

ผลของการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และ
พฤติกรรมต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

The Effects of Rational Emotive Behavior Group Counseling on
Enhancement of Emotional Quotient of Prathomsuksa 6 Students

วริษฐา คมขำ¹, มฤษฎ์ แก้วจินดา²

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อพัฒนาโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน 2) เพื่อศึกษาผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2556 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 11 คน ซึ่งมีผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าช่วงคะแนนปกติ เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ 1) โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อนำมาพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ 2) แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียน 3) แบบบันทึกของผู้นำกลุ่มให้การปรึกษา และ 4) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับเด็กอายุ 12 - 17 ปี ของกรมสุขภาพจิต (2546) การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานใช้ Sign Test ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมตามทฤษฎีตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มีผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น และ 2) นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีความพึงพอใจ และมีความสุขในชีวิตมากขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ

คำสำคัญ : การปรึกษาแบบกลุ่ม, ความฉลาดทางอารมณ์, ทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

Abstract

This research has two objectives; 1) to develop a group counseling program based on REBT to enhance EQ in students, 2) to investigate EQ scores before and after attending the REBT group counseling of Prathom Suksa 6th students in Summer 2014. The samples of this study were 11 students whom gained EQ score lower than normal range. The instruments of this study were 1) the group counseling program based on REBT to enhance EQ, 2) a record form for student

¹นักศึกษา ปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน, e-mail: warittha.km@hotmail.com

²อาจารย์ประจำสาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน,
e-mail: vipavee@yahoo.com



3) a record by the group facilitator, and 4) the EQ test for children age 12 -17 years old from the Mental Health Department (2003). The data analysis to test the hypothesis was utilized by Sign Test. The results of this study found that 1) Students who attended the REBT group counseling to enhance EQ ability gained more EQ scores and 2) They tended to be more appreciate and happier in their life than prior attending the group counseling.

Keywords : group counseling, emotional quotient, rational emotive behavior theory

บทนำ

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2554) ได้รวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ครอบครัว ในหัวข้อความเสื่อมโทรมของสถาบันครอบครัว มีข้อสรุปส่วนหนึ่งในการประชุมคณะรัฐมนตรีกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เมื่อวันที่ 26 เมษายน 2554 ว่าสภาพเศรษฐกิจและสังคมปัจจุบัน ผู้ปกครองต้องเผชิญกับภาวะการแข่งขันกับเวลา และให้ความสำคัญกับเวลาในการทำงานมากกว่าการให้เวลากับครอบครัว ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีแนวโน้มในการแสวงหาสถานที่รับฝากบุตรหลานเพื่อผู้ปกครองจะได้ทำงานได้อย่างเต็มที่ ดังนั้นเด็ก ๆ จึงมีแนวโน้มที่จะรับการดูแลที่สถานรับเลี้ยงเด็กตั้งแต่ก่อนวัยเรียน หลายครอบครัวอาจมีญาติผู้ใหญ่ช่วยเลี้ยงดู หลายครั้งการเลี้ยงดูในสถานรับเลี้ยง หรือญาติอาจปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพัง หรืออยู่กับโทรทัศน์ หรืออุปกรณ์สื่อสาร ทำให้เด็กขาดความรัก ความอบอุ่น ขาดที่พึ่งทางจิตใจ (แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ, 2554; สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2545) (สุรงค์ ไควตระกุล, 2554) ให้ข้อสังเกตเรื่องความเหินห่างของสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ปกครองและบุตรหลาน ว่าการปล่อยเด็กให้อยู่ห่างจากผู้ปกครองตั้งแต่เล็ก อาจก่อให้เกิดภาวะความเครียด วิตกกังวล ทั้งนี้เด็กและเยาวชนที่ได้รับความเอาใจใส่ ได้รับความอบอุ่น และการเลี้ยงดูที่ดีจะมีพัฒนาการทางอารมณ์ดีตามไปด้วย

จากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 และ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 หมวด 4 เรื่อง แนวการจัดการศึกษา มาตรา 22 หน้าที่ 7 บรรทัดที่ 4 ระบุว่า “การจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ” และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎีกาฯ ได้ประกาศใช้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555 - 2559) ว่าด้วยเรื่อง การเตรียมความพร้อมคน สังคม และระบบเศรษฐกิจของประเทศ ให้สามารถปรับตัวรองรับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม ตรงตามยุทธศาสตร์การพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน และแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ

ฉบับปรับปรุง (พ.ศ. 2552 - 2559) มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ความสามารถอย่างเต็มตามศักยภาพ และเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และสามารถดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จากแผนพัฒนาดังกล่าวจะเห็นได้ว่าการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เป็นเรื่องสำคัญและเร่งด่วนในการพัฒนาประเทศ

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีความรู้ความสามารถอย่างเต็มตามศักยภาพตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฯ และแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติฯ มีความท้าทายเนื่องด้วยสภาพสังคมปัจจุบันข้อมูลข่าวสารถูกเผยแพร่อย่างรวดเร็วโดยเทคโนโลยีที่ทันสมัย นักเรียนสามารถเข้าถึงข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ได้ แต่อีกด้านหนึ่งการรับข้อมูลข่าวสารของนักเรียนที่ไม่มีผู้ใหญ่คอยดูแลก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา ทั้งนี้ข้อมูลข่าวสารที่เผยแพร่มาพร้อมกับเทคโนโลยีที่ทันสมัยมีแนวโน้มเข้ามาครอบครองพื้นที่ชีวิต และมีบทบาทต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของนักเรียนมากขึ้น (Child Watch, 2552; สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2554)

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2555) รวบรวมข้อมูลจากปี 2548 - 2554 พบว่า การใช้สื่อเทคโนโลยีสารสนเทศและสื่อในครัวเรือนมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นดังข้อมูลสถิติว่า คอมพิวเตอร์จากร้อยละ 24.5 (14.5 ล้านคน) เพิ่มเป็นร้อยละ 32.0 (19.9 ล้านคน) อินเทอร์เน็ตจากร้อยละ 12.0 (7.1 ล้านคน) เพิ่มเป็นร้อยละ 32.0 (19.9 ล้านคน) โทรศัพท์มือถือจากร้อยละ 36.7 (21.7 ล้านคน) เพิ่มเป็นร้อยละ 66.4 (41.4 ล้านคน) และยังพบอีกว่าช่วงอายุที่มีการใช้สื่อเทคโนโลยีสารสนเทศและสื่อในครัวเรือนมากที่สุดเป็นอันดับแรก คือ เด็กและเยาวชนในช่วงอายุ 15 - 24 ปี และรองลงมาคือช่วงอายุ 6 - 14 ปี ซึ่งอยู่ในช่วงวัยของการศึกษาเล่าเรียน แม้ว่าข้อมูลข่าวสารที่เผยแพร่โดยสื่อและเทคโนโลยีในปัจจุบันจะมีประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของนักเรียน แต่สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดปัญหาพฤติกรรมของนักเรียน ได้แก่ การขาดความอดทนรอคอย เฉื่อยชาและเบื่อหน่ายต่อการเรียนในห้องเรียน (วันเพ็ญ บุญประกอบ, 2555) บางครอบครัวเน้นพัฒนาด้านสติปัญญา คือความเก่งจนละเลยหรือไม่ได้รับการสนับสนุนด้านความดีและความสุข เด็กกลุ่มนี้ต้องเผชิญกับภาวะความเครียด ความกดดัน และการแข่งขัน (อัมพร เบญจพลพิทักษ์, 2556) ความสำเร็จในด้านต่าง ๆ นั้นเป็นผลมาจากความฉลาดทางอารมณ์ถึง 80% และอีก 20 % เป็นผลมาจากความฉลาดทางเชาวน์ปัญญาเท่านั้น การพัฒนามนุษย์จึงควรพัฒนาทุกด้าน โดยเฉพาะด้านความฉลาดทางอารมณ์ที่เป็นการพัฒนาแบบองค์รวม เก่ง ดี มีสุข (กรมสุขภาพจิต, 2550)

โครงการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เด็กและเยาวชนตั้งแต่ปี 2545 - 2554 มีการสำรวจติดตามสถานการณ์ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน อายุ 6 - 11 ปี ระดับประเทศ ครั้งที่ 2 จากกลุ่มตัวอย่าง คือ กรุงเทพมหานคร ปทุมธานี ระยอง สมุทรสาคร อุตรดิตถ์ นครสวรรค์ นครราชสีมา ร้อยเอ็ด กระบี่ ปัตตานี ใช้แบบทดสอบวัดความฉลาดทางอารมณ์ฉบับกรมสุขภาพจิต ฉบับเด็ก อายุ 6 - 11 ปี ครูและพ่อแม่ผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน เปรียบเทียบระยะ 3 ปี พบว่าผลคะแนนไอคิวที่ต่ำเกณฑ์ปกติแล้วยังลดลงทุก ๆ ปี ดังนี้ ปี 2545 ที่ 186.42 ปี 2550 ที่ 179.58



และปี 2554 มีค่าต่ำสุด ที่ 169.72 และผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ที่ลดต่ำลงหมายถึงคะแนนในแต่ละด้านที่ลดต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานจำแนกได้ดังนี้ ด้านการปรับตัวต่อปัญหา ด้านการควบคุมอารมณ์ ด้านการยอมรับถูกผิด ด้านความพอใจในตนเอง ด้านความใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น ด้านการรู้จักปรับใจ และที่เป็นจุดอ่อนมาก คือ ด้านความมุ่งมั่นพยายาม รองลงมา คือ ด้านความกล้าแสดงออก ด้านความริ้นแรงเบิกบาน คะแนนที่คือภาวะความฉลาดทางอารมณ์ที่ลดต่ำ (พรณพิมล วิปุลากร, 2555) จากข้อมูลทางสถิติข้างต้น การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นเรื่องสำคัญเพราะความฉลาดทางอารมณ์ คือ การพัฒนากระบวนการคิดที่มีเหตุผลมีระบบในเชิงสร้างสรรค์ต่อตนเองและสังคม การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมเป็นแรงกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ที่มีคุณภาพตรงตามพัฒนาการของ Erikson (1902 - 1994 ของช่วงวัย 6 - 12 ปี และ 12 - 18 ปี (ช่วงคาบเกี่ยวของชั้นประถมศึกษาปีที่ 6) และการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในช่วงวัยนี้ยังสอดคล้องกับขั้นพัฒนาการที่ว่าด้วยความต้องการทำกิจกรรมความเข้าใจตนเองหรือความรู้สึกสับสนอีกด้วย (กร ศิริโชควัฒนา, 2555; พรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2553; สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2554)

จากประเด็นที่กล่าวมาครู อาจารย์ ผู้สอนควรรู้เท่าทันสถานการณ์ปัจจุบันที่มีบทบาทต่อการดำรงชีวิตของเด็กไทย การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยให้นักเรียนสามารถเผชิญกับสถานการณ์ได้อย่างถูกต้องและมีเหตุผล การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ก่อให้เกิดแรงจูงใจที่เป็นแรงขับจากภายในและภายนอก เพื่อแสดงพฤติกรรมเป้าหมายที่สนองความต้องการก่อให้เกิดความขยันหมั่นเพียรมุ่งมั่นตั้งใจได้ในเรื่องที่ปรารถนา กระบวนการจัดการเรียนการสอนในสถานศึกษาจึงจำเป็นต้องพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ควบคู่การเรียนรู้ (ก้องแก้ว เจริญอักษร, 2545; อุมพร ตรังคสมบัติ, 2544; มาลี จุฑา, 2544; กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์, 2552; นพมาศ อึ้งพระ, 2546 และ สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2554) สมอง อารมณ์ ความรู้สึกเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ สมองและจิตใจทำงานร่วมกันเกื้อกูลซึ่งกันและกัน สมองสร้างความก้าวหน้า ส่วนจิตใจและอารมณ์นั้นสร้างน้ำหล่อเลี้ยงให้ชีวิตเพื่อให้เกิดสมดุล (แสงอุษา โลจนานนท์ และ กฤษณ์ รุยาพร, 2543) ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยการเปลี่ยนความคิดความเชื่อ ให้คิดอย่างมีเหตุผล ความเชื่อในเชิงสร้างสรรค์ ความเชื่อทางบวกเป็นการแก้ปัญหาจากต้นเหตุ โดยการใช้กระบวนการที่เป็นธรรมชาติของมนุษย์ การปรึกษาแบบกลุ่มที่สมาชิกทุกคน เป็นที่ส่วนหนึ่งของกันและกัน ช่วยเหลือดูแลซึ่งกันและกัน บนพื้นฐานความแตกต่างระหว่างบุคคล การที่มีกลุ่มเพื่อนที่เผชิญปัญหาคล้ายกันนั้นจะสามารถสร้างแรงจูงใจในการเรียนให้นักเรียนไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ย่อท้อหรือเผชิญปัญหาเพียงลำพัง ความรู้สึกอบอุ่นใจ ส่งผลให้นักเรียนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพเกิดความฉลาดทางอารมณ์ในการเรียนและด้านอื่น ๆ ควบคู่ด้วย

จากสถานการณ์ดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสร้างโปรแกรมเพื่อดูแลช่วยเหลือนักเรียนในเรื่องการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ด้วยการปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) ตามทฤษฎี

เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy, REBT) ให้แก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยที่มีความเสี่ยง และความเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
2. เพื่อศึกษาผลของค่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งหมดของโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง ในเขตจังหวัดฉะเชิงเทรา ในภาคฤดูร้อน ประจำปีการศึกษา 2556 จำนวน 112 คน

กลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 11 คน ที่คัดเลือกจากกลุ่มประชากรจากการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กอายุ 12 - 17 ปี ใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คัดเลือกนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนที่ได้คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ และนักเรียนมีความสนใจ รวมถึงผู้ปกครองยินยอมให้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่ม

ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรมต่อความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อพัฒนาโปรแกรมฯ ให้มีประสิทธิภาพ และเหมาะสมต่อการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง ในเขตจังหวัดฉะเชิงเทรา ในภาคฤดูร้อน ประจำปีการศึกษา 2556

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการวิเคราะห์ข้อมูล ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยแบ่งเครื่องมือออกเป็น 2 ประเภท คือ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และ 2) เครื่องมือในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 10 ครั้งๆ ละ 60 นาทีสัปดาห์ละ 2 ครั้ง (1, 4, 8, 11, 15, 18, 22, 25, 29 เมษายน และ 2 พฤษภาคม พ.ศ. 2557)

คุณสมบัติของผู้นำกลุ่ม 1) เป็นผู้ที่กำลังศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา 2) ได้รับการฝึกฝนการเป็นผู้ดำเนินการกลุ่มให้การปรึกษาจากการเรียนรายวิชาจิตวิทยาการปรึกษาแบบกลุ่มมาแล้ว และ 3) มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

1. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับเด็กอายุ 12 - 17 ปี มี 52 ข้อคำถามแต่ละคำถามมี 4 ตัวเลือกตอบตัวเลือกในแต่ละข้อแบ่งออกเป็น 4 คำตอบ คือ 1) ไม่จริง 2) จริงบางครั้ง 3) ค่อนข้างจริง และ 4) จริงมากแบ่งการให้คะแนนเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้กลุ่มที่ 1 มี 28 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 1, 4, 6, 7, 10, 12, 14, 15, 17, 20, 22, 23, 25, 28, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 48, 49 และ 50 เกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ (ไม่จริง = 1 คะแนนจริงบางครั้ง = 2 คะแนนค่อนข้างจริง = 3 คะแนน และจริงมาก = 4 คะแนน) และกลุ่มที่ 2 มี 24 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 2, 3, 5, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21, 24, 26, 27, 29, 30, 33, 35, 37, 40, 45, 47, 51 และ 52 เกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ (ไม่จริง = 4 คะแนนจริงบางครั้ง = 3 คะแนนค่อนข้างจริง = 2 คะแนนและจริงมาก = 1 คะแนน)

การแปลผลรวมผลของคะแนนที่ได้จากแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์วิเคราะห์ ดังนี้ 1) ภาพรวมของความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าคะแนนในเกณฑ์ปกติอยู่ระหว่าง 140 - 170 คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 140 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติ อยู่ที่คะแนนสูงกว่า 170 ขึ้นไป 2) ความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้านใหญ่ ได้แก่ ด้านดี มีค่าคะแนนในเกณฑ์ปกติอยู่ระหว่าง 48 - 58 คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 48 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 58 ขึ้นไป ด้านเก่ง มีค่าคะแนนในเกณฑ์ปกติอยู่ระหว่าง 45 - 57 คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 45 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 57 ขึ้นไปด้านสุข มีค่าคะแนนในเกณฑ์ปกติอยู่ระหว่าง 40 - 55 คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 40 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่ค่าคะแนนสูงกว่า 55 ขึ้นไป 3) ความฉลาดทางอารมณ์ในประเด็นย่อยตามด้านต่าง ๆ ดังนี้ 3.1) ด้านดี 3.1.1) การควบคุมตนเองอยู่ในหัวข้อที่ 1 - 6 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 13 - 17 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ อยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 13 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 17 ขึ้นไป) 3.1.2) การเห็นใจผู้อื่นอยู่ในหัวข้อที่ 7 - 12 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 16 - 20 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ อยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 16 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 20 ขึ้นไป) 3.1.3) ความรับผิดชอบอยู่ในหัวข้อที่ 13 - 18 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 16 - 22 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 16 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 22 ขึ้นไป) 3.2) ด้านเก่ง แบ่งออกเป็น 3 ด้านย่อย ดังนี้ 3.2.1) แรงจูงใจอยู่ในหัวข้อที่ 19 - 24 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 15 - 20 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ อยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 15 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 20 ขึ้นไป) 3.2.2) การตัดสินใจ และการแก้ปัญหาอยู่ในหัวข้อที่ 25 - 30 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 14 - 19 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 14 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 19 ขึ้นไป) 3.2.3) สัมพันธภาพอยู่ในหัวข้อที่ 31 - 36 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 15 - 20 คะแนน

(คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 15 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 20 ขึ้นไป) และ 3.3) ด้านสุข แบ่งออกเป็น 3 ด้านย่อย ดังนี้ 3.3.1) ความภูมิใจในตนเอง อยู่ในหัวข้อที่ 37 - 40 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 9 - 13 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 9 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 13 ขึ้นไป) 3.3.2) ความพอใจชีวิตอยู่ในหัวข้อที่ 41 - 46 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 16 - 22 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 16 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 22 ขึ้นไป) 3.3.3) ความสุขสงบทางใจอยู่ในหัวข้อที่ 47 - 52 ช่วงคะแนนปกติอยู่ระหว่าง 15 - 21 คะแนน (คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนต่ำกว่า 15 ลงไป และคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ปกติอยู่ที่คะแนนสูงกว่า 21 ขึ้นไป) (กรมสุขภาพจิต, 2546)

2. แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียน คือ แบบบันทึกประสบการณ์การเรียนรู้ กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมการให้การศึกษา เป็นแบบบันทึกเพื่อให้ นักเรียนได้รู้จักตนเอง ประเมินสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ ได้แบ่งปันประสบการณ์ช่วยเหลือซึ่งกันและกันกับเพื่อน สมาชิกในกลุ่ม กล่าวแสดงออก กล่าวพูดและมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น พร้อมทั้งจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกิดจากความเชื่อผิดๆ และให้ตระหนักถึงสิ่งที่ได้รับในการเข้าโปรแกรมแต่ละครั้ง

3. แบบบันทึกของผู้นำกลุ่มให้การศึกษา เพื่อให้ผู้นำกลุ่มให้ศึกษามีความรู้ความเข้าใจถึงสถานการณ์ของปัญหาที่สมาชิกเผชิญอยู่ โดยเป็นผู้ตรวจสอบและดำเนินการให้กลุ่มขับเคลื่อนอย่างถูกทิศทาง ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ และนำข้อมูลในการให้การศึกษาในแต่ละครั้งมาวางแผนดำเนินการในการให้การศึกษาในครั้งถัดไป

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรม ต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนดาราสุมทร เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยมีนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 11 คน ผลคะแนนจากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กอายุ 12 - 17 ปี (กรมสุขภาพจิต, 2546) ของกลุ่มทดลอง โดยการเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมฯ ดังนี้

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองระยะก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	การเปลี่ยนแปลงทาง
1	132	169	+
2	135	164	+



ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองระยะก่อนและหลังการทดลอง (ต่อ)

3	137	160	+
4	128	170	+
5	131	149	+
6	133	149	+
7	134	165	+
8	136	141	+
9	123	143	+
10	111	147	+
11	110	160	+

จากตาราง ที่ 1 : ผลการจากตารางเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ทั้งระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนระยะหลังการทดลองเพิ่มมากขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลอง ทั้ง 11 คน

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองทั้งระยะก่อน และหลังการทดลองโดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบ Nonparametric Statistic (Sign Test)

สรุปการเปลี่ยนแปลง	
การเปลี่ยนแปลงทางบวก	11 คน
การเปลี่ยนแปลงทางลบ	0 คน
ไม่มีการเปลี่ยนแปลง	0 คน
$p = .00$	

จากตารางที่ 2 : ผลการวิเคราะห์ด้วยเครื่องมือทางสถิติ Sign Test พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มฯ มีผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบคะแนนระยะก่อน และระยะหลังการทดลองมีผลการวิเคราะห์ 4 ส่วน ดังนี้ 1) การเปลี่ยนแปลงทางบวกจำนวน 11 คน 2) การเปลี่ยนแปลงทางลบ จำนวน 0 คน 3) ไม่เปลี่ยนแปลง จำนวน 0 คน และ 4) ค่า $p = .00$

ข้อวิจารณ์

ในส่วนนี้ข้อวิจารณ์ผู้วิจัยจะกล่าวถึง 1) ผลของการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และ 2) ความรู้สึกของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มฯ ดังนี้

ผลของการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ การเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มฯ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่าระยะหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มสูงขึ้น ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จากผลการทดลองดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มฯ สามารถช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนได้อย่างดี โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มนี้ ได้ดำเนินการตามขั้นตอนกระบวนการของการปรึกษาแบบกลุ่ม โดยอิงทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม การเข้าร่วมกลุ่มให้การปรึกษานี้ทำให้นักเรียนมีโอกาสนในการสำรวจตนเอง รู้จักอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง โดยมีรูปแบบตามทฤษฎีคือ ABCDEF การสำรวจตนเอง สำรวจสิ่งรอบกวนจิตใจของตนเองตามรูปแบบของทฤษฎี สามารถทำให้รู้ถึงสาเหตุที่มาของความเชื่อที่ไม่สมเหตุผลที่ส่งผลต่ออารมณ์ ความรู้สึก การแสดงออกที่ไม่สร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ต่างๆ การค้นหาความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล สามารถทำได้โดยการโต้แย้งความเชื่อ บทบาทสมมติ รวมไปถึงการบ้านที่เปิดโอกาสให้นักเรียนกลับไปฝึกฝน ในงานวิจัยของ (นวรรตน์ รังษิยาภา, 2551) ความเชื่อที่ได้รับการพิสูจน์จะสามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยการโต้แย้งความคิดที่ไม่สมเหตุผล ซึ่งทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนรูปแบบความคิดความรู้สึก และการแสดงออกได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น การเข้าร่วมกลุ่มให้การปรึกษายังช่วยให้นักเรียนมีโอกาสนช่วยเหลือสมาชิกอื่นๆ ในกลุ่มเกิดความไว้วางใจ เปิดใจรับฟัง และกล้าแสดงความคิดเห็นอย่างเป็นกัลยาณมิตร เป็นโอกาสในการเข้าสังคมและฝึกฝนปรับตัวเข้ากับผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (ปวีณา เทียงพรม และ ฉันทนา กล่อมจิต, 2555) ที่พบว่าโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมนั้นสามารถทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้น รู้จักอดทนต่อแรงกดดัน มีความมั่นใจและสามารถเอาชนะอุปสรรค มีการยอมรับตนเอง รวมไปถึงสัมพันธ์ภาพที่ดีที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคล

งานวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยสังเกตว่าจากกระบวนการของโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองต้องเผชิญกับการโต้แย้งความคิดที่ไม่สมเหตุผล โดยสมาชิกในกลุ่มเป็นผู้นำความคิดที่สมเหตุผลมาโต้แย้ง เพื่อให้สมาชิกเปลี่ยนความเชื่อให้เหมาะสมมากขึ้น การเผชิญกับการโต้แย้งด้วยความเป็นกัลยาณมิตร ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองให้ความสำคัญกับประเด็นปัญหาที่ไม่สมเหตุผล และมีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ทุกครั้ง จากโปรแกรมฯ ทำให้นักเรียนได้มีโอกาสในการตรวจสอบความคิด ความรู้สึก อารมณ์ และพฤติกรรมของตนเอง ให้เกิดการพัฒนาในเชิงสร้างสรรค์ และสามารถดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุขมากขึ้น



ความรู้สึกของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มๆ ผู้วิจัยจะอธิบายความรู้สึกของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มๆ จากแบบบันทึกประสบการณ์นักเรียน ดังนี้ เริ่มต้นจากกระบวนการจัดตั้งกลุ่ม (ขั้นที่ 1 Pregroup Stage) ขั้นการเลือกกลุ่มตัวอย่างครั้งที่ 1 (ขั้นที่ 2 Initial Stage) เป็นขั้นของการเริ่มกลุ่ม พบว่านักเรียนเข้าใจวัตถุประสงค์ของการศึกษาแบบกลุ่มๆ ระยะเวลา วิธีการบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและสมาชิก ข้อตกลงรวมถึงการรักษาความลับสมาชิกได้มีโอกาสทำความรู้จัก นิสัย ความคิดพื้นฐานบางประการของกันและกัน นักเรียนบางคนยังไม่กล้าเปิดเผยตนเอง กลัวไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อนสมาชิก สมาชิกยังมีความเข้าใจ และพยายามที่จะสร้างความไว้วางใจกับสมาชิก แต่อย่างไรก็ตามนักเรียนยังมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรม ครั้งที่ 2 - 4 (ขั้นที่ 3 Transition Stage) ขั้นเปลี่ยนแปลงกลุ่ม ผู้นำกลุ่มให้นักเรียนได้รู้จักกับอารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ รู้จักแนวคิด การศึกษาแบบเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม และนักเรียนได้ทำการสำรวจอารมณ์ของตนเองพบว่า นักเรียนมีความเข้าใจตระหนักรู้ถึงความหมาย สาเหตุ ที่มาของอารมณ์ การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมนั้นส่งผลกระทบทั้งต่อตนเองและสังคม สิ่งที่ได้รับรู้ความคิดความรู้สึกทำให้เกิดการแสดงออกทางอารมณ์ที่อาจสมเหตุผลหรือไม่สมเหตุผล ความรู้สึกอารมณ์ และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมไม่สมเหตุผลนั้น ทำให้ความฉลาดทางอารมณ์ไม่สูง แต่เราสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้สูงขึ้นได้ ด้วยการปรับเปลี่ยนความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุผลมากขึ้นตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีรูปแบบ ABCDEF โดยนักเรียนที่เป็นสมาชิกกลุ่มได้ฝึกการคิดวิเคราะห์ตามรูปแบบดังกล่าวจากสถานการณ์ตัวอย่างพร้อม ๆ กัน จากแบบบันทึกฯ ทั้ง 3 ครั้งสามารถสรุปได้ว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในวัตถุประสงค์ของการศึกษาแบบกลุ่มดีขึ้น รวมไปถึงนักเรียนมีความเข้าใจรู้จักตนเอง อารมณ์ของตนเอง และยังมีความเข้าใจเห็นอกเห็นใจผู้อื่นพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความจริงใจ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงสัมพันธภาพที่ดีที่เกิดขึ้นกับสมาชิกในกลุ่มนี้ ในครั้งที่ 1 ถึง 4 นั้น ผู้วิจัยพบว่านักเรียนมีความเข้าใจหลักการ วิธีการ รวมถึงวัตถุประสงค์ของโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่ม รวมไปถึงนักเรียนมีความเชื่อใจไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งสิ่งเหล่านี้นำไปสู่การกล้าเปิดเผยตนเองดังนั้น ใน ครั้งที่ 5 - 9 (ขั้นที่ 4 Working Stage) ในหัวข้อการโต้แย้งความคิดที่ไม่สมเหตุผลสู่ความคิดที่สมเหตุผล นักเรียนมีความกล้าที่จะเปิดเผยตนเอง กล้าที่จะโต้แย้งความคิดที่สมเหตุผลอย่างเป็นอิสระบนพื้นฐานของความไว้วางใจ มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน โดยการสำรวจสิ่งรบกวนจิตใจของสมาชิกแต่ละคนสมาชิกเปิดเผยตนเอง ผู้นำจับประเด็นสิ่งรบกวนจิตใจที่รุนแรงมากที่สุดเพื่อโต้แย้งความคิดความเชื่อให้มีความสมเหตุผลมากขึ้น สมาชิกในกลุ่มมีบทบาทในการโต้แย้งความคิดโดยรูปแบบ ABCDEF การสะท้อนความคิดความรู้สึกบทบาทสมมติการสะท้อนภาพตนเองจากบทบาทสมมติ การบ้านเพื่อทดลองหรือฝึกทำเป็นส่วนส่วนนักเรียนที่เป็นสมาชิกอื่น ๆ ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิด อารมณ์ ความรู้สึก หรือพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ไม่เหมาะสม และสามารถนำไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวันได้ ทำให้

นักเรียนส่วนใหญ่มีความสุขและพึงพอใจกับชีวิตมากยิ่งขึ้นและครั้งที่ 10 (ขั้นที่ 5 Consolidation Stage) ในหัวข้อปัจจัยนิเทศและยุติการปรึกษาทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ และให้สมาชิกทำกิจกรรม “ถ้าฉันเป็นต้นไม้” ด้วยการอยู่กับตนเองให้สมาชิกจินตนาการสมาชิกให้สามารถอธิบายความหมายของกิจกรรมอย่างเป็นรูปธรรม และสามารถเปรียบเทียบกับตนเอง กิจกรรมได้อย่างสมเหตุผล ในครั้งนี้สมาชิกให้ความร่วมมือในกิจกรรมเป็นอย่างดี และมีความสุขมากกว่าที่ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม สมาชิกเรียกร้องให้มีกลุ่มการปรึกษาฯ ต่อหรืออาจเปิดกลุ่มใหม่ที่เป็นกลุ่มแยกเพศ ผลของการทดลองในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทางบวก

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลองกลุ่มทดลองมีแนวโน้มค่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มสูงขึ้น ดังนั้น โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมนั้นสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ให้ดีขึ้นได้อาจนำโปรแกรมฯ นี้ไปทดลองใช้ในกิจกรรมการเรียนการสอนของนักเรียนในระดับชั้นอื่นๆ ต่อไป
2. จากการวิจัยพบว่า การเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มฯ ทำให้นักเรียนได้รับการปรับเปลี่ยนความคิดความเชื่อ ส่งผลให้นักเรียนมีความรู้สึก อารมณ์ และพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้น ครูหรือบุคลากรในสถานศึกษาควรศึกษาเรียนรู้เพื่อให้ความเข้าใจและนำโปรแกรมฯ ไปใช้ในการจัดเรียนการสอนเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนในสถานศึกษาให้เพิ่มสูงขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มฯ ที่ให้ความช่วยเหลือในกรณีเฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับความแตกต่างทางเพศ อาจเลือกสมาชิกกลุ่มเพศเดียวกันเข้าร่วมกลุ่ม เนื่องด้วยการมีสมาชิกต่างเพศร่วมกลุ่มอาจมีอุปสรรคบางประการ เช่น การสำรวจสิ่งรบกวนจิตใจในบางประเด็น เพื่อนต่างเพศอาจไม่กล้าที่จะพูดออกมาให้กลุ่มรับรู้ หรืออาจไม่กล้าโต้แย้งความคิดที่สมเหตุสมผล อาจเป็นเพราะความไม่เข้าใจลักษณะพฤติกรรมของเพศตรงข้าม และในบางกิจกรรมที่ต้องมีการสัมผัสจับมือ ทำให้เพื่อนสมาชิกต่างเพศไม่มีสมาธิหรืออาจเกิดความรู้สึกประหม่าเขินอาย
2. จากผลของโปรแกรมฯ อาจมีการดำเนินการต่อเนื่องในระยะยาวเพื่อติดตามและประเมินผล เพื่อศึกษาความคงทนจากผลของโปรแกรมฯ ที่มีต่อการรูปแบบความคิด ความเชื่อ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ว่ามีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่เมื่อกลับเข้าสู่สังคมและสิ่งแวดล้อมปกติของแต่ละบุคคล



แหล่งข้อมูลอ้างอิง

กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพมหานคร : เอสพริ้นตึงเฮ้าส์
ก๊อแกว ทร์พยัพระวงศ. (2552). *จิตวิทยาทั่วไป*. ปทุมธานี : มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

กร ศิริโชควัฒนา. (2555). *Super E.Q. ความสุข & ความสำเร็จ สร้างได้ด้วยหัวใจ*.
กรุงเทพมหานคร : รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์.

กรมประชาสัมพันธ์. (ม.ป.ป). “*พระบรมราโชวาทพระราชทานแก่คณะครูและนักเรียนที่ได้รับพระราชทานรางวัลภูมิพลอดุลยเดชวันที่ 11 กรกฎาคม 2522*”. สืบค้นวันที่ 1 มกราคม 2556. จาก <http://พระบรมราโชวาท.blogspot.com/>

กรมสุขภาพจิต. (2543). *ความฉลาดทางอารมณ์*. นนทบุรี : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

_____. (2543). *รายงานวิจัยการพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับประชาชนไทย อายุ 12 - 60 ปี*. กรุงเทพมหานคร : วงศ์กมล โปรดักชั่น.

_____. (2543). *อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์*. นนทบุรี : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

_____. (2544). *อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์*. นนทบุรี : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

_____. (2545). *รายงานวิจัยการพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ เด็กอายุ 3 - 5 ปี และ 6 - 11 ปี*. กรุงเทพมหานคร : องค์การส่งเสริมการค้าผ่านศึก.

_____. (2549). “*การสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์*” IQ EQ พัฒนาสติปัญญาเด็กไทย. กรุงเทพมหานคร : พี.เอส.ซีพพลาย.

_____. (2550). *คู่มือการดูแลจิตใจในภาวะวิกฤต*. นนทบุรี : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2554). “*การประชุมคณะรัฐมนตรีเรื่องข้อเสนอของสถานักเรียน ประจำปี 2554 ประเภทที่ 3 หัวข้อ ความเสื่อมโทรมของสถาบันครอบครัว*”. สืบค้นวันที่ 24 พฤศจิกายน 2556. จาก <http://www.m-society.go.th>

กระทรวงวัฒนธรรม และสถาบันรามจิตติ. (ม.ป.ป). “*สำรวจวัฒนธรรมการใช้ชีวิตของเด็กและเยาวชน เรื่องชีวิตไซเบอร์*”. สืบค้นวันที่ 27 เมษายน 2556. จาก <http://www.ramajitti.com/>.

กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *คำสั่งเรื่องให้ใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2551*. กรุงเทพมหานคร : ศุภสภา.

ก่องแก้ว เจริญอักษร. (2545). *การพัฒนาบุคลิกภาพตามแนวพุทธ*. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ. (2554). **แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ.2555 - 2559**. กรุงเทพมหานคร : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. (2551). **มิติทางสังคมวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อความรุนแรงในเด็กและเยาวชน**. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล. (2548). **จิตวิทยาวัยรุ่นในโรงเรียน**. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จิรนนท์ พึ่งกลิ่น และ ชานนท์ จันทรา. (2555). “การจัดกิจกรรมการเรียนรู้คณิตศาสตร์โดยใช้ปัญหาเป็นฐานและการเชื่อมโยงคณิตศาสตร์ในห้องเรียนกับชีวิตประจำวัน”. วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์, 27(3): 131 - 140.
- ฉัตรลัดดา ภูวสิทธิถาวร. (2554). **ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการคิดเชิงบวกของเด็กวัยเรียน**. สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฉัตรสุตา แจ่มประโคน. (2549). **ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในการแสดงออกอย่างเหมาะสมในการเผชิญความโกรธของวัยรุ่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ชนิกา ตูจินดา และสุนัน อมรวิวัฒน์. (2008). “ครอบครัวกับการพัฒนา IQ, EQ เด็ก”. สืบค้นวันที่ 16 กรกฎาคม 2556. จาก <http://www.iqeqdekthai.com>.
- ชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย. (ม.ป.ป). “คู่มือการเลี้ยงลูก”. สืบค้นวันที่ 19 พฤษภาคม 2556. จาก <http://www.rcpsycht.org/>.
- ชัยณรงค์ อ่ำผิ้ง. (2550). **ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อความรับผิดชอบ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- จิตติมา เวียงเจริญ. (2549). **ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- จิตติวิ แก้วพรสวรรค์, สิริณิดา ปัญญาภาส และฉัตรพร ตั้งจิตติพร. (2555). “ประสิทธิผลการทำกิจกรรมกลุ่มแนวพุทธต่อการพัฒนาความคิดเห็นทางคุณธรรมด้านกัลยาณมิตรของวัยรุ่น”. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 57(4): 415 - 417.
- _____. และ พัทธนิวรรณ อินตะ. (2553). “ผลของกิจกรรมกลุ่มแนวพุทธต่อการพัฒนาความคิดเห็นทางจริยธรรมด้านความมีวินัยของวัยรุ่น”. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 55(2): 145 - 148.



- ณัฐติยากรณ์ หยกอุบล. (2555). **“ปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิตสังกัดคณะกรรมการการอุดมศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ”**. วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม 8 (1): 85 - 96.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2549). **ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร : สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- ธัญญา แหมา. (2549). **การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 สำนักงานเขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ธัญญารัตน์ ลำทา. (2550). **การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตบางกะปิ สังกัด กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ธนะ เอี่ยมอนันต์. (2550). **EQ ดีใน 7 วัน**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร : บิสดิต. แปลจาก Jill Dann. 2002. Emotional Intelligence IN A WEEK. London : Hodder and Stoughton Limited.
- นนทวัฒน์ อธิจิมากร. (2555). **แรงจูงใจบทเรียนสำคัญที่สุดของความสำเร็กระดับตำนาน**. กรุงเทพมหานคร : คอนเซ็ปท์พรีนซ์
- นพมาศ อึ้งพระ. (2546). **ทฤษฎีบุคลิกภาพและการปรับตัว**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นวรรตน์ รังษิยาภา. (2550). **ผลโปรแกรมการฝึกตามแนวการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อความเข้มแข็งในการมองโลกและการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3**. สารนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นวลลักษณ์ บุรณะกิติ. (2548). **ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี REBT และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี REBT ร่วมกับดนตรีบำบัด ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน**. (รายงานผลการวิจัย). ขอนแก่น : โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- นราธิป นัยนา. (2546). **ก้าวข้ามความคิดเดิม**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร : คาเรคเตอร์ เบรคทรู. แปลจาก Paul Hauck. n.d. Hold Your Head Up High. London: Tuttle-Mori Agency.
- นิธิตี เพียรรักกิจการค้า. (2554). **ผลการใช้ชุดกิจกรรมคณิตศาสตร์แบบปฏิบัติการเรื่องโจทย์ปัญหาสมการเชิงเส้นตัวแปรเดียวที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**. สารนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- นรินทร์ธร ภาริการ. (2553). **ผลของการจัดกิจกรรมโครงงานคณิตศาสตร์ที่มีต่อทักษะการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิรมล วัฒนเหลื่องอรุณ. (2552). **ผลของการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ที่มีต่อการควบคุมตนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่**. สารนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2554). **การแนะแนวเบื้องต้น**. (พิมพ์ครั้งที่ 4). สงขลา : นำศิลป์โฆษณา.
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2554). **ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์**. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพมหานคร : จามจุรีโปรดักท์.
- บุญสม สอนยะศรี. (2547). **ความสัมพันธ์ระหว่างบทบาทในการส่งเสริมการศึกษาของครอบครัว กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตธนบุรี**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- บุญเรียง ขจรศิลป์. (2545). **สถิติวิจัย I** (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพมหานคร : เอส. พี. เอ็น.
- บัวทอง สว่างโสภากุล. (2541). **การให้คำปรึกษา (เทคนิคและทฤษฎี)**. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อัสสัณา).
- ประทุม แป้นสุวรรณ. (2545). **การให้คำปรึกษากลุ่มด้านเพศศึกษาวัยรุ่นในกลุ่มเสี่ยง**. กรุงเทพมหานคร : กอบปี้ แอนด์ พริ้นท์.
- ปวีณา เทียงพรม. (2555). **“วิจารณ์หนังสือผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อความหยุนตัวทางอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 4 จังหวัดขอนแก่น.”** วารสารศึกษาศาสตร์, 6 (1) : 69 - 78.
- ไพบรมา กุหลาบซ้อน. 2553. **ปัจจัยที่ส่งผลต่อการทำงานกลุ่มของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ เขตคลองเตย กรุงเทพฯ**. สารนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พัชรมณห์ เจียมศักดิ์. (2550). **การสร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6**. สารนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- พัชรา เอี่ยมกิจการ. (ม.ป.ป). **“เหรียญสองด้านในสังคมออนไลน์อย่างเสี่ยงทายกับเด็กไทย”**. สืบค้นวันที่ 9 เมษายน 2556. จาก <http://www.ramajitti.com/info.php>.
- พัชรินทร์ ทรัพย์ที่พึ่ง. (2555). **“วิจารณ์หนังสือผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อพฤติกรรมการกล้ายืนยันตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2”**. วารสารศึกษาศาสตร์ 23 (3) : 137 - 150.



- พนม เกตุมาน. (ม.ป.ป). **“การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม”**. สืบค้นวันที่ 16 กรกฎาคม 2556. จาก <http://www.psyclin.co.th>.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2553). **ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ**. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพมหานคร : แอคทีฟพรีน.
- พรณี ช. เจตจิต. (2538). **จิตวิทยาการเรียนการสอน**. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร : คอมแพคท์พรีน.
- พวงเพชร วัชรอยู่. (2545). **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพมหานคร : จามจุรีโปรดักท์.
- ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ. (ม.ป.ป). **“การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ตามแนวคิดของ ป.อ.ปยุตโต”**. สืบค้นวันที่ 6 เมษายน 2556. จาก <http://prv.nrct.go.th/>.
- มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (2555). **สุขภาพดีไม่มีขาย แต่ทำได้ด้วยตนเอง**. ปทุมธานี : ลักขมีรุ่ง.
- มารศรี ภูพลพิศาล. (2552). **การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และความร่วมมือของผู้ปกครองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนรุ่งอรุณวิทยา อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. วิทยาลัยเซนต์หลุยส์.
- มาลี จุฑา. (2544). **การประยุกต์จิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้**. กรุงเทพมหานคร : ทิพย์วิสุทธิ.
- เมธี ธรรมวัฒนา. (2555). **“กลยุทธ์การสร้างแรงจูงใจที่มีประสิทธิภาพในชั้นเรียน.”** วารสารศึกษาศาสตร์, 23 (3) : 17 - 25.
- รามจิตติ. (ม.ป.ป). **“พื้นที่สื่อในชีวิตเด็กไทย”**. สืบค้นวันที่ 9 เมษายน 2556. จาก <http://www.ramajitti.com/>
- _____, และ สถาบันราชานุกูล. (ม.ป.ป). **“วิจัยการติดตามสภาวะอารมณ์ไอคิวและอีคิวของเด็กไทย (IQ/EQ Watch)”**. สืบค้นวันที่ 27 เมษายน 2556. จาก <http://www.ramajitti.com/>
- โรงพยาบาลยุวประสาทไวทโยปถัมภ์. (2550). **การประชุมเชิงปฏิบัติการ (workshop) เรื่อง การซ่อมเสริมไอคิว อีคิว**. 7-8 มิถุนายน 2550. กรุงเทพมหานคร.
- วิทยา นาควัชร. (2544). **วิธีเลี้ยงลูกให้ เก่ง ดี และมีสุข (IQ EQ MQ AQ)**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร : GOODBOOK ในเครือสถาบันพัฒนาตนเองและนักบริหาร.
- วรภรณ์ สืบสหากร. (2545). **ทัศนคติ เจตคติเต็ม 100**. กรุงเทพมหานคร : Be Bright Books.
- วัชร ทรัพย์มี. (2551). **ทฤษฎีให้การศึกษา**. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2530). **“วิจารณ์หนังสือผลของการให้การศึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษา”**. วารสารแนะแนว 21 (111) : 17 - 22.

- วิจารณ์ พานิช. (2554). **“การเรียนรู้เกิดขึ้นอย่างไร : 6. สิ่งที่น่าสนใจนักเรียนให้อยากเรียน”**. สืบค้นวันที่ 6 เมษายน 2556. จาก <http://www.gotoknow.org/>
- วิทยากร เชียงกุล. (2554). **จิตวิทยา ความฉลาด และความคิดสร้างสรรค์**. กรุงเทพมหานคร : สายธาร.
- ศิริกุล อิศรานุรักษ์. (2549). **“พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมของเด็กวัย 6-12 ปี.”** วารสารสาธารณสุขและการพัฒนา, 4(2): 89 - 90.
- ศิริบุรณ์ สายโกสม. (2555). **การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม**. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ศุภรัตน์ เอกอัครวิน. (2551). **“การสำรวจสถานการณ์ และเกณฑ์ปกติ(Norms) ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไทยอายุ 3-5 ปี และ 6-11 ปี พ.ศ. 2550.”** วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 53 (2) : 199 – 205.
- ศูนย์การเฝ้าระวังและเตือนภัยทางสังคม. (2555). **รายงานผลการสำรวจความคิดเห็นของเด็กและเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานครปี 2554**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. (2556). **กิจกรรมกลุ่มพัฒนาทักษะเยาวชน**. นนทบุรี : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สมพิศ ใจกล้า. (ม.ป.ป). **“วิจารณ์หนังสือผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการพึ่งตนเองด้านจิตใจตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษาอาชีวศึกษา”**. วารสารรามคำแหง 28 (1) : 747 - 761.
- สมภาพ ประยูรรัตน์. (2551). **ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2553). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุขสันต์ หัตถสาร. (2550). **ผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบร่วมมือที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทักษะการทำกลุ่ม การเห็นคุณค่าในตนเองและเจตคติต่อการเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.
- สุธาสนี เถาว์กลาง. (2552). **ความสัมพันธ์ระหว่างบทบาทบิดา มารดา กับการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมการมีวินัยในตนเองของวัยเด็กตอนกลาง เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.



- สุปราณี เพชรรา. (2553). *การพัฒนารูปแบบการประเมินผลการเรียนรู้ตามสภาพจริงกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2554). *จิตวิทยาการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานทดสอบทางการศึกษา และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2551). *คู่มือประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สำนักสถิติเศรษฐกิจและสังคม และสำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2555). *สรุปข้อมูลเบื้องต้น สํารวจการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสารในครัวเรือน*. กรุงเทพมหานคร : สถิติพยากรณ์.
- สมชาย ไตรรัตน์ภิมย์. (2540). *แรงจูงใจหัวใจแห่งการจัดการสไตล์ญี่ปุ่น*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร : เอส. พี. เอ็น. แปลจาก โยชิโอะ คอนโดะ. (ม.ป.ป). HUMAN MOTIVATION A Key Factor for Management. n.d. Tokyo : 3A Corporation.
- สุวรี ศิวงค์แพทย์. (2549). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2554). *จิตวิทยาการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสรี ใหม่เจริญ. (2553). *การวิเคราะห์องค์ประกอบและเสริมสร้างอิสระแห่งตนของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สิรินัดดา ปัญญาภาส, ฐิติวี แก้วพรสวรรค์ และ ชัชฌิมพร รุ่งธงชัย. (2554). “การศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มต่อการพัฒนาความคิดเห็นทางจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ของวัยรุ่น”. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย* 56 (4) : 355 - 360.
- สิริอร วิชชาวุธ และคณะ. (2554). *จิตวิทยาทั่วไป*. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- แสงอุษา โลจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร. (2543). *EQ with Thai SMILE การบริหารอารมณ์ด้วยรอยยิ้มแบบไทยๆ* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร : มิตรนรา.
- อังคณา ช่วยคำชู. (2554). “วิจารณ์หนังสือผลของการให้คำปรึกษาตามแนวคิดการปรับการความคิดและพฤติกรรมแบบกลุ่มต่ออาการซึมเศร้าและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตในผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีโรคซึมเศร้าร่วม”. *วารสารสภาการพยาบาล*, 26 (1) : 70 - 80.



- อมรากุล อินโชนนท์. (2555). *กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3 - 11 ปี*. (พิมพ์ครั้งที่ 7). สำนักพัฒนาสุขภาพจิต : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- อริยะ สุพรรณเภซซ์. (2545). *พัฒนา IQ. EQ. MQ. และสมาธิด้วยพลังคลื่นเสียง*. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อารี พันธมณี. (ม.ป.ป). *การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์สู่ความเป็นเลิศ*. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เอมอร มาตะรักษ์, สมนึก ภัททิยธนี และ มะลิวัลย์ ภูนาพรรณ. (2554). “การเปรียบเทียบความสามารถในการแก้โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีสไตล์การเรียนรู้ ความถนัดทางการเรียนและภาษาที่ใช้ในชีวิตประจำวันแตกต่างกัน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสกลนคร เขต 1”. วารสารการวัดผลการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 17(1), 417 - 418.
- อนัญญา สิริขัตตานันท์ และ จิตวี แก้วพรสวรรค์. (2553). “ความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียนในโครงการสุขภาพจิตโรงเรียน สาขาวิชาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล”. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 55 (2), 157 - 158.
- อรชума เก่งชน. (2550). *คู่มือโน้มน้าวใจคน*. กรุงเทพมหานคร : บิสดิต.
- อริยา คูหา. (2545). *แรงจูงใจและอารมณ์*. ปัตตานี : มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). *สร้าง EQ. ให้ลูกคุณ*. กรุงเทพมหานคร : ชันต้า.
- ไอลิ่ง เพ่งจินดา และคณะ. (2554). “ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อภูมิคุ้มกันตนเองของนักเรียนวัยรุ่น”. วารสารศึกษาศาสตร์, 23 (1) : 216.
- Anonymous, (n.d). “*Become Smarter! Develop your Emotional and Cultural Intelligence!*”. Retrieved April 12, 2014, from <http://www.meetup.com/>.
- _____. n.d. “*Intelligence for you and your Company or Organisation*”. Retrieved April 12, 2014, from <http://www.eisa.ie>.
- Bergin, C.C. and Bergin, A.D. (n.d). *Child and Adolescent Development in your Classroom*. Belmont, CA : Wadsworth Cengage Learning.
- Coon, D. and Mitterer, O. J. (n.d). “*Motivation and Emotion, by Linda Schreiber*”. *Psychology A Journey*, 4 (4) : 343 – 346.
- Corey, G. (2008). *Theory and Practice of Group Counseling*. (7th ed.). Belmont, CA : Thomson.



- Corey, G. (2005). *Theory and Practice of Counseling & Psychotherapy*. (7th ed.). Belmont, CA : Thomson.
- Ellis, A. (1995). *Better, Deeper, and More Enduring Brief Therapy the Rational Emotive Behavior Therapy Approach*. Bristoi, PA: Brunner/Mazel.
- _____. (1997). *The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy*. (2nd ed.). New York : Berryville.
- Geldard, K. and Geldard, D. 2008. *Counseling Children: A Practical Introduction*. (3rd ed.). London : SAGE.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. (2nd ed.). New York : One Plus One Studio.
- Johari, W. (2003). “*A model forself – awareness, personal development, group development and understanding relationship*”. Retrieved April 29, 2014, from, <http://www.businessballs.com>.
- Norman, C. G. and Henderson, P. (2012). *Developing & Managing Your School Guidanc & Counseling Program*. (5th ed). Alexandria : American Counseling Association.
- Pallant, J. 2007. *SPSS Survival Manual*. New York : McGraw-Hill.
- Salovey, P. and Mayer, J. (1990). “*Emotional Intelligence*”. Retrieved April 29, 2014, from <http://www.danielgoleman.info/topics/emotional-intelligence>,.
- _____. (1997). “*Daniel Goleman’s five components of emotional intelligence*”. Retrieved April, 29, 2014, from <http://sonoma.edu>.
- Schmidt, J.J. (2008). *Counseling in Schools Comprehensive Programs of Responsive Services for All Students*. (5th ed.). Boston, MA : Pearson.
- Bradberry, T. (2011). “*How Emotional Intelligence Can Make You Better in 2011*”. Retrieved April 12, 2014, from <http://www.talentsmart.com>
- Dryden, W. and Neenan, M. (2004). *Rational Emotive Counselling in Action*. (3rd ed.). Great Britain : SAGE.