

สถานภาพการวัด EQ

ดร. อรพินทร์ ชุชม*

การวัด IQ (Intelligence Quotient) เป็นการทดสอบระดับสติปัญญาของบุคคลที่คนทั่วไปรู้จักกันอย่างแพร่หลาย ในขณะที่การวัด EQ (Emotional Intelligence Quotient) กำลังได้รับความสนใจอยู่ในขณะนี้ ทั้งนี้เนื่องจากมีบทความเรื่อง 'The EQ Factor' จากนิตยสาร Time เสนอแนะว่า EQ อาจเป็นการวัดสติปัญญาที่แท้จริงของมนุษย์ไม่ใช่ IQ เช่นเดียวกับที่แดเนียล โกลแมน (Goleman, 1995) นักจิตวิทยาที่เขียนหนังสือ 'Emotional Intelligence' ซึ่งเป็นหนังสือที่ขายดีที่สุด ได้นิยามคำว่าความฉลาดใหม่ โดยแนวคิดของโกลแมน เสนอแนะว่า การวัด IQ ซึ่งเป็นการวัดพลังทางสมองอาจมีความสำคัญน้อยกว่าคุณภาพทางจิต เช่น คุณลักษณะ (character) นอกจากนี้การวัด EQ ไม่เหมือนการวัด IQ ที่วัดได้โดยใช้แบบทดสอบสติปัญญาต่าง ๆ เช่น Stanford Binet แล้วได้ค่าตัวเลขมาตีความหมายเป็นระดับสติปัญญาที่เป็นสากลได้เลย การวัด EQ ปัจจุบันนี้ยังไม่สามารถกำหนดตัวเลขที่ระบุความสามารถหรือทักษะทางอารมณ์หรือคุณลักษณะออกมาเป็นมาตรฐานที่แน่นอนตายตัวเช่น IQ และจะเป็นอันตรายในการกำหนดไม่วัดสำหรับ EQ ทั้งนี้เนื่องจากสติปัญญาทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) หรือเรียกสั้น ๆ ว่า EQ นั้นมีโครงสร้างที่ซับซ้อน แสดงคุณสมบัติหลายองค์ประกอบที่เป็นนามธรรม และยังมีแนวคิดที่หลากหลายในเรื่อง EQ แต่นักทฤษฎีทาง EQ มีแนวคิดที่ตรงกันว่าความสามารถหรือทักษะทางอารมณ์เป็นมิติหนึ่งของสติปัญญา

โครงสร้างของสติปัญญาทางอารมณ์

ปัจจุบันได้มีรูปแบบของสติปัญญาทางอารมณ์หลายรูปแบบที่นักทฤษฎีต่าง ๆ ได้พยายามศึกษาถึงโครงสร้างของสติปัญญาทางอารมณ์ โดยที่กรอบแนวคิดต่าง ๆ เหล่านี้ไม่ได้ขัดแย้งกัน แต่ค่อนข้างจะมีมุมมองที่แตกต่างตามธรรมชาติของสติปัญญาทางอารมณ์แต่ละแนวคิด ดังที่เมเยอร์ สโลเวย์ และคารูโซ (Mayer, Salovey & Caruso, in press.) ได้แบ่งรูปแบบของสติปัญญาทางอารมณ์เป็น 2 รูปแบบ ได้แก่ รูปแบบความสามารถ (ability models) ของสติปัญญาทางอารมณ์ ที่

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เน้นบทบาทของอารมณ์และสติปัญญาที่มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และรูปแบบผสม (mixed models) ซึ่งรวมทั้งความสามารถทางสมองและคุณลักษณะ

แนวคิดของ สโลเวย์ และคณะ (Salovey & Mayer, 1990 ; Mayer and Salovey, 1997 ; Mayer, Salovey & Caruso, in press) ในเรื่องสติปัญญาทางอารมณ์ที่เน้นในโครงสร้างเรื่องความสามารถนั้น ในระยะแรกสโลเวย์ และเมเยอร์ (1990) เสนอว่าสติปัญญาทางอารมณ์ประกอบด้วยความสามารถที่ปรับได้ (adaptive abilities) 3 ประเภทได้แก่ การประเมินค่าและการแสดงออกทางอารมณ์ การจัดระบบอารมณ์ และการใช้ประโยชน์ของอารมณ์ในการแก้ปัญหา โดยแต่ละประเภทมีองค์ประกอบย่อยดังนี้

1. การประเมินค่าและการแสดงออกทางอารมณ์ (appraisal and expression of emotion) ประกอบด้วยองค์ประกอบประเมินค่าและแสดงออกทางอารมณ์ตนเอง (ได้แก่องค์ประกอบย่อยทางด้านถ้อยคำ และองค์ประกอบย่อยที่ไม่ใช่ถ้อยคำ) และองค์ประกอบประเมินค่าอารมณ์ผู้อื่น (ได้แก่องค์ประกอบย่อยด้านการรับรู้ที่ไม่ใช่ถ้อยคำ และความเข้าใจผู้อื่น)

2. การจัดระบบอารมณ์ (regulation of emotion) ประกอบด้วยองค์ประกอบจัดการระบบอารมณ์ตนเองและการจัดระบบอารมณ์ผู้อื่น

3. การใช้ประโยชน์ของอารมณ์ (utilization of emotion) ประกอบด้วยองค์ประกอบวางแผนที่ยืดหยุ่น การคิดอย่างสร้างสรรค์ ความเอาใจใส่ และการจูงใจ

โครงสร้างความสามารถของสติปัญญาทางอารมณ์ของสโลเวย์ และเมเยอร์ ในตอนแรกนั้นเน้นเรื่องอารมณ์เป็นหลัก โดยมีโครงสร้างทางการรู้การคิดและทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออก การจัดระบบ และการใช้ประโยชน์ของอารมณ์ประกอบอยู่ด้วย ต่อมาเมเยอร์ และสโลเวย์ (Mayer & Salovey, 1997) ได้ปรับปรุงรูปแบบของสติปัญญาทางอารมณ์ที่เน้นองค์ประกอบทางการรู้การคิดของสติปัญญาทางอารมณ์และนิยามสติปัญญาทางอารมณ์ในรูปของศักยภาพการเติบโตทางอารมณ์และสติปัญญา และแบ่งสติปัญญาทางอารมณ์เป็น 4 กลุ่มดังนี้

กลุ่มแรก คือ ความสามารถในการรับรู้ (perception) ประเมินค่า (appraisal) และการแสดงออก (expression) ทางอารมณ์ทั้งของตนเองและผู้อื่น

กลุ่มที่สอง คือ ความสามารถที่จะใช้อารมณ์เอื้อต่อการคิด

กลุ่มที่สาม เป็นความสามารถเข้าใจ วิเคราะห์อารมณ์ตนเอง และใช้ความรู้ทางอารมณ์

กลุ่มที่สี่ เป็นความสามารถจัดระบบกับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น เพื่อความเติบโตทางสติปัญญาและอารมณ์ต่อไป

โดยที่แต่ละกลุ่มนั้นสัมพันธ์กับขั้นหรือระดับความสามารถที่บุคคลจะบรรลุตามลำดับขั้น โดยกลุ่มแรกได้แก่ การรับรู้ การประเมินค่า และความสามารถในการแสดงออกของอารมณ์เป็นกระบวนการพื้นฐานมากที่สุด ในขณะที่กลุ่มที่สี่ ความสามารถจัดระบบอารมณ์ของตนเองและบุคคล

อื่นเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนที่สุด รูปแบบของสติปัญญาทางอารมณ์ของเมเยอร์ และสโลเวย์ อันล้ำสุดนี้ เป็นรูปแบบเชิงกระบวนการที่เน้นขั้นตอนพัฒนาการของสติปัญญาทางอารมณ์ ศักยภาพของความงอกงาม และอารมณ์มีส่วนเสริมสร้างความเติบโตทางสติปัญญา แต่อย่างไรก็ตามรูปแบบแนวคิดของสโลเวย์ และเมเยอร์ ตามแบบเริ่มแรกนั้นยังคงมีงานวิจัยศึกษาตามแนวนี้อยู่ ทั้งนี้เนื่องจากให้ภาพพัฒนาการทางอารมณ์ของบุคคลในมิติต่าง ๆ ได้ดี และมีมิติส่วนใหญ่ของรูปแบบอื่น ๆ สามารถบูรณาการเข้ากับรูปแบบเริ่มแรก (Schuzte, et.al., 1998)

แนวคิดที่ต่างจากสโลเวย์ และคณะ เป็นแนวคิดที่ผสมผสานระหว่างความสามารถทางอารมณ์กับคุณลักษณะที่ไม่ใช่ความสามารถ (non-ability traits) เช่น บาร์ออน (Bar-On, 1997) ได้นิยามสติปัญญาทางอารมณ์ว่าเป็นสมรรถภาพ (capacities) ที่ไม่ใช่ทางการรู้การคิด ความสามารถ (competencies) และทักษะ (skills) ที่มีอิทธิพลต่อความสามารถของบุคคลที่จะประสบความสำเร็จในการจัดการกับสภาพแวดล้อมและแรงกดดัน และส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) โดยคำว่าสติปัญญารวมความสามารถ และทักษะต่าง ๆ ที่จะใช้จัดการกับชีวิตอย่างประสบความสำเร็จ และคำว่าอารมณ์ที่ใช้ขยายสติปัญญา ใช้เพื่อระบุประเภท ลักษณะเฉพาะของสติปัญญาที่แตกต่างจากสติปัญญาทางการรู้การคิด โดยที่แนวคิดสติปัญญาทางอารมณ์ของบาร์ออนจะตอบคำถามว่า “ทำไมคนบางคนจึงสามารถประสบความสำเร็จในชีวิตมากกว่าคนอื่น ๆ” บาร์ออนได้ประมวลเอกสารงานวิจัยพบว่า ลักษณะทางบุคลิกภาพมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสำเร็จในชีวิต และระบุองค์ประกอบ 5 ด้านที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จ ดังนี้

1. ทักษะภายในบุคคล (intrapersonal skills) ประกอบด้วย การตระหนักรู้ตนเองทางอารมณ์ (emotional self-awareness) การกล้าแสดงออก (assertiveness) การนับถือตนเอง (self-regard) การบรรลุสู่จรรยาแห่งตน (self-actualization) และความเป็นอิสระ (independence)
2. ทักษะระหว่างบุคคล (interpersonal skills) ประกอบด้วยสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความรับผิดชอบทางสังคม และความเข้าใจผู้อื่น
3. ความสามารถในการปรับตัว (adaptability) ประกอบด้วยความสามารถในการแก้ปัญหา ความเป็นจริง และความยืดหยุ่น
4. การจัดการกับความเครียด ประกอบด้วย ความทนทานต่อความเครียด การอดกลั้น (impulse control)
5. สภาวะอารมณ์ทั่วไป (general moods) ประกอบด้วย ความสุข และการมองโลกในแง่ดี

โกลแมน (Goleman, 1995) ได้ชี้ให้เห็นว่าทำไมสติปัญญาทางอารมณ์จึงมีความสำคัญมากกว่า IQ โกลแมนกล่าวว่าเป็นเวลายาวนานที่คนเราให้ความสำคัญกับสมอง โดยไม่ใส่ใจสิ่งสำคัญที่ช่วยส่งเสริมความสำเร็จในชีวิตคือกลุ่มของทักษะทางอารมณ์ที่สามารถสอนได้ไม่เหมือน IQ ที่ยากแก่การสอนและพัฒนา สติปัญญาทางอารมณ์ช่วยอธิบายว่าทำไมบุคคลบางคนที่มี IQ สูง ไม่สามารถประสบความสำเร็จในชีวิต ในขณะที่บางคนมี IQ ธรรมดาเป็นผู้ประสบความสำเร็จในชีวิตสูงสุด โกลแมนเสนอแนะว่าสติปัญญาทางอารมณ์จะช่วยอธิบายความสำเร็จในโรงเรียน บ้าน และในการทำงานได้ คำว่าสติปัญญาทางอารมณ์ บางครั้งเรียกว่า ระดับทางอารมณ์ (emotional quotient) หรือเรียกย่อ ๆ ว่า EQ โกลแมนต้องการที่จะนิยามสิ่งที่มีความหมายว่าความฉลาดใหม่ โดยเสนอแนะว่าแบบทดสอบ IQ และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์มาตรฐาน วัดพลังทางสมองอาจมีความสำคัญน้อยกว่าคุณภาพของจิตใจที่เป็นคุณลักษณะ (character) โกลแมนนิยามสติปัญญาทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถที่จะจัดการและตรวจสอบอารมณ์ของตนเองทุกนาที จูงใจตนเองไปยังเป้าหมาย เข้าใจผู้อื่น และจัดการกับความขัดแย้งและสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้เป็นอย่างดี แนวคิดของโกลแมน ขยายโครงสร้างของสติปัญญาทางอารมณ์โดยรวมทักษะทางการสื่อสารและสังคมเฉพาะอย่างเข้าไปด้วย โครงสร้างทางสติปัญญาทางอารมณ์ของโกลแมน แบ่งได้เป็น 5 ด้านดังนี้

1. การรู้อารมณ์ตนเอง ได้แก่ การตระหนักรู้ถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้น และตรวจสอบความรู้สึกได้ทุกขณะ
2. การจัดการอารมณ์ ได้แก่ การจัดการความรู้สึกต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ความสามารถที่จะปลอบตนเอง และความสามารถที่จะขจัดความบ้าคลั่ง ความวิตกกังวล ความมีดห่ม่น หรือความขุ่นเคือง
3. การจูงใจตนเอง ได้แก่ อดกลั้น รอได้ และสามารถเข้าสู่สภาวะการสั่นไหวได้
4. ตระหนักรู้อารมณ์คนอื่น ได้แก่ การเข้าใจคนอื่น และปรับให้เข้ากับสิ่งที่บุคคลอื่นต้องการ
5. สัมพันธภาพการจัดการ ได้แก่ ทักษะในการจัดการอารมณ์ของบุคคลอื่นและมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นอย่างราบรื่น

นอกจากนี้หนังสือที่ได้รับความนิยมเรื่อง “Executive EQ” หรือ EQ ของผู้บริหาร โดยคูเปอร์และสะวาฟ (Copper & Sawaf, 1997) ได้กำหนดโครงสร้างของสติปัญญาทางอารมณ์ให้สัมพันธ์กับทักษะที่เฉพาะอย่างและแนวโน้มอารมณ์ 4 ประการ ดังนี้

1. การรู้ทางอารมณ์ (emotional literacy) ได้แก่ ความรู้อารมณ์ตนเอง และการทำงาน
2. สมรรถนะทางอารมณ์ (emotional fitness) ได้แก่ ความเข้มแข็งทางอารมณ์และความยืดหยุ่น
3. ความลึกทางอารมณ์ (emotional depth) ได้แก่ ความเข้มข้นทางอารมณ์ และศักยภาพที่จะเติบโตทางอารมณ์

4. พลังทางอารมณ์ (emotional alchemy) ได้แก่ ความสามารถที่จะใช้อารมณ์จุดประกายความคิดสร้างสรรค์

สถานภาพการวัด EQ

การวัด EQ ได้แบ่งออกเป็นกลุ่มตามแนวคิดของนักทฤษฎีแต่ละกลุ่ม โดยเสนอแนวคิดการวัด EQ ตามกลุ่มต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

การวัด EQ ก่อนที่จะมีทฤษฎีสติปัญญาทางอารมณ์

ก่อนที่จะมีทฤษฎีสติปัญญาทางอารมณ์ของสโลเวย์ และเมเยอร์ (Salovey & Mayer, 1990) ที่เชื่อมโยงอารมณ์ ความคิด และสติปัญญา ให้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน การวัด EQ ก่อนหน้านั้นจะเป็นการวัดการรับรู้อารมณ์ (ที่ไม่ใช่อัตถิยา) เช่น แบบทดสอบความไวทางอารมณ์ความรู้สึกให้ผู้ตอบดูวิดีโอของคนคู่หนึ่งที่มีปฏิกริยาต่อกัน และให้ผู้ตอบระบุอารมณ์และความคิดของคนที่แสดงอยู่นั้น เมเยอร์ สโลเวย์ และคารูโซ (Mayer, Salovey & Carusu, in press) ระบุว่าวิธีการ 3 วิธีที่ใช้ประเมินคำตอบของผู้ตอบแบบทดสอบเหล่านี้ ได้แก่ เกณฑ์แรกคือวิธีที่สอดคล้อง (consensus method) เป็นการเปรียบเทียบคำตอบของบุคคลหนึ่งกับคำตอบของกลุ่ม (หรือกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นเกณฑ์ก่อนหน้า) บุคคลนั้นจะได้คะแนนถ้าคำตอบสอดคล้องกับฉันทามติของกลุ่ม เกณฑ์ที่สอง คือวิธีของผู้เชี่ยวชาญ (expert method) เป็นการเปรียบเทียบคำตอบของผู้ทำแบบทดสอบกับเกณฑ์ของผู้เชี่ยวชาญ และเกณฑ์ที่สาม คือ วิธีของเป้าหมาย (target method) เป็นการเปรียบเทียบคำตอบของผู้ทดสอบกับเป้าหมายที่แสดงอารมณ์ความรู้สึก

มาตรวัดการรับรู้อารมณ์ในระยะเริ่มแรกนั้นดูเหมือนจะไม่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระหว่างการทดสอบแบบเดียวกัน หรือมีความสัมพันธ์กันน้อยระหว่างการรับรู้ทางอารมณ์สังคม สติปัญญา และความเข้าใจผู้อื่น แบบทดสอบในตอนต้น ๆ ให้หลักฐานที่เล็กน้อยสำหรับการวัดสติปัญญาทางอารมณ์ที่แท้จริง จึงได้มีการพัฒนารูปแบบการวัดต่าง ๆ ต่อมา

การวัด EQ ตามแนวการวัดความสามารถของกลุ่มสโลเวย์

ชัลท์ และคณะ (Schulte et.al., 1998) ได้พัฒนามาตรวัดสติปัญญาทางอารมณ์ที่อิงรูปแบบสติปัญญาทางอารมณ์เริ่มแรกของสโลเวย์ และเมเยอร์ (1990) โดยการวัดสติปัญญาทางอารมณ์เป็นการรายงานตนเอง ชนิดมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ โดย 1 แทน “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” และ 5 แทน “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” มีจำนวนทั้งหมด 33 ข้อ ที่ใช้วัดสติปัญญาทางอารมณ์ ดังนี้ กลุ่มการ

ประเมินค่าและแสดงออกของอารมณ์มีจำนวน 13 ข้อ กลุ่มการจัดระบบอารมณ์มีจำนวน 10 ข้อ และกลุ่มการใช้ประโยชน์ทางอารมณ์มีจำนวน 10 ข้อ มาตราการวัดสติปัญญาทางอารมณ์ของซัทท์ มีค่าความเชื่อมั่นชนิดความสอดคล้องภายในแบบ แอลฟาของครอนบาค = .90 และมีค่าความเชื่อมั่นชนิดการสอบซ้ำ (สอบซ้ำภายใน 2 สัปดาห์) เท่ากับ .78 จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงพบว่า มาตราวัดสติปัญญาทางอารมณ์ฉบับนี้มีความสัมพันธ์กับโครงสร้างที่เกี่ยวข้องทางทฤษฎี ได้แก่ การเอาใจใส่ความรู้สึก ความกระจำชัดในความรู้สึก การปรับปรุงสภาวะอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และการอดกลั้น มาตราวัดนี้สามารถพยากรณ์ผลการเรียนของนิสิตปีหนึ่งได้ นักจิตบำบัดได้คะแนนในมาตรานี้สูงกว่าผู้รับการบำบัด และนักโทษหญิงได้คะแนนในมาตรานี้สูงกว่านักโทษชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยเรื่องทักษะทางอารมณ์ที่มีมาก่อนหน้านี้ มาตรานี้ไม่สัมพันธ์กับความสามารถทางการรู้การคิด แต่มาตรานี้สัมพันธ์กับลักษณะเปิดกว้างต่อประสบการณ์ ซึ่งเป็นมิติหนึ่งของบุคลิกภาพแบบห้ามิติ

ตัวอย่างมาตรการวัดสติปัญญาทางอารมณ์ของซัทท์ และคณะ

1. ฉันรู้สึกว่าเมื่อไรที่พูดเรื่องปัญหาส่วนตัวกับบุคคลอื่น
2. เมื่อฉันเผชิญกับอุปสรรค ฉันจดจำเวลาที่ฉันเจออุปสรรคที่คล้ายกันและฝ่าฟันไปได้
3. ฉันหวังว่าสิ่งต่าง ๆ ที่ดีจะเกิดขึ้น

สโลเวย์ และคณะ (Salovey et.al., 1995) ได้สำรวจสติปัญญาทางอารมณ์ โดยให้มาตรการวัด Trait Meta - Mood Scale (TMMS) โดยมาตรานี้เป็นการวัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในความสามารถที่จะสะท้อนอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ มีดัชนีชี้บ่งระดับความเอาใจใส่ที่บุคคลมีต่ออารมณ์ความรู้สึก ความชัดเจนของประสบการณ์ความรู้สึก และความเชื่อการยุติสภาวะอารมณ์ที่ไม่ดีหรือคงอารมณ์ที่ดี ซึ่งดัชนีชี้บ่งจากมาตราวัดอันนี้ สโลเวย์ และคณะ อธิบายว่าเป็นความสามารถ (competencies) หลายอย่าง ที่มีอยู่ภายในโครงสร้างสติปัญญาทางอารมณ์ สโลเวย์ และคณะเชื่อว่า TMMS เป็นการนิยามเชิงปฏิบัติการของสติปัญญาทางอารมณ์ นั่นคือความใส่ใจ ความชัดเจน และการปรับอารมณ์ความรู้สึก เป็นพื้นฐานของมิติการจัดระบบตัวเองทางสติปัญญาทางอารมณ์ มาตรา Trait Meta - Mood Scale เป็นมาตราวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง เป็นมาตราประเมินค่า 5 ระดับ จาก 1 “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” จนถึง 5 “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ประกอบไปด้วยองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ ดังนี้

องค์ประกอบแรก คือความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึก (attention to feelings) มีจำนวน 21 ข้อ เช่น ข้อความทางบวก “ฉันใส่ใจมากกว่าฉันรู้สึกอย่างไร” ข้อความทางลบเช่น “ฉันไม่ใส่ใจกับความรู้สึกของตัวเอง”

องค์ประกอบที่สอง คือ ความชัดเจนในการแยกแยะอารมณ์ความรู้สึก (clarity of feelings) มีจำนวน 15 ข้อ เช่น “โดยปกติฉันมีอารมณ์ความรู้สึกที่ชัดเจน” เป็นข้อความทางบวก หรือข้อความทางลบ เช่น “ฉันไม่สามารถรู้สึกถึงอารมณ์ความรู้สึก”

องค์ประกอบที่สาม คือ การปรับสภาวะอารมณ์ (mood repair) ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับความพยายามที่จะปรับสภาวะอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ หรือคงอารมณ์ที่น่าพอใจไว้ เช่น “ถึงแม้ว่าบางครั้งฉันมีความเศร้า แต่โดยส่วนใหญ่ฉันมีทัศนคติที่ดี” ซึ่งเป็นข้อความทางบวก หรือข้อความทางลบ “ถึงแม้บางครั้งฉันมีความสุข แต่โดยส่วนใหญ่ฉันมีทัศนคติที่ไม่ดี”

องค์ประกอบทั้ง 3 อันนี้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน TMMS มีคุณภาพด้านความเชื่อมั่น ความเที่ยงตรงเชิงสอดคล้องและความเที่ยงตรงเชิงจำแนก (convergent and discriminant validity) ผลจากการศึกษาพบว่า ความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์กับการมีสติของตนเอง ความชัดเจนอารมณ์ความรู้สึก มีความสัมพันธ์ทางลบกับความคลุมเคลือต่ออารมณ์ การแสดงออก และความเศร้าหดหู่ และการปรับอารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเศร้าหดหู่ และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดีและความเชื่อการจัดระบบสภาวะอารมณ์ที่ไม่ดี สำหรับรูปแบบสถิติปัญญาทางอารมณ์ล่าสุดของเมเยอร์ สโลเวย์ และคารูโซ (Mayer, Salovey & Caruso, in press) ได้เสนอการวัดสติปัญญาทางอารมณ์ที่ปรับตามแนวคิดนี้ที่เน้นเรื่องความสามารถทางสมองเป็นหลัก โดยได้พัฒนา “The Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS) ขึ้น ซึ่งเป็นแบบวัดในรูปที่ใช้กระดาษ-ดินสอในการทำแบบทดสอบนี้ และแบบทดสอบ “The Emotional IQ Test” ที่อยู่ในรูป CD-ROM โดยแบบทดสอบทั้ง 2 รูปแบบนี้ เหมือนกันทุกประการในด้านเนื้อหาและโครงสร้าง แตกต่างกันที่สื่อที่นำเสนอแบบทดสอบ โดยเมเยอร์และคณะเชื่อว่าแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นมาตามแนวคิดโครงสร้างของสติปัญญาทางอารมณ์ล่าสุดนี้ เป็นการวัดสติปัญญาที่แท้จริง ประกอบด้วยงานด้านความสามารถที่ให้ผู้ตอบทำทั้งหมด 12 งานจากแบบทดสอบ 4 ประเภท ดังนี้

1. แบบทดสอบการระบุอารมณ์ เป็นการวัดการรับรู้ทางอารมณ์ ประกอบไปด้วยงานที่ให้ผู้ตอบระบุ อารมณ์คนที่ปรากฏอยู่ในภาพ ในการออกแบบและในดนตรี และงานที่เสนอสถานการณ์ทางอารมณ์เพื่อให้ผู้ตอบระบุว่าบุคคลในสถานการณ์นั้นมีความรู้สึกอย่างไร
2. แบบทดสอบการใช้อารมณ์ เป็นการวัดการซึมซับอารมณ์ มีอยู่ 2 ส่วน ได้แก่ การวัดผู้ตอบสามารถสร้างความรู้สึกที่แตกต่างกันได้ดีแค่ไหน และการใช้ความรู้สึกเพื่อต่อกระบวนการคิด
3. แบบทดสอบความเข้าใจในอารมณ์ เป็นการวัดความสามารถของบุคคลที่จะทราบว่าอารมณ์มีที่มาจากอะไร และอะไรจะเกิดขึ้นถ้าอารมณ์มีความเข้มข้น ตลอดจนความสามารถเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ที่แตกต่างกัน เช่น “การมองโลกในแง่ดีส่วนใหญ่ประกอบด้วยอารมณ์สองชนิดใด” และให้ผู้ถูกทดสอบเลือกตอบ เป็นตัวอย่างข้อคำถามในแบบทดสอบประเภทนี้

4. แบบทดสอบการจัดระบบอารมณ์ เป็นการวัดความสามารถที่จะจัดการและการควบคุมอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของสติปัญญาทางอารมณ์ งานของแบบทดสอบนี้คือผู้ตอบต้องประเมินประโยชน์ของการกระทำที่เป็นไปได้ในสถานการณ์ทางอารมณ์

ผลการวิเคราะห์แบบทดสอบ MEIS พบว่า สติปัญญาทางอารมณ์สามารถแยกองค์ประกอบได้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ ความเข้าใจทางอารมณ์ และการจัดการทางอารมณ์ และจากการวิเคราะห์องค์ประกอบตามลำดับชั้น (hierarchical factor analysis) พบว่าทั้งสององค์ประกอบ สามารถจัดเป็นองค์ประกอบเดียวกันที่เท่าเทียมกันเรียกว่า องค์ประกอบทั่วไปของสติปัญญาทางอารมณ์ หรือ G_a ผลจากการศึกษาพบว่า สติปัญญาทางอารมณ์ทั่วไป (G_a) มีความสัมพันธ์กับการวัดสติปัญญาทางด้านถ้อยคำ ($r = .36$) และความเข้าใจผู้อื่น ($r = .33$) นอกจากนี้สติปัญญาทางอารมณ์ยังสัมพันธ์กับอายุ เพิ่มขึ้นตามระดับอายุ จากวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ ข้อค้นพบที่ได้จากการใช้ MEIS ทำให้เมเยอร์และคณะเชื่อว่าสติปัญญาทางอารมณ์อาจมีคุณสมบัติเทียบเท่าสติปัญญาแบบเดิมที่นิยามว่า เป็นความสามารถทางสมอง นอกจากนี้ระดับสติปัญญาทางอารมณ์ดูเหมือนการวัดสติปัญญาอื่น ๆ ที่งานต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และสติปัญญาทางอารมณ์เหมือนการวัดสติปัญญามาตรฐานต่าง ๆ ที่พัฒนาตามอายุ ถึงแม้ข้อค้นพบระบุว่าสติปัญญาทางอารมณ์สัมพันธ์กับสติปัญญาแบบดั้งเดิม (สติปัญญาเชิงวิเคราะห์) แต่มีแนวคิดและผลการวิจัยเพียงพอที่จะแยกจากสติปัญญาแบบดั้งเดิมเป็นสติปัญญาแบบใหม่

จะเห็นได้ว่าในระยะแรก ๆ การวัดสติปัญญาทางอารมณ์ตามแนวของสโลเวย์ และคณะ มีลักษณะเป็นการวัดแบบให้รายงานตนเองที่ผสมระหว่างความสามารถและคุณลักษณะเข้าด้วยกัน ในขณะที่แนวคิดล่าสุดของสโลเวย์ และคณะ จะเป็นการวัดความสามารถทางสมองโดยดูจากผลการปฏิบัติงานที่กำหนดไว้

การวัด EQ ตามแนวคิดของบาร์ออน

บาร์ออน ได้ใช้เวลามากกว่า 16 ปี ศึกษาเรื่องแบบทดสอบ EQ จากนิยามสติปัญญาทางอารมณ์ของบาร์ออน บาร์ออนได้สร้างเครื่องมือวัดชื่อ Emotional Quotient Inventory (EQ) จากการวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตราวัด EQ พบว่า มีองค์ประกอบ 13 องค์ประกอบ ซึ่งมีจำนวนน้อยกว่าคุณลักษณะที่กำหนดไว้ 15 ด้าน หรือมาตราจาก 5 ด้าน (การรู้อารมณ์ตนเอง การจัดการอารมณ์ การจงใจตนเอง ทัศนคติอารมณ์คนอื่น และสัมพันธภาพการจัดการ) ในโครงสร้างที่กล่าวไว้แล้วในตอนต้น เช่น องค์ประกอบแรกคือ ความพอใจในตนเอง (self-contentment) วัดโดยใช้คำถาม เช่น “ฉันรู้สึกมั่นใจตัวเองในสถานการณ์ส่วนใหญ่” องค์ประกอบที่สองได้แก่ ความรับผิดชอบทางสังคม วัดโดยใช้คำถาม เช่น “ฉันชอบช่วยเหลือคน” และองค์ประกอบที่สามคือ

ความอดกลั้น วัดได้โดยข้อคำถาม เช่น “เมื่อฉันเริ่มพูด ยากที่จะเลิกพูด” ทั้ง 13 องค์ประกอบมีค่าสหสัมพันธ์อยู่ประมาณ $r = .50$ ดังนั้นแบบทดสอบนี้จึงเป็นไปได้ที่จะมีองค์ประกอบเดียว (Bar-On, 1997) แบบทดสอบ EQ โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกทางลบ (เช่นความเศร้า หดหู่) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะที่เกี่ยวกับความรู้สึกทางบวก แบบทดสอบ EQ ของบาร์ออน ยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความคงที่ทางอารมณ์ และการแสดงออก แต่แบบทดสอบ EQ ของบาร์ออนในภาพรวมหรือมาตราย่อยไม่มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบสติปัญญาทางสมอง มาตรา B ที่ปรากฏใน 16 PF และแบบทดสอบ EQ มีความสัมพันธ์เล็กน้อยกับ WAIS-R ($r = .12$)

บาร์ออนต้องการให้แบบทดสอบเป็นเครื่องมือที่สร้างฐานทางอารมณ์ (emotional profiles) เพื่อใช้ในการจัดสรรคนให้เหมาะกับอาชีพหรือเพื่อใช้ชี้บ่งด้านที่ยังมีปัญหาเพื่อการปรับปรุง แบบทดสอบนี้จึงมีคุณค่าสำหรับการวางแผนในการทำงาน เช่น คนที่ได้คะแนนสูงในการมองโลกในแง่ดีจะเป็นดัชนีชี้บ่งว่าบุคคลนั้นจะประสบความสำเร็จในงานบางอย่างเช่นเป็นพนักงานขาย ในทำนองเดียวกัน คนที่ได้คะแนนสูงในการจัดการความเครียด ตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เป็นคนอิสระและยืดหยุ่น น่าจะทำงานได้ดี ถึงแม้ว่าแบบทดสอบ EQ ของบาร์ออนจะมีเกณฑ์ปกติ (norm) มีการวิเคราะห์องค์ประกอบ และมีการหาความสัมพันธ์กับแบบทดสอบจำนวนมาก แต่ยังไม่มีการยืนยันเกี่ยวกับการพยากรณ์ความสำเร็จทางอาชีพและวิชาการ (Mayer, Salovey, & Caruso, in press)

การวัด EQ ตามแนวคิดของโกลแมน

โกลแมน (Goleman, 1999) ได้สร้างแบบทดสอบสติปัญญาทางอารมณ์ลงใน Ume Reader มาตราวัดของโกลแมนประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อคำถามผู้ตอบต้องระบุคำตอบที่มีต่อสถานการณ์ที่สมมติขึ้น เช่น “สมมติว่าท่านเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยที่หวังว่าจะได้ A ในรายวิชานี้ แต่ท่านเพิ่งพบว่าตัวท่านเองได้ C ในตอนกลางเทอม ท่านจะทำอะไร ?” โดยมีตัวเลือกดังนี้

ก. ร่างแผนการที่เฉพาะสำหรับวิธีการที่จะปรับปรุงผลการเรียนและแก้ไขปัญหาที่จะติดตามมาตลอดแผน

ข. แก้ปัญหาเพื่อที่จะทำให้ดีขึ้นในอนาคต

ค. บอกตัวคุณเองว่าไม่ใช่สิ่งสำคัญที่คุณทำได้ในวิชานี้ และมุ่งไปยังวิชาอื่น ๆ ซึ่งคะแนนคุณสูงกว่า

ง. พบอาจารย์และพยายามคุยกับอาจารย์เพื่อให้คะแนนของคุณดีขึ้น

การวัดสติปัญญาทางอารมณ์ของโกลแมน มีความสัมพันธ์สูง กับความเข้าใจผู้อื่น และการควบคุมทางอารมณ์ นอกจากนี้มาตราวัดของโกลแมนยังมีเนื้อหาที่คาบเกี่ยวกับองค์ประกอบที่สาม

ของ MEIS ได้แก่ การจัดการทางอารมณ์ แต่อย่างไรมาตรการการวัดสติปัญญาทางอารมณ์ของโกลแมนไม่ได้ใช้มากนักในงานวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากความเชื่อถือไม่ได้ของเครื่องมือ มีค่าความเชื่อมั่นค่อนข้างต่ำมาก ($r_u = .18$; Mayer, Salovey, & Caruso, in press)

นอกจากนี้ จอห์น ครอส (Cross, 1999) ได้สร้างข้อคำถามจำนวน 12 ข้อ ประกอบด้วยมาตราประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ เสมอ โดยปกติ บางครั้ง นาน ๆ ครั้ง และไม่เคยเลย เพื่อใช้ทดสอบ EQ โดยอาศัยกรอบแนวคิดของโกลแมน ลงเผยแพร่ใน Internet โดยเป็นการประมาณ EQ อย่างคร่าว ๆ ซึ่งหาได้จาก Website : <http://www.co.iup.edu/~jacross/eq.html>

ตัวอย่างข้อคำถาม “ฉันใช้อารมณ์ความรู้สึกของตัวเองในการช่วยตัดสินใจที่ยิ่งใหญ่ในชีวิต” “เมื่อฉันมีความวิตกกังวลเรื่องที่ทำหาย เช่น การสอบ หรือการพูดในที่สาธารณะ เป็นการยากที่ฉันจะเตรียมตัวได้ดี”

ชริงค์ (Shrink, 1999) ได้สร้างแบบทดสอบ Emotional Intelligence Test มีจำนวน 70 ข้อ ที่ประเมินด้านต่าง ๆ ของสติปัญญาทางอารมณ์ โดยให้ผู้ตอบรายงานตามความเป็นจริงในสิ่งที่ตนเองคิด รู้สึก หรือทำ ดูได้จาก Website : http://www.queendom.com/emotionaliq_frm.html

สรุป

สถานภาพการวัด EQ มีหลายรูปแบบที่แตกต่างกันไปตามแนวคิดของนักทฤษฎี แต่อย่างไรก็ตามการวัด EQ จากแนวคิดต่าง ๆ มีลักษณะร่วมกันในเรื่องการรับรู้อารมณ์ตนเอง เข้าใจผู้อื่น และสามารถจัดการกับอารมณ์ได้ ในภาพรวมการวัด EQ จะมีอยู่ใน 2 ลักษณะ ได้แก่ การวัดความสามารถหรือวัดผลการปฏิบัติงานที่กำหนดไว้ และการวัดที่มีลักษณะผสมผสานระหว่างความสามารถทางอารมณ์ คุณลักษณะ และทักษะต่าง ๆ ที่ดีไว้ ส่วนใหญ่การวัดจะออกมาในรูปการรายงานตนเอง มาตราส่วนประเมินค่า แบบทดสอบ และในยุคเทคโนโลยีข้อมูลข่าวสาร การวัด EQ ได้เผยแพร่ลงใน CD-ROM และ Internet ด้วย

บรรณานุกรม

- Cooper, R.K., & Sawaf, A. (1997). *Executive EQ : Emotional intelligence in leadership and organizations*. New York : Grosset / Putnam.
- Cross, J. (1999). *Does your emotional intelligence quotient (EQ) mean more than your IQ?* <http://www.co.iup.edu/~jacross/eq.html>.
- Bar - On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-I) : Technical Manual*. Toronto, Canada : Multi - Health Systems.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York : Bantam Books.
- Goleman, D. (1999). "What's your emotional intelligence quotient?" *Utne Reader*, [http : //www.utne.com/cgi-bin/eq](http://www.utne.com/cgi-bin/eq).
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). "What is emotional intelligence?" In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.). *Emotional development and emotional intelligence : Educational implications*. New York : Basic Books.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D. (in press). "Competing models of emotional Intelligence," In R.J. Sternberg (Ed.). *Handbook of Human Intelligence*. New York : Cambridge.
- Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). "Emotional intelligence," *Imagination, Cognition, and Personality*. 9, 185 - 211.
- Schute, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J., & Dornhein, L. (1998). "Development and validation of a measure of emotional intelligence," *Personality and Individual Differences*. 25, 167 - 177.
- Shrink, C. (1999). *Emotional intelligence test*. http://www.queendom.com/emotionaliq_frm.html.

