

รายงานการวิจัย
เรื่อง พฤติกรรมจิตอาสาและความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี
มหาวิทยาลัยพะเยา
(Volunteer Behavior and Emotional Intelligence among
Undergraduate Students, University of Phayao)



โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนโครงการวิจัย
จากทุนอุดหนุนการวิจัยเพื่อการพัฒนางานประจำสู่งานวิจัย (R2R) รุ่นที่ 10
มหาวิทยาลัยพะเยา
ประจำปีงบประมาณ 2566
กรกฎาคม 2566

อาจารย์ที่ปรึกษาได้พิจารณางานวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมจิตอาสาและความฉลาดทางอารมณ์
ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา” เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยเพื่อการพัฒนา
ประจำสู่งานวิจัย (R2R) ของมหาวิทยาลัยพะเยา



ดร.วุฒิชัย ไชยรินคำ
อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการวิจัย



นายพิเชษฐ ฤกษ์จิตร
ผู้อำนวยการกองกิจการนิสิต



กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเพื่อการพัฒนางานประจำ (R2R) ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี โดยได้รับความกรุณาจาก ดร.วุฒิชัย ไชยรินคำ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการวิจัยที่กรุณาให้คำปรึกษา และช่วยเหลือแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนเสร็จสมบูรณ์อย่างดี ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้ง และขอกราบขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะผู้บริหาร มหาวิทยาลัยพะเยา ที่ได้ให้โอกาสและสนับสนุนการทำวิจัยพัฒนางานประจำสู่งานวิจัย และนิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาทุกท่านที่กรุณาให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

สุดท้ายนี้ คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากรายงานวิจัยฉบับนี้ ขอมอบแด่ผู้มีพระคุณทุกๆ ท่าน

กิตติยา เขียวงาม



ชื่อเรื่อง	พฤติกรรมจิตอาสาและความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา
ผู้วิจัย	นางสาวกิตติยา เขียวงาม
ที่ปรึกษา	ดร.วุฒิชัย ไชยรินคำ
ประเภทสารนิพนธ์	การวิจัยเพื่อการพัฒนางานประจำ มหาวิทยาลัยพะเยา 2566
คำสำคัญ	พฤติกรรมจิตอาสา ความฉลาดทางอารมณ์ นิสิตปริญญาตรี

บทคัดย่อ

งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาภาคตัดขวางเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจระดับพฤติกรรมจิตอาสาและความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามออนไลน์ จำนวน 3 ฉบับ เพื่อรวบรวมข้อมูลจากนิสิตมหาวิทยาลัยจำนวน 470 คน โดยเก็บข้อมูลในช่วงหลังจบภาคการศึกษาที่ผ่านมา ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นนิสิตระดับปริญญาตรีจาก 18 คณะวิชาของมหาวิทยาลัยพะเยาในปีการศึกษา 2565 ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม 470 คน (ชาย 205 คนและหญิง 265 คน) มีอายุระหว่าง 18 ถึง 23 ปี อายุเฉลี่ย 19.62 ± 0.84 ปี โดยนิสิตมีระดับพฤติกรรมจิตอาสาค่อนข้างสูงทั้งสามองค์ประกอบ และมีระดับความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติทั้งสามองค์ประกอบ

Title Volunteer Behavior and Emotional Intelligence among Undergraduate Students, University of Phayao

Author Miss Kitiya Khieongam

Advosir Dr. Wuttichai Chairinkham

Academic paper Routine to Research(R2R), University of Phayao, 2023

Keywords Volunteer Behavior, Emotional Intelligence, Undergraduate Students

Abstract

A descriptive cross sectional study design was used in this work. The purpose of this study was to explore the level of volunteer behavior and emotional intelligence (EQ) of undergraduate students, University of Phayao. Three self-report online questionnaires were employed to collect data from 470 university students after the end of the last semester. The participants were undergraduate students recruited from 18 schools of University of Phayao in the academic year 2022. Of 470 respondents (205 males and 265 females), the participants' ages ranged from 18 to 23 years with a mean age of 19.62 ± 0.84 years. The results revealed that students' level of volunteer behavior was relatively high all three components. In addition, the level of emotional intelligence was found in the normal range all three components.

สารบัญ

	หน้า
บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	8
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	9
ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
1. พฤติกรรมจิตอาสา	10
2. ความฉลาดทางอารมณ์	12
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	17
วิธีดำเนินการวิจัย	18
ผลการศึกษา	21
อภิปรายและสรุปผลการวิจัย	29
- ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้างต่อไป	31
เอกสารอ้างอิง	32
ภาคผนวก	
- ภาคผนวก ก แบบสอบถาม ส่วนที่ 1 สอบถามข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัคร	35
- ภาคผนวก ข แบบสอบถาม ส่วนที่ 2 สัมภาษณ์ระดับพฤติกรรมจิตอาสาของ นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาด้วยแบบวัดพฤติกรรมจิตอาสา	37
- ภาคผนวก ค แบบสอบถาม ส่วนที่ 3 สัมภาษณ์ระดับความฉลาดทางอารมณ์ ของนิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับ ประชาชนไทย อายุระหว่าง 18-60 ปี ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข	38
ประวัติผู้วิจัย	42

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 470)	23
ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจิตอาสาของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 470)	25
ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ตอบ แบบสอบถาม (N = 470)	27



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันเป็นที่ทราบกันดีว่านอกเหนือจากความฉลาดทางปัญญา (IQ-Intelligence Quotient) ทูคองค์กรล้วนต้องการทรัพยากรบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient – EQ / Emotional Intelligence – EI) โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้นำองค์กร ในปี ค.ศ. 1900 นักจิตวิทยา Salovey และ Mayer ได้เสนอแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นการสร้างความสมดุลของความฉลาดระหว่างสติปัญญากับอารมณ์ เพราะเชื่อว่าคุณค่าของมนุษย์ไม่ได้อยู่ที่สติปัญญาเพียงอย่างเดียว จิตใจกับอารมณ์และสังคมก็มีความสำคัญต่อความสำเร็จและความสุขในชีวิตเช่นกัน ดังนั้นบุคคลที่มีความฉลาดทางสติปัญญาสูงเพียงอย่างเดียวอาจไม่ประสบผลสำเร็จในชีวิตหากไม่สามารถเข้าใจตนเองผู้อื่นหรือบริบทของสังคม [1]

สำหรับประเทศไทย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้ทำการศึกษาค้นคว้าและพัฒนาแนวคิดและเกณฑ์การพิจารณาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ในบริบทของสังคมไทย โดยแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ด้านเก่ง หมายถึงความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพตลอดจนสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น และด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขทางใจ [2]

การพัฒนาประเทศนั้น สถาบันการศึกษามีบทบาทสำคัญในการเตรียมคนซึ่งถือว่าเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” สถาบันการศึกษาจะส่งเสริมบุคคลที่จะจบการศึกษาระดับอุดมศึกษาออกไปเป็นบุคคลที่เป็นศูนย์กลางการพัฒนา ซึ่งมุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพทุนมนุษย์ของประเทศ โดยพัฒนาคนให้เหมาะสมตามช่วงวัยเพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ หล่อหลอมให้คนไทยมีค่านิยมตามบรรทัดฐานที่ดีทางสังคม เป็นคนดี มีสุขภาพที่ดี มีคุณธรรมจริยธรรม มีระเบียบวินัย และมีจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมส่วนรวมซึ่งพร้อมจะต่อสู้สร้างสรรค์สิ่งใหม่ที่มีคุณค่า เป็นผู้นำ เป็นนักคิดที่ใช้สติปัญญาอย่างเต็มที่และมีอุดมคติเพื่ออนาคตที่ดีกว่าอย่างแท้จริง ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาประเทศที่ยั่งยืนต่อไป [3]

ในปี พ.ศ. 2560 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมให้หน่วยราชการในพระองค์ 904 ร่วมกันจัดโครงการจิตอาสาพระราชทานตามแนวพระราชดำริเพื่อเป็นการเฉลิมพระเกียรติและแสดงความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตรและสมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง ที่ทรงประกอบพระราชกรณียกิจนานัปการ เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน ทั้งนี้เพื่อให้ประชาชนมีความสมัครสมานสามัคคี มีความสุขและประเทศชาติมีความมั่นคงอย่างยั่งยืน [4]

มหาวิทยาลัยพะเยา เล็งเห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาคนให้มีความรับผิดชอบต่อสังคมอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน ปฏิภาณจิตสำนึกให้บัณฑิตได้แสดงออกซึ่งความรับผิดชอบต่อสังคม จึงจัดตั้งศูนย์ปฏิบัติการมหาวิทยาลัยพะเยาจิตอาสา UPSR (University of Phayao Social Responsibility) โดยมุ่งเน้นการพัฒนานิสิตให้มีคุณธรรมจริยธรรม “ใจอาสา” และพัฒนานิสิตให้เป็นอาสาสมัครจิตอาสา เน้นการนำความรู้ ความสามารถของตนเองไปทำประโยชน์ ทำความดีเพื่อผู้อื่น โดยไม่หวังผลตอบแทน รวมทั้งการรู้จักเป็นผู้ให้ ผู้เสียสละและผู้แบ่งปันให้เพื่อน ๆ ร่วมสังคม ที่ผ่านมามีการศึกษาในนักศึกษาพยาบาลพบว่าผู้ที่มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรม มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งสูงกว่าผู้ที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรม [5] นอกจากนี้ มีรายงานการศึกษาชี้ให้เห็นว่ากิจกรรมจิตอาสาในรูปแบบครูอาสาสมัครสอนภาษาส่งผลช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของครูอาสาสมัครได้ [6] และสถานศึกษาบางแห่งได้ทำการสำรวจพฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษาและศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง [7-9]

ตลอดระยะเวลาการจัดตั้งศูนย์ UPSR ที่ผ่านมา ผู้ปฏิบัติงานได้ดำเนินกิจกรรมจิตอาสาอย่างสม่ำเสมอโดยทุกกิจกรรมที่จัดขึ้นมีนิสิตสนใจเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจ อย่างไรก็ตาม หากทราบข้อมูลพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตมหาวิทยาลัยพะเยา จะเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการกำหนดทิศทางและเป้าหมายที่ชัดเจนของการจัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อพัฒนาผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมูลดังกล่าวจะนำไปสู่การกำหนดแผนปฏิบัติการ (Action plans) ขององค์การในลำดับต่อไป เนื่องด้วยการหล่อหลอมนิสิตให้เป็นบัณฑิตที่มีความพร้อมและมีคุณภาพนั้น สถาบันการศึกษามีบทบาทสำคัญอย่างยิ่ง

ด้วยเหตุนี้ การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจพฤติกรรมจิตอาสาและความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลสำคัญสำหรับการวางแผนการจัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อพัฒนานิสิตให้เป็น "บุคคลที่มีความ "เก่ง ดี มีสุข" ซึ่งเป็นส่วนสำคัญประการหนึ่งในการเตรียมคนและเสริมสร้างศักยภาพคนให้มีสมรรถนะและทักษะแห่งอนาคตตอบสนองความต้องการของตลาดแรงงานเพื่อสนับสนุนการพัฒนาประเทศต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา
2. เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ทราบข้อมูลระดับพฤติกรรมจิตอาสาและระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยาเพื่อประกอบการกำหนดทิศทางและเป้าหมายที่ชัดเจนของการจัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อพัฒนาผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บทที่ 2

ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. พฤติกรรมจิตอาสา

1.1 กำเนิดของเครือข่ายจิตอาสาในประเทศไทย

ในวันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ.2547 เครือข่ายจิตอาสาขนาดใหญ่ที่เป็นหน่วยงานอย่างจริงจังของประเทศไทยได้ถือกำเนิดขึ้นจากเหตุการณ์ภัยสึนามิ (Tsunami) ครั้งยิ่งใหญ่ของประเทศไทย ที่มีการสูญเสียทั้งทรัพย์สินและชีวิตผู้คนไปเป็นจำนวนมาก เหตุการณ์ในครั้งนั้นทำให้มีอาสาสมัครจำนวนมากจากประเทศต่างๆ หลังโหลลงพื้นที่ช่วยเหลือผู้ประสบภัยอย่างเร่งด่วนเพื่อเข้ามาช่วยเหลือซึ่งกันและกันทั้งในส่วนของภาครัฐและภาคเอกชน ตลอดจนประชาชนทั่วไปต่างระดมความช่วยเหลือในทุกทาง โดยสิ่งตอบแทนอย่างเดียวของพวกเขาคือการได้เห็นผู้รอดชีวิตให้มากที่สุด ตลอดจนการช่วยเหลือผู้ได้รับบาดเจ็บกับความเสียหาย การกู้ซากศพของผู้เสียชีวิต การทำความสะอาด ปรับปรุงสถานที่ที่เกิดภัยพิบัติ ซึ่งถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นซึ่งกระตุ้นให้คนไทยเกิดความเห็นอกเห็นใจเพื่อนมนุษย์และยื่นมือเข้าไปช่วยเหลือซึ่งกันและกันด้วยหัวใจที่ไม่หวังผลตอบแทนใดๆ จากนั้นเป็นต้นมา จึงเกิดการรวมกลุ่มจากทั้งผู้คนกับหน่วยงานต่างๆ เพื่อสืบสานพลังแห่งน้ำใจอันงดงามในครั้งนี้อย่างต่อเนื่อง กลายเป็นเครือข่ายจิตอาสาที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อร่วมมือกันช่วยเหลือ สร้างสรรค์ประโยชน์สุขให้กับสังคมไทย หลังเหตุการณ์ Tsunami ครั้งนั้น เครือข่ายจิตอาสาจึงกำหนดให้วันที่ 27 ธันวาคมของทุกปี เป็นวัน ‘จิตอาสา’ เพื่ออุทิศให้กับการทำงานอาสาสมัครเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ และรณรงค์ให้ผู้คนทำความดีต่อกันโดยไม่หวังผลตอบแทน [10-11]

1.2 ความหมาย

จิตอาสา (Volunteer spirit/ mind) หมายถึง จิตแห่งการให้ความดีงามทั้งปวงแก่เพื่อนมนุษย์โดยเต็มใจ สมัครใจ อิ่มใจ ซาบซึ้งใจ ปีติสุข ที่พร้อมจะเสียสละเวลา แรงกาย แรงสติปัญญา เพื่อสาธารณประโยชน์ในการทำกิจกรรมหรือสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน และมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น เป็นจิตที่ไม่นิ่งดูตายเมื่อพบเห็นปัญหาหรือความทุกข์ยากที่เกิดขึ้นกับผู้คน เป็นจิตที่มีความสุขเมื่อได้ทำความดีและเห็นน้ำตาเปลี่ยนแปลงเป็นรอยยิ้ม เป็นจิตที่เปี่ยมด้วย “บุญ” คือความสงบเยือกเย็น และพลังแห่งความดีอีกทั้งยังช่วยลด “อึดตา” หรือความเป็นตัวตนของตนเองลงได้ [4]

นอกจากนี้ กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ได้ให้ความหมายของจิตอาสาไว้คือ “จิต” หมายถึง จิตใจ หรือ ความรู้สึกนึกคิด และ “อาสา” หมายถึง การทำด้วยความสมัครใจโดยไม่มีผู้ใดบังคับ ซึ่ง “จิตอาสา” หมายถึง จิตแห่งการให้ การ

เสียสละให้ความช่วยเหลือในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมด้วยความสมัครใจโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน [10]

พฤติกรรมจิตอาสา (Volunteer Behavior) หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมที่แสดงออกถึงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การเสียสละเวลา สิ่งของ เงินทอง แรงกาย สติปัญญา เพื่อสาธารณประโยชน์ หมายรวมถึง กิจกรรมที่เคยทำมาแล้ว และกำลังจะเข้าร่วมในอนาคต หรือเป็นจิตใจที่มีความสุขเมื่อได้ทำความดี ได้ช่วยเหลือผู้อื่นและสังคมเพื่อให้ผู้อื่นมีความสุขด้วยความสมัครใจและไม่หวังผลตอบแทน การเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นสาธารณประโยชน์ การมีสำนึกของบุคคลที่มีต่อส่วนรวม เอาใจใส่ป้องกันแก้ไขปัญหาสังคม โดยกระทำด้วยความสมัครใจ ไม่ใช่ภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ โดยคุณลักษณะทั่วไปของบุคคลที่มีจิตอาสา มี 3 องค์ประกอบ ดังต่อไปนี้

1. การช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน ได้แก่ การช่วยแนะนำสิ่งที่ถูกที่ควรแก่ผู้อื่น การอำนวยความสะดวกให้กับผู้อื่น การแบ่งปันสิ่งของให้กับผู้อื่น
2. การเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ได้แก่ การสละเงิน แรงกาย เพื่อผู้อื่น และสังคม การสละเวลา และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม
3. ความมุ่งมั่นพัฒนาสิ่งรอบตัวให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น [7]

1.3 ความสำคัญของจิตอาสา [10]

- จิตอาสามุ่งเน้นการให้มากกว่าการรับ ทำให้ได้พบความสุขที่เกิดจากการให้ ซึ่งเป็นความสุขที่มีคุณค่ากว่าความสุขที่เกิดจากการได้รับ
- คนที่มีจิตอาสาชอบเป็นที่รักใคร่ของคนรอบข้างเพราะมองเห็นคุณค่าในความคิดที่มีอยู่มากกว่ามูลค่าของทรัพย์สิน นอกจากนี้ยังเป็นการผูกมิตรแท้ได้อย่างยั่งยืน
- ทำให้สังคมมีการแบ่งปัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ดูแลรักษาสีของสาธารณะ เพื่อการใช้ประโยชน์ร่วมกัน
- ทำให้สังคมน่าอยู่และเป็นสังคมคุณภาพ สามารถพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันได้

1.4 ประโยชน์ของการมีจิตอาสา [10]

- ได้สร้างเกียรติประวัติให้ตนเอง ในการเสียสละเพื่อช่วยเหลือสังคม
- ได้สุขภาพที่ดี ทั้งทางด้านจิตใจและอารมณ์ เกิดความรู้สึกดีที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น
- ส่งต่อความรักให้กับผู้อื่น เห็นการเติบโตจากรุ่นสู่รุ่น โลกจะอยู่ได้ก็เพราะยังมีการส่งต่อเรื่องดีๆ มีน้ำใจระหว่างเพื่อนมนุษย์ด้วยกันอย่างไม่จบสิ้น
- เคารพคนอื่นมากขึ้น หมายถึง การเคารพเพื่อนอาสาสมัครคนอื่นๆ ที่ต้องใช้ชีวิตร่วมกันในการทำงานร่วมกัน
- ได้เจอเพื่อนใหม่ๆ ซึ่งถือเป็นโอกาสดีหากได้ลองเข้าร่วมโครงการจิตอาสาสักครั้ง

- ได้เพิ่มพูนทักษะความรู้ แม้จะไม่มีเงินหรือความรู้ติดตัวมาเลย ก็สามารถพัฒนาตนเองได้จากการลงมือทำงานในด้านต่างๆ

1.5 ปัจจัยที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมจิตอาสา

ปัจจัยที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมจิตอาสาเกิดได้จาก 2 ปัจจัยประกอบเข้าด้วยกัน คือ ปัจจัยภายในตัวบุคคล เช่น การรับรู้ในพฤติกรรมตนเอง การเห็นคุณค่าในพฤติกรรมตนเอง การมีแรงจูงใจที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมจิตอาสา เป็นต้น และปัจจัยภายนอก ได้แก่ การมีต้นแบบทางด้านจิตอาสา ไม่ว่าจะจากครอบครัว เพื่อน สถานศึกษาหรือสถาบันต่างๆ ทางสังคม

- ปัจจัยภายนอก

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะทางสัมพันธภาพของมนุษย์ ภาวะทางสังคมเป็นภาวะที่ลึกซึ้งกว่าภาวะทางกายภาพเพียงอย่างเดียว เป็นภาวะที่ได้รับการอบรมขัดเกลาและสะสมอยู่ในส่วนของการรับรู้ที่ละเอียดที่ละน้อย ทำให้เกิดสำนึกที่มีรูปแบบหลากหลาย ภาวะแวดล้อมทางสังคมนี้เริ่มตั้งแต่พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง บุคคลทั่วไป จนถึงระดับองค์กร วัฒนธรรม ประเพณี ความเชื่อ กฎหมาย ศาสนา รวมทั้งภาวะแวดล้อม

- ปัจจัยภายใน

สำนึกที่เกิดจากปัจจัยภายใน หมายถึง การคิดวิเคราะห์ของแต่ละบุคคลในการพิจารณาตัดสินคุณค่า ความดีงาม ซึ่งส่งผลต่อการปฏิบัติ โดยเฉพาะการปฏิบัติทางจิตใจ เพื่อขัดเกลาตนเองให้เป็นไปในทางใดทางหนึ่ง โดยเกิดจากการรับรู้ การเรียนรู้ การมองเห็น การคิด และนำมาพิจารณาตัดสินใจว่าต้องการสร้างสำนึกแบบใด ก็จะมีการฝึกฝนและสะสมสำนึกเหล่านั้น [7]

2. ความฉลาดทางอารมณ์

2.1 ความหมายและองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ (Emotional Quotient หรือ Emotional Intelligence) คือความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์ มีความสุข มีความสำคัญต่อความสำเร็จและความสุขในชีวิตมนุษย์ [2]

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้มีการพัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย 3 ประการ คือ เก่ง ดี มีสุข

- เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

- ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

- มีสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ [12]

2.2 ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ [13]

2.2.1. การอบรมเลี้ยงดู

การอบรมเลี้ยงดูเป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาการของชีวิตและเป็นกระบวนการที่มนุษย์ทุกคนต้องพบตั้งแต่กำเนิดจนตลอดการมีชีวิต และส่งผลต่อพฤติกรรมของทุกมนุษย์

พฤติกรรมการเรียนรู้ของมนุษย์เกิดจากการสังเกตตัวแบบ (Model) ซึ่งการที่มนุษย์เรียนแบบจากตัวแบบเพียงหนึ่งตัวแบบจากการเลี้ยงดู สามารถรับการถ่ายทอดได้ทั้งความคิดและพฤติกรรมการแสดงออก ดังนั้น บุตรย่อมเห็นแบบอย่างจากผู้เลี้ยงดู และเกิดเป็นความเชื่อที่กลายเป็นทัศนคติ ความคาดหวัง และผลต่อการแสดงพฤติกรรม

รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูสามารถแบ่งออกเป็นหลายรูปแบบ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การอบรมเลี้ยงดูแบบเผด็จการ การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจอย่างมีเหตุผล การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยตามใจ หรือการอบรมเลี้ยงดูแบบยอมตามบุตร และการอบรมเลี้ยงดูแบบให้อิสระอย่างมีขอบเขต

2.2.2 บุคลิกภาพ

บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของบุคคลอันเป็นผลรวมของรูปแบบการคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ซึ่งทำให้บุคคลนั้นมีความแตกต่างจากบุคคลอื่น ซึ่งบุคลิกภาพของบุคคลสามารถแบ่งออกเป็นองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านความไม่หวั่นไหวในอารมณ์ 2) ด้านการแสดงตน 3) ด้านการเปิดกว้าง 4) ด้านความเข้าใจผู้อื่น และ 5) ด้านการมีสติรู้ผิดชอบ

- บุคลิกภาพด้านความไม่หวั่นไหวทางอารมณ์ (Neuroticism) แสดงถึงความสามารถในการปรับอารมณ์และความสามารถในการทนต่อสิ่งที่กระตุ้นภายนอก ที่ทำให้บุคคลเกิดอารมณ์ทางลบ บุคคลที่ปรับตัวและควบคุมความหวั่นไหวได้ดี จะถูกรบกวนจากสิ่งกระตุ้นในสิ่งแวดล้อมได้ยาก บุคลิกภาพด้านนี้ลักษณะนิสัยที่มีความวิตกกังวล ความโกรธ ความท้อแท้ ความประหม่า อาย ความหุนหันพลันแล่น และความอ่อนแอ
- บุคลิกภาพด้านการแสดงตน (Extraversion) เป็นองค์ประกอบทางบุคลิกภาพที่สามารถทำนายถึงพฤติกรรมทางสังคมของบุคคลที่จะแสดงถึงปริมาณความสัมพันธ์ที่มีกับคนอื่นและความสามารถในการปรับตัวทางสังคม ถ้าเป็นคนแบบแสดงตัวจะชอบสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นและใช้เวลาอยู่กับคนอื่นมาก แต่ถ้าเป็นคนที่ไม่ชอบแสดงตัวก็จะมีการสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่นน้อยและใช้เวลาอยู่กับผู้อื่นน้อย ชอบอยู่กับตัวเองมากกว่า บุคลิกภาพด้านนี้จะมี

- อำนาจการให้รางวัล เป็นอำนาจที่ผู้บริหารสามารถให้รางวัลตอบแทนผลการปฏิบัติงานของครู เช่นโอกาสการเลื่อนขั้น เลื่อนตำแหน่ง ส่งเสริมและสนับสนุนให้ก้าวหน้า รวมถึงการยกย่องสรรเสริญและชมเชยเพื่อเป็นกำลังใจ ให้รางวัลผู้ที่ มีผลการปฏิบัติงานดีเด่นในโอกาสต่างๆ เพื่อสร้างแรงจูงใจให้คงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่พึงประสงค์
- อำนาจการบังคับ เป็นอำนาจที่ผู้บริหารใช้อำนาจหน้าที่ต่อบุคลากรด้วยการลงโทษ สำหรับพฤติกรรมของบุคลากรที่ทำผิดกฎระเบียบ และการขู่บังคับให้ปฏิบัติซึ่งถ้าไม่ปฏิบัติจะมีการลงโทษทางวินัยตามอำนาจของผู้บริหารเช่น ตักเตือนตักหนิครูที่บกพร่อง ละเลยต่อหน้าที่ ไม่ปฏิบัติงานตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย นิเทศติดตามประเมินผลการปฏิบัติงานของครูสม่ำเสมอ และมีการลงโทษครูที่ทำความผิดอย่างเหมาะสมโดยไม่เลือกปฏิบัติ
- อำนาจตามกฎหมาย เป็นอำนาจที่เกิดจากการมีกฎหมายรองรับ ในตำแหน่งหน้าที่ของผู้บริหาร ซึ่งผู้ใช้อำนาจมีสิทธิอำนาจอันชอบธรรม ซึ่งเกิดจากตำแหน่งหน้าที่ผู้ใช้ อำนาจดำรงอยู่และมีอำนาจตามตำแหน่ง ซึ่งผู้บริหารจะดำเนินการสั่งงานเป็นไปตามขั้นตอนระบบงาน การปฏิบัติงานของบุคลากรเป็นไปตามระเบียบและกฎเกณฑ์ที่กฎหมายระบุไว้
- อำนาจอ้างอิงเป็นอำนาจที่ผู้บริหารมีบุคลิกภาพ หรือลักษณะท่าทางที่น่าประทับใจ เป็นอำนาจที่เกิดจากคุณลักษณะของผู้บริหารที่ ผู้ใต้บังคับบัญชายึดถือเอาเป็นแบบอย่าง เช่น การพูด การแต่งกาย มีพฤติกรรมทางการบริหารที่แสดงถึงคุณธรรม และมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สามารถทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชามีความรู้สึกรับซึ่ง ศรัทธา เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เป็นพวกเดียวกับผู้บริหาร มีความภูมิใจในตัวผู้บริหาร
- อำนาจความเชี่ยวชาญ เป็นอำนาจที่เกิดจากผู้ที่มีความรู้ คุณวุฒิและความเชี่ยวชาญ เป็นอำนาจที่เกิดจากการเรียนรู้ การศึกษา การอบรมและประสบการณ์ในการทำงาน ความสามารถเฉพาะตัวบุคคล โดยไม่จำเป็นต้องมีตำแหน่งหน้าที่ และสามารถช่วยเหลือให้คำแนะนำ สามารถแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นแหล่งความรู้ที่หน้าเชื่อถือซึ่งเกิดจากความสามารถ ประสบการณ์ของตัวบุคคล

2.2.4 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นความปรารถนาที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เป็นแรงผลักดัน แรงขับที่ต้องการได้รับชัยชนะ พยายามแข่งขันกับมาตรฐานของความเป็นเลิศ แข่งขันกับผู้อื่น โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และหาวิธีแก้ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตนตั้งความหวังไว้

ทฤษฎีพื้นฐานของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

- 1) ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ Atkinson (1964) ได้เสนอทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยเชื่อว่า การที่บุคคลจะได้รับการกระตุ้นให้ทำกิจกรรมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 3 ประการ
 - 1.1) สิ่งโน้มน้าวจิตใจเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จ คือต้องมีค่าของสิ่งล่อใจให้ทำสิ่งที่สำเร็จตามเป้าหมาย
 - 1.2) สิ่งโน้มน้าวจิตใจเพื่อหลีกเลี่ยงความล้มเหลว คือค่าเฉลี่ยของสิ่งล่อใจเป็นเป้าหมายของความล้มเหลว
 - 1.3) สิ่งยับยั้งภายนอกที่ทำให้บุคคลอยากทำกิจกรรมหรือไม่
- 2) ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ McClelland (1961) ศึกษางานวิจัยโดยนำแนวคิดของ Atkinson มาศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับแรงจูงใจพบว่า การแสดงพฤติกรรมของบุคคลขึ้นอยู่กับพลังความเชื่อ้นำไปสู่เป้าหมายความสำเร็จ โดยแรงจูงใจของบุคคลมี 3 ประการ
 - 2.1) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Need for Achievement) เป็นความมุ่งหวังที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จ โดยการแข่งขันกับมาตรฐานที่ดีที่สุด และมีความสุขเมื่อสิ่งที่ทำบรรลุเป้าหมาย
 - 2.2) แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ (Need for Affiliation) เป็นความรู้สึกที่ต้องการเป็นที่ยอมรับของคนในสังคม อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้
 - 2.3) แรงจูงใจใฝ่อำนาจ (Need for Power) เป็นผู้ที่มีความต้องการเป็นผู้นำที่มีอิทธิพลเหนือกว่าบุคคลอื่นและสามารถชักจูงชี้ผิดให้กับบุคคลอื่นทำให้ตนเองมีความรู้สึกภูมิใจ
- 3) ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ Spence and Helmreich (1983) ได้เสนอว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ออกเป็น 3 มิติ
 - 3.1) ความพึงพอใจในงาน เป็นบุคคลที่มีความรักในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ และลงมือปฏิบัติอย่างเต็มความสามารถแม้เพื่อนร่วมงานจะไม่ชื่นชอบ
 - 3.2) ความต้องการทำงานให้เสร็จสมบูรณ์ เป็นผู้ที่ชอบงานท้าทายความสามารถ มีความมุ่งมั่นและมีความภูมิใจ เมื่องานที่ทำนั้นมีความสำเร็จ เนื่องจากมุ่งมั่นทำงานเต็มความสามารถโดยใช้ความรู้
 - 3.3) ความต้องการ การแข่งขัน เป็นผู้ที่ชอบเปรียบเทียบงานของตนเองกับผู้อื่น เพื่อสร้างสรรค์ผลงาน ให้ดีที่สุด ชอบการแข่งขัน และจะมีความกังวลเมื่อผลงานของตนเองด้อยกว่าผู้อื่น

2.3 ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ [14]

- จะทำให้ตัวเราอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้ดี มีความสุข และประสบความสำเร็จในชีวิต
- จะทำให้เป็นคนดี รู้จักอารมณ์ มีน้ำใจ รู้ว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด
- จะทำให้เป็นคนเก่ง กระตือรือร้น สนใจใฝ่รู้ ปรับตัวได้ดี กล้าพูด กล้าแสดงออก
- จะทำให้มีความสุข มีความพอใจ อบอุ่นใจ ราเริง สนุกสนาน

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อรเพ็ญ และคณะ (2560) ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 260 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 95.5-100 มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติถึงระดับสูง นักศึกษาชั้นปีต่างกันและเกรดเฉลี่ยสะสมต่างกัน มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน แต่นักศึกษาที่มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรม มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งสูงกว่านักศึกษาที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรม [5]

Suleman et al. (2020) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับความฉลาดทางอารมณ์และความพึงพอใจในการปฏิบัติงาน กลุ่มตัวอย่างคือผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมในปากีสถาน จำนวน 402 พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจในการปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ [6]

ธิดาชนก วงศ์พิทักษ์ (2556) ศึกษาปัจจัยจิตสังคมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 จำนวน 400 คน พบว่า นิสิตมีพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ในระดับสูง โดยการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจอาสา การมีต้นแบบด้านจิตอาสาและการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมจิตอาสาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ [7]

ชลธิชา และคณะ (2563) ศึกษาระดับของพฤติกรรมจิตอาสา และปัจจัยทำนายพฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี จำนวน 210 คน พบว่า พฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษาพยาบาลอยู่ในระดับสูง และการสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถของตน และเจตคติต่อจิตอาสา สามารถรวมกันทำนายพฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษาพยาบาลได้ [8]

ชนัญชิตา ทิพย์ญาณ (2564) ศึกษาปัจจัยการขัดเกลาสังคมที่เสริมสร้างพฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี สัมภาษณ์เชิงลึกและสนทนากลุ่มตัวแทนนักศึกษาองค์การนักศึกษา 30 คน พบว่า ปัจจัยการขัดเกลาสังคมที่เสริมสร้างพฤติกรรมจิตอาสา ได้แก่ กระบวนการเรียนรู้ทางสังคมที่บุคคลในสังคม ได้รับการอบรมสั่งสอน และถ่ายทอดปลูกฝังวัฒนธรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม ได้แก่ 1) สถาบันครอบครัว 2) สถาบันการศึกษา 3) กลุ่มเพื่อน 4) สถาบันสื่อสารมวลชน และ 5) สถาบันศาสนา ผ่านกระบวนการคือ การอบรม/สั่งสอนด้วยวาจา การเป็นแบบอย่าง การลงโทษ การสร้างแรงจูงใจด้วยการให้รางวัล สร้างกฎเกณฑ์ ข้อตกลงร่วมกัน และการให้เรียนรู้ด้วยตนเอง [9]

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional study) ผู้เข้าร่วมการศึกษาคือนิสิตระดับปริญญาตรีทั้งเพศชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ ณ มหาวิทยาลัยพะเยา ในปีการศึกษา 2565 เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามออนไลน์ (Google form)

ประชากรเป้าหมาย

นักศึกษาระดับปริญญาตรี เพศชายและหญิง ที่มีสถานะกำลังศึกษาในปีการศึกษา 2565 ณ มหาวิทยาลัยพะเยา อ.เมือง จ.พะเยา มีจำนวนทั้งหมด 15,996 คน (อ้างอิงข้อมูลจากกองบริการการศึกษา [15] มหาวิทยาลัยพะเยา ณ วันที่ 23 ตุลาคม 2565)

กลุ่มตัวอย่าง

นิสิตระดับปริญญาตรี เพศชายและหญิง กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2565 ณ มหาวิทยาลัยพะเยา อ.เมือง จ.พะเยา จำนวน 470 คน โดยมีที่มาดังนี้

นักศึกษาระดับปริญญาตรี เพศชายและหญิง ที่มีสถานะกำลังศึกษาในปีการศึกษา 2565 ณ มหาวิทยาลัยพะเยา อ.เมือง จ.พะเยา มีจำนวนทั้งหมด 15,996 คน (อ้างอิงข้อมูลจากกองบริการการศึกษา [15] มหาวิทยาลัยพะเยา ณ วันที่ 23 ตุลาคม 2565)

สูตรของ Taro Yamane (1967) [16] คือ $n = N / 1 + Ne^2$ เมื่อ

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้

N = จำนวนประชากรที่ทราบค่า

e = ความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่าง (ค่าความเชื่อมั่น 95%)

ดังนั้น

$$\begin{aligned}n &= 15,996 / 1 + [15,996 \times (0.05)^2] \\ &= 390.24 \\ &= 391 \text{ คน}\end{aligned}$$

ขนาดของตัวอย่างที่คำนวณได้เท่ากับ 391 คน และเพื่อป้องกันความผิดพลาดจากการตอบแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยจึงสำรวจกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 20 ซึ่งเท่ากับ 78.20 คน (หรือ 79 คน) โดยจะมีขนาดกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสิ้น 470 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified sampling) โดยพิจารณาครอบคลุมทั้ง 18 คณะ ที่เปิดสอนนักศึกษาระดับปริญญาตรีในปี

การศึกษา 2565 ครอบคลุมทั้ง 3 กลุ่มวิชาในหลักสูตรระดับปริญญาตรี: วิทยาศาสตร์สุขภาพ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และสังคมศาสตร์

พิจารณาจำนวนกลุ่มตัวอย่างจากทุกคณะ จำนวนที่เท่ากันคือ คน 470/18 เท่ากับ 26.11 คน (นิติตคณะละ 26-27 คน) ในการเก็บข้อมูลจะใช้วิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental sampling) เพื่อให้ได้อาสาสมัครของแต่ละคณะครบตามจำนวน

การคัดเลือกอาสาสมัคร

เกณฑ์การคัดเลือกเข้า

- นิสิตระดับปริญญาตรีทั้งเพศชายและหญิง
- มีสถานะกำลังศึกษา ปีการศึกษา 2565 ใน 18 คณะของมหาวิทยาลัยพะเยา

เกณฑ์การคัดออก

- อาสาสมัครตอบแบบสอบถามทั้งส่วนที่ 1-3 ไม่ครบถ้วนสมบูรณ์

เกณฑ์การถอนอาสาสมัครออกจากงานวิจัย

- อาสาสมัครมีความประสงค์ขอลงตัวออกจากงานวิจัย

เกณฑ์การยุติการเข้าร่วมโครงการวิจัย

- อาสาสมัครมีความประสงค์ขอยุติการตอบแบบสอบถาม
- โครงการวิจัยจะยุติเมื่อมีอาสาสมัครไม่ถึง 50% หากการวิจัยดำเนินการไปแล้วเกินครึ่งทาง

เครื่องมือวิจัย

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามออนไลน์ในรูปแบบ google form ซึ่งเนื้อหาประกอบด้วย

- ส่วนที่ 1 สอบถามข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัคร ได้แก่ อายุ เพศ ชั้นปี คณะ สถานะการเป็นผู้นำ นิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต และประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา ดังภาคผนวก ก
- ส่วนที่ 2 สสำรวจระดับพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตมหาวิทยาลัยพะเยา ด้วยแบบวัดพฤติกรรมจิตอาสา จำนวน 20 ข้อ [8] ดังภาคผนวก ข
- ส่วนที่ 3 สสำรวจระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยพะเยา ด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุระหว่าง 18-60 ปี ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 52 ข้อ [17] ดังภาคผนวก ค

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

- ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลวางแผนการทำวิจัย
- ขอพิจารณาการรับรองการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการการวิจัยในมนุษย์ ซึ่งได้รับการรับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์เมื่อวันที่ 23 เมษายน 2566
- ขออนุญาตใช้ Questionnaire แบบวัดพฤติกรรมจิตอาสาจากนักวิจัยผู้คิดค้น เมื่อได้รับการตอบรับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรแล้ว จึงดำเนินการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย
- ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย โดยหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามส่วนที่ 2 และส่วนที่ 3 ในกลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก จำนวน 30 คน ซึ่งพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha coefficient) โดยพบว่าแบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.73 และ 0.71 ซึ่งมีความมากกว่า 0.70 แสดงถึงแบบสอบถามทั้ง 2 ส่วน มีความน่าเชื่อถือและสามารถนำไปศึกษากับกลุ่มตัวอย่างจริงได้ [18]
- จัดเตรียมแบบสอบถามเพื่อเก็บข้อมูลในรูปแบบ google form
- ประชาสัมพันธ์เชิญชวนอาสาสมัครเข้าร่วมการวิจัยผ่านช่องทาง Social media ของกองกิจการนิสิต
- อธิบายวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการทำแบบสอบถามแก่ผู้ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การศึกษาอาสาสมัครลงชื่อยินยอมเข้าร่วมการศึกษาและตอบแบบสอบถาม โดยเก็บรวบรวมข้อมูลการสำรวจ ในการเก็บข้อมูลจะใช้วิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (accidental sampling) เพื่อให้ได้อาสาสมัครของแต่ละคณะครบตามจำนวน
- ตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลในแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนมาจากนั้นจึงทำการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม Statistical Package for the Social Science (SPSS) version 26 โดยใช้ Descriptive statistics เพื่อแสดงข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัครและข้อมูลระดับพฤติกรรมจิตอาสาและความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง และหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามหรือความสอดคล้องภายใน (Internal consistency) โดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ซึ่งกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

บทที่ 4 ผลการศึกษา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 470 คน อายุระหว่าง 18–22 ปี มีอายุเฉลี่ย 19.62 ± 0.84 ปี ประกอบด้วยนิสิตเพศชาย จำนวน 205 คน และนิสิตเพศหญิง จำนวน 265 คน เป็นนิสิตที่กำลังศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 203 คน กำลังศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 119 คน กำลังศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 138 คน และกำลังศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 10 คน โดยศึกษาในระดับปริญญาตรีของคณะแพทยศาสตร์ ทันตแพทยศาสตร์ เภสัชศาสตร์ สหเวชศาสตร์ พยาบาลศาสตร์ สาธารณสุขศาสตร์ วิศวกรรมศาสตร์ เกษตรศาสตร์และทรัพยากรธรรมชาติ พลังงาน และสิ่งแวดล้อม เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร บริหารธุรกิจและนิเทศศาสตร์ รัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ นิติศาสตร์ สถาปัตยกรรมศาสตร์และศิลปกรรมศาสตร์ ศิลปะศาสตร์ และวิทยาลัยการศึกษา จำนวนคณะวิชาละ 26 คน และศึกษาในระดับปริญญาตรีของคณะวิทยาศาสตร์การแพทย์ และคณะวิทยาศาสตร์ จำนวนคณะวิชาละ 27 คน

พิจารณาสถานะของการเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต พบว่า ปัจจุบันเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต จำนวน 21 คน ผู้ที่เคยเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต จำนวน 25 คน และผู้ที่ไม่เคยเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต จำนวน 424 คน

พิจารณาประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา พบว่า มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดย UPSR มหาวิทยาลัย จำนวน 146 คน ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดย UPSR มหาวิทยาลัย จำนวน 17 คน มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดยคณะ จำนวน 66 คน ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดยคณะ จำนวน 22 คน มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาทั้งที่จัดโดย UPSR และที่จัดโดยคณะ จำนวน 219 คน และไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาทั้งที่จัดโดย UPSR และที่จัดโดยคณะ จำนวน 0 คน แลดูดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 470)

รายการ	จำนวน (ร้อยละ)
อายุ (ปี)	19.62±0.84
Min – Max (ปี)	18– 23
เพศ: ชาย/หญิง (คน)	205/265 (43.6%/ 56.4%)
ชั้นปี	
- นิสิตที่กำลังศึกษาชั้นปีที่ 1	203 (5.20%)
- นิสิตที่กำลังศึกษาชั้นปีที่ 2	119 (5.20%)
- นิสิตที่กำลังศึกษาชั้นปีที่ 3	138 (5.20%)
- นิสิตที่กำลังศึกษาชั้นปีที่ 4	10 (5.20%)
คณะวิชา	
- แพทยศาสตร์	26 (5.20%)
- ทันตแพทยศาสตร์	26 (5.20%)
- เภสัชศาสตร์	26 (5.20%)
- สหเวชศาสตร์	26 (5.20%)
- พยาบาลศาสตร์	26 (5.20%)
- สาธารณสุขศาสตร์	26 (5.20%)
- วิทยาศาสตร์การแพทย์	27 (5.40%)
- วิทยาศาสตร์	27 (5.40%)
- วิศวกรรมศาสตร์	26 (5.20%)
- เกษตรศาสตร์และทรัพยากรธรรมชาติ	26 (5.20%)
- พลังงานและสิ่งแวดล้อม	26 (5.20%)
- เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร	26 (5.20%)
- บริหารธุรกิจและนิเทศศาสตร์	26 (5.20%)
- รัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์	26 (5.20%)
- นิติศาสตร์	26 (5.20%)
- สถาปัตยกรรมศาสตร์และศิลปกรรมศาสตร์	26 (5.20%)
- ศิลปศาสตร์	26 (5.20%)
- วิทยาลัยการศึกษา	26 (5.20%)

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 470) (ต่อ)

รายการ	จำนวน (ร้อยละ)
สถานะการเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต	
- ปัจจุบันเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต	21 (4.5%)
- เคยเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต	25 (5.3%)
- ไม่เคยเป็นผู้นำนิสิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโมรนิสิต	424 (90.2%)
ประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา	
- มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดย UPSR มหาวิทยาลัย	146 (31.1%)
- ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดย UPSR มหาวิทยาลัย	17 (3.6%)
- มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดยคณะ	66 (14.0%)
- ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดยคณะ	22 (4.7%)
- มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาทั้งที่จัดโดย UPSR และที่จัดโดยคณะ	219 (46.6%)
- ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาทั้งที่จัดโดย UPSR และที่จัดโดยคณะ	0 (0.0%)

หมายเหตุ อายุ แสดงข้อมูลในรูปแบบ Mean \pm SD ซึ่ง Mean แสดงถึงค่าเฉลี่ย; SD ย่อมาจาก Standard deviation แสดงถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมจิตอาสาของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 470 คน แสดงดังตารางที่ 2 ซึ่งพบว่า

1. พฤติกรรมจิตอาสาด้านการช่วยเหลือผู้อื่น (ข้อ 1-7) มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ระหว่าง 3.72 ± 0.85 ถึง 4.97 ± 0.16 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์สูงถึงสูงมาก
2. พฤติกรรมจิตอาสาด้านการเสียสละต่อสังคม (ข้อ 8-14) มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ระหว่าง 3.84 ± 0.84 ถึง 4.08 ± 0.88 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์สูง
3. พฤติกรรมจิตอาสาด้านการมุ่งมั่นพัฒนา (ข้อ 15-20)
 - ข้อ 15 มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจิตอาสาเท่ากับ 1.00 ± 0.00 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์น้อยที่สุด
 - ข้อ 16-20 มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ระหว่าง 3.65 ± 0.80 ถึง 3.87 ± 0.82 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์สูง

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจิตอาสาของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 470)

พฤติกรรมจิตอาสา	คะแนน Mean ± SD	แปลผล
ด้านการช่วยเหลือผู้อื่น		
1. เมื่อเห็นอาจารย์ หรือเพื่อนถือของลงมือ ฉันจะอาสาเขาไปช่วยเหลือ	4.93±0.26	สูงมาก
2. เมื่อเพื่อนไม่ได้นำอุปกรณ์การเรียนมา ฉันจะแบ่งปันอุปกรณ์การเรียนให้เพื่อน	4.97±0.16	สูงมาก
3. เมื่อเพื่อนมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ฉันจะอาสาให้คำแนะนำแก่เพื่อน	4.19±0.64	สูง
4. ฉันบริจาคสิ่งของเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นและสังคมเสมอ	3.72±0.85	สูง
5. ฉันช่วยเหลือครู เพื่อน หรือผู้อื่น แม้ไม่ได้ถูกร้องขอให้ช่วย	4.04±0.84	สูง
6. ฉันให้คำแนะนำแก่เพื่อนที่ปฏิบัติผิดระเบียบของคณะ	3.79±0.85	สูง
7. ฉันมักจะให้กำลังใจ คำแนะนำเมื่อเพื่อนกำลังมีความทุกข์ หรือประสบปัญหา	3.86±0.84	สูง
ด้านการเสียสละต่อสังคม		
8. ฉันช่วยเก็บขยะและทำความสะอาดบริเวณชั้นเรียน และบริเวณคณะ	3.84±0.84	สูง
9. ฉันยินดีช่วยเหลือ และทำประโยชน์เพื่อสังคม เมื่อมีโอกาส	4.08±0.88	สูง
10. ฉันทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมโดยที่ไม่ต้องมีใครร้องขอ	3.91±0.86	สูง
11. ฉันสละเวลาให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษาเพื่อนที่ต้องการความช่วยเหลือเสมอ	3.91±0.85	สูง
12. ฉันยินดีสละโอกาสที่ดีให้กับผู้ที่ขาดแคลนหรือผู้ที่จำเป็น	3.96±0.85	สูง
13. ฉันเคยบริจาคสิ่งของและเงินเพื่อคนที่ขาดแคลนและด้อยโอกาส	3.91±0.88	สูง
14. ฉันใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการเข้าร่วมกิจกรรม / โครงการต่างๆ ที่เกี่ยวกับการช่วยเหลือสังคมที่คณะ และมหาวิทยาลัยจัดขึ้น	4.03±0.89	สูง

หมายเหตุ Mean แสดงถึงค่าเฉลี่ย; SD ย่อมาจาก Standard deviation แสดงถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมจิตอาสาของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 470) (ต่อ)

พฤติกรรมจิตอาสา	คะแนน Mean ± SD	แปลผล
ด้านการมุ่งมั่นพัฒนา		
15. ฉันสนใจเฉพาะเรื่องราวของตนและคนในครอบครัวเท่านั้น	1.00±0.00	น้อยที่สุด
16. ฉันมักจะพูดโน้มน้าวให้เพื่อนทำงานเพื่อส่วนรวม	3.87±0.82	สูง
17. ฉันรณรงค์ให้เพื่อน และผู้อื่นทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมเสมอ	3.81±0.82	สูง
18. ฉันเชิญชวนให้เพื่อน ๆ คิดกิจกรรมหรือแนวทางที่เสริมสร้างให้เพื่อนมีจิตสำนึกที่ดีต่อส่วนรวม	3.76±0.81	สูง
19. ฉันช่วยคิดหาแนวทางที่เหมาะสมเพื่อช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหา	3.65±0.80	สูง
20. ฉันเชิญชวนเพื่อน พี่น้อง เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาสังคมเสมอ	3.75±0.80	สูง

หมายเหตุ Mean แสดงถึงค่าเฉลี่ย; SD ย่อมาจาก Standard deviation แสดงถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์ความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 470 คน แสดงดังตารางที่ 3 ซึ่งพบว่า

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ได้แก่

1. ควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 15.52±1.63 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ
2. เห็นใจผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 18.52±1.38 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ
3. รับผิดชอบ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 19.30±2.02 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ได้แก่

1. มีแรงจูงใจ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 16.84±2.24 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ
2. ตัดสินใจและแก้ปัญหา มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 16.30±2.53 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ
3. สัมพันธภาพ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 16.84±2.25 คะแนน แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข ได้แก่

1. ภูมิใจตนเอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 11.52 ± 1.72 คะแนน
แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ
2. พอใจชีวิต มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 17.39 ± 2.56 คะแนน
แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ
3. สุขสงบทางใจ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 19.30 ± 2.02 คะแนน
แปลผลอยู่ในเกณฑ์ปกติ

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 470)

ความฉลาดทางอารมณ์		คะแนน Mean \pm SD	แปลผล
ด้านดี			
ควบคุมตนเอง			
1	เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน	15.52 \pm 1.63	ปกติ
2	ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ		
3	เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้		
4	ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ		
5	ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย		
6	เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้		
เห็นใจผู้อื่น			
7	ฉันสังเกตได้เมื่อคนใกล้ตัวมีอาการเปลี่ยนแปลง	18.52 \pm 1.38	ปกติ
8	ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก		
9	ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด		
10	ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน		
11	ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป		
12	แม้จะมีภารกิจที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ		

รับผิดชอบ			
13	เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส	19.30±2.02	ปกติ
14	ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน		
15	เมื่อทำผิด ฉันสามารถกล่าวคำ “ขอโทษ” ผู้อื่นได้		
16	ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก		
17	ถึงแม้จะต้องเสียผลประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม		
18	ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น		
दानเกง			
มีแรงจูงใจ			
19	ฉันไม่รู้ว่ฉันเก่งเรื่องอะไร	16.84±2.24	ปกติ
20	แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้		
21	เมื่อทำสิ่งใดก็ไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ		
22	ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ		
23	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้		
24	เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ		
ตัดสินใจและแก้ปัญหา			
25	ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดหาเองตามใจชอบ	16.30±2.53	ปกติ
26	บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่ทำอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข		
27	ฉันรู้สึกว่า การตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน		
28	เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่จะทำอะไรก่อนหลัง		
29	ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย		
30	ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน		
สัมพันธ์ภาพ			
31	ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย	16.54±1.99	ปกติ
32	ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน		
33	ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้		
34	ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน		

35	เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ		
36	เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้		
ด้านสุข			
ภูมิใจตนเอง			
37	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น	11.52±1.72	ปกติ
38	ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด		
39	ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด		
40	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก		
พอใจชีวิต			
41	แมสถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น	17.39±2.56	ปกติ
42	ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ		
43	เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องพอนคลายหรือสนุกสนานได้		
44	ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุดพักผ่อน		
45	ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน		
46	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่		
สุขสงบทางใจ			
47	ฉันไม่รู้ว่าจะหาอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย	16.84±2.25	ปกติ
48	เมื่อวางแวนจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ		
49	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีพอนคลายอารมณ์ได้		
50	ฉันสามารถพอนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่		
51	ฉันไม่สามารถทำใจเป็นสุขได้มากกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ		
52	ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ		

หมายเหตุ Mean แสดงถึงค่าเฉลี่ย; SD ย่อมาจาก Standard deviation แสดงถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

บทที่ 5

อภิปรายและสรุปผลการวิจัย

การศึกษาคั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมจิตอาสา และระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามออนไลน์ ในช่วงปีการศึกษา 2565 ซึ่งมีนิสิตระดับปริญญาตรีตอบแบบสอบถามจำนวน 470 คน จาก 18 คณะวิชา อายุเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถาม 19.62 ± 0.84 ปี ประกอบด้วยเพศชาย จำนวน 205 คน และเพศหญิง จำนวน 265 คน เป็นนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 จำนวน 203 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 119 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 138 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 10 คน ผลการศึกษพบว่า นิสิตมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมจิตอาสาด้านการช่วยเหลือผู้อื่น ด้านการเสียสละต่อสังคม อยู่ในระดับสูง และด้านการมุ่งมั่นพัฒนาอยู่ในระดับสูง นอกจากนี้ พบว่านิสิตมีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี เก่งและสุขอยู่ในช่วงปกติ

จากผลการศึกษพบว่า นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาเป็นผู้มีพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ในระดับสูงทั้งด้านการช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละต่อสังคมและการมุ่งมั่นพัฒนา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของ ธิดาชนก วงศ์พิทักษ์ (2556) ที่ศึกษาปัจจัยจิตสังคมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 จำนวน 400 คน พบว่า นิสิตมีพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ในระดับสูง [7] และสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของ ชลธิชา และคณะ (2563) ที่ศึกษาระดับของพฤติกรรมจิตอาสา และปัจจัยทำนายพฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี จำนวน 210 คน พบว่า พฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษาพยาบาลอยู่ในระดับสูง [8]

นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาเป็นผู้มีพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ในระดับสูงทั้งด้านการช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละต่อสังคมและการมุ่งมั่นพัฒนา อธิบายได้ว่าเนื่องด้วยในช่วงปีการศึกษา 2565 ที่ผ่านมาสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) เริ่มคลี่คลาย จึงทำให้หน่วยงานต่างๆ รวมถึงคณะวิชาต่างๆ ในมหาวิทยาลัยพะเยาสามารถจัดกิจกรรมในรูปแบบ On-Site ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านกิจกรรมพัฒนานิสิต ซึ่งศูนย์ UPSR ได้รับมอบนโยบายจากมหาวิทยาลัยพะเยาให้ปฏิบัติงานที่มุ่งเน้นกิจกรรมเพื่อพัฒนานิสิตให้มีคุณธรรมจริยธรรม “ใจอาสา” และเพื่อส่งเสริมอัตลักษณ์บัณฑิต ม.พะเยา “ด้านบุคลิกภาพ” ผลการดำเนินกิจกรรมตลอดทั้งปีการศึกษา 2565 ที่ผ่านมา สังเกตพบว่านิสิตที่เข้าร่วมกิจกรรมประมาณร้อยละ 50 เป็นนิสิตกองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.) ที่จะต้องเก็บชั่วโมงจิตอาสาภาคการศึกษาละ 18 ชั่วโมง และต้องส่งสมุดบันทึกชั่วโมงจิตอาสาให้เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องตรวจทุกภาคการศึกษา แม้จะเป็นเงื่อนไขที่จำเป็น แต่การที่กองทุนได้กำหนดคุณสมบัติให้ผู้ที่ต้องทำกิจกรรมจิตสาธารณะที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ถือเป็นประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมที่ช่วยเสริมสร้างความเป็นพลเมืองดีที่มีจิตสาธารณะแก่นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยา นอกจากนี้ ในรายวิชาศึกษาทั่วไปของมหาวิทยาลัยพะเยาได้มี

การบูรณาการกิจกรรมการเรียนรู้กับงานด้านจิตอาสา ตลอดจนวัตถุประสงค์ของรายวิชาต่างๆ ของ คณะวิชาต่างๆ ที่มุ่งเน้นให้นิสิตนำความรู้ไปใช้ประโยชน์แก่ชุมชนและมีการบูรณาการกิจกรรมการเรียนรู้สู่ชุมชนเช่นกัน ดังปณิธานของมหาวิทยาลัยพะเยาที่ว่า ปัญญาเพื่อความแข็งแกร่งของชุมชน สิ่งเหล่านี้อาจส่งผลทำให้พบว่า นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาเป็นผู้มีพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ในระดับสูงทั้งด้านการช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละต่อสังคมและการมุ่งมั่นพัฒนา

นอกจากนี้ จากผลการศึกษายังพบว่า พบว่านิสิตมีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ ด้านดี เก่งและสุขอยู่ในช่วงปกติทั้ง 3 องค์ประกอบ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของ อรเพ็ญ และคณะ (2560) ที่ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 มหาวิทยาลัย เอกชนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 260 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 95.5-100 มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติถึงระดับสูง และการศึกษาดังกล่าว ยังชี้ให้เห็นว่านิสิตที่เข้าร่วม กิจกรรมมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งสูงกว่านิสิตที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรม [5] ดังนั้น อาจเป็นไปได้ว่า การเข้าร่วมกิจกรรมด้านจิตอาสาของนิสิตอาจมีส่วนช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ [13] ซึ่งในช่วง ปีการศึกษา 2565 ที่ผ่านมา เห็นได้ว่าสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ผ่อนคลายลง จึงทำให้หน่วยงานต่างๆ ในมหาวิทยาลัยพะเยาสามารถจัดกิจกรรมในรูปแบบ On-Site ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพและมีกิจกรรมหลากหลายเกิดขึ้นต่อเนื่องตลอดทั้งปีการศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมด้านจิตอาสาที่จัดโดยศูนย์ UPSR ที่มีหลากหลายรูปแบบ และจัดต่อเนื่องตลอดทั้งปี การศึกษา 2565 จึงส่งผลทำให้นิสิตได้รับโอกาสและมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญ ประโยชน์ต่างๆ จำนวนมาก เช่น กิจกรรมจิตอาสา “รักษาสีแกวดล้อม” เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร กิจกรรมจิตอาสา พายเรือเก็บขยะ ณ กว๊านพะเยา กิจกรรมจิตอาสา เตรียมงาน “ดนตรีในสวน: H.M. Song อว.บรรเลง เพลงของพ่อ” กิจกรรมจิตอาสาพัฒนาพื้นที่ที่พื้นนอกประสงค์ ศูนย์การเรียนรู้ตำรวจตระเวนชายแดน อินทรีอาสา ณ บ้านห้วยปู้ม อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา กิจกรรมจิตอาสาเราทำความดีด้วยหัวใจ กิจกรรมจิตอาสาเตรียมงานประเพณีหกกะปิ สร้างน้ำและห่มผ้าพระธาตุจอมทอง จังหวัดพะเยา และ กิจกรรมบริจาคโลหิตเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ซึ่งกิจกรรมนี้ถูกจัดขึ้นอย่างเป็นทางการเป็นประจำต่อเนื่อง เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์นั้นขึ้นกับการอบรมเลี้ยงดูร่วมด้วย [13] จึงอาจ เป็นเหตุผลที่ทำให้ผลการศึกษานิสิตมีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ไม่ได้อยู่ใน ระดับสูง แต่อยู่ในช่วงปกติทั้ง 3 องค์ประกอบคือด้านดี เก่งและสุข

สรุปได้ว่า นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาเป็นผู้มีพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ในระดับสูงทั้งด้านการช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละต่อสังคมและการมุ่งมั่นพัฒนา นอกจากนี้ พบว่านิสิตมหาวิทยาลัยพะเยา เป็นผู้มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี เก่ง สุข อยู่ในช่วงปกติ กล่าวคือ เป็นผู้ที่มีความสามารถควบคุม อารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม รู้จักตัวเอง มี แรงจูงใจ มีความสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมี

สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และมีความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ในปีการศึกษา 2565 ที่ผ่านมา มหาวิทยาลัยตลอดจนหน่วยงานต่างๆ รวมถึงคณะวิชาต่างๆ ได้มีส่วนร่วมช่วยสนับสนุนการจัดกิจกรรมด้านจิตอาสา และการบำเพ็ญประโยชน์อย่างต่อเนื่องตลอดทั้งปีการศึกษา ซึ่งอาจเป็นการส่งเสริมให้นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาเป็นผู้มีพฤติกรรมจิตอาสาอยู่ในระดับสูง และเป็นผู้มีความฉลาดทางอารมณ์ครบทั้ง 3 ด้าน อย่างไรก็ตาม มหาวิทยาลัยควรส่งเสริมสนับสนุนกิจกรรมนิสิตอย่างต่อเนื่องเพื่อพัฒนาพฤติกรรมจิตอาสาและความฉลาดทางอารมณ์ได้อย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้างต่อไป

1. ในการศึกษาครั้งต่อไปควรเพิ่มการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยเทคนิคการสนทนากลุ่ม (Focus Group) โดยอาจจัดให้มีกลุ่มสนทนาประมาณ 10-15 คน
2. ในการศึกษาครั้งต่อไปควรกระจายจำนวนนิสิตแต่ละชั้นปีให้มีจำนวนที่ใกล้เคียงกัน



เอกสารอ้างอิง

1. Harvard Business School Online. Why emotional intelligence is important in leadership. Available form: <https://online.hbs.edu/blog/post/emotional-intelligence-in-leadership>
2. ชีรวี ทองเจือ, ปรีดี ทুমเมฆ. แนวทางการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในศตวรรษที่ 21: มิติด้านการศึกษา. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร. 2560;5(3):389-403.
3. หน่วยราชการในพระองค์. ความเป็นมาของจิตอาสาพระราชทานตามแนวพระราชดำริ. เข้าถึงได้จาก <https://www.royaloffice.th/จิตอาสา/เรื่องความรู้/ประวัติความเป็นมา/>
4. จิตอาสา ม.พะเยา. เป้าหมาย. เข้าถึงได้จาก <https://dsa.up.ac.th/volunteers/>
5. อรเพ็ญ พงศ์กล้า, จีราวรรณ กล่อมเมฆ, พรรณี พรรคัลกัย, ธัญวรรณ คุณมาสุนย์, วรวัลย์ชัย บันลือทรัพย์, มณิสรา ห่วงทอง. ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง กรุงเทพมหานคร. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. 2560;25(3):9-19.
6. Suleman Q, Ali Syed M, Mahmood Z, Hussain I. Correlating emotional intelligence with job satisfaction: Evidence from a cross-sectional study among secondary school heads in Khyber Pakhtunkhwa, Pakistan. Front Psychol. 2020;11:1-14. Article 240. doi: 10.3389/fpsyg.2020.00240
7. ธิตาชนก วงศ์พิทักษ์. ปัจจัยจิตสังคมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. นครนายก; 2556
8. ชลธิชา ชลสวัสดิ์, นาถสุดา โชติวัฒนากุลชัย, สุธิดา ชีระพิทยานนท์. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี. วารสารพยาบาลศาสตร์. 2563;69(2):1-10.
9. ชัญชิตา ทิพย์ญาณ. การให้ความหมายพฤติกรรมจิตอาสาและกระบวนการขัดเกลาสังคมที่เสริมสร้างพฤติกรรมจิตอาสาของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี. วารสารสังคมและวัฒนธรรม. 2564;5(2):36-52.
10. ศูนย์บริการสาธารณสุขและกลุ่มจิตอาสาที่คอยช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์. ความเป็นมาของจิตอาสาในประเทศไทย. เข้าถึงได้จาก <https://ctif2013.org/%E0%B8%84%E0%B8%A7%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B9%80%E0%B8%9B%E0%B9%87%E0%B8%99%E0%B8%A1%E0%B8%B2%E0%B8%82%E0>

[%B8%AD%E0%B8%87%E0%B8%88%E0%B8%B4%E0%B8%95%E0%B8%AD%E0%B8%B2%E0%B8%AA%E0%B8%B2%E0%B9%83%E0%B8%99/#:~:text=%E0%B8%88%E0%B8%B4%E0%B8%95%E0%B8%AD%E0%B8%B2%E0%B8%AA%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B8%B5%E0%B8%97%E0%B8%B5%E0%B9%88%E0%B8%A1%E0%B8%B2.%E0%B9%83%E0%B8%94%E0%B8%95%E0%B8%AD%E0%B8%9A%E0%B9%81%E0%B8%97%E0%B8%99%20%E0%B9%84%E0%B8%A1%E0%B9%88%E0%B8%A7%E0%B9%88%E0%B8%B2%E0%B8%88%E0%B8%B0](#)

11. THE STANDARD TEAM. 27 ธันวาคม – วันจิตอาสา. เข้าถึงได้จาก <https://thestandard.co/onthisday2712/>
12. กรมสุขภาพจิต. คู่มือความฉลาดทางอารมณ์ (เนื้อหา). เข้าถึงได้จาก <https://dmh.go.th/ebook/dl.asp?id=10>
13. วลัยพร ศรีรัตน์, สุขุม เฉลยทรัพย์, ชนะศึก นิชานนท์. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์. Journal of Roi Kaensarn Academi. 2564; 10(6): 408–22.
14. จุฑามาศ รัตนา. ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotion Quotient). เข้าถึงได้จาก http://www.rno.moph.go.th/bangkeawnai/attach/knowledge_1521906550_eq.pdf
15. ระบบบริการการศึกษา มหาวิทยาลัยพะเยา. ข้อมูลนิสิต [อินเทอร์เน็ต]. ม.ป.ป. [เข้าถึงเมื่อ 22 ตุลาคม 2565]. เข้าถึงได้จาก <https://reg.up.ac.th/app/main>
16. Yamane T. Statistics: An introductory analysis. 2nd ed. New York: Harper and Row; 1967.
17. Team สาธารณสุขจังหวัดสระแก้ว. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ EMOTIONAL QUOTIENT :EQ สำหรับวัยรุ่น (12–17 ปี) และสำหรับผู้ใหญ่ (18–60ปี) [อินเทอร์เน็ต]. 2563. [เข้าถึงเมื่อ 22 ตุลาคม 2565]. เข้าถึงได้จาก <http://team.sko.moph.go.th/content/view/?id=690>
18. Taber KS. The use of Cronbach’s Alpha when developing and reporting research instruments in science education. Res Sci Educ. 2018;48;1273–96. doi 10.1007/s11165–016–9602–2



ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม ส่วนที่ 1 สอบถามข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัคร

R2R เรื่องความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพะเยา

ส่วนที่ 1 สอบถามข้อมูลทั่วไปของอาสาสมัคร

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ตรงกับข้อมูลความเป็นจริงของท่าน

1. อายุ (ปี)

- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- มากกว่า 25 ปี

2. เพศ

- ชาย
- หญิง

3. ชั้นปี

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- สูงกว่าชั้นปี 6



4. คณะ (เลือกเพียง 1 ข้อ)

- | | |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> แพทยศาสตร์ | <input type="checkbox"/> เกษตรศาสตร์และทรัพยากรธรรมชาติ |
| <input type="checkbox"/> ทันตแพทยศาสตร์ | <input type="checkbox"/> พลังงานและสิ่งแวดล้อม |
| <input type="checkbox"/> เภสัชศาสตร์ | <input type="checkbox"/> เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร |
| <input type="checkbox"/> สหเวชศาสตร์ | <input type="checkbox"/> บริหารธุรกิจและนิเทศศาสตร์ |
| <input type="checkbox"/> พยาบาลศาสตร์ | <input type="checkbox"/> รัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ |
| <input type="checkbox"/> สาธารณสุขศาสตร์ | <input type="checkbox"/> นิติศาสตร์ |
| <input type="checkbox"/> วิทยาศาสตร์การแพทย์ | <input type="checkbox"/> สถาปัตยกรรมศาสตร์และศิลปกรรมศาสตร์ |
| <input type="checkbox"/> วิทยาศาสตร์ | <input type="checkbox"/> ศิลปศาสตร์ |
| <input type="checkbox"/> วิศวกรรมศาสตร์ | <input type="checkbox"/> วิทยาลัยการศึกษา |

5. สถานะการเป็นผู้นำนิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโม่รนิต (เลือกเพียง 1 ข้อ)

- ปัจจุบันเป็นผู้นำนิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโม่รนิต
- เคยเป็นผู้นำนิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโม่รนิต
- ไม่เคยเป็นผู้นำนิตของมหาวิทยาลัยพะเยาหรือสโม่รนิต

6. ประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา (เลือกเพียง 1 ข้อ)

- มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดย UPSR มหาวิทยาลัย
- ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดย UPSR มหาวิทยาลัย
- มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดยคณะ
- ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาที่จัดโดยคณะ
- มีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาทั้งที่จัดโดย UPSR และที่จัดโดยคณะ
- ไม่เคยมีประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาทั้งที่จัดโดย UPSR และที่จัดโดยคณะ

ภาคผนวก ข
แบบสอบถาม ส่วนที่ 2

สำรวจระดับพฤติกรรมจิตอาสาของนิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาด้วยแบบวัดพฤติกรรมจิตอาสา
จำนวน 20 ข้อ [8]

คำชี้แจง: โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

พฤติกรรมจิตอาสา	5	4	3	2	1
ด้านการช่วยเหลือผู้อื่น					
1. เมื่อเห็นอาจารย์ หรือเพื่อนถือของลงมือ ฉันจะอาสาเข้าไปช่วยเหลือ					
2. เมื่อเพื่อนไม่ได้นำอุปกรณ์การเรียนมา ฉันจะแบ่งปันอุปกรณ์การเรียนให้เพื่อน					
3. เมื่อเพื่อนมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ฉันจะอาสาให้คำแนะนำแก่เพื่อน					
4. ฉันบริจาคสิ่งของเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นและสังคมเสมอ					
5. ฉันช่วยเหลือครู เพื่อน หรือผู้อื่น แม้ไม่ได้ถูกร้องขอให้ช่วย					
6. ฉันให้คำแนะนำแก่เพื่อนที่ปฏิบัติดีระเบียบของคณะ					
7. ฉันมักจะให้กำลังใจ คำแนะนำเมื่อเพื่อนกำลังมีความทุกข์ หรือประสบปัญหา					
ด้านการเสียสละต่อสังคม					
8. ฉันช่วยเก็บขยะและทำความสะอาดบริเวณชั้นเรียน และบริเวณคณะ					
9. ฉันยินดีช่วยเหลือ และทำประโยชน์เพื่อสังคม เมื่อมีโอกาส					
10. ฉันทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมโดยที่ไม่ต้องมีใครร้องขอ					
11. ฉันสละเวลาให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษาเพื่อนที่ต้องการความช่วยเหลือเสมอ					
12. ฉันยินดีสละโอกาสที่ดีให้กับผู้ที่ขาดแคลนหรือผู้ที่เป็น					
13. ฉันเคยบริจาคสิ่งของและเงินเพื่อคนที่ขาดแคลนและด้อยโอกาส					
14. ฉันใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการเข้าร่วมกิจกรรม / โครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการช่วยเหลือสังคมที่คณะ และมหาวิทยาลัยจัดขึ้น					
ด้านการมุ่งมั่นพัฒนา					
15. ฉันสนใจเฉพาะเรื่องราวของตนและคนในครอบครัวเท่านั้น					
16. ฉันมักจะพูดโน้มน้าวให้เพื่อนทำงานเพื่อส่วนรวม					
17. ฉันรณรงค์ให้เพื่อน และผู้อื่นทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมเสมอ					
18. ฉันเชิญชวนให้เพื่อน ๆ คิดกิจกรรมหรือแนวทางที่เสริมสร้างให้เพื่อนมีจิตสำนึกที่ดีต่อส่วนรวม					
19. ฉันช่วยคิดหาแนวทางที่เหมาะสมเพื่อช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหา					
20. ฉันเชิญชวนเพื่อน พี่น้อง เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาสังคมเสมอ					

การให้คะแนน:

5= ปฏิบัติทุกครั้ง, 4= ปฏิบัติค่อนข้างมาก, 3= ปฏิบัติปานกลาง, 2= ปฏิบัติเล็กน้อย และ 1 ไม่ปฏิบัติเลย

การแปลผล

คะแนนเฉลี่ย 4.50-5.00 คะแนน	หมายถึง ระดับ สูงมาก
คะแนนเฉลี่ย 3.50-4.49 คะแนน	หมายถึง ระดับสูง
คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 คะแนน	หมายถึง ระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49 คะแนน	หมายถึง ระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.49 คะแนน	หมายถึง ระดับน้อยที่สุด

ภาคผนวก ค

แบบสอบถาม ส่วนที่ 3

สำรวจระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยพะเยาด้วยแบบประเมินความฉลาดทาง
อารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุระหว่าง 18-60 ปี
ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 52 ข้อ [17]

คำชี้แจง: โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

แบบประเมินนี้เป็นประโยคที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ แม้ว่าบางประโยคอาจไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ก็ตาม ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โปรดตอบตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ เพื่อท่านจะได้รู้จักตนเองและวางแผนพัฒนาตนเองต่อไป แบบประเมินนี้มีคำตอบ 4 ตัวเลือก สำหรับข้อความแต่ละประโยค คือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก

ประโยค	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก
1 เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน				
2 ฉันบอกไม่ได้ว่าจะอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ				
3 เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้				
4 ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ				
5 ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย				
6 เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้				
7 ฉันสังเกตได้เมื่อคนใกล้ฉันมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง				
8 ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก				
9 ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด				
10 ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน				
11 ฉันรู้สึกที่ผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป				
12 แม้จะมีภารกิจที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ				
13 เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				
14 ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน				
15 เมื่อทำผิด ฉันสามารถกล่าวคำว่า "ขอโทษ" ผู้อื่นได้				
16 ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก				
17 ถึงแม้จะต้องเสียผลประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม				
18 ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น				
19 ฉันไม่รู้ว่ฉันเก่งเรื่องอะไร				
20 แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้				
21 เมื่อทำสิ่งใดก็ไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ				
22 ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ				

23	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้				
24	เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ				
25	ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ				
26	บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าจะอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข				
27	ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน				
28	เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่าทำอะไรก่อนหลัง				
29	ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย				
30	ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน				
31	ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย				
32	ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน				
33	ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้				
34	ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน				
35	เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ				
36	เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้				
37	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น				
38	ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด				
39	ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด				
40	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก				
41	แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น				
42	ทุกปัญหาก็มีทางออกเสมอ				
43	เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องพอนคลายหรือสนุกสนานได้				
44	ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุดพักผ่อน				
45	ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน				
46	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่				
47	ฉันไม่รู้ว่าจะทำอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย				
48	เมื่อวางเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ				
49	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีพอนคลายอารมณ์ได้				
50	ฉันสามารถพอนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่				
51	ฉันไม่สามารถทำใจเป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ				
52	ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ				

การให้คะแนนและการแปลผล

การให้คะแนนแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ

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

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง ให้ 1 คะแนน

ตอบจริงบางครั้ง ให้ 2 คะแนน

ตอบค่อนข้างจริง ให้ 3 คะแนน

ตอบจริง ให้ 4 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ

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

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง ให้ 4 คะแนน

ตอบจริงบางครั้ง ให้ 3 คะแนน

ตอบค่อนข้างจริง ให้ 2 คะแนน

ตอบจริงมาก ให้ 1 คะแนน

การรวมคะแนน

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง
รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตัวเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและ
แสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

ด้าน	ด้านย่อย	การรวมคะแนน	ผลรวมของคะแนน
ดี	1.1 ควบคุมตนเอง	รวมข้อ 1 ถึงข้อ 6	
	1.2 เห็นใจผู้อื่น	รวมข้อ 7 ถึงข้อ 12	
	1.3 รับผิดชอบ	รวมข้อ 13 ถึงข้อ 18	
เก่ง	2.1 มีแรงจูงใจ	รวมข้อ 19 ถึงข้อ 24	
	2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	รวมข้อ 25 ถึงข้อ 30	
	2.3 สัมพันธภาพ	รวมข้อ 31 ถึงข้อ 36	
สุข	3.1 ภูมิใจตนเอง	รวมข้อ 37 ถึงข้อ 40	
	3.2 พอใจชีวิต	รวมข้อ 41 ถึงข้อ 46	
	3.3 สุขสงบทางใจ	รวมข้อ 47 ถึงข้อ 52	

ผลที่ได้เป็นเพียงการประเมินโดยสังเขป คะแนนที่ได้ต่ำกว่าช่วงปกติไม่ได้หมายความว่ามีความปกติในด้านนั้น เพราะด้านต่างๆ เหล่านี้เป็นสิ่งที่มีการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังนั้นคะแนนที่ได้ต่ำ จึงเป็นเพียงข้อเตือนใจให้หาแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้นๆ ให้มากยิ่งขึ้น

ช่วงคะแนนปกติ

ด้าน	ด้านย่อย	อายุ 18-25	อายุ 26-60
ดี	1.1 ควบคุมตนเอง	13-18 คะแนน	14-18 คะแนน
	1.2 เห็นใจผู้อื่น	16-21 คะแนน	16-21 คะแนน
	1.3 รับผิดชอบ	17-23 คะแนน	18-23 คะแนน
เก่ง	2.1 มีแรงจูงใจ	15-21 คะแนน	16-22 คะแนน
	2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	14-20 คะแนน	15-21 คะแนน
	2.3 สัมพันธภาพ	15-20 คะแนน	15-21 คะแนน
สุข	3.1 ภูมิใจตนเอง	9-14 คะแนน	10-14 คะแนน
	3.2 พอใจชีวิต	16-22 คะแนน	16-22 คะแนน
	3.3 สุขสงบทางใจ	15-21 คะแนน	16-22 คะแนน

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ นามสกุล นางสาวกิตติยา เขียวงาม
วัน เดือน ปี เกิด 26 พฤษภาคม 2530
ที่อยู่ปัจจุบัน 81 ม.6 ต.แม่กา อ.เมือง จ.พะเยา 56000
ที่ทำงานปัจจุบัน กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยพะเยา
ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน หัวหน้าศูนย์ปฏิบัติการมหาวิทยาลัยพะเยาจิตอาสา (UPSR)

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. 2554 – ปัจจุบัน

มหาวิทยาลัยพะเยา

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2553

ปริญญานิติศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยนเรศวร

