



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพที่ดีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของบุคลากรที่มีสุขภาพ โรงพยาบาลอ่างทอง ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีต่างๆ จากเอกสารวารสาร หนังสือ และงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.2 คำที่มีความหมายใกล้เคียงกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.3 ความเป็นมาเกี่ยวกับการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.4 ความฉลาดทางอารมณ์กับการทำหน้าที่ของสมอง
 - 1.5 ความเชื่อเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.6 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.7 ลักษณะของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.8 คุณลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.9 ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์
2. ความฉลาดทางอารมณ์กับปฏิสัมพันธ์ของสติปัญญาและบุคลิกภาพ
3. แนวคิดเกี่ยวกับบุคลิกภาพ
 - 3.1 ความหมายของบุคลิกภาพ
 - 3.2 บุคลิกภาพประเภทต่างๆ
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) มาจากภาษาอังกฤษว่า “Emotional intelligence” หรือ “Emotional Quotient” นักจิตวิทยาและนักวิชาการต่างๆ ได้ให้ความหมายของ EQ ดังนี้

Salovey & Mayer (อ้างถึงใน Gibbs)⁽¹³⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึงความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้เท่าทันในความคิด ความรู้สึกและภาวะอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่นได้ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ซึ่งนำความคิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผลสอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และในปี ค.ศ. 1997 Salovey & Mayer⁽⁷⁾ ได้ให้ความหมายของ EQ ใหม่ หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ ประเมินและแสดงอารมณ์ของตนได้อย่างเหมาะสม สามารถเข้าถึงและสร้างความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับความคิดได้ รวมทั้งมีการแก้ไขปัญหาที่สร้างสรรค์ได้ เข้าใจอารมณ์ แยกแยะวิเคราะห์อารมณ์และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี คิดใคร่ครวญและควบคุมภาวะอารมณ์ได้ดีในทางที่จะส่งเสริมให้สุขภาพจิตและสติปัญญาดี สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

Bar-On (อ้างถึงใน Goleman)⁽³⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ชุดของความสามารถด้านอารมณ์และด้านสังคมของบุคคลที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และในปี ค.ศ. 1997 Bar-On⁽¹⁴⁾ ได้ให้ความหมายของ EQ ใหม่ หมายถึง ชุดของขีดความสามารถ สมรรถนะ และทักษะทางจิตพิสัย (Affective Domain) ที่ส่งผลต่อความสามารถในการประสบความสำเร็จในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดีและประสบความสำเร็จในชีวิต

Goleman⁽³⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น บริหารจัดการอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้อย่างประสบความสำเร็จ

Cooper & Sawaf⁽¹⁵⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจและประยุกต์ใช้พลังอำนาจและความเจ็บปวดของอารมณ์อย่างมีประสิทธิภาพในการเป็นแหล่งที่มาของพลังงาน ข้อมูล การสร้างสายสัมพันธ์ และการมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น

Weisinger⁽¹⁶⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง การใช้อารมณ์อย่างฉลาดโดยมีความตั้งใจ ทำให้อารมณ์ของตนเองทำงานหรือทำประโยชน์ให้กับตนเอง โดยใช้อารมณ์ในการนำพฤติกรรมและความคิดของตนไปในทางที่ส่งเสริมผลงานของตนเอง

สำหรับคำว่า EQ ในภาษาไทยยังไม่มีการบัญญัติศัพท์ที่แน่นอน จึงมีคำศัพท์มากมาย เช่น เขาวนอารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ วุฒิภาวะทางอารมณ์ สติปัญญาทางอารมณ์ ความเฉลียว

ฉลาดทางอารมณ์ อัจฉริยภาพทางอารมณ์ อัจฉริยะทางอารมณ์ สติอารมณ์ อารมณ์ปัญญา ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะใช้คำว่า “ความฉลาดทางอารมณ์”

สำหรับความหมายของ EQ ในภาษาไทยได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

วราภรณ์ สามโกเศศ⁽¹⁷⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ทักษะหรือความสามารถของบุคคลในการเข้าใจความรู้สึกของตนเอง มีความรู้สึกร่วมกับความรู้สึกของคนอื่น สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองในลักษณะที่ก่อให้เกิดการครองชีวิตอย่างมีความสุขได้

จอม ชุ่มช่วย⁽¹⁸⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถหรือศักยภาพทางอารมณ์ของแต่ละคน

สุรพงศ์ อัมพันวงศ์⁽¹⁰⁾ ได้ให้ความหมาย EQ หมายถึง คุณลักษณะทางอารมณ์ มีองค์ประกอบ รู้จักตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใคร มาจากไหน ต้องการอะไรในชีวิต มีความสามารถในการจัดการควบคุมอารมณ์ตนเอง มีวินัยสูง บังคับใจตนเองได้ รู้จักผิดชอบชั่วดี มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ของคนอื่น มีอารมณ์ร่วมกับผู้อื่น

พระราชวรภุณี (ประยูร ธัมมจิตโต)⁽¹⁹⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง การใช้ปัญญา กำกับการแสดงอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผล เป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็จะเป็นพลังตาบอด ปัญญาจึงเป็นตัวที่จะมากำกับชีวิตของเราให้การแสดงออกไปในทางที่ถูกต้อง

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต)⁽²⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์หรือปรีชาทางอารมณ์ ซึ่งจะต้องมีการพัฒนาทั้งด้านพฤติกรรม (ศีล) จิตใจ (สมาธิ) และปัญญา โดยเฉพาะปัญญาเป็นปัจจัยสำคัญสุดทำยในฐานะตัวปรับแก้และปลดปล่อยที่จะทำให้จิตใจรวมทั้งอารมณ์ให้เป็นอิสระ พ้นจากการบีบคั้นครอบงำของสิ่งแวดล้อม ทำให้กลายเป็นจิตใจอันมีอารมณ์ความรู้สึกที่เกื้อกูล เป็นคุณทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

ทศพร ประเสริฐสุข⁽¹¹⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่จะตระหนักถึงความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายในตลอดจนสามารถรอคอยการตอบสนองของความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่างๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักขจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนได้ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนในการทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้

ตามได้อย่างมีความสุขจนประสบความสำเร็จในการเรียน ความสำเร็จในอาชีพ ตลอดจนประสบความสำเร็จในชีวิต

วิลไกด์ หนูแก้ว⁽²⁰⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และพัฒนาอารมณ์ให้เป็นปกติสุขได้ไม่ว่าเหตุการณ์รอบข้างจะเป็นอย่างไร

วิลาสลักษณ์ ชั้ววลี⁽²¹⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะเข้าใจ จัดการและใช้ประโยชน์จากอารมณ์ของตน สามารถเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นและมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคลได้

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย⁽⁵⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง การเรียนรู้จักอารมณ์ ความรู้สึกของตนให้ตระหนัก มีสติรู้สึกเท่าทันสาเหตุและความแปรผันด้านอารมณ์ของตน เป็นการเรียนรู้พูดคุยภายในตน บริหารจัดการอารมณ์ ภาวะอารมณ์ อุปนิสัยใจคอของตนไปในทางที่สร้างประโยชน์แก่ทุกฝ่าย สร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองในทางที่สร้างสรรค์ เป็นการนำเอาอารมณ์ของตนออกมาติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นในรูปแบบของการสื่อสาร ความเก่งคน ความเข้าอกเข้าใจคน เอาใจคนมาใส่ใจเรา และเป็นการที่บุคคลรักษาความสมดุลของเหตุผลกับอารมณ์ บริหารจัดการความสัมพันธ์งานในหน้าที่ของตนกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

เทอดศักดิ์ เดชคง⁽²²⁾ ให้ความหมาย EQ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่าและมีความสุข โดยอธิบายความหมายของคำว่า คนดี มีคุณค่า และมีความสุขไว้ดังนี้

การเป็นคนดี หมายถึง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งก็คือ ความเมตตา กรุณา ในแง่ของพุทธศาสนาก็คือ "ศีล" นั่นเอง

การมีคุณค่า มีความหมายสอดคล้องกับการมีสติรู้ตัว (Awareness)

การมีความสุข เกิดจากการรู้จักมองโลก เลือกรหาความสุขใส่ตัวเมื่อเกิดความทุกข์ ก็หาวิธีแก้ไข ซึ่งก็คือการใช้ "ปัญญา" นั่นเอง

ลักขณา แพทยานันท์⁽²³⁾ ให้ความหมายของ EQ ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการใช้สติรับรู้อารมณ์และควบคุมอารมณ์ของตนเองทำให้สามารถเข้าใจและรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น ใช้ปัญญาในการแสดงอารมณ์และแก้ไขปัญญาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีความคิดสร้างสรรค์ มีความเมตตา กรุณา นำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นทำให้บุคคลมีความสุข และประสบความสำเร็จในชีวิต นั่นก็คือการเป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่สมบูรณ์นั่นเอง

อริยา คูหา⁽²⁴⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถทางสมองของมนุษย์ที่นำเอาองค์ประกอบเกี่ยวกับประสบการณ์และการเรียนรู้มาจัดระเบียบใหม่ในลักษณะที่เป็นพฤติกรรม การตอบสนองตามสภาวะและสถานการณ์ โดยมีตัวแปรสำคัญ คือ อารมณ์เป็นดัชนีบ่งชี้ความเฉลียวฉลาดของบุคคล หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง เป็นทักษะของพฤติกรรมตอบสนองทางอารมณ์

อัจฉรา สุซารมณี⁽²⁵⁾ ได้กล่าวถึง ความหมายของ EQ หมายถึง ทักษะเฉพาะที่ทำให้คนเราประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียน การงาน ครอบครัวและชีวิตส่วนตัว ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสามารถเข้าใจความรู้สึกตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง รู้จักควบคุมจัดการและแสดงออกทางอารมณ์และแสดงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ รู้เขา รู้เรา และใช้ข้อมูลเหล่านี้มาชี้้นำความคิดและการแสดงออกทางอารมณ์ของตน

ธวัช ประสาทฤทธาและคณะ⁽²⁶⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ลักษณะของการที่บุคคลตระหนัก รับรู้อารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้นอันเนื่องมาจากสิ่งเร้าทั้งภายนอกและภายใน และสามารถที่จะปรับหรือจัดการกับอารมณ์โดยการควบคุมอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้นให้เกิดผลทางบวกทั้งต่อตนเองผู้อื่น สภาพแวดล้อมหรือเหตุการณ์ต่างๆ

มะลิ สกุลถาวร⁽²⁷⁾ ให้ความหมายของ EQ ว่าเป็นการเข้าใจความรู้สึกของตนเอง และเอาใจใส่ต่อความรู้สึกของคนอื่นด้วยกล่าวย่างๆ คือ รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรานั้นเอง

กรมสุขภาพจิต⁽²⁸⁾ ให้ความหมายของ EQ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

1.2 คำที่มีความหมายใกล้เคียงกับความฉลาดทางอารมณ์

ในภาษาอังกฤษที่มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่า EQ อีกมากมาย ดังนี้

Social Intelligence หมายถึง ความมีไหวพริบในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่น และ Eysenck นำมาใช้อธิบายคู่ขนานกับคำว่า Psychometric Intelligence อีกครั้งในปี ค.ศ. 1985 โดยเน้นไปทางด้าน IQ และ Biological Intelligence ซึ่งเป็นการให้ความสำคัญทางด้านสรีระพันธุกรรมในการกำหนดความแตกต่างระหว่างบุคคล

Emotional Maturity หมายถึง วุฒิมารวมทางอารมณ์ เป็นการรู้และเข้าใจภาวะอารมณ์ของตนเอง (Emotional Insight) นำไปสู่ความสุขสบายในอารมณ์ของตน (Emotional Comfort) ในทุก

สถานการณ์ของชีวิตได้อย่างอิสระ และตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง เรียนรู้จากประสบการณ์และการตรวจสอบตนเอง เป็นผู้ที่ไม่มีความขัดแย้งใดๆในใจพร้อมที่จะเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ สามารถดูแลรักษาความรู้สึกนึกคิดของตนเอง (Feeling Doctors) ได้

Tacit Knowledge หมายถึง การเรียนรู้ของบุคคลโดยไม่ใช้คำพูด รู้ได้โดยพหุติสัยที่เกิดจากการปฏิบัติจริง เป็นผลจากการคิดใคร่ครวญจากสิ่งที่ได้เรียนรู้

Emotional literacy หมายถึง ความฉลาดรู้ในอารมณ์ของตนเองและในปี ค.ศ.1996 Cooper & Sawaf ได้ให้ความหมายอีกว่า เป็นความฉลาดรู้ในอารมณ์ของตนเอง ซึ่งรวมถึงการบอกเล่าความรู้สึกนึกคิดตามความเป็นจริง ความสามารถหยั่งรู้เท่าทันอารมณ์ของตน เล็งเห็นผล มีพลังและรู้ผลลัพธ์ได้ ซึ่ง Salovey เคยใช้คำนี้เป็นชื่อหนังสือที่เขียนขึ้นด้วย

Personal Intelligence เป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎี Multiple Intelligence หมายถึง ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ มีมนุษยสัมพันธ์ดี เข้าใจและรู้จักอารมณ์ของตน เพื่อชี้นำการแสดงพฤติกรรมหรือการปฏิบัติของตนเองโดยเฉพาะในด้านการเข้าสังคม โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

1. Intrapersonal Intelligence หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเองในด้านความรู้สึกและภาวะอารมณ์ของตนเองและแสดงออกอย่างเหมาะสม มีภาพพจน์ต่อตนเองในทางที่ดี ตระหนักในศักยภาพของตนเอง ใช้ศักยภาพในทางสร้างสรรค์และมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต

2. Interpersonal Intelligence หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจบุคคลอื่นรวมถึงความสามารถในการแสดงออกหรือมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่เหมาะสมต่ออารมณ์ ความรู้สึกแรงกระตุ้นและความปรารถนาของบุคคลอื่น ซึ่งเป็นผลมาจากการรู้จักภาวะทางอารมณ์ของตนที่แสดงออกกับผู้อื่น รับรู้และเห็นความแตกต่างของตนเองและผู้อื่น แบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ ภาวะผู้นำ ความสามารถที่จะคงความสัมพันธ์และคงความเป็นเพื่อน ความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาข้อขัดแย้ง ทักษะการวิเคราะห์ทางสังคม

Implicit Learning หมายถึง การเรียนรู้ข้อมูลที่ซับซ้อนโดยผู้เรียนไม่ต้องแสดงออกมาทางคำพูด แต่สามารถที่จะรับรู้ มองเห็นและจดจำได้จากการแสดงออกในด้านอื่นๆ

Meta-mood experience หรือ Meta-Experience หมายถึง กระบวนการของภาวะอารมณ์ของบุคคลที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึก รวมทั้งการรู้เท่าทันในความรู้สึกนึกคิดและภาวะอารมณ์ของตน การติดตาม ควบคุมและประเมินภาวะอารมณ์ของตนเอง

Emotional Competence หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ ซึ่งต่อมาในปี ค.ศ. 1998 Goleman⁽³⁾ เรียกว่า Emotional Intelligence Competencies ประกอบด้วย คุณลักษณะของ EQ 6 ประการ คือ ความมั่นใจในตนเอง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การมุ่งมั่นสู่ผลสัมฤทธิ์ การปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ การโน้มน้าวผู้อื่นและการสร้างทีมงาน

ต่อมา Saarni ให้ความหมาย Emotional Competence หมายถึง การตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ดี ไวต่อลักษณะของอารมณ์ที่ตนเผชิญอยู่ทั้งที่แสดงออกและปิดบังไว้ สามารถอธิบายความรู้สึกออกมาเป็นคำพูดได้ มีทักษะในการจัดการกับความทุกข์ทางอารมณ์ได้ดีในทุกด้าน

Practical Intelligence หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้ดี เลือกลงในการเป็นผู้รับและผู้ให้ได้ดี เรียนรู้ได้ด้วยตนเองเพื่อบรรลุสู่เป้าหมายที่ได้ตั้งไว้⁽⁵⁾

Emotional IQ⁽²⁹⁾ หมายถึง อารมณ์ซึ่งเป็นคุณภาพของความรู้สึก อารมณ์ไม่สามารถแยกออกจากสติปัญญาซึ่งเป็นคุณภาพของสมองได้ ความสามารถของสมองเป็นผลมาจากสติปัญญาและอารมณ์ ความรู้สึกที่ทำให้เกิดภูมิปัญญา ให้รู้เท่าทันความเป็นจริงและเกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น

1.3 ความเป็นมาเกี่ยวกับการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์

ในอดีตวงการจิตวิทยาซึ่งพยายามศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ โดยได้ศึกษาเรื่องหน้าที่ของสมอง ซึ่งเชื่อว่าจะทำให้เข้าใจมนุษย์อย่างลึกซึ้งมากขึ้น⁽²⁰⁾ ซึ่งในช่วงแรกๆ นักศึกษาและนักจิตวิทยาจะมุ่งศึกษาในด้านความสามารถทางสมองหรือ IQ โดยนักจิตวิทยาท่านหนึ่งคือ Thorndike ได้ให้ความหมายของสติปัญญาไว้ว่ามี 3 องค์ประกอบและองค์ประกอบหนึ่งในสามก็คือ social Intelligence คือ ความเฉลียวฉลาดทางสังคม แต่ก็ได้รับความสนใจน้อย⁽¹¹⁾ ในปี ค.ศ. 1950 Maclean จากสถาบันสุขภาพจิตแห่งชาติของอเมริกา ได้สนใจศึกษาหน้าที่ของสมองส่วนต่างๆ และสรุปการศึกษาดังนี้

มนุษย์มีสมองที่ประกอบไปด้วย 3 ส่วนคือ

ชั้นในสุด เรียกว่า Reptilian ในส่วนนี้ประกอบด้วย อูปลินัสดั้งเดิมของมนุษย์ยังมิได้รับการขัดเกลารวมทั้งสัญชาตญาณ

ชั้นกลางหรือส่วนกลาง เรียกว่า Limbic System เป็นส่วนที่ควบคุมเรื่องของอารมณ์ของมนุษย์

ชั้นนอกสุด เรียกว่า Neocortex หรือ Cerebral System ซึ่งส่วนนี้จะทำหน้าที่เกี่ยวกับการคิด การรับรู้ต่างๆ การพูดรวมทั้งการวางแผน สมองชั้นนอกสุดนี้จะทำให้มนุษย์มีความแตกต่างจากสัตว์ประเภทอื่นๆ ด้วย

หลังจากช่วยแรกที่ Maclean ได้รายงานผลการศึกษาเรื่องหน้าที่ของสมองแล้ว ระยะเวลาต่อมาราวๆ ค.ศ. 1960 Sperry นักจิตวิทยาจากสถาบันเทคโนโลยี California ที่ศึกษาเกี่ยวกับสมองซีกซ้ายและซีกขวาของมนุษย์ ว่ามีหน้าที่แตกต่างกันอย่างไรบ้างและได้รายงานการศึกษา ดังนี้

สมองซีกซ้าย จะทำหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายซีกขวา และจะทำหน้าที่เกี่ยวกับภาษาถ้อยคำ คำพูดและตัวหนังสือโดยจะเน้นการวิเคราะห์ การวางแผน การติดตามความเป็นจริง คิดเป็นลำดับขั้นตอนอย่างมีเหตุผล

สมองซีกขวา จะทำหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายซีกซ้าย และจะทำหน้าที่เกี่ยวกับการคิดเป็นภาพคิดแบบคาดคะเน คิดโดยประมวลสิ่งเร้าต่างๆ พร้อมกัน คิดในเชิงจินตนาการ คิดแบบสร้างสรรค์และแบบทันทีทันใด

กล่าวโดยสรุปสมองซีกซ้ายจะคิดอะไรที่เป็นลำดับขั้นตอน ในขณะที่สมองซีกขวาคิดในสิ่งที่เป็นภาพรวมๆ ในเชิงมิติสัมพันธ์

นอกจากนี้ยังมีนักศึกษาคนสำคัญคือ ในปี ค.ศ.1956 Bloom (1956) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ทางการศึกษาซึ่งจะมีองค์ประกอบทางด้านความสามารถของมนุษย์ไว้ 3 ด้าน (Domains) ด้วยกันคือ

- 1) พุทธิพิสัย (Cognitive Domain) คือ ความสามารถทางด้านการรู้คิด ซึ่งก็อาจกล่าวได้ว่าเป็นเรื่องทางสติปัญญา
- 2) จิตพิสัย (Affective Domain) คือ ความสามารถทางด้านความรู้สึก ค่านิยม ในส่วนนี้น่าจะเป็นความสามารถทางด้าน เซอร์เนออารมณ์
- 3) ทักษะพิสัย (Psycho-Motor Domain) คือ ความสามารถทางด้านมอเตอร์ การเคลื่อนไหวหรือทางด้านทักษะ

จะเห็นได้ว่าในช่วงแรกๆ นักการศึกษาและนักจิตวิทยาให้ความสนใจทางด้าน IQ มากมีการพัฒนาแบบทดสอบวัด IQ จนได้เป็นแบบทดสอบมาตรฐานเป็นที่น่าเชื่อถือ เช่น Standford-Binet และของ Wechsler เป็นต้น

ในปี ค.ศ. 1980 Mayer จากภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัย New Hampshire และ Salovey จากภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัย Yale ซึ่งทั้งสองท่านได้สนใจศึกษาเกี่ยวกับเรื่องเชาวน์อารมณ์ และเสนอกรอบความคิดเกี่ยวกับเชาวน์อารมณ์ พร้อมกับบัญญัติศัพท์คำว่า Emotional Quotient

ในปี ค.ศ. 1983 Howard Gardner ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับเรื่อง เชาวน์อารมณ์ ในหนังสือชื่อ "Frames of mind" โดยได้ให้แนวคิดว่าความสำเร็จของมนุษย์ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความสามารถทางสติปัญญาเพียงอย่างเดียวแต่จะขึ้นอยู่กับความสามารถทางอารมณ์ของเขาด้วย ต่อจากนั้นได้มีการศึกษาและความมั่นใจอย่างจริงจังในเรื่อง เชาวน์อารมณ์ เริ่มชัดเจนตั้งแต่ปี ค.ศ. 1980

ใน ปี ค.ศ. 1994 Damasio ซึ่งเป็นหัวหน้าภาควิชาประสาทวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัย Iowa ได้ทำการศึกษาวิจัยและสรุปว่า การให้เหตุผลการตัดสินใจของสมอง จะมีส่วนสัมพันธ์กับอารมณ์ทำให้บุคคลเริ่มมองเห็นความสำคัญของอารมณ์มากขึ้น

ใน ปี ค.ศ. 1995 Goleman เป็นผู้ที่ทำให้ เชาวน์อารมณ์ เป็นที่นำเสนออย่างแพร่หลายโดยบัญญัติคำศัพท์คำว่า "Emotionality" ขึ้นและได้แยกเชาวน์อารมณ์ ออกเป็น 4 ส่วนดังนี้

- 1) การจูงใจและการมองโลกในแง่ดีหรือการมีความหวัง
- 2) การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- 3) การรู้จักแสดงออก
- 4) ภาวะผู้นำหรือการบริหารจัดการกลุ่มได้

นอกจากนี้ Goleman ยังได้เขียนหนังสือ "Emotional Intelligence : Why it can matter more than IQ" และแรงหนุนที่สำคัญที่ทำให้คนหันมาสนใจเรื่อง เชาวน์อารมณ์ กันมากขึ้นคงจะเป็นบทความที่ลงในนิตยสาร Time เมื่อ ปี ค.ศ. 1995 ซึ่งเน้นว่าความสำเร็จของบุคคล เชาวน์ปัญญา จะส่งผลให้เกิดความสำเร็จได้แค่ 20% และ 80% เป็นผลมาจาก เชาวน์อารมณ์ ทำให้นักบริหารและบุคลากรในวิชาชีพต่างๆ ตื่นตัวที่จะพัฒนา เชาวน์อารมณ์ มากยิ่งขึ้นซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ McClelland ที่ได้เคยกล่าวไว้ว่าคนที่ประสบความสำเร็จนั้นจะต้องมุ่งที่ความสำเร็จของงานและต้องสามารถสนองความต้องการอีกประเภทหนึ่งที่เรียกว่า แรงจูงใจใฝ่สัมพันธด้วย

จากแนวคิดต่างๆ ที่ได้นำเสนอแล้วข้างต้น จึงทำให้การศึกษาเรื่อง เชาวน์อารมณ์ เริ่มแพร่หลายมากขึ้นโดยความเชื่อแนวใหม่นี้จะเน้นว่า คนที่จะประสบความสำเร็จนั้นจะต้องมีทั้ง

เขาวินปัญญา และ เขาวินอารมณ์ ประกอบกันจึงมีการศึกษาเรื่อง เขาวินอารมณ์ มากขึ้นเป็นลำดับ มีการแยกแยะความสำเร็จในด้านต่างๆ ว่าแต่ละกิจกรรมนั้นตัวบ่งชี้ถึงความสำเร็จควรเป็นความสามารถประเภทใด ตัวอย่างเช่น

ความสำเร็จในด้านการเรียน ปัจจัยที่ส่งผลมากคือ เขาวินปัญญา
 ความสำเร็จในด้านการแก้ปัญหาแต่ละด้าน ปัจจัยที่ส่งผลมากคือ เขาวินปัญญา
 ความสำเร็จในการทำงาน ปัจจัยที่ส่งผลมากคือ เขาวินปัญญา+เขาวินอารมณ์
 ความสำเร็จในการรับเลือกตั้งเป็นผู้แทนราษฎร ปัจจัยที่ส่งผลมากคือ เขาวินอารมณ์
 ความสำเร็จในการปรับตัว ปัจจัยที่ส่งผลมากคือ เขาวินอารมณ์
 ความสำเร็จในการปกครองคน ปัจจัยที่ส่งผลมากคือ เขาวินอารมณ์
 ความสำเร็จในด้านชีวิตคู่ ปัจจัยที่ส่งผลมากคือ เขาวินอารมณ์

กล่าวโดยสรุปเขาวินอารมณ์มีความสำคัญไม่แพ้เขาวินปัญญา ดังที่ได้กล่าวไว้ว่า เขาวินปัญญา และความสามารถทางด้านเทคนิคหรือทักษะทางเทคนิค (Technical Skills) มีความสำคัญ แต่ เขาวินอารมณ์ ยิ่งมีความสำคัญมากในการเป็นผู้นำ (Leader) ทำให้ผู้บริหารและบุคลากรในวิชาชีพต่างๆ ให้ความสนใจที่จะพัฒนาเขาวินอารมณ์มากขึ้น⁽³⁰⁾

1.4 ความฉลาดทางอารมณ์กับการทำหน้าที่ของสมอง

ม.ล.สมชาย จักรพันธุ์⁽³¹⁾ กล่าวว่า อารมณ์เป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์นอกเหนือไปจากสติปัญญา เป็นแหล่งของพลังทางจิตใจอันสำคัญที่ทำให้เกิดแรงบันดาลใจ ความหวัง ความทะเยอทะยานเปลี่ยนแปลงความคิดไปสู่ความสมบูรณ์และความสุขในชีวิต เชื่อกันว่าความสำเร็จในชีวิตของมนุษย์เกิดจากความเฉลียวฉลาดทางสติปัญญาเพียง 20% ที่เหลือเป็นความสามารถด้านอื่นๆ เช่น ความอดทน ความซื่อสัตย์ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความมั่นคงทางอารมณ์ ที่รวมกันเรียกว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หรือ Emotional Intelligence อารมณ์มีส่วนสำคัญในการพัฒนาการและการอยู่รอดของมนุษย์ซึ่งแตกต่างไปจากสัตว์ โดยที่ความกลัวหรือความโกรธซึ่งเป็นพื้นฐานดั้งเดิมของคนเราเมื่อพบกับสถานการณ์ที่รุนแรงหรือน่าหวาดกลัวจะเป็นตัวกระตุ้นให้หัวใจเต้นแรงขึ้น สูดฉีดเลือดไปยังบริเวณที่สำคัญของร่างกายในการต่อสู้หรือหนี เช่น กล้ามเนื้อมัดใหญ่ของแขนขา เพื่อสะดวกในการวิ่ง การหายใจช้าลง มีเหงื่อออก ฮอริโมนหลายชนิดถูกหลั่งเข้าไปในกระแสเลือดเพื่อเตรียมร่างกายให้พร้อม บริเวณของสมองที่ควบคุมอารมณ์เรียกว่า Limbic System โดยเฉพาะส่วนที่เรียกว่า Amygdala หลายล้านปี ต่อมาสมองของมนุษย์ได้พัฒนาสมองส่วนหน้ามากขึ้นที่เรียกว่า Neocortex ซึ่งเป็นส่วนที่ควบคุมอารมณ์ความมีเหตุผล

การวางแผนการเรียนรู้ และความจำ อารมณ์ทางเพศมาจาก Limbic System แต่ความรักมาจาก Neocortex สัตว์เลี้ยงลูกนจะไม่มี Neocortex ดังนั้นลูกจึงต้องหนีเอาชีวิตรอดเมื่อเจอแม่ที่ปราศจากความรักของแม่ที่พวกมันเพิ่งออกมา ส่วนลิงหรือและมนุษย์วานรที่เรียกว่า Ape จะมีส่วนของ Neocortex ค่อนข้างเล็กเมื่อเทียบกับมนุษย์ปัจจุบันซึ่งได้พัฒนาส่วนของ Prefrontal Area (บริเวณสมองส่วนหน้าสุดใต้กะโหลกหน้าผาก) ขึ้นมา มนุษย์มีมากกว่าสัตว์อื่น ๆ สมองส่วนนี้จะทำหน้าที่เกี่ยวกับความคิด การวิเคราะห์ การวางแผน ความมีเหตุผล รวมทั้งความฉลาดอื่นๆ ของมนุษย์โดยมีเส้นทางระบบประสาทเชื่อมโยงกับสมองส่วนอื่นๆ ที่สำคัญ คือ การเชื่อมโยงกับสมองส่วนในที่เรียกว่า Limbic System โดยมีอะมิกดาลา (Amygdala) เป็นจุดสำคัญในการรับรู้ ตรวจสอบ การกระตุ้นทางอารมณ์ที่เข้ามาตามระบบประสาทต่างๆให้เกิดการตอบสนองต่อไป อาจกล่าวได้ว่าสมองส่วนใน หรือ Limbic System ทำหน้าที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ Amygdala เป็นส่วนของสมองที่ทำหน้าที่ในการรับรู้ความทรงจำทางด้านอารมณ์ (Emotional) เป็นที่รวบรวมอารมณ์ในช่วงเวลาแห่งความสำเร็จหรือล้มเหลว ความหวังและความกลัว ความหดหู่ถ้อยถอย หรือความสับสน ซึ่งจะให้ความทรงจำจากการศึกษาผู้ป่วยที่มีอุบัติเหตุหรือทำให้ทางเชื่อมระบบประสาทจาก Amygdala ไปยัง Neocortex ถูกตัดขาดจะมีชีวิตอยู่อย่างไรอารมณ์ ความรู้สึกไม่สามารถตัดสินใจ เพราะไม่รู้ถึงผลที่ตามมา ไม่รับรู้ถึงอารมณ์ของผู้อื่น ไม่รู้สึกผิดหรืออับอาย เมื่อทำอะไรผิด ดังนั้น Emotional Intelligence จึงเป็นความสามารถในการรับรู้เข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง และผู้อื่นที่สามารถจัดการกับอารมณ์ตนเองได้ และสามารถสร้างสัมพันธภาพยั่งยืนกับผู้อื่นรวมทั้งมีแรงบันดาลใจในการทำงานและดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

อุษณีย์ โพธิสุข⁽³²⁾ กล่าวไว้ว่า พัฒนาการทางอารมณ์และสมองมีส่วนสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เพราะสมองมีอุปกรณ์ส่วนที่เรียกว่า "อะมิกดาลา" (Amygdala) อยู่ด้านในของเทมโพรลโลบ ติดกับฮิปโปแคมปัสทั้งด้านซ้ายและขวา เป็นตัวรับรู้และสร้างอารมณ์ให้เราแปลผลทางอารมณ์ไปสู่การทำงานาขอสมองส่วนต่างๆ ได้ หากมนุษย์ขาดชิ้นส่วนตรงนี้ก็จะมีความรู้สึกยินดียินร้ายใดๆ เลย เมื่อเราเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ได้สัมผัสใดๆ ก็จะมีการส่งข้อมูลมาที่อะมิกดาลา แล้วจึงส่งไปสมองส่วนหน้าที่เป็นส่วนของความคิดว่าจะตอบสนองอย่างไร เช่น เสียงคนที่เราชอบ กับเสียงคนที่เราเกลียดก็จะส่งผลต่ออารมณ์เราต่างกันด้วย สมองส่วนหน้าก็จะต้องมารองความคิดก่อนว่าจะมีปฏิกิริยาตอบสนองอย่างไร การกรองจะต้องใช้ข้อมูลสะสมที่เรียนรู้มาแล้ว เช่น เหตุผล ศีลธรรม หากคิดว่าไม่ควรทำก็จะยับยั้งใจออกมาเป็นคำสั่ง แต่ถ้าข้อมูลที่เข้ามาแล้วไม่ส่งไปที่สมองส่วนหน้าให้กรองก่อนก็จะทำให้คนนั้นมีลักษณะของการไม่ยับยั้งชั่งใจ ควบคุมตนเองไม่ได้ อาการเช่นนี้อาจจะเกิดจากเส้นทางส่งข้อมูลจากอะมิกดาลาในสมองส่วนหน้าชำรุดแต่ส่วนใหญ่มาจากการไม่ได้รับการฝึกฝนมาตั้งแต่เล็กๆ เพราะสมองส่วนหน้านี้จะทำงานมากในช่วงวัยต้นๆ ของชีวิต

เทอดศักดิ์ เดชคง⁽²²⁾ กล่าวว่า มีการศึกษาสมองซีกซ้ายและสมองซีกขวามานานแล้วพบว่า แต่ละส่วนน่าจะมีหน้าที่แตกต่างกันที่ชัดเจน คือ สมองซีกซ้ายมีหน้าที่ในเรื่องภาษา การคิดคำนวณ ตรรกวิทยา ความคิดที่เป็นเหตุผล ส่วนสมองซีกขวามีหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก ความสุนทรีย์ เมื่อมองในแง่ี้แล้วความสามารถทางอารมณ์ก็น่าจะเกี่ยวข้องกับสมองซีกขวาซึ่งถ้าถูกทำลายไปก็จะสูญเสียความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองไป แม้ว่าสมองแต่ละส่วนมีหน้าที่แตกต่างกันแต่ก็ร่วมมือประสานกันทำงานเช่นเดียวกับการที่จะเป็นคนที่มีความสมบูรณ์ได้ ย่อมต้องมีทั้งไอคิวและอีคิวอย่างเหมาะสม เพื่อให้มีทั้งส่วนเหตุผล ความคิดควบคู่ไปกับอารมณ์ความรู้สึกที่ดีนั่นเอง

ในช่วงทศวรรษ 1960 Sperry (อ้างใน วีระวัฒน์ ปันติยามัย)⁽⁵⁾ แห่ง California Institute of Technology ได้ศึกษาเกี่ยวกับการแบ่งส่วนของสมองซ้ายและสมองซีกขวาและค้นพบว่า สมองทั้ง 2 ส่วนมีหน้าที่เป็นเอกเทศและความเชี่ยวชาญแตกต่างกัน สมองซีกซ้ายทำหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายด้านขวา โดยรับผิดชอบเกี่ยวกับภาษาถ้อยคำ สิ่งที่เป็นคำพูด ตัวหนังสือ เน้นการคิด วิเคราะห์ การคิดวางแผน การติดตามความเป็นจริง คิดเป็นลำดับขั้นตอนของความเป็นเหตุเป็นผลอย่างกระตือรือร้น ในส่วนของสมองซีกขวานั้นควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายด้านซ้าย รับผิดชอบเกี่ยวกับการคิดเป็นภาพ คิดแบบคาดคะเน โดยใช้ญาณหยั่งรู้ คิดโดยประมวลสิ่งเร้าต่างๆ พร้อมๆ กัน คิดรับรู้จินตนาการในลักษณะของความคิดสร้างสรรค์ คิดแบบทันทีทันใด สมองซีกขวาคิดในลักษณะในสิ่งที่เห็นภาพรวมในเชิงของมิติสัมพันธ์ ขณะที่สมองซีกซ้ายจะคิดอะไรในลักษณะเป็นลำดับขั้นตอน

ในช่วงทศวรรษ 1970 MacLean (อ้างใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย)⁽⁵⁾ แห่งสถาบันสุขภาพจิตแห่งชาติของอเมริกา ได้เสนอผลการศึกษาเรื่องสมองของคนเราว่า สมองมี 3 ชั้น โดยชั้นในสุดเรียกว่า Reptilian เกี่ยวกับสัญชาตญาณอุปนิสัยดั้งเดิมที่ไม่ได้ขัดเกลา สมองส่วนกลางเรียกว่า Limbic System ที่มี Amygdala เป็นศูนย์ของการรับรู้ ตอบสนองต่ออารมณ์โกรธกลัว ของมนุษย์ เป็นบริเวณที่เกิดของอารมณ์ที่ส่งผลต่อการทำงานของสมองชั้นนอกสุดที่เรียกว่า Neocortex หรือ Cerebral System ทำหน้าที่คิด รับรู้ พูดยวางแผน ทำให้มนุษย์แตกต่างจากสัตว์ประเภทอื่นๆ ถือเป็นสมองที่ทำหน้าที่คิด "Thinking Brain"

ใน ปี ค.ศ. 1976 Herrmann ซึ่งสนใจเกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์ได้เสนอแนวคิด "The Whole Brain Model" ขึ้นมาโดยรวมเอาแนวคิด The Truine Brain ของ MacLean และของ Sperry ไว้ด้วยกัน ส่วนหนึ่งอยู่ภายใต้รูปแบบการคิดของ Cerebral อีกส่วนหนึ่งอยู่ภายใต้การทำงานของ Limbic Mode นอกจากนี้แนวคิดของ Herrmann ได้เสนอความโดดเด่นของสมองมนุษย์แต่ละคนว่ามีแนวโน้มที่จะเอียงไปทางด้าน Cerebral (สมองความคิด ความเข้าใจ) หรือโน้มเอียงไปทางด้าน

ต้นฉบับ หน้าขาดหาย

เพื่อความอยู่รอดของชีวิตมนุษย์เท่านั้น เช่น เมื่อเกิดความกลัวก็จะกระตุ้นโลหิตให้ไปเลี้ยงกล้ามเนื้อ หมดใหญ่ อย่างเต็มที่เพื่อให้เกิดความมีประสิทธิภาพในการวิ่งหนี อารมณ์ต่างๆ เกิดจากสมองส่วนที่ เรียกว่า ลิมบิก โดยเฉพาะบริเวณที่เรียกว่า อะมิกดาลา เป็นตัวรับรู้ และตอบสนองอารมณ์ที่เป็น สัญชาติญาณ และมนุษย์เราต่างกับสัตว์ที่เรามีสมองส่วน นิโอคอร์เทกซ์ (Neocortex) เป็นส่วนที่จะ เรียนรู้ฝึกฝนให้เป็นบุคคลให้มีความสามารถทางด้านอารมณ์ (Emotional Intelligence Competencies) มีความยับยั้งไตร่ตรองมีเหตุผลและวิจารณ์ญาณ ไม่ทำอะไรตามที่สัญชาตญาณหรือสนองตอบโดย อัตโนมติ ต่างจากการสอนทักษะด้านสมองหรือเทคนิคทางวิชาชีพใดๆ ซึ่งเรียนรู้ได้เร็วโดยใช้สมอง ส่วนของ Neocortex รู้จักเชื่อมโยง คิด ทำความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูลต่างๆ ที่ได้รับ แต่ในส่วนของ เซอรัลอารมณ์นั้น เป็นการเรียนรู้ของสมองอีกแห่งหนึ่งที่ซับซ้อนและเกี่ยวข้องกับนิสัยการคิด การรู้ สึก ปฏิกริยาของคนที่จะสมมานานหลายปี การที่จะพัฒนาได้จะต้องลบลบพฤติกรรมหรือนิสัยไม่ดีเสีย ก่อนแล้วจึงค่อยเรียนรู้พฤติกรรมที่พึงประสงค์

ดังนั้นยังมีการติดต่อสื่อสารของสมองส่วนลิมบิกและนีโอคอร์เทกซ์มากเท่าไรก็ยิ่งเกิดความ หลากหลายทางอารมณ์มากขึ้นเท่านั้น

15 ความเชื่อเกี่ยวกับความฉลาดอารมณ์

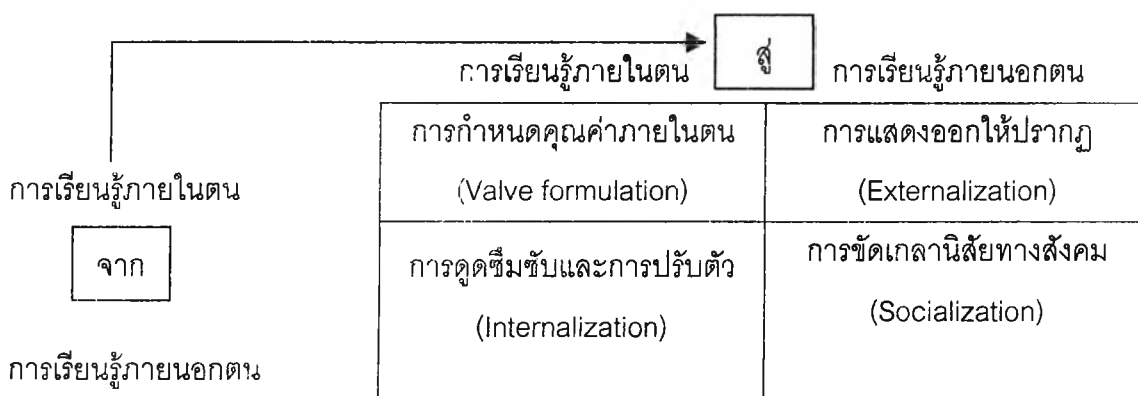
บุคคลในสังคมส่วนมากมีความเชื่อว่า ผู้ที่สามารถประสบความสำเร็จในด้านการ เรียนและชีวิตการงานจะต้องมีเชาวน์ปัญญาสูง ความเชื่อดังกล่าวนี้นี้แม้ว่าจะมีส่วนถูกต้องไม่มากก็ น้อย ทั้งนี้เพราะเชาวน์ปัญญาสามารถสะท้อนให้เห็นถึงความสัมฤทธิ์ทางการศึกษาเดิมและเป็นตัว ทำนายการเรียนตลอดทั้งการปฏิบัติงานในอาชีพต่างๆ ได้ แต่ความสามารถในการเรียนตลอดทั้ง การปฏิบัติงานที่สำคัญอื่นๆ ยังมีอีกมากมายหลายประการที่แบบทดสอบเชาวน์ปัญญายังไม่ สามารถวัดได้ครอบคลุมทุกประการโดยเฉพาะอย่างยิ่งความฉลาดทางอารมณ์⁽³³⁾ เนื่องจาก เชาวน์ ปัญญา เป็นสิ่งแสดงถึงระดับความสามารถของบุคคล ณ เวลาใดเวลาหนึ่ง เมื่อเปรียบเทียบกับอายุ ของบุคคลนั้น เชาวน์ปัญญา ไม่ใช่จะเป็นค่าที่อยู่คงที่และไม่เปลี่ยนแปลง แต่ เชาวน์ปัญญา เปลี่ยน แปลงได้โดยการแทรกแซงของสิ่งแวดล้อม ส่วนความฉลาดทางอารมณ์ก็ได้มีความหมายตรงข้าม กับ เชาวน์ปัญญา แต่ทั้ง เชาวน์ปัญญา และความฉลาดทางอารมณ์มีส่วนสัมพันธ์เกี่ยวข้องไม่มากก็ น้อย⁽¹³⁾ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละบุคคลต่างมีความคิด มีเชาวน์ปัญญาและอารมณ์แตกต่างกันบางคน เป็นคนฉลาดและมีอารมณ์ละเอียดอ่อนหรือบางครั้งลึกลับยากที่จะเข้าใจส่วนบางคนแม้ว่าจะ เฉลียวฉลาดแต่ก็หุนหันอารมณ์ไม่ดีและวุ่นวายใจตลอดเวลาในขณะที่บางคนก็มีอารมณ์สงบ เยือกเย็น มันคงมีความเป็นตัวของตัวเองมีสมาธิซึ่งอารมณ์หรือความรู้สึกต่างๆ เหล่านี้ส่งผลต่อ ความคิดและการกระทำของแต่ละบุคคลคนบางคนก็ตัดสินใจด้วยอารมณ์ บางคนก็สามารถระงับ

ต้นฉบับ หน้าขาดหาย

	EQ สูง	IQ สูง
ชาย	<ul style="list-style-type: none"> - ชอบสังคม เปิดเผยว่าเจิง - สามารถทำให้ผู้อื่นเป็นสุขได้ง่าย - ไม่หวาดกลัว วิดกกังวล เป็นคนคิดมาก - รักษาคำพูด ทำตามสัญญา 	<ul style="list-style-type: none"> - มั่นใจตนเอง - รอบรู้ในงานหน้าที่ - สนใจในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับตนเอง - ชอบวิพากษ์วิจารณ์และจู้จี้
หญิง	<ul style="list-style-type: none"> - มั่นใจในตนเองในระดับที่เหมาะสม - เปิดเผยความรู้สึก ตรงไปตรงมา - มีความรู้สึกที่ดีกับตนเอง - มีความเป็นสุข สนุกกับชีวิต 	<ul style="list-style-type: none"> - เชื่อมั่นในความคิดอ่านของตนเอง - วิดกกังวล คิดมาก บางทีรู้สึกว่ามี ความผิด - บางครั้งไม่กล้าแสดงจุดยืน หรือ ความรู้สึก ของตนเองออกมา

ภาพที่ 2 ลักษณะของชายหญิงที่มี IQ และ EQ สูง⁽⁵⁾

Goleman⁽³⁾ กล่าวถึง ความฉลาดทางอารมณ์ ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ ไม่ได้ถูกกำหนดตายตัวจากพันธุกรรมและไม่ได้พัฒนามากในช่วงวัยเด็กตอนต้นเหมือน เซาว์นปัญญา แต่เกิดจากการเรียนรู้และสามารถดำเนินต่อไปเรื่อยๆ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นการฝึกสมองทั้ง 2 ด้าน โดยเฉพาะในสมองซีกของ Limbic System แต่ต้องให้ความอดทนและเอาจริงเอาจังซึ่งปรากฏให้เห็นซึ่งถือเป็นการเรียนรู้ได้ต่อบกกันภายในตัวบุคคลหรืออาจแสดงออกมาอย่างชัดเจนได้ Bar-On⁽¹⁴⁾ เชื่อว่า ความฉลาดทางอารมณ์ พัฒนาได้ตั้งแต่ในวัยเด็กไปจนถึงอายุ 50 กว่าๆ โดยมีจุดสูงสุดในช่วงอายุระหว่าง 45-55 ปี จากงานวิจัยของ ลักษณะ แพทยานันท์⁽²³⁾ มีหลายองค์ประกอบร่วมซึ่งความฉลาดทางอารมณ์เป็นผลมาจากการอบรมเลี้ยงดูภาวะแวดล้อมวัฒนธรรม การเรียนรู้ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ บุคลิกภาพที่ผลต่อพัฒนาการทางสังคม อารมณ์สติปัญญาของบุคคล และเป็นผลจากการเรียนรู้ภายในตนและภายนอกตน ดังนี้



ภาพที่ 3 ลักษณะของการเรียนรู้ทางอารมณ์ของบุคคลเพื่อสร้าง EQ⁽⁵⁾

ซึ่งจะเห็นได้ว่าการกำหนดความหมายและการอบรมขัดเกลานิสัยทางสังคมของบุคคลเป็นผลรวมของปฏิสัมพันธ์ใน 2 ลักษณะคือ การซึมซับเข้าสู่ตัวเองกับการแสดงออกกับสิ่งแวดล้อมภายนอก การหล่อหลอมพัฒนา เซาว์นอารมณ์ เป็นผลรวมจากทั้ง 4 ปัจจัยได้แก่ การกำหนดคุณค่าภายในตน การดูดซึมซับและการปรับตัว การขัดเกลานิสัยทางสังคมและการแสดงออกให้ปรากฏ อย่างไรก็ตามสภาพการณ์ต่างๆ ที่แวดล้อมชีวิตแต่ละชีวิตล้วนแต่เปลี่ยนแปลงไปทั้งสภาพสังคม เศรษฐกิจและการเมือง คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ จะต้องสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลง สามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต้องปรับตัวยืดหยุ่นยืดต่อสู่กับการเปลี่ยนแปลงเพื่อสิ่งที่ดีกว่าหรือเพื่อความสำเร็จที่มุ่งหวัง มีพลังใจ มีแรงจูงใจ มีความคิดทางบวก สามารถบริหารจัดการกับชีวิตของตนเองรู้จักของเขตความสามารถความถนัดของตนเอง เพื่อแสดงความก้าวหน้าในชีวิตและในที่สุดก็เพื่อเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

1.5 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

ได้มีนักวิชาการและนักจิตวิทยาเสนอแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของ EQ ไว้ดังนี้

Wagner & Sternberg ⁽³⁴⁾ เสนอ "Practical Intelligence" ซึ่งเป็นพฤติกรรมของผู้ที่ชาญฉลาด ที่จะเอื้อต่อความสำเร็จในวิชาชีพและการบริหารในชีวิต แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. การครองตน (Managing self) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองในแต่ละวัน ให้บรรลุเป้าหมาย ได้ผลผลิตสูงสุด ดังเช่นการจัดลำดับกิจกรรมที่ต้องทำ การกระตุ้นที่นำตนให้มุ่งสู่ผลสัมฤทธิ์ การสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง รู้จักความสามารถและศักยภาพของตนเอง เป็นต้น

2. การครองคน (Managing others) หมายถึง การใช้ทักษะความรู้ในการบริหารผู้ใต้บังคับบัญชา และความสัมพันธ์ทางสังคม ความสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ การมอบหมายงานได้ตรงตามความสามารถของแต่ละคน การให้รางวัลตามผลของการปฏิบัติงาน

3. การครองงาน (Managing career) หมายถึง ความสามารถในการโน้มน้าวผู้เกี่ยวข้องและสร้างสรรค์สิ่งที่ดีให้กับตนเอง สังคม องค์กร และประเทศชาติ

Salovey & Mayer ⁽²⁹⁾ ผู้บัญญัติศัพท์ EQ เสนอว่า EQ เป็นเรื่องของทักษะในการปรับตัว 3 ลักษณะ คือ

1. **ขั้นรู้จักภาวะอารมณ์ของตน** คือเป็นการที่บุคคลสามารถรับรู้ ภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง และมีความสามารถในการปรับตัวในการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างดี
2. **ขั้นควบคุมอารมณ์** เป็นขั้นที่บุคคลสามารถกำกับดูแลภาวะอารมณ์ของตนและของผู้อื่นได้อย่างถูกต้องเหมาะสมตามกาลเทศะ ทั้งกาย วาจา และใจ
3. **ขั้นการใช้เขาวินิจฉัยอารมณ์** สามารถใช้ประโยชน์จากภาวะอารมณ์ในการแก้ไขปัญหาหรือช่วยเหลือในการปรับตัว ซึ่งมีส่วนช่วยให้เกิดภาวะคิดสร้างสรรค์และมีเหตุผล

Mayer & Salovey⁽⁹⁾ ได้เสนอองค์ประกอบ EQ ใหม่ โดยมีขีดความสามารถ EQ 4 ระดับ จากง่ายไปสู่ยาก ดังนี้

1. **การรับรู้ประเมิน และการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม** สามารถระบุภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ รวมถึงแสดงออกมารได้อย่างเหมาะสม และจำแนกความรู้สึกต่างๆ ออกได้
2. **การเกื้อหนุนการคิดของอารมณ์** คือการใช้ความรู้สึกหรืออารมณ์ในการช่วยหรือคิดจัดลำดับความสำคัญ อารมณ์ชัดเจนพร้อมที่จะเกื้อหนุนต่อการตัดสินใจ จัดจำความรู้สึกต่างๆ ได้ดี ความรู้สึกและอารมณ์ที่เปลี่ยนไป ทำให้ความคิด และจุดยืนเปลี่ยนแปลงได้ ตลอดจนภาวะอารมณ์ต่างๆ ทำให้ค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ดีขึ้น รู้สึกเป็นสุข ทำให้จิตใจเปิดกว้าง รับฟังเหตุผล มีความคิดสร้างสรรค์
3. **การเข้าใจ การวิเคราะห์ และการใช้ความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์** คือ สามารถระบุความรู้สึกหรืออารมณ์ เชื่อมโยงระหว่างอารมณ์กับถ้อยคำต่างๆ ได้ ตีความหมายของอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ เข้าใจอารมณ์ที่ซับซ้อนได้ รวมไปถึงความเข้าใจในการผันแปรของภาวะอารมณ์ต่างๆ
4. **อารมณ์ส่งเสริมความองอาจของสติปัญญา** สามารถเปิดใจรับต่อความรู้สึกทางบวก และลบได้ ใช้ความคิดใคร่ครวญและวิจารณญาณในการยึดถือหรือปลดปล่อยตนจากภาวะอารมณ์ สามารถคิดวิเคราะห์ถึงภาวะอารมณ์และผลของการแสดงออกทางอารมณ์ ทั้งตนเองและผู้อื่น รวมไปถึงบริหารจัดการหรือมีกลวิธีลดความรุนแรงทางอารมณ์ เพื่อแสดงอารมณ์ออกมาในทางบวก ทั้งของตนเองและผู้อื่น

Goleman⁽³⁵⁾ ได้ใช้แนวคิดของ Salovey & Mayer ที่ได้คิดขึ้น ในปี ค.ศ.1990 ในการเสนอองค์ประกอบของ EQ มี 5 ด้านคือ

1. การตระหนักรู้ในตนเอง (Know one's emotion หรือ Self-awareness) เป็นการตระหนักรู้ในอารมณ์ที่เกิดขึ้นและยอมรับในอารมณ์นั้น รวมทั้งวิธีการตอบสนองทางร่างกายที่เกิดจากความรู้สึกของตน

2. การบริหารจัดการอารมณ์ของตนเอง (Managing emotions) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนโดยมีการตระหนักรู้ในอารมณ์ของตน สามารถควบคุมความรู้สึกหรือภาวะอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

3. สร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง (Motivating oneself) เป็นความสามารถในการสร้างอารมณ์ หรือควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีการกระตุ้นเตือนตนเองให้คิดริเริ่มอย่างมีความคิดสร้างสรรค์ ผลักดันตนเองสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ จะนำมาซึ่งความสำเร็จ และประสบความสำเร็จในงานได้

4. ความสามารถในการรับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น (Recognizing emotions in others) เป็นความสามารถที่จะรู้สึกได้เหมือนกับที่ผู้อื่นรู้สึก เป็นผู้ที่ไวต่อความรู้สึกและยอมรับในอารมณ์ของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

5. ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Handing relationship) หมายถึง ความสามารถในการสร้างและรักษาสัมพันธภาพส่วนตัว และที่เกี่ยวข้องกับงานไว้ได้เป็นอย่างดี มีการแสวงหาทางออก และเป็นผู้วิเคราะห์สถานการณ์ทางสังคมได้ดี

ต่อมาในปี 1998 Goleman⁽³⁾ ได้ปรับปรุงแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของ EQ อย่างละเอียดมากขึ้น ได้เสนอสมรรถนะของ EQ ไว้ 2 ประการใหญ่ๆ คือ

1. สมรรถนะทางด้านสังคม (Social competence) เป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งมีปัจจัยย่อย คือ

1.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) เป็นการตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความต้องการและความห่วงใยของผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) รับรู้ความรู้สึก ข้อกังวลใจของผู้อื่น มีจิตมุ่งบริการ (Service orientation) มีการคาดหมาย รับรู้และตอบสนองความต้องการของผู้มารับบริการ มีการพิจารณาทางเลือกที่หลากหลาย (Leveraging diversity)

สามารถเล็งเห็นโอกาสที่เป็นไปได้ และมีการตระหนักรู้อารมณ์ของกลุ่ม (Political awareness) สามารถอ่านสถานการณ์ อารมณ์และความสัมพันธ์ของกลุ่มได้

1.2 ทักษะทางสังคม (Social skill) หมายถึง มีความคล่องแคล่วในการจูงใจให้เกิดการตอบสนองที่พึงประสงค์ในผู้อื่น มีอำนาจโน้มน้าวผู้อื่น (Influence) อย่างมีกลวิธีและมีประสิทธิภาพ มีการสื่อความหมาย (Communication) ที่ชัดเจนและน่าเชื่อถือ เป็นผู้บริหารความขัดแย้ง (Conflict management) เจรจา และแก้ไขหาทางยุติความไม่เข้าใจกัน มีความเป็นผู้นำ (Leadership) (Change Catalyst) มีความคิดริเริ่ม ตลอดจนมีความสามารถในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลง โน้มน้าว ผลักดัน และแนะนำบุคคลและกลุ่มได้ มีความสามารถในการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง มีความสามารถในการสร้างสายสัมพันธ์ (Building bonds) เป็นการรักษาสິงที่เป็นประโยชน์ต่อสัมพันธ์ภาพ มีความสามารถในการสร้างความร่วมมือร่วมใจ (Collaboration and cooperation) เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายร่วมกัน รวมไปถึงมีการทำงานเป็นทีม (Team capabilities) เป็นการสร้างพลังกลุ่ม เพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย

2. สมรรถนะส่วนบุคคล (Personal competence) เป็นความสามารถในการบริหารจัดการอารมณ์ตนเอง มีปัจจัยย่อย คือ

2.1 การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) คือรู้และหยั่งรู้สภาพความโน้มเอียง และสาเหตุของอารมณ์ คือ ความตระหนักรู้ด้านอารมณ์ (Emotional awareness) รู้ถึงผลที่จะตามมา มีการประเมินตนเองตามความเป็นจริง (Accurate self-assessment) รู้ถึงจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง มีความมั่นใจในตนเอง (Self-confidence) รู้สึกมั่นใจในคุณค่าและความสามารถของตนเอง

2.2 การควบคุมตนเอง (Self-regulation) มีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์แรงกระตุ้น และสาเหตุที่เกิดของอารมณ์และความรู้สึกภายในตนได้ มีการควบคุมตนเอง (Self-control) จัดการกับภาวะอารมณ์หรือความฉุนเฉียวได้ มีความน่าไว้วางใจ (Trust worthiness) เป็นผู้ที่ซื่อสัตย์ และมีอารมณ์สมบูรณ์เป็นที่ยอมรับ มีมโนธรรม (Conscientiousness) รับผิดชอบ การกระทำของตนเอง สามารถที่จะปรับตัวได้ (Adaptability) มีความยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงได้ รวมไปถึงมีการเปิดรับสิ่งใหม่ๆ (Innovation) เปิดใจกว้างกับแนวความคิด แนวทาง หรือข้อมูลใหม่ๆ

3. การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) สร้างแนวโน้มที่นำไปสู่เป้าหมายได้ คือมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement drive) พยายามที่จะปรับปรุงให้ได้มาตรฐานที่ดี มีการยึดมั่นในข้อตกลง (Commitment) และเป้าหมายของกลุ่มและองค์การ มีความคิดริเริ่ม (Initiative) พร้อมทั้งจะปฏิบัติงานตามโอกาสที่เหมาะสม และมองโลกในแง่ดี (Optimism) เพียรพยายามสู่เป้าหมายแม้จะมีอุปสรรคปัญหาก็ไม่ย่อท้อ

ในปี ค.ศ.1998 Goleman เชื่อว่า ไม่มีผู้ใดที่จะมี EQ ครบทุกด้าน และมีหนทางในการพัฒนาสู่ความเป็นเลิศด้าน EQ สามารถทำได้หลายทาง และเชื่อว่า EQ ในแต่ละสมรรถนะนั้นมีคุณลักษณะคือ มีความเป็นเอกเทศ แต่ละด้านต่างก็มีผลต่อการปฏิบัติงาน มีการเกี่ยวเนื่องกัน มีอิทธิพลต่อกัน เช่นการขาดทักษะทางสังคม ก็จะส่งผลให้นำทีมได้ไม่ดี มีความเป็นลำดับขั้น คือถ้าหากไม่รู้จักตน ก็จะควบคุมตนและเข้าใจผู้อื่นได้ยาก ต้องมีบรรยากาศและวัฒนธรรมองค์กรที่เกื้อหนุน รวมทั้งสามารถเป็นแบบฉบับหรือประยุกต์ใช้ได้กับงานแต่ละประเภทแตกต่างกันไป⁽⁵⁾

Bar-On⁽¹⁴⁾ ได้เสนอองค์ประกอบของ EQ โดยแบ่งออกเป็น 5 ด้าน 15 ลักษณะดังนี้

1. ด้านความสามารถภายในตน (intrapersonal) ประกอบด้วย

1.1 การตระหนักรู้ตนเอง (Emotional Self Awareness) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของตนเอง

1.2 การกล้าแสดงออก (Assertiveness) หมายถึง ความสามารถในการแสดงความรู้สึก ความเชื่อ ความคิดเห็นและปกป้องสิทธิของตนเองอย่างสร้างสรรค์

1.3 การเข้าใจภาวะอารมณ์ของตน (Self-Regard) หมายถึง ความสามารถในการเอาใจใส่และยอมรับในอารมณ์ของตนเอง

1.4 การประจักษ์แจ้งแห่งตน (Self-Actualization) หมายถึง ความสามารถในการตระหนักในศักยภาพแห่งตน

1.5 การเป็นอิสระ (Independence) หมายถึง ความสามารถในการกำหนดเป้าหมายของตนเอง ควบคุมความคิด การกระทำของตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น

2. ด้านความสามารถระหว่างบุคคล (interpersonal) ประกอบด้วย

2.1 มนุษยสัมพันธ์ (Interpersonal Relationship) หมายถึง ความสามารถในการสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น แสดงออกถึงความผูกพันทางอารมณ์ที่แน่นแฟ้น รวมทั้งการให้และรับความรัก ความเอาใจใส่

2.2 การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจและยอมรับความรู้สึกของผู้อื่น

2.3 การรับผิดชอบต่อส่วนรวมและสังคม (Social Responsibility) หมายถึง ความสามารถในการร่วมมือและมีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์สังคมที่ตนเกี่ยวข้อง

3. ด้านความสามารถในการปรับตัว (Adaptability) ประกอบด้วย

3.1 การตีความและเข้าใจสถานการณ์ต่างๆ ได้ตรงตามความเป็นจริง (Reality Testing) หมายถึง ความสามารถในการประเมิน แยกแยะความรู้สึกส่วนตัวกับสิ่งที่มีอยู่จริง และสามารถปฏิบัติได้สอดคล้องกับสถานการณ์นั้น

3.2 การยืดหยุ่น (Flexibility) หมายถึง ความสามารถในการปรับอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป

3.3 การแก้ไขปัญหา (Problem Solving) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจปัญหา และหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. ด้านความสามารถในการจัดการความเครียด (Stress Management) ประกอบด้วย

4.1 การอดทนกับความเครียด (Stress Tolerance) หมายถึง ความสามารถในการอดทนต่อเหตุการณ์ที่ร้ายแรง ภาวะกดดันและความรุนแรงของอารมณ์ได้ รวมทั้งตอบสนองได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

4.2 การควบคุมอารมณ์ของตน (Impulse control) หมายถึง ความสามารถในการอดทนต่อความปรารถนา สิ่งยั่วเย้าและการแสดงออกที่ขาดการควบคุม

5. ด้านความสามารถในการจูงใจตนเองและภาวะอารมณ์ (General mood Composite) ประกอบด้วย

5.1 การมองโลกในแง่ดี (Optimism) หมายถึง ความสามารถในการมองชีวิตไปในทางที่ดีและยังคงรักษาทัศนคติในทางบวก แม้จะเผชิญกับสถานการณ์ที่เลวร้าย

5.2 ความสุข (Happiness) หมายถึง ความสามารถในการรู้สึกพึงพอใจในชีวิตสร้างความสุขให้เกิดแก่ตนเองและผู้อื่น

วีระวัฒน์ บันติตามัย⁽⁵⁾ ได้สรุปกรอบแนวคิดที่เกี่ยวกับเชาวน์อารมณ์ของนักจิตวิทยาหลายๆท่านไว้ดังนี้

กรอบแนวคิดเกี่ยวกับเชาวน์อารมณ์ (Emotional Intelligence) ของ Goleman ในปี ค.ศ.1998 ได้จำแนก เชาวน์อารมณ์ ออกเป็น 2 สมรรถนะใหญ่ๆ คือ

1) สมรรถนะทางด้านสังคม เป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นแบ่งออกเป็น 2 ด้าน

ก. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) หมายถึง การตระหนักถึงความต้องการ ความรู้สึก และความห่วงใยของผู้อื่นดังนี้

- การเข้าใจผู้อื่นตระหนักถึงความรู้สึกนึกคิดและมุมมองของผู้อื่นสนใจผู้อื่นมากขึ้นรวมทั้งความวิตกกังวลของบุคคลอื่นด้วย

- มีจิตใจใฝ่บริการ (Service Minded) รับผิดชอบต่อคะเนและตอบสนองความต้องการของบุคคลอื่น หรือผู้ที่มาติดต่อสัมพันธ์กับเราได้ดี

- ส่งเสริมผู้อื่น ทราบความต้องการและช่วยพัฒนาให้เขามีความรู้ความสามารถให้ถูกทาง

- ให้โอกาสบุคคลอื่น สามารถมองเห็นความเป็นไปได้จากการมองเห็นความแตกต่างของคน และไม่ถือเขาถือเรา

- ตระหนักถึงทัศนคติความคิดเห็นของกลุ่ม และสามารถคาดคะเนสถานการณ์ในด้านความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มได้

ข. ทักษะทางสังคมด้านมนุษยสัมพันธ์ (Human Relations) เป็นความคล่องในการติดต่อกับผู้อื่น เพื่อให้เกิดเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีโดยสามารถหาความร่วมมือจากผู้อื่นได้ประกอบด้วย

- ความสามารถในการโน้มน้าวใจ สามารถแสดงวิธีการโน้มน้าวความคิดเห็นของบุคคลอื่นได้อย่างนุ่มนวล

- มีการสื่อความที่ดี (Communication Skill) ชัดเจน นุ่มนวล ถูกต้อง น่าเชื่อถือ

- มีความเป็นผู้นำ สามารถโน้มน้าวใจหรือผลักดันกลุ่มได้อย่างดี ถูกทิศทาง

- สามารถกระตุ้น และริเริ่ม ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี (Managing Change) ซึ่งทางการบริหารเรียกว่า การบริหารการเปลี่ยนแปลง

- สามารถบริหารความขัดแย้งได้ดี (Conflict Management) เจรจาต่อรองแก้ไขหาทางยุติข้อขัดแย้งได้อย่างเหมาะสม

- สร้างสายสัมพันธ์ เสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจกันปฏิบัติภารกิจให้บรรลุเป้าหมาย

- ทำงานเป็นทีมร่วมมือกันเพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย

- สร้างสมรรถนะของทีมงานให้เกิดพลังร่วมมือ

2) สมรรถนะส่วนบุคคล เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองได้อย่างดี

ก. การตระหนักรู้ตนเอง (Self-Awareness) เป็นการตระหนักรู้ความรู้สึกและความโน้มเอียงของตนเอง หรือที่เรียกว่าเป็นผู้มีสติ สามารถหยั่งรู้โดยการสำรวจตนเองรู้ถึงความเป็นไปได้ของตนเองต่อการตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่างๆ รอบตัว และความพร้อมของตนเอง ประกอบด้วย

- เป็นผู้รู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้นๆ และคาดคะเนผลที่จะเกิดตามมาได้

- สามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่น และจุดด้อยของตนเอง

- มีความมั่นใจในตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถและควมมีคุณค่าของตนเอง

- สามารถจัดการกับความรู้สึกภายในตนได้ โดยให้อยู่ในสภาวะที่พอเหมาะพอดี

ข. ความสามารถในการควบคุมตนเอง (Self-Regulation) การควบคุมหรือกำหนดตัวเองนับเป็นปัจจัยที่สำคัญของความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ไม่ทำอะไรโดยใช้อารมณ์พาไป ประกอบด้วย

- การควบคุมตนเอง สามารถจัดการกับภาวะอารมณ์หรือความฉุนเฉียวต่างๆ ได้

- เป็นคนที่มีความซื่อสัตย์เป็นที่ไว้วางใจ เป็นผู้ที่เน้นที่จะทำอะไรโดยรักษาคุณงามความดีเป็นหลัก

- เป็นผู้ใช้สติปัญญา แสดงความรับผิดชอบ

- มีความสามารถในการปรับตัวยืดหยุ่น ในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ

- ชอบสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ เปิดใจกว้างกับความคิด แนวทาง และข้อมูลใหม่ๆ ได้อย่างมีความสุข

ค. สามารถสร้างแรงจูงใจ และจูงใจตนเองได้ (Motivation Oneself) เพื่อเป็นแนวโน้มนำทางอารมณ์ที่เกื้อหนุนต่อการมุ่งสู่เป้าหมาย ประกอบด้วย

- มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) โดยพยายามทำภารกิจต่างๆ มีการปรับปรุงให้สู่มาตรฐานอันดีเลิศ
- มีความจงรักภักดี ยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่ม และเป้าหมายขององค์การ
- คิดริเริ่มและพร้อมที่จะปฏิบัติตามที่โอกาสจะอำนวย
- มองโลกในแง่ดี เผชิญกับปัญหาและอุปสรรคได้อย่างไม่ย่อท้อ จนสำเร็จบรรลุเป้าหมาย

Cooper & Sawaf⁽¹⁵⁾ ได้เสนอโมเดลของ EQ ประกอบไปด้วยหลักสำคัญ 4 หลัก ดังนี้

1. ความรอบรู้ทางอารมณ์ (Emotional literacy) หมายถึง การรู้จักอารมณ์ของตนเอง รู้และไหวพริบทันว่าอารมณ์ตนแปรผัน ได้แก่ ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์ รับทราบผลทางอารมณ์ มีพลังทางอารมณ์ และสามารถหยั่งรู้ตามความเป็นจริง
2. ความเหมาะสมทางอารมณ์ (Emotional fitness) หมายถึง การปรับภาวะอารมณ์ของตนได้อย่างยืดหยุ่น รู้กาลเทศะแม้เผชิญความลำบากใจ ได้แก่ การสร้างความเชื่อถือได้ให้เกิดแก่ตนเอง การเป็นผู้ไว้ใจใจได้ การไม่พึ่งพ้อใจในเชิงสร้างสรรค์ และความสามารถในการกลับคืนสู่สภาพปกติและเดินหน้าต่อไป
3. ความลึกซึ้งทางอารมณ์ (Emotional depth) ระดับความลึกซึ้งของอารมณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนา ได้แก่ ความผูกพันรับผิดชอบและมีสติ การมีเป้าหมายและศักยภาพที่โดดเด่น การพูดกับทำตรงกันด้วยคุณธรรม มีการโน้มน้าวใจของผู้อื่นโดยไม่ต้องใช้สิทธิอาจ
4. ความผันแปรทางอารมณ์ (Emotional alchemy) ความสามารถในการใช้อารมณ์เพื่อความคิดสร้างสรรค์ ได้แก่ การแสดงการหยั่งรู้ได้ การคิดใคร่ครวญ การเล็งเห็นโอกาสและการสร้างอนาคต

Weisinger⁽¹⁶⁾ เสนอองค์ประกอบของ EQ 6 ประการ แบ่งได้เป็น 2 ด้านคือ

1. การเพิ่มสติปัญญาทางอารมณ์ของตนเอง ประกอบด้วย

1.1 การพัฒนาการรู้จักตนเองให้สูงขึ้น คือสามารถดูแลตนเอง สังเกตการณ์กระทำของตนเอง มีอิทธิพลต่อการกระทำของตนเองเพื่อเป็นประโยชน์ต่อตนเอง

1.2 การจัดการอารมณ์ หมายถึง การเข้าใจอารมณ์นั้น และใช้ความเข้าใจนั้นจัดการกับสถานการณ์อย่างได้ผลดี

1.3 การกระตุ้นตนเอง คือ เมื่อมีการกระตุ้นตนเอง จะสามารถเริ่มงานหรือรับมอบหมายหน้าที่ มีสมาธิอยู่กับงาน และมุ่งหน้าไปสู่ความสำเร็จในเวลาเดียวกันสามารถจัดการกับความท้อถอยที่อาจเกิดขึ้นได้

2. การใช้สติปัญญาทางอารมณ์ของตนเองในความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นประกอบด้วย

2.1 การพัฒนาทักษะการสื่อสาร หมายถึง การติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การทำงาน มีทักษะที่จะช่วยให้ได้ผลลัพธ์ที่เป็นบวก เช่น การเปิดเผยตนเอง การยืนยันหยุด การฟังอย่างมีประสิทธิภาพ การวิจารณ์ และการสื่อสารเป็นทีม

2.2 การพัฒนาความชำนาญระหว่างบุคคล หมายถึง ความสามารถติดต่อกับบุคคลอื่นโดยพิจารณาองค์ประกอบของความสัมพันธ์ เช่น การสนองความต้องการของกันและกัน การแบ่งปันเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างมีความหมายและเหมาะสม เพื่อให้การแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 การช่วยเหลือผู้อื่นให้ช่วยเหลือตนเอง หมายถึง การที่จะเข้าใจอารมณ์ของตนเองอย่างชัดเจน รู้ว่าจะทำให้คนที่ไม่สามารถควบคุมตนเองสงบลงได้อย่างไร เป็นนักฟังที่ให้กำลังใจผู้อื่น และมีส่วนช่วยในการวางแผนให้บรรลุเป้าหมายและไปให้ถึงเป้าหมาย

พระราชวรมนี (ประยูร ธมม. จิตโต) ⁽¹⁹⁾ ได้เสนอแนวคิดของ EQ ทางพระพุทธศาสนาไว้ดังนี้

ในพระพุทธศาสนา ไม่สามารถแยกสิ่งที่เป็นอารมณ์ออกจากตัวปัญญา EQ เป็นอารมณ์ที่แสดงออกโดยมีสติปัญญากำกับ มี 3 ชั้น คือ

ขั้นที่ 1 สุตมยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดจากการจดจำ รับ และจัดระบบข้อมูลต่างๆ ในความคิด เป็นความรู้ขึ้นจำอย่างเป็นระบบ

ขั้นที่ 2 จิตตมยปัญญา เป็นความรู้ขั้นคิด วิเคราะห์ย่อยข้อมูลที่ได้จากขั้นสุตมยปัญญา

ขั้นที่ 3 ภาวนามยปัญญา เป็นความรู้ที่เกี่ยวกับตัวเอง ภายในตัวเอง ความรู้จากตัวเอง รู้จักที่จะจัดการกับอารมณ์ของตัวเอง โดยอาศัยการทำจิตให้สงบ คือการทำสมาธิ

เปรียบเทียบ EQ และ IQ กับปัญญาในทางพระพุทธศาสนาได้ว่า IQ เป็นการเน้นปัญญาในขั้นที่ 1 และ 2 ส่วน EQ เป็นปัญญาขั้นที่ 3 และในการปฏิบัติจริงๆ ทั้งปัญญา ทั้งอารมณ์ และความรู้ที่ถูกต้องจะต้องไปด้วยกันทั้งหมด

ทศพร ประเสริฐสุข⁽¹¹⁾ กล่าวว่า คนที่มีเชาวน์อารมณ์ สูงมักจะเป็นคนที่

- 1) มีความเข้าใจตนเองได้ดี รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง มีความสามารถในการควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ เป็นเป้าหมายของชีวิตทั้งในระยะสั้นและระยะยาว
- 2) มีความเข้าใจผู้อื่น สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงอารมณ์ต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม
- 3) มีความสามารถในการแก้ปัญหาข้อขัดแย้งได้ดี ขจัดความเครียดที่จะเป็นอุปสรรคต่อความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

เทอดศักดิ์ เดชคง⁽¹²⁾ ได้เสนอว่า EQ ประกอบด้วยทักษะทางอารมณ์ ได้แก่

1. ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เป็นเสมือนการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่เบียดเบียนผู้อื่น อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นความลำบาก มีจุดมุ่งหมายคือ ทำให้คนเป็นคนดี
2. ความมีสติ (Awareness) เป็นการรู้ถึงข้อดี ข้อด้อยในตนเอง เพื่อเป็นประโยชน์ในการปรับปรุง แก้ไขส่วนบกพร่องของตนเอง เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ สามารถกำหนดเป้าหมายแนวทางในการดำเนินชีวิต มีจุดมุ่งหมายคือ ทำให้คนมีคุณค่าและมีเป้าหมาย
3. ความสามารถแก้ไขความขัดแย้ง (Conflict Solving / Stress Management) เป็นการแก้ไขด้วยเหตุผลและปัญญา ความขัดแย้งแบ่งได้เป็นความขัดแย้งทางอารมณ์ในตนเอง ได้แก่ ความเครียด อารมณ์โกรธ เกลียศ และความขัดแย้งระหว่างบุคคล ความสามารถในการแก้ไขความขัดแย้ง มีจุดมุ่งหมายคือ ทำให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข

จิตกร⁽³⁶⁾ กล่าวถึง องค์ประกอบของ เซาว์นอารมณ์ มีพื้นฐานคือ การมองโลกในแง่ดีกับการมุ่งมั่น อดทน รอบคอบ นี่คือนี่ที่ทุกคนควรมี เมื่อทุกคนมีพื้นฐานทางอารมณ์ที่ดีแล้วก็ต้องมีการพัฒนาพื้นฐานนั้นในทางสร้างสรรค์ต่อไปอีก 3 ระดับคือ

1) การมีสติรู้ (Awareness) คือ การตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเอง เข้าใจตนเอง และมีจุดมุ่งหมายในชีวิตทั้งระยะสั้นและระยะยาว และรู้ถึงข้อดีข้อด้อยในตนเอง โดยไม่ลำเอียง หรือเข้าข้างตนเอง นอกจากนี้ยังต้องตระหนักรู้ในภาวะของผู้อื่นด้วย

2) ความเข้าใจเห็นใจผู้อื่น (Empathy) คือ การรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเข้าใจและแสดงออกอย่างเหมาะสม

3) ความสามารถในการแก้ไข ความขัดแย้ง (Conflict Solving) โดยสรุป Empathy จะทำให้คนดี มีน้ำใจ Awareness ทำให้เรามีคุณค่า รู้ว่าชีวิตจะดำเนินไปอย่างไร รู้เป้าหมาย เกิดมาเพื่ออะไร ทำงานไปเพื่ออะไร มีชีวิตอยู่เพื่ออะไร ส่วน Conflict Solving จะทำให้เรามีความสุข

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข⁽²⁸⁾ ได้ให้โครงสร้างของ EQ แบ่งได้ดังนี้

1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วยความสามารถต่อไปนี้

1.1 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ประกอบด้วยรู้จักอารมณ์ และความต้องการของตนเอง ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้ และแสดงออกอย่างเหมาะสม

1.2 เห็นใจผู้อื่น ประกอบด้วยใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่น รวมทั้งแสดงความคิดเห็นอย่างเหมาะสม

1.3 รับผิดชอบ ประกอบด้วยรู้จักให้ รู้จักรับผิดชอบ ให้อภัย และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยความสามารถดังต่อไปนี้

2.1 รู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง ได้แก่ รู้ศักยภาพตนเอง สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้ และมีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย

2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา ได้แก่ รับรู้และเข้าใจปัญหา มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาและมีความยืดหยุ่น

2.3 มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้แก่ สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

3. สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ประกอบด้วย

3.1 ภูมิใจในตนเอง ได้แก่ เห็นคุณค่าตนเอง และเชื่อมั่นในตนเอง

3.2 พึงพอใจในชีวิต ประกอบด้วยมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขันและพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 มีความสงบทางใจ ประกอบด้วย มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย และมีความสงบทางจิตใจ

โดยเชื่อว่า EQ เป็นความสามารถทางอารมณ์หลายชนิดที่สามารถเรียนรู้ได้ สร้างขึ้นและพัฒนาได้โดยการทำความเข้าใจข้อมูลด้านอารมณ์แล้วนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ซึ่งจะส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จในด้านการงาน ครอบครัว ชีวิตส่วนตัว และชีวิตสังคม EQ บางส่วนติดตัวมาตั้งแต่เกิด แต่ส่วนใหญ่ได้จากการเรียนรู้ จากประสบการณ์ชีวิต ซึ่งเป็นส่วนที่พัฒนาได้

จากแนวคิดเชิงทฤษฎีซึ่งมีลักษณะเป็นโครงสร้างทางจิตวิทยา (Psychological Constructs) ของนักจิตวิทยาหลายๆ ท่านดังที่ได้นำเสนอไว้ข้างต้น จะเห็นว่ามีองค์ประกอบที่คล้ายคลึงกัน โดยสรุปองค์ประกอบของเขาวงกตอารมณ์ มี 5 องค์ประกอบใหญ่ดังต่อไปนี้

1) การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness หรือ Knowing One's Emotion) เป็นความสามารถที่จะรับรู้และเข้าใจ ความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริงสามารถประเมินตนเองได้อย่างชัดเจนตรงไปตรงมา มีความเชื่อมั่น รู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเป็นคนซื่อตรง พูดแล้วรักษาคำพูด มีจรรยาบรรณ มีสติ เข้าใจตน

2) การบริหารจัดการกับอารมณ์ของตน (Managing Emotion) หรือบางที่อาจเรียกว่าการกำหนดตัวเอง (Self Regulation) เป็นความสามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ อย่างเหมาะสม ประกอบด้วยความสามารถในการควบคุมตนเอง เป็นคนที่น่าไว้วางใจได้มีคุณธรรม มีความสามารถในการปรับตัว และมีความสามารถในการสร้างแนวคิดใหม่ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

3) การจูงใจตนเอง (Motivation Oneself) เป็นความสามารถที่จะจูงใจตนเองที่เรียกว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation motive) มองโลกในแง่ดี

สามารถนำอารมณ์และความรู้สึกของตนเองมาสร้างพลังในการกระทำสิ่งต่างๆ และเป็นพลังในการให้กำลังใจตนเองในการคิดและกระทำอย่างสร้างสรรค์

4) การรู้จักสังเกตความรู้สึกของผู้อื่น หมายถึง ความสามารถที่เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นมีความเห็นอกเห็นใจเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีจิตให้บริการ สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

5) การดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งเป็นลักษณะที่เป็นทักษะทางสังคม เป็นความสามารถที่จะเท่าทันอารมณ์ของผู้อื่น เป็นทักษะทางสังคมที่จะสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น อันจะส่งผลให้เกิดความเป็นผู้นำ ความสามารถลักษณะนี้จะประกอบไปด้วย การสื่อความที่ดี การบริหารความขัดแย้ง เป็นต้น

1.6 ลักษณะของความฉลาดทางอารมณ์

มนุษย์ทุกคนมีภาวะอารมณ์พื้นฐานอยู่ในตัวเหมือนกัน แต่ในระดับที่แตกต่างกัน โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์แต่ละคนก็จะมีอารมณ์ต่างๆ นานาในแต่ละวัน อาทิ กลัว เป็นสุข โกรธ เศร้า เสียใจ รัก ชัง ซึ่งแม้ไม่จริงเหมือนบุคลิกภาพ แต่ก็มีผลเป็นอย่างมากต่อความสุขและการเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับโลก ภาวะอารมณ์อาจเป็นบวกหรือลบก็ได้การเกิดอารมณ์ทางลบเมื่อซุนเคือง เป้าหมายถูกขัดขวาง อารมณ์ทางบวกเกิดเมื่อรู้สึกยินดีเป็นสุข

วีระวัฒน์ บันติตามัย⁽⁵⁾ ได้กล่าวถึงลักษณะของความฉลาดทางอารมณ์ว่าจะมีลักษณะดังต่อไปนี้

1) เป็นผลรวมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมในแต่ละวัฒนธรรม อาทิ บ้าน ครอบครัว สื่อ โรงเรียน ที่มีบทบาทหล่อหลอมพฤติกรรมที่สะท้อนถึงความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคล บทบาทของสถานการณวัฒนธรรมหรืออนุวัฒนธรรม (Subculture) มีผลต่อระดับความฉลาดทางอารมณ์ ของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง

2) เกี่ยวข้องอย่างมากกับวุฒิภาวะอารมณ์เจริญสมวัย (Maturity) อาทิ ความอดได้รอได้ ไม่หุนหันพลันแล่น หรือใจร้อน โกรธง่าย การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา การไม่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง เป็นต้น ความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลในช่วงวัยเด็ก วัยรุ่น อาจแตกต่างไปจากระดับ

ความฉลาดทางอารมณ์ของคนเดียวกัน เมื่อเติบโตเข้าสู่วัยผู้ใหญ่หรือเมื่ออายุมากขึ้นแล้ว ผู้ชายบางคนเมื่อมีบุตรธิดาแล้วกลับเป็นคนสุขุม ใจเย็น มีระดับของความเอาใจเขามาใส่ใจเรามากขึ้น

3) เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบฉบับที่เป็นปกติวิสัยของบุคคลนั้น ที่ต้องใช้เวลาและความเอาใจจริงเอาจัง ในการปรับเปลี่ยนพัฒนาการเรียนรู้ของความฉลาดทางอารมณ์ มักจะเกิดกับชีวิตในช่วงหลังการศึกษาเล่าเรียนเป็นส่วนมาก

4) เรียนรู้ได้ ฝึกฝนได้ พัฒนาได้ เป็นการฝึกสมองทั้ง 2 ด้าน โดยเฉพาะในซีก Limbic System แต่ต้องใช้ความอดทนเอาใจจริงเอาจัง และเกี่ยวข้องโดยตรงกับระดับประสบการณ์ของบุคคล การเรียนรู้ของความฉลาดทางอารมณ์มีทั้งที่ไม่ปรากฏให้เห็น (Implicit) ซึ่งถือเป็นการเรียนรู้ได้ต่อกันภายในตัวบุคคล (Intraindividual) หรืออาจแสดงออกอย่างชัดเจน (Explicit) ก็เป็นไปได้⁽³⁾

Bar-On⁽¹⁴⁾ เชื่อว่าความฉลาดทางอารมณ์พัฒนาได้ตั้งแต่ในวัยเด็กไปจนถึงอายุ 50 กว่าๆ โดยจะมีจุดสูงสุดในช่วงอายุระหว่าง 45-55 ปี

5) ประเมินได้ในนัยของความเหมาะสม มากกว่าจะเป็นเรื่องของความถูก – ผิด หรือขาว-ดำ ดี-ชั่ว หรือการประเมินเป็นแต้มคะแนน ซึ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลในการประเมินแต่ละครั้ง อาจมีค่าที่ผันแปรได้ การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ควรใช้เครื่องมือวัดหลายๆ รูปแบบประกอบร่วมกัน

6) มีหลายองค์ประกอบร่วม (Multifactorial) เซาว์นอารมณ์ เป็นผลมาจากการอบรม เลี้ยงดู ภาวะแวดล้อม วัฒนธรรม

7) ความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์ กับ เซาว์นปัญญา ไม่แน่นอน ไม่มีอะไรเป็นหลักประกันได้ว่าแต่ละคนที่มี เซาว์นปัญญาสูง เมื่อรวมกลุ่มกันแล้วความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มจะสูงตามไปด้วย การที่บุคคลมี เซาว์นปัญญาสูงก็ไม่ได้เป็นหลักประกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มจะสูงตามไปด้วย การที่แต่ละคนความฉลาดทางอารมณ์สูง ก็ไม่ได้ยืนยันว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มจะสูงตามไปด้วย แต่โดยภาพรวมผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์มักมีแนวโน้มที่จะมี เซาว์นปัญญาสูงด้วย เนื่องจากองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยให้คนเรียนรู้และแก้ปัญหาได้ดียิ่งขึ้น

กล่าวโดยสรุปลักษณะของอารมณ์มนุษย์นั้นเปลี่ยนแปลงได้ง่ายตามสภาพการณ์ ตามความรู้คิด ตามความฉลาดคิดได้ มนุษย์แต่ละคนจะมีปฏิภาณไหวพริบที่จะคิด แต่มีสติเท่าทัน ความรู้สึกนึกคิดของตนต่างกันไปคนที่มีปัญญาก็สามารถคิดได้จับใจ ปัญญาที่ประกอบกรรู้เท่า

ทันในภาวะของจิต จะส่งเสริมความเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงรู้ว่าควรพูดอะไรไม่ควรพูด รู้ว่าหากพูดแล้วผลที่จะตามมาคืออะไร ระวังในสิ่งที่ไม่เหมาะสมได้

1.7 คุณลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง-ต่ำ

Goleman⁽³⁵⁾ กล่าวว่าคนที่มีเขาวนอารมณ์สูงควรมีลักษณะมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีการตัดสินใจที่ดีควบคุมอารมณ์ตนเองได้ มีความอดทนกลั่นไม่หุนหันพลันแล่น ทนความผิดหวังได้ เข้าใจใจผู้อื่น เข้าใจสถานการณ์ทางสังคมไม่ย่อท้อหรือยอมแพ้ง่าย สามารถแก้ปัญหาชีวิตได้และไม่ปล่อยให้ความเครียดท่วมทับจนทำอะไรไม่ถูก

Steve Hein⁽³⁷⁾ ได้เสนอลักษณะของผู้ที่มี EQ สูงและต่ำไว้ดังนี้

ลักษณะผู้ที่มี EQ สูง คือ ผู้ที่สามารถแสดงความรู้สึกของตนออกมาได้ชัดเจน ตรงไปตรงมา ไม่ถูกครอบงำโดยความรู้สึกในทางลบต่างๆ สามารถอ่านภาษาท่าทางในการสื่อสารได้ดี ดำเนินชีวิตด้วยเหตุผล ความเห็นจริง ตระกะ ความรู้สึกและสามัญสำนึกอย่างได้ดุลพึ่งพาตนเองได้ มีความเป็นอิสระด้านการใช้เหตุผลทางจริยธรรม สร้างแรงจูงใจที่ดีให้เกิดภายในตนได้ สามารถนำภาวะอารมณ์ของตนกลับคืนสู่สภาวะปกติได้ มองโลกในแง่ดี ไม่ยอมแพ้กับอุปสรรค หรือปัญหา สนใจและให้ความสำคัญกับความรู้สึกของผู้อื่น ไม่ถูกครอบงำโดยความกลัวหรือความวิตกกังวล สามารถระบุความรู้สึกหรือภาวะอารมณ์ทางลบต่างๆที่เกิดขึ้นกับตนเองในขณะนั้นได้รู้สึกเป็นธรรมชาติเมื่อพูดเกี่ยวกับความรู้สึก นึกคิดต่างๆ ชีวิตไม่ถูกชี้นำโดยอาจ ความร่ำรวยเกียรติ ศักดิ์ศรี ตำแหน่ง ชื่อเสียงหรือการได้รับการยอมรับ กล้าเผยความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมา ไม่พยายามสอดแทรกความคิดไว้ในความรู้สึกของตนเอง มองหาแง่มุมที่ดีจากภาวะอารมณ์ในทางลบหรือในสถานการณ์อันเลวร้าย และแยกแยะสิ่งที่เป็นความคิดออกจากความรู้สึกได้

ลักษณะผู้ที่มี EQ ต่ำ คือ ผู้ที่ไม่รับผิดชอบต่อความรู้สึกของตน แต่วิพากษ์ตำหนิผู้อื่น บอกไม่ได้ว่าทำไมตนถึงคิดรู้สึกเช่นนั้น กล่าวหาโจมตี ตำหนิ ตัดสิน ทำลายขวัญกำลังใจผู้อื่น มุ่งวิเคราะห์ผู้อื่นมากกว่าแสดงความเข้าใจ นุ่มนวลที่กัก มักคิดแทนเรา เช่น “ผมคิด (เชื่อหรือเดา) ว่าคุณ. . .” แสดงความไม่ซื่อตรงเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดของตน พูดสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของตนสูงหรือต่ำกว่าความเป็นจริง ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ บางทีก็แสดงปฏิกิริยากับสิ่งเล็กๆ น้อยๆ อย่างเกินเหตุ ขาดสติสัมปรัญญะสิ่งที่พูดกับสิ่งที่ทำไม่ตรงกัน ผูกใจเจ็บ อาสาตแค้นให้อภัยคนไม่ได้ ชอบทำให้ผู้อื่นรู้สึกว่าเขาผิด ยัดเยียดความรู้สึกนึกคิดต่างๆ ให้ผู้ฟังหรือคนอื่นเปิดเผย

ความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นกับตัวเองไม่ได้ ไม่ใส่ใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น พุดออกมาโดยไม่คิดถึงผู้อื่น ยึดมั่นในความคิดเชื่อของตนเอง ใจไม่เปิดกว้าง เป็นผู้ฟังที่ไม่ดี พุดขัดจังหวะ บั่นทอนขวัญ และกำลังใจคู่สนทนา เน้นข้อเท็จจริงมากเกินไป โดยไม่คำนึงถึงความรู้สึกและใช้ภูมิปัญญาของตน วิพากษ์ ต่ำหนิผู้อื่น สร้างภาพว่าตนฉลาดเหนือกว่าผู้อื่น ไม่รู้ไม่สนใจว่าคนอื่นจะมองตนอย่างไร

สุรพงศ์ อัมพันวงศ์⁽¹⁰⁾ ได้กล่าวถึง คุณลักษณะของผู้ที่มีเขาวนอารมณ์สูงจะแสดงออกโดยเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดี เข้ากับคนอื่นได้ดี รู้จักการทำงานเป็นทีม สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับคนอื่นได้และรักษาให้ยืนยาว รู้จักเห็นอกเห็นใจ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นเป็นอย่างดี เมื่อเกิดปัญหาในชีวิตรู้จักจัดการกับปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ไม่จมอยู่กับความเศร้า นานเกินไป ไม่ท้อแท้หรือท้อถอย รวมทั้งเป็นผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวในสถานการณ์ต่างๆ ได้เป็นอย่างดี ส่วนผู้ที่มีเขาวนอารมณ์ต่ำ จะเป็นผู้ที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี ไม่มีความอดทน อดกลั้นต่อสถานการณ์ที่กดดันอยู่ รวมทั้งไม่สามารถเข้าใจความรู้สึกความต้องการของคนอื่น มุ่งแต่สนองความต้องการของตนเองเป็นใหญ่ โอกาสที่จะเกิดความขัดแย้งจึงเป็นไปได้สูงมาก พุดจาสื่อสารกับผู้อื่นไม่ได้ดี บางครั้งขาดความเชื่อมั่นตนเอง ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์⁽³³⁾ ได้เสนอคุณลักษณะของผู้ที่มีเขาวนอารมณ์ ดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง สามารถควบคุมจัดการและแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้และตระหนักรู้ได้ว่า ขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม

(Self-awareness)

2. มีพลังใจมีแรงบันดาลใจที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมายในชีวิต

(Self-motivation)

3. สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพต่างๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถเผชิญต่อสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม (stress tolerance)

4. มีความยืดหยุ่น (flexibility) ไม่ยึดมั่นถือมั่น จนทำให้ปรับตัวไม่ได้

5. มีความสามารถที่จะควบคุมตนเอง มี impulse control

6. มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (to have empathy for others)

7. มีสัมพันธภาพที่บ่งบอกถึงความไว้วางใจผู้อื่น (trusting relationships) มีความจริงใจ และซื่อสัตย์
8. มีความคิดริเริ่ม (initiative) มีความคิดสร้างสรรค์ (creativity)
9. มองโลกในแง่ดี (optimism)

ทศพร ประเสริฐสุข⁽¹¹⁾ ได้เสนอคุณลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูง มักเป็นผู้ที่สามารถหาความสุขและค้นพบความสุขได้ไม่ยาก มักจะมีทักษะในการเข้าสังคมมนุษย์ว่า บุคคลจักต้องมีความสัมพันธ์กัน ต้องทำงานร่วมกัน จึงมีลักษณะชอบเข้าสังคม ง่าย เปิดเผย ชอบทำให้อื่นมีความสุข ซื่อตรง รักษาความสัตย์ตรงไปตรงมา มองโลกในแง่ดี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้างและมีความสุข ซึ่งเป็นคุณลักษณะของบุคคลที่เข้าใจตน เข้าใจผู้อื่น เข้าใจสภาพแวดล้อม เข้าใจโลก มีจุดมุ่งหมายในชีวิตที่ชัดเจน เมื่อมีความขัดแย้งหรือมีความคับข้องใจก็สามารถแก้ไขความขัดแย้งทั้งของตนและบุคคลรอบข้างได้อย่างมีสติและเหมาะสม

วีระวัฒน์ ปันติตามัย⁽⁵⁾ ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ที่ดี ดังนี้

1. รู้จักตนเอง รู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของตน รู้จุดเด่น จุดด้อยในความเป็นตัวของตัวเอง
2. ควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก การแสดงออกของตนเองได้ให้ถูกกับกาลเทศะ ปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้
3. สามารถสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง มองโลกในแง่ดี มีความคิดริเริ่ม ไม่ทอดทิ้งง่าย
4. แสดงความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ตระหนักรู้ในความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น ได้ดี สร้างและรักษาสายสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้
5. มีทักษะทางสังคมที่ดี ทั้งนี้เป็นผลมาจากพัฒนาการในขั้นแรกๆ ที่ทำให้ผู้ที่มี EQ สูง สามารถเข้ากับผู้อื่นได้ดี มีมารยาท มีอารมณ์ขัน สามารถแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าต่างๆ ได้เป็นอย่างดี มีไหวพริบ สร้างความร่วมมือร่วมใจจากคนหลายๆ ฝ่ายได้

วิไลกุล หนูแก้ว⁽²⁹⁾ กล่าวว่า คุณลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ดีต้องประกอบด้วย

- 1) รู้จักตนเอง รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเองและยอมรับได้ มีเป้าหมายของชีวิต

- 2) รู้อารมณ์ของตนเอง ควบคุมอารมณ์ได้
- 3) ทำให้ตัวเองมีพลัง มีแรงจูงใจที่จะทำกิจการงานให้ประสบความสำเร็จ
- 4) เข้าถึงจิตใจผู้อื่นซึ่งควรต้องเข้าใจตัวเองก่อน
- 5) รักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่นรู้จักแสดงความรู้สึกดีๆ ต่อผู้อื่นในเวลาและสถานการณ์ที่เหมาะสม

สรุปได้ว่า ผู้ที่มีเขาวนอารมณ์สูงจะเป็นผู้รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นเป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี มีความเชื่ออาทรและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความยืดหยุ่นและสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้เป็นอย่างดี สามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึก การแสดงออกของตนเองได้เหมาะสมกับกาลเทศะ สามารถเผชิญต่อความเครียดได้อย่างเหมาะสม สามารถสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดีและมีความสุขในชีวิต ส่วนผู้ที่มีเขาวนอารมณ์ต่ำจะเป็นผู้ที่เปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นกับตนเองไม่ได้ ไม่สามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี ขาดทักษะในการสื่อสาร ไม่มีมนุษยสัมพันธ์ไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นปรับตัวไม่ได้กับสถานการณ์ต่างๆ ไม่สามารถจัดการความเครียดได้ มองโลกในแง่ร้ายและไม่มีมีความสุขในชีวิต

1.8 ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์

Goleman⁽³¹⁾ มีความเชื่อว่าเขาวนอารมณ์แตกต่างจากเขาวนปัญญา แต่มีส่วนเกี่ยวเนื่องกัน เขาวนอารมณ์มีบทบาทในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงปรารถนา ช่วยสร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เจริญสมวัย สร้างความสามารถในการปรับตัวเพื่อแก้ไขปัญหา ช่วยให้สามารถเผชิญต่อความเครียดและแรงกดดันของชีวิตในภาวะการแข่งขันได้ดี

ผู้ที่ตระหนักรู้ในตนเอง เป็นบุคคลที่มีความเข้าใจในอารมณ์และความต้องการของตน มีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น มีความมั่นใจในความสามารถของตน รู้ว่าอารมณ์มีอิทธิพลต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อผลการปฏิบัติงานอย่างไร รู้จักใช้อารมณ์โกรธในทางสร้างสรรค์ ผู้ที่ตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนจะกลับคืนสู่อารมณ์ในสภาพปกติได้เร็วกว่าผู้ที่ไม่ตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตน การตระหนักรู้ในตนเองมีส่วนช่วยให้บุคคลรู้ถึงคุณค่าและจุดมุ่งหมายของตน กล่าวพูดถึงข้อจำกัดและ

ความสามารถของตน ผู้ที่ตระหนักรู้ในตนเองจึงไม่ชอบทำอะไรที่เกิดกำลังหรือไม่คิดว่าทำได้ กล้าที่จะตัดสินใจเพื่อเดินไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตนคาดหวังไว้ ในขณะที่ผู้ขาดการตระหนักรู้ในตนเองมักมีความลำบากในการตัดสินใจเนื่องจากไม่มีความชัดเจนในตนเอง การจัดระเบียบอารมณ์ของตน มีส่วนช่วยให้บุคคลไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ ผู้ที่สามารถจัดระเบียบอารมณ์ของตนได้จะสามารถควบคุมอารมณ์และแสดงอารมณ์ออกมาในทางที่ควรก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง เป็นผู้ที่มิเหตุผลสามารถยับยั้งชั่งใจรอได้ ไม่ผลิผลามทำการตัดสินใจ รอจนได้รับข้อมูลเพิ่มเติมอย่างเพียงพอเสียก่อนจึงทำการตัดสินใจ นอกจากนี้การจัดระเบียบอารมณ์ยังมีส่วนส่งเสริมให้เกิดความซื่อสัตย์ในตนเอง

ผู้ที่มีการจูงใจตนเองจะเป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์ รักการเรียนรู้ มีความภาคภูมิใจในผลการปฏิบัติงานของตน พยายามจะพัฒนาผลการปฏิบัติงานของตนให้ดียิ่งขึ้น มีความสนใจสิ่งแวดล้อมรอบๆตัว มองโลกในแง่ดี ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มองปัญหาที่เกิดขึ้นเสมือนสิ่งที่ทำลายความสามารถ การร่วมรู้สึกช่วยให้บุคคลตระหนักรู้ถึงความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจในการดำเนินชีวิต ให้ความสำคัญกับวัฒนธรรมประเพณีที่แตกต่างสามารถรู้ถึงความนัยที่ซ่อนอยู่ในคำพูดของบุคคลอื่น ก่อให้เกิดการแสดงออกที่เหมาะสม มีส่วนช่วยส่งเสริมทักษะทางสังคม

ทักษะทางสังคมไม่ได้หมายถึงการมมมนุษย์สัมพันธ์ที่ดีเท่านั้น หากยังรวมถึงความสามารถในการชักจูงผู้อื่นให้ปฏิบัติตามหรือคล้อยตามตนเองได้ บุคคลที่จะสามารถบริหารสัมพันธ์ภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นต้องเป็นผู้ที่สามารถเข้าใจอารมณ์ของตน สามารถควบคุมอารมณ์ของตน และร่วมรู้สึกกับความรู้สึกของผู้อื่นได้

คมเพชร ฉัตรศุภกุล⁽³⁰⁾ ได้กล่าวถึงประโยชน์ของ EQ ว่าสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตได้เป็นอย่างดี เช่น นำไปพัฒนาเด็กและเยาวชนเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี นำไปพัฒนาการสื่อสาร การแสดงความรู้สึกและความเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่น ทำให้มีสัมพันธภาพส่วนบุคคลที่มีประสิทธิภาพ นำไปพัฒนานักเรียนในองค์กรเพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงาน ลดปัญหาความขัดแย้งและการทำงานร่วมกัน นำไปพัฒนาศักยภาพของผู้บริหารในองค์กรต่างๆทำให้สามารถทำงานเกี่ยวกับบุคคลในองค์กรได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดความสำเร็จในการบริหารงาน และนำไปพัฒนารูปร่างด้านการบริการ ช่วยให้ผู้คนที่รับผิดชอบงานด้านบริการมีความสามารถในการดูแลลูกค้าได้เป็นอย่างดี เพราะสามารถเข้าใจความต้องการของลูกค้าทุกคน

วิระวัฒน์ ปันนิตามัย⁽⁵⁾ ได้กล่าวถึงประโยชน์ของ EQ ไว้ดังนี้

1. พัฒนาการด้านอารมณ์ บุคลิกภาพของเด็ก

EQ มีบทบาทในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงปรารถนา สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เจริญสมวัย สร้างความสามารถในการปรับตัวในการแก้ไขปัญหาความเครียดและแรงกดดันของชีวิตในภาวะการแข่งขันได้ดี

2. การสื่อสาร การแสดงความรู้สึก อารมณ์ของตน

ผู้ที่ EQ สูงจะมีความสามารถในการสื่อสาร การแสดงความรู้สึกและอารมณ์ของตนได้อย่างถูกต้องตามกาลเทศะ เข้าอกเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ผู้ที่มี EQ จะรู้จักยิ้มได้ แม้นใจรู้สึกเศร้า รับฟังปัญหาของผู้อื่นได้อย่างตั้งใจ ไม่รู้สึกแปลกแยกจากเพื่อนมนุษย์ จากธรรมชาติ และจากชีวิตของตนเอง

3. การปฏิบัติงาน

EQ เกื้อหนุนการยอมรับ ความคิดริเริ่ม ก่อให้เกิดการสร้างผลิตผลที่สนองเป้าหมายลดปัญหาการลา การขาดงานหรือการย้ายงานเนื่องจากความขัดแย้งระหว่างบุคคล เสริมสร้างการทำงานที่ประสานสัมพันธ์กันให้มากขึ้น การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี การมี EQ ที่ดีในที่ทำงาน ทำให้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเราได้มากขึ้น

4. การให้บริการ

EQ ก่อให้เกิดการทำความรู้จักรู้ลูกค้า รับฟังความต้องการของลูกค้าและตอบสนองได้ดี สร้างความจงรักภักดีในการใช้สินค้าและบริการของหน่วยงาน

5. การบริหารจัดการ

EQ ช่วยส่งเสริมอัจฉริยภาพของความเป็นผู้นำที่มีศิลปะในการรู้จักใช้คนและครองใจคนได้ เปิดโอกาสให้ผู้บริหารได้เรียนรู้และพัฒนาตน สามารถโน้มน้าวผู้อื่นให้ทำในสิ่งที่ตนต้องการได้สำเร็จ งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข เกิดความรักงาน รักองค์กรและจงรักภักดีมากขึ้น ผู้นำหรือผู้บริหารที่มี EQ ดีจะเป็นผู้ที่มีคำพูดและการกระทำตรงกัน กล่าวแสดงออกอย่างเหมาะสมและถูกกาลเทศะ

6. การเข้าใจชีวิตของตนและผู้อื่น

EQ เป็นเรื่องของการศึกษาทำความเข้าใจตน (Insight) การมองเข้าไปในตนก่อนทำความเข้าใจผู้อื่น เมื่อเข้าใจตน เข้าใจคนอื่น การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน จึงเป็นการมุ่งใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่อย่างสูงสุด ชีวิตครอบครัวก็จะเป็นสุขด้วยความเข้าใจกัน

สรุปได้ว่า เซาว์นอารมณ์มีความสำคัญและประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตและการทำงานของบุคคลได้เป็นอย่างดี โดยเซาว์นอารมณ์จะช่วยพัฒนาด้านอารมณ์ บุคลิกภาพของบุคคล การสื่อสาร การแสดงความรู้สึก การเข้าใจชีวิตของตนและผู้อื่นทำให้มีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น ช่วยพัฒนาบุคลากรในองค์การเพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงานและลดความขัดแย้งในการทำงาน ช่วยพัฒนาศักยภาพของผู้นำในการบริหารจัดการภายในองค์การก่อให้เกิดความสำเร็จในการบริหารงาน ช่วยพัฒนางานด้านการบริการทำให้สามารถเข้าใจความต้องการของผู้รับบริการและสร้างความพึงพอใจให้กับผู้รับบริการ อีกทั้งช่วยให้เกิดผลผลิตที่เพิ่มขึ้นจากการทำงาน

2. ความฉลาดทางอารมณ์กับปฏิสัมพันธ์ของสติปัญญาและบุคลิกภาพ

ในการศึกษาเกี่ยวกับจิตลักษณะของคน (Human Mentality) ของจิตวิทยานั้น สามารถมุ่งแนวความสนใจศึกษาออกเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่ การศึกษาเกี่ยวกับ

1) สมอง

ได้แก่ ในส่วนที่เกี่ยวกับความจำ เหตุผล การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา การวิเคราะห์ การคิดในเชิงนามธรรม การคิดจำแนก แยกแยะต่างๆ ซึ่งเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องโดยตรงของเซาว์นปัญญา ในเรื่องของความเป็นคนเก่ง

2) จิตใจ

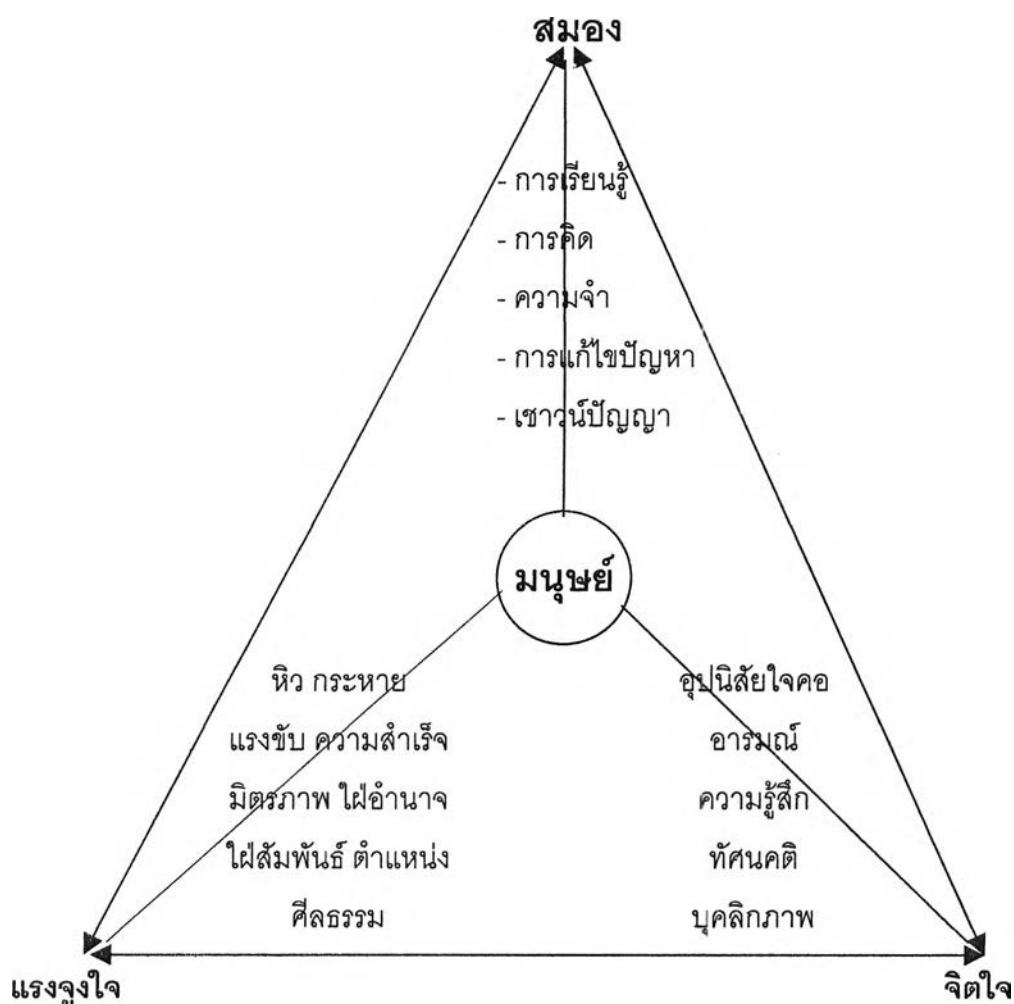
ได้แก่ บุคลิกภาพ ภาวะอารมณ์ (Mood) อารมณ์ ความรู้สึกและการประเมินค่า ซึ่งเกี่ยวกับเซาว์นอารมณ์โดยตรง

3) แรงจูงใจ

ได้แก่ ปัจจัยทางด้านชีววิทยาที่มีผลต่อพฤติกรรม การมุ่งสู่เป้าหมายต่างๆ ของมนุษย์ อันจะเห็นได้จากทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ การมุ่งสู่เป้าหมาย ดังการแสดงออก เป็นพฤติกรรมของมนุษย์ในแง่มุมของแรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์ สัมพันธ์ และใฝ่อำนาจ

ความสนใจเกี่ยวกับ EQ มีมานานนับตั้งแต่ที่มีผู้สนใจเกี่ยวกับความคิด ความเข้าใจของมนุษย์ (อาทิ Descartes และ Aristotle) ซึ่งส่งผลให้มีการศึกษาด้านแนวคิด และการวัด การทดสอบด้านสติปัญญาหรือคุณลักษณะด้านความเป็นคนเก่งของมนุษย์อย่างมากและต่อเนื่อง ขณะที่ค่อนข้างจะละเลยด้านจิตพิสัย (Affective Manifestations)

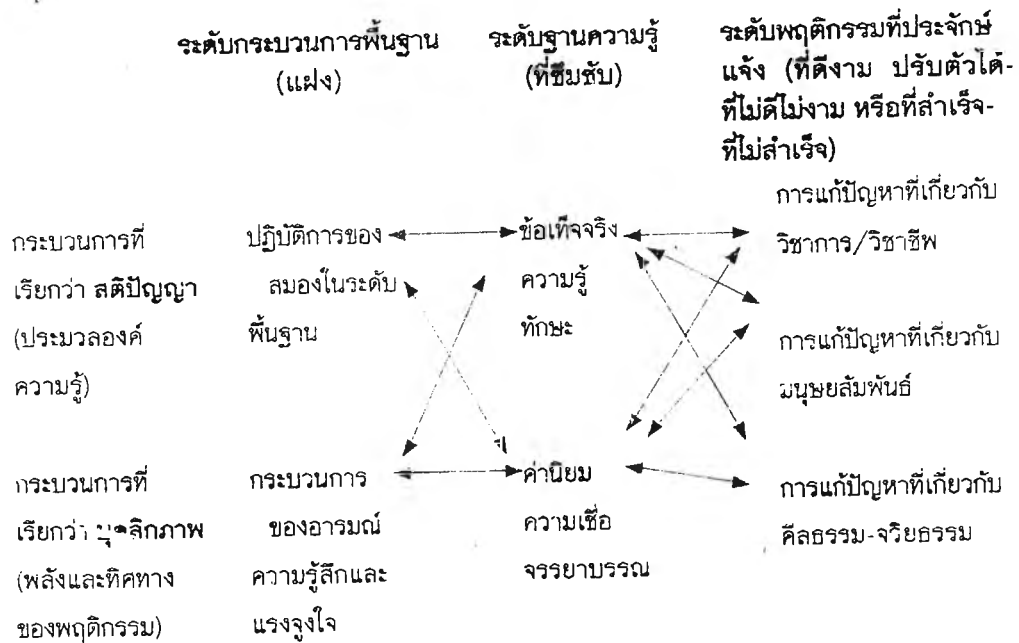
ในความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน จิตลักษณะทั้ง 3 ด้าน มีความเกี่ยวข้องเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกันอย่างแยกไม่ออก ดังนั้น การศึกษาแบบแยกส่วนจึงทำให้เราารู้เข้าใจความจริงบางประการ บางแง่มุมเท่านั้น



ภาพที่ 4 จิตลักษณะ 3 ด้านของมนุษย์⁵⁾

นับตั้งแต่ปี 1950 เป็นต้นมา ก็มีผู้เริ่มสนใจถึงความเกี่ยวข้องกันกับสติปัญญา กับบุคลิกภาพ และแยกให้เห็นถึงความแตกต่างกันในระดับพื้นฐาน เท่านั้น แต่ในความจริงของกระบวนการทางจิต (Psychological Functioning) ของบุคคลนั้นมีความลึกซึ้งมากกว่าระดับพื้นฐาน และควรต้อง

ศึกษาถึงความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันของความคิด บุคลิกภาพ อุปนิสัย ประกอบร่วมกันกำหนดเป็นพฤติกรรม ทั้งความรู้และความเชื่อ ซึ่งต่างมีผลต่อพฤติกรรมในการแก้ไขปัญหา การปรับตัว พฤติกรรมการติดต่อสัมพันธ์ต่อการแสดงออกที่เกี่ยวกับจริยธรรมของบุคคล ดังแสดงไว้ในภาพที่ จะเห็นได้ว่ายิ่งระดับหน้าที่ของจิตที่สูงขึ้น ยิ่งต้องมีความเกี่ยวพันของสติปัญญา (ข้อเท็จจริง ชนิดถูก-ผิด) และกระบวนการของจิตพิสัย ซึ่งเป็นเรื่องของควร-ไม่ควร เหมาะสม-ไม่เหมาะสม ดี-ไม่ดี ในระดับที่ซับซ้อนมากยิ่งขึ้น ภายใต้สถานการณ์เวลาที่เปลี่ยนไปของแต่ละคน



ภาพที่ 5 กรอบแนวคิดโดยองค์รวมเกี่ยวกับกระบวนการหน้าที่ของจิต⁽⁵⁾

กระบวนการทางจิตอันเนื่องมาจากความสัมพันธ์ อย่างใกล้ชิดของสติปัญญา และบุคลิกภาพ นี้จะส่งผลถึงระดับความสามารถในการปรับตัวได้ (Adaptability) ของบุคคลที่แตกต่างกันไปในแต่ละสถานการณ์ ที่เกี่ยวกับความเก่งคิด ความเก่งคน และในเรื่องที่เกี่ยวกับศีลธรรมจรรยาอยู่เสมอในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการทำงานหรือการดำรงชีวิตก็ตาม

กระบวนการของ EQ ต้องมุ่งให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคล สามารถที่จะปรับตัวได้เป็นอย่างดีใน 3 สถานการณ์ดังกล่าว คือ ให้บุคคลสนองต่อความต้องการพื้นฐานหรือเป้าหมายต่างๆ ของตน ได้อย่างสอดคล้องกัน ขณะเดียวกันก็ส่งเสริมคุณธรรมที่ตนยึดถือด้วย ทำให้บุคคลมีการใช้ความรู้ สติความยั้งคิด คิดให้รอบ ใช้ข้อมูลทุกแง่มุมอย่างเต็มที่ ตามความเป็นจริง⁽⁵⁾

3. แนวคิดเกี่ยวกับบุคลิกภาพ ⁽³⁸⁾

3.1 ความหมายของบุคลิกภาพ

ปี ค.ศ.1902 Munn ได้ให้ความหมายของ บุคลิกภาพ คือลักษณะ เด่นของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นการรวบรวมแบบแผนทั้งหมดมาเป็นบูรณาการของโครงสร้างพฤติกรรม เช่น ความสนใจ ทักษะสติ สติปัญญา ความสามารถ ความถนัด และสิ่งอื่นๆที่แสดงถึงลักษณะนิสัย

ปี ค.ศ.1930 Schoen ได้ให้ความหมายของ บุคลิกภาพ คือการจัดระบบการทำหน้าที่ทั้งหมด หรือการรวมกันของนิสัยต่างๆ ความคิดเห็น และอารมณ์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้น แตกต่างจากสมาชิกคนอื่นๆที่อยู่ในกลุ่มเดียวกัน

ปี ค.ศ.1957 Carmichael ได้ให้ความหมายของ บุคลิกภาพหมายถึง ผลรวมของคุณสมบัติต่างๆ ได้แก่ ความสนใจ ทักษะสติ อุปนิสัย ความสามารถ การพูด ลักษณะภายนอก การปรับตัว ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าเป็นแบบแผนทั่วไปของชีวิต

ปี ค.ศ.1968 Maddi ได้ให้ความหมายของ บุคลิกภาพ คือความมั่นคงของคุณสมบัติและแนวโน้มทั่วไปที่ที่จะแสดงถึงความแตกต่างของพฤติกรรมทางจิต เช่น ความคิด ความรู้สึก และการกระทำ

ปี ค.ศ.1969 Moskowitz and Orgal ได้ให้ความหมายของ บุคลิกภาพหมายถึง การจัดระบบพฤติกรรมของแต่ละบุคคล

ปี ค.ศ.1975 Peak and Whitlow ได้ให้ความหมายของ บุคลิกภาพ คือโครงสร้างและคุณสมบัติในการแปรพลังของแต่ละบุคคลซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงลักษณะนิสัยในการตอบสนองต่อสถานการณ์

ปี ค.ศ.1978 Lewin ได้ให้ความหมายของ บุคลิกภาพหมายถึง กระแสพฤติกรรม ซึ่งคงที่ โดยขึ้นอยู่กับรากฐานของความคิด ความรู้สึก และการรับรู้

Guilford⁽³⁹⁾ ได้ให้คำจำกัดความของบุคลิกภาพไว้ว่า บุคลิกภาพ คือ แบบแผนที่เป็นเอกลักษณ์ (Unique) ที่ประกอบกันขึ้นของบุคคล ในความหมายนั้นเขาได้เน้นถึงแบบแผนที่เป็นเอกลักษณ์ที่มนุษย์ทุกคนมีและไม่เหมือนใคร เด็กที่เกิดมาทุกคนแม้จะเป็นพี่น้องท้องเดียวกันก็ตามจะมีบุคลิกภาพที่ไม่ซ้ำแบบกัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องนิสัยใจคอ ทักษะสติ ความสนใจพฤติกรรม กล่าวโดยสรุป กิลฟอร์ดเน้นว่าบุคลิกภาพกำเนิดจากความแตกต่างระหว่างบุคคล

Allport⁽³⁹⁾ ได้กล่าวถึงบุคลิกภาพว่า บุคลิกภาพ คือ กระบวนการสร้างหรือการจัดส่วนประกอบของแต่ละคนทั้งภายในและภายนอก (จิตใจและร่างกาย) และบุคลิกภาพนี้จะทำหน้าที่เป็นเครื่องกำหนดตัดสินลักษณะพฤติกรรมและความนึกคิดของคนคนนั้น จะเห็นในความหมายของฮอลพอร์ตนั้นเน้นความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายและจิตใจอย่างมีระบบที่เกี่ยวข้องกันและไม่ขัดแย้งกัน เพราะเหตุว่าต่างก็เป็นส่วนประกอบของกันและกัน เมื่อผสมผสานเป็นบุคลิกภาพแล้ว ระบบเหล่านั้นจะมีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ ฮอลพอร์ตได้ใช้คำว่า Dynamic Organization ซึ่งหมายความว่า เป็นระบบการทำงานที่มีความสัมพันธ์กัน คือ ในการศึกษาบุคลิกภาพนั้นเข้าเน้นทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เพราะเห็นถึงความสัมพันธ์ที่แยกกันไม่ออกทั้งสองระบบ จิตใจจะมีอิทธิพลต่อความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และในทำนองเดียวกันการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจะมีผลต่อความเปลี่ยนแปลงทางจิตใจด้วยเช่นเดียวกัน และเมื่อร่างกายและจิตใจต่างก็ไม่หยุดนิ่ง ร่างกายมีการผันแปรเปลี่ยนแปลงตลอดไป จิตใจก็มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา จะทำให้ระบบเหล่านี้มีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ ซึ่งผลก็คือ บุคลิกภาพก็จะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นตามไปด้วย เช่น คนที่มีลักษณะเฉื่อยช้าไม่ค่อยสนใจงานที่ได้รับมอบหมาย เมื่อได้อยู่ร่วมทำงานกับคนที่องไวและรับผิดชอบในการทำงานก็จะเกิดการปรับตัวตาม เพราะได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมเช่นนั้นจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงไป ไม่ว่าจะด้วยตั้งใจหรือไม่ก็ตาม จนกลายเป็นคนมีความรับผิดชอบได้

McConnell⁽⁴⁰⁾ กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะที่บุคคลคิดและประพฤติ เมื่อเขาต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม การคิดและการประพฤติดังกล่าวนั้นได้รับอิทธิพลจากสิ่งต่างๆ เช่น ค่านิยม แรงจูงใจ พันธุกรรม ทักษะสติ อารมณ์ ความสามารถ ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเอง ความเฉลียวฉลาด และความกล้าแสดงออก

Hilgard and Atkinson⁽⁴¹⁾ กล่าวว่าบุคลิกภาพเป็นรูปแบบต่างๆ ของพฤติกรรมและวิธีคิด ซึ่งกำหนดแนวทางการปรับตัวของบุคคลต่อสิ่งแวดล้อม

Smith, Sarason and Sarason⁽⁴²⁾ กล่าวว่าบุคลิกภาพ หมายถึง การรับรู้พฤติกรรมรวมทั้งหมดของบุคคลใดบุคคลหนึ่งทั้งในสิ่งที่มองเห็นได้ เช่น ลักษณะของพฤติกรรม และสิ่งที่มองไม่เห็น เช่น ความคิด ความสนใจ ซึ่งจะทำให้คนอื่นนามารถที่จะเข้าใจ และแยกแยะความแตกต่างของบุคคลนั้นจากทั่วไปได้

Darley, Glucksberg and Kinch⁽⁴³⁾ กล่าวว่า บุคลิกภาพเป็นรูปแบบลักษณะเฉพาะทางด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคล แม้เวลาและสถานการณ์จะเปลี่ยนแปลง บุคลิกภาพก็ค่อนข้างจะมีลักษณะคงที่ซึ่งทำให้เขาแตกต่างจากคนอื่น

Walter Michel (อ้างถึงใน Crooks)⁽⁴⁴⁾ กล่าวว่าบุคลิกภาพ คือ แบบแผนของพฤติกรรม (รวมทั้งความคิด และอารมณ์ต่างๆ) ที่จะทำให้บุคคลแต่ละคนสามารถปรับตัวในสถานการณ์ต่างๆ ได้

Cattell (อ้างถึงใน นวลละออ สุภาพล)⁽⁴⁵⁾ ได้ให้คำนิยามไว้ว่าบุคลิกภาพคือ สิ่งที่ช่วยให้เราทำนายได้ว่า บุคคลจะทำอย่างไรในสภาพการณ์ที่กำหนดให้ จุดมุ่งหมายของการวิจัยทางจิตวิทยาบุคลิกภาพก็เพื่อสร้างกฎว่า บุคคลซึ่งมีความแตกต่างกันนั้นจะทำพฤติกรรมใดเมื่ออยู่ในสังคม และอยู่ในสภาพแวดล้อมปรกติ บุคลิกภาพเกี่ยวกับพฤติกรรมทั้งหมดของบุคคลทั้งพฤติกรรมที่เปิดเผยและพฤติกรรมที่ซ่อนอยู่ภายใน

Cloninger⁽⁴⁶⁾ ได้ให้คำนิยามไว้ว่า บุคลิกภาพหมายถึง สาเหตุสำคัญของพฤติกรรมและประสบการณ์ของแต่ละบุคคล สาเหตุดังกล่าวข้างต้นนี้นักจิตวิทยาไม่ค่อยจะมีความเห็นตรงกันสักเท่าไร จึงได้มีทฤษฎีบุคลิกภาพออกมามากมายหลายทฤษฎี แต่ถึงอย่างไรก็ยังคงตอบคำถามหลักๆ 3 ประการคือ

1. บุคลิกภาพแตกต่างกันอย่างไร (Personality Description) แต่ละคนมีความแตกต่างกันอย่างไร
2. พลวัตแห่งบุคลิกภาพเป็นอย่างไร (Personality Dynamics) สามารถปรับเข้ากันกับสถานการณ์ในชีวิตได้อย่างไร วัฒนธรรมและกระบวนการคิดมีอิทธิพลอย่างไร
3. พัฒนาการแห่งบุคลิกภาพเป็นอย่างไร (Personality Development) เป็นผลสะท้อนจากปัจจัยทางชีวภาพ หรือประสบการณ์ในวัยเด็กหรือไม่ และบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร จากวัยเด็กมาวัยผู้ใหญ่

กมลรัตน์ หล้าสูงงษ์⁽⁴⁷⁾ ให้ความหมายว่า บุคลิกภาพเป็นลักษณะท่าทางที่แสดงออกของแต่ละบุคคล รวมทั้งการใช้ภาษาหรือคำพูด เช่น การเจรจาโต้ตอบ การแสดงความคิดเห็น การใช้อำกัปกรณ์าแทนคำพูด

ประดินันท์ อุปรมัย⁽⁴⁸⁾ กล่าวว่า หมายถึง ลักษณะโครงสร้างร่างกายและพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลที่ปรากฏให้เห็นได้ และลักษณะหรือจัดระบบภายในตัวบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อลักษณะและพฤติกรรมที่ปรากฏนั้น

ลักขณา สิริวัฒน์⁽²³⁾ ได้ให้ความหมายไว้ว่า หมายถึง ลักษณะเฉพาะของเอกัตบุคคล ซึ่งไม่เหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็นลักษณะภายนอก เช่น รูปร่างหน้าตา ลักษณะท่าทาง หรือลักษณะภายใน เช่น สถิติปัญญา ความคิด หรืออุปนิสัยใจคอ

สายสุรี จุติกุล⁽⁴⁹⁾ ให้ความหมายเป็น 2 นัย ความหมายแรก คือ ส่วนต่างๆ ของบุคคลที่รวมกันแล้วทำให้บุคคลนั้นแตกต่างไปจากบุคคลอื่นๆ ส่วนต่างๆ เหล่านี้ได้แก่ อุปนิสัย (Character) นิสัยใจคอ (Temperament) ความสนใจ (Interest) ทศนคติ (Attitude) วิธีการปรับตัว (Adjustment) และโครงสร้างทางร่างกาย (Physical Constitution) ซึ่งส่วนต่างๆ เหล่านี้จัดเป็นลักษณะ (Characteristic) ที่สำคัญของแต่ละบุคคล และความหมายอีกประการหนึ่งของบุคลิกภาพ คือ ตัวเราทั้งตัวหรืออัตตะ (Self) ที่แสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมา และพฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นจะเป็นกระจกเงาที่สะท้อนความรู้สึกนึกคิดหรือทัศนคติของบุคคลนั้น และลักษณะหรือจัดระบบภายในตัวบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อลักษณะและพฤติกรรมที่ปรากฏนั้น

ศรีเรือน แก้วกังวาล⁽⁵⁰⁾ ได้สรุปนิยามของบุคลิกภาพว่า บุคลิกภาพคือลักษณะเฉพาะตัวของบุคคลในด้านต่างๆ ทั้งส่วนภายนอกและภายใน ส่วนภายนอกคือ ส่วนที่มองเห็นชัดเจน เช่น รูปร่าง หน้าตา กิริยา มารยาท การแต่งตัว วิธีพูดจา การนั่ง การยืน ฯลฯ ลักษณะต่างๆ ของบุคลิกภาพไม่สามารถแยกเป็นส่วนๆ ออกจากกันโดยเด็ดขาด ทุกๆ ลักษณะของบุคลิกภาพต่างมีความสัมพันธ์ต่อกันและกัน และมีผลกระทบต่อกันเป็นลูกโซ่ บุคลิกภาพของมนุษย์ถูกหล่อหลอม และประสมประสานกันด้วยพันธุกรรม วัฒนธรรม การเรียนรู้ วิธีปรับตัวของบุคคล และสิ่งแวดล้อมที่เป็นนามธรรม และวัตถุธรรม บุคลิกภาพของมนุษย์ไม่ว่าด้านใดเป็นสิ่งที่ไม่ตายตัว เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา การเรียนรู้ และสิ่งแวดล้อมทั้งทางสังคม และวัตถุธรรม บุคลิกภาพของแต่ละบุคคลมีทั้งส่วนที่เป็นลักษณะผิวเผิน และส่วนที่เป็นนิสัยจริง บางส่วนของบุคลิกภาพถูกซ่อนเร้นหรือถูกปิดบัง

อำพรางโดยจงใจและไม่จงใจ บุคลิกภาพของบุคคลมีทั้งส่วนที่เป็นลักษณะสากลของมนุษย์ทุกชาติทุกภาษา และมีส่วนที่เป็นลักษณะที่เรียกว่า “เฉพาะตัว”

กันยา สุวรรณแสง⁽⁵¹⁾ ได้ให้ความหมายว่า เป็นแบบแผนของพฤติกรรมของบุคคลที่คนทั่วไปรับรู้

ศรีธรรม ธนะภูมิ⁽⁵²⁾ ได้ให้ความหมายของบุคลิกภาพไว้ว่า หมายถึง ลักษณะนิสัยหรือพฤติกรรมของบุคคลหนึ่งทีแสดงออกซ้ำๆ เพื่อตอบสนองและปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อม

โสภา ชนิลมันน์⁽⁵³⁾ ได้ให้ความหมายไว้ว่า บุคลิกภาพคือลักษณะหรือเอกลักษณ์ประจำตัวของแต่ละบุคคลซึ่งมีผลต่อบุคคลนั้นในด้านการเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น และต่อการแสดงพฤติกรรม

จรรยา สุวรรณทัต และดวงกมล เวชบรรยงรัตน์⁽⁵⁴⁾ ได้ให้ความหมายของบุคลิกภาพว่า หมายถึงแบบแผนพฤติกรรมของบุคคลใดบุคคลหนึ่งที่เป็นที่รับรู้กันโดยทั่วไปเป็นลักษณะส่วนรวมของบุคคลนั้น ประกอบไปด้วยพฤติกรรมที่แสดงออกและศักยภาพภายในของบุคคล ซึ่งทำให้มีความแตกต่างจากบุคคลทั่วไป

จากความหมายของบุคลิกภาพในแนวคิดต่างๆ ที่ได้รวบรวมมานั้น พอสรุปได้ว่า บุคลิกภาพ หมายถึง กระบวนการสร้างหรือส่วนประกอบของแต่ละคน รวมทั้งรูปร่างลักษณะภายนอกหรือร่างกาย และลักษณะภายในหรือความรู้สึกนึกคิดของบุคคล ดังนั้นบุคคลที่แสดงออกถึงความสามารถในการปรับตัวการมีชีวิตที่ร่าเริง มีจิตใจเบิกบานแจ่มใส ไม่มีความวิตกกังวลใดๆ หรือมีลักษณะเงียบขี้น ไม่ชอบแสดงออก หรือไม่ชอบสูงส่งกับใคร ล้วนเป็นลักษณะเฉพาะของเอกกัตบุคคล ซึ่งแต่ละคนจะมีไม่เหมือนกัน มนุษย์ทุกคนจึงมีบุคลิภาพ เพราะทุกคนมีรูปแบบของพฤติกรรมที่แสดงออกมาทั้งสิ้น การที่บุคคลบางคนแสดงความพุดเก่งหรือพุดน้อย เป็นเพียงส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพของเขาเท่านั้นมิใช่ทั้งหมด และการเงียบไม่ช่างพุดก็มีใช่เป็นการที่เขาไม่มีบุคลิกภาพแต่เป็นลักษณะบุคลิกภาพของเขาที่เป็นเช่นนั้น

3.2 บุคลิกภาพประเภทต่าง ๆ ⁽⁵³⁾

บุคลิกภาพจำแนกเป็นประเภทต่าง ๆ ตามทฤษฎีบุคลิกภาพดังต่อไปนี้

1. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) ของฟรอยด์ (Freud) อธิบายว่าพฤติกรรมของมนุษย์ทุกอย่างเกิดจากแรงผลักดันของสัญชาตญาณ (Instinct) ได้แก่ แรงสัญชาตญาณ

ทางเพศ (Sex drive) และสัญชาตญาณแห่งความก้าวร้าว (Aggressive drive) พฤติกรรมดังกล่าว ยังเกี่ยวข้องกับโครงสร้างทางทฤษฎี 2 ประการ คือ

1.1 โครงสร้างทางทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับจิตใจ (mind) ฟรอยด์ เปรียบเทียบ จิตใจของคนมีสภาพคล้ายกับภูเขาน้ำแข็งที่ลอยอยู่ในมหาสมุทร มีส่วนที่อยู่ใต้น้ำซึ่งเป็นส่วนน้อย เรียกว่า จิตสำนึก (Conscious) เป็นที่ระดมองค์ประกอบของจิตอยู่มากมาย เป็นภาคสะสมของ ประสบการณ์ ในอดีตถูกเก็บกดไว้ซึ่งยังไม่สามารถจะทำได้ในภาวะปกติ เช่น ประเพณีห้ามไว้หรือ สังคมไม่นิยม เป็นต้น เรียกว่าจิตใต้สำนึก (Unconscious) พลังจิตใต้สำนึกมีหลายระดับระดับที่อยู่ ตื้น ๆ ซึ่งบางตำราเรียกว่า จิตกึ่งสำนึก (Preconscious mind)

พลังจิตใต้สำนึก จิตกึ่งสำนึก และจิตสำนึก กระตุ้นให้มนุษย์ประกอบ พฤติกรรมต่าง ๆ นานา พฤติกรรมบางอย่างถูกกระตุ้นโดยจิตสำนึกเป็นภาวะจิตกึ่งสำนึก เช่น เผลอ ไหลพูดแล้วมีสติรู้ภายหลังจึงเปลี่ยนคำพูดใหม่ พฤติกรรมบางอย่างเกิดจากการกระตุ้นของจิตใต้ สำนึกอย่างเดียว เช่น การทำอะไรโดยไม่รู้สึกรู้ตัว เช่น บางคนฆ่าคนตายโดยที่ตนเองไม่รู้ตัว แต่เป็น เพราะอำนาจความแค้นที่ถูกเก็บกดฝังใจอยู่ภายใต้จิตสำนึก

1.2 โครงสร้างทางทฤษฎีเกี่ยวกับบุคลิกภาพ ฟรอยด์อธิบายโครงสร้างทาง บุคลิกภาพว่า ประกอบด้วยพลัง 3 ประการ ได้แก่ อิด (Id) อีโก้ (Ego) และซูเปอร์อีโก้ (Superego) บุคลิกภาพของบุคคลใดจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับการทำงานประสานกันของพลังทั้ง 3 นี้ ซึ่งจะได้ อธิบายต่อไป

1.2.1 อิด เป็นพลังติดตัวมนุษย์ตั้งแต่เกิด มักจะเกี่ยวข้องกับการ สนองความต้องการของคนเรา เป็นพลังกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมโดยยึดหลักการตอบสนอง ความต้องการ ที่ตนพอใจ (Pleasure principle) อิด ยังไม่จำแนกเหตุผลได้ ตัวอย่างพลังของอิด ได้ แก่ พลังทางเพศ เป็นต้น

1.2.2 อีโก้ เป็นพลังที่กระตุ้นให้คนเราแสดงพฤติกรรมโดยยึดหลัก ความจริงการใช้เหตุผล (Reality Principle) ตัวอย่างเช่น เมื่อเกิดอาการหิว (อิด) พลังของอีโก้ก็จะใช้ เหตุผลตรึงตรองว่าจะบำบัดความหิวโดยวิธีใด ตามความเป็นจริง เช่น ไปรับประทานอาหารที่โรง อาหาร

1.2.3 ซูเปอร์อีโก้ เป็นพลังที่เกิดจากการเรียนรู้จากสังคมเช่นเดียวกับอีโก้ แต่แตกต่างกับอีโก้ตรงที่เกี่ยวข้อกับค่านิยม มโนธรรม (Conscience) ซูเปอร์อีโก้เป็นตัวหักห้ามพลังรุนแรงของอิด

ลักษณะบุคลิกของคนเราเกิดจากการทำงานร่วมกันของพลังทั้ง 3 นี้ ผู้ที่มีบุคลิกภาพสมบูรณ์ จะต้องมีพลังทั้ง 3 สมดุลกันพอดี นั่นก็คือ มีอีโก้เข้มแข็ง สามารถที่จะประสานกับอิดและซูเปอร์อีโก้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ถ้าพลังใดมีอิทธิพลมากเกินไป ก็จะเป็นตัวชี้ลักษณะบุคลิกภาพของคนนั้น เช่น ถ้าพลังอีโก้มีอำนาจสูงก็จะเป็นคนทำอะไรยึดหลักเหตุผลและความเป็นจริงในทางปฏิบัติ ถ้ามีซูเปอร์อีโก้มีอำนาจสูง ก็จะเป็นนักทฤษฎีหรือผู้มีอุดมคติสูง

2. ทฤษฎีบุคลิกภาพตามประเภทและคุณลักษณะ (Type – Trait theory)

ซึ่งเป็นการแบ่งบุคลิกภาพออกเป็นประเภทต่าง ๆ ตามเกณฑ์ที่นักจิตวิทยาตั้งขึ้น ซึ่งมีทฤษฎีต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพตามประเภทของร่างกาย (Body type) ของเชลดอน (Sheldon) ซึ่งเขาแบ่งตามลักษณะทางกายได้ 3 ประเภท คือ

2.1.1 ประเภทผอมสูง (Ectomorphic body type) เป็นลักษณะของคนผอมสูงสะอิดสะเอ้งและบอบบาง อารมณ์ของคนประเภทนี้จะมีลักษณะสงบเสงี่ยม เก็บตัว โต้ตอบเร็ว คล้ายป้องกันตัว ไวต่อความรู้สึกและสัมผัส ไม่ชอบสังคม

2.1.2 ประเภทรูปร่างเหมาะสม (Medsomorphic body type) เป็นคนที่แข็งแรงมีกล้ามเนื้อ รูปร่างได้สัดส่วน คนประเภทนี้จะชอบแสดงออก ชอบผจญภัย และเสียง มีความสุข ในการออกกำลังกายมีความกล้าหาญและเปิดเผย

2.1.3 ประเภทอ้วนเตี้ย (Endomorphic body type) เป็นลักษณะของคนอ้วน เนื้อนุ่มบวม ชอบสังคม อารมณ์ดี ร่าเริงเบิกบาน ไม่มีพิธีรีตอง ต้องการให้ร่างกายเป็นสุข ชอบรับประทานอาหารนานาชาติ ยามหลับจะหลับสนิท

มีผู้ไม่เห็นด้วยกับทฤษฎีของเชลดอนอยู่มาก อย่างไรก็ตามการศึกษาทฤษฎีนี้จะช่วยให้พอเข้าใจแนวทางของนิสัยคนตามรูปร่างได้บ้าง

2.2 ทฤษฎีบุคลิกภาพของจุง (Carl G. Jung) จุดแบ่งบุคลิกภาพของคนตามการแสดงออกต่อสภาพการณ์ต่าง ๆ ซึ่งมี 2 ประเภทดังนี้

2.2.1 ประเภทเก็บตัว (Introvert) คนประเภทนี้โดยทั่วไปจะเป็นคนที่อายชอบหลีกเลี่ยง ไม่สนใจคนอื่น ๆ ไม่ชอบสังคม พอใจที่อยู่คนเดียว

2.2.2 ประเภทแสดงตัว (Extrovert) คนประเภทนี้จะเป็นคนชอบสนใจคนอื่น ชอบสังคม ชอบพบปะสังสรรค์ เป็นคนที่มีวิธีการผ่อนปรนประนีประนอมกับผู้อื่น มีปัญหาที่สามารถปรับทุกข์กับผู้อื่นได้ มีความสุขสนุกสนานกับผู้อื่นได้ด้วย

3. ทฤษฎีบุคลิกภาพตามคุณลักษณะ (Trait) ของบุคคล

ทฤษฎีนี้ได้พยายามอธิบายบุคลิกภาพในแต่ละแบบว่ามีคุณลักษณะต่าง ๆ มากน้อยเพียงใด คำว่า "คุณลักษณะ" คือลักษณะที่ค่อนข้างคงที่ของบุคคล สามารถวัดได้จากการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน บุคคลจะสะท้อนคุณลักษณะต่าง ๆ ของบุคคลออกมา อาจกล่าวได้ว่าพฤติกรรมของบุคคลเป็นผลมาจากปัจจัยภายใน หรือคุณลักษณะมากกว่าความกดดันภายนอก (สถานการณ์ภายนอก) วิธีการที่เหมาะสมในการศึกษาบุคลิกภาพ คือการวัดคุณลักษณะต่าง ๆ ที่มีอยู่เป็นจำนวนมากในตัวบุคคลนั้น ๆ แนวความคิดของกลุ่มนี้เฉพาะที่พิจารณาแล้วเห็นว่าสำคัญมีดังต่อไปนี้

3.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวคิดของ แคทเทล (Cattell) แคทเทล เชื่อว่าการที่คนเรามีบุคลิกภาพแตกต่างกันเป็นเพราะคุณลักษณะเขาเน้นการวัดคุณลักษณะของคนเพื่อให้เข้าใจบุคลิกภาพ จากการศึกษาพบว่าคนเรามีคุณลักษณะแบ่งได้เป็น 2 ประเภทคือ ลักษณะที่พื้นผิว (Surface Trait) เป็นลักษณะที่เห็นได้ชัดเจน เช่น ความอยากรู้อยากเห็น ความเชื่อเพื่อการเชื่อเหตุผล เป็นต้น และลักษณะลึก (Source Trait) เป็นลักษณะหยั่งรากลึกลงไปในบุคลิกภาพ พฤติกรรมของบุคคลที่จะเป็นลักษณะพื้นผิวเกิดมาจากลักษณะลึก เช่น คนที่มีลักษณะข่มผู้อื่น (Dominance) จะมีลักษณะยึดตนเองเป็นลักษณะลึก แต่จะแสดงลักษณะพื้นผิวเป็นคนอดทน ความเป็นผู้นำ เป็นต้น

ต่อไปนี้ลักษณะบุคลิกภาพ (Source trait) เสนอโดย แคทเทล ซึ่งจะมีลักษณะเป็น 2 ขั้ว ตรงกันข้ามกัน ซึ่งมี 16 แบบ ดังนี้

1. เก็บตัวผู้กมิตรกับคนง่าย
2. ไม่ค่อยมีไหวพริบมีไหวพริบ
3. อารมณ์อ่อนไหวอารมณ์มั่นคง

4. โอนอ่อนผ่อนตามชอบวางอำนาจ
5. เอาจริงเอาจังเฉื่อยเนื่อย
6. เอาแต่ได้มีทำนองคลองธรรม
7. ขี้ฉลาดกล้าหาญ
8. หนักแน่นอ่อนไหวง่าย
9. ไว้ใจได้ไว้ใจไม่ได้
10. นักปฏิบัตินักฝัน
11. เป็นคนตรงฉลาดแกมโกง
12. มั่นใจตนเองไม่มั่นใจตนเอง
13. ติดอยู่กับสิ่งดั้งเดิมชอบทดลองสิ่งใหม่
14. ขึ้นอยู่กับกลุ่มเป็นตัวของตัวเอง
15. ควบคุมตนเองไม่ได้ควบคุมตนเองได้
16. เป็นคนผ่อนคลายเป็นคนเครียด

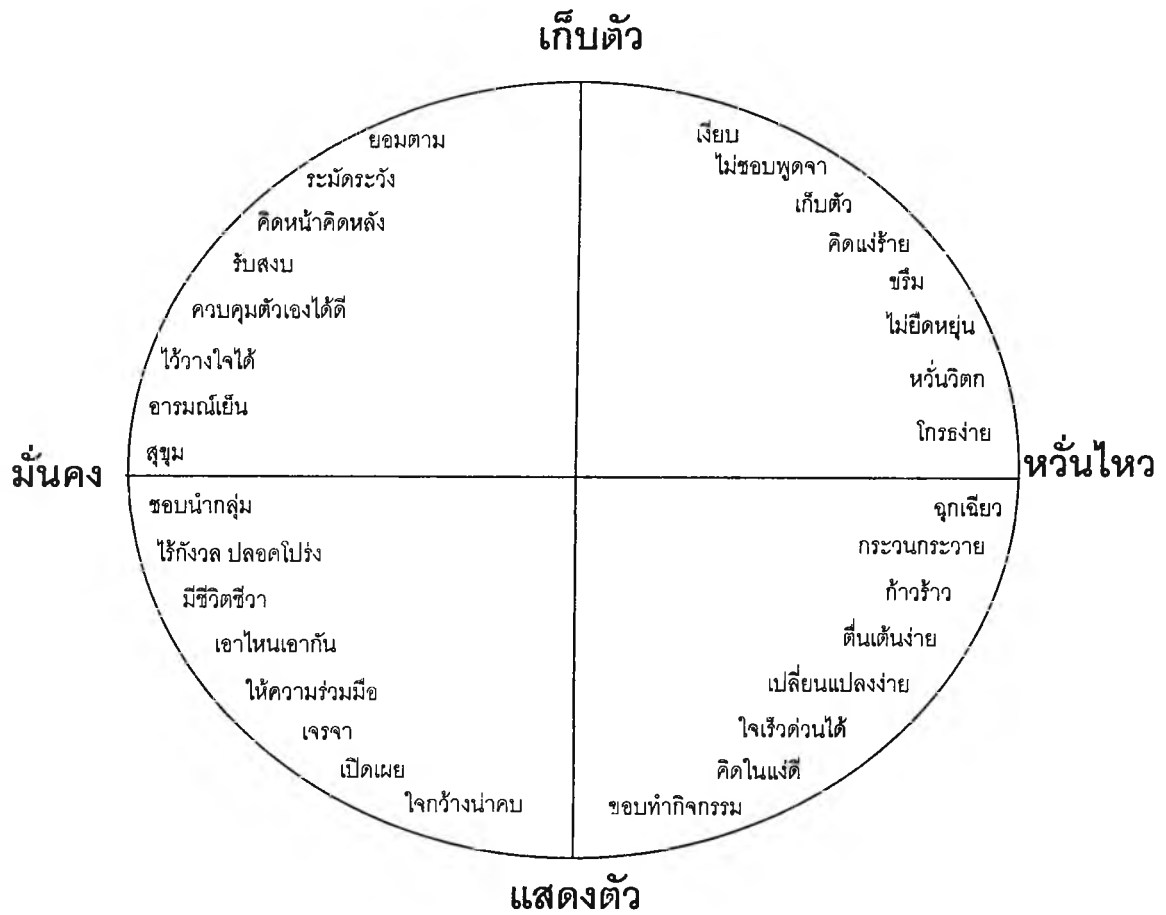
บุคคลใดบุคคลหนึ่งอาจมีลักษณะของบุคลิกภาพระหว่างขั้วของลักษณะลักษณะดังกล่าวนี้ เรียกลักษณะพื้นผิว (Surface trait) ซึ่งมาจากฐานะของบุคลิกภาพแบบลึก (Source trait)

3.2 ทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวคิดของ อีสเซน (Eysench) อีสเซน ได้พัฒนาแนวคิดของจุง จากการแบ่งบุคลิกภาพเป็น 2 ประเภท คือ Introversion กับ Extroversion (แต่วิธีศึกษาด้านบุคลิกภาพพื้นฐานของเขาจะเน้นไปในทางทฤษฎีการเรียนรู้ ซึ่งตรงกันข้ามกับจุง) เขาได้ค้นพบมิติของบุคลิกภาพ ซึ่งเป็นอิสระจากบุคลิกภาพเดิมที่จุงค้นคว้าไว้อีกหนึ่งมิติ เรียกว่ามิติทางด้านความมั่นคง (Stable) ตรงข้ามกับความไม่มั่นคง หรือหวั่นไหว (Unstable) ซึ่งส่งผลให้เกิดบุคลิกภาพรายบุคคลได้ 4 ประเภท คือ

ลักษณะมิติของบุคลิกภาพ 4 ประเภทของอีสเซน

1. ประเภทเก็บตัวที่มั่นคง (Stable Introverts) ซึ่งได้แก่ บุคคลซึ่งมีลักษณะมีความสงบ เยือกเย็น รู้จักสำรวจตน เชื่อถือได้
2. ประเภทเก็บตัวที่ไม่มั่นคง (Unstable Introverts) ซึ่งได้แก่ บุคคลซึ่งมีลักษณะไม่เข้าสังคม มองโลกในแง่ร้าย เกรตตรง ขี้กังวล เจ้าอารมณ์

3. ประเภทแสดงตัวที่มั่นคง (Stable Extroverts) ซึ่งได้แก่ บุคคลที่มีลักษณะใจกว้าง เปิดเผย ชอบนำกลุ่ม มีชีวิตชีวา ให้ความร่วมมือ
 4. ประเภทแสดงตัวที่ไม่มั่นคง (Unstable Extroverts) ได้แก่ บุคคลซึ่งมีลักษณะลึกลับ ลึกลับ ตื่นเต้น หงุดหงิด เจ้าอารมณ์ ก้าวร้าว เปลี่ยนแปลงง่าย
- ตามทัศนคติของอิสเซน คนที่มีลักษณะไม่มั่นคง จะมีแนวโน้มจะเป็นโรคประสาทได้ง่าย (Neuroticism)



ภาพที่ 6 ลักษณะมิติของบุคลิกภาพ 4 ประเภทของอิสเซน ⁽⁵⁴⁾

4. ทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวคิดของโรเจอร์

โรเจอร์ (Carl R Rogers) เป็นนักมนุษยนิยมที่มีชื่อเสียง เขาศรัทธาในพื้นฐานของมนุษย์ว่ามีสองเหนือว่าสัตว์ทั้งปวง มนุษย์มีคุณค่า มีความดี มีเหตุผล ตัดสินใจได้ด้วยตนเอง เชื่อถือและไว้วางใจได้ สามารถปรับตัวได้และสามารถพัฒนาตนเองได้ โรเจอร์เน้นว่ามนุษย์เป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ต่าง ๆ รอบตัว ทำให้เกิดการรับรู้คุณลักษณะที่เขาเรียกว่า " I " หรือ " M " ซึ่งหมายถึง "Me" ซึ่งหมายถึง "ฉัน" และ "ความเป็นฉัน" ซึ่งทำให้บุคคลที่รู้จักว่าฉันเป็นใคร ฉันทำอะไรได้บ้าง ฉันมีสัมพันธภาพกับคนอื่นและต่อแง่มุมของชีวิตอย่างไร ผมรวมทั้งหมดจะให้คุณค่าต่อการรับรู้ของบุคคลนั้น

การรับรู้ของบุคคลจะก่อให้เกิดการรับรู้ตนเองหรืออัตมโนทัศน์ (Self concept) การอธิบายเรื่องตัวตนของบุคคลเป็นแนวความคิดที่สำคัญของโรเจอร์ จึงสามารถเรียกทฤษฎีของเขาอีกอย่างหนึ่งว่าทฤษฎีตัวตน หรือ Self theory ซึ่งเขาแบ่งตัวตนออกเป็น 3 แบบ ได้แก่

4.1 ตนที่ตนมองเห็น (Self concept) คือ ภาพของตนที่เห็นว่าตนเป็นคนอย่างไร คือใคร

4.2 ตนตามที่เป็นจริง (Real self) คือ ลักษณะตัวตนที่เป็นไปตามข้อเท็จจริง บางกรณีบุคคลมองไม่เห็นตนเองตามความเป็นจริงก็ได้

4.3 ตนตามอุดมคติ (Ideal self) คือ ตนที่ได้ตั้งความหวังเอาไว้

โรเจอร์มีแนวความคิดว่า บุคคลที่มีปัญหาทางด้านบุคลิกภาพ เป็นต้นว่ามีปมด้อยมีความคิดวิตกกังวลก็เพราะเหตุที่บุคคลนั้นมีตนที่ตนมองเห็นไม่สอดคล้องกับตนที่เป็นจริงหรือสถานการณ์ที่เป็นจริง (Incongruence) ซึ่งอาจเป็นได้ 2 แนวทาง คือ ประเมินตนเองสูงเกินความเป็นจริง หรือประเมินตนเองต่ำกว่าความเป็นจริงก็ได้ การที่บุคคลรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ ไม่สอดคล้องกับตนที่ตนมองเห็น จะเกิดสิ่งที่โรเจอร์ เรียกว่า การชู้เชิญ (Treat) ผู้ที่มีบุคลิกภาพดีหรือสมบูรณ์เขาจะปรับปรุงตนที่ตนมองเห็นให้สอดคล้องกับความจริงหรือสถานการณ์ บางคนก็อาจจะใช้วิธีการลดการชู้เชิญหรือถดถอยความไม่สอดคล้องระหว่างประสบการณ์ของตนที่ตนมองเห็นโดยการปฏิเสธความจริง หรืออาจจะใช้วิธีบิดเบือนความจริงหรือสถานการณ์ก็ได้ วิธีหลังนี้จะก่อให้เกิดปัญหาทางด้านบุคลิกภาพได้

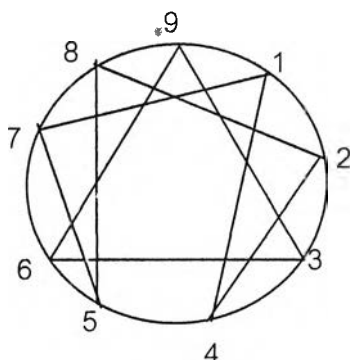
เป็นที่ยอมรับกันในวงการจิตบำบัดว่า เป็นการยากที่คนเราจะยอมรับตนตามที่เป็นจริง เพราะจะทำให้เขาผิดหวัง ซึ่งทำให้ใจได้ยาก โรเจอร์ก็กล่าวว่ายิ่งมีการยึดมั่นในตนที่ตน

เห็นมากเท่าใด การที่จะยอมรับประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับตนได้น้อย เป็นโอกาสที่จะเกิดการปรับตัวคลาด (Maladjustment) ได้ง่าย เพราะฉะนั้นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดี จะต้องปรับตัวตนที่ตนเห็นกับตนตามสภาพที่เป็นจริง (รวมทั้งตนในอุดมคติด้วย) สอดคล้องกัน (Congruence)

5. ทฤษฎีบุคลิกภาพตามหลักนพลักษณ์

นพลักษณ์ (Enneagram) เป็นแนวการศึกษาลักษณะบุคลิกภาพที่มีประวัติอันยาวนาน แต่ไม่มีหลักฐานชัดเจนเป็นเรื่องสืบทอดกันแบบปากต่อปาก ในภายหลังประเทศตะวันตกได้ให้ความสนใจกันมาก จนปัจจุบันประเทศสหรัฐอเมริกาได้พัฒนาโดยใช้ทฤษฎีของนักจิตวิทยา เช่น ฟรอยด์ อิริกฟรอมม์ และนักจิตวิทยาท่านอื่น ๆ เป็นแนวทางในการอธิบาย จนทำให้มีผู้นิยมกันมาก

นพลักษณ์ เป็นการศึกษามโนทัศน์ของบุคคลซึ่งแบ่งออกได้เป็น 9 แบบ Ennea เป็นภาษากรีกแปลว่า 9 Gram แปลว่า รูปวาด Enneagram จึงแปลว่ารูปวาด 9 จุด ซึ่งหมายถึงบุคลิกภาพ 9 แบบ ดังรูป



ภาพที่ 7 บุคลิกภาพ 9 แบบ ตามทฤษฎีหลักนพลักษณ์⁽⁵⁴⁾

บุคลิกภาพแต่ละแบบใช้คำพูดอธิบายแทนเพียง 1 คำ และในคำพูด 1 คำนั้น (หมายถึงบุคลิกภาพ 1 แบบนั้น) ขยายความให้เข้าใจเพิ่มขึ้นด้วยลักษณะของบุคลิกภาพ อีก 4 ลักษณะ โดยใช้คำ 4 คำ ฟังระลึกว่าเป็นเพียงคำอธิบายลักษณะเด่น ของบุคลิกภาพแต่ละแบบเท่านั้น จึงไม่อาจจะใช้คำ 4 คำ อธิบายได้ครอบคลุมทั้งหมด บุคลิกภาพ 9 แบบ ที่เรียกว่านพลักษณ์มีดังนี้⁽⁵⁶⁾

1. ผู้ปฏิรูป (Reformer) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น ยึดหลักการ มีความเป็นระเบียบ สมบูรณ์แบบ และตรงไปตรงมา

2. ผู้บริการ (Helper) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น ใจกว้าง รู้สึกเป็นเจ้าของเป็นผู้เอาใจใส่ และชอบจัดแจง
3. ผู้มีพลัง (Motivator) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น ปรับตัวเก่ง ทะเยอทะยาน สำนึกในภาพลักษณ์ และไม่เป็นมิตร
4. ศิลปิน (Artist) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น รับรู้โดยความคิด ยึดมั่นในตนเอง หมกมุ่นกับตนเอง และเก็บกด
5. ช่างคิด (Thinker) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น เฉียบไว ลักษณะต้นฉบับ ชอบสิ่งท้าทาย และหัวแข็ง
6. ผู้ภักดี (Loyalist) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น มีเสน่ห์ รับผิดชอบ ปกป้องกันตนเอง และหวาดระแวง
7. ผู้เก่งสารพัด (Generalist) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น กระจือรีอรั้น ใฝ่สัมฤทธิ์ เกินเลย และรำเริง
8. ผู้นำ (Leader) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น เชื้อมั่นในตนเอง กล้าตัดสินใจ สร้างอิทธิพล และชอบต่อสู้
9. ผู้ไถ่ล้นติ (Peace maker) อธิบายได้ 4 ลักษณะ เช่น ยอมรับความคิดใหม่ได้ มองโลกในแง่ดี อิ่มเอมใจ ชอบสบาย

6. ทฤษฎีบุคลิกภาพของแอลเดอร์ (Alfred Adler)⁽⁵⁵⁾

แอลเดอร์ได้กล่าวถึงอิทธิพลของสังคมและสัมพันธภาพระหว่างบุคคลว่า มีความสำคัญยิ่งใหญ่ในการสร้างบุคลิกภาพ ทฤษฎีของเขาชื่อว่า จิตวิทยารายบุคคล (Individual Psychology) ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- 6.1 ปมด้อย – ปมเด่น (Inferiority-Superiority) แอลเดอร์เชื่อว่าความรู้สึกด้อยเป็นธรรมชาติของบุคคล ซึ่งมนุษย์จะมุ่งพยายามเอาชนะปมด้อยไปสู่ความเด่นในสังคม
- 6.2 ทศนคติของพ่อแม่ที่มีต่อลูกแอลเดอร์ได้แบ่งทศนคติของพ่อแม่ที่มีต่อลูกว่ามี 2 แนวทาง คือ
 - 6.2.1 เด็กที่ถูกเกลียดชัง (Hated child) เด็กที่พ่อแม่ไม่ชอบและเกิดความเคียดแค้นชิงชังสังคม เข้ากับใครไม่ได้

6.2.2 เด็กที่พ่อแม่ตามใจ (Spoiled child) เด็กที่พ่อแม่ตามใจ จะมีความคิดว่าตนยิ่งใหญ่กว่าใคร มีแต่จะเรียกร้องเอาผลประโยชน์นี้ไม่มีกรให้แก่อื่นใด

6.3 ลำดับการเกิดของลูก แอดเลอร์บอกว่าการเป็นลูกคนที่เท่าใดในครอบครัว จะมีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพโดยทั่วไป ลูกคนโตมักจะเอาจริงเอาจังกับชีวิต มีความเป็นผู้นำ และรับผิดชอบ ลูกคนรองนิสัยแข่งขัน แต่มีการเข้าสังคมที่ดี ส่วนลูกคนสุดท้ายมักจะเด็กที่นับถือตน บางครั้งก็ตามใจตนเอง ส่วนลูกคนเดี๋ยวมักจะฉลาดมีความมั่นใจในตนเองสูง แต่มีความรับผิดชอบน้อย

7. ทฤษฎีบุคลิกภาพตามทัศนะของอิริคฟรอมม์ (Erich Fromm)

ในทัศนะของอิริคฟรอมม์เขาได้กล่าวว่า เรื่องของมนุษย์เป็นเรื่องที่เราจะวางกฎเกณฑ์ไม่ได้ เพราะต่างคนต่างใจ และย้ำในฐานะเป็นมนุษย์ว่า "เราทุกคนย่อมต้องดิ้นรนเพื่อให้ได้มาซึ่งวิธีการใหม่ ๆ และวิธีการแยกคายที่จะแก้ปัญหาต่าง ๆ เพื่อให้ตนดำรงชีวิตอยู่ได้" เขาได้กล่าวถึงบุคลิกภาพแบบต่าง ๆ ซึ่งเห็นได้ในสังคมทั่วไป ดังนี้⁽⁵⁷⁾

7.1 ประเภทเอาเปรียบผู้อื่น (receptive orientation) คือ บุคคลที่อาศัยผู้อื่นตลอดกาล เช่น อาศัยพ่อ แม่ เพื่อนฝูง หรือผู้มีอำนาจเหนือตน ถ้าให้อยู่ตามลำพังแล้ว บุคคลประเภทนี้จะรู้สึกว่าจะช่วยตนเองไม่ได้ และรู้สึกเปล่าเปลี่ยวอ้างว้าง ดังนั้นจึงต้องประพฤติตนอย่างอ่อนน้อมต่อผู้มีอำนาจ มีความคิดว่า ต้องสนับสนุนนายของตนตลอดกาล เพื่อความอบอุ่น ปลอดภัยของตนเอง แม้ว่านายนั้นแสนจะเห็นแก่ตัว หรือร้ายกาจเพียงใดก็ตาม

7.2 ประเภทขูดรีดตักตวงผลประโยชน์จากผู้อื่น (exploitative orientation) พวกนี้อาศัยบุคคลภายนอกเป็นที่ทำมาหากินเหมือนกัน เขาต้องการทุกอย่างที่ผู้อื่นมี แต่ต้องต่อสู้ด้วยไหวพริบ หรือเชิงปัญญา อย่างไรก็ตาม การได้อะไรเปล่า ๆ พวกนี้จะไม่ชอบ ไม่เหมือนบุคคลประเภทแรก ซึ่งถ้าได้รับของฟรีจะต้องรีบไปเอา แต่บุคคลประเภท "ตักตวง" นี้จะถือว่าของฟรีนั้นแสดงว่าเจ้าของไม่ต้องการแล้ว ดังนั้นจึงไร้ค่า สู้ให้ได้มาซึ่งการต่อสู้ให้เหลื่อมคู่ไม่ได้ ถ้าเป็นชาย เขาจะไม่รักผู้หญิงเพราะคุณค่าของหญิง แต่หากเป็นเพราะหล่อนเป็นที่ปองรักของชายอื่น และบุคคลประเภทนี้มักมีอาการมโนจิตจรรยา ไม่รู้สึกเป็นมิตรต่อใคร และเต็มไปด้วยความรู้สึกตำหนิติเตียนผู้อื่น

7.3 ประเภทสะสม (hoarding orientation) บุคคลประเภทนี้จะรู้สึกอบอวนใจก็ต่อเมื่อได้มีอะไรของตนเอง และได้เก็บหอมรอบริบ ถ้าต้องใช้จ่ายอะไรสักอย่างหนึ่งเขาจะมีความรู้สึกว่าเป็นการกระทบกระเทือนอย่างใหญ่หลวง ถ้าเป็นชายก็จะอยากเป็น "เจ้าของ" ผู้หญิงมากกว่าที่จะรัก

หล่อน การทำงานหรือการศึกษาเล่าเรียน จะเป็นไปอย่างมีระเบียบ ยึดประเพณีนิยมเก่า ๆ อย่างแน่นแฟ้น ถ้ามีอะไรต้องเปลี่ยนแปลงจากสิ่งที่ตนเคยทำอยู่และซ้ำ ๆ ซาก ๆ เขาจะไม่สบายใจ ชอบอยู่อย่างมีระเบียบและทำอะไรเป็นเวลา ถือหลัก "ของใครของมัน" ไม่มีการก้าวก่ายในสมบัติของผู้อื่น และใครจะมาก้าวก่ายเอาที่ตน ย่อมไม่ได้เป็นอันขาด เขาจะยึดหลัก "ประหยัด" จะกลายเป็นคนตระหนี่ถี่เหนียวและเคร่งศาสนา

7.4 ประเภทตลาด (Marketing orientation) บุคลิกภาพของบุคคลประเภทนี้ขึ้นอยู่กับ "แฟชั่น" (fashion) ขึ้นอยู่กับว่า "ตลาด" นิยม "ตรา" อะไร หรือ "ยี่ห้อ" อะไร การเป็นบุคคลประเภทตลาด ทำให้มนุษย์สมัยใหม่ไม่เป็นตัวของตัวเองมากขึ้นทุกที ๆ และทำให้คนเราต้องห่างเหินจากเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน และห่างเหินแม้แต่ตนเองยิ่งขึ้น บุคคลต้องประกอบด้วยตัวเองอาจ กล่าวหาญ ที่จะเป็นตัวของตัวเอง และเพื่อตนเอง แต่มิใช่เห็นห่างจากตนเองหรือผู้อื่น เพราะมนุษย์ต้องมี "ความรัก" เป็นสายสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอยู่ จึงทำให้เขาดำรงตนเป็นมนุษย์อยู่ได้

8. ทฤษฎีบุคลิกภาพของคนในทัศนะของพระพุทธศาสนา⁽⁵⁸⁾

คำสอนทางพระพุทธศาสนา ได้จำแนกบุคคลออกเป็นหลายประเภท โดยละเอียดซับซ้อน ยากที่จะกล่าวได้หมด ในที่นี้ขอยกคำสอนที่ว่าด้วยจริต หรือจริยา 6 อันหมายถึงลักษณะและอาการแสดงออกทางความประพฤติปกติ ที่หนักไปในทางใดทางหนึ่งของบุคคลเป็นลักษณะประจำตัวที่อยู่ในสันดาน พื้นเพของจิต อุปนิสัย แบบของพฤติกรรมใหญ่ของตน อาการที่เป็นความประพฤติเรียกว่า จริยา ส่วนบุคคลผู้มีความประพฤตินั้น ๆ เรียกว่า จริต ได้แก่

8.1 ราคจริต คือ ลักษณะความประพฤติที่หนักไปในทางรักสวย รักงาม

8.2 โทสจริต คือ ลักษณะความประพฤติที่หนักไปในทางใจร้อน หงุดหงิด โกรธง่าย ภู่วาม การตัดสินใจต่าง ๆ รวดเร็ว ซึ่งคงจะเกิดผลลบแก่การดำเนินชีวิตได้

8.3 โมหจริต คือ ลักษณะความประพฤติที่หนักไปในทางเขลา ซึมเซา เงื่องหงอย งง และมมงาย เฉื่อยชา ไม่จริงจังขาดความกระปรี้กระเปร่า ควรปรับปรุงแก้ไขด้วยการใฝ่หาความรู้และความจริง

8.4 สัทธาจริต คือ ลักษณะความประพฤติที่หนักไปในทางที่จิตมีความซาบซึ้ง ซึ้นบาน นุ่มใจ ตรึงใจ เลื่อมใสได้โดยง่าย

8.5 พุทธิจริตหรือญาณจริต คือ ความประพฤติที่หนักไปในทางใช้ความคิดพิจารณา ด้วยความรู้ ปัญญา และเหตุผล จึงจัดเป็นลักษณะที่ดี นำส่งเสริมให้เกิดขึ้นยิ่ง ๆ ขึ้นไป

8.6 วิดกจริต คือ ลักษณะความประพฤติที่หนักไปในทางจับจด คิดฟุ้งซ่าน มักจะเป็นผู้ที่มีลักษณะเป็นคนคิดมากเกินความจำเป็น

อาการที่บ่งชี้ถึงลักษณะประจำตัวของบุคคลตามหลักจิตหรือจรรยา 6 ที่กล่าวมา นี้ สามารถนำไปใช้ในการสังเกตบุคคล จากอาการปฏิกิริยา ท่าที การแสดงออก อุปนิสัยใจคอที่เรา อาจคาดหมาย อาการจากการแสดงออกในอนาคตของตนได้ เมื่อมีเหตุหรือเงื่อนไขที่ไปกระตุ้นจิต นั้น ๆ เราก็พอจะคาดคะเนได้ว่าเขาจะมีปฏิกิริยาได้ตอบ หรือแสดงออกมาอย่างไรบ้าง

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Sager⁽⁵⁹⁾ ศึกษาความแตกต่างของอายุกับความสำเร็จในการเรียนและการพัฒนาทาง อารมณ์และสังคมของเด็ก พบว่า เด็กที่มีอายุมากกว่าจะประสบความสำเร็จในการเรียนมากกว่า เด็กที่มีอายุน้อยกว่า รวมทั้งมีการพัฒนาทางอารมณ์และสังคมที่ดีกว่าด้วย นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กผู้ชายจะมีการพัฒนาทางอารมณ์และสังคมรวมทั้งการเรียนน้อยกว่าเด็กผู้หญิง (ศึกษาในอายุแรกเข้า การศึกษาที่เท่ากัน) การเข้าเรียนก่อนอายุที่ควรของเด็กไม่มีผลเสียต่อการเรียนแต่กลับมีผลดี คือ ประสบความสำเร็จในการศึกษาสูงกว่าเด็กที่เข้าเรียนตามอายุปกติหรือช้ากว่า

Bernet⁽⁶⁰⁾ ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของเชาวน์อารมณ์กับสุขภาพจิต ความพอใจ ความคิดสร้างสรรค์ และบุคลิกภาพที่อบอุ่น เขากล่าวว่าเชาวน์อารมณ์เป็นความสามารถในการประมวลการรับรู้ถึง การเปลี่ยนแปลงของความรู้สึกอย่างรวดเร็วและถูกต้อง ซึ่งมีส่วนช่วยก่อให้เกิดอารมณ์และพฤติกรรมตอบสนองที่เหมาะสมและรวดเร็ว ถ้าปราศจากความสามารถในการประมวลการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงของความรู้สึกจะมีผลทำให้การตอบสนองต่อความรู้สึกเป็นไปได้ช้าลงและไม่เหมาะสม จากการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ความรู้สึกมีความสัมพันธ์อย่างมากกับสุขภาพจิต ความพอใจ ความคิดสร้างสรรค์ และบุคลิกภาพที่อบอุ่น ผลประโยชน์ที่ได้จากการวิจัยนี้คือการนำความสามารถในการตระหนักรู้ความรู้สึกของตนเองมาใช้ในการติดต่อสื่อสารและการตอบสนองต่อบุคคลอื่นๆ โดยมีการเอาใจเขามาใส่ใจเราและความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น (social intelligence) เป็นพื้นฐาน ซึ่งทั้งสองอย่างนี้จัดเป็นมิติหนึ่งของเชาวน์อารมณ์ และยังได้พบว่า

Gery⁽⁶¹⁾ ศึกษาคุณลักษณะของผู้นำองค์การที่ใช้เชาวน์อารมณ์ในการเผชิญหน้ากับความขัดแย้งในองค์การทางการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้นิเทศงาน จำนวน 8 คน ผลการวิจัยพบว่า

ลักษณะของผู้หน้าที่ใช้เชาวน์อารมณ์ คือ มีความเชื่อมั่นในตนเอง ใช้ความรู้ของตนในการควบคุมอารมณ์ ออกล้นต่อปฏิกริยาด้านลบได้ มองโลกในแง่ดีและหาทางออกของความขัดแย้งได้เสมอ และพบว่าผู้หน้าที่ใช้เชาวน์อารมณ์จะมีบทบาท ดังนี้ คือ พยายามเข้าใจและตอบสนองอารมณ์ของผู้อื่นเพื่อป้องกันการเกิดความขัดแย้ง แสดงความเห็นอกเห็นใจและเคารพผู้อื่นเสมอเข้าใจพลังส่วนต่าง ๆ ของบุคคลอื่นและนำมาใช้ในทางที่ถูกต้อง พัฒนาความไว้วางใจเพื่อเป็นพื้นฐานของการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ ใช้อารมณ์ให้เกิดแรงบันดาลใจ เกิดอิทธิพลและโน้มน้าวบุคคลอื่น นอกจากนั้นผู้หน้าที่ใช้เชาวน์อารมณ์ที่แข็งแกร่งและมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สนับสนุนการพึ่งพา ระหว่างกันและการทำงานเป็นทีม ใช้พลังส่วนบุคคลมากกว่าอิทธิพลของตำแหน่งในการบรรลุเป้าหมายที่กำหนด มุ่งหวังและจัดความขัดแย้งให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และได้เสนอแนะให้มีการคัดเลือกบุคคลเข้าทำงานโดยการประเมินระดับเชาวน์อารมณ์อีกด้วย

Sutarso⁽⁶¹⁾ ศึกษาความแตกต่างทางเพศกับระดับเชาวน์อารมณ์ โดยศึกษาตามแนวคิดของ Salovey ในปี ค.ศ.1990 , Mayer ในปี ค.ศ.1995 และ Goleman ในปี ค.ศ.1995 ถึง ปี ค.ศ. 1998 ใน 5 องค์ประกอบ คือ การจูงใจตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การดำรงรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่น การตระหนักรู้ตนเอง และการจัดการอารมณ์ มีการใช้เครื่องมือ EQ-I ในการประเมินเชาวน์อารมณ์ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ .88 และทดสอบซ้ำที่ระดับ .85 กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ชายจำนวน 129 คน ผู้หญิงจำนวน 329 คน ในช่วงอายุ 17 – 54 ปี ผลการศึกษาพบว่า ผู้หญิงมีระดับเชาวน์อารมณ์สูงกว่าผู้ชาย (วัดคะแนนโดยรวม 5 ด้าน) โดยเฉพาะในช่วงวัย 20 – 40 ปี ผู้หญิงโสดและผู้หญิงที่แต่งงานแล้วระดับเชาวน์อารมณ์สูงกว่าผู้ชาย แต่ในผู้หญิงจะมีคะแนนความสัมพันธ์กับผู้อื่นต่ำผู้ชายที่แต่งงานแล้วจะมีระดับสติปัญญาทางสมองและเชาวน์อารมณ์สูงกว่าคู่สมรส จากข้อมูลสรุปได้ว่า ผู้ชายและผู้หญิงมีระดับเชาวน์อารมณ์ที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับอายุและสภาพสมรส

Ohm⁽⁶²⁾ ศึกษาเชาวน์อารมณ์ : ความแตกต่างของชนิดของความฉลาด การสอนเพื่อความสำเร็จโดยใช้รูปแบบพื้นฐานของอารมณ์ ผลการศึกษาพบว่า ทักษะทางสังคมและอารมณ์สามารถสอนได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมทางการศึกษา และเสนอวิธีการสร้างให้เกิดการดูแลกันมีความปลอดภัยและมีสิ่งแวดล้อมในห้องเรียนที่มีส่วนช่วยให้เกิดการเรียนรู้ทางวิชาการเท่า ๆ กับสุขภาพที่ดีของอารมณ์และควรมีการสำรวจระหว่างสุขภาพที่ดีของอารมณ์บุคลิกภาพและความสำเร็จทางการศึกษา

Tapia⁽⁶⁵⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์กับเชาวน์ปัญญา พบว่า ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูงไม่จำเป็นจะต้องมีเชาวน์ปัญญาสูง และพบว่า ความสำเร็จทางการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับเชาวน์อารมณ์ รวมทั้งพบว่า เชาวน์อารมณ์ไม่มีความสัมพันธ์กับพื้นฐานของเชื้อชาติและระดับการศึกษาของบิดามารดา แต่พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับเชาวน์อารมณ์ โดยเพศหญิงจะมีเชาวน์อารมณ์สูงกว่าเพศชาย

Menhart⁽⁶⁵⁾ ได้ศึกษาเรื่อง EQ : ความสำเร็จในการทำงาน โดยศึกษาองค์ประกอบของ EQ ใน 4 ด้าน คือ การเอาใจใส่อารมณ์ของผู้อื่น ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง การระงับอารมณ์หรือการควบคุมอารมณ์และการจัดการกับสิ่งที่ฝังใจหรือสิ่งที่ประทับใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 116 คน ที่เข้ามาสมัครงาน ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์และมีการบันทึกวีดีโอเทป เพื่อศึกษาถึงการควบคุมอารมณ์และปฏิกิริยาต่าง ๆ ร่วมด้วย ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบของ EQ ทั้ง 4 ด้าน มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในงาน ปฏิบัติทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กับผลของการสัมภาษณ์รวมทั้งพบว่า ความเฉลียวฉลาดทางสติปัญญา ความเฉลียวฉลาดในการปฏิบัติงานและความรู้สึกในแง่บวกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสำเร็จในงาน

Martorano⁽⁶⁶⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความไม่มั่นคงทางอารมณ์และความภาคภูมิใจในตนเอง ในเด็กอายุ 5 ขวบ 10 เดือน ถึง 8 ปี 8 เดือน พบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองสามารถพยากรณ์การเปิดใจรับความไม่แน่นอนหรือการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นได้ เด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีความไม่แน่นอนทางอารมณ์ต่ำ ส่วนเด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำก็จะมี ความไม่แน่นอนในอารมณ์สูง เด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะมีความไม่แน่นอนในการตัดสินใจปัญหาน้อยกว่าเด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และยังพบว่า อายุและความฉลาดทางภาษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความไม่แน่นอนทางอารมณ์อีกด้วย

St-aubin⁽⁶⁷⁾ ได้ศึกษาปัจจัยที่บ่งความสำเร็จของบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงที่ประสบความสำเร็จมา 8-10 ปี จาก 31 ประเทศ จำนวน 49 คน เก็บข้อมูลโดยการตอบแบบสอบถาม พบว่า ความเชื่อมั่นในตัวเอง ความเข้าใจสังคม ความมั่นคงทางอารมณ์ ความจำระยะสั้น ความกระตือรือร้นและความไม่พึ่งพิงใคร (สามารถพึ่งพิงตนเองได้สูง) จะเป็นปัจจัยบ่งชี้ถึงความสำเร็จของบุคคล

Lam⁽¹²⁾ ได้ศึกษาเชาวน์อารมณ์ : เครื่องบ่งชี้ในการประสบความสำเร็จ โดยศึกษาในกลุ่มคนทำงาน ได้แก่ กลุ่มที่ทำงานอย่างง่ายและกลุ่มที่ทำงานหนักหรือยาก กลุ่มที่มีความเครียดต่ำและกลุ่มที่มีความเครียดสูง โดยประเมินเชาวน์อารมณ์ เชาวน์ทั่วไป ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความจัด

การความเครียดและสติปัญญา ผลการศึกษาพบว่า เซาว์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปฏิบัติงาน ยังมีเซาว์อารมณ์สูงขึ้น คะแนนความสามารถในการปฏิบัติงานก็จะสูงตามไปด้วย เซาว์อารมณ์จึงเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงความสามารถในการปฏิบัติงาน ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและการจัดการความเครียด

Graves⁽⁶⁸⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเซาว์อารมณ์กับความสามารถในการรับรู้ในแง่ของประสิทธิภาพในการทำงาน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงจำนวน 75 คน ผู้ชายจำนวน 75 คน ผลการศึกษาพบว่า เซาว์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการรับรู้ สามารถทำนายพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น เซาว์อารมณ์จึงมีศักยภาพที่จะเพิ่มระดับความสามารถของกระบวนการคัดเลือกและสามารถทำนายพฤติกรรมการทำงานในสาขาอาชีพต่าง ๆ ตามทักษะของแต่ละบุคคลได้

King⁽⁶⁹⁾ ศึกษาเปรียบเทียบเซาว์อารมณ์ของนิสิตที่ศึกษาเพื่อเป็นผู้นำทางการศึกษาและผู้บริหารที่มีตำแหน่งเป็นผู้นำทางการศึกษา โดยใช้แบบวัดเซาว์อารมณ์แบบหลายองค์ประกอบ (MEIS) ในการประเมินเซาว์อารมณ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตที่ศึกษาในโรงเรียนนักบริหาร จำนวน 39 คน และผู้บริหารที่มีตำแหน่งเป็นผู้นำทางการศึกษา จำนวน 34 คน ทั้งสองกลุ่มเป็นนิสิตในหลักสูตรมหาบัณฑิตและดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัย East Carolina ในเมือง Greenville และ North Carolina ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริหารมีความสามารถในการรับรู้อารมณ์การปรับอารมณ์ และระดับเซาว์อารมณ์ทั้งหมดสูงกว่านิสิตที่ศึกษาเพื่อเป็นผู้นำทางการศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เพศหญิงมีระดับเซาว์อารมณ์ทั้งหมด การรับรู้อารมณ์ และการปรับอารมณ์สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสัมพันธ์ทางสถิติ อายุมีผลต่อคะแนนการจัดการอารมณ์ พบว่าผู้ที่มีอายุน้อยหรือเท่ากับ 40 ปี จะมีความสามารถในการจัดการอารมณ์ได้มากกว่าผู้ที่มีมากกว่า 40 ปีขึ้นไป ประสบการณ์การเป็นผู้นำมีผลต่อระดับคะแนนเซาว์อารมณ์ทั้งหมด การรับรู้อารมณ์และการปรับอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และภูมิหลังการศึกษาไม่มีผลต่อการศึกษาวิจัยครั้งนี้อย่างมีนัยสัมพันธ์ทางสถิติ

Derman⁽⁷⁰⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเซาว์อารมณ์กับความสำเร็จในธุรกิจของครอบครัว โดยศึกษาจาก ผู้จัดการที่เป็นสมาชิกของครอบครัว 46 คน ในธุรกิจของครอบครัว 11 ธุรกิจ วัดเซาว์อารมณ์โดยใช้แบบวัด Bar – ON Emotional Quotient Inventory และวัดความสำเร็จทางธุรกิจจากผลกำไรสุทธิและการลงทุนเพิ่มเติมในช่วง 4 ปี ผลการวิจัยพบว่าผู้จัดการที่มีเซาว์อารมณ์อยู่ในระดับสูงจะมีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในธุรกิจอย่างมีนัยสำคัญ และพบว่าผู้จัดการที่

มีระดับเขาวงกตอารมณ์ต่ำไม่มีผลทางลบต่อความสำเร็จของธุรกิจ นอกจากนี้ ระดับเขาวงกตอารมณ์ของทีมงานจัดการทั้งหมดมีอิทธิพลต่อความสำเร็จหรือล้มเหลวของธุรกิจ

Pellitteri⁽⁷¹⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเขาวงกตอารมณ์ การมีเหตุผลทางการรับรู้และกลไกการป้องกันทางจิตหรือการปรับตัวทางจิตวิทยา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจากมหาวิทยาลัย 2 แห่ง จำนวน 107 คน ผลการศึกษาพบว่า เขาวงกตอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการมีเหตุผลทางการรับรู้ที่ระดับ .034 การปรับตัวทางจิตวิทยามีความสัมพันธ์กับเขาวงกตอารมณ์ และได้เสนอแนะสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาครั้งนี้ว่า กลไกในการปรับตัวทางจิตวิทยาสามารถช่วยในการเข้าถึงแหล่งที่มาของอารมณ์ ทำให้สามารถสังเคราะห์และบูรณาการอารมณ์ได้และพัฒนาการมีเหตุผลทางการรับรู้และความเข้าใจอารมณ์ และการรับรู้ความสามารถทางเขาวงกตอารมณ์มีความสัมพันธ์กับทักษะการป้องกันในระดับจิตสำนึกมากกว่ากลไกการป้องกันในระดับไร้จิตสำนึก

กิตติศักดิ์ เชื้ออาษา⁽⁷²⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างวุฒิภาวะทางอารมณ์กับตัวแปรสิ่งแวดล้อมบางประการ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู การศึกษาของพ่อแม่ ฐานทางเศรษฐกิจของพ่อแม่และลำดับการเกิดของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 435 คน ผลการวิจัยพบว่าสภาพแวดล้อมต่างๆ ดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับวุฒิภาวะทางอารมณ์ของนักเรียน นอຍ่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เสริมศรี กาญจนสินทร์⁽⁷³⁾ ศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนปฏิบัติการ จริยธรรมของพยาบาลที่มีคะแนนวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงและต่ำต่อการพยาบาลผู้ติดเชื้อเอดส์ ผลการวิจัยพบว่า พยาบาลที่มีคะแนนวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงจะมีคะแนนปฏิบัติการ จริยธรรมต่อการพยาบาลผู้ติดเชื้อเอดส์สูงกว่าพยาบาลที่มีคะแนนวุฒิภาวะทางอารมณ์ต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .01

เทอดศักดิ์ เดชคง⁽²²⁾ ศึกษาในระดับ EQ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในกรุงเทพมหานคร จำนวนมากกว่า 200 คน วัด 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 และส่วนที่ 2 เป็นการประเมินโดยให้เด็กทำเอง ส่วนที่ 3 เป็นการประเมินโดยครูประจำชั้น พบว่า เด็กห้องเก่งมี EQ เฉลี่ยต่ำกว่าเด็กห้องธรรมดา เด็กห้องเก่งมักมีระดับความสุขต่ำกว่าเด็กห้องธรรมดา เด็กห้องเก่งมีแนวโน้มที่จะมองตนเองว่ามีความสามารถทางอารมณ์ (ความพึงพอใจ ความคิดแง่บวก ความรับผิดชอบ น้ำใจ เป็นต้น) และครูมีแนวโน้มที่จะให้คะแนนความสุขและการเป็นคนดีแก่เด็กห้องเก่งสูงกว่าเด็กห้องธรรมดาอย่างเห็นได้ชัด

วีระวัฒน์ บันนิตามัยและอุสา สุทธิสาคร⁽⁷⁴⁾ ได้ทำการศึกษาร่างแบบประเมิน EQ โดยเรียกชื่อว่า EQ 99 มีจำนวนทั้งสิ้น 90 ข้อ โดยให้ผู้ตอบรายงานว่าข้อความนั้น ๆ เกิดขึ้นกับตนทั้งในแง่ความคิดความรู้สึก อารมณ์และการแสดงออกในระดับใดใน 5 ช่วงค่า กล่าวคือ ระดับค่า 1 – ไม่เคยเลย หรือปฏิบัติน้อยที่สุด ไปจนถึง 5 – บ่อยที่สุด หรือรู้สึกเห็นด้วยเป็นอย่างยิ่ง ผลการศึกษาพบว่า ค่าประมาณการความเชื่อถือได้แบบทดสอบทั้งฉบับแรก คือ .9231 และฉบับที่สอง (ระยะเวลาห่างจากครั้งแรก 10 สัปดาห์) พบว่า ค่าประมาณการความเชื่อถือได้คือ .9309 ซึ่งชี้ให้เห็นว่า ช่วงห่างของเวลาไม่ผลกระทบต่อลักษณะการตอบและการประเมิน EQ น้อยมากหรืออีกนัยหนึ่งก็คือองค์ประกอบของ EQ ที่วัดโดยแบบทดสอบ EQ 99 นำที่จะเชื่อถือได้

ศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบด้วยชีวประวัติของนักศึกษาระดับปริญญาตรีกับความสามารถด้านเชาวน์อารมณ์ ผลการวิจัยพบว่า เพศหญิงโดยภาพรวมที่มีความสามารถด้านความเชื่ออาทร ภูมิภาวะทางอารมณ์และการควบคุมด้านอารมณ์ของตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะด้านความเชื่ออาทร สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว มีผลต่อความสามารถเชาวน์อารมณ์ด้านความเชื่ออาทร การตระหนักรู้ถึงภาวะอารมณ์ของผู้อื่น การรู้จักอารมณ์ของตนเองและการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญ การปรึกษาหารือกับพี่น้องและครูอาจารย์เมื่อเวลามีปัญหา มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับทักษะทางเชาวน์อารมณ์ สภาพความสัมพันธ์กับบิดามารดามีผลอย่างมีนัยสำคัญต่อความเชื่ออาทร การมีแรงจูงใจที่ดี การควบคุมอารมณ์ของตนและทักษะทางสังคมของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ การประเมินตนเองว่าเป็นคนมุ่งความสำเร็จ ใฝ่สัมพันธ์และมุ่งสู่อำนาจมีผลต่อความสามารถด้านความเชื่ออาทรและการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญ อายุมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับองค์ประกอบของ EQ ทุกด้านยกเว้นด้านความเชื่ออาทร และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่พิจารณาได้จากเกรดมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญ โดยที่เกรดมีความสัมพันธ์กับการมีแรงจูงใจที่ดีที่สุด

ลักษณะ แพทยานันท์ (2542)⁽²³⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคมและความผาสุกทางจิตวิญญาณกับเชาวน์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 428 คน ผลการวิจัยพบว่า เชาวน์อารมณ์ของนักศึกษาวิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุขอยู่ในระดับปานกลางทั้งโดยรวมและรายด้าน โดยมีคะแนนมาตรฐาน EQ-i ในช่วง 57.45 – 135.34 ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับเชาวน์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ระดับชั้นปี การสนับสนุนทาง

สังคมและความผาสุกทางจิตวิญญาณ ความผาสุกทางจิตวิญญาณและการสนับสนุนทางสังคมร่วมกันพยากรณ์เขาวนอารมณ์ของนักศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสามารถอธิบายได้ร้อยละ 21.81

ฉัตรฤดี สุภปลั่ง⁽⁷⁶⁾ ศึกษาผลของบุคลิกภาพและเขาวนอารมณ์ที่มีต่อคุณภาพของการให้บริการตามการรับรู้ของหัวหน้างานของพนักงานส่วนหน้าของโรงแรมชั้นหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 18 โรงแรม รวม 252 คน ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบของเขาวนอารมณ์ด้านทักษะทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพของการให้บริการ องค์ประกอบทางบุคลิกภาพที่มีความสัมพันธ์กับเขาวนอารมณ์โดยรวมคือ องค์ประกอบอายุ - เขินอาย ควบคุมตนเองได้ - ไม่มีวินัยในตนเอง มักรู้สึกผิด - จิตใจมั่นคง เครียด - ผ่อนคลาย พึ่งตนเอง - พึ่งกลุ่ม มิมีในธรรม - ขาดมโนธรรม วุฒิภาวะทางอารมณ์ - อารมณ์อ่อนไหว และทำตามสบาย - สุขุมรอบคอบ พนักงานที่มีลักษณะมีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูง มีทักษะทางสังคมสูง ฉลาดและไม่ซื่อเกินไป ไม่หลักแหลมเกินไป จะมีโอกาสเป็นพนักงานให้บริการที่มีคุณภาพสูงมากกว่าพนักงานโดยทั่วไป

กนกศิลป์ พุทธิศิลป์รสกุล⁽⁷⁶⁾ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อมในหน่วยงานกับเขาวนอารมณ์ของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลรัฐ กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า เขาวนอารมณ์ของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลรัฐ กรุงเทพมหานครอยู่ในระดับปานกลางทั้งโดยรวมและรายด้าน สภาพแวดล้อมในหน่วยงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเขาวนอารมณ์ของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลรัฐ กรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ อายุ ประสบการณ์ในการทำงาน สถานภาพสมรส สัมพันธภาพระหว่างสามีภรรยา ภาวะรับผิดชอบในครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับเขาวนอารมณ์ของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลรัฐ กรุงเทพมหานคร