

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์การแข่งขันของนักกีฬาเซปักตะกร้อ ในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 คณะผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยแบ่งการนำเสนอตามลำดับดังนี้

1. ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์
2. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
3. องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
4. ความฉลาดทางอารมณ์กับความสำเร็จด้านต่าง ๆ
5. การวัดความฉลาดทางอารมณ์
6. ความฉลาดทางอารมณ์กับนักกีฬา
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
8. กรอบแนวคิดและสมมติฐานของการวิจัย

ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์

นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เมื่อพูดถึงความฉลาด คนทั่วไปมักจะคิดถึงความฉลาดทางด้านสมอง ความฉลาดทางด้านเชาวน์ปัญญาหรือไอคิว (Intelligence Quotient) เพราะมีความเชื่อว่าความสามารถทางเชาวน์ปัญญา เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จ มีชีวิตที่ดีและมีความสุข ดังนั้นในระยะแรก นักจิตวิทยาส่วนใหญ่ จึงให้ความสนใจทางด้าน IQ มาก มีการพัฒนาแบบทดสอบวัด IQ จนได้แบบทดสอบมาตรฐานเป็นที่น่าเชื่อถือ เช่น Stanford - Binet และของ Wechsler ต่อมามีนักจิตวิทยาบางท่านเริ่มตั้งข้อสงสัยว่าน่าจะมีฉลาดรู้อย่างอื่นอีกที่ไม่เกี่ยวข้องกับเชาวน์ปัญญา (Noncognitive Aspect) เช่น โรเบิร์ต ธอร์นไดค์ (Robert Thorndike) ให้ความสนใจด้านเชาวน์ปัญญาทางด้านสังคม แต่น่าเสียดายที่แนวคิดดังกล่าวได้ถูกละเลยไปในช่วงปี ค.ศ.1937 เป็นต้นมา จนถึงปี ค.ศ.1983 ไฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ (Howard Gardner) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับความสามารถภายในบุคคล (Intrapersonal Intelligence) และความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นว่ามีความสำคัญควรที่จะทดสอบหรือประเมินได้ เช่นเดียวกับการทดสอบเชาวน์ปัญญา และนอกจากนั้นการ์ดเนอร์ยังได้เขียนเกี่ยวกับเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ไว้ในหนังสือชื่อ "Frames of Mind" โดยให้แนวคิดว่าความสำเร็จของมนุษย์ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความสามารถทางสติปัญญาเพียงอย่างเดียว แต่ยังขึ้นอยู่กับความสามารถทางอารมณ์ของเขาด้วย ทำให้นักจิตวิทยาในช่วงนั้นเริ่มมาให้ความสนใจมากขึ้น แต่ยังมีงานวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้้น้อยมาก จนกระทั่งถึงปี ค.ศ.1990 สโลเวอร์ และเมเยอร์ (Salovey and Mayer)

สองนักจิตวิทยาได้นำแนวคิดนี้มาพูดถึงอีกครั้ง โดยกล่าวถึงความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) ขึ้นเป็นครั้งแรกว่า เป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางด้านสังคมที่ประกอบด้วยความสามารถในการรู้อารมณ์ และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น และใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและกระทำสิ่งต่าง ๆ พวกเขายังได้ริเริ่มโครงการศึกษาวิจัยเพื่อจะนำไปพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่มีความแม่นยำและเชื่อถือได้อีกด้วย ต่อจากนั้นได้มีการศึกษาที่น่าสนใจมากเรื่องหนึ่ง ซึ่งเป็นผลการศึกษาของมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ที่ทำการศึกษาย้อนหลังเกี่ยวกับการทำงาน โดยศึกษาจากนักศึกษาที่เรียนในช่วงทศวรรษ 1940 จำนวน 95 คน เป็นการศึกษาระยะยาวติดตามจนถึงวัยกลางคน พบว่า นักศึกษาที่จบการศึกษา และได้คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับสูง ๆ มักไม่ค่อยประสบความสำเร็จ เมื่อเทียบกับนักศึกษาที่ได้คะแนนต่ำกว่า ทั้งในด้านหน้าที่การงานและความสุขในชีวิตครอบครัว และจากการศึกษาเด็กในรัฐ Massachusetts จำนวน 450 คน ติดตามจนถึงวัยกลางคน พบว่า IQ มีความสัมพันธ์น้อยกับความสำเร็จในงานที่ทำ (Goleman, 1995) จึงทำให้การศึกษาเรื่อง EQ เริ่มแพร่หลายมากขึ้น โดยความเชื่อแนวใหม่นี้จะเน้นว่าคนที่ประสบความสำเร็จนั้นจะต้องมีทั้ง IQ และ EQ ประกอบกัน

บุคคลที่ให้ความสำคัญกับเรื่องความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์เป็นอย่างมาก คือ แดเนียล โกล์แมน (Daniel Goleman) เขาได้เขียนหนังสือเกี่ยวกับ EQ หลายเล่ม และล่าสุดในปี 1998 เขายังได้เขียนบทความเรื่อง "What Makes a Leader" ลงในวารสาร Harvard Business Review ซึ่งมีใจความที่สำคัญตอนหนึ่งว่า IQ เป็นความสามารถทางด้านเทคนิคมีความสำคัญ แต่ EQ ยิ่งมีความสำคัญมากกว่าในการเป็นผู้นำ (Goleman, 1998) และนอกจากนี้ โกล์แมนยังได้ตั้งสถาบันฝึกนักบริหารทางด้านความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งตั้งอยู่ที่มหาวิทยาลัยรัฐเจอร์ (Rutger University)

สำหรับประเทศไทยนั้น กรมสุขภาพจิต ก็ได้ให้ความสำคัญกับเรื่องนี้เป็นอย่างมาก โดยพัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับเรื่องความฉลาดทางอารมณ์อย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งสรุปได้ว่า ปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์มี 3 ประการ คือ ความดี ความเก่ง และความสุข

ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง เป็นการใช้สติปัญญาและความต้องการของตนเอง มีความสามารถควบคุมอารมณ์ และความต้องการได้ และจะแสดงออกได้อย่างเหมาะสม
2. ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น เป็นการใช้ใจผู้อื่นเกิดความเข้าใจและยอมรับผู้อื่นและแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม
3. ความสามารถในการรับผิดชอบต่อผู้อื่น คือ รู้จักการให้ รู้จักการรับอย่างเหมาะสม รู้จักรับผิดชอบ และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ความสามารถในการรู้จัก และสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง คือ รู้ศักยภาพของตนเอง รู้จักสร้างขวัญกำลังใจให้ตนเองได้ นอกจากนี้ยังมีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย
2. ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา ได้แก่ การรับรู้และการเข้าใจปัญหา โดยมีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม และยังมีความยืดหยุ่นได้เป็นอย่างดี
3. ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นคือ การรู้จักสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น กล้าแสดงออกได้อย่างเหมาะสม และแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ ดังรายละเอียด คือ

1. ความภูมิใจในตนเอง คือ การได้เห็นคุณค่าในตนเอง และมีความเชื่อมั่นในตนเอง
2. ความพึงพอใจในชีวิต ได้แก่ การรู้จักมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน และมีความพอใจในสิ่งที่มีอยู่
3. ความสงบทางใจ คือ การมีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย และมีความสงบทางจิตใจ

ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

คำว่า EQ มาจากคำภาษาอังกฤษว่า Emotional Quotient ในภาษาไทย ยังไม่มีคำจำกัดความที่แน่นอน ต่างคนต่างแปล จึงมีคำแปลมากมาย เช่น แปลว่าสติอารมณ์ เซาว์อารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ อัจฉริยะทางอารมณ์ ปัญญาอารมณ์ และหากจะแปลให้สอดคล้องกับ IQ ที่แปลว่า เกณฑ์ภาคเชาว์ (Intelligence Quotient) ก็อาจจะแปลว่า เกณฑ์ภาคอารมณ์ ซึ่งหมายถึงตัวดัชนีที่บ่งชี้ถึงความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) ของบุคคล

บาร์ฮอน (Bar-on, 1997) ได้ให้ความหมาย ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) ไว้ว่า เป็นองค์ประกอบของความสามารถด้านส่วนตัว อารมณ์และสังคมของบุคคลที่จะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างประสบความสำเร็จ

สโลเวอร์ และเมเยอร์ (Salovey & Mayer, 1990 อ้างถึงใน Gibbs, 1995) ได้ให้ความหมาย ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึก และภาวะอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนและผู้อื่นได้ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตน ทำให้สามารถชี้นำความผิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผล สอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ๆ

คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf, 1997) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และรู้จักใช้พลังทางอารมณ์ของตนเป็นรากฐานในการสร้างสัมพันธภาพและโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น

โกล์แมน (Golman, 1995) ได้ให้ความหมายไว้ว่าความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถหลายด้าน ได้แก่ การเร่งเร้าตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย สามารถควบคุมความขัดแย้งของตนเอง รู้จักการรอคอยเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีกว่า มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถจัดการกับอารมณ์ไม่สบายต่าง ๆ มีชีวิตอยู่ด้วยความหวัง ต่อมาในปี 1998 เขาได้ให้ความหมายความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น จนสามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ทั้งของตัวเองและผู้อื่น ตลอดจนสามารถปรับหรือควบคุมได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ ช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์ และมีความสุข

องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

นักจิตวิทยาทั้งในประเทศและต่างประเทศได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ที่น่าสนใจหลายท่าน เช่น

กฤษณ์ รุยาพา (2542) ได้กล่าวว่าความฉลาดทางอารมณ์ควรจะมีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1. รู้จักตนเอง คือ ทราบพื้นฐานตัวเราเองว่ามีความชอบและถนัดแบบใด มีจุดด้อยตรงไหนบ้าง และพยายามที่จะปรับตนเอง
2. ความสามารถในการบริหารอารมณ์ เมื่อเรารู้จักตนเองแล้วสิ่งสำคัญต่อมา คือ รู้ข้อจำกัดและสถานการณ์ที่ทำให้เราเกิดความเครียด หรือความกดดันที่ทำให้เรามากทำสิ่งที่เกิดอารมณ์และความโกรธขึ้นมาโดยไม่รู้ตัว จึงต้องพิจารณาเพื่อลดความกดดันและสามารถบริหารอารมณ์ได้
3. หาทางเลือกแนวทางในการสร้างความสัมพันธ์ ถ้าเราต้องการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในระยะยาว เราจำเป็นต้องสร้างให้เกิดประโยชน์ที่เกื้อกูลทั้งสองฝ่าย ซึ่งจำเป็นต้องวิเคราะห์ความต้องการใจเขาใจเรา
4. เรียนรู้ และพัฒนาทักษะ คือ มีการคิดเป็นระบบ มีทักษะในการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ
5. สร้างความสัมพันธ์ให้เจริญงอกงาม

ม.ล.สมชาย จักรพันธุ์ (2543 อ้างถึงใน ลักขณา สิริวัฒน์, 2545) ให้แนวคิดว่า ความฉลาดทางอารมณ์หรือผู้มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ จะประกอบด้วยความสามารถทางด้านอารมณ์ต่อไปนี้

1. Self-awareness เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงอารมณ์ และความรู้สึกของตนเอง รู้ถึงความคิดที่ทำให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ ซึ่งทางพุทธศาสนาอาจเรียกว่า "มีสติ" สามารถนำมาใช้ประกอบในการตัดสินใจ มีการประเมินความสามารถของตนเองอย่างเป็นจริงและพัฒนาอารมณ์ของตนเอง

2. Self-regulation หรือ Emotional Maturity เป็นความสามารถในการควบคุม การจัดการอารมณ์ของตนเอง และแสดงออกมาได้อย่างเหมาะสม โดยมีวิธีในการชะลอความตึงเครียดทางอารมณ์ได้ดี

3. Self-motivation เป็นผู้ที่สามารถผลักดันตนเองโดยใช้พลังทางอารมณ์ที่มีอยู่ไปสู่จุดหมายที่ตั้งไว้ ยอมรับความคิดใหม่ ๆ ของผู้อื่น สามารถตัดสินใจอย่างมีเหตุผล เหมาะสม มีความรับผิดชอบและพลังในตนเองที่จะทำงานให้สำเร็จตามความต้องการ

4. Empathic Understanding เป็นความสามารถในการเข้าถึงความรู้สึกเห็นใจและเคารพในความรู้สึกอารมณ์ของผู้อื่น และทำให้ผู้อื่นเชื่อถือในตัวของเราเองด้วย สามารถให้อภัยและขอโทษผู้อื่นได้

5. Quality Communication หรือ Social Skill เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์และเชื่อมต่อกับผู้อื่น มีความสามารถทางสังคม สามารถสร้างสัมพันธ์อย่างแน่นแฟ้นยาวนานกับผู้อื่นได้ รวมทั้งความสามารถในการเป็นผู้นำที่มีประสิทธิภาพ

Cooper and Sawaf (1997) ได้เสนอโมเดลของอีคิวว่าประกอบด้วยหลักสำคัญ 4 องค์ประกอบดังนี้

1. ความรอบรู้ทางอารมณ์ (Emotional Literacy) คือ รู้จักอารมณ์ของตนเอง รู้เท่าทันว่าอารมณ์ของตนเองว่าเป็นเช่นไร ซึ่งจะเป็นตัวทำให้เกิดการควบคุมตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง

2. ความเหมาะสมทางอารมณ์ (Emotional Fitness) คือ ปรับทางอารมณ์ของตนเองได้อย่างยืดหยุ่น รู้กาลเทศะ แม้เผชิญความลำบากใจ

3. ความลึกซึ้งทางอารมณ์ (Emotional Depth) คือ ระดับความลึกซึ้งทางอารมณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนา อันเป็นแนวทางที่จะปรับชีวิตและหน้าที่การงานให้เข้ากับศักยภาพและเป้าหมายของตนเอง

4. ความผันแปรทางอารมณ์ (Emotional Alchemy) คือ ความสามารถในการใช้อารมณ์เพื่อความคิดสร้างสรรค์และสมรรถภาพที่จะเผชิญปัญหาและความกดดัน

Schute and Others (1998 อ้างถึงใน จิรศักดิ์ คลังชานาญ, 2547) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ว่า ประกอบไปด้วยความสามารถที่ปรับเปลี่ยนได้ 3 ประเภทคือ

1. การประเมินค่าและการแสดงออกทางอารมณ์ เป็นความสามารถที่จะประเมินค่าและแสดงออกทางอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง สามารถรับรู้อารมณ์ของคนอื่นที่ไม่ได้แสดงออกทางวาจาและสามารถมีความรู้สึกร่วมเข้าใจคนอื่น

2. การควบคุมอารมณ์ เป็นความสามารถที่จะตรวจสอบ ประเมินผลและจัดการอารมณ์ควบคุมหรือปรับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้

3. การใช้ประโยชน์อารมณ์ เป็นความสามารถที่จะใช้อารมณ์แบบต่าง ๆ ในการวางแผนอนาคต การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ และช่วยจิตใจให้พากเพียรพยายามกับงานที่ทำทนาย

Goleman (1998) ได้ให้องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ดังนี้

1. สมรรถนะส่วนบุคคล ได้แก่ การบริหารจัดการตนเอง
2. การตระหนักรู้ตนเอง หมายถึง การรู้เท่าทันอารมณ์ประเมินตนเองและมั่นใจในคุณค่าของตน
3. การควบคุมตนเอง สมรรถนะของสังคมหรือการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ ได้แก่
 - 3.1 การที่รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา โดยตระหนักรู้ถึงความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น มีความห่วงใย
 - 3.2 ทักษะทางสังคม โดยมีความสามารถในการเปลี่ยนแปลงผู้อื่นเพื่อให้เกิดความร่วมมือ และการสร้างสายสัมพันธ์

ความฉลาดทางอารมณ์กับความสำเร็จด้านต่าง ๆ

ความฉลาดทางอารมณ์มีผลต่อความสำเร็จในชีวิตหลายด้าน ซึ่งพอจะรวบรวมเป็นหมวดหมู่ได้ ดังนี้

1. ความฉลาดทางอารมณ์กับตนเอง โกลแมน ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ในหมวดสมรรถนะส่วนบุคคลในการบริหารจัดการกับตนเองว่ามีองค์ประกอบ 3 อย่าง คือ
 - 1) การตระหนักรู้ตนเอง หมายถึง การตระหนักรู้ความรู้สึกในมโนะมโนของตนเองและหยั่งรู้ถึงความเป็นไปได้ของตนในแง่มุมต่าง ๆ นั่นคือ รู้เท่าทันในอารมณ์ของตน สาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้น และผลที่ตามมาประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่นจุดด้อยของตน
 - 2) การควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับความรู้สึกของตนเอง คือ สามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์หรือความฉุนเฉียวได้ รักษาความเป็นผู้ที่ซื่อสัตย์และ คุณงามความดี มีความสามารถในการปรับตัวได้อย่างยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลง สามารถสร้างสิ่งใหม่ มีความสุขและเปิดกว้างกับความคิด ข้อมูลใหม่ ๆ อีกทั้งยังเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ
 - 3) การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง หมายถึง แนวโน้มของอารมณ์ที่เป็นปัจจัยสู่เป้าหมาย เป็นความพยายามที่จะปรับปรุงหรือมีแรงบันดาลใจให้ได้มาตรฐานเป็นเลิศ มีความคิดริเริ่ม พร้อมทั้งจะปฏิบัติตามโอกาสที่เอื้ออำนวย มีการมองโลกในแง่ดีแม้มีปัญหาอุปสรรคก็มีได้ท้อหรือล้มเลิกความตั้งใจที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย

ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่เพียงแต่รู้ว่ามีคุณสมบัติที่พึงประสงค์สำหรับตนเองเท่านั้น แต่ปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมตามความสามารถที่มีอยู่ด้วย ที่จริงแล้วการตระหนักรู้ตนเองการควบคุมตนเอง และการสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ให้กับตนเองตามทัศนะของนักวิชาการตะวันตก อาจนำมา

ประยุกต์เข้ากับธรรมะในพระพุทธศาสนา ซึ่งความคล้ายคลึงกันแต่อธิบายกันคนละอย่าง เช่น การมีสติ คือ การระลึกได้ เตือนตนเอง ตระหนักรู้ตนเองได้ ส่วนสัมปชัญญะเป็นธรรมะที่เป็นปัจจัยในการตระหนักรู้ตนเอง ควบคุมและสร้างแรงจูงใจ

2. ความฉลาดทางอารมณ์กับครอบครัว ปัญหาในครอบครัวที่จะนำไปสู่ความแตกแยกล้วนมีรากฐานมาจากการขาดความเข้าใจซึ่งกันและกัน สามีไม่เข้าใจภรรยา ภรรยาไม่เข้าใจสามี พ่อแม่ไม่เข้าใจลูก หรืออาจกล่าวได้ว่าสมาชิกในครอบครัวขาดความเข้าใจซึ่งกันและกัน ดังนั้น การสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีในครอบครัวจึงเป็นเรื่องของการ “เอาใจเขามาใส่ใจเรา” โดยตระหนักถึงความรู้สึก ความต้องการ ความห่วงใยต่อสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะครอบครัวปัจจุบันที่เปลี่ยนไปจากลักษณะครอบครัวในอดีตโดยสิ้นเชิงที่ทำให้การอบรมเลี้ยงดูต้องเป็นไปในลักษณะของการพึ่งตนเองมากขึ้น ไม่ว่าจะบิดามารดาและบุตรที่ทุกคนต่างก็ต้องทำหน้าที่ของตนนอกบ้าน แม้แต่แม่ที่เคยทำงานเพียงในบ้านก็ต้องรับภาระทำงานนอกบ้านด้วย เพื่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจของครอบครัว หากต่างคนต่างก็มีความรับผิดชอบหน้าที่ของตนและคำนึงถึงใจเขาใจเรา เอาใจใส่ในจิตใจซึ่งกันและกันก็จะทำให้เกิดความรัก ความปรองดอง และอภัยให้กันและกัน นั่นคือ การมีความฉลาดทางอารมณ์ในครอบครัว

การใช้ความฉลาดทางอารมณ์ในครอบครัว ในเรื่องการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพ มีองค์ประกอบที่สำคัญ ต่อไปนี้

1. การเข้าใจความรู้สึก มุมมอง และสนใจในเรื่องที่กังวลของคนในครอบครัว
2. การมีจิตใจรับรู้อุปสรรคความต้องการของคนในครอบครัวได้ดี
3. การทราบความต้องการและพัฒนาสมาชิกในครอบครัว ส่งเสริมความรู้ความสามารถให้

ถูกทาง

ในยุคปัจจุบันของสังคมไทย ปัญหาเศรษฐกิจนับว่าเป็นต้นเหตุสำคัญอันก่อให้เกิดภาวะความเครียดของคนในครอบครัวในหลายครอบครัว ยุทธวิธีการบริหารความเครียดตามกรอบแนวคิดของความฉลาดทางอารมณ์ของบารอนเกี่ยวกับการควบคุมและจัดการกับความเครียด สามารถนำไปใช้ได้ โดยชี้แนะให้สมาชิกในครอบครัวมองโลกในแง่ดี สร้างความสนุกสนานให้เกิดขึ้นแก่คนในครอบครัว คนไทยโบราณยึดหลักการใช้ชีวิตในครอบครัวมีความสุขด้วยหลักสังคหะ นั่นคือการสงเคราะห์กันและให้ปฏิบัติตามหลักสังคหวัตถุ 4 เพื่อเป็นการยึดเหนี่ยวน้ำใจซึ่งกันและกันของสมาชิกในครอบครัวดังต่อไปนี้

1. ทาน การให้ปันแก่กัน คนที่อยู่ด้วยกันต้องแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้ การปันนี้รวมถึงการปันทุกข์ให้กันด้วย ผู้ใดในครอบครัวมีทุกข์มีปัญหา โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่เต็มไปด้วยปัญหาทางสังคมและเศรษฐกิจ สมาชิกในครอบครัวก็ควรจะช่วยกันหาหรือกันในกรณีที่เหมาะสมเพื่อแสดงถึงการอนุเคราะห์ การห่วงใย และการช่วยเหลือกัน

2. ปิยวาจา พูดกันด้วยถ้อยคำที่สุภาพ ไพเราะ ผู้ใหญ่มักให้โอวาทแก่คู่บ่าวสาวในวันแต่งงานโดยถือหลักในการพูดกันว่า ก่อนแต่งเคยพูดไพเราะอย่างไรก็ให้พูดด้วยถ้อยคำไพเราะ เช่นนั้น ใน

การครองชีวิตในครอบครัวการพูดกันด้วยถ้อยคำไพเราะจะทำให้ผู้รับฟังเกิดความพอใจหรือสบายใจขึ้นมา จากอารมณ์ที่ชุ่มมัวได้

3. อึดอจวิทยา การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ประพฤติตนให้เป็นประโยชน์ต่อกันเมื่อมีสมาชิกในครอบครัวผู้ใดคนหนึ่ง ทำสิ่งที่ไม่ถูกต้องก็ควรแนะนำตักเตือนกัน

4. สมานัตตตา วางตัวให้เหมาะสมกับที่ควรเป็นตามบทบาทของการเป็นพ่อ แม่ ลูก หรือสมาชิกญาติพี่น้องในครอบครัว ถ้าสมาชิกในบ้านต่างวางตัวให้เหมาะสมตามบทบาทและหน้าที่ความ ผาสุกย่อมเกิดขึ้นในครอบครัว

5. ความฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา เป้าหมายสำคัญของการศึกษาก็คือ การพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์ของสังคมให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพที่สังคมปรารถนา และระบบการศึกษาที่ดีต้องสร้างให้ บุคคลประสบความสำเร็จในที่นี่จะรวมถึงความสำเร็จในการเรียน ความสำเร็จในการประกอบอาชีพและ ความสำเร็จในชีวิต นักการศึกษาและนักจิตวิทยาการศึกษาจึงต้องพยายามจัดกระบวนการเรียนการสอน ให้บรรลุวัตถุประสงค์ดังกล่าว โดยทั่วไปเมื่อพูดถึงคนที่ประสบความสำเร็จก็มักจะนึกถึงคน ๆ นั้นต้องเป็น คนเก่ง และความเก่งในที่นี้ก็มุ่งไปที่ความฉลาดทางปัญญาหรือเชาวน์ปัญญาซึ่งมีไอคิวเป็นตัวบ่งชี้ พ่อแม่ ส่วนใหญ่จึงพยายามเร่งรัด พยายามให้เด็กเรียนรู้ด้านวิชาการให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้เพื่อให้เด็กเป็นคน เก่ง เรียนจบในระดับสูง สามารถสอบผ่านการคัดเลือกเข้าทำงานในตำแหน่งดี ๆ เมื่อจบการศึกษาแล้ว แต่จากประสบการณ์และข้อเท็จจริงที่ปรากฏมักพบเสมอว่าคนที่มีความฉลาด ด้านเชาวน์ปัญญาหรือไอคิว สูง ไม่ได้ประสบความสำเร็จเสมอไปในด้านการเรียนและการทำงาน เนื่องจากมีปัญหาด้านการควบคุม อารมณ์และด้านมนุษยสัมพันธ์ ทำให้ใช้ศักยภาพทางเชาวน์ปัญญาที่มีอยู่ได้ไม่เต็มที่ เพราะความฉลาด ทางที่เป็นตัวส่งเสริมหรือช่วยสนับสนุนให้เกิดความสำเร็จอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ

ต่อมานักการศึกษาและนักจิตวิทยาเริ่มให้ความสนใจและเห็นความสำคัญของความฉลาด ทางอารมณ์มากขึ้น มีการศึกษาที่น่าสนใจ เช่น ผลการศึกษาของมหาวิทยาลัยฮาวาร์ด ที่ทำการศึกษาย้อนหลังเกี่ยวกับความสำเร็จในการทำงาน โดยศึกษาจากผู้เรียนจบในทศวรรษ 1940 จำนวน 95 คน เป็น การศึกษาระยะยาวติดตามจนถึงวัยกลางคน พบว่า นักศึกษาที่เรียนจบได้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนใน ระดับสูงมักไม่มีใครประสบผลสำเร็จเมื่อเทียบกับนักศึกษาที่ได้คะแนนต่ำกว่าทั้งในด้านหน้าที่การงานและ ความสุขในชีวิตครอบครัว ดังนั้น ในปัจจุบันจึงให้ความสนใจกับความฉลาดทางอารมณ์หรืออีคิวมากขึ้น เพราะมีการศึกษาที่แสดงว่าความสำเร็จในด้านต่าง ๆ นั้นเป็นผลมาจากความฉลาดทางอารมณ์ถึง 80% ส่วนอีก 20% เป็นผลมาจากความฉลาดทางเชาวน์ปัญญา

4. ความฉลาดทางอารมณ์กับการทำงาน โดยมากแล้วความสำเร็จในการทำงานโดย เฉพาะงานบริหารหรือการทำธุรกิจ นอกจากจะขึ้นอยู่กับความสามารถของตนแล้วยังขึ้นอยู่กับความ ร่วมมือของผู้อื่นด้วย ความฉลาดทางอารมณ์ที่มีส่วนทำให้เกิดความสำเร็จในการทำงาน คือ ความสามารถ ด้านการพัฒนาสายสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นซึ่งประกอบด้วยการพัฒนาทักษะสื่อสารที่ดี ความเก่งและการ

ช่วยเหลือผู้อื่นให้เขาช่วยตัวเองได้ การใช้ความฉลาดทางอารมณ์เพื่อเสริมสร้างความสำเร็จในการทำงานได้นั้น ทั้งต่อตนเอง และผู้ร่วมงาน ต้องมีการเรียนรู้ตลอดจนเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกที่ได้รับ นอกจากนี้ต้องสามารถควบคุมอารมณ์และเอาชนะ สร้างพฤติกรรมในทางบวก บุคคลผู้หวังความสำเร็จในการทำงานนอกจากจะฉลาดรู้ในกระบวนการทำงานแล้วยังต้องฉลาดรู้ในอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นอีกด้วย องค์ประกอบสำคัญทางสังคมของความฉลาดทางอารมณ์ คือ "ฉลาดทำ" หรือความมีศิลปะเป็นเรื่องของการ "ทำเป็น" ไม่ใช่ "ทำได้" เท่านั้น "ฉลาดพูด" คือ การรู้จักเลือกพูดแต่สิ่งที่ดี ที่มีประโยชน์ สามารถยกจิตใจของผู้พูดและผู้ฟังให้สูงขึ้น "ฉลาดคิด" เป็นความสามารถทางใจต้องมีสติสัมปชัญญะ สามารถควบคุมความคิดในทางที่ดี คิดในทางสร้างสรรค์ คิดที่จะยกจิตใจของตนและผู้ร่วมงานให้สูงขึ้น แม้จะฉลาดรู้ ฉลาดทำ ฉลาดพูด และฉลาดคิด หากใช้คนไม่เป็นหรือวางตำแหน่งของคนไม่ถูกต้องกับงานนั้นหรือองค์กรนั้นก็ทำงานได้ผลสัมฤทธิ์ไม่เต็มกำลัง ความสามารถที่สมควรจะได้รับหรือควรจะเป็น จากปัญหาที่คนไอคิวสูงแต่ไม่ประสบผลสำเร็จในการทำงานร่วมกับผู้อื่น อาจมาจากการไม่ได้ใช้ศักยภาพหรือความเก่งที่มีอยู่ได้เนื่องจากบุคคล อื่น ๆ ไม่ให้ความร่วมมือ สาเหตุหลัก ๆ ก็จะเป็นเพราะบุคคลเหล่านี้มีปัญหาในการควบคุมอารมณ์ เช่น คนที่ปราดเปรื่องแต่ทำเรื่องที่ไม่รู้เหตุผล

จึงสรุปได้ว่า คนที่เขาวนปัญญาดีหรือมีไอคิวสูงไม่ได้หมายความว่า เป็นคนที่ประสบความสำเร็จ นักจิตวิทยาจึงได้กำหนดความเก่งอีกด้านหนึ่งที่จะส่งผลให้บุคคลประสบความสำเร็จได้ซึ่งก็คือ ความฉลาดทางอารมณ์ อันเป็นคุณลักษณะที่เป็นนิสัยและบุคลิกภาพของคน ๆ นั้น ความฉลาดทางอารมณ์เกื้อหนุนการยอมรับในความคิดอันก่อให้เกิดการสร้างผลิตผลที่สนองเป้าหมาย ลดการลา ขาดหรือย้ายงานเนื่องจากข้อขัดแย้งระหว่างบุคคลลง เสริมสร้างการทำงานที่ประสานสัมพันธ์กันให้มากขึ้น การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีในการทำงาน ทำให้เราเคารพ รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเราให้มากขึ้น มีความสามารถในการปรับตัวปรับใจรับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี

5. ความฉลาดทางอารมณ์กับความสำเร็จในการทำงาน ในโลกของการทำงานนั้นต้องทำงานร่วมกับคนอื่น ๆ โดยต้องประสานงาน ประสานความร่วมมือระหว่างบุคคลเพื่อขับเคลื่อนให้งานบรรลุเป้าหมาย จึงต้องอาศัยศิลปะความเข้าใจถึงธรรมชาติของพฤติกรรมมนุษย์ เพื่อเข้าใจถึงความรู้สึกนึกคิดจิตใจส่วนลึกของเขา ทำให้คนอยากร่วมงานกับเราด้วยความเต็มใจ

หลักการของความร่วมมือในการทำงานนั้น คนที่อยากร่วมมือกันทำงานจะมีเหตุผล ดังนี้

1. เขาเห็นด้วยกับวัตถุประสงค์ที่เรากำหนดหรือหน่วยงานกำหนดหรือร่วมกันกำหนด
2. เขาเห็นด้วยกับวิธีการทำงานของเรา
3. ความมีมิตรภาพและความรู้สึกที่ดีต่อเรา
4. การยอมรับในภาวะผู้นำของเรา
5. เขาต้องมีความรู้สึกว่าเขาสำคัญต่องานและเขามีประโยชน์ต่องานนั้น

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับความสำเร็จของการทำงานร่วมกันพบปัจจัยสำคัญ 3 ประการ คือ ความต้องการผูกพัน ความต้องการความสำเร็จ และความต้องการอำนาจ ทั้ง 3 ปัจจัยมีความสำคัญในสัดส่วนที่เกือบจะเท่ากันและสิ่งสำคัญในจุดมุ่งหมายในชีวิต คือ ความต้องการความสำเร็จในชีวิต คือ มีความพึงพอใจ มีความสุขกับชีวิตส่วนตัวที่เปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติ ตามครรลองที่ถูกต้อง มีคุณธรรมสามารถหางานที่ตนชอบ มีความสามารถในการพัฒนาตนเองตามเป้าหมายและวิธีการที่วางไว้อย่างถูกต้องเหมาะสม จากผลงานศึกษาวิจัยมักพบปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่มีผลให้คนทำงานได้สำเร็จคือ ปัจจัยด้านความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์และความร่วมมือกับผู้ร่วมงานอื่น ๆ และปัจจัยทางด้านอารมณ์ที่มีลักษณะสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ แต่เดิมจะมีความเชื่อเรื่องกรรมมีเขาวนัญญาสูงจะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิต แต่ในช่วง 3 ทศวรรษที่ผ่านมา ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1960 มีการศึกษาวิจัยจำนวนมากที่แสดงว่าผู้ที่มีเขาวนัญญาสูงแต่ต้องล้มเหลวต่อตำแหน่งผู้บริหารสูงสุด เพราะขาดความเข้าใจมนุษย์ ขาดการมีปฏิสัมพันธ์และการมีอารมณ์ที่ดี และยังพบว่าการที่อารมณ์ดีเป็นพื้นฐานมีผลให้คนมีสุขภาพจิตดี มีความเข้าใจตนเองและบุคคลอื่นได้ง่าย โดยมีลักษณะใช้ทั้งสอง ทักษะ และอารมณ์ที่ดีในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และสามารถใช้ได้กับตนเองกับครอบครัว ที่ทำงานและขณะออกสังคม ผู้ที่ขาดความฉลาดทางอารมณ์จะนำไปสู่ความเครียด ความวิตกกังวล และใช้ความสามารถทางเขาวนัญญาที่มีอยู่ได้ไม่เต็มที่

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถหรือทักษะเฉพาะคนที่สามารถสร้างขึ้นและพัฒนาได้ด้วยตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์จะส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จในด้านการงานและครอบครัว ชีวิตส่วนตัวและสังคม เพราะความฉลาดทางอารมณ์จะสร้างให้ตนเองเกิดความเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง รู้จักบริหารควบคุมการจัดการด้วยการแสดงออกทางอารมณ์ความรู้สึกที่ปรากฏภายนอกได้อย่างเหมาะสม ความฉลาดทางอารมณ์จะแบ่งเป็น 4 ส่วน ต่อไปนี้

1. ความเข้าใจตนเอง (Self Awareness) เข้าใจความรู้สึกและจุดมุ่งหมายของตนเอง รู้จุดเด่นจุดด้อยโดยไม่มีอคติเข้าข้างตนเอง

2. ความเข้าใจและเอื้ออาทรผู้อื่น (Empathy) และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

3. ความสามารถในการแก้ไขความขัดแย้งทั้งภายนอกและภายในคือความเครียดในจิตใจ

4. ความสามารถในการมีความคิดสร้างสรรค์ (Creativity Thinking) ด้วยตนเอง

วิระวัฒน์ บัณฑิตามัย ได้สรุปบทบาทของไอคิวและอีคิวว่าเป็นปัจจัยในการตัดสินใจความสำเร็จด้านต่าง ๆ ดังที่แสดงไว้ในตาราง

บทบาทของไอคิวและอีคิวต่อกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิต ของวิระวัฒน์ ปันนิตามัย

| ความสำเร็จในด้าน | ปัจจัยตัดสินที่มีบทบาทอย่างมาก |
|--------------------|--------------------------------|
| แก้ไขปัญหาเฉพาะทาง | ไอคิว |
| การเรียนรู้ | ไอคิว |
| การทำงาน | ไอคิว + อีคิว |
| การปรับตัว | อีคิว |
| การครองคน | อีคิว |
| การครองตน | อีคิว |
| ชีวิตคู่ | อีคิว |

การวัดความฉลาดทางอารมณ์

การวัดความฉลาดทางอารมณ์ในยุคก่อนที่จะมีทฤษฎี ความฉลาดทางอารมณ์หรืออีควินั้นได้มีแนวทางอยู่ในระดับหนึ่งแล้ว เช่น แนวทางของกลุ่มสติโลเวย์และเมเยอร์ที่ได้เชื่อมโยงอารมณ์ความคิดและเขาวนปัญญาให้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และเป็นการวัดการรับรู้ของอารมณ์ที่ไม่ใช้ถ้อยคำ เช่น แบบทดสอบ ความไวทางอารมณ์ และความรู้สึก โดยให้ผู้ตอบดูวิถีทัศนัยของคนคู่หนึ่งที่แสดงปฏิกิริยาต่อกัน แล้วให้ตอบระบุอารมณ์และความคิดของคนคู่ที่แสดงอยู่นั้น ต่อมาได้มีการพัฒนารูปแบบในการวัดตามแนวคิดของนักจิตวิทยาในแต่ละกลุ่ม เช่น

ชุต และคณะ (Schute and othes, 1998 อ้างถึงใน จิรศักดิ์ คลังชำนานู, 2547) ได้พัฒนาการวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่อิงรูปแบบความฉลาดทางอารมณ์เริ่มแรกของสติโลเวย์ และเมเยอร์ โดยการใช้วิธีให้ผู้รับการประเมินตอบรายงานตนเองโดยมีการประเมิน 5 ระดับ คือ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จนถึง 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง มีจำนวนข้อสอบทั้งหมด 33 ข้อ มีกลุ่มการจัดระบบอารมณ์ 10 ข้อ กลุ่มการให้ประโยชน์ทางอารมณ์ 10 ข้อ และการประเมินค่าการแสดงออกทางอารมณ์ 13 ข้อ จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงพบว่า มาตราวัดความฉลาดทางอารมณ์ฉบับที่มีความสัมพันธ์กับโครงสร้างที่เกี่ยวข้องทางทฤษฎี ได้แก่ การเอาใจใส่ความรู้สึก ความกระจำงชัดในความรู้สึก การปรับปรุงสภาวะทางอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และการอดกลั้น นอกจากนี้ยังมีความเชื่อมั่นสูง เมื่อทำการทดสอบซ้ำ แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับการรู้คิด ตัวอย่างประโยคในมาตราวัด เช่น เมื่อฉันเผชิญกับอุปสรรคที่คล้ายกัน และฝ่าฟันไปได้

การวัดอีคิวของสติโลเวย์ และคณะ (Salovey and others, 1995 อ้างถึงใน จิรศักดิ์ คลังชำนานู, 2547) ได้ใช้มาตราการวัด Trait-Meta-Mood Scale (TMMS) โดยเป็นการวัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในความสามารถที่จะสะท้อนอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ มีดัชนีบ่งชี้ระดับความเอาใจ

ใส่ที่บุคคลมีต่ออารมณ์ ความรู้สึก ความชัดเจนของประสบการณ์ ความรู้สึกและความเชื่อ การยุติภาวะอารมณ์ที่ไม่ดีหรือคงอารมณ์ที่ดี ซึ่งดัชนี นี้วัดนี้ สโลเวย์และคณะ อธิบายว่าเป็นความสามารถ (Competence) หลายอย่างที่มีอยู่ในโครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ แบบวัดของสโลเวย์ และคณะ มีการให้ผู้ตอบประเมินตนเอง และมีมาตราประเมินค่าจากระดับ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จนถึง 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง องค์ประกอบของแบบทดสอบมีดังนี้

1. ความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึก มีจำนวน 21 ข้อ เช่น ข้อความทางบวก "ฉันใส่ใจมากกว่าฉันรู้สึกอย่างไร" และข้อความทางลบ เช่น "ฉันไม่ใส่ใจกับความรู้สึกของตนเอง"

2. ความชัดเจนในการแยกแยะอารมณ์ ความรู้สึก มีจำนวน 15 ข้อ เช่น "โดยปกติฉันมีอารมณ์ความรู้สึกที่ชัดเจน" เป็นข้อความทางบวก หรือ "ฉันไม่สามารถรู้สึกถึงอารมณ์ความรู้สึก" เป็นข้อความทางลบ

3. การปรับสภาวะทางอารมณ์ ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับความพยายามที่จะปรับสภาวะอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ หรือคงอารมณ์ที่น่าพอใจไว้ เช่น "ฉันแม้ว่ามีความเศร้าแต่โดยส่วนใหญ่ฉันมีทัศนคติที่ดี" เป็นข้อความทางบวก และ "ถึงแม้บางครั้งฉันมีความสุขแต่โดยส่วนใหญ่ฉันมีทัศนคติที่ไม่ดี" เป็นข้อความทางลบ

องค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เป็นแบบวัดที่มีความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงเชิงสอดคล้องและเชิงจำแนก ผลจากการศึกษาพบว่า ความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์กับการมีสติของตนเอง ความชัดเจนทางอารมณ์ ความรู้สึกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคลุมเครือทางอารมณ์ การแสดงออกและความเศร้าหุดหู่ และการปรับอารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเศร้าหุดหู่และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดีและความเชื่อการจาจัดระบบสภาวะอารมณ์ที่ไม่ดี ต่อมาสโลเวย์ และดาร์โซ ได้พัฒนาแบบวัดใน รูปที่เป็นกระดาษ คือ The Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS) และแบบวัด The Emotional EQ Test ที่ทำเป็น CD-ROM แบบทดสอบทั้งสองแบบดังกล่าวเหมือนกันทุกประการในด้านโครงสร้างและเนื้อหาแต่ต่างกันในสื่อนำเสนอแบบทดสอบ เมเยอร์ และคณะ เชื่อว่าแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิดโครงสร้างความฉลาดทางอารมณ์ล่าสุดนี้เป็นการวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่แท้จริง เป็นแบบทดสอบที่ประกอบด้วยงานด้านความสามารถที่ให้ผู้ตอบทำทั้งหมด 12 งาน จากแบบทดสอบ 4 ประเภท ดังนี้

1. แบบทดสอบการระบุอารมณ์ เป็นการวัดการรับรู้ทางอารมณ์ให้ผู้ตอบระบุอารมณ์คนที่ปรากฏในภาพในการออกแบบและดนตรี และงานที่เสนอสถานการณ์ทางอารมณ์ให้ผู้ตอบระบุว่าบุคคลในสถานการณ์นั้นมีอารมณ์อย่างไร

2. แบบทดสอบการใช้อารมณ์ เป็นการวัดการซึมซับอารมณ์มีอยู่ 2 ส่วน ได้แก่ การวัดว่าผู้ตอบสามารถสร้างความรู้สึกที่แตกต่างกันได้ดีแค่ไหน และการใช้ความรู้สึกที่เชื่อมต่อกับกระบวนการคิด

3. แบบทดสอบความเข้าใจทางอารมณ์ วัดความสามารถของบุคคลที่จะทราบว่า อารมณ์มีที่มาจากอะไร และอะไรจะเกิดขึ้นถ้าอารมณ์มีความเข้มข้น ตลอดจนสามารถเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ที่แตกต่างกัน เช่น “การมองโลกในแง่ดีส่วนใหญ่ประกอบด้วยอารมณ์ของชนิดใด” และให้ผู้ถูกทดสอบเลือกตอบเป็นตัวอย่างข้อคำถามในแบบทดสอบประเภทนี้

4. แบบทดสอบการจัดระบบอารมณ์ วัดความสามารถที่จะจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของความฉลาดทางอารมณ์ แบบทดสอบที่ให้ผู้ตอบประเมินประโยชน์ของการกระทำที่เป็นไปได้ในสถานการณ์ทางอารมณ์

ผลการวิเคราะห์แบบทดสอบ MEIS พบว่า ความสามารถทางอารมณ์สามารถแยกองค์ประกอบได้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ ความเข้าใจทางอารมณ์ และการจัดการทางอารมณ์

การวัดอีคิวตามแนวคิดของบาร์ออน (Bar-on, 1992 อ้างถึงใน จิรศักดิ์ คลังชำนาญ, 2547) บาร์ออน ใช้เวลากว่า 16 ปี ศึกษาเรื่องแบบทดสอบ ความฉลาดทางอารมณ์ จากแนวคิดของบาร์ออน เกี่ยวกับไอคิวเขาได้สร้างเครื่องมือวัดชื่อ Emotional Quotient Inventory (EQI) จากการวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตราวัดไอคิวมีองค์ประกอบ 13 ด้านแบบทดสอบโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบ เช่น ความเครียดหุดหู่ และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะที่เกี่ยวกับความรู้สึกทางบวก แบบทดสอบไอคิวของบาร์ออน ยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคงที่ทางอารมณ์และการแสดงออก แต่แบบทดสอบของบาร์ออนในภาพรวมหรือมาตราย่อยไม่มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบเขาวงกตปัญญาทางสมอง มาตรา B ใน 16PF และแบบทดสอบไอคิว มีความสัมพันธ์เล็กน้อยกับ WAIS-R ($r = .12$) บาร์ออนได้สร้างแบบทดสอบเพื่อให้เป็นเครื่องมือสร้างฐานทางอารมณ์ (Emotional Profiles) เพื่อใช้ในการจัดสรรคนให้เหมาะกับอาชีพ หรือชี้บ่งอารมณ์ด้านที่ควรมีการปรับปรุง แบบทดสอบนี้จึงมีประโยชน์สำหรับการวางแผนในการทำงาน เช่น คนที่ได้คะแนนสูงในการมองโลกในแง่ดีจะเป็นดัชนีบ่งว่าบุคคลนั้นจะประสบความสำเร็จในงานบางอย่าง แม้ว่าแบบทดสอบของบาร์ออนจะมีเกณฑ์ปกติ (Nom) มีการวิเคราะห์องค์ประกอบและมีการหาความสัมพันธ์กับแบบทดสอบจำนวนมาก แต่ยังไม่มีการยืนยันเกี่ยวกับการพยากรณ์ความสำเร็จทางอาชีพและวิชาการ

การวัดอีคิวตามแนวคิดของโกลแมน (Goleman, 1999 อ้างถึงใน จิรศักดิ์ คลังชำนาญ, 2547) ได้สร้างแบบวัด อีคิว ซึ่งประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อคำถามผู้ตอบต้องระบุคำตอบที่มีต่อสถานการณ์ที่สมมุติขึ้น เช่น “ท่านเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยที่หวังว่าจะได้ A ในรายวิชานี้ แต่ท่านเพิ่งพบว่าตัวท่านเองได้ C ในตอนกลางเทอม ท่านจะทำอย่างไร” โดยมีตัวเลือกดังนี้

1. ร่างแผนการเฉพาะสำหรับวิธีการที่จะปรับปรุงผลการเรียนและแก้ไขปัญหาที่จะติดตามมาตลอดจนแผนแก้ปัญหาเพื่อที่จะทำให้ดีขึ้นในอนาคต
2. บอกตัวคุณเองว่าไม่ใช่สิ่งสำคัญที่คุณทำได้ในวิชานี้และมุ่งไปยังวิชาอื่น ๆ ซึ่งคะแนนคุณสูงกว่า

3. แบบทดสอบความเข้าใจทางอารมณ์ วัดความสามารถของบุคคลที่จะทราบว่า อารมณ์มีที่มาจากอะไร และอะไรจะเกิดขึ้นถ้าอารมณ์มีความเข้มข้น ตลอดจนสามารถเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ที่แตกต่างกัน เช่น "การมองโลกในแง่ดีส่วนใหญ่ประกอบด้วยอารมณ์ของชนิดใด" และให้ผู้ถูกทดสอบเลือกตอบเป็นตัวอย่างข้อคำถามในแบบทดสอบประเภทนี้

4. แบบทดสอบการจัดระบบอารมณ์ วัดความสามารถที่จะจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของความฉลาดทางอารมณ์ แบบทดสอบที่ให้ผู้ตอบประเมินประโยชน์ของการกระทำที่เป็นไปได้ในสถานการณ์ทางอารมณ์

ผลการวิเคราะห์แบบทดสอบ MEIS พบว่า ความสามารถทางอารมณ์สามารถแยกองค์ประกอบได้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ ความเข้าใจทางอารมณ์ และการจัดการทางอารมณ์

การวัดอีคิวตามแนวคิดของบาร์ออน (Bar-on, 1992 อ้างถึงใน จิรศักดิ์ คลังชำนาญ, 2547) บาร์ออน ใช้เวลากว่า 16 ปี ศึกษาเรื่องแบบทดสอบ ความฉลาดทางอารมณ์ จากแนวคิดของบาร์ออน เกี่ยวกับไอคิวเขาได้สร้างเครื่องมือวัดชื่อ Emotional Quotient Inventory (EQI) จากการวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตราวัดไอคิวมีองค์ประกอบ 13 ด้านแบบทดสอบโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบ เช่น ความเศร้าหดหู และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะที่เกี่ยวกับความรู้สึกทางบวก แบบทดสอบไอคิวของบาร์ออน ยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคงที่ทางอารมณ์และการแสดงออก แต่แบบทดสอบของบาร์ออนในภาพรวมหรือมาตราย่อยไม่มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบเชาวน์ปัญญาทางสมอง มาตรา B ใน 16PF และแบบทดสอบไอคิว มีความสัมพันธ์เล็กน้อยกับ WAIS-R ($r = .12$) บาร์ออนได้สร้างแบบทดสอบเพื่อให้เป็นเครื่องมือสร้างรูปฐานทางอารมณ์ (Emotional Profiles) เพื่อใช้ในการจัดสรรคนให้เหมาะกับอาชีพ หรือชี้บ่งอารมณ์ด้านที่ควรมีการปรับปรุง แบบทดสอบนี้จึงมีประโยชน์สำหรับการวางแผนในการทำงาน เช่น คนที่ได้คะแนนสูงในการมองโลกในแง่ดีจะเป็นดัชนีบ่งว่าบุคคลนั้นจะประสบความสำเร็จในงานบางอย่าง แม้ว่าแบบทดสอบของบาร์ออนจะมีเกณฑ์ปกติ (Nom) มีการวิเคราะห์องค์ประกอบและมีการหาความสัมพันธ์กับแบบทดสอบจำนวนมาก แต่ยังไม่มีการยืนยันเกี่ยวกับการพยากรณ์ความสำเร็จทางอาชีพและวิชาการ

การวัดอีคิวตามแนวคิดของโกลแมน (Goleman, 1999 อ้างถึงใน จิรศักดิ์ คลังชำนาญ, 2547) ได้สร้างแบบวัด อีคิว ซึ่งประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อคำถามผู้ตอบต้องระบุคำตอบที่มีต่อสถานการณ์ที่สมมุติขึ้น เช่น "ท่านเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยที่หวังว่าจะได้ A ในรายวิชานี้ แต่ท่านเพิ่งพบว่าตัวท่านเองได้ C ในตอนกลางเทอม ท่านจะทำอย่างไร" โดยมีตัวเลือกดังนี้

1. ร่างแผนการเฉพาะสำหรับวิธีการที่จะปรับปรุงผลการเรียนและแก้ไขปัญหาค่าที่จะติดตามมาตลอดจนแผนแก้ปัญหาก็จะทำให้ดีขึ้นในอนาคต

2. บอกตัวคุณเองว่าไม่ใช่สิ่งสำคัญที่คุณทำได้ในวิชานี้และมุ่งไปยังวิชาอื่น ๆ ซึ่งคะแนนคุณสูงกว่า

3. พบอาจารย์และพยายามคุยกับอาจารย์เพื่อให้คะแนนของคุณดีขึ้น

แบบวัดอิคิวของโกลแมน มีความสัมพันธ์สูงกับความเข้าใจผู้อื่นและการควบคุมอารมณ์ และยังมีเนื้อหาที่เกี่ยวกับองค์ประกอบร่วมของ MEIS ของสโลเวย์และคณะ ได้แก่ องค์ประกอบด้านการจัดการทางอารมณ์ อย่างไรก็ตามแบบวัดอิคิวของโกลแมน มีค่าความเชื่อมั่นค่อนข้างต่ำ ($r=18$)

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต มีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ ดี เก่ง และสุข จำนวน 52 ข้อ ข้อความในแบบวัดเป็นประโยคบอกเล่าที่บรรยายความสามารถที่แสดงถึงความฉลาดทางอารมณ์ แต่ละข้อประกอบด้วยมาตราประเมินค่า 4 ระดับ ได้แก่ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง และจริงมาก

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความทางด้านนิมาน ให้คะแนน

| | |
|--------------|---|
| จริงมาก | 4 |
| ค่อนข้างจริง | 3 |
| จริงบางครั้ง | 2 |
| ไม่จริง | 1 |

ข้อความทางด้านนิเสธ ให้คะแนน

| | |
|--------------|---|
| จริงมาก | 4 |
| ค่อนข้างจริง | 3 |
| จริงบางครั้ง | 2 |
| ไม่จริง | 1 |

เกณฑ์คะแนนอิคิวรวม ดี เก่ง สุข

| คะแนนรวมอิคิว | ต่ำกว่าปกติ | เกณฑ์ปกติ | สูงกว่าปกติ |
|----------------------------|-------------|-----------|-------------|
| กลุ่มตัวอย่างอายุ 12-17 ปี | <140 | 140 – 170 | >170 |
| กลุ่มตัวอย่างอายุ 18-25 ปี | <138 | 138 – 170 | >170 |
| กลุ่มตัวอย่างอายุ 26-60 ปี | <143 | 143 – 177 | >177 |

ความฉลาดทางอารมณ์กับนักกีฬา

ปัจจัยหรือองค์ประกอบที่จะทำให้นักกีฬาประสบความสำเร็จเป็นยอดแห่งนักกีฬาได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการคือ

1. ร่างกาย หมายถึง รูปร่างและสัดส่วน ทักษะกีฬาและสมรรถภาพทางกาย

รูปร่างและสัดส่วนเหมาะสมกับกีฬานั้น ๆ จะช่วยในการขยายขีดความสามารถของนักกีฬาได้อย่างเหมาะสม และรวดเร็วกว่านักกีฬาที่มีรูปร่างและสัดส่วนไม่เหมาะสมกับกีฬานั้น ๆ อีกทั้งการมีรูปร่างและสัดส่วนที่เหมาะสมนั้นจะช่วยลดอัตราเสี่ยงต่อการบาดเจ็บได้เป็นอย่างดีอีกด้วย

สมรรถภาพทางกาย เป็นสิ่งจำเป็นอย่างมากสำหรับการพัฒนาขีดความสามารถของนักกีฬาไปสู่เป้าหมาย ซึ่งประกอบด้วยสมรรถภาพทางกายทั่วไป และสมรรถภาพทางกายเฉพาะเจาะจงในกีฬานั้นๆ

ทักษะกีฬา หมายถึง การที่นักกีฬามีทักษะกีฬานั้นๆ เป็นอย่างดี มีการเรียนรู้ทั้งเทคนิคและแทคติคอย่างดี

ความสามารถทางกายพัฒนาได้จากการเรียนรู้เกิน (Over learning) การฝึกซ้อมอย่างมีระบบถูกต้อง ต่อเนื่อง รวมทั้งการสร้างการเรียนรู้ และการนำไปปฏิบัติจนเกิดเป็นความสามารถทางกีฬาที่ลื่นไหล (Flow) ควบคุมได้

2. ความสามารถทางจิต คือ สมรรถภาพทางจิตและทักษะทางจิต เป้าหมายที่สำคัญของการมีสมรรถภาพทางจิตที่ดี คือ การมีใจสู้ (Mental toughness) มีพลังจิตที่เป็นความพยายาม (Will power) มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง แต่ที่สำคัญคือ ความรู้สึกตัว (Self-awareness) เพื่อการควบคุมตัวเองให้กระทำหรือเล่น เพื่อที่จะให้บรรลุตามเป้าหมายที่ต้องการ สมรรถภาพทางจิตใจที่สร้างความสมดุลระหว่างความสามารถทางร่างกายและทางจิตใจ เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งนับตั้งแต่เริ่มเล่นใหม่ๆ จนกระทั่งเป็นนักกีฬาชั้นยอด เพราะสมรรถภาพทางจิต จะช่วยในการควบคุมความสามารถทางร่างกายให้เล่นหรือแข่งขันได้ดีหรือดีกว่า

3. ความพร้อมทางสิ่งแวดล้อมซึ่งหมายถึงสิ่งแวดล้อมที่เป็นวัตถุและบุคคล หากปัจจัยทางร่างกายและจิตใจพร้อม แต่สิ่งแวดล้อมไม่อำนวย ก็จะทำให้การพัฒนาความสามารถนั้น ไม่เป็นไปตามที่ควรจะเป็น

สิ่งแวดล้อมทางวัตถุ ได้แก่ สนาม อุปกรณ์ เงิน และการสนับสนุนต่าง ๆ รวมทั้งบรรยากาศโดยรอบขณะที่เล่นมีผลต่อการเล่นทั้งสิ้น

สิ่งแวดล้อมทางบุคคล ได้แก่ โค้ช พ่อ แม่ คู่ครอง คู่ต่อสู้ ผู้ชม และเพื่อนร่วมทีม กลุ่มบุคคลเหล่านี้มีอิทธิพลต่อการสนับสนุน ช่วยเหลือทั้งทางกายและทางจิตใจของนักกีฬา ตลอดจนมีผลต่อการพัฒนาความสามารถทางกีฬาของนักกีฬาทั้งสิ้น (จรัสศักดิ์ คลังชำนาญ, 2547)

การพัฒนาความสามารถในการเล่นกีฬาให้ถึงขีดความสามารถสูงสุด (Peak Performance) ต้องให้ความสำคัญกับปัจจัยทั้งสามประการอย่างเหมาะสม แต่เท่าที่ผ่านมา โค้ชกับนักกีฬา มักจะให้ความสำคัญกับการฝึกซ้อมทางกาย โดยใช้เวลาเกือบร้อยเปอร์เซ็นต์ ส่วนสมรรถภาพและทักษะทางจิตนั้น ทั้งนักกีฬาและโค้ชต่างก็ยอมรับว่ามีความสำคัญยิ่งต่อการแข่งขัน เพราะสภาวะการแข่งขันนั้น ทักษะมีผลประมาณ 25% สมรรถภาพทางกายประมาณ 25% อีก 50% นั้น เป็นผลมาจากสมรรถภาพและทักษะทางจิตใจ แต่เมื่อถามว่าใช้เวลานานเท่าไรกับการฝึกทางจิต คำตอบคือไม่เคยเลยหรือน้อยมากและที่อันตรายคือ หลายคนเข้าใจผิดคิดว่าทักษะทางจิตเกิดขึ้นเองจากประสบการณ์การแข่งขัน ซึ่งเป็นไปได้เพราะมนุษย์มีการเรียนรู้ มีการปรับตัว แต่การเรียนทักษะทางจิตนั้นผิดหรือถูก ดีหรือไม่ดีควบคุมไม่ได้ การฝึกทางจิตใจ

จึงต้องมีการฝึกอย่างถูกต้องเป็นขั้นเป็นตอน เหมาะสมกับบุคคลหรือนักกีฬา หรือชนิดและประเภทกีฬานั้น ๆ เพราะกีฬาแต่ละชนิดจะใช้สมรรถภาพและทักษะทางจิตแตกต่างกัน จึงไม่สามารถสร้างสูตรสำเร็จในการพัฒนาทักษะทางจิต ให้กับนักกีฬาทุกคนทุกชนิดได้ แต่เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการแข่งขันโดยทั่วไป ควรจะทราบองค์ประกอบทางจิตและการฝึกปฏิบัติดังนี้

1. ตั้งจุดมุ่งหมายแล้วผูกมัดตนเองกับจุดมุ่งหมาย มีความมุ่งมั่นที่จะบรรลุตามจุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้
2. สร้างการรับรู้ตนเองว่ามีความสามารถ มีความภาคภูมิใจในการเป็นนักกีฬา และความสามารถทางด้านกีฬาที่มีอยู่
3. การฝึกปฏิบัติทางจิตวิทยา สมรรถภาพทางจิตไม่ได้มาจากความฉลาดหรือสมองหรือตรรกวิทยา แต่เป็นเรื่องของพลังความเชื่อ ความศรัทธา และความมุ่งมั่นในการฝึกอย่างมีจุดมุ่งหมาย เป้าหมายในการฝึกคือ 1) การรับรู้และระวังตนเอง (Awareness) 2) การสร้างวินัยทางใจ (Discipline of the mind)

การเป็นนักกีฬาชั้นยอดไม่ใช่เป็นแต่ร่างกาย ความสามารถในการเล่น แต่ต้องเป็นทั้งจิตใจ ความคิด ความภูมิใจ หักศนคติ การเป็นนักกีฬาที่ดี และที่สำคัญ คือ ความเป็นนักสู้ จิตใจ เข้มแข็ง รับรู้ และมองตนเองอย่างภาคภูมิใจ และมีความเชื่อมั่นที่จะฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อจุดมุ่งหมายของตนเองและทีม (ธวัช วีระศิริวัฒน์, 2538)

จากที่กล่าวมาจะเห็นว่า การเล่นหรือการแข่งขันกีฬาให้ประสบความสำเร็จ องค์ประกอบที่สำคัญ คือ สมรรถภาพและทักษะทางจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การแข่งขันกีฬาที่สำคัญระดับชาติ นานาชาติ หรือระดับโลก ยิ่งมีความจำเป็นต้องใช้สมรรถภาพทางจิตมากขึ้นเป็นลำดับ การแข่งขันระดับชาติที่คณะผู้วิจัยมีความสนใจเป็นอย่างมาก คือ กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ซึ่งจัดติดต่อกันมา 22 ครั้งแล้ว คือ

ครั้งที่ 1 จัดที่จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ 26 เมษายน – 2 พฤษภาคม 2528 มีการแข่งขันกีฬารวม 7 ชนิด และมีคณะนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,542 คน

ครั้งที่ 2 จัดที่จังหวัดนครศรีธรรมราช ระหว่างวันที่ 18 – 24 มิถุนายน 2529 มีการแข่งขันกีฬา 10 ชนิด และมีคณะนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,832 คน

ครั้งที่ 3 จัดที่จังหวัดสุรินทร์ ระหว่างวันที่ 19 - 25 มีนาคม 2530 มีการแข่งขัน 10 ชนิด และมีคณะนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,862 คน

ครั้งที่ 4 จัดที่จังหวัดเชียงราย ระหว่างวันที่ 6 – 12 พฤษภาคม 2521 มีการแข่งขันกีฬา 10 ชนิด และมีคณะนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,870 บาท

ครั้งที่ 5 จัดที่จังหวัดราชบุรี ระหว่างวันที่ 4 – 10 พฤษภาคม 2532 มีการแข่งขันกีฬา 11 ชนิด และมีคณะนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,944 คน

ครั้งที่ 6 จัดที่จังหวัดภูเก็ต ระหว่างวันที่ 25 – 31 มีนาคม 2533 มีการแข่งขันกีฬา 13 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,089 คน

ครั้งที่ 7 จัดที่จังหวัดตรัง ระหว่างวันที่ 18 – 27 มกราคม 2534 มีการแข่งขันกีฬา 13 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,241 คน

ครั้งที่ 8 จัดที่จังหวัดศรีสะเกษ ระหว่างวันที่ 26 มีนาคม – 1 เมษายน 2535 มีการแข่งขันกีฬา 13 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,333 คน

ครั้งที่ 9 จัดที่จังหวัดจันทบุรี ระหว่างวันที่ 22 – 29 มีนาคม 2536 มีการแข่งขันกีฬา 13 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,376 คน

ครั้งที่ 10 จัดที่จังหวัดพิษณุโลก ระหว่างวันที่ 21 – 28 มีนาคม 2537 มีการแข่งขันกีฬา 13 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,341 คน

ครั้งที่ 11 จัดที่จังหวัดสงขลา ระหว่างวันที่ 21 – 28 มีนาคม 2538 มีการแข่งขันกีฬา 14 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,623 คน

ครั้งที่ 12 จัดที่จังหวัดกำแพงเพชร ระหว่างวันที่ 19 – 26 พฤษภาคม 2539 มีการแข่งขันกีฬา 14 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,691 คน

ครั้งที่ 13 จัดที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี ระหว่างวันที่ 8 – 15 มิถุนายน 2540 มีการแข่งขันกีฬา 15 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,848 คน

ครั้งที่ 14 จัดที่จังหวัดอุดรธานี ระหว่างวันที่ 19 – 26 มีนาคม 2541 มีการแข่งขันกีฬา 17 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 3,083 คน

ครั้งที่ 15 จัดที่จังหวัดยะลา ระหว่างวันที่ 19 – 25 มิถุนายน 2542 มีการแข่งขันกีฬา 17 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 3,120 คน

ครั้งที่ 16 จัดที่จังหวัดสุรินทร์ ระหว่างวันที่ 19 – 26 มีนาคม 2543 มีการแข่งขันกีฬา 18 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 3,568 คน

ครั้งที่ 17 จัดที่จังหวัดแพร่ ระหว่างวันที่ 24 – 31 มีนาคม 2544 มีการแข่งขันกีฬา 18 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 3,716 คน

ครั้งที่ 18 จัดที่จังหวัดพังงา ระหว่างวันที่ 24 – 31 มีนาคม 2545 มีการแข่งขันกีฬา 19 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 4,084 คน

ครั้งที่ 19 จัดที่จังหวัดเพชรบุรี ระหว่างวันที่ 19 – 29 มีนาคม 2546 มีการแข่งขันกีฬา 24 ชนิด เปลี่ยนการแข่งขันจากการแบ่งเป็นเขต มาเป็นการแบ่งเป็นภาค มีทั้งหมด 5 ภาค คณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน จำนวน 5,576 คน

ครั้งที่ 20 จัดที่จังหวัดสุโขทัย ระหว่างวันที่ 20 – 31 มีนาคม 2547 มีการแข่งขันกีฬา 24 ชนิด และมีคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 7,000 คน

ครั้งที่ 21 จัดที่จังหวัดชัยภูมิ ระหว่างวันที่ 20 - 31 มีนาคม 2548 มีการแข่งขันกีฬา 27 ชนิด และมีคณะนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 7,810 คน

ครั้งที่ 22 ซึ่งเป็นครั้งล่าสุดจัดที่จังหวัดลำปาง ชื่อว่า นครลำปางเกมส์ ระหว่างวันที่ 20 - 31 มีนาคม 2549 มีการแข่งขันกีฬา 27 ชนิด และมีคณะนักกีฬาและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 8,000 คน หลังจากนั้นจะจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ระหว่างวันที่ 20 - 31 มีนาคม 2550 ณ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

คณะผู้วิจัยมีความสนใจในกีฬาเยาวชนแห่งชาติเป็นอย่างมาก เพราะนักกีฬาเยาวชนเหล่านี้เป็นฐานรากของการพัฒนากีฬาชาติ สามารถที่จะเพิ่มขีดความสามารถได้ทั้งทางด้านทักษะ สมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิต จนได้รับการคัดเลือกเป็นนักกีฬาทีมชาติไทย ไปแข่งขันในระดับนานาชาติระดับโลก และเป็นนักกีฬาอาชีพได้ กีฬาชนิดหนึ่งที่จัดให้มีการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติมาตลอด ตั้งแต่ครั้งที่ 1 จนถึงปัจจุบัน โดยไม่มีเว้นแม้แต่ครั้งเดียว คือ กีฬาเซปักตะกร้อ เพราะเป็นที่นิยมเล่นและนิยมดูทุกภูมิภาคของประเทศไทย กีฬาเซปักตะกร้อมีทั้งทีมเดี่ยวและทีมชุด ในขณะที่แข่งขันจะมีผู้เล่นเพียง 3 คนในแต่ละทีม โดยเล่นอยู่บนสนามที่มีความกว้างเพียง 6 เมตร เล็กกว่าสนามวอลเลย์บอล และสนามเทนนิส เล่นได้ทั้งในร่มและกลางแจ้ง สนามมีหลายพื้นผิว ห่างจากสนามไป 3 เมตรจะมีโค้ช ผู้จัดการทีมและนักกีฬาสำรอง และในบางครั้ง อาจจะมีผู้ชมอยู่รอบ ๆ สนาม สามารถใช้เสียงในการเล่นได้ตลอดเวลา อวัยวะที่ใช้ในการเล่นมีทั้งศีรษะ ไหล่ หน้าอก เข่า หลังเท้า ข้างเท้าด้านใน และด้านนอก เป็นต้น ทักษะและเทคนิคการเล่นมีลีลาสวยงาม มีทั้งช้าและเร็ว เบาและแรง นิ่มนวลและดุตัน เป็นอันตรายได้กับผู้เล่นทั้งสองฝ่าย ผู้ตัดสิน จะอยู่ใกล้ผู้เล่น คอยจับตาดูอยู่ตลอดเวลา ลูกตะกร้อแข็งนิ่มไม่เท่ากัน ระบบการนับคะแนนสามารถแพ้ได้ทุกเมื่อแม้จะนำอยู่ แต่ละแต้มมีช่วงเวลาเพียงเสี้ยววินาทีในการตัดสินใจ การเล่นจะเก่งคนเดียวไม่ได้ จะต้องมีระบบทีมเวิร์คที่ดี มีการช่วยอุดหนุนจากฝ่ายตรงข้ามด้วยสายตา กริยาท่าทางมีการแข่งขันแบบแพ้คัดออก ซึ่งพลาดไม่ได้แม้แต่ครั้งเดียว ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้จะเป็นแรงกดดันต่อภาวะจิตใจของนักกีฬาเซปักตะกร้อเป็นอย่างมาก ทำให้นักกีฬาหลายต่อหลายคน แม้จะมีทักษะความสามารถและพรสวรรค์เพียงใดก็ตาม หากขาดซึ่งความเข้มแข็งทางจิตใจแล้วละก็ยากที่จะทนแรงกดดันได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

กรมสุขภาพจิต (2545) ได้วิจัยการพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12-60 ปี พบว่า แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 52 ข้อ จำแนกออกเป็นความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข และมีค่าอำนาจจำแนกสามารถแยกผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำออกจากผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงได้ทั้งข้อทดสอบรายด้าน คือ ดี เก่ง สุข และคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม แบบประเมินนี้มีค่าความ

เที่ยงแบบ Alpha ในด้านดี เก่ง สุข และภาพรวม คือ .75, .76, .81 และ .85 ตามลำดับ และค่าความเที่ยงแบบครึ่งในด้านดี เก่ง สุข และภาพรวม คือ .83, .86, .71 และ .84 ตามลำดับ

เววดี ฎุทอง (2544) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนกัลยาณวัตร จังหวัดขอนแก่น

ผลการวิจัย พบว่า

- 1) ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างดี
- 2) ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน มีความสัมพันธ์กัน

ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = 0.094$)

3) ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์สามารถพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ 1 ความสามารถ คือ ความสามารถในการตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง ทำนายได้ ร้อยละ 5.6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชนมน สุขวงศ์ (2543) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเลี้ยงดูกับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้น

ผลการวิจัยพบว่า

1) การเลี้ยงดูแบบให้ความรักมีความสัมพันธ์กับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2) การเลี้ยงดูแบบคาดหวังเอาากับเด็กมีความสัมพันธ์กับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3) การเลี้ยงดูแบบลงโทษ แบบแสดงความเป็นเจ้าของมากเกินไป แบบยอมบุตรแบบปล่อยปละเลย ไม่มีความสัมพันธ์กับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์

ธีระชน พลโยธา (2545) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ผลการวิจัย พบว่า

1) ปัจจัยทางสถานการณ์มีความเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ดังนี้

(1) ในกลุ่มตัวอย่างรวมและทุกกลุ่มตัวอย่างย่อยที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้เหตุผลสูง มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้เหตุผลต่ำ

(2) ในกลุ่มตัวอย่างรวมและกลุ่มเพศหญิงที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนสูง ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบสนับสนุนต่ำ

(3) ในกลุ่มนักเรียนที่มีผลการเรียนสูงมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการส่งเสริมจากสภาพแวดล้อมในโรงเรียนต่ำ

2) ปัจจัยทางจิตลักษณะตามลักษณะตามสถานการณ์ มีความเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์สูงของนักเรียนดังนี้

(1) ในกลุ่มตัวอย่างรวมและทุกกลุ่มตัวอย่างย่อย ที่มีเจตคติต่อการคบเพื่อนสูง มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่มีเจตคติต่อการคบเพื่อนต่ำ

(2) ในกลุ่มนักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนสูง หรือมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองที่มีเจตคติต่อการคบเพื่อนสูงมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่มีเจตคติต่อการคบเพื่อนต่ำ

3) ปัจจัยทางจิตลักษณะเดิม มีความเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนดังนี้

(1) ในกลุ่มตัวอย่างรวมและทุกกลุ่มตัวอย่างย่อยที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

(2) ในกลุ่มตัวอย่างรวมและทุกกลุ่มตัวอย่างย่อย ยกเว้น กลุ่มนักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำที่มีเหตุผลเชิงจริยธรรมสูงมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองต่ำ

(3) ในกลุ่มตัวอย่างรวมและกลุ่มเพศหญิงลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูง มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองต่ำ

(4) ในกลุ่มนักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนสูง หรือมีเจตคติต่อการคบเพื่อนสูง ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองต่ำ

ภูฟ้า เสวกพันธ์ (2544) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการพัฒนาเชาวน์อารมณ์ของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย

ผลการวิจัยพบว่า

1) กลุ่มทดลองที่ 1 (โปรแกรมนันทนาการการละครและค่ายพักแรม) และกลุ่มทดลองที่ 2 (โปรแกรมนันทนาการ การกีฬาและเกม) โดยกลุ่มทดลองที่ 1 มีการพัฒนาการคะแนนเฉลี่ยของเชาวน์อารมณ์ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้ง 8 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ด้านเห็นใจผู้อื่น ด้านรับผิดชอบ ด้านมีแรงจูงใจ ด้านตัดสินใจ และแก้ปัญหา ด้านสัมพันธ์ภาพ ด้านภูมิใจตนเอง และด้านพอใจชีวิต

2) กลุ่มทดลองที่ 2 (โปรแกรมนันทนาการ การกีฬา และเกม) พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยเชาวน์อารมณ์ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับที่ .05 ทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ด้านเห็นใจผู้อื่น ด้านมีแรงจูงใจ ด้านตัดสินใจและแก้ปัญหา ด้านสัมพันธ์ภาพ ส่วนอีก 4 ด้าน ได้แก่ ด้านรับผิดชอบ ด้านภูมิใจตนเอง ด้านพอใจชีวิต ด้านสุขสงบทางใจ ไม่มีความแตกต่าง

บุญสม น่วมคำนึ่ง (2546) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ระหว่าง นักกีฬาประเภททีมและนักกีฬาประเภทเดี่ยว โดยแบ่งเป็นประเภทเดี่ยวจำนวน 42 คน และประเภททีม 42 คน ทำการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้านหลัก โดยแบ่งออกเป็น 9 ด้านย่อย ในด้านดี ประกอบด้วย การควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น และความรับผิดชอบ ในด้านเก่งประกอบด้วย การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจแก้ปัญหา และการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น ในด้านสุขประกอบด้วย ความภูมิใจในตนเอง ความพอใจในชีวิต และความสนุกสนานทางใจ

ผลการศึกษา พบว่า นักกีฬาประเภททีมมีความฉลาดทางอารมณ์มากกว่านักกีฬาประเภทเดี่ยว ยกเว้นด้านสัมพันธภาพ

จิรศักดิ์ คลังชำนาญ (2547) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับ ผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเทนนิสเยาวชนภาคอีสานมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ อยู่ในเกณฑ์ปกติ

2. ความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม และความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสานประเภทหญิงอายุ 15-16 ปีกับผลสัมฤทธิ์ทางกีฬามีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ($r = 0.638, 0.715$) ส่วนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี และด้านสุข กับผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาไม่มีความสัมพันธ์กัน และความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสานประเภทชาย อายุ 15-16 ปีกับผลสัมฤทธิ์ทางกีฬามีความสัมพันธ์ทางลบกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.323$) ส่วนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข ไม่มีความสัมพันธ์กัน

ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสานประเภทชายและหญิง อายุ 12-14 ปี กับผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาไม่มีความสัมพันธ์กัน

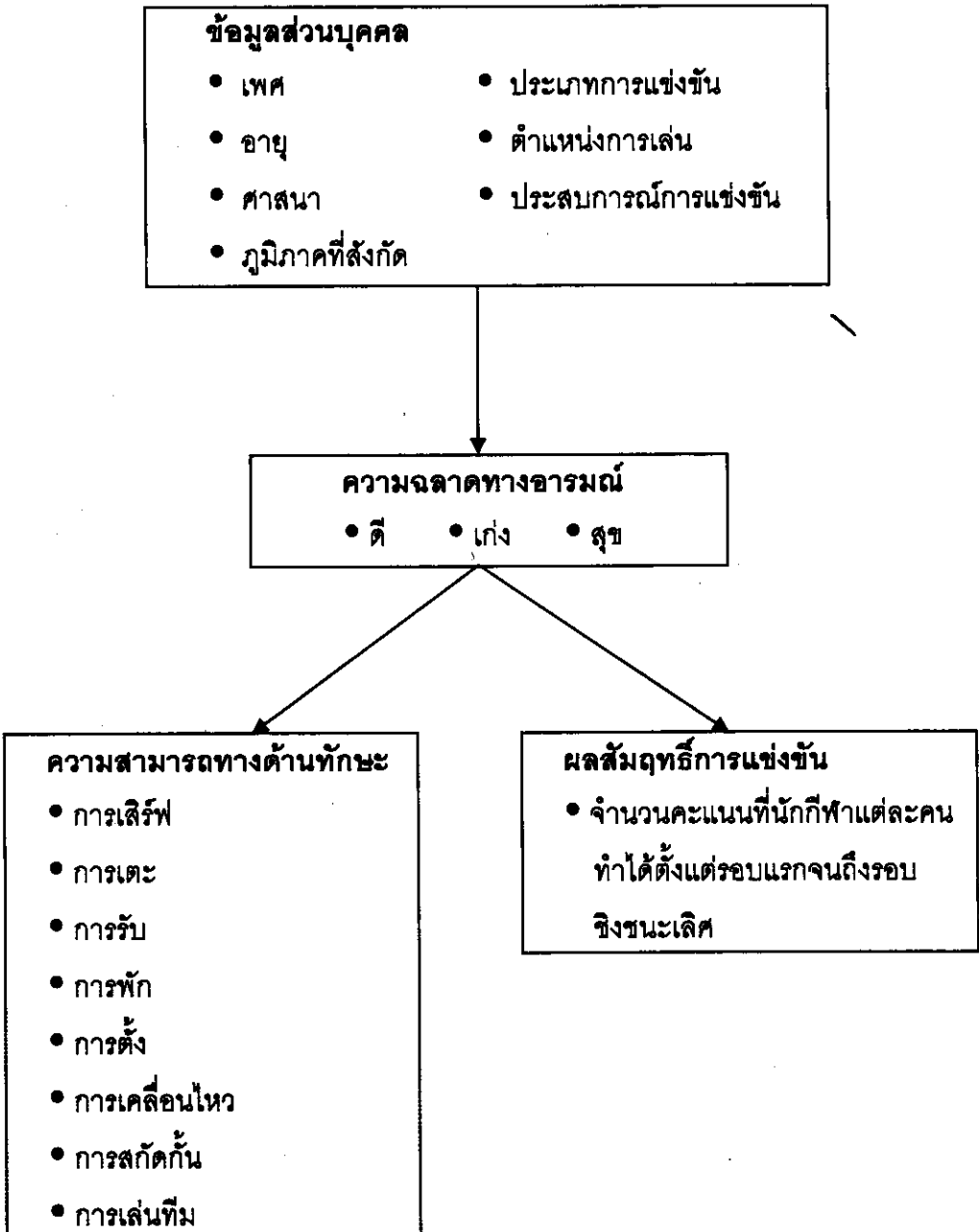
3. ความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสาน ประเภทหญิงอายุ 15-16 ปี ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาสูงกับนักเทนนิสที่มีผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาดำ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, .01 และ .05 ตามลำดับ ส่วนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีไม่แตกต่างกัน และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสานประเภทชายอายุ 12 ปี ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาสูงกับนักเทนนิสที่มีผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาดำ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีและความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งไม่แตกต่างกัน

ความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสาน ประเภทหญิง อายุ 12 ปี

ประเภทชายและหญิง อายุ 13-14 ปี และประเภทชาย อายุ 15-16 ปี ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาสูงกับผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาต่ำไม่แตกต่างกัน

กรอบแนวคิดของการวิจัย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถสร้างเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสามารถทางด้านทักษะและผลสัมฤทธิ์การแข่งขันของนักกีฬาเซปักตะกร้อในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ได้ดังนี้



สมมติฐานของการวิจัย

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า ผู้ที่เป็นนักกีฬาจะต้องผ่านการฝึกซ้อมเป็นเวลายาวนาน ผ่านการเผชิญกับเกมการแข่งขันที่มีแรงกดดันต่อสภาพจิตใจมาหลาย ๆ ระดับ ตั้งแต่ระดับตำบล ระดับหมู่บ้าน ระดับอำเภอ ระดับจังหวัด ระดับภูมิภาค และระดับชาติ ทำให้นักกีฬาเหล่านั้นมีความอดทน อดกลั้น มีระเบียบวินัย มีน้ำใจ รู้จักการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเองและเพื่อนร่วมทีม สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้มองโลกในแง่ดี มีสัมพันธภาพที่ดีต่อเพื่อนร่วมทีมและคู่แข่งชั้น ปัจจัยเหล่านี้หลอมรวมให้นักกีฬามีความฉลาดทางอารมณ์ทั้งในด้านดี ด้านเก่งและด้านสูง อยู่ในเกณฑ์ปกติหรือสูงกว่าปกติในบางด้าน เช่น ด้านเก่ง เป็นต้น นอกจากนี้ การพัฒนาความสามารถของนักกีฬา ให้สามารถแสดงออกซึ่งทักษะที่มีอยู่จริงได้สูงสุดจะต้องให้ความสำคัญในการฝึกทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจควบคู่กัน ดังผลการวิจัยของจิรศักดิ์ คลังชำนาญ (2547) ที่พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมและความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งของนักเทนนิสเยาวชนภาคอีสานประเภทหญิงอายุ 15-16 ปี กับผลสัมฤทธิ์ทางกีฬา มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 นั้นแสดงให้เห็นว่า นักกีฬาได้รับการฝึกซ้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจในลักษณะที่สมดุลกันและอยู่ในสภาวะสิ่งแวดล้อมที่ใกล้เคียงกัน จึงทำให้ความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางกีฬาเป็นไปในทิศทางเดียวกัน จากการสรุปประเด็นต่าง ๆ ที่กล่าวมาผู้วิจัยจึงขอตั้งสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

1. ความฉลาดทางอารมณ์ของนักกีฬาเซปักตะกร้อในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 อยู่ในเกณฑ์ปกติ
2. ความฉลาดทางอารมณ์ของนักกีฬาเซปักตะกร้อในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 มีความสัมพันธ์กับความสามารถทางด้านทักษะ และผลสัมฤทธิ์การแข่งขัน
3. ความสามารถทางด้านทักษะของนักกีฬาเซปักตะกร้อในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์การแข่งขัน
4. นักกีฬาเซปักตะกร้อเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 ที่มีเพศ ภูมิภาคที่สังกัด ประเภทการแข่งขัน และตำแหน่งการเล่นต่างกัน มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน