



การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4

คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565

ภาควิชา คำโย, เพื่อนใจ รัตตากร

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565 จำนวน 47 คน โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปี 2543 โดยใช้วิธีการรายงานตนเอง (self-report) ประกอบไปด้วย 2 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ คะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 มีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่งและด้านสุขอยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ และมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีอยู่ในระดับสูงกว่าเกณฑ์ปกติ ซึ่งเป็นผลมาจากการประสบการณ์ที่เพิ่มมากขึ้น ตลอดจนการศึกษาและการฝึกปฏิบัติงานในชั้นคลินิก และการมีกิจกรรมยามว่างที่ชอบ

คำสำคัญ : นักศึกษากิจกรรมบำบัด, ความฉลาดทางอารมณ์

Abstract

This study aimed to study the emotional quotient of the fourth year Occupational therapy students, Faculty of Associated Medical Sciences, Chiang Mai University, Academic year 2022. Data were collected from 47 students by using the Emotional Intelligence Assessment for adults (18-60 years old) of the Department of Mental Health. Ministry of Public Health, 2000, by self-report method. The questionnaire consists of 2 part, the first part is general information questionnaire and the second part is the Emotional Intelligence Assessment for adults (18-60 years old). Data were analyzed by using descriptive statistics, including the highest score, the lowest score, percentage, mean and standard deviation.

The study found that The 4th year Occupational therapy students had emotional quotient in terms of intelligence part and happiness part on normal level. And emotional quotient in term of good attitude part in higher level as a result of increasing experience as well as education, practical training and having favorite leisure activities.

Keywords : occupational therapy student, emotional quotient

บทนำ

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient หรือ EQ) คือ ชุดขีดความสามารถของสมรรถนะ และทักษะทางจิตพิสัย ที่ส่งผลต่อความสามารถที่จะประสบความสำเร็จ (Bar-On, 1997 อ้างถึงใน ปฏิภาณ กุลพันธ์, 2563) ความสามารถทางอารมณ์จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2543) สามารถตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ควบคุมอารมณ์ และตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง ได้อย่างถูกต้อง ตลอดจนสร้างสัมพันธ์ที่ดีและดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (วิเชียร เกตุสิงห์ และ คณะ, 2552) การวัดค่าความฉลาดทางอารมณ์นั้นเริ่มมีการใช้อย่างแพร่หลายตั้งแต่ปี 1995 โดยเกณฑ์การ วัดค่าความฉลาดทางอารมณ์นี้อาจชี้ให้เห็นถึงการเข้าใจอารมณ์และผลลัพธ์ของอารมณ์ที่มีต่อพฤติกรรมต่าง ๆ แต่ในชีวิตการทำงานไม่สามารถวัดค่าความสามารถในการนำความรู้เกี่ยวกับอารมณ์มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ (Justin Bariso, 2018) ซึ่งการทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดของความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ นั้นเป็นการเรียนรู้จากอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง เป็นการเรียนรู้พุทศุภายใน และสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองในทางที่สร้างสรรค์ ซึ่งนอกจากจะทำให้บุคคลเข้าใจตนเองแล้ว ยังทำให้รู้ถึงความคิด ความรู้สึก ของผู้อื่นอีกด้วย ก่อให้เกิดการยอมรับ เกื้อหนุน และเพิ่มพูนความคิดสร้างสรรค์ให้แก่กันและกัน (วิระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542) ถ้าพิจารณาตามบทบาทหน้าที่ของนักกิจกรรมบำบัดที่มีหน้าที่ป้องกัน ส่งเสริม บำบัดและ รักษาแก่ผู้รับบริการทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การสร้างสัมพันธ์ภาพและการเข้าใจผู้อื่นแล้ว จะพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับการประกอบอาชีพนักกิจกรรมบำบัด เนื่องจากงาน กิจกรรมบำบัดเป็นงานบริการที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ เช่น นักกายภาพบำบัด แพทย์ พยาบาล และ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับผู้รับบริการและญาติ ดังนั้นนักศึกษากิจกรรมบำบัดจำเป็นต้องมีคุณธรรม จริยธรรม และมีความรับผิดชอบในขณะที่กำลังศึกษาอยู่ เพื่อให้เกิดผลดีต่อการเรียนรู้และปฏิบัติทางคลินิก เพื่อให้ได้ สมรรถนะหลัก (core competency) ตามโครงสร้างของหลักสูตรที่ได้ดูเฉพาะความรู้ความสามารถเชิง วิชาชีพ (hard skill) เท่านั้นแต่นักศึกษากิจกรรมบำบัดจะต้องมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (soft skill) เพื่อให้ เก่ง ดี และมีสุข ที่ถือเป็นอัตลักษณ์สำคัญของนักศึกษากิจกรรมบำบัด (OT identity) ร่วมด้วย ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นเรื่องจำเป็นสำหรับนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 ที่เป็นชั้นปีสุดท้ายในการ เรียนก่อนก้าวข้ามไปสู่การเป็นนักวิชาชีพอย่างเต็มตัว ที่จะต้องมีการเตรียมความพร้อมอย่างมากในการฝึก ปฏิบัติงานในช่วงชั้นทางคลินิก ซึ่งหนึ่งในทักษะที่สำคัญสำหรับใช้ในการฝึกปฏิบัติงานทางคลินิกก็คือ การเข้าใจ ความรู้สึกของคนอื่น การตระหนักรู้ในตนเอง และการมีคุณธรรมและจริยธรรม (The school of life, 2021) ดังนั้นในการศึกษารั้งนี้ผู้วิจัยจึงเห็นว่า การได้มีโอกาสสำรวจตัวเองจะเป็นโอกาสที่ดีที่จะเกิดการพัฒนาใน ด้านต่าง ๆ ของตัวเองให้สอดคล้องกับวิชาชีพกิจกรรมบำบัดต่อไป ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงความฉลาดทาง อารมณ์ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 เพื่อให้นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 ได้มีโอกาสสำรวจตัวเอง



และมีแนวทางในการแสดงออกอย่างเหมาะสม แสดงความคิดอย่างสร้างสรรค์ รับรู้และตอบสนองอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม และรับผิดชอบต่อส่วนรวม รวมถึงความสุขและความพึงพอใจในตนเองของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 ซึ่งจะส่งผลดีต่อกระบวนการทางกิจกรรมบำบัดต่อไป

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง การเรียนรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง รวมถึงการเรียนรู้และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นเพื่อตอบสนองได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนการสร้างสัมพันธภาพที่ดีและดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งกรมสุขภาพจิต (2543) ได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม คือ

1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

- รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง
- ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง
- แสดงออกอย่างเหมาะสม

1.2 ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น

- ใส่ใจผู้อื่น
- เข้าใจและยอมรับผู้อื่น
- แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบ

- รู้จักการให้ รู้จักการรับ
- รู้จักรับผิดชอบ รู้จักให้อภัย
- เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2. ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.1 ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง

- รู้จักศักยภาพของตนเอง
- สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้
- มีความมุ่งมั่นที่จะไปถึงเป้าหมาย



2.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา

- รับรู้และเข้าใจปัญหา
- มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
- มีความยืดหยุ่น

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

- รู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
- กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
- แสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

3. ความสุข คือ ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ

3.1 ภูมิใจในตนเอง

- เห็นคุณค่าในตนเอง
- เชื่อมั่นในตนเอง

3.2 พึงพอใจในชีวิต

- รู้จักมองโลกในแง่ดี
- มีอารมณ์ขัน
- พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 มีความสงบทางใจ

- มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข
- รู้จักผ่อนคลาย
- มีความสงบทางจิตใจ

นอกจากนี้ Goleman (1998 อ้างถึงใน วิเชียร เกตุสิงห์, อัจฉรา สุขารมณ์, อรุณศรี ละอองแก้ว และ สุวีณา เกนทะนะศิล, 2552) ได้กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ มี 2 องค์ประกอบ คือ สมรรถนะส่วนบุคคล หรือความสามารถส่วนบุคคล และสมรรถนะทางสังคม หรือความสามารถทางสังคม โดยมีรายละเอียดดังนี้

สมรรถนะส่วนบุคคล หรือความสามารถส่วนบุคคล มีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. การตระหนักรู้ตนเอง ได้แก่ มีความตระหนักรู้และรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้ว่าตนเองรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด รู้จุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง
2. การกำกับหรือการควบคุมตนเอง ได้แก่ กำกับควบคุมและจัดการกับสภาวะอารมณ์ของตนเองได้ มีความรับผิดชอบ สามารถปรับตัวได้ ยืดหยุ่นต่อการเปลี่ยนแปลง การผลักดันตนเอง ได้แก่ การมีพลังขับเคลื่อนสู่ความสำเร็จ มองโลกในแง่ดี มุ่งมั่น ไม่กลัวความล้มเหลว



สมรรถนะทางสังคม หรือความสามารถทางสังคม มีองค์ประกอบ

1. การเอาใจเขาใส่ใจเรา ได้แก่ เข้าถึงในอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการของผู้อื่น ยอมรับบุคคลที่มีความแตกต่าง
2. ทักษะทางสังคม ได้แก่ การสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี สื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ จัดการความขัดแย้งได้ มีความเป็นผู้นำ

งานกิจกรรมบำบัดกับความฉลาดทางอารมณ์

วิชาชีพกิจกรรมบำบัด เป็นวิชาชีพที่ใช้กิจกรรมที่มีจุดมุ่งหมายและความหมายสำหรับแต่ละบุคคล เป็นสื่อกลางในการช่วยบำบัดความเจ็บป่วย ไม่เฉพาะแต่ทางร่างกาย ยังรวมไปถึงจิตใจ โดยกลุ่มผู้รับบริการ ได้แก่ ผู้มีข้อจำกัดทางด้านร่างกาย ผู้สูงอายุ เด็ก และผู้บกพร่องทางด้านจิตสังคม ยังรวมไปถึงการป้องกัน ความพิการ และการส่งเสริมสุขภาพ กระบวนการทางกิจกรรมบำบัดประกอบไปด้วย การรวบรวมข้อมูล การแปลผลข้อมูล การกำหนดเป้าหมาย การวางแผนการรักษา การให้การรักษา และการประเมินผล (สาวิตรี ชารุณนันทกร, 2563) การที่จะเกิดกระบวนการทางกิจกรรมบำบัดได้นั้น จะต้องเริ่มต้นจากการมีสัมพันธภาพที่ดีก่อน นักกิจกรรมบำบัดจำเป็นต้องสร้างสัมพันธภาพเพื่อส่งเสริมให้เกิดเป้าหมายในการรักษา สิ่งสำคัญที่นักกิจกรรมบำบัดที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีคุณสมบัติในการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ได้นั้นควรจะต้องเป็นผู้มีคุณสมบัติดังนี้

- เป็นผู้มีความสามารถในการปรับตัว สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม และแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าในการให้บริการแก่ผู้รับบริการที่อาจเกิดเหตุการณ์ไม่คาดฝันขึ้นได้ซึ่งเราจำเป็นต้องแก้ไขสถานการณ์ให้เรียบร้อย เพื่อให้สามารถให้บริการแก่ผู้รับบริการต่อไปได้
- เป็นผู้ที่เข้าใจความรู้สึกตนเองและผู้อื่น สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเองและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม และต้องเข้าใจความรู้สึกของผู้รับบริการหรือผู้อื่นได้ เพื่อให้การบริการเป็นไปได้อย่างราบรื่น
- เป็นผู้ที่จัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ นักกิจกรรมบำบัดเมื่อรู้ถึงความรู้สึกของตนเองแล้ว จำเป็นจะต้องจัดการกับอารมณ์ของตนเองและถ่ายทอดออกมาได้อย่างเหมาะสม
- เป็นผู้ที่มีทักษะในการจัดการด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นักกิจกรรมบำบัดต้องสามารถจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อการรับบริการ และเป็นผู้นำในการจัดกิจกรรมให้กับผู้รับบริการ
- เป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์ นักกิจกรรมบำบัดต้องเป็นผู้คิดกิจกรรมในการให้บริการแก่ผู้รับบริการ ต้องมีความคิดในการประยุกต์ดัดแปลงกิจกรรมเพื่อให้เหมาะกับผู้รับบริการแต่ละคน
- การให้ความสนับสนุน เปิดโอกาสให้ผู้รับบริการคิดและลงมือทำกิจกรรมที่ผู้รับบริการต้องการจะลงมือทำ นักกิจกรรมบำบัดทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกในการทำกิจกรรมนั้น ๆ



- มีความเป็นผู้นำ นักกิจกรรมบำบัดจำเป็นต้องมีความเป็นผู้นำเพื่อดำเนินการให้กิจกรรมบรรลุตามที่วางแผนไว้
- มีความยืดหยุ่น ในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้งนักกิจกรรมบำบัดจำเป็นต้องมีความยืดหยุ่น เนื่องจากในบางครั้งอาจมีอุปสรรคทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมตามแผนที่เตรียมมาได้

นอกจากการทำงานร่วมกับผู้รับบริการและญาติแล้ว นักกิจกรรมบำบัดต้องทำงานเป็นทีมร่วมกับบุคลากรวิชาชีพอื่น ๆ จึงจำเป็นต้องมีความฉลาดทางอารมณ์สูงเพื่อสามารถตระหนักรู้ถึงทัศนคติและความคิดของทีม เมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้น ก็สามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม และเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น เพื่อให้เกิดความร่วมมือนำไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จ

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า นักกิจกรรมบำบัดที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ได้รับการพัฒนามาเป็นอย่างดีจะสามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่น จัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม รวมถึงสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น อันจะนำไปสู่การประสบความสำเร็จและความพึงพอใจในชีวิตและการทำงาน

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565

นิยามศัพท์

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) หมายถึง การเรียนรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง จัดการอารมณ์และแยกแยะวิเคราะห์อารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับงานหรือสถานการณ์ขณะนั้น รวมถึงการเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นและตอบสนองได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนการสร้างสัมพันธภาพที่ดีและดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข โดยในการวิจัยครั้งนี้ได้จากการประเมินด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (18-60ปี) ของกรมสุขภาพจิต

วิธีการศึกษา

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565 ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 47 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปี 2543 โดยใช้วิธีการรายงานตนเอง (Self-report) ประกอบไปด้วย 2 ส่วนดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย อายุ เพศ กิจกรรมที่ชอบทำในยามว่าง



ส่วนที่ 2 แบบประเมิน เป็นประโยคที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกมาในลักษณะต่าง ๆ ประกอบไปด้วยคำถาม 52 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน

ด้านที่ 1 ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ซึ่งมีข้อคำถาม 18 ข้อ (ข้อ 1-18) ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อยดังนี้

- 1) ควบคุมตนเอง ข้อ 1-6
- 2) เห็นใจผู้อื่น ข้อ 7-12
- 3) รับผิดชอบ ข้อ 13-18

ด้านที่ 2 ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งมีข้อคำถาม 18 ข้อ (ข้อ 19-36) ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อยดังนี้

- 1) แรงจูงใจ ข้อ 19-24
- 2) ตัดสินใจและแก้ปัญหา ข้อ 25-30
- 3) สัมพันธภาพ ข้อ 31-36

ด้านที่ 3 ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข ซึ่งมีข้อคำถาม 16 ข้อ (ข้อ 37-52) ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อยดังนี้

- 1) ภูมิใจในตนเอง ข้อ 37-40
- 2) พอใจในชีวิต ข้อ 41-46
- 3) สุขสงบทางใจ ข้อ 47-52

ข้อคำถามในส่วนที่ 2 มีการวัดในระดับอันตรภาค (interval scale) 4 ระดับ (คะแนน 0 – 4) โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ 1, 4, 6, 7, 10, 12, 14, 15, 17, 20, 22, 23, 25, 28, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 48, 49, 50 จำนวน 28 ข้อ
ในแต่ละข้อให้คะแนนดังนี้

ตอบไม่จริง	ให้	1	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริง	ให้	3	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	4	คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ 2, 3, 5, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21, 24, 26, 27, 29, 30, 33, 35, 37, 40, 45, 47, 51, 52 จำนวน 24 ข้อ

ในแต่ละข้อให้คะแนนดังนี้

ตอบไม่จริง	ให้	4	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริง	ให้	2	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	1	คะแนน

การแปลผลคะแนน

เมื่อรวมคะแนนในแต่ละกลุ่มในด้านต่างๆแล้ว นำค่าที่ได้มาแปลผลคะแนนดังนี้

องค์ประกอบ	ต่ำกว่าเกณฑ์	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าเกณฑ์
คะแนน EQ รวม	<138	138 - 170	>170
ด้านดี	<48	48 - 58	>58
ควบคุมตนเองได้	<14	14 - 18	>18
เห็นใจผู้อื่น	<16	16 - 20	>20
รับผิดชอบ	<17	17 - 23	>23
ด้านเก่ง	<45	45 - 59	>59
มีแรงจูงใจ	<15	15 - 21	>21
ตัดสินใจและแก้ปัญหา	<14	14 - 20	>20
สัมพันธ์ภาพ	<15	15 - 20	>20
ด้านสุข	<42	42 - 56	>56
ภูมิใจในตนเอง	<9	9 - 13	>13
พอใจชีวิต	<16	16 - 22	>22
สุขสงบทางใจ	<15	15 - 21	>21

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยจัดทำแบบทดสอบความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยพร้อมแจ้งรายละเอียดของงานวิจัย วัตถุประสงค์ ขอความร่วมมือการเข้าร่วมงานวิจัยและการพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วม รวมทั้งช่องทางการติดต่อผู้จัดทำ และแบบประเมินตนเองด้านความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) โดยผู้วิจัยแจ้งรายละเอียดของงานวิจัย วัตถุประสงค์ ขอความร่วมมือการเข้าร่วมงานวิจัยและการพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วม พร้อมแนบลิ้งค์แบบแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยและแบบประเมินตนเองด้านความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี)



2. นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 แสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยการตอบแบบแสดงความยินยอมเข้าร่วมงานวิจัย และทำแบบประเมินตนเองด้านความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18–60 ปี) ในระบบออนไลน์ ซึ่งหากมีข้อสงสัยในการทำแบบประเมินสามารถติดต่อผู้วิจัยผ่านช่องทางที่ชี้แจงไว้ โดยกำหนดระยะเวลาในการตอบแบบสอบถามและแบบประเมิน 1 เดือน
3. ผู้วิจัยติดตามการตอบแบบสอบถามและแบบประเมิน โดยได้แบบสอบถามกลับมาจำนวน 36 ฉบับ ผู้วิจัยจึงแจ้งประชาสัมพันธ์เข้าไปยังกลุ่มเป้าหมาย โดยส่งข้อความผ่านตัวแทนนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 หลังจากระยะเวลาผ่านไป 3 สัปดาห์จนกระทั่งได้แบบสอบถามจำนวน 36 ฉบับ (คิดเป็นร้อยละ 76) จากประชากรทั้งหมด 47 คน ซึ่งเป็นอัตราส่วนการตอบกลับที่ยอมรับได้ที่ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่ดีมาก คืออย่างน้อยร้อยละ 70 (นิศาชล รัตนมณี และประสพชัย พสุนนท์, 2562) ผู้วิจัยจึงทำการปิดระบบรับคำตอบ และทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ถูกต้องของข้อมูลแล้วจึงนำไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มด้วยสถิติเชิงพรรณนา (descriptive statics analysis) ได้แก่ คะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565 จำนวน 47 คน โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปี 2543 โดยใช้วิธีการรายงานตนเอง (self-report) ประกอบไปด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป และส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ โดยมีผู้ส่งแบบสอบถามกลับ จำนวน 36 คน (คิดเป็นร้อยละ 76) ผลการศึกษานำมาแสดงในรูปแบบตาราง ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไป (N=36)

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน (ร้อยละ)
1. เพศ	หญิง	29 (80.56)
	ชาย	7 (19.44)
2. อายุ	21 ปี	10 (27.77)
	22 ปี	22 (61.11)
	23 ปี	2 (5.56)
	24 ปี	2 (5.56)
	อายุเฉลี่ย (Mean $\pm$ S.D.) = 22.5 $\pm$ 1.3 ปี	
3. กิจกรรมที่ชอบทำในยามว่าง	เล่น social media	5 (13.89)
	ดูภาพยนตร์	8 (22.22)
	เล่นเกม	7 (19.44)
	ฟังเพลง	11 (30.56)
	อ่านหนังสือ	4 (11.11)
	ออกกำลังกาย	1 (2.78)

จากตารางที่ 1 พบว่า มีนักศึกษาที่เข้าร่วมแบบสอบถามทั้งหมด 36 คน เป็นเพศหญิงจำนวน 29 คน (ร้อยละ 80.56) เพศชายจำนวน 7 คน (ร้อยละ 19.44) ส่วนใหญ่อายุ 22 ปี จำนวน 22 คน (ร้อยละ 61.11) รองลงมาคืออายุ 21 ปี จำนวน 10 คน (ร้อยละ 27.77) ซึ่งมีความเฉลี่ยเท่ากับ 22.5 $\pm$ 1.3 ปี และพบว่ามีกิจกรรมที่ชอบทำในยามว่างส่วนใหญ่คือ ฟังเพลง จำนวน 11 คน (ร้อยละ 30.56) รองลงมาคือ ดูภาพยนตร์ จำนวน 8 คน (ร้อยละ 22.22) และ เล่นเกม จำนวน 7 คน (ร้อยละ 19.44) ตามลำดับ

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของนักศึกษาตามผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) พิจารณาตามเกณฑ์ (N=36)

ความฉลาดทางอารมณ์	จำนวน (ร้อยละ)		
	ต่ำกว่าเกณฑ์	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าเกณฑ์
ด้านดี	0 (0.00)	6 (16.67)	30 (83.33)
ด้านเก่ง	3 (8.33)	23 (63.89)	10 (27.78)
ด้านสุข	4 (11.11)	25 (69.45)	7 (19.44)
โดยรวม	1 (2.78)	28 (77.78)	7 (19.44)



จากตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาตามผลคะแนนของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่ง ด้านสุข และโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ปกติ และมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี สูงกว่าเกณฑ์ปกติ

ตารางที่ 3 คะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) (N=36)

ความฉลาดทางอารมณ์	เกณฑ์ปกติ	คะแนนสูงสุด	คะแนนต่ำสุด	ค่าเฉลี่ย (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน)	แปลผล
ด้านดี	48 - 58	69	54	62.02 (3.60)	สูงกว่าเกณฑ์ปกติ
ด้านเก่ง	45 - 59	66	38	53.89 (6.63)	เกณฑ์ปกติ
ด้านสุข	42 - 56	57	39	51.58 (6.32)	เกณฑ์ปกติ
โดยรวม	138 - 170	191	131	167.50 (14.06)	เกณฑ์ปกติ

จากตารางที่ 3 แสดงผลของคะแนนสูงสุด คะแนนต่ำสุด ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) พบว่านักศึกษามีระดับคะแนนสูงสุดและต่ำสุดของความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ที่ 191 และ 131 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 167.50 ซึ่งแปลผลว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยสามารถแจกแจงเป็นรายด้านได้ดังนี้

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี มีคะแนนสูงสุดและต่ำสุดอยู่ที่ 69 และ 54 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 62.02 ซึ่งแปลผลว่าสูงกว่าเกณฑ์ปกติ ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง มีคะแนนสูงสุดและต่ำสุดอยู่ที่ 66 และ 38 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 53.89 ซึ่งแปลผลว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติ และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขมีคะแนนสูงสุดและต่ำสุดอยู่ที่ 57 และ 39 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 51.58 ซึ่งแปลผลว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติ

บทวิจารณ์

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565 จำนวน 36 คน โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปี 2543 ในการเก็บข้อมูล

จากผลการศึกษาตารางที่ 2 พบว่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดีของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 อยู่ในเกณฑ์สูงกว่าเกณฑ์ (คะแนนมากกว่า 58) มากที่สุดจำนวน 30 คน (ร้อยละ 83.33) รองลงมาคือเกณฑ์

ปกติ (คะแนน 48-58) จำนวน 6 คน (ร้อยละ 16.67) ซึ่งการมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านที่สูงกว่าเกณฑ์ นั้นแสดงว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวมสูงกว่าปกติ และยังพบว่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่ง อยู่ในเกณฑ์ ปกติ (คะแนน 45-59) มากที่สุดจำนวน 23 คน (ร้อยละ 63.89) รองลงมาคือสูงกว่าเกณฑ์ (คะแนนมากกว่า 59) การมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ นั้นแสดงว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 สามารถรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (กรมสุขภาพจิต, 2543) นอกจากนี้ยังพบว่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในด้านสุขอยู่ในเกณฑ์ ปกติ (คะแนน 42-56) จำนวน 25 คน (ร้อยละ 69.45) รองลงมาคือสูงกว่าเกณฑ์ (คะแนนมากกว่า 56) จำนวน 7 คน (ร้อยละ 19.44) การมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านสุขอยู่ในเกณฑ์ปกติ นั้นแสดงว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 สามารถดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ (กรมสุขภาพจิต, 2543) และพบว่าคะแนนโดยรวมของความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 อยู่ในเกณฑ์ปกติ (คะแนน 138-170) มากที่สุดคือ 28 คน (ร้อยละ 77.78) การมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ หมายถึง เป็นผู้ที่มีความแจ่มใส มีความคงเส้นคงวาในอารมณ์ มีความอดทน สามารถแก้ไขปัญหาและเผชิญความเครียดได้ เป็นผู้มีความรับผิดชอบ และเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน (อัมพล สุอำพน, 2558) กล่าวคือ นักศึกษากิจการรบบำบัดชั้นปีที่ 4 สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น และสามารถควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง รวมถึงแสดงออกได้อย่างเหมาะสม และรู้จักการให้และการรับ เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมเป็นส่วนใหญ่ สามารถรู้จักศักยภาพของตนเอง มีความมุ่งมั่นในการถึงเป้าหมาย รับรู้และแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม สามารถแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์ รวมถึงพอใจในตนเอง มองโลกในแง่ดี และมีความสุขสงบทางจิตใจ โดยนักศึกษากิจการรบบำบัดชั้นปีที่ 4 มีอายุอยู่ในช่วง 21-24 ปี ซึ่งอายุที่มากที่สุดคือ 22 ปี จำนวน 22 คน (ร้อยละ 61.11) รองลงมาคืออายุ 21 ปี จำนวน 10 คน (ร้อยละ 27.77) (ตารางที่ 1) โดยความฉลาดทางอารมณ์นั้น จะเพิ่มขึ้นตามอายุและประสบการณ์ ซึ่งเรียกว่า “วุฒิภาวะ” (Daniel Goleman, Richard Boyatzis, & Annie McKee, 1998) ซึ่งนักศึกษากิจการรบบำบัดชั้นปีที่ 4 เป็นผู้มีประสบการณ์ทางการเรียนและการฝึกปฏิบัติงานในชั้นคลินิกมากที่สุด ทำให้พบเจอกับผู้รับบริการและสถานที่ฝึกปฏิบัติงานที่หลากหลาย ซึ่งผู้รับบริการแต่ละบุคคลก็มีความต้องการที่แตกต่างกันไป ทำให้นักศึกษากิจการรบบำบัดชั้นปีที่ 4 เรียนรู้ที่จะเกิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เกิดการเห็นใจผู้อื่น ควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น รวมถึงมีความรับผิดชอบ ซึ่งลักษณะที่กล่าวมาข้างต้นทำให้นักศึกษากิจการรบบำบัดชั้นปีที่ 4 เกิดการปรับตัว โดยเมื่อพิจารณาแบบจำลองกิจกรรมการดำเนินชีวิตของ

มนุษย์ (Model of Human Occupation, MOHO) ที่ได้กล่าวไว้ว่า เป้าหมายสูงสุดนั้นคือ ความสามารถในการปรับตัวในการประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิต (occupational adaptation) หมายถึง ความสำเร็จและการคงไว้ซึ่งความสามารถในการประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิตในบริบทของสภาพแวดล้อมเมื่อเวลาผ่านไป (Kielhofner, 2008) ทำให้นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 ที่มีบทบาทเป็นนักศึกษาและกำลังจะก้าวเข้าสู่การมีบทบาทเป็นนักวิชาชีพกิจกรรมบำบัดต่อไปในอนาคต จำเป็นจะต้องเตรียมความพร้อมของการเป็นผู้บำบัด ซึ่งการรับรู้ถึงเจตจำนงของตนเองจะทำให้เข้าใจความคิดการกระทำต่าง ๆ มีความภาคภูมิใจในตนเอง และตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม มีแบบแผนของพฤติกรรมหรือลักษณะนิสัยที่เอื้อต่อการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น รวมถึงการเข้าใจเจตจำนงของผู้รับบริการ มีการมององค์ประกอบทั้งสิ่งแวดล้อมภายนอกและภายในจิตใจอันจะทำให้เข้าใจถึงความต้องการและข้อจำกัดในการทำกิจกรรมของผู้รับบริการได้ต่อไป รวมถึงสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์และแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม โดยมีองค์ประกอบภายในตัวบุคคลและองค์ประกอบภายนอกด้านสิ่งแวดล้อมมาเกี่ยวข้อง

นอกจากนี้จากการศึกษาที่พบว่า กิจกรรมที่นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 ชอบทำในยามว่างของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 โดยส่วนใหญ่คือ ฟังเพลง จำนวน 11 คน (ร้อยละ 30.56) รองลงมาคือ ดูภาพยนตร์ จำนวน 8 คน (ร้อยละ 22.22) และ เล่นเกม จำนวน 7 คน (ร้อยละ 19.44) ตามลำดับ ถึงแม้ว่าในการฝึกปฏิบัติงานในช่วงชั้นปีที่ 4 จะมีจำนวนชั่วโมงการฝึกปฏิบัติงานที่มากกว่าชั้นปีอื่นและต้องมีความรับผิดชอบอย่างมาก แต่นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 ก็สามารถบริหารจัดการเวลา (time management) ได้อย่างเหมาะสม โดยเมื่อมีเวลาว่างก็สามารถทำกิจกรรมยามว่างได้ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลเป็นผู้ที่แจ่มใส สดชื่น สามารถนำเอาอารมณ์และความรู้สึกของตนเองมาสร้างพลังในการทำกระทำการต่าง ๆ ได้อย่างสร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับแบบจำลองกิจกรรมการดำเนินชีวิตของมนุษย์ (Model of Human Occupation, MOHO) ในด้านองค์ประกอบภายในตัวบุคคล เกิดความสนใจและคุณค่าในตัวเอง ทำให้เกิดเจตจำนง (volition) ซึ่งเป็นสิ่งที่สะท้อนให้เห็นภาพรวมของความคิดและอารมณ์ของบุคคลเกี่ยวกับการกระทำที่เคยทำไปแล้ว การกระทำที่กำลังทำหรืออาจจะทำในอนาคตซึ่งเป็นกระบวนการที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาในขณะที่เติบโตเมื่อบุคคลสามารถปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมใหม่ได้จะทำให้เกิดโอกาสในการทำกิจกรรมที่เพิ่มมากขึ้น ทำให้บุคคลมีการละทิ้งความสนใจเดิม และค้นหาความสนใจ ใหม่ ๆ ได้ตลอดชีวิตส่งผลทำให้เกิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าความฉลาดทางอารมณ์ทั้งด้านเก่งและด้านสุขที่อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ รวมทั้งด้านดีที่อยู่ในระดับที่สูงกว่าเกณฑ์ปกติของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิค



การแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565 เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 มีความพร้อมในการก้าวเข้าสู่วิชาชีพกิจกรรมบำบัด ซึ่งเป็นผลมาจากวุฒิภาวะและประสบการณ์ที่เพิ่มมากขึ้น ตลอดจนการศึกษาและการฝึกปฏิบัติงานในชั้นคลินิก และการมีกิจกรรมยามว่างที่ชอบก็ส่งผลให้นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 มีความสุขและมีความพร้อมในการเข้าใจตนเองสามารถยอมรับและพร้อมที่จะปรับตัวต่อบทบาทและสิ่งแวดล้อมที่จะเปลี่ยนแปลงในอนาคตได้

บทสรุป

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) ของนักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2565 พบว่า นักศึกษากิจกรรมบำบัดชั้นปีที่ 4 มีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่งและด้านสุขอยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ และมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีอยู่ในระดับสูงกว่าเกณฑ์ปกติ ซึ่งเป็นผลมาจากอายุและประสบการณ์ที่เพิ่มมากขึ้น ตลอดจนการศึกษาและการฝึกปฏิบัติงานในชั้นคลินิก และการมีกิจกรรมยามว่างที่ชอบ

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2543) *ความฉลาดทางอารมณ์*. สืบค้น 21 มิถุนายน 2565, จาก <https://dmh.go.th/ebook/view.asp?id=10>
- นิศาชล รัตนมณี และประสพชัย พสุนนท. (2562). อัตราการตอบกลับของแบบสอบถามในงานวิจัยเชิงปริมาณ. *Journal of Humanities and Social Sciences Thonburi University*, 13(3), 184-186.
- วิเชียร เกตุสิงห์, อัจฉรา สุขารมณ, อรุณศรี ละอองแก้ว และสุวีณา เกนทะนะศิล. (2552). *ความฉลาดทางอารมณ์ Emotional Quotient: EQ* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: พริกหวานกราฟฟิค.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2542). *เชาวน์อารมณ์ (EQ : ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต)* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท.
- ศรียกฤษส์ รังสีวรกุล, ปิยาภรณ์ กังสดาร, วรณิษา หาคุณ. (2558). *ธรรมชาติการเรียนรู้ BBL IQ EQ MI* (พิมพ์ครั้งที่ 5). นนทบุรี: วิชั่น พรีเมส.
- สาวิตรี ชารุณนทกร (Savitree T. Charununtakorn). (2563). กระบวนการทางกิจกรรมบำบัด (process of occupational therapy). เอกสารประกอบการสอนกระบวนการวิชา 513283. เชียงใหม่: ภาควิชา กิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.



- Daniel Goleman, Richard Boyatzis, and Annie McKee. (2005). *ผู้นำที่ยิ่งใหญ่...ฉลาดใช้ EQ* [Best of HBR on Leadership : Emotionally Intelligent Leadership] (ธนิกานต์ มาฆะศิริรานนท์ และนรินทร์ องค์กรินทร์, ผู้แปล) (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท.
- Kielhofner. (2008). *A model of Human Occupation: Theory and Application*. (4 ed). Baltimore: Lippincott. William & Willkins.
- Kant Ravi. (2019). *Emotional Intelligence: A Study on University Students*. Central University of South Bihar, Gaya, India. Retrieved July, 15 2022, from <https://eric.ed.gov/?id=EJ1270320>
- Justin Bariso. (2020). *EQ ประยุกต์ [EQ APPLIED]* (ปฐวิภาณ กุลวพันธ์, ผู้แปล) (พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี: วารว พับลิชชิ่ง.