

ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ต่อความสุขในการเรียนรู้ ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1

เสาวลักษณ์ ศรีโพธิ์,¹ สุนทรี ชะชาตย์,² สุกตราง จันทร์สุวรรณ,³ ปวีดา โพธิ์ทอง⁴

ภาควิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี

Received: Nov 10, 2021

Revised: Dec 14, 2021

Accepted: Aug 29, 2022

บทคัดย่อ

ที่มา: ความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยภายในที่ไม่ได้เกิดจากพันธุกรรม แต่เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้ ซึ่งนักศึกษาพยาบาลควรได้รับการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และการใช้ชีวิต

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ต่อความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1

วิธีการศึกษา: การวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาพยาบาล จำนวน 50 คน สุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย กิจกรรมกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมจำนวน 8 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบประเมินความสุขในการเรียนรู้ ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น 0.84 และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที แบบ independent

ผลการศึกษา: ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในการเรียนรู้ของกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง และมีค่าดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

สรุป: โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์มีผลต่อความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ซึ่งสถาบันการศึกษาพยาบาลสามารถใช้เป็นแนวทางส่งเสริมให้นักศึกษามีความสุขในการเรียนรู้ต่อไป

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์, ความสุขในการเรียนรู้, นักศึกษาพยาบาล

Effect of Emotional Intelligence Enhancement Program on Learning Happiness of First-year Nursing Students

Saowalak Sripcho,¹ Soontaree Khachat,² Suphattra Chanchuwan,³ Pawida Phothong⁴

Department of Mental Health and Psychiatric Nursing, Boromarajonani College of Nursing Suphan Buri

Abstract

Background: Emotional intelligence is an internal factor that is not genetic. But it can be developed. Nursing students should be encouraged to develop emotional intelligence to support their learning and living.

Objective: To study the effect of an emotional intelligence enhancement program on learning happiness among first-year nursing students.

Methods: Quasi-experimental research. The sample group consisted of 50 nursing students randomly assigned to the experimental and the control group of 25 people each. The experimental group received the Emotional Intelligent enhancement program consisting of group activities twice a week, totaling eight times. The control group received regular care. Data were collected using the happiness in learning assessment form. Cronbach's alpha coefficient was 0.84. The data were analyzed using percentage, mean, standard deviation, Independent t-test.

Results: The results showed that The mean learning happiness scores of the experimental group who received the emotional intelligence enhancement program were higher than before the experiment and were better than the control group statistically significant ($p < .01$).

Conclusion: The emotional intelligence enhancement program affects the learning happiness of first-year nursing students, which nursing institutions can use as a guideline to encourage students to continue learning.

Keywords: emotional intelligence, learning happiness, nursing students

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเรียนการสอนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตมุ่งเน้นการผลิตพยาบาลวิชาชีพให้มีความรู้ สามารถปฏิบัติตามมาตรฐานการพยาบาลในการดูแลภาวะสุขภาพของประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้หากเกิดข้อผิดพลาดขึ้นย่อมส่งผลกระทบต่อชีวิตของผู้รับบริการ ซึ่งอาจทำให้นักศึกษารู้สึกวิตกกังวลกับการเปลี่ยนแปลงบทบาท การสร้างสัมพันธภาพ รู้สึกโดดเดี่ยว ซึมเศร้า มีอาการปวดศีรษะ บางรายทำร้ายตนเองและรู้สึกไม่อยากจะมีชีวิตอยู่ บางรายต้องพักการเรียนหรือลาออกจากสถานศึกษา¹ โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 เป็นช่วงเปลี่ยนผ่านจากการเป็นนักเรียนมัธยมปลายเข้าสู่การศึกษาในระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีรูปแบบการเรียนการสอนที่ต่างกันอย่างสิ้นเชิง ต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น มีการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความเครียดสูง ร้อยละ 64.0 มีความแข็งแกร่งในชีวิตอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 55.0² มีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 8.9³ มีคุณภาพชีวิตด้านจิตใจอยู่ในระดับต่ำที่สุด⁴ และมีความสุขในการเรียนรู้ค่อนข้างน้อยส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่ไม่ดี เพื่อบรรเทาปัญหาในการเรียนทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ⁵ นอกจากนี้การที่ต้องปรับตัวเข้ากับเพื่อน อาจารย์ หรือสิ่งแวดล้อมใหม่ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 จึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันหรือลดความสูญเสียที่อาจเกิดขึ้น และเป็นรากฐานที่ดีในชั้นปีที่สูงขึ้น

ความสุขในการเรียนรู้ เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ที่ดี รู้สึกมีคุณค่าในตนเองมี ความภาคภูมิใจในตนเองและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น⁵ ความสุขในการเรียนรู้มีองค์ประกอบห้าด้าน ได้แก่ ด้านความสนใจใฝ่เรียนรู้ ด้านทัศนคติต่อวิชาชีพ ด้านความพึงพอใจกับการเรียน ด้านความวิตกกังวล และด้านความพึงพอใจในตนเอง⁶ ดังนั้น การเสริมสร้างความสุขในการเรียนรู้

ของนักศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษา ได้แก่ ความแข็งแกร่งในชีวิตซึ่งเป็นความสามารถของบุคคลในการเผชิญปัญหาท่ามกลางเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ส่งผลให้บุคคลพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้อย่างมีความสุข⁷ และความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีภาวะสุขภาพจิตที่ดี⁸

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional intelligence) จัดเป็นทรัพยากรภายในบุคคลที่สำคัญต่อการปรับตัวในการเผชิญปัญหา บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะสามารถเผชิญปัญหาได้ดี ส่งผลต่อการเรียนที่ดี และสามารถพัฒนาตนเองไปตามเป้าหมายที่วางไว้ จึงมักประสบความสำเร็จในชีวิต⁹ องค์ประกอบสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ได้แก่ การตระหนักรู้ตนเอง การควบคุมอารมณ์ตนเอง ทักษะทางสังคม การเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น และแรงจูงใจ¹⁰ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีผลในเชิงบวกต่อกลไกการเผชิญปัญหา และการจัดการความขัดแย้งได้อย่างมีประสิทธิภาพ¹¹ นอกจากนี้ความฉลาดทางอารมณ์ด้านการควบคุมตนเอง และด้านความสุขสามารถร่วมกันพยากรณ์ผลการเรียนของนักศึกษาพยาบาลได้ร้อยละ 54¹²

หากนักศึกษาพยาบาลมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น จะเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดี มีความสามารถจัดการความเครียด และปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ดี ส่งผลให้มีความสุขในการเรียนรู้และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี¹³ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อสร้างความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1

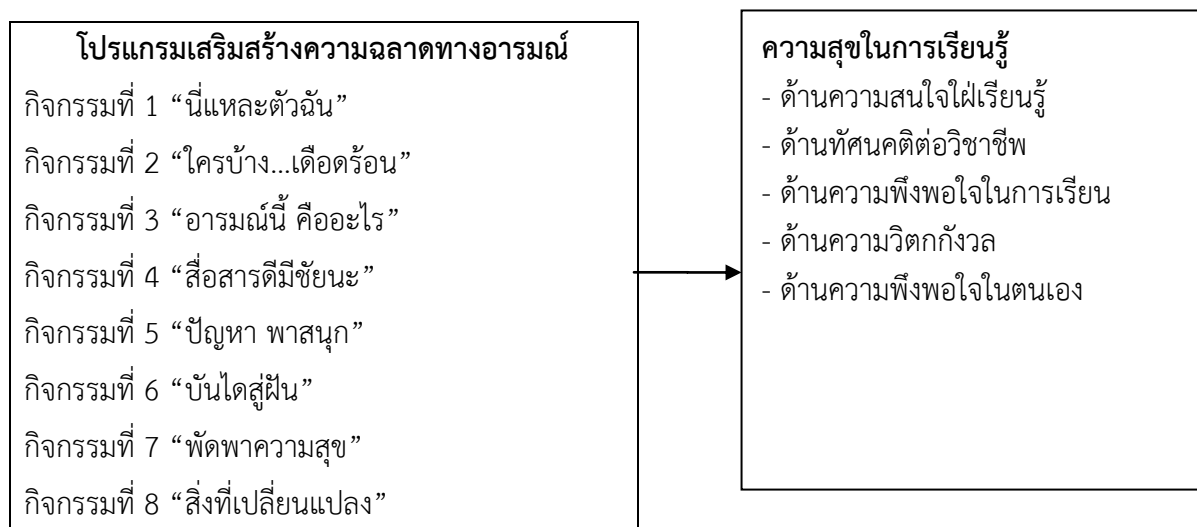
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขในการเรียนรู้ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังได้รับโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1 โดยประยุกต์ใช้แนวคิด

ความฉลาดทางอารมณ์ของ Goleman¹⁰ และวัดผลโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ด้วยแบบประเมินความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ที่พัฒนาขึ้นโดยปัทมา ทองสม⁶ ซึ่งประเมินจากความสนใจใฝ่เรียนรู้ ทักษะคิดต่อวิชาชีพ ความพึงพอใจในการเรียน ความวิตกกังวล และความพึงพอใจในตนเอง ดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการศึกษา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี เอกสารรับรองหมายเลข 028/2563 วันที่ 15 พฤษภาคม 2563

ประชากร คือ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2563 จำนวน 100 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาพยาบาลอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป ไม่เคยได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคทางจิตเวช และยินยอมเข้าร่วมในการวิจัย

ขนาดกลุ่มตัวอย่าง ได้จากการเปิดตารางขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Polit, D.F. and Hungler, B.P.¹⁴ โดยกำหนดความคลาดเคลื่อนของการสุ่มที่ระดับ .05 อำนาจทดสอบ (power of test) ที่ .80 ขนาดอิทธิพล (effect size) ที่ .80 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 25 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน จากนั้นจัดทำระเบียบรหัสนักศึกษาพยาบาลที่คุณสมบัติตามเกณฑ์ และทำการสุ่มตัวอย่างโดยวิธีการจับฉลากแบบไม่คืนที่ (Sampling without replacement) โดยกำหนดเลขคี่เป็นกลุ่มทดลอง เลขคู่เป็นกลุ่มควบคุม

เครื่องมือการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน มีรายละเอียด ดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้สำหรับการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งผู้วิจัยประยุกต์จากแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ของ Goleman¹⁰ ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นอาจารย์จิตเวชจำนวน 3 ท่าน ได้ค่า Index of item objective Congruence (IOC) เท่ากับ 0.80 โดยแต่ละกิจกรรม IOC ไม่ต่ำกว่า 0.5 จากนั้นผู้วิจัยปรับตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อนนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี ที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง และแบบประเมินความสุขในการเรียนรู้วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค ได้เท่ากับ 0.84 ประกอบด้วย 8 กิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 “นี่แหละตัวฉัน” ผู้วิจัยให้สมาชิกสร้างสัมพันธ์ภาพ และทบทวนความสุขในการเรียนรู้ของตนเอง โดยให้ทำแบบประเมินความสุขในการเรียนรู้ และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ นำเสนอผ่านกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการสร้างความสุข จากนั้นสุ่มสมาชิก 1-2 คน สะท้อนคิด ซึ่งเป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านการตระหนักรู้ในตนเอง

กิจกรรมที่ 2 “ใครบ้าง...เดือดร้อน” เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ผู้วิจัยให้สมาชิกทำกิจกรรม “ถูงการกระทำ” ภายในถูงบรรจุแผ่นป้ายข้อความการกระทำต่างๆ ทั้งสิ่งที่ดีและไม่ดี ให้นักศึกษาฝึกแยกแยะ และนำเสนอแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ผู้วิจัยสรุปความแตกต่างของบุคคล จากนั้นสุ่มสมาชิก 1-2 คน สะท้อนคิด และมอบหมายไปงานทบทวนพฤติกรรมตนเอง

กิจกรรมที่ 3 “อารมณ์นี้ คืออะไร” เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านการควบคุม

ตนเอง ผู้วิจัยให้สมาชิกทบทวนใบงาน ฝึกทักษะการแสดงออกทางอารมณ์ และการควบคุมอารมณ์ที่เหมาะสม โดยแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับอารมณ์ดีและไม่ดี ผลกระทบที่เกิดขึ้นทั้งต่อตนเองและผู้อื่น และวิธีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม จากนั้นสุ่มสมาชิก 1-2 คน สะท้อนคิด และมอบหมายไปงานทบทวนอารมณ์ตนเอง

กิจกรรมที่ 4 “สื่อสารดีมีชัยนะ” เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านทักษะทางสังคม ผู้วิจัยให้สมาชิกทบทวนใบงาน ฝึกทักษะการสื่อสารและรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อผู้อื่น โดยแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องปัญหาของการสื่อสาร และแนวทางการรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดี จากนั้นสุ่มสมาชิก 1-2 คน สะท้อนคิด และมอบหมายไปงานทบทวนการสื่อสารในชีวิตประจำวัน

กิจกรรมที่ 5 “ปัญหา พาสงู” เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ผู้วิจัยให้สมาชิกทบทวนใบงาน ฝึกแก้ปัญหาหรือตัดสินใจแก้ปัญหา ตรวจสอบผล และวิเคราะห์สถานการณ์ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน จากนั้นสุ่มสมาชิก 1-2 คน สะท้อนคิดและมอบหมายไปงานทบทวนวิเคราะห์ปัญหาในชีวิตประจำวัน

กิจกรรมที่ 6 “บันไดสู่ฝัน” เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านแรงจูงใจ ผู้วิจัยให้สมาชิกทบทวนใบงาน ทำกิจกรรม “สร้างเป้าหมาย” โดยตั้งเป้าหมายที่ชัดเจน แลกเปลี่ยนเรียนรู้แนวทางในการขับเคลื่อนตนเองไปสู่เป้าหมายในชีวิตผ่านใบงาน “ฝันให้ไกล ไปให้ถึง” จากนั้นสุ่มสมาชิก 1-2 คน สะท้อนคิด

กิจกรรมที่ 7 “พัฒนาความสุข” เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านการควบคุมตนเอง โดยทำกิจกรรม “สิ่งดีๆ ที่ฉันมีอยู่” ลงในพัด เพื่อสร้างความสุขได้ด้วยตนเอง เกิดการมองโลกในแง่ดี และสร้างทัศนคติที่ดีให้กับตนเอง จากนั้นสุ่มสมาชิก 1-2 คน สะท้อนคิด

กิจกรรมที่ 8 “สิ่งที่เปลี่ยนแปลง” ผู้วิจัยให้สมาชิกทบทวนใบงาน และกิจกรรมตั้งแต่ครั้งแรกถึงครั้งสุดท้าย สำนวณตนเองว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง โดยให้สมาชิกวาดภาพเพื่อสะท้อนเป็นภาพสายธารกับชีวิตที่เกิดการเปลี่ยนแปลง จากนั้นให้สมาชิกทุกคนสะท้อนคิด

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ภูมิลำเนาของนักศึกษา และผลการเรียนเฉลี่ยสะสม (GPA)

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ที่พัฒนาขึ้นโดยปัทมา ทองสม⁶ (เลขที่ขออนุญาตใช้เครื่องมือ สธ.1103.23/389.1 ลงวันที่ 11 มิถุนายน 2563) ซึ่งผ่านการ ตรวจสอบความเที่ยงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และได้นำไปศึกษาแก่นักศึกษาพยาบาลศาสตร วิทยาลัยพยาบาลรามาริบัติ ได้ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค เท่ากับ 0.88⁶ ประกอบด้วยข้อคำถามรวม 32 ข้อ โดยข้อคำถามที่ 1-27 เป็นข้อคำถามด้านบวก และข้อคำถามที่ 28-32 เป็นข้อคำถามด้านลบ แบบสอบถามจำแนกเป็นองค์ประกอบของความสุขในการเรียนรู้ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความสนใจใฝ่เรียนรู้ 8 ข้อ ด้านความพึงพอใจในการเรียน 5 ข้อ ด้านความพึงพอใจในตนเอง 6 ข้อ ด้านทัศนคติต่อวิชาชีพ 8 ข้อ ด้านความวิตกกังวล ซึ่งเป็นข้อคำถามด้านลบ จำนวน 5 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอนดังนี้

1. ขออนุญาตดำเนินการวิจัยจากผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี
2. คัดเลือก และเตรียมผู้ช่วยผู้วิจัยเป็นอาจารย์พยาบาลในสาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและ

จิตเวชที่มีประสบการณ์การทำงานไม่น้อยกว่า 5 ปี จำนวน 2 คน ช่วยเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างทำกิจกรรม

3. สัปดาห์ที่ 1 ผู้ช่วยผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อดำเนินการพหุศาสตร์กลุ่มตัวอย่างและให้ตอบแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลและแบบประเมินความสุขในการเรียนรู้ ระยะก่อนการทดลอง (Pre-test) โดยใช้เวลา 20-25 นาที

4. สัปดาห์ที่ 1-4 กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที รวม 8 ครั้ง ในวันจันทร์และวันพุธ เวลา 17.00 - 18.30 น. ส่วนกลุ่มควบคุมให้ได้รับการดูแลตามปกติจากอาจารย์ที่ปรึกษา

5. สัปดาห์ที่ 4 ผู้ช่วยผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบประเมินความสุขในการเรียนรู้ ระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น (Post-test)

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลส่วนบุคคลวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในการเรียนรู้ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามปกติด้วยสถิติทดสอบค่าที แบบ Independent

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองทั้งหมดเป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 18.5 ปี ทั้งสองกลุ่มมีเกรดเฉลี่ยสะสมไม่ต่างกัน (3.5, SD=0.3) ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดสุพรรณบุรี และมีสถานภาพสมรสของบิดามารดาอยู่ด้วยกัน เมื่อทดสอบความแตกต่างลักษณะทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าอายุ เกรดเฉลี่ยสะสม ภูมิลำเนาและสถานภาพสมรสของบิดามารดา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนร้อยละ และความแตกต่างของลักษณะทั่วไปจำแนกตามข้อมูลพื้นฐาน (n=50)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 25)		กลุ่มควบคุม (n = 25)		χ^2	p-value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
อายุ					2.22	.33
18 ปี	15	60.00	15	60.00		
19 ปี	8	32.00	10	40.00		
20 ปี	2	8.00	0	0.00		
	$(\bar{X} = 18.48; SD = 0.13)$		$(\bar{X} = 18.40; SD = 0.10)$			
ผลการเรียนเฉลี่ยสะสม (GPA)					.25	.13
2.00 – 3.00	11	44.00	16	64.00		
3.00 – 4.00	14	56.00	9	36.00		
	$(\bar{X} = 3.51; SD = 0.59)$		$(\bar{X} = 3.45; SD = 0.53)$		χ^2	
ภูมิสำเนา					1.10	.57
สุพรรณบุรี	21	84.00	19	76.00		
นครปฐม	3	12.00	3	12.00		
ลพบุรี	1	4.00	3	12.00		
สถานภาพครอบครัว					.15	.57
อยู่ด้วยกัน	20	80.00	19	76.00		
แยกกันอยู่	3	12.00	2	8.00		
หย่าร้าง	2	8.00	2	8.00		
เสียชีวิต	0	0.00	2	8.00		

2. ความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาล คะแนนความสุขในการเรียนรู้ก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t_{48} = .53, p = .67$) หลังการเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า

ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษา กลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ($t_{24} = 2.86, p = .000$) และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t_{48} = 1.46, p < .01$) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษา ก่อนและหลังการทดลอง

ค่าคะแนนความสุขในการเรียนรู้	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	df	t	P-value
	$\bar{x}$ (S.D.)	$\bar{x}$ (S.D.)			
กลุ่มควบคุม (n=25)	119.28 (8.29)	120.2 (4.3)	24	1.61	.873
กลุ่มทดลอง (n=25)	120.28 (4.46)	123.6 (10.6)	24	2.86	.000*
df	48	48			
t	.53	1.46			
P-value	.67	.000*			

อภิปรายผล (DISCUSSION)

จากผลการศึกษานักศึกษาพยาบาลที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์มีคะแนนเฉลี่ยความสุขในการเรียนรู้ก่อนการทดลองไม่ต่างจากนักศึกษากลุ่มควบคุม หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนความสุขในการเรียนรู้ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่า เมื่อนักศึกษาพยาบาลเข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์แบบกลุ่มครบทั้ง 8 ครั้ง จะมีความสุขในการเรียนรู้เพิ่มขึ้น จากการสังเกตพฤติกรรมและการสะท้อนคิดในการทำกิจกรรมแต่ละครั้ง ยังเห็นการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการของนักศึกษามากขึ้น โดยการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะปรากฏชัดเจนในการเข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่ครั้งที่ 3 เป็นต้นไป โดยพบว่านักศึกษาเริ่มมีสีหน้าที่สดใสขึ้นสามารถบอกจุดอ่อน จุดแข็งของตนเองได้ เข้าใจศักยภาพของตนเองมากขึ้น สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้นแสดงออกถึงการยอมรับผู้อื่นและมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Erkayiran & Demirkiran¹⁵ ที่พบว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีสัมพันธภาพดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเป็นไปในทิศทางเดียวกับการศึกษาของปรีดานันต์ประสิทธิ์เวช¹⁶ ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการจัดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับ การดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

.05 ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นดังกล่าวจะค่อยเป็นค่อยไปตั้งแต่การเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรกจนถึงสิ้นสุดกิจกรรมครั้งที่แปดการศึกษาครั้งนี้ได้ออกแบบกิจกรรมตามองค์ประกอบหลักของความฉลาดทางอารมณ์ โดยเรียงลำดับกิจกรรมให้สอดคล้องและเหมาะสมตามแนวคิดของ Goleman¹⁰ ที่ระบุว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ควรพัฒนาเป็นลำดับขั้น และเมื่อพัฒนาไปสักระยะ ความฉลาดทางอารมณ์นั้นจะคงอยู่และมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ประกอบกับการมอบหมายการบ้าน หรือการส่งเสริมให้นักศึกษานำสิ่งที่เรียนรู้ในกิจกรรมกลุ่มไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน ยังช่วยเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์อย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วิสัยพร นุชสุธรรม¹⁷ ที่พบว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่กดดันก็จะสามารถใช้สติ และ ศักยภาพของตนเองในการแก้ปัญหาหรือผ่านพ้นสถานการณ์นั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพส่งผลให้มีความสุขในการเรียนรู้

สรุปผลการศึกษา

โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีผลต่อความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ซึ่งสถาบันการศึกษาพยาบาลสามารถใช้เป็นแนวทางส่งเสริมให้นักศึกษามีความสุขในการเรียนรู้ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยภายในที่สามารถพัฒนาได้ ซึ่งหากนักศึกษาพยาบาลได้รับการสร้างเสริมความฉลาดทางอารมณ์ จะส่งผลให้นักศึกษาทราบถึงศักยภาพของตนเอง ควบคุมอารมณ์ แสดงออกถึงการยอมรับผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนมีความสุขในการเรียน ซึ่งมีผลต่อการประสบความสำเร็จในชีวิต วิทยาลัยพยาบาลควรสนับสนุนการนำรูปแบบโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์กำหนดไว้ในหลักสูตร เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษาต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. พรธนา เรื่องกิจ, สนธยา มณีรัตน์, เยาวลักษณ์ มีบุญมาก. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นพรัตน์วชิระ. วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร 2562;12(1): 1208 – 1224.
2. อ้อยทิพย์ บัวจันทร์, ฌมวรรณ สวัสดิ์สิงห์, ณัฐปภัสร์ นวลสีทอง และเทพไทย โชติชัย. ความแข็งแกร่งในชีวิตและความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ. วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์ 2562; 6(4): 257-269.
3. นฤมล สมรรคเสวี, โสภณ แสงอ่อน. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในนักศึกษาพยาบาล. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต 2558; 29(3): 11-27.
4. ณัฐิกา ราชบุตร, จุลจิรา จันทะมุงคุณ, ลำพงษ์ ศรีวงษ์ชัย, ธรณินทร์ คุณแขวน. ผลของโปรแกรมออกกำลังกายเชิงประยุกต์ต่อการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ. วารสาร โรงพยาบาลสกลนคร 2562; 22(1): 76-85.
5. ธนพล บรรดาศักดิ์, กนกอร ชาวเวียง และนฤมล จันทระเกษม. (2560). ความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาล. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร, 5(1), 357 – 369.
6. ปัทมา ทองสม. การพัฒนาดัชนีชี้วัด ความสุขในการเรียนของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต สังกัดกระทรวง สาธารณสุข. วารสารการพยาบาลการศึกษา 2554; 4(1): 88-110.
7. ธนพล บรรดาศักดิ์, ชนัดดา แนนเกษร, ดวงใจ วัฒนสินธุ์. ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตต่อความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาล. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร 2560; 5(3): 195 – 208.
8. จินต์จุฑา ชัยเสนา ดาลาส, สายใจ พัวพันธ์, ดวงใจ วัฒนสินธุ์. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา 2558; 23(3): 1-13.
9. ลัดดา แสนสีหา, เลอลักษณ์ แทนเกษม, ถิรนนท์ พัวพันธ์พงศ์. ปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ที่มีผลต่อความแข็งแกร่งในชีวิตของนิสิตพยาบาลคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ 2561; 36(4): 186-194.
10. Goleman D. Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. In C. Cherniss & D. Goleman (Eds.), The Emotionally Intelligent Workplace . San Francisco, CA: Jossey – Bass 2001; 13-26.

11. Thomas D, Natarajan J. Emotional Intelligence among Nursing students – An Integrated Review. Journal of Nursing and Health Science 2017 ; 6(1): 81-89.
12. Holston EC, Taylor JY. Emotional Intelligence in Nursing Students Describing Emotional Intelligence in the Last 2 Years of a BSN Program, International Journal of Advances in Psychology 2016; 5: 11-22.
13. ดวงใจ วัฒนสินธุ์ และสิริพิมพ์ ชูปาน. ปัจจัยทำนายความฉลาดทางสังคมของนักศึกษาพยาบาล. วารสารการพยาบาลและการศึกษา 2562; 12(1): 72 – 87.
14. Polit DF, Hungler BP. Nursing Research: Principle and Methods (4th ed.). Philadelphia: J. B. Lippincott; 1995.
15. Erkayiran O, Demirkiran F. The Impact of Improving Emotional Intelligence Skills Training on Nursing Students' Interpersonal Relationship Styles: A Quasi- experimental Study, International Journal of Caring Sciences 2018; 11(3): 1901-1912.
16. ปรีดานันต์ ประสิทธิ์เวช, ผุสดี สระทอง, สรลรัตน์ พลอินทร์, ดวงหทัย ยอดทอง.ผลของการจัดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ต่อความฉลาดทางอารมณ์ ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 วิชาปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต. วารสารวิจัยและนวัตกรรมทางสุขภาพ 2562; 2(1): 73 – 86.
17. วิไลพร นุชสุธรรม, พัชรารวรรณ แก้วกันทะ, ลาวัลย์ สมบูรณ์, ชมภู่ บุญไทย, สุกัญญา เมืองมาคำ ผลของโปรแกรมสร้างเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล. พยาบาลสาร 2561; 45(1): 110-121.