



ผลของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์
ของเด็กก่อนวัยเรียน

บุษยมาศ กันเกตุและคณะ

โปรแกรมวิชา การพยาบาลเด็กและวัยรุ่น
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

(งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนการทำวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้อย่างสมบูรณ์ ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ที่กรุณาให้ทุนสนับสนุนการทำวิจัย ให้คำปรึกษาแนะนำ ให้ข้อคิดเห็น และช่วยตรวจทานแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อันเป็นประโยชน์ในการทำวิจัย และความช่วยเหลือจากศาสตราจารย์ ดร.เกษราวัลณ์ นิลวางกูร ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ ให้ข้อคิดเห็น ตลอดจนให้กำลังใจ และเอาใจใส่ผู้วิจัยตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและประทับใจในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนเทศบาลบ้านดู่และบุคลากรของโรงเรียนเทศบาลบ้านดู่ ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย และบุคลากรของโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ที่อนุญาตให้ผู้วิจัยดำเนินการวิจัย รวมทั้งขอขอบพระคุณบิดามารดาของเด็กก่อนวัยเรียนทุกท่าน ที่กรุณาให้ความร่วมมือในการเป็นกลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัยครั้งนี้จนทำให้การวิจัยสำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบุพการีและครอบครัวที่รักยิ่งสำหรับกำลังใจและการสนับสนุนในทุกๆด้าน และขอขอบพระคุณคณาจารย์ร่วมสาขาวิชาการพยาบาลเด็กทุกท่านที่เป็นกำลังใจ และให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยดำเนินการวิจัยจนสำเร็จ ทั้งนี้ คุณค่าและประโยชน์ที่ได้จากวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่บุพการี คณาจารย์ผู้มีพระคุณ ผู้ที่เป็นบิดามารดาและผู้ดูแลของเด็ก ก่อนวัยเรียนทุกท่าน ตลอดจนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ทำให้วิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

บุษยมาศ กันเกตุ
เมษายน 2569

ชื่อเรื่อง : ผลของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน

ชื่อผู้วิจัย : นางสาวบุษยมาศ กันเกตุ และคณะ

สาขาวิชา/คณะ : สาขาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น คณะพยาบาลศาสตร์

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยประจำปีงบประมาณ : 2568

ระยะเวลาที่ดำเนินการวิจัยปี : มิถุนายน 2568 ถึง มิถุนายน 2569

บทคัดย่อ

ปัญหาการจัดการอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมในเด็กเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในระยะยาว การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กก่อนวัยเรียน จึงมีความสำคัญ โดยเฉพาะบทบาทของผู้ดูแลซึ่งเป็นบุคคลใกล้ชิดและมีส่วนสำคัญต่อการส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน และคะแนนความรู้และพฤติกรรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ก่อนและหลังได้รับโปรแกรม รวมทั้งเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยผู้ดูแลและเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3-5 ปี จำนวน 50 ราย กำลังศึกษาโรงเรียนในเขตเทศบาลตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี แบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมผ่านแอปพลิเคชัน LINE Official Account วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา สถิติไคสแควร์ และสถิติทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังได้รับโปรแกรม เด็กก่อนวัยเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ขณะเดียวกัน ผู้ดูแลในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สถิติ ($p < .05$)

ผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมผ่านแอปพลิเคชัน LINE Official Account มีประสิทธิผลในการเสริมสร้างความรู้และพฤติกรรมของผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก และส่งผลเชิงบวกต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน อย่างไรก็ตาม ควรมีการศึกษาติดตามผลในระยะยาวเพื่อประเมินประสิทธิภาพในผู้ดูแลและเด็กต่อไป

คำสำคัญ : การสนับสนุนทางสังคม, ความฉลาดทางอารมณ์, เด็กวัยก่อนเรียน, ผู้ดูแล

Research Title : Effect of a social support program on the emotional quotient of preschool children

Author : Miss Busayamad Kankad et al.

Faculty : Faculty of Nursing (Pediatric Nursing)

Fiscal Year : 2025

Year of Research : June 2025 to June 2026

Abstract

Inappropriate emotional management in children is a significant risk factor for long-term mental health problems. Promoting emotional quotient in preschool children is therefore important, particularly because caregivers are the individuals closest to the children and play an important role in supporting their development. This quasi-experimental study aimed to compare the emotional quotient scores of preschool children and the knowledge and behaviors of caregivers in promoting children's emotional quotient before and after the intervention, and to compare the outcomes between the experimental and control groups. The study sample consisted of 50 participants, recruited from schools in Ban Du Municipality, Mueang Chiang Rai District, Chiang Rai Province. The research instruments included a personal information questionnaire, an emotional quotient assessment for children aged 3 – 5 years, knowledge and behavioral questionnaires on promoting emotional quotient, and a social support program delivered through the LINE Official Account application. Data were analyzed using descriptive statistics, chi-square, and t-test statistics.

The results showed that, after the intervention, the mean emotional quotient score of preschool children in the experimental group was significantly higher than that before the intervention and that of the control group ($p < .001$). Similarly, the mean scores for caregivers' knowledge and behaviors in promoting children's emotional quotient were significantly higher than those before the intervention and those of the control group ($p < .05$).

The findings indicate that the social support program through the LINE Official Account application was effective in enhancing caregivers' knowledge and behaviors in promoting children's emotional quotient and had a positive effect on the emotional quotient of preschool children. However, further long-term studies are needed to evaluate its sustained effectiveness among both caregivers and children.

Keywords : Social support, Emotional intelligence, Pre-school, Caregivers

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อ	ข
Abstract	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
บทที่	
1 บทนำ	
ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย	3
โจทย์การวิจัย	3
คำถามการวิจัย	4
สมมติฐานงานวิจัย	4
ขอบเขตของโครงการวิจัย	4
นิยามศัพท์	4
2 แนวคิด ทฤษฎี เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
ความหมายของเด็กวัยเรียน	7
พัฒนาการตามวัย	7
ทฤษฎีพัฒนาการเด็กที่เกี่ยวข้อง	10
ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์	11
องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์	11
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์	12
การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์	13
เครื่องมือที่ใช้ประเมินความฉลาดทางอารมณ์	14
ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม	15
ทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคมของ House & Kahn (1985)	15
3 วิธีดำเนินการวิจัย	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	16
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	17
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	20
การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	21
ขั้นตอนและวิธีการรวบรวมข้อมูล	21

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 (ต่อ)	
การวิเคราะห์ข้อมูล	25
4 ผลการวิจัย	
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	28
ข้อมูลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน	30
ข้อมูลคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์	31
ข้อมูลคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์	32
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย	35
การอภิปรายผล	37
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	39
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	39
บรรณานุกรม	40
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก เอกสารรับรองโครงการวิจัย	44
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย	45
ภาคผนวก ค รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ	53
ประวัติผู้วิจัย	54

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1.	จำนวน และร้อยละ ของเพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ ผู้ดูแลหลัก และเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็กก่อนวัยเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	28
2.	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม	30
3.	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง	31
4.	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม	31
5.	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง	32
6.	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม	33
7.	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง	33

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันเด็กมักมีการจัดการกับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม จนทำให้ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ และยากต่อการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ต่าง ๆ จนนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิตเปิดเผยข้อมูลสถิติการประเมินสุขภาพจิตของประชากรไทยที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี ระหว่างปีพ.ศ. 2565-2566 พบว่า มีความเครียดสูงถึงร้อยละ 15.45 และ 25.62 ตามลำดับ และเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าที่ร้อยละ 20.13 และ 31.84 ตามลำดับ(ศูนย์สุขภาพจิต, 2566) โดยปัญหาทางสุขภาพจิตมักเชื่อมโยงไปถึงความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกที่ไม่เหมาะสมต่อเหตุการณ์นั้น จนเกิดการสะสมความเครียด ความกดดัน และมีโอกาสนำไปสู่การป่วยด้วยโรคซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย (Alsaker & Dick-Niederhauser, 2019) จะเห็นได้ว่า การพัฒนาทักษะด้านการจัดการอารมณ์และความรู้สึกจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเฉพาะการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการเติบโตอย่างมีคุณภาพของเด็ก

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional intelligence หรือ Emotional quotient[EQ]) เป็นความสามารถหรือทักษะในการประเมิน รับรู้ เข้าใจ และจัดการอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น เป็นทักษะที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในกระบวนการพัฒนาทางสังคมและอารมณ์ของเด็ก (Serrat, O., 2017) การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตั้งแต่วัยเด็กมีความจำเป็นสำหรับการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีต่อตนเอง การสร้างและรักษาความสัมพันธ์ทางสังคม รวมถึงเป็นพื้นฐานสำหรับความสำเร็จทางวิชาการ เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีสมาธิที่ดีกว่า แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความสำเร็จในด้านการศึกษา และมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในเชิงบวกมากขึ้น นอกจากนี้ยังสามารถควบคุมพฤติกรรมได้ดีและประสบความสำเร็จทางวิชาการในระดับสูงกว่า รวมถึงการสร้างชีวิตที่มั่นคงและมีความสุขในอนาคต (Paavola, L. E., 2017) ในทางกลับกันเด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ มักจะควบคุมอารมณ์ได้ไม่ดีและอารมณ์แปรปรวนได้ง่าย ทำให้สมองเรียนรู้ประสบการณ์และจดจำพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ในวัยเด็กนี้ ทำให้มีแนวโน้มเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่จะมีปัญหาในการควบคุมอารมณ์ พฤติกรรมก้าวร้าว ใช้ความรุนแรงกับผู้อื่น ผลการเรียนต่ำ เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (Krishan & Kumar, 2024) การสนับสนุนและส่งเสริมการควบคุมอารมณ์ตั้งแต่ในวัยเด็ก จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาสุขภาพที่ดีทั้งกายและใจ รวมถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีในระยะยาว

เด็กก่อนวัยเรียน อายุ 3-5 ปี มีพัฒนาการทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างมีนัยสำคัญในช่วง 5 ปีแรกของชีวิต ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญต่อพัฒนาการด้านการเข้าสังคม ด้านการเรียนรู้ และสุขภาวะทางจิตในระยะยาว (Masten & Barnes, 2018; Paavola, L.E., 2017) ทั้งนี้ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กมีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยสำคัญหลายประการ ประกอบด้วย 1) การอบรมเลี้ยงดู ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการหล่อหลอมพฤติกรรมและอารมณ์ 2) บุคลิกภาพ อันเป็นลักษณะเฉพาะของ

แต่ละบุคคล 3) การใช้อำนาจ ที่ส่งผลต่อการเรียนรู้การจัดการอารมณ์ และ 4) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ซึ่งเป็นแรงขับเคลื่อนสำคัญในการพัฒนาตนเอง (วลัยพร ศรีรัตน์และคณะ, 2564) โดยมุ่งเน้นความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดูในฐานะปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก โดยผู้ดูแลซึ่งเป็นบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดและมีส่วนในการเลี้ยงดูเด็ก อาจจะเป็นพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา หรือ ยาย ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ (ศศิกันต์ พุฒแก้วและวิไลภรณ์ โคตรบึงแก, 2566; เสาวลักษณ์ จักรบุตร, 2567; Asmarawanti et. al., 2023) นอกจากนี้การสร้างแบบแผนการเลี้ยงดูที่เน้นการสนับสนุนความฉลาดทางอารมณ์ยังช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ดูแลและเด็ก (จันทร์พิมพ์ สารากรและคณะ, 2563) จากการศึกษาพบว่า ผู้ดูแลยังขาดความรู้และทักษะในการปฏิบัติในการส่งเสริมพัฒนาการ แม้ผู้ดูแลบางส่วนมีความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ แต่พบว่ายังมีความเข้าใจผิด เช่น การทำโทษด้วยการตีและดูด่าเป็นสิ่งที่เหมาะสม และไม่เปิดโอกาสให้เด็กได้ทดลองทำสิ่งต่าง ๆ เป็นต้น ยังพบอีกว่า ผู้ดูแลบางส่วนไม่เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ (จันทร์พิมพ์ สารากรและคณะ, 2563; ชนิสา ไชยตันเทือกและคณะ, 2563)

การสนับสนุนทางสังคม เป็นการส่งเสริมความสามารถของผู้ดูแลเด็กในการปรับตัวและเรียนรู้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก โดยการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจะช่วยลดความเครียดและความกังวลในสถานการณ์ที่ท้าทายเช่นนี้ นอกจากนี้ยังเพิ่มความสามารถในการปรับตัวและเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) จากการศึกษาของจิตตวดี พรหมโสภและชรินทร์พร มะชะรา (2568) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการสนับสนุนของพยาบาลต่อพฤติกรรมการดูแลทารกแรกเกิดก่อนกำหนดของมารดาในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิดกึ่งวิกฤต จากการศึกษาพบว่า ภายหลังทดลองมารดาที่ได้รับโปรแกรมฯ มีคะแนนพฤติกรรมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ซึ่งการสนับสนุนทางสังคม มีส่วนในการช่วยให้มารดาสามารถปรับตัวในบทบาทใหม่ได้ดียิ่งขึ้น ลดความวิตกกังวล มีความมั่นใจ และมีความสนใจในการดูแลทารกมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของกาญจนา ไชยดีชะและคณะ (2564) ได้ศึกษาผลของการสนับสนุนทางสังคมต่อความเครียดในบิดาที่มีบุตรคนแรก จากผลการศึกษาพบว่า เมื่อได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมตามทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคมของ House & Kahn (1985) ทำให้บิดามีความเครียดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) และสามารถทำให้ผ่านช่วงเวลาที่สำคัญในชีวิตไปได้ ซึ่งการสนับสนุนทางสังคม ช่วยให้เกิดผลลัพธ์เชิงบวกต่อสุขภาพกายและใจ ช่วยลดความเครียด และเพิ่มความสามารถในการรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ได้

จากการศึกษาที่ผ่านมา พบว่ามีการศึกษาที่มุ่งเน้นการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กก่อนวัยเรียนโดยตรง เช่น การจัดประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์ และโปรแกรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ตามหลักการเก่ง ดี สุข นอกจากนี้ยังมีการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการส่งเสริมพัฒนาการและความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก อย่างไรก็ตาม งานวิจัยส่วนใหญ่ยังคงมุ่งเน้นไปที่ตัวเด็กหรือกิจกรรมกับเด็กโดยตรง ขณะที่ “ผู้ดูแล” ซึ่งมีบทบาทสำคัญในชีวิตประจำวันของเด็ก ยังไม่ได้รับการส่งเสริมศักยภาพอย่างเป็นระบบตามกรอบแนวคิด ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมแสดงให้เห็นว่าผู้ดูแลยังขาดความรู้และทักษะในการจัดการกับพฤติกรรมและ

อารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนอย่างเหมาะสม ซึ่งจะส่งผลต่อพัฒนาการด้านอารมณ์ของเด็กในระยะยาว การสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นกลไกที่สำคัญ การได้รับการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ จึงช่วยลดความเครียด เพิ่มพลังใจ และส่งเสริมให้ผู้ดูแลมีพฤติกรรมการดูแลที่เหมาะสมและมีคุณภาพมากขึ้น นอกจากนี้ เด็กก่อนวัยเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ที่เหมาะสม สามารถเผชิญกับปัญหา เข้าใจในความรู้สึกของตนเองและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงตระหนักและเล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน จึงพัฒนาโปรแกรมจากแนวคิดการสนับสนุนทางสังคมของ House & Kahn (1985) ซึ่งครอบคลุมทั้งด้านอารมณ์ การให้ข้อมูล การสะท้อนตนเอง และการอำนวยความสะดวกในการเข้าถึงความช่วยเหลือ เพื่อเสริมสร้างศักยภาพของผู้ดูแลให้สามารถส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนได้อย่างเหมาะสม ร่วมกับการใช้ Line Official Account เป็นแอปพลิเคชันบนโทรศัพท์มือถือ นำมาใช้ในด้านการบริการทางสุขภาพ เป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในด้านการให้บริการและเป็นเครื่องมือในการสร้างเครือข่าย เพื่อให้ผู้ดูแลสามารถเข้าถึงการสนับสนุนได้อย่างสะดวกและต่อเนื่อง อันจะนำไปสู่การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

วัตถุประสงค์หลัก

1. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม
2. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมกับกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ

วัตถุประสงค์รอง

1. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม
2. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมกับกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ
3. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม
4. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมกับกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ

สมมติฐานงานวิจัย

1. ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

2. ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าโปรแกรม

ขอบเขตของโครงการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการศึกษา (pretest-posttest control group design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน

1. ประชากร คือ ผู้ดูแลและเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3 ถึง 5 ปี ในอำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย
2. กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ดูแลและเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3 ถึง 5 ปี เข้ารับบริการที่โรงเรียนในเขตตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองจังหวัดเชียงราย
3. ตัวแปรที่ศึกษา
 - 3.1 ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแล
 - 3.2 ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน

นิยามศัพท์

เด็กก่อนวัยเรียน หมายถึง เด็กอายุระหว่าง 3-5 ปี ที่เข้ารับบริการที่โรงเรียนในเขตตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองจังหวัดเชียงราย

ผู้ดูแล หมายถึง ผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียนที่มีอายุ 3-5 ปี เข้ารับบริการที่โรงเรียนในเขตตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองจังหวัดเชียงราย โดยให้การดูแลเด็กเป็นประจำอย่างน้อย 6 เดือน

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของเด็กในการรับรู้ เข้าใจ แสดงออก และควบคุมอารมณ์ของตนเอง รวมถึงการเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น และการแสดงออกด้านอารมณ์ที่เหมาะสม ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ประเมินโดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี (ฉบับย่อ) ของสถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต (2559)

โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การจัดกิจกรรมการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแลในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน พัฒนาขึ้นโดยประยุกต์จากแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ในการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแลในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแล ประกอบด้วย 1) การสนับสนุนด้านอารมณ์ กิจกรรมที่ 1 การสร้างความตระหนักและความเข้าใจแก่ผู้ดูแลถึงบทบาทสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ส่งเสริมให้ผู้ดูแลตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ในฐานะผู้มีบทบาทสำคัญ 2) การสนับสนุนด้านข้อมูล กิจกรรมที่ 2 และ 3 เป็นการให้ความรู้และคำแนะนำในการส่งเสริมความฉลาด

ทางอารมณ์ให้แก่ผู้ดูแล และร่วมกันทำกิจกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ 3) การสนับสนุนด้านวัตถุ กิจกรรมที่ 4 คู่มือในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ที่จะช่วยให้ผู้ดูแลสามารถศึกษาได้สะดวกมากยิ่งขึ้น ผ่าน Line official account 4) การสนับสนุนด้านการประเมินค่า กิจกรรมที่ 5 เป็นการพูดคุย ติดตามและให้กำลังใจผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ผ่าน Line official account ซึ่งกิจกรรมที่ 1-4 ดำเนินในสัปดาห์ที่ 1 และกิจกรรมที่ 5 ดำเนินการในสัปดาห์ที่ 2-8 รวมทั้งสิ้นใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนโดยผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. เด็กวัยเรียน
 - 1.1 ความหมายของเด็กวัยเรียน
 - 1.2 พัฒนาการตามวัย
 - 1.3 ทฤษฎีพัฒนาการเด็กที่เกี่ยวข้อง
2. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence: EI หรือ Emotional quotient: EQ)
 - 2.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.2 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.4 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.5 เครื่องที่ใช้ประเมินความฉลาดทางอารมณ์
3. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม
 - 3.1 ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม
 - 3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม

เด็กวัยเรียน

1. ความหมายของเด็กวัยเรียน

เด็กก่อนวัยเรียน (Preschool children) หมายถึง เด็กที่มีอายุระหว่าง 3–5 ปี ซึ่งเป็นช่วงวัยสำคัญของการเจริญเติบโตและการพัฒนาอย่างรวดเร็วทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม โดยเป็นช่วงที่เด็กเริ่มมีความเป็นตัวของตัวเอง สามารถสื่อสารความต้องการ มีจินตนาการ และเริ่มเรียนรู้การอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม (พิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น, 2561) การพัฒนาในช่วงวัยนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อพื้นฐานสุขภาพจิตและพฤติกรรมในระยะยาว ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาเด็กปฐมวัยของ World Health Organization ที่เน้นการส่งเสริมพัฒนาการแบบองค์รวม (holistic development) ตั้งแต่วัยต้นของชีวิต

2. พัฒนาการตามวัย

พัฒนาการด้านต่างๆของเด็กวัยเรียน (ฐิติมา ชูใหม่, 2559) ประกอบด้วย

2.1 พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว (Gross Motor: GM) หมายถึง ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของร่างกายในการเคลื่อนไหวและการทรงตัว ซึ่งเกี่ยวข้องกับการทำงานประสานกันของระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาท และระบบการทรงตัว โดยครอบคลุมการเคลื่อนไหวของแขน ขา และลำตัว เช่น การนั่ง ยืน เดิน วิ่ง กระโดด และการปีนป่าย

พัฒนาการด้านนี้เริ่มตั้งแต่ระยะอยู่ในครรภ์มารดา และมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตามลำดับขั้น (sequential development) จากการควบคุมศีรษะ ลำตัว ไปจนถึงการเคลื่อนไหวที่ซับซ้อนมากขึ้นในวัยเด็ก ทั้งนี้ พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวมีความสำคัญต่อการสำรวจสิ่งแวดล้อม การเรียนรู้ และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของเด็กในระยะต่อไป

2.2 พัฒนาการด้านการใช้กล้ามเนื้อเล็กและสติปัญญา (Fine Motor: FM) หมายถึง ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็ก โดยเฉพาะบริเวณมือและนิ้วมือ ร่วมกับกระบวนการทำงานของสมองด้านการรับรู้ การคิด และการแก้ปัญหา ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวันและการเรียนรู้ของเด็ก

พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อเล็กมีลักษณะการพัฒนาลำดับขั้นจากส่วนใกล้ลำตัวไปสู่ส่วนปลาย (proximodistal development) กล่าวคือ เริ่มจากการควบคุมการเคลื่อนไหวของไหล่ แขน ไปสู่มือและนิ้วมือ โดยในระยะแรกของชีวิต ทารกมีการหยิบจับแบบรีเฟล็กซ์ (reflexive grasp) และยังไม่สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวได้อย่างตั้งใจ จนเมื่อ Palmar grasp reflex ลดลงในช่วงอายุประมาณ 3–4 เดือน เด็กจะเริ่มสามารถแบมือ หยิบดินน้ำมัน และหยิบจับสิ่งของโดยสมัครใจได้มากขึ้น

นอกจากนี้ การลดลงของ primitive reflexes ได้แก่ Asymmetrical tonic neck reflex, Tonic labyrinthine reflex และ Moro reflex ส่งผลให้เด็กสามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของมือ

ได้ดีขึ้น เห็นได้จากพฤติกรรมการนำมือมาอยู่กึ่งกลางลำตัว การขยับนิ้วมือ และการนำมือเข้าปาก ในช่วงอายุประมาณ 3-4 เดือน

ในช่วงอายุน้อยกว่า 6 เดือน การพัฒนาของ corpus callosum ยังไม่สมบูรณ์ ทำให้เด็กยังไม่สามารถเคลื่อนไหวแขนข้ามแนวกึ่งกลางลำตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังไม่สามารถเปลี่ยนมือถือวัตถุได้อย่างคล่องแคล่ว เมื่ออายุเพิ่มขึ้นประมาณ 6 เดือน เด็กจะสามารถเอื้อมหยิบจับสิ่งของได้ดีขึ้น และสามารถใช้มือข้างเดียวหยิบจับวัตถุในทิศทางต่าง ๆ ได้

ในช่วงอายุ 9-10 เดือน เด็กจะพัฒนาทักษะการหยิบจับแบบใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ (pincer grasp) ซึ่งเป็นพัฒนาการสำคัญที่แสดงถึงความสามารถในการควบคุมกล้ามเนื้อมัดเล็กอย่างละเอียด และเมื่ออายุประมาณ 12 เดือน เด็กจะสามารถควบคุมการจับและปล่อยวัตถุได้ดีขึ้น ซึ่งถือเป็นตัวบ่งชี้ถึงวุฒิภาวะของระบบประสาทและการประสานงานระหว่างมือกับตา

เมื่อเข้าสู่วัยก่อนวัยเรียน (3-5 ปี) พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กและสติปัญญาจะมีความซับซ้อนมากขึ้น เด็กสามารถใช้มือและนิ้วมือในการทำกิจกรรมที่ต้องการความแม่นยำ เช่น การวาดภาพ การระบายสี การใช้กรรไกร การต่อบล็อก รวมถึงการแก้ปัญหาอย่างง่าย ซึ่งสะท้อนถึงการพัฒนาทั้งด้านร่างกายและสติปัญญาที่เชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ

2.3 พัฒนาด้านการใช้ภาษา (Expressive Language: EL) หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกทางภาษาเพื่อสื่อสารกับผู้อื่น ภาษาเป็นองค์ประกอบสำคัญของการสื่อสารและเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทางสติปัญญาในเด็ก พัฒนาการทางภาษามีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่วัยทารก โดยความสามารถด้านภาษาถือเป็นตัวชี้วัดสำคัญที่สามารถทำนายศักยภาพด้านการเรียนรู้และสติปัญญาในอนาคตของเด็กได้

พัฒนาการด้านภาษาของเด็กเริ่มต้นจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้เลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อม โดยเด็กเรียนรู้ผ่านการมอง การฟัง และการสัมผัส ซึ่งเสียงของมารดาหรือผู้เลี้ยงดูหลักมีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นการเรียนรู้ด้านภาษา เด็กสามารถเริ่มส่งเสียงสื่อสารได้ตั้งแต่อายุประมาณ 2-3 เดือน โดยเป็นเสียงที่เกิดจากลำคอ (cooing) และพัฒนาไปสู่การส่งเสียงโต้ตอบเมื่อมีผู้พูดด้วย ซึ่งถือเป็นจุดเริ่มต้นของการสื่อสารแบบโต้ตอบ

เมื่ออายุประมาณ 6 เดือน เด็กจะเริ่มส่งเสียงพยางค์มากขึ้น (babbling) โดยใช้อวัยวะในช่องปาก และในช่วงอายุ 9-12 เดือน เด็กจะสามารถเปล่งเสียงที่มีความหลากหลาย ทั้งระดับเสียงและจังหวะ ซึ่งมีลักษณะคล้ายประโยค แม้ยังไม่มี ความหมายชัดเจน ต่อมาเมื่ออายุประมาณ 12 เดือน เด็กจะเริ่มพูดคำเดี่ยวที่มีความหมาย (first word) ได้

ในด้านความเข้าใจภาษา เด็กอายุประมาณ 6 เดือนจะสามารถรับรู้และตอบสนองต่อเสียงเรียกชื่อของตนเอง โดยแสดงพฤติกรรมหยุดฟังหรือมองหาที่มาของเสียง เมื่ออายุประมาณ 9 เดือน เด็กจะเริ่มเข้าใจความหมายของคำร่วมกับท่าทาง เช่น การโบกมือเมื่อได้ยินคำว่า “บ๊ายบาย” และ

เมื่ออายุประมาณ 12 เดือน เด็กสามารถเชื่อมโยงคำพูดกับวัตถุได้ เช่น การชี้ไปยังสิ่งของเมื่อได้ยินชื่อของสิ่งนั้น

นอกจากนี้ การสื่อสารด้วยท่าทาง เช่น การชี้ (pointing) ถือเป็นการพัฒนาการสำคัญที่เกิดขึ้นก่อนการใช้ภาษาพูด โดยพบได้ในช่วงอายุ 9–12 เดือน ซึ่งเป็นการสื่อสารความต้องการและความสนใจของเด็ก โดยในระยะแรก เด็กจะชี้เพื่อแสดงความต้องการ (proto-imperative pointing) และต่อมาจะพัฒนาเป็นการชี้เพื่อแบ่งปันความสนใจกับผู้อื่น (protodeclarative pointing) ซึ่งสะท้อนถึงพัฒนาการด้านการสื่อสารและสังคมที่ซับซ้อนมากขึ้น

เมื่อเข้าสู่วัยก่อนวัยเรียน (3–5 ปี) เด็กจะมีพัฒนาการด้านภาษาที่ก้าวหน้าอย่างชัดเจน สามารถใช้ประโยคที่ยาวและซับซ้อนมากขึ้น เล่าเรื่องราว แสดงความคิดเห็น และสื่อสารความรู้สึกของตนเองได้ ซึ่งพัฒนาการด้านภาษานี้มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม รวมถึงเป็นพื้นฐานสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ในระยะต่อไป

2.4 พัฒนาการด้านการเข้าใจภาษา (Receptive Language: RL) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ และจดจำความหมายของคำพูดหรือสัญลักษณ์ทางภาษา ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาทักษะการสื่อสารในเด็ก โดยพัฒนาการด้านนี้เกิดขึ้นจากประสบการณ์การเรียนรู้โดยตรงผ่านการใช้ประสาทสัมผัสต่าง ๆ ได้แก่ การได้ยิน การมองเห็น การสัมผัส การดมกลิ่น และการรับรส

ในช่วงแรกเกิดเด็กจะยังไม่สามารถสื่อสารด้วยคำพูดได้ แต่สามารถรับรู้และตอบสนองต่อสิ่งเร้าทางเสียงจากสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะเสียงที่คุ้นเคย เช่น เสียงของมารดาหรือผู้เลี้ยงดูหลัก ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นการพัฒนาภาษา เด็กจะเริ่มเรียนรู้การจำแนกความแตกต่างของเสียง (auditory discrimination) และค่อย ๆ เลือกรับฟังเสียงที่มีความหมายหรือเกี่ยวข้องกับตนเองก่อน

เมื่อพัฒนาการเพิ่มมากขึ้น เด็กจะสามารถเชื่อมโยงเสียงที่ได้ยินกับสิ่งที่มองเห็น เช่น บุคคล สิ่งของ หรือการกระทำ ส่งผลให้เกิดความเข้าใจในความหมายของคำพูด (word meaning) และสามารถตอบสนองต่อคำสั่งหรือคำพูดได้อย่างเหมาะสม พัฒนาการด้านการเข้าใจภาษานี้จึงเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาการใช้ภาษา (expressive language) และมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับพัฒนาการด้านสติปัญญาและสังคมของเด็กในระยะต่อไป

2.5 พัฒนาการด้านช่วยเหลือตัวเองและสังคม (Personal and Social: PS) หมายถึง ความสามารถของเด็กในการดูแลตนเอง การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น การปรับตัวทางสังคม และการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นพัฒนาการที่เกิดขึ้นควบคู่กันระหว่างด้านอารมณ์และสังคม

พัฒนาการด้านสังคมเริ่มต้นตั้งแต่วัยทารก โดยมีพื้นฐานสำคัญคือการสร้างความผูกพัน (bonding) ระหว่างผู้เลี้ยงดูกับทารก ซึ่งพัฒนาไปสู่ความผูกพันทางอารมณ์ (attachment) ที่มั่นคง เด็กจะเริ่มแสดงปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เช่น การยิ้มตอบ การสบตา และการส่งเสียงโต้ตอบกับผู้เลี้ยงดู

โดยในช่วงอายุประมาณ 5-6 เดือน เด็กสามารถจดจำผู้เลี้ยงดูและแยกแยะบุคคลคุ้นเคยกับคนแปลกหน้าได้ ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมกลัวคนแปลกหน้า (stranger anxiety)

พัฒนาการด้านอารมณ์เริ่มต้นตั้งแต่แรกเกิด โดยเด็กสามารถแสดงอารมณ์พื้นฐาน ได้แก่ ความโกรธ ความกลัว และความพึงพอใจ และเมื่อพัฒนาการทางสติปัญญาเพิ่มขึ้น เด็กจะสามารถควบคุมและแสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมมากขึ้น ในช่วงอายุประมาณ 15 เดือน เด็กเริ่มแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (empathy) และสามารถปรับพฤติกรรมทางอารมณ์ให้สอดคล้องกับบริบททางสังคมได้

การเล่น (play) เป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาทางสังคมและอารมณ์ของเด็ก โดยมีลำดับพัฒนาการจากการเล่นแบบรับรู้ประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว (sensorimotor play) ไปสู่การเล่นตามหน้าที่ (functional play) และการเล่นสมมติ (pretend play) ซึ่งสะท้อนถึงการพัฒนาความคิดเชิงสัญลักษณ์และจินตนาการ

ในช่วงวัยก่อนวัยเรียน (3-5 ปี) รูปแบบการเล่นทางสังคมมีความซับซ้อนมากขึ้น โดยเด็กอายุประมาณ 2 ปี จะเริ่มเล่นแบบขนาน (parallel play) คือเล่นใกล้กันแต่ไม่ได้ตอบกันอย่างแท้จริง ต่อมาในช่วงอายุประมาณ 3 ปี เด็กจะเริ่มเล่นแบบมีปฏิสัมพันธ์ (associative play) โดยมีการแบ่งปันอุปกรณ์หรือกิจกรรมร่วมกัน แต่ยังไม่มีการวางแผนหรือเป้าหมายร่วมกันอย่างชัดเจน และเมื่ออายุประมาณ 4-5 ปี เด็กจะพัฒนาไปสู่การเล่นแบบร่วมมือ (cooperative play) ซึ่งสามารถทำกิจกรรมร่วมกัน มีการแบ่งบทบาทหน้าที่ และมีเป้าหมายร่วมกัน

นอกจากนี้ เด็กวัยก่อนวัยเรียนยังมีพัฒนาการด้านการรับรู้ตนเองและบทบาททางสังคมเพิ่มขึ้น โดยสามารถแยกแยะความแตกต่างระหว่างความเป็นจริงกับจินตนาการได้ดีขึ้น เข้าใจบทบาททางเพศ และเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคม เช่น การขอโทษ การรอคอย และการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ ซึ่งพัฒนาการด้านนี้ถือเป็นพื้นฐานสำคัญของความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ในระยะยาว

3. ทฤษฎีพัฒนาการเด็กที่เกี่ยวข้อง

3.1 ทฤษฎีพัฒนาการด้านสติปัญญาของ Jean Piaget (1952)

เด็กก่อนวัยเรียนอยู่ในขั้น Preoperational stage ซึ่งครอบคลุมช่วงอายุประมาณ 2-7 ปี เป็นระยะที่เด็กมีพัฒนาการด้านความคิดอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะความสามารถในการใช้สัญลักษณ์แทนสิ่งต่าง ๆ (symbolic function) เช่น การใช้ภาษา การวาดภาพ และการเล่นสมมติ ซึ่งสะท้อนถึงการพัฒนาทางสติปัญญาที่ก้าวหน้า ทั้งนี้การคิดของเด็กในระยะนี้ยังมีข้อจำกัด โดยมีลักษณะสำคัญ ได้แก่ การยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (egocentrism) ซึ่งเด็กยังไม่สามารถเข้าใจมุมมองของผู้อื่นได้อย่างสมบูรณ์ การคิดแบบยึดลักษณะเด่นเพียงด้านเดียว (centration) และการขาดความสามารถ

ในการเข้าใจหลักการคงสภาพ (conservation) เช่น การเข้าใจว่าปริมาณของสิ่งของยังคงเท่าเดิมแม้รูปร่างจะเปลี่ยนไป

นอกจากนี้ เด็กในวัยนี้มักใช้การคิดแบบสัญชาตญาณ (intuitive thinking) มากกว่าการใช้เหตุผลเชิงตรรกะ และมีแนวโน้มในการอธิบายสิ่งต่าง ๆ ตามการรับรู้ของตนเอง (animistic thinking) เช่น การเชื่อว่าสิ่งไม่มีชีวิตมีความรู้สึกหรือมีชีวิต พัฒนาการทางสติปัญญาในระยะนี้มีความสำคัญต่อการเรียนรู้ การสื่อสาร และการพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็ก โดยเฉพาะการเชื่อมโยงกับพัฒนาการด้านภาษาและอารมณ์ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ในระยะต่อไป

3.2 ทฤษฎีพัฒนาการด้านจิตสังคมของ Erik Erikson (1950)

เด็กวัย 3–5 ปี อยู่ในระยะ Initiative vs Guilt ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กเริ่มพัฒนาความคิดริเริ่ม (initiative) และความสามารถในการลงมือทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง เด็กในวัยนี้มีความอยากรู้อยากเห็น ชอบสำรวจสิ่งแวดล้อม และมักตั้งคำถามเพื่อเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ การส่งเสริมให้เด็กได้แสดงออกและมีโอกาสริเริ่มกิจกรรมอย่างเหมาะสม จะช่วยให้เด็กเกิดความมั่นใจในตนเองและพัฒนาความสามารถทางสังคม แต่หากเด็กถูกจำกัดหรือถูกตำหนิเมื่อแสดงความคิดริเริ่ม อาจทำให้เกิดความรู้สึกผิด (guilt) ส่งผลให้เด็กขาดความมั่นใจ ไม่กล้าตัดสินใจ และหลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งอาจส่งผลต่อพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมในระยะยาว

พัฒนาการในระยะนี้มีความสำคัญต่อการสร้างบุคลิกภาพ การควบคุมอารมณ์ และการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น โดยบทบาทของผู้เลี้ยงดูและครูมีความสำคัญอย่างยิ่งในการสนับสนุนให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านการเล่น การสำรวจ และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้เด็กมีความคิดริเริ่ม กล้าแสดงออก และมีพื้นฐานของความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีในอนาคต

แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence: EI หรือ Emotional quotient: EQ)

1. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ของตนเอง รวมถึงการเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสมในบริบททางสังคม บุคคลที่มี EQ สูงจะสามารถดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์และมีความสุข อีกทั้งยังเป็นทักษะที่สามารถพัฒนาได้ตลอดชีวิต โดยเฉพาะในช่วงวัยเด็กตอนต้นซึ่งเป็นระยะสำคัญของการวางรากฐานทางอารมณ์และบุคลิกภาพในอนาคต (วัชรพล วิวรรณ เก้าวพันธ์, 2553)

2. องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลเกิดขึ้นจากหลายองค์ประกอบเข้าด้วยกันโดยสามารถแบ่งองค์ประกอบได้ (Goleman, 1995) ดังนี้

2.1 การตระหนักรู้ตนเอง (Self-Awareness) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และตระหนักถึงอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด รวมถึงจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเองในขณะนั้นได้อย่างถูกต้อง บุคคลที่มีการตระหนักรู้ตนเองจะสามารถบอกได้ว่าตนกำลังรู้สึกอะไร อารมณ์นั้นเกิดจากสาเหตุใด และอารมณ์นั้นส่งผลต่อพฤติกรรมของตนอย่างไร

2.2 การควบคุมตนเอง (Self-regulation) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการจัดการ ควบคุม และปรับอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์ โดยไม่แสดงออกอย่างหุนหันพลันแล่นหรือรุนแรง บุคคลที่มีทักษะด้านนี้จะสามารถยับยั้งอารมณ์ด้านลบ เช่น ความโกรธ ความเครียด และปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างมีเหตุผลและเหมาะสม

2.3 แรงจูงใจ (Motivation) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการผลักดันตนเองให้มุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย โดยอาศัยแรงจูงใจภายใน (Intrinsic motivation) มากกว่าปัจจัยภายนอก บุคคลที่มีแรงจูงใจสูงจะมีความพยายาม อดทน และไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค สามารถควบคุมอารมณ์เพื่อคงความมุ่งมั่นในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้อย่างต่อเนื่อง

2.4 ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และเข้าถึงความรู้สึก ความต้องการ และมุมมองของผู้อื่นได้อย่างลึกซึ้ง พร้อมทั้งสามารถตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและมีความเอื้ออาทร

2.5 ทักษะทางสังคม (Social Skills) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการสื่อสาร สร้าง และรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการทำงานร่วมกับผู้อื่น การจัดการความขัดแย้ง และการปรับตัวในสถานการณ์ทางสังคมได้อย่างเหมาะสม บุคคลที่มีทักษะด้านนี้จะสามารถสร้างความร่วมมือและบรรยากาศที่ดีในสังคมได้

3. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

3.1 ความฉลาดทางอารมณ์ของ Daniel Goleman (1995) อธิบายว่า ความสำเร็จของบุคคลไม่ได้ขึ้นอยู่กับสติปัญญาเพียงอย่างเดียว แต่ยังขึ้นอยู่กับความสามารถในการจัดการอารมณ์ของตนเองและความสัมพันธ์กับผู้อื่น ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ของตนเอง รวมถึงการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นและแสดงออกอย่างเหมาะสม แนวคิดนี้ประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 5 ด้าน ได้แก่ การตระหนักรู้ตนเอง การควบคุมตนเอง แรงจูงใจ ความเห็นอกเห็นใจ และทักษะทางสังคม ซึ่งล้วนเป็นทักษะที่สามารถพัฒนาได้ตลอดชีวิต และมีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิต การทำงาน และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ

3.2 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ Sigmund Freud (1963) แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์สามารถอธิบายเชื่อมโยงกับทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ Sigmund Freud ซึ่งเน้นบทบาทของจิตใต้สำนึกในการกำหนดอารมณ์และพฤติกรรม โดยฟรอยด์แบ่งโครงสร้างจิตออกเป็น id, ego และ

superego ซึ่งเกี่ยวข้องกับแรงขับ ความเป็นเหตุเป็นผล และศีลธรรมตามลำดับ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์จึงขึ้นอยู่กับการทำงานของ ego ในการไกล่เกลี่ยความต้องการของ id และข้อจำกัดของ superego บุคคลที่สามารถปรับสมดุลทั้งสามส่วนได้ดี จะสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม และมีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูง

4. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เป็นกระบวนการพัฒนาความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ ควบคุมอารมณ์ของตนเอง และการเข้าใจผู้อื่น ซึ่งสามารถพัฒนาได้ตลอดชีวิต โดยเฉพาะในวัยเด็กที่เป็นช่วงสำคัญของการวางรากฐานทางอารมณ์ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์ใช้แนวคิดและทฤษฎี (Goleman, 1995) ดังนี้

4.1 ด้านการตระหนักรู้ตนเอง เป็นกระบวนการที่มุ่งให้บุคคลสามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมของตนเองอย่างชัดเจน โดยเริ่มจากการฝึกสังเกตอารมณ์ของตนในแต่ละสถานการณ์ เช่น การตั้งคำถามกับตนเองว่า “กำลังรู้สึกอะไร และเพราะเหตุใด” ควบคู่กับการฝึกสติ (mindfulness) เพื่ออยู่กับปัจจุบันโดยไม่ตัดสินอารมณ์ นอกจากนี้ การบันทึกความรู้สึกและการสะท้อนคิดจะช่วยให้เห็นรูปแบบอารมณ์ของตนเองได้ชัดเจน รวมถึงการเปิดใจรับข้อมูลย้อนกลับจากผู้อื่นเพื่อพัฒนาการรับรู้ตนเองอย่างรอบด้าน แนวทางเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลสามารถเข้าใจตนเองได้ลึกซึ้ง และเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านอื่นต่อไป

4.2 ด้านการควบคุมตนเอง เป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลสามารถจัดการอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ โดยเริ่มจากการฝึกหยุดคิดก่อนตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นทางอารมณ์ เช่น การหายใจลึก ๆ หรือการเว้นช่วงเวลาเพื่อลดความหุนหันพลันแล่น ควบคู่กับการฝึกสติ (mindfulness) เพื่อรับรู้อารมณ์โดยไม่ปล่อยให้อารมณ์ครอบงำ นอกจากนี้ การฝึกคิดเชิงบวก การปรับมุมมองต่อปัญหา และการใช้เหตุผลในการตัดสินใจ จะช่วยให้สามารถควบคุมอารมณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการฝึกแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบและการจัดการความเครียดอย่างเหมาะสม แนวทางเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมและมีวุฒิภาวะทางอารมณ์มากยิ่งขึ้น

4.3 ด้านแรงจูงใจในเด็กโดยผู้ปกครองหรือผู้ดูแล มุ่งเน้นการสร้างแรงจูงใจภายในให้เด็กเกิด ความมุ่งมั่นและพยายามด้วยตนเอง โดยการตั้งเป้าหมายที่เหมาะสมกับวัย ชื่นชมความพยายาม มากกว่าผลลัพธ์ และเป็นแบบอย่างของความอดทนและความรับผิดชอบ นอกจากนี้ ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้จากความผิดพลาด ส่งเสริมการคิดเชิงบวก และสนับสนุนให้เด็กมีความภาคภูมิใจในตนเอง การสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและปลอดภัยทางอารมณ์จะช่วยให้เด็กกล้าแสดงออกและพัฒนาความมุ่งมั่นได้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการมีแรงจูงใจและความสำเร็จในอนาคต

4.4 ความฉลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มุ่งพัฒนาให้บุคคลสามารถรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง โดยเริ่มจากการฝึกการรับฟังอย่างตั้งใจโดยไม่ตัดสิน สังเกตสีหน้า

น้ำเสียง และพฤติกรรม เพื่อเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นอย่างถูกต้อง ควบคู่กับการส่งเสริมให้คิดในมุมมองของผู้อื่น (perspective taking) และแสดงออกด้วยความห่วงใยอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ การปลูกฝังคุณค่าเรื่องความเมตตา การช่วยเหลือ และการเป็นแบบอย่างที่ดีจากผู้ใหญ่ จะช่วยให้เกิดพฤติกรรมเอื้ออาทรอย่างเป็นธรรมชาติ แนวทางเหล่านี้จะส่งเสริมให้บุคคลสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

4.5 ด้านทักษะทางสังคม มุ่งพัฒนาให้บุคคลสามารถสื่อสารและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเริ่มจากการฝึกการสื่อสารอย่างเหมาะสม ทั้งการพูดและการฟังอย่างตั้งใจ ควบคู่กับการเรียนรู้มารยาททางสังคมและการเคารพผู้อื่น นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการทำงานเป็นทีม การแก้ไขปัญหาความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ และการปรับตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีจากผู้ใหญ่และการให้โอกาสฝึกปฏิบัติในสถานการณ์จริง แนวทางเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น สร้างความสัมพันธ์ที่ดี และประสบความสำเร็จทั้งในชีวิตและการทำงาน

5. เครื่องที่ใช้ประเมินความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ ความสามารถในการปรับตัว และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข โดยเฉพาะในเด็กปฐมวัยซึ่งเป็นช่วงเวลาสำคัญของการวางรากฐานด้านอารมณ์และสังคม การประเมินความฉลาดทางอารมณ์จึงมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้ผู้ปกครอง ผู้ดูแล และบุคลากรทางสุขภาพสามารถเข้าใจระดับพัฒนาการด้านอารมณ์ของเด็กได้อย่างเหมาะสม การใช้เครื่องมือประเมินที่มีมาตรฐานช่วยให้สามารถคัดกรองจุดเด่นและจุดที่ควรพัฒนาในด้านอารมณ์และสังคมของเด็ก เพื่อนำไปสู่การวางแผนส่งเสริมพัฒนาการอย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับวัย อันจะส่งผลให้เด็กเติบโตเป็นบุคคลที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ สามารถปรับตัว และดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีคุณภาพในอนาคต

5.1 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี (ฉบับย่อ) ของ สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต (2559) จุดเด่นคือเป็นเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นให้เหมาะสมกับเด็กปฐมวัยในบริบทของสังคมไทย สามารถใช้งานได้ง่าย ไม่ซับซ้อน และใช้เวลาไม่นานในการประเมิน โดยผู้ปกครองหรือผู้ดูแลสามารถประเมินพฤติกรรมของเด็กได้ด้วยตนเอง นอกจากนี้ยังครอบคลุมพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมใน 3 ด้านหลัก ได้แก่ ดี เก่ง และสุข ซึ่งช่วยให้สามารถคัดกรองจุดเด่นและจุดที่ควรพัฒนาได้อย่างรวดเร็ว อีกทั้งยังสามารถนำผลการประเมินไปใช้วางแผนส่งเสริมพัฒนาการของเด็กได้อย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง ลักษณะการตอบคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert rating scale) 4 มาตราส่วน ตั้งแต่ไม่เป็นเลยจนถึงเป็นประจำ โดยแบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 15 ข้อ แบ่งเป็นคำถามเชิงบวก จำนวน 14 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ จำนวน 1 ข้อ

แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม

1. ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม

ความสัมพันธ์หรือปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ที่ให้ความช่วยเหลือทั้งด้านอารมณ์ ข้อมูล ข่าวสาร หรือทรัพยากรต่าง ๆ ซึ่งช่วยให้บุคคลสามารถรับมือกับความเครียดและดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ (House & Kahn ,1985)

2. ทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคมของ House & Kahn (1985)

การสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อความเครียดและสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการสนับสนุนดังกล่าวประกอบด้วยหลายมิติ ได้แก่ การสนับสนุนด้านอารมณ์ เช่น การให้ความรักและกำลังใจ การสนับสนุนด้านข้อมูล เช่น การให้คำแนะนำหรือความรู้ การสนับสนุนด้านทรัพยากรหรือการช่วยเหลือเชิงปฏิบัติ และการสนับสนุนด้านการประเมินค่า ซึ่งช่วยให้บุคคลรับรู้คุณค่าในตนเอง ทฤษฎีนี้ยังเน้นบทบาทของเครือข่ายทางสังคม เช่น ครอบครัว เพื่อน และบุคลากรสุขภาพ ที่มีส่วนช่วยลดผลกระทบของความเครียด (buffering effect) และส่งเสริมสุขภาวะโดยรวมของบุคคล ทำให้สามารถเผชิญปัญหาและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีคุณภาพชีวิตที่ดี แบ่งออกเป็น 4 ประเภทดังนี้

2.1 การสนับสนุนทางอารมณ์ (Emotional Support) หมายถึง การให้ความรัก ความห่วงใย ความเข้าใจ และกำลังใจแก่บุคคล เพื่อช่วยลดความเครียด ความวิตกกังวล และเสริมสร้างความมั่นคงทางจิตใจ ทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าและไม่โดดเดี่ยวในการเผชิญปัญหาเช่น ความรัก ความห่วงใย

2.2 การสนับสนุนด้านการประเมินค่า (Appraisal Support) หมายถึง การให้ข้อมูลสะท้อนกลับ (feedback) แก่บุคคลเกี่ยวกับความสามารถ พฤติกรรม หรือการตัดสินใจของตนเอง เพื่อช่วยให้บุคคลสามารถประเมินตนเองได้อย่างถูกต้องและพัฒนาศักยภาพตนเองต่อไป การสนับสนุนประเภทนี้ช่วยเสริมสร้างความมั่นใจ ความสามารถในการตัดสินใจ และการปรับตัวต่อปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ

2.3 การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Informational Support) หมายถึง การให้ข้อมูล ความรู้ คำแนะนำ หรือแนวทางในการแก้ไขปัญหา เพื่อช่วยให้บุคคลสามารถตัดสินใจและรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม เช่น การให้ข้อมูล คำแนะนำ ความรู้ในการแก้ปัญหา เป็นต้น

2.4 การสนับสนุนด้านทรัพยากรหรือสิ่งของ (Instrumental Support) การให้ความช่วยเหลือที่เป็นรูปธรรมและจับต้องได้ เพื่อช่วยให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาหรือดำเนินชีวิตได้สะดวกขึ้น เช่น การช่วยเหลือทางการเงิน หรือการช่วยทำสิ่งต่างๆ เป็นต้น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการศึกษา (pretest-posttest control group design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ดูแลและเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3 ถึง 5 ปี ในอำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ดูแลและเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3 ถึง 5 ปี กำลังศึกษาโรงเรียนในเขตตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองจังหวัดเชียงราย โดยมีคุณสมบัติดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือก (inclusion criteria)

เด็กก่อนวัยเรียน

1. อายุ 3 ถึง 5 ปี
2. สามารถสื่อสารภาษาไทยได้
3. ผู้ดูแลยินยอมให้เข้าร่วมการวิจัย

ผู้ดูแลเด็ก

1. สามารถสื่อสาร อ่านและเขียนภาษาไทยได้
2. อาศัยอยู่บ้านเดียวกันกับเด็กวัยเรียน
3. ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย
4. มีอุปกรณ์สมาร์ทโฟน หรืออุปกรณ์ที่สามารถใช้ application Line ได้
5. ไม่มีอุปสรรคในการเข้าถึงอินเทอร์เน็ต
6. มีความสามารถในการใช้อุปกรณ์สมาร์ทโฟนได้เป็นอย่างดี

เกณฑ์การคัดออก (exclusion criteria)

1. ไม่สามารถเข้าร่วมโครงการได้ครบทุกครั้ง

เกณฑ์ยุติเข้าร่วมการศึกษา (withdrawal or termination criteria)

1. กลุ่มตัวอย่างขอถอนตัวจากการศึกษา
2. กลุ่มตัวอย่างย้ายโรงเรียน

การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างของการศึกษานี้ ผู้วิจัยคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (power analysis) โดยกำหนดการทดสอบด้วยสถิติที (t-test) โดยทั้งสองกลุ่มมีอิสระต่อกัน (Two sample independence group test) ชนิดทางเดียว (One tailed

test) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ (α) ที่ 0.05 กำหนดอำนาจการทดสอบ (power of test) ที่ 0.80 และกำหนดค่าขนาดอิทธิพล (effect size) โดยการคำนวณมาจากการศึกษาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันเป็นการศึกษาของกัญญพัชร พงษ์ช้างอยู่ และคณะ (2561) ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยการเล่นิทานต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย มีค่าขนาดอิทธิพล (effect size) เท่ากับ 2.08 ซึ่งเป็นขนาดใหญ่มากและมีข้อจำกัดในเรื่องของบริบทในการศึกษา ทำให้ผลการวิจัยที่ได้อาจไม่สามารถนำมาใช้เป็นตัวแทนของประชากรเด็กก่อนวัยเรียนในวงกว้างได้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดอิทธิพล (effect size) ของโคเฮน (Cohen, 1977) เท่ากับ 0.80 ซึ่งเป็นขนาดอิทธิพล (effect size) ขนาดใหญ่ที่สามารถนำมาใช้ประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างทางการพยาบาลได้ (วัฒนา ชยรัช, 2561) จากนั้นใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G* power ในการคำนวณกลุ่มตัวอย่าง ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 42 คน และเพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง (attrition rate) จึงได้เพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 20 จึงได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 25 คน

การสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีวิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1. ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกโรงเรียนในเขตตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย มีจำนวน 8 แห่ง ได้แก่ 1. โรงเรียนบ้านข้าวแคร่ จำนวน 43 คน 2. โรงเรียนบ้านดู่ (สหราษฎร์พัฒนาการ) จำนวน 80 คน 3. โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่ จำนวน 64 คน 4. โรงเรียนบ้านโป่งน้ำตก จำนวน 30 คน 5. โรงเรียนบ้านโป่งพระบาท จำนวน 64 คน 6. โรงเรียนเทศบาลบ้านดู่ 187 คน 7. โรงเรียนอนุบาลฉัตรมงคล 43 คน 8. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย จำนวน 226 คน มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 737 คน เพื่อป้องกันการปนเปื้อนของกลุ่มตัวอย่าง (contamination) ผู้วิจัยทำการการสุ่มอย่างง่ายในการคัดเลือกโรงเรียนและสุ่มกำหนดโรงเรียนเข้าสู่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เป็นการสุ่มด้วยการจับฉลากแบบไม่ใส่คืน โดยกำหนดให้หมายเลขแรกที่หยิบได้เป็นกลุ่มควบคุม คือ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย และหมายเลขที่สองที่จับได้เป็นกลุ่มทดลอง คือ โรงเรียนเทศบาลบ้านดู่

2. ภายหลังจากกำหนดโรงเรียนสำหรับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกเด็กก่อนวัยเรียนและผู้ดูแลภายในแต่ละโรงเรียนตามเกณฑ์การคัดเลือกและเกณฑ์การคัดออกที่กำหนด ผู้วิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) จำนวนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน ทั้งหมด 50 คน ผู้วิจัยพิจารณาให้อายุและระดับการศึกษาของผู้ดูแลในทั้งสองกลุ่มมีความใกล้เคียงกัน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ประกอบด้วย

- 1.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลของเด็ก ได้แก่ อายุ เพศ น้ำหนัก ส่วนสูง โรคประจำตัว และจำนวนพี่น้อง ส่วนที่ 2 ข้อมูลของผู้ดูแล ได้แก่ เพศ อายุ ความสัมพันธ์ของผู้ดูแล ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ระยะเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็ก

1.2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี (ฉบับย่อ) ของสถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต (2559) ลักษณะข้อคำถามเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมของเด็กที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ ในช่วง 4 เดือนที่ผ่านมา แบ่งออกเป็นด้านดี ด้านเก่ง ด้านสุข ลักษณะการตอบคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert rating scale) 4 มาตราส่วน ตั้งแต่ไม่เป็นเลยจนถึงเป็นประจำ โดยแบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 15 ข้อ แบ่งเป็นคำถามเชิงบวก จำนวน 14 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ จำนวน 1 ข้อ มีการให้คะแนน ดังนี้

คำถามเชิงบวก

ไม่เป็นเลย	ให้	1 คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	2 คะแนน
เป็นบ่อยครั้ง	ให้	3 คะแนน
เป็นประจำ	ให้	4 คะแนน

คำถามเชิงลบ

ไม่เป็นเลย	ให้	4 คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	3 คะแนน
เป็นบ่อยครั้ง	ให้	2 คะแนน
เป็นประจำ	ให้	1 คะแนน

แปลคะแนนโดยการรวมคะแนนทุกข้อ จากนั้นนำมาเทียบตามตาราง ดังนี้

องค์ประกอบ	คะแนนเทียบกับเกณฑ์ปกติ		
	ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ	ปกติ	สูงกว่าปกติ
ด้านดี	1-11	12-19	20
ด้านเก่ง	1-12	13-19	20
ด้านสุข	1-12	13-18	19-20
ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม	1-39	40-55	56-60

การแปลผล ดังนี้

เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าปกติ ควรส่งเสริมและรักษาคุณลักษณะนี้ให้คงไว้

เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์ปกติ เด็กควรได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้นๆ ให้ดียิ่งขึ้น ผู้ใหญ่ควรร่วมกันส่งเสริมให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้นๆ อย่างต่อเนื่อง

เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์ระดับที่ควรได้รับการพัฒนา ควรได้รับการประเมินซ้ำด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ฉบับสมบูรณ์ชุด 55 ข้อ เพื่อความชัดเจนในการแก้ไขปัญหาความฉลาดทางอารมณ์และต้องได้รับการเอาใจใส่พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์อย่างสม่ำเสมอและจริงจัง

1.3 แบบสอบถามความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ โดยผู้วิจัยได้พัฒนามาจาก คู่มือพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เด็กปฐมวัย สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ของนพวรรณ ศรีวงศ์

พานิชและคณะ (2557) ประกอบด้วยคำถามจำนวน 20 ข้อ คำถามเป็นแบบเลือกตอบ ใช่ หรือ ไม่ใช่ คะแนนเต็ม 20 คะแนน

1.4 แบบสอบถามพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ โดยผู้วิจัยได้พัฒนา มาจาก คู่มือพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เด็กปฐมวัย สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ของนพวรรณ ศรีวงศ์ พานิชและคณะ (2557) ประกอบด้วยคำถามจำนวน 20 ข้อ ลักษณะการตอบคำถามเป็นแบบมาตรา ส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert rating scale) 4 มาตราส่วน ตั้งแต่ไม่เป็นเลยจนถึงเป็นประจำ โดยแบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็นคำถามเชิงบวก จำนวน 18 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ จำนวน 2 ข้อ มีการให้คะแนน ดังนี้

คำถามเชิงบวก

ไม่เป็นเลย	ให้	1 คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	2 คะแนน
เป็นบ่อยครั้ง	ให้	3 คะแนน
เป็นประจำ	ให้	4 คะแนน

คำถามเชิงลบ

ไม่เป็นเลย	ให้	4 คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	3 คะแนน
เป็นบ่อยครั้ง	ให้	2 คะแนน
เป็นประจำ	ให้	1 คะแนน

แปลคะแนนโดยการรวมคะแนนทุกข้อ และแปลผลตามเกณฑ์ที่กำหนด แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

64-80 คะแนน	หมายถึง	มีการปฏิบัติในระดับสูง
48-63 คะแนน	หมายถึง	มีการปฏิบัติในระดับปานกลาง
20-47 คะแนน	หมายถึง	มีการปฏิบัติในระดับต่ำ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงานวิจัย ประกอบด้วย

2.1 โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยประยุกต์จากแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ในการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแลในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแล ประกอบด้วย 1) การสนับสนุนด้านอารมณ์ กิจกรรมที่ 1 การสร้างความตระหนักและความเข้าใจแก่ผู้ดูแลถึงบทบาทสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ส่งเสริมให้ผู้ดูแลตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ในฐานะผู้มีบทบาทสำคัญ 2) การสนับสนุนด้านข้อมูล กิจกรรมที่ 2 และ 3 เป็นการให้ความรู้และคำแนะนำในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ผู้ดูแล และร่วมกันทำกิจกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ 3) การสนับสนุนด้านวัตถุ กิจกรรมที่ 4 คู่มือในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ที่ช่วยให้ผู้ดูแลสามารถศึกษาได้สะดวกมากยิ่งขึ้น ผ่าน Line official account 4) การสนับสนุนด้านการประเมินค่า

กิจกรรมที่ 5 เป็นการพูดคุย ติดตามและให้กำลังใจผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ผ่าน Line official account ใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์ รายละเอียด ดังนี้ สัปดาห์ที่ 1 จัดกิจกรรมในวันแรกของสัปดาห์ โดยดำเนินกิจกรรมที่ 1-4 ใช้ 1 วัน ส่วนสัปดาห์ที่ 2-7 เป็นกิจกรรมที่ 5 โดยใช้เวลา 30-60 นาที/สัปดาห์ และสัปดาห์ที่ 8 ดำเนินกิจกรรมสรุปผลใช้เวลา 1 ชั่วโมง

2.2 Line official account เป็นแพลตฟอร์มใน แอปพลิเคชันไลน์ ใช้ในการสื่อสารความรู้และเป็นช่องทางในการติดต่อสื่อสารระหว่างทีมสุขภาพระหว่างการประชุมโปรแกรม โดยสามารถใช้ในการส่งข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ได้ ประกอบด้วยเมนูที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแล ที่สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม เนื้อหาประกอบด้วย นิยามของความฉลาดทางอารมณ์ พัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน บทบาทของผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ เทคนิคการสื่อสารเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ การสร้างความภาคภูมิใจและความเชื่อมั่นในตนเองให้กับเด็ก และการใช้กิจกรรมและเกมเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity)

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และแบบสอบถามพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็ก 1 ท่าน อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ 2 ท่าน พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็ก 1 ท่าน แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการ 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ภายหลังการพิจารณาจากการตรวจสอบของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว แบบสอบถามความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (content validity index: CVI) เท่ากับ 0.97 และแบบสอบถามพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (content validity index: CVI) เท่ากับ 1

แผนการดำเนินกิจกรรม ผู้วิจัยนำเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็ก 1 ท่าน อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ 2 ท่าน พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็ก 1 ท่าน แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการ 1 ท่าน เพื่อประเมินความถูกต้อง เหมาะสมของภาษา และความครอบคลุมของเนื้อหา หลังจากได้รับคำแนะนำ ผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปทดลองใช้

2. การตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability)

ผู้วิจัยนำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็ก 3-5 ปี และแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ไปทดลองใช้กับผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียน ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน 15 คน จากนั้นนำไปหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตร

สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้ 0.80 ขึ้นไป โดยนำข้อมูลมาทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ พบว่า แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็ก 3-5 ปี ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86 แบบสอบถามความรู้ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.87 แบบสอบถามพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.87 ซึ่งผ่านเกณฑ์ที่ยอมรับได้ที่กำหนดไว้

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยคำนึงถึงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยงานวิจัยผ่านการพิจารณาอนุมัติ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย หมายเลขเอกสารรับรองโครงการวิจัย CRPPHO 143/2568 ผู้วิจัยดำเนินการส่งหนังสือขออนุมัติต่อ ผู้อำนวยการกองการศึกษา การเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ดูแลเป็นผู้ตัดสินใจด้วยตนเอง ดำเนินการคัดเลือกตามเกณฑ์การคัดเลือก แจกให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ระยะเวลาในการเข้าร่วมการวิจัย เมื่อเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้วกลุ่มตัวอย่างสามารถหยุดหรือถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ และข้อมูลทั้งหมดจะเก็บเป็นความลับ การรวบรวมข้อมูลจะไม่ระบุชื่อ-สกุลหรือที่อยู่ที่จะเชื่อมโยงถึงกลุ่มตัวอย่างได้ ข้อมูลทางระบบออนไลน์จะไม่มีการเชื่อมโยงข้อมูลถึงกลุ่มตัวอย่างได้ ผู้วิจัยมีการกำหนดรหัสเพื่อเข้าถึงข้อมูล มีเพียงผู้วิจัยที่สามารถเข้าถึงข้อมูล การนำเสนอข้อมูลเป็นภาพรวมโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น ข้อมูลทั้งหมดจะถูกทำลายภายใน 1 ปี ภายหลังจากที่ผลการวิจัยได้รับการเผยแพร่แล้ว

ขั้นตอนและวิธีการรวบรวมข้อมูล

ภายหลังได้รับการอนุมัติให้สามารถดำเนินการวิจัยได้ ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ขั้นตอนเตรียมการ

1.1 ผู้วิจัยนำเสนอโครงร่างวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย

1.2 เมื่อผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และกิจกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์

1.3 ดำเนินการขอเอกสารหนังสือถึงนายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่และผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย จากนั้นเข้าพบเพื่อชี้แจงรายละเอียดของโครงการวิจัย วัตถุประสงค์ การดำเนินงาน ระยะเวลา และสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย เพื่อขออนุมัติดำเนินการวิจัยในครั้งนี้

1.4 เมื่อได้รับอนุญาตในการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยเข้าพบผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียนในโรงเรียนทั้ง 2 แห่ง เพื่อรับทราบวัตถุประสงค์ของการวิจัย การดำเนินงาน ระยะเวลา และสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ โดยให้กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจในการเข้าร่วมการวิจัยอย่างอิสระ เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีความยินยอมจึงดำเนินการลงชื่อในการเข้าร่วมการวิจัย แบ่งกลุ่มตัวอย่าง ดำเนินการนัดหมายและการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

กลุ่มควบคุม

สัปดาห์ที่ 1

วันที่ 1

1. ผู้วิจัยคัดเลือกผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียนที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดเป็นกลุ่มควบคุม จากนั้นผู้วิจัยนัดพบกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยกล่าวทักทาย แนะนำตนเอง และสร้างสัมพันธภาพ เพื่อสร้างความผ่อนคลายและไว้วางใจในการดำเนินกิจกรรม

2. ผู้วิจัยแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย การดำเนินงาน ระยะเวลา และสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ โดยให้กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจในการเข้าร่วมการวิจัยอย่างอิสระ เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีความยินยอมจึงดำเนินการลงชื่อในการเข้าร่วมการวิจัย

3. ผู้วิจัยขอให้กลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปีและแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ (Pretest) ใช้เวลาประมาณ 20 นาที

4. ทำการนัดหมายอีกครั้งในสัปดาห์ที่ 8

สัปดาห์ที่ 2-7 เด็กได้รับการดูแลตามปกติจากผู้ดูแล

สัปดาห์ที่ 8

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทาย แนะนำตนเอง และสร้างสัมพันธภาพ เพื่อสร้างความผ่อนคลายและไว้วางใจในการดำเนินกิจกรรม

2. ผู้วิจัยขอให้กลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปีและแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ (Posttest) ใช้เวลาประมาณ 20 นาที

3. ผู้วิจัยกล่าวสรุป ให้ความรู้ผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และแจ้งสิ้นสุดโครงการวิจัยแก่กลุ่มควบคุม จากนั้นผู้วิจัยมอบคู่มือการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนให้แก่กลุ่มควบคุม เป็นการสิ้นสุดการวิจัย

กลุ่มทดลอง

สัปดาห์ที่ 1

วันที่ 1

1. ผู้วิจัยคัดเลือกผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียนที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดเป็นกลุ่มทดลอง จากนั้นผู้วิจัยจะนัดพบกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยกล่าวทักทาย แนะนำตนเอง และสร้างสัมพันธภาพ เพื่อสร้างความผ่อนคลายและไว้วางใจในการดำเนินกิจกรรม

2. ผู้วิจัยแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย การดำเนินงาน ระยะเวลา และสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ โดยให้กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจในการเข้าร่วมการวิจัยอย่างอิสระ เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีความยินยอมจึงดำเนินการลงชื่อในการเข้าร่วมการวิจัย

3. ผู้วิจัยขอให้กลุ่มทดลองทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปีและแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ (Pretest) ใช้เวลาประมาณ 20 นาที

4. ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กก่อนวัยเรียนตามแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 เป็นกิจกรรมในการสนับสนุนทางอารมณ์และการสนับสนุนด้านข้อมูล โดยการให้ความรู้และคำแนะนำในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ผู้ดูแล ใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง

ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. วิทยากรให้ความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ โดยมุ่งเน้นการสร้างตระหนักและความเข้าใจแก่ผู้ดูแลถึงบทบาทสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ต่อการพัฒนาการทางอารมณ์และสังคม เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจ และกระตุ้นให้ผู้ดูแลเห็นถึงศักยภาพของตนในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้สามารถบรรลุตามเป้าหมายได้ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

2. วิทยากรให้ความรู้เกี่ยวกับนิยามของความฉลาดทางอารมณ์ พัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน บทบาทของผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ เทคนิคการสื่อสารเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ การจัดการกับอารมณ์ด้านลบของเด็ก การสร้างความ

ภาคภูมิใจและความเชื่อมั่นในตนเองให้กับเด็ก และการใช้กิจกรรมและเกมเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ รวมถึงวิธีการประเมินและติดตามความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก ใช้เวลา 2 ชั่วโมง

3. วิทยากรเปิดโอกาสให้ผู้ดูแลซักถาม ข้อสงสัย และพูดคุย เพื่อให้รู้สึกผ่อนคลายและเตรียมพร้อมที่จะส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เด็ก

กิจกรรมที่ 2 เป็นกิจกรรมในการสนับสนุนทางอารมณ์ โดยเน้นการส่งเสริมการแสดงความรักและเข้าใจระหว่างผู้ดูแลและเด็ก ทำให้ผู้ดูแลรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้ดูแลแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสะท้อนคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) ซึ่งกระบวนการนี้จะนำไปสู่การสร้าง ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ส่งเสริมให้ผู้ดูแลตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) ในฐานะผู้มีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาทางอารมณ์และสังคมของเด็ก อันจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมในการอบรมเลี้ยงดูบุตรหลานอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป ใช้เวลา 40 นาที แบ่งผู้ดูแลออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน และทีมผู้วิจัย จำนวน 4 คน ทีมผู้วิจัยทำความเข้าใจร่วมกันในการปฏิบัติให้เป็นแนวทางเดียวกัน และมีแบบฟอร์มสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรมบันทึกประเด็นหลักที่กลุ่มแลกเปลี่ยนไว้ จากนั้นทำกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังนี้

1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของกิจกรรม สร้างบรรยากาศที่ปลอดภัยและไว้วางใจ

1.2 ผู้วิจัยใช้คำถามปลายเปิดที่เป็นมาตรฐานเดียวกันในทุกกลุ่ม ได้แก่ 1. ท่านเคยเจอพฤติกรรมแบบใดของเด็กที่ทำให้รู้สึกท้อด้านอารมณ์ 2. ในสถานการณ์นั้น ท่านตอบสนองอย่างไร 3. คิดว่าการตอบสนองของท่านมีผลต่ออารมณ์ของเด็กอย่างไร 4. ท่านคิดว่า “ผู้ดูแล” มีบทบาทสำคัญอย่างไรในการช่วยให้เด็กเข้าใจและจัดการอารมณ์

1.3 ให้ผู้ดูแลแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองทำหรือคิด โดยผู้วิจัยฟังอย่างตั้งใจ กระตุ้นให้ทุกคนมีส่วนร่วม โดยไม่ขึ้นคำตอบและทวนคำตอบเพื่อสะท้อนความเข้าใจ

1.4 ผู้วิจัยสรุปประเด็นจากการแลกเปลี่ยนโดยใช้ภาษาที่กลุ่มพูดเอง ไม่ตีความหรือสอน

กิจกรรมที่ 3 เป็นกิจกรรมในการส่งเสริมการคิดและฝึกพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ผู้วิจัยให้สถานการณ์ตัวอย่าง จากนั้นผู้ดูแลและระดมความคิด ร่วมกันตอบวิธีการรับมือกับสถานการณ์ที่ได้รับ เพื่อให้ผู้ดูแลได้ฝึกพฤติกรรมในการรับมือกับสถานการณ์ที่อาจจะเจอ
2. ผู้วิจัยสรุปการรับมือกับแต่ละสถานการณ์และแนะนำการปฏิบัติเพิ่มเติม

กิจกรรมที่ 4 เป็นกิจกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กก่อนวัยเรียน ตามแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) เป็นการสนับสนุนด้านวัตถุ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที

ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ผู้วิจัยได้แนะนำการใช้ Line official account เพื่อใช้ในการสื่อสารตอบข้อสงสัย และให้กำลังใจในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์

สัปดาห์ที่ 2-7

กิจกรรมที่ 5 เป็นกิจกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กก่อนวัยเรียน ตามแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) เป็นการสนับสนุนด้านการประเมินค่า ใช้เวลาประมาณ 30-60 นาที ผ่านช่องทาง Line official account

ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. โดยการให้ผู้ดูแลได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมา ทั้งในเรื่องของปัญหา อุปสรรค และเหตุการณ์ที่ประสบความสำเร็จ เพื่อเป็นการให้กำลังใจผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย พร้อมทั้งให้คำแนะนำที่เหมาะสมกับผู้ดูแล

สัปดาห์ที่ 8

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทาย แนะนำตนเอง และสร้างสัมพันธภาพ เพื่อสร้างความผ่อนคลายและไว้วางใจในการดำเนินกิจกรรม
2. ผู้วิจัยขอให้กลุ่มทดลองทำแบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปีและแบบสอบถามความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ (Posttest) ใช้เวลาประมาณ 20 นาที
3. ผู้วิจัยกล่าวสรุปและแจ้งสิ้นสุดโครงการวิจัยแก่กลุ่มทดลอง เป็นการสิ้นสุดการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลของเด็ก ได้แก่ เพศ และอายุ ส่วนที่ 2 ข้อมูลของผู้ดูแล ได้แก่ เพศ อายุ ความสัมพันธ์ของผู้ดูแล ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ระยะเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็ก นำมาวิเคราะห์โดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความแตกต่างข้อมูลทั่วไปของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยสถิติไคสแควร์ (Chi-square test)
3. ตรวจสอบการแจกแจงของข้อมูลโดยใช้สถิติ Shapiro-Wilk Test
4. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี และคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการใช้สถิติ Independent t-test เนื่องจากข้อมูลมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ (normal distribution)
5. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี และคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ระหว่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน โดยการใช้สถิติ Paired t-test เนื่องจากข้อมูลมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ (normal distribution)

บทที่ 4

ผลการวิจัย

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการศึกษา (pretest-posttest control group design) เพื่อศึกษาผลของ โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน โดยศึกษาในเด็ก ก่อนวัยเรียนและผู้ดูแล ดำเนินการทดลองและเก็บข้อมูลในเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2568 ถึงเดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ.2569 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานการวิจัยและการอภิปรายผล ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน

ส่วนที่ 3 ข้อมูลคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

ส่วนที่ 4 ข้อมูลคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1.

จำนวน และร้อยละ ของเพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ ผู้ดูแลหลักและเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็ก ก่อนวัยเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n=50)

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n=25)		กลุ่มควบคุม (n=25)		p-value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
ข้อมูลของเด็ก					
เพศ					
ชาย	14	56	12	48	.571 ^a
หญิง	11	44	13	52	
อายุ					
3 ปี	8	32	9	36	.832 ^a
4 ปี	9	36	7	28	
5 ปี	8	32	9	36	
ข้อมูลของผู้ดูแล					
เพศ					
ชาย	5	20	2	8	.221 ^a
หญิง	20	80	23	92	
อายุ					
20-29 ปี	2	8	2	8	.948 ^a
30-39 ปี	17	68	18	72	
40-49 ปี	4	16	4	16	
50 ปีขึ้นไป	2	8	1	4	
ระดับการศึกษา					
มัธยมศึกษาตอนปลาย	6	24	5	20	.580 ^a
ปริญญาตรี	19	76	19	76	
ปริญญาโท	0	0	1	4	
สถานภาพสมรส					
สมรส	19	76	23	92	.123 ^a
หย่า	6	24	2	8	
อาชีพ					
ว่างงาน	5	20	1	4	.132 ^a
รับจ้าง	7	28	4	16	
ธุรกิจส่วนตัว	5	20	5	20	
พนักงานเอกชน/รัฐ	8	32	15	60	

ลักษณะทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n=25)		กลุ่มควบคุม (n=25)		p-value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
รายได้ครอบครัวต่อเดือน					
น้อยกว่า 20,000 บาท	14	56	6	24	.061 ^a
20,001-40,000 บาท	10	40	16	64	
มากกว่า 40,001 บาท	1	4	3	12	
ผู้ดูแลหลัก					
บิดา	1	4	2	8	.362 ^a
มารดา	17	68	12	48	
บิดาและมารดา	5	20	10	40	
ปู่ ย่า ตา ยาย	2	8	1	4	
ระยะเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็ก					
น้อยกว่า 8 ชั่วโมง	10	40	8	32	.534 ^a
9-16 ชั่วโมง	15	60	16	64	
17-24 ชั่วโมง	0	0	1	4	

a = Chi-Square test

จากตารางที่ 1. แสดงข้อมูลทั่วไปของเด็กก่อนวัยเรียนและข้อมูลของผู้ดูแลในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของเด็กก่อนวัยเรียนในกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง ร้อยละ 56 และร้อยละ 44 อายุระหว่าง 3-5 ปี ข้อมูลของผู้ดูแลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 80 และเพศชาย ร้อยละ 20 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 30-39 ปี ร้อยละ 68 รองลงมามีอายุระหว่าง 40-49 ปี ร้อยละ 16 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 76 รองลงมาจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 24 สถานะภาพสมรสส่วนใหญ่สมรส ร้อยละ 76 และหย่า ร้อยละ 24 การประกอบอาชีพส่วนใหญ่เป็นพนักงานภาคเอกชนและภาครัฐ ร้อยละ 32 รองลงมาประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 28 รายได้ครอบครัวต่อเดือนส่วนใหญ่อยู่ที่น้อยกว่า 20,000 บาท ร้อยละ 56 รองลงมาได้รายได้ระหว่าง 20,001-40,000 บาท ร้อยละ 40 ผู้ดูแลที่ดูแลเด็กก่อนวัยเรียนเป็นหลัก ส่วนใหญ่เป็นมารดา ร้อยละ 68 รองลงมาเป็นการดูแลร่วมกันระหว่างบิดาและมารดา ร้อยละ 20 ระยะเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็กก่อนวัยเรียนส่วนใหญ่อยู่ที่ 9-16 ชั่วโมง ร้อยละ 60 รองลงมาใช้เวลาไม่น้อยกว่า 8 ชั่วโมงร้อยละ 40

ข้อมูลทั่วไปของเด็กก่อนวัยเรียนในกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ร้อยละ 52 และร้อยละ 48 อายุระหว่าง 3-5 ปี ข้อมูลของผู้ดูแลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 92 และเพศชาย ร้อยละ 8 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 30-39 ปี ร้อยละ 72 รองลงมามีอายุระหว่าง 40-49 ปี ร้อยละ 16 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 76 รองลงมาจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 20 สถานะภาพสมรสส่วนใหญ่สมรส ร้อยละ 92 และ

หย่า ร้อยละ 8 การประกอบอาชีพส่วนใหญ่เป็นพนักงานภาคเอกชนและภาครัฐ ร้อยละ 60 รองลงมาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 20 รายได้ครอบครัวต่อเดือนส่วนใหญ่อยู่ที่ 20,001-40,000 บาท ร้อยละ 64 รองลงมาได้รายได้น้อยกว่า 20,000 บาท ร้อยละ 24 ผู้ดูแลที่ดูแลเด็กก่อนวัยเรียนเป็นหลัก ส่วนใหญ่เป็นมารดา ร้อยละ 48 รองลงมาเป็นการดูแลร่วมกันระหว่างบิดาและมารดา ร้อยละ 40 ระยะเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็กก่อนวัยเรียนส่วนใหญ่อยู่ที่ 9-16 ชั่วโมง ร้อยละ 64 รองลงมาใช้เวลาไม่น้อยกว่า 8 ชั่วโมง ร้อยละ 32

ทำการทดสอบความแตกต่างของข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของประชากร ประกอบด้วย ข้อมูลของเด็ก ได้แก่ เพศและอายุของเด็ก ข้อมูลของผู้ดูแล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ครอบครัวต่อเดือน ผู้ดูแลหลัก และระยะเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็ก ทำการวิเคราะห์ความแตกต่างข้อมูลของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยสถิติ ไคสแควร์ (chi-square test) พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$)

ส่วนที่ 2 ข้อมูลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน

ตารางที่ 2.

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ($n=50$)

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์	กลุ่มทดลอง ($n=25$)		กลุ่มควบคุม ($n=25$)		t	p-value
	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.		
ก่อนการทดลอง	49.12	2.07	49.92	2.94	1.11	.27
หลังการทดลอง	53.72	2.37	50.44	2.02	5.26	.000*

* $p < .001$

จากตารางที่ 2. พบว่า คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองอยู่ในระดับปกติทั้งสองกลุ่ม กลุ่มทดลองมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในช่วง 46-54 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 49.12 คะแนน (S.D. = 2.07) ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในช่วง 43-54 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 49.92 คะแนน (S.D. = 2.94)

2.1 เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนในกลุ่มทดลองภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 5.26$, $p < .001$) โดยคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ในกลุ่มทดลอง เท่ากับ 49.12 คะแนน (S.D. = 2.07) และกลุ่มควบคุม เท่ากับ 49.92 คะแนน (S.D. = 2.94) ส่วนคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน

หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม กลุ่มทดลอง เท่ากับ 53.72 คะแนน (S.D. = 2.37) และกลุ่มควบคุมเท่ากับ 50.44 คะแนน (S.D. = 2.02) ดังแสดงในตารางที่ 2.

2.2 เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ของกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 3.

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง (n=25)

คะแนน	ก่อนการทดลอง (n=25)		หลังการทดลอง (n=25)		t	p-value
	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.		
ความฉลาดทางอารมณ์	49.12	2.07	53.72	2.37	7.24	.000*

* $p < .001$

จากตารางที่ 3. พบว่า เด็กก่อนวัยเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 7.24, p < .001$) โดยมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 49.12 คะแนน (S.D. = 2.07) และมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์หลังการทดลองเท่ากับ 53.72 คะแนน (S.D. = 2.37) ดังแสดงในตารางที่ 3.

ส่วนที่ 3 ข้อมูลคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

ตารางที่ 4.

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม (n=50)

คะแนนความรู้	กลุ่มทดลอง (n=25)		กลุ่มควบคุม (n=25)		t	p-value
	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.		
ก่อนการทดลอง	15.84	1.72	16.28	1.72	.90	.37
หลังการทดลอง	17.88	1.39	16.56	1.90	2.81	.007

จากตารางที่ 4. พบว่า คะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล อยู่ในช่วง 12-19 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 15.84 คะแนน (S.D. = 1.72) ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล อยู่ในช่วง 13-19 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 16.28 คะแนน (S.D. = 1.72)

3.1 เปรียบเทียบคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ในกลุ่มทดลองภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 2.81$, $p = .007$) โดยคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ในกลุ่มทดลอง เท่ากับ 15.84 คะแนน (S.D. = 1.72) และกลุ่มควบคุมเท่ากับ 16.28 คะแนน (S.D. = 1.72) ส่วนคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม กลุ่มทดลอง เท่ากับ 17.88 คะแนน (S.D. = 1.39) และกลุ่มควบคุมเท่ากับ 16.56 คะแนน (S.D. = 1.90) ดังแสดงในตารางที่ 4.

3.2 เปรียบเทียบคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ของกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 5.

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง ($n=25$)

คะแนน	ก่อนการทดลอง ($n=25$)		หลังการทดลอง ($n=25$)		t	p-value
	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.		
ความรู้ของผู้ดูแล	15.84	1.72	17.88	1.39	5.36	.000

* $p < .001$

จากตารางที่ 5. พบว่า ผู้ดูแลในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 5.36$, $p < .001$) โดยมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนการทดลองเท่ากับ 15.84 คะแนน (S.D. = 1.72) และมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังการทดลองเท่ากับ 17.88 คะแนน (S.D. = 1.39)

ส่วนที่ 4 ข้อมูลคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์

คะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองมีการปฏิบัติในระดับปานกลางทั้งสองกลุ่ม ในกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล อยู่ในช่วง 51-75 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 61.72 คะแนน (S.D. = 6.77) ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล อยู่ในช่วง 53-65 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ย 59.80 คะแนน (S.D. = 3.00)

4.1 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ตารางที่ 6.

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม (n=50)

คะแนนพฤติกรรม	กลุ่มทดลอง (n=25)		กลุ่มควบคุม (n=25)		t	p-value
	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.		
ก่อนการทดลอง	61.72	6.77	59.80	3.00	1.30	.20
หลังการทดลอง	68.24	4.08	59.84	3.68	7.65	.000

* $p < .001$

จากตารางที่ 6. พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ในกลุ่มทดลองภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 7.65, p < .001$) โดยคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมในกลุ่มทดลอง เท่ากับ 61.72 คะแนน (S.D. = 6.77) และกลุ่มควบคุมเท่ากับ 59.80 คะแนน (S.D. = 3.00) ส่วนคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม กลุ่มทดลอง เท่ากับ 68.24 คะแนน (S.D. = 4.08) และกลุ่มควบคุมเท่ากับ 59.84 คะแนน (S.D. = 3.68)

4.2 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ของกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 7.

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง (n=25)

คะแนน	ก่อนการทดลอง (n=25)		หลังการทดลอง (n=25)		t	p-value
	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$)	S.D.		
พฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์	61.72	6.77	68.24	4.08	3.92	.001

จากตารางที่ 7. พบว่า ผู้ดูแลในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 3.92, p = .001$) โดยมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมใน

การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลก่อนการทดลองเท่ากับ 61.72 คะแนน (S.D. = 6.77) และมีคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังการทดลองเท่ากับ 68.24 คะแนน (S.D. = 4.08)

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบสองกลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการศึกษา (pretest-posttest control group design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมกับกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแล ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมกับกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาเป็นผู้ดูแลและเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3 ถึง 5 ปี กำลังศึกษาโรงเรียนในเขตตำบลบ้านคู อำเภอมืองจังหวัดเชียงราย ดำเนินการทดลองและเก็บข้อมูลในเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2568 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.2569 กลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน แบ่งเป็น ผู้ดูแลที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน (กลุ่มทดลอง) 25 คน และ ผู้ดูแลที่ไม่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน (กลุ่มควบคุม) 25 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี (ฉบับย่อ) แบบสอบถามความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และแบบสอบถามพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงานวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยประยุกต์จากแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องในการสนับสนุนทางสังคมของผู้ดูแลในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน และ Line official account ใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์

ข้อมูลส่วนบุคคลใช้สถิติการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติทดสอบความแตกต่างระหว่างสองกลุ่มด้วยสถิติไคสแควร์ (Chi-square test) วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ คะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนได้รับโปรแกรมฯ และหลังได้รับโปรแกรมฯ ด้วยสถิติค่าที่สองกลุ่มอิสระต่อกัน (Independent t-test) และวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ คะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในกลุ่มทดลองระหว่างก่อนได้รับโปรแกรมฯ และหลังได้รับโปรแกรมฯ ด้วยสถิติค่าที่ชนิดสองกลุ่มสัมพันธ์กัน (Paired t-test)

ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

1. คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
3. คะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
4. คะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .007
5. คะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
6. คะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

การอภิปรายผล

สมมติฐานที่ 1 ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ผลการวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เป็นไปตามสมมติฐาน

สามารถอธิบายได้ว่า การประยุกต์ใช้แนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) ในการเสริมสร้างศักยภาพของผู้ดูแลผ่านโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ซึ่งประกอบด้วยการสนับสนุน 4 ส่วน ได้แก่ การสนับสนุนด้านอารมณ์ (Emotional support) ในการสร้างความตระหนักและเห็นถึงความสำคัญของบทบาทผู้ดูแลในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Informational support) ผ่านการให้ความรู้และคำแนะนำในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์แก่ผู้ดูแล การสนับสนุนด้านวัตถุ (Instrumental support) ผ่านแอปพลิเคชัน Line Official Account และ การสนับสนุนด้านการประเมินค่า (Appraisal support) ผ่านการติดตามผล พูดคุย และให้กำลังใจผู้ดูแล การที่ผู้ดูแลได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างรอบด้าน มีส่วนช่วยในการส่งเสริมความสามารถของผู้ดูแลและบทบาทการมีส่วนร่วมของผู้ดูแลในการควบคุมและจัดการให้เกิดพฤติกรรมด้านอารมณ์ที่เหมาะสม รวมถึงความสามารถในการเรียนรู้อารมณ์ของเด็กและกำกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การที่เด็กได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างสม่ำเสมอ ช่วยให้เกิดสภาพแวดล้อมที่อบอุ่นและปลอดภัยสำหรับเด็ก ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาความสามารถในการรับรู้และจัดการอารมณ์ของตนเอง การควบคุมอารมณ์ของตนเอง และการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น จะส่งผลให้เด็กมีทักษะทางสังคมและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดีขึ้น (ชนาธิป กุลจิรากุล, 2564) นอกจากนี้ยังพบว่าการมีส่วนร่วมและการสนับสนุนทางสังคมจากผู้ดูแลและครอบครัว มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพัฒนาการด้านความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เนื่องจากเด็กเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์ผ่านการปฏิสัมพันธ์และการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ดูแล (Domitrovich et al., 2017)

สมมติฐานที่ 2 ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ผลการวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่า

ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนและสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .007 และค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ดูแลหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เป็นไปตามสมมติฐาน

สามารถอธิบายได้ว่า แนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support theory) ของ House & Kahn (1985) เป็นแนวคิดที่ช่วยสนับสนุนทางสังคมให้บุคคลมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ การสนับสนุนในด้านการสร้างความตระหนักและความเข้าใจแก่ผู้ดูแลถึงบทบาทสำคัญในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก ส่งเสริมให้ผู้ดูแลตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง นอกจากนี้การที่ผู้ดูแลมีความมั่นคงทางอารมณ์และได้รับการยอมรับ จะช่วยให้เกิดสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและอบอุ่น การส่งเสริมด้านความรู้ คำแนะนำ และแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ช่วยให้ผู้ปกครองมีความมั่นใจและเป็นแบบอย่างที่ดีในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และตัดสินใจในการจัดการพฤติกรรมทางอารมณ์ของเด็กได้อย่างเหมาะสม (Siregar & Sit, 2024) ซึ่งเด็กมักเรียนรู้การรับรู้อารมณ์ การควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกทางอารมณ์ผ่านการสังเกตและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ดูแล ดังนั้นเมื่อผู้ดูแลมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์มากขึ้น จึงสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการเลี้ยงดูและจัดการพฤติกรรมทางอารมณ์ของเด็กได้อย่างเหมาะสม ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมดูแลที่ส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กมากยิ่งขึ้น (Thummler et al., 2022)

การประยุกต์ใช้สื่อสมาร์ตผ่านแอปพลิเคชัน Line Official Account เข้ามามีส่วนช่วยในการอำนวยความสะดวกในการเข้าถึงแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่รวดเร็ว ช่วยให้ผู้ดูแลสามารถศึกษาและนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างต่อเนื่อง การได้รับข้อมูลในรูปแบบสื่อดิจิทัล เช่น ข้อความ วิดีโอ หรืออินโฟกราฟิก ยังช่วยให้ผู้ดูแลเข้าใจแนวทางการส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ของเด็กได้ง่ายขึ้น รวมถึงการพูดคุย ติดตามผล และให้กำลังใจผู้ดูแล ผ่าน Line Official Account ซึ่งการที่ผู้ดูแลได้รับข้อมูลย้อนกลับและแรงเสริมเชิงบวก มีส่วนกระตุ้นให้ผู้ดูแลเกิดแรงจูงใจในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กอย่างสม่ำเสมอ สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของ เลอเรต และคณะ (Lerret et al., 2020) ที่ได้ศึกษาการใช้โปรแกรมการจัดการตนเองสำหรับครอบครัวของเด็กที่ได้รับการปลูกถ่ายอวัยวะ ร่วมกับการใช้สมาร์ตโฟนแอปพลิเคชัน พบว่า การนำสมาร์ตโฟนแอปพลิเคชันเข้ามามีบทบาทในการดูแลเด็ก จะช่วยกระตุ้นเตือน ติดตามพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน และอำนวยความสะดวกให้ครอบครัวสามารถเข้าถึงข้อมูลได้ง่ายขึ้น นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดูแลสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ด้านปฏิบัติการพยาบาล

สามารถนำโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมผ่านแอปพลิเคชัน Line Official Account เพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมพัฒนาการ และจัดการกับปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ในเด็กก่อนวัยเรียนในคลินิกสุขภาพเด็กดี หรือศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

ด้านการศึกษา

สามารถนำโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนของนักศึกษาพยาบาล โดยใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และใช้เป็นข้อมูลในการจัดทำคู่มือให้ความรู้แก่ผู้ปกครอง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

การจัดกิจกรรมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมผ่านแอปพลิเคชัน Line Official Account เพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน ควรมีการติดตามในระยะยาว เพื่อศึกษาความต่อเนื่องของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ดูแลและความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กเมื่อเข้าสู่ช่วงวัยเรียน และการจัดกิจกรรมการสนับสนุนทางสังคมภายใต้ข้อจำกัดด้านเวลาของบุคลากรที่ต้องทำงานประจำ

บรรณานุกรม

- จิตตวดี พรหมโสภา, และชรินทร์พร มะชะรา. (2568). ผลของโปรแกรมการสนับสนุนของพยาบาล ต่อพฤติกรรมการดูแลทารกแรกเกิดของมารดาในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิดกึ่งวิกฤต. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*, 19(2), 655-672.
- ชนาธิป กุลจิรากุล. (2564). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในนักเรียนชั้นประถมศึกษา อำเภอ ขาติตระการ จังหวัดพิษณุโลก (วิทยานิพนธ์ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.
- ชนิสา ไชยตันเทือก, พิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น และมาลี เอื้ออำนวย. (2563). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลหลัก. *พยาบาลสาร*, 47(4), 39-52.
- ฐิติมา ชูใหม่. (2559). การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็กปฐมวัย. *วารสารหัวหินสุขใจไกลกังวล*, 1(2), 18-33.
- นพวรรณ ศรีวงศ์พานิช, จันทร์อาภา สุขทรัพย์, วรวรรณ จงสง่าวิทยาเลิศ, จันทร์เพ็ญ รัชสินพงษ์, อรวรรณ จุศิริพงษ์, จิตรา จำเนียร และเบญจวรรณ ภูชั้น (2557). *คู่มือแนวทางการดำเนินงานโครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยเพื่อรองรับยุทธศาสตร์ชาติ ปีงบประมาณ 2557*. กรมสุขภาพจิต. สถาบันราชานุกูล.
- พิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น. (2561). *การพยาบาลเด็กเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วลัยพร ศรีรัตน, สุขุม เฉลยทรัพย์ และชนะศึก นิขานนท์. (2564). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์. *วารสารร้อยแก่นสาร*, 6(10), 408-422.
- วัชรพล วิวรรณ เถาว์พันธ์. (2553). *ความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก*. วารสารทันตภิบาล, 21(2), 35-43.
- วัฒนา ชยธวัช. (2561). ขนาดอิทธิพลและอำนาจทดสอบในการกำหนดขนาดตัวอย่างสำหรับการวิจัยทางคลินิก. *วารสารหมอยาไทยวิชัย*, 4(1), 67-75.
- ศศิกันต์ พุ่มแก้วและวิไลภรณ์ โคตรบึงแก. (2566). ปัจจัยที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิด: ศึกษาเฉพาะกรณีเยาวชนที่ศาลมีคำพิพากษาให้เข้ารับการฝึกอบรมภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนแห่งหนึ่ง. *วารสารสังคมสงเคราะห์ศาสตร์*, 31(2), 324-361.
- ศูนย์สุขภาพจิต. (2566, 15 ธันวาคม). *ข้อมูลการประเมินสุขภาพจิตของคนไทย*. Mental health check in. <https://checkin.dmh.go.th/dashboards>
- สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต. (2559). *แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ เด็กอายุ 3-5 ปี (ฉบับย่อ) สำหรับครู/ผู้ดูแล*. คลังความรู้สุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. <https://dmh-elibrary.org/items/show/306>
- เสาวลักษณ์ จักรบุตร. (2567). ปัจจัยที่มีผลต่อความฉลาดด้านอารมณ์ เด็กอายุ 3-5 ปี อำเภอโนนศิลา จังหวัดขอนแก่น. *วารสารสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดขอนแก่น*, 6(4), e272197.

- อรรถัย วงศ์พิกุล. (2566). ผลของโปรแกรมการประยุกต์แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้ปกครองร่วมกับ TEDA4I สำหรับเด็ก 0-5 ปี ที่มีพัฒนาการล่าช้าโดยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา. *วารสารวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 2(2), 23-38.
- Alsaker, F. D., & Dick-Niederhauser, A. (2019). Depression and suicide. In *Handbook of adolescent development* (pp. 308-336). Psychology Press.
<https://doi.org/10.4324/9780203969861>
- Asmarawanti, A., Arifin, R. F., & Purnairawan, Y. (2023). Factors associated with emotional intelligence of children aged 3-6 Years. *Comprehensive Nursing Journal*, 9(4), 467-474.
- Burns, N., & Grove, S. (2009). *The practice of nursing research: Appraisal, synthesis and generation of evidence* (6th ed.). Saunders Elsevier.
- Cohen, J. (1997). *Statistical power analysis for the behavioral science* (Rev. ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Staley, K. C., & Weissberg, R. P. (2017). Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children. *Child development*, 88(2), 408-416.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company.
- Freud, S. (1961). *The ego and the id*. W. W. Norton & Company.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books, Inc.
- House, J. S., & Kahn, R. L. (1985). Measures and concepts of social support. In S. Cohen & S. L. Syme (Eds.), *Social support and health* (pp. 83–108). Academic Press.
- Krishan, B., & Kumar, B. (2024). Emotion regulation and health status from adolescence to adulthood among students of Doda district of JK (UT), India. *International Journal of Advanced Research in Biological Sciences*, 11(4), 76-81.
- Lerret, S., White-Traut, R., Medoff-Cooper, B., Simpson, P., Adib, R., Ahamed, S., & Schiffman, R. (2020). Pilot study protocol of a mHealth self-management intervention for family members of pediatric transplant recipients. *Research in Nursing & Health*, 43(2), 145-154.
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in children: Developmental perspectives. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
- Paavola, L. E. (2017). The importance of emotional intelligence in early childhood (Bachelor's thesis). Laurea University of Applied Sciences.
<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/131619/BA%20Thesis%20of%20Lilla%20Paavola.pdf?sequence=1>
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. W. W. Norton & Company.

- Serrat, O. (2017). Understanding and developing emotional intelligence. In Serrat, O. (Eds.), *Knowledge solutions: Tools, methods, and approaches to drive organizational performance*, 329-339.
https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-981-10-0983-9_37
- Siregar, K. Z. S., & Sit, M. (2024). The Role of Parents in Early Childhood Social Emotional Development. *Continuous Education: Journal of Science and Research*, 5(2), 143–150.
- Thummler, R., Engel, E. M., & Bartz, J. (2022). Strengthening emotional development and emotion regulation in childhood—as a key task in early childhood education. *International journal of environmental research and public health*, 19(7), 3978.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย
Chiang Rai Provincial Health Office

COA No.124/2568
CRPPHO REC No.143/2568

สำนักงานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย
กระทรวงสาธารณสุข
ที่อยู่ 424 หมู่ 5 บ้านหนองยาว ตำบลท่าสาย อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
รหัสไปรษณีย์ 57000 โทร. 053-910-328

เอกสารรับรองโครงการวิจัยแบบเร็ว

การวิจัยนี้และเอกสารประกอบของการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงรายแล้ว คณะกรรมการมีความเห็นว่าการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับ และข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการ : ผลของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียน
เลขที่โครงการ : CRPPHO 143/2568
ผู้วิจัยหลัก : นางสาวบุษยมาศ กันเกิด
สังกัดหน่วยงาน : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
วิธีบทวน : การพิจารณาแบบเร็ว
รายงานความก้าวหน้า : ส่งรายงานความก้าวหน้าอย่างน้อย 1 ครั้ง/ปี หรือรายงานฉบับสมบูรณ์หากดำเนินโครงการเสร็จสิ้นก่อน 1 ปี
เอกสารรับรอง
1. โครงร่างการวิจัย
2. แบบสอบถามโครงการวิจัย
3. หนังสือแจ้งข้อมูลการเข้าร่วมโครงการวิจัย
4. ใบยินยอมให้ทำการวิจัย

(นายเอกชัย คำสือ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

วันที่รับรอง : 3 ตุลาคม 2568

วันหมดอายุ : 2 ตุลาคม 2569

ทั้งนี้ การรับรองนี้มีเงื่อนไข ดังที่ระบุไว้ด้านหลังทุกข้อ (ดูด้านหลังของเอกสารรับรองโครงการวิจัย)

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย

- | | |
|-----------|---|
| ส่วนที่ 1 | แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของเด็กก่อนวัยเรียน และผู้ดูแล |
| ส่วนที่ 2 | แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี |
| ส่วนที่ 3 | แบบสอบถามความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ |
| ส่วนที่ 4 | แบบสอบถามพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ |
| ส่วนที่ 5 | คู่มือส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์เด็ก 3-5 ปี สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง |
| ส่วนที่ 6 | Line Official Account |

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของเด็กก่อนวัยเรียน และผู้ดูแล

คำชี้แจง ให้ผู้ดูแลเด็ก ตอบคำถามต่อไปนี้ โดยกรอกข้อความลงในข้อคำถามแต่ละข้อ หรือใส่เครื่องหมาย “✓” ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของเด็กก่อนวัยเรียน

- 1.1 ปัจจุบันเด็กอายุ.....ปี (เกิดวันที่.....เดือน..... พ.ศ.....)
- 1.2 เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
- 1.3 น้ำหนัก.....กิโลกรัม 1.4 ส่วนสูง.....เซนติเมตร
- 1.5 โรคประจำตัว ☐ ไม่มี ☐ มี ระบุ.....
- 1.6 จำนวนพี่น้อง.....คน บุตรคนที่.....
- 1.7 การใช้หน้าจอ ☐ ไม่ใช้ ☐ โทรศัพท์ ☐ โทรศัพท์มือถือ
- ☐ แท็บเล็ต
- จำนวนชั่วโมงที่ใช้.....ชั่วโมง
- เหตุผลในการใช้หน้าจอ.....

2. ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ดูแล

- 2.1 ปัจจุบันผู้ดูแลอายุ.....ปี
- 2.2 เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
- 2.3 โรคประจำตัว ☐ ไม่มี ☐ มี ระบุ.....
- 2.4 ระดับการศึกษา
- ☐ ประถมศึกษา ☐ มัธยมศึกษาตอนต้น
- ☐ มัธยมศึกษาตอนปลาย ☐ ปริญญาตรี
- ☐ ปริญญาโท ☐ ปริญญาเอก
- 2.5 รายได้ครอบครัวต่อเดือน
- ☐ น้อยกว่า 20,000 บาท ☐ 20,001 - 40,000 บาท
- ☐ มากกว่า 40,001 บาท
- 2.6 อาชีพ (โปรดระบุ)
- ☐ ไม่ได้ประกอบอาชีพ/ว่างงาน
- ☐ เกษตรกรรม
- ☐ รับจ้าง
- ☐ ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว
- ☐ พนักงานบริษัทเอกชน
- ☐ รัฐวิสาหกิจ/ข้าราชการ

☐ อื่นๆ ระบุ _____

2.7 สถานภาพสมรส

☐ โสด ☐ สมรส ☐ หม้าย ☐ หย่า
☐ แยกกันอยู่

2.8 ความสัมพันธ์ของผู้ดูแลกับเด็ก

☐ พ่อ ☐ แม่ ☐ ปู่ ☐ ย่า ☐ ตา
☐ ยาย ☐ ลุง ☐ ป้า ☐ น้า ☐ อา
☐ ผู้ดูแลที่ไม่ใช่ญาติ (โปรดระบุ)

2.9 ผู้ดูแลหลัก (โปรดระบุ)

2.10 ระยะเวลาที่ใช้ร่วมกับเด็ก ชั่วโมง/วัน

กิจกรรมที่ทำร่วมกับเด็ก.....

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี

คำชี้แจง ให้ผู้ดูแลเด็ก ตอบคำถามที่เกี่ยวกับเด็กในช่วง 4 เดือนที่ผ่านมา โดยเลือกคำตอบที่ใกล้เคียงกับตัวเด็กที่เป็นอยู่จริงมากที่สุด ข้อคำถามแต่ละข้อ มีคำตอบที่เป็นไปได้ 4 คำตอบคือ

ไม่เป็นเลย	หมายถึง	ไม่เคยปรากฏ
เป็นบางครั้ง	หมายถึง	นานๆ ครั้งหรือทำบ้างไม่ทำบ้าง
เป็นบ่อยครั้ง	หมายถึง	ทำบ่อยๆ หรือเกือบทุกครั้ง
เป็นประจำ	หมายถึง	ทำทุกครั้งเมื่อเกิดสถานการณ์นั้น

หัวข้อต่อไปนี้เป็นการอธิบายถึงอารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมของเด็กในช่วง 4 เดือนที่ผ่านมา โปรดใส่เครื่องหมาย “✓” ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวเด็กมากที่สุด

		ไม่เป็นเลย	เป็นบางครั้ง	เป็นบ่อยครั้ง	เป็นประจำ	คะแนน (เฉพาะที่มีวิจัย)
1. ดี						
1.	แสดงความเห็นใจเมื่อเห็นเพื่อนหรือผู้อื่นทุกข์ร้อน เช่น บอกว่า สงสาร เข้าไปปลอบหรือเข้าไปช่วย					
.	...					
.	...					
5.	อดทน และรอคอยได้					
2. เก่ง						
6.	อยากรู้อยากเห็นกับของเล่นหรือสิ่งแปลกใหม่					
.	...					
.	...					
10.	ยอมรับกฎเกณฑ์หรือข้อตกลง แม้จะผิดหวัง/ไม่ได้สิ่งที่ต้องการ					
3. สุข						
11.	แสดงความภาคภูมิใจเมื่อได้รับคำชมเชย เช่น บอกเล่าให้ผู้อื่นรู้					
.	...					
.	...					
15.	ไม่กลัวเมื่อต้องอยู่กับคนที่ไม่สนิทสนม					
รวม						

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความรู้ในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง ให้ผู้ดูแลเด็ก ประเมินข้อความต่อไปนี้ ข้อใดถูกต้องให้ทำเครื่องหมาย “✓” ในช่องของ “ถูก” ข้อใดผิดให้ทำเครื่องหมาย “✓” ในช่องของ “ผิด”

ข้อ	รายละเอียด	ถูก	ผิด
1	ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) หมายถึง ความสามารถในการรู้จัก เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ของตนเอง รวมทั้งอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข		
2	เด็กวัย 3-5 ปีสามารถอธิบายความรู้สึกของตนเองได้อย่างชัดเจนเสมอ		
.	...		
.	...		
19	การให้เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมครอบครัว เช่น ช่วยจัดโต๊ะอาหาร ช่วยฝึกความรับผิดชอบและพัฒนา EQ		
20	เด็กที่ไม่สบายและไม่ตอบสนองต่อสีหน้าผู้ใหญ่ อาจเป็นสัญญาณเตือนปัญหา EQ		

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง ให้ผู้ดูแลเด็ก ตอบคำถามที่เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์เด็กในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา โดยเลือกคำตอบที่ตรงกับการปฏิบัติของผู้ดูแลมากที่สุดเพียงข้อเดียวให้ตรงกับความจริงมากที่สุด โดยข้อคำถามแต่ละข้อ มีคำตอบที่เป็นไปได้ 4 คำตอบคือ

ไม่เคย	หมายถึง	ไม่เคยปฏิบัติเลย
บางครั้ง	หมายถึง	นานๆ ครั้งหรือปฏิบัติบ้างไม่ปฏิบัติบ้าง
บ่อยครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติบ่อยๆ หรือเกือบทุกครั้ง
เป็นประจำ	หมายถึง	ปฏิบัติทุกครั้งเมื่อเกิดสถานการณ์นั้น

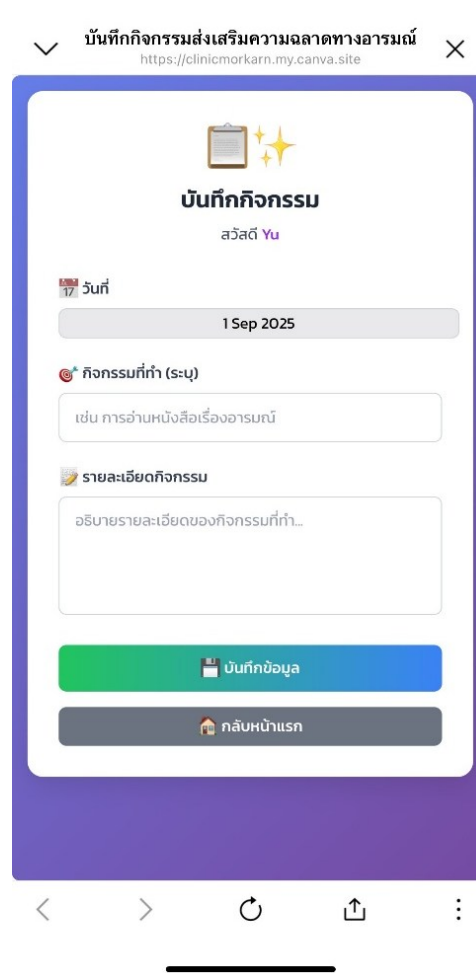
คำถาม ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ผู้ดูแลปฏิบัติพฤติกรรมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์เด็ก ต่อไปนี้ บ่อยแค่ไหน โปรดใส่เครื่องหมาย “✓” ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวเองมากที่สุด

ข้อ ที่	พฤติกรรม	ไม่เคย	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็น ประจำ	คะแนน (เฉพาะ ที่มิวิจัย)
1.	กอดหรือสัมผัสสลับโยน เมื่อเด็กกลัว/ เศร้า เช่น โอบกอดทันทีเมื่อได้ยินเสียง ฟ้าร้อง					
2.	ชวนเด็กตั้งชื่ออารมณ์ของตนเอง เช่น หนูโกรธ หนูดีใจ					
.	...					
.	...					
19.	เป็นแบบอย่างการควบคุมอารมณ์ด้วย น้ำเสียงสุภาพ ต่อหน้าเด็ก เช่น พูดเสียง ปกติแม้รุดติดนาน					
20.	ทบทวนอารมณ์ประจำวันกับเด็กก่อน นอน เช่น ถาม “วันนี้หนูดีใจที่สุดตอน ไหน” หรือ “หนูมีอะไรไม่สบายใจไหม”					
รวม						

ส่วนที่ 5 คู่มือส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์เด็ก 3-5 ปี สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง



ส่วนที่ 6 Line Official Account



ภาคผนวก ค

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงของเนื้อหา	สังกัด
1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรณลิน สิงขรณ์	กลุ่มวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
2. อาจารย์ศรีสุรักษ์ เกียรติมนิรัตน์	กลุ่มวิชาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรอนงค์ ธรรมจินดา	กลุ่มวิชาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ
4. นายแพทย์ กรวิชัย สวนาพร	แพทย์เฉพาะทางด้านกุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์มหาวิทยาลัย แม่ฟ้าหลวง
5. นางสาวกนกพร ช่างเรือนงาม	กลุ่มงานพัฒนาการเด็ก โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ - สกุล นางสาวบุษยมาศ กันเกต

วัน เดือน ปี เกิด 29 เมษายน 2536

ที่อยู่ปัจจุบัน

เลขที่ 602 หมู่ 4 ตำบล สันทราย

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2559 พยาบาลศาสตรบัณฑิต

มหาวิทยาลัยพะเยา

พ.ศ. 2567 พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. 2559 พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลเกษมราษฎร์ ศรีบุรินทร์

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

พ.ศ. 2560 พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลเชียงรายอินเตอร์

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

พ.ศ. 2565 พยาบาลวิจัย หน่วยวิจัยโรคเขตร้อนมหิดล-อ็อกซ์ฟอร์ด

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

พ.ศ. 2567 - ปัจจุบัน อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา การพยาบาลเด็กและวัยรุ่น

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ - สกุล นางสาวอังศุมาลิน พิเชษฐบุญเกียรติ
วัน เดือน ปี เกิด 30 พฤษภาคม 2535
ที่อยู่ปัจจุบัน
 เลขที่ 50/65 ถนน กองช้าง ตำบล รอบเวียง
 อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2557	พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา
พ.ศ. 2567	พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเด็ก มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. 2557	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ หอผู้ป่วยหนักทารกแรกเกิด โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
พ.ศ. 2566	พยาบาลวิชาชีพ หอผู้ป่วยกุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
พ.ศ. 2567-ปัจจุบัน	อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา การพยาบาลเด็กและวัยรุ่น คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ - สกุล	นางสาววิภาวรรณ ชัยลังกา	
วัน/เดือน/ปีเกิด	13 กุมภาพันธ์ 2531	
ที่อยู่ปัจจุบัน	เลขที่ 33 หมู่ 19 ตำบล เวียงชัย อำเภอ เวียงชัย จังหวัด เชียงราย	
ประวัติการศึกษา	พ.ศ 2553	พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา
	พ.ศ 2561	พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก มหาวิทยาลัยมหิดล
ประสบการณ์การทำงาน	พ.ศ. 2553	พยาบาลวิชาชีพ หอผู้ป่วยกุมารเวชกรรม 2 โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย
	พ.ศ. 2555	พยาบาลวิชาชีพ หอผู้ป่วย NICU โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์อินเตอร์เนชั่นแนล เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร
	พ.ศ. 2560	พยาบาลวิชาชีพ หอผู้ป่วย NICU โรงพยาบาลสมิติเวชศรีนครินทร์ เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร
	พ.ศ. 2561	อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา การพยาบาลเด็กและวัยรุ่น คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยเชียงราย อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย
	พ.ศ. 2567 – ปัจจุบัน	อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา การพยาบาลเด็กและวัยรุ่น คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ - สกุล นางสาวสุภัทสร เครืออินทร์

วัน เดือน ปี เกิด 17 ตุลาคม 2533

ที่อยู่ปัจจุบัน

เลขที่ 59/92

ตำบล นางแล

อำเภอ เมืองเชียงราย

จังหวัด เชียงราย

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2556

พยาบาลศาสตรบัณฑิต

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

พ.ศ. 2562

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. 2563

อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา การพยาบาลเด็กและวัยรุ่น

สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

พ.ศ. 2566 - ปัจจุบัน

อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา การพยาบาลเด็กและวัยรุ่น

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ - สกุล นางอรรรณ จันเลน

วัน เดือน ปี เกิด 3 เมษายน 2517

ที่อยู่ปัจจุบัน

เลขที่ 233 หมู่ 16 ตำบล นางแล
อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2539	ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี
พ.ศ. 2552	เวชปฏิบัติครอบครัว มหาวิทยาลัยพะเยา
พ.ศ. 2562	อบรมการดูแลผู้สูงอายุ กรมอนามัย

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. 2536	พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลแม่พริก อำเภอ แม่พริก จังหวัด ลำปาง
พ.ศ. 2539	พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลเมืองปาน อำเภอ เมืองปาน จังหวัด ลำปาง
พ.ศ. 2550	พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแม่ข้าวต้ม อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย
พ.ศ. 2551	พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าสุด อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย
พ.ศ. 2560-ปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่ อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย