

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ผลของการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ที่มีต่อการควบคุมตน
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่

ผู้เขียน นางนิรมล วัฒนเหลืออรุณ

ปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาการปรึกษา)

อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

ผศ.ดร.ธีรวรรณ ชีระพงษ์

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อการควบคุมตนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ที่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวนทั้งหมด 20 คน โดยผู้วิจัยคัดเลือกตัวอย่างจากประชากรที่เข้าร่วมโครงการ แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม โดยการจับคู่คะแนนการควบคุมตน แล้วทำการสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ 15 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ระยะเวลา 8 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน ให้ดำเนินชีวิตตามปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบวัดความสามารถในการควบคุมตน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิติบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้อธิบายลักษณะโดยทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และทดสอบสมมติฐานของกลุ่มตัวอย่าง t -test Dependent

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการควบคุมตนภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการควบคุมตนภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title	Effect of Emotional Intelligence Training on Self-Control of Primary School Level 5 Students at Anubann Chiangmai School
Author	Mrs. Niramon Wattanalaungarun
Degree	Master of Science (Counseling Psychology)
Independent Study Advisor	Asst. Prof. Dr. Teerawan Teerapong

ABSTRACT

The purpose of this quasi-experimental research was to study the effect of emotional intelligence training on the self-control of primary school level 5 students at Anubann Chiangmai School. All 20 subjects were volunteers and they were randomly assigned to an experimental group of 10 Students with a control group of also 10 students. The experimental group participated in an emotional training program of 15 one hour sessions over an 8 week period. Whereas, the control group attended to their usual daily activities.

The research material consisted of a self-control inventory which was statistically analyzed using mean, standard deviation and a dependent sample *t*-test

The findings were as follows:

1. There was a statistical significant increase in the self-control mean score of the experimental group with a significance level of $p \leq 0.01$.
2. The self-control mean score of the experimental group was significantly higher than that of the control group with $p \leq 0.01$.