

ผลของโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์หลักการคิดแบบ
พุทธธรรม(โยนิโสมนสิการ) สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)

สาขาวิชาเอกการพยาบาลสาธารณสุข

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ.2556

Copyright by Mahidol University

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

ผลของโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์หลักการคิดแบบพุทธธรรม (โยนิโสมนสิการ) สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

THE EFFECTS OF EMOTIONAL QUOTIENT DEVELOPMENT PROGRAM BY APPLYING PRINCIPLES OF BUDDHIST (YONISOMANASIKARA) FOR HIGH SCHOOL STUDENTS

นะฤนทร จุฬากาญจน์ 5337520 PPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกการพยาบาลสาธารณสุข

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : สุนีย์ ละกำป็น, กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร)

อาภาพร เผ่าวัฒนา, Ph.D.,(NURSING)

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์หลักการคิดแบบพุทธธรรม(โยนิโสมนสิการ)สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครปฐม กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำจำนวน 78 คน เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 39 คน โปรแกรมฝึกการคิดมี 7 กิจกรรม ได้แก่ (1) ความเข้าใจเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ (2) การฝึกคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย (3) การฝึกคิดแบบบรรดธรรมสัมพันธ์(หลักการและจุดมุ่งหมาย) และแบบเห็นคุณค่าและทางออก (4) การฝึกคิดแบบเร้าคุณธรรม และแบบรู้คุณค่าแท้คุณค่าเทียม (5)การฝึกคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ และแบบวิภาษวาท(คิดและพูดแยกแยะ) (6) การฝึกคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย และแบบอริยสัจ (7) การฝึกคิดแบบรู้ทันธรรมชาติ และแบบอยู่กับปัจจุบัน จัดกิจกรรมทั้งหมด 3 ครั้ง โดยให้ฝึกคิดเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม ในสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนและชีวิตประจำวัน รวมระยะเวลาของการศึกษา 11 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง 3 ครั้ง ที่สัปดาห์แรก และสัปดาห์ที่ 6 ก่อนการทดลอง และสัปดาห์ที่ 2 หลังการทดลอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Chi-Square, Repeated Measures two way ANOVA และ t-test

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < .05$) ในด้านการเห็นใจผู้อื่นและการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ความรับผิดชอบ ความภูมิใจในตนเองและความพึงพอใจในชีวิต ยกเว้นด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ความสงบทางใจ พบว่าไม่มีความแตกต่างจากก่อนการทดลอง เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า ไม่มีความแตกต่างที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ.05. ในความฉลาดทางอารมณ์ทุกด้าน

สรุปโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์หลักการคิดแบบพุทธธรรม(โยนิโสมนสิการ) สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในนักเรียนได้ โปรแกรมนี้สามารถประยุกต์ใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อการส่งเสริมสุขภาพจิตของนักเรียนในวัยรุ่นตอนปลาย

คำสำคัญ: การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ / หลักการคิดแบบพุทธธรรม(โยนิโสมนสิการ) / นักเรียน

THE EFFECTS OF EMOTIONAL QUOTIENT DEVELOPMENT PROGRAM BY APPLYING PRINCIPLES OF BUDDHIST (YONISOMANASIKARA) FOR HIGH SCHOOL STUDENTS

NARUNEST CHULAKARN 5337520 PPHP/M

M.Sc.(PUBLIC HEALTH)MAJOR IN PUBLIC HEALTH NURSING

THESIS ADVISORY COMMITTEE: SUNEE LAGAMPAN ,Ed.D (CURRICULUM RESEARCH AND DEVELOPMENT),, ARPAPORN POWWATTANA, Ph.D., (NURSING)

ABSTRACT

This quasi-experimental study aimed to examine the effects of emotional quotient(EQ) development program by applying principles of Buddhist (Yonisomanasikara) for high school students of one public school in Nakhonpathom province. The sample included 78 students both male and female who had low emotional quotient scores. They were equally divided into 39 students in experimental and comparison group. The thinking training program composed of 7 activities including (1)understanding about EQ, (2)searching for causes and condition, (3)thinking for principle and goal, benefit and harm, (4)thinking of arousing goodness and virtue value of things, (5) analytical thinking and critical thinking, (6) problem solving thinking and the noble truth, (7) thought of the common characteristics and awareness. These all activities were conducted at 3 sessions by encouraging individual and group thinking in scenario of learning condition in school and daily life. The duration of program was 11 weeks. Data were collected by self-administered question, three times—at the baseline and the 6th week before the experiment, and at the 2nd week after the experiment. Data analysis was performed by using frequency, mean, standard deviation, Chi-squares, Repeated Measure two ways ANOVA, and t-test.

The result revealed that after intervention, the experimental group had statistically significant higher mean scores of EQ than before experiment ($p < .05$) in the dimensions of empathy and human relationship, self-emotional development, ability to self-control emotion and need, responsibility, self-esteem, life satisfaction. Otherwise there were no significant differences in dimension of problem solving and peacefulness. Compared with the comparison group, there were no statistically significant in all dimensions of EQ.

In conclusion, the emotional quotient development program by applying principles of Buddhist (Yonisomanasikara) could develops EQ of high school students. This program could be applied to promote of mental health; especially emotional quotient of the high school students.

KEY WORDS: EMOTIONAL QUOTIENT DEVELOPMENT/PRINCIPLES OF BUDDHIST (YONISOMANASIKARA)/HIGH SCHOOL STUDENTS

234 pages