

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- ทศพร ประเสริฐสุข. “ความเหลื่อมล้ำทางอารมณ์กับการศึกษา.” ใน วารสารพหุติกรรมศาสตร์. ปีที่ 5 ฉบับที่ 1 สิงหาคม 2542.
- เทอดศักดิ์ คงเมือง. ความฉลาดทางอารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์แมสพรินติ้งเซ็นเตอร์ จำกัด, 2542.
- นฤมล สมศรี. ความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพจิตกับปัญหาการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2538. ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาและการแนะแนว, 2539.
- บุญเรียง ขจรศิลป์. วิจัยวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : หจก. พี.เอ็น. การพิมพ์, 2539.
- พระราชวรมุณี (ประยูร ธรรมจิตโต). “อีคิว ในแนวพุทธศาสนา.” ใน วารสารพหุติกรรมศาสตร์. ปีที่ 5 ฉบับที่ 1 สิงหาคม 2542.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพหุติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538
- ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ : ชมรมเด็ก, 2539.
- ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และ ทศนา ทองภักดี. “รูปแบบการแสดงความรักของมารดาที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและพัฒนาการทางอารมณ์สังคมของเด็ก.” ใน วารสารพหุติกรรมศาสตร์. ปีที่ 5 ฉบับที่ 1 สิงหาคม 2542.
- วัลลภ ปิยะมโนธรรม. “มศว. สร้างชุดข้อสอบวัดอีคิวประเมินผลอารมณ์นักเรียนไทย.” ใน มาตรฐานการศึกษา. ปีที่ 2 ฉบับที่ 13 ประจำเดือน มีนาคม 2542.
- วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา. การพัฒนานิสิตนักศึกษา เอกสารประกอบการเรียนการสอนโครงการการศึกษาหลังปริญญาโท มุ่งสู่ความเป็นผู้นำทางการศึกษา. ภาควิชาอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.
- วิทยา นาควัชระ. “อารมณ์มีผลต่อความเก่งและความดี.” ใน สกุลไทยรายสัปดาห์. ปีที่ 45 ฉบับที่ 2315. 2 มีนาคม 2542 ก.
- \_\_\_\_\_. “ผู้นำการเมืองกับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ).” ใน สกุลไทยรายสัปดาห์. ปีที่ 45 ฉบับที่ 2320. 6 เมษายน 2542 ข.
- วิราพร พงศ์อาจารย์. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการวิจัย. พิษณุโลก : ภาควิชาทดสอบและวิจัยการศึกษา คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม, 2541.

\_\_\_\_\_. การประเมินผลการเรียน. พิษณุโลก : สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม, 2542.

วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์. "เขาวนอารมณ์ : คณิตศาสตร์ความสำเร็จของชีวิต" ใน เอกสารประกอบการสัมมนา เรื่อง EQ (Emotional Intelligence) ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการสร้างความสำเร็จในชีวิต. กรุงเทพฯ : สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, 2542 (อัดสำเนา)

อมรวิชัย นาคทรพรพ. ความจริงของแผ่นดิน ลำดับที่ 1 : กระบวนการเรียนรู้สำหรับเด็ก ๆ และชุมชนของเรา. กรุงเทพฯ : บริษัท เจ. พิล์ม โปรดักส์ จำกัด, 2541.

#### ภาษาอังกฤษ

Bar-On, Reuven. EQ-i BarOn Emotional Quotient Inventory : User's Manual. Toronto : Multi-Health System Inc., 1997.

\_\_\_\_\_. <http://home.in/formp.net/~mrock/eq-i.htm>

\_\_\_\_\_. <http://www.interloq.com/~capco/EQ-i.htm>

\_\_\_\_\_. <http://www.canzdaone.com/magazine/rq110198.htm>

Bekendam, Carol Corwin. "Dimensions of Emotional Intelligence : Attachment, Affect Regulation, Alexithymia and Empathy." Dissertation Abstracts International, Volume : 58 - 04, Second : B, page : 2109. 1997.

Caruso R. David, <http://www.virtent.com/ei/careers.html>

Cooper, R.K. & Swaf, A. Executive EQ Emotional Intelligence in Business. London : The Orion Publishing Group Ltd. 1998.

Covey, Stephen. <http://eqi.org/10habits.htm>

Donaldson, June. <http://www.emotionalsmarts.com/EmotionalSmarts.htm>

\_\_\_\_\_. <http://courses.bus.ualberta.ca/oa-central/articles/eqotent.htm>

\_\_\_\_\_. <http://emotionalsmarts.com/press961006.html>

Geery, Lorie Jane. "A Exploratory Study of the Ways in which Superintendents Use Their Emotional Intelligence to Address Conflict in their Educational Organizations (Leadership)." Dissertation Abstracts International, Volume : 58 - 11, Second : A, page : 4137. 1997.

Goleman, Daniel. Working with emotional intelligence. New York : Bantam Book, 1998.

\_\_\_\_\_. Emotional Intelligence : Why it can matter more than IQ. New York : Bantam Book.

1995.

\_\_\_\_\_. <http://www.unb.ca/web/bruns/9697/campus/issue23/bodyspirit.html>

\_\_\_\_\_. [http://geocities.com/~emia/about\\_ei.htm](http://geocities.com/~emia/about_ei.htm)

\_\_\_\_\_. <http://eqi.org.pare.htm>

\_\_\_\_\_. <http://www.heartsaver.com/faq/testanxa.html>

Hein, Steve. <http://eai.oraldefault.htm>

\_\_\_\_\_. <http://eqi.org/fw.htm>

Herr and Cramer. **Career Guidance and Counseling Through the Lifespan**. 5<sup>th</sup> ed. New York : HarperCollins Publishers Inc. 1996.

Holbrook, William Lee. "A Study of the Relationships Between Emotional Intelligence and Basic Writers' Skills." **Dissertation Abstracts International**, Volume : 58 47, Second : A. page : 2631. 1997

Howes , C. and Calgary, Herald. <http://courses.bus.ualberta.ca/oa-central/article/eqquotent.htm>

Krueger, Terril Jan. "Affective Orientation, Alexithymia, and Multidimensional Empathy in Counselors-in –Training (Therapeutic Relationship, Emotional Intelligence)." **Dissertation Abstracts International**, Volume : 58-10, Second : A, page : 3847. 1997.

Lam, Laura Thi. "Emotional Intelligence : Implications for Individual Performance (Empathy)." **Dissertation Abstracts International**, Volume : 59 47 . Second : B, page : 3747. 1998.

Lozier, Abert. <http://www.incode.org/abc/html/newslet/fal198/1-ec.html>

Massey, Harold Eugene. "The New Leader's Role : Engaging Dialogue and Emotional Intelligency at Entry for Successful Adaptive Change." **Dissertation Abstracts International**. Volume : 59 –07, Second : A, page : 2607. 1998.

Pelletier, Kenneth. <http://www.heartsaver.com/faq/testanxa.html>

Rogers. **The Psychology of Adolescence**. New York : Meredith, 1972.

Salovey Peter and John Mayer. <http://eqi.org//default.htm>

Stewart, Joseph Harold. "Practical Intelligence : Assessing Its Convergent and Discriminant Validity with Social, Emotional, and Academic Intelligence (Tacit Knowledge, Constructive Thinking)." **Dissertation Abstracts International**, Volume : 58-08, Second : B, page : 4504. 1997.

Thorndike. <http://trochim.human.cornell.edu/gallery/young/emotion.htm>

<http://eqi.org/romance.htm>

<http://eai.org/sianshtm>

<http://eqi.org/edu.htm>

<http://eqi.org/steps.htm>

<http://www.virtent.com/ei/ei.htm>

<http://homearts.com/depts/relat/01/eqqab5.htm>

<http://utne.com/cgi-bin/eq>

<http://queendom.com/emotionaliq frm.htm>

<http://www.psychtests.com/selftest2.html>

<http://www.psychtestss.com/optim2.html>

<http://helpsef.com/eqtest.htm>

มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม  
Pibulsongkram Rajabhat University



ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี, ระยอง  
Pibulsongkram Rajabhat University

ภาคผนวก ก

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ชุดนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ (124 ข้อ)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี  
Pibulsongkram Rajabhat University

## แบบประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อความกับจุดประสงค์ที่ต้องการวัด

ชื่อผู้เชี่ยวชาญ .....

คำชี้แจง : กรุณาให้คะแนนการพิจารณา โดยเขียนเครื่องหมายถูก (✓) ลงในแบบประเมินตามเกณฑ์  
ดังนี้

ให้คะแนน +1	คะแนน	ถ้ารู้สึกแน่ใจว่าข้อความวัดจุดประสงค์นั้น
ให้คะแนน 0	คะแนน	ถ้ารู้สึกไม่แน่ใจว่าข้อความวัดจุดประสงค์นั้น
ให้คะแนน -1	คะแนน	ถ้ารู้สึกแน่ใจว่าข้อความนั้นไม่ได้วัดจุดประสงค์นั้น

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ชุดนี้ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของ Liken  
5 อันดับ ประกอบด้วยข้อความที่เป็นเชิงบวกและเชิงลบ การให้คะแนนจึงกำหนดดังนี้

### ข้อความที่เป็นเชิงบวก (Positive = P)

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5 คะแนน
เห็นด้วย	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน

### ข้อความที่เป็นเชิงลบ (Negative = N)

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน
เห็นด้วย	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5 คะแนน

## นียมปฏิบัติกร

1. ความฉลาดทางอารมณ์ในตนเอง (Inner Personal) หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ที่มีอยู่ภายในตนเอง เป็นความสามารถในการรู้จักตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกต่าง ๆ แบ่งเป็น 7 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

1.1 การตระหนักรู้ในตนเอง (Emotional Awareness) หมายถึง ความสามารถในการมีสติรู้เท่าทันว่าตนเองมีอารมณ์ในปัจจุบันเป็นเช่นไร สามารถบอกและจำแนกอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้

1.2 การยอมรับในตนเอง (Self-regard) หมายถึง ความสามารถในการรู้สึกเห็นคุณค่าและพึงพอใจในตนเองตามสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

1.3 การพึ่งพาตนเอง (Independent) หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกอย่างมีอิสระทางด้านอารมณ์ตามที่เป็จริงโดยไม่ต้องพึ่งพิงกับใคร สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง

1.4 การควบคุมอารมณ์ตนเอง (Self-control) หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ที่เกิดขึ้นและไม่พึงประสงค์ ให้อยู่ติงได้ภายในเวลาอันสั้น

1.5 การปรับตัว (Adaptability) หมายถึง ความสามารถในการตรวจสอบอารมณ์ เข้าใจและตีความได้ถูกต้อง มีความยืดหยุ่นทางอารมณ์ สามารถดำรงชีวิตอย่างราบรื่นและมีความสุข

1.6 การตั้งใจให้บรรลุเป้าหมาย (Intentionality) หมายถึง ความสามารถในการใช้พลังกายและพลังใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้บรรลุตามเป้าหมายอย่างสร้างสรรค์และเหมาะสม

1.7 การมองโลกในแง่ดี (Optimism) หมายถึง ความสามารถในการมองตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองไปในทางบวกเสมอ

2. ความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal) หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น แบ่งเป็น 5 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

2.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจในอารมณ์ของผู้อื่นตามที่เป็อยู่จริง มีเมตตาและพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้อื่นเสมอ

2.2 การรับผิดชอบสังคม (Social Responsibility) หมายถึง ความสามารถในการดำรงชีวิตที่ถูกต้องและสมควรในสังคม

2.3 การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม (Assertiveness) หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกอย่างมีอิสระไม่เป็นที่เดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น

2.4 การจัดการกับความขัดแย้ง (Conflict Management) หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับตนเองและผู้อื่นในการแก้ไขปัญหาค้าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้

2.5 การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) หมายถึง ความสามารถที่ทำให้เกิดความร่วมมือร่วมใจในการอยู่ร่วมกันจนบรรลุเป้าหมายได้อย่างเหมาะสม



ข้อคำถาม	คะแนนการพิจารณา		
	+1	0	-1
<b>1. ความฉลาดทางอารมณ์ในตนเอง</b>			
<b>1.1 การตระหนักรู้ในอารมณ์ของตนเอง</b>			
1. ข้าพเจ้าสามารถบอกถึงความรู้สึกของตนเองได้ _____			
2. ข้าพเจ้าสามารถจำแนกถึงความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ _____			
3. ข้าพเจ้ารับรู้การเปลี่ยนแปลงทางกายที่เกิดจากความรู้สึกของตนเอง _____			
4. ข้าพเจ้ารู้ว่าตัวเองกำลังโกรธ _____			
5. ข้าพเจ้าทราบว่า ทำไมข้าพเจ้าจึงรู้สึกเช่นที่เป็นอยู่ _____			
6. ข้าพเจ้าสามารถบอกได้ว่า ตัวเองมีอารมณ์อย่างไร _____			
7. ข้าพเจ้าสามารถรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น แม้ว่าความรู้สึกนั้น จะละเอียดอ่อนเพียงใดก็ตาม _____			
8. เมื่อข้าพเจ้าพบคนที่นิสัยไม่ดี ข้าพเจ้าจะมีอารมณ์ขุ่นมัวขึ้นมาทันที _____			
9. ข้าพเจ้าสามารถบอกได้ว่าอารมณ์ของตนเองกำลังเปลี่ยนไป _____			
10. ข้าพเจ้าสนุกกับการมีชีวิตที่เต็มไปด้วยอารมณ์ที่หลากหลาย _____			
11. ข้าพเจ้าสามารถรู้ว่าตัวเองกำลังเกิดความรู้สึกต่อต้าน _____			
<b>1.2 การยอมรับในตนเอง</b>			
12. สำหรับข้าพเจ้าความสำเร็จไม่สำคัญสิ่งสำคัญคือความพยายามและทำให้ดีที่สุด _____			
13. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าจะไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อน ๆ* _____			
14. การที่ข้าพเจ้าไม่ได้อะไรเท่ากับผู้อื่น ทำให้รู้สึกว่าข้าพเจ้าค้อยกว่าผู้อื่น* _____			
15. ข้าพเจ้าเห็นว่าตัวเองเป็นคนที่มีคุณค่าและได้รับการเอาใจใส่จากผู้อื่น _____			
16. ความรู้สึกที่ข้าพเจ้ามีต่อตนเองมีความสำคัญกว่าความคิดเห็นของผู้อื่น ที่มีต่อข้าพเจ้า _____			
17. เมื่อข้าพเจ้ารู้สึกสับสนวุ่นวายใจข้าพเจ้ามักพูดติดใจตัวเองว่า “ฉันเป็นผู้แพ้”* _____			
18. ข้าพเจ้าเป็นผู้ที่มีความสามารถ _____			
19. ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความกล้าและสุขสมบูรณ์ในชีวิต _____			
20. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความพึงพอใจในความสำเร็จของตนเอง _____			
21. ข้าพเจ้าทำสิ่งต่าง ๆ ที่กำหนดไว้สำเร็จ _____			
22. ข้าพเจ้าชอบตัวเองเช่นที่เป็นอยู่ในขณะนี้ _____			

ข้อคำถาม	คะแนนการพิจารณา		
	+1	0	-1
<b>I.3 การพึ่งตนเอง</b>			
23. ข้าพเจ้าสามารถที่จะแสดงความรู้สึกทางบวกได้			
24. คนอื่น ๆ มองข้าพเจ้าแล้วบอกว่าข้าพเจ้าเป็นคนที่มัวปลงปลัดขังในตนเอง			
25. ข้าพเจ้ายอมรับความรู้สึกของตนเองตามสภาพที่เป็นอยู่			
26. ข้าพเจ้าแสดงความไม่พอใจเมื่อผู้อื่นแสดงพฤติกรรมทางลบ			
27. ข้าพเจ้าแสดงให้เห็นที่ทราบว่าข้าพเจ้ามีความต้องการอะไร			
28. ข้าพเจ้าทำตามที่ผู้อื่นคาดหวังแม้ว่าจะไม่เห็นด้วยก็ตาม*			
29. ข้าพเจ้าพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการคิดและการกระทำของตนเอง			
30. ข้าพเจ้ามีจุดยืนในการดำเนินชีวิตของตนเอง			
31. ข้าพเจ้าสามารถตัดสินใจเรื่องสำคัญ ๆ ในชีวิตด้วยตนเอง			
32. ข้าพเจ้ามีอิสระในการคิดและการกระทำโดยไม่ต้องปรึกษาผู้อื่น			
33. ข้าพเจ้าสามารถแสดงให้ผู้อื่นรู้ว่าข้าพเจ้ารักเขา			
<b>1.4 การควบคุมอารมณ์ตนเอง</b>			
1. แม้ว่าไม่สมหวังข้าพเจ้าก็ไม่เก็บมาคิดให้วันวายใจ			
35. ข้าพเจ้าสามารถทำจิตใจให้สงบได้แม้ว่าจะมีผู้ที่ไม่พอใจข้าพเจ้า			
36. ข้าพเจ้าสามารถแก้ไขอารมณ์ที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ			
37. ข้าพเจ้าไม่สามารถขจัดความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตของข้าพเจ้า*			
38. ข้าพเจ้าสามารถระงับความทุกข์ใจต่าง ๆ ได้ โดยไม่ทำให้ความรู้สึกนั้นม เป็นอุปสรรคในชีวิต			
39. ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์*			
30. ข้าพเจ้าปล่อยให้อารมณ์ที่สะสมไว้ระเบิดออกมา*			
41. ข้าพเจ้าอยู่ได้อย่างสบายท่ามกลางอารมณ์โกรธและเกลียดชังของตนเอง			
42. ครั้งหนึ่งข้าพเจ้าร้องไห้และหลังน้ำตาเพื่อเป็นการระบายความรู้สึกดีใจ			
43. ข้าพเจ้าสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมโดยไม่ต้องแสดงอารมณ์ ที่รุนแรงออกไป			
44. เมื่อข้าพเจ้ามีอารมณ์ที่ไม่ดีข้าพเจ้าสามารถยุติมันได้			

ข้อคำถาม	คะแนนการพิจารณา		
	+1	0	-1
<b>1.5 การปรับตัว</b>			
45. ข้าพเจ้าสามารถรู้สึกมีชีวิตชีวาได้ทันทีหลังจากที่รู้สึกผิดหวัง			
46. อุปสรรคหรือปัญหาในชีวิต ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น			
47. ข้าพเจ้าพบว่ามีความคืบหน้าที่ต้องมากกว่า 1 คำตอบเสมอ			
48. ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนอารมณ์ทางลบให้เป็นทางบวกได้			
49. ข้าพเจ้ารู้วิธีทำให้เกิดความพึงพอใจในตัวเองได้			
50. ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวความพยายามที่จะทำอีกครั้งหลังจากที่เคยผิดหวังมาแล้ว			
51. ข้าพเจ้าสามารถผ่อนคลายตัวเองได้เมื่อเกิดความเครียด			
52. ข้าพเจ้าสามารถสร้างอารมณ์ขันในสถานการณ์ต่าง ๆ			
53. ข้าพเจ้าสามารถปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ ไว้ชั่วขณะ เพื่อทำความเข้าใจอย่างทะลุปรุโปร่ง			
<b>1.6 การตั้งใจให้บรรลุเป้าหมาย</b>			
54. ข้าพเจ้าสามารถทำให้จิตใจสงบได้เมื่อต้องการใช้ความคิด			
55. ข้าพเจ้าสามารถลงมือทำทุกสิ่งทุกอย่างได้จนสำเร็จ			
56. ข้าพเจ้ารู้วิธีให้รางวัลตนเองภายหลังทำสำเร็จตามเป้าหมาย			
57. ข้าพเจ้าสามารถปฏิบัติงานได้ตามแผนที่ได้วางไว้อย่างสมบูรณ์			
58. เมื่อเผชิญกับปัญหา ข้าพเจ้าชอบจัดการกับมันเท่าที่สามารถเป็นไปได้			
59. ข้าพเจ้าสามารถทำได้ตามที่พูดเสมอ			
60. ข้าพเจ้าสามารถทุ่มเทพลังที่จะทำงานแม้ว่างานนั้นไม่น่าสนใจ			
61. ข้าพเจ้าสามารถเลิกหรือเปลี่ยนนิสัยที่ไม่ได้เรื่องราวของตัวเองได้			
62. แม้ไม่สมหวังข้าพเจ้าก็ไม่ยอมแพ้ยังคงสู้ต่อไปด้วยความหวัง			
<b>1.7 การมองโลกในแง่ดี</b>			
63. ข้าพเจ้ามองชีวิตสดใสงดงามเสมอ			
64. ข้าพเจ้าเปลี่ยนแนวคิดในการมองสิ่งที่ไม่ดีให้เป็นสิ่งที่ดีได้			
65. ข้าพเจ้าเชื่อว่าคนทุกคนในโลกนี้สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดี			
66. คนอื่น ๆ สามารถพูดได้ว่าข้าพเจ้าเป็นคนมองโลกในแง่ดี			
67. ข้าพเจ้ารักในชีวิตของข้าพเจ้า			

ข้อคำถาม	คะแนนการพิจารณา		
	+1	0	-1
68. ข้าพเจ้ามั่นใจว่าข้าพเจ้าสามารถแก้ปัญหาที่ยาก ๆ ได้			
69. ข้าพเจ้ามีความคับข้องใจในชีวิตตลอดมา เพราะการตัดสินใจเลือกที่ผิดพลาด*			
70. ข้าพเจ้ามีความชอบในตัวเองและผู้อื่น			
71. ข้าพเจ้ามองว่าอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตเป็น โอกาสในการเรียนรู้			
72. ข้าพเจ้ามองว่าปัญหาทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้			
73. โลกนี้ไม่มีความยุติธรรม			
<b>2. ความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างบุคคล</b>			
<b>2.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา</b>			
74. ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนอารมณ์ได้ตามบุคคลที่ข้าพเจ้าพูดคุยด้วย			
75. ข้าพเจ้าช่วยผู้อื่น ไม่ให้รู้สึกเสียหน้าในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น			
76. ข้าพเจ้าสามารถช่วยให้ผู้อื่นหายโศกเศร้าได้			
77. การที่ข้าพเจ้ารับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้ ทำให้รู้สึกเห็นอกเห็นใจในโชคชะตาของเขา			
78. การที่ข้าพเจ้าไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกมีเมตตาต่อเขา			
79. ข้าพเจ้าสามารถไวต่อการรับรู้ความทุกข์ของผู้อื่น			
80. ข้าพเจ้าสามารถสะท้อนความรู้สึก เพื่อให้คนอื่น ๆ นั้นรู้สึกดีขึ้น			
81. ข้าพเจ้ารู้สึกอิจฉาผู้ที่ทำอะไร ได้ดีกว่าที่ข้าพเจ้าทำ*			
82. ข้าพเจ้ามีความเข้าใจและยอมรับในอารมณ์ของผู้อื่น			
83. เมื่อข้าพเจ้าได้ยื่นปัญหาของผู้อื่น วิธีการแก้ไขปัญหาหลาย ๆ วิธี จะเกิดขึ้นในสมองทันที			
<b>2.2 การรับผิดชอบสังคม</b>			
84. ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความรู้สึกผิดชอบชั่วดี			
85. คนอื่น ๆ มักพูดว่าข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ			
86. ข้าพเจ้าทำสิ่งต่าง ๆ ให้กับตนเองเมื่อเห็นว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องและสมควร			
87. ผู้อื่นยอมอยู่เหนืออำนาจการควบคุมของข้าพเจ้า			



ข้อคำถาม	คะแนนการพิจารณา		
	+1	0	-1
88. ข้าพเจ้าสามารถทำให้ผู้อื่นเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น			
89. ข้าพเจ้าเป็นคนมีเกียรติที่เชื่อถือได้คนหนึ่ง			
90. ข้าพเจ้าสามารถรู้ได้ว่าสิ่งใดถูกหรือผิด			
91. เมื่อบางคนพูดสอกลกลับอย่างรุนแรงกับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะแก้แค้นทันที			
92. ข้าพเจ้าไม่เคยรู้สึกกังวลใจเมื่อทำผิดกฎระเบียบ			
<b>2.3 การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม</b>			
93. ข้าพเจ้าแสดงอาการไม่เห็นด้วยกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ได้อย่างสร้างสรรค์			
94. ข้าพเจ้าไม่มีอิสระในการแสดงความรู้สึกที่แท้จริง*			
95. ข้าพเจ้าเชื่อความคิดของตนเองและลงมือกระทำตามที่คิดว่าเป็นสิ่งถูกต้อง			
96. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นปกติกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในขณะที่ผู้อื่นมีอาการโกรธได้			
97. ข้าพเจ้าเลือกที่จะหลีกเลี่ยงการกระทำที่เป็นการกระตุ้นให้เกิดปัญหาเพิ่มขึ้น			
98. ข้าพเจ้าสนุกกับการเปลี่ยนแปลงและการแก้ปัญหาในการทำงาน			
99. ข้าพเจ้าสามารถฟังคำวิจารณ์ที่มีเหตุผลด้วยการยอมรับและเปิดใจกว้าง			
100. ข้าพเจ้ามีความอดทนที่จะให้สิ่งต่าง ๆ ถึงจุดวิกฤติก่อนที่จะจัดการสิ่งนั้น			
101. ในการเสนอแนะวิจารณ์ผู้อื่น ข้าพเจ้าจะเน้นที่พฤติกรรม ไม่เน้นที่ตัวบุคคล			
102. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญหน้ากับผู้อื่น*			
<b>2.4 การจัดการกับความขัดแย้ง</b>			
103. ข้าพเจ้าสามารถที่จะพูดอย่างตรงไปตรงมากับผู้ที่ขัดแย้งกับข้าพเจ้า			
104. ข้าพเจ้าสามารถมีวิธีการควบคุมไม่ให้ผู้อื่นแสดงอารมณ์ที่รุนแรงได้			
105. ข้าพเจ้ารู้สึกหวาดกลัวเมื่อต้องเผชิญหน้ากับผู้ซึ่งมีอาการโกรธ*			
106. ข้าพเจ้าสามารถหาทางแก้ไขบุคคลที่ทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจได้			
107. ข้าพเจ้าสามารถแสดงความรู้สึก ความเชื่อและคัดค้านผู้อื่นโดยไม่เกิดผลเสียหาย			
108. ข้าพเจ้าสามารถจัดการกับผู้อื่นได้โดยไม่ต้องแสดงอารมณ์ที่รุนแรงเกินไป			
109. ข้าพเจ้าสามารถหลีกเลี่ยงผู้ที่ไม่มีเหตุผลทางอารมณ์			
110. ข้าพเจ้ารู้วิธีการพูดปฏิเสธเมื่อจำเป็น			
111. ข้าพเจ้าสามารถโต้ตอบกับผู้อื่นโดยปราศจากอารมณ์ไม่ดีได้ในเวลาอันสั้น			
112. ข้าพเจ้ามียุทธศาสตร์ที่มีประสิทธิภาพในการควบคุมการต่อต้านจากผู้อื่น			

ข้อคำถาม	คะแนนการพิจารณา		
	+1	0	-1
<b>2.5 การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล</b>			
113. ข้าพเจ้ามีเพื่อนหลายคนที่สามารถช่วยเหลือได้ในยามที่ข้าพเจ้าเดือดร้อน			
114. เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาข้าพเจ้ารู้ว่าควรไปพบใครเพื่อแก้ไขปัญหา			
115. บุคคลในครอบครัวของข้าพเจ้าจะอยู่เคียงข้างข้าพเจ้าเสมอ			
116. ข้าพเจ้ามีความลำบากใจในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น*			
117. ข้าพเจ้าสนุกสนานกับการได้อยู่กับเพื่อน ๆ			
118. ข้าพเจ้าสามารถเป็นตัวกลางในการประนีประนอมความขัดแย้งระหว่างเพื่อน ๆ ได้			
119. มีบางคนที่ข้าพเจ้าคบในระดับที่ลึกซึ้ง			
120. ข้าพเจ้ามีความซื่อสัตย์และสนิทสนมกับผู้อื่นและเขาก็แสดงต่อข้าพเจ้าเป็นเช่นเดียวกัน			
121. ข้าพเจ้ารู้สึกสบาย ๆ เมื่ออยู่ท่ามกลางกลุ่มคน			
122. ข้าพเจ้ามักใช้ความเมินเถลกับผู้ที่เพิ่งรู้จักจนกว่าจะสนิทสนมด้วย*			
123. ข้าพเจ้าสามารถบอกได้ว่าข้าพเจ้ามีทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้อย่างรวดเร็ว			
124. ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น			

ข้อเสนอนี้  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

ภาคผนวก ข

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ชุดนำไปทดลองใช้ (96 ข้อ)

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี  
Pibulsongkram Rajabhat University

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏ  
กลุ่มภาคเหนือตอนล่าง”

โดย รศ. ช่อศักดิ์ดา ขวัญเมือง

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง :

1. แบบวัดนี้มี 2 ตอน คือ  
ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษา  
ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์
2. การตอบแบบสอบถามในแต่ละตอน ให้เขียนระบุข้อมูลหรือใส่เครื่องหมายถูกลงในช่องที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักศึกษามากที่สุด
3. โปรดอ่านข้อความทั้งหมดอย่างระมัดระวัง อาจมีบางคำถามที่ไม่ตรงกับนักศึกษา ให้เลือกคำตอบที่ใกล้เคียงกับตัวนักศึกษามากที่สุดในสถานการณ์นั้น ๆ
4. โปรดตอบทุกข้อ เพราะถ้าตอบไม่ครบถ้วนจะทำให้แบบวัดนี้ไม่สมบูรณ์ ไม่สามารถนำผลไปวิเคราะห์ได้ คำตอบของท่านไม่มีผลกระทบกระเทือนถึงตัวท่าน เพราะจะไม่นำเอาไปเปิดเผยในที่ใด ๆ เป็นรายบุคคล จะแสดงเพียงส่วนรวมเพื่อประโยชน์ทางการศึกษา

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษา

1. สถาบันการศึกษา
  - สถาบันราชภัฏอุตรดิตถ์
  - มหาวิทยาลัยนเรศวร
  - สถาบันราชภัฏนครสวรรค์
  - สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม
  - สถาบันราชภัฏกำแพงเพชร
  - สถาบันราชภัฏเพชรบูรณ์

2. เพศ

ชาย

หญิง

3. โปรแกรมวิชาที่ศึกษา

โปรดระบุ.....



ตอนที่ 2 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1.	ข้าพเจ้าสามารถบอกถึงความรู้สึกของตนเองได้					
2.	ข้าพเจ้าสามารถระบุถึงอารมณ์หลาย ๆ อย่าง ที่เกิดขึ้น พร้อม ๆ กัน ได้อย่างชัดเจน					
3.	ข้าพเจ้ารับรู้การเปลี่ยนแปลงทางกายที่เกิดขึ้นจาก ความรู้สึกของตน					
4.	เมื่อมีอาการโกรธข้าพเจ้าสามารถรู้ว่ากำลังโกรธ					
5.	ข้าพเจ้าทราบว่า ทำไมข้าพเจ้าจึงรู้สึกเช่นที่เป็นอยู่					
6.	ข้าพเจ้าสามารถบอกได้ว่า ตัวเองมีอาการอย่างไร					
7.	ข้าพเจ้าสามารถรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแม้ว่า ความรู้สึกนั้นจะละเอียดอ่อนเพียงใดก็ตาม					
8.	เมื่อข้าพเจ้าพบคนที่มีนิสัยไม่ดี ข้าพเจ้าจะมีอารมณ์ ขุ่นมัวขึ้นมาทันที					
9.	เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่เห็นด้วย ข้าพเจ้าจะรู้สึก ต่อต้านทันที					
10.	สำหรับข้าพเจ้าแล้วความสำเร็จไม่สำคัญ สิ่งสำคัญคือ ความพยายามและทำให้ดีที่สุด					
11.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อน ๆ *					
12.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าคนอื่น ๆ *					
13.	ความรู้สึกที่ข้าพเจ้ามีต่อตนเองมีความสำคัญกว่าความ คิดเห็นของผู้อื่นที่มีต่อข้าพเจ้า					
14.	เมื่อข้าพเจ้ารู้สึกสับสนวุ่นวายใจ ข้าพเจ้ามักพูดติด ตัวเองว่า “ฉันเป็นผู้แพ้” *					
15.	ข้าพเจ้าเป็นผู้ที่มีความสามารถ					
16.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความดีและสุขสมบูรณ์ในชีวิต					
17.	ข้าพเจ้ารู้สึกมีความพึงพอใจในความสำเร็จของตนเอง					
18.	ข้าพเจ้าชอบตัวเองเช่นที่เป็นอยู่ในขณะนี้					

ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
19.	ข้าพเจ้ายอมรับความรู้สึกรักของตนเองตามสภาพที่เป็นจริง					
20.	ข้าพเจ้าแสดงให้เห็นผู้อื่นทราบว่าข้าพเจ้ามีความต้องการอะไร					
21.	ข้าพเจ้าทำตามที่ผู้อื่นคาดหวังแม้ว่าจะไม่เห็นด้วยก็ตาม*					
22.	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการคิดและการกระทำ ของคุณ					
23.	ข้าพเจ้ามีจุดยืนในการดำเนินชีวิตของตนเอง					
24.	ข้าพเจ้าสามารถตัดสินใจเรื่องสำคัญ ๆ ในชีวิตด้วยตนเอง					
25.	ข้าพเจ้ามีอิสระในการคิดและการกระทำโดยไม่ต้อง ปรึกษาผู้อื่น					
26.	ข้าพเจ้าสามารถแสดงให้เห็นผู้อื่นทราบว่าข้าพเจ้ารักเขา					
27.	แม้ว่าไม่สมหวังข้าพเจ้าก็ไม่เก็บมาคิดให้วุ่นวายใจ					
28.	ข้าพเจ้าสามารถทำจิตใจให้สงบได้แม้มีผู้ไม่พอใจ ข้าพเจ้า					
29.	ข้าพเจ้าไม่สามารถขจัดความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิต ของข้าพเจ้า*					
30.	ข้าพเจ้าสามารถระงับอารมณ์โกรธได้ โดยไม่ทำให้ ความรู้สึกนั้นมาเป็นอุปสรรคในชีวิต					
31.	ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์*					
32.	ข้าพเจ้าปล่อยให้อารมณ์ที่สะสมไว้ระเบิดออกมา*					
33.	ข้าพเจ้าสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมโดยไม่ต้อง แสดงความรู้สึกที่รุนแรงออกไป					
34.	ข้าพเจ้าไม่สามารถควบคุมอารมณ์เศร้าที่เกิดขึ้นได้*					
35.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าอุปสรรคหรือปัญหาในชีวิต ช่วยให้เกิด การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น					
36.	ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนอารมณ์ทางลบให้เป็นอารมณ์ ทางบวกได้					
37.	ข้าพเจ้ารู้วิธีทำให้เกิดความพึงพอใจในตัวเองได้					
38.	ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวที่จะทำในสิ่งที่เคยคิดหวังมาแล้วอีกครั้ง*					

ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
39.	ข้าพเจ้าสามารถผ่อนคลายตัวเองได้เมื่อเกิดความเครียด					
40.	ข้าพเจ้าสามารถสร้างอารมณ์ขันในสถานการณ์ต่าง ๆ					
41.	ข้าพเจ้าสามารถปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ ไว้ชั่วขณะ เพื่อทำ ความเข้าใจอย่างทะลุปรุโปร่ง					
42.	ข้าพเจ้าสามารถสงบสติอารมณ์ได้เมื่อเกิดปัญหา					
43.	ข้าพเจ้าสามารถลงมือทำทุกสิ่งทุกอย่างได้จนสำเร็จ					
44.	ข้าพเจ้ารู้วิธีให้รางวัลตนเองภายหลังทำสำเร็จตามเป้าหมาย					
45.	ข้าพเจ้าสามารถทำงานได้ตามแผนที่ได้วางไว้อย่างสมบูรณ์					
46.	เมื่อเผชิญกับปัญหา ข้าพเจ้าจะจัดการเท่าที่สามารถทำได้					
47.	ข้าพเจ้าสามารถทำได้ตามที่พูดเสมอ					
48.	ข้าพเจ้าสามารถทุ่มเทพลังที่จะทำงานแม้ว่างานนั้นไม่น่า สนใจ					
49.	ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนนิสัยที่ไม่ดีของตัวเองได้					
50.	แม้ผิดหวังข้าพเจ้าก็ไม่ยอมแพ้อย่างสิ้นเชิงไปด้วยความหวัง					
51.	ข้าพเจ้ามองชีวิตสดใสงดงามเสมอ					
52.	ข้าพเจ้าเปลี่ยนแนวคิดในการมองสิ่งที่ไม่ดีให้เป็น สิ่งที่ดีได้					
53.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าคนทุกคนในโลกนี้สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดี					
54.	คนอื่น ๆ มักพูดเสมอว่าข้าพเจ้าเป็นคนมองโลกในแง่ดี					
55.	ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจในตนเองและผู้อื่น					
56.	ข้าพเจ้าเห็นว่าอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตเป็นหนทาง ในการเรียนรู้					
57.	ข้าพเจ้ามองว่าปัญหาทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้					
58.	โลกนี้ไม่มีความยุติธรรม*					
59.	ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนอารมณ์ได้ตามบุคคลที่ข้าพเจ้า พูดคุยด้วย					
60.	ข้าพเจ้าช่วยผู้อื่นไม่ให้รู้สึกเสียหน้าในสถานการณ์ ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้					

ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
61.	ข้าพเจ้าสามารถช่วยให้ผู้อื่นให้หายโรคเศร้าได้					
62.	ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นอกเห็นใจในโชคชะตาที่เลวร้ายของผู้อื่น					
63.	ข้าพเจ้าสามารถสะท้อนความรู้สึก เพื่อให้คน ๆ นั้น รู้สึกดีขึ้น					
64.	ข้าพเจ้ารู้สึกอิจฉาผู้ที่ทำอะไร ได้ดีกว่าที่ข้าพเจ้าทำ*					
65.	ข้าพเจ้ามีความเข้าใจและยอมรับในอารมณ์ของผู้อื่น					
66.	เมื่อข้าพเจ้าได้ยินปัญหาของคนอื่น ข้าพเจ้าสามารถ คิดแก้ปัญหาให้เขาได้หลาย ๆ วิธีทันที					
67.	ข้าพเจ้าชอบที่จะทำงานร่วมกับเพื่อน ๆ					
68.	คนอื่น ๆ มักพูดว่าข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ					
69.	ข้าพเจ้าทำสิ่งต่าง ๆ ให้กับตนเองเมื่อเห็นว่าเป็นสิ่งที่ ถูกต้องและสมควร					
70.	ข้าพเจ้าเป็นคนมีเกียรติที่เชื่อถือได้คนหนึ่ง					
71.	ข้าพเจ้าสามารถรู้ได้ว่าสิ่งใดถูกหรือผิด					
72.	เมื่อบางคนพูดตอกกลับอย่างรุนแรงกับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะแก้แค้นทันที*					
73.	ข้าพเจ้าไม่เคยเกิดความรู้สึกกังวลใจเมื่อทำผิดกระเบื้อง*					
74.	ข้าพเจ้าไม่มีอิสระในการแสดงความรู้สึกที่แท้จริง*					
75.	ข้าพเจ้าเชื่อความคิดของตนเองและลงมือกระทำตามที่ คิดว่าถูกต้อง					
76.	ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นปกติกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในขณะที่ ผู้อื่นรู้สึกโกรธได้					
77.	ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการกระทำที่เป็นการกระตุ้นให้เกิด ปัญหาเพิ่มขึ้น					
78.	ข้าพเจ้าสนุกกับการเปลี่ยนแปลงและการแก้ปัญหา ในการทำงาน					
79.	ข้าพเจ้าสามารถเปิดใจกว้างและยอมรับฟังคำวิจารณ์ ที่มีเหตุผล					



ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
80.	ในการวิจารณ์ผู้อื่น ข้าพเจ้าจะเน้นที่พฤติกรรมมากกว่า ตัวบุคคล					
81.	ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญหน้ากับผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับข้าพเจ้า*					
82.	ข้าพเจ้าสามารถพูดอย่างตรงไปตรงมากับผู้ที่ขัดแย้งกับ ข้าพเจ้าได้					
83.	ข้าพเจ้ารู้สึกหวาดกลัวเมื่อต้องเผชิญหน้ากับผู้ซึ่งมี อารมณ์โกรธ*					
84.	ข้าพเจ้าสามารถแสดงความรู้สึก ความเชื่อหรือคัดค้าน ผู้อื่น โดยไม่ให้เกิดผลเสียหาย					
85.	ข้าพเจ้าสามารถจัดการกับผู้อื่นได้โดยไม่ต้องแสดง อารมณ์ที่รุนแรง					
86.	ข้าพเจ้าสามารถหลีกเลี่ยงบุคคลที่ไม่มีเหตุผลทางอารมณ์					
87.	ข้าพเจ้าสามารถโต้ตอบกับผู้อื่น โดยปราศจากอารมณ์ ไม่ดีได้ภายในเวลาอันสั้น					
88.	ข้าพเจ้าสามารถใช้วิธีการที่มีประสิทธิภาพในการ ควบคุมการต่อต้านจากผู้อื่น					
89.	ข้าพเจ้ามีเพื่อนที่สามารถช่วยเหลือได้ในยามที่ข้าพเจ้า เดือดร้อน					
90.	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาข้าพเจ้ารู้ว่าควรไปพบใคร					
91.	บุคคลในครอบครัวของข้าพเจ้าจะอยู่เคียงข้างข้าพเจ้าเสมอ					
92.	ข้าพเจ้ามีความลำบากใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น*					
93.	ข้าพเจ้าสามารถเป็นตัวกลางในการประนีประนอม ความขัดแย้งระหว่างเพื่อน ๆ ได้					
94.	ข้าพเจ้าสามารถอยู่ท่ามกลางกลุ่มคนที่มีความแตกต่างกันได้					
95.	ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยกับคนแปลกหน้าได้อย่างเป็นกันเอง					
96.	ข้าพเจ้ามีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้ดี					

ภาคผนวก ค

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ฉบับจริง (60 ข้อ)

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี  
Pibulsongkram Rajabhat University

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏ  
กลุ่มภาคเหนือตอนล่าง”

โดย รศ. ช่อศักดิ์ดา ขวัญเมือง

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง :

1. แบบวัดนี้มี 2 ตอน คือ  
ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษา  
ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์
2. การตอบแบบสอบถามในแต่ละตอน ให้เขียนระบุข้อมูลหรือใส่เครื่องหมายลงในช่องที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักศึกษามากที่สุด
3. โปรดอ่านข้อความทั้งหมดอย่างระมัดระวัง อาจมีบางคำถามที่ไม่ตรงกับนักศึกษา ให้เลือกคำตอบที่ใกล้เคียงกับตัวนักศึกษามากที่สุดในสถานการณ์นั้น ๆ
4. โปรดตอบทุกข้อ เพราะถ้าตอบไม่ครบถ้วนจะทำให้แบบวัดนี้ไม่สมบูรณ์ ไม่สามารถนำไปวิเคราะห์ได้ คำตอบของท่านไม่มีผลกระทบต่อคะแนนถึงตัวท่าน เพราะจะไม่นำเอาไปเปิดเผยในที่ใด ๆ เป็นรายบุคคล จะแสดงเพียงส่วนรวมเพื่อประโยชน์ทางการศึกษา

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษา

1. สถาบันการศึกษา  
 สถาบันราชภัฏนครสวรรค์  
 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม  
 สถาบันราชภัฏกำแพงเพชร  
 สถาบันราชภัฏเพชรบูรณ์

2. เพศ

- ชาย
- หญิง

3. โปรแกรมวิชาที่ศึกษา

(โปรดระบุ).....

ตอนที่ 2 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1.	ข้าพเจ้าสามารถระบุถึงอารมณ์หลาย ๆ อย่าง ที่เกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน ได้อย่างชัดเจน					
2.	ข้าพเจ้ารับรู้การเปลี่ยนแปลงทางกายที่เกิดขึ้นจากความรู้สึกของคน					
3.	เมื่อมีอารมณ์โกรธข้าพเจ้าสามารถรู้ได้ว่ากำลังโกรธ					
4.	ข้าพเจ้าทราบดีว่า ทำไมข้าพเจ้าจึงรู้สึกเช่นที่เป็นอยู่					
5.	ข้าพเจ้าสามารถบอกได้ว่า ตัวเองมีอารมณ์อย่างไร					
6.	สำหรับข้าพเจ้าแล้วความสำเร็จไม่สำคัญ สิ่งสำคัญคือความพยายามและทำให้ดีที่สุด					
7.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองดีกว่าคนอื่น ๆ					
8.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความสุขสมบูรณ์ในชีวิต					
9.	ข้าพเจ้ารู้สึกมีความพึงพอใจในความสำเร็จของตนเอง					
10.	ข้าพเจ้าชอบตัวเองเช่นที่เป็นอยู่ในขณะนี้					
11.	ข้าพเจ้ายอมรับความรู้สึกของตนเองตามสภาพที่เป็นจริง					
12.	ข้าพเจ้าแสดงให้เห็นให้ผู้อื่นทราบว่าข้าพเจ้ามีความต้องการอะไร					
13.	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการคิดและการกระทำของตนเอง					
14.	ข้าพเจ้ามีจุดยืนในการดำเนินชีวิตของตนเอง					
15.	ข้าพเจ้ามีอิสระในการคิดและการกระทำโดยไม่ต้องปรึกษาผู้อื่น					
16.	ข้าพเจ้าสามารถทำจิตใจให้สงบได้แม้มีผู้ไม่พอใจข้าพเจ้า					
17.	ข้าพเจ้าไม่สามารถขจัดความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตของข้าพเจ้า					



ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
18.	ข้าพเจ้าสามารถระงับอารมณ์โกรธได้ โดยไม่ทำให้ ความรู้สึกนั้นมาเป็นอุปสรรคในชีวิต					
19.	ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์					
20.	ข้าพเจ้าสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมโดยไม่ต้อง แสดงความรู้สึกที่รุนแรงออกไป					
21.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าอุปสรรคหรือปัญหาในชีวิต ช่วยให้เกิด การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น					
22.	ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนอารมณ์ทางลบให้เป็นอารมณ์ ทางบวกได้					
23.	ข้าพเจ้ารู้วิธีทำให้เกิดความพึงพอใจในตัวเองได้					
24.	ข้าพเจ้าสามารถสร้างอารมณ์ขันในสถานการณ์ต่าง ๆ					
25.	ข้าพเจ้าสามารถปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ ไว้ชั่วขณะ เพื่อทำ ความเข้าใจอย่างทะลุปรุโปร่ง					
26.	ข้าพเจ้าสามารถลงมือทำทุกสิ่งทุกอย่างได้จนสำเร็จ					
27.	ข้าพเจ้ารู้วิธีให้รางวัลตนเองภายหลังทำสำเร็จตามเป้าหมาย					
28.	ข้าพเจ้าสามารถทำงานได้ตามแผนที่ได้วางไว้อย่างสมบูรณ์					
29.	ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนนิสัยที่ไม่ดีของตัวเองได้					
30.	แม้ผิดหวังข้าพเจ้าก็ไม่ยอมแพ้ยังคงสู้ต่อไปด้วยความหวัง					
31.	ข้าพเจ้ามองชีวิตสดใสงดงามเสมอ					
32.	ข้าพเจ้าเปลี่ยนแนวคิดในการมองสิ่งที่ไม่ดีให้เป็น สิ่งที่ดีได้					
33.	คนอื่น ๆ มักพูดเสมอว่าข้าพเจ้าเป็นคนมองโลกในแง่ดี					
34.	ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจในตนเองและผู้อื่น					
35.	ข้าพเจ้าเห็นว่าอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตเป็นหนทาง ในการเรียนรู้					

ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
36.	ข้าพเจ้าสามารถเปลี่ยนอารมณ์ได้ตามบุคคลที่ข้าพเจ้า พูดคุยด้วย					
37.	ข้าพเจ้าช่วยผู้อื่นไม่ให้รู้สึกเสียหน้าในสถานการณ์ ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้					
38.	ข้าพเจ้ารู้สึกอิจฉาผู้ที่ทำอะไร ได้ดีกว่าที่ข้าพเจ้าทำ					
39.	ข้าพเจ้ามีความเข้าใจและยอมรับในอารมณ์ของผู้อื่น					
40.	เมื่อข้าพเจ้าได้ยินปัญหาของคนอื่น ข้าพเจ้าสามารถ คิดแก้ปัญหาให้เขาได้หลาย ๆ วิธีทันที					
41.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความรู้สึกผิดชอบชั่วดี					
42.	คนอื่น ๆ มักพูดว่าข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ					
43.	ข้าพเจ้าทำสิ่งต่าง ๆ ให้กับตนเองเมื่อเห็นว่าเป็นสิ่งที่ ถูกต้องและสมควร					
44.	ข้าพเจ้าเป็นคนมีเกียรติที่เชื่อถือได้คนหนึ่ง					
45.	ข้าพเจ้าสามารถรู้ได้ว่าสิ่งใดถูกหรือผิด					
46.	ข้าพเจ้าเชื่อความคิดของตนเองและลงมือกระทำตามที่ คิดว่าถูกต้อง					
47.	ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการกระทำที่เป็นการกระตุ้นให้เกิด ปัญหาเพิ่มขึ้น					
48.	ข้าพเจ้าสนุกกับการเปลี่ยนแปลงและการแก้ปัญหา ในการทำงาน					
49.	ข้าพเจ้าสามารถเปิดใจกว้างและยอมรับฟังคำวิจารณ์ ที่มีเหตุผล					
50.	ในการวิจารณ์ผู้อื่น ข้าพเจ้าจะเน้นที่พฤติกรรมมากกว่า ตัวบุคคล					
51.	ข้าพเจ้าสามารถพูดอย่างตรงไปตรงมากับผู้ที่ขัดแย้งกับ ข้าพเจ้าได้					

ข้อที่	รายการ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
52.	ข้าพเจ้าสามารถแสดงความรู้ที่ก ความเชื่อหรือค้ำค้าน ผู้อื่นโดยไม่ให้เกิดผลเสียหาย					
53.	ข้าพเจ้าสามารถจัดการกับผู้อื่น ได้โดย ไม่ต้องแสดง อารมณ์ที่รุนแรง					
54.	ข้าพเจ้าสามารถโต้ตอบกับผู้อื่นโดยปราศจากอารมณ์ ไม่ดีได้ภายในเวลาอันสั้น					
55.	ข้าพเจ้าสามารถใช้วิธีการที่มีประสิทธิภาพในการ ควบคุมการต่อต้านจากผู้อื่น					
56.	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาข้าพเจ้ารู้ว่าควร ไปพบใคร					
57.	ข้าพเจ้ามีความลำบากใจในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น					
58.	ข้าพเจ้าสามารถเป็นตัวกลางในการประนีประนอม ความขัดแย้งระหว่างเพื่อน ๆ ได้					
59.	ข้าพเจ้าสามารถอยู่ท่ามกลางกลุ่มคนที่มีความแตกต่าง กันได้					
60.	ข้าพเจ้ามีทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้ดี					

มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี  
Pibulsongkram Rajabhat University

ภาคผนวก ง

เกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มประชากร  
ในรูปคะแนนมาตรฐานซี คะแนนทีและเปอร์เซ็นต์ไทล์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี  
Pibulsongkram Rajabhat University



ตารางที่ 1 เกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์รวมทั้งหมดค่านักศึกษา ในรูปคะแนน  
มาตรฐานซี คะแนนทีและเปอร์เซ็นต์ไทล์ (N=1,151)

คะแนน (X)	ความถี่ (f)	คะแนนมาตรฐานซี (Z-Score)	คะแนนที (T-Score)	เปอร์เซ็นต์ไทล์ (% tile)	คะแนน (X)	ความถี่ (f)	คะแนนมาตรฐานซี (Z-Score)	คะแนนที (T-Score)	เปอร์เซ็นต์ไทล์ (% tile)
292	1	3.40	83.97	99.966	257	3	1.54	65.43	93.32
290	2	3.30	82.91	99.952	256	3	1.49	64.90	
287	1	3.13	81.33	99.903	255	9	1.44	64.37	91.92
286	1	3.08	80.80		254	6	1.38	63.84	
285	1	3.03	80.27	99.865	253	10	1.33	63.31	90.32
281	1	2.81	78.15	99.74	252	11	1.28	62.78	
280	2	2.76	77.62		251	9	1.23	62.25	88.49
279	1	2.71	77.09	99.65	250	11	1.17	61.72	
278	4	2.66	76.56		249	13	1.12	61.19	86.43
276	1	2.55	75.50	99.53	248	16	1.07	60.66	
275	2	2.50	74.97		247	10	1.01	60.13	84.13
274	2	2.44	74.44	99.18	246	20	0.96	59.60	
273	3	2.39	73.91		245	16	0.91	59.07	81.59
270	7	2.23	72.32	98.61	244	15	0.85	58.54	
269	1	2.18	71.79		243	12	0.80	58.01	78.81
268	1	2.13	71.26	98.21	242	14	0.75	57.48	75.80
267	1	2.07	70.73		241	15	0.70	56.95	
266	1	2.02	70.20	97.72	240	16	0.64	56.42	72.57
265	2	1.97	69.67		239	21	0.59	55.89	
264	7	1.91	69.14	97.13	238	16	0.54	55.36	69.15
263	7	1.86	68.61		237	19	0.48	54.83	
262	5	1.81	68.08	96.41	236	23	0.43	54.30	65.54
261	6	1.75	67.55		235	20	0.38	53.77	
260	5	1.70	67.02	95.54	234	23	0.32	53.24	61.79
259	5	1.65	66.49	94.52	233	26	0.27	52.71	
258	8	1.60	65.96		232	20	0.22	52.18	57.93

ตารางที่ 1 (ต่อ)

คะแนนความดี คะแนนมาตรฐานดี คะแนนที่ เปอร์เซ็นไทล์					คะแนนความดี คะแนนมาตรฐานดี คะแนนที่ เปอร์เซ็นไทล์				
(X)	(f)	(Z-Score)	(T-Score)	(% tile)	(X)	(f)	(Z-Score)	(T-Score)	(% tile)
231	16	0.17	51.65		203	7	-1.32	36.82	
230	31	0.11	51.12	53.9	202	5	-1.37	36.29	8.08
229	27	0.06	50.59		201	11	-1.42	35.76	
228	25	0.01	50.06	50.00	200	4	-1.48	35.23	6.68
227	28	-0.05	49.54		199	8	-1.53	34.70	
226	36	-0.10	49.01	46.02	198	6	-1.58	34.17	5.48
225	24	-0.15	48.48	42.07	197	8	-1.64	33.64	
224	28	-0.21	47.95		196	6	-1.69	33.11	4.46
223	25	-0.26	47.42	38.21	195	8	-1.74	32.58	
222	25	-0.31	46.89		194	1	-1.79	32.05	3.59
221	22	-0.36	46.36	34.46	193	5	-1.85	31.52	
220	19	-0.42	45.83		192	1	-1.90	30.99	2.87
219	21	-0.47	45.30	30.85	191	5	-1.95	30.46	2.28
218	31	-0.52	44.77		190	3	-2.00	29.93	
217	18	-0.58	44.24	27.43	189	1	-2.06	29.40	1.78
216	32	-0.63	43.71		188	4	-2.11	28.87	
215	25	-0.68	43.18	24.20	186	1	-2.22	27.81	1.39
214	22	-0.74	42.65		185	3	-2.27	27.28	1.07
213	19	-0.79	42.12	21.19	184	2	-2.32	26.75	
212	20	-0.84	41.59		183	1	-2.38	26.22	0.82
211	14	-0.89	41.06	18.41	182	1	-2.43	25.69	
210	15	-0.95	40.53		180	1	-2.54	24.63	0.62
209	22	-1.00	40.00	15.87	179	1	-2.59	24.10	0.47
208	9	-1.05	39.47	13.57	174	1	-2.85	21.45	0.19
207	15	-1.11	38.94		173	1	-2.90	20.92	
206	11	-1.16	38.41	11.51	171	1	-3.01	19.86	0.13
205	9	-1.21	37.88		160	1	-3.60	14.04	0.016
204	10	-1.27	37.35	9.68					

N= 1.151

$\mu = 227.88$

$\sigma = 18.87$

ตารางที่ 2 เกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในตนเองของนักศึกษา ในรูปคะแนนมาตรฐานซี คะแนนทีและเปอร์เซ็นต์ไทล์ (N=1,151)

คะแนน ความดี คะแนนมาตรฐานซี คะแนนที เปอร์เซ็นไทล์					คะแนน ความดี คะแนนมาตรฐานซี คะแนนที เปอร์เซ็นไทล์				
(X)	(f)	(Z-Score)	(T-Score)	(% tilt)	(X)	(f)	(Z-Score)	(T-Score)	(% tilt)
170	2	3.21	82.09	99.93	133	35	0.03	50.32	50.00
169	5	3.12	81.23	99.90	132	51	-0.05	49.46	46.02
165	1	2.78	77.80	99.74	131	44	-0.14	48.60	46.02
164	1	2.69	76.94	99.65	130	47	-0.23	47.74	42.07
163	1	2.61	76.08	99.53	129	32	-0.31	46.88	38.21
162	1	2.52	75.22	99.38	128	36	-0.40	46.02	34.46
161	4	2.44	74.36	99.18	127	47	-0.48	45.16	30.85
160	2	2.35	73.50	98.93	126	30	-0.57	44.30	27.43
159	1	2.26	72.65	98.61	125	29	-0.66	43.45	24.20
158	6	2.18	71.79	98.21	124	35	-0.74	42.59	24.20
157	2	2.09	70.93	97.72	123	34	-0.83	41.73	21.19
156	5	2.01	70.07	97.72	122	19	-0.91	40.87	18.41
155	8	1.92	69.21	97.13	121	29	-1.00	40.01	15.87
154	13	1.84	68.35	96.41	120	23	-1.08	39.15	13.57
153	6	1.75	67.49	95.54	119	12	-1.17	38.29	11.51
152	12	1.66	66.63	95.54	118	22	-1.26	37.43	9.68
151	12	1.58	65.77	94.52	117	16	-1.34	36.58	9.68
150	15	1.49	64.92	93.32	116	21	-1.43	35.72	8.08
149	16	1.41	64.06	91.92	115	13	-1.51	34.86	6.68
148	11	1.32	63.20	90.32	114	6	-1.60	34.00	5.48
147	18	1.23	62.34	88.49	113	7	-1.69	33.14	4.46
146	22	1.15	61.48	86.43	112	3	-1.77	32.28	3.59
145	18	1.06	60.62	86.43	111	6	-1.86	31.42	2.87
144	19	0.98	59.76	84.13	110	5	-1.94	30.56	2.87
143	17	0.89	58.94	81.59	109	5	-2.03	29.71	2.28
142	16	0.80	58.05	78.81	108	5	-2.12	28.85	1.79
141	27	0.72	57.19	75.80	107	3	-2.20	27.99	1.39
140	31	0.63	56.33	72.57	106	3	-2.29	27.13	1.07
139	25	0.55	55.47	69.15	105	3	-2.37	26.27	0.82
138	37	0.46	54.61	69.15	103	3	-2.54	24.55	0.62
137	31	0.38	53.75	65.84	101	1	-2.71	22.83	0.35
136	58	0.29	52.89	61.74	99	1	-2.89	21.12	0.19
135	38	0.20	52.03	57.93	95	1	-3.23	17.68	0.069
134	42	0.12	51.18	53.98	92	1	-3.49	15.11	0.023

N= 1151     $\mu$  = 132.63     $\sigma$  = 11.64

ตารางที่ 3 เกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างบุคคลของนักศึกษา ในรูป  
คะแนนมาตรฐานซี คะแนนทีและเปอร์เซ็นต์ไทล์ (N=1,151)

คะแนน ความถี่ คะแนนมาตรฐานซี คะแนนที เปอร์เซ็นต์ไทล์					คะแนน ความถี่ คะแนนมาตรฐานซี คะแนนที เปอร์เซ็นต์ไทล์				
(X)	(f)	(Z-Score)	(T-Score)	(% tile)	(X)	(f)	(Z-Score)	(T-Score)	(% tile)
122	1	3.04	80.40	99.86	94	61	-0.14	48.55	46.02
121	3	2.93	79.26	99.81	93	57	-0.26	47.42	38.21
120	2	2.81	78.13	99.74	92	52	-0.37	46.28	34.46
119	2	2.70	76.98	99.65	91	65	-0.49	45.14	30.85
118	3	2.59	75.85	99.53	90	50	-0.60	44.00	27.43
117	7	2.47	74.71	99.38	89	43	-0.71	42.87	24.20
116	5	2.36	73.58	99.18	88	42	-0.83	41.73	21.19
115	4	2.24	72.44	98.61	87	28	-0.94	40.59	18.41
114	6	2.13	71.30	98.21	86	32	-1.05	39.45	13.57
113	9	2.02	70.17	97.72	85	25	-1.17	38.32	11.51
112	7	1.90	69.03	97.13	84	25	-1.28	37.18	9.68
111	13	1.79	67.89	96.41	83	14	-1.40	36.04	8.08
110	8	1.68	66.75	95.54	82	11	-1.51	34.91	6.68
109	11	1.56	65.62	94.52	81	8	-1.62	33.77	5.48
108	18	1.45	64.48	91.92	80	10	-1.74	32.63	4.46
107	15	1.33	63.34	90.32	79	9	-1.85	31.49	2.87
106	28	1.22	62.20	88.49	78	3	-1.96	30.36	2.28
105	22	1.11	61.07	86.43	77	6	-2.08	29.22	1.79
104	29	0.99	59.93	84.13	76	6	-2.19	28.08	1.39
103	26	0.88	58.79	81.59	75	4	-2.31	26.94	1.07
102	34	0.77	57.65	78.81	74	3	-2.42	25.81	0.82
101	46	0.65	56.52	75.80	72	3	-2.65	23.53	0.47
100	40	0.54	55.38	69.15	71	1	-2.76	22.39	0.26
99	38	0.42	54.24	65.54	70	1	-2.87	21.26	0.19
98	63	0.31	53.10	61.79	69	2	-2.99	20.12	0.13
97	46	0.20	51.97	57.93	68	1	-3.10	18.98	0.097
96	54	0.08	50.83	53.98	67	1	-3.22	17.84	0.069
95	48	-0.03	49.69	50.00					

N = 1,151     $\mu = 95.27$      $\sigma = 8.7$



ภาคผนวก จ

หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูล

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา  
Pibulsongkram Rajabhat University



ที่ ศธ 1515 / 1267

สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม  
อำเภอเมือง ฯ จังหวัดพิษณุโลก 65000

9 สิงหาคม 2542

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลนักศึกษา

เรียน อธิการบดีสถาบันราชภัฏอุตรดิตถ์

ด้วย รองศาสตราจารย์ช่อลัดดา ขวัญเมือง อาจารย์โปรแกรมวิชาจิตวิทยาและ  
การแนะแนว คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ได้ดำเนินการวิจัยเรื่อง “การศึกษา  
ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง”  
ในการนี้ผู้วิจัยต้องสร้างแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่เป็นมาตรฐาน จึงจำเป็นต้องเก็บข้อมูล  
จากนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 ของคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏอุตรดิตถ์ จำนวน 100 คน  
โดยมีกำหนดการเก็บข้อมูล ในวันพุธที่ 11 สิงหาคม 2542 เวลาประมาณ 09.00 - 10.00 น.

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

( ผู้ช่วยศาสตราจารย์ช่อลัดดา นุชภักดิ์ )

รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

สำนักงานอธิการบดี

Ins. 055 - 241701 โทรสาร 055 - 259468

E-mail rajabhal@pibul2.rip.ac.th

ผู้ร่าง.....  
ผู้พิมพ์.....  
ผู้ตรวจ.....



ที่ ศธ 1515 / 1315

สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม  
อำเภอเมือง ฯ จังหวัดพิษณุโลก 65000

16 สิงหาคม 2542

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลนักศึกษา

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยนเรศวร

ด้วย รองศาสตราจารย์ช่อลัดดา ขวัญเมือง อาจารย์โปรแกรมวิชาจิตวิทยาและ  
การแนะแนว คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ได้ดำเนินการวิจัยเรื่อง "การศึกษา  
ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง"  
ในการนี้ผู้วิจัยต้องสร้างแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่เป็นมาตรฐาน จึงจำเป็นต้องเก็บข้อมูล  
จากนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 ของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร จำนวน 30 คน  
โดยมีกำหนดการเก็บข้อมูล ในวันศุกร์ที่ 20 สิงหาคม 2542 เวลาประมาณ 13.00 - 14.00 น.

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

( ผู้ช่วยศาสตราจารย์เทอดศักดิ์ จันทร์อรุณ )

รองอธิการบดี รักษาราชการแทน  
อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

สำนักงานอธิการบดี

โทร. 055 - 241701 โทรสาร 055 - 259468

E-mail rajabhat@pibul2.rip.ac.th

ผู้รับทราบ.....  
ผู้ลงนาม.....  
ผู้ตรวจ.....



ที่ ศธ 1515 /1466

สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม  
อำเภอเมือง ฯ จังหวัดพิษณุโลก 65000

6 กันยายน 2542

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลนักศึกษา

เรียน อธิการบดีสถาบันราชภัฏนครสวรรค์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 360 ชุด

ด้วย รองศาสตราจารย์ช่อลัดดา ขวัญเมือง อาจารย์โปรแกรมวิชาจิตวิทยาและ  
การแนะแนว คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ได้ดำเนินการวิจัยเรื่อง "การศึกษา  
ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง"  
ในการนี้ผู้วิจัยใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเพื่อเก็บข้อมูลนักศึกษา ภาคปกติ หลักสูตร 4 ปี  
ชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาการศึกษา โดยมีกำหนดการเก็บข้อมูล ระหว่างวันที่ 7-10 กันยายน  
2542 นี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

( ผู้ช่วยศาสตราจารย์เทอดศักดิ์ จันทรอรุณ )

รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน  
อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

ผู้อำนวยการบดี

โทร. 055 - 241701 โทรสาร 055 - 259468

E-mail rajabhat@pibul2.rip.ac.th





ที่ กธ 1515 /ง1466

สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม  
อำเภอเมือง ฯ จังหวัดพิษณุโลก 65000

6 กันยายน 2542

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลนักศึกษา

เรียน อธิการบดีสถาบันราชภัฏกำแพงเพชร

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 390 ชุด

ด้วย รองศาสตราจารย์ช่อลัดดา ชวัญเมือง อาจารย์โปรแกรมวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ได้ดำเนินการวิจัยเรื่อง "การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง" ในการนี้ผู้วิจัยใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเพื่อเก็บข้อมูลนักศึกษา ภาคปกติ หลักสูตร 4 ปี ชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาการศึกษา โดยมีกำหนดการเก็บข้อมูล ระหว่างวันที่ 7-10 กันยายน 2542 นี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

( ผู้ช่วยศาสตราจารย์เทอดศักดิ์ จันทรอรุณ )

รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน  
อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

ตำแหน่งอธิการบดี

โทร 055 - 241701 โทรสาร 055 - 259468

E-mail rajabhat@pibul2.rip.ac.th



ที่ สข 1515 / 1466

สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม  
อำเภอเมือง ฯ จังหวัดพิษณุโลก 65000

6 กันยายน 2542

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลนักศึกษา

เรื่อง อธิการบดีสถาบันราชภัฏเพชรบูรณ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 460 ชุด

ด้วย รองศาสตราจารย์ชอลัดดา ขวัญเมือง อาจารย์โปรแกรมวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ได้ดำเนินการวิจัยเรื่อง "การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง" ในการนี้ผู้วิจัยใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเพื่อเก็บข้อมูลนักศึกษา ภาคปกติ หลักสูตร 4 ปี ชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาการศึกษา โดยมีกำหนดการเก็บข้อมูล ระหว่างวันที่ 7-10 กันยายน 2542 นี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

( ผู้ช่วยศาสตราจารย์เทอดศักดิ์ จันท์อรุณ )

รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน  
อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

สำนักงานอธิการบดี

Ins. 055-241701 โทรสาร 055 - 259468

E-mail rajabhat@pibul2.rip.ac.th

## ประวัติผู้วิจัย

รองศาสตราจารย์ช่อศักดิ์ ขวัญเมือง เกิดเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2490 ตำบลท่าแพ อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช สำเร็จการศึกษาปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในปีการศึกษา 2524 ปัจจุบันดำรงตำแหน่งรองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

ผลงานทางวิชาการด้านตำรา ได้แก่ จิตวิทยาแนะแนว เทคนิคการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล การแนะแนวอาชีพ กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน ผลงานทางวิชาการด้านวิจัย ได้แก่ การผลิตชุดการสอน เรื่อง “เครื่องมือทางการแนะแนว” สำหรับห้องเรียนแบบศูนย์การเรียน วิชา ศษ. 321 (จิตวิทยาแนะแนว) ระดับปริญญาตรี และ การผลิตชุดการสอน เรื่อง “เทคนิคการหางานทำ” สำหรับห้องเรียนแบบศูนย์การเรียน วิชา 1053619 (การแนะแนวอาชีพ) ระดับปริญญาตรี

ได้รับรางวัลชมเชยในการผลิตสื่อสร้างสรรค์ ระดับอุดมศึกษา ของคุรุสภา ปี พ.ศ. 2530 ได้รับรางวัลบุคคลแนะแนวดีเด่น ระดับอุดมศึกษา ของสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2534 และได้รับรางวัลผู้ปฏิบัติงานมีผลงานดี ประเภทผู้สอน ระดับอุดมศึกษา ของคุรุสภา ปี พ.ศ. 2541

มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม  
Pibulsongkram Rajabhat University