

เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก อายุ 3 ปี กลุ่มที่เลี้ยงด้วยนมแม่ กลุ่มที่เลี้ยงด้วยนมแม่ร่วมกับนมผสม และกลุ่มที่ไม่ได้เลี้ยงด้วยนมแม่ (นมผสมร่วมกับอาหารเสริมอื่น ๆ) ผู้วิจัยได้ทบทวนตำรา บทความ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นแนวทางในการศึกษา โดยมีสาระสำคัญดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 1.1 ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)
 - 2.1 ความฉลาดทางอารมณ์
 - ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - ความเป็นมาของการศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์
 - ความฉลาดทางอารมณ์กับกายวิภาคและสรีระวิทยาของสมอง
 - ความเชื่อเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์
 - องค์ประกอบพื้นฐานของความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.2 ความสำคัญและการนำความฉลาดทางอารมณ์ไปประยุกต์ใช้
 - 2.3 คุณลักษณะของเด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.4 การประเมินและเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก
 - 2.5 ปัจจัยที่มีผลส่งเสริมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก
 - 2.6 นมแม่กับความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก

1. แนวคิดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Breast Feeding)

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นวิธีที่ประเสริฐที่สุดในการให้อาหารลูก ในระยะแรกเกิดถึง 6 เดือน ไม่มีนมผสมหรือสารอาหารชนิดใดจะมีคุณค่าที่ดัดเทียม-ทดแทนนมแม่ได้ (วราภรณ์ แสงทวีสิน, 2547) เพราะนอกจากลูกจะได้รับสารอาหารครบถ้วนเพียงพอตามความต้องการของร่างกาย และมีภูมิคุ้มกัน/ภูมิต้านทานแล้ว ยังได้อาหารทางจิตใจ เป็นรากฐานสำหรับการเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ร่างกายแข็งแรง สมองดี และสุขภาพจิตสมบูรณ์ (วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, 2538) นมแม่สามารถใช้เลี้ยงลูกได้ถึง 6 เดือนโดยไม่ต้องให้น้ำหรือสารอาหารเสริมใดๆ และยังสามารถใช้เลี้ยงลูกต่อเนื่องจนถึงอายุ 2 ปี โดยที่

หลังเด็กอายุ 6 เดือนควรเริ่มให้อาหารเสริมแก่เด็กตามวัย (วารสารณ์ แสงทวิสิน, 2547)

สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย (2547) ให้คำนิยามของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว (Exclusive Breastfeeding) ว่าหมายถึง การที่แม่ให้ลูกกินนมตนเองอย่างเดียว โดยไม่มีอาหารอื่นเลย ยกเว้นการหยอดวิตามิน การให้เกลือแร่ หรือยาอื่น (ที่จำเป็น) โดยเน้นที่ระยะเวลานาน 4 เดือนขึ้นไป

ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีทั้งต่อแม่และทารก/เด็ก จากการศึกษา ค้นคว้าเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สรุปได้ดังนี้

1. มีสารอาหารครบถ้วน น้านมแม่มีส่วนประกอบของสารอาหารครบถ้วน คือ โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต วิตามิน และเกลือแร่ สัดส่วนของสารอาหารเหล่านี้ เหมาะสมกับการเจริญเติบโตของร่างกาย และสมองของทารก แม่ที่มีภาวะโภชนาการดี มีสุขภาพแข็งแรงจะมีปริมาณ และคุณภาพของน้านมที่ดีพอเพียงกับความต้องการของทารกจนถึงอายุ 6 เดือน จากนั้นปริมาณน้านมแม่จะลดลงเรื่อยๆ ทารกจะต้องได้รับอาหารอื่นเสริมให้เหมาะสมตามวัย อย่างไรก็ตามระยะ 7-18 เดือน น้านมแม่ยังมีปริมาณวันละ 500 มล. ซึ่งให้โปรตีน 5 กรัม และกำลังงาน 350 แคลอรี จำนวนสารอาหารนี้ถือว่ามีความสำคัญต่อทารกมาก นอกจากนั้น ยังพบว่านมแม่มีเอกลักษณ์แตกต่างกับนมผสมอย่างหนึ่ง คือ ส่วนประกอบต่างๆ จะเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เพื่อให้เหมาะสมกับความต้องการของบุตรที่มีอัตราการเจริญเติบโตในแต่ละช่วงเวลาของอายุต่างกัน และการเจริญเติบโตในทารกแต่ละคนก็แตกต่างกันด้วย ดังนั้นแม่แต่ละคนก็จะให้นมที่มีส่วนประกอบแตกต่างกันไป แม้กระทั่งในแม่คนเดียวกัน ส่วนประกอบของน้านมจากเต้านมแต่ละข้างจากนมแต่ละมื้อ หรือแม้แต่จากช่วงต้น ช่วงกลาง ช่วงปลายของมื้อเดียวกัน ตลอดจนแต่ละช่วงเวลาระหว่างวัน หรือแต่ละระยะเวลาที่ยังเลี้ยงลูกด้วยนมตัวเองอยู่ก็จะแตกต่างกัน (วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, 2536)

2. ประหยัด การเลี้ยงทารกด้วยนมแม่ จะเป็นการประหยัดเงินของครอบครัว และของประเทศ ทั้งทางตรงและทางอ้อม (สำหรับ จิตตินันท์, 2546) การประหยัดทางตรง คือ ไม่ต้องเสียเงินในการซื้อนม และอุปกรณ์ต่างๆ ส่วนประหยัดทางอ้อม คือ ทำให้ทารกแข็งแรง และมีการเจ็บป่วยน้อยไม่ต้องสิ้นเปลืองเงินในการดูแลรักษา

3. สะดวก สะอาด และปลอดภัย น้านมแม่มีพร้อมเสมอเมื่อทารกต้องการไม่ต้องเสียเวลาเตรียมเมื่อให้ทารกดูดกระตุ้น นมจะหลั่งออกมา อุณหภูมิของน้านมแม่มีความพอเหมาะสำหรับทารก และน้านมแม่สะอาด ปลอดภัย ซึ่งมีความจำเป็นสำหรับสภาวะความเป็นอยู่ของประเทศไทย

4. มีภูมิต้านทานโรค ทารกที่ได้รับการเลี้ยงด้วยนมจะมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง มีการเจ็บป่วยเป็นโรคติดเชื้อน้อย ทั้งนี้เพราะนมแม่สะอาด มีเม็ดเลือดขาว (WBC) ทำหน้าที่เกี่ยวกับการกลืนและทำลายเชื้อแบคทีเรียและเชื้อรา และมีภูมิต้านทานต่างๆไป ที่ช่วยป้องกันโรคติดเชื้ออื่นๆ

5. ผลทางด้านจิตใจ การเลี้ยงทารกด้วยนมแม่มีผลดีทางด้านจิตใจ ทั้งต่อแม่ และทารก/เด็ก กล่าวคือ ประสบการณ์ของแม่ที่ได้รับจากการเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง จะมีผลต่อแม่ทั้งในระยะเริ่มต้นของการให้นมและขณะให้ทารกดูดนม โดยทำให้เกิดความรักความผูกพันกับทารก และขณะทารก/เด็กดูดนมแม่ ฮอร์โมนออกซิโทซินที่หลั่งออกมาจะช่วยพฤติกรรมของความเป็นแม่ ทำให้แม่มีความรักความผูกพันกับทารกมากยิ่งขึ้น นอกจากนั้นฮอร์โมนนี้ยังมีฤทธิ์ทำให้เกิดความสงบคล้ายฤทธิ์ของเอ็นดอร์ฟินด้วย ส่วนทารกที่กินนมแม่จะได้รับความอบอุ่นทั้ง ทางร่างกาย และจิตใจ มีความสุขจากการดูดนมแม่ ทำให้มีพัฒนาการด้านจิตใจดีและเป็นรากฐานในการเติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตดี (Jelliffe & Jelliffe 1978 อ้างถึงในนฤมล ธีระรังสิกุล และคณะ, 2539; เกียรติศักดิ์ จีระแพทย์, 2545 และศิริภรณ์ สวัสดิ์วร, 2547)

6. ป้องกันโรคภูมิแพ้ การที่ให้นมแม่ช่วยป้องกันโรคภูมิแพ้เป็นผลทั้งโดยตรง จากการที่ทารกไม่ได้รับอาหารแปลกปลอมที่เป็นตัวกระตุ้น (Antigen) ให้เกิดการแพ้ และเป็นผลโดยทางอ้อมที่ Secretory IgA ในนมแม่ไม่มีสารพวกเบต้าแลคโตโกลบูลิน (β -Lactoglobulin) เคซีน (Casein) แอลฟาแลคโตโกลบูลิน (α -Lactoglobulin) โบวีนซีรัมโกลบูลินและอัลบูมิน (Bovine Serum Globulin and Albumin) ซึ่งสารเหล่านี้สามารถกระตุ้นให้เกิดอาการแพ้ได้

7. แก้ปัญหาการเกิดโรคอ้วนหรือได้นมมากเกินไป นมแม่มีปริมาณพอเหมาะสำหรับทารก เมื่อทารกดูดจนอิ่มก็จะหยุดดูด ต่างจากการดูดนมขวด ซึ่งคนเลี้ยงมักจะคะยั้นคะยอให้ทารกดูดจนหมดขวด แม้ว่าทารกจะอิ่มแล้ว จึงเกิดปัญหาให้นมแก่ทารกมากเกินไป และเกิดโรคอ้วนในทารกได้

8. ผลดีต่อแม่ด้านอื่นๆ การเลี้ยงทารกด้วยนมแม่ นอกจากจะมีผลต่อแม่ในด้านความสุขทางจิตใจแล้วยังมีผลต่อร่างกาย คือ ช่วยในการวางแผนครอบครัว เนื่องจากเมื่อทารกดูดนมแม่จะกระตุ้นให้ร่างกายแม่หลั่งโปรแลคติน (Prolactin) ออกมายับยั้งการตกไข่ของแม่ แม่ที่ให้ทารกกินนมตนเองเต็มที่อยู่สม่ำเสมอจะไม่มีประจำเดือน (Lactation Amenorrhea) ประมาณ 8-12 เดือน ส่วนแม่ที่ไม่ได้เลี้ยงทารกด้วยนมตนเองจะมีประจำเดือนภายใน 2-4 เดือนหลังคลอด การที่ทารกดูดนมแม่ยังกระตุ้นให้มีการหลั่งฮอร์โมนออกซิโทซิน (Oxytocin) ซึ่งจะช่วยให้มดลูกหดรัดตัวเข้าช่องเชิงกรานได้ดี นอกจากนี้แม่ที่ให้บุตรกินนมตนเองยังเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านมน้อยกว่าแม่ที่ไม่ได้เลี้ยงทารกด้วยนมตนเอง และไม่มีปัญหาโรคอ้วนในแม่ เพราะไขมันที่สะสมไว้ในร่างกายขณะตั้งครรภ์จะถูกนำมาใช้ในการสร้างน้ำนม

ดังนั้น จึงเห็นได้ว่าน้ำนมแม่เป็นอาหารธรรมชาติที่สมบูรณ์ที่สุด เหมาะสมที่สุดสำหรับทารก น้ำนมแม่จึงเป็นอาหารเฉพาะชนิดเดียวที่ไม่สามารถจะหาอาหารอื่นใดในโลกมาทดแทนได้ แต่อย่างไรก็ตามจากการศึกษาที่ผ่านมา พบว่าแนวโน้มการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลง ประเทศไทยในอดีตมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในอัตราที่สูงมาก คือประมาณร้อยละ 98 แต่ปัจจุบันพบว่า จำนวนแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่และระยะเวลาการเลี้ยงมีแนวโน้มลดลง ข้อมูลกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2545)

พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 4 เดือน มีเพียงร้อยละ 13.8 เท่านั้น (บวร งามศิริ อุดม, 2547) จากการเก็บรวบรวมข้อมูลของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2546 อ้างถึงในศิริภรณ์ สวัสดิ์วิตร, 2547) พบว่าแม่ร้อยละ 90 เริ่มให้นมแม่หลังคลอดในขณะที่อยู่ในโรงพยาบาล แต่เมื่อออกจากโรงพยาบาลอัตราการใช้นมแม่อย่างเดียวลดลงเหลือ ประมาณร้อยละ 40 และลดลงเหลือไม่ถึงร้อยละ 15 ภายใน 4 เดือนแรกหลังคลอด

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น อาจเนื่องมาจากมีปัจจัยหลายประการที่เป็นอุปสรรคทำให้ จำนวน และระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในประเทศไทย มีแนวโน้มลดลงหรือคงเดิม ดังนี้

1. การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของสังคม การเปลี่ยนแปลงจากสังคม เป็นสังคมเมืองประชาชน จากชนบทย้ายเข้าสู่ชุมชนเมืองมากขึ้น แต่กระนั้นในชนบทอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังคงลดลง เนื่องจากการได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมตะวันตก และการโฆษณาชวนเชื่อของบริษัทผลิตภัณฑ์นม และการที่ประชาชนย้ายเข้าเมืองทำให้เกิดความกดดันจากภาวะเศรษฐกิจค่าครองชีพสูง ฝ่ายหญิงจึง ต้องออกไปทำงานนอกบ้านมากขึ้น ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองลดลง (สำหรับ จิตดินันท์, 2546) จากการศึกษาของ Gregor et al (1971 อ้างถึงในนฤมล อีระรังสิกุล, 2539) พบว่าอาชีพของแม่มีผล ต่อระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และจากการศึกษาของสมใจ ศิริ และสมศรี สุธีรภัทรานนท์ (2512) พบว่า ชนิดของนมที่แม่ใช้เลี้ยงลูกมีความแตกต่างกันตามอาชีพของแม่ ดังนั้นผลจากการที่แม่ ต้องออกไปทำงานนอกบ้านมากขึ้น จึงทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองน้อยลง

2. ความรู้ความเข้าใจของแม่ เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การขาดความรู้ความเข้าใจใน ที่ถูกต้องร่วมกับความเชื่อที่ผิดๆ เช่น เข้าใจว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะทำให้เต้านมหย่อนยานเสีย รูปทรงและหันไปให้ความสำคัญว่าเต้านมเป็นเครื่องหมายแสดงทางเพศเท่านั้น ไม่ใช่อวัยวะสำหรับให้ อาหารแก่ลูกโดยมองข้ามประโยชน์อันยิ่งใหญ่ที่ธรรมชาติสร้างมา (นฤมล อีระรังสิกุล, 2539)

3. ความเชื่อและเจตคติของแม่ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากการศึกษาของ Louis et al (1985) พบว่า แม่ที่มีความเชื่อในทางบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะมีแนวโน้มที่จะเลี้ยงลูกด้วยนม แม่มากกว่าแม่ที่มีความเชื่อในทางลบต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในด้านเจตคติ Liebrich & Morlety (1976) พบว่า แม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีเจตคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นไปในทางที่ดีมากกว่าแม่ ที่ไม่ได้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของภารตี เต็มเจริญ (2529) ที่พบว่าเจตคติของ แม่และชนิดของนมที่แม่ใช้เลี้ยงลูกมีความสัมพันธ์กัน และการศึกษาของกรรณิกา ยุภาศ (2528) พบว่า กลุ่มแม่ที่มีเจตคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดีจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่ากลุ่มที่มีเจตคติไม่ดี

4. อิทธิพลจากการโฆษณาของบริษัทผลิตภัณฑ์นม ทำให้แม่เข้าใจผิดคิดว่าการเลี้ยงลูกด้วย นมผสมดีกว่านมแม่จึงหันมาเลี้ยงลูกด้วยนมผสม จากการศึกษาของ Gregor et al (1971 อ้างถึง ในนฤมล อีระรังสิกุล, 2539) พบว่า ผลของการโฆษณาและการได้รับข่าวสารที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการ

เลี้ยงลูกด้วยนมผสมมากขึ้น และการแจกตัวอย่างนมฟรีแก่หญิงหลังคลอดในโรงพยาบาล จะมีอิทธิพลต่อการเลือกชนิดของนมในการเลี้ยงลูกเป็นอย่างมาก (ศิริพร ภัณฑนะ, 2546)

5. เจ้าหน้าที่ทุกระดับขาดความรู้ที่ถูกต้อง และไม่เห็นความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือไม่ส่งเสริมให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เจตคติของเจ้าหน้าที่ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และประสิทธิภาพการช่วยเหลือดูแลแม่ที่ให้นมตนเองแก่ลูก ซึ่งจะทำให้แม่เกิดความมั่นใจในการให้นมลูก และที่สำคัญที่สุด คือ นโยบายของโรงพยาบาลที่จะส่งเสริมสนับสนุนให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองหรือไม่ ตลอดจนนโยบายการแยกแม่และลูกภายหลังคลอดทันทีโดยแยกแม่ไปตีกหลังคลอด และลูกไปยังตึกการช่วยเหลือ หรือไม่มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาเหล่านั้น แม่ก็จะขาดความอดทนและเลิกให้การใช้นมแม่เลี้ยงลูกในที่สุด (บวร งามศิริอุดม, 2547)

จากปัจจัยดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขึ้นอยู่กับความตั้งใจ ความเข้าใจ การรับรู้ประโยชน์ของนมแม่ ของแม่เป็นส่วนใหญ่ (ศิริภรณ์ สวัสดิ์, 2547) จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ส่วนใหญ่แสดงให้เห็นว่า การที่แม่จะตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจของเด็กได้เหมาะสมเพียงไรนั้น พบว่ามีปัจจัยส่งเสริมหลายประการ เช่น ปัจจัยทางด้านแม่ คือ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ครอบครัว และปัจจัยทางด้านสังคม คือ การสนับสนุนทางสังคม ประการแรก อายุของแม่ อายุมีผลต่อวุฒิภาวะทางกายและทางอารมณ์ของแม่ ซึ่งจะส่งผลต่อแบบแผนการเลี้ยงดูและการตอบสนองความต้องการของเด็ก โดยแม่ที่มีอายุมากมีแนวโน้มว่าให้การเลี้ยงดูที่ดีกว่าแม่อายุน้อย วุฒิภาวะของแม่ช่วยผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะแม่ที่มีอายุมากกว่าจะมีวุฒิภาวะมากกว่า เนื่องจากวุฒิภาวะจะเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและทนต่อการเปลี่ยนแปลงในสถานการณ์ต่างๆของชีวิต โดยอาศัยสติปัญญา การเรียนรู้ และประสบการณ์ในอดีตมาประกอบได้มากขึ้น จากการศึกษาของ Mercer (1981) อ้างถึงในศิริยุพา สนั่นเรื่องศักดิ์, (2536) พบว่า แม่ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป จะเริ่มมีวุฒิภาวะทางด้านจิตใจพร้อมในการเลี้ยงดูบุตร และแม่ที่มีอายุ 30 ปีขึ้นไปมีวุฒิภาวะเหมาะสม ที่จะได้รับความสำเร็จในการเลี้ยงลูกมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของอารี ปุณณะตระกูล (2533) เรื่องพฤติกรรมสุขภาพของแม่ที่มีลูกอายุต่ำกว่า 1 ปีซึ่งป่วยเป็นโรคติดเชื้อของระบบทางเดินหายใจที่มารับการตรวจรักษา ณ ตึกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลเด็ก พบว่า แม่ที่มีอายุแตกต่างกันมีการดูแลลูกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และการศึกษาของเยาวลักษณ์ หาญวชิรพงศ์ (2532) พบว่าเด็กที่แม่มีอายุมาก คืออายุระหว่าง 30 - 34 ปี มีพัฒนาการด้านนิสัยส่วนบุคคลและสังคมของเด็กเร็วกว่าเด็กที่มีแม่อายุน้อยกว่า คือ อายุระหว่าง 25 - 29 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประการที่สอง ระดับการศึกษาของแม่ จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องส่วนใหญ่ พบว่าระดับการศึกษาของแม่มีผลต่อการเลี้ยงดูและการตอบสนองความต้องการของลูก กล่าวคือ แม่ที่มีระดับการศึกษาต่ำมีแนวโน้มว่าจะเลี้ยงดูลูกได้ไม่ดีเท่ากับแม่ที่มีการศึกษาสูงกว่า

ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการอบรมเลี้ยงดูของแม่ ทั้งนี้เนื่องจากการศึกษาเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีความรู้ ความเข้าใจต่อข้อมูลได้ง่ายขึ้นและความรู้เป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในการพิจารณาตัดสินใจกระทำสิ่งต่างๆ อย่างมีเหตุผล ผู้ที่มีการศึกษาสูงย่อมมีโอกาสได้ศึกษาค้นคว้าความรู้เกี่ยวกับวิธีการรักษาสุขภาพอนามัยได้ดีกว่าผู้ที่มีการศึกษาน้อย ผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าย่อมแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง เช่น เรื่องเกี่ยวกับการเตรียมตัวการเป็นแม่ และการเลี้ยงดู/การดูแลลูกได้ดีกว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำ (Janet, 1982 อ้างถึงใน ประภาเพ็ญ สุวรรณ, 2530) และน้อมฤดี จงพยุหะ (2528) กล่าวว่า พ่อแม่ที่มีการศึกษาดี ย่อมมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูลูก และแนะนำลูกได้ดีกว่าพ่อแม่ที่มีการศึกษาน้อย เช่น รู้จักจัดอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ แบ่งเวลาให้ลูกด้วยความอบอุ่นและสุขใจ ดูแลสุขภาพอนามัยของลูก รักษาพยาบาลลูกเมื่อยามเจ็บป่วย อบรมสั่งสอนเรื่องมารยาทสังคม วัฒนธรรมศีลธรรม ระเบียบต่างๆ และการแนะนำในการปรับตัวให้เหมาะสมสิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งส่งเสริมพัฒนาการให้เด็ก สอดคล้องกับการศึกษาของซูศรี ติวสกุล (2540) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงดูลูกวัยขวบปีแรกของแม่ที่พาลูกมารับการรักษาที่โรงพยาบาลวชิรภูเก็ท พบว่าระดับการศึกษาเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงดูลูกของแม่ และ จากการศึกษาของประกริต รัชวัตร (2536) พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงดูลูกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .2856$ $p < .01$) แสดงว่า แม่ที่มีการศึกษาสูงจะมีการเลี้ยงดูลูกถูกต้องกว่าแม่ที่มีการศึกษาต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Kasl & Cobb (1966 อ้างถึงในประกริต รัชวัตร, 2536) พบว่า พ่อแม่ที่มีระดับการศึกษาสูงและรายได้สูง จะปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพอนามัยของเด็กได้ดีกว่าพ่อแม่ที่มีระดับการศึกษาและรายได้ต่ำ ทั้งนี้เป็นเพราะการศึกษาทำให้มนุษย์มีความเจริญงอกงามทางสติปัญญา มีความรอบรู้ มีเหตุผลใฝ่รู้ขึ้น สามารถที่จะตัดสินใจหรือเลือกปฏิบัติตนด้านสุขภาพอนามัยได้ดี และการศึกษาช่วยให้บุคคลมีโอกาสรับรู้ข่าวสารต่างๆ ที่เรียนรู้ได้มาก มีการตัดสินใจที่ดี และสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องเหมาะสม (Pender 1982 อ้างถึงในประกริต รัชวัตร, 2536) และจากการศึกษาของนิตยา สอนสุขล (2536) เรื่องแบบแผนการเลี้ยงดูเด็กอายุ 6 - 24 เดือนตามเกณฑ์สภาวะความต้องการพื้นฐานและบริการสำหรับเด็ก พบว่า แม่ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีแบบแผนการเลี้ยงดูลูกด้านร่างกาย และด้านการส่งเสริมพัฒนาการ ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประการที่สาม รายได้ของครอบครัว จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า รายได้ของครอบครัวมีผลต่อการเลี้ยงดูเด็ก กล่าวคือ ครอบครัวที่มีรายได้ต่อเดือนสูง จะมีการเลี้ยงดูเด็กที่เหมาะสมกว่าครอบครัวที่มีรายได้ต่ำกว่า จึงอาจกล่าวได้ว่า รายได้ของครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ Pender (1982 อ้างถึงในซูศรี ติวสกุล, 2540) กล่าวว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมเป็นองค์ประกอบที่สำคัญต่อการมีศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วย ผู้มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูงจะมีรายได้สูง จะมีโอกาสในการติดต่อสื่อสารกับกลุ่มสังคมต่างๆ เพื่อเพิ่มความรู้และประสบการณ์

ของตนเองมีรายได้เชื่ออำนวยความสะดวกให้กับบุคคลสามารถดูแลตนเองตลอดจนเข้าถึงบริการทางสุขภาพได้เหมาะสม จากการศึกษาของสุพัตรา ไตวัน (2531) เรื่องพฤติกรรมการเลี้ยงดูทารกของแม่ที่มีบุตรอายุต่ำกว่า 1 ปี และนิตยา สอนสุชล (2536) เรื่องแบบแผนการเลี้ยงดูบุตรอายุ 6 – 24 เดือน ตามเกณฑ์สภาวะความต้องการพื้นฐานและบริการสำหรับเด็ก พบว่า แม่ที่มีรายได้ครอบครัวแตกต่างกันมีแบบแผนการเลี้ยงดูลูกด้านร่างกาย และด้านการส่งเสริมพัฒนาการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเนตรทราย รุ่งเรืองธรรม และจรรยาวัต คมพยัคฆ์ (2521) พบว่า ครอบครัวที่มีรายได้แตกต่างกันจะมีการปฏิบัติในการเลี้ยงดูลูกแตกต่างกัน และการศึกษาของอรพินท์ สิงห์เดช (2521) พบว่ารายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการได้รับวัคซีนของเด็ก โดยครอบครัวที่มีรายได้ครอบครัวสูงเด็กจะได้รับวัคซีนมากกว่าครอบครัวที่มีรายได้ต่ำ และจากการศึกษาของชูศรี ดิวสกุล (2540) พบว่า รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลี้ยงดูลูกของแม่โดยรวม ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ด้านการป้องกันโรคของแม่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01, .05, .05$ ตามลำดับ)

ประการสุดท้ายที่มีความสำคัญอีกประการหนึ่งในความสำเร็จของการตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คือ การสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมและภาวะสุขภาพของมนุษย์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ House (1981 cited in Brown, 1986) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งประกอบด้วย ความรักใคร่ห่วงใย ความไว้วางใจ ความช่วยเหลือด้านการเงิน สิ่งของ แรงงาน การให้ข้อมูลข่าวสาร ตลอดจนการให้ข้อมูลป้อนกลับและข้อมูลเพื่อการเรียนรู้และประเมินตนเอง ซึ่ง Mercer (1986) กล่าวว่า ความเครียดจากเหตุการณ์ต่างๆ ที่อยู่รอบตัวแม่ เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อความสามารถของแม่ในการกระทำบทบาทแม่ ในขณะที่เดียวกันการสนับสนุนทางสังคมจะทำหน้าที่เสมือนขุมพลังที่จะช่วยเหลือบุคคลในการเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ และสภาพอารมณ์ที่มีต่อสถานการณ์เครียดต่างๆ รวมทั้งทำหน้าที่เสมือนตัวบรรเทาภาวะเครียดที่เกิดขึ้น ช่วยให้มีการปรับตัวดีขึ้น (Cassel & Cobb cited in Norbeck, 1981) การช่วยเหลือ สนับสนุน จากผู้คนแวดล้อมแม่ เช่น สามี ญาติพี่น้อง เจ้านาย เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งบุคลากรทางการแพทย์ เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้แม่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ แม่เรียนรู้เบื้องต้นจากการได้เห็น การคำบอกเล่าจากผู้ใหญ่ จากเพื่อน การอ่านหนังสือได้ แต่สิ่งสำคัญที่สุด คือ กำลังใจจากคนใกล้ชิด คนรอบข้าง นอกจากนี้ การสนับสนุนจากหน่วยงาน ที่ทำงาน นายจ้าง/เจ้านาย ผู้บริหาร และการมีแหล่งให้คำปรึกษาเมื่อเกิดปัญหา ก็มีส่วนช่วยในความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างมากเช่นกัน (นิพนวรรณพร วรมงคล และคณะ, 2547)

2. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

(Emotional Quotient หรือ Emotional Intelligence)

ในอดีตเชื่อกันว่า ผู้ที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้จะต้องมีสติปัญญาที่เฉลียวฉลาดในด้านความคิด ความมีเหตุผล การรู้จักวางแผนความคิดรวบยอด ความจำ ซึ่งสามารถทดสอบทางจิตวิทยาในรูปของ IQ (Intelligent Quotient) พบว่าผู้ที่มี IQ สูง คือ ผู้ที่มีความฉลาดและคาดว่าน่าจะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต แต่ต่อมาพบว่า ผู้ที่มี IQ สูงเป็นจำนวนมากที่ประสบความสำเร็จทั้งด้าน การงาน และชีวิตครอบครัว (จอม ชุมช่วย, 2539) โดยสาเหตุที่คนเก่งแต่ไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต มาจาก การขาดแรงจูงใจที่ดี การขาดการระงับและการควบคุมอารมณ์ความโกรธ การขาดความพยายาม การกลัวความล้มเหลว การที่ไม่สามารถทำในสิ่งที่คิดไว้ได้ การสนใจในสิ่งเล็กน้อยเพียงจุดเดียว หรือเป็นผู้คิดในด้านเดียว ไม่สามารถมองภาพรวมใหญ่ได้ครอบคลุมในหลายด้าน การสูญเสียสมาธิและความสนใจ การไม่กล้าตัดสินใจ การมีนิสัยผลัดวันประกันพรุ่ง การทำงานที่ไม่แล้วเสร็จเล็กน้อย การทำงานกลางคัน การล่าพองตน ไม่เจียมตัว ความมั่นใจในตัวเองมากหรือน้อยเกินไป (วีระวัฒน์ บัณฑิตามัย , 2542) ในปัจจุบันมีการศึกษาทางจิตวิทยาพบว่า คนเราจำเป็นต้องมีความฉลาดทางอารมณ์ หรือ อีคิว (EQ = Emotional Quotient) เป็นปัจจัยสนับสนุนที่สำคัญยิ่งในการนำไปสู่ความสำเร็จ ความสุข มีชีวิตที่มีคุณค่า มีความหมาย สามารถดำเนินชีวิตอย่างรู้คุณค่า และสามารถนำมาพัฒนาศักยภาพตนเองได้อย่างเต็มที่ (กรมสุขภาพจิต, 2546:3)

Gardner (1993) ได้เสนอแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ไว้ว่า ความฉลาดทางเชาว์ปัญญา (IQ) ไม่ได้เป็นเครื่องชี้วัดความสำเร็จของคนเราเสมอไป (เชิดชู อริยศรีวัฒนา, 2543 และ อุมพร ตรังคสมบัติ, 2547) โดยตั้งทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple Intelligence Theory) โดยกล่าวว่า ความฉลาดของคนเรามีถึง 7 ด้าน คือ ด้านภาษา (Linguistic intelligence) ด้านตรรก-คณิตศาสตร์ (Logical-Mathematical intelligence) ด้านมิติ ความสัมพันธ์ของโครงสร้างรูปร่าง (Spatial intelligence) ด้านดนตรีและศิลปะ (Musical intelligence) ด้านการเคลื่อนไหว ความคล่องตัว (Kinesthetic intelligence) การรู้จักเข้าใจตนเอง (Intrapersonal intelligence) และด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal intelligence) จากการเสนอทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple intelligence) นักจิตวิทยาเห็นพ้องต้องกันว่าความฉลาดสองด้านสุดท้ายมีอิทธิพลมากที่สุดในการทำให้คนเราประสบความสำเร็จในชีวิต และนั่นคือความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ (อุมพร ตรังคสมบัติ, 2547)

ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient หรือ EQ)

ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) มาจากคำว่า Emotional Quotient หรือ Emotional Intelligence มีการบัญญัติใช้ครั้งแรกในปี ค.ศ.1990 โดย Mayer & Salovey (1990 cited in Gibb, 1995 อ้างถึงใน กันตวรรณ มีสมสาร, 2544) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ ว่า "เป็นความสามารถที่บุคคลรู้และเข้าใจความรู้สึก ความคิด และสภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้"

มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ชี้นำความคิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผลสอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น” มีคำในภาษาอังกฤษที่มีความหมายใกล้เคียงกันกับคำว่า EQ มากมาย เช่น Social Intelligence, Tacit Knowledge, Personal Intelligence, Practical Intelligence, Emotional Literacy, Emotional Maturity, Emotional Competence, Emotional Knowledge, Emotional IQ ฯลฯ ส่วนคำว่า EQ ในภาษาไทยมีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น ความฉลาดทางอารมณ์ สติอารมณ์ ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ อัจฉริยะทางอารมณ์ ปัญญาทางอารมณ์ ปรีชาเชิงอารมณ์ ฯลฯ (กรมสุขภาพจิต, 2546) สำหรับงานวิจัยนี้ผู้วิจัยจะใช้คำว่า "ความฉลาดทางอารมณ์" ได้มีผู้ให้คำนิยามความหมายของคำว่า EQ ไว้มากมาย ดังนี้

Mayer & Salovey (1990 อ้างถึงในกัณฑ์วรรณ มีสมสาร, 2544) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า "เป็นความสามารถที่บุคคลจะตระหนักรู้ความคิด ความรู้สึกและสภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ รู้จักจำแนกและใช้ข้อมูลให้เกิดประโยชน์ในการชี้นำความคิดและการกระทำของตน" ต่อมา Mayer & Salovey (1997) เพิ่มเติมความหมายของ ความฉลาดทางอารมณ์ โดยขยายความในส่วนของความคิดที่เกี่ยวกับความรู้สึกและอารมณ์ ว่าความฉลาดทางอารมณ์ "เป็นความสามารถในการเรียนรู้ ประเมินและแสดงอารมณ์ของตนได้อย่างเหมาะสม สามารถเข้าถึงและสร้างความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับความคิดได้ รวมทั้งมีการแก้ ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เข้าใจอารมณ์ แยกแยะวิเคราะห์อารมณ์และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี คิดใคร่ครวญและควบคุมภาวะอารมณ์ได้ดีในทางที่จะส่งเสริมให้สุขภาพจิตและสติปัญญาดี สามารถจัดการกับอารมณ์ตนเองและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม"

Bar-on (1992 cited in Goleman, 1995 อ้างถึงในกัณฑ์วรรณ มีสมสาร, 2544) ให้ความหมาย EQ ว่าเป็นองค์ประกอบของความสามารถทางด้านอารมณ์และสังคมของแต่ละบุคคลที่จะปรับตัวให้เข้ากับสิ่ง แวดล้อมได้อย่างประสบความสำเร็จ

Cooper & Sawaf (1997 อ้างถึงในกัณฑ์วรรณ มีสมสาร, 2544) ให้ความหมาย EQ ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และประยุกต์ใช้พลังการรู้จักอารมณ์ของตนเป็นรากฐานในการสร้างความสัมพันธ์และโน้มน้าวผู้อื่นได้

ในปี ค.ศ. 1997 Bar-On ได้ให้ความหมายของ EQ ว่า "เป็นองค์ประกอบของขีดความสามารถ สมรรถนะและทักษะทางจิตพิสัย (Affective Domain) ที่ส่งผลต่อความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดีและประสบความสำเร็จในชีวิต"

Goleman (1998) ให้ความหมายของ EQ ว่า "เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น สามารถบริหารจัดการอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้าง สัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ"

Weisinger (1998) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นการใช้อารมณ์อย่างฉลาดโดยมีความตั้งใจทำให้อารมณ์ของตนทำงานหรือทำประโยชน์ให้กับตนเอง ใช้อารมณ์ในการนำพฤติกรรมและความคิดของตนในทางที่จะส่งเสริมผลงานของตนเอง”

สำหรับในประเทศไทยพบว่า มีนักจิตวิทยาและนักวิชาการต่าง ๆ สนใจ EQ กันเป็นอย่างมาก แต่ยังไม่มีการบัญญัติศัพท์ที่เป็นทางการ ผู้วิจัยจึงขอใช้คำว่า “ความฉลาดทางอารมณ์” เพราะคำว่า “ความฉลาด” หมายถึง ปัญญาหรือความคิดซับซ้อน ปฏิภาณไหวพริบ และคำว่า “อารมณ์” หมายถึง ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อย ๆ (พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2525) โดยมีผู้ให้ความหมายของ EQ ไว้ดังนี้

จอม ชุมช่วย (2539) ให้ความหมายของ EQ ตามแนวคิดของ Howard Gardner ว่า เป็นความสามารถหรือศักยภาพทางอารมณ์ของแต่ละบุคคล ซึ่งจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

1. Interpersonal Intelligence หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และตอบสนองต่ออารมณ์และความต้องการของผู้อื่นอย่างเหมาะสม

2. Intrapersonal Intelligence หมายถึง การรับรู้อารมณ์ของตนเองและสามารถแยกแยะตลอดจนจัดการกับอารมณ์ตนเองเพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสมได้

สุรพงศ์ อัมพันวงษ์ (2541) ให้ความหมายของ EQ ว่า เป็นวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่มีองค์ประกอบในการรู้จักตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใคร มาจากไหน ต้องการอะไรในชีวิต มีความสามารถในการจัดการควบคุมอารมณ์ตนเอง มีวินัยสูง บังคับใจตนเองได้ รู้จักผิดชอบชั่วดี มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ของผู้อื่น มีอารมณ์ร่วมกับผู้อื่น

พระราชวรมุณี (ประยี่ ธัมมจิตโต) (2542) ได้ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นการใช้ปัญญากำกับการแสดงอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผล เป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็จะพลังตาบอด ปัญญาจึงเป็นตัวที่จะมากำกับชีวิตของเราให้การแสดงออกไปในทางที่ถูกต้อง

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542) ให้ความหมายของ EQ ว่า “เป็นความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่า และมีความสุข” โดยอธิบายความหมายของคำว่า คนดี มีคุณค่าและมีความสุข ไว้ดังนี้

การเป็นคนดี หมายถึงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งก็คือ ความเมตตา กรุณา ในแง่ของพุทธศาสนาก็คือ “ศีล” นั่นเอง

การมีคุณค่า มีความหมายสอดคล้องกันการมีสติรู้ตัว (Awareness)

ส่วน **การมีความสุข** เกิดจากการรู้จักมองโลก เลือกว่ามีความสุขใส่ตัวเมื่อเกิดความทุกข์ก็หาวิธีแก้ไข ซึ่งก็คือการใช้ “ปัญญา” นั่นเอง

ทศพร ประเสริฐสุข (2542) ให้ความหมายของ EQ ว่า "เป็นความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่จะตระหนักถึงความรู้สึก/ความคิดและอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายในตลอดจนสามารถรอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้ อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักขจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนเองได้ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้ตามได้อย่างมีความสุข จนประสบความสำเร็จในการเรียน ในอาชีพ ตลอดจนประสบความสำเร็จในชีวิต"

คันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2542) ให้ความหมายของ EQ ว่า "เป็นความสามารถในการพัฒนาอารมณ์"

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2542) ให้ความหมายของ EQ ว่า "เป็นความสามารถทางอารมณ์ หรือปรีชาเชิงอารมณ์" ซึ่งจะต้องมีการพัฒนาบุคคลทั้งด้านพฤติกรรม (ศีล) จิตใจ (สมาธิ) และปัญญา โดยเฉพาะปัญญาซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญสุดท้ายในฐานะตัวปรับแก้และปลดปล่อยที่จะทำให้จิตใจ รวมทั้งอารมณ์ให้เป็นอิสระพ้นจากการบีบคั้นครอบงำของสิ่งแวดล้อม ทำให้เกิดจิตใจอันมีอารมณ์ ความรู้สึกที่เกื้อกูล เป็นคุณทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

จีระวัฒน์ บัณฑิตามัย (2542) ให้ความหมายของ EQ ว่า "เป็นการเรียนรู้จักอารมณ์ ความรู้สึกของตนให้ตระหนัก มีสติรู้เท่าทันสาเหตุและความแปรผันด้านอารมณ์ของตนเอง เป็นการเรียนรู้ พูดคุยภายในตน (Intraindividual Talk) บริหารจัดการอารมณ์ ภาวะอารมณ์ อุบนิสัยใจคอของตนไปในทางที่สร้างประโยชน์แก่ทุกฝ่าย สร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองในทางที่สร้างสรรค์ นำความฉลาดทางอารมณ์ของตนออกมาติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal Relations) ทั้งรูปแบบของการสื่อสาร ความเก่งคน ความเข้าอกเข้าใจคน เอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empaty) และเป็นการที่บุคคลมี A Sense of proportion รักษาความสมดุลของเหตุผลกับอารมณ์ บริหารจัดการความสัมพันธ์งานในหน้าที่ของตนเองกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

มนัส บุญประกอบ (2542) ให้ความหมายของ EQ ว่า "เป็นความสามารถที่จะอ่านใจหรือรู้ถึงใจเขาใจเราของบุคคลได้ ตลอดจนการรู้จักควบคุมและใช้อารมณ์ ความรู้สึกได้อย่างเหมาะสม มองโลกในแง่ดี มีความเป็นผู้นำและรู้จักที่จะรักษาสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นไว้ได้อีกด้วย

สำหรับในเด็กอายุ 3-5 ปี มีผู้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก หมายถึง ความสามารถในการรู้จัก เข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับวัย มีการประพฤติปฏิบัติในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข โดยประเมินได้จากคุณลักษณะ 3 ด้าน คือ ด้านดี – รู้จักอารมณ์ มีน้ำใจ รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด ด้านเก่ง – กระตือรือร้น/สนใจใฝ่รู้ ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง กล้าพูดกล้าบอก ด้านสุข – มีความพอใจ อบอุ่นใจ สนุกสนาน ร่าเริง (กรมสุขภาพจิต, 2546)

กล่าวโดยสรุป ความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก (EQ) หมายถึง ความสามารถของเด็กที่จะรู้จัก ตระหนักและเข้าใจถึงความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น มีความสามารถในการปรับตัว มีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมตามวัย และสามารถนำความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองมาสร้างพลังในการพัฒนาสิ่งต่างๆรอบตัว ซึ่งหมายความว่า ความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก เป็นคุณลักษณะพื้นฐานสำคัญที่จะนำไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ทั้งความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ความฉลาดทางอารมณ์ส่งผลให้เด็กมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ หรือ บรรลุถึงระดับ สูงสุดของพัฒนาการทางอารมณ์ตามวัย

ความเป็นมาของการศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

ในปี ค.ศ.1920 Thorndike ได้บัญญัติศัพท์คำว่า "Social Intelligence" และให้ความหมายว่าเป็นความสามารถเข้าใจผู้อื่น มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันได้อย่างเหมาะสมแต่ไม่ได้รับความนิยมนื่องจากเข้าใจว่าเป็นการจกกระทำผู้อื่น (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542)

ในปี ค.ศ.1970 Mintzberg ได้เสนอว่า สมองซึกขวจะมีผลต่อความรับผิดชอบกระบวนการตัดสินใจ การติดต่อเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับผู้อื่น การจัดสรรทรัพยากร ส่วนสมองซึกซัยจะมีผลต่อการคิดวางแผนและวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542)

ในปี ค.ศ.1970 Livingston พบว่า ความสำเร็จของการเรียนหรือการอบรมไม่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความสำเร็จในการบริหารจัดการ และเสนอว่าความสามารถในการแสดงความเชื่ออาหาร ความรับรู้และเข้าใจในปฏิกิริยาทางอารมณ์ของผู้อื่นเป็นสิ่งที่ผู้บริหารระดับกลางควรได้รับการพัฒนา ผู้บริหารระดับกลางที่ไม่รับรู้ภาวะอารมณ์ของผู้อื่น (Emotional Blind) ทำให้ประสบปัญหาในการบริหารจัดการคนในองค์กร (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542)

ในปี ค.ศ.1973 McClelland (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542) เสนอความคิดด้าน EQ ไว้ดังนี้

1. เกรดเฉลี่ย บอกความสำเร็จของการเรียนแต่ไม่ได้บอกถึงความสำเร็จของอาชีพ
2. แบบวัด IQ และแบบวัดความถนัด ไม่สามารถบอกความสำเร็จในอาชีพหรือในชีวิต
3. แบบทดสอบและผลการเรียน สามารถทำนายการปฏิบัติงานได้
4. การวัดสมรรถนะ ควรวัดในสิ่งที่ผู้ถูกวัดได้กระทำมากกว่าการคิดวางแผน โดยไม่ได้กระทำจริง

ในปี ค.ศ.1983 Gardner ได้เสนอแนวคิดที่ว่า "ความสำเร็จของมนุษย์ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความสามารถทางสติปัญญาเพียงอย่างเดียว แต่จะขึ้นอยู่กับความสามารถทางอารมณ์ของบุคคลด้วย"

ในปี ค.ศ.1990 Mayer & Salovey ได้บัญญัติศัพท์คำว่า EQ หรือ Emotional Quotient และศึกษาทางสมองเพื่อทำความเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ เรียกว่า EI โดยแบ่งออกเป็น 5 ด้าน ดังนี้ การรู้จักอารมณ์ของตนเองตามความเป็นจริง การจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม การจูงใจ

ตนเองโดยควบคุมให้กำลังใจและจิตใจตนเองได้ การตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของบุคคล รู้ความต้องการ และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

ในปี ค.ศ.1993 Gardner ได้เสนอแนวคิด "Multiple Intelligences: The Theory in Praticce"

ในปี ค.ศ.1994 Damasio ได้ศึกษาวิจัยยืนยันว่า การให้เหตุผล การตัดสินใจของสมองและอารมณ์ความรู้สึกมีส่วนเกี่ยวข้องกับสัมพันธกันอย่างแยกไม่ออก

ในปี ค.ศ.1995 Goleman ได้เป็นผู้ที่มีส่วนให้ EQ เป็นที่สนใจอย่างแพร่หลาย โดยบัญญัติศัพท์คำว่า "Emotionality" ขึ้น และได้แยก EQ ออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้ การจงใจและการมองโลกในแง่ดี หรือการมีความหวัง การเห็นอกเห็นใจ การรู้จักแสดงออก และภาวะผู้นำ หรือ การบริหารจัดการกลุ่มได้

และ Goleman ได้เขียนหนังสือ "Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ" และ Gardner ได้เสนอบทความโดยเน้นว่า IQ จะส่งผลให้บุคคลประสบความสำเร็จได้ 20% อีก 80% เป็นผลมาจาก EQ ทำให้มีผู้สนใจมากยิ่งขึ้น และในปี ค.ศ.1998 Goleman เสนอว่า EQ มีความสำคัญต่อการเป็นผู้นำ ทำให้นักบริหารและบุคลากรในวิชาชีพต่าง ๆ ให้ความสนใจที่จะพัฒนา EQ มากขึ้น

ความฉลาดทางอารมณ์กับกายวิภาคและสรีระวิทยาของสมอง

ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เป็นผลจากการทำงานที่ประสานเกี่ยวข้องกันภายในสมองของมนุษย์ โดยนักวิทยาศาสตร์ได้แบ่งสมองของมนุษย์ออกเป็น 2 ส่วน คือ สมองซีกซ้ายและสมองซีกขวา และจากการศึกษาของ Sperry (1960, อ้างถึงในวีระวัฒน์ บัณฑิตามัย, 2542) พบว่า สมองทั้ง 2 ส่วน มีหน้าที่แตกต่างกัน ไม่เกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน ดังนี้ สมองซีกซ้าย มีหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายด้านขวา การใช้ภาษา การพูด การอ่าน การเขียน การคิดวิเคราะห์ การวางแผน การคิดตามความเป็นจริง การใช้เหตุผล การคิดคำนวณ การแก้ไขปัญหา การคิดเป็นลำดับขั้นตอนและการรับรู้ที่เป็นลำดับ และสมองซีกขวา มีหน้าที่ในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายด้านซ้าย การจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ การคาดคะเน ญาณหยั่งรู้เรื่องของจิตใจ การประมวลสิ่งเร้าต่าง ๆ พร้อม ๆ กัน การคิดในสิ่งที่เป็นภาพรวม การคิดเชิงมิติสัมพันธ์ การรับรู้โดยภาพรวม อารมณ์ สีหน้า ศิลปะและภาพสัญลักษณ์ต่าง ๆ

Maclean (1970, อ้างถึงในวีระวัฒน์ บัณฑิตามัย, 2542) ได้ศึกษาพบว่าสมองมี 3 ชั้น คือ ชั้น Reptilian เป็นชั้นในสุดของสมอง ทำหน้าที่เกี่ยวกับสัญชาตญาณ อุปนิสัยดั้งเดิมที่ไม่ได้ขัดเกลา ชั้น Limbic System เป็นสมองชั้นกลาง ซึ่งมี Amygdala เป็นส่วนประกอบทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์พื้นฐาน เช่น โกรธ ก้าวร้าว กลัว เป็นศูนย์ของการรับรู้ ตอบสนองชั้นนอก และชั้น Neocortex หรือ Cerebral System เป็นสมองชั้นนอก มีหน้าที่เกี่ยวกับการคิด การรับรู้ การพูด การวางแผนต่าง ๆ เรียกว่า "The Thinking Brain" ซึ่งสมองส่วนนี้ทำให้มนุษย์มีความแตกต่างจากสัตว์อื่น ๆ

จากการศึกษาของ LeDoux (1993, อ้างถึงในวีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542) ได้ศึกษาพบว่า อารมณ์สำคัญ ๆ ของมนุษย์มีระบบประสาทที่เป็นเฉพาะของตนในสมองในส่วนของ Limbic System และนักวิทยาศาสตร์ได้แบ่งส่วนของสมองออกเป็น 4 ส่วน คือ สมองซีกซ้ายด้านบน ทำหน้าที่ในการคิด วิเคราะห์ ความมีเหตุผล การคิดเชิงปริมาณ การแก้ไขปัญหาต่าง ๆ สมองซีกซ้ายด้านล่าง ทำหน้าที่จัดระเบียบ จัดลำดับให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้ สมองซีกขวาด้านบน ทำหน้าที่รับรู้ การคิดภาพรวม ญาณหยั่งรู้ การสังเคราะห์ การมองการณ์ไกล และสมองซีกขวาด้านล่าง ทำหน้าที่ในการรับรู้อารมณ์ความรู้สึก และด้านมนุษยสัมพันธ์

สมองส่วนหน้า (Frontal Lobe) จะเกี่ยวข้องกับอารมณ์ที่ซับซ้อน ซึ่งสมองของมนุษย์จะมีเนื้อสมองส่วนหน้ามากกว่าสัตว์ชนิดอื่น ๆ มาก ดังนี้ มนุษย์มีสมองส่วนหน้า 30% ของทั้งหมด ลิงชิมแปนซีมีสมองส่วนหน้า 15% ของทั้งหมด ค่างมีสมองส่วนหน้า 9% ของทั้งหมด แมวมีสมองส่วนหน้า 3% ของทั้งหมด โดยแบ่งสมองส่วนหน้าออกเป็น 3 ส่วน คือ Orbito frontal อยู่บริเวณฐานสมองของสมองส่วนหน้า มีความเกี่ยวข้องกับสมาธิ การยับยั้งชั่งใจและความมั่นคงทางอารมณ์ Frontal Convexity อยู่บริเวณผิวด้านนอกของสมองส่วนหน้า มีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์สุนทรีย์ ความไวต่ออารมณ์ และ Medial frontal อยู่บริเวณแนวกลางของสมองส่วนหน้า มีความเกี่ยวข้องกับการควบคุมกล้ามเนื้อของขาทั้ง 2 ข้าง มีหน้าที่ทางอารมณ์ไม่ชัดเจน

สมองส่วนหน้าจะมีเส้นประสาทเชื่อมต่อกับสมองส่วนอื่น ๆ มากมาย โดยเฉพาะกับสมองส่วน Limbic Thalamic และ Cortex ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงอารมณ์พื้นฐานที่เป็นสัญชาตญาณกับอารมณ์ที่ซับซ้อน ซึ่งถูกปรับเปลี่ยนให้เกิดการปรับตัวตามอิทธิพลต่าง ๆ เช่น สังคม วัฒนธรรม (เทิดศักดิ์ เดชคง, 2542)

Goleman (1995) รายงานว่า การทำงานของ Amygdala และปฏิสัมพันธ์ของ Amygdala กับ Neocortex คือ หัวใจของ EQ และถ้าบุคคลเกิดอารมณ์รุนแรง เช่น โกรธ หรือกังวลมาก ๆ จะทำให้การทำงานของสมองส่วนหน้าที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับความจำแบบปฏิบัติงานหรือความจำช่วงสั้นบกพร่องได้ Damasio (1994, อ้างถึงใน Goleman, 1995) กล่าวว่า สมองในส่วนที่เป็นอารมณ์มีส่วนร่วมในการใช้เหตุผลเช่นเดียวกับสมองในส่วนที่ใช้ในความคิด ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2542) เห็นว่า ความคิดตลอดจนเขาวนปัญญามีส่วนสัมพันธ์เกี่ยวข้องซึ่งกันและกันเพราะอารมณ์สามารถเปลี่ยนแปลงหรือมีผลต่อความคิด เขาวนปัญญาของบุคคลเป็นผลมาจากสภาพอารมณ์ จิตใจ ตลอดทั้งสภาพความสมบูรณ์ของสุขภาพประกอบด้วย

ความสัมพันธ์ของ EQ กับสรีรวิทยาของร่างกาย

ปัจจุบันวงการแพทย์-พยาบาลได้ให้ความสำคัญในการดูแลผู้ป่วยให้ครอบคลุมทั้งด้านร่างกายและจิตใจเป็นการดูแลแบบองค์รวม โดยเชื่อในแนวคิดของ Mind-Body Medicine แนวคิดนี้เชื่อว่า เมื่อร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงจะมีผลทำให้จิตใจเปลี่ยนแปลงไปด้วย และในทางตรงข้าม เมื่อ

จิตใจเปลี่ยนแปลงก็จะส่งผลต่างร่างกายเช่นเดียวกัน นั่นก็คือทั้งร่างกายและจิตใจมีความสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ได้ออก ความสัมพันธ์ของร่างกายและจิตใจ ประกอบด้วยระบบใหญ่ ๆ 3 ระบบ คือ

1. ระบบประสาทอัตโนมัติ คือ

ระบบประสาท Sympathetic เป็นระบบประสาทในการตื่นตัว

ระบบประสาท Parasympathetic เป็นระบบประสาทในการผ่อนคลาย

2. ระบบฮอร์โมน เช่น ฮอร์โมนจากต่อมหมวกไต, ต่อมใต้สมองและอื่น ๆ

3. ระบบภูมิคุ้มกันโรค ซึ่งบางส่วนจะติดต่อกับระบบประสาทอัตโนมัติและระบบฮอร์โมน

จิตใจที่มีความผ่อนคลายจะส่งผลให้ร่างกายทำงานอย่างสมดุลเป็นปกติ ระบบประสาทต่าง ๆ จะทำงานประสานกันเป็นอย่างดี ฮอร์โมนจากต่อมหมวกไตจะขับออกน้อยลง ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายจะทำงานมากขึ้น แต่ถ้าจิตใจมีความตึงเครียด อารมณ์รุนแรง การทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายก็จะทำงานเสียสมดุลไปด้วย ทำให้เกิดการเจ็บป่วยทางกายตามมาได้ ดังนั้นผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่มีความสุข มีความผ่อนคลายทางจิตใจ มีภูมิคุ้มกันโรคมากขึ้น ร่างกายแข็งแรงกว่าผู้ที่มี EQ ต่ำ

ความเชื่อเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

วิระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) ได้เสนอความเชื่อเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ไว้ดังนี้

1. ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เป็นผลร่วมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมในแต่ละวัฒนธรรม โดยเชื่อว่าแหล่งที่มีบทบาทต่อพฤติกรรมที่แสดงถึงบุคคลที่มี EQ สูง คือ บ้าน ครอบครัว สื่อ โรงเรียน บทบาทของสถานการณณ์และวัฒนธรรมหรืออนุวัฒนธรรม เป็นต้น

2. EQ เกี่ยวข้องอย่างมากกับวุฒิภาวะอารมณ์ที่เจริญสมวัย (Maturity) โดยเชื่อว่า อายุมีความสัมพันธ์กับ EQ บุคคลในช่วงวัยเด็ก วัยรุ่น อาจมี EQ ที่แตกต่างไปจากระดับ EQ ของคน ๆ เดียวกัน เมื่อเติบโตเข้าสู่วัยผู้ใหญ่หรือเมื่ออายุมากขึ้นแล้ว

3. เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบฉบับที่เป็นปกติวิสัยของบุคคลนั้น เชื่อว่า การเรียนรู้ของ EQ มักจะเกิดขึ้นกับชีวิตในช่วงหลังการศึกษาเล่าเรียนเป็นส่วนมาก

4. EQ สามารถเรียนรู้ได้ ฝึกฝนได้และพัฒนาได้

Goleman (1998) กล่าวถึงการพัฒนา EQ ว่า EQ ไม่ได้ถูกกำหนดตายตัวจากพันธุกรรมและไม่ได้พัฒนามากในช่วงวัยเด็กตอนต้นเหมือน IQ แต่จากการเรียนรู้และสามารถดำเนินต่อไปเรื่อย ๆ การพัฒนา EQ เป็นการฝึกสมองทั้ง 2 ด้านโดยเฉพาะในสมองซีกของ Limbic System แต่ใช้ความอดทนและเอาจริงเอาจัง ซึ่งเกี่ยวข้องโดยตรงกับระดับประสบการณ์ของบุคคล การเรียนรู้ของ EQ มีทั้งที่ไม่ปรากฏให้เห็นซึ่งถือเป็นการเรียนรู้ได้ต่อกันภายในตัวบุคคล หรืออาจแสดงออกมาอย่างชัดเจนก็ได้ Bar-On (1992, อ้างถึงใน Stuller, 1997) เชื่อว่า EQ พัฒนาได้ตั้งแต่ในวัยเด็กไปจนถึงอายุ 50 ปี

5. ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ได้ในนัยของความเหมาะสม หมายถึง สามารถประเมิน EQ ได้โดยใช้ความเหมาะสมมากกว่าจะกำหนดเป็นเรื่องของความถูก-ผิด หรือขาว-ดำ ดี-ชั่ว

หรือการประเมินเป็นแต้มคะแนน ระดับ EQ ของบุคคลในการประเมินแต่ละครั้งอาจมีค่าที่ผันแปรได้ การประเมิน EQ ควรใช้เครื่องมือวัดหลาย ๆ รูปแบบประกอบร่วมกัน

6. มีหลายองค์ประกอบร่วม (Multifactorial) EQ เป็นผลมาจากการอบรมเลี้ยงดู ภาวะแวดล้อม วัฒนธรรม การเรียนรู้ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ บุคลิกภาพที่มีผลต่อพัฒนาการทางสังคม อารมณ์ สติปัญญาของบุคคลและเป็นผลจากการเรียนรู้ภายในตนและภายนอกตน

การกำหนดความหมายและการอบรมขัดเกลานิสัยทางสังคมของบุคคล เป็นผลร่วมของปฏิสัมพันธ์ใน 2 ลักษณะคือ การซึมซับเข้าสู่ตัวเองกับการแสดงออกกับสิ่งแวดล้อมภายนอกตน การหล่อหลอมพัฒนา EQ เป็นผลร่วมจากทั้ง 4 ปัจจัย คือ การกำหนดคุณค่าภายในตน การดูดซึมซับและการปรับตัว การขัดเกลานิสัยทางสังคมและการแสดงออกให้ปรากฏ

7. ความสัมพันธ์ของ EQ กับ IQ ไม่แน่นอน ผู้ที่มี EQ สูงมักมีแนวโน้มที่จะมี IQ สูงด้วย เนื่องจากองค์ประกอบของ EQ จะช่วยเสริมให้บุคคลเรียนรู้และแก้ไขปัญหาได้ดียิ่งขึ้น กลุ่มบุคคลที่มี IQ สูง 120-140 เมื่อเข้ามาทำงานด้วยกันร่วมกันแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เป็นทีม พบว่า IQ ของกลุ่มอาจเหลือแค่ 80-90 ก็ได้ ดังนั้น IQ รายบุคคลสูงจึงไม่ได้เป็นหลักประกันว่า EQ ของกลุ่มจะสูงตามไปด้วย

Eysenck (1994) เชื่อว่า ความฉลาดทางสังคม (Social Intelligence) เป็นผลร่วมของหลาย ๆ ตัวแปรด้วยกัน อาทิ แรงจูงใจ อาหาร ปัจจัยทางวัฒนธรรม ครอบครัว การศึกษา บุคลิกภาพ สุขภาพ ประสิทธิภาพ ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม พัฒนาการของเขาวงกตทางสังคมจะมีได้ก็ต่อเมื่อบุคคลมีสภาพความพร้อมทางสรีระทางพันธุกรรมและชีวเคมี ซึ่งเรียกโดยรวมว่า ความฉลาดทางชีววิทยา (Biological Intelligence) ซึ่งจะส่งผลถึงพัฒนาการของความฉลาดทางปัญญาทางสมอง (Psychometric Intelligence) มีองค์ประกอบสำคัญ 4 อย่างคือ ปัจจัยของครอบครัว วัฒนธรรม ฐานะทางเศรษฐกิจ และสังคม และการศึกษาที่ได้รับ

Eysenck (1994) เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีภาวะอารมณ์พื้นฐานอยู่ในตัวเหมือนกัน แต่ในระดับที่แตกต่างกัน ซึ่งอารมณ์มีการเปลี่ยนแปลงไม่แน่นอน แต่มีผลต่อความสุขและมีความเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ของโลก

องค์ประกอบพื้นฐานของความฉลาดทางอารมณ์

นักวิชาการและนักจิตวิทยาต่าง ๆ ได้ให้แนวความคิดเกี่ยวกับโครงสร้างและองค์ประกอบของ EQ ไว้มากมาย ดังนี้

Wagner & Sternberg (1985) ได้เสนอ "Practical Intelligence" ว่าเป็นพฤติกรรมของผู้ที่มีความสามารถในการจัดการเพื่อส่งเสริมเกื้อหนุนให้ตนประสบความสำเร็จในวิชาชีพ ในการบริหาร และในชีวิต โดยมีความสามารถใน 3 ด้าน ดังนี้

1. การครองตน (Managing Self) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการตนเองให้บรรลุเป้าหมายได้ผลผลิตสูงสุด โดยการจัดลำดับกิจกรรมที่จะต้องกระทำ การกระตุ้นชี้นำตนให้มุ่งสู่ผลสัมฤทธิ์และการสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง เป็นต้น

2. การครองคน (Managing Others) หมายถึง การมีทักษะความรู้ในการบริหารผู้ใต้บังคับบัญชา และมีความสัมพันธ์อันดีทางสังคม ความสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ การบริหารจัดการงานให้ตรงกับความสามารถของบุคคล การให้รางวัลตามผลงานและความเหมาะสม เป็นต้น

3. การครองงาน (Managing Career) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการงานให้บรรลุตามเป้าหมายขององค์กร สร้างชื่อเสียงและประโยชน์ต่อองค์กร สังคมและประเทศชาติ เป็นต้น

Salovey & Mayer (1990) เป็นผู้บัญญัติศัพท์คำว่า EQ และได้เสนองค์ประกอบของ EQ ไว้ 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นการรู้จักภาวะอารมณ์ของตน เป็นการประเมินภาวะอารมณ์และแสดงอารมณ์ของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สมบุคคลที่มีความสามารถในการปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นผู้ที่สามารถรับรู้ ระบุ และจำแนกภาวะอารมณ์ของตนได้ โดยเชื่อว่าระดับอายุมีผลต่อการรับรู้อารมณ์ บุคคลที่มีอายุมากขึ้น จะมีการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ถูกต้องมากขึ้นด้วย

2. ขั้นการควบคุมอารมณ์ เป็นการควบคุมกำกับดูแลภาวะอารมณ์ของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับกาลเทศะ ตลอดจนสามารถควบคุมอารมณ์ของผู้อื่นได้ด้วย

3. ขั้นการใช้ความฉลาดทางอารมณ์ ภาวะอารมณ์ที่แตกต่างกันจะมีผลต่อการแก้ไขปัญหาได้แตกต่างกัน รวมทั้งมีผลต่อการปรับตัวที่แตกต่างกัน และพบว่าบุคคลแต่ละคนจะมีความสามารถในการใช้ประโยชน์จากภาวะอารมณ์ของตนได้แตกต่างกัน

ในปี ค.ศ.1997 Mayer & Salovey ได้ปรับปรุงองค์ประกอบของ EQ ใหม่โดยเสนอไว้ 4 ขั้นตอน แต่ละขั้นตอนจะเรียงลำดับความสามารถของ EQ จากง่ายไปหายาก ดังนี้

1. การรับรู้ การประเมินหรือการตีความ และการแสดงออกของอารมณ์ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบย่อย ดังนี้ ความสามารถในการระบุภาวะอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้ถูกต้อง ความสนใจในการระบุภาวะอารมณ์ของผู้อื่นได้ถูกต้อง ความสามารถในการแสดงออกของอารมณ์ได้ถูกต้อง แสดงความต้องการได้ตรงตามความรู้สึกอย่างเหมาะสมและถูกกาลเทศะ และความสามารถในการจำแนกรู้สึกต่าง ๆ ได้ถูกต้อง

2. การเกื้อหนุนการคิดของอารมณ์ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบย่อย ดังนี้ ความรู้สึกอารมณ์ สามารถช่วยในการจัดลำดับความสำคัญเพื่อแก้ปัญหาได้ อารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างชัดเจน จะเกื้อหนุนในการตัดสินใจได้ดียิ่งขึ้น โดยรู้ว่าจะไม่ให้เหตุการณ์นั้น ๆ เกิดขึ้นอีก และจดจำความรู้สึกต่าง ๆ ได้ดียิ่งขึ้น อารมณ์หรือความรู้สึกที่เปลี่ยนไป ทำให้ความคิดเปลี่ยนไปด้วย สามารถคิดในทาง

สร้างสรรค์ ละเอียดรอบคอบ และมองสถานการณ์หรือปัญหาได้หลายด้านมากยิ่งขึ้น และภาวะอารมณ์ต่าง ๆ ทำให้บุคคลคิดหาแนวทางแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ดีขึ้น รู้สึกเป็นสุข ทำให้จิตใจเปิดกว้าง รับฟังความคิดเห็น มีเหตุผล มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

3. การเข้าใจ การวิเคราะห์ และการใช้ความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบย่อย ดังนี้ สามารถระบุความรู้สึกหรืออารมณ์ได้และเห็นความเชื่อมโยงระหว่างอารมณ์กับพฤติกรรมและคำพูดได้ สามารถตีความหมายของอารมณ์ที่เกิดขึ้นสืบเนื่องจากอารมณ์หนึ่ง ๆ ได้ เช่น การพลัดพรากสูญเสียทำให้เกิดความเศร้าใจ เป็นต้น สามารถเข้าใจอารมณ์ที่ซับซ้อนได้ เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกหลายอย่างที่เกิดขึ้นใกล้เคียงกันได้ เช่น ความรู้สึกทั้งรัก ทั้งเกลียด ทั้งขยะแขยง เป็นผลจากอารมณ์ร่วมของความโกรธและความกลัว เป็นต้น และสามารถเข้าใจความผันแปรของอารมณ์หรือความรู้สึกต่าง ๆ ได้

4. การคิดใคร่ครวญและการควบคุมอารมณ์ของตนเองเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสติปัญญา และอารมณ์ของบุคคล ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบย่อย ดังนี้ สามารถยอมรับหรือเปิดใจรับต่อความรู้สึกหรืออารมณ์ต่าง ๆ ทั้งในด้านบวก และด้านลบได้ตามความเป็นจริง สามารถคิดใคร่ครวญได้ว่าจะยึดถือหรือปล่อยวางตนออกจากอารมณ์ความรู้สึกอันใดอันหนึ่งได้ โดยพิจารณาจากข้อมูลที่ได้รับและคำนึงถึงประโยชน์ที่เกิดขึ้นต่อตนเองและผู้อื่น รับรู้และเข้าใจความรู้สึกหรืออารมณ์เหล่านั้นอย่างชัดเจนและถูกต้อง มีเหตุผล รู้ว่าอารมณ์เหล่านั้นจะส่งผลต่อการปฏิบัติของตนเองอย่างไร และสามารถบริหารจัดการภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ ลดความรุนแรงของอารมณ์ทางลบได้ รวมทั้งสามารถแสดงอารมณ์ในทางบวกได้โดยไม่บิดเบือนหรือมีกลวิธีในการป้องกันตนเองมากเกินไป

จะเห็นได้ว่า องค์ประกอบของ EQ ที่ Mayer & Salovey (1997) ปรับปรุงใหม่นี้จะเน้นด้าน "ปัญญา" ทางอารมณ์ และเน้นว่าอารมณ์มีบทบาทในการจัดลำดับและชี้นำความคิดของบุคคลสู่ข้อมูลที่สร้างสรรค์และน่าสนใจ

Bar-On (1992) ได้เสนอองค์ประกอบของ EQ โดยแบ่งออกเป็น 5 ด้าน 15 ลักษณะที่สำคัญ ดังนี้

1. ความสามารถภายในตนเอง คือ การตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนเอง ความกล้าแสดงสิทธิแห่งตน การคำนึงถึงตนเอง การตระหนักรู้แห่งตนและความเป็นอิสระเอกเทศ
2. ความสามารถระหว่างบุคคล คือ ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบต่อสังคม
3. ความสามารถในการปรับตัว คือ การแก้ปัญหา การทดสอบความจริงและความยืดหยุ่น
4. ความสามารถในการจัดการความเครียด คือ การอดทนต่อความเครียดและการควบคุมความวุ่นวาย

5. ความสามารถในการจูงใจตนเองและภาวะอารมณ์ คือ ความเป็นสุข และการมองโลกในแง่ดี

Cooper & Sawaf (1997) ได้เสนอโครงสร้าง EQ ไว้เพื่อสะดวกแก่การวัดที่เรียกว่า EQ Map ซึ่งประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลัก 4 ด้าน คือ

1. ความรอบรู้ในอารมณ์ (Emotional Literacy) หมายถึง การรู้จักอารมณ์ของตนเอง รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ของตน ซึ่งจะทำให้เกิดการรับรู้ การควบคุมตัวเอง และมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีพลังอำนาจในตัวเอง คือ ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์ (Emotional honesty) คือ การรับรู้อารมณ์ของตนเองตรงตามความเป็นจริงอย่างถูกต้อง การสร้างพลังอารมณ์ หรือ อารมณ์ที่มีพลัง (Emotional energy) คือ การรวบรวมอารมณ์ของตนเองให้เกิดเป็นพลังที่สร้างสรรค์ การรับผลย้อนกลับของอารมณ์ (Emotional feedback) คือ รู้ว่าอารมณ์ทุกอารมณ์มีความสำคัญ เพราะสามารถทำให้เกิดปัญหาข้อขัดแย้ง หรือเป็นโอกาสในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลได้ การสร้างสัมพันธ์เชื่อมโยง และการหยั่งรู้ด้วยตนเองตามความเป็นจริง (Emotional connection & Intuition)

2. ความเหมาะสมทางอารมณ์ (Emotional Fitness) หมายถึง การปรับวางอารมณ์ของตนได้อย่างยืดหยุ่น เป็นการสร้างแรงบันดาลใจให้ตนเองและผู้อื่น คือ การสร้างความเชื่อถือได้ให้เกิดแก่ตนเอง (Authenticity) การเป็นผู้ที่ไว้วางใจได้ การสร้างสรรค์อยู่ตลอดเวลา ไม่พอใจที่จะอยู่กับที่ (Constructive Discontent) และความสามารถในการกลับคืนสู่สภาพปกติและการเดินหน้าต่อไป (Resilience & Renewal)

3. ความลึกซึ้งทางอารมณ์ (Emotional Depth) หมายถึง ระดับความลึกซึ้งของอารมณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนา เป็นการสำรวจแนวทางที่จะปรับชีวิตและหน้าที่การงานของตนให้ตรงกับเป้าหมายและศักยภาพของตนเอง คือ ความผูกพันในงาน ความรับผิดชอบและการมีสติ การมีเป้าหมายและศักยภาพที่โดดเด่น ความซื่อตรง ทำงานอย่างซื่อสัตย์และยึดเหนี่ยวในหลักจริยธรรม มีสัจจะรักษาคำพูด คำพูดกับการกระทำตรงกัน มีคุณธรรม กล้ายอมรับข้อผิดพลาดของตนอย่างเปิดเผย และสามารถโน้มน้าวใจผู้อื่นได้โดยปราศจากการใช้อำนาจ

4. ความผันแปรของอารมณ์ (Emotional Alchemy) เป็นความสามารถในการใช้อารมณ์และสัญชาตญาณด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และมีสมรรถภาพในการเผชิญปัญหาและความกดดันต่าง ๆ คือ การแสดงการหยั่งรู้ได้ ความสามารถในการคิดใคร่ครวญ การเล็งเห็นโอกาส และการสร้างอนาคต

Goleman (1995) ได้เสนอองค์ประกอบของ EQ ตามแนวคิดของ Salovey & Mayer (1990) ไว้ 5 ด้าน คือ

1. การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง (Know one's Emotional หรือ Self Awareness) หมายถึง การเข้าใจหยั่งรู้ในการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ความต้องการของตนตามกาลเวลาและสถานการณ์

เป็นการตระหนักรู้ตนเองในการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของตนตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนได้

2. การบริหารจัดการอารมณ์ของตนเอง (Managing Emotions) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตน ควบคุมจัดการกับความรู้สึกหรือภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์และความเป็นจริงโดยการรู้จักตระหนักรู้ในภาวะอารมณ์ของตน และสามารถควบคุมตนเองได้เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด มีเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด สลัดความวิตกกังวลที่รุนแรงต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว ไม่สร้างความทุกข์ให้เกิดขึ้นกับตนและสามารถนำพาอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปของตนให้กลับสู่สภาวะปกติได้อย่างรวดเร็ว

3. ความสามารถในการจูงใจตนเอง (Motivating Oneself) หมายถึง ความสามารถในการควบคุมความต้องการของตนเองและแรงกระตุ้นในตัวเองได้อย่างเหมาะสม สามารถกระตุ้นเตือนตนให้เป็นผู้ที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ผลักดันตนเองให้ไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ มองโลกในแง่ดี มีการจูงใจและให้กำลังใจตนเองได้

4. ความสามารถในการรับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น (Recognizing Emotions in Others) หมายถึง ความสามารถในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา รู้เท่าทันในความรู้สึก ความต้องการความเดือดร้อน วิตกกังวลของผู้อื่นได้ มีไหวพริบ และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

5. ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Handling Relationship) หมายถึง ความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นและสามารถรักษาสัมพันธ์ภาพไว้ได้เป็นอย่างดี มีความสามารถในการเจรจาแสวงหาทางออก การสร้างสัมพันธ์ภาพส่วนตัวและสามารถวิเคราะห์สถานการณ์ทางสังคมได้เป็นอย่างดี

ต่อมาในปี ค.ศ.1998 Goleman ได้เสนอกรอบแนวคิดเกี่ยวกับ The Emotional Competence Framework กล่าวถึง สมรรถนะของ EQ ไว้ 2 สมรรถนะใหญ่ ๆ คือ

1. สมรรถนะทางด้านสังคมเป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นประกอบด้วย

1.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความต้องการและความห่วงใยของผู้อื่น คือ การเข้าใจผู้อื่น รู้ถึงความรู้สึกนึกคิดและมุมมองของผู้อื่น สนใจในความวิตกกังวลของผู้อื่น มีจิตใจใฝ่บริการ (Service minded) รับรู้ คาดคะเน และตอบสนอง ความต้องการของผู้อื่นหรือผู้ที่มาติดต่อสัมพันธ์กับเราได้ดี การพัฒนาและการส่งเสริมผู้อื่นทราบความต้องการและช่วยส่งเสริมพัฒนาให้เขามีความสามารถได้ถูกต้องตามความต้องการนั้น ๆ การให้โอกาสผู้อื่น โดยมีความสามารถในการเล็งเห็นความเป็นไปได้จากความแตกต่างของบุคคล รู้ว่าบุคคลมีความแตกต่างกัน และไม่ก่อให้เกิดความแตกแยกในความแตกต่างของบุคคลไม่ถือเขาถือเรา และการตระหนักรู้ถึงทัศนคติเป็นของกลุ่มและสามารถคาดคะเนสถานการณ์ในด้านความสัมพันธ์

ของบุคคลในกลุ่มได้

1.2 ทักษะทางสังคมด้านมนุษยสัมพันธ์ (Human Relation) หมายถึง ความคล่องแคล่วในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น สามารถทำให้ผู้อื่นให้ความร่วมมือได้ คือ ความสามารถในการโน้มน้าวใจ เป็นความสามารถในการโน้มน้าวความคิดเห็นของผู้อื่นได้อย่างนุ่มนวลและแนบเนียน จนประสบความสำเร็จ ทักษะในการสื่อสาร (Communication Skills) เป็นความสามารถในการสื่อสารได้ชัดเจน นุ่มนวล ถูกต้องและน่าเชื่อถือ ความเป็นผู้นำ เป็นความสามารถในการโน้มน้าวใจหรือผลักดันกลุ่มได้ดีและถูกทิศทาง ความสามารถในการบริหารการเปลี่ยนแปลง (Managing Change) เป็นความสามารถในการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความสามารถในการบริหารความขัดแย้ง (Conflict management) เป็นความสามารถในการเจรจาต่อรองและแก้ไขปัญหา รวมถึงการหาทางยุติความขัดแย้งได้อย่างเหมาะสม ความสามารถในการทำงานเป็นทีม เป็นความสามารถในการร่วมมือร่วมใจกันในการปฏิบัติภารกิจให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ความสามารถในการสร้างสายสัมพันธ์ เป็นความสามารถในการเสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจกันในการดำเนินชีวิต และความสามารถในการสร้างสมรรถนะของทีมงาน เป็นความสามารถในการสร้างพลังร่วมของกลุ่มให้เกิดความร่วมมือกันนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนด

2. สมรรถนะส่วนบุคคล เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเอง คือ

2.1 การตระหนักรู้ตนเอง (Self-awareness) เป็นการตระหนักรู้ความรู้สึกและความโน้มเอียงของตนเอง (เป็นผู้ที่มีสติ) สามารถหยั่งรู้และสำรวจตนเองถึงความเป็นไปได้และความพร้อมของตนเองต่อการตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ รอบตัวคือ การรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้น ๆ และคาดคะเนผลที่จะเกิดตามมาได้ สามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง และมีความมั่นใจในตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถและความมีคุณค่าของตนเอง

2.2 ความสามารถในการควบคุมตนเอง (Self – regulation) เป็นความสามารถในการจัดการกับความรู้สึกภายในตนเองได้ ซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญของ EQ คือ การควบคุมตนเอง เป็นความสามารถในการจัดการกับภาวะอารมณ์หรือความฉุนเฉียวต่าง ๆ ของตัวเองได้ เป็นผู้มีสติปัญญาและมีความรับผิดชอบ มีความสามารถในการปรับตัว ยืดหยุ่นในการจัดการกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้ และมีความคิดสร้างสรรค์ ชอบสร้างสิ่งใหม่ ๆ เปิดใจกว้างกับความคิดแนวทางหรือข้อมูลใหม่ ๆ ได้อย่างมีความสุข

2.3 สามารถสร้างแรงจูงใจและจูงใจตนเองได้ (Motivation Oneself) เป็นความสามารถในการโน้มน้าวใจและอารมณ์ของตนเองให้เกื้อหนุนและเกิดประโยชน์ต่อการมุ่งสู่เป้าหมายที่ต้องการ คือ การมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement motive) เป็นความพยายามที่จะปรับปรุงภารกิจต่าง ๆ ให้ได้มาตรฐานที่ดีที่สุด (Standard of excellence) การมีความจงรักภักดี

(Royalty) เป็นการยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่มและเป้าหมายขององค์การ การมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความพร้อมที่จะปฏิบัติสิ่งใหม่ ๆ ที่สร้างสรรค์ตามโอกาสจะอำนวย การมองโลกในแง่ดี เป็นความสามารถในการต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคอย่างไม่ย่อท้อ มองไปข้างหน้าด้วยความหวังและกระทำทุกอย่างมุ่งสู่เป้าหมายที่ต้องการได้

Goleman (1998) เชื่อว่าไม่มีผู้ใดที่จะมี EQ สมบูรณ์ในทุกด้าน บุคคลจะมีจุดเด่นและจุดด้อยที่แตกต่างกันไป แต่ผู้ที่มี EQ สูงจะมีบางสมรรถนะที่โดดเด่น Goleman ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของสมรรถนะ EQ ว่า มีลักษณะเป็นเอกเทศแต่ละด้านต่างก็มีผลต่อการปฏิบัติงานและสมรรถนะ EQ จะต้องเป็นไปตามลำดับขั้น เช่น ถ้าไม่รู้จักตัวเองจะไม่สามารถควบคุมตัวเองและเข้าใจผู้อื่นได้ รวมทั้งสามารถประยุกต์ใช้กับงานแต่ละประเภทแตกต่างกันไป นอกจากนี้บรรยากาศและวัฒนธรรมขององค์กรต้องเกื้อหนุนให้เกิดการมี EQ ซึ่งเป็นหนทางในการพัฒนาสู่ความเป็นเลิศด้าน EQ ได้

Weisinger (1998) ได้เสนอองค์ประกอบ EQ ออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. Intrapersonal Emotional Intelligence เป็นการใช้ EQ ภายในตนเอง เป็นการใช้ความฉลาดทางอารมณ์เพื่อพัฒนาตนเอง คือ

1.1 การพัฒนาความตระหนักรู้จักตนเองให้สูงขึ้น Weisinger เห็นว่า การรู้จักตนเองในขั้นสูง คือ ความสามารถในการดูแลตนเอง รู้ในการกระทำของตนเองและมีอิทธิพลต่อการกระทำของตนเองเพื่อก่อประโยชน์ต่อตนเอง

1.2 การบริหารจัดการอารมณ์ตนเอง หมายถึง การจัดการกับสถานการณ์และอารมณ์ของตน โดยเริ่มจากการรู้และเข้าใจในอารมณ์ของตนเอง

1.3 การสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง เป็นการกระตุ้นที่จะทำงานอย่างมีสมาธิและมุ่งสู่เป้าหมายที่ต้องการ สามารถจัดการกับความท้อถอยที่เกิดขึ้นได้

2. Interpersonal Emotional Intelligence เป็นการใช้ EQ ของตนเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น คือ

2.1 การพัฒนาทักษะการสื่อสารที่ดี ประกอบด้วยทักษะ 5 อย่าง คือ การเปิดเผยตัวเอง การยินยอม การฟังอย่างมีประสิทธิภาพ การวิจารณ์ และการสื่อสารแบบเป็นทีม

2.2 การพัฒนาความชำนาญในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เป็นความสามารถในการติดต่อผู้อื่นเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างมีความหมายและเหมาะสม สามารถที่จะวิเคราะห์ความสัมพันธ์เพื่อหาวิธีการให้เกิดผลดีและประสิทธิภาพ

2.3 การช่วยเหลือผู้อื่นให้ช่วยตัวเองได้ Weisinger เสนอว่า องค์การจะประสบความสำเร็จได้นอกจากจะมีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถแล้ว จะต้องมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในการจัดการกับอารมณ์ การติดต่อสื่อสาร การแก้ปัญหา การแก้ไขความขัดแย้งและได้รับแรงบันดาลใจและการช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง เช่น ญาติ พี่น้อง ครอบครัว ครูอาจารย์ และเพื่อนร่วมงานหรือ

ผู้ที่เป็นกัลยาณมิตร ซึ่งพื้นฐานเหล่านี้จะช่วยให้ได้รับกำลังใจและสนับสนุนความมั่นใจมากขึ้นได้

พระราชวรมุณี (ประยูร ธมม.จิตโต) (2542) ได้เสนอแนวคิดของ EQ ในทางพระพุทธศาสนา ไว้ดังนี้

ในทางพระพุทธศาสนาเราไม่สามารถแยกสิ่งที่เป็นอารมณ์ออกจากตัวปัญญา Emotional Intelligence เป็นอารมณ์ที่แสดงออกโดยมีสติปัญญากำกับ ปัญญาในทางพระพุทธศาสนา มี 3 ชั้น คือ

ขั้นที่ 1. สุตมยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดจากการจดจำข้อมูล รับข้อมูล จัดระบบข้อมูลต่าง ๆ ในความคิด เป็นความรู้ขั้นจำเป็นอย่างเป็นระบบ

ขั้นที่ 2. จินตมยปัญญา เป็นความรู้ขั้นคิด วิเคราะห์ย่อยข้อมูลที่ได้จากขั้นสุตมยปัญญา

ขั้นที่ 3. ภาวนามยปัญญา เป็นความรู้ที่เกี่ยวกับตัวเอง ภายในตัวเอง ความรู้จากตัวเอง รู้จักที่จะจัดการกับอารมณ์ของตัวเอง ความรู้อันนี้อาศัยการทำจิตใจสงบ คือ การทำสมาธิ

เปรียบ EQ และ IQ กับปัญญาในทางพระพุทธศาสนาได้ว่า IQ เป็นการเน้นปัญญาในขั้นที่ 1 และ 2 ส่วน EQ เป็นปัญญาขั้นที่ 3 และในการปฏิบัติจริง ๆ ทั้งปัญญา ทั้งอารมณ์และความรู้ที่ถูกต้อง จะต้องไปด้วยกันทั้งหมด

ความสำคัญและการนำความฉลาดทางอารมณ์ไปประยุกต์ใช้

Goleman (1998) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) สามารถทำนายความสำเร็จในการเรียน การทำงานและในชีวิตได้ อยู่เบื้องหลังของความสุข ความสามารถในการปรับตัว และความสำเร็จต่าง ๆ ในชีวิตของมนุษย์

Weisinger (1998) กล่าวว่า การขาด EQ จะเป็นการทำลายความเจริญก้าวหน้าของความสำเร็จของบุคคลและองค์กร

วิระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) ได้กล่าวถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นการเรียนรู้จักอารมณ์ ความรู้สึกของตน ให้ตระหนัก มีสติ รู้เท่าทันสาเหตุและความแปรผันด้านอารมณ์ของตน เป็นการเรียนรู้ พูดคุยภายในตน (IntraIndividual Talk) บริหารจัดการอารมณ์ ภาวะอารมณ์ อุปนิสัยใจคอของตนไปในทางที่สร้างประโยชน์แก่ทุกฝ่าย สร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองในทางที่สร้างสรรค์ ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นการนำอารมณ์ของตนออกมา ติดต่อกับสัมพันธ์กับผู้อื่น ในรูปแบบการสื่อสาร ความเก่งคน ความเข้าอกเข้าใจคน เอาใจเขามาใส่ใจเรา และการเป็นบุคคลที่รักษาความสมดุลของเหตุผลกับอารมณ์ บริหารจัดการความสัมพันธ์งานในหน้าที่ของตนกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ความฉลาดทางอารมณ์ก่อให้เกิดการทำงานร่วมมือที่สร้างสรรค์ สนองเป้าหมายที่กำหนดไว้แต่แรกได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผล ทำให้การสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นไปอย่างราบรื่น อดทน เข้าใจต่อกัน เกื้อหนุนให้มีการใช้ศักยภาพของคนอย่างสูงสุด ประกอบกับภูมิปัญญาจะทำให้เกิดการตัดสินใจที่เป็นประโยชน์ ความฉลาดทางอารมณ์ก่อให้เกิดการบริหารจัดการที่ให้เกียรติ

ยอมรับ เกื้อหนุนแก่กันและกัน เพิ่มพูน ความคิดสร้างสรรค์ กล้าเสี่ยง กล้าคิดริเริ่ม ลดการโจมตี การนินทา ก้าวร้าว และความไม่ ยึดหยุ่นต่อกัน ผู้ที่มี EQ ที่ดีจะเป็นผู้ที่รู้จักใช้ความคิดอ่านต่ออารมณ์ของตนเองและของผู้อื่นให้เกิดประโยชน์ในทางสร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้อื่นเป็นสุขและตนเองก็เป็นสุขไปด้วย และกล่าวถึง การประยุกต์ใช้ความฉลาดทางอารมณ์ในชีวิตประจำวัน ไว้ดังนี้

1. พัฒนาการด้านอารมณ์ บุคลิกภาพของเด็ก

EQ มีบทบาทในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เหมาะสมตามวัยวุฒิ มีความสามารถในการปรับตัวและแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ เช่น ความเครียด และแรงกดดันต่าง ๆ ในชีวิตได้เป็นอย่างดี

2. การสื่อสาร การแสดงความรู้สึก อารมณ์ของตน

ผู้ที่มี EQ สูงจะมีความสามารถในการสื่อสาร การแสดงความรู้สึกและแสดงอารมณ์ของตนได้ถูกเหมาะสมตามกาลเทศะ เข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ยิ้มได้แม้จะรู้สึกเศร้า รับฟังปัญหาของผู้อื่นได้อย่างตั้งอกตั้งใจ ไม่รู้สึกแปลกแยกจากเพื่อนมนุษย์ จากธรรมชาติและจากชีวิตของตนเอง

3. การเข้าใจชีวิตของตนเองและผู้อื่น

ผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่มีการศึกษาให้เข้าใจในตนเอง (Insight) การรู้จักและเข้าใจตนเองตามความเป็นจริงโดยการมองดูอารมณ์ของตนเองให้เข้าใจแล้ว จึงจะสามารถรู้จักและเข้าใจผู้อื่นได้ ทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันขึ้น มีความเข้าใจชีวิตในทุกด้านและก่อให้เกิดความสุขตามมา

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542) กล่าวถึงประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. ด้านตนเอง ช่วยให้เรียนหนังสือได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลสัมฤทธิ์ต่อการเรียนที่ดี รักการศึกษาคหาความรู้ สามารถปรับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ทำให้มีความสุขสมควรตามอัตภาพ เมื่อเป็นผู้ใหญ่ก็จะเป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิต รู้จักปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ รู้ว่าตนต้องการอะไร เปรียบเทียบศักยภาพของตนและสามารถเลือกกระทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม สามารถทำงานให้ประสบความสำเร็จ สามารถแก้ไขความขัดแย้งหรือปัญหาต่างๆ ได้ดี

2. ด้านครอบครัว ช่วยให้เห็นอกเห็นใจและเข้าใจผู้อื่น สามารถแก้ไขข้อขัดแย้งต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี สร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกันทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข

3. ด้านสังคมแวดล้อม ช่วยลดข้อขัดแย้งต่างๆ ทำให้การเอาเปรียบ เห็นแก่ตัวในสังคมลดน้อยลง สร้างความรักใคร่ปรองดอง คิดถึงใจเขาใจเรา ทำให้สังคมน่าอยู่และมีความสุข

คมเพชร จิตรศุภกุล (2542) ได้กล่าวถึงการนำความฉลาดทางอารมณ์ไปประยุกต์ใช้ ดังนี้

1. พัฒนาเด็กและเยาวชน เพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาวุฒิภาวะทางอารมณ์

2. พัฒนาการสื่อสาร การแสดงความรู้สึกและความเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่น ทำให้มีสัมพันธภาพส่วนบุคคลที่มีประสิทธิภาพ

3. พัฒนาบุคคลในองค์กร เพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงาน ลดปัญหาความขัดแย้งและการทำงานร่วมกัน

4. พัฒนาศักยภาพของผู้นำองค์กรต่างๆ ทำให้สามารถทำงานเกี่ยวกับบุคคลในองค์กรได้ ดีขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดความสำเร็จในการบริหารงาน

5. พัฒนาธุรกิจการบริการ ช่วยให้ผู้คนที่รับผิดชอบด้านการบริการมีความสามารถในการดูแลลูกค้าได้เป็นอย่างดี เพราะสามารถเข้าใจความต้องการของลูกค้าทุกคน

วิลาสลักษณ์ ชวัลลสี (2542) กล่าวถึงประโยชน์ของ EQ ต่อการทำงานว่า ผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่มีความสามารถที่จะทำงานเป็นทีมได้เป็นอย่างดี มีความรับผิดชอบ มีความเข้าใจและมีความเอื้ออาทรต่อผู้ร่วมงาน สามารถผลัดกันเป็นผู้นำได้ มีความตื่นตัวที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ มีความสามารถในการปรับตัวได้เป็นอย่างดี ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล รวมทั้งมีความสุขด้วย

สรุปได้ว่า EQ มีความสำคัญและมีประโยชน์ในทุกๆด้าน ผู้ที่มี EQ สูงจะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น สามารถปรับตัวได้ดี แก้ไขปัญหาทุกอย่างได้อย่างสร้างสรรค์และก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองและผู้อื่น ชีวิตมีความสุขรวมทั้งประสบความสำเร็จในชีวิต

คุณลักษณะของเด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยาทั้งต่างประเทศและในประเทศได้สนใจศึกษาและกล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงหรือมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ไว้ ดังนี้

Dean (1966, อ้างถึงในกันตวรรณ มีสมสาร, 2544) ได้กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ว่า เป็นผู้ที่มีความอดทนต่อแรงกดดันต่างๆ สามารถระงับความโกรธได้ ยอมรับผู้มีอำนาจ มีปรัชญาชีวิตที่สอดคล้องกับอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ควบคุมตนเองได้ สามารถตัดสินใจเองได้ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลต่างเพศได้ มีความตื่นตัวในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ มีวุฒิภาวะทางด้านสติปัญญา มีความรับผิดชอบ คำนึงถึงบุคคลอื่นและส่วนรวม มีความสามารถในการสื่อสาร มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย และประการสุดท้าย คือ ยอมรับและปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคมได้

Hein (1999) ได้กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงไว้ว่า เป็นผู้ที่สามารถแสดงความรู้สึกของตนได้อย่างชัดเจนและตรงไปตรงมา ไม่ปิดบังความรู้สึกของตน ไม่กลัวที่จะแสดงความรู้สึกของตนออกมา ไม่ถูกครอบงำด้วยความรู้สึกทางลบต่างๆ เช่น กลัว วิดกกังวล รู้สึกผิด ผิดหวัง สามารถอ่านภาษาท่าทางของผู้อื่น ยินยอมให้ความรู้สึกนำทางการดำเนินชีวิตที่ดีและมี

ความสุข มีความรู้สึกที่สมดุลในการใช้เหตุผล ตรรกะและความเป็นจริง สามารถแสดงความต้องการของตนออกมาได้โดยไม่ใช่เพราะหน้าที่ ความรู้สึกผิด ถูกกดดัน หรือถูกบังคับ สามารถพึ่งพาตนได้ ใช้เหตุผลทางจริยธรรมอย่างอิสระ สามารถสร้างแรงจูงใจภายในตนเองได้ ไม่ถูกชี้นำด้วยอำนาจ เงินทอง ศักดิ์ศรี ตำแหน่งหรือชื่อเสียง สามารถทำอารมณ์ของตนให้กลับคืนสู่สภาพปกติได้ มองโลกในแง่ดี ไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค สนใจความรู้สึกของผู้อื่น รู้สึกสบายที่จะพูดถึงความรู้สึกนึกคิดต่างๆ ไม่ยึดติด ความกลัวหรือความวิตกกังวล และประการสุดท้าย คือ สามารถระงับอารมณ์หลายๆ อย่างที่เกิดขึ้นพร้อมๆ กันได้อย่างชัดเจน

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) ได้กล่าวถึงผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีไว้ว่า เป็นผู้ที่รู้จักตน และรู้เท่าทันอารมณ์ของตน รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตน สามารถควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกและการแสดงออกของตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะ สามารถปรับตนให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี สามารถสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง มองโลกในแง่ดี มีความคิดริเริ่ม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ตระหนักรู้ในความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่นได้ดี มีความเอื้ออาทรเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ และประการสุดท้าย คือ มีทักษะทางสังคมที่ดี สามารถเข้ากับผู้อื่นได้ดี สามารถแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี มีไหวพริบ สามารถสร้างความร่วมมือร่วมใจจากคนหลายๆ ฝ่ายได้

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2542) ได้กล่าวถึงผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีไว้ว่า เป็นผู้ที่ รู้จัก และเข้าใจความรู้สึกของตนและผู้อื่น รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตน สามารถควบคุม จัดการอารมณ์และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีสติรับรู้ทุกขณะว่าตนกำลังทำอะไรและมี ความรู้สึกอย่างไร มีพลังใจ มีแรงบันดาลใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้บรรลุจุดมุ่งหมาย สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพการณ์ต่างๆ และสามารถเผชิญกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม มีความยืดหยุ่น ไม่ยึดมั่นถือมั่น มีความสามารถที่จะควบคุมตน มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความจริงใจและซื่อสัตย์ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และมองโลกในแง่ดี

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์ หรือมีวุฒิภาวะทางอารมณ์มีลักษณะ ต้อง รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ยอมรับความเป็นจริงทั้งจุดเด่นจุดด้อยเกี่ยวกับตนได้ สามารถควบคุมอารมณ์ของตนได้ ปรับตัวและปรับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมและถูกกาลเทศะ มีทักษะในการสื่อความหมาย มีมนุษยสัมพันธ์ มีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพ สามารถสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้เห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความเข้าใจและยอมรับผู้อื่น มีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม มีการพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก

นักวิชาการและนักจิตวิทยามีแนวคิดที่ตรงกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เป็นความสามารถหรือทักษะทางอารมณ์ เป็นมิติหนึ่งของสติปัญญา และเนื่องจาก EQ มีโครงสร้างที่ซับซ้อน มีองค์ประกอบที่เป็นนามธรรม ทำให้การวัดความฉลาดทางอารมณ์ไม่สามารถวัดออกมา โดยกำหนดเป็นตัวเลขมาตรฐานอย่างเช่นการวัด IQ ได้ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2542)

สาเหตุที่ทำให้การวัด EQ ยังไม่มีมาตรฐานที่แน่นอน (วิระวัฒน์ บัณฑิตามัย, 2542) มีดังนี้

1. ความสามารถของสมอง (Intelligence) ยังมีความหมายหลากหลายที่ยังไม่ได้ศึกษาอีกมาก เนื่องจากการศึกษาเกี่ยวกับความสามารถของสมองยังไม่สมบูรณ์ทุกด้าน

2. องค์ประกอบของ EQ ครอบคลุมลักษณะด้านจิตพิสัย และลักษณะบุคลิกภาพบางประการ ซึ่งมีความผันแปรได้ง่าย

3. การวัดและประเมิน EQ ยังไม่มีข้อสรุปที่แน่นอนว่าวิธีการประเมินวิธีไหนดีและเหมาะสมที่สุด เนื่องจากเป็นช่วงของการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

4. ระดับ EQ มีการเปลี่ยนแปลงหรือเพิ่มขึ้นได้ จากการอายุที่มากขึ้น การฝึกอบรม และประสบการณ์ที่เปลี่ยนไป จึงเป็นการยากที่จะวัดระดับ EQ ให้เป็นมาตรฐานได้

ในการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ มีแนวทางและแนวคิดในการประเมิน ดังนี้

1. แนวทางการประเมินความฉลาดทางอารมณ์

การประเมินความฉลาดทางอารมณ์มีแนวทางประเมินหลายทาง และยังไม่มียังไม่มีข้อสรุปว่าวิธีประเมินแบบไหนเหมาะสมที่สุด เนื่องจากระดับความฉลาดทางอารมณ์แปรเปลี่ยนได้ ทั้งนี้เป็นผลมาจากการฝึกอบรม อายุและประสบการณ์ (วิระวัฒน์ บัณฑิตามัย, 2542) ดังนั้นแนวทางในการประเมินจึงขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและประโยชน์สูงสุดที่เกิด นอกจากนั้นการใช้เครื่องมือในการประเมินต้องให้สอดคล้องกับวัฒนธรรมด้วย (โรงพยาบาลสวนปรุง, 2543) ซึ่งมีแนวทางในการประเมิน ดังนี้

1.1 การประเมินด้านแรงจูงใจภายในบุคคล (Interpersonal motivation) เป็นการประเมินแรงจูงใจที่ผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเมื่อเกิดความรู้สึก หรืออารมณ์นั้นๆ เช่น การให้เขียนเรียงความ การตอบข้อความให้สมบูรณ์ โดยให้เขียนเล่าสถานการณ์ต่างๆที่ทำให้เกิดความรู้สึกดีใจ เสียใจ โกรธ ซึ่งการประเมินนี้ต้องใช้ผู้ที่มีประสบการณ์และมีความเชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมศาสตร์ และด้านความฉลาดทางอารมณ์สูง

1.2 การใช้เทคนิคเหตุการณ์สำคัญ (The critical incidence technique) เป็นการวิเคราะห์พฤติกรรมเชิงคุณภาพ โดยให้เล่าหรือบรรยายเหตุการณ์ที่บ่งชี้ถึงการคิด ความรู้สึกที่แสดงออกเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ในระดับต่างๆ แล้วให้เรียงลำดับพฤติกรรมที่ผู้ตอบเคยปฏิบัติ หรือมีความตั้งใจจะปฏิบัติ ข้อเสีย คือ เป็นการประเมินแบบรายงานตนเอง อาจมีการบิดเบือนจากการสร้างภาพตัวเองขึ้น

1.3 สถานการณ์จำลอง (Simulation) เป็นการกำหนดเหตุการณ์ขึ้นมาให้สมจริงใกล้เคียงกับเหตุการณ์ที่เป็นจริง เพื่อให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่สะท้อนความรู้สึกและภาวะอารมณ์ต่างๆออกมาโดยไม่ได้แก่งปฏิบัติ ข้อดี คือ เป็นการกระตุ้นหรือดึงพฤติกรรมภาวะอารมณ์ที่มุ่งประเมิน และเปิดโอกาสให้ผู้ถูกประเมินแสดงความเป็นตัวของตัวเองตามธรรมชาติออกมา ซึ่งเป็นวิธีที่นิยมและเป็นกิจกรรมสำคัญในการประเมินบุคคลเข้าทำงาน

1.4 การสัมภาษณ์ในเชิงลึก (In-depth interview) เป็นการสัมภาษณ์แบบถึงโครงสร้างที่มีความยืดหยุ่นให้อิสระแก่ผู้รับการสัมภาษณ์ในการเริ่มสนทนาในประเด็นต่างๆที่เกี่ยวข้องกับตนเองทั้งในด้านความสำเร็จ ความล้มเหลว ความเสียใจ เป้าหมายเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงพฤติกรรมในแง่มุมต่างๆ ว่าๆได้แสดงพฤติกรรม อารมณ์ และความรู้สึกอย่างไรบ้าง ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมงครึ่ง ถึง 2 ชั่วโมง และเป็นการสัมภาษณ์แบบหนึ่งต่อหนึ่ง

1.5 แบบทดสอบที่ความเป็นปรนัย การให้รายงานตนเอง และแบบวัดเชิงอัตวิสัย (Objective, Self-report and Subjective Measures) วิธีนี้เป็นวิธีที่นิยมมากเพราะสร้างง่าย มีฐานการเปรียบเทียบ ศึกษาพัฒนาในแนวทางที่มีการทำอยู่แล้ว ใช้ได้กับผู้รับการทดสอบจำนวนมากราคาใช้จ่ายไม่แพง ง่ายต่อการดำเนินการและแปลผล ส่วนใหญ่เป็นแบบวัดที่ให้รายงานตนเอง เช่น แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทยอายุ 12 -60 ปี ที่พัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต, 2546) และ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กอายุ 3 - 5 ปี ที่พัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต, 2545) เป็นต้น

2. แนวคิดเกี่ยวกับแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

วิระวัฒน์ บัณฑิตามัย (2542) แบ่งการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ออกเป็นกลุ่มตามแนวคิดของนักทฤษฎีต่างๆ ดังนี้

2.1 การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของ Salovey คือ

2.1.1 Emotional Perception Test สร้างโดย Mayer & Salovey (1990) เป็นการประเมินการรับรู้อารมณ์แบบไม่ใช้คำพูด โดยพิจารณาสิ่งเร้า 4 ประเภท ประเภทละ 12 ชนิด ดังนี้ ภาพใบหน้าแสดงถึงภาวะอารมณ์ต่างๆ ภาพสี ท่วงทำนองดนตรี และเสียงต่างๆที่สะท้อนถึงภาวะอารมณ์ 6 ประเภท คือ ความสุข ความเศร้า ความโกรธ ความกลัว ความประหลาดใจและความขยะแขยง วัดโดยการให้รายงานตนเองชนิดมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ จาก 1 "ไม่มีความรู้สึกใดๆเลย" จนถึง 5 "มีความรู้สึกเช่นนั้นแน่นอน" ใช้การประเมินแบบจิตนทานติของกลุ่ม

2.1.2 Trait Meta-Mood Scale (TMMS) สร้างขึ้นโดย Salovey และคณะ (1995) เป็นการวัดความแตกต่างระหว่างบุคคล ถึงความสามารถที่จะสะท้อนถึงอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ โดยการรายงานตนเอง จำนวน 48 ข้อ วัด 3 องค์ประกอบ คือ การใส่ใจในความรู้สึก ความ

ชัดเจนในการแยกแยะอารมณ์-ความรู้สึก และการปรับสภาวะอารมณ์ ต่อมาปรับปรุงเหลือ 30 ข้อ โดยประเมินค่า 5 ระดับ จาก 1 "ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง" จนถึง 5 "เห็นด้วยอย่างยิ่ง"

2.1.3 The Emotional IQ Test และ The Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS) สร้างโดย Mayer, Salovey & Caruso (1998) เป็นการวัดในรูปแบบการใช้กระดาษและดินสอ ส่วน The Emotional IQ Test วัดในรูปแบบ CD-ROM โดยแบบทดสอบทั้ง 2 รูปแบบเหมือนกันทุกประการ ทั้งด้านเนื้อหาและโครงสร้างแต่ต่างกันที่สื่อในการนำเสนอ เป็นการทดสอบภาคปฏิบัติที่ผู้สร้างให้มีลักษณะพิเศษกว่าแบบประเมินตนเอง โดยทั่วไปเชื่อว่าแบบทดสอบนี้เป็นการวัดทักษะของความสามารถทางอารมณ์ได้อย่างแท้จริง มีความแน่นอนชัดเจนกว่าและน่าเชื่อถือได้มากกว่าแบบประเมินอื่นๆ สถานการณ์ให้คิดและใช้อารมณ์ช่วยในการคิดแก้ไขปัญหา ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบดังนี้

1) แบบทดสอบความสามารถในการระบุอารมณ์ เป็นการวัดการรับรู้ทางอารมณ์ของผู้ตอบ ต้องอ่านความรู้สึก สีหน้า แววตา จากรูปใบหน้าผู้คนได้ ความรู้สึกจากเสียงดนตรี ความรู้สึกจากภาพศิลปะต่างๆ ได้

2) แบบทดสอบความสามารถในการใช้อารมณ์ เป็นการวัดการซึมซับอารมณ์ โดยประเมินความสามารถในการก่อให้เกิดอารมณ์และเหตุผลที่ประกอบกับอารมณ์ความรู้สึกดังกล่าว แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ การวัดความสามารถในการสร้างความรู้สึกที่แตกต่างกัน และการใช้ความรู้สึกเอื้อต่อกระบวนการคิด โดยเชื่อว่า อารมณ์ช่วยให้คิดและตัดสินใจได้

3) แบบทดสอบความสามารถในการเข้าใจอารมณ์ เป็นการวัดความสามารถของบุคคลที่จะทราบถึงสาเหตุและที่มาของอารมณ์ ผลของการใช้อารมณ์ ระดับความรุนแรงของอารมณ์ ตลอดจนสามารถเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ที่แตกต่างกัน เข้าใจปฏิกริยาที่แตกต่างกันของบุคคล เข้าใจความผันแปรของอารมณ์ และผลกระทบของอารมณ์นั้นต่อสภาวะอารมณ์อื่นๆ เช่น ความขยะเขยง เป็นความรู้สึกผสมระหว่าง ความโกรธและความกลัว เป็นต้น

4) แบบทดสอบความสามารถในการควบคุมอารมณ์ เป็นการวัดความสามารถในการจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น โดยให้ผู้ตอบประเมินประโยชน์ของการกระทำที่เป็นไปได้ ในสถานการณ์ทางอารมณ์ บอกความรู้สึกถึงสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้น ไม่เก็บกด ไม่บิดเบือน มีความซื่อสัตย์ในอารมณ์ และใช้อารมณ์นั้นแก้สถานการณ์ตัดสินใจหรือชี้้นำการประพฤติปฏิบัติที่ดีได้อย่างเหมาะสมในชีวิตได้

นอกจากนี้ยังได้จัด 4 องค์ประกอบดังกล่าวเป็นองค์ประกอบทั่วไปของความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งมีการศึกษาพบว่าองค์ประกอบทั่วไปของ ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการวัดสติปัญญาทางด้านถ้อยคำ ($r = 0.36$) องค์ประกอบทั่วไปของความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความเข้าใจผู้อื่น ($r = 0.33$) การความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับอายุ โดยจะ

เพิ่มขึ้นตามระดับอายุ จากวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ รวมทั้งความฉลาดทางอารมณ์ยังมีความสัมพันธ์กับสติปัญญาทางสมองแบบดั้งเดิม จากการศึกษาเรื่องนี้ทำให้เชื่อว่าความฉลาดทางอารมณ์อาจมีคุณสมบัติเทียบเท่าเชาวน์ปัญญา โดยนิยามว่าเป็นความสามารถทางสมอง นอกจากนี้ความฉลาดทางอารมณ์ยังมีความสัมพันธ์กับการวัดสติปัญญาในการปฏิบัติงานและเชื่อว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถประเมินตามอายุได้เหมือนกับการวัดเชาวน์ปัญญา

2. การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของ Bar-on (1997) ซึ่งแบบวัด Bar-on Emotional Intelligence Inventory (Bar-on EI-I) ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบแต่ละองค์ประกอบมีองค์ประกอบย่อยรวม 15 ด้าน จำนวน 133 ข้อ เป็นการประเมินค่า 5 ระดับจาก 1 "ไม่ใช่ตนเอง" ถึง 5 "เป็นจริงเกี่ยวกับตนเอง" ใช้เวลาตอบประมาณ 30 - 40 นาที

การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของ Goleman (1995) โดยแบบวัด "EQ Test" เป็นแบบวัดเชิงสถานการณ์ 10 สถานการณ์ ให้ผู้ตอบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก เป็นแบบรายงานตนเองลงใน Utne Reader.hppt:// www.utne.com/egi-bin/eg มีการศึกษาพบว่าแบบวัด "EQ Test" นี้มีความสัมพันธ์สูงกับความเข้าใจผู้อื่นและการควบคุมทางอารมณ์ แต่มีค่าความเชื่อมั่นต่ำ คือ ค่า $R_{tt} = .18$ และ Cross (1999) ได้สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของ Goleman (1995) ลงในโปรแกรมคอมพิวเตอร์ทาง internet จาก Website: hppt://www.co.iup.edu/njacross/eg.html โดยมีข้อคำถาม 12 ข้อ เป็นมาตราประเมินค่า 5 ระดับตั้งแต่ เสมอ โดยปกติ นานๆ ครั้ง และไม่เคยเลย

สำหรับการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ในประเทศไทย มีผู้สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ เช่น

1. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ "EI 99" ที่สร้างขึ้นโดยวิระวัฒน์ บัณฑิตามัย และ อุษาสุทธิสาคร (2542) โดยใช้กรอบแนวคิดของ Mayer & Salovey (1997) และ Goldman (1998) มีจำนวน 90 ข้อ (ไม่นับข้อตรวจสอบความเที่ยงตรงของการตอบจำนวน 9 ข้อ) โดยศึกษาจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 ของมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย จำนวน 464 คน ค่าประมาณความเชื่อมั่นของแบบทดสอบครั้งแรกคือ 0.93 และทดสอบครั้งที่ 2 คือ 0.93 โดยให้ผู้ตอบรายงานตนเองว่าข้อความนั้นๆ เกิดขึ้นกับตนทั้งในแง่ความคิด อารมณ์ความรู้สึกและการแสดงออกในระดับใดใน 5 ช่วงค่าดังนี้ 1 "ไม่เคยเลยหรือปฏิบัติน้อยที่สุด" ไปจนถึง 5 "บ่อยครั้งที่สุดหรือเห็นด้วยอย่างยิ่ง" ซึ่งมีองค์ประกอบ 7 ด้าน

2. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทยอายุ 12-60 ปี ซึ่งพัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (2544) เป็นแบบรายงานตนเองโดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างประชากรไทยอายุ 12-60 ปี จากเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคเหนือ ภาคใต้ จำนวน 6,812 คน มีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข แต่ละด้านมีองค์ประกอบย่อย จะมีคุณสมบัติที่ต้องการประเมินไว้ชัดเจน ลักษณะคำถามเป็นให้ประเมินตนเองเป็นอัตราประมาณค่า 4 คือ ไม่จริง

จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวเองมากที่สุด มีคำถามทั้งหมด 52 ข้อ เป็นข้อความทางบวก 28 ข้อ และข้อความทางลบ 24 ข้อ คะแนนรวมของแบบประเมินเท่ากับ 208 คะแนน

3. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กช่วงอายุ 3-5 ปี พัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (2546) จากแนวคิดของ Mayer & Salovey (1990) ซึ่งผ่านกระบวนการวิจัยและพัฒนาโดยการสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กจำนวน 1300 คนทั่วประเทศ และกำหนดให้ใช้เป็นมาตรฐานสำหรับประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไทย โดยวัดคุณลักษณะ 3 ด้านคือ ด้านดี เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น ประเมินจากการรู้จักอารมณ์ การมีน้ำใจ และการรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด ด้านเก่ง เป็นความพร้อมที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ ประเมินจากความกระตือรือร้น/สนใจใฝ่รู้ การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง และการกล้าพูดกล้าบอก ด้านสุข เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่ทำให้เกิดความสุข ประเมินจากการมีความพอใจ ความอบอุ่น และความสนุกสนานร่าเริง ลักษณะแบ่งคำตอบเป็นตัวเลือก 4 ระดับ คือ ไม่เป็นเลย เป็นบางครั้ง เป็นบ่อยครั้ง เป็นประจำ

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กอายุ 3 – 5 ปี ตามแนวคิดของกรมสุขภาพจิต (2546)

ปัจจัยที่มีผลส่งเสริมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก

ปัจจัยในการช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ประกอบด้วย สมอ่งที่เจริญเติบโตและพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพ สุขภาพร่างกายที่แข็งแรง การเรียนรู้ประสบการณ์ในชีวิต และสภาพแวดล้อมรอบตัวของเด็ก (กรมสุขภาพจิต, 2546) จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ทำนายถึงความสำเร็จของชีวิต เป็นความสามารถด้านต่างๆในวัยเด็กที่ไม่เกี่ยวกับไอคิว คือ ความสามารถในการจัดการกับความผิดหวัง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความสามารถในการเข้ากับบุคคลอื่นได้ดี ซึ่งเป็นองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2546 และอุมาพร ตรังคสมบัติ, 2547) และพบว่าความฉลาดทางอารมณ์ หรืออีคิว (EQ) เป็นปัจจัยสนับสนุนที่สำคัญยิ่งในการนำไปสู่ความสุขในชีวิต การมีชีวิตที่มีคุณค่ามีความหมาย สามารถดำเนินชีวิตอย่างรู้คุณค่า และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มที่ ทำให้เกิดความสำเร็จในชีวิต (กรมสุขภาพจิต, 2546) Cherniss (2000 อ้างถึงในอุมาพร ตรังคสมบัติ, 2547) ทำการศึกษาที่เรียกว่า Marshmallow study ซึ่งศึกษาการรู้จักควบคุมตนเองและการรอคอยของเด็กอายุ 4 ปี โดยให้เด็กรออยู่ในห้องที่มี Marshmallow วางไว้ และสั่งห้ามกินขนมจนกว่าผู้วิจัยจะกลับเข้ามา หากใครรอได้จะให้ขนมเป็นรางวัล ปรากฏว่า เด็กกลุ่มที่หนึ่งรอได้ แต่อีกกลุ่มหนึ่งแอบกินขนมเสียก่อน หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ทำการติดตามเด็กทั้งสองกลุ่มอีกสิบปีต่อมา พบว่าเด็กกลุ่มแรกประสบความสำเร็จในการเรียนมากกว่าเด็กกลุ่มหลัง สอบได้คะแนนสูงกว่า มีสมาธิในการทำงานมากกว่า สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดีกว่า จึง

พอสรุปได้ว่า ทักษะในการควบคุมอารมณ์ซึ่งเป็นองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ สามารถทำนายความสำเร็จในชีวิตได้

อุมพร ตรังคสมบัติ (2547) กล่าวว่า การพัฒนา EQ ในวัยเด็กต้องทำตั้งแต่เด็กยังเล็กและทำอย่างต่อเนื่อง เพื่อเด็กจะเติบโตขึ้นมาด้วยความหนักแน่นในตนเอง มีความฉลาดทางอารมณ์ ประสบความสำเร็จในชีวิต ในความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และมีความสุขในตนเองอย่างเพียงพอ การเลี้ยงดูเด็กจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการเสริมสร้าง ส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ตั้งแต่ในวัยเด็ก พ่อแม่คือผู้ที่มีบทบาทสำคัญที่จะเลี้ยงดูเด็ก Pestalozzi (อ้างถึงในกุศล สุนทรธาดา, 2542) กล่าวว่า ความรักความรู้สึกที่ดีที่แม่ถ่ายทอดสู่ลูกขณะให้นม เป็นพลังสำคัญในการเจริญเติบโตของเด็ก ความผูกพันความสัมพันธ์ที่อบอุ่น และมั่นคง ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาความคิด ความรู้สึกทางบวก และพฤติกรรมพึงประสงค์ของเด็กได้อย่างดีที่สุด

ปัจจัยร่วมที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ ในเด็ก

นอกจากปัจจัยทางด้านร่างกาย คือ สมอ่งที่เจริญเติบโตและพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพ และสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัวมีส่วนสำคัญในการส่งเสริม เสริมสร้างและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กแล้ว จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า ยังมีปัจจัยร่วมสำคัญที่มีผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ คือ สภาพแวดล้อมรอบตัวเด็ก ระดับการศึกษาของแม่ และรายได้ของครอบครัว

ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็ก

การศึกษาของ Caldwell & Bradley (1988) เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็กในด้านลักษณะการเลี้ยงดู การดูแลเด็ก และการตอบสนองความต้องการของเด็กจากพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู 6 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการใช้อารมณ์และคำพูด ด้านการควบคุมและการลงโทษ ด้านการจัดการสภาพแวดล้อมรอบตัว ด้านการจัดหาของเล่นที่เหมาะสม ด้านการดูแลเอาใจใส่ของแม่ และด้านการใช้โอกาสได้รับสิ่งกระตุ้นหลากหลายในชีวิตประจำวัน พบว่า มีส่วนในการช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็กได้เรียนรู้อารมณ์ของตนเองและพ่อแม่/ผู้ปกครองในการใช้อารมณ์และคำพูด การควบคุมลงโทษเด็กตามสมควรอย่างเหมาะสม การได้รับการส่งเสริม สร้างเสริมประสบการณ์ใหม่ๆ ในชีวิตจากการจัดหาของเล่นที่เหมาะสม การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของเด็ก รวมทั้งการเอาใจใส่ขณะที่เด็กทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับพ่อแม่/ผู้ปกครอง ซึ่งแสดงถึงลักษณะการเลี้ยงดู ดูแลเด็กและตอบสนองความต้องการของเด็กได้อย่างเหมาะสมมากน้อยเพียงใด Williams (2003) ใช้แบบสังเกตสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็ก (Home Observation for Measurement of the Environment : HOME score) ศึกษาในแม่และเด็ก พบว่า สภาพแวดล้อมรอบตัวเด็กมีความสัมพันธ์กับลักษณะการเลี้ยงดู

การดูแลเด็ก และการตอบสนองความต้องการของเด็ก ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ในเด็ก จากการศึกษาของกันตวรรณ มีสมสาร (2544) พบว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ สูงกว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม การอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ และการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 สอดคล้องกับการวิจัยของ Frodi และคณะ (1985) ที่ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูที่มีอิทธิพลต่อการ แสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมสังคมของเด็กปฐมวัย ในการสังเกตพฤติกรรมของแม่ขณะที่ ลูกเล่นของเล่นเมื่อเด็กอายุ 12 และ 20 เดือน พบว่า แม่ที่สนับสนุนให้เด็กเล่นของเล่นเอง (autonomy) จะกระตุ้นให้เด็กมีความพยายามมุ่งมั่นที่จะเล่นของเล่นด้วยตนเอง (task oriented persistence) มากกว่าเด็กที่แม่ควบคุมมาก จากการศึกษาติดตามเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนเป็นผู้ใหญ่อายุ 30 ปี เช่นเดียวกับ Massie & Szajnberg (2002) ที่พบว่า หากแม่แสดงความรัก เห็นอกเห็นใจ คงเส้นคงวา และควบคุม ความก้าวร้าวได้ เด็กจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีกลไกป้องกันทางจิตใจ (defense mechanism) ใน ระดับสูง นอกจากนี้ยังมีผลการวิจัยในประเทศไทยเช่นกันว่า การอบรมเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์กับ พัฒนาการด้านอารมณ์ - จิตใจ - สังคมของเด็ก ปิยะนุช (2530) ศึกษาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูที่มีผล ต่อลักษณะทางอารมณ์ของเด็กวัย 4 - 5 ปี โดยให้พ่อแม่ประเมินลักษณะตนเองในด้านความเข้มงวดมี ระเบียบ การปกป้องดูแล และความมั่นคงทางอารมณ์ ส่วนลักษณะทางอารมณ์ของเด็กถูกประเมิน โดยครูและพ่อแม่ การศึกษาครั้งนี้พบว่า เด็กที่ผู้ปกครองเข้มงวด ใช้อารมณ์และปกป้องต่ำ มีลักษณะ ทางอารมณ์สูงกว่าเด็กที่ ผู้ปกครองใช้อารมณ์และปกป้องสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) เมื่อพิจารณาตามผู้ให้การเลี้ยงดู พบว่าเด็กที่ผู้ปกครองใช้อารมณ์และปกป้องต่ำ ทั้งในกลุ่มที่ ผู้ปกครองเลี้ยงเองหรือให้ญาติและคนอื่นเลี้ยง มีลักษณะอารมณ์ไม่แตกต่างกัน จากผลการศึกษานี้ผู้ ศึกษาได้ให้ข้อคิดว่า การอบรมเลี้ยงดูไม่ว่าแบบใด หากกระทำจนเกินพอดีไม่สม่ำเสมอ และขาดความ สมดุล เช่น เอาใจใส่เข้มงวด หรือปกป้องมากเกินไป หรือปล่อยปละละเลย ไม่เอาใจใส่ดูแลเด็กก็อาจ ก่อให้เกิดผลเสียต่อเด็กได้ทั้งสิ้น สนวนัจฉนิ ไทรงาม (2539) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะเด็ก ตามพื้นฐานอารมณ์กับรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของแม่ จากเด็กวัยก่อนเรียนในโรงเรียนอนุบาลเอกชน โดยแบ่งลักษณะเด็กตามพื้นฐานอารมณ์ออกเป็น 2 กลุ่มคือ เด็กเลี้ยงง่าย และเด็กเลี้ยงยาก ส่วน รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม เช่นกัน คือ แบบประชาธิปไตย และไม่ประชาธิปไตย (แบบเข้มงวดกวดขัน และแบบปล่อยตามใจ) จากการศึกษาพบว่า ในกลุ่มเด็กเลี้ยงง่ายนั้นแม่มี แนวโน้มที่จะอบรมเลี้ยงดูบุตรแบบประชาธิปไตย มากกว่ากลุ่มเด็กเลี้ยงยาก กล่าวคือ แม่จะอบรม เลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยร้อยละ 83.8 และอบรมเลี้ยงดูแบบไม่เป็นประชาธิปไตย ร้อยละ 16.2 ส่วนใน กลุ่มเด็กเลี้ยงยากแม่จะอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ร้อยละ 75.24 และแบบไม่ประชาธิปไตย ร้อย ละ 24.76 แต่เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ พบว่าลักษณะเด็กตามพื้นฐานอารมณ์ไม่มีความสัมพันธ์อย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติกับรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของแม่

ในด้านปัญหาสุขภาพจิต พรรณพิมล หล่อตระกูลและคณะ (2541) ได้ศึกษาปัจจัยทางจิตสังคมในผู้ป่วยเด็กที่มารับการรักษาที่ศูนย์สุขภาพจิตในระหว่างปี พ.ศ. 2539 – 2540 พบว่า ปัญหาทางจิตสังคมด้านการเลี้ยงดูผิดปกติ ซึ่งพบมากที่สุด คือ การดูแลเอาใจใส่เด็กมากเกินไป และคาดหวังมากเกินไป คิดเป็นร้อยละ 28 และ 22 ตามลำดับ ส่วนปัญหาทางจิตสังคมด้านความสัมพันธ์ในครอบครัวผิดปกติ คือ ผู้ใหญ่ภายในครอบครัวมีความขัดแย้ง ร้อยละ 19.5 การแสดงความรุนแรงเฉพาะกับเด็ก ร้อยละ 18.4 และขาดความอบอุ่นร้อยละ 12.6

เมื่อพิจารณาจากผลการศึกษาเกี่ยวกับอบรมเลี้ยงดู และลักษณะทางอารมณ์ของเด็กข้างต้น อาจกล่าวได้ว่า เด็กที่มีปัญหาทางอารมณ์มักจะได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม ผู้ปกครองมีทัศนคติการอบรมเลี้ยงดูไม่สม่ำเสมอ อารมณ์ไม่คงที่ เด็กบางคนได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก ตามใจมาก ได้รับการดูแลเอาใจใส่มากเกินไป เข้มงวดหรือปกป้องมากเกินไป คาดหวังมากเกินไป เด็กบางคนถูกทำโทษรุนแรงทั้งร่างกายและจิตใจ เด็กบางคนเป็นเด็กที่พ่อแม่ไม่ต้องการ บางคนเปลี่ยนคนเลี้ยงบ่อย บางคนพ่อแม่ไม่ได้เลี้ยงเอง เด็กจึงไม่ผูกพันกับแม่ เด็กหลายคนต้องพบกับปัญหาสัมพันธ์ภาพภายในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับพ่อแม่ไม่ดี พ่อแม่ทะเลาะกัน พ่อเมารุอาแล้วอาละวาดทุบตีแม่ ทำให้เด็กขาดความอบอุ่น สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ (2545) ที่พบว่า การอบรมเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพัฒนาการด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคมของเด็กปฐมวัย กลุ่มที่มีคะแนนการอบรมเลี้ยงดูด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคมสูง ลดความเสี่ยงต่อการมีพัฒนาการด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคมต่ำ กลุ่มที่มีคะแนนการอบรมเลี้ยงดูด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคมต่ำ เพิ่มความเสี่ยงต่อการมีพัฒนาการด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคมต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การอบรมเลี้ยงดูด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคม จากการศึกษาที่รวมการแสดงออกด้วยความรักต่อเด็ก การสนองตอบต่ออารมณ์ของเด็กในเชิงบวก การตักเตือนสั่งสอนเด็กเมื่อทำผิดหรือไม่ถูกต้องแทนที่จะลงโทษทางกายที่รุนแรง การสอนให้เด็กรู้จักมารยาท รู้จักแบ่งปัน ไม่ทำร้ายคนอื่นหรือสัตว์ และเป็นแบบอย่างที่ดีกับเด็ก พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2544) ได้ชี้แนะไว้ว่า "พ่อแม่ทำหน้าที่พระพรหม คือ การแสดงโลกนี้แก่ลูก พอเด็กเกิดมาเจอมนุษย์คู่แรก คือพ่อแม่ พ่อเป็นตัวแทนของผู้ชายทั้งโลก แม่เป็นตัวแทนของผู้หญิงทั้งโลก ถ้ามนุษย์สองคนแรกเป็นคนดีต่อเขา รักเขา ก็ทำให้เขามีความรู้สึกที่ดีและมองเพื่อนมนุษย์ในทางที่ดี เด็กก็จะได้รับความรู้สึกและทัศนคติพื้นฐานที่ดี คือ

- 1) มีความรู้สึกต่อเพื่อนมนุษย์ในทางที่ดี เป็นมิตร มิไม่ตรี
- 2) มีความรู้สึกต่อโลก ต่อธรรมชาติแวดล้อม ในทางที่มองเห็นความงาม ความน่าชื่นชมสร้างความรู้สึกที่ดี
- 3) สร้างความรู้สึกต่อสิ่งทั้งหลายในแง่ที่น่าจะไปเรียนรู้ หรือกระตุ้นให้เรียนรู้ อยากศึกษาอยากรู้

4) สร้างความรู้สึกต่อโลกคือสังคมมนุษย์นี้ในแง่ที่ตนเองจะไปมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และสร้างสรรค์ทำให้ดีงามมีความสุขยิ่งขึ้น

แต่ความรักของพ่อแม่ก็ต้องอยู่ในขอบเขตของความรู้ เพื่อให้ลูกพัฒนาด้านปัญญาควบคู่ไปด้วย เป็นองค์รวมแห่งชีวิตและเป็นบุคคลที่สมบูรณ์"

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่าการเลี้ยงดูและการตอบสนองความต้องการของเด็กจากพ่อแม่มีผลต่อพัฒนาการด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคมของเด็ก ซึ่งเป็นองค์ประกอบพื้นฐานของความฉลาดทางอารมณ์

ปัจจัยด้านระดับการศึกษาของแม่

ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการอบรมเลี้ยงดูบุตรของแม่ ทั้งนี้เนื่องจากการศึกษาเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีความรู้ ความเข้าใจต่อข้อมูลได้ง่ายขึ้นและความรู้เป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในการพิจารณาตัดสินใจกระทำสิ่งต่าง ๆ อย่างมีเหตุผล ผู้ที่มีการศึกษาสูงย่อมมีโอกาสได้ศึกษาค้นคว้าความรู้เกี่ยวกับวิธีการรักษาสุขภาพอนามัยได้ดีกว่าผู้ที่มีการศึกษาน้อย ผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าย่อมแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง เช่น เรื่องเกี่ยวกับการเตรียมตัวการเป็นแม่ และการอบรมเลี้ยงดูบุตรได้ดีกว่าผู้ที่มีการศึกษาน้อย (Janet, 1982 อ้างถึงใน ประภาเพ็ญ สุวรรณ, 2530) และน้อมฤดี จงพยุงะ (2528) กล่าวว่า พ่อแม่ที่มีการศึกษาดี ย่อมมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูบุตร และแนะนำบุตรได้ดีกว่าพ่อแม่ที่มีการศึกษาน้อย เช่น รู้จักจัดอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ แบ่งเวลาให้ลูกด้วยความอบอุ่นและสุขใจ ดูแลสุขภาพอนามัยของบุตร รักษาพยาบาลบุตรเมื่อยามเจ็บป่วย อบรมสั่งสอนเรื่องมารยาทสังคม วัฒนธรรมศีลธรรมระเบียบต่าง ๆ และการแนะนำในการปรับตัวให้เหมาะสมสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ส่งเสริมพัฒนาการให้เด็ก สอดคล้องกับการศึกษาของชูศรี ติวสกุล (2540) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการเลี้ยงดูบุตรวัยขวบปีแรกของแม่ที่พานบุตรมารับการรักษาที่โรงพยาบาลวชิระภูเก็ต พบว่าระดับการศึกษาเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเลี้ยงดูบุตรของแม่ และจากการศึกษาของประกริต รัชวัตร (2536) พบว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงดูบุตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .2856$ $p < .01$) แสดงว่า แม่ที่มีการศึกษาสูงจะมีการเลี้ยงดูบุตรถูกต้องกว่าแม่ที่มีการศึกษาน้อย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Kasi & Cobb (1966 อ้างถึงใน ประกริต รัชวัตร, 2536) พบว่าพ่อแม่ที่มีระดับการศึกษาสูง จะปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพอนามัยของเด็กได้ดีกว่าพ่อแม่ที่มีระดับการศึกษาน้อย ทั้งนี้เป็นเพราะการศึกษาทำให้มนุษย์มีความเจริญงอกงามทางสติปัญญา มีความรอบรู้ มีเหตุผลและใฝ่รู้ขึ้น สามารถที่จะตัดสินใจหรือเลือกปฏิบัติด้านสุขภาพอนามัยได้ดี และการศึกษาช่วยให้บุคคลมีโอกาสรับรู้ข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วย รู้ถึงการเปลี่ยนแปลงตามวัยได้ดี ทำความเข้าใจเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่เรียนรู้มาได้ มีการตัดสินใจที่ดี และสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องเหมาะสม (Pender 1982 อ้างถึงใน ประกริต รัชวัตร, 2536) และจากการศึกษาของนิตยา สอนสุชล (2536) เรื่องแบบแผนการเลี้ยงดูบุตรอายุ 6 – 24 เดือนตามเกณฑ์

สภาวะความต้องการพื้นฐานและบริการสำหรับเด็กพบว่า แม่ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีแบบแผนการเลี้ยงดูบุตรด้านร่างกาย และด้านการส่งเสริมพัฒนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับ การศึกษาของลัดดา เหมาะสุวรรณและคณะ (2545) โดยศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพัฒนาการด้านอารมณ์ – จิตใจ – สังคมของเด็กปฐมวัย ที่พบว่า การศึกษาของแม่ซึ่งเป็นผู้เลี้ยงดูหลักส่วนใหญ่ของเด็กปฐมวัยมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพัฒนาการของเด็กปฐมวัยเช่นกัน แม่ที่มีการศึกษาสูงกว่าระดับประถมศึกษามีความเสี่ยงที่ลูกจะมีคะแนนพัฒนาการสมรรถนะทางอารมณ์ และสังคมอยู่ในเกณฑ์ต่ำ ต่ำกว่าแม่ที่มีระดับการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องส่วนใหญ่ พบว่าระดับการศึกษาของแม่มีผลต่อการเลี้ยงดูและการตอบสนองความต้องการของเด็ก กล่าวคือ แม่ที่มีระดับการศึกษาต่ำมีแนวโน้มว่าจะเลี้ยงดูบุตรได้ไม่ดีเท่ากับแม่ที่มีการศึกษาสูงกว่า

ปัจจัยด้านรายได้ของครอบครัว

รายได้ของครอบครัวเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ Pender (1982) กล่าวว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมเป็นองค์ประกอบที่สำคัญต่อการมีศักยภาพในการดูแลตนเองของผู้ป่วย ผู้มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูงจะมีรายได้สูง จะมีโอกาสในการติดต่อสื่อสารกับกลุ่มสังคมต่าง ๆ เพื่อเพิ่มความรู้และประสบการณ์ของตนเองมีรายได้เอื้ออำนวยความสะดวกให้บุคคลสามารถดูแลตนเองตลอดจนเข้าถึงบริการทางสุขภาพได้เหมาะสม จากการศึกษาของนิตยา สอนสุชล (2536) เรื่องแบบแผนการเลี้ยงดูบุตรอายุ 6 – 24 เดือนตามเกณฑ์สภาวะความต้องการพื้นฐานและบริการสำหรับเด็กพบว่า แม่ที่มีรายได้ครอบครัวแตกต่างกันมีแบบแผนการเลี้ยงดูบุตรด้านร่างกาย และด้านการส่งเสริมพัฒนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่รับ .05 และจากการศึกษาของชูศรี ติวสกุล (2540) พบว่า รายได้ครอบครัวมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลี้ยงดูบุตรของแม่โดยรวมด้านการส่งเสริมสุขภาพ ด้านการป้องกันโรคของแม่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$, .05 , .05 ตามลำดับ)

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องข้างต้นจะเห็นว่า รายได้ครอบครัวมีผลต่อการเลี้ยงดูบุตร กล่าวคือ ครอบครัวที่มีรายได้ต่อเดือนสูง จะมีการเลี้ยงดูบุตรที่เหมาะสมกว่าครอบครัวที่มีรายได้ต่ำกว่า

จากปัจจัยต่างๆดังกล่าวข้างต้น จึงกล่าวได้ว่าสารอาหารที่เด็กได้รับ การเลี้ยงดู สัมพันธภาพระหว่างบุคคลในครอบครัวโดยเฉพาะระหว่างแม่และเด็ก สภาพแวดล้อมรอบตัว เป็นส่วนสำคัญในการเสริมสร้าง ส่งเสริม และพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2546)

นมแม่กับความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก เนื่องจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีปัจจัย-องค์ประกอบที่เป็นพื้นฐานของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ กล่าว คือ นมแม่ทำให้เด็กได้รับสารอาหารที่ครบถ้วนมีคุณภาพ มีผลต่อการเจริญเติบโตของสมอง ระบบประสาท และร่างกายโดยรวม นอกจากนี้ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้เด็กได้รับการดูแลเลี้ยงดูอย่างใกล้ชิด ได้รับการส่งเสริมและเสริมสร้างความผูกพันที่แม่จะมีต่อเด็ก ซึ่งถือเป็นรากฐานที่ดีที่จะทำให้เด็กสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมต่อไปได้อย่างมีความสุข (เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์, 2545 และศิริภรณ์ สวัสดิ์วร, 2547) เด็กแต่ละคน มีพื้นฐานอารมณ์ต่างกัน บางคนเลี้ยงง่าย บางคนเลี้ยงยาก อารมณ์ร้อน อารมณ์เย็น บางคนกลางๆ ไม่ยากไม่ง่าย พื้นฐานอารมณ์ที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิดสามารถถูกปรุงแต่งด้วยการเลี้ยงดู ถ้าการเลี้ยงดูตอบสนองของความต้องการได้อย่างเหมาะสม คาดเดาได้ว่า อะไรจะมา อะไรจะไป เด็กก็เกิดความไว้วางใจ ความเชื่อมั่น และพัฒนาเป็นความสุขและความรัก การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ช่วยให้เด็กได้เรียนรู้อารมณ์ ระหว่างแม่กับลูกอย่างค่อยเป็นค่อยไป วันละเล็กละน้อย เช่น ขณะกินนมเด็กก็จะมองหน้าแม่ กินไปมองไป อืม..อืม พอพ้นขึ้น บางครั้งก็ลองกัดนมแม่ แม่เจ็บ ลูกก็รู้ การเรียนรู้อารมณ์เป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยธรรมชาติแม่มักจะรักและอารมณ์ดีเมื่ออยู่กับลูกโดยเฉพาะในวัยทารกที่ยังช่วยเหลือตนเองไม่ได้ จึงเป็นการถ่ายทอดพื้นฐานอารมณ์ที่ดีไปโดยไม่รู้ตัว นอกจากนั้น ลูกจะชินกับหน้าแม่มากกว่าคนอื่นๆ ซึ่งเหมาะกับพัฒนาการในวัยทารกที่ควรจะมีผู้เลี้ยงดูที่ตัวเด็กเองวางใจได้ ไม่มากไปกว่า 2-3 คน ในเด็กที่กินนมผสมอาจเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ได้เช่นกัน เพียงแต่น่าจะมีโอกาสขึ้นได้น้อยกว่า (ศิริภรณ์ สวัสดิ์วร, 2547) จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ พบว่า นมแม่มีความเกี่ยวเนื่องกับการพัฒนาอารมณ์ของเด็ก (กรมสุขภาพจิต, 2546; ไพลิน นัดสันเทียะ, 2546; วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, 2546; วราภรณ์ แสงทิวสิน, 2547 และ ศิริภรณ์ สวัสดิ์วร, 2547) Fergusson & Woodward (1999 อ้างถึงในรัตโนทัย พลับการรู้, 2546) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และเด็ก พฤติกรรมการกินนมแม่ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงขวบปีแรก และติดตามพฤติกรรมอันธพาล ภาวะสุขภาพจิตและการติดสารเสพติดในเด็กกลุ่มนี้จนถึงอายุ 15-18 ปี พบว่า เด็กที่เลี้ยงด้วยนมแม่มีความสัมพันธ์กับพ่อแม่ดีกว่าเด็กที่เลี้ยงด้วยนมผสม เด็กที่ได้รับนมแม่มองตนเองว่าแม่ให้การดูแลตนเองในวัยเด็กดีกว่า และมีความรู้สึกที่แม่ไม่ได้ปกป้องตนเองมากเกินไป (Over protection) เมื่อเทียบกับเด็กที่ได้รับนมผสม และพบว่าเด็กที่เลี้ยงด้วยนมแม่มีการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมที่แปลกใหม่ได้ดีกว่าเด็กที่ได้รับนมผสม มีอัตราการเกิดปัญหาพฤติกรรม ปัญหาสุขภาพจิตน้อยกว่า แสดงถึงว่าเด็กที่ได้รับนมแม่มีแนวโน้มของการพัฒนาทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ที่ดีกว่า แต่ยังคงขาดหลักฐานวิชาการทางการวิจัย (Evidence base) ในเรื่องประโยชน์ของนมแม่กับความฉลาดทางอารมณ์ และการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์มีจำกัด โดยเป็นการศึกษาในเด็กโต วัยรุ่น หรือในวัยผู้ใหญ่ วัยทำงาน และไม่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงดูด้วยนมแม่

เช่น การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กวัยรุ่นที่รูปแบบการเลี้ยงดูต่างกัน ตามการรับรู้ของตัวเอง (กันตวรรณ มีสมสาร, 2544) การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาธรรมศาสตร์ (มรรยาท รุจิวิทย์ และศิริพร ศรีวิชัย, 2547) และการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภท (สาวิตรี อรุณ, 2545)

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ปัจจุบันมีผู้สนใจการศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์มากขึ้น แต่ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาในเด็กวัยเรียน เด็กโต วัยรุ่น หรือในวัยผู้ใหญ่ วัยทำงาน และยังไม่มีการศึกษาในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เนื่องจากการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก เริ่มประเมินได้ตอนเด็กอายุ 3 ปี รูปแบบการประเมินเป็นการตอบข้อความที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกมา ในเด็กที่อายุต่ำกว่า 3 ปี พัฒนาการทางด้านอารมณ์ยังไม่สมบูรณ์ เด็กยังไม่สามารถเชื่อมบรรทัดฐานของสังคมกับการแสดงออกที่สังคมยอมรับ ว่าเป็นเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร เด็กยังยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง คิดถึงแต่ตนเองเป็นหลัก มองโลกเป็นรูปธรรม ยังไม่รู้จักรักการจินตนาการหรือเหตุการณ์สมมติ ทุกสิ่งต้องจับต้องและสัมผัสได้จริง (นิตยา คชภักดี, 2543) การประเมินความฉลาดทางอารมณ์จึงต้องเริ่มทดสอบเมื่อเด็กมีพัฒนาการทางพฤติกรรมและอารมณ์ที่สมบูรณ์มากขึ้น นั่นคือ เมื่อเด็กมีอายุตั้งแต่ 3 ปีขึ้นไป (กรมสุขภาพจิต, 2546) และการศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ที่ไม่ได้ศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่เป็นการศึกษาในแง่มุมอื่นๆ เช่น รูปแบบการเลี้ยงดู การสนับสนุนทางสังคม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

กันตวรรณ มีสมสาร (2544) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ในวัยย่างเข้าสู่วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 ในโรงเรียนสหศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน พบว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ สูงกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม การอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ และการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความแตกต่างระหว่างเพศไม่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ และคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กมีความสัมพันธ์กับคะแนนความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมของเด็กที่ประเมินโดยครูประจำชั้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มรรยาท รุจิวิทย์ และศิริพร ศรีวิชัย (2547) ได้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียนในระดับประถมศึกษา 1-6 โรงเรียนประถมศึกษาธรรมศาสตร์ จำนวน 180 คน รวมทั้งศึกษาตัวแปรที่จะทำนายความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้ตัวแปรพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับเด็กนักเรียน และพ่อแม่ คือ อายุ และเพศของเด็ก รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษาของพ่อแม่ สถานภาพการสมรส ลักษณะอาชีพ และรูปแบบการเลี้ยงดูของพ่อแม่ ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียนอยู่

ในระดับปานกลาง ($H = 6.00$ จากสเกลสูงสุด = 10) เด็กวัยเรียนช่วงอายุระหว่าง 6-9 ปี มีค่าเฉลี่ยระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเด็กวัยเรียนช่วงอายุระหว่าง 9-12 ปี เด็กวัยเรียนในกลุ่มที่แม่มีการศึกษาในระดับประถมศึกษา มีค่าเฉลี่ยระดับความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุด ($H = 5.38$) และต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มที่แม่มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และระดับ ปวช., ปวส. ($H = 6.20$ และ 6.34) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุขของเด็กวัยเรียนมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และไม่พบว่าตัวแปรพื้นฐานใดเป็นปัจจัยในการทำนายความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียนได้ แต่การศึกษาครั้งนี้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของระดับการศึกษาแม่ที่น่าจะส่งผลกระทบต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียน

ลักขณา แพทยานันท์ (2542) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคม และความผาสุกทางจิตวิญญาณกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 428 คน ผลการวิจัยพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลฯ อยู่ในระดับปานกลางทั้งโดยรวมและรายด้าน ระดับชั้นปี การสนับสนุนทางสังคมและความผาสุกทางจิตวิญญาณมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และความผาสุกทางจิตวิญญาณและการสนับสนุนทางสังคมร่วมกันพยากรณ์ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลฯ ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 สามารถอธิบายได้ร้อยละ 21.81

สาวิตรี อรุณกุล (2545) ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตเภท ที่พาผู้ป่วยมารับการรับยาที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จำนวน 342 คน พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์กลุ่มตัวอย่างในช่วงอายุ 18-25 ปี อยู่ในระดับปกติและสูงกว่าเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 50 เท่ากัน อายุ 26-60 ปี ส่วนใหญ่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 63.69 สำหรับความฉลาดทางอารมณ์รายด้านของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงอายุ 18-25 ปี ด้านดี มีคะแนนอยู่ในระดับสูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 60.71 ด้านเก่งและด้านสุขมีคะแนนอยู่ในระดับปกติ ร้อยละ 67.86 และ 75.08 ตามลำดับ ซึ่งแตกต่างกับกลุ่มตัวอย่างช่วงอายุ 26-60 ปี ที่พบว่า คะแนนความฉลาดทางอารมณ์รายด้าน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ ร้อยละ 51.59, 61.46 และ 69.11 ตามลำดับ

จากทบทวนวรรณกรรมต่างๆ พบว่า ยังขาดหลักฐานวิชาการทางการวิจัย (Evidence base) ในเรื่องประโยชน์ของนมแม่กับความฉลาดทางอารมณ์ และยังไม่มีการศึกษาวิจัยถึงความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กที่เลี้ยงดูด้วยนมแม่ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กที่เลี้ยงดูด้วยนมแม่ โดยสามารถนำมาเขียนเป็นกรอบแนวคิดได้ดังนี้

กรอบแนวคิดในการวิจัย

