

ความฉลาดทางอารมณ์

เด็กเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่ายิ่งต่อการพัฒนาประเทศในอนาคต การที่เด็กจะเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพนั้น เด็กจะต้องมีพัฒนาการที่สมบูรณ์พร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จึงมีความจำเป็นที่เด็กจะต้องได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดาและต่อเนื่องไปจนถึงวัยรุ่น โดยเฉพาะพัฒนาการด้านสติปัญญาและอารมณ์ ซึ่งเป็นทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตทั้งในปัจจุบันและอนาคต

จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาคณะรัฐมนตรีแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกกลุ่มวัยให้มีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกวัฒนธรรมที่ดีงามและรู้คุณค่าความเป็นไทย มีโอกาส และสามารถเรียนรู้ตลอดชีวิต มีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง และเป็นพลังทางสังคมในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ โดยมีเป้าหมายการพัฒนาให้คนไทยทุกคนมีคุณภาพเพิ่มขึ้นทั้งร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา โดยมีระดับค่าเฉลี่ยเขาวงกตปัญญาของเด็กไม่ต่ำกว่าค่ากลางมาตรฐานสากลที่ระดับ 100 ประกอบกับรัฐบาลก็ได้ให้ความสำคัญในการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ดังนั้นกระทรวงสาธารณสุขจึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาเด็กตามกลุ่มวัยตั้งแต่เด็กปฐมวัย วัยเรียน และวัยรุ่น โดยมีจุดมุ่งหมายให้เด็กปฐมวัยได้รับการส่งเสริมพัฒนาการให้มีพัฒนาการสมวัยไม่น้อยกว่าร้อยละ 85 รวมทั้งการส่งเสริมไอคิวและอีคิวในเด็กวัยเรียนเพื่อให้เด็กมีความฉลาดทั้งทางสติปัญญาเฉลี่ยไม่น้อยกว่า 100 และ มีความฉลาดทางอารมณ์ไม่ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานไม่น้อยกว่าร้อยละ 70

จากผลการสำรวจระดับสติปัญญาของกรมสุขภาพจิต พ.ศ. 2554 จากกลุ่มตัวอย่าง 72,780 คน ด้วย SPM parallel version (Standard Progressive Matrices) ทำการทดสอบระดับสติปัญญาในกลุ่มตัวอย่างเด็กไทยอายุ 6 – 15 ปี ซึ่งเป็นตัวแทนในระดับจังหวัด 76 จังหวัดทั่วประเทศ ข้อมูลระดับสติปัญญาเด็กรายจังหวัด พบว่า IQ เฉลี่ยของเด็กไทยทั่วประเทศเท่ากับ 98.59 ซึ่งต่ำกว่าค่ากลางมาตรฐานสากลยุคปัจจุบัน (IQ=100) และเมื่อดูในภาพรวมของประเทศ พบว่า มีเด็กเกือบครึ่งหนึ่ง (48.5%) ที่มีปัญหาระดับสติปัญญาอยู่ในเกณฑ์ต่ำ (IQ < 100) รวมทั้ง พบว่าประเทศยังมีเด็กกลุ่ม ที่มีปัญหาระดับสติปัญญาบกพร่อง (IQ < 70) อยู่ถึง 6.5% เมื่อเทียบกับมาตรฐานสากล คือ ไม่ควรเกิน 2%

จากผลการสำรวจระดับความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต พ.ศ. 2554 จากกลุ่มตัวอย่าง 11,238 คน ซึ่งเป็นนักเรียนไทยปีการศึกษา 2553 ทั้ง 76 จังหวัด อายุ 6-11 ปี หรือระดับชั้น ป.1-ป.6 พบว่าเด็กนักเรียนไทยอายุ 6-11 ปี มีคะแนน T ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เฉลี่ยระดับประเทศจัดอยู่ระดับต่ำกว่า

เกณฑ์ปกติ (45.12) และมีกลุ่มที่มีคะแนน T (ต่ำกว่า 40) จำเป็นต้องได้รับการพัฒนา ร้อยละ 26.1 และกลุ่ม ควรพัฒนา คะแนน T (40-49) ร้อยละ 46.0 เด็กนักเรียนกลุ่มนี้มีคะแนน T ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เฉลี่ยรายด้านต่ำกว่า T ที่ 50 โดยเด็กนักเรียนกลุ่มนี้มีจุดอ่อนทั้ง 3 องค์ประกอบใหญ่ คือ ดี เก่ง สุข และทุก ด้านในด้านย่อย ได้แก่ ปรับตัวต่อปัญหา (46.65) ควบคุมอารมณ์ (46.50) ยอมรับถูกผิด (45.65) พอใจใน ตนเอง (45.65) ใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น (45.42) และรู้จักปรับใจ (45.23) และมีจุดอ่อนมาก ได้แก่ รื่นริง เบิกบาน (44.53) กล้าแสดงออก (43.48) และมุ่งมั่นพยายาม (42.98) โดยทั้งกรุงเทพมหานครและ 4 ภาคมี คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เฉลี่ยจัดอยู่ระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติเช่นกัน ภาคใต้มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด 45.95 ซึ่งใกล้เคียงค่าปกติมากที่สุด รองลงมาคือภาคเหนือ (45.84) กรุงเทพมหานคร (45.62) ภาคกลาง (44.38) และต่ำสุดคือภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (44.04)

จากการศึกษาพบว่ามีปัจจัยหลากหลายที่ส่งผลต่อความฉลาดทางสติปัญญาและอารมณ์ อาหารและ โภชนาการเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญ การจะเป็นคนที่สมบูรณ์ต้องมีพัฒนาการทางทั้งด้านร่างกาย สมอง และจิตใจ โดยด้านร่างกาย อาหารเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เจริญเติบโตตามวัย สมองเรียนรู้ มีจิตใจที่สามารถ อบรมคุณธรรม จริยธรรมได้ โดยต้องเตรียมร่างกายทั้งหญิงและชายตั้งแต่ก่อนการปฏิสนธิ หากหวังให้คนมี คุณภาพไปสร้างชาติ ต้องให้ความสำคัญด้าน โภชนาการ ไม่ใช่แค่ได้รับประทานอาหารเพื่อให้มีชีวิตรอด จากการศึกษพบว่าคนไทยขาดแร่ธาตุที่สำคัญมาก 2 ชนิด ได้แก่ ธาตุเหล็กและไอโอดีน ภาวะโลหิตจาง ซึ่ง สาเหตุของโลหิตจางมากกว่าร้อยละ 50 เกิดจากการขาดธาตุเหล็ก ผู้ที่พร่องธาตุเหล็กแม้ยังไม่มีการซีดแต่ ก็ยังมีผลกระทบต่อสมอง ส่งผลให้เรียนรู้ไม่ดี ยิ่งช่วงที่มารดาตั้งครรภ์ยิ่งสำคัญต้องได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก การขาดธาตุเหล็กทำให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันต้านโรคน้อย เจ็บป่วย สมองไม่พัฒนา เรียนรู้ช้า ไม่มีสมาธิ เป็นต้น หากทารกและเด็กเล็กขาดธาตุเหล็กในช่วง 2 ขวบปีแรกของชีวิตจะสูญเสียการเรียนรู้ของสมอง พบว่าเด็กที่ ขาดธาตุเหล็กมีระดับความฉลาดทางสติปัญญาหรือไอคิวต่ำกว่าคนที่ไม่ขาด 5-10 จุด หญิงตั้งครรภ์ขาดธาตุ เหล็กมีอัตราเสียชีวิตสูง จึงควรได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก

การขาดสารไอโอดีนก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลกระทบต่อประชากรทุกกลุ่มวัย ตลอดช่วงระยะเวลา วงจรชีวิตโดยเฉพาะอย่างยิ่งทารกที่อยู่ในครรภ์มารดาจนถึงอายุ 3 ปี หากขาดสารไอโอดีนจะทำให้สมอง เจริญเติบโตไม่เต็มที่ ลดความเฉลียวฉลาดหรือระดับสติปัญญาของเด็กได้ถึง 10-15 จุด ทำให้เด็กมีปัญหา การเรียนและกระทบต่อการเจริญเติบโต

จากเหตุผลข้างต้นเห็นได้ว่าการสร้างความตระหนักในความสำคัญของการพัฒนาเด็กไทยทั้งทาง ร่างกายและจิตใจ การให้ความรู้ความเข้าใจแก่สังคม การค้นหาเด็กนักเรียนกลุ่มที่มีความเสี่ยงทั้งภาวะ โภชนาการและภาวะที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของเด็กและได้รับการแก้ไขและส่งเสริมอย่างทันทั่วถึง จะนำไปสู่

การพัฒนาความฉลาดทางสติปัญญาและอารมณ์ของเด็กไทยอย่างรอบด้าน โดยในปีงบประมาณ 2558 กรมสุขภาพจิตร่วมกับสำนักโภชนาการ กรมอนามัย ได้ดำเนินการต่อเนื่องในการพัฒนาสื่อ คู่มือ และระบบการเฝ้าระวัง ภาวะทางโภชนาการ (ไอโอดีนและธาตุเหล็ก) ปัญหาไอคิวและอีคิวและการดูแลช่วยเหลือเด็กวัยเรียนกลุ่มเสี่ยงที่มีปัญหาไอคิวและอีคิวในโรงเรียน และให้ระบบสาธารณสุขเชื่อมโยงกับโรงเรียนประถมศึกษาเพื่อคัดกรอง ไอคิวอีคิว และให้ความช่วยเหลือ โดยมีการดำเนินการครอบคลุมทั่วประเทศ ในขณะเดียวกันก็มุ่งเน้นการพัฒนาสื่อ คู่มือสำหรับการส่งเสริม ไอคิวอีคิวสำหรับเด็กปกติด้วย

ที่มา : โครงการสร้างเสริมความฉลาดทางสติปัญญาและอารมณ์เพื่อนักเรียนไทยสุขภาพดี กรมสุขภาพจิต