเหตุแล้วมีความเห็นอกเห็นใจและแสดงออกซึ่งการหาทางช่วยเหลือก็ได้

แนวทางของสภาพจิต 2 แนวทางหลังจากการรับรู้สิ่งใดแล้วนำไปสู่พฤติกรรม 2 แนวทาง (พระเทพเวที, 2535, หน้า 38-39; 2536, หน้า 23) สามารถสรุปดังภาพประกอบต่อไปนี้



ภาพประกอบ กระบวนการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์สองแนวทาง

ในชีวิตประจำวัน เมื่อเราได้ประสบหรือรับรู้สิ่งใด (มีผัสสะ) จึงมีทางเลือกเดินสองทาง (พระธรรมปิฎก, 2536 หน้า 10-24)

1. เกิดความพอใจ ไม่พอใจ (ยินดี ยินร้าย) หรือเฉย ๆ (มีเวทนา หรือความรู้สึกสุข ทุกข์) แล้วตามมาด้วยความอยากได้ ไม่อยากได้ (ตัณหา) และนำไปสู่พฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทางนี้ไม่ประกอบด้วยปัญญา เป็นพฤติกรรมที่มีตัณหาเป็นตัวกำหนด

2. เกิดสติ (รวมทั้งปัญญาที่สะสมไว้) คิด พิจารณา ไตร่ตรอง (โยนิโสมนสิการ) มองตามเป็นจริง (เช่น มองตามเหตุปัจจัย)ไม่ใช่ตามที่อยากให้มันเป็น ซึ่งจะหันเหจากตัณหา จึงแสดงพฤติกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหา หรือเป็นพฤติกรรมที่เนื่องมาจากปัญญา

การเลือกเดินทางแนวที่สองนี้ต้องอาศัยสติและสัมปชัญญะเป็นตัวช่วย สติเป็นตัวเชื่อมโยงจิตให้อยู่กับสิ่งนั้น ๆ ไม่ว่าจะทำอะไรก็ระลึกถึงสิ่งที่ทำอยู่ ส่วนสัมปชัญญะเป็นปัญญา คือการรู้และเข้าใจในสิ่งนั้นที่สติเชื่อมโยงไว้ หรือสิ่งที่กำลังทำอยู่ เช่น กำลังโกรธ เมื่อสติเกิดเชื่อมโยงให้เห็นความโกรธนั้นแล้วใช้โยนิโสมนสิการพิจารณาหาเหตุผลของการโกรธ ประโยชน์และโทษของการโกรธ ผลกระทบที่จะเกิดกับตนเองและผู้อื่น หาทางออกโดยไม่เข้าใจผิด เป็นต้น

### การพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา

การพัฒนาพฤติกรรม (ศีล) การแสดงออกของคนทั่วไปไม่ว่าจะเป็นด้านกายหรือวาจาในขั้นต้นสามารถควบคุมหรือพัฒนาได้โดยใช้วินัย หรือประเพณีวัฒนธรรม ซึ่งจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่เคยชินที่ดี เช่น การเข้าคิว การพูดขอบคุณ การไม่แสดงออกซึ่งอารมณ์มากเกินไป การไม่พูดก้าวร้าว เป็นต้น อย่างไรก็ตาม การอบรมศีลอย่างเดียวอาจเกิดความเก้บกดได้ จึงต้องมีการพัฒนาจิตใจและปัญญาควบคู่ไปด้วย การพัฒนาจิตใจเพื่อให้จิตมีคุณสมบัติที่ดี คือการพัฒนาอารมณ์หรือสภาพจิตฝ่ายดี เช่น ความเมตตา กรุณา เป็นต้น ซึ่งเรียกว่า คุณธรรม และพัฒนาสภาพจิตที่เป็นกลาง เช่น ความเพียร การคิด เป็นต้น นี้เรียกว่า สมรรถภาพของจิต ซึ่งจะก่อให้เกิดความสุขใจ ความพอใจ เป็นต้น และประการหลังคือสุขภาพจิต โดยรวมการพัฒนาจิตใจ มุ่งหมายเพื่อให้มี คุณธรรม สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต และนอกจากนั้นก็คือการพัฒนาปัญญา (การรู้ถูกต้องตามความเป็นจริง) เช่น การคิดไตร่ตรองเพื่อให้เข้าใจเหตุผลของการกระทำหรือสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้น มีความเห็นถูกต้อง เช่น เห็นว่าการพูดปด การแสดงวาทก้าวร้าวเป็นสิ่งไม่ดี เป็นต้น (พระธรรมปิฎก, 2536, หน้า 37-39)

จิตที่พัฒนาดีแล้วจะได้สมดุลไม่กระสับกระส่าย จะเอื้อต่อการใช้ปัญญาในการคิดพิจารณา ทำให้มองเห็นทางเลือก และเป็นอิสระ และยังช่วยเกื้อหนุนให้มีพฤติกรรมที่ดีงาม ในทำนองเดียวกันปัญญา (หรือการคิดดี) จะส่งผลให้สภาพจิตใจดีและนำไปสู่พฤติกรรมที่ดี จิตและปัญญา ทำงานร่วมกันโดยมีสติเป็นตัวเชื่อม (สนทนากับพระธรรมปิฎก, 19 ตุลาคม 2542) สติเป็นสภาพจิตฝ่ายดี เป็นการระลึกได้หรือดึงจิตไว้กับสิ่งที่รับรู้ เพื่อให้โอกาสจิตได้รู้ทันโดยเข้าใจถูกต้อง (สัมปชัญญะ) เช่น ความโกรธเกิดขึ้น สติเกิดขึ้นทำให้จิตรับรู้ความโกรธ จะเป็นโอกาสให้ได้พิจารณาเหตุและผลของความโกรธ โดยอาศัยโยนิโสมนสิการ (การคิดไตร่ตรอง) เมื่อเกิดปัญญา ความโกรธจะหายไป พฤติกรรมจึงเหมาะสม แต่ถ้าเรายังสนใจสิ่งที่ทำให้โกรธหรือสติเกิดแล้วไม่พิจารณา เราก็ยังคงโกรธต่อไปและแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

การพัฒนาสภาพจิตหรืออารมณ์ฝ่ายดี สามารถทำได้ 2 แนวทาง แนวทางแรกเรียกว่า สมณะ ส่วนแนวทางที่สองคือวิปัสสนา สมณะ หมายถึงความสงบจากอกุศล (สุจินต์ บริหารวนเขตต์, 2536, หน้า

433) การอบรมจิตให้สงบจากอกุศลในชีวิตประจำวัน อาจเป็นการรุ่มอารมณ์ฝ่ายไม่ดีไม่ให้มีบทบาทพร้อมกันนั้นก็ปลูกฝังจิตให้เคยชินกับสภาพจิตที่ดี ๆ จิตจะมีความโน้มเอียงเช่นนั้น (สนทนาธรรมกับพระธรรมปิฎก, 19 ตุลาคม 2542) เช่น คนที่มีอะไรกระทบแล้วโกรธง่ายบ่อย ๆ จิตจะเคยชินเช่นนั้น แต่ถ้าสร้างสภาพจิตให้มีเมตตา ให้มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จิตก็มีความโน้มเอียงที่จะมีสภาพเช่นนั้น ในเรื่องสมณะนี้ จิตจะแน่วแน่เป็นสมาธิอยู่กับสิ่งหนึ่ง ๆ ไม่ส่ายไปทีอื่น อย่างไรก็ตาม วิธีนี้จิตจะเป็นกุศลชั่วขณะเท่านั้น การที่จิตจะสงบจากอกุศลและพัฒนาขึ้นได้เรื่อย ๆ และสามารถมีหลักที่จะสอนคนอื่นได้ด้วยนั้นต้องประกอบด้วยปัญญา หรือการรู้ความเป็นจริงของธรรมชาติ (วิปัสสนา) ที่มาที่สำคัญของปัญญาเกิดจากการพิจารณาไตร่ตรอง หรือ เรียกว่าโยนิโสมนสิการ (พระเทพเวที, 2535 ; พระธรรมปิฎก, 2536 หน้า 31) การรู้ และเข้าใจความเป็นจริง (รู้ถูกเข้าใจถูก) จะทำให้เข้าใจชีวิตของตนเองและของผู้อื่น สภาพจิตจะเป็นสุข และเป็นอิสระจากกิเลส

### การคิดตามหลักพุทธธรรมหรือโยนิโสมนสิการ

โยนิโสมนสิการ หรือ การคิดไตร่ตรอง คิดพิจารณา การรู้จักคิด การคิดเป็น หรือการคิดถูกวิธี จะช่วยให้เข้าใจความจริงและเห็นแง่มุมที่เป็นประโยชน์ของสิ่งต่าง ๆ โยนิโสมนสิการ เป็นการใช้ความคิดในชีวิตประจำวัน เมื่อรับรู้สิ่งใดหรือเหตุการณ์ใด ไปในแนวทางที่จะไม่ให้เกิดทุกข์ ให้เป็นประโยชน์แก่ตนและผู้อื่นและปัญญาเจริญขึ้นจนไปสู่ความเป็นอิสระ วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการสามารถจำแนกได้ 10 แบบ คือ (ดูรายละเอียดใน เช่น พระเทพเวที, 2535 ; พระธรรมปิฎก, 2538 หน้า 675-727 ; เสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2541) 1) สืบสาวเหตุปัจจัย 2) แยกแยะหรือวิเคราะห์ส่วนประกอบ 3) สามัญลักษณ์หรือรู้เท่าทันธรรมดาของสิ่งทั้งหลาย 4) อริยสัจจ์ หรือแก้ปัญหา 5) อรรถ (จุดหมาย) ธรรม (หลักการ) สัมพันธ์ 6) เห็นคุณโทษ (พิจารณาส่วนดีส่วนเสียของสิ่งต่างๆ) และทางออก 7) รู้คุณค่าแท้ – คุณค่าเทียมในการบริโภค 8) อุบายปลูกเจ้าคุณธรรม (คิดนึกปรุงแต่งไปในทางกุศล) 9) เป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน (คิดในสิ่งที่กำลังรับรู้หรือกำลังทำ ไม่พะวงถึงสิ่งที่ผ่านไปหรือสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น) และ 10) วิภังชวาท (การคิดและพูดโดยแยกแยะประเด็น) ดังคำอธิบายโดยย่อสำหรับแต่ละแบบดังนี้

1. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย (แบบพื้นฐาน) เป็นการพิจารณาเหตุและปัจจัย ที่ส่งผลต่อ ๆ กัน
2. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ เป็นการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ว่าประกอบด้วยส่วนย่อย ๆ มารวมกัน เช่น รถ มีส่วนประกอบมากมาย คนก็ประกอบด้วยส่วนย่อย ๆ ประชุมรวมกัน แต่ละส่วนประกอบย่อยก็มีเหตุปัจจัยสืบเนื่องกัน (วิธีคิดแบบ 1) และแต่ละส่วนไม่เที่ยงแท้ ไม่ยั่งยืน (วิธีคิดแบบที่ 3)
3. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์(หรือวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา) สิ่งทั้งหลายเกิดแล้วต้องดับไป ไม่เที่ยงแท้ (อนิจจัง) ไม่อาจคงสภาพเดิม (เป็นทุกข์) และไม่มีใครบังคับมันได้ มันเป็นไปตามเหตุปัจจัย (อนัตตา) วิธีคิดนี้แบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน คือ

1) ชื่นวางใจให้สอดคล้องกับธรรมชาติที่เป็นจริง เป็นอิสระ คือ เมื่อประสบกับเหตุการณ์ใดที่ไม่เป็นที่พอใจ แล้วคิดว่านั่นเป็นธรรมดาตามเหตุปัจจัยของมัน (มองตามความเป็นจริง ไม่ใช่มองเพราะว่าอยากให้มันเป็น)

2) ชั้นปฏิบัติตามเหตุปัจจัยที่ศึกษาจนเข้าใจ แล้วผลจะเกิดเอง

4. วิธีคิดอย่างอริยสัจ (วิธีคิดแบบแก้ปัญห) เป็นวิธีคิดที่มุ่งตรงต่อเรื่องที่ต้องการแก้ปัญหา ไม่ฟุ้งซ่านออกไปนอกประเด็น เริ่มจากกำหนดรู้ปัญหา(ทุกข์)(ไม่ใช่เป็นทุกข์)แล้วหาสาเหตุ ต่อไปกำหนดเป้าหมายที่ต้องการและวิธีการปฏิบัติเพื่อแก้ไขเหตุ นั้น เพื่อการดับทุกข์และลงมือปฏิบัติ

5. วิธีคิดแบบอรรถสัมพันธ์ ธรรมคือหลักการคำสอน ส่วนอรรถคือความมุ่งหมายหรือเหตุผลที่วางหลักการไว้เช่นนั้น ๆ ความคิดเช่นนี้ (จะปฏิบัติหลักการใดและเพื่ออะไร) จะทำให้มีการปฏิบัติถูกต้อง และบรรลุจุดมุ่งหมาย ไม่คลาดเคลื่อน งมงาย เช่น ไม่หลงเข้าใจว่าคนที่ประทุพติตนเคร่งครัดผิดปกติ เป็นผู้วิเศษ เป็นต้น

6. วิธีคิดแบบคุณโทษและทางออก หมายถึง การพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ทั้งด้านดีและด้านเสีย และเมื่อจะแก้ปัญหาก็จะละจากสิ่งที่เป็นปัญหานั้นไป ต้องพิจารณาก่อนว่าสิ่งใหม่นั้นดีกว่าอย่างไร จะพ้นจากปัญหาจริงไหม

7. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม หมายถึงการพิจารณาการบริโภคสิ่งต่างๆ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกว่ามีความดีอย่างไร มีคุณค่าแท้หมายถึง การบริโภคเพื่อความดำรงอยู่ของชีวิต ซึ่งต้องอาศัยปัญญาในการพิจารณา เช่น บริโภคอาหารเพื่อดำรงชีวิต เพื่อสุขภาพ ส่วนคุณค่าเทียมหรือคุณค่าเสริม เป็นคุณภาพที่เสริมตัวตน ซึ่งมีต้นเหตุ เช่น บริโภคอาหารเพื่อความอร่อย หรือเพื่อความโก้หรู ถ้าบุคคลบริโภคโดยมุ่งคุณค่าแท้ จะไม่เป็นทาสของวัตถุ ซึ่งเป็นวิธีคิดที่ขัดเกลากิเลส

8. วิธีคิดแบบอุปายปลูกเร้าคุณธรรม (หรือวิธีคิดแบบเร้ากุศล) หมายถึงการคิดนึกปรุงแต่งไปในทางดีงาม เป็นประโยชน์หลังจากที่ได้รับรู้สิ่งใด ๆ ซึ่งการคิดนึกนี้จะเป็นไปตามความเคยชินที่ได้สั่งสมมา และแม้เมื่อนึกไปในทางไม่ดีงามแล้ว สามารถหันเหความคิดไปในทางดีได้ เช่น เมื่อเห็นว่าใกล้สอบแล้วเร่งขวนขวายดูหนังสือให้เข้าใจ ไม่ท้อแท้หมดกำลังใจ

9. วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน หมายถึงการพิจารณาสิ่งที่เป็นปัจจุบัน สิ่งที่ทำกำลังรับรู้ กำลังกระทำอยู่ หรือคิดในสิ่งที่สติระลึกอยู่ ไม่ใช่คิดอาวรณ์ถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว (ติดข้องอยู่กับความชอบใจไม่ชอบใจนั้น) หรือเพ้อฝันถึงสิ่งที่ยังไม่เป็นจริงในปัจจุบัน

10. วิธีคิดแบบวิภาษวาท หมายถึง ลักษณะการพูดที่เป็นเครื่องสะท้อนความคิดในลักษณะที่มีการจำแนกแยกแยะออกเป็นด้าน ๆ ไม่ใช่พูดคลุมลงไปเพียงแง่เดียว เช่น มองคนหนึ่ง ๆ ว่าเขามีดีด้านใด และไม่ดีด้านใด การวินิจฉัยสิ่งหนึ่ง ๆ ว่าดีในแง่ใด ไม่ดีในแง่ใด การแยกแยะเหตุผลของเหตุการณ์ตามลำดับตามเหตุปัจจัยที่แท้จริง ไม่ด่วนสรุปข้ามลำดับของเหตุผล และวิเคราะห์เหตุปัจจัยได้ตรงกับผล

การคิดเป็นหรือคิดถูกวิธีจะช่วยข่มสภาพจิตด้านอกุศล และเสริมสร้างสภาพจิตด้านกุศล ให้เข้มแข็งขึ้นเรื่อย ๆ เป็นฐานของปัญญา และนำไปสู่ปัญญาเห็นชอบ (มองเห็นทางเลี้ยว ทางออก มองเห็นประโยชน์จากทุกเหตุการณ์ไม่ว่าดีหรือร้าย) ซึ่งเป็นประโยชน์ทั้งด้านจิตใจ (มีความสุข ความผ่อนคลาย) และพฤติกรรมที่ดีงาม (เช่น การช่วยเหลือผู้อื่น)

#### สติปัฏฐาน 4

สติสัมปชัญญะ เป็นธรรมที่มีอุปการะมากในการพัฒนาสภาพจิตฝ่ายดี และลดสภาพจิตฝ่ายชั่ว ในที่นี้จะกล่าวอย่างย่อถึงหลักการและขั้นตอนในการพัฒนาจิต พระพุทธเจ้าท่านได้สอนหลักสำคัญยิ่งในการปฏิบัติไว้ คือ สติปัฏฐาน 4 (foundations of mindfulness) (พระธรรมปิฎก, 2538, หน้า 804) สติปัฏฐาน 4 หมายถึง การมีสติกำกับอยู่ที่ 4 แห่ง คือ กาย (พฤติกรรม) เวทนา (ความรู้สึก) ภาวะจิต และธรรม (ความนึกคิดไตร่ตรอง) (พระธรรมปิฎก, 2538, 812 - 815) ในสติปัฏฐาน จึงมีทั้งสติสัมปชัญญะ (ปัญญารู้ชัดในสภาพธรรม ตามความเป็นจริง โดยไม่ยึดมั่นว่าเป็นเขา เป็นเรา) และความเพียร (แรงหนุนให้กุศลเจริญยิ่งขึ้น) ซึ่งในทางปฏิบัติบุคคลสามารถกระทำได้ในชีวิตประจำวัน ไม่จำเป็นต้องปลีกตัวออกจากสังคม

วิธีการเจริญสติปัฏฐานมีหลายวิธี อานาปานสติ เป็นวิธีที่นำมาใช้ปฏิบัติกันมากที่สุด เนื่องจากเป็นวิธีที่สะดวก อาศัยลมหายใจ ปฏิบัติง่าย ไม่มีอันตราย เหมาะสำหรับคนส่วนมาก เป็นสิ่งที่ป็นรูปธรรม ซึ่งกำหนดได้ชัดเจน มีประโยชน์ต่อสุขภาพกายและใจ เป็นได้ทั้งสมถะ (ทำจิตให้สงบ) และวิปัสสนา (ทำจิตให้มีปัญญา) และใช้ได้ครบสติปัฏฐาน 4 ต่อไปนี้จะกล่าวถึงอานาปานสติโดยย่อ

#### อานาปานสติ

อานาปานสติ มาจากคำว่า อานะ (ลมหายใจออก) อาปานะ (ลมหายใจเข้า) และสติ (พุทธทาสภิกขุ, 2523, 65) รวมกันคือ อานาปานสติ หมายถึง สติกำหนดอยู่ที่ธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก (พุทธทาสภิกขุ, 2512, 6 - 7)

อานาปานสติ ประกอบด้วย 4 หมวด ดังนี้

หมวดที่ 1 กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มี 4 ขั้น ได้ผลเป็นสมาธิ

หมวดที่ 2 เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน มี 4 ขั้น ได้ผลเป็นการระงับการที่เวทนาปรุงแต่งจิต

หมวดที่ 3 จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน มี 4 ขั้น ได้ผลเป็นจิตปลดปล่อยจากอารมณ์

หมวดที่ 4 ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มี 4 ขั้น ได้ผลเป็นความดับทุกข์ รวมทั้งหมดมี

16 ขั้น (พุทธทาสภิกขุ, 2515 ; พระธรรมปิฎก, 2538, 861 - 862)

ในทางปฏิบัติเมื่อมีเวลาจำกัดอาจปรับได้ ดังเช่น ท่านพุทธทาสภิกขุ (2515, 30 - 32) แนะนำวิธีปฏิบัติอย่างลัดสั้น ดังนี้ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพียงแต่ทำจิตให้เป็นสมาธิพอสมควร นั้น

คือ การศึกษาลมหายใจเข้าออกยาว – สั้น (ขั้น 1 และ 2 ในกายานุบัติสสนาสติปฏิฐาน) นี่เป็นขั้นแรก ต่อไป ขั้นที่สอง จึงพิจารณาความไม่เที่ยง หรืออนิจจัง ของกาย เวทนา จิต ตลอดเวลาทุกลมหายใจ (ขั้นที่ 1 ในหมวดธัมมานุบัติสสนาสติปฏิฐาน) และขั้นสุดท้าย คือ การได้เห็นการคลายความยึดมั่นถือมั่น (ขั้นที่ 2 ในหมวดธัมมานุบัติสสนาสติปฏิฐาน) นี่เป็นผลที่สืบเนื่องจากการเห็นความไม่เที่ยงอย่างละเอียดชัดเจน ระดับของการคลายความยึดมั่นถือมั่นนี้เป็นระดับของการดับกิเลสหรือดับทุกข์นั่นเอง

กล่าวโดยสรุปเมื่อมองปริชาเชิงอารมณฺ์โดยอาศัยการประยุกต์แนวทางพุทธศาสนาจึงควรมอง ในลักษณะบูรณาการของจิตใจ ปัญญา และพฤติกรรม เนื่องจากทั้งสามองค์ประกอบนี้ล้วนมีความ สำคัญและมีบทบาทร่วมกันเป็นปัจจัยต่อกันและกัน เมื่อบุคคลพัฒนาได้ครบทุกองค์ประกอบจะทำให้ บุคคลพัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ และพัฒนาอย่างยั่งยืน จนถึงการเป็นอยู่ด้วยปัญญาหรือปัญญาควบคุมอารมณฺ์ และผลที่แสดงออกคือมีพฤติกรรมที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์ ต่อไปนี้จะกล่าวถึงนิยามและโครงสร้างของ ปริชาเชิงอารมณฺ์ที่ใช้ในงานวิจัยนี้

### นิยามของปริชาเชิงอารมณฺ์

ในโครงการวิจัยนี้ได้ให้ความหมายของคำว่า "ปริชาเชิงอารมณฺ์" โดยอาศัยหลักพุทธศาสนา ดังต่อไปนี้

ปริชาเชิงอารมณฺ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะใช้ปัญญาในการรักษาและพัฒนา สภาพจิตที่ติงามหลังจากรับรู้สิ่งใดแล้ว และแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์

การใช้ปัญญา (การรู้-คิด-เข้าใจ) หมายถึง การคิดพิจารณาให้เข้าใจความจริงและคุณค่าที่จะ ใช้ให้เป็นประโยชน์การคิดตามหลักพุทธธรรม หรือโยนิโสมนสิการ ซึ่งมีลักษณะสำคัญดังนี้ คิดถูกวิธี คิด อย่างมีลำดับขั้นตอน การคิดตามเหตุปัจจัย และการคิดเร้ากุศล

สภาพจิตที่ติงาม หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นในจิตใจ โดยทำให้จิตมีสุขภาพดี สะอาด ประกอบ ด้วยปัญญาและมีความสุข

พฤติกรรมเกื้อกูลและสร้างสรรค์ หมายถึง การกระทำทางกายทางวาจาที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น การเสียสละช่วยเหลือ เชื้อเพื่อเผื่อแผ่ และเป็นประโยชน์ต่อสังคมและสภาพแวดล้อม

### โครงสร้างของปริชาเชิงอารมณฺ์

การพิจารณาปริชาเชิงอารมณฺ์ในชีวิตประจำวัน ดูที่ผล ที่มีต่อชีวิตประจำวัน ซึ่งจำแนกออกได้ เป็น 3 ด้าน คือ มีความสุขในตนเอง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี และสามารถทำงานประสบความสำเร็จ (พระธรรมปิฎก, 2542) เนื้อหาแต่ละด้านมีลักษณะย่อยดังนี้

1. ตนเองมีความสุข ประกอบด้วยคุณลักษณะส่วนบุคคลดังนี้ อารมณ์ดี สุขภาพจิตดี จริงใจ มีน้ำใจ มองโลกในแง่ดี ใจคอหนักแน่น รู้จักให้อภัย เมตตา กรุณา มุทิตา ควบคุมตนเองได้ มั่นใจในตนเอง และปรับตัวยืดหยุ่น

2. สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี ประกอบด้วยคุณลักษณะที่สำคัญในการมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่นที่ดี ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรักษาหลักความถูกต้องในเหตุผล(พระธรรมปิฎก, 2540, หน้า 83-87)ดังนี้ ช่วยเหลือผู้อื่น ไม่ดูถูกผู้อื่น สามัคคี กตัญญู จริงใจ มีน้ำใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา และรู้จักให้อภัย

3. ทำงานได้ประสบความสำเร็จ ความสำเร็จในการทำงานมุ่งที่การสร้างสรรคชีวิตและสังคมที่สงบสุข (พระธรรมปิฎก, 2540, หน้า 72-78) คุณลักษณะที่สำคัญในการทำงานร่วมกับผู้อื่นจึงประกอบด้วย การตรงต่อเวลา วางแผนการทำงาน ซื่อสัตย์ สุจริต อดทน ความกระตือรือร้น เห็นแก่ส่วนรวม ร่วมมือในการทำงาน ช่วยเหลือเพื่อส่วนรวมในการทำงาน รับฟังความคิดเห็นผู้อื่น มองการณ์ไกล มีฉันทะในการทำงาน กล้าคิดกล้าแสดงออก และใฝ่รู้

ในการวัดปริชาเชิงอารมณ์ในครั้งนี้จึงวัดออกมาเป็นคะแนนย่อย 3 ตัว คือ ความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติ โดยในแต่ละสถานการณ์จะมี 3 คำถาม คือ มีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และจะทำอย่างไร เรื่องการปฏิบัตินั้นไม่สามารถถามการปฏิบัติโดยตรงได้เนื่องจากสถานการณ์ไม่ได้เฉพาะเจาะจงสำหรับแต่ละคนจึงใช้วิธีถามว่าจะปฏิบัติอย่างไร

ต่อไปนี้เป็นบททบทวนผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา งานวิจัยที่วัดปริชาเชิงอารมณ์โดยอาศัยการประยุกต์หลักพุทธศาสนา ยังไม่เคยมี ดังนั้นงานวิจัยที่ทบทวนมาไม่ว่าจะทำในประเทศไทยหรือต่างประเทศจึงเป็นงานที่วัดปริชาเชิงอารมณ์ตามแนวตะวันตกทั้งหมด

## งานวิจัยที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปริชาเชิงอารมณ์กับตัวแปรต่าง ๆ

### ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคมกับปริชาเชิงอารมณ์

ตัวแปรเรื่องเพศเป็นตัวแปรที่มีผู้สนใจศึกษาโดยเปรียบเทียบว่าเพศชายและเพศหญิงจะมีปริชาเชิงอารมณ์แตกต่างกันหรือไม่ มีงานวิจัยที่ให้ผลว่าเพศชายและเพศหญิงมีความแตกต่างกันในเรื่องปริชาเชิงอารมณ์ และมีงานวิจัยที่พบว่าเพศชายและเพศหญิงไม่มีความแตกต่างกันดังตัวอย่างต่อไปนี้

ฉัตรฤดี สุกปลั่ง (2543) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเขาวนอารมณ์และบุคลิกภาพ กับคุณภาพการให้บริการตามการเรียนรู้ของหัวหน้างานของพนักงานส่วนหน้าของโรงแรมชั้นหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 252 คน มาตราวัดเขาวนอารมณ์ ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองตามแนวของโกลแมน (Goleman, 1998) ที่เสนอว่า เขาวนอารมณ์มีองค์ประกอบ 5 ด้าน โดยแบ่งเป็นความสามารถส่วนบุคคล 3 ด้าน คือ การตระหนักรู้ในตนเอง การจัดระเบียบอารมณ์ของตน และการจูงใจตน และความสามารถ



ทางสังคม 2 ด้าน คือ การร่วมรู้สึก (Empathy) และทักษะทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า พนักงานส่วนหน้า เพศชายมีระดับเขาวนอารมณ์ ด้านทักษะทางสังคมสูงกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ส่วนวิณี ชิตเชิดวงศ์ (2545) ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2544 จำนวน 610 โดยใช้เครื่องมือวัดความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 52 ชั้น ที่วัดความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ผลการวิจัยพบว่า เพศชายและเพศหญิงมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

นอกจากนี้วิณี ชิตเชิดวงศ์ ยังได้เปรียบเทียบนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ที่อยู่ชั้นปีต่างกันด้วย พบว่า นิสิตที่อยู่ชั้นปีต่างกันมีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งชั้นปีที่แตกต่างกัน น่าจะบ่งบอกถึงระดับอายุที่แตกต่างกันด้วย

ผลงานวิจัยที่กล่าวมาแล้วยังไม่แน่นอนว่าเพศมีความแตกต่างกันในเรื่องปรีชาเชิงอารมณ์หรือไม่ นอกจากนี้มีงานวิจัยที่พบความแตกต่างของปรีชาเชิงอารมณ์ในระหว่างนิสิตชั้นปีต่าง ๆ กันด้วย

### ความสัมพันธ์ระหว่างสาขาที่ศึกษากับปรีชาเชิงอารมณ์

ชอลัดดา ขวัญเมือง (2542) ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง ชั้นปีที่ 1 จำนวน 1,151 คน โดยใช้เครื่องมือวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง มี 2 ด้านคือ 1) ด้านความฉลาดทางอารมณ์ในตนเอง ซึ่งมี 7 องค์ประกอบ (การตระหนักรู้ในตนเอง การยอมรับในตนเอง การพึ่งพาตนเอง การควบคุมอารมณ์ตนเอง การปรับตัว การตั้งใจให้บรรลุเป้าหมาย และการมองโลกในแง่ดี) และ 2) ด้านความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างบุคคล มี 5 องค์ประกอบ (การเอาใจเขามาใส่ใจเรา การรับผิดชอบสังคม การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม การจัดการกับความขัดแย้ง และการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาโปรแกรมวิชาพุทธศาสนามีความฉลาดทางอารมณ์ในตนเอง และความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างบุคคลสูงกว่านักศึกษาโปรแกรมวิชา อื่น ๆ นักศึกษาโปรแกรมวิชาศิลปศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างบุคคล และความฉลาดทางอารมณ์ในเรื่องการจัดการกับความขัดแย้ง และการเอาใจเขามาใส่ใจเราน้อยกว่านักศึกษาโปรแกรมวิชาอื่น ๆ และนักศึกษาโปรแกรมวิชานาฏศิลป์มีความฉลาดทางอารมณ์ในเรื่องการควบคุมอารมณ์ในตนเองน้อยกว่านักศึกษาโปรแกรมวิชาอื่น ๆ

อย่างไรก็ดีผลการวิจัยของวิณี ชิตเชิดวงศ์ (2545) ที่ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 610 คน พบว่านิสิตสายศิลปศาสตร์ และสายวิทยาศาสตร์ มีองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

งานวิจัยเหล่านี้แสดงผลที่แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับการแบ่งสาขาวิชาที่เรียนด้วย

## ความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับสติปัญญา

ผู้ที่เสนอโมเดลของทอม " ปรีชาเชิงอารมณ์ " และยืนยันว่าโมเดลนี้เป็นสติปัญญาด้านหนึ่ง คือ ซาลอเวย์และเมเยอร์ (Salovey & Mayer , 1990 ) ในบทความต่อ ๆ มาของเราได้อธิบายถึงวิธีการระบุว่า การที่โมเดลที่เสนอใหม่จะเป็นสติปัญญาในเชิงจิตวิทยาจะต้องเริ่มต้นด้วยการให้นิยาม ต่อมาก็พัฒนาวิธีการวัดสติปัญญาตัวนั้น แล้วจึงแสดงหลักฐานที่ว่าสติปัญญาตัวใหม่นี้มีความเป็นอิสระบางส่วนหรือเป็นอิสระทั้งหมดจากสติปัญญาตัวที่รู้จักกันมาก่อน และท้ายสุดก็แสดงว่า สติปัญญาตัวใหม่สามารถทำนายเกณฑ์บางประการในชีวิตจริงได้ (Mayer & Salovey, 1997, p.5) และเขายังได้ให้ความคิดเห็นต่ออีกว่า ขั้นตอนที่สำคัญที่สุดขั้นตอนหนึ่งคือ การแสดงให้เห็นว่าสติปัญญาตัวใหม่มีความแตกต่างจากสติปัญญาตัวเดิม

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากสติปัญญาสองตัวเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งแสดงถึงความคล้ายหรือความแตกต่างของสติปัญญา สติปัญญาส่วนมากจะมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง นั่นคือ ในบุคคลคนหนึ่งสติปัญญา มักจะทำงานในระดับที่ใกล้เคียงกัน นอกจากนี้ยังแสดงถึงความแตกต่างระหว่างสติปัญญาด้านต่าง ๆ ในระดับปานกลางในคน ๆ นั้นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่ว่า คนเราอาจเก่งในเรื่องทางการใช้สติปัญญาด้านหนึ่ง แต่อาจเก่งน้อยในด้านอื่น ๆ ถ้าสติปัญญาสองตัวมีความสัมพันธ์กันสูง ก็อาจพิจารณาได้ว่าเป็นสติปัญญาตัวเดียวกัน แต่ถ้าไม่มีความสัมพันธ์กันเลยก็อาจแสดงว่าสติปัญญาตัวใหม่อาจไม่ใช่สติปัญญาเลยก็ได้ ดังนั้นค่าสหสัมพันธ์ระดับต่ำถึงปานกลางระหว่างสติปัญญาตัวใหม่กับตัวเก่าจึงเป็นที่น่าพอใจมากกว่า (Mayer & Salovey, 1997, p.6-7)

สำหรับปรีชาเชิงอารมณ์ในแนวพุทธนี้มีการเน้นเรื่องการใช้สติปัญญา โดยในมาตราวัดก็จะสอบถามเรื่องการคิดอยู่ด้วย ไม่เพียงแต่การแสดงความรู้สึก แต่ยังเป็นการให้ความสำคัญแก่การใช้ปัญญาในการกำกับอารมณ์ ดังนั้นจึงคาดได้ว่า ปรีชาเชิงอารมณ์ซึ่งวัดโดยมาตราวัดในงานวิจัยนี้จะมีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบวัดความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผลซึ่งเป็นด้านหนึ่งของสติปัญญา

มีผู้ศึกษาถึงความสัมพันธ์กันระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับผลการปฏิบัติงานที่ใช้ความสามารถด้านการรู้คิด (cognitive-based performance) แลม และเคอร์บี (Lam & Kirby ,2002) ศึกษาว่าปรีชาเชิงอารมณ์และองค์ประกอบย่อยของปรีชาเชิงอารมณ์สามารถอธิบายผลการปฏิบัติงานที่ต้องใช้การรู้คิดได้ดีกว่าสติปัญญาโดยทั่วไป (General intelligence) หรือไม่ เขาศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาปริญญาตรีจำนวน 304 คน โดยใช้แบบสอบถามปรีชาเชิงอารมณ์ "Multifactor Emotional Intelligence Scale" (MEIS ; Mayer, Salovey, & Caruso,1997) ฉบับสั้นที่ประกอบด้วย 8 กิจกรรม ที่แยกเป็นองค์ประกอบที่แทน 3 ระดับของความสามารถในการใช้เหตุผลเชิงอารมณ์ ซึ่งได้แก่ การรับรู้อารมณ์ ความเข้าใจอารมณ์ และการจัดการอารมณ์ ส่วนผลการปฏิบัติงานวัดโดยใช้ปัญหา 8 ข้อ ที่เลือกมาจากแบบทดสอบวัดการใช้เหตุผล (logical reasoning test) ของเบอร์นี่ (Burney ,1974 cited in Lam & Kirby

,2002) ผู้วิจัยต้องการให้กลุ่มตัวอย่างอยู่ในสถานการณ์ที่ใกล้เคียงกับที่ทำงานในปัจจุบัน คือการให้อยู่ในสถานการณ์ที่มีความเครียด โดยการเลือกข้อคำถามที่ยากที่สุด 8 ข้อ และให้เวลาทำ 1 นาทีต่อคำถาม 1 ข้อ (เวลาเฉลี่ยในการทำข้อสอบทั้งง่ายและยากให้เสร็จจะใช้เวลาประมาณ 1.4 นาที)

ผลการวิจัยพบว่า ปรีชาเชิงอารมณ์โดยรวม และปรีชาเชิงอารมณ์รายองค์ประกอบด้านการรับรู้ อารมณ์ และการควบคุมอารมณ์สามารถอธิบายผลการปฏิบัติงานได้ดีกว่าคะแนนเชาวน์ปัญญาโดยทั่วไป และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการปฏิบัติงานที่ต้องใช้การรู้คิด งานวิจัยนี้แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับผลการปฏิบัติงานที่ต้องใช้ความสามารถในการใช้เหตุผล ซึ่งเป็นความสามารถทางการรู้คิด

### ความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับความเครียด

ซาโลเวย์ และคณะ (Salovey , Bedell , Detweiler , & Mayer , 1999 cited in Matthews & Zeidner, 2000) กล่าวว่าคนที่ยังมีปรีชาเชิงอารมณ์สูง ยิ่งจัดการกับความเครียดได้สำเร็จมากกว่าเพราะว่ามีการรับรู้และการประเมินสภาวะอารมณ์ตนได้แม่นยำ และรู้ว่าเมื่อไหร่จะแสดงอารมณ์และแสดงอย่างไร และสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สำหรับบาร์-ออน (Bar-On, 1997) ได้รวมเอาเรื่องการจัดการกับความเครียดและการปรับตัวเข้าไว้เป็นสององค์ประกอบหลักของปรีชาเชิงอารมณ์ของเขา ส่วนโกลแมน (Goleman, 1998) ที่ได้ขยายแนวคิดเรื่องปรีชาเชิงอารมณ์ของเขามาจากซาโลเวย์และเมเยอร์ ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดว่าความเครียดมีทั้งความเครียดที่ไม่ดี (bad stress) กับความเครียดที่ดี (good stress or eustress) ความเครียดที่ไม่ดีเป็นภาวะคุกคามที่ท่วมท้นจิตใจที่ทำให้บุคคลไม่สามารถทำกิจกรรมได้ดี ส่วนความเครียดที่ดีเป็นความวิตกกังวลระดับปานกลางที่กระตุ้นให้บุคคลทำกิจกรรม ซึ่งความเครียดที่ดีนี้จะช่วยกระตุ้นให้บุคคลดำเนินงานของเขาได้สำเร็จ

ส่วนปรีชาเชิงอารมณ์ในแนวพุทธของงานวิจัยนี้ มีความหมายที่เน้นการใช้ปัญญาในการรักษาและพัฒนาสภาพจิตที่ตึ๊งาม แล้วแสดงออกมาด้วยพฤติกรรมที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์ ซึ่งบุคคลที่มีปรีชาเชิงอารมณ์ย่อมใช้ปัญญาของตนพิจารณาความเครียดที่เกิดขึ้น หาสาเหตุของมันจัดการกับความเครียดนั้นเพื่อให้จิตใจคงสภาพที่มีความสุข ไม่ใช่ในด้านที่จะเป็นภัยต่อตนเองและผู้อื่น ดังนั้นผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูงกว่าจึงน่าที่จะมีความเครียดในระดับที่ต่ำกว่า กล่าวคือปรีชาเชิงอารมณ์น่าจะมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียด

งานวิจัยของฉัตรฤดี สุกปลั่ง (2543) ที่ศึกษาผลของบุคลิกภาพและเชาวน์อารมณ์ของพนักงานส่วนหน้าของโรงแรมในกรุงเทพ ฯ ที่มีต่อคุณภาพของการให้บริการตามการรับรู้ของหัวหน้างาน โดยกลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 252 คน จาก 18 โรงแรม ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือวัดเชาวน์อารมณ์ขึ้นเองตามแนวคิดของโกลแมน (Goleman,1998) ที่ระบุว่าเชาวน์อารมณ์มีองค์ประกอบ 5 ด้าน โดยแบ่งเป็นความสามารถส่วนบุคคล 3 ด้าน คือ การตระหนักรู้ในตนเอง การจัดระเบียบอารมณ์ของตน และการจูงใจตนเอง และ

ความสามารถทางสังคม 2 ด้าน คือ การร่วมรู้สึก (Empathy) และทักษะทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า เชาวน์อารมณ์มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับบุคลิกภาพหลายด้านที่วัดโดยแบบวัดบุคลิกภาพ 16 PF (Sixteen Personality Factors) ของแคทเทิลล์ สำหรับด้านความเครียด พบความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นส่วนมาก ทั้งรายด้านที่กล่าวข้างต้นกับเชาวน์อารมณ์โดยรวมโดยมีค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ -.20, -.36, -.21, -.16, -.24 และ -.27 ตามลำดับ

ส่วน สุदारัตน์ หนูหอม (2543) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์ที่มีต่อความเครียดโดยตรงและพฤติกรรมเผชิญความเครียดของพยาบาล โดยที่ศึกษาเฉพาะพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราช จำนวน 323 คน ผู้วิจัยปรับแบบวัดเชาวน์อารมณ์ของ ฉัตรฤดี สุกปลั่ง (2543) ที่ศึกษาตามแนวคิดของ โกลแมน (Goleman, 1998) ที่มีองค์ประกอบ 5 ด้าน ส่วนแบบวัดความเครียด ผู้วิจัยนำแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองสำหรับประชาชนไทยของ สมชาย จักรพันธุ์ และคณะ (2542 อ้างถึงใน สุदारัตน์ หนูหอม, 2543) ที่เป็นแบบมาตราประเมินค่า ส่วนแบบสอบถามพฤติกรรมเผชิญความเครียด ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการเผชิญความเครียดของ ภัทรสุดา ฮามคำไพ (2539; อ้างถึงใน สุदारัตน์ หนูหอม, 2543) โดยดัดแปลงให้เข้ากับการแบ่งรูปแบบพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของคุณและเฮปป์เนอร์ (Cook & Heppner, 1997 อ้างถึงใน สุदारัตน์ หนูหอม, 2543) 3 แบบ คือ แบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา แบบมุ่งเน้นการแสวงหาสิ่งสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยงปัญหา

ผลการวิจัยพบว่า ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นส่วนมาก และระดับ .05 กับเชาวน์อารมณ์รายมิติ คือ การตระหนักรู้ในตนเอง การจัดระเบียบอารมณ์ของตน การจูงใจตน การร่วมรู้สึก ทักษะทางสังคม และกับเชาวน์อารมณ์โดยรวมด้วย โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ -.327, -.295, -.199, -.093, -.202, และ -.246 ตามลำดับ และเชาวน์อารมณ์รายมิติและโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา ส่วนพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแสวงหาสิ่งสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับเชาวน์อารมณ์โดยรวมและรายมิติเกือบทุกมิติ ยกเว้นมิติการตระหนักรู้ในตนเอง ส่วนพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบหลีกเลี่ยงปัญหามีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับเชาวน์อารมณ์มิติการตระหนักรู้ในตนเอง และการจัดระเบียบอารมณ์ของตน แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับมิติอื่น ๆ และเชาวน์อารมณ์โดยรวม

ส่วนงานวิจัยที่ต้องการตรวจสอบว่าปรีชาเชิงอารมณ์เป็นความสามารถทางด้านความรู้คิดแบบดั้งเดิม (traditional cognitive ability) หรือไม่ เดวีส์ สแตนคอฟ และโรเบิร์ต (Devies, Stankov & Roberts, 1998) ได้ทำการวิจัย 3 เรื่อง โดยมีการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์หลายฉบับ แบบวัดเชาวน์อารมณ์และแบบวัดบุคลิกภาพ รวมทั้งการวิเคราะห์องค์ประกอบของคะแนนจากหลายแบบวัด ในการวิจัยเรื่องที่ 3 สแตนคอฟและโรเบิร์ตศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่เรียนวิชาจิตวิทยา จำนวน 131 คน เขาพบว่าคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์จากแบบวัดความวิตกกังวล

"Trait Meta-Mood Scale (TMM)" ที่พัฒนาโดยซาโลเวย์และคณะ (Salovey et al., 1995; cited in Davies, Stankov & Roberts, 1998) มีความสัมพันธ์ทางลบ ( $r = -.46, p = .01$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคะแนนจากแบบวัดความซึมเศร้า "Beck Depression Inventory"

งานวิจัยที่ผ่านมาได้ชี้ให้เห็นว่า คะแนนปริชาเชิงอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับคะแนนจากแบบวัดอารมณ์ทางด้านลบ ซึ่งได้แก่ ความเครียด ความวิตกกังวล และความซึมเศร้า

### ความสัมพันธ์ระหว่างปริชาเชิงอารมณ์กับอัตมโนทัศน์

ฮาร์เตอร์และมาโรล (Harter & Marold, 1991) ได้เสนอบทบาทของการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-worth or self-esteem) ในฐานะปัจจัยคั่นกลาง (mediational role) ระหว่างการสังเกตของตนเอง (self-observation) กับอารมณ์ แรงจูงใจ และพฤติกรรม ซึ่งโมเดลดังกล่าวนี้ เขาได้พัฒนามาจากหลายแนวคิด เช่น ทฤษฎีการเรียนรู้ของแบนดูรา (Bandura, 1978) และจากแนวคิดทางคลินิกของกลุ่มการรู้คิด - พฤติกรรม (cognitive-behavior orientation)

ในโมเดลของฮาร์เตอร์และมาโรล เขาเน้นถึงอิทธิพลของการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีต่ออารมณ์ ความรู้สึกที่บุคคลนั้นรายงานเกี่ยวกับตนเอง (self-reported affect) ทั้งในด้านซึมเศร้าและความร่าเริง เขาพบความสัมพันธ์ที่เข้มแข็ง และแม้ศึกษาซ้ำก็ให้ผลทำนองเดียวกัน (ค่า  $r$  มีพิสัยระหว่าง .70 และ .80) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีการตัดสินคุณค่าหรือมีความเห็นเกี่ยวกับตนเองต่ำ มักรายงานว่าตนเองมีอารมณ์ในทางซึมเศร้า ในขณะที่คนที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง หรือมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองสูง มักรายงานว่าตนเองมีอารมณ์ที่ร่าเริง (Harter, 1986; Renouf & Harter, 1990; cited in Harter & Marold, 1991) จากการรายงานของนักวิจัยหลายคน ฮาร์เตอร์และมาโรลรวบรวมมาก็พบผลอย่างเดียวกัน

ฮาร์เตอร์และมาโรลได้ขยายโมเดลของเขาไปยังเรื่องความคิดที่จะฆ่าตัวตาย ในการศึกษาเรื่องหนึ่งของมาโรล (Marold, 1987; cited in Harter & Marold, 1991) พบว่าความคิดในเรื่องการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์อย่างมากกับหลายตัวแปร นั่นคือ เด็กวัยรุ่นที่มีความคิดฆ่าตัวตายมักรายงานว่าตนมีความรู้สึกที่ซึมเศร้า เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ หรือการประเมินอัตมโนทัศน์ของตนต่ำมีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์ทางลบและการมีความคิดในเรื่องการฆ่าตัวตาย ซึ่งอาจแสดงว่า การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำแสดงถึงการมีความสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองต่ำ ซึ่งสะท้อนถึงการมีปริชาเชิงอารมณ์ต่ำด้วย ดังนั้น การที่บุคคลมีอัตมโนทัศน์ต่ำหรือประเมินคุณค่าของตนเองต่ำ จึงน่าจะมีปริชาเชิงอารมณ์ต่ำด้วย

งานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์ (Self-concept) หรือการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) กับความสามารถทางด้านอารมณ์ ดังเช่นงานของ เมราเบียน (Mehrabian, 2000) เขาศึกษาตัวแปรจำนวนมากทางด้านบุคลิกภาพ และด้านสติปัญญาที่จะเกี่ยวข้องกับความสำเร็จในชีวิต 5 ด้าน ซึ่งได้แก่ 1) ความสำเร็จทางอารมณ์ (emotional success) ซึ่งเป็นความสุขโดยทั่วไป และความพึง

พอใจในชีวิต 2) ความสำเร็จด้านความสัมพันธ์ (relationship success) เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่น่าพึงพอใจ กลมกลืน และสร้างสรรค์ 3) ความสำเร็จทางด้านสุขภาพร่างกาย (physical success) เป็นความแข็งแรงทางด้านสุขภาพและร่างกาย โดยที่มีการใช้น้อย 4) ความสำเร็จทางการงาน (work success) เป็นเรื่องความพึงพอใจในงาน การอุทิศตน และความเจริญก้าวหน้าในงาน และ 5) เป็นด้านที่กว้างขึ้น คือ ความสำเร็จด้านอาชีพและการเงิน เป็นการเลือกและทำงานอาชีพที่ชอบและเหมาะสม มีความสนุกในงาน และมีความสมดุลในการใช้จ่าย การเก็บออม และการลงทุนอย่างสร้างสรรค์

ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยและผู้ทำงานอายุตั้งแต่ 17-46 ปี จำนวน 302 คน ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 17 ฉบับ เป็นคุณลักษณะทั้งหมด 32 มิติ ส่วนความสำเร็จในชีวิตเป็นตัวแปรอีก 5 มิติ เพื่อนสนิทหรือญาติของกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประเมิน ผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ได้แก่ 1) พบความสัมพันธ์ทางลบระหว่างความสำเร็จกับการคิดที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ (emotional thinking) ที่เป็นข้อบกพร่องของการควบคุมอารมณ์ เป็นอิทธิพลอย่างมากของอารมณ์และกระบวนการคิดที่ส่งผลให้เกิดความไม่สมดุล หรือบิดเบือนของความรู้ความเข้าใจในสถานการณ์ต่าง ๆ และในเรื่องความสัมพันธ์ ซึ่งการคิดที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ดังที่กล่าวมานี้เป็นลักษณะทางลบของบุคคลที่มีปรีชาเชิงอารมณ์ และ 2) พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความสำเร็จกับการร่วมรู้สึก (emotional empathy) ซึ่งเป็นลักษณะของผู้มีปรีชาเชิงอารมณ์

ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา ที่มีความเกี่ยวข้องกับงานวิจัยพัฒนาแบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์ คือ 1) พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองที่วัดโดยแบบวัดของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965; cited in Mehrabian, 2000) และแบบวัดที่สร้างโดยผู้วิจัยเอง กับตัวแปรการมองโลกในแง่ดี 2 ฉบับ ( $r = .59$ ,  $r = .54$ ,  $p < .05$ ) ซึ่งลักษณะการมองโลกในแง่ดีเป็นคุณลักษณะอย่างหนึ่งของผู้มีปรีชาเชิงอารมณ์ 2) พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองทั้ง 2 ฉบับ กับความสามารถทางสังคม (social competence) ( $r = .37$ ,  $r = .48$ ,  $p = < .05$ ) และ 3) พบความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการคิดที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ที่เป็นลักษณะที่เกี่ยวข้องกับปรีชาเชิงอารมณ์ ( $r = -.29$ ,  $r = -.33$ ,  $p = < .05$ ) งานวิจัยที่กล่าวมานี้แสดงให้เห็นว่าผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงมักมีลักษณะปรีชาเชิงอารมณ์สูงไปด้วย

### พฤติกรรมความช่วยเหลือสังคมกับปรีชาเชิงอารมณ์

จากการทบทวนหลักฐานการส่งข้อนิสิตให้ได้รับรางวัลความประพฤติดีนั้นได้พบว่านิสิตเหล่านี้นอกจากมีความประพฤติดี เช่น มีสติพิจารณาความควร-ไม่ควรในการกระทำต่าง ๆ ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด แล้วยังมีส่วนช่วยเหลือสังคมหลายรูปแบบ เช่น การเป็นประธานหรือรอง

ประธาน หรือเป็นกรรมการในคณะกรรมการต่าง ๆ ของคณะวิชาในมหาวิทยาลัย ช่างงานกิจกรรมชมรมต่าง ๆ ช่วยติวให้เพื่อน ตลอดจนเป็นตัวแทนของมหาวิทยาลัยไปร่วมกิจกรรมในสังคม เช่น เผยแพร่วัฒนธรรม อนุรักษ์สภาพแวดล้อม นอกจากนี้ยังมีการได้รับรางวัลเชิดชูเกียรติทั้งในด้านการเรียนดี และกิจกรรมเด่น หลักฐานเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า นิสิตเหล่านี้มีการช่วยเหลือสังคม มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น บุคคลที่มีคุณสมบัติเหล่านี้ มีหลักฐาน (Schutte ,et al., 2001 )ที่แสดงว่าเป็นผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูง

ซัทท์และคณะได้รายงานผลการศึกษาคือความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจากงานวิจัย 7 งาน ทั้งที่เป็นงานวิจัยเชิงความสัมพันธ์และงานวิจัยเชิงทดลอง กลุ่มตัวอย่างมีทั้งนิสิตในมหาวิทยาลัยและผู้ที่ทำงานแล้ว เครื่องมือวัดปรีชาเชิงอารมณ์สร้างตามนิยามที่ว่า ปรีชาเชิงอารมณ์เป็นความสามารถในการเข้าใจ (understand) ควบคุม (regulate) และผูกติด (harness) อารมณ์อย่างปรับได้ในตนเองและผู้อื่น (Schutte ,et al., 2001,p.524) ลักษณะของแบบสอบถามเป็นการวัดคุณลักษณะโดยมีข้อความต่าง ๆ และผู้ตอบเลือกตอบในมาตราส่วนประเมินค่าชนิดลิเกิร์ต 5 ระดับ จาก “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” จนถึง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ผลการวิจัยแสดงว่า ปรีชาเชิงอารมณ์มีความเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มประชากรในสหรัฐอเมริกา กล่าวคือ ผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูงเป็นผู้ที่มีลักษณะต่อไปนี้สูงด้วย ได้แก่ ทักษะทางสังคม(social skills) ) ( $r = .41 ,p < .0001$ ) การให้ความร่วมมือ ( $r = .72 ,p < .0001$ ) และความสัมพันธ์กับผู้อื่น ( $r = .33 ,p < .015$ ) เทอมทักษะทางสังคมนั้นหมายถึง สิ่งที่เป็นตัวหล่อลื่นในชีวิตทางสังคมที่ชอบปฏิสัมพันธ์ของบุคคล เป็นไปในทางที่ได้ประโยชน์ซึ่งกันและกัน คนที่แสดงทักษะทางสังคมที่ดีมีแนวโน้มที่จะได้รับการกระทำที่ดีตอบแทน (Schutte, et al., 2001, p.527)

กล่าวโดยสรุปผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูงมีแนวโน้มที่จะมีทักษะทางสังคมและมีการร่วมกิจกรรมส่วนรวมมากด้วย

ผลงานวิจัยมีแนวโน้มไปทางเดียวกัน คือผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูงยอมมีอัตมโนทัศน์สูงด้วย

## สมมุติฐาน

อาศัยผลการวิจัยที่ได้รวบรวมมาแล้ว เป็นแนวทางในการตั้งสมมุติฐานการวิจัยสำหรับการประเมินความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของมาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ดังนี้

มาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ที่สร้างขึ้นนี้มีความเที่ยงตรงโดยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอัตมโนทัศน์ ความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผล การมีพฤติกรรมช่วยเหลือสังคม และมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

ส่วนเพศ ชั้นปี และสายวิชาที่ศึกษา ยังไม่มีแนวทางที่ชัดเจนในการตั้งสมมุติฐาน ในงานนี้จึงเป็นการสำรวจข้อมูลในเบื้องต้น

### บทที่ 3 ระเบียบวิธีการวิจัย

#### กลุ่มตัวอย่าง

เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและกว้างขวางกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยแต่ละขั้นตอนจึงมีขอบเขตกว้างในบางตอนและแคบลงตอนปลาย เนื่องจากเป็นมาตรการวัดประสิทธิภาพอารมณ์เฉพาะระดับ กลุ่มตัวอย่างในขั้นการสำรวจเบื้องต้นเป็นนิสิตในระดับปริญญาตรีและผู้ที่ทำงานแล้ว ในขั้นตอนการตอบมาตรการวัดปลายเปิดเป็นนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและอาชีวศึกษา และนิสิตระดับปริญญาตรี ส่วนในขั้นการทดลองใช้มาตรการวัดที่ให้เลือกตอบจากข้อเลือกที่กำหนดให้เพื่อคัดเลือกมาตรการวัดสำหรับนักเรียนมัธยมปลาย และสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ใช้กลุ่มตัวอย่างนักเรียนมัธยมปลายและนิสิตปริญญาตรี และขั้นสุดท้ายคือการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของมาตรการวัดและหาเกณฑ์ปกติใช้กลุ่มตัวอย่างนิสิตระดับปริญญาตรี

#### เครื่องมือวัดที่ใช้ในการวิจัย

ในงานวิจัยครั้งนี้ใช้เครื่องมือวัดที่คณะผู้วิจัยสร้างเองและที่มีผู้สร้างไว้แล้วดังนี้

1. มาตรการวัดประสิทธิภาพอารมณ์ ซึ่งคณะผู้วิจัยสร้างขึ้นตามนิยามและโครงสร้างที่อาศัยการประยุกต์หลักในพุทธศาสนา แต่ละข้อประกอบด้วยสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของผู้ตอบ ในแต่ละสถานการณ์มีคำถาม 3 คำถาม คือ ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร ท่านคิดอย่างไร และท่านจะทำอย่างไร แต่ละคำถามมีตัวเลือกตอบ 5 ตัวเลือก จำนวนทั้งหมด 30 ข้อ ผู้ตอบแต่ละคนจะได้คะแนน 3 ตัว คือ คะแนนความรู้สึก คะแนนความคิด และคะแนนการปฏิบัติ คะแนนแต่ละข้อมีค่าจาก 1 ถึง 5 ดังนั้นคะแนนรวมของแต่ละคนจึงมีค่าอยู่ในช่วง 30-150 คะแนน (ดูข้อตัวอย่างในภาคผนวก ก)

2. แบบทดสอบมาตรฐานวัดความถนัดทางการเรียนฉบับเหตุผล (R/A ANAL H-1) ของสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แบบทดสอบนี้วัดความสามารถในการใช้เหตุผลประกอบด้วยคำถาม 2 ลักษณะ คือ วัดอุปมาอุปไมยทางภาษา และรูปภาพสัมพันธ์ ข้อสอบทุกข้อเป็นลักษณะให้เลือกตอบ มี 5 ตัวเลือก คะแนนเป็น 1 เมื่อตอบถูก นอกนั้นได้ 0 ค่าความเชื่อมั่น KR-20 เท่ากับ .69 ข้อสอบทั้งฉบับมีจำนวน 40 ข้อ ใช้เวลาสอบ 25 นาที

3. แบบสอบถามวัดความเครียด ของสุนทรทิพย์ หนูนวล (2544) เป็นมาตราประเมินค่า 5 ระดับ เนื้อหาแสดงถึงอาการทางใจและกาย จำนวน 20 ข้อ ซึ่งได้ใช้แล้วกับนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับมัธยมศึกษาต้นและปลาย จำนวน 187 คน และพบว่าความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัว ( $r = -.24$ ,  $\alpha = .05$ ) ค่าความเชื่อมั่นคำนวณด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .92 ในการศึกษาครั้งนี้มีการปรับปรุงการเขียนคำชี้แจงในการตอบและตัดข้อความออก 1 ข้อ ดังนั้นจึงเหลือเพียง 19 ข้อ



4. แบบสอบถามวัดอัตมโนทัศน์ ของผจจจิต อินทสุวรรณ และคณะ (2539) เป็นมาตราประเมินค่า 5 ระดับเนื้อหาในแบบสอบถามมีทั้งอัตมโนทัศน์ด้านวิชาการและที่ไม่ใช่วิชาการ จำนวนทั้งหมด 30 ข้อ ซึ่งใช้ในงานวิจัยที่กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นชายที่ติดยาเสพติดทั่วประเทศ (695 คน) และวัยรุ่นชายในระดับมัธยมปลาย (245 คน) และอาชีพวะ (244 คน) และพบว่าอัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรที่เด่นมากในการจำแนกกลุ่มผู้ติดยาเสพติดและกลุ่มนักเรียน ค่าความเชื่อมั่นชนิดสัมประสิทธิ์แอลฟาในกลุ่มผู้เสพติดและกลุ่มนักเรียนเท่ากันคือ .85

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการสร้างและพัฒนามาตราวัดปริชาเชิงอารมณ์ ดำเนินการเก็บข้อมูลทั้งหมด 4 ครั้ง ดังนี้ คือ ครั้งแรกเป็นการสำรวจคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ร่วมงานและผู้ใกล้ชิด เก็บจากนิสิตระดับปริญญาตรีและผู้ที่ทำงานแล้ว ครั้งที่สองเป็นการตอบแบบสอบถามปลายเปิด 84 ข้อ เก็บจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย นักเรียนอาชีวศึกษาและนิสิตระดับปริญญาตรี ครั้งที่สามเป็นการตอบแบบสอบถามปลายปิดจำนวน 84 ข้อ เก็บจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและนิสิตปริญญาตรีและครั้งที่สี่เป็นการตอบแบบสอบถามฉบับที่มี 30 ข้อ เก็บจากนิสิตปริญญาตรี ครั้งสุดท้ายนี้มีการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบความถนัดทางการเรียน ที่กล่าวไว้ในข้อ 2 และแบบสอบถามอื่นที่กล่าวไว้ในข้อ 3 และ 4 ในหัวข้อเครื่องมือวัดที่ใช้ในการวิจัยด้วย เนื่องจากแบบทดสอบวัดความถนัดทางการเรียนเป็นแบบทดสอบมาตรฐาน คณะผู้วิจัยหรือตัวแทนจากคณะผู้วิจัยต้องไปดำเนินการทดสอบเอง และเก็บแบบทดสอบคืนในเวลาที่กำหนดไว้ทันที ข้อมูลชุดนี้ใช้ตรวจสอบความเที่ยงตรงของมาตราวัดปริชาเชิงอารมณ์ ส่วนการเก็บข้อมูลในระยะต้นๆ และสำหรับการสร้างเกณฑ์ปกตินั้นเก็บโดยการฝากไว้กับอาจารย์ผู้สอน รายชื่อสถานศึกษาปรากฏอยู่ในภาคผนวก จ.

### การวิเคราะห์ข้อมูล

สำหรับการตรวจสอบคุณสมบัติของรายข้อใช้การคำนวณค่าสถิติที่(t-test) เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก การหาค่าความเชื่อมั่นใช้การคำนวณสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha coefficient) และสหสัมพันธ์ระหว่างการสอบซ้ำ (test-retest) ส่วนการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างมีทั้งการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปริชาเชิงอารมณ์กับตัวแปรที่ใช้ และการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มเปรียบเทียบ นอกจากนี้การคำนวณเกณฑ์ปกติใช้แสดงด้วยตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ คะแนนซี (Z)ปกติ และคะแนนที (T)ปกติ

## บทที่ 4 ผลการวิจัย

### ผลของการดำเนินการแต่ละขั้นตอนของการสร้างและพัฒนา

ต่อไปนี้เป็นผลของการดำเนินการเรียงลำดับตามขั้นตอนดังที่ได้กล่าวไว้ในบทที่ 3

1. คณะผู้วิจัยสอบถามนิสิต และผู้ที่ทำงานแล้ว โดยให้ตอบคำถามดังนี้

- ก. ท่านชอบที่จะทำงานร่วมกับคนที่มีลักษณะหรือพฤติกรรมใด
- ข. ท่านไม่ชอบที่จะทำงานร่วมกับคนที่มีลักษณะหรือพฤติกรรมใด
- ค. ท่านเห็นว่าคนที่ประสบความสำเร็จในชีวิตเป็นคนมีลักษณะหรือพฤติกรรมใด

กลุ่มตัวอย่างเป็น นิสิตจำนวน 49 คน (ชาย 3 คน , หญิง 46 คน) อายุ 19 – 23 ปี ผู้ที่ทำงานแล้วจำนวน 104 คน (ชาย 16 คน, หญิง 48 คน) อายุ 21 – 59 ปี

คุณลักษณะหรือพฤติกรรมที่ได้สรุปลงในตารางและเป็นข้อมูลเบื้องต้นประกอบการทบทวนเอกสารในการเขียนข้อความต่อไป

ตาราง 4 แสดงผลจากการสำรวจคุณลักษณะที่กลุ่มตัวอย่างตอบ

อันดับที่	ผลจากกลุ่มนิสิต	ผลจากกลุ่มผู้ที่ทำงานแล้ว
1	มีความรับผิดชอบ ไม่ทอดทิ้งงาน (f = 28)	ไม่เครียด ยิ้มแย้ม แจ่มใส อารมณ์ดี (f = 53)
2	ยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น (f = 21)	ยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น (f = 35)
3	ตรงต่อเวลา (f = 14)	เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีน้ำใจ (f = 27)
4	กล้าแสดงความคิดเห็น (f = 10)	มีความรับผิดชอบ รู้จักหน้าที่ (f = 25)
5	มีความกระตือรือร้นในการทำงาน (f = 9)	มีหลักในการทำงาน (f = 20)

f หมายถึง ความถี่

2. คณะผู้วิจัยได้สอบถามผู้ที่มาร่วมประชุมสัมมนา โดยกำหนดให้ผู้ตอบนึกถึงบุคคลที่ตนเองชอบมากที่สุด 1 คน (อาจเป็นคนในครอบครัว ในโรงเรียน เพื่อน หรือทุกๆ ไปก็ได้) แล้วให้ตอบคำถามว่า “ท่านชอบบุคคลนั้นมากที่สุด เพราะเหตุใด” คำตอบที่มีความถี่สูง มีดังนี้

อารมณ์ดี อารมณ์ขัน เกือบอารมณ์ (ไม่โมโห)

จริงใจ

ใจเย็น ควบคุมอารมณ์ได้ สงบเยือกเย็น

ความคิดกว้างไกล

มีน้ำใจ มีความเมตตา กรุณา

ชยัน เสียดสะ ให้ไม่หวังผลตอบแทน  
มองโลกในแง่ดี

3. คณะผู้วิจัยได้กราบเรียนขอคำปรึกษาท่านอาจารย์พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) และ อาจารย์สุชีพ ปุญญานุภาพ ซึ่งคำอธิบายของท่านปรากฏเป็นเอกสารดังนี้ พระธรรมปิฎก (14 ตุลาคม 2542, 19 ตุลาคม 2542) อาจารย์สุชีพ ปุญญานุภาพ (24 มิถุนายน 2542) นอกจากนี้ยังศึกษาจาก เอกสารคำสัมภาษณ์พระราชวรมุนี (ประยูร ธมมจิตฺโต) (27 พฤษภาคม 2542) และหนังสือเกี่ยวกับพุทธ ศาสนาอีกหลายเล่ม ประกอบกับเอกสารเกี่ยวกับปรัชญาเชิงอารมณ์ทั้งหมดจึงสรุปเป็นนิยามและโครงสร้างของปรัชญาเชิงอารมณ์ตามแนวพุทธศาสนาดังปรากฏในบทที่ 1 และ 2

4. จากนิยามและโครงสร้างที่กล่าวแล้วในข้อ 3 คณะผู้วิจัยเขียนข้อคำถาม ซึ่งเป็นสถานการณ์ ในชีวิตประจำวันของกลุ่มตัวอย่าง เจตนาในสถานการณ์ต่าง ๆ ต้องแสดงถึงคุณลักษณะตามที่สำรวจ เบื้องต้นและจากเอกสาร ในแต่ละข้อให้ผู้ตอบเขียนตอบใน 3 ประเด็น คือ 1) ท่านมีอารมณ์ความรู้สึก อย่างไร 2) ท่านคิดอย่างไร และ 3) ท่านจะทำอย่างไร

สถานการณ์เหล่านี้ได้นำไปให้อาจารย์ที่สอนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อาชีวะ และ ปริญญาตรี จำนวน 6 คน ช่วยพิจารณาว่าเหมาะสมกับเยาวชนกลุ่มดังกล่าวหรือไม่ หลังจากนั้นจึงนำมา ปรับปรุงแก้ไขและได้สถานการณ์จำนวนทั้งหมด 84 ข้อ (ดูตัวอย่างในภาคผนวก ก.) นำไปทดลองให้นัก เรียนมัธยมปลายและนิสิต จำนวน 4 คน เขียนตอบและให้แสดงความคิดเห็นในประเด็นที่ไม่เข้าใจ ไม่แน่ใจ หรือเสนอความคิดใหม่ ๆ ด้วย แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข หลังจากนั้นจึงนำไปทดลองใช้กับนักเรียนและ นิสิต จำนวน 855 คน (มัธยมปลาย 344 คน อาชีวะ 223 คน และปริญญาตรี 286 คน มี 2 คน ไม่ระบุ) เพื่อรวบรวมคำตอบที่หลากหลายและใช้เป็นแนวทางประกอบการเขียนตัวเลือกในฉบับปลายปิด

5. คณะผู้วิจัยเขียนตัวเลือกตอบ 5 ตัวเลือกสำหรับแต่ละประเด็นโดยอาศัยผลในข้อ 4 และความ รู้ที่ศึกษาในข้อ 3 ตัวเลือกทั้งห้าเรียงลำดับตามระดับของปรัชญาเชิงอารมณ์ เพื่อป้องกันการเหนียวลำตัวของ ผู้ตอบ คณะผู้วิจัยได้แบ่งการพิมพ์แบบสอบถามออกเป็น 4 ฉบับย่อย ในแต่ละฉบับย่อยบรรจุ 21 ข้อ ซึ่ง สุ่มมาจากทั้งหมด แต่ละข้อมีคำถาม 3 ประเด็นดังได้กล่าวแล้วในบทที่ 3 (ดูตัวอย่างในภาคผนวก ข.)

6. แบบสอบถามเหล่านี้ คณะผู้วิจัยได้ขอให้ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธศาสนาและด้านจิตวิทยาผู้สนใจเรื่องปรัชญาเชิงอารมณ์ ช่วยพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมตามนิยามอีกครั้งรวมทั้งระดับของตัวเลือก ด้วย (รายชื่อผู้เชี่ยวชาญอยู่ในภาคผนวก ค.) และนำมาพิจารณาปรับปรุงแก้ไข

#### 7. การทดลองใช้แบบสอบถาม

7.1 สำหรับกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมปลาย ทดลองใช้กับนักเรียนในโรงเรียนราชวินิต มัธยม (บางเขน) และโรงเรียนมัธยมหอวัง จำนวนรวม 108 คน เป็นนักเรียนสายวิทยาศาสตร์ 59 คน สายศิลป์ 49 คน เป็นนักเรียนชาย 52 คน หญิง 56 คน นักเรียนแต่ละคนทำทั้ง 4 ฉบับย่อย

7.2 การทดลองแบบสอบถามกับนิสิตได้แบ่งนิสิตออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มแรกให้ตอบฉบับที่ 1 และ 2 กลุ่มที่สองให้ตอบฉบับที่ 3 และ 4 กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปี 1 – 4 จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ(มศว) และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์(มก) กระจายตามคณะต่าง ๆ ให้ครอบคลุมสายวิทยาศาสตร์และสายสังคมศาสตร์จำนวนพอ ๆ กัน นิสิตทั้งสองกลุ่มมีการกระจายตามเพศ ชั้นปี และสายวิชาที่เรียนใกล้เคียงกัน ดังปรากฏในตาราง 5

ตาราง 5 แสดงการกระจายของนิสิตที่ตอบมาตราวัดฉบับทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	Form 1, 2	Form 3, 4
จำนวนนิสิตที่ตอบ	109	116
จำนวนนิสิตที่ใช้วิเคราะห์	93	91
- มศว	52	52
- มก	41	39
ปี 1	27	24
ปี 2	23	22
ปี 3	19	25
ปี 4	24	20
ชาย	51 (55%)	42 (46%)
หญิง	41 (45%)	49 (54%)
ไม่ระบุ	1	
อายุเฉลี่ย	19.95 ปี	20.07 ปี
สายวิทย์	44 (47%)	37 (41%)
สายสังคมศาสตร์	49 (53%)	54 (59%)

8. การคัดเลือกข้อสำหรับใช้เก็บข้อมูลจริงนั้น พิจารณาจากอำนาจจำแนกรายข้อ (สถิติ t) ร่วมกับโครงสร้างของปรีชาเชิงอารมณ์ที่กำหนดไว้แล้ว 3 ด้าน ผู้วิจัยคัดเลือกไว้ 30 ข้อเท่ากัน สำหรับฉบับที่ใช้กับนักเรียน และฉบับที่ใช้กับนิสิต ทั้งสองฉบับนี้มีข้อที่ซ้ำซ้อนกันและข้อที่ไม่ซ้ำซ้อนกันด้วย ตาราง 6 และ 7 แสดงจำนวนข้อที่คัดเลือกไว้พร้อมทั้งคุณลักษณะภายใต้โครงสร้าง 3 ด้าน (ดูภาคผนวก ง และ จ สำหรับตัวอย่างแบบสอบถามสำหรับนักเรียนและนิสิตตามลำดับ)

ตาราง 6 แสดงจำนวนข้อและคุณลักษณะที่วัดในแต่ละองค์ประกอบสำหรับกลุ่มนักเรียน

	ตนเองมีความสุข	อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี	ทำงานประสบความสำเร็จ
จำนวนข้อ (30)	9	8	13
คุณลักษณะ	เมตตา (2 ข้อ) รู้จักให้อภัย (2 ข้อ) ควบคุมตนเองได้ มีน้ำใจ กรุณา มุทิตา ใจคอหนักแน่น	ช่วยเหลือ (2 ข้อ) สามัคคี (2 ข้อ) เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ กตัญญู อดทน (คอยได้) เอาใจเขามาใส่ใจเรา	รับผิดชอบ ตรงต่อเวลา ซื่อสัตย์ กระตือรือร้น สู้งาน อดทน ร่วมมือในการทำงาน เสียสละเพื่อส่วนรวมในการทำงาน มองการณ์ไกล (2 ข้อ) ตรงต่อเวลา วางแผนในการทำงาน ร่วมมือในการทำงาน มีขันทีในการทำงาน

ตาราง 7 แสดงจำนวนข้อและคุณลักษณะที่วัดในแต่ละองค์ประกอบ สำหรับกลุ่มนิสิต

	ตนเองมีความสุข	อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี	ทำงานประสบความสำเร็จ
จำนวนข้อ (30)	10	8	12
คุณลักษณะ	เมตตา กรุณา มุทิตา ควบคุมตนเองได้ สุขภาพจิตดี ใจคอหนักแน่น อารมณ์ดี มั่นใจในตนเอง มองโลกในแง่ดี ปรับตัวยืดหยุ่น	จริงใจ มีน้ำใจ รู้จักให้อภัย ช่วยเหลือผู้อื่น สามัคคี เอาใจเขามาใส่ใจเรา กตัญญู ไม่ดูถูกผู้อื่น	ซื่อสัตย์ มองการณ์ไกล ตรงต่อเวลา วางแผนการทำงาน สู้งาน อดทน กล้าคิดกล้าแสดงออก ร่วมมือในการทำงาน ช่วยเหลือเพื่อส่วนรวมในการทำงาน มีขันทีในการทำงาน รับฟังความคิดเห็นผู้อื่น เห็นแก่ส่วนรวม ไม่รู้

9. นำแบบสอบถามที่ประกอบด้วยข้อที่คัดเลือกไว้ 30 ข้อ ไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบเพื่อตรวจสอบคุณภาพ ดังนี้

9.1 นักเรียนและนิสิตที่มารับรางวัลความประพฤติดีของพุทธสมาคมเมื่อวันที่ 29 พฤษภาคม 2545 ในหอประชุมกรมประชาสัมพันธ์ โดยทดสอบเฉพาะนักเรียนมัธยมปลายในโรงเรียนในกรุงเทพ(ฉบับนักเรียน)และนิสิตในมหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพ(ฉบับนิสิต) ได้จำนวนนักเรียน 53 คน (ชาย 23 และหญิง 30) นิสิต 48 คน (ชาย 28 คน หญิง 20 คน) กลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้ถือเป็นกลุ่มที่ควรมีคะแนนปรึกษาเชิงอารมณ์สูงกว่ากลุ่มทั่วไป คะแนนเฉลี่ยสำหรับกลุ่มนิสิตมีค่าดังนี้ ด้านความรู้สึก (AFF) ความคิด (COG) และการปฏิบัติ (BEH) เท่ากับ 3.73 ,4.07, และ 4.20 ตามลำดับ (คะแนนจากนิสิตเท่านั้นที่นำมาคำนวณในลำดับถัดไป)

9.2 นิสิตในมหาวิทยาลัย 7 แห่ง (รายชื่อมหาวิทยาลัยดูในภาคผนวก จ.) จำนวนนิสิตทั้งหมดที่ให้ข้อมูล 1742 คน โดยให้มีจำนวนนิสิตในสายวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์ใกล้เคียงกัน เพศชาย-หญิง พอปๆ กันและมีทั้งปี 1 – 4 ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เพื่อให้ตรวจสอบความเที่ยงตรงและสร้างเกณฑ์ปกติ ข้อมูลที่สมบูรณ์และใช้ในการคำนวณเกณฑ์ปกติมาจากนิสิต 1726 คน อายุเฉลี่ย 20.4 ปี (ช่วง 17-26 ปี) มีเกรดเฉลี่ย 2.94 และเป็นสมาชิกชมรมพุทธ 260 คน

จากนิสิต 1742 คนนั้นมีนิสิต 211 คน นอกเหนือจากทำแบบสอบถามปรึกษาเชิงอารมณ์แล้ว ยังได้ให้ทำแบบทดสอบวัดความถนัดทางการเรียนฉบับเหตุผล (จากสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ) และทำแบบสอบถามวัดความเครียดและอัตมโนทัศน์ด้วย ทั้งนี้เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของมาตราวัดปรึกษาเชิงอารมณ์กับตัวแปรที่สำคัญๆ กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดที่ใช้คำนวณเกณฑ์ปกติจำแนกตามตัวแปรต่าง ๆ เป็นดังในตาราง 8

ตาราง 8 แสดงจำนวนนิสิตที่ใช้คำนวณเกณฑ์ปกติ จำแนกตามเพศและชั้นปี

เพศ	ชั้นปี				รวม
	1	2	3	4	
ชาย	209	129	142	266	746
หญิง	177	191	253	359	980
รวม	386	320	395	625	1726

ข้อมูลโดยย่อสำหรับแบบทดสอบและแบบสอบถามมีดังนี้

(1) แบบทดสอบวัดความถนัดทางการเรียนด้านการใช้เหตุผล (R/A ANAL) จากสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแบบทดสอบมีจำนวน 40 ข้อ ให้เวลา

ตอบ 25 นาที แบ่งออกเป็นการวัด 2 อย่างคือ อุปมาอุปไมยภาษา และ รูปภาพสัมพันธ์ ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นชนิด KR-20 เท่ากับ 0.69 ค่าเฉลี่ยความยากเท่ากับ 0.60 และค่าเฉลี่ยอำนาจจำแนกเท่ากับ 0.28

(2) แบบสอบถามวัดความเครียดจากงานวิจัยของสุคนธ์ทิพย์ หนูนพล (2544) มีจำนวน 19 ข้อ (ตัดออก 1 ข้อ) ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .92 (คิดจาก 20 ข้อ)

(3) แบบทดสอบวัดอัตมโนทัศน์จากงานวิจัยของผจงจิต อินทสุวรรณ และคณะ (2539) มีจำนวน 30 ข้อ ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .85

### การตรวจสอบความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของมาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์

กลุ่มนิสิตที่ใช้คำนวณจำนวน 211 คน เป็นนิสิตปี 1, 2, 3 และ 4 จำนวน 32, 50, 71 และ 58 คน ตามลำดับ เป็นชาย 90 คน หญิง 121 คน อายุเฉลี่ย 20.3 ปี (มีช่วง 17.6 – 25 ปี) มีเกรดเฉลี่ย 3.03 (มีช่วง 1.80 – 3.95) เป็นสมาชิกชมรมพุทธ 28 คน และไม่เป็น 181 คน นิสิตใช้เวลาตอบมาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ประมาณ 20-30 นาที

**สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น** ดัชนีความเชื่อมั่นใช้สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นซึ่งบ่งถึงความคงเส้นคงวาภายใน และความสอดคล้องในการทดสอบซ้ำ ซึ่งบอกความคงที่ระหว่างการทดสอบสองครั้ง

ในตารางต่อไปนี้เป็นค่าสถิติพื้นฐานและค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นชนิดแอลฟาของคะแนนย่อยของปรีชาเชิงอารมณ์ 3 ตัว คือ ความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติ

ตาราง 9 แสดงค่าสถิติพื้นฐานและสัมประสิทธิ์แอลฟาของคะแนนย่อย 3 ตัวของปรีชาเชิงอารมณ์

ปรีชาเชิงอารมณ์	n	M (SD)	min-max	alpha	N
ความรู้สึก (AFF)	208	3.32 (.32)	1.8-4.6	.66	30
ความคิด (COG)	210	3.70 (.34)	2.4-4.6	.74	30
การปฏิบัติ (BEH)	208	3.86 (.28)	2.7-4.8	.64	30

n คือ จำนวนนิสิตที่ตอบ

M คือ ค่าเฉลี่ย

SD คือ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ

N คือ จำนวนข้อในแบบสอบถาม

ผลในตาราง 9 แสดงว่าคะแนนย่อยของปรีชาเชิงอารมณ์มีความเป็นเอกพันธ์ในตัวเองในระดับปานกลาง และมีค่าเฉลี่ยในระดับสูงกว่าปานกลางเล็กน้อย

นอกจากการคำนวณสัมประสิทธิ์แอลฟาดังกล่าวแล้วผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลแบบวัดซ้ำ (test-retest) กับนิสิตปี 3 ในคณะวิทยาศาสตร์ มศว ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์จากนิสิตจำนวน 21 คน (ชาย 3 คน หญิง 18 คน) มีอายุเฉลี่ยในการทดสอบครั้งแรก 21.10 ปี มีเกรดเฉลี่ยสะสม 2.86 ช่วงเวลาที่ทดสอบ 2 ครั้ง ห่างกัน 1 เดือน คะแนนเฉลี่ยด้าน AFF , COG, และ BEH ในการสอบครั้งที่ 1 เป็นดังนี้ 3.39 , 3.81 และ 3.92 ในการสอบครั้งที่ 2 เป็นดังนี้ 3.39 , 3.82 , 3.93 ตามลำดับ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการสอบสองครั้ง สำหรับด้าน AFF, COG, และ BEH คือ .660 , .766 และ .410 ตามลำดับ ค่าสหสัมพันธ์ 2 ค่าแรก มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนค่าสุดท้ายไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า  $p = .055$ )

ดัชนีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ความเที่ยงตรงยืนยันด้วยความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับตัวแปรที่กำหนดและการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับตัวแปรอื่น ๆ ปรากฏในตาราง 10 สำหรับกลุ่มรวม และในตาราง 11 สำหรับกลุ่มชายและหญิง

ตาราง 10 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ในกลุ่มรวม

ตัวแปร	COG	BEH	STR	SELF	RAPT	GPA
ปรีชาเชิงอารมณ์						
AFF	.667**	.571**	-.422**	.356**	.111	.149*
COG		.761*	-.336**	.357**	.010	.110
BEH			-.220**	.332**	-.021	.184**
ความเครียด (STR)				-.520**	-.059	-.140*
อัตมโนทัศน์(SELF)					.092	.257**
ความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผล (RAPT)						.060

\*\* $p < .01$

\* $p < .05$



ตาราง 11 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ในกลุ่มชายและหญิง

ตัวแปร	COG		BEH		STR		SELF		RAPT	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
ปรีชาเชิงอารมณ์										
AFF	.749**	.600**	.589**	.563**	-.488**	-.377**	.392**	.330**	.005	.200*
COG			.740**	.782**	-.389**	-.304**	.361**	.359**	-.101	.115
BEH					-.340**	-.144	.370**	.317**	-.137	.101
ความเครียด (STR)							.488**	-.540**	-.086	-.031
อัตมโนทัศน์ (SELF)									.081	.095

\*\*p < .01

\*p < .05

ผลในตาราง 10 และ 11 แสดงว่าคะแนนย่อยทั้ง 3 ตัวของปรีชาเชิงอารมณ์มีความสัมพันธ์กันทางบวกในระดับปานกลางค่อนข้างสูง (ค่า r ตั้งแต่ .563 ถึง .782) ปรีชาเชิงอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญ ระดับ .01 กับความเครียด ยกเว้นคะแนนย่อยด้านการปฏิบัติ (BEH) ในกลุ่มนิสิตหญิงซึ่งความสัมพันธ์ยังเป็นทางลบแต่ไม่มีนัยสำคัญ อัตมโนทัศน์มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ทุกตัว อัตมโนทัศน์กับความเครียดมีความสัมพันธ์กันทางลบอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนคะแนนความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผลมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น ๆ ต่ำมากและไม่มีนัยสำคัญ ยกเว้นในกลุ่มนิสิตหญิง ซึ่งสัมพันธ์ทางบวกกับปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความรู้สึก (AFF) อย่างมีนัยสำคัญในระดับต่ำ นอกจากนี้ในตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่าเกรดเฉลี่ยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับปรีชาเชิงอารมณ์ค่อนข้างต่ำ แต่ถึงกระนั้นก็มีนัยสำคัญสำหรับด้านความรู้สึกและด้านการปฏิบัติ

ในตาราง 12 เป็นผลการวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบปรีชาเชิงอารมณ์ระหว่างกลุ่มนิสิตที่จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา สายวิชาที่ศึกษา เพศ การเป็นสมาชิกชมรมพุทธ และเกรดเฉลี่ยสะสม

ตาราง 12 แสดงการเปรียบเทียบปรีชาเชิงอารมณ์ระหว่างชั้นปี สายวิชาที่ศึกษา เพศ การเป็นสมาชิกชมรมพุทธ และเกรดเฉลี่ยสะสม

กลุ่มเปรียบเทียบ	n	M (SD)			ค่าสถิติ	
		AFF	COG	BEH	Wilk 's lambda	Sig
<b>ชั้นปี</b>						
1	32	3.37(.36)	3.71(.30)	3.91(.25)	} $\Lambda = .968$	.667
2	50	3.24(.31)	3.66(.35)	3.84(.29)		
3	71	3.33(.32)	3.71(.34)	3.85(.30)		
4	58	3.34(.32)	3.72(.35)	3.86(.25)		
<b>สายวิชา</b>						
สังคมศาสตร์	107	3.34(.34)	3.75(.33)	3.89(.25)	} $\Lambda = .975$	.148
วิทยาศาสตร์	104	3.30(.31)	3.65(.34)	3.83(.30)		
<b>เพศ</b>						
ชาย	90	3.32(.33)	3.68(.35)	3.82(.29)	} $\Lambda = .975$	.161
หญิง	121	3.32(.32)	3.72(.33)	3.89(.27)		
<b>สมาชิกชมรม</b>						
เป็น	28	3.40(.31)	3.76(.32)	3.95(.26)	} $\Lambda = .980$	.254
ไม่เป็น	181	3.31(.32)	3.70(.33)	3.86(.26)		
<b>เกรดเฉลี่ย</b>						
$\leq 3.00$	104	3.29(.30)	3.66(.35)	3.82(.29)	} $\Lambda = .977$	.179
$> 3.00$	107	3.35(.35)	3.74(.33)	3.90(.26)		

ผลในตาราง 12 เป็นการเปรียบเทียบปรีชาเชิงอารมณ์ระหว่างกลุ่มที่แบ่งตามตัวแปรต่าง ๆ โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปร (MANOVA) ในตารางนี้เสนอสถิติทดสอบเพียงตัวเดียวคือ Wilk 's lambda ( $\Lambda$ ) การทดสอบภาพรวมไม่มีค่าใดที่มีนัยสำคัญทางสถิติ และสถิติ Box สำหรับทดสอบการเท่ากันของเมทริกซ์ความแปรปรวนร่วมไม่มีนัยสำคัญทางสถิติทุกค่า อย่างไรก็ตามการวิเคราะห์ความแปรปรวนหนึ่งตัวแปร (ANOVA) พบค่าที่มีนัยสำคัญในระดับที่ต่ำกว่า .10 ดังนี้

1. ความแตกต่างระหว่างสายวิชาที่เรียน พบว่าปรีชาเชิงอารมณ์ด้านการคิดมี  $F = 4.883$ ,  $sig = .028$  และด้านการปฏิบัติ  $F = 2.899$ ,  $sig = .090$
2. ความแตกต่างระหว่างเพศพบว่าปรีชาเชิงอารมณ์ด้านการปฏิบัติมี  $F = 3.489$ ,  $sig = .063$

3. ความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่เป็น-ไม่เป็นสมาชิกชมรมพุทธ พบว่าปรีชาเชิงอารมณ์ด้านการปฏิบัติ มี  $F = 2.905$ ,  $sig = .090$

4. ความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีเกรดเฉลี่ยสะสม 3.00 ลงมา และมากกว่า 3.00 พบว่าปรีชาเชิงอารมณ์ด้านการคิด มี  $F = 3.015$ ,  $sig = .084$  และด้านการปฏิบัติมี  $F = 4.992$ ,  $sig = .027$  นอกจากนี้ผลการตอบของนิสิตที่ได้รับรางวัลความประพฤติดีของพุทธสมาคมได้คะแนนดังในตาราง 13

ตาราง 13 แสดงค่าสถิติพื้นฐานคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ของนิสิตกลุ่มที่ได้รับรางวัลความประพฤติดีของพุทธสมาคม

กลุ่ม	n	M(SD)		
		AFF	COG	BEH
ชาย	28	3.73(.28)	4.11(.24)	4.23(.16)
หญิง	20	3.72(.29)	4.00(.23)	4.15(.23)
รวม	48	3.73(.28)	4.07(.24)	4.20(.20)

ผลในกลุ่มนี้แสดงว่านิสิตหญิงและชายมีคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความรู้สึกใกล้เคียงกันมาก ส่วนอีกสองด้านมีความแตกต่างกันบ้าง โดยด้านการปฏิบัติต่างกันมากที่สุด และทั้งสามด้านมีแนวโน้มว่านิสิตชายมีคะแนนสูงกว่านิสิตในกลุ่มนี้มีอายุเฉลี่ย 21.3 ปี มีเกรดเฉลี่ยสะสม 3.15

สำหรับผลค่าเฉลี่ยปรีชาเชิงอารมณ์ของกลุ่มรวมในตาราง 13 นี้ เมื่อเปรียบเทียบกับผลในตาราง 9 จะเห็นว่ามี ความแตกต่างกันอย่างชัดเจน นั่นคือนิสิตกลุ่มที่ได้รับรางวัลความประพฤติดี มีคะแนนเฉลี่ยทุกด้านสูงกว่า นิสิตกลุ่มรวมในตาราง 9 (ซึ่งในตอนนี้จะเรียกว่า กลุ่มพื้นฐาน) นอกจากนี้ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทุกตัวในกลุ่มนิสิตที่ได้รับรางวัล มีค่าต่ำกว่าค่าชนิดเดียวกันในกลุ่มพื้นฐาน เมื่อนำคะแนนจากตาราง 9 และ 13 มาเขียนไว้ด้วยกันจะเห็นดังในตาราง 14 ดังนี้

ตาราง 14 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปรีชาเชิงอารมณ์กลุ่มนิสิตที่ได้รับรางวัลความประพฤติดีและกลุ่มพื้นฐาน

กลุ่มนิสิต	n	M(SD)		
		AFF	COG	BEH
ได้รับรางวัล	48	3.73(.28)	4.07(.24)	4.20(.20)
พื้นฐาน	211	3.32(.32)	3.70(.34)	3.86(.28)

เมื่อนำข้อมูลของกลุ่มนี้ที่มีขนาดของกลุ่มตัวอย่างต่างกันมาก (48 และ 211) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานต่างกันมาก มาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปร จึงพบว่า สถิติ Box ให้ค่าที่มีนัยสำคัญ (Box 's M = 16.549, sig = .013) ซึ่งแสดงว่าเมทริกซ์ความแปรปรวนร่วมในสองกลุ่มไม่เท่ากันดังนั้นผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนที่พบว่ามี ความแตกต่างระหว่างกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญสูงมาก ( $\Lambda = .759$ , sig = .000) จึงควรพิจารณาด้วยความระมัดระวัง อย่างไรก็ตามในกรณีนี้กลุ่มขนาดใหญ่มีความแปรปรวนใหญ่กว่า การทดสอบมีแนวโน้มเป็นอนุรักษ์ (conservative test) (Stevens, 1996, p.251) ซึ่งหมายความว่า การทดสอบมีนัยสำคัญได้ยาก ( $\alpha$  ที่แท้จริงน้อยกว่าค่าที่กำหนด) ดังนั้นในกรณีนี้ค่าความแตกต่างมีนัยสำคัญจึงเป็นสิ่งที่เชื่อถือได้ว่าแตกต่างกันจริง และเมื่อพิจารณาการวิเคราะห์ความแปรปรวนหนึ่งตัวแปรก็ยังคงพบว่าปรีชาเชิงอารมณ์ทุกตัวมีค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มที่แตกต่างกันอย่างชัดเจน ค่าสถิติสำหรับ AFF ,COG และ BEH เป็นดังนี้  $F = 64.586$ ,  $50.439$  และ  $63.353$  ตามลำดับ และการทดสอบเท่ากันของความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนพบว่าคะแนนย่อย COG และ BEH มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ส่วน AFF ไม่มีนัยสำคัญ

เพื่อตรวจสอบซ้ำเกี่ยวกับผลการเปรียบเทียบ ผู้วิจัยจึงสุ่มเลือกผู้ตอบในกลุ่มพื้นฐาน ซึ่งมี 211 คน มาเพียง 48 คน แล้วเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ได้รับรางวัลความประพฤติดี 48 คน อีกครั้งโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปรเช่นเดิม ตาราง 15 แสดงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มทั้งสอง

ตาราง 15 แสดงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มพื้นฐานที่สุ่มมากับกลุ่มที่ได้รับรางวัลความประพฤติดี

กลุ่มนิสิต	n	M(SD)		
		AFF	COG	BEH
ได้รับรางวัล	48	3.73(.28)	4.07(.24)	4.20(.20)
พื้นฐานที่สุ่มมา	48	3.36(.29)	3.74(.33)	3.85(.27)

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในตาราง 15 สำหรับกลุ่มพื้นฐานที่สุ่มมา มีความใกล้เคียงกับข้อมูลที่ปรากฏในตาราง 14 ผลการคำนวณสถิติ Box ครึ่งนี้ไม่มีนัยสำคัญ (Box's M = 12.104, sig = .069) นั่นคือ เมทริกซ์ของความแปรปรวนร่วมไม่ต่างกันด้วยระดับนัยสำคัญ .05 และค่าเฉลี่ยของสองกลุ่มนี้มีความแตกต่างกันอย่างชัดเจนเช่นเดิม ( $\Lambda = .595$ , sig = .000) ดังนั้นการวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปรยืนยันถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มสองกลุ่ม นี้ในเรื่องปรีชาเชิงอารมณ์อย่างแน่นอน เมื่อพิจารณาช่วงความเชื่อมั่นบนเพอโรนีย์(Bonferroni) (ผจญจิต อินทสุวรรณ, 2545, หน้า 80) ก็พบว่า ด้านย่อยแต่ละด้านของปรีชาเชิงอารมณ์มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มอย่างแน่นอน (ช่วงความเชื่อมั่น หรือ confidence interval เป็น .185 - .555, .151 - .509, และ .194 - .506 สำหรับ AFF, COG, และ BEH ตามลำดับ) นั่นคือนิสิตกลุ่มที่ได้รับรางวัลความประพฤติดี จากพุทธสมาคมมีคะแนนปรีชาทางอารมณ์ทุกด้านสูงกว่านิสิตกลุ่มพื้นฐานอย่างเด่นชัด

นิสิตกลุ่มพื้นฐานที่สุ่มมา 48 คนนี้เป็นหญิง 22 คน ชาย 26 คน มีอายุเฉลี่ย 20.4 ปี และมีเกรดเฉลี่ยสะสม 3.19

ผลการคำนวณค่าสถิติเพื่อทดสอบสมมุติฐานที่ตั้งไว้พบว่าได้รับการยืนยัน นั่นคือ ปรีชาเชิงอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับอัตมโนทัศน์ การมีพฤติกรรมช่วยเหลือสังคม (กลุ่มนิสิตที่ได้รับรางวัลมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มพื้นฐาน) และมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด ยกเว้นความวิตกกังวลทางการเรียน ด้านเหตุผลซึ่งไม่พบความสัมพันธ์กับปรีชาเชิงอารมณ์ ซึ่งแสดงถึงคุณภาพของมาตราวัดที่สอดคล้องส่วนใหญ่กับแนวทางที่ควรจะเป็นตามทฤษฎี

ส่วนผลการสำรวจความแตกต่างของปรีชาเชิงอารมณ์ระหว่างชั้นปี รายวิชา เพศ การเป็นสมาชิกชมรมพุทธและเกรดเฉลี่ย โดยภาพรวมไม่พบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ

### การคำนวณเกณฑ์ปกติของคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์

ผลการตอบมาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ของนิสิตปีที่ 1 ถึงปีที่ 4 ในมหาวิทยาลัยทั้ง 7 แห่ง (ดูในภาคผนวก ข.) จำนวนทั้งหมด 1,742 คน ดัดข้อมูลที่ไม่สมบูรณ์ออกจึงเหลือ 1726 คน กลุ่มนี้มีอายุเฉลี่ย 20.4 ปี (มีช่วง 17-26 ปี) นำมาใช้ในการคำนวณเกณฑ์ปกติ จำนวนนิสิตจำแนกตามชั้น ปี และเพศ

ปรากฏในตาราง 8 ส่วนค่าสถิติเบื้องต้นของคะแนนแต่ละตัว ทั้งในกลุ่มรวมและในกลุ่มชาย-หญิง  
ปรากฏในตาราง 16

ตาราง 16 แสดงค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ความเบ้ (SK) และความโด่ง (K)  
ของคะแนนปริชาเชิงอารมณ์ ทั้งกลุ่มรวมและกลุ่มชาย-หญิง ด้านความรู้สึก(AFF)  
ความคิด(COG) และการปฏิบัติ(BEH)

ค่าสถิติ/กลุ่ม	AFF	COG	BEH
M : รวม, ชาย, หญิง	100.14, 100.38, 99.96	111.18, 110.30, 111.85	115.13, 113.92, 116.03
SD : รวม, ชาย, หญิง	9.97, 10.57, 9.50	10.15, 11.01, 9.41	10.05, 11.26, 8.93
SK : รวม, ชาย, หญิง	0.10, 0.09, 0.09	-0.68, -0.83, -0.43	-0.92, -0.88, -0.79
K : รวม, ชาย, หญิง	0.04, 0.04, -0.02	0.91, 0.89, 0.51	1.62, 1.18, 1.48

เกณฑ์ปกติของคะแนนปริชาเชิงอารมณ์ แสดงด้วยค่าตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ (percentile rank)  
คะแนนมาตรฐานปกติซี (normalized Z score) และคะแนนมาตรฐานปกติที (normalized T score)  
สำหรับคะแนนดิบแต่ละตัว เกณฑ์ปกตินี้คำนวณแยกสำหรับคะแนนย่อยความรู้สึก (AFF) ความคิด (COG)  
และการปฏิบัติ (BEH) รายละเอียดของคะแนนดิบและคะแนนมาตรฐานที่ตรงกันปรากฏใน ตาราง 17,  
18 และ 19 สำหรับคะแนนย่อย AFF, COG, และ BEH ตามลำดับ ทั้งกลุ่มรวมและแยกตามเพศ

ตาราง 17 แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนด้านความรู้สึก(AFF) การคิด (COG) และการปฏิบัติ (BEH) ในรูปของตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์(PR) คะแนนปกติ Z และคะแนนปกติ T ในกลุ่มรวม

Raw Score	AFF			COG			BEH		
	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score
63	.06	-3.72552	13						
64									
65				.06	-4.54776	5			
66	.12	-3.42460	16						
67									
68				.12	-4.25233	7			
69									
70	.20	-3.02338	20						
71				.18	-3.95690	10	.09	-4.39322	6
72	.30	-2.82277	22						
73									
74				.27	-3.66148	13	.21	-4.09457	9
75	.36	-2.52186	25	.36	-3.56300	14	.33	-3.99501	10
76	.46	-2.42156	26	.42	-3.46452	15			
77	.70	-2.32125	27	.48	-3.36605	16	.43	-3.79591	12
78	.94	-2.22095	28	.64	-3.26757	17			
79	1.24	-2.12064	29						
80	1.73	-2.02034	30	.85	-3.07062	19	.52	-3.49726	15
81	2.25	-1.92003	31	1.00	-2.97215	20	.70	-3.39771	16
82	2.97	-1.81973	32	1.18	-2.87367	21	.91	-3.29815	17
83	3.97	-1.71942	33	1.36	-2.77519	22	1.06	-3.19860	18
84	5.13	-1.61912	34	1.45	-2.67672	23	1.28	-3.09905	19
85	6.37	-1.51881	35	1.57	-2.57824	24	1.46	-2.99950	20
86	7.92	-1.41851	36	1.81	-2.47977	25	1.55	-2.89995	21
87	9.62	-1.31820	37	2.21	-2.38129	26	1.64	-2.80040	22
88	11.23	-1.21790	38	2.51	-2.28282	27	1.79	-2.70085	23
89	12.77	-1.11759	39	2.75	-2.18434	28	2.19	-2.60129	24
90	14.99	-1.01729	40	3.15	-2.08586	29	2.68	-2.50174	25
91	17.87	-.91698	41	3.69	-1.98739	30	3.01	-2.40219	26
92	20.81	-.81668	42	4.39	-1.88891	31	3.32	-2.30264	27
93	23.97	-.71638	43	5.29	-1.79044	32	3.65	-2.20309	28
94	27.46	-.61607	44	6.41	-1.69196	33	4.01	-2.10354	29
95	30.86	-.51577	45	7.17	-1.59348	34	4.44	-2.00399	30
96	34.04	-.41546	46	7.89	-1.49501	35	4.93	-1.90443	31
97	37.89	-.31516	47	8.86	-1.39653	36	5.38	-1.80488	32
98	42.14	-.21485	48	10.01	-1.29806	37	5.99	-1.70533	33
99	46.12	-.11455	49	11.80	-1.19958	38	6.75	-1.60578	34
100	50.00	-.01424	50	13.46	-1.10111	39	7.33	-1.50623	35

ต่อ

Raw Score	AFF			COG			BEH		
	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score
101	53.97	.08606	51	14.94	-1.00263	40	8.00	-1.40668	36
102	58.01	.18637	52	16.64	-.90415	41	8.85	-1.30713	37
103	62.08	.28667	53	18.72	-.80568	42	9.79	-1.20758	38
104	66.17	.38698	54	21.17	-.70720	43	11.28	-1.10802	39
105	69.66	.48728	55	23.96	-.60873	44	13.02	-1.00847	40
106	72.91	.58759	56	27.01	-.51025	45	14.84	-.90892	41
107	76.40	.68789	57	30.04	-.41178	46	17.34	-.80937	42
108	79.43	.78820	58	33.24	-.31330	47	20.19	-.70982	43
109	81.92	.88850	59	36.78	-.21482	48	22.93	-.61027	44
110	84.13	.98881	60	40.53	-.11635	49	25.76	-.51072	45
111	86.29	1.08911	61	44.59	-.01787	50	28.68	-.41116	46
112	88.14	1.18941	62	49.06	.08060	51	31.87	-.31161	47
113	89.78	1.28972	63	53.45	.17908	52	35.98	-.21206	48
114	91.32	1.39002	64	57.99	.27756	53	40.15	-.11251	49
115	92.48	1.49033	65	62.55	.37603	54	44.16	-.01288	50
116	93.51	1.59063	66	66.52	.47451	55	48.57	.08659	51
117	94.54	1.69094	67	70.15	.57298	56	53.32	.18614	52
118	95.66	1.79124	68	74.11	.67146	57	57.79	.28570	53
119	96.48	1.89155	69	77.77	.76993	58	62.04	.38525	54
120	97.06	1.99185	70	80.79	.86841	59	66.79	.48480	55
121	97.85	2.09216	71	84.06	.96689	60	71.44	.58435	56
122	98.45	2.19246	72	87.27	1.06536	61	75.49	.68390	57
123	98.91	2.29277	73	89.81	1.16384	62	79.23	.78345	58
124	99.21	2.39307	74	91.86	1.26231	63	82.85	.88300	59
125	99.36	2.49338	75	93.86	1.36079	64	85.89	.98256	60
126	99.54	2.59368	76	95.43	1.45926	65	88.38	1.08211	61
127	99.70	2.69399	77	96.46	1.55774	66	90.78	1.18166	62
128	99.76	2.79429	78	97.55	1.65622	67	93.28	1.28121	63
129				98.46	1.75469	68	95.38	1.38076	64
130	99.85	2.99490	80	98.91	1.85317	69	96.47	1.48031	65
131				99.18	1.95164	70	97.17	1.57986	66
132	99.94	3.19551	82	99.43	2.05012	71	97.96	1.67941	67
133							98.69	1.77897	68
134				99.67	2.24707	72	99.18	1.87852	69
135				99.85	2.34555	73	99.39	1.97807	70
136	100.00	3.59673	86	99.94	2.44402	74	99.57	2.07762	71
137							99.73	2.17717	72
138							99.82	2.27672	73
139							99.88	2.37627	74
140							99.94	2.47583	75
141				100.00	2.93640	79	100.00	2.57538	76



ตาราง 18 แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนด้านความรู้สึก(AFF) การคิด (COG) และการปฏิบัติ (BEH) ในรูปของตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ (PR) คะแนนปกติ Z และคะแนนปกติ T ในกลุ่มชาย

Raw Score	AFF			COG			BEH		
	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score
63	.14	-3.53632	15						
64									
65				.14	-4.11564	9			
66									
67									
68				.28	-3.84308	12			
69									
70									
71							.21	-3.81044	12
72	.35	-2.68497	23						
73									
74				.49	-3.29796	17	.50	-3.54412	15
75	.57	-2.40118	26	.70	-3.20711	18	.71	-3.45535	15
76				.85	-3.11626	19			
77	.99	-2.21199	28	.99	-3.02540	20	.85	-3.27780	17
78	1.42	-2.11740	29	1.34	-2.93455	21			
79	1.77	-2.02280	30						
80	2.41	-1.92821	31	1.76	-2.75284	22	1.00	-3.01148	20
81	2.97	-1.83361	32	1.97	-2.66199	23	1.28	-2.92271	21
82	3.61	-1.73902	33	2.25	-2.57114	24	1.71	-2.83394	22
83	4.82	-1.64442	34	2.61	-2.48028	25	2.06	-2.74516	23
84	5.88	-1.54983	35				2.42	-2.65639	23
85	6.94	-1.45523	35						
86	8.92	-1.36064	36	2.89	-2.20773	28	2.70	-2.47884	25
87	10.69	-1.26604	37	3.38	-2.11687	29	2.84	-2.39007	26
88	12.04	-1.17145	38	3.80	-2.02602	30	2.99	-2.30129	27
89	13.67	-1.07685	39	4.01	-1.93517	31	3.34	-2.21252	28
90	15.72	-.98226	40	4.44	-1.84431	32	3.98	-2.12375	29
91	18.41	-.88766	41	5.35	-1.75346	32	4.62	-2.03497	30
92	21.67	-.79307	42	6.48	-1.66261	33	5.12	-1.94620	31
93	25.21	-.69847	43	7.89	-1.57176	34	5.69	-1.85743	31
94	28.61	-.60388	44	9.51	-1.48090	35	6.26	-1.76865	32
95	31.37	-.50928	45	10.35	-1.39005	36	6.76	-1.67988	33
96	34.42	-.41469	46	11.20	-1.29920	37	7.40	-1.59111	34
97	38.10	-.32009	47	12.39	-1.20834	38	8.04	-1.50233	35
98	41.86	-.22550	48	13.80	-1.11749	39	8.96	-1.41356	36
99	45.82	-.13091	49	15.63	-1.02664	40	10.10	-1.32478	37
100	49.29	-.03631	50	16.90	-.93579	41	10.81	-1.23601	38

ต่อ

Raw Score	AFF			COG			BEH		
	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score
101	52.55	.05828	51	18.17	-.84493	42	11.74	-1.14724	39
102	56.02	.15288	52	19.65	-.75408	42	13.16	-1.05846	39
103	60.06	.24747	52	21.48	-.66323	43	14.08	-.96989	40
104	64.16	.34207	53	24.15	-.57237	44	15.43	-.88092	41
105	67.56	.43666	54	27.18	-.48152	45	17.35	-.79214	42
106	71.10	.53126	55	30.00	-.39067	46	19.42	-.70337	43
107	74.58	.62585	56	32.54	-.29981	47	22.19	-.61460	44
108	77.34	.72045	57	35.49	-.20898	48	25.25	-.52582	45
109	79.60	.81504	58	39.15	-.11811	49	28.52	-.43705	46
110	81.94	.90964	59	42.89	-.02726	50	31.58	-.34828	47
111	84.21	1.00423	60	46.62	.06360	51	34.21	-.25950	47
112	85.91	1.09883	61	50.49	.15445	52	36.77	-.17073	48
113	87.68	1.19342	62	54.23	.24530	52	40.33	-.08195	49
114	89.59	1.28802	63	58.45	.33616	53	44.67	.00682	50
115	91.22	1.38261	64	62.54	.42701	54	48.79	.09559	51
116	92.78	1.47721	65	66.55	.51786	55	52.63	.18437	52
117	93.98	1.57180	66	70.70	.60871	56	56.76	.27314	53
118	95.04	1.66640	67	74.72	.69957	57	61.02	.36191	54
119	95.98	1.76099	68	78.31	.79042	58	64.94	.45069	55
120	96.53	1.85559	69	81.48	.88127	59	68.63	.53946	55
121	97.31	1.95018	70	85.28	.97213	60	72.05	.62823	56
122	98.02	2.04478	70	88.66	1.06298	61	75.11	.71701	57
123	98.44	2.13937	71	90.92	1.15383	62	78.31	.80578	58
124	98.73	2.23397	72	92.68	1.24469	62	82.36	.89455	59
125	98.94	2.32856	73	94.30	1.33554	63	85.85	.98333	60
126	99.22	2.42315	74	95.70	1.42639	64	88.62	1.07210	61
127				96.76	1.51724	65	91.32	1.16088	62
128	99.43	2.61234	76	97.82	1.60810	66	93.88	1.24965	62
129				98.73	1.69895	67	95.73	1.33842	63
130	99.65	2.80153	78	99.23	1.78980	68	96.37	1.42720	64
131				99.58	1.88066	69	96.94	1.51597	65
132	99.86	2.99072	80	99.86	1.97151	70	97.72	1.60474	66
133							98.36	1.69352	67
134				100.00	2.15321	72	98.79	1.78229	68
135							99.15	1.87106	69
136	100.00	3.36910	84				99.43	1.95984	70
137							99.57	2.04861	70
138							99.72	2.13738	71
139									
140							99.86	2.31493	73
141							100.00	2.40371	74

ตาราง 19 แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนด้านความรู้สึก(AFF) การคิด (COG) และการปฏิบัติ (BEH) ในรูปของตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์(PR) คะแนนปกติ Z และคะแนนปกติ T ในกลุ่มหญิง

Raw Score	AFF			COG			BEH		
	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score	PR	Z- Score	T- Score
63									
64									
65									
66	.11	-3.57658	14						
67									
68									
69									
70	.21	-3.15532	18						
71				.11	-4.33856	7			
72									
73									
74									
75							.11	-4.59616	4
76	.37	-2.52343	25						
77	.53	-2.41811	26						
78	.64	-2.31279	27						
79	.90	-2.20748	28						
80	1.27	-2.10216	29	.21	-3.38258	16	.21	-4.03609	10
81	1.75	-1.99685	30	.32	-3.27636	17	.32	-3.92407	11
82	2.55	-1.89153	31	.42	-3.17014	18			
83	3.40	-1.78622	32						
84	4.62	-1.68090	33	.53	-2.95770	20	.48	-3.58803	14
85	6.00	-1.57559	34	.74	-2.85148	21	.64	-3.47602	15
86	7.22	-1.47027	35	1.06	-2.74526	23	.74	-3.36400	16
87	8.86	-1.36496	36	1.38	-2.63904	24			
88	10.67	-1.25964	37	1.59	-2.53282	25	.96	-3.13997	19
89	12.15	-1.15433	38	1.86	-2.42660	26	1.38	-3.02796	20
90	14.49	-1.04901	40	2.23	-2.32039	27	1.75	-2.91594	21
91	17.52	-.94370	41	2.49	-2.21417	28			
92	20.22	-.83838	42	2.86	-2.10795	29	2.02	-2.69192	23
93	23.09	-.73307	43	3.39	-2.00173	30			
94	26.65	-.62775	44	4.14	-1.89551	31	2.39	-2.46789	25
95	30.52	-.52244	45	4.83	-1.78929	32	2.76	-2.35587	26
96	33.81	-.41712	46	5.46	-1.68307	33	3.13	-2.24386	28
97	37.79	-.31181	47	6.26	-1.57685	34	3.45	-2.13184	29
98	42.41	-.20649	48	7.21	-1.47063	35	3.83	-2.01983	30
99	46.39	-.10118	49	8.96	-1.36441	36	4.30	-1.90781	31
100	50.58	.00414	50	10.92	-1.25819	37	4.78	-1.79580	32

Row Score	AFF			COG			BEH		
	PR	Z-Score	T-Score	PR	Z-Score	T-Score	PR	Z-Score	T-Score
101	55.10	.10945	51	12.57	-1.15197	38	5.26	-1.68379	33
102	59.55	.21477	52	14.42	-1.04575	40	5.69	-1.57177	34
103	63.64	.32008	53	16.70	-.93953	41	6.64	-1.45976	35
104	67.73	.42540	54	18.98	-.83331	42	8.24	-1.34774	37
105	71.28	.53071	55	21.58	-.72709	43	9.83	-1.23573	38
106	74.31	.63603	56	24.81	-.62087	44	11.48	-1.12371	39
107	77.81	.74134	57	28.21	-.51465	45	13.76	-1.01170	40
108	81.05	.84666	58	31.60	-.40843	46	16.47	-.89969	41
109	83.70	.95197	60	35.05	-.30221	47	18.81	-.78767	42
110	85.83	1.05729	61	38.81	-.19599	48	21.47	-.67566	43
111	87.90	1.16260	62	43.11	-.08977	49	24.60	-.56364	44
112	89.86	1.26792	63	48.04	.01645	50	28.27	-.45163	45
113	91.40	1.37323	64	52.92	.12267	51	32.78	-.33961	47
114	92.68	1.47855	65	57.69	.22868	52	36.82	-.22760	48
115	93.47	1.58386	66	62.62	.33510	53	40.75	-.11559	49
116	94.11	1.68918	67	66.54	.44132	54	45.59	-.00357	50
117	95.01	1.79449	68	69.78	.54754	55	50.80	.10844	51
118	96.18	1.89981	69	73.70	.65376	57	55.42	.22046	52
119	96.92	2.00512	70	77.41	.75998	58	59.94	.33247	53
120	97.51	2.11044	71	80.33	.86620	59	65.46	.44449	54
121	98.30	2.21575	72	83.19	.97242	60	71.04	.55650	56
122	98.83	2.32107	73	86.27	1.07864	61	75.82	.66851	57
123	99.31	2.42638	74	89.02	1.18486	62	79.97	.78053	58
124	99.63	2.53170	75	91.30	1.29108	63	83.26	.89254	59
125				93.58	1.39730	64	85.97	1.00456	60
126	99.84	2.74233	77	95.28	1.50352	65	88.26	1.11657	61
127	100.00	2.84764	78	96.29	1.60974	66	90.44	1.22859	62
128				97.40	1.71596	67	92.88	1.34060	63
129				98.30	1.82218	68	95.16	1.45262	65
130				98.73	1.92840	69	96.60	1.56463	66
131				98.94	2.03462	70	97.40	1.67664	67
132				99.15	2.14084	71	98.19	1.78866	68
133							98.99	1.90067	69
134				99.47	2.35328	74	99.52	2.01269	70
135				99.73	2.45950	75			
136				99.89	2.56572	76	99.73	2.23672	72
137							99.89	2.34873	73
138									
139							100.00	2.57276	76
140									
141				100.00	3.09681	81			

## บทที่ 5

### สรุปและอภิปรายผล

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและพัฒนามาตราวัดปริชาเชิงอารมณ์ ตามนิยามและโครงสร้างที่ประยุกต์หลักคำสอนในพุทธศาสนา พร้อมทั้งตรวจสอบคุณสมบัติของมาตราวัดในด้านความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างพร้อมทั้งหาเกณฑ์ปกติของคะแนนที่ได้จากมาตราวัดนี้ด้วย

กลุ่มตัวอย่างในขั้นการสำรวจคุณลักษณะใช้นิสิตระดับปริญญาตรีและกลุ่มผู้ทำงานแล้วขั้นการทดลองใช้เบื้องต้นครอบคลุมนักเรียนมัธยมปลาย นักเรียนอาชีวศึกษา และนิสิตในระดับปริญญาตรี ในขั้นการทดลองใช้มาตราวัดเพื่อคัดเลือกข้อไว้ใช้ในมาตราวัดฉบับที่ใช้จริงเป็นนักเรียนมัธยมปลาย (สำหรับฉบับนักเรียน) และนิสิต (สำหรับฉบับนิสิต) ส่วนขั้นตอนการตรวจสอบคุณสมบัติด้านความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรง ตลอดจนการหาเกณฑ์ปกติ เป็นนิสิตในมหาวิทยาลัย 7 แห่ง

มาตราวัดปริชาเชิงอารมณ์ที่ได้มี 2 ฉบับ คือฉบับสำหรับนักเรียนมัธยมปลาย และฉบับสำหรับนิสิต ความยาวฉบับละ 30 ข้อ แต่ในงานวิจัยนี้ตรวจสอบคุณภาพและหาเกณฑ์ปกติ เฉพาะฉบับสำหรับนิสิต

#### เครื่องมือวัดที่ใช้ในงานวิจัย มีดังนี้

1. มาตราวัดปริชาเชิงอารมณ์ ที่สร้างในงานนี้ และต้องการตรวจสอบคุณภาพ มีจำนวน 30 ข้อ ให้คะแนน 3 ตัว คือ ความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติ
2. แบบทดสอบวัดความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผล ซึ่งขอใช้จากสำนักทดสอบทางการศึกษา และจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีจำนวน 40 ข้อ
3. แบบสอบถามวัดความเครียดของสุคนธ์ทิพย์ หนุนพล ซึ่งเคยใช้กับนักศึกษาผู้ใหญ่ ระดับมัธยมต้นและปลาย มีจำนวน 19 ข้อ
4. แบบสอบถามวัดอัตมโนทัศน์ของผจญจิต อินทสุวรรณ และคณะ ซึ่งเคยใช้กับกลุ่มผู้ติดยาเสพติดและนักเรียนมัธยมปลาย มีจำนวน 30 ข้อ
5. แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว มีจำนวน 6 ข้อ

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีการเก็บข้อมูลถึง 4 ครั้งด้วยกัน ครั้งแรกเป็นการสำรวจคุณลักษณะที่พึงประสงค์ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบกับเอกสารและผู้ทรงความรู้ในการเขียนข้อคำถาม ครั้งที่สองเป็นการตอบแบบสอบถามปลายเปิด เพื่อสำรวจลักษณะการตอบแบบต่าง ๆ ที่เป็นไปได้ ครั้งที่สามเป็นการตอบแบบสอบถามปลายปิดเพื่อวิเคราะห์รายข้อและคัดเลือกข้อ และครั้งที่สี่เป็นการตอบแบบสอบถามฉบับสุดท้าย เพื่อการตรวจสอบคุณภาพของมาตราวัดปริชาเชิงอารมณ์และเพื่อหาเกณฑ์ปกติ

## ขั้นตอนการสร้างและพัฒนามาตรวัดปรัชญาเชิงอารมณ์

1) สัมภาษณ์ลักษณะหรือพฤติกรรมของบุคคลที่ผู้ตอบ ชอบ/ไม่ชอบ ที่จะทำงานด้วย รวมทั้งลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิต และบุคคลที่ผู้ตอบชอบมากที่สุด จากทั้งนิสิตและผู้ทำงานแล้ว

2) ปรึกษาผู้รู้ ศึกษาเอกสาร เกี่ยวกับหลักคำสอนในพุทธศาสนาที่สามารถนำมาประยุกต์กับเรื่องปรัชญาเชิงอารมณ์ รวมทั้งเอกสารเรื่องปรัชญาเชิงอารมณ์จากนักวิชาการทั้งในและต่างประเทศ

ขั้นตอนที่ 1 และ 2 ทำให้ได้นิยาม โครงสร้าง และเนื้อหาเพื่อการเขียนสถานการณ์และคำถามในมาตรวัด

3) เขียนข้อคำถามที่เป็นสถานการณ์จำนวนทั้งหมด 84 ข้อ แต่ละข้อมีคำถาม 3 ประเด็น คือ รู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และจะทำอย่างไร แต่ไม่มีตัวเลือก ขอให้อาจารย์ผู้สอนนักเรียนและนิสิตในกลุ่มตัวอย่างตรวจสอบสถานการณ์ว่ามีความเหมาะสมเพียงใดกับกลุ่มตัวอย่างและให้คำแนะนำ ผู้วิจัยนำมาปรับปรุง และทดลองใช้กับนิสิตจำนวนไม่มาก เพื่อตรวจสอบความเข้าใจสำนวนภาษาและสถานการณ์

4) ทดลองใช้แบบสอบถามปลายเปิดกับนักเรียนและนิสิตกลุ่มใหญ่ (855 คน) เพื่อดูความหลากหลายของคำตอบ แล้วนำมาประกอบการพิจารณาในการเขียนตัวเลือกของแต่ละคำถาม แต่ละคำถามมี 5 ตัวเลือก แล้วขอให้ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธศาสนาและจิตวิทยาช่วยตรวจสอบความถูกต้อง นำมาปรับปรุงอีกครั้ง

5) ทดลองใช้มาตรวัดฉบับที่เป็นคำถามปลายปิดกับนักเรียนมัธยมปลายและนิสิต เพื่อวิเคราะห์รายข้อและคัดเลือกไว้ สำหรับฉบับนักเรียนและฉบับนิสิตฉบับละ 30 ข้อ โดยพิจารณาทั้งโครงสร้าง และค่าสถิติที่เป็นดัชนีจำแนก

6) นำแบบสอบถามฉบับสุดท้ายไปให้นิสิตตอบ เพื่อตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรง (นิสิต 211 คน) และหาเกณฑ์ปกติ (นิสิต 1,742 คน)

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้ค่าสถิติ  $t$  เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก คำนวณสัมประสิทธิ์แอลฟาและสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ Pearson เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นชนิดความคงเส้นคงวภายในและชนิดสอบซ้ำ ใช้สถิติสหสัมพันธ์ชนิด Pearson เพื่อตรวจสอบความสอดคล้อง หรือความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร และการวิเคราะห์ความแปรปรวนหนึ่งตัวแปร และหลายตัวแปร สำหรับการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม ตลอดจนตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์คะแนนมาตรฐานปกติ ( $Z$ ) และที ( $T$ ) สำหรับการหาเกณฑ์ปกติ

## ผลการวิจัยและการอภิปราย

มาตราวัดปริชาเชิงอารมณ์ที่ได้สำหรับนักเรียนมัธยมปลายและสำหรับนิสิตมีจำนวน 30 ข้อ เท่ากัน แต่ละข้อเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันของผู้ตอบ แต่ละสถานการณ์มีคำถาม 3 ข้อ คือ ถามว่าในสถานการณ์นั้นผู้ตอบมีความรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และจะอย่างไร ผู้ตอบแต่ละคนจึงมีคะแนน 3 ตัวในแต่ละคำถาม นั่นคือ คะแนนความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติ ซึ่งรวมมาจาก 30 ข้อ แต่ละคำตอบได้คะแนนในช่วง 1 - 5 ดังนั้นเมื่อรวม 30 ข้อ คะแนนจึงมีช่วงจาก 30 - 150 ผู้ตอบแต่ละคนอาจได้คะแนนความรู้สึก คะแนนความคิด และคะแนนการปฏิบัติแตกต่างกันได้

เนื้อหาในสถานการณ์ครอบคลุมเหตุการณ์ในชีวิต 3 เรื่อง คือ ตนเองมีความสุขเพียงใด อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดีเพียงใด และทำงานได้ประสบความสำเร็จเพียงใด

มาตราวัดฉบับที่ตัดไว้สำหรับนักเรียน ประกอบไปด้วยคุณลักษณะในกลุ่มเนื้อหาตนเองมีความสุข 7 ประการ กลุ่มเนื้อหาอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี 6 ประการ และกลุ่มเนื้อหาทำงานได้ประสบความสำเร็จ 12 ประการ (ดูรายละเอียดในตาราง 6)

สำหรับมาตราวัดฉบับที่ตัดไว้ใช้กับนิสิตนั้น คุณลักษณะที่อยู่ภายใต้เนื้อหาตนเองมีความสุข ประกอบด้วยคุณลักษณะ 10 ประการ เนื้อหาอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี ประกอบด้วย 8 ประการ และเนื้อหาทำงานประสบความสำเร็จ ประกอบด้วย 12 ประการ (ดูรายละเอียดในตาราง 7)

ผลการวิเคราะห์ตามลำดับต่อไปนี้จะกล่าวเฉพาะกลุ่มนิสิตเท่านั้น และการอภิปรายเปรียบเทียบกับงานวิจัยของผู้อื่นส่วนมากจะวัดปริชาเชิงอารมณ์แตกต่างไปจากที่สร้างในงานนี้

1. ค่าอำนาจจำแนก (สถิติ  $t$ ) ของข้อที่ตัดไว้ 30 ข้อคำนวณจากการทดลองใช้ แต่ละข้อมีช่วง 2.05-5.66, 2.09-7.34, และ 2.30-6.02 สำหรับด้านความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติ ยกเว้นด้านความรู้สึก(AFF)มี 1 ข้อที่มีค่า  $t = 1.98$  ( $\text{sig} = .053$ ) นิสิตใช้เวลาตอบทั้งฉบับ 20-30 นาที

2. ความเชื่อมั่นชนิดสัมประสิทธิ์แอลฟาของคะแนนปริชาเชิงอารมณ์ด้าน ความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติมีค่าเท่ากับ .66, .74 และ .64 ตามลำดับ ค่าสัมประสิทธิ์เหล่านี้ (มีค่าน้อยกว่า .85) ซึ่งสะท้อนโครงสร้างของมาตราวัดตามนิยามซึ่งค่อนข้างกว้างและไม่ได้คาดหวังให้มีมิติเดียว อันที่จริงกฎในการสร้างมาตราวัดต้องพิจารณาทั้งความคงเส้นคงวาภายใน (ความเชื่อมั่น) และความสอดคล้องกับเกณฑ์ภายนอก (ความเที่ยงตรง) และกฎในการคัดเลือกข้อโดยมุ่งให้แจ้งเรื่องใดเรื่องหนึ่ง จะทำให้อีกเรื่องหนึ่งอ่อนลงได้ (Lord, 1980, p 9; ผจจจิต อินทสุวรรณ, 2545, หน้า 8-9)

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ตรวจสอบความเชื่อมั่นชนิดสอบซ้ำโดยทำการทดสอบซ้ำกับนิสิตปีที่ 3 ในคณะวิทยาศาสตร์จำนวน 21 คน ระยะเวลาการสอบ 2 ครั้งห่างกัน 1 เดือนและได้พบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ( $r$ ) ระหว่างผลการสอบสองครั้งมีค่าเป็น .660, .766, และ .410 สำหรับคะแนนความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติตามลำดับ คะแนน 2 ตัวแรก มีระดับความคงเส้นคงวาในการสอบ 2 ครั้ง ใกล้เคียงกับผลการวิเคราะห์ของงานอื่น ๆ เช่น คมเพชร จัตรศุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์

(2544) และ Schutte; et al. (1998) มาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ของ วีรวัฒน์ บัณฑิตามัย มี 7 ด้าน วัดซ้ำภายในเวลา 10 สัปดาห์ ได้ค่า  $.70 \leq r \leq .85$  ฉบับของ คมเพชร จัตรศุกกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ มี 5 องค์ประกอบ วัดซ้ำภายใน 1 เดือนได้ค่า  $.71 \leq r \leq .87$  ส่วนฉบับของ Schutte และคณะ วัดซ้ำในช่วงเวลา 2 สัปดาห์ ได้ค่า  $r = .78$  รวมทั้งฉบับ ส่วนคะแนนการปฏิบัติซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์ความคงเส้นคงวาในการสอบค่อนข้างต่ำ ( $r = .410$ ) นั้น อาจเป็นเพราะการปฏิบัติเป็นสิ่งเปลี่ยนแปลงได้เร็วกว่าความคิด(เหตุผล)และความรู้สึก ซึ่งในการถามนั้นใช้คำถามว่าจะทำอย่างไร อย่างไรก็ตามนี่ยังไม่แน่นอน เนื่องจากในสถานการณ์นั้นนิสัยได้รับคำชี้แจงจากผู้ดูแล (ซึ่งดูเหมือนเป็นการชี้แนะให้) นิสิตตอบแตกต่างจากครั้งก่อน จึงทำให้ผลการตอบออกมาแตกต่างไปมากกว่าที่ น่าจะเป็นผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการยืนยันในการวิจัยครั้งต่อไป และควรระมัดระวังคำชี้แจงต่อผู้ตอบด้วย

3. คะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ทั้ง 3 ตัวมีความสัมพันธ์กันทางบวกค่อนข้างสูง คือ ค่า  $r$  อยู่ในช่วง  $.571 - .761$  ในกลุ่มรวม แสดงว่าคะแนนทั้ง 3 ตัวมีความแปรผันไปในทิศทางเดียวกัน แสดงว่าผู้ที่มีคะแนนความรู้สึกสูงย่อมมีคะแนนความคิด และคะแนนการปฏิบัติสูงไปด้วย ในทางตรงกันข้ามสำหรับคนที่มีความรู้สึกลดต่ำย่อมมีคะแนนอีก 2 ตัวต่ำไปด้วย นั่นคือความรู้สึก ความคิด และการปฏิบัติของคนมีแนวโน้มคล้อยตามไปในทิศทางเดียวกันนั่นเอง

4. ปรีชาเชิงอารมณ์ทั้ง 3 ตัว ต่างมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดทั้งในกลุ่มรวมและกลุ่มชาย-หญิง สำหรับกลุ่มรวม  $r = -.422, -.336,$  และ  $-.220$  สำหรับ AFF, COG, และ BEH ตามลำดับ และทุกค่ามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $.01$  นั่นแสดงว่า ผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูงมีแนวโน้มที่จะมีความเครียดต่ำ และในทางกลับกัน ผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์ต่ำมีแนวโน้มที่จะมีความเครียดสูง ผลนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของหลาย ๆ คนที่ได้พบพบไว้แล้ว เช่น จัตรฤดี สุขปลั่ง (2543) สุดารัตน์ หนูหอม (2543) และ Davies, Stankov, & Roberts (1998) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Mehrabian (2000) ที่ศึกษาพบว่า ความวิตกกังวลและความเก็บกด (depression) มีความสัมพันธ์ทางลบกับความสำเร็จในชีวิตด้านอารมณ์ ( $r = -.32, -.36$  สำหรับความวิตกกังวลและความเก็บกด ตามลำดับ) สำหรับความสำเร็จในชีวิตด้านอารมณ์นั้นผู้วิจัยนิยามว่าเป็นความโน้มเอียงที่จะมีความสุข พึงพอใจหรือผ่อนคลาย นอกจากนี้เรายังพบว่าความเครียดและความเก็บกดมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสำเร็จด้านความสัมพันธ์ ซึ่งนิยามว่าเป็นความสัมพันธ์ที่เข้ากันได้ พึงพอใจและมีความสุขกับเพื่อน เพื่อนร่วมงาน ญาติและคู่ครอง ( $r = -.34$  และ  $-.37$  สำหรับความเครียดและความเก็บกดตามลำดับ) และความเครียดและความเก็บกดนี้ยังสัมพันธ์ทางลบกับความสำเร็จด้านการทำงาน ซึ่งนิยามว่าเป็นความสนุกกับการทำงาน มีผลงานสูง อุทิศตนให้กับงาน และมองอาชีพของตนในทางที่ดี ( $r = -.40$  และ  $-.36$  สำหรับความเครียดและความเก็บกดตามลำดับ) กลุ่มตัวอย่างในงานของเขาเป็นทั้งนิสิตและผู้ใหญ่ที่ทำงานแล้วอายุ 17 - 46 ปี อย่างไรก็ตามในงานวิจัยครั้งนี้ถึงแม้ว่าจะกำหนดโครงสร้างไว้ 3 ด้าน คือ ตนเองมีความสุข อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี และทำงานประสบความสำเร็จ แต่ไม่ได้แยกคะแนน 3 ส่วนนี้ออกจากกัน นอกจากนี้ผู้ที่กล่าวถึงการ



ฝึกทักษะด้านอารมณ์ (Laabs, 1999) ซึ่งถ้าฝึกได้สำเร็จจะช่วยให้คนจัดการกับความเครียดและความวิตกกังวลได้ในเวลารวดเร็ว รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเองได้ในการทำงาน มีความสุขในตัวเองและกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น วิธีการฝึกที่เขาเสนอไว้ชื่อว่า "freeze frame" และประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ 1) ตระหนักในความรู้สึกเครียด 2) ดึงความสนใจออกไปจากอารมณ์ที่รบกวน 3) สงบและนึกถึงอารมณ์บวกที่เคยเกิดขึ้นในชีวิต 4) คิดหาวิธีที่ดีกว่าในการตอบสนองต่อสภาพความเครียด และ 5) พังและทำอย่างที่เขาบอก ข้อสรุปในภาพรวมของความสำเร็จในชีวิต (life success) นั้น Mehrabian (2000, p.159) พบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดและความเก็บกด ( $r = -.47$  และ  $-.51$  ตามลำดับ) ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าปรีชาเชิงอารมณ์ที่วัดโดยมาตราที่สร้างขึ้นในงานวิจัยนี้มีธรรมชาติที่แปรผันตรงกันข้ามกับความเครียดซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของผู้อื่น และเป็นไปตามหลักการที่ควรจะเป็นสำหรับความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับความเครียด

5. ปรีชาเชิงอารมณ์ทั้ง 3 ตัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับอัตมโนทัศน์ทั้งในกลุ่มรวมและกลุ่มชาย-หญิง ในกลุ่มรวมนั้นค่า  $r = .356, .357,$  และ  $.332$  สำหรับ AFF, COG, และ BEH ตามลำดับ ซึ่งเป็นค่าที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูงมีแนวโน้มที่จะมีอัตมโนทัศน์สูงด้วย และในทางตรงกันข้ามผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์ต่ำย่อมมีแนวโน้มที่จะมีอัตมโนทัศน์ต่ำด้วย ผลนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Mehrabian (2000) เช่นกัน งานของเขาใช้ความภูมิใจในตนเอง (self esteem) ซึ่งมีความใกล้เคียงกันมากกับอัตมโนทัศน์ (self-concept) เขาพบว่าความภูมิใจในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสำเร็จด้านอารมณ์ ( $r = .24$ ) ความสำเร็จด้านความสัมพันธ์ ( $r = .26$ ) , ด้านการทำงาน ( $r = .24$ ) และความสำเร็จในชีวิตโดยรวม ( $r = .38$ ) อัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรที่พบว่ามีความสัมพันธ์กับทัศนคติในฐานะเป็นตัวแปรจำแนกกลุ่มผู้ติดยาเสพติดและกลุ่มไม่เสพติด (นักเรียน) ในงานวิจัยของผวจจิต อินทสุวรรณ และคณะ (2539) ผู้ที่เสพติดมีอัตมโนทัศน์ต่ำกว่าผู้ที่ไม่เสพติดอย่างชัดเจน ผู้เสพติดรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า มีความคิดว่าตนถูกมองว่าไม่มีคุณค่า มีความว่าเหว ไม่ได้ได้รับความยุติธรรม ผลทั้งหมดนี้สอดคล้องกับแนวความคิดของฮาร์เตอร์และมารอล (Harter & Marole, 1991) ที่เขียนไว้ในบทที่ 2 ที่ว่าผู้ที่มองเห็นคุณค่าของตัวเองสูงจะมีอารมณ์ความรู้สึกที่ร่าเริง มีความคิดและการกระทำในทางเกื้อกูลและสร้างสรรค์ ส่วนผู้ที่มองเห็นคุณค่าของตัวเองต่ำจะมีอารมณ์ซึมเศร้าไปจนถึงคิดฆ่าตัวตาย

6. ปรีชาเชิงอารมณ์ทั้ง 3 ตัว ไม่มีความสัมพันธ์กับความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผล เมื่อวิเคราะห์กลุ่มรวม แต่เมื่อวิเคราะห์แยกตามเพศพบว่าในกลุ่มนิสิตหญิงพบความสัมพันธ์ทางบวกสำหรับด้าน AFF ( $r = .200$ ) แบบทดสอบฉบับนี้วัดความสามารถในการใช้เหตุผล แบ่งเนื้อหาออกเป็น 2 ส่วน คือ อุปมาอุปไมยทางภาษา และรูปภาพสัมพันธ์ คณะผู้วิจัยใช้ความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผลแทนการใช้แบบทดสอบที่วัดสติปัญญา (intelligence) โดยรวม เนื่องจากเป็นการวัดเฉพาะด้าน ซึ่งจะให้ข้อมูลที่ชัดเจนกว่า ผลการวิจัยประเด็นนี้ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ Mehrabian (2000) ที่พบว่าสติปัญญาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสำเร็จด้านอารมณ์ ( $r = .22$ ) กับความสำเร็จด้านความสัมพันธ์

( $r = .15$ ) กับความสำเร็จด้านการงาน ( $r = .28$ ) และกับความสำเร็จในภาพรวม ( $r = .27$ ) สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เหล่านี้ไม่สูงเท่ากับที่ตัวแปรความเครียดและความภูมิใจในตนเอง สัมพันธ์กับความสำเร็จด้านต่าง ๆ ในงานดังกล่าว แต่สูงกว่าผลที่ได้ในงานวิจัยนี้

สติปัญญาในงานวิจัยของ Mehrabian (2000, p.135) เป็นสติปัญญาทั่วไป ซึ่งนิยามว่าเป็นความสามารถในการรู้จัก (recognize) ส่วนประกอบต่าง ๆ ของสถานการณ์ในชีวิต เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างส่วนประกอบเหล่านี้ และสามารถขยายความสัมพันธ์ดังกล่าวไปยังสถานการณ์ใหม่ที่ไม่คุ้นเคยได้ ดังนั้นการพบความสัมพันธ์ที่ไม่สอดคล้องกับผลในงานวิจัยของ Mehrabian อาจเป็นเพราะความแตกต่างของนิยามสติปัญญาของเขา และความถนัดที่ใช้ในงานวิจัยนี้ในงานวิจัยนี้ แบบทดสอบความถนัดไม่ได้เป็นโจทย์เกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน และผู้ที่มีความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผลสูงหรือต่ำ ไม่มีความเกี่ยวข้องกับปรีชาเชิงอารมณ์แม้แต่ด้านความคิด

เป็นที่น่าสังเกตว่าคะแนนความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผลฉบับนี้ ไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนตัวแปรใด ๆ ที่ใช้ในงานวิจัยนี้เลย แม้แต่เกรดเฉลี่ยสะสม (ผลในตาราง 10 มี  $r = .06$ ) และเนื่องจากไม่มีหลักฐานการใช้แบบทดสอบฉบับนี้ในงานวิจัย จึงถือว่างานนี้เป็นหลักฐานชิ้นแรกสำหรับการใช้แบบทดสอบความถนัดทางการเรียนฉบับนี้

7. ปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความรู้สึก (AFF) และด้านการปฏิบัติ (BEH) มีความสัมพันธ์ทางบวก (มีนัยสำคัญในระดับต่ำ) กับเกรดเฉลี่ยสะสม ( $r = .149$  และ  $.184$  ตามลำดับ) แต่ด้านการคิดไม่พบความสัมพันธ์ แสดงว่านิสิตที่มีคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความรู้สึกสูงและด้านการปฏิบัติสูง มีแนวโน้มที่จะเป็นนิสิตที่มีเกรดเฉลี่ยสะสมสูง และตรงกันข้าม นิสิตที่มีปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความรู้สึกและด้านการปฏิบัติต่ำย่อมมีแนวโน้มที่จะเป็นผู้มีเกรดเฉลี่ยสะสมต่ำ ผลวิจัยส่วนนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ จารุวรรณ สกุลคู (2544) ซึ่งวัดปรีชาเชิงอารมณ์ด้วยมาตราประเมินค่าโดยใช้คุณลักษณะตามแนวของ โกลแมน วิเคราะห์จากข้อมูลจากนิสิตของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 1196 คน ได้พบว่าปรีชาเชิงอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับเกรดเฉลี่ยสะสม อย่างไรก็ตามการแบ่งกลุ่มตามลำดับเกรดเฉลี่ยในงานทั้งสองนี้ แตกต่างกันนั่นคือ ในงานนี้แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ( $\leq 3.00$  และ  $> 3.00$ ) ซึ่งไม่พบความแตกต่างในการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม ส่วนงานวิจัยของ จารุวรรณ สกุลคู แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ( $\leq 2.50$ ,  $2.51-3.25$  และ  $\geq 3.26$ ) ซึ่งพบว่ากลุ่มเกรดต่ำสุดแตกต่างจากอีก 2 กลุ่ม นอกจากนี้นิยามและวิธีการวัดรวมทั้งขั้นตอนการสร้างและพัฒนาปรีชาเชิงอารมณ์ยังแตกต่างกันอย่างมากด้วย จึงยากที่จะวิเคราะห์โดยละเอียด ส่วนงานวิจัยลักษณะนี้กับกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับมัธยมศึกษาของคมเพชร จัตสุกุล และ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2544) ได้พบว่านักเรียนที่มีเกรดเฉลี่ยกลุ่มสูง ( $\geq 2.85$ ) และต่ำ ( $\leq 2.84$ ) มีคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์แตกต่างกันในด้านส่วนบุคคล ระหว่างบุคคล การปรับตัว และภาวะอารมณ์ทั่วไป และไม่แตกต่างกันในด้านการจัดการบริหารความเครียด ในงานนี้สร้างมาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์โดยใช้

หลักการของคุณลักษณะด้านจิต (psychological trait) โดยพบแนวโน้มว่ากลุ่มนักเรียนที่มีเกรดเฉลี่ยสูงกว่ามีคะแนนปริชาเชิงอารมณ์สูงกว่าแต่ไม่ทุกด้าน

ส่วนปริชาเชิงอารมณ์ด้านการคิดไม่สัมพันธ์กับเกรดเฉลี่ยนั้น แสดงว่าการคิดในแนวของปริชาเชิงอารมณ์มีธรรมชาติที่ไม่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการคิดเรื่องการเรียน หรือมีเจ้านั้นเกรดเฉลี่ยของนิสิตเป็นผลสะท้อนของหลายองค์ประกอบนอกเหนือจากการคิด

8. ปริชาเชิงอารมณ์ทุกตัวไม่แตกต่างกันระหว่างนิสิตในชั้นปีต่าง ๆ โดยพบข้อที่นำสังเกตว่านิสิตชั้นปีที่ 2 มีคะแนนทุกตัวต่ำกว่าชั้นปีอื่น ๆ แต่เป็นตัวเลขที่ไม่ต่างกันมาก ผลงานวิจัยส่วนนี้ไม่สอดคล้องกับผลของจากรูวรรณ สกุลคู (2544) ที่พบว่านิสิตปี 1 มีคะแนนปริชาเชิงอารมณ์ต่ำสุด และแตกต่างจากชั้นปีอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญด้วย อย่างไรก็ตามงานของคมเพชร ฉัตรศุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2544) ก็ไม่พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6 มีคะแนนปริชาเชิงอารมณ์ต่างกันในแต่ละองค์ประกอบ ยกเว้นกรณีเดียวคือ ด้านระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 โดยที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีคะแนนสูงกว่านักเรียนอีก 2 ชั้น ผลวิจัยที่เป็นไปในแนวเดียวกับ จากรูวรรณ สกุลคู คือ งานของวิณี ชิดเชิดวงศ์ (2545) ที่ใช้เครื่องมือวัดปริชาเชิงอารมณ์ของกรมสุขภาพจิตวัดนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยบูรพา และพบว่านิสิตชั้นปีต่าง ๆ มีคะแนนปริชาเชิงอารมณ์แตกต่างกัน ดังนั้นหลักฐานที่มีอยู่จึงไม่สามารถกล่าวได้แน่ชัดว่านิสิตชั้นปีต่าง ๆ มีปริชาเชิงอารมณ์ในระดับที่แตกต่างกัน อีกประการหนึ่งนิยามและโครงสร้างของปริชาเชิงอารมณ์ในงานวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากงานวิจัยอื่น ๆ ด้วย

9. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปรพบว่า ปริชาเชิงอารมณ์ไม่แตกต่างกันระหว่างกลุ่มนิสิตที่จำแนกตามสายวิชาที่เรียน (คือสายสังคมศาสตร์ และสายวิทยาศาสตร์) จำแนกตามเพศและจำแนกตามการเป็นสมาชิกชมรมพุทธ เมื่อตรวจดูค่าเฉลี่ยพบว่ามีความไม่เท่ากันอยู่เล็กน้อย คือนิสิตที่เรียนสายสังคมศาสตร์ มีคะแนนทุกตัวสูงกว่านิสิตที่เรียนสายวิทยาศาสตร์ นิสิตหญิงมีคะแนนด้านการคิดและด้านการปฏิบัติสูงกว่านิสิตชาย นิสิตที่เป็นสมาชิกชมรมพุทธมีคะแนนทุกด้านสูงกว่านิสิตที่ไม่เป็นสมาชิก และนิสิตที่มีเกรดเฉลี่ยสูงกว่ามีคะแนนทุกด้านสูงกว่านิสิตที่มีเกรดเฉลี่ยต่ำกว่า ข้อสังเกตที่เป็นความแตกต่างเหล่านี้ยืนยันได้จากผลการวิเคราะห์หนึ่งตัวแปร งานของจากรูวรรณ สกุลคู (2544) และวิณี ชิดเชิดวงศ์ (2545) ก็ไม่พบความแตกต่างของปริชาเชิงอารมณ์ระหว่างเพศและระหว่างสายวิชาที่เรียนเช่นกัน ส่วนงานวิจัยของ คมเพชร ฉัตรศุภกุลและผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์(2544) กลับพบว่านักเรียนหญิงมีปริชาเชิงอารมณ์ทุกด้านสูงกว่านักเรียนชาย วัยรุ่นต่างอายุกันเหล่านี้อาจมีพัฒนาการไม่เหมือนกันก็ได้

เมื่อวิเคราะห์ในรายละเอียดด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนหนึ่งตัวแปร พบว่าปริชาเชิงอารมณ์ด้านการคิดและด้านการปฏิบัติมีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มนิสิตที่เรียนสายวิชาต่างกัน ด้านการปฏิบัติแตกต่างกันระหว่างกลุ่มนิสิตเพศต่างกันและการเป็น-ไม่เป็นสมาชิกชมรมพุทธ ผลเหล่านี้แสดงว่าปริชาเชิงอารมณ์ด้านการปฏิบัติที่มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มที่ศึกษาค่อนข้างบ่อย เช่น

นิสิตสายสังคมศาสตร์ นิสิตหญิง และนิสิตที่เป็นสมาชิกชมรมพุทธ มีแนวโน้มที่จะปฏิบัติตนเป็นไปในทางเกื้อกูลและสร้างสรรค์สูงกว่านิสิตสายวิทยาศาสตร์ นิสิตชาย และนิสิตที่ไม่เป็นสมาชิกชมรมพุทธตามลำดับ ส่วนปรีชาเชิงอารมณ์ด้านการคิดมีความแตกต่างกันในระดับถัดไป กล่าวคือ นิสิตที่เรียนสายสังคมศาสตร์ นิสิตที่ได้เกรดเฉลี่ยสูงกว่า มีแนวโน้มที่จะมีการคิดไปในทางเกื้อกูลและสร้างสรรค์สูงกว่านิสิตที่เรียนสายวิทยาศาสตร์และนิสิตที่ได้เกรดต่ำกว่าตามลำดับ ส่วนความรู้สึกของนิสิตกลุ่มต่างๆ ไม่แตกต่างกันเลย อย่างไรก็ตามความแตกต่างที่พบนี้เล็กน้อยมากหรือกล่าวได้ว่ามีระดับนัยสำคัญที่ต่ำ ยังต้องการงานวิจัยอื่นมายืนยันอีกในอนาคต

10. ปรีชาเชิงอารมณ์ทุกด้านมีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มนิสิตที่ได้รับรางวัลความประพฤติดีของพุทธสมาคม และนิสิตกลุ่มพื้นฐานที่เก็บข้อมูลเพื่อการตรวจสอบคุณภาพของมาตราวัด นิสิตกลุ่มที่ได้รับรางวัลมีคะแนนปรีชาเชิงอารมณ์ทุกตัวสูงกว่านิสิตกลุ่มพื้นฐานอย่างชัดเจน

กลุ่มนิสิตที่ได้รับรางวัลความประพฤติดีนี้เป็นกลุ่มเปรียบเทียบที่เหมาะสมในกรณีนี้ เนื่องจากพุทธสมาคมซึ่งมีความมุ่งหมายในการส่งเสริมจริยธรรมแก่เยาวชน ได้มอบให้แต่ละสถาบันการศึกษาคัดเลือกนิสิตคณะละ 1 คน ที่เป็นผู้นับถือพระพุทธศาสนาและมีความประพฤติดี โดยให้แนบข้อมูลหลักฐานการทำความดีหรือความประพฤติที่ใช้ประกอบในการคัดเลือกมาด้วยตามแบบฟอร์มของพุทธสมาคม และกำหนดวันให้มารับเกียรติบัตรและเข็มรางวัลความประพฤติดี ในวันวิสาขบูชาของทุกปี กลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้มารับรางวัลในหอประชุมกรมประชาสัมพันธ์ เมื่อวันที่ 29 พฤษภาคม 2545 จากหลักฐานของนิสิตที่ได้รับการคัดเลือกมาแสดงว่านิสิตเหล่านี้มีความประพฤติเรียบร้อย บางคนได้รางวัลเรียนดี ทำกิจกรรมช่วยเหลือเพื่อน หมู่คณะ รวมไปถึงเป็นตัวแทนของมหาวิทยาลัยไปทำกิจกรรมสร้างสรรค์ เช่น ด้านวัฒนธรรม ด้านอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ลักษณะเหล่านี้บ่งบอกถึงความรู้สึกและความคิดสั่งให้แสดงพฤติกรรมเกื้อกูลและสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นไปตามนิยามของปรีชาเชิงอารมณ์ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และสอดคล้องกับงานวิจัย (Schutte, et al., 2001) ที่พบว่าผู้ที่มีปรีชาเชิงอารมณ์สูง มีทักษะทางสังคม มีการให้ความร่วมมือและมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นสูงด้วย ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่ามาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ได้ทำหน้าที่จำแนกกลุ่มนิสิตได้อย่างเหมาะสม

กล่าวโดยสรุป จากข้อมูลหลักฐานต่าง ๆ หลายแง่มุมที่ศึกษาในงานนี้แสดงว่ามาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์มีความเชื่อถือได้ แม้ว่าค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาซึ่งวัดความคงเส้นคงวาภายในจะไม่สูงมากตามธรรมชาติของเครื่องมือวัดที่มีนิยามค่อนข้างกว้าง มีความคงเส้นคงวาในการสอบซ้ำในระดับที่ยอมรับได้ ยกเว้นด้านการปฏิบัติซึ่งต้องการข้อมูลยืนยันใหม่ มีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างในลักษณะที่มีความแปรปรวนของคะแนนไปในทิศทางที่คาดไว้แล้วตามสมมุติฐาน ยกเว้นเรื่องความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผล จึงต้องมีการศึกษาประเด็นนี้ใหม่ และมีขนาดของความสัมพันธ์ที่เหมาะสมสำหรับการยืนยันความเที่ยงตรง เมื่อเชื่อมโยงกับตัวแปรอื่นที่นำมาศึกษาด้วย สรุปได้ว่ามีคุณภาพทั้งด้านภายใน (internal item quality) ภายนอก (external item quality) และจากการตัดสินของผู้เชี่ยวชาญ

(judgmental item quality) (Stanton, et al ,2002) จึงสามารถใช้เป็นมาตรฐานวัดประสิทธิภาพเชิงอารมณ์สำหรับ นิสิตระดับอุดมศึกษาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และสามารถนำผลการวัดไปใช้ประกอบการพิจารณาเพื่อ การพัฒนาประสิทธิภาพเชิงอารมณ์ของนิสิตได้อย่างดี รวมทั้งมีเกณฑ์ปกติไว้ให้เทียบเคียง เพื่อตรวจสอบ ตำแหน่งของคะแนนผู้สอบในการวินิจฉัย สำหรับการใช้ออกาสต่อไปด้วย

### ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1. งานวิจัยนี้พบว่าประสิทธิภาพเชิงอารมณ์ไม่มีความสัมพันธ์กับความถนัดทางการเรียนด้านเหตุผล ซึ่ง ไม่เป็นไปดังที่คาดไว้ว่า ความถนัด (ซึ่งเป็นการวัดเฉพาะด้าน) ควรมีความสัมพันธ์ทางบวกแต่ไม่สูงกับ ประสิทธิภาพเชิงอารมณ์ นอกจากนี้ความถนัดนี้ยังไม่มีความสัมพันธ์กับเกรดเฉลี่ยของนิสิตอีกด้วย จึงน่าจะใช้ ความถนัดด้านอื่น เช่น ด้านภาษา ด้านปริมาณ ในการศึกษาครั้งต่อไป แทนที่จะใช้ความถนัดด้านเหตุผล
2. งานนี้ไม่ได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของมาตรฐานวัดประสิทธิภาพเชิงอารมณ์สำหรับฉบับ นักเรียน ควรมีการศึกษาเช่นเดียวกับที่งานนี้ได้ศึกษากับนิสิต
3. ควรศึกษาเพื่อหาฉบับสั้นของมาตรฐานวัดฉบับนี้ ที่สามารถให้คะแนนที่มีคุณภาพและเทียบ เคียงกันได้ แต่ใช้เวลาในการตอบน้อยลง เพื่อสะดวกในการใช้เมื่อมีเวลาจำกัด

### ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติ

สถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาที่มีความมุ่งหมายจะช่วยพัฒนาให้นิสิตมีความสุขในการ ดำรงชีวิตทั้งส่วนตัว ความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการเรียน ควรเริ่มด้วยการตรวจสอบด้วยมาตรฐานนี้ ประกอบกับการสังเกต แล้วจึงนำข้อมูลมาประมวล เพื่อจะได้มองเห็นจุดที่ควรพัฒนาโดยรีบด่วน และหา วิธีการพัฒนาต่อไป ซึ่งจะทำได้ผลดีกว่าการดำเนินการพัฒนารวม ๆ และไม่มีข้อมูลนำทาง

## เอกสารอ้างอิง

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2544). สมบัติของผู้ดี. (พิมพ์ครั้งที่ 30). กรุงเทพฯ : ครูสภา.  
กรมสุขภาพจิต. (2543). เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปีเรื่องสุขภาพจิตดี  
ด้วยอิคิว. กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2544). การสร้างมาตรฐานประเมินและปกติวิสัย  
ของความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นไทย. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา  
การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จารุวรรณ สกฤค. (2544). อิทธิพลของประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยต่อความฉลาดทาง  
อารมณ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. เอกสารรายงานวิจัยมหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฉัตรฤดี สุภปลั่ง. (2543). ผลของบุคลิกภาพและเชาวน์อารมณ์ที่มีต่อคุณภาพของการให้  
บริการตามการรับรู้ของหัวหน้างานของพนักงานส่วนหน้า ของโรงแรมชั้นนำ  
ในกรุงเทพมหานคร . วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ชอลัดดา ขวัญเมือง. (2542). การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะครุศาสตร์  
สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต  
สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม.
- ผจญจิต อินทสุวรรณ, วิลาสลักษณ์ ชวัลลี, ประทีป จินฉิ่ง, สุภาภรณ์ ธนะชานันท์, อัมพรพันธุ์ บัววิรัตน์  
และ วชิราพร อัจฉริยโกศล. (2539). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการศึกษาเสพติด  
ของเยาวชน. รายงานการวิจัยฉบับที่ 55. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- ผจญจิต อินทสุวรรณ. (2545). การวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปร. กรุงเทพฯ : ธนัชการ  
พิมพ์
- ผจญจิต อินทสุวรรณ. (2545). ทฤษฎีการตอบข้อคำถาม. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สถาบันวิจัยพฤติกรรม  
ศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2535). วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 2).  
กรุงเทพฯ : ปัญญา.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2536). พุทธศาสนากับการพัฒนามนุษย์. กรุงเทพฯ : สหธรรมิก.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2543). "เจตโกศลหรือปรีชาเชิงอารมณ์" ในอัจฉรา สุขารมณ์  
วิลาสลักษณ์ ชวัลลี และอรพินทร์ ชูชม (บรรณาธิการ). รวมบทความทางวิชาการ EQ.  
กรุงเทพฯ : DESKTOP.

- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2538). พุทธธรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณ  
ราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2539). จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาคนตามแนวธรรมชาติ  
กรุงเทพฯ : สหธรรมิก.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2540). ธรรมะกับการทำงาน. กรุงเทพฯ : สหธรรมิก.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2541). ถึงเวลามารื้อปรับระบบพัฒนาคนกันใหม่.  
กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2542). สนทนาธรรมที่วัดญาณเวศกวัน 19 ตุลาคม 2542.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2542). เอกสารแจกในที่ประชุม "อึดกับความสำเร็จในการทำงาน".  
จัดโดยสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์.
- พระราชวรมณี (ประยูร ธมมจิตโต). (2543). "อึดในทางพุทธศาสนา" ในอัจฉรา สุชากรมณี  
วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์ ชูชม (บรรณาธิการ). รวมบทความทางวิชาการ EQ.  
กรุงเทพฯ : DESKTOP.
- พุทธทาสภิกขุ. (2512). อานาปานสติสำหรับนิสิต. กรุงเทพฯ : สมชายการพิมพ์.
- พุทธทาสภิกขุ. (2515). อานาปานสติสมัครเล่น. กรุงเทพฯ : พี.เอ.ลีฟวิ่ง.
- พุทธทาสภิกขุ. (2523). อานาปานสติภาวนา. (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ : การพิมพ์พระนคร.
- พุทธทาสภิกขุ. (2525). บรมธรรม (ภาคต้น). กรุงเทพฯ : ธรรมทานมูลนิธิ.
- ภัทรสุดา รามอำไพ. (2539). ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวคิดพิจารณา  
ความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ศิลป  
ศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ระวี ภาวิไล. (2538). อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : ดอกหญ้า.
- ราชบัณฑิตสถาน. (2539). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525. (พิมพ์ครั้งที่ 6).  
กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.
- วิณี ชิดเชิดวงศ์. (2545). การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรีคณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยบูรพา. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะ  
ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. (2544). เอกสารสรุปผลงานซึ่งเกี่ยวกับ EQ ในประเทศไทย.  
กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมชาย จักรพันธุ์ และคณะ. (2542). การพัฒนาแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วย  
ตนเองสำหรับประชาชนไทยด้วยคอมพิวเตอร์. กองแผนงาน กรมสุขภาพจิต.

- สุคนธ์ทิพย์ หนูนพล. (2544). ความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาการศึกษานอก  
โรงเรียน สายสามัญ โรงเรียนผู้ใหญ่อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี. ปรินิพนธ์  
การศึกษามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุจินต์ บริหารวนเขตต์. (2536). ปรมาัตถธรรมสังเขป และภาคผนวก. กรุงเทพฯ : ชวนพิมพ์.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. (2542). สนทนาธรรมที่สำนักพุทธศาสนิกสัมพันธ์แห่งโลก 24 มิถุนายน 2542.
- สุดารัตน์ หนูหอม. (2543). อิทธิพลของเชาวน์อารมณ์ที่มีต่อความเครียดและพฤติกรรมการ  
เผชิญความเครียดของพยาบาล : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลศิริราช . ปรินิพนธ์  
นิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุภาพร พิสิฐรัฐพัฒนะ. (2543). การสร้างแบบทดสอบวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สำหรับ  
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่3. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2541). คิดเป็นทำเป็นตามแนวพุทธธรรม. กรุงเทพฯ : อรุณการพิมพ์.
- อรพินทร์ ชูชม, อัจฉรา สุขารมณ และวิลาสลักษณ์ ชัยวัลลี. (2542). "การทดลองใช้และตรวจสอบ  
คุณภาพมาตรฐานวัดสติปัญญาทางอารมณ์ของซัทท์และคณะ". เอกสารประกอบการ  
บรรยายเรื่องทฤษฎีและการวัดอีคิว. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรพินทร์ ชูชม. (2542). สถานภาพการวัด EQ. วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 9(1), p.67-77.
- Bandura, A. (1978). The self-system in reciprocal determinism. *American Psychologist*,  
33, p.344-358.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i) : Technical Manual*. Toronto,  
Canada : Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2000). "Emotional and social intelligence : Insights from the Emotional  
Quotient Inventory" . In R. Bar-On & J.D.A. Parker (Eds.), *The Handbook of  
emotional intelligence : Theory, development, association, and application at  
home , school, and in the workplace*. (p.363-388). San Francisco : Jossey-  
Bass A Wiley Company.
- Boyatzis, R.E., Goleman, D., & Rhee, K.S. (2000). "Clustering competence in emotional  
intelligence : Insights from the Emotional Competence Inventory". In R. Bar-On  
& J.D.A. Parker (Eds.). *The Handbook of Emotional Intelligence*. San Francisco :  
Jossey-Bass.



- Burney, G.M. (1974). *The construction and validation of an objective formal reasoning instrument*. Xerox University Microfilms (No.75-5403).
- Ciarrochi, J., Chan, A., Caputi, P. & Robert, R. (2001). "Measuring emotional intelligence". In J. Ciarrochi, J.P. Forgas & J.D. Mayer (Eds.), *Emotional intelligence in everyday life* (p.25-45). Lillington, NC : Edwards Brothers.
- Cook, S.W. & Heppner, P.P. (1997). "A psychometric study of three coping measures." *Educational and Psychological Measurement*, 57(6), p.906-923.
- Cooper, R.K., & Sawaf, A. (1997). *Executive EQ : Emotional intelligence in leadership and organizations*. New York : Grosset / Putnam.
- Devies, M., Stankov, L., & Robert, R.D. (1998). "Emotional intelligence : In search of an elusive construct" . *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(4) , p.989-1015.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York : Bantom Books.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York : Bantam Books.
- Goleman, D. (1999). "What 's your emotional intelligence quotient ?" *Utne Reader*.  
<http://www.utne.com/cgi-bin/eq>.
- Harter, S. (1986). "Processes underlying the construction, maintenance and enhancement of the self-concept in children". In J. Suls & A. Greenwald, (Eds.). *Psychological perspectives on the self*. (Vol.3,p.136-182). Hillsdale ,NJ : Erlbaum.
- Harter, S. & Marold,D.B. (1991). "A model of determinants and mediational role of self-worth : Implication for adolscent depression and suicidal ideation" .In J. Strauss & G.R. Goethals, (Eds.). *The self : Interdisciplinary approaches*. (p.66-92 ). New York : Springer-Verlag.
- Laabs, J. (1999). *Emotional intelligence at work* .Trend & Resources.  
<http://www.workforceonline.com>. p.68-69.
- Lam , L.T. & Kirby, S.L. (2002). "Is emotional intelligence an advantage ? An exploration of the impact of emotional and general intelligence on individual performance". *The Journal of Social Psychology* ,142(1), p.133-143.
- Lord, F.M. (1980). *Application of item Response Theory to practical testing problems*. New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates.

- Marold , D. (1987). **Factors contributing to suicidal ideation in young adolescents.**  
Unpublished doctoral dissertation, University of Denver.
- Matthews , G. & Zeidner, M. (2000). "Emotional intelligence, adaptation to stressful encounters, and health outcomes". In R. Bar-On & J.D.A. Parker (Eds.), **The Handbook of Emotional Intelligence.** (p.459 - 489). San Francisco : Jossey-Bass.
- Mayer , J.D. & Salovey,P. (1997). "What is emotional intelligence ?" In P. Salovey & D.J. Sluyter (Eds.), **Emotional development and emotional intelligence : Education implications.** (p.3 - 31). New York : Basic Books.
- Mayer, J.D., Caruso, D.R., & Salovey ,P. (1999). "Emotional intelligence meets traditional standard for an intelligence". **Intelligence**, 27, p.267-298.
- Mayer, J.D., Dipaolo, M.T., & Salovey, P. (1990). "Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli : A component of emotional intelligence". **Journal of Personality Assessment**, 54, p.772-781.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso , D. (2000). "Competing models of emotional Intelligence ?" In R.J. Sternberg. (Ed.). **The Handbook of Human Intelligence.** New York : Cambridge.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso , D.R. (1997). **The Multifactor Emotional Intelligence scale.** Information at <http://www.eiconsortium.org/measures/meis.htm>.
- Mayer, J.D., Salovey, P.,& Caruso, D. (2000). "Selecting a measure of emotional intelligence : The case for ability scale". In R.Bar-On & Parker, (Eds.). **The Handbook of Emotional Intelligence.** San Francisco : Jossey-Bass.
- Mehrabian, A. (2000). "Beyond IQ : Broad-based measurement of individual success potential" or "emotional intelligence". **Genetic , Social, and General Psychology Monographs**, 126(2), p.133-239.
- Renouf , A. & Harter , S. (1990). Low self – worth and anger as components of the depressive experience in young adolescents. **Development and psychopathology** , 2 , p.293 – 310.
- Rosenberg, M. (1965). **Society and the adolescent self-image.** Princeton, NJ : Princeton University Press.

- Salovey, P., Bedell, B.T., Detweiler, J.B., & Mayer, J.D. (1999). "Coping intelligence : Emotional intelligence and the coping process". In C.R. Snyder ,(Ed.), **Coping : The Psychology of what works.** (p.141 - 164). New York : Oxford University Press.
- Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). "Emotional Intelligence,". **Imagination, Cognition, and Personality**.9, p.185 – 211.
- Santrock, J.W. (1997). **Life – Span development.** (6<sup>th</sup> edition). New york : McGraw – Hill Compenies.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Bobick, C., Caston, T.D., Greeson, C., Jedlicka,C., Phodes, E., & Wendorf, G. (2001). "Emotional Intelligence". **The Journal of Social Psychology**.141(4), p.523-536.
- Schutte, N.S., Malouff, J.m., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T.,Golden, C.J., & Dornhein, L. (1998). "Development and validation of measurement of emotional intelligence". **Personality and Individual Differences**. 25, p.167 – 177.
- Stanton, J.M., Sinar, E.F., Balzer, W.K., & Smith ,P.C. (2002). "Issues and strategies for reducing the length of self-report scales" . **Personal Psychology**.55, p.167 – 194.
- Stevens, J. (1996). **Applied multivariate statistics for the social sciences.** (3<sup>rd</sup> edition). New Jersey : Lawrence Erlbaum Associate.

## ภาคผนวก

ตัวอย่างแบบสอบถามปลายเปิดวัดปรีชาเชิงอารมณ์

ต่อไปนี้เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันของคนทั่ว ๆ ไป ให้ท่านอ่านคำบรรยายเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ละข้อ แล้วสำรวจตนเองว่าถ้าท่านอยู่ในเหตุการณ์นั้นท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และจะทำอย่างไร ให้เขียนตอบตามความรู้สึก ความคิด และการกระทำของท่านเองอย่างแท้จริง

1. เพื่อนบ้านไม่มีน้ำใช้เพราะกำลังซ่อมแซมท่อประปาในบ้าน จึงมาขอน้ำจากบ้านของท่าน

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร.....

คิด อย่างไร.....

จะทำอย่างไร.....

2. ท่านมีที่นั่งบนรถเมล์ ต่อมามีคนแก่ขึ้นมาและยังหาที่นั่งไม่ได้เพราะที่นั่งเต็มหมด จึงยืนอยู่ใกล้ ๆ ท่าน

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร.....

คิดอย่างไร.....

จะทำอย่างไร.....

3. ถ้าท่านได้คะแนนต่ำ ในวิชาที่ท่านคาดหวังว่าจะได้คะแนนสูง

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร.....

คิดอย่างไร.....

จะทำอย่างไร.....

4. ท่านไปสมัครงานไว้หลายแห่ง แต่มี 2 แห่งที่ตอบปฏิเสธมาแล้ว

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร.....

คิด อย่างไร.....

จะทำอย่างไร.....

5. โจและจอมเป็นเพื่อนสนิทในกลุ่มของท่าน โจมาเล่าว่าจอมกล่าวร้ายท่าน

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร.....

คิดอย่างไร.....

จะทำอย่างไร.....

## ภาคผนวก ข

### ตัวอย่างแบบสอบถามให้เลือกตอบวัดปรีชาเชิงอารมณ์

ต่อไปนี้เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันของคนทั่ว ๆ ไป ให้น่านอ่านคำบรรยายเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ละข้อ แล้วสำรวจตนเองว่าถ้าท่านอยู่ในเหตุการณ์นั้นท่านจะมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และจะทำอย่างไร แล้วขีดตอบตามความเป็นจริงคำถามละเพียงตัวเลือกเดียว

1. ท่านมีที่นั่งบนรถเมล์ ต่อมามีคนแก่ขึ้นมาและยังหาที่นั่งไม่ได้เพราะที่นั่งเต็มหมดจึงยืนอยู่ใกล้ๆท่าน ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร :

- |                                 |                                  |
|---------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> สงสาร  | <input type="checkbox"/> รำคาญ   |
| <input type="checkbox"/> เห็นใจ | <input type="checkbox"/> ไม่พอใจ |
| <input type="checkbox"/> เฉย ๆ  |                                  |

คิดอย่างไร :

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ต้องลุกให้นั่ง      | <input type="checkbox"/> คนอื่นน่าจะลุกให้นั่ง |
| <input type="checkbox"/> ควรจะลุกให้นั่ง     | <input type="checkbox"/> เราก็มีสิทธิ์นั่ง     |
| <input type="checkbox"/> ต้องทำตามกระแสสังคม |  |

จะทำอย่างไร :

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> รีบลุกให้ที่นั่งทันที      | <input type="checkbox"/> ดูว่าแก่มากจึงจะลุกให้นั่ง |
| <input type="checkbox"/> จะลุกให้นั่งถ้าไม่มีใครลุก | <input type="checkbox"/> นั่งต่อทำเป็นมองไม่เห็น    |
| <input type="checkbox"/> ถามก่อนว่าจะนั่งไหม        |   |

2. ถ้าท่านได้คะแนนต่ำในวิชาที่ท่านคาดหวังว่าจะได้คะแนนสูง

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร :

- |                                  |                                       |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> สงสัย   | <input type="checkbox"/> เสียใจ       |
| <input type="checkbox"/> เฉย ๆ   | <input type="checkbox"/> ห้อแท้ หดหู่ |
| <input type="checkbox"/> ผิดหวัง |                                       |

คิดอย่างไร :

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> จะไปขออาจารย์ดูว่าข้อไหนผิดบ้าง | <input type="checkbox"/> ทำดีที่สุดแล้ว                  |
| <input type="checkbox"/> คราวหน้าจะทำให้ดีกว่านี้        | <input type="checkbox"/> ไม่มีทางที่จะทำให้ดีกว่านี้แล้ว |
| <input type="checkbox"/> สงสัยอาจารย์ตรวจผิดหรือเปล่า    |  |

จะทำอย่างไร :

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ไปพบอาจารย์เพื่อให้อาจารย์อธิบายให้ฟัง | <input type="checkbox"/> ยอมรับสภาพ              |
| <input type="checkbox"/> กลับไปอ่านตำราดูใหม่                   | <input type="checkbox"/> ไม่สนใจวิชานั้นอีกต่อไป |
| <input type="checkbox"/> อ่านหนังสือให้มากขึ้น                  |  |

ภาคผนวก ค

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธศาสนาและจิตวิทยาในการตรวจเครื่องมือวัดปรีชาเชิงอารมณ์

1. อาจารย์ วศิน อินทสระ
2. แพทย์หญิง อมรา มลิลลา
3. รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล
4. นายแพทย์ เทอดศักดิ์ เดชคง
5. ดร. วีรวัฒน์ ปันนิตามัย

## ภาคผนวก ง

### ตัวอย่างมาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ฉบับนิสิต

ต่อไปนี้เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันของคนทั่ว ๆ ไป ให้ท่านอ่านคำบรรยายเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่  
ละข้อ แล้วสำรวจตนเองว่าถ้าท่านอยู่ในเหตุการณ์นั้นท่านจะมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และจะอย่างไร  
แล้วขีดตอบตามความเป็นจริงเพียงคำถามละตัวเลือกเดียว

1. ท่านต้องส่งรายงานให้อาจารย์ซึ่งกำหนดเวลาในการส่งพ่วงนี้ ในคืนก่อนวันส่งรายงานในขณะที่ท่านกำลังพิมพ์  
รายงานด้วยคอมพิวเตอร์อยู่ เกิดเหตุขัดข้องไฟฟ้าดับขณะที่ท่านยังไม่ได้บันทึกข้อมูลไว้

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร :

- |                                     |                                  |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> อารมณ์เสีย | <input type="checkbox"/> เสียหาย |
| <input type="checkbox"/> ผิดหวัง    | <input type="checkbox"/> กังวลใจ |
| <input type="checkbox"/> โหมเห      |                                  |

คิดอย่างไร :

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> แก้ปัญหาที่จะไม่ให้เกิดเหตุการณ์นี้ขึ้นในอนาคต | <input type="checkbox"/> เป็นโชคร้าย         |
| <input type="checkbox"/> หาทางทำงานให้เสร็จทันเวลา                      | <input type="checkbox"/> หาทางที่จะขอผ่อนผัน |
| <input type="checkbox"/> พ่วงนี้จะไม่ไปเรียน                            |  |

จะทำอย่างไร :

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> รอให้ไฟมา          | <input type="checkbox"/> ขอเลื่อนเวลาส่ง           |
| <input type="checkbox"/> เลิกทำ             | <input type="checkbox"/> หาทางทำงานให้เสร็จทันเวลา |
| <input type="checkbox"/> วางแผนการพิมพ์ใหม่ |  |

2. ท่านต้องส่งรายงานอาจารย์ในเวลากระชั้นชิด ซึ่งท่านไม่สามารถทำได้ทัน เพื่อนมาแนะนำให้ท่านคัดลอกผลงาน  
ของผู้อื่น

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร :

- |                                      |                                    |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ไม่เห็นด้วย | <input type="checkbox"/> ไม่สบายใจ |
| <input type="checkbox"/> ลังเล       | <input type="checkbox"/> ไม่สนใจ   |
| <input type="checkbox"/> ดีใจ        |                                    |

คิดอย่างไร :

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ไม่น่าทำเช่นนั้น | <input type="checkbox"/> ไม่ลอกแน่               |
| <input type="checkbox"/> จะดีหรือ         | <input type="checkbox"/> ถ้าไม่ทันจริง ๆ ค่อยลอก |
| <input type="checkbox"/> ต้องลอก          |  |

จะทำอย่างไร :

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ส่งงานเกินกำหนด       | <input type="checkbox"/> ทำเองให้เต็มความสามารถ |
| <input type="checkbox"/> ทำได้แค่นี้เอาแค่นั้น | <input type="checkbox"/> ลอกด้วยทำเองด้วย       |
| <input type="checkbox"/> ลอกเพื่อน             |   |



## ภาคผนวก ๑

### ตัวอย่างมาตราวัดปรีชาเชิงอารมณ์ ฉบับนักเรียน

ต่อไปนี้เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันของคนทั่ว ๆ ไป ให้ท่านอ่านคำบรรยาย เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ละข้อ แล้วสำรวจตนเองว่าถ้าท่านอยู่ในเหตุการณ์นั้นท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และจะทำอย่างไร ให้เขียนตอบตามความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเองอย่าง แท้จริงเพียงคำถามละตัวเลือกเดียว

1. อาจารย์ได้มอบหมายให้ท่านทำงานร่วมกับเพื่อนโดยที่ท่านรับหน้าที่เป็นคนเสนอผลงานหน้าชั้น แต่วันที่เสนอผลงานในห้องเรียนท่านบังเอิญมาไม่ได้

ท่านมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร :

- |  |                                    |
|--|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> เจย ๆ         | <input type="checkbox"/> ไม่สบายใจ |
| <input type="checkbox"/> กลัวเพื่อนว่า | <input type="checkbox"/> รู้สึกผิด |
| <input type="checkbox"/> เสียใจ        |                                    |

คิดอย่างไร :

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> เป็นห่วงเพื่อน | <input type="checkbox"/> เพื่อนคงเข้าใจ |
| <input type="checkbox"/> ไม่เป็นไร      | <input type="checkbox"/> หาทางแก้ปัญหา  |
| <input type="checkbox"/> ดีไม่ต้องทำ    |   |

จะทำอย่างไร :

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> โทรบอกเพื่อนให้เสนองานแทน                     | <input type="checkbox"/> ปล่อยเลยตามเลย        |
| <input type="checkbox"/> ชวนเพื่อนให้ไปขออนุญาตอาจารย์เลื่อนวันรายงาน  | <input type="checkbox"/> ขอโทษเพื่อนและอาจารย์ |
| <input type="checkbox"/> เตรียมทุกอย่างให้พร้อมเพื่อให้เพื่อนรายงานแทน |  |

ภาคผนวก จ

รายชื่อมหาวิทยาลัยที่คณะผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลครั้งสุดท้าย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยศิลปากร

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี