

แบบประเมิน



สำหรับครู/ผู้ดูแลเด็ก

ความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี (ฉบับย่อ)

ความหมาย ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น โดยรู้จักอารมณ์ตนเองและผู้อื่น แสดงความเห็นใจหรือปลอบใจผู้อื่น อดทนและรอคอยได้ มีน้ำใจ รู้จักให้ รู้จักแบ่งปัน รู้ว่าทำผิด หรือยอมรับผิด มีความกระตือรือร้น สนใจใฝ่รู้ และปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง พร้อมทำให้ตนเองเกิดความสุข โดยมีความพอใจ ความอบอุ่นใจ และความสนุกสนานร่าเริง

การประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็ก

การประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กจะช่วยให้ครู/ผู้ดูแลเด็ก ได้ทราบถึงจุดดีจุดเด่นของลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ที่ควรส่งเสริมและจุดอ่อนที่ควรพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นต่อไป รวมทั้งสามารถใช้ในการติดตามเพื่อดูพัฒนาการทางอารมณ์ว่ามีความก้าวหน้ามากน้อยเพียงใดเมื่ออายุเพิ่มขึ้น

การประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็ก ประเมินคุณลักษณะ 3 ด้าน คือ

- ด้านดี** เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่นโดยประเมินจากการรู้จักอารมณ์ตนเองและผู้อื่น แสดงความเห็นใจหรือปลอบใจผู้อื่น อดทนรอคอยได้ มีน้ำใจ รู้จักให้ รู้จักแบ่งปัน รู้ว่าทำผิดหรือยอมรับผิด
- ด้านเก่ง** เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จโดยประเมินจากความกระตือรือร้น สนใจใฝ่รู้และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง
- ด้านสุข** เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่จะทำให้ตนเองเกิดความสุข โดยประเมินจากการมีความพอใจ ความอบอุ่นใจ และความสนุกสนานร่าเริง

คำชี้แจง

ให้ครู/ผู้ดูแลเด็ก ตอบคำถามที่เกี่ยวกับเด็กในช่วง 4 เดือนที่ผ่านมา โดยเลือกคำตอบที่ใกล้เคียงกับตัวเด็กที่เป็นอยู่จริงมากที่สุด ข้อคำถามแต่ละข้อ มีคำตอบที่เป็นไปได้ 4 คำตอบคือ

| | | |
|---------------|---------|----------------------------------|
| ไม่เป็นเลย | หมายถึง | ไม่เคยปรากฏ |
| เป็นบางครั้ง | หมายถึง | นานๆ ครั้งหรือทำบ้างไม่ทำบ้าง |
| เป็นบ่อยครั้ง | หมายถึง | ทำบ่อยๆ หรือเกือบทุกครั้ง |
| เป็นประจำ | หมายถึง | ทำทุกครั้งเมื่อเกิดสถานการณ์นั้น |

วิธีการประเมินและข้อทิ้งระวั

- ครู/ผู้ดูแลเด็ก (ความรู้ไม่ต่ำกว่า ป.6) ในศูนย์เด็กเล็กหรือโรงเรียนอนุบาล ประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กปีละ 1 ครั้ง ในเทอมสองหรือภายหลังที่รู้จักคุ้นเคยกับเด็กไม่น้อยกว่า 4 เดือน
- ผลการประเมินเป็นคะแนนของเด็กรายบุคคล ไม่ควรนำไปเปรียบเทียบกับเด็กอื่น ว่ากล่าว ตำหนิเด็ก หรือใช้เป็นข้อตัดสินในการคัดเลือกเด็ก



แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี

หัวข้อต่อไปนี้เป็นการอธิบายถึงอารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมของเด็กในช่วง 4 เดือนที่ผ่านมา โปรดใส่เครื่องหมาย “✓” ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวเด็กมากที่สุด

| | | ไม่เป็นเลย | เป็นบางครั้ง | เป็นบ่อยครั้ง | เป็นประจำ | คะแนน |
|----------------|--|------------|--------------|---------------|-----------|-------|
| 1. ดี | | | | | | |
| 1. | แสดงความเห็นใจเมื่อเห็นเพื่อนหรือผู้อื่นทุกข์ร้อน เช่น บอกว่า สงสาร เข้าไปปลอบหรือเข้าไปช่วย | | | | | |
| 2. | หยุดการกระทำที่ไม่ดีเมื่อผู้ใหญ่ห้าม | | | | | |
| 3. | แบ่งปันสิ่งของให้คนอื่น ๆ เช่น ขนม ของเล่น | | | | | |
| 4. | บอกขอโทษหรือแสดงท่าที่ยอมรับผิดเมื่อรู้ว่าทำผิด | | | | | |
| 5. | อดทน และรอคอยได้ | | | | | |
| 2. เก่ง | | | | | | |
| 6. | อยากรู้อยากเห็นกับของเล่นหรือสิ่งแปลกใหม่ | | | | | |
| 7. | สนใจ รู้สึกสนุกกับงานหรือกิจกรรมใหม่ๆ | | | | | |
| 8. | ซักถามในสิ่งที่อยากรู้ | | | | | |
| 9. | เมื่อไม่ได้ของเล่นที่อยากได้ก็สามารถเล่นของอื่นแทน | | | | | |
| 10. | ยอมรับกฎเกณฑ์หรือข้อตกลง แม้จะผิดหวัง/ไม่ได้สิ่งที่ต้องการ | | | | | |
| 3. สุข | | | | | | |
| 11. | แสดงความภาคภูมิใจเมื่อได้รับคำชมเชย เช่น บอกเล่าให้ผู้อื่นรู้ | | | | | |
| 12. | รู้จักหาของเล่น หรือกิจกรรมเพื่อสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลิน | | | | | |
| 13. | แสดงอารมณ์สนุกหรือร่วมสนุกตามไปกับสิ่งที่เห็น เช่น ร้องเพลง กระโดดโลดเต้น หัวเราะเฮฮา | | | | | |
| 14. | เก็บตัว ไม่เล่นสนุกสนานกับเด็กคนอื่น ๆ | | | | | |
| 15. | ไม่กลัวเมื่อต้องอยู่กับคนที่ไม่สนิทสนม | | | | | |
| รวม | | | | | | |

การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 ให้คะแนนแต่ละข้อดังนี้

| | | |
|---------------|-----|---------|
| ไม่เป็นเลย | ให้ | 1 คะแนน |
| เป็นบางครั้ง | ให้ | 2 คะแนน |
| เป็นบ่อยครั้ง | ให้ | 3 คะแนน |
| เป็นประจำ | ให้ | 4 คะแนน |

ข้อ

| | | | | | | |
|---|---|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 15 |

กลุ่มที่ 2 ให้คะแนนแต่ละข้อดังนี้

| | | |
|---------------|-----|---------|
| ไม่เป็นเลย | ให้ | 4 คะแนน |
| เป็นบางครั้ง | ให้ | 3 คะแนน |
| เป็นบ่อยครั้ง | ให้ | 2 คะแนน |
| เป็นประจำ | ให้ | 1 คะแนน |

ข้อ 14

การแปลผล

| องค์ประกอบ | คะแนนเทียบกับเกณฑ์ปกติ | | |
|---|------------------------|-------|-------------|
| | ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ | ปกติ | สูงกว่าปกติ |
| ด้านดี (เต็ม 20 คะแนน) | 1-11 | 12-19 | 20 |
| ด้านเก่ง (เต็ม 20 คะแนน) | 1-12 | 13-19 | 20 |
| ด้านสุข (เต็ม 20 คะแนน) | 1-12 | 13-18 | 19-20 |
| ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) (เต็ม 60 คะแนน) | 1-39 | 40-55 | 56-60 |

เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าปกติ ควรส่งเสริมและรักษาคุณลักษณะนี้ให้คงไว้

เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์ปกติ เด็กควรได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านอื่นๆ ให้ดียิ่งขึ้น ผู้ใหญ่ควรร่วมกันส่งเสริมให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านอื่นๆ อย่างต่อเนื่อง

เด็กที่มีความฉลาดทางอารมณ์ระดับที่ควรได้รับการพัฒนา ควรได้รับการประเมินซ้ำด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ฉบับสมบูรณ์ชุด 55 ข้อ เพื่อความชัดเจนในการแก้ไขปัญหาความฉลาดทางอารมณ์และต้องได้รับการเอาใจใส่พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์อย่างสม่ำเสมอและจริงจัง

แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เด็ก

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ควรทำในเด็กวัย 3-5 ปีอย่างจริงจัง เนื่องจากเสริมสร้างได้ง่ายกว่าเด็กโต ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์นี้จะส่งผลต่อความสำเร็จทางการเรียน การอยู่ร่วมกับผู้อื่น และการใช้ชีวิตในอนาคต

การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็ก จำเป็นต้องทำบ่อยๆ ทำทุกวัน เพื่อให้เด็กนำความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันเป็นอัตโนมัติ การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ทำได้หลายวิธีการ ได้แก่ สอนให้ทำ อธิบายเหตุผล ชูใจ คอยกำกับให้ทำ หาเพื่อนทำด้วยกัน ให้คำชมเชยหรือเป็นกำลังใจเมื่อเด็กทำได้ดี และการเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เด็ก ซึ่งแนวทางการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์เด็กวัย 3-5 ปีมีดังนี้

ด้านดี

1. ฝึกให้เด็กรู้จักอารมณ์ตนเอง เพื่อเป็นพื้นฐานของการควบคุมอารมณ์ได้ในอนาคต เมื่อเด็กมีอารมณ์เกิดขึ้น เช่น โกรธ โมโห ผู้ใหญ่ควรช่วยให้เด็กรู้จักอารมณ์ของตนเอง โดยไม่ตำหนิเด็ก แต่ควรแสดงท่าทีที่เข้าใจ เช่น โอบกอดเด็ก จะทำให้เด็กรู้สึกผ่อนคลาย และผู้ใหญ่ควรถามเพื่อเป็นการให้เด็กทบทวนอารมณ์ของตนเอง เช่น “หนูรู้ตัวหรือเปล่าว่ากำลังโกรธ” “หนูรู้สึกว่ามีใครๆ ก็พากันรักนงมากกว่าหนูใช่ไหม”
2. ฝึกให้เป็นคนมีน้ำใจ แบ่งปันและช่วยเหลือผู้อื่น เพื่อประโยชน์ของตัวเองและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยสอนให้เด็กรู้จักแบ่งปันขนม ของเล่น ให้คนอื่น หรือกล่าวชมเมื่อเด็กช่วยเหลือผู้อื่นทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
3. ฝึกให้เด็กรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด และยอมรับผิด เมื่อทำผิด ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการมีคุณธรรม เช่น เดินชนผู้อื่นโดยไม่ได้ตั้งใจ ควรสอนเด็กให้รู้จักกล่าวคำขอโทษ เพราะการเดินชนผู้อื่นอาจจะทำให้เขาเจ็บหรือไม่พอใจได้ และการขอโทษทำให้ผู้อื่นไม่ถือโทษโกรธเด็ก

ด้านแง่

1. กระตุ้นให้เด็กกระตือรือร้น/สนใจใฝ่รู้ เพราะเด็กที่สนใจใฝ่รู้จะรักการศึกษาค้นคว้าความรู้ ซึ่งจะส่งผลต่อการเรียนและความสำเร็จในอนาคต ผู้ใหญ่ควรกระตุ้นให้เด็กอยากรู้อยากเห็นสิ่งแปลกใหม่รอบตัวโดยใช้คำถามเล่านิทาน หรืออ่านสมุดภาพ เช่น ถามเด็กว่าอยากรู้อะไรไหมว่าไข่ไก่มีอะไรอยู่ข้างใน เมื่อเด็กมีท่าทีสนใจ สงสัย หรือซักถาม ผู้ใหญ่ก็อธิบายด้วยถ้อยคำที่ง่ายสอดคล้องกับวัยของเด็ก และส่งเสริมให้เด็กรู้จักวิธีค้นหาคำตอบอย่างง่าย ๆ ด้วยตัวของเด็กเอง เช่น การทดลองทำ แต่ทั้งนี้ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยหรืออยู่ในสายตาของผู้ใหญ่
2. สอนให้เด็กรู้จักปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง จะช่วยให้เด็กเป็นคนยืดหยุ่น เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น หรือสิ่งแวดล้อมอื่นได้ดี เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเด็กมักจะเกิดความหวั่นไหว ดังนั้น ผู้ใหญ่ควรเตรียมเด็ก โดยพูดคุยถึงวิธีการทำตัวในสิ่งแวดล้อมใหม่ เพื่อให้เด็กมีความมั่นใจและปรับตัวได้ นอกจากนี้ ผู้ใหญ่ควรให้เด็กได้พบปะคนอื่น ๆ นอกบ้าน หรือห้องที่ต่างสถานที่ต่างๆ เช่น พาไปเที่ยวบ้านญาติ ไปห้องสมุด ซึ่งจะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้เกี่ยวกับการอยู่ร่วมกับคนอื่นหรือสิ่งแวดล้อมรอบตัว
3. กล้าพูดกล้าบอก เมื่อเด็กบอกความรู้สึก หรือแสดงความคิดเห็น ผู้ใหญ่ควรรับฟังด้วยความสนใจและถามเหตุผล ท่าทีของผู้ใหญ่จะเป็นการสนับสนุนให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง และผู้ใหญ่ก็จะเข้าใจเด็กมากขึ้นด้วย

ด้านสุข

1. มีความพอใจ ผู้ใหญ่ควรสนับสนุนให้เด็กทำอะไรด้วยตนเองหรือแสดงความสามารถเฉพาะตัว เมื่อเด็กทำได้ ผู้ใหญ่ควรกล่าวชมเชย จะทำให้เด็กเกิดความภูมิใจและมีความสุข
2. อบอุ่นใจ เด็กทุกคนต้องการให้ผู้ใหญ่อยู่ใกล้ซิด คอยปกป้องและให้กำลังใจ โดยเฉพาะเวลาเด็กเริ่มทำอะไรด้วยตนเองเป็นครั้งแรก เพราะจะทำให้เด็กรู้สึกอบอุ่นใจ ไม่กังวล มีความมั่นคงทางอารมณ์ และกล้าที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองในระยะต่อไป
3. สนุกสนานร่าเริง ผู้ใหญ่ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เล่น หรือร่วมสนุกสนานเฮฮาไปกับเพื่อน เพราะเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อชีวิตเด็ก ทั้งนี้พ่อแม่อาจจะมีส่วนช่วยกระตุ้นโดยการร่วมกิจกรรมกับเด็ก สิ่งเหล่านี้จะเป็นการฝึกให้เด็กเป็นคนอารมณ์ดี และเป็นการช่วยผ่อนคลายอารมณ์ที่ขุ่นมัวทั้งหลายได้เป็นอย่างดี

นอกจากแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่กล่าวมาแล้ว หากสนใจรายละเอียดเพิ่มเติมท่านอาจจะหาความรู้ได้จากคู่มือจัดกิจกรรมเสริมสร้างอิคิวเด็กปฐมวัยสำหรับศูนย์เด็กเล็กของกรมสุขภาพจิต