

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.2 ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
2. ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา
 - 2.1 ผู้บริหารสถานศึกษากับความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.2 องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาที่สอดคล้องกับแนวคิดของโกลแมน (Goleman)
 - 2.2.1 การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง
 - 2.2.2 การควบคุมอารมณ์ตนเอง
 - 2.2.3 การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง
 - 2.2.4 การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
 - 2.2.5 การมีทักษะทางสังคม
3. นโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยต่างประเทศ
 - 4.2 งานวิจัยในประเทศ

ความฉลาดทางอารมณ์

ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

คริสโตเฟอร์ โคลเวอร์ (2002) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึงความสามารถในการบริหารอารมณ์ให้เป็นไปอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ มีความเข้าใจในอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองอย่างมีเหตุผล โดยไม่จำเป็นต้องเก็บกดเพื่อรอการระเบิดในภายหลัง รู้จักจุดดี จุดด้อยของตัวเอง มีทัศนคติที่ดีต่อชีวิต มองโลกในแง่ดี สามารถจัดการกับความเครียดหรือแก้ปัญหาได้อย่างรอบคอบและรู้เท่าทัน

หรืออธิบายง่าย ๆ ว่า EQ ก็คือ ความสามารถในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข และอย่างสร้างสรรค์นั่นเอง

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2551 : 19) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึง สิ่งที่ทำให้เห็นถึงความรู้เท่าในท่วงที และความเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ของตนเอง และคนอื่นที่สามารถประเมินเป็นช่วงค่าของตนเองได้ อารมณ์สามารถช่วยเหลือเกื้อกูลให้การกระทำของ มนุษย์มีเหตุผลมากขึ้น ผิดพลาดน้อยลง ในความเป็นจริงของชีวิตจะเป็นสุข ได้สำเร็จนั้นผู้คนต้องมีความฉลาดทางอารมณ์

รังสรรค์ โคมยา (2553 : 322) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึง คุณลักษณะทางจิตใจบุคคลที่มีลักษณะเป็นความสามารถในการตระหนักถึงอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น และใช้แรงจูงใจในการบริหารจัดการอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้อย่างดี

วิทยากร เชียงกุล (2554 : 99) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึง พัฒนาการทางอารมณ์อย่างมีวุฒิภาวะ สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ และเข้ากับคนอื่น ๆ ได้ดี แก้ปัญหาทางอารมณ์ได้อย่างสร้างสรรค์ เป็นความฉลาดที่ต่างไปจากความฉลาดทางปัญญา IQ ซึ่งเน้นความสามารถทางภาษา ตรรกวิทยา และคณิตศาสตร์ หากเป็นผู้มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะทำงานและใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ดี มีโอกาสประสบความสำเร็จและมีความสุขมากกว่า

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2557 : 6) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในอันที่จะตระหนักรู้ถึงอารมณ์ตนเองและผู้อื่นอย่างสอดคล้องและถูกต้อง ตามความเป็นจริง อีกทั้งความสามารถในการบริหารจัดการและควบคุมอารมณ์ตนเอง พร้อมทั้งสามารถแสดงอารมณ์ของตนออกมาอย่างเหมาะสมถูกต้องตามกาลเทศะกับเหตุการณ์หรือสภาพการณ์ ในขณะนั้น เพื่อให้ตนเองสามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุขในสังคม

โกลแมน (Gloeman. 1998 : 317) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนและของผู้อื่นเพื่อสร้างแรงจูงใจ ในตัวเอง บริหารจัดการอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเองและอารมณ์ที่เกิดจากความสัมพันธ์ต่าง ๆ ได้ โดยเชื่อว่า เขาว่าอารมณ์นั้นแตกต่างจากเขาว่าปัญญา แต่เสริมเกื้อกูลกับคนที่เก่ง แต่ขาด EQ มักจะมาทำงานให้กับคนที่มีความรู้เข่าว่าปัญญาต่ำกว่าตน แต่มีความเป็นเลิศด้านทักษะความเก่งคน

เวซิงเจอร์ (Weisinger. 1998 : 3) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึง การใช้อารมณ์อย่างชาญฉลาดโดยความตั้งใจใช้อารมณ์ทำงานให้เรานั้นคือใช้อารมณ์ นำพฤติกรรมและความคิดไปในทิศทางที่ส่งเสริมตนเอง

สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองและผู้อื่น รวมถึงการบริหารจัดการอารมณ์ของตนเองให้เป็นไปอย่างเหมาะสม ถูกต้องตามกาลเทศะหรือสถานการณ์ในขณะนั้น รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง ซึ่งผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะทำให้ทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดี

ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์

วิลลิตน์ สุนทรโรจน์ (2553 : 27) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงหรือมีทักษะทางอารมณ์ที่ได้รับการพัฒนามาเป็นอย่างดีจะเป็นคนที่รับรู้เข้าใจและจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นด้วย สามารถนำความฉลาดทางอารมณ์มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีความพอใจในชีวิต สามารถสร้างสรรคงานใหม่ ๆ ซึ่งจะตรงข้ามกับบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ จะเต็มไปด้วยความขัดแย้งภายในจิตใจ ขาดสมาธิและความริเริ่มในการทำงาน

สุจิตรา วรพุฒ (2555 : 31) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงหรือมีทักษะทางอารมณ์ที่ได้รับการพัฒนามาเป็นอย่างดีจะเป็นคนที่รับรู้เข้าใจและจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นด้วย สามารถนำความฉลาดทางอารมณ์มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีความพอใจในชีวิต สามารถสร้างสรรคงานใหม่ ๆ ซึ่งจะตรงข้ามกับบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ จะเต็มไปด้วยความขัดแย้งภายในจิตใจ ขาดสมาธิและความริเริ่มในการทำงาน

ธิดารัตน์ รัศมี (2556 : 19) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อความเป็นอยู่และความผาสุกในชีวิตของแต่ละบุคคล เนื่องจากสิ่งแวดล้อมและ สภาพการณ์ต่าง ๆ มีการเปลี่ยนแปลงเสมอ ทั้งสภาพสังคม เศรษฐกิจและการเมือง คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ดีจะสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลง สามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง สามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง และสามารถปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลง สามารถผ่านเหตุการณ์ต่าง ๆ ไปได้ และประสบความสำเร็จในชีวิตได้ดีกว่า เพราะมีการรับรู้และเข้าใจในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ มีกำลังใจ มีแรงจูงใจ มีความคิดทางบวก สามารถบริหารจัดการกับชีวิตของตนเองตามขอบเขตความสามารถ ความถนัดของตนเอง เพื่อแสวงหาความก้าวหน้าในชีวิต และเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

สุรีย์พร รุ่งกำจัด (2556 : 35) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญที่สามารถรู้และเข้าใจความรู้สึกความต้องการของตัวเองและของผู้อื่น เห็นอกเห็นใจ มองโลกในแง่ดี ก็จะเป็นที่เคารพนับถือของผู้ได้บังคับบัญชาเข้าใจลูกน้องเป็นที่รักของเพื่อนร่วมและผู้ที่อยู่ใกล้ ซึ่งสามารถทำให้ครองตน ครองคน ครองงานได้ ความสำเร็จของงานก็จะตามมา

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2557 : 7) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อบุคคลที่มีความสามารถ ผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวที่ดี มีมนุษยสัมพันธ์ จึงพร้อมที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี ใฝ่ต่อความรู้สึกของตนเองและคนรอบข้าง สามารถที่จะต้านทานสิ่งชั่วร้าย ไม่รู้ด้วยอำนาจของกิเลสใดใด จึงทำให้ควบคุมอารมณ์ของตนได้ดี ทำให้บุคคลเป็นผู้ที่มองตนเองและมองโลกในแง่ดี มีสติในการคิดแก้ปัญหาต่าง ๆ อย่างรอบคอบ เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน เป็นผลให้เกิดมีความคิดสร้างสรรค์ มีพลังกายและพลังใจในการที่จะทำประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติได้ดี

รดาการ ภูริพงษ์ (2558 : 24) กล่าวว่า ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อบุคคลในทุกด้าน โดยผู้ที่ต้องการประสบความสำเร็จในการทำงาน และประสบความสำเร็จในชีวิต จึงจำเป็นที่ต้องฉลาดรู้ในเรื่องการรับรู้และแสดงอารมณ์ทั้งต่อตนเองและคนอื่น ความฉลาดทางอารมณ์ยังช่วยให้คนมองโลกในแง่ดี มีความพอใจและยอมรับได้กับสภาพที่เป็นอยู่ แม้สภาพนั้นอาจไม่เป็นที่พึงปรารถนาเพียงใดก็ตาม คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ดีจะต้องสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลง สามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง ต้องปรับตัวยืดหยุ่นต่อสู้กับการเปลี่ยนแปลงเพื่อสิ่งที่ดีกว่า หรือเพื่อความสำเร็จที่สมหวัง มีพลัง มีแรงจูงใจ มีความคิดทางบวก สามารถบริหารจัดการกับชีวิตของตนเองอีกครั้งอย่างมีอำนาจ และความสามารถในการชักจูงโน้มน้าวให้เกิดความรู้สึกเห็นชอบและพร้อมจะปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด

โกลแมน (Goleman. 1998 : 319) กล่าวว่า ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อผู้นำ การทำงานเดี่ยวและกลุ่ม การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างคนกับสังคมงานที่ง่าย ๆ คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงสุดในกลุ่มจะให้ผลงานที่ดีกว่าคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำสุดถึง 3 เท่า คนที่มีความฉลาดนอกจากจะมีความฉลาดทางอารมณ์แล้วจะต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำในการใช้ศักยภาพของบุคลากรให้ดำเนินไปสู่ความสำเร็จตามวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่าทักษะเป็นความสามารถที่จะเปลี่ยนความรู้ ความเข้าใจออกมาในรูปของการกระทำ และสามารถกระทำสิ่งนั้นได้อย่างชำนาญ ผู้บริหารต้องเป็นผู้ที่มีทักษะในการบริหารงานเพื่อความสำเร็จอย่างยิ่ง คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีผลงานที่สูงกว่าคนทั่วไปถึงร้อยละ 27 แสดงว่า ความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำนายความสำเร็จในการทำงานได้

สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อบุคคลในทุกด้าน เนื่องจากคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์นั้น จะสามารถควบคุมอารมณ์และจิตใจของตนได้ สามารถจัดการกับความรู้สึกของตน เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จในการทำงานต่าง ๆ ได้ง่ายยิ่งขึ้น เนื่องจากสามารถปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงได้เป็นอย่างดี

และเป็นที่รักของคนส่วนใหญ่ ทำให้สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ส่งผลให้งานประสบความสำเร็จบรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้

องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552 : 14) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วยประเด็นหลัก ๆ 5 ประเด็นที่สำคัญ คือ

1. การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง เป็นการรับรู้และเข้าใจความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมและความรู้สึกของตนได้
2. ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ตามสถานการณ์ สามารถควบคุมตนเองได้เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด มีเทคนิคในการผ่อนคลายความเครียด มีเทคนิคในการผ่อนคลายความเครียด สามารถสลับความวิตกกังวลอย่างรุนแรงได้อย่างรวดเร็ว ไม่ฉุนเฉียวง่าย กล่าวคือ สามารถทำให้อารมณ์ขุ่นมัวหายไปโดยเร็วและกลับสู่ภาวะปกติได้อย่างรวดเร็ว
3. การรับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรารู้เท่าทันในความรู้สึก ความต้องการ ความเดือดร้อน ความวิตกกังวลของผู้อื่น ได้ และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม
4. ความสามารถในการจงใจของตนเอง สามารถควบคุมความต้องการและแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถรอคอยการตอบสนองความต้องการ เป็นผู้ที่มีความริเริ่มสร้างสรรค์ และเพื่อให้ตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ มองโลกในแง่ดี สามารถจงใจและให้กำลังใจตนเองได้
5. ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ และสามารถรักษาสัมพันธ์ภาพไว้ได้เป็นอย่างดี

มาริสา วงศ์สุกรรม (2553 : 126) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ตามคุณลักษณะ 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านดี เป็นความพร้อมอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากการมีความซื่อสัตย์ ได้แก่ ซื่อสัตย์ต่อตนเอง ซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ การมีความรับผิดชอบ ได้แก่ รับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย รับผิดชอบต่อส่วนรวม
2. ด้านเก่ง คือ ความพร้อมที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ โดยประเมินจากการแก้ปัญหา ได้แก่ เข้าใจปัญหา มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาการนำไปประยุกต์ใช้ การใช้ภาษาสื่อสาร ได้แก่ การเล่าเป็นเรื่องราว การกล้าแสดงออก

3. ด้านสุข คือ ความพร้อมทางอารมณ์ที่ทำให้เกิดความสุข โดยประเมินจากการมีความสุข ได้แก่ ร่าเริงแจ่มใส การได้ประสบการณ์ใหม่ ความภูมิใจในตนเอง ได้แก่ การชื่นชมผลงานตนเอง การชื่นชมผลงานผู้อื่น

วิเชียร เกตุสิงห์ (2557 : 37) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ได้เป็น 3 ด้าน คือ

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

2. สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี ประกอบด้วย คุณลักษณะที่สำคัญในการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ดี ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรักษาความถูกต้องในเหตุผล ดังนี้ ช่วยเหลือผู้อื่น ไม่ดูถูกผู้อื่น สามัคคี กตัญญู จริงใจ มีน้ำใจ เอาใจเขามาใส่เรา และรู้จักให้อภัย

3. ทำงานได้ประสบความสำเร็จ ความสำเร็จในการทำงานมุ่งที่การสร้างสรรค์ชีวิตและสังคมที่สงบสุข คุณลักษณะที่สำคัญในการทำงานร่วมกับผู้อื่นจึงประกอบด้วย การตรงต่อเวลา วางแผนการทำงาน ซื่อสัตย์ สุ้งาน อดทน ความกระตือรือร้น เห็นแก่ส่วนรวม ร่วมมือในการทำงาน ช่วยเหลือเพื่อส่วนรวมในการทำงาน รับฟังความคิดเห็นผู้อื่น มองการณ์ไกล มีฉันทะในการทำงาน กล้าคิดกล้าแสดงออก และใฝ่รู้

คูเปอร์ และซาวาฟ (Cooper and Sawaf. 1997 : 89 - 92) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วยหลักสำคัญ 4 หลัก ดังนี้

1. ความรอบรู้ทางอารมณ์
 - 1.1 ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์
 - 1.2 อารมณ์ที่มีพลัง
 - 1.3 การรับทราบผล
 - 1.4 ความสามารถหยั่งรู้ตามความเป็นจริง
2. ความเหมาะสมทางอารมณ์
 - 2.1 มีอยู่อย่างแท้จริง
 - 2.2 การแผ่ความไวเนื้อเชื่อใจ
 - 2.3 การไม่พึ่งพอใจในเชิงสร้างสรรค์
 - 2.4 การกลับคืนสู่สภาพปกติและเดินหน้า
3. ความลึกซึ้งทางอารมณ์
 - 3.1 การผูกพัน รับผิดชอบ มีสติ
 - 3.2 การมีเป้าหมายและศักยภาพที่โดดเด่น

3.3 พุดกับทำตรงกันด้วยคุณธรรม

3.4 การโน้มน้าวโดยไม่ต้องใช้สิทธิอำนาจ

4. ความแปรผันทางอารมณ์

4.1 การแสดงการหยิ่งรู้ได้

4.2 การคิดใคร่ครวญได้

4.3 การเล็งเห็นโอกาส

4.4 การสร้างอนาคต

ความรู้ทางอารมณ์ รู้จักอารมณ์ของตนเอง และรู้เท่าทันอารมณ์ ที่ผันแปรของตนเอง ความเหมาะสมทางอารมณ์ เป็นการยืดหยุ่นปรับวาง อารมณ์ของตนเองได้อย่างรู้กาลเทศะ แม้เผชิญความลำบากใจ ความลึกซึ้งทางอารมณ์ เป็นระดับความลึกซึ้งของอารมณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนา ความแปรผันทางอารมณ์เป็นความสามารถในการใช้อารมณ์เพื่อความคิดสร้างสรรค์

◦ เมเยอร์ และ สโลเวย์ (Mayer and Salovey, 1997 : 10 - 11) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน เรียงลำดับดังนี้

1. ขั้นที่ 1 การรับรู้ การประเมิน การแสดงออก ซึ่งอารมณ์หมายถึงความสามารถในระบุนว่าตนเองและผู้อื่นมีความรู้สึกอย่างไร

1.1 ความสามารถในการระบุภาวะอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้

1.2 ความสนใจในการระบุภาวะอารมณ์ของผู้อื่นได้

1.3 ความสามารถในการแสดงอารมณ์ได้อย่างถูกต้องแสดงความต้องการได้กับความรู้สึกได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ

1.4 ความสามารถในการจำแนกความรู้สึกต่าง ๆ ได้ว่าถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง จริงใจหรือไม่จริงใจ

2. ขั้นที่ 2 การเกื้อหนุนการคิดของอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการก่อให้เกิดอารมณ์และเหตุผลประกอบในการเกิดอารมณ์ดังกล่าว และมีความสามารถในการใช้อารมณ์ของตนเองที่จะช่วยในการเข้าใจว่าผู้อื่นคิดอย่างไร และมีความรู้สึกอย่างไร

2.1 ความรู้สึกหรืออารมณ์ที่จัดลำดับความสำคัญหรือช่วยในการคิดจัดลำดับความสำคัญ

2.2 อารมณ์ที่ชัดเจนที่พร้อมคัดเลือก การตัดสินใจและจดจำความรู้สึกต่าง ๆ ได้ดี

2.3 อารมณ์หรือความรู้สึกที่เปลี่ยนไปทำให้ความคิดหรือจุดยืนเปลี่ยน จากแง่บวกเป็นแง่ลบ จากการคิดแง่เดียว มุมเดียว เป็นคิดได้หลากหลาย

3. ขั้นที่ 3 เข้าใจการวิเคราะห์และการใช้ความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจว่าสิ่งใดเกิดขึ้นกับอารมณ์ตนเอง โดยอาจมีระดับความเข้มข้นมากขึ้น เข้าใจว่าคนจะมีปฏิกิริยาต่อภาวะอารมณ์ที่แตกต่างกันอย่างไร เข้าใจว่า อารมณ์ที่ซับซ้อนเป็นส่วนหนึ่งของความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งอารมณ์ที่มีความซับซ้อนจะเกิดจากการรวมกันของอารมณ์ที่ซับซ้อนกว่าหลายอารมณ์ นอกจากนี้ยังเข้าใจลึกซึ้งของอารมณ์ว่ามีผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงอย่างไรจากภาวะอารมณ์หนึ่งไปยังภาวะอารมณ์อื่น ๆ

3.1 ระบุความรู้สึกหรืออารมณ์แห่งความเชื่อมโยงระหว่างอารมณ์กับถ้อยคำต่าง ๆ เช่น ความชอบพอกับความรัก ความรู้สึกไม่ชอบกับความรู้สึกเกลียด ความสมหวังกับการดีใจ

3.2 ตีความหมายของอารมณ์ที่เกิดขึ้นอันสืบเนื่องมาจากอารมณ์อื่น ๆ ได้ เช่น การพลัดพรากการสูญเสีย ทำให้เกิดความเศร้าใจ

3.3 เข้าใจอารมณ์ที่ซับซ้อนได้ เกิดความรู้สึกหลายอย่างในเวลาไล่เลี่ยกัน ทั้งรัก ทั้งเกลียด ขยะแขยง เป็นผลรวมของความโกรธและความกลัว

4. ขั้นที่ 4 การคิดใคร่ครวญและการควบคุมอารมณ์ของตนเองเพื่อพัฒนาความงอกงามด้านชาวปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์ต่อไป หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น โดยรู้สึกถึงสภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นและใช้ความรู้สึกนั้นประกอบการตัดสินใจได้ดีขึ้น การแสดงอารมณ์บางอย่างเป็นประโยชน์ในระยะเวลาอันสั้น แต่หากมีการควบคุมให้ดีแล้ว อารมณ์ดังกล่าวจะมีประโยชน์มากขึ้นในระยะยาวอีกด้วย

4.1 เปิดใจรับต่อความรู้สึกทางบวกและทางลบ ที่ลึกลับและที่ไม่น่ากริ่มยได้

4.2 เมื่อคิดใคร่ครวญดีแล้วสามารถยึดถือหรือปลดปล่อยตนจากภาวะอารมณ์ความรู้สึกอันใดอันหนึ่งได้ โดยพิจารณาจากข้อมูลที่ได้รับและความเป็นประโยชน์

4.3 คิดอย่างพินิจพิเคราะห์ถึงภาวะอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเองและผู้อื่น เล็งเห็นได้ว่า ความรู้สึกเหล่านั้นชัดเจนจนอยู่ มีเหตุผลและส่งผลต่อการปฏิบัติของตนเองอย่างไร

4.4 บริหารจัดการอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ ลดความรุนแรงของอารมณ์ทางลบ ได้แสดงออกอารมณ์ทางบวกโดยไม่บิดเบือน หรือมีกลวิธีในการป้องกันตัวเองมากเกินไป

โกลแมน (Goleman, 1998 : 317 - 318) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่าความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วยความสามารถทางอารมณ์ส่วนบุคคล 3 มิติ และในทางสังคม 2 มิติ ดังนี้

ส่วนที่ 1 ความสามารถทางอารมณ์ส่วนบุคคล ซึ่งเป็นการบริหารจัดการตนเอง ด้วยองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ คือ ความตระหนักรู้ในตนเอง ความสามารถจัดระเบียบอารมณ์ของตนเอง และความสามารถในการจูงใจตนเอง

1. ความตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความ โน้มเอียง ของตน และหยั่งรู้ความเป็นไปได้ของตนและความพร้อมด้านต่าง ๆ

1.1 การตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนเอง คือ รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ขึ้นมา ของอารมณ์ที่เกิดขึ้นตามมา ซึ่งเป็นการรู้เท่าทันในอารมณ์ของตน

1.2 การประเมินตนเองได้ถูกต้อง คือ สามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้ถึงจิตเขตและข้อจำกัดของตน

2. การควบคุมอารมณ์ตนเอง หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับความรู้สึกภายใน ตนเองได้

2.1 การควบคุมตนเอง คือ ความสามารถควบคุม และจัดการกับภาวะอารมณ์ด้านลบ และสิ่งเร้าที่มากระตุ้นได้

2.2 ความเป็นที่ไว้วางใจ คือ การผดุงไว้ซึ่งความซื่อสัตย์ และคุณงามความดีของตน

2.3 การแสดงความรับผิดชอบในการกระทำของตน คือ รับผิดชอบในสิ่งที่ตนได้ กระทำไป

2.4 ความสามารถในการปรับตัว คือ การยืดหยุ่นและปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ ที่เปลี่ยนแปลงไป

2.5 ความคิดสร้างสรรค์สิ่งใหม่ คือ การเปิดใจกว้างรับแนวความคิดรูปแบบวิธีการ หรือข้อมูล

3. การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง หมายถึง แนวโน้มของอารมณ์ที่นำไปสู่เป้าหมาย

3.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ คือ ความพยายามที่จะปรับปรุงเพื่อให้ได้ และมุ่งสู่มาตรฐาน ที่เป็นเลิศ

3.2 พันธะสัญญา คือ การยึดมั่นและเชื่อมโยงเป้าหมายของตนเข้ากับเป้าหมาย ขององค์กร

3.3 ความริเริ่ม คือ การคิดริเริ่ม และพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติเมื่อมีโอกาสอำนวย

3.4 การมองโลกในแง่ดี คือ มีความเพียรพยายามที่จะบรรลุถึงเป้าหมาย แม้อุปสรรค ปัญหาที่ไม่ท้อถอย

ส่วนที่ 2 ความสามารถทางสังคม ซึ่งเป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 องค์ประกอบ คือ การร่วมรู้สึกและทักษะการอยู่ในสังคม

1. การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความ ต้องการ และข้อห่วงใยของผู้อื่น

1.1 การเข้าถึงผู้อื่น คือ การเข้าใจการรับรู้ถึงความรู้สึกมุมมอง ความสนใจตลอดจน ข้อวิตกกังวลของผู้อื่นได้

1.2 การพัฒนาผู้อื่น คือ การรับรู้และทราบถึงสิ่งที่ผู้อื่นควรปรับปรุงเพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้ตลอดจนพัฒนาความสามารถได้ถูกทาง

1.3 การมีจิตใจใฝ่บริการ คือ การคาดคะเน รับรู้ และตอบสนองความต้องการของลูกค้าหรือผู้ให้บริการ

1.4 เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล คือ การสร้างโอกาสจากความแตกต่างของบุคคล

1.5 การตระหนักรู้ถึงสถานการณ์ภายในกลุ่ม คือ รู้และเข้าใจสถานการณ์ความคิดเห็นของกลุ่ม และความสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่มได้

2. การมีทักษะทางสังคม หมายถึง ความคล่องแคล่วในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการด้วยความร่วมมือจากผู้อื่น

2.1 การมีอิทธิพลเหนือบุคคลอื่น คือ การมียุทธวิธีโน้มน้าวและชักชวน ผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ

2.2 การสื่อสาร คือ การเปิดรับข้อมูลและส่งสารที่ชัดเจน และน่าเชื่อถือ

2.3 การบริหารความขัดแย้ง คือ การเจรจาต่อรอง และหาหนทางแก้ไขปัญหาลดจนความคิดเห็นที่ไม่ลงรอยกัน

2.4 ความเป็นผู้นำ คือ การแนะนำ การผลักดัน และเป็นตัวอย่างให้กับตัวบุคคลและกลุ่มได้

2.5 การกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง คือ การริเริ่ม และการจัดการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านที่ดี

2.6 การเสริมสร้างสายสัมพันธ์ คือ การเสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจ และความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้น

2.7 การร่วมใจ คือ การทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายที่มีร่วมกัน

2.8 การเสริมสร้างความสามารถและทีมงาน คือ สร้างให้เกิดการประสานพลังของกลุ่มในการมุ่งสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้

เวซิงเจอร์ (Weisinger. 1998 : 19 - 21) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. การใช้ความฉลาดทางอารมณ์ภายในตน คือ การพัฒนา และใช้ความฉลาดทางอารมณ์เพื่อพัฒนาตนเอง ประกอบด้วย

1.1 การพัฒนาการรู้จักตนเองให้สูงขึ้น คือ ความสามารถในการสังเกตตนเองจากการกระทำ และสามารถมีอิทธิพลต่อการกระทำของตนเองเพื่อประโยชน์ต่อตนเอง

1.2 การจัดการอารมณ์ การเข้าใจอารมณ์เรา และใช้ความเข้าใจนั้นจัดการกับสถานการณ์อย่างได้ผลดี

1.3 การกระตุ้นตนเอง ความสามารถในการกระตุ้นตนเองเพื่อมุ่งไปสู่ความสำเร็จ สามารถจัดการกับความท้อถอยที่เกิดขึ้น โดยอาจใช้แรงบันดาลใจในการกระตุ้นตนเองจากเพื่อน ครอบครัว หรือสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว

2. การใช้ความฉลาดทางอารมณ์เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์ของตนเองกับผู้อื่น ประกอบด้วย

2.1 การพัฒนาทักษะการสื่อสารที่ดี คือ การเปิดเผยตนเอง การยื่นมือให้การฟังอย่างมีประสิทธิภาพ การวิจารณ์และการสื่อสารแบบเป็นทีม

2.2 การพัฒนาความชำนาญระหว่างบุคคล การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น คือ สามารถติดต่อกับผู้อื่นเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างมีความหมาย และเหมาะสม

2.3 การช่วยเหลือผู้อื่นให้ช่วยเหลือตนเองได้ โดยสามารถเข้าใจตนเองอย่างชัดเจน รู้ว่าจะทำให้คนที่ไม่มีความสามารถควบคุมตนเองให้สงบได้อย่างไร โดยเขาเชื่อว่ามี 4 แนวทางที่จะช่วยเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของผู้คนได้ คือ

2.3.1 ให้โอกาสได้รับรู้ ตีความ และแสดงภาวะอารมณ์ได้อย่างถูกต้อง

2.3.2 ไม่ได้ใช้ภาวะอารมณ์นั้น ๆ กับตนเองและผู้อื่น และเรียนรู้

2.3.3 ให้ได้เข้าใจอารมณ์และความรู้ที่ได้รับ

2.3.4 ให้ควบคุมอารมณ์และเอาชนะ สร้างพฤติกรรมในทางบวก

สรุปได้ว่า องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง เข้าใจความแตกต่างทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นทั้งกับตนเองและผู้อื่น องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ควบคุมความต้องการได้ เข้าใจความแตกต่างทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นทั้งกับตนเองและผู้อื่น รู้จักเห็นใจ และเข้าใจผู้อื่นเข้าใจ และยอมรับผู้อื่น นอกจากนี้ยังต้องมีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น เสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจกับผู้อื่นเพื่อมุ่งสู่เป้าหมายที่มีร่วมกัน ซึ่งผู้บริหารสถานศึกษา ควรความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาทั้งหมด 5 ด้าน คือ

- 1) การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง
- 2) การควบคุมอารมณ์ตนเอง
- 3) การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง
- 4) การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และ
- 5) การมีทักษะทางสังคม

ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา

ผู้บริหารสถานศึกษากับความฉลาดทางอารมณ์

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2551 : 174 - 175) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้บริหารหรือผู้นำที่จำเป็นต้องมี ไม่ใช่ว่าหากมีไว้ก็เป็นการดี ความเครียดกับผู้บริหารเป็นของคู่กัน ไม่อาจหลีกเลี่ยง เพราะในแต่ละวันต้องพบกับอารมณ์ที่หลากหลายของลูกน้องจากเพื่อน ร่วมงาน ปัญหาจากการปฏิบัติงานต่าง ๆ ผู้บริหารน่าจะมีฉลาดทางอารมณ์ คือจะต้องมีก็เป็นการดี เสาะหาผู้บริหารจัดการทางอารมณ์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนส่งผลต่อความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ความสามารถในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในการทำงานและยังช่วยส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล เปิดการทำงานเป็นทีม ผู้ร่วมงานมีขวัญกำลังใจในการทำงานส่งผลให้งานสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

พิมใจ วิเศษ (2554 : 25) กล่าวว่า ผู้บริหารจะต้องมีความฉลาดทางอารมณ์ จำเป็นต้องมี เพราะหากผู้บริหารหรือผู้นำมีความฉลาดทางอารมณ์ย่อมส่งผลดีต่อผู้บริหาร หรือผู้นำในการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง และบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนส่งผลต่อความสามารถในการทำงานร่วมกับคนอื่น ความสามารถในการ แก้ไขปัญหาความขัดแย้งในการทำงาน และยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกิดการทำงานเป็นทีม ผู้ร่วมงานมีขวัญและกำลังใจในการทำงาน ส่งผลให้งานสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป โดยสรุปผู้บริหารหรือผู้นำถ้ามีความฉลาดทางอารมณ์ สามารถรับรู้และเข้าใจความรู้สึกความต้องการของตนเองและของผู้อื่น เห็นอกเห็นใจ มองโลกในแง่ดีก็จะเป็นที่เคารพนับถือของผู้ใต้บังคับบัญชา ได้ใจลูกน้อง เป็นที่รักของเพื่อนร่วมงานและผู้ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งทำให้สามารถครองตน ครองคน และครองงาน ได้รับความสำเร็จของงานก็จะตามมา

สุริย์พร รุ่งกำจัด (2556 : 35) กล่าวว่า ผู้บริหารหรือผู้นำถ้ามีความฉลาดทางอารมณ์ สามารถรู้ และเข้าใจความรู้สึกความต้องการของตนเองและของคนอื่น เห็นอกเห็นใจ มองโลกในแง่ดีก็จะเป็นที่เคารพนับถือของผู้ใต้บังคับบัญชา ได้ใจลูกน้องเป็นที่รักของเพื่อนร่วมงานและผู้ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งทำให้สามารถครองตน ครองคน และครองงาน ความสำเร็จของงานก็จะตามมา

มานา ชื่นใจ (2558 : 26) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหาร ความสามารถของผู้บริหารที่เข้าใจ และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ อีกทั้งยังมีความสามารถในการเข้าใจอารมณ์และหยั่งรู้อารมณ์ของผู้อื่นได้ ผสมผสานอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นเข้าด้วยกันได้เป็นอย่างดี รวมไปถึงการรู้จักสร้างและรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ตลอดไป ผู้บริหารเข้าใจปฏิบัติตามองค์ประกอบเหล่านี้ได้เป็นอย่างดีแล้ว ย่อมประสบความสำเร็จในการบริหารอย่างแน่นอน

รดาการ ฐิพงษ์ (2558 : 44) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อผู้บริหาร ผู้บริหารที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะรู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง ควบคุมอารมณ์ จัดการอารมณ์ และแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีแรงจูงใจ ในการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย สามารถอดทน อดกลั้นต่อสภาพต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น มีความยืดหยุ่น รู้จักปรับตัว มองโลกในแง่ดี และมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ตลอดจนเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ส่งผลให้การบริหารงานสามารถติดต่อประสานงานและสั่งการได้ ประสพผลสำเร็จ เกิดการทำงานเป็นทีม เป็นผู้บริหารที่ผู้ใต้บังคับบัญชาให้การยอมรับนับถือ และนำไปสู่การปฏิบัติงานด้วยความเต็มใจ ส่งผลให้งานสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ

สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อผู้บริหารเป็นอย่างมาก เนื่องจาก ผู้บริหารจะต้องทำงานกับผู้อื่นอยู่เสมอ ดังนั้นผู้บริหารจะต้องควบคุมอารมณ์ จัดการอารมณ์ และแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น สามารถแก้ไขความขัดแย้งได้ จะทำให้ผู้ร่วมงานเคารพนับถือ ซึ่งจะส่งผลให้ทำงานได้อย่างราบรื่น และประสพผลสำเร็จ ตามจุดมุ่งหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาที่สอดคล้องกับแนวคิดของโกลแมน (Goleman)

1. การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2551 : 67) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นการเข้าใจ ห่วงรู้ความเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ ภาวะอารมณ์ ความต้องการของตนเองในแต่ละช่วงเวลา เข้าทำนองผู้ที่รู้จักตัวเอง และเอาชนะตัวเองได้ย่อมเป็นผู้ฉลาด

สมบุญธน์ ตันยะ และคณะ (2551 : 15) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการอธิบายถึงสาเหตุและผลของอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความต้องการ ความสนใจ พฤติกรรม ความสามารถ ข้อดีและข้อเสียของตนเองได้

วัลยา ธรรมพินิจวัฒน์ (2553 : 5) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นกระบวนการปรับตัวที่มีการเฝ้าสังเกตตนเองโดยอาศัยการประเมิน ข้อมูลจากการรับรู้หรือใช้ข้อมูลป้อนกลับ

สุพรรณณี ภูคำชัย (2556 : 37) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นความเข้าใจ เรื่องราว รู้จักตนเอง คือรู้จักความรู้สึกของเพศเกิดขึ้นทุกขณะจิต การรู้จักอารมณ์ และความคิดที่เกิด จากอารมณ์ และมีความสามารถปรับปรุงแก้ไขอารมณ์ได้ก็จะสามารถติดต่อประสานงาน และสั่งการได้อย่างประสพผลสำเร็จ

ชัยญารัตน์ ทับทิม (2557 : 29) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถ ที่จะรับรู้และเข้าใจความรู้สึก อารมณ์ และความต้องการของตนเอง ตลอดจนผลที่เกิดขึ้นกับบุคคล

อื่นอันเนื่องมาจากความรู้สึก อารมณ์ และความต้องการเหล่านั้นของตน มีความสามารถดังกล่าว มีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม มีความเชื่อมั่นในตนเอง เชื่อสัจย์ มีความรับผิดชอบ และสามารถติดต่อประสานงานได้ประสบผลสำเร็จ

โกลแมน (Goleman. 1998 : 93) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นการที่บุคคลรู้ว่าความรู้สึกอย่างไรในขณะนั้น บอกความรู้สึกของตนเองได้อย่างถูกต้องและเปิดเผย รู้ว่าเกิดอารมณ์ของตนเองมีสาเหตุมาจากสิ่งใด และมีผลกระทบต่อตนเองผู้อื่นและการปฏิบัติงานอย่างไร รู้สาเหตุของความวิตกกังวล ความคับข้องใจ มีสติรู้อยู่ตลอดเวลา รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง มีความมั่นใจในตนเอง สามารถตัดสินใจคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมั่นใจ ประกอบด้วย

1. การรู้เท่าทันอารมณ์ของตน รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้น และคาดคะเนผลที่จะตามมาได้

2. ความสามารถประเมินตนได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตน

3. ความมั่นใจในตน เชื่อมั่นในความสามารถและคุณค่าของตน

4. ความสามารถจัดการกับความรู้สึกภายในตนได้ในสภาวะที่เหมาะสมพอดี

เดนแฮม และเวสส์เบิร์ก (Denham and Weissberg. 2004 : 13) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ และสามารถระบุถึงความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่นจากการแสดงออกได้อย่างชัดเจน ทั้งสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ เพื่อการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

ซินส์ และคณะ (Zins and et al. 2004 : 7) กล่าวว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการระบุ และเข้าใจอารมณ์ของตนเอง การรับรู้ตนเอง การทำความเข้าใจข้อดี ความต้องการ และค่านิยมของตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง รวมไปถึงการมีแรงบันดาลใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

สรุปได้ว่า การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการรับรู้และเข้าใจ ในความต้องการความปรารถนา นิสัย อารมณ์ ความชอบ ความไม่ชอบของตนเอง ทั้งในด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ตลอดจนรู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง รู้ที่มาและสาเหตุของอารมณ์ที่เกิดขึ้น สามารถรับรู้ถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง แสดงออก อย่างเหมาะสม ตามกาลเทศะ รวมถึงการรู้ผลที่จะเกิดกับผู้อื่นอันเนื่องมาจากอารมณ์ของตนเอง

2. การควบคุมอารมณ์ตนเอง

สมบูรณันต์ ดันยะ และคณะ (2551 : 17) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถ ในการอธิบายถึงวิธีจัดการความเครียดและควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ และพฤติกรรมของตนเอง

ได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งความสามารถในการตั้งเป้าหมายในการทำงานและดำเนินการสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ได้

สุพรรณิ ภูเก้าชัย (2556 : 38) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เป็นไปอย่างมีเหตุผล มีการสั่งใจว่าควรทำไม่ควรทำ เสน่ห์อย่างหนึ่งที่ผู้ได้บังคับบัญชาการยอมรับ อันจะนำไปสู่การปฏิบัติงานด้วยความเต็มใจ

สุภาภรณ์ เอกเผ่าพันธุ์ (2556 : 58) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถของบุคคลที่จะบริหารจัดการอารมณ์ของตน โดยรู้จักควบคุมอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างชาญฉลาด และเหมาะสมที่สุด ไม่เป็นภัยต่อตนเองและสังคมรอบข้าง

สุรีย์พร รุ่งคำจัด (2556 : 19) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ควบคุมตนเองได้ ยืดหยุ่นและปรับตัวตามสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอด

ชญญารัตน์ ทับทิม (2557 : 29) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างมีเหตุผล อีกทั้งสามารถที่จะใช้ความคิดก่อนลงมือปฏิบัติได้ สามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ที่ยุ่งยากได้อย่างเหมาะสม

โกลแมน (Goleman, 1998 : 93 - 102) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถคิดอย่างมีเหตุผลยอมรับและก้าวทันต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ใช้คำพูดอย่างระมัดระวังเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ยอมรับความล้มเหลวและหาทางออกได้อย่างสมเหตุสมผล ประกอบด้วย

1. การควบคุมตน สามารถจัดการกับภาวะอารมณ์ความฉุนเฉียวได้
 2. การเป็นคนที่ไม่ไว้วางใจ กระทำสิ่งต่าง ๆ โดยรักษาความซื่อสัตย์และคุณงามความดี
 3. การเป็นผู้ใช้สติปัญญาแสดงความรับผิดชอบ
 4. การมีความสามารถในการปรับตัว มีความยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ
 5. การมีความสามารถในการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ เปิดใจกว้างกับความคิดหรือข้อมูล
- ได้อย่างนี้มีความสุข

เดนแฮม และเวสต์เบิร์ก (Denham and Weissberg, 2004 : 13 - 50) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการกำกับอารมณ์ของตนเอง ทั้งอารมณ์ทางบวกและทางลบ เพื่อให้สามารถสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น

ซินส์ และคณะ (Zins and et al. 2004 : 7) กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมความต้องการตนเอง การจัดการความเครียด การจูงใจตนเอง การมีวินัยในตนเอง รวมไปถึงการตั้งเป้าหมาย และการมีทักษะการจัดการอย่างเป็นระบบ

สรุปได้ว่า การควบคุมอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม และสร้างสรรค์ สามารถควบคุมตนเองได้ เรียนรู้ที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ทั้งทางด้านความโกรธแค้นเฉียว ความไม่พอใจในด้านต่าง ๆ ได้ เข้าใจความรู้สึกที่เกิดขึ้นและสามารถแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงและเป็นที่ยอมรับของสังคมได้

3. การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง

พิมใจ วิเศษ (2554 : 7) กล่าวว่า การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง เป็นแนวโน้มของมนุษย์ที่จะนำไปสู่เป้าหมายที่ปรารถนาโดยไม่ทอดทิ้ง และมุ่งมั่นในการไปสู่เป้าหมายอย่างมั่นคงแม้จะมีอุปสรรค

สุพรรณณี ภู่อำชัย (2556 : 38) กล่าวว่า การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง เป็นการจัดการอารมณ์ของตนเองให้เกิดแรงกระตุ้นที่ทำให้เอาชนะตนเองได้ เช่น แรงกระตุ้นจากความมานะ ความขยันอดทน ความกระตือรือร้น ความพยายาม

สุภาภรณ์ เอกเผ่าพันธุ์ (2556 : 59) กล่าวว่า การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง เป็นความสามารถของบุคคลในการควบคุมตนเองให้เกิดแรงกระตุ้น เกิดกำลังใจ มีความภาคภูมิใจในตนเอง มองโลกในแง่ดี สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองทำงานได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

ธัญญา รัตน์ ทับทิม (2557 : 29) กล่าวว่า การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง เป็นความสามารถในการสร้างแรงกระตุ้นและผลักดันตนเองด้วยความมานะ ความขยันอดทน ความกระตือรือร้นในความพยายามที่จะทำงานให้มีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

มานา ชื่นใจ (2558 : 30) กล่าวว่า การสร้างจูงใจให้แก่ตนเอง เป็นการกระตุ้นเตือนตนให้คิดเริ่มอย่างมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ผลักดันตนสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ จะนำมาซึ่งความสำเร็จ อดทน รอได้ ไม่หุนหันใจเร็วควนได้ ผู้ที่สามารถทำได้ดังนี้ถือเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในงานมุ่งสู่เป้าหมายอย่างมีพลังความตั้งใจมั่น มองอะไรที่ไม่ยึดติดกับเงิน ผลประโยชน์หรือตำแหน่ง

เมเยอร์ และสโลเวย์ (Mayer and Salovey. 1997 : 3) กล่าวว่า การสร้างจูงใจให้แก่ตนเอง เป็นสร้างแรงจูงใจให้ตนเองคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้กระตุ้นเตือนตนเองให้มีความกระตือรือร้น มุ่งมั่นไม่ทอดทิ้ง สามารถอดทนรอผลที่ดีกว่าในภายหลัง มีความเชื่อมั่นว่าทำได้ฝึกฝนตนเอง มีทัศนะมองโลกในแง่ดี

โกลแมน (Goleman. 1998 : 93) กล่าวว่า การสร้างจิตใจให้แก่ตนเอง เป็นการใช้พลังความรู้สึภายใน เพื่อเป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้ตนทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยไม่คำนึงถึงสิ่งจูงใจภายนอก เช่น เงินหรือสิ่งตอบแทนอื่น ๆ มีความพอใจที่จะปรับปรุงงานให้ดีขึ้นกว่าเดิม สร้างทางเลือกใหม่ในการทำงานที่จะสามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ดี มองโลกในแง่ดี ไม่ห่อถอยต่ออุปสรรคและความล้มเหลว ประกอบด้วย

1. การมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พยายามปรับปรุงสิ่งต่าง ๆ ให้ได้มาตรฐานที่ดี
2. การมีความจงรักภักดียึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่มและองค์กร
3. การมีความคิดริเริ่มและพร้อมที่จะปฏิบัติตาม โอกาสที่อำนวย
4. การมองโลกในแง่ดีเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคได้อย่างไม่ย่อท้อจนสำเร็จบรรลุผล

สรุปได้ว่า การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง เป็นความสามารถในการสร้างแรงกระตุ้นและผลักดันตนเองให้ทำงานอย่างมีความสุข มีการตั้งเป้าหมายและวางแผนงานเพื่อความสำเร็จ มีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง การคิดบวกเพื่อการสร้างแรงผลักดันที่ดีในการทำงาน รู้จักรับมือกับความผิดหวัง อีกทั้งยังการสร้างกำลังใจ ความภาคภูมิใจในการทำงานให้แก่ตนเอง และให้รางวัลกับตัวเอง ตลอดจนการสร้างพลังให้ตนเองทำงานให้สำเร็จลุล่วง บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้

4. การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

พิมใจ วิเศษ (2554 : 7) กล่าวว่า การเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น เป็นการมีความเข้าใจผู้อื่นรับรู้ และยอมรับความต้องการของผู้อื่นช่วยส่งเสริมความสามารถของผู้อื่นหรือจะประสานสัมพันธ์กับผู้อื่นและให้กำลังใจผู้อื่นเมื่อมีโอกาส

สุพรรณณี ภูคำชัย (2556 : 38) กล่าวว่า การเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น เป็นความสามารถในการอ่านความรู้สึกของคนอื่น ได้อย่างเข้าใจและถูกต้องรวมไปถึงสามารถอ่านภาษากาย ซึ่งเป็นท่าทางของการแสดงออกของอารมณ์ผู้อื่นเป็นและมีความรู้สึกที่ว่าถ้าเราเป็น หรือเรามีอารมณ์อย่างเขาเราจะทำอย่างไร

สุภาภรณ์ เอกเผ่าพันธุ์ (2556 : 59) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เป็นการรับรู้รู้ความรู้สึกผู้อื่นเป็นความสามารถของบุคคลที่จะรับรู้ความต้องการของผู้อื่นเป็นภาษากายคือ ท่าทางการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ รู้ความต้องการของผู้อื่น และตอบสนองอารมณ์ความต้องการของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและชาญฉลาด

ธัญญารัตน์ ทับทิม (2557 : 29) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เป็นความสามารถในการเข้าใจธรรมชาติอารมณ์ของคนอื่น ๆ มีทักษะที่จะปฏิบัติต่อคนอื่น ๆ ได้อย่างเหมาะสม และสามารถที่จะตอบสนองต่อความต้องการทางอารมณ์ของผู้อื่น สามารถปรับตัวกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างสร้างสรรค์ ทำให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

มานา ชื่นใจ (2558 : 30) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เป็นความสามารถ เอาใจเขามาใส่ใจเราเป็นพื้นฐานของ “เก่งคน” รู้ทันในความรู้สึก ความต้องการ ข้อวิตกกังวลของผู้อื่นได้อย่างชำนาญ มีไหวพริบ มีความสำคัญบางอาชีพ เช่น งานที่เกี่ยวกับการรักษาพยาบาล การขาย การสอน และการบริหารจัดการ

เมเยอร์ และส โลเวย์ (Mayer and Salovey. 1997 : 3 - 31) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เป็นการมีความรู้สึกร่วม มีความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถรับรู้อารมณ์ต้องการ และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

โกลแมน (Goleman. 1998 : 93 - 102) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เป็นการรับรู้ ความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น สามารถรับรู้ สนใจในแง่จิตทัศน์ของผู้อื่นที่รอบข้าง ตัดสินใจทำอะไรโดยคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น ไม่ใช่ความคิดของตนเป็นหลัก ประกอบด้วย

1. การมีความเข้าใจผู้อื่น ตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความคิด และมุมมองของผู้อื่น สนใจผู้อื่น และความวิตกกังวลของผู้อื่นมากขึ้น
2. การมีจิตใจมุ่งบริการ คาดคะเน รับรู้และตอบสนองต่อความต้องการของบุคคลอื่น หรือผู้ที่มาติดต่อสัมพันธ์ด้วยได้อย่างดี
3. การพัฒนาผู้อื่นทราบความต้องการ ช่วยส่งเสริมให้เขามีความรู้และความสามารถให้ถูกทาง
4. การให้โอกาสบุคคลอื่น สามารถสังเกตเห็นความเป็นไปได้จากการมองเห็นความแตกต่างของคนโดยไม่แบ่งแยก
5. ตระหนักรู้ถึงทัศนคติ ความคิดเห็นของกลุ่ม สามารถคาดคะเนสถานการณ์ และความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มได้

สรุปได้ว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เป็นความสามารถในการรับรู้ความรู้สึก อารมณ์ และความต้องการของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจที่มาและสาเหตุของอารมณ์ของผู้อื่น การใส่ใจในความรู้สึกของผู้อื่น เป็นผู้รับฟังที่ดี สามารถตอบสนองความต้องการของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและชาญฉลาด โดยเข้าใจถึงธรรมชาติของความแตกต่าง ระหว่างบุคคล มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเพื่อสร้างความคุ้นเคย และเรียนรู้ความต้องการของผู้อื่น

5. การมีทักษะทางสังคม

สมบุรณ์ ดันยะ และคณะ (2551 : 17) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถ ในการอธิบายถึงเหตุและผลของอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น เคารพและตระหนักถึงความเหมือน และความต่างระหว่างบุคคลและสังคม ตลอดจนตระหนักถึงผลประโยชน์ของสังคมได้

สุพรรณิ ภู่อำชัย (2556 : 38) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถในการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น และรักษาให้ยืนนาน รู้จักทำงานเป็นทีม รู้จักเห็นอกเห็นใจและเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น ซึ่งจะส่งผลให้ได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายเป็นอย่างดี

กาญจน์กมล สุวิทยารัตน์ (2557 : 132) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถในการแสดงออกถึงความชำนาญของบุคคลในการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น ด้วยการแสดงออกและการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ประกอบด้วย การแสดงออกทางอารมณ์ การแสดงออกทางสังคม การสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม

ธัญญารัตน์ ทับทิม (2557 : 29) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ตลอดจนสามารถที่จะรักษาสัมพันธ์ภาพให้คงอยู่ ทำให้เกิดความสามัคคีปรองดองกัน เคยมีมนุษย์สัมพันธ์ดี มีเมตตากรุณา เห็นอกเห็นใจจากการให้อภัยมองโลกในแง่ดี ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นคุณค่าของคนอื่น ส่งผลให้ได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายเป็นอย่างดี

มานา ชื่นใจ (2558 : 30) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถในการสร้างและรักษาเครือข่ายสายสัมพันธ์ส่วนตัวและที่เกี่ยวกับงาน ไว้ ซึ่งมีความสำคัญอย่างมากกับความเป็นผู้มีชื่อเสียงความเป็นผู้นำ และความเก่ง

โกลแมน (Goleman. 1998 : 93 - 102) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น สามารถเป็นมิตรกับบุคคลได้ทุกประเภท มีความสามารถในการพูด โน้มน้าว ชักจูงให้ผู้อื่นคล้อยตามกับสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม การสร้างความร่วมมือในการทำงานและความสามัคคีในหมู่คณะ สามารถทำให้ผู้ที่อยู่รอบข้างมีความสุขประกอบด้วย

1. การมีความสามารถในการโน้มน้าวใจมีกลวิธีในการโน้มน้าวความคิดเห็นของบุคคลอื่นได้อย่างนุ่มนวล แนบเนียนและได้ผล

2. การสื่อความหมายที่ดี ชัดเจน ถูกต้อง มีความน่าเชื่อถือ

3. การมีความเป็นผู้นำ สามารถโน้มน้าว จูงใจ หรือผลักดันได้เป็นอย่างดีและถูก

ทิศทาง

4. มีความสามารถกระตุ้น และริเริ่มให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดี

5. มีความสามารถในการบริหารความขัดแย้งได้ดี เจรจาต่อรองแก้ไขหาทางยุติข้อขัดแย้ง ได้อย่างเหมาะสม

6. การสร้างสายสัมพันธ์ความร่วมมือร่วมใจกันเพื่อปฏิบัติการกิจให้บรรลุเป้าหมาย

7. การมีความร่วมมือกันทำงานเพื่อมุ่งสู่เป้าหมายให้เกิดพลังร่วมมือของกลุ่มหมวดสมรรถนะส่วนบุคคล เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับตนได้อย่างดี

เดนแฮม และเวสต์เบิร์ก (Denham and Weissberg, 2004 : 13) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถในการรับรู้เข้าใจ และสามารถระบุถึงความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่น จากการแสดงออกได้อย่างชัดเจน รวมทั้งสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจเพื่อการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้อย่างไร

ซินส์ และคณะ (Zins and et al. 2004 : 7) กล่าวว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นความสามารถในการแสดงมุมมองที่มีความเห็นอกเห็นใจและเคารพผู้อื่น

สรุปได้ว่า การมีทักษะทางสังคม เป็นการสร้างมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น รู้เท่าทันอารมณ์ของผู้อื่น สามารถสร้างความสัมพันธ์ กับผู้อื่น ได้ดี สามารถสื่อสารกับผู้อื่น ได้อย่างเข้าใจ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น มีความอดทนและเรียนรู้การให้อภัยในการอยู่ร่วมกันในสังคม สร้างบรรยากาศที่ดีในการทำงานร่วมกับผู้อื่น มีความเข้าใจสถานการณ์ต่าง ๆ มีความยืดหยุ่น สามารถแก้ปัญหาได้ และสามารถบริหารความขัดแย้งได้เป็นอย่างดี

นโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

การบริหารงานของผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องมีการดำเนินงานให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ซึ่งผู้บริหารจะต้องดำเนินงานภายใต้ นโยบายและกลยุทธ์ที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้ตั้งไว้ โดยมีภารกิจหลักในการจัดและส่งเสริมการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้กำหนดนโยบายเพื่อพัฒนาการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน ไปในทิศทางที่สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ ระยะ 20 ปี (พ.ศ. 2560 - 2579) แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564) แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 - 2579 และยุทธศาสตร์กระทรวงศึกษาธิการ มุ่งมั่นพัฒนาการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานให้ ผู้เรียนเป็นคนดี มีวินัย ภูมิใจในชาติ และมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว โดยความเห็นชอบของ คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2560 : 39 - 46) ซึ่งมีนโยบายและยุทธศาสตร์ ดังนี้

นโยบายที่ 1 ด้านการจัดการศึกษาเพื่อความมั่นคง

ยุทธศาสตร์ที่ 1

1. เสริมสร้างความมั่นคงของสถาบันหลัก และการปกครองในระบอบ ประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

2. ปลูกฝังผู้เรียนด้านคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์

3. พัฒนาการจัดการศึกษาโรงเรียนในเขตพื้นที่พิเศษให้เหมาะสมตามบริบทของพื้นที่

นโยบายที่ 2 ด้านการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน และส่งเสริมการจัดการศึกษาเพื่อสร้างขีดความสามารถในการแข่งขัน

ยุทธศาสตร์ที่ 2

1. เสริมสร้างความเข้มแข็งในการพัฒนาผู้เรียนอย่างมีคุณภาพด้วยการปรับ หลักสูตร การวัด และประเมินผลที่เหมาะสม

2. พัฒนาคุณภาพกระบวนการเรียนรู้

3. สร้างขีดความสามารถในการแข่งขัน

4. ส่งเสริมสนับสนุนการทำวิจัยและนำผลการวิจัยไปใช้พัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษา

นโยบายที่ 3 ด้านการส่งเสริม พัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษา

ยุทธศาสตร์ที่ 3

1. พัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษาให้สามารถจัดการเรียนรู้อย่างมีคุณภาพในรูปแบบที่หลากหลาย เช่น

2. พัฒนาระบบการบริหารงานบุคคลให้มีประสิทธิภาพ โดยเชื่อมโยงกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

นโยบายที่ 4 ด้าน โอกาส ความเสมอภาค และความเท่าเทียม การเข้าถึงบริการทางการศึกษา

ยุทธศาสตร์ที่ 4

1. เพิ่มโอกาสการเข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพ

นโยบายที่ 5 ด้านการจัดการศึกษาเพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

ยุทธศาสตร์ที่ 5

1. จัดการศึกษาเพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิต

นโยบายที่ 6 ด้านการพัฒนาระบบบริหารจัดการและส่งเสริมให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา

ยุทธศาสตร์ที่ 6

1. พัฒนาระบบบริหารจัดการให้มีประสิทธิภาพ

2. สร้างความเข้มแข็งในการบริหารจัดการแบบมีส่วนร่วม

3. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมพัฒนาคุณภาพผู้เรียน

จากนโยบายข้างต้นนั้น จะเห็นได้ว่าสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้มุ่งพัฒนา ไม่ว่าจะเป็นการคุณภาพการศึกษา การพัฒนาและพัฒนาระบบบริหารจัดการ นอกจากนี้ยังกำหนดให้มีการส่งเสริมการจัดการศึกษาเพื่อสร้างขีดความสามารถในการแข่งขัน และส่งเสริม

ให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา ซึ่งผู้บริหารจะต้องทำงานร่วมกับผู้อื่น หรือหน่วยงานอื่น อยู่เสมอ ดังนั้นผู้บริหารควรมีความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้การทำงาน ประสานงาน หรือขอความร่วมมือจากหลายภาคส่วนนั้นเป็นไปด้วยความเรียบร้อย และสามารถบรรลุจุดประสงค์ ของงานได้เป็นอย่างดี

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยต่างประเทศ

คิง (King. 1999 : 2) ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์กับผู้นำโรงเรียน พบว่า 1) ผู้บริหารรับรู้อารมณ์ได้สูงกว่าผู้ที่กำลังเรียนเพื่อเป็นผู้บริหาร 2) เพศหญิงมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเพศชาย 3) ประสบการณ์การเป็นผู้นำมีความสัมพันธ์ ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ และ 4) ผู้มีอายุตั้งแต่ 40 ปีลงมาจะจัดการกับอารมณ์ได้ยากกว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า 40 ปีขึ้นไป

โจนส์ (Jones. 2000 : 441) ได้ศึกษา องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ ของนางอีลีเนอร์ รูสเวลท์ (Eleanor Roosevelt) ภรรยาของอดีตประธานาธิบดีรูสเวลท์ แห่งประเทศ สหรัฐอเมริกา โดยได้นำไปประยุกต์ใช้เป็นแบบภาวะผู้นำของเธอ ผลการศึกษาพบว่า ความสำเร็จ เกี่ยวกับการใช้ภาวะผู้นำนั้นเป็นเพราะใช้ความฉลาดทางอารมณ์นำมาประยุกต์ใช้เป็นแบบ ภาวะผู้นำด้วย

นาตาลี และคณะ (Natalie and et al. Online. 2010) ได้ศึกษา ผลกระทบของความฉลาดทางอารมณ์จำแนกตามอายุ ประสบการณ์ในการทำงาน และผลงานทางวิชาการ พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับประสบการณ์ในการทำงาน ความฉลาดทางอาจเป็นปัจจัย ที่เกี่ยวข้องกับผลงานทางวิชาการ ซึ่งวัดจากเกรดเฉลี่ยของนักเรียน แปลความฉลาดทางอารมณ์ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความฉลาดการเรียนรู้ทางด้านวิชาการเสมอไป

งานวิจัยในประเทศ

ศศิธร ศิริพัฒน์ โกศล (2553 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหาร สถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระแก้ว เขต 2 พบว่า 1) ความฉลาดทางอารมณ์ ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระแก้ว เขต 2 มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง 2) การเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหาร สถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระแก้ว เขต 2 จำแนกตามขนาดโรงเรียน โดยรวม และรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ 3) ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหาร สถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระแก้ว เขต 2 จำแนกตามประสบการณ์

ในการบริหาร โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และ 4) ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระแก้ว เขต 2 จำแนกตามสถานภาพสมรส โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สุจิตรา วรพุฒ (2555 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจะเขิงเทรา เขต 2 พบว่า 1) ความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาและครูผู้สอน เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจะเขิงเทรา เขต 2 โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับปานกลาง 2) เปรียบเทียบความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาและครูผู้สอน เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจะเขิงเทรา เขต 2 โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจะเขิงเทรา เขต 2 ตามความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา จำแนกตามอายุ และประสบการณ์ในการบริหาร โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และ 4) เปรียบเทียบความคิดเห็นของผู้บริหารจากสถานศึกษา 3 ขนาด คือ สถานศึกษาขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจะเขิงเทรา เขต 2 โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ธัญญารัตน์ ทับทิม (2557 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาและครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาลิงห์บุรี พบว่า 1) ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาและครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาลิงห์บุรี โดยรวมอยู่ในระดับมาก และ 2) ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาและครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาลิงห์บุรี จำแนกตามตำแหน่ง พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน สุขภาพร่างกาย และขนาดโรงเรียน พบว่า ไม่แตกต่างกัน

เจนวิทย์ จงใจ (2558 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 1 - 4 พบว่า 1) ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี โดยรวมอยู่ในระดับน้อย และ 2) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี จำแนกตามประสบการณ์ในการบริหาร พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รดาการ ฐิริพงษ์ (2558 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 35 พบว่า 1) ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 35 โดยรวมอยู่ใน ระดับมากที่สุด และ 2) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 35 จำแนกตามเพศอายุ และระดับการศึกษาพบว่า มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน จำแนกตามประสบการณ์ พบว่า มีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ปัทมทัต วลาบุรณ์, เจริญวิษณุ สมพงษ์ธรรม และสิทธิพร นิยมศรีสมศักดิ์ (2559 : 23) ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับแรงจูงใจในการทำงานของครูผู้สอนโรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดจันทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 17 พบว่า 1) ความฉลาดทางอารมณ์ของครูผู้สอนโรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดจันทบุรี สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 17 โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก 2) ความฉลาดทางอารมณ์ของครูผู้สอนโรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดจันทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 17 จำแนกตามสถานภาพบุคคล และวุฒิการศึกษาแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ จำแนกตามตำแหน่ง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และจำแนกตามเพศ อายุ ขนาดโรงเรียน และรายได้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 3) แรงจูงใจในการทำงานของครูผู้สอนโรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดจันทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 17 โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก 4) แรงจูงใจในการทำงานของครูผู้สอนโรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดจันทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 17 จำแนกตามตำแหน่ง สถานภาพบุคคล และวุฒิการศึกษา แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และจำแนกตามอายุ ขนาดโรงเรียน และรายได้ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 5) ความฉลาดทางอารมณ์กับแรงจูงใจในการทำงานของครูผู้สอนโรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดจันทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 17 โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

สมฤทัย คุ้มสกุล (2559 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1 พบว่า 1) ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1 โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก 2) การเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1 จำแนกตามเพศ โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1 จำแนกตาม

ประสบการณ์ในการบริหาร โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และ

4) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1 จำแนกตามที่ตั้งของโรงเรียน โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จะเห็นได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษามีความสำคัญต่อการปฏิบัติงานในบทบาทหน้าที่ของผู้บริหารเป็นอย่างยิ่ง โดยผู้บริหารจะต้องจัดการกับอารมณ์ของตนและควบคุมอารมณ์ของตนเองให้ได้ ทำความเข้าใจกับอารมณ์ของตนเอง รู้ที่มาและสาเหตุของอารมณ์ที่เกิดขึ้น นอกจากจะเข้าใจอารมณ์ของตนเองแล้ว ผู้บริหารยังต้องเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นอีกด้วย ต้องมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น รู้ความต้องการของผู้อื่น และผู้บริหารจะต้องเป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นอยู่เสมอ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษาทั้ง 5 ด้านคือ การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง การควบคุมอารมณ์ตนเอง การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และการมีทักษะทางสังคม เพื่อให้ผู้บริหารสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี