



การพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด
ที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย

THE DEVELOPMENT OF CREATIVE DRAMA LEARNING ACTIVITIES
FOR STIMULATING EXECUTIVE FUNCTION SKILL IN SELF CONTROL BEHAVIOR
OF KINDERGARTEN STUDENTS

ชานนท์ บุตรพุ่ม

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2567

การพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด
ที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา
คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2567
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

THE DEVELOPMENT OF CREATIVE DRAMA LEARNING ACTIVITIES
FOR STIMULATING EXECUTIVE FUNCTION SKILL IN SELF CONTROL BEHAVIOR
OF KINDERGARTEN STUDENTS



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF EDUCATION
(Art Education)

Faculty of Fine Arts, Srinakharinwirot University

2024

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด

ที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย

ของ

ชานนท์ บุตรพุ่ม

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

..... ที่ปรึกษาหลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปรวณ แพทยานนท์)

..... ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุขสันติ แวงวรรณ)

..... ที่ปรึกษาร่วม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ วรรณวิไชย)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นพดล อินทร์จันทร์)

ชื่อเรื่อง	การพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด ที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย
ผู้วิจัย	ชานนท์ บุตรพุ่ม
ปริญญา	การศึกษามหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2567
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ปรวิน แพทยานนท์
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ระวีวรรณ วรรณวิไชย

การวิจัยการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย งานวิจัยชิ้นนี้เป็นงานวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. พัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย 2. เพื่อเปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง และแบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล ผลการวิจัยพบว่า 1) ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย สื่ออุปกรณ์และแผนกิจกรรมจำนวน 12 ชุด โดยชุดกิจกรรมที่ 1 – 4 มุ่งพัฒนาด้านการใส่ใจจดจ่อ ชุดกิจกรรมที่ 5 – 8 มุ่งพัฒนาด้านการควบคุมอารมณ์ และชุดกิจกรรมที่ 9 – 12 มุ่งพัฒนาการติดตามประเมินตนเอง โดยกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วยทฤษฎีการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์สำหรับเด็กปฐมวัย คือ การใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 การใช้ความทรงจำ จินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ และการสวมบทบาทสมมติภายใต้สถานการณ์และกติกาที่ตกลงร่วมกัน และ 2) ผลการเปรียบเทียบการใช้ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการทดลอง พบว่า ผลการทดลองเปรียบเทียบตัวบ่งชี้ทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจ ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ทั้ง 3 ด้าน มีระดับคะแนนเฉลี่ยก่อนจัดกิจกรรมต่ำกว่าหลังจัดกิจกรรม โดยจากการใช้แบบประเมินด้านการติดตามประเมินตนเอง ผลประเมินอยู่ในระดับสูงสุดรองลงมา ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการใส่ใจจดจ่อ และตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ ตามลำดับ

คำสำคัญ : ทักษะการคิด, การควบคุมตนเอง, ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์, เด็กปฐมวัย

Title	THE DEVELOPMENT OF CREATIVE DRAMA LEARNING ACTIVITIES FOR STIMULATING EXECUTIVE FUNCTION SKILL IN SELF CONTROL BEHAVIOR OF KINDERGARTEN STUDENTS
Author	CHANON BUTPUM
Degree	MASTER OF EDUCATION
Academic Year	2024
Thesis Advisor	Assistant Professor Dr. Porawan Pattayanon
Co Advisor	Assistant Professor Dr. Rawiwan Wanwichai

This research has the objective to develop creative drama learning activities for simulating executive function skills in the self-control behavior of kindergarten students and to compare the results regarding executive function skills in the self-control behavior of kindergarten students after the pretest and posttest. The study occurred during the second semester of Srinakharinwirot University Demonstration School (Elementary) 2023 academic year with 30 third-year kindergarten students, both male and female, aged 5-6 and were the sample group. The participating students were selected based on the purposive sampling method are presented with three aspects of executive function skills in self-control behavior, which included concentration, emotional control and self-evaluation. The results were as follows: (1) 12 sets of creative drama learning activities for stimulating executive function skills in self-control behavior were developed and approved by specialized experts with the highest measure of Index of Item - Objective Congruence (IOC). The activities included plan 1-4, regarding concentration, plans 5-8 focusing on developing emotional control and plans 9-12 on self- evaluation; (2) the results of the tests conducted pre-and-post activities to compare indications of executive function skills in self-control behavior showed that the average scores of the pretests were lower than the results of the post-tests with a self-evaluation test using evaluation forms showing highest average score followed by the average score the concentration indication test and the self-control indication test, respectively.

Keyword : Executive function skills, Self-control behavior, Set of creative drama learning activities, Kindergarten students

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ลุล่วงได้ ด้วยความช่วยเหลืออย่างสูงยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ วรรณวิไชย ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปรวัน แพทยานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำและช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ เป็นอย่างดีทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ ผู้วิจัยขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบคุณ อาจารย์ ดร.ภริภา ภิรนานนท์ ผศ.ดร.สุภัค โอฬารพิริยกุล อาจารย์ ดร.นลินทิพย์ บุญเฉลยมรรค อาจารย์ ดร.ดลศักดิ์ ไทรเล็กทิม และอาจารย์ ดร.เศรษฐ์สิริ นิรันดร์ ที่สละเวลาช่วยตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และได้ช่วยปรับปรุงแก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ ของแผนกิจกรรมการใช้ละครสร้างสรรค์ให้มีความถูกต้อง และสมบูรณ์ยิ่งขึ้นเพื่อนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ ผู้บริหารโรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ที่ให้ความอนุเคราะห์แก่ผู้วิจัยในการลงพื้นที่เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย และคุณครูประจำชั้นอนุบาล 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 ทุกท่าน ที่คอยให้ความช่วยเหลือ และอำนวยความสะดวกแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี

เหนือสิ่งอื่นใดขอขอบคุณ บิดา มารดา ที่เคียงข้างเป็นกำลังใจ และให้การสนับสนุนในทุกด้านอย่างดีที่สุดเสมอมา รวมถึงเป็นแรงผลักดันให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี และคุณประโยชน์อันพึงจะมีจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบและอุทิศแด่ผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่าน รวมทั้งบุคคลที่ไม่อาจกล่าวนามได้หมดในที่นี้ ที่ได้ให้สติปัญญาและเป็นแรงผลักดันให้ปริญญานิพนธ์ประสบผลสำเร็จ

ชานนท์ บุตรพุ่ม

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญรูปภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	4
ความสำคัญของการวิจัย	4
ขอบเขตการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดการวิจัย	6
สมมุติฐานของการวิจัย.....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
1. พัฒนาการของเด็กปฐมวัย.....	7
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการและทักษะการคิด (EF)	10
2.1 ความหมายและความสำคัญของทักษะการคิด (EF)	10
2.2 องค์ประกอบของการพัฒนาทักษะการคิด (EF)	12
2.3 การออกแบบการจัดประสบการณ์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด (EF)	15
2.4 กระบวนการในการพัฒนาทักษะการคิด (EF)	16

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง.....	18
3.1 ความหมายและความสำคัญของการควบคุมตนเอง.....	18
3.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง	18
3.3 ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง	19
3.4 แนวทางการส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย	20
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับละครสร้างสรรค์ (Creative Drama)	21
4.1 ความหมายและความสำคัญของละครสร้างสรรค์	21
4.2 ลักษณะและรูปแบบของละครสร้างสรรค์	22
4.3 กระบวนการละครสร้างสรรค์.....	24
4.4 หลักในการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์.....	24
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	25
5.1 วิจัยภายในประเทศ	25
5.2 วิจัยต่างประเทศ.....	26
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	28
1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	28
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการหาคุณภาพของเครื่องมือ.....	28
3. วิธีดำเนินการทดลอง	31
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล.....	32
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	35
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	35
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	36
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	61
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	61

ขอบเขตการวิจัย	61
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	62
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	62
วิธีการดำเนินการวิจัย.....	62
การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล.....	62
สรุปผลการวิจัย.....	63
อภิปรายผล	73
ข้อเสนอแนะ	77
บรรณานุกรม	78
ภาคผนวก.....	82
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ.....	83
ภาคผนวก ข การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	85
ภาคผนวก ค แผนกิจกรรมละครสร้างสรรค์	89
ภาคผนวก ง แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 2-6 ปี (แบบ MU.EF-101) ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล	125
ภาคผนวก จ ภาพการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์.....	132
ภาคผนวก ง หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัย.....	145
ประวัติผู้เขียน.....	148

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง.....	30
ตาราง 2 การวิจัยแบบศึกษากลุ่มเดียววัดก่อน-หลังการทดลอง	32
ตาราง 3 โครงสร้างรูปแบบชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย	37
ตาราง 4 ผลการทดสอบหาค่าความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย (N = 5)	42
ตาราง 5 ผลการวิเคราะห์การทดลองใช้ (Try out) กิจกรรมละครสร้างสรรค์ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง.....	45
ตาราง 6 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ (n = 30)	48
ตาราง 7 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ (n = 30).....	49
ตาราง 8 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง (n = 30)	50
ตาราง 9 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร	

(ฝ่ายประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ รายบุคคล (คะแนนเต็ม = 4.00)	52
ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของ นักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านด้านการใส่ใจจดจ่อ54	
ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของ นักเรียนระดับชั้นอายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุม อารมณ์	56
ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของ นักเรียนระดับชั้นอายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) ตัวบ่งชี้พัฒนาการการติดตามประเมิน ตนเอง	58

สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย	6
ภาพประกอบ 2 ช่วงวัยในการพัฒนา EF	8
ภาพประกอบ 3 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ	49
ภาพประกอบ 4 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์	50
ภาพประกอบ 5 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง	52
ภาพประกอบ 6 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ	56
ภาพประกอบ 7 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์	58
ภาพประกอบ 8 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง	60

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อโคโรนาไวรัส (COVID-19) ในปัจจุบันนั้นส่งผลกระทบต่อมากมายกับสังคมต่าง ๆ ทั่วโลก รูปแบบการเรียนการสอนที่ต้องถูกปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์สำคัญของโลกครั้งนี้โดยการให้เด็กเรียนอยู่ที่บ้านไม่ต้องไปโรงเรียนนั้น ก็ส่งผลให้เด็กมีภาวะความเครียดจากปัจจัยหลายด้านรอบตัว ทั้งจากพ่อแม่ที่ดิ้นรนหารายได้เพิ่มเติมเนื่องด้วยสภาพเศรษฐกิจที่ฝืดเคือง และยิ่งเสี่ยงต่อการขาดการเรียนรู้ไปพักใหญ่ เรียกได้ว่าโลกตกอยู่ในสถานการณ์ “VUCA” (องค์กรทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF). 2563: 5) ที่เกิดความผันผวน ไม่แน่นอน ซับซ้อน และคลุมเครือ คำว่า VUCA ถูกใช้ครั้งแรกใน U.S. Army War College มาจากนักศึกษามหาวิทยาลัยได้ใช้คำย่อนี้ เพื่ออธิบายสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยความผันผวน ยากจะคาดเดา มีความซับซ้อนสูง และคลุมเครือเกินกว่าจะอธิบายได้ ประกอบด้วย 4 คำ ดังนี้ V (Volatility) คือ ความผันผวน ยากจะคาดเดา เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างฉับพลันไม่ทันตั้งตัว U (Uncertainty) คือ มีความไม่แน่นอนสูง ไม่ชัดเจน ยากจะอธิบาย C (Complexity) คือ มีความซับซ้อนสูง มีปัจจัยมากมายที่ต้องนำมาพิจารณาประกอบการตัดสินใจและ A (Ambiguity) คือ มีความคลุมเครือ เต็มไปด้วยความไม่แน่นอน ยากจะคาดเดาผลลัพธ์ได้ ในขณะที่การพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กนั้นไม่อาจหยุดยั้งได้ เช่น การเปลี่ยนแปลงของภาวะโลกร้อน หรือสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ อาจจะเป็นสถานการณ์ที่ไม่เห็นถึงความเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน จนเด็กรับรู้ได้ถึงผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงได้โดยตรง แต่ในปัจจุบัน สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิดนั้นส่งผลกระทบต่อเด็กอย่างเห็นได้ชัด เด็กรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่ต่างจากเดิม เช่น ไม่สามารถไปโรงเรียนได้ตามปกติ เล่นกับเพื่อนไม่ได้ ต้องเว้นระยะห่าง หรือใส่หน้ากากอนามัย เป็นต้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ทำให้โอกาสในการพัฒนาทักษะที่สำคัญต่อการปรับตัวเข้าสู่สังคมของเด็กหายไปอย่างมาก ดังนั้นในยุคที่มีโลกมีการเปลี่ยนแปลงเช่นนี้ การมีแค่ทักษะศตวรรษที่ 21 นั้นไม่เพียงพออีกต่อไป เด็กจะต้องมีคุณลักษณะสำคัญเพิ่ม ไม่ว่าจะเป็น การรู้จักยืดหยุ่น ล้มแล้วสามารถลุกขึ้นได้ จิตใจหนักแน่น มองโลกแง่ดี มีความฉลาดทางอารมณ์ เรียนรู้ตลอดเวลาและสามารถปรับเปลี่ยนตนเองได้ (องค์กรทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF). 2563: 16)

ในประเทศไทยประสบปัญหาเด็กปฐมวัยมีพัฒนาการล่าช้าประมาณ 1 ใน 3 ของประชากรเด็กทั้งหมด (สำนักข่าวอิศรา. 2564: 2) ช่วงอายุ 1-3 ปี มีพัฒนาการโดยรวมไม่สมวัย 25% ช่วงอายุ 4-5 ปี ไม่สมวัยถึง 42% และอาจส่งผลกระทบระยะยาวในอนาคตเมื่อเด็กเหล่านี้โตขึ้น

สำหรับปัญหาที่ทำให้ 1 ใน 3 ของประชากร ไม่สามารถพัฒนาเป็นพลเมืองคุณภาพได้ เนื่องจากเด็กไทยส่วนใหญ่ขาดสมรรถนะในการคิดวิเคราะห์และกำกับดูแลตนเอง รวมไปถึงปัจจัยอื่น ๆ เช่น ครอบครัวอ่อนแอหย่าร้าง มีค่านิยมในการเลี้ยงลูกที่ผิด ขาดความรู้ ทักษะต่าง ๆ และใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์เลี้ยงลูกมากเกินไปจนเกินไป ปัจจัยด้านการศึกษามุ่งเน้นการแข่งขัน ทำให้เด็กขาดความสุข ครูไม่เข้าใจเด็กเนื่องจากขาดความรู้และไม่ได้ตระหนักถึงความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะเหล่านี้ในปฐมวัย

ทักษะสมองหรือทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองเป็นส่วนสำคัญในการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จสามารถพัฒนาได้ดีที่สุดในช่วงปฐมวัย อายุ 3-6 ปี หลังจากนั้นการพัฒนามจะเริ่มลดลง (Taku Kosokabe. 2564: 21) ดังนั้น ในช่วงปฐมวัยจึงเป็นช่วงเวลาสำคัญมาก เป็นช่วงอายุที่พ่อแม่และครูต้องใส่ใจ ให้ความสำคัญในการฝึกฝนและปลูกฝังเด็กเพื่อเสริมสร้างทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองเพื่อให้ได้มาซึ่งการสร้างทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพต่อสังคม ยิ่งเด็กมีต้นทุนทักษะสมอง (EF) สูงเท่าไร ก็จะเป็นการเปิดหน้าต่างแห่งโอกาสที่เด็กจะสามารถคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ และควบคุมอารมณ์ได้ดีตั้งแต่เล็ก ๆ ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญที่ต่อยอดการใช้ชีวิตที่ดีและเติบโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ เพราะการส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองเพียงด้านเดียว เป็นเหมือนการแก้ปัญหาที่ต้นตอก่อนที่จะมีปัญหาด้านอื่น ๆ ตามมา เช่น เมื่อปลูกฝังทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในช่วงปฐมวัย ในอีก 5 ปี เด็กที่ติดเกมจะมีปริมาณน้อยลงเพราะเด็กสามารถเข้าใจผลเสียของการติดเกม สามารถจดจ่ออยู่กับกิจกรรมอื่น ๆ ควบคุมความอยากเล่นเกมของตัวเองได้ และติดตามประเมินพฤติกรรมของตนเองได้ด้วย หรือในอีก 10 ปีถัดไปเด็กจะติดยาน้อยลงด้วยเหตุผลเดียวกัน ถือว่าเป็นทางลัดสำคัญที่การศึกษาไทยจะต้องเอามาพิจารณาอย่างเร่งด่วน ถ้าหากทิ้งโอกาสการพัฒนา EF ในช่วงปฐมวัยไป ประเทศไทยจะพลิกฟื้นสถานการณ์โควิดได้ยาก

ซึ่งวิธีการที่เหมาะสมต่อการพัฒนาทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยนั้นจะต้องฝึกให้เด็กรู้จักควบคุมตนเองในทุกด้านให้ได้ เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ฝึกให้เข้าใจกฎเกณฑ์ข้อตกลงต่าง ๆ รู้จักอดทนรอคอยให้ถึงโอกาสของตน หัดให้เด็กรับฟังและชื่นชมผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับ (คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. 2558: 21) กล่าวว่าการแสดงพฤติกรรมการเข้าสังคมของเด็กในระยะแรกอาจมีปัญหา เพราะเด็กในวัยนี้มักจะยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ยังไม่รู้จักกำกับควบคุมตนเอง ยังไม่รู้จักยอมรับความคิดและความรู้สึกของผู้อื่น แต่เมื่อเด็กมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนวัยเดียวกันหรือผู้อื่นมากขึ้น อีกทั้งได้รับการ

ปลูกฝังลักษณะพฤติกรรมที่เหมาะสมทางสังคม เด็กย่อมสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นและเรียนรู้บทบาทของตัวเองได้ดียิ่งขึ้น

ปัจจุบันครูได้นำการจัดกิจกรรมในรูปแบบต่าง ๆ มาใช้เพื่อพัฒนาทักษะทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในปฐมวัยอย่างหลากหลาย และจากการศึกษางานวิจัยพบว่ามีผู้นำวิธีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้รูปแบบต่าง ๆ มาใช้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในปฐมวัย เช่น (เมธิญา มฤคสนธ. 2561: 58) การสร้างชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์สร้างสรรค์สำหรับเด็กปฐมวัย (จิราภรณ์ แจ่มใส. 2558: 4) ผลของการใช้กิจกรรมศิลปะแบบร่วมมือประกอบการเล่านิทานในการพัฒนา ทักษะทางสังคมของเด็กปฐมวัย เป็นต้น ทำให้เห็นได้ว่าพัฒนาการทางสังคมเป็นพัฒนาการทางด้านหนึ่งที่ต้องส่งเสริมในเด็กปฐมวัยในปัจจุบัน (พระราชบัญญัติการพัฒนาปฐมวัย. 2562: 5) ซึ่งในการจัดกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการทางสังคมของเด็กปฐมวัยควรจัดให้เด็กได้ทำกิจกรรมร่วมกัน เด็กต้องมีอิสระในการปรึกษาหารือกัน มีการแสดงความสามารถออกมาให้เพื่อนและครูได้เห็น ทำให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจในความสามารถของตนเองและได้รับความสุขจากการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

จากการศึกษาข้อมูลเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ผู้วิจัยมีความเห็นว่าหนึ่งทฤษฎีที่สามารถนำมาออกแบบเป็นกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยได้ก็คือ “ละครสร้างสรรค์ (Creative Drama)” เพราะละครสร้างสรรค์นั้นเป็นรูปแบบการเล่นสมมติที่ได้ผ่านกระบวนการจัดเตรียมข้อมูลและวางแผนการเล่น ให้เหมาะสมกับวัยและพัฒนาการของผู้ร่วมกิจกรรมเป็นอย่างดี เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมสามารถรับประโยชน์สูงสุดจากการเล่นโดยที่ยังรักษาไว้ ซึ่งธรรมชาติของ “การเล่น” เอาไว้เป็นอย่างดี กล่าวคือการเล่นละครสร้างสรรค์นั้นไม่เหมือนกับการแสดงละครเวที ไม่ได้เป็นไปเพื่อสนองความต้องการของกลุ่มผู้ชมและไม่ได้เป็นการแสดงเพื่ออวดฝีมือ แต่การเล่นละครสร้างสรรค์นั้นจะต้องเล่นในสถานที่ที่ผู้ร่วมกิจกรรมรู้สึก ปลอดภัย ไม่เครียด ไม่กังวลใจ และสามารถแสดงออก (ภายใต้เงื่อนไขที่ตกลงร่วมกัน) อย่างเสรี โดยมุ่งประโยชน์ไปที่พัฒนาการของผู้ร่วมกิจกรรมเป็นหลัก จึงอาจกล่าวได้ว่ากิจกรรมและละครสร้างสรรค์นั้นเป็นการเล่นบทบาทสมมติในแบบ ที่ไม่เป็นทางการแทนที่จะมีนักแสดง แต่กลับมีผู้ร่วมกิจกรรมแทนที่จะมีผู้กำกับการแสดงแต่กลับมีผู้นำกิจกรรมหรือครูที่ช่วยอำนวยความสะดวกในกระบวนการทั้งหมด

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ซึ่งผลที่ได้รับ

จากการวิจัยในครั้งนี้จะสามารถนำไปเป็นแนวทางหนึ่งในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาเกี่ยวกับทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยได้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรม

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ซึ่งจะช่วยให้เด็กสามารถจัดการกับความคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองทั้งความคิดและการกระทำได้อย่างเป็นระบบ เกิดเป็นความคิดเชิงสร้างสรรค์ที่จะช่วยให้เด็กปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยผลจากการวิจัยนี้จะเป็นแนวทางให้กับครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กปฐมวัยทั้งในและนอกโรงเรียน ได้นำรูปแบบการจัดการเรียนรู้ไปใช้ในการส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งในกิจกรรมการเรียนการสอนกลุ่มสาระวิชาต่าง ๆ และทักษะในการใช้ชีวิต

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากร

กลุ่มประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นเด็กปฐมวัยชายและหญิง รวมทั้งสิ้น 240 คน ซึ่งมีอายุอยู่ระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นเด็กปฐมวัยชายและหญิง รวมทั้งสิ้น 30 คน ซึ่งมีอายุอยู่ระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling)

3. ระยะเวลาที่ใช้ในการทำวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จะใช้เวลาในการดำเนินการเรียนรู้ จำนวน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมระยะเวลา 12 ครั้ง ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566

4. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

4.1 ตัวแปรต้น คือ ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

4.2 ตัวแปรตาม คือ ทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง ประกอบด้วย 3 ทักษะ คือ

- การใส่ใจจดจ่อ (Attention)
- การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)
- การติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring)

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **ทักษะการคิด** หมายถึง กระบวนการทางความคิด การวางแผน การให้เหตุผลที่เกี่ยวข้องกับงานที่ทำหรือสิ่งที่เรียนรู้เพื่อแสดงให้รู้ว่าเข้าใจเนื้อหาและการปฏิบัตินั้นอย่างแท้จริง สามารถแสดงออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักการจัดลำดับความสำคัญทั้งในด้านของความคิดและการลงมือปฏิบัติ ซึ่งในงานวิจัยนี้เลือกปัญหาพฤติกรรมด้านทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) โดยใช้แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล มหาวิทยาลัยมหิดล ในการวัดประเมิน

2. **การควบคุมตนเอง** หมายถึง ความสามารถหรือทักษะที่เกิดจากการทำงานของสมองส่วนหน้า ซึ่งจะช่วยให้คนเราสามารถควบคุมความคิด อารมณ์ พฤติกรรม เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ตนต้องการสำเร็จ ประกอบไปด้วย 3 ทักษะสำคัญ ได้แก่

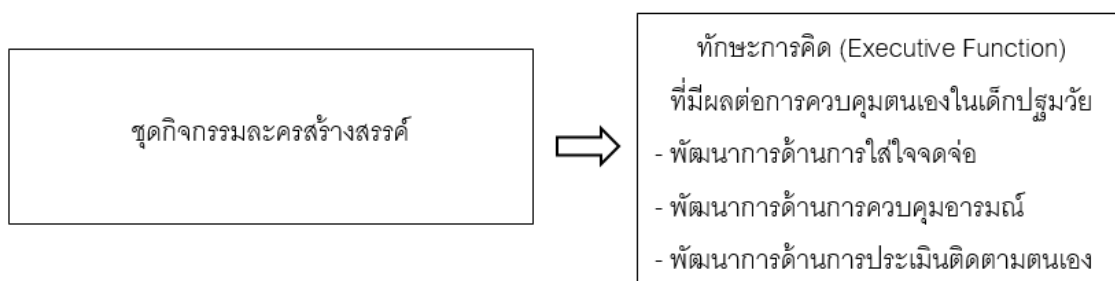
- การใส่ใจจดจ่อ (Attention)
- การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)
- การติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring)

3. **ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์** หมายถึง กระบวนการในการสร้างชุดกิจกรรม ซึ่งในวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมโดยใช้รูปแบบของละครสร้างสรรค์เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ โดยจะเน้นให้นักเรียนมีส่วนร่วม ในทุกกิจกรรมจะช่วยส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง ผ่านกระบวนการคิด การปฏิบัติและได้เรียนรู้การปรับตัว

จากการแก้ไขปัญหที่พบ ใช้เวลาในการดำเนินการเรียนรู้ จำนวน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมระยะเวลา 12 ครั้ง

4. เด็กปฐมวัย หมายถึง นักเรียนชายและหญิงอายุอยู่ระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) จำนวน 30 คน จากการประเมินด้วยแบบประเมินพฤติกรรมเด็กระหว่างภาคเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพประกอบ 1 แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย

สมมุติฐานของการวิจัย

ผลการประเมินพัฒนาการด้านทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง โดยผ่านการจัดกิจกรรมพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยที่ผู้วิจัยออกแบบขึ้นหลังการจัดกิจกรรมสูงขึ้นกว่าก่อนจัดกิจกรรม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาเรื่องของการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับหัวข้อต่อไปนี้

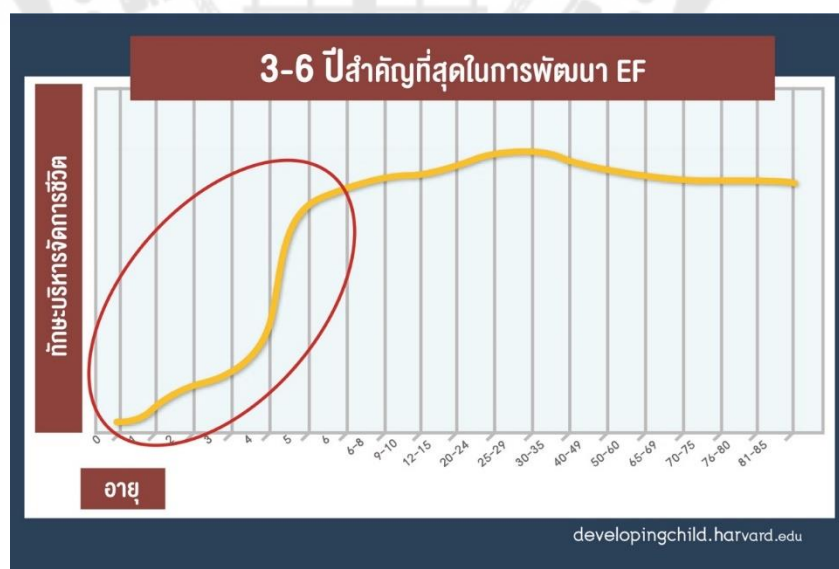
1. พัฒนาการของเด็กปฐมวัย
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการและทักษะการคิด (EF)
 - 2.1 ความหมายและความสำคัญของทักษะการคิด (EF)
 - 2.2 องค์ประกอบของการพัฒนาทักษะการคิด (EF)
 - 2.3 การออกแบบการจัดประสบการณ์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด (EF)
 - 2.4 กระบวนการในการพัฒนาทักษะการคิด (EF)
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง
 - 3.1 ความหมายและความสำคัญของการควบคุมตนเอง
 - 3.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง
 - 3.3 ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง
 - 3.4 แนวทางการส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับละครสร้างสรรค์ (Creative Drama)
 - 4.1 ความหมายและความสำคัญของละครสร้างสรรค์
 - 4.2 ลักษณะและรูปแบบของละครสร้างสรรค์
 - 4.3 กระบวนการละครสร้างสรรค์
 - 4.4 หลักในการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 วิจัยภายในประเทศ
 - 5.2 วิจัยต่างประเทศ

1. พัฒนาการของเด็กปฐมวัย

เด็กปฐมวัย คือเด็กที่มีช่วงอายุ 3-6 ปี เป็นวัยที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้มากขึ้นกว่าวัยทารก เด็กวัยนี้ชอบทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง มักเป็นเด็กช่างสงสัยอยากรู้อยากเห็น อึดรากร เจริญเติบโตช้าลงเมื่อเทียบกับวัยทารก แต่พัฒนาการทางด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่เป็นไปอย่าง

รวดเร็ว ทำให้เด็กวัยนี้ชอบทำกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น การกระโดด การวิ่ง ปีนป่าย การเดินตามจิ้งหรีด ฯลฯ แต่การทำงานของกล้ามเนื้อเล็กอาจยังไม่ได้เท่าที่ควร ในส่วนของพัฒนาการด้านสติปัญญามักจะให้เหตุผลตามการรับรู้และจากประสบการณ์ที่เคยพบเจอมากกว่า การให้เหตุผลตามตรรกะ สำหรับพัฒนาการทางด้านอารมณ์นั้น เด็กในวัยนี้เป็นวัยที่มีอารมณ์และการแสดงออกที่รุนแรง ซึ่งผู้ใหญ่ที่อยู่ด้วยควรเข้าใจและมีวิธีการจัดการที่เหมาะสม ความสนใจในการเล่นของเด็กในวัยนี้มักจะเป็นการเล่นเชิงสร้างสรรค์ การเล่นแบบแสดงละคร มีความสนใจเกี่ยวกับรูปภาพและหนังสือ ชอบจินตนาการและมักจะพยายามเรียนรู้สิ่งใหม่ใหม่อยู่เสมอ

ปนัดดา ธนเศรษฐกร (คู่มือพัฒนาทักษะสมอง EF สำหรับครูปฐมวัย. 2563) กล่าวว่า “หน้าต่างแห่งโอกาสของทักษะสมองอยู่ในช่วงปฐมวัย” เนื่องจากสมองส่วนหน้านั้นมีการพัฒนาต่อเนื่องยาวนานตั้งแต่แรกเกิดไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุประมาณ 25 ปี) ทักษะสมองจึงใช้เวลาในการพัฒนาต่อเนื่องตั้งแต่ขวบปีแรกคู่ขนานกับการพัฒนาของสมองส่วนหน้าไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นเช่นกัน มีงานวิจัยชี้ว่า ประสบการณ์ในช่วง 3-6 ปีเป็นปัจจัยสำคัญที่จะสร้างพื้นฐานที่แข็งแกร่งให้แก่ทักษะสมอง เรียกได้ว่าช่วงวัยนี้เป็นหน้าต่างแห่งโอกาสสำคัญของการพัฒนาทักษะสมองทั้งนี้ก็เพราะว่าปฐมวัยนั้นเป็นช่วงอายุที่สมองมีอัตราการเติบโตก้าวหน้าของการพัฒนาทักษะสมอง EF มากกว่าช่วงวัยอื่นดังที่แสดงไว้ในกราฟด้านล่าง



ภาพประกอบ 2 ช่วงวัยในการพัฒนา EF

ที่มา : www.developingchild.harvard.edu

สำหรับในช่วงวัยเรียน วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นนั้น ทักษะสมองยังคงพัฒนาต่อเนื่อง แต่จะเป็นไปในอัตราที่เติบโตช้ากว่าช่วงปฐมวัย หลังจากนั้นไปจนถึงวัยชราอัตรานี้จะเสื่อมลงไปตามวัย

ชิดกมล สังข์ทอง (2020: 9) จากการศึกษาศูนย์พัฒนาเด็กปฐมวัยส่วนใหญ่ในเขตปริมณฑลพบว่า เน้นไปที่การควบคุมการแพร่กระจายเชื้อ การส่งเสริมภาวะโภชนาการ การเจริญเติบโต พัฒนาการ ทนตสุขภาพ และการป้องกันอุบัติเหตุ ส่วนฐานข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลเด็กให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม และส่งเสริมให้เด็กมีพื้นฐานทางอารมณ์ที่เหมาะสมยังมีน้อย ไม่มีแนวทางการป้องกันแก้ไขเด็กที่มีปัญหาเกี่ยวกับพื้นฐานทางอารมณ์ ทั้งที่พื้นฐานทางอารมณ์ในเด็กปฐมวัยเป็นหัวใจสำคัญของบุคลิกภาพที่เป็นลักษณะสำคัญของบุคคลในวัยต่อมา ปัจจุบันพบปัญหาสุขภาพจำนวนมากที่เป็นผลต่อเนื่องมาจากพฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูเด็กไม่เหมาะสม เด็กที่มีปัญหาการควบคุมอารมณ์เพิ่มขึ้น และหากไม่ได้รับการแก้ไข อาจก่อให้เกิดการทำผิดกฎหมายเป็นผู้ใหญ่ที่มีปัญหาสุขภาพจิต มีพฤติกรรมความรุนแรง ทั้งนี้ การแก้ปัญหามีความยากลำบากกว่าการป้องกัน ดังนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องศึกษาสถานการณ์ภาวะสุขภาพ พัฒนาการ พื้นฐานอารมณ์ของเด็กและปัจจัยที่มีผลต่อพื้นฐานทางอารมณ์ในเด็กปฐมวัย เพื่อให้สามารถนำข้อมูลมาใช้วางแผนพัฒนารูปแบบการดูแลเด็กปฐมวัยที่มีปัญหาด้านพื้นฐานทางอารมณ์ต่อไป

จรรยา สุวรรณทัต (2520: 63) กล่าวว่า เด็กปฐมวัยจะแสดงออกทางอารมณ์อย่างเปิดเผยเป็นอิสระ และมักจะเกิดขึ้นบ่อย ๆ ทั้ง อารมณ์พอใจ หรือไม่พอใจ เด็กปฐมวัยจะมีลักษณะพัฒนาการทางสังคมดังนี้ เด็กในวัยนี้ส่วนใหญ่มักมีเพื่อนสนิทเพียง 1-2 คน แต่มีมิตรภาพอาจเปลี่ยนได้อย่างรวดเร็ว เด็กวัยก่อนเข้าเรียนมักมีสังคมไม่แน่นอน และมีความสมัครใจที่จะเล่นกับเพื่อนส่วนใหญ่ในชั้นเรียนของตนเองและมักมีเพื่อนสนิทที่เป็นเพศเดียวกัน แต่มีมิตรภาพระหว่างเพศชายและเพศหญิงก็เริ่มพัฒนาขึ้น เด็กวัยนี้มักเล่นเป็นกลุ่มเล็ก ๆ และไม่ค่อยเป็นระเบียบ การทะเลาะกันระหว่างเพื่อนมักเกิดขึ้นบ่อย ๆ เด็กมักจะลืมการทะเลาะได้เร็วและง่ายมาก เด็กวัยนี้ชอบเล่นละครและสมมติตนเองเป็นบทบาทเช่นเดียวกับบทบาทของละครบางตัวในรายการโทรทัศน์ที่ตนได้ดู ชอบพูดและแสดงเลียนแบบตัวละครนั้น ๆ ด้วย เด็กหญิงและเด็กชายเพิ่งจะเริ่มเรียนรู้บทบาทของตนและยังไม่มี ความเข้าใจ เกี่ยวกับบทบาทของเพศชัดเจนนัก

ดังนั้นช่วงปฐมวัยจึงเป็นช่วงเวลาที่สำคัญและเหมาะสมอย่างยิ่งต่อการพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าและพัฒนาการทักษะของเด็กในด้านอื่น ๆ อีกมากมาย โดยพ่อแม่ ครู ตลอดจนทุกคนในสังคมจะต้องตระหนักและเอาใจใส่อย่างพิถีพิถันเพื่อร่วมมือกันพัฒนาเด็กให้เป็นไปได้ อย่างเหมาะสม เพราะหากเด็กไม่ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสมแล้วนั้น กระบวนการพัฒนาทักษะสมอง

นี้ก็อาจไม่เป็นไปตามที่ควร หากจะไปพัฒนาเด็กในวัยเรียน วัยรุ่นหรือเมื่อเป็นผู้ใหญ่ตอนต้นก็จะทำได้ยากขึ้นและอาจไม่ได้ประสิทธิผลเท่ากับการปลูกฝังไว้ตั้งแต่ช่วงปฐมวัย

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการและทักษะการคิด (EF)

2.1 ความหมายและความสำคัญของทักษะการคิด (EF)

กิรสติ โลกกา (2563: 146) การปลูกฝังและส่งเสริมทักษะความสามารถในการคิดของนักเรียนนั้น ครูมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้ทักษะดังกล่าว และเป็นตัวอย่างที่มีประสิทธิภาพให้นักเรียนได้เห็น นอกจากนั้นครูควรปลูกฝังวัฒนธรรมปฏิสัมพันธ์ในห้องเรียน ในโรงเรียนและสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่กว้างออกไป ครูต้องชี้แนะให้นักเรียนทำงานและพัฒนาความคิดร่วมกันเป็นกลุ่ม ซึ่งจะเป็นการช่วยพัฒนาทักษะการคิดของนักเรียนได้เป็นอย่างดีอีกด้วย สิ่งสำคัญก็คือ ควรที่จะมีการส่งเสริมวัฒนธรรมนี้ในทั้งโรงเรียนเพื่อให้การเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นและการสร้างสรรค์ความรู้กลายเป็นบรรทัดฐาน ไม่ใช่กรณีพิเศษ ควรทำตั้งแต่เนิ่น ๆ วัยเด็กปฐมศึกษาตอนต้นและวัยประถมศึกษาเป็นช่วงที่ดีที่สุดในชีวิตที่จะเริ่มต้นปลูกฝังทักษะการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น

โรงพยาบาลมนารมย์ (2562: 98) อธิบายไว้ว่า EF หรือ Executive Function คือความสามารถที่เกิดจากการทำงานของสมองส่วนหน้าที่ช่วยให้คนเราสามารถควบคุม ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ตามที่ต้องการสำเร็จ โดยมีชื่อเรียกในภาษาไทยได้หลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็น “ความสามารถในการจัดการ” “ทักษะที่จำเป็นในการทำกิจที่มีเป้าหมาย” หรือ “ทักษะการคิด”

อรรถน์ เชาว์กุลจรัสศิริ, (2560: 72) กล่าวอ้างไว้ว่า มีหลักฐานทางการวิจัยที่ยืนยันว่า EF เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จตลอดช่วงชีวิตของคนเรา ไม่ว่าจะเป็นผลการเรียนที่ดี พฤติกรรมที่เหมาะสม สุขภาพจิต สุขภาพกาย รวมไปถึงการประสบความสำเร็จทางหน้าที่การงานในอนาคต โดยหากดูตามช่วงอายุแต่ละวัย EF จะช่วยในเรื่องต่าง ๆ ต่อไปนี้

1. วัยเด็ก EF สำคัญอย่างมากต่อความสำเร็จด้านการเรียนเพราะเด็กใช้มันเพื่อจดจำเนื้อหาที่เรียน ทำตามคำสั่งได้ต่อเนื่อง หลีกเลี่ยงต่อสิ่งเร้าที่จะทำให้วอกแวกกับการทำงานปรับตัวเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงกฎระเบียบ แก้ปัญหาต่าง ๆ ได้เหมาะสม และทำงานที่ได้รับมอบหมายเป็นเวลายาวนานได้ นอกจากเรื่องการเรียนรู้แล้วยังช่วยเรื่องสังคม เช่น การทำงานเป็นกลุ่ม ความเป็นผู้นำ กล้าคิดตัดสินใจ ปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลง และทำงานจนบรรลุเป้าหมาย

2. วัยผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ที่มี EF ดี มีแนวโน้มจะประสบความสำเร็จทางด้านฐานะการเงิน เพราะมีความสามารถในการจัดระเบียบแบบแผนในชีวิต การวางแผนล่วงหน้า คิดแก้ไขปัญหา และปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้

สำนักงานราชบัณฑิตยสภา (2558: 200-203) ได้นิยามความหมายของความสามารถทางการคิดเชิงบริหารจัดการ (EF) ว่าเป็นความสามารถที่เกิดขึ้นจากการทำงานของสมองส่วนหน้า มีส่วนช่วยให้บุคคลสามารถที่จะวางแผน จัดระบบระเบียบ ตัดสินใจ มีสมาธิ สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเอง รู้จักแก้ปัญหาและให้เหตุผลในการตัดสินใจของตนเองได้ ความสามารถนี้เป็นความสามารถระดับสูงที่จะคอยควบคุมและกำกับความสามารถหรือทักษะพื้นฐาน รวมไปถึงพฤติกรรมอื่น ๆ ที่จำเป็น อันประกอบด้วย

1. ความสามารถที่จะเริ่มและ/หรือหยุดการกระทำใดการกระทำหนึ่ง
2. การกำกับควบคุมและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเมื่อต้องการ
3. การวางแผนพฤติกรรมของตนเองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่แปลกใหม่ในอนาคต
4. การคาดการณ์ผลที่จะเกิดขึ้นและสามารถปรับให้เข้ากับสถานการณ์หรือความเปลี่ยนแปลงได้

เพ็ญพรรณ จิตตะเสนีย์ (สำนักงานสนับสนุนสุขภาพเด็ก เยาวชนและครอบครัว สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ หรือ สสส. 2560: 87) กล่าวไว้ว่า จากการศึกษาวิจัยของนักวิทยาศาสตร์นานาชาติพบว่า การพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนให้เป็นคนที่มีคุณภาพเพื่อให้ตอบโจทย์โลกยุคใหม่ในอนาคตให้ได้ นั้น จำเป็นต้องพัฒนาด้วยความเข้าใจต่อธรรมชาติและการทำงานของสมองเป็นสำคัญ โดยการหันมาให้ความสนใจกับการพัฒนา Executive Functions (EF) ซึ่ง EF นั้น ก็คือชุดกระบวนการทางความคิดที่มีผลการศึกษาวิจัยจากนักวิทยาศาสตร์หลากหลายสาขาวิชาชี้พทั่วโลกที่บ่งชี้ว่า EF นั้นเป็นชุดการทำงานระบบการทำงานในสมองส่วนหน้าสุดของมนุษย์ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการคิด ความรู้สึกและการแสดงออกทางการกระทำ เป็นสิ่งที่จะควรจะได้รับส่งเสริมและปลูกฝังในเด็กทุกคนอย่างจริงจังเพราะเป็นชุดกระบวนการทางความคิดที่จะช่วยให้มีความสามารถในการบริหารจัดการชีวิตให้คิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น อยู่กับคนอื่นเป็น และหาความสุขเป็น เป็นตัวช่วยให้มนุษย์ห่างไกลจากปัญหาเพราะสามารถที่จะคิดได้อย่างมีเหตุผล รู้จักการยับยั้งชั่งใจ นำไปสู่ความสามารถในการกำกับควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้ อีกทั้งยังช่วยส่งเสริมทักษะการคิดการวางแผนอย่างเป็นระบบขั้นตอน ช่วยให้สามารถจัดการกับการทำงานที่หลากหลาย จัดลำดับขั้นตอน

ความสำคัญในการพัฒนา เชื่อมโยงความรู้และประสบการณ์ในอดีตมาใช้ประโยชน์ร่วมกับสถานการณ์ในปัจจุบัน รวมไปถึงการคาดการณ์ผลลัพธ์ที่อาจเกิดในอนาคตได้ด้วย แต่การจะพัฒนา EF จนเกิดประสิทธิภาพได้นั้นจะต้องได้รับการฝึกฝนพัฒนาอย่างต่อเนื่องตลอดช่วงวัยเด็ก จนถึงผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อให้เกิดเป็นทักษะในสมองและพัฒนาเป็นบุคลิกภาพที่จะนำไปสู่ความสำเร็จได้

ดังนั้นการพัฒนาทักษะการคิด หรือ EF นั้นก็คือ ความสามารถที่เกิดจากการทำงานของสมองส่วนหน้าที่ช่วยให้คนเราสามารถควบคุม ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ตามที่ต้องการสำเร็จ การพัฒนาพฤติกรรมและทักษะการคิด (EF) นี้ให้เกิดประสิทธิภาพได้นั้นควรฝึกฝนตั้งแต่อายุยังน้อย โดยช่วงอายุที่เหมาะสมที่สุดคือช่วงอายุ 0-6 ปี (ปฐมวัย) และควรได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

2.2 องค์ประกอบของการพัฒนาทักษะการคิด (EF)

โรงพยาบาลนารมย์ (2562: 98) แม้ว่าปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์ยังไม่ได้ข้อสรุปที่ตรงกันเรื่องหน้าที่ทั้งหมดของ EF แต่ทฤษฎีที่ได้จากการศึกษาส่วนใหญ่เชื่อว่า EF ประกอบไปด้วยหน้าที่ 3 อย่าง คือ

1. ความสามารถในการจดจำ (Working Memory) ความสามารถของคนแต่ละคนที่จะจำข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับเข้ามาสู่สมอง และสามารถนำข้อมูลเหล่านั้นออกมาใช้ในเวลาต่อมาได้ ยกตัวอย่างเช่น เด็กที่อ่านหนังสือเพื่อเตรียมสอบต้องใช้ EF ในการจำเนื้อหาที่อ่านเข้าไปได้ แล้วใช้ EF เพื่อนำเนื้อหาที่จำนั้นออกมาตอบคำถามข้อสอบถูกต้อง

2. ความยืดหยุ่นทางความคิด (Cognitive Flexibility) ความสามารถที่ทำให้คนเราคิดเรื่องหนึ่งเรื่องได้ในหลายๆ มุมมองหรือวิธีการ เด็กอาจจะใช้ความสามารถนี้ในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์ข้อหนึ่ง โดยคิดวิธีคำนวณได้หลายวิธี หรือใช้หาความสัมพันธ์ระหว่างของ 2 อย่างได้หลายมุมมอง

3. ความสามารถในการควบคุมและยับยั้งตนเอง (Inhibitory Control) ความสามารถในการเพิกเฉยต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ที่จะทำให้เราหลุดออกจากการทำงานที่อยู่ตรงหน้าได้ รวมไปถึงความสามารถในการทนต่อสิ่งยั่วยุทางอารมณ์ เด็กต้องใช้ EF เพื่อควบคุมตนเองระหว่างอยู่ในห้องเรียนไม่ให้พูดโพล่งระหว่างครูสอน หรือใช้คุมอารมณ์ไม่ให้ทำพฤติกรรมหุนหันพลันแล่นที่อันตรายได้

Executive Functions หรือ EF Executive Functions (EF) คือชุดกระบวนการทางความคิด (Mental Process) ที่มีผลการศึกษาวิจัยจากนักวิทยาศาสตร์นานาชาติหลากหลายสาขา

บ่งชี้ว่า เป็นชุดการทำงานในสมองส่วนหน้าของมนุษย์ (Prefrontal Cortex) ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการคิด การรู้สึก และการกระทำ คือสิ่งที่ควรจะได้รับ การส่งเสริมปลูกฝังในเด็กที่เกิดมาบนโลกทุกคนอย่างจริงจัง เพราะเป็นชุดกระบวนการทางความคิดที่จะช่วยให้มีความสามารถในการ บริหารจัดการชีวิต คือ "คิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น อยู่กับคนอื่นเป็น และหาความสุขเป็น"

โรงพยาบาลกรุงเทพ (2564: ออนไลน์) ให้ข้อมูลเกี่ยวกับทักษะ EF หรือ Executive Functions ไว้ว่า มีทั้งหมด 9 ด้าน โดยแบ่งออกเป็นทักษะพื้นฐาน (Basic) 3 ด้าน และทักษะสูง (Advance) 6 ด้าน ได้แก่

ทักษะพื้นฐาน (Basic) ประกอบไปด้วย

1. Working Memory (ความจำเพื่อใช้งาน) คือ ความสามารถในการเก็บข้อมูลเพื่อประมวลผลและดึงข้อมูลที่เก็บในคลังสมองออกมาใช้ในสถานการณ์ที่ต้องการ
2. Inhibitory Control (ยั้งคิด ไตร่ตรอง) คือ ความสามารถในการยั้งคิด ไตร่ตรอง สามารถควบคุมความต้องการ หยุดคิดก่อนที่จะทำหรือพูดได้
3. Shifting หรือ Cognitive Flexibility (ยืดหยุ่นความคิด) คือ ความสามารถในการยืดหยุ่นทางความคิด ร่วมแก้ไขปัญหที่แตกต่างกัน รู้จักพลิกแพลงและปรับตัว เป็นจุดเริ่มต้นของการมีความคิดสร้างสรรค์และคิดนอกกรอบ

ทักษะสูง (Advance) ประกอบไปด้วย

4. Focus หรือ Attention (จดจ่อ ใส่ใจ) คือ ความสามารถในการใส่ใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่องในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ โดยไม่วกแวก รู้จักการทำงานให้เสร็จเป็นอย่าง ๆ ไป
5. Emotional Control (ควบคุมอารมณ์) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จัดการกับอารมณ์ตนเองไม่ให้รบกวนผู้อื่น ไม่โกรธเกรี้ยว ขุนเขี้ยว หงุดหงิดง่ายเกินไป รู้จักแสดงอารมณ์อย่างถูกวิธี
6. Self - Monitoring (ติดตาม ประเมินตนเอง) คือ การประเมินตนเองเพื่อหาจุดบกพร่องแล้วนำมาแก้ไขและพัฒนาให้ดีขึ้น รู้จักไตร่ตรองว่าตัวเองทำอะไร รู้ว่าตัวเองทำอะไร และรู้ว่าใกล้จะเสร็จหรือเรียบร้อยแล้ว
7. Initiating (ริเริ่มและลงมือทำ) คือ ความสามารถในการริเริ่มและลงมือทำ กล้าคิดกล้าทำ ลงมือทำทันที ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง

8. Planning and Organizing (วางแผน จัดระบบ ดำเนินการ) คือ การวางแผนจัดการตนเองอย่างเป็นขั้นตอน ดำเนินการตั้งแต่วางแผนเป้าหมาย มองเห็นภาพรวม รู้จักจัดลำดับความสำคัญ จัดระบบ ดำเนินการ และประเมินผล

9. Goal - Directed Persistence (มุ่งเป้าหมาย) คือ การวางแผนเป้าหมายที่ชัดเจน มีความพากเพียรและความมุ่งมั่นในการบรรลุเป้าหมาย รู้จักฝ่าฟันอุปสรรค หากล้มต้องรู้จักลุกขึ้นมาต่อสู้เพื่อไปให้ถึงเป้าหมาย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (2563: 89) ให้ข้อมูลว่าองค์ประกอบของ EF (Executive Functions) ว่า EF นั้นยังถือเป็นความรู้ใหม่ในบริบทของพัฒนาการเด็ก ที่นักวิชาการทั่วโลกกำลังให้ความสนใจ รวมทั้งทำการศึกษาวิจัยอย่างต่อเนื่องหลายตำราและงานวิจัยจึงอาจให้ความหมายและแบ่งองค์ประกอบหรือทักษะของ EF (Executive Functions) แตกต่างกันไปบ้าง อย่างไรก็ตาม กลุ่มนักวิชาการในประเทศไทยจากองค์กรต่าง ๆ ได้รวมตัวกันเพื่อจัดการความรู้เกี่ยวกับ EF แล้วแบ่งทักษะ EF ออกเป็น 9 ด้าน และแบ่งออกเป็นกลุ่มใหญ่ 3 ทักษะ ดังนี้

กลุ่มทักษะพื้นฐาน

1. ความจำเพื่อใช้งาน (Working Memory) – การจำข้อมูลและจัดการกับข้อมูล คิดเชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิม และประมวลผลเพื่อนำไปใช้งานต่อ
2. การยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control) – หยุดคิดและไตร่ตรองก่อนทำหรือพูด พิจารณาข้อมูลต่าง ๆ และรู้จักชะลอความอยาก
3. การยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility) – ปรับความคิดเมื่อเงื่อนไขหรือสถานการณ์เปลี่ยนไป รู้จักคิดนอกกรอบ และเห็นวิธีการรวมทั้งโอกาสใหม่ ๆ

กลุ่มทักษะกำกับตนเอง

4. การจดจ่อใส่ใจ (Focus/Attention) – มีสมาธิต่อเรื่อง จดจ่อในสิ่งที่ทำ
5. การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) – จัดการกับอารมณ์และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีความมั่นคงทางอารมณ์ ไม่ใช้อารมณ์แก้ปัญหา
6. การติดตามประเมินตนเอง (Self-Monitoring) – รู้ว่าตัวเองทำอะไรอยู่ ทบทวนการกระทำและสะท้อนผลการกระทำของตัวเองได้ แก้ไขเมื่อพบข้อบกพร่อง

กลุ่มทักษะการปฏิบัติ

7. การริเริ่มและลงมือทำ (Initiating) – มีความคิดริเริ่ม คิดนอกกรอบได้ ตัดสินใจลงมือทำด้วยตัวเอง ไม่ต้องให้ใครเตือน

8. การวางแผนและจัดระบบดำเนินการ (Planning and Organising) – ตั้งเป้าหมาย วางแผนเป็นขั้นตอน จัดลำดับความสำคัญ ดำเนินการอย่างเป็นระบบ รู้จักบริหารเวลาและทรัพยากร

9. การมุ่งเป้าหมาย (Goal-Directed Persistence) – มีแรงจูงใจและความพยายามเพื่อทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ให้สำเร็จ มีความมุ่งมั่นอดทน พร้อมฝ่าฟันอุปสรรคโดยไม่ย่อท้อ ทนต่อความยากลำบากได้

จากข้อมูลข้างต้น องค์ประกอบของทักษะการคิด (Executive Functions) หรือ EF นั้น มีทั้งหมด 9 ด้าน แต่เนื่องจากหลายตำราและงานวิจัยจึงอาจให้ความหมายและแบ่งองค์ประกอบหรือทักษะของ EF (Executive Functions) แตกต่างกันออกไปบ้าง ซึ่งแบ่งออกได้หลากหลายรูปแบบตามวัตถุประสงค์การจะนำไปพัฒนา ซึ่งในวิจัยเล่มนี้ผู้วิจัยยึดตามสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เนื่องจากเป็นข้อมูลที่ได้มาจากกลุ่มนักวิชาการในประเทศไทยจากองค์กรต่าง ๆ ที่ได้รวมตัวกันเพื่อจัดการความรู้เกี่ยวกับ EF แล้วแบ่งทักษะ EF ออกเป็น 9 ด้าน แบ่งออกเป็นกลุ่มใหญ่ 3 ทักษะ โดยในวิจัยเล่มนี้จะมุ่งพัฒนากลุ่มทักษะกำกับตนเองอันได้แก่ การใส่ใจจดจ่อ, การควบคุมอารมณ์และการติดตามประเมินตนเอง

2.3 การออกแบบการจัดประสบการณ์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด (EF)

โซลเบิร์ก และมาเทียร์ (McCalla. 2013: 6; citing Sohlberg; & Mateer. 2001. Cognitive rehabilitation: an integrative neuropsychological approach.) ได้ตั้งทฤษฎีของโซลเบิร์ก และ มาเทียร์ (Sohlberg; & Mateer) โดยมีแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบทางคลินิกของความสามารถคิดบริหาร จัดการตนมีลักษณะเป็นรูปแบบลำดับขั้น ว่าประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่

1. การริเริ่มหรือแรงขับ (การกระตุ้นหรือเริ่มต้นระบบการเรียนรู้)
2. การยับยั้งการตอบสนอง (การหยุดโดยอัตโนมัติหรือการเสนอแนวโน้มการตอบสนอง)
3. ความอดทนต่องาน (การกำกับดูแลพฤติกรรมจนกระทั่งงาน เสร็จเรียบร้อย)
4. การจัดการอย่างเป็นระบบ (การจัดระบบและการเรียงลำดับข้อมูล)
5. การคิด เกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้น (การออกแบบการแก้ปัญหาและมีความคิดยืดหยุ่น)
6. ความตระหนัก (การติดตามตรวจสอบและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง)

สำหรับสาขาวิชาอื่น ๆ เช่น จิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาการศึกษา และจิตวิทยาการรู้คิด มองว่าความสามารถคิดบริหารจัดการตนเป็นส่วนหนึ่งของระบบการคิดเกี่ยวกับการรู้คิด มากกว่า การเป็นส่วนหนึ่งของลำดับขั้น ในบริบทนี้การคิดเกี่ยวกับการรู้คิดเป็นความสามารถหนึ่งในการมองเห็น การสังเกต และการประเมินที่มากกว่ากระบวนการทางการรู้คิดขั้นพื้นฐาน รวมถึง ความตระหนักรู้ในตนเอง การตรวจสอบตนเอง และการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการรู้คิดขณะทำกิจกรรม การคิดเกี่ยวกับการรู้คิดเป็นการสร้างประสบการณ์ การปรับปรุงด้วยประสบการณ์และสถานการณ์ใหม่ มีความสัมพันธ์เป็นพลวัตกับแนวคิดต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันไม่จำเป็นต้องปฏิบัติเกี่ยวกับการ ตรวจสอบตนเอง แต่ละบุคคลมีความจำเป็นต้องแสดงออกที่แตกต่างกัน การประสบความสำเร็จจะ ขึ้นอยู่กับความสามารถในการตรวจสอบสิ่งที่มีความแตกต่างกัน การตรวจสอบพฤติกรรมที่แสดงออก เมื่อได้รับการเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้เกิดกลยุทธ์การตัดสินใจ และความสามารถคิดบริหารจัดการตน (Kennedy; & Coelho. 2005: 243)

ดังนั้นจึงพอสรุปได้ว่า นักทฤษฎีแต่ละคนมีแนวคิดเกี่ยวกับความสามารถทักษะการคิด (EF) ไม่แตกต่างกันมากนัก เพราะการพัฒนาทฤษฎีหนึ่ง ๆ นั้น ก็จะนำเอาอีกทฤษฎีมาเป็นฐานในการพัฒนาอยู่เสมอ ดังนั้นผู้วิจัยจึงอาศัยทฤษฎีและแนวคิดต่าง ๆ สำหรับใช้เป็นข้อมูลเพื่อการพัฒนาที่เหมาะสมกับบริบทของกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยกำหนดไว้

2.4 กระบวนการในการพัฒนาทักษะการคิด (EF)

สุภาวดี หาญเมธี (2559) อธิบายว่ากระบวนการทางความคิด (Mental process) ในสมองส่วนหน้าที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก และการกระทำ เช่น การยั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำและเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่าง ๆ และการทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ ซึ่งเป็นทักษะที่มนุษย์เราทุกคนต้องใช้ และมีความสำคัญยิ่งต่อทั้งความสำเร็จในการเรียน การทำงาน รวมทั้งการมีชีวิตครอบครัว โดยทักษะ EF นี้ นักวิชาการระดับโลกชี้แล้วว่าสำคัญกว่า IQ ทั้งนี้ มีงานวิจัยชัดเจนว่า ช่วงวัย 3 - 6 ปีนี้ เป็นช่วงเวลาทองของชีวิตในการพัฒนาทักษะ EF ให้กับเด็ก เพราะสมองจะมีการพัฒนาทักษะ EF ได้ดีที่สุดในช่วงเวลานี้ พ้นจากช่วงเวลานี้ไปถึงวัยเรียน วัยรุ่น หรือวัยผู้ใหญ่ตอนต้นแต่จะยังพัฒนาได้ แต่ก็ไม่ได้ดีเท่ากับช่วงปฐมวัย ในการเสริมสร้างทักษะการคิด โดยสร้างกระบวนการและขั้นตอนไปสู่ เป้าหมายเช่น 1.) กระตุ้นให้เด็กปฏิบัติตามทุกขั้นตอน แต่บางขั้นตอนก็ปล่อยให้เด็กทบทวนความจำและปฏิบัติเอง 2.) ให้เด็กตรวจสอบตนเองว่างานสำเร็จ 3.) ให้เด็กตรวจสอบว่าตนเองปฏิบัติทุกขั้นตอนของกระบวนการ แล้วบอกครูเมื่อเสร็จ 4.) พยายามให้เด็กตรวจสอบความ

ถูกต้องด้วยตนเอง โดยไม่มีการช่วยเหลือจากครู (Dawson & Guare, 2014, p. 432-438 อ้างถึงใน ดุษฎี อุปการ และอรปริยา ญาณะชัย, 2561, น. 1645)

หลักการคิดค้นเรียนรู้ในการแก้ปัญหาควรจัด กิจกรรมที่เหมาะสมและหลากหลาย โดยเฉพาะให้ได้เรียนรู้ด้วยการลงมือทำด้วยตนเอง (Learning by Doing) ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ จะฝึกการวางแผนเป้าหมาย จัดลำดับก่อนหลัง การอดทนพากเพียร การสังเกต เรียนรู้ขั้นตอนการทำงาน รู้จักฝึกคิดหาทางออกใหม่เพื่อแก้ปัญหา รวมทั้งเมื่อเสร็จแล้วมีโอกาสฝึกการ ประเมินผล อย่างง่าย ๆ โดยในการสร้างประสบการณ์พัฒนาการคิดเชิงบริหารด้วยการฝึกวิเคราะห์วางแผน การใช้กิจกรรมเกมการศึกษาพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารเกมการศึกษาเป็นกิจกรรมที่โดดเด่น และต้องอาศัยทักษะด้านอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่นทักษะในการวางแผนการกระทำอดทนต่อสิ่งยั่วเย้า และ ต้องมีทักษะในการคิดเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของข้อมูลเพื่อการแก้ไขปัญห ทักษะทางปัญญา (Cognitive Skill) ที่ได้รับการเรียนการสอนในห้องเรียน (หรือนอกห้องเรียน) เหล่านั้น อาจ ไม่ใช่เป็นปัจจัยเดียวที่จะบอกว่าเด็กคนนั้นจะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่ ทั้งนี้ทักษะทางการ ดำเนินชีวิต (Life Skill) หรือทักษะทางด้านอารมณ์ (Non-cognitive Skill) เองก็มีความสำคัญด้วย เช่นเดียวกัน โดยงานศึกษาทางจิตวิทยาจำนวนมากอธิบายว่า การพัฒนาทักษะทางด้านด้าน อารมณ์ไม่ได้เกิดขึ้นมาจากในห้องเรียนแต่เพียงอย่างเดียว แต่แท้ที่จริง ๆ แล้วเกิดขึ้นจากการเลี้ยง คุดูแลจากประสบการณ์ที่คน ๆ นั้นได้รับมาตั้งแต่แรกเกิด ดังนั้น การพัฒนาดีขึ้นทุกด้านเริ่มจาก การริเริ่มลงมือทำ และการติดตามประเมินตนเอง รวมถึงวางแผนการคิดแบบภาพรวม และตั้งใจจดจ่อ ต่องานที่ทำได้อย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้งานออกมาสำเร็จ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข โดยในการประเมินรูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการทักษะการคิด (Executive functions) พบว่า เมื่อครูและพ่อแม่ที่ใช้ทักษะในการตอบสนองเด็กแบบ วินัยเชิงบวก (Positive Discipline) ซึ่งเป็นพื้นฐานที่จะทำให้ฝึกสอน ปลูกฝังเรื่องต่าง ๆ แก่เด็กได้โดยง่าย โดยเฉพาะสมองเด็กวัยนี้ มี ศักยภาพพร้อมจะเรียนรู้พัฒนา และการตอบสนองที่ถูกต้อง จะทำให้สมองเด็กพัฒนารุดหน้า ยิ่งขึ้น ในการลดปัญหาพฤติกรรมในอนาคต (สุภาวดี หาญเมธี และ ผาณิต บุญมาก, 2561, น. 95)

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า กระบวนการพัฒนาทักษะการคิดควรจัดกิจกรรมให้มีความ เหมาะสม และหลากหลาย ผ่านการลงมือทำด้วยตนเอง ในการกำหนดเป้าหมาย การจัดลำดับ ขั้นตอนการทำงาน สังเกตและฝึกหาทางออกใหม่ในการแก้ปัญหา และประเมินผลอย่างง่าย ๆ โดยในกิจกรรมการใช้เกมการศึกษาจะช่วยให้การวางแผนอย่างเป็นขั้นเป็นตอน ซึ่งจะต้องอาศัย การปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อม และสิ่งเร้า เพื่อลดปัญหาการเกิดพฤติกรรมร่วมด้วย

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

3.1 ความหมายและความสำคัญของการควบคุมตนเอง

คอร์เมียร์ (อ้างอิงจาก Cormier. 1979) ให้ความหมายของการควบคุมตนเองไว้ว่าเป็นการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีการมารวมกันเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง จากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้กลายเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้น ๆ เป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายและกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง

โรเซนบอม (Rosenbaum. 1980: 109-121) กล่าวว่า การควบคุมตนเองเป็นความสามารถเฉพาะของบุคคลที่จะไม่กระทำความผิดบางประการ หรือความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมใด ๆ อย่างเป็นเหตุเป็นผลและมีความอดทนเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีตามที่ต้องการ หลีกเลี่ยงสิ่งไม่ดีที่อาจเกิดขึ้น ตลอดจนเป็นความสามารถในการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อให้เกิดพฤติกรรมตามที่ตั้งใจไว้ แม้ว่าบุคคลนั้นจะต้องเผชิญกับปัญหา อุปสรรคหรืออยู่ในสภาวะขัดแย้งใด ๆ ก็ตาม

ธอร์เรเซนและมาโฮเน (Thoresen and Mahoneg. อ้างใน นิตยาภรณ์ ค้างเรือง. 2540: 24) ได้กล่าวว่า กระบวนการที่ใช้ในการควบคุมตนเองนั้น มีกระบวนการที่สำคัญในการควบคุมตนเองอยู่ 2 ประการ ได้แก่

1. การควบคุมสิ่งเร้า (Stimulus Control) หมายถึง กระบวนการที่บุคคลเรียนรู้ที่จะแสดงพฤติกรรมได้อย่างสอดคล้องกับสภาพการณ์หรือสิ่งเร้าของตนโดยประเมินเงื่อนไขและสภาพการณ์ที่ควบคุมพฤติกรรมอยู่ด้วยวิธีการแยกแยะสิ่งเร้า จากนั้นจึงเปลี่ยนแปลงหรือจัดระบบสภาพการณ์สิ่งเร้าใหม่เพื่อเอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการ

2. การควบคุมผลกรรมด้วยตนเอง (Self-Presented) หมายถึง การให้ผลกรรมตนเองหลังจากที่ได้กระทำพฤติกรรมเป้าหมายแล้ว ซึ่งผลกรรมนี้อาจเป็นได้ทั้งการเสริมแรงหรือการลงโทษ ซึ่งในการควบคุมพฤติกรรมควรใช้การเสริมแรงมากกว่าการลงโทษ

ดังนั้น การควบคุมตนเองก็คือการที่เรารู้จักที่จะยับยั้งตนเองทั้งในด้านของความคิด ความรู้สึก การกระทำ ให้แสดงออกมาแต่สิ่งที่ดี และยับยั้งพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์เอาไว้ให้ได้ อย่างเหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นต้องเผชิญกับสถานการณ์ใด ๆ ก็ตาม

3.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง

วอลเตอร์ ซี เร็คเลสส์ (Walter C. Reckless. 1967: 85) เชื่อว่า คนเรามีพลังที่ผลักดันจากภายในให้มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน ซึ่งอาจจะเกิดจากปัจจัยต่าง ๆ ภายนอก เช่น ความยากจนหรืออาจเกิดจากปัจจัยภายนอกเมื่อเราเผชิญกับสถานการณ์และปัญหาต่าง ๆ ดังนั้น เร็คเลสส์ จึงเสนอทฤษฎีในการควบคุมตนเองไว้ดังนี้

การควบคุมจากภายใน ได้แก่ ความสำนึกที่สามารถยับยั้งควบคุมตนเองได้ ความสำนึกที่ดีงาม ความเคารพตนเอง มโนธรรมที่ได้รับการพัฒนาอย่างดี ความอดกลั้นต่อความคับข้องใจ ความสามารถในการต่อสู้กับอารมณ์ฝ่ายต่ำ ความสำนึกรับผิดชอบ ความมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย การหาความพึงพอใจอย่างอื่นชดเชย การให้เหตุผลในการถ่วงโยงความเครียด เป็นต้น

การควบคุมจากภายนอก ได้แก่ ความยึดมั่นในจารีตประเพณี ความคาดหวังของสังคม ภาระผูกพันที่ต้องปฏิบัติตามทัฬหสถานของสถาบัน ความรับผิดชอบตามที่ได้รับมอบหมาย โอกาสที่จะได้รับการยอมรับ และความสำนึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่ตนสังกัดอยู่ หรือใช้หลักการและแนวคิดการควบคุมตนเองตามหลักพุทธศาสนา อันได้แก่ หิริ และ โอตตัปปะ หิริ คือ ความละอายต่อการกระทำผิดที่เกิดขึ้นภายในใจของคน ส่วน โอตตัปปะ คือ ความเกรงกลัวต่อผลแห่งการกระทำผิดชั่วร้าย ต่อการรู้เห็นของผู้อื่น

เอฟ อีแวน ไนย์ (2007: 32) ที่เน้นการควบคุมจากสังคม ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ อัลเบิร์ต แบนดูรา ที่เน้นการเรียนรู้การควบคุมตนเอง และการควบคุมพฤติกรรมโดยใช้การเรียนรู้จากสังคม

ดังนั้นการควบคุมตนเองก็ถือเป็นความสามารถหนึ่งของบุคคลที่ใช้ในการกำกับตนเองเพื่อไม่ให้แสดงพฤติกรรมในเชิงลบออกมาในบางสถานการณ์ หรืออาจหมายถึงความสามารถของบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมในเชิงบวกออกมาอย่างสมเหตุสมผล สามารถที่จะควบคุมพฤติกรรมในเชิงลบหรือไม่พึงประสงค์ได้อย่างมีประสิทธิภาพไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใดก็ตาม

3.3 ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง

จูเลีย ยาคุบ (2019: 4) การควบคุมตนเองนั้นอาจเป็นเรื่องท้าทายและทำได้ยาก แต่ถ้าทำได้เราก็มีโอกาสสร้างการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและจัดการกับความหุนหันพลันแล่นได้ การรู้สึกที่สามารถควบคุมตนเองและการกระทำของตนได้มากขึ้นจะทำให้รู้สึกว่าคุณชีวิตตนเองได้มากขึ้น รู้สึกว่าตนเองมีอำนาจ และช่วยให้เรารู้สึกภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น โดยมีขั้นตอนสำคัญที่ควรคำนึงถึงดังต่อไปนี้

1. รู้ถึงความคิดที่เล่นเข้ามา การมีกลวิธีช่วยตนเองยับยั้งแรงยั่วในชั่วขณะหนึ่งจะช่วยเราควบคุมตนเองได้ อาจเริ่มต้นด้วยการเขียนพฤติกรรมที่เราอยากควบคุมและสถานการณ์ที่กระตุ้นให้ทำพฤติกรรมนั้น การรู้ตัวว่าเราอยากทำพฤติกรรมหุนหันพลันแล่นตอนไหน จะทำให้เรามีเวลาเตรียมการเพื่อหยุดยั้งพฤติกรรมนั้นก่อนที่จะแสดงออกมา

2. ให้เวลาตนเองได้ไตร่ตรอง การให้เวลาตนเองคิดจะช่วยเราประเมินการกระทำของเราอีกครั้งโดยใช้เหตุผลมากขึ้น วิธีนี้จะช่วยให้เราเรียนรู้วิธีการยับยั้งพฤติกรรมนั้นเอาไว้ แทนที่จะแสดงออกมาตามสิ่งเร้าไปเลย เช่น ถ้าเราอยากควบคุมพฤติกรรมการใช้เงินหรือการซื้อของ ให้เวลาตนเองยั้งยั้งชั่ววูบไตร่ตรองก่อนออกไปซื้อของจริง ๆ ให้เขียนลงสมุดจดเล็ก ๆ ว่าเราคิดจะซื้ออะไรและในยั้งยั้งชั่ววูบกลับไปดูสิ่งที่เขียนอีกครั้ง จากนั้นจึงตัดสินใจว่าของเหล่านั้นเราอยากได้หรือจำเป็นจริง ๆ ไหม

3. พยายามหายใจโดยการใช้กลัมน้ำท้อง คำแนะนำนี้เป็นประโยชน์ถ้าเราพยายามเลิกบุหรี่หรือควบคุมนิสัยการกิน ถ้าเราติดบุหรี่หรือติดอาหารบางอย่าง แทนที่จะยอมแพ้ให้ใช้มือถือตั้งเวลาสักห้านาที และจดจ่ออยู่กับการหายใจโดยใช้กลัมน้ำท้อง เตือนตนเองว่าความอยากก็คือความอยาก ไม่ใช่ความจำเป็น ใช้เวลาห้านาทีนั้นนึกภาพว่าความอยากค่อยๆ เลือนหายไปพร้อมลมหายใจออก สังเกตว่าตนเองรู้สึกอย่างไรและถ้ายังอยากกินหรืออยากสูบบุหรี่อยู่ ให้ลองทำตามวิธีต่อไปนี้ดู

4. ลองหลับตาและหายใจทางจมูกช้า ๆ ให้สูดอากาศเข้าปอดไปเรื่อย ๆ ให้อกขยายและหน้าท้องแฟบ สูดทำยาค่อย ๆ ผ่อนลมหายใจออกอย่างเป็นธรรมชาติ จะผ่อนลมหายใจทางปากหรือทางจมูกก็ได้

5. หาวิธีหันเหความสนใจ. เราจะเห็นว่าการหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าทำได้ยาก ถ้าเราเอาแต่นั่งเฉยและคิดถึงสิ่งเร้านั้น ให้รู้ตัวว่ามีสิ่งเร้านั้นอยู่และหาทางหันเหความสนใจของตนไปที่สิ่งอื่นให้ได้ วิธีนี้ช่วยให้เราหันเหจิตใจออกจากสิ่งเร้านั้นหรือความต้องการอย่างรุนแรงนั้น และได้ให้เวลาตัดสินใจว่าเราต้องการทำตามสิ่งเร้านั้นจริง ๆ หรือไม่ บางครั้งการทำงานที่ต้องอาศัยมือก็ช่วยได้เช่น การถักโครเชต์ การถักนิตติ้ง การพับกระดาษโอะริงะมิ หรือแม้แต่การส่งข้อความถึงเพื่อน

6. ทำพฤติกรรมอื่นแทน. นอกเหนือจากใช้วิธีการหันเหความสนใจชั่วคราวแล้ว ลองทำพฤติกรรมอื่นแทนพฤติกรรมที่เราอยากควบคุม ให้เวลาตนเองได้คิดไตร่ตรอง เราจะได้ตัดสินใจได้ชัดเจนและเด็ดขาดมากขึ้น เช่น ถ้าเราพยายามยับยั้งการใช้จ่ายเงิน ให้ไปเดินเล่นในบริเวณที่ร่มรื่น อยู่ห่างจากร้านค้าต่าง ๆ เพื่อจะได้ไม่มีโอกาสเข้าไปซื้อของได้ หรือถ้าเราพยายามควบคุมพฤติกรรมการกินมากเกินไป ให้เราฝึกเข้ายิมเมื่อเกิดความต้องการอยากกิน

3.4 แนวทางการส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย

ลอเรนซ์ และการ์บีลล์ แบลร์ (Lawrence and Gabrielle Blair. 1996: อ้างถึงใน อารยา ด่านพานิช. 2542.) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องของผลจากพฤติกรรมการเผชิญหน้ากับปัญหา

และการควบคุมตนเองในการปรับตัวของเด็กที่สูญเสียญาติ โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและการเผชิญปัญหา การควบคุมตนเองจากแรงกระตุ้นภายใน ความเครียดในชีวิตประจำวัน และการปรับตัวในเด็กที่สูญเสียญาติ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็ก จำนวน 68 คน อายุ 8-13 ปี และญาติผู้ดูแลที่เหลืออยู่ พบว่าผู้ที่มีการควบคุมตนเองจากแรงกระตุ้นภายในได้ดี จะมีภาวะซึมเศร้า น้อย มีพฤติกรรมต่อต้านสังคม น้อย และมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมากกว่าเด็กที่มีแรงกระตุ้นจากภายนอกตนเอง

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับละครสร้างสรรค์ (Creative Drama)

4.1 ความหมายและความสำคัญของละครสร้างสรรค์

สมาคมการละครเพื่อการศึกษาประเทศสหรัฐอเมริกา American Alliance for Theatre and Education (1996) ได้นิยามความหมายของละครสร้างสรรค์ไว้ว่า ละครสร้างสรรค์ (Creative Drama) หมายถึง รูปแบบของละครชนิดหนึ่งที่เกิดจากการด้นสด (Improvisation) การไม่พยายามอวดผู้ชม (Non-Exhibitional) และการใช้กระบวนการเรียนรู้ (Process-Centered) โดยมีผู้นำ (หรือครู) เป็นผู้ช่วยชี้แนะให้ผู้ร่วมกิจกรรม (เช่น เด็ก) ได้ใช้จินตนาการเพื่อเล่นบทบาทสมมติเพื่อสะท้อนถึงประสบการณ์ของมนุษย์ ผู้นำที่ช่วยเหลือและผู้ชี้แนะให้ผู้ร่วมกิจกรรมนั้นสำรวจข้อมูล พัฒนาวิธีการแสดงออก เพื่อสื่อสารความคิด และความรู้สึก โดยการใช้ละครซึ่งเกิดจากการด้นสดด้วยท่าทางและคำพูดเพื่อที่จะค้นหาความหมาย หรือสัจธรรมอันเกี่ยวกับประสบการณ์ชีวิต

วลีสา จิรัตกิตติวงศ์ (2558: 31) กล่าวถึงความสำคัญของละครสร้างสรรค์ว่า สามารถช่วยพัฒนาทักษะความคิดสร้างสรรค์และพฤติกรรมแสดงออกของเด็กโดยมีครูผู้สอนเป็นผู้ช่วยฝึกให้เด็กได้ใช้ความคิด ทำให้เด็กเกิดพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งจะทำให้เด็กไม่เบื่อง่าย เกิดความเชื่อมั่นในตนเองและช่วยส่งเสริมทักษะการใช้ภาษาในการสื่อสารให้ดีขึ้น รู้จักปรับตัวและกระตุ้นให้เกิดจินตนาการความคิดที่สร้างสรรค์อย่างได้ผล

ดังนั้นการนำละครสร้างสรรค์มาใช้ในการด้านการศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ผ่านการแสดงบทบาทสมมติภายใต้สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เพื่อให้ผู้เรียนสามารถแสดงออกถึงจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างอิสระโดยใช้ทักษะในด้านการแสดงออกทางร่างกายและภาษา ทักษะ ด้านการคิดวิเคราะห์ตีความ ตลอดจนทักษะของการทำงานร่วมกับผู้อื่น การจัดการปัญหา เพื่อจะให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง

4.2 ลักษณะและรูปแบบของละครสร้างสรรค์

เนลลี แม็กคาสลิน (2548: 15) อ้างถึงใน การใช้บทบาทสมมติในการจัดการเรียนการสอน) กล่าวไว้ว่า “ในการแสดงบทบาทสมมตินั้นเด็กสร้างโลกสมมติส่วนตัวขึ้นมาเพื่อที่จะปรับตัวในชีวิตจริงให้ได้ในโลกแห่งจินตนาการใบนี้เด็กพยายามจะหาวิธีแก้ไขปัญหาบางอย่างที่ตัวเองยังไม่สามารถเข้าใจได้ในชีวิตจริง”

ชดช้อย โสภณพานิช (2548: 19) ละครสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมการแสดงบทบาทหรือละครที่ไม่เป็นทางการหรือสถานการณ์ที่สมมุติขึ้นในห้องเรียนหรือสถานที่ที่ไม่เน้นผู้ชม โดยการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้เห็นภาพเรื่องราวที่มีชีวิตจะทำให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง สามารถจดจำไว้ได้นาน และมักจะเริ่มต้นจากสิ่งที่ผู้เรียนมีความคุ้นเคยอยู่แล้วจากนั้นจึงนำมาจัดเป็นประสบการณ์ที่เชื่อมโยงสู่การเรียนรู้ใหม่ใหม่ที่กว้างขึ้นและลึกซึ้งขึ้นเพื่อพัฒนาการทำงานของสมอง ดังนั้นการใช้ละครสร้างสรรค์ในการจัดการเรียนการสอนจึงเน้นกระบวนการที่นำไปสู่ละครเพื่อการพัฒนาผู้เรียน

ละครสร้างสรรค์เป็นละครที่ไม่ได้มุ่งเน้นการแสดงเพื่อให้ผู้ชมได้ดู แต่เป็นการแสดงเพื่อมุ่งเน้นกระบวนการในการส่งเสริมและกระตุ้นให้เด็กได้คิดและแสดงออกตามจินตนาการ โดยอาศัยความสามารถในการแนะแนวทางจากครูผู้สอนหรือผู้ใหญ่ การแสดงจะเป็นไปตามความสามารถของเด็ก ไม่มีผู้ใหญ่คอยกำกับอย่างเป็นทางการ ในส่วนของการแสดง บทละคร ตัวละคร ฉากและเครื่องแต่งกาย อาจใช้สิ่งของที่หาได้ง่ายเพื่อส่งเสริมบรรยากาศของการแสดงให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

การนำเสนอผลงานให้ออกมาน่าสนใจและประสบผลสำเร็จนั้น จะต้องให้ความสำคัญต่อการฝึกฝนให้เกิดความชำนาญ มีความมุ่งมั่น ตั้งใจและไตร่ตรองโดยใช้สติ สมาธิ และปัญญา เพื่อให้แนวทางในการดำเนินงานไม่เกิดความผิดพลาดต้องมีความเพียรพยายาม พัฒนาค้นเองรู้จักรับมือกับข้อบกพร่อง และมีความพร้อมที่จะสร้างสรรค์งานละคร เมื่อเกิดความตั้งใจ ความขยันหมั่นเพียร อดทนต่อการปฏิบัติงานแล้ว ผู้แสดงละครต้องมีความรู้สึกศรัทธาต่อการสร้างสรรค์ผลงาน ซื่อสัตย์ต่อการปฏิบัติงานและซื่อสัตย์ต่อตนเอง

อรวรรณ ชมวัฒนาและวีรสุดา บุญนาค. (2553) การฝึกให้ผู้สร้างสรรค์ผลงานทางการแสดงละครมีสมาธินั้นจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเองเพื่อให้เกิดสมาธิขึ้นและจินตนาการอารมณ์ ความรู้สึกให้เป็นไปตามบทละคร ซึ่งต้องใช้การทำสมาธิให้ตั้งมั่นกับสิ่งที่ไม่เคยได้รับรู้ สัมผัสและไม่เคยมีประสบการณ์ชีวิตของตนเองมาก่อน เพื่อให้เกิดจินตนาการที่

สอดคล้องไปกับบทละครสร้างสรรค์ขึ้นอย่างตั้งใจและมีประสิทธิภาพ จากนั้นก็สามารถถ่ายทอดเป็นผลงานที่น่าสนใจ หรือที่เรียกว่า สมบัตภาพกิจกรรมเพื่อใช้ฝึกเป็นพื้นฐานในการแสดง มีดังนี้

1. การพัฒนาประสาทสัมผัสทั้ง 5

การพัฒนาประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ การเห็น การได้กลิ่น การได้ยิน การสัมผัส รวมทั้งการลิ้มรส ประสาทสัมผัสทั้ง 5 นี้จำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้แสดงจะต้องพัฒนาให้เกิดการรับรู้ตามสภาพต่าง ๆ เพื่อให้ไวต่อการสร้างสรรค์ผลงาน การพัฒนาประสาทสัมผัสทั้ง 5 นี้ต้องใช้เวลาในการฝึกฝนพอสมควร

2. การเคลื่อนไหวตามจินตนาการ

ในการแสดงละคร ไม่เพียงแต่อาศัยบทเจรจาเพื่อเป็นสื่อแสดงให้เห็นถึงอุปนิสัยใจคอ เรื่องราวต่าง ๆ เท่านั้น ยังมีการเคลื่อนไหวเพื่อถ่ายทอดเรื่องราวของภาพต่าง ๆ แสดงให้เห็นถึงการแสดงที่มีชีวิตชีวาของผู้แสดง และทำให้การแสดงน่าติดตาม นอกจากนี้การเคลื่อนไหวยังช่วยสร้างบรรยากาศและช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพของผู้แสดงได้อย่างชัดเจนมากขึ้น

3. การใช้จังหวะ เสียง

เสียงของผู้แสดงละครสื่อให้เห็นถึงความคิด อุปนิสัย จินตนาการ และอารมณ์ของผู้แสดงแต่ละบทบาท การใช้เสียงของนักแสดงจะมีลักษณะของความทุ้ม ความแหลม ความดัง ความเบา รวมทั้งคุณภาพของเสียงที่สอดคล้องกับจังหวะของการเคลื่อนไหวตามบทบาท และจังหวะของการพูด

4. การใช้บทบาทสมมุติและภาษา

การที่ผู้แสดงจะได้รับบทบาทเป็นตัวละครใดนั้นขึ้นอยู่กับผู้สร้างสรรค์บทละครและผู้กำกับการแสดงที่จะเป็นผู้พิจารณาความเหมาะสมของผู้แสดงกับบทบาทที่จะได้รับในละครหรือเรื่องราวที่สร้างสรรค์ขึ้น จากนั้นผู้แสดงจะต้องพิจารณาถึงบทบาทและความคิดของตัวละครที่จะต้องสวมบทบาทว่า บุคลิกลักษณะความคิด อุปนิสัยใจคอของตัวละครนั้นมีส่วนคล้ายคลึงและส่วนใดแตกต่างจากตนเองบ้าง จากนั้นผู้แสดงละครจะต้องสำรวจให้เห็นถึงบุคลิกลักษณะหน้าตา ท่าทาง ตลอดจนการกระทำของตัวละครว่าได้กระทำสิ่งใดบ้างที่ทำให้เกิดเหตุการณ์และเรื่องราวต่าง ๆ ในเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในบทละครนั้น ตัวละครมีความรู้สึกและอารมณ์เช่นใด ต่อเหตุการณ์นั้น ๆ จากนั้นต้องพิจารณาถึงยุคสมัยของเรื่องราวที่จะแสดงตามบทละครว่าอยู่ในยุคสมัยใด ตัวละครที่จะต้องรับบทบาทมีฐานะเป็นอย่างไร

นอกจากนี้ผู้แสดงจะต้องสะท้อนภาพของตัวละครที่จะต้องสวมบทบาทว่า เมื่อตัวละครประสบกับสถานการณ์หนึ่งๆ นั้น ตัวละครจะมีการแก้ไขปัญหาสถานการณ์เหล่านั้นอย่างไรบ้างเมื่อพิจารณาอย่างกว้างๆ แล้วผู้แสดงจะต้องเลือกใช้ภาษาให้เหมาะสมกับบทบาทที่จะแสดงหากตัวละครที่จะต้องสวมบทบาทเป็นคนธรรมดา จะใช้ภาษาในการแสดงเป็นภาษาพูดหรือภาษาที่ไม่เป็นทางการ หากสวมบทบาทเป็นตำรวจที่จะต้องพูดคุยกับผู้บัญชาการต้องใช้ภาษาที่เป็นทางการ และหากต้องสวมบทบาทเป็นผู้ที่มีฐานันดรศักดิ์ ก็จำเป็นจะต้องใช้ภาษาที่เป็นราชาศัพท์

4.3 กระบวนการละครสร้างสรรค์

ละครสร้างสรรค์ (Creative Drama) มีองค์ประกอบสำคัญที่ใช้ในการแสดง ดังนี้

1. โครงเรื่อง หรือ เนื้อเรื่อง (plot) จะต้องมีการวางโครงเรื่องให้ชัดเจน กำหนดว่าเรื่องที่ใช้ในการแสดงจะเป็นเนื้อเรื่องที่สนุกสนาน เศร้าหรือสอหดแทรกข้อคิดต่าง ๆ
2. ตัวละคร (character) ตัวละครในการแสดงจะต้องมีการกำหนดบุคลิกลักษณะของตัวละครให้สอดคล้องกับเนื้อหาของเรื่อง และตัวละครอื่น ๆ ต้องเลือกบุคคลที่สามารถถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกของตัวละครตัวนั้นได้สมจริง
3. สถานการณ์ (situation) คือ เหตุการณ์เรื่องราวที่เกิดขึ้น ทำให้ตัวละครต้องพบเจอ ซึ่งเหตุการณ์จะต้องสัมพันธ์กัน มีคุณค่าในเนื้อเรื่อง เป็นสถานการณ์ที่จะช่วยฝึกให้ผู้แสดงมีจินตนาการสร้างสรรค์ในการแสดงได้
4. ความขัดแย้ง (conflict) คือ การสร้างปัญหาความขัดแย้งให้กับตัวละคร แบ่งเป็นความขัดแย้งภายในจิตใจของตัวละครเอง และความขัดแย้งภายนอกของตัวละครกับสิ่งรอบข้าง

4.4 หลักในการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

ปาริชาติ จีงวิวัฒนาภรณ์ (2545: 27) ได้อธิบายไว้ว่า การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์นั้น จะต้องมียุทธวิธีประกอบ 6 ข้อคือ

1. การใช้ประสบการณ์จากประสาทสัมผัสทั้ง 5
2. การเคลื่อนไหวอย่างสร้างสรรค์
3. การใช้ความคิดและจินตนาการ
4. การใช้ภาษาท่าทางร่างกายแทนคำพูด
5. การพูดแบบด้นสด
6. การแสดงละครโดยใช้การพูดแบบด้นสด

โกลล ศรีทองสุข (2560: 27) สรุปหลักในการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ไว้ว่า ละครสร้างสรรค์นั้นมีหลักในการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กได้เกิดการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้ฝึกการเคลื่อนไหว การใช้จินตนาการสร้างสรรค์ได้อย่างเต็มที่ ได้เรียนรู้การใช้ท่าทางแทนการสื่อสารในอีกรูปแบบหนึ่งและกระตุ้นให้เด็กเกิดความรู้สึกทางอารมณ์ที่ดี เกิดความอยากที่จะเรียนรู้ผ่านกิจกรรมมากยิ่งขึ้น อีกทั้งเด็กยังเกิดความตระหนัก เข้าใจในตนเองและได้รับความรู้จากบทเรียนที่ถูกสอดแทรกอยู่ในกิจกรรมอีกด้วย

สมาคมการละครเพื่อการศึกษาของประเทศสหรัฐอเมริกา (American Alliance for Theatre and Education) กำหนดไว้ว่า กิจกรรมละครสร้างสรรค์เป็นกระบวนการที่มีผู้ร่วมกิจกรรมเป็นศูนย์กลาง มักเริ่มต้นจากสิ่งที่คุณร่วมกิจกรรมมีความคุ้นเคย รู้จัก หรือมีประสบการณ์อยู่แล้ว โดยการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ตามกระบวนการดังกล่าวจะแบ่งเป็น 5 ขั้นตอน ได้แก่

1. การใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 (Sensory Recall)
2. การใช้ความทรงจำ (Memory Recall)
3. จินตนาการ (Imagination) 4. ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity)
5. การสวมบทบาทสมมติภายใต้สถานการณ์และกติกาที่ตกลงร่วมกัน (Role Play)

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 วิจัยภายในประเทศ

โกลล ศรีทองสุข (2560: บทคัดย่อ) วิจัยนี้เป็นการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อศึกษาผลโดยการเปรียบเทียบข้อมูลเชิงสถิติก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันของเด็กก่อนวัยเรียนชั้นอนุบาล 1 สถานรับเลี้ยงเด็กพุทธรักษา 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความสะอาด, ด้านการแต่งตัวและด้านการรับประทานอาหาร และการขับถ่าย ซึ่งผลของการออกแบบแผนกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันของเด็กก่อนวัยเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นหลังการประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้องตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ ปรากฏว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้องอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อนำมาใช้กับกลุ่มทดลองผลปรากฏว่าพัฒนาการทักษะการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันของเด็กก่อนวัยเรียนหลังทำกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมคิดได้เป็น 100% แต่เมื่อมาพิจารณาเป็นรายด้านแล้วพบว่าเด็กสามารถเข้าใจและเรียนรู้ทักษะในแต่ละด้านได้แตกต่างกันโดยเด็กสามารถเข้าใจและเรียนรู้เรื่องของด้านความสะอาดได้ดีที่สุด

ศักดิ์ชัย ใจชื่อตรง (2562: น. 263-287) เป็นงานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการจัดประสบการณ์ศิลปะที่ส่งเสริมทักษะการจัดการสมอง (EF) สำหรับเด็กปฐมวัย และศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการจัดประสบการณ์ศิลปะที่ส่งเสริมทักษะการจัดการสมอง (EF) สำหรับเด็กปฐมวัย จากการศึกษาของผู้วิจัยพบว่าทักษะการจัดการสมองสามารถพัฒนาในเด็กปฐมวัยได้ 5 ด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านทักษะ ด้านมโนทัศน์เกี่ยวกับตนเอง ด้านบุคลิกลักษณะประจำตัว ด้านแรงจูงใจและเจตคติ จากนั้นผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาข้างต้นไปสร้างและพัฒนารูปแบบการจัดประสบการณ์ศิลปะที่ส่งเสริมทักษะการจัดการสมองโดยมี 4 ขั้นตอน คือ สร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ วางแผนการเรียนรู้ ปฏิบัติการเรียนรู้และทบทวนการเรียนรู้ เมื่อนำไปทดลองใช้กับเด็กประถมวัยที่เป็นกลุ่มทดลองพบว่าสามารถพัฒนาทักษะการจัดการสมองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่าครูมีส่วนสำคัญในการสร้างให้เกิดทักษะการจัดการสมองในเด็กปฐมวัยได้ดี และมีข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไปที่น่าสนใจคือควรมีการศึกษาตัวแปรทักษะการจัดการสมองในด้านการมีสมาธิจดจ่อในเด็กนักเรียนชั้นอนุบาล 3 เพิ่มขึ้น

บังเอิญ อินทรักษ์ (2553: น. 247-262) ได้ศึกษาความคิดสร้างสรรค์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์โดยมีกลุ่มทดลองเป็นเด็กชั้นอนุบาล 2 อายุระหว่าง 5-6 ปี จำนวน 22 คน เพื่อได้รับการจัดกิจกรรมละครซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการแสดงท่าทางประกอบเพลง การเล่าเรื่องและการแสดงบทบาทสมมติ ใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน รวม 24 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือแบบสังเกตความคิดสร้างสรรค์ของเด็กปฐมวัยและแผนการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ผลการวิจัยพบว่าเด็กที่ได้รับการจัดกิจกรรมมีความคิดสร้างสรรค์สูงกว่ากลุ่มควบคุมทุกด้าน ได้แก่ ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความคล่องแคล่วในการคิด และความยืดหยุ่นในการคิด ในงานวิจัยนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กปฐมวัย เด็กวัยนี้มีความเข้าใจในสัญลักษณ์และการสื่อด้วยภาษา สามารถเข้าใจและติดตามสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี รู้จักแยกแยะระหว่างการแสดงกับความจริง ชอบตัวละครที่มาจากจินตนาการ ดังนั้นการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์สำหรับเด็กปฐมวัยควรใช้การแสดงเชิงเล่าเรื่องอย่างสั้น มีโครงเรื่องง่ายไม่ซับซ้อน เป็นเรื่องใกล้ตัว มีเนื้อเรื่องและตัวละครที่น่าสนใจ หรืออาจให้เด็กมีส่วนร่วมในการคิดโครงเรื่อง ตัวละคร บทสนทนา รวมไปถึงอุปกรณ์ประกอบการแสดง เป็นต้น เพื่อส่งเสริมให้เด็กได้ฝึกจินตนาการและเกิดความคิดสร้างสรรค์อย่างเต็มที่

5.2 วิจัยต่างประเทศ

มิวนัวร์ เอดิเล็ค (Münire Aydılek. 2020: น. 267-280) ในการวิจัยนี้เป็นการศึกษาและนำเสนอผลของการใช้กิจกรรมการแสดงละครสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการบริหารในเด็กอายุ

ระหว่าง 5-6 ปี โดยเป็นการศึกษาที่ทดลองกับกลุ่มควบคุมด้วยวิธีการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดสอบ ในชั้นเรียนที่กำหนดเป็นกลุ่มทดลอง ได้มีการนำละคร 18 บท ซึ่งวางแผนไว้ตามผลการเรียนรู้ที่จะช่วยส่งเสริมทักษะการบริหารในเด็กเพื่อประเมินทักษะดังกล่าวโดยมี เกมส์จับผิดภาพในแผนที่, เกมอูฐแควและภารกิจหอคอยแห่งลอนดอน(Tower of London Test) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล สังเกตความแตกต่างที่มีความหมายในหน้าที่ผู้บริหารของหน่วยความจำไปข้างหน้า หน่วยความจำย้อนกลับและการยับยั้งชั่งใจของเด็ก ซึ่งผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลอง ได้คะแนนหลังการทดสอบสูงกว่าก่อนการทดสอบ

สมิธ เอลิซ่า และคาลทรี (เบญจพร สมานมาก. 2540: 85; อ้างอิงจาก Schmidt, Elissa; & Kathy. 1975: 111 – 114) ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องละครสร้างสรรค์และความคิดสร้างสรรค์ โดยทำการทดลองกับเด็กอนุบาล 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง จำนวน 39 คน เรียนโดยใช้กิจกรรมการละครและกลุ่มควบคุม ซึ่งมีจำนวนเท่ากัน เรียนด้วยวิธีเดิมเช่นปกติ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองได้คะแนนสูงกว่า ในการทำแบบทดสอบด้านความคิดสร้างสรรค์ 2 ฉบับ คือ ด้านคำพูด (Verbal) และด้านการสังเกต (Visual)

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการหาคุณภาพของเครื่องมือ
3. วิธีดำเนินการทดลอง
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 5 - 6 ปี กำลังศึกษาอยู่ในชั้นชั้นเด็กเล็ก (อนุบาลปีที่ 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำนวน 8 ห้อง ห้องละ 30 คน รวมทั้งสิ้น 240 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กชายและหญิง ที่มีอายุระหว่าง 5 - 6 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นเด็กเล็ก (อนุบาลปีที่ 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling)

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการหาคุณภาพของเครื่องมือ

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประกอบด้วย

2.1.1. ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย

2.1.2. แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล โดยเลือกข้อที่เกี่ยวข้องกับการประเมินทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองปฐมวัย ได้แก่ การใส่ใจจดจ่อ, การควบคุมอารมณ์ และการติดตามประเมินตนเอง

2.2 ขั้นตอนในการสร้างและวิธีการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาและรวบรวมข้อมูลในด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยเพื่อมาสร้างเป็นเครื่องมือในการวิจัย

1. ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

การพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ดำเนินการสร้างตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1.1 ศึกษาข้อมูลและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์สำหรับเด็กปฐมวัย

1.2 นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย

1.3 เขียนแผนการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์จำนวน 12 แผน ซึ่งจะใช้เวลาในการจัดกิจกรรมทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที มีแผนการจัดกิจกรรมดังนี้

1.3.1 ศึกษาข้อมูลเพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย

1.3.2 ออกแบบการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์แต่ละกิจกรรมให้สัมพันธ์กับทักษะในแต่ละกลุ่มทักษะ คือ

1. เนื้อหา
2. วัตถุประสงค์
3. วิธีการดำเนินกิจกรรมละครสร้างสรรค์
 - ขั้นนำ
 - ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร
 - ขั้นสรุป
4. สื่อการสอน
5. การวัดประเมินผล
6. ภาคผนวก

โดยกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรม จะประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ

1. การใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5
2. การใช้ความทรงจำ

3. จินตนาการ
4. ความคิดสร้างสรรค์
5. การสวมบทบาทสมมติภายใต้สถานการณ์และกติกาที่ตกลง

ร่วมกัน

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	กิจกรรม
เก็บข้อมูลก่อนทำการทดลอง (Pretest)			
1	การใส่ใจจดจ่อ	นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำ	ชมพู่ผู้พากเพียร
2		กิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้	ทุเรียนผู้แหลมคม
3		สำเร็จด้วยการจดจ่อ	ต้นส้มผู้แสนดี
4			สตอร์วเบอร์รี่ผู้อ่อนโยน
5	การควบคุมอารมณ์	นักเรียนสามารถปรับสภาพ	สิงโตผู้กล้าหาญ
6		อารมณ์และควบคุมการแสดงออก	ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่
7		ทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมได้	ม้าลายผู้โอหัง
8		อย่างเหมาะสมตามวัย	เจ้ากวางผู้เกร
9	การติดตามประเมินตนเอง	นักเรียนสามารถตรวจสอบ	แครอทผู้แสนดี
10		ความรู้สึกรู้สึก ความคิด และการ	บล็อกโคลี่ผู้เฮฮา
11		กระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำ	คะน้าผู้เหี้ยมโหด
12		ไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น	ข้าวโพดผู้ถ่อมตน
เก็บข้อมูลหลังทำการทดลอง (Posttest)			

1.4 นำชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบ จากนั้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ตามรายการประเมิน โดยมีเกณฑ์การประเมินดังนี้

- +1 แน่ใจว่า ชุดกิจกรรมมีความสอดคล้องกับรายการประเมิน
- 0 ไม่แน่ใจว่า ชุดกิจกรรมมีความสอดคล้องกับรายการประเมิน
- 1 แน่ใจว่า ชุดกิจกรรมไม่มีความสอดคล้องกับรายการประเมิน

1.5 นำผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญมาพิจารณาความสอดคล้องของชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ซึ่งมีเกณฑ์การพิจารณาความสอดคล้องที่มีค่ามากกว่า 0.50 ขึ้นไป

1.6 ปรับปรุง แก้ไขชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้ได้ชุดกิจกรรมที่สมบูรณ์

1.7 นำชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยมาใช้กับเด็กปฐมวัยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่นของชุดกิจกรรมโดยใช้วิธีหาค่าดัชนีความสอดคล้อง

1.8 นำชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ที่ปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่าง

3. วิธีดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมระยะเวลา 12 ครั้ง

การทดลองการใช้ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ จำนวน 12 แผนกิจกรรม เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.1 ขอนหนังสือเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลถึงผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) เพื่อดำเนินการศึกษา ค้นคว้าทดลอง

3.2 กำหนดกลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กชายและหญิง ที่มีอายุระหว่าง 5 - 6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นเด็กเล็ก (อนุบาลปีที่ 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling)

3.3 เก็บข้อมูลก่อนทำการทดลอง (Pretest) จากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

3.4 ดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง โดยจัดเตรียมสภาพแวดล้อมภายในห้องให้เหมาะสม และใช้ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย 12 แผนกิจกรรม จำนวน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมระยะเวลา 12 ครั้ง

3.5 หลังการทดลองสิ้นสุดลง นำแบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล

ม.มหิดล โดยเลือกข้อที่เกี่ยวข้องกับการประเมินทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองปฐมวัย ได้แก่ การใส่ใจจดจ่อ, การควบคุมอารมณ์ และการติดตามประเมินตนเอง ลักษณะแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดีมาก ดี ปานกลาง ควรพัฒนา และควรปรับปรุง ประเมินทดสอบหลังเรียน (Posttest) กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หลังจากทำกิจกรรมละครสร้างสรรค์

3.6 นำคะแนนที่ได้จากการประเมินมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ และสรุปผลการทดลอง ตามตัวบ่งชี้ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ การใส่ใจจดจ่อ, การควบคุมอารมณ์ และการติดตามประเมินตนเอง

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ผู้วิจัยจะดำเนินการทดลองโดยใช้แผนแบบการวิจัยแบบศึกษากลุ่มเดียววัดก่อน-หลังการทดลอง (One - group pretest - posttest design) ที่มีลักษณะดังนี้

ตาราง 2 การวิจัยแบบศึกษากลุ่มเดียววัดก่อน-หลังการทดลอง

ทดสอบก่อน		ทดลอง		ทดสอบหลัง
O1	→	X	→	O2
เมื่อ	O1	คือ	การประเมินโดยใช้แบบประเมินทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยก่อนการทดลองในกลุ่มทดลอง	
	X	คือ	การดำเนินกิจกรรมละครสร้างสรรค์ของเด็กปฐมวัย	
	O2	คือ	การประเมินโดยใช้แบบประเมินทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง	

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐานที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1.1 ค่าเฉลี่ยของข้อมูลโดยคำนวณจากสูตร

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ $\bar{X}$ แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย

$\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

N แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยคำนวณจากสูตร

$$S = \sqrt{\frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ S แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน

N แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

$\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

$\sum X^2$ แทน ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง

2. สถิตินิหาค่าคุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบสังเกตทักษะสมองส่วนหน้า (EF) โดยใช้ดัชนีความสอดคล้องระหว่างลักษณะของทักษะที่เกิดจากสมองส่วนหน้ากับหัวข้อการสังเกต โดยคำนวณจากสูตร

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องทักษะที่เกิดจากสมองส่วนหน้า
กับหัวข้อการสังเกต

$\sum R$ แทน ผลรวมคะแนนแต่ละข้อของผู้ทรงเชี่ยวชาญทุกท่าน

N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

โดยใช้เกณฑ์ค่า IOC เท่ากับ 0.60 แสดงถึงความเหมาะสมของกิจกรรม

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของผู้สังเกตโดยการนำแบบสังเกตทักษะสมองส่วนหน้า (EF) ไปทดลองใช้กับเด็กปฐมวัย โดยใช้ดัชนีความสอดคล้องของผู้สังเกต RAI (Burry – Stock. 1996: 256)

$$RAI = 1 - \frac{\sum K |R_{1kn} - R_{2kn}|}{KN(I - 1)}$$

เมื่อ R_{1kn}, R_{2kn} แทน ผลการสังเกตของผู้สังเกตคนที่ 1 และคนที่ 2 ตามลำดับ

N แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

K แทน จำนวนพฤติกรรมย่อย

I แทน จำนวนช่วงคะแนน

2.3 สถิติทดสอบสมมติฐาน วิเคราะห์ เปรียบเทียบคะแนนความแตกต่างของทักษะสมองส่วนหน้า (EF) ก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยใช้ t – test for Dependent Sample (บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์. 2526 : 99)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{(N-1)}}$$

เมื่อ t แทน ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤตจากการแจกแจงแบบ t เพื่อทราบความมีนัยสำคัญ

$\sum D$ แทน ผลรวมของแต่ละคู่

N แทน จำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาเรื่องของการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ใช้สถิติในการวิเคราะห์ผลใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) อธิบายผลการวิเคราะห์ ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Analysis) ทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างโดยใช้สถิติ Paired Samples Statistics โดยใช้สถิติทดสอบแบบ T – test อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ทำการประมวลผลข้อมูลจากโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ ผู้ศึกษาได้กำหนดความหมายของสัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
t	แทน	สถิติทดสอบที่ใช้พิจารณาใน t-distribution
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
p.	แทน	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ
df.	แทน	ชั้นของความอิสระ
*	แทน	ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องของการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 2-6 ปี (แบบ MU.EF-101) ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล (2557, น. 155-160) ด้วยการหาค่าสถิติพื้นฐาน และนำมาเปรียบเทียบ โดยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผลจากการศึกษาและสร้างรูปแบบกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย โดยผู้วิจัยได้ศึกษานำแนวคิดทฤษฎีทักษะการคิดการสร้างวินัยเชิงบวกในการปรับพฤติกรรม มาเชื่อมโยงพัฒนาเข้าสู่กระบวนการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ดังนี้

แผนกิจกรรมที่ 1 - 4 ด้านการใส่ใจจดจ่อ (Attention) เพื่อให้เด็กมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ, จดจ่อกับการฟังนิทานและแสดงบทบาทที่ตนเองได้รับ, การมีสมาธิในสิ่งที่กำลังทำ, การมีสมาธิจดจ่อในการสังเกต ก่อนการจัดกิจกรรมพบว่า นักเรียนมีคะแนนอยู่ต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยมาก ในระดับควรปรับปรุง ซึ่งนักเรียนไม่สามารถยับยั้งพฤติกรรมของตนเอง หุนหันพลันแล่น ไม่สามารถหยุดคิดก่อนทำ หรือหยุดพฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่นหรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนได้ รวมถึงไม่มีสมาธิจดจ่อคิดเรื่อยเปื่อยในเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้อง หรือควบคุมความคิดให้มีสมาธิจดจ่อในเรื่องที่กำลังทำ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำองค์ประกอบของทักษะการคิด และการปรับพฤติกรรม ในการใช้แรงเสริมมาเชื่อมโยงสู่กระบวนการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อให้เด็กเข้าใจผู้อื่น สามารถยับยั้งพฤติกรรมการแสดงออกต่อบุคคลอื่น ๆ ควบคุมความคิดของตนเอง และเห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนเพื่ออยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

แผนกิจกรรมที่ 5 - 8 ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) เพื่อให้เด็กสามารถปรับสภาพอารมณ์และควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมตามวัย เมื่อเจอปัญหาสงบสติอารมณ์หาทางแก้ปัญหาไม่เอาแต่ใจวีนว้าย, เมื่อโกรธรู้จักสงบอารมณ์ระบายอารมณ์โกรธอย่างเหมาะสม ไม่ใช้ความรุนแรง อารมณ์มั่นคง ไม่แปรปรวนง่าย, ระวังอารมณ์ตื่นเต้นวิตกกังวลเพื่อทำกิจกรรมต่อไป ก่อนการจัดกิจกรรมพบว่า นักเรียนมีคะแนนอยู่ต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยมาก ในระดับควรปรับปรุง ซึ่งนักเรียนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ให้แสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำองค์ประกอบของทักษะการคิด และการปรับพฤติกรรม ในการใช้แรงเสริมมาเชื่อมโยงสู่กระบวนการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์มาใช้ เพื่อให้เด็กสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองที่จะส่งผลในระยะยาว และสามารถดำเนินชีวิตให้มีสุขภาพกายและใจที่ดีในวิถีการใช้ชีวิตประจำวันในสังคมต่อไป

แผนกิจกรรมที่ 9 - 12 ด้านการติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring) เพื่อให้เด็กสามารถตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น นักเรียนตระหนักรู้ของการกระทำของตนเอง, กระตุ้นให้นักเรียนพยายามคิดแก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ ก่อนการจัดกิจกรรมพบว่า นักเรียนมีคะแนนอยู่ต่ำ

กว่าเกณฑ์เฉลี่ยมาก ในระดับควรปรับปรุง ซึ่งนักเรียนไม่สามารถวางแผนจัดการงานให้เสร็จ ตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญของงาน เริ่มต้นลงมือทำ มักจะติดกับปัญหาเล็กน้อยจนล้มภาพรวมของงาน และไม่สามารถคาดการณ์ผลการกระทำของตนเองที่จะส่งผลเพื่อปรับปรุงงานให้ดีขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำองค์ประกอบของทักษะการคิด และการปรับพฤติกรรม ในการใช้แรงเสริมมาเชื่อมโยงสู่กระบวนการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์มาใช้ เพื่อให้ นักเรียนสามารถติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring) เพื่อให้ นักเรียนสามารถตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง เพื่อสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากการศึกษาไปพัฒนาสู่ขั้นตอนการออกแบบกิจกรรมในแผนกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัยโดยชุดกิจกรรมดังกล่าว ในแผนกิจกรรม ประกอบไปด้วย สาระสำคัญของแผนกิจกรรมกระบวนการดำเนินกิจกรรม สื่อการสอน และการวัดประเมินผล จำนวน 12 แผนกิจกรรม โดยการ จัดกิจกรรมแบ่งออกเป็น 3 ด้านตัวบ่งชี้พฤติกรรม ได้แก่ แผนกิจกรรมที่ 1 - 4 ด้านการใส่ใจจดจ่อ แผนกิจกรรมที่ 5 - 8 ด้านการควบคุมอารมณ์ และแผนกิจกรรมที่ 9 - 12 ด้านการติดตามประเมินตนเอง โดยแผนกิจกรรมแบ่งออกเป็นด้าน ด้านละ 4 แผน ดังนี้

ตาราง 3 โครงสร้างรูปแบบชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	ลักษณะตัวชี้วัดด้านพฤติกรรม
1	การใส่ใจจดจ่อ	ชมผู้พากเพียร	การหยุดพฤติกรรมที่เคยชิน หยุด
2		ทูลเรียนผู้แหลมคม	คิดก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่น หยุด
3		ต้นล้มผู้แสนดี	พฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่น หรือทำให้
4		สตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน	ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการควบคุมความคิดให้จดจ่อกับงานที่ทำ หยุดคิดเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง
5	การควบคุมอารมณ์	สิงโตผู้กล้าหาญ	ความสามารถในการจัดการกับ
6		ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่	อารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยการ
7		ม้าลายผู้โอหัง	แสดงออกหรือตอบสนองทาง
8		เจ้ากวางผู้เกร	อารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	ลักษณะตัวชีวัดด้านพฤติกรรม
9		แคร่รถผู้แสนดี	การวางแผนจัดการงาน เริ่มตั้งแต่
10		บลอกโคลีผู้เฮฮา	การตั้งเป้าหมาย การจัดลำดับ
	การติดตามประเมิน		ความสำคัญของงาน การเริ่มต้นลง
11	ตนเอง	คะน้ำผู้หิยมโหด	มือทำ การทำงานให้เสร็จ การ
			แก้ปัญหา การไม่ติดกับปัญหา
12		ข้าวโพดผู้ถ่อมตน	เล็กน้อยจนทำให้งานไม่เสร็จ การ
			ติดตามสะท้อนผลของงานเพื่อ
			ปรับปรุงให้ดีขึ้น

แผนกิจกรรมที่ 1 กิจกรรม ชมผู้พากเพียร ผู้นำกิจกรรมแจกกระดาษแผ่นเล็กที่ตัดเป็นรูปชมพู่ให้กับนักเรียนทุกคนพร้อมกับแผ่นคำหน้าผาก จากนั้นให้นักเรียนวาดและระบายสีชมพู่ตามจินตนาการของนักเรียนลงในกระดาษที่แจกให้ เมื่อนักเรียนทุกคนสร้างสรรค์ชมพู่ของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกิจกรรมช่วยนำมาแปะกับแผ่นคำหน้าผาก แล้วให้นักเรียนสวมไว้คล้ายมงกุฎ จากนั้นให้นักเรียนนั่งล้อมกันเป็นวงกลมวงใหญ่ 1 วง ผู้นำกิจกรรมอธิบายกติกาว่าหากผู้นำกิจกรรมเริ่มเล่านิทานเรื่อง “ชมพู่ผู้พากเพียร” ให้นักเรียนสังเกตชมพู่ที่อยู่บนหน้าผากของเพื่อนแต่ละคนว่าชมพู่ของใครบ้างที่มีลักษณะตรงกับที่ผู้นำกิจกรรมกล่าวถึงในนิทาน หากชมพู่ของนักเรียนมีลักษณะตรงกับที่ผู้นำกิจกรรมกล่าวถึงในนิทาน ก็ให้นักเรียนทำการแสดงแบบด้นสดตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรม ช่วยกันสรุปว่ากิจกรรมวันนี้หากเราปฏิบัติด้วยความใส่ใจจดจ่อผลจะเป็นอย่างไร และหากเราไม่ใส่ใจหรือไม่จดจ่อกับการทำกิจกรรมหรือการฟังนิทาน ผลของกิจกรรมจะเป็นอย่างไร และนักเรียนคิดว่าแบบไหนจะได้ประโยชน์มากกว่ากัน

แผนกิจกรรมที่ 2 กิจกรรมทุเรียนผู้แหลมคม ผู้นำกิจกรรมอธิบายวิธีการฝึกสมาธิด้วยกิจกรรมลำเลียงทุเรียนผู้แหลมคม โดยมีวิธีการดังต่อไปนี้ คือ ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง ผู้นำกิจกรรมแจกตะเกียบ ให้กับนักเรียนทุกคน คนละ 1 อัน เพื่อใช้ในการส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมที่อยู่บนแก้วน้ำพลาสติกใสต่อ ๆ กันเป็นวงกลม ทั้งหมด 10 ลูก ผู้นำกิจกรรมอธิบายพร้อมสาธิตวิธีการส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมที่อยู่บนแก้วน้ำพลาสติกใสให้นักเรียนดู และบอกวิธีการคือให้นักเรียนใช้สมาธิในการใช้ตะเกียบสอดเข้าไปด้านในของแก้ว ประคองประคองและส่งต่อให้กับเพื่อนด้านข้างต่อไปเรื่อย ๆ โดยสร้างเงื่อนไขในการทำกิจกรรมคือ นักเรียนทุกคนจะต้องช่วยกันส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมนี้ โดยห้ามใช้มือช่วยประคอง และห้ามหล่นลงพื้น ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง

“ทุเรียนผู้แหลมคม” ให้กับนักเรียนฟัง หากนักเรียนได้ยินคำว่าทุเรียน นักเรียนคนที่ทุเรียนในมือจะต้องหยุดและยืนขึ้นทำการแสดงแบบต้นสดตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรมจนจบเรื่อง

แผนกิจกรรมที่ 3 กิจกรรมต้นส้มผู้แสนดี ผู้นำกิจกรรมเล่านิทาน เรื่อง “ต้นส้มผู้แสนดี” ให้กับนักเรียนฟัง และให้นักเรียนจับคู่กันและเป่ายางลบ นักเรียนที่ชนะจะต้องรับบทบาทเป็นต้นส้ม นักเรียนที่แพ้จะต้องรับบทบาทเป็นต้นข้าว เมื่อนักเรียนทุกคนรู้บทบาทของตนเองแล้ว ผู้นำกิจกรรมตั้งคำถามว่าถ้านักเรียนเป็นต้นส้มนักเรียนจะทำอย่างไร และนักเรียนที่รับบทเป็นต้นข้าวจะแสดงพฤติกรรมต่อต้นส้มอย่างไรถ้าเราทำผิด ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนลุกขึ้นยืนทีละคู่และแสดงบทบาทสมมติจากบทบาทที่ผู้นำกิจกรรมมอบให้ ให้ผู้นำกิจกรรมและเพื่อนในชั้นเรียนชม จนครบทั้งห้องเรียน โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นผู้กระตุ้นความคิดเรื่องการ เล่นของเล่นเสร็จแล้วต้องทำอะไร , เรื่องการรู้จักแบ่งปันสิ่งของ หรือการมีน้ำใจต่อผู้อื่น โดยกระตุ้นให้นักเรียนแต่ละคู่สามารถแสดงบทบาทสมมติแบบต้นสดที่ได้รับได้อย่างถูกต้อง

แผนกิจกรรมที่ 4 กิจกรรมสตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน ผู้นำกิจกรรมแจกภาพสตรอร์เบอร์รี่ครึ่งผลให้กับนักเรียนทุกคน (สตรอร์เบอร์รี่มีขนาดแตกต่างกันและมีการแสดงอารมณ์ในภาพนั้น) หลังจากนั้นให้นักเรียนสังเกตสตรอร์เบอร์รี่ที่ตนเองได้รับว่ามีอารมณ์ใด (ยิ้ม ร้องไห้ โกรธ หัวเราะ) ผู้นำกิจกรรมอธิบายกิจกรรม การค้นหาสตรอร์เบอร์รี่ให้เต็มผล โดยมีวิธีการคือ ให้นักเรียนค้นหาสตรอร์เบอร์รี่จากเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนที่มีขนาดเท่ากับสตรอร์เบอร์รี่ที่ตนเองได้รับ เพื่อนำมาต่อกันให้เป็นสตรอร์เบอร์รี่ที่มีความสมบูรณ์ ผ่านการเล่านิทานเรื่อง สตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน ในระหว่างที่ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานสตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน ให้นักเรียนฟัง สตรอร์เบอร์รี่ครึ่งผลของใครมีอารมณ์ตรงตามที่ผู้นำกิจกรรมพูดถึง (ยิ้ม ร้องไห้ โกรธ หัวเราะ) ให้นักเรียนยืนขึ้น และแสดงสีหน้าอารมณ์นั้นโดยห้ามมีเสียง ในระหว่างนั้นนักเรียนสังเกตว่าใครที่มีสตรอร์เบอร์รี่อารมณ์เดียวกันกับเราเพื่อค้นหาสตรอร์เบอร์รี่ให้เต็มผลต่อไป เมื่อผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องสตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยนจบ ให้เวลานักเรียนในการค้นหา สตรอร์เบอร์รี่ที่มีอารมณ์เดียวกัน 3 นาที คูไหนที่ค้นหาสตรอร์เบอร์รี่อารมณ์เดียวกันและต่อกันเป็นผลสมบูรณ์แล้วให้นั่งลง พร้อมกับมือกันและส่งเสียงว่า เฮ้! เมื่อนักเรียนจับคู่ผลสตรอร์เบอร์รี่ที่สมบูรณ์เรียบร้อยแล้ว ครูเป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง

แผนกิจกรรมที่ 5 กิจกรรมสิงโตผู้กล้าหาญ ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนแต่ละกลุ่มจับสลากรูปภาพสัตว์เพื่อกำหนดว่าตนเองจะแสดงเป็นสัตว์ชนิดใด โดยในโหลสลากจะมีสัตว์ทั้งหมด 5 ชนิด ได้แก่ สิงโต ช้าง ม้า ไก่และลิง จากนั้นให้นักเรียนแต่ละคนลงจินตนาการและออกแบบท่าทางของสัตว์ชนิดที่ตนเองจับสลากได้ ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “สิงโตผู้กล้าหาญ” ให้

นักเรียนฟัง 1 รอบ แล้วให้นักเรียนทั้งสองกลุ่มลองคิดว่าในช่วงที่เป็นบทบาทของตนเองนักเรียนจะแสดงออกอย่างไร ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานอีก 1 รอบ แล้วให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติได้อย่างอิสระทีละกลุ่ม โดยให้อีกกลุ่มนั่งสังเกตการณ์

แผนกิจกรรมที่ 6 กิจกรรมปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่ ผู้นำกิจกรรมแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มเท่า ๆ กัน และให้แต่ละกลุ่มมีหยิบสลากว่ากลุ่มของตนจะได้รับบทบาทเป็นอะไร ซึ่งประกอบไปด้วย ปลาวาฬ ปลาเล็กปลาน้อย และปลาหมึก หลังจากนั้นให้เวลานักเรียนปรึกษากันว่าบทบาทที่กลุ่มตนเองได้รับจะต้องทำอะไร และมีลักษณะอย่างไร โดยใช้เวลา 3 นาที เมื่อครบเวลาที่กำหนดแล้ว ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่” ให้นักเรียนฟัง เมื่อได้ยินข้อสัตว์ที่เป็นบทบาทของตนเอง ให้กลุ่มนั้นลุกขึ้นแสดงตามการเล่าเรื่องของผู้ดำเนินกิจกรรม โดยต้องแสดงอารมณ์ตามบทบาทสมมติที่ได้รับ แต่ในระหว่างทำกิจกรรม ครูสร้างข้อตกลงคือต้องควบคุมตนเองในระหว่างที่ทำกิจกรรมไม่ให้พูดโพล่งระหว่างครูเล่านิทาน และควบคุมอารมณ์ของตนเองให้ได้

แผนกิจกรรมที่ 7 กิจกรรมมัลลาผู้โหด ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง มัลลาผู้โหดให้กับนักเรียนฟัง ซึ่งในนิทานนี้มีสัตว์ต่าง ๆ ที่แสดงอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ในตอนท้ายของนิทานเรื่อง มัลลาผู้โหด จะมีสถานการณ์ให้นักเรียนวิเคราะห์ว่า ถ้าหากในสถานการณ์เช่นนี้ นักเรียนจะมีความรู้สึกอย่างไร (กลัว เศร้า โกรธ อาย มีความสุข) และถ้าหากเป็นนักเรียน นักเรียนจะแก้ไขสถานการณ์นี้เช่นไร โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนยกมือตอบ โดยมีข้อตกลงคือ ก่อนจะตอบนักเรียนต้องยกมือก่อน และรอให้ผู้ดำเนินกิจกรรมอนุญาตนักเรียนถึงจะตอบได้ เมื่อนักเรียนตอบเสร็จแล้ว ผู้นำกิจกรรมจัดนักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนในชั้นเรียนร่วมกันแสดงบทบาทสมมติเรื่อง มัลลาผู้โหด ที่มีการแก้ไขสถานการณ์จากนักเรียนเมื่อสักครู่มาแสดง โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นคนพากย์และนักเรียนในชั้นเรียนเป็นตัวละครต่าง ๆ โดยให้นักเรียนช่วยกันเสนอและเลือกบทบาทต่าง ๆ ร่วมกัน ในระหว่างทำกิจกรรมนักเรียนทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการแสดง

แผนกิจกรรมที่ 8 กิจกรรมเจ้ากวางผู้เกร ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร ให้นักเรียนฟัง และให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ว่านิทานเรื่องนี้ใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ อย่างไรบ้าง ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม เท่า ๆ กัน และให้แต่ละกลุ่มตกลงกันว่าใครจะรับบทบาทใดในการแสดง จากนั้นให้เวลา 3 นาที หากนักเรียนไม่สามารถเลือกได้ ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนจับสลากเลือกบทบาทที่ได้รับแทน คัดเลือกนักแสดงตามบทบาทต่าง ๆ เพื่อแสดงบทบาทสมมติให้เพื่อน ๆ ร่วมชั้นเรียนชม โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นผู้ดำเนินเรื่อง และนักเรียนจะพูดต้นสบบทบาทที่ตนเองได้รับเอง เมื่อนักเรียนวางแผนเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มออกมาแสดงบทบาท

สมมตินิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร โดยผู้นำกิจกรรมจะคอยช่วยหากนักเรียนติดขัด จนแสดงครบทุกกลุ่ม และในระหว่างที่เพื่อน ๆ แสดง นักเรียนคนอื่นจะต้องตั้งใจฟังควบคุมตนเองเพื่อจะได้รับสติ๊กเกอร์เป็นรางวัลจากคุณครู

แผนกิจกรรมที่ 9 กิจกรรมแคร่รถผู้แสนดี ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดี ให้นักเรียนฟัง (เป็นนิทานที่แคร่รถเดินทางไปเจออาชีพต่าง ๆ) และร่วมกันตอบว่าในนิทานเรื่องนี้ มีอาชีพอะไรบ้าง ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนเลือกอาชีพที่ตนเองชอบที่สุด จากนั้นเรื่องแคร่รถผู้แสนดี หรืออาชีพที่ตนเองชอบนอกเหนือจากนิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดีก็ได้ มาคนละ 1 อาชีพ ผู้นำกิจกรรมแจกกระดาษให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น แล้วให้นักเรียนวาดอุปกรณ์สำหรับอาชีพของตนเองที่ตนเอง คนละ 1 ชิ้น พร้อมระบายสีให้สวยงาม เมื่อนักเรียนทุกคนเตรียมอุปกรณ์ของตนเองเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้นักเรียนออกมานำเสนออาชีพที่ตนเองเลือกโดยสวมบทบาทสมมติและถืออุปกรณ์ที่ตนเองประดิษฐ์ขึ้นมา ให้เพื่อนร่วมชั้นเรียนคนอื่น ๆ ตอบให้ได้ว่า เป็นอาชีพอะไร จนครบทุกคน เมื่อนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมเสร็จ ครูแก่นักเรียนว่าของที่ใช้ทำกิจกรรมกระจายเกลื่อนกลาด ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ครูสังเกตพฤติกรรมนักเรียนว่านักเรียนจะมีพฤติกรรมอย่างไร

แผนกิจกรรมที่ 10 กิจกรรมบลอกโคลีผู้เฮฮา ผู้นำกิจกรรมชักชวนนักเรียนให้นักเรียนช่วยกันแต่งนิทานเรื่อง บล็อกโคลีผู้เฮฮา โดยครูเป็นผู้นำทางในการเล่านิทาน และให้นักเรียนช่วยกันต่อเติมนิทานเรื่องนี้ให้สมบูรณ์ จากสิ่งที่นักเรียนพบเจอจากกิจกรรมไปส่วนกันเถอะ เมื่อผู้นำกิจกรรมและนักเรียนช่วยกันแต่งนิทานเรื่อง บล็อกโคลีผู้เฮฮา เสร็จแล้ว จึงร่วมกันแสดงบทบาทสมมติจากนิทานเรื่องนี้อีกครั้ง ในระหว่างที่แสดงบทบาทสมมติ ผู้นำกิจกรรมจะคอยกระตุ้นให้นักเรียนพยายามคิดแก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ อยู่เสมอ

แผนกิจกรรมที่ 11 กิจกรรมคะน้ำผู้เหี้ยมโหด ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง คะน้ำผู้เหี้ยมโหด ให้นักเรียนฟัง ผู้นำกิจกรรมสอบถามความรู้สึกของนักเรียนว่าคะน้ำทำตัวแบบนี้ดีหรือไม่ แล้วถ้านักเรียนเป็นคะน้ำนักเรียนจะทำอย่างไรต่อไป หลังจากที่เกะของคะน้ำตายหมดแล้ว ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น โดยนักเรียนคนที่ตอบจะต้องยกมือและให้ผู้นำกิจกรรมอนุญาตก่อนถึงจะตอบได้ และนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่นักเรียนแสดงความคิดเห็นอีกครั้ง หลังจากนั้นผู้นำกิจกรรมจึงใช้วงล้อสุ่มชื่อออนไลน์ สุ่มชื่อนักเรียนออกมาเป็นตัวแทนเพื่อมารับบทบาทสมมติจากนิทานเรื่อง คะน้ำผู้เหี้ยมโหด ในตอนใหม่ที่นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่าในตอนท้ายของเรื่องนักเรียนและผู้นำกิจกรรมร่วมกันเล่านิทาน เรื่อง คะน้ำผู้เหี้ยมโหดอีกครั้งพร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติไปด้วย

แผนกิจกรรมที่ 12 กิจกรรมข้าวโพดผู้ถ่อมตน ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง และให้นักเรียนนับ A สลับ B สลับกันไปเรื่อย ๆ จนครบวงกลม ใครนับ A จะได้รับบทบาทเป็นต้นโถง นักเรียนคนใดนับ B จะได้รับบทบาทเป็นต้นข้าวโพด เมื่อนักเรียนได้รับบทบาทของตนเองครบทุกคนแล้วนั่งเป็นวงกลมเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกิจกรรมจึงเล่านิทานเรื่อง ข้าวโพดผู้ถ่อมตนให้นักเรียนฟัง ในระหว่างการเล่านิทานถ้าครูเอ่ยถึงตัวละครตัวใดที่ตรงกับบทบาทของนักเรียน นักเรียนจะต้องยืนขึ้นและแสดงท่าทางตามบทบาทในนิทานที่ผู้นำกิจกรรมเล่า เมื่อผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องข้าวโพดผู้ถ่อมตนจบ ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นกับนิทานเรื่องนี้ โดยมีเงื่อนไขดังนี้

- ถ้านักเรียนคิดว่าต้นโถงแสดงพฤติกรรมถูก ให้นักเรียนทำท่าที่แสดงถึงความรัก ความถูกต้องแล้วเดินไปซ้ายของห้อง (ทำตามจินตนาการของตนเอง)
- ถ้านักเรียนคิดว่าต้นโถงแสดงพฤติกรรมผิด ให้นักเรียนทำท่าที่แสดงถึงความเศร้า ความผิด แล้วเดินไปขวาของห้อง (ทำตามจินตนาการของตนเอง)

ตาราง 4 ผลการทดสอบหาค่าความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมละคร สร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย (N = 5)

กิจกรรม	เป้าหมาย	(IOC)	ความหมาย
1. ชมผู้พ่อกเพียร	การหยุดพฤติกรรมที่เคยชิน หยุดคิดก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่น หยุดพฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่น หรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการควบคุมความคิดให้จดจ่อกับงานที่ทำ หยุดคิดเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	1.00	เลือกไว้
2. ทูเรียนผู้แหลมคม	การหยุดพฤติกรรมที่เคยชิน หยุดคิดก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่น หยุดพฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่น หรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการควบคุมความคิดให้จดจ่อกับงานที่ทำ หยุดคิดเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	1.00	เลือกไว้
3. ต้นส้มผู้แสนดี	การหยุดพฤติกรรมที่เคยชิน หยุดคิดก่อนทำ	1.00	เลือกไว้

กิจกรรม	เป้าหมาย	(IOC)	ความหมาย
	ไม่หุนหันพลันแล่น หยุดพฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่น หรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการควบคุมความคิดให้จดจ่อกับงานที่ทำ หยุดคิดเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง		
4. สตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน	การหยุดพฤติกรรมที่เคยชิน หยุดคิดก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่น หยุดพฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่น หรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการควบคุมความคิดให้จดจ่อกับงานที่ทำ หยุดคิดเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	0.8	เลือกไว้
5. สิงโตผู้กล้าหาญ	ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยการแสดงออกหรือตอบสนองทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์	0.8	เลือกไว้
6. ปลาฉลามผู้ยิ่งใหญ่	ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยการแสดงออกหรือตอบสนองทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์	1.00	เลือกไว้
7. ม้าลายผู้โอหัง	ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยการแสดงออกหรือตอบสนองทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์	0.8	เลือกไว้
8. เจ้ากวางผู้เกร	ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยการแสดงออกหรือตอบสนองทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์	0.8	เลือกไว้
9. แคร่รอตผู้แสนดี	การวางแผนจัดการงาน เริ่มตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย การจัดลำดับความสำคัญของ	1.00	เลือกไว้

กิจกรรม	เป้าหมาย	(IOC)	ความหมาย
	งาน การเริ่มต้นลงมือทำ การทำงานให้เสร็จ การแก้ปัญหา การไม่ติดกับปัญหาเล็กน้อย จนทำให้งานไม่เสร็จ การติดตามสะท้อนผล ของงานเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น		
10. บล็อกโคสผู้เฮฮา	การวางแผนจัดการงาน เริ่มตั้งแต่การ ตั้งเป้าหมาย การจัดลำดับความสำคัญของ งาน การเริ่มต้นลงมือทำ การทำงานให้เสร็จ การแก้ปัญหา การไม่ติดกับปัญหาเล็กน้อย จนทำให้งานไม่เสร็จ การติดตามสะท้อนผล ของงานเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น	1.00	เลือกไว้
11. คะน้ำผู้เหี้ยมโหด	การวางแผนจัดการงาน เริ่มตั้งแต่การ ตั้งเป้าหมาย การจัดลำดับความสำคัญของ งาน การเริ่มต้นลงมือทำ การทำงานให้เสร็จ การแก้ปัญหา การไม่ติดกับปัญหาเล็กน้อย จนทำให้งานไม่เสร็จ การติดตามสะท้อนผล ของงานเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น	1.00	เลือกไว้
12. ข้าวโพดผู้ถ่อมตน	การวางแผนจัดการงาน เริ่มตั้งแต่การ ตั้งเป้าหมาย การจัดลำดับความสำคัญของ งาน การเริ่มต้นลงมือทำ การทำงานให้เสร็จ การแก้ปัญหา การไม่ติดกับปัญหาเล็กน้อย จนทำให้งานไม่เสร็จ การติดตามสะท้อนผล ของงานเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น	1.00	เลือกไว้

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 4 แสดงให้เห็นว่าผลการทดสอบหาคำดัชนี
ความสอดคล้องระหว่างรูปแบบกิจกรรมละครสร้างสรรค์กับเป้าหมายการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริม
ทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย ในหัวข้อ ชื่อกิจกรรม,
เป้าหมาย,วัตถุประสงค์, ระยะเวลาดำเนินกิจกรรม, กิจกรรมจูงใจ, กิจกรรมเตรียมทักษะละคร,
กิจกรรมละครและกิจกรรมสรุป และอภิปรายผล ของแผนกิจกรรมที่ 4 สตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน,

แผนกิจกรรมที่ 5 สิ่งโตผู้กล้าหาญ, แผนกิจกรรมที่ 7 ม้าลายผู้โอหัง และแผนกิจกรรมที่ 8 เจ้ากวางผู้เกร มีค่าความสอดคล้องของแผนกิจกรรมเท่ากับ 0.8 และค่าความสอดคล้องของแผนกิจกรรมที่ 1 ชมพู่ผู้ปากเพียร, แผนกิจกรรมที่ 2 ทูเรียนผู้แหลมคม, แผนกิจกรรมที่ 3 ต้นส้มผู้แสนดี, แผนกิจกรรมที่ 6 ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่, แผนกิจกรรมที่ 9 แคร่รอดผู้แสนดี, แผนกิจกรรมที่ 10 บล็อกโคลีผู้เฮฮา, แผนกิจกรรมที่ 11 คะน้ำผู้เหี้ยมโหด และแผนกิจกรรมที่ 12 ข้าวโพดผู้ถ่อมตน มีค่าความสอดคล้องของแผนกิจกรรมเท่ากับ 1.00 ทุกหัวข้อ สรุปได้ว่าผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นว่ารูปแบบกิจกรรมละครสร้างสรรค์กับเป้าหมายการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย มีความสอดคล้องกัน

เมื่อผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญเรียบร้อยแล้วผู้วิจัยได้นำรูปแบบกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย ไปทดลอง ใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นปฐมวัยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อประสิทธิภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองจริง

ตาราง 5 ผลการวิเคราะห์การทดลองใช้ (Try out) กิจกรรมละครสร้างสรรค์ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง

กิจกรรม	ชื่อกิจกรรม	ผลการทดลอง		การปรับปรุงแก้ไข
		ใช้ได้	ปรับปรุง	
1	ชมพู่ผู้ปากเพียร	✓	-	
2	ทูเรียนผู้แหลมคม	✓	-	
3	ต้นส้มผู้แสนดี	✓	-	
4	สตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน		✓	กิจกรรมการค้นหาสตรอว์เบอร์รี่ให้เต็มผล โดยให้นักเรียนค้นหาสตรอว์เบอร์รี่จากเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนที่มีขนาดเท่ากับสตรอว์เบอร์รี่ที่ตนเองได้รับนั้น มีขนาดของสตรอว์เบอร์รี่เยอะเกินไป ทำให้ค้นหาเพื่อน ๆ ยาก ควรลดขนาดสตรอว์เบอร์รี่ให้มีเพียง 3

กิจกรรม	ชื่อกิจกรรม	ผลการทดลอง		การปรับปรุงแก้ไข
		ใช้ได้	ปรับปรุง	
				ขนาดเท่านี้
5	สิงโตผู้กล้าหาญ		✓	การจินตนาการและออกแบบท่าทางของสัตว์ชนิดที่ตนเองจับสลากได้ เนื่องจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมยังเป็นเด็กเล็ก การให้ดูรูปภาพแล้วจินตนาการการเคลื่อนไหวเองยังไม่เพียงพอ อาจจะใช้สื่อ เช่น วีดีโอการเคลื่อนไหวของสัตว์ชนิดนั้นให้นักเรียนได้ดูแล้วให้นักเรียนจินตนาการการเคลื่อนไหวตาม
6	ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่	✓		-
7	ม้าลายผู้โอหัง		✓	ควรลดกระดาษที่มีภาพหน้าอิโมจิแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ให้มีขนาดเล็กลง เพื่อประหยัดเวลาในการทำกิจกรรมมากขึ้น
8	เจ้ากวางผู้เกร			การแสดงบทบาทสมมตินิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร ผู้นำกิจกรรมควรแสดงท่าทางบทบาทสมมติไปพร้อมกับนักเรียน เพื่อให้ นักเรียน เคลื่อนไหวตาม
9	แคร่รถผู้แสนดี	✓		-
10	บลอกโคลีผู้เฮฮา		✓	กิจกรรมช่วยกันแต่งนิทานเรื่องบลอกโคลีผู้เฮฮา นักเรียนต้องการสร้างบทสนทนาขึ้นมาใหม่ซึ่งอาจจะยากและใช้

กิจกรรม	ชื่อกิจกรรม	ผลการทดลอง		การปรับปรุงแก้ไข
		ใช้ได้	ปรับปรุง	
				เวลานาน ดังนั้นผู้นำกิจกรรมอาจจะใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้คิดและจินตนาการต่อไปได้
11	คนน้ำผู้เหี้ยมโหด	✓	-	
12	ข้าวโพดผู้ถ่อมตน	✓	-	

จากตาราง 5 ผลการวิเคราะห์การทดลองใช้ (Try out) กิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยบางกิจกรรมมีการปรับปรุงแก้ไขรูปแบบการจัดกิจกรรม และเนื้อหากิจกรรมให้สอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้สามารถนำไปใช้จัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสม

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้ทำการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผลในรูปแบบตารางประกอบคำอธิบาย สรุปผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ในงานวิจัยนำเสนอได้เป็น 2 ส่วน มีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

ส่วนที่ 2.2 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)

ส่วนที่ 2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

ในส่วนนี้นำเสนอผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบตัวบ่งชี้ทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ จำนวน 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การใส่ใจจดจ่อ, การควบคุมอารมณ์ และการติดตามประเมินตนเอง ก่อนจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ มีผลการวิเคราะห์ดังนี้

ส่วนที่ 2.1.1 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ

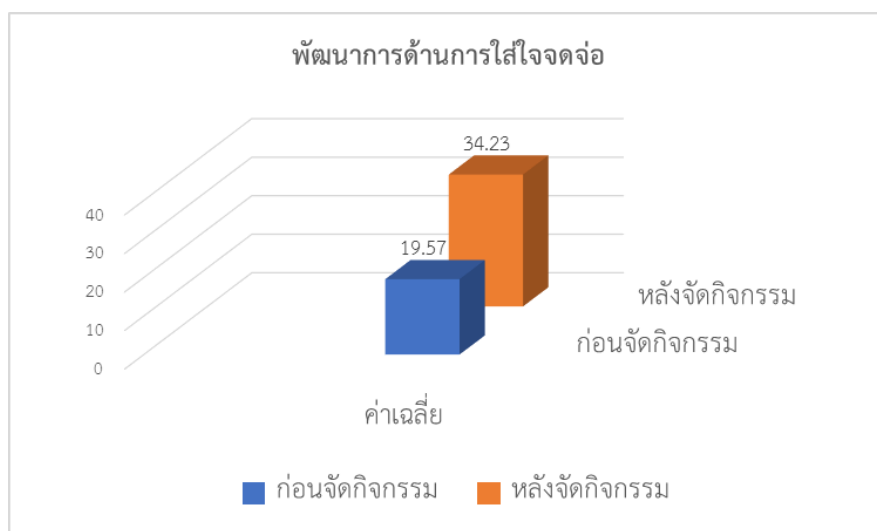
ตาราง 6 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ (n = 30)

การทดสอบ	จำนวน นักเรียน	คะแนน เต็ม	ค่าเฉลี่ย	ค่า เบี่ยงเบน มาตรฐาน	t.	df.	p.
ก่อนจัดกิจกรรม	30	40	19.57	1.85	-36.48	29.00	0.000*
หลังจัดกิจกรรม	30	40	34.23	1.79			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 6 ผลวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ จากกลุ่มนักเรียน 30 คน มีคะแนนเต็ม 40 คะแนน ผลการจัดกิจกรรม พบว่า ก่อนจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 19.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.85 และหลังจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 34.23 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.79 โดยผลการทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่าง มีค่า t-test = -36.48, df. = 29.00, Sig. = 0.000 < 0.05 จึงกล่าวได้ว่า ผลคะแนนทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ มีความ

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยหลังกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างกันสูงกว่า ก่อนจัดกิจกรรม สามารถแสดงเป็นกราฟได้ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

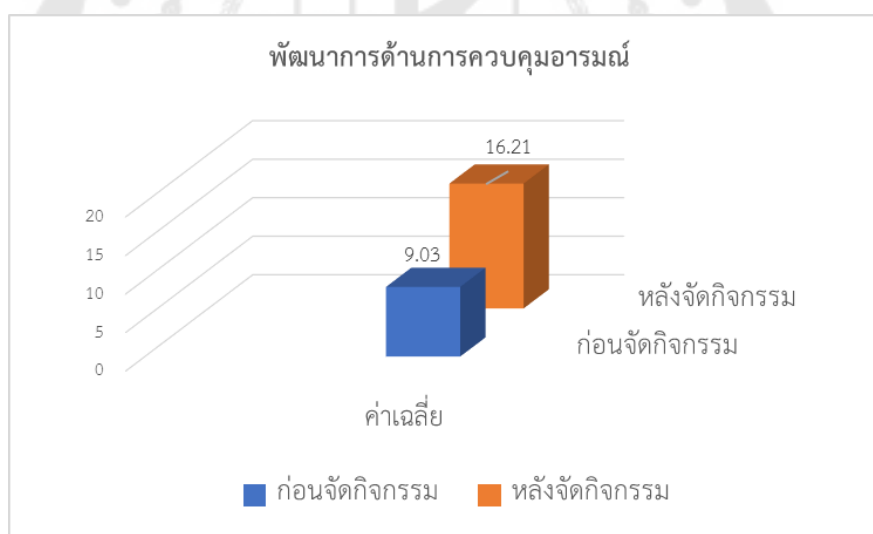
ส่วนที่ 2.1.2 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์

ตาราง 7 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียน ระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่าย ประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการ ด้านการควบคุมอารมณ์ (n = 30)

การทดสอบ	จำนวน นักเรียน	คะแนน เต็ม	ค่าเฉลี่ย	ค่า เบี่ยงเบน มาตรฐาน	t.	df.	p.
ก่อนจัดกิจกรรม	30	20	9.03	1.11	-16.91	29.00	0.000*
หลังจัดกิจกรรม	30	20	16.21	2.03			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 ผลวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ จากกลุ่มนักเรียน 30 คน มีคะแนนเต็ม 20 คะแนน ผลการจัดกิจกรรม พบว่า ก่อนจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 9.03 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.11 และหลังจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 16.21 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.03 โดยผลการทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างมีค่า $t\text{-test} = -16.91$, $df. = 29.00$, $Sig. = 0.000 < 0.05$ จึงกล่าวได้ว่า ผลคะแนนทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยหลังกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างกันสูงกว่า ก่อนจัดกิจกรรม สามารถแสดงเป็นกราฟได้ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

ส่วนที่ 2.1.3 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง

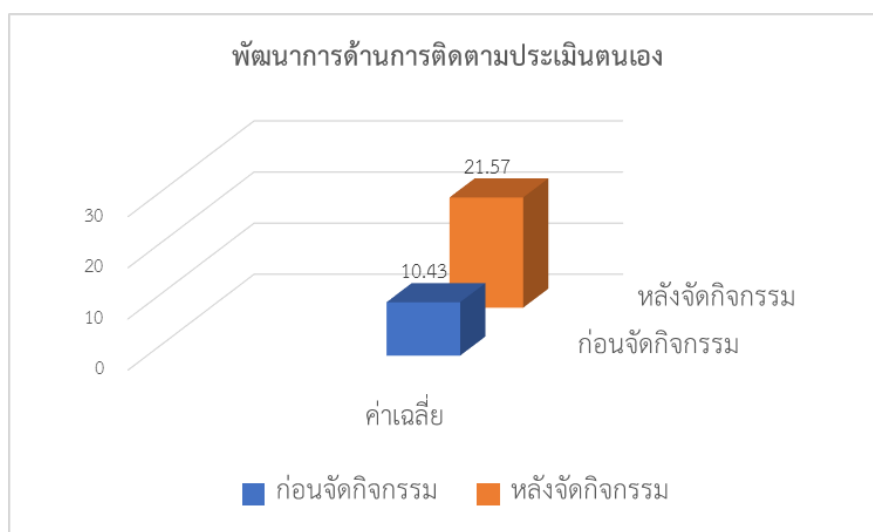
ตาราง 8 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

(ฝ่ายประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้
พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง (n = 30)

การทดสอบ	จำนวน นักเรียน	คะแนน เต็ม	ค่าเฉลี่ย	ค่า เบี่ยงเบน มาตรฐาน	t.	df.	p.
ก่อนจัดกิจกรรม	30	24	10.43	0.25	-106.73	29.00	0.000*
หลังจัดกิจกรรม	30	24	21.57	0.39			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 ผลวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง จากกลุ่มนักเรียน 30 คน มีคะแนนเต็ม 24 คะแนน ผลการจัดกิจกรรม พบว่า ก่อนจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 10.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.25 และหลังจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 21.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.39 โดยผลการทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างมีค่า t-test = -106.73, df. = 29.00, Sig. = 0.000 < 0.05 จึงกล่าวได้ว่า ผลคะแนนทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยหลังกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างกันสูงกว่าก่อนจัดกิจกรรม สามารถแสดงเป็นกราฟได้ดังภาพประกอบ 5



ภาพประกอบ 5 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

ส่วนที่ 2.1.4 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การยับยั้งชั่งใจ ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เป็นรายบุคคล

ตาราง 9 ผลการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียน ระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ รายบุคคล (คะแนนเต็ม = 4.00)

นักเรียน คนที่	ค่าเฉลี่ยของตัวบ่งชี้					
	ด้านการใส่ใจจดจ่อ		ด้านการควบคุม อารมณ์		ด้านการติดตาม ประเมินตนเอง	
	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม
1	1.80	3.10	1.60	3.60	1.67	3.50
2	1.90	3.10	1.60	3.60	1.67	3.50
3	1.90	3.10	1.60	3.60	1.67	3.50
4	1.60	3.30	1.60	3.60	1.67	3.50

นักเรียน คนที่	ค่าเฉลี่ยของตัวบ่งชี้					
	ด้านการใส่ใจจดจ่อ		ด้านการควบคุม อารมณ์		ด้านการติดตาม ประเมินตนเอง	
	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม
5	1.80	3.30	1.60	3.60	1.67	3.50
6	1.70	3.50	1.60	3.60	1.67	3.50
7	1.80	3.50	1.60	3.60	1.67	3.50
8	1.90	3.50	1.60	3.40	1.67	3.50
9	1.70	3.50	1.60	3.20	1.67	3.50
10	1.70	3.50	1.60	3.20	1.67	3.50
11	1.90	3.60	1.60	3.20	1.83	3.50
12	1.90	3.60	1.80	3.20	1.83	3.50
13	1.90	3.60	1.80	3.00	1.83	3.67
14	2.00	3.60	2.00	3.00	1.83	3.67
15	2.00	3.60	2.20	3.00	1.67	3.67
16	2.30	3.60	2.20	2.80	1.67	3.67
17	2.20	3.50	2.20	2.80	1.67	3.67
18	2.30	3.50	2.20	2.80	1.67	3.67
19	2.20	3.50	2.00	2.80	1.67	3.67
20	2.10	3.60	1.80	2.80	1.83	3.83
21	1.90	3.50	1.80	3.00	1.83	3.67
22	2.00	3.60	1.80	3.00	1.83	3.67
23	2.30	3.50	1.80	3.40	1.83	3.67
24	2.20	3.50	1.80	3.40	1.83	3.67
25	1.90	3.50	1.80	3.40	1.83	3.67
26	2.00	3.30	2.00	3.40	1.83	3.67
27	1.90	3.10	2.00	3.40	1.83	3.67
28	1.90	3.20	1.60	3.40	1.83	3.67

นักเรียน คนที่	ค่าเฉลี่ยของตัวบ่งชี้					
	ด้านการใส่ใจจดจ่อ		ด้านการควบคุม อารมณ์		ด้านการติดตาม ประเมินตนเอง	
	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม	ก่อนทำ กิจกรรม	หลังทำ กิจกรรม
29	2.00	3.20	1.80	3.40	1.67	3.67
30	2.00	3.20	1.80	3.40	1.67	3.33

จากตาราง 9 ผลวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ รายบุคคล จากกลุ่มนักเรียน 30 คน นักเรียนส่วนใหญ่มีคะแนนการประเมินเฉลี่ยด้านการติดตามประเมินตนเองสูงสุดจำนวน 20 คน รองลงมาเป็นด้านการควบคุมอารมณ์ จำนวน 8 คน และด้านใส่ใจจดจ่อ จำนวน 5 คน และมีนักเรียนที่คะแนนประเมินเฉลี่ยเท่ากันสองด้าน คือด้านใส่ใจจดจ่อ และการติดตามประเมินตนเอง จำนวน 3 คน โดยหลังการทำกิจกรรมมีนักเรียนได้คะแนนการประเมินเฉลี่ยสูงสุดที่ 3.83 ในด้านการติดตามประเมินตนเอง และนักเรียนได้คะแนนการประเมินเฉลี่ยต่ำสุดที่ 2.80 ในด้านการควบคุมอารมณ์

ส่วนที่ 2.2 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)

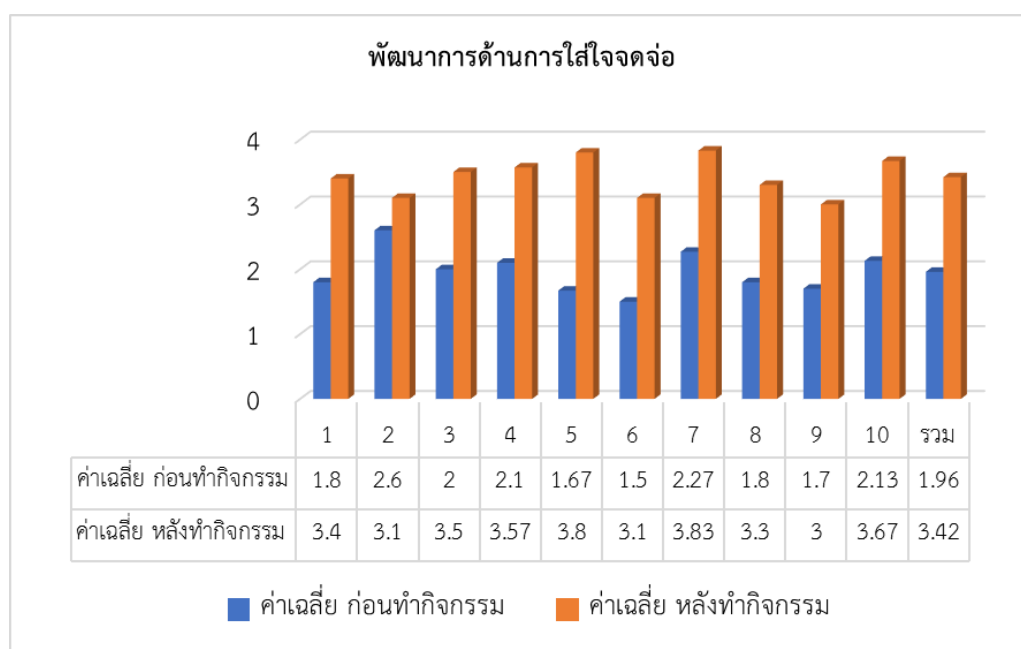
ในส่วนนี้เป็นผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) หลังการจัดกิจกรรม จำนวน 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการใส่ใจจดจ่อ, ตัวบ่งชี้ปัญหาการควบคุมอารมณ์ และตัวบ่งชี้ปัญหาการติดตามประเมินตนเอง มีรายละเอียดดังนี้

ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านด้านการใส่ใจจดจ่อ

ข้อ ที่	ตัวบ่งชี้ปัญหาด้าน การใส่ใจจัดจ่อ	ก่อนทำกิจกรรม		หลังทำกิจกรรม			
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ		$\bar{X}$	S.D.
				การ	การ		
				ประเมิน	ประเมิน		
1	ตั้งใจทำกิจกรรมของตัวเอง ไม่รบกวนผู้อื่น	1.80	0.61	ต่ำ	3.40	0.72	สูง
2	เมื่อขัดแย้งกับเพื่อน ไม่ใช้กำลังใน การแก้ปัญหา	2.60	0.50	ต่ำ	3.10	0.61	สูง
3	จัดจ่อกับกิจกรรมในชั้นเรียนที่ครู สอน	2.00	0.53	ต่ำ	3.50	0.51	สูง
4	ทำกิจกรรมที่ครูมอบหมายเสร็จใน เวลาที่กำหนด	2.10	0.66	ต่ำ	3.57	0.50	สูง
5	เข้าคิวรอได้ อดทนรอคอยได้	1.67	0.61	ต่ำ	3.80	0.61	สูง
6	รู้จักรอที่จะพูดไม่พูดแทรกในขณะที่ ผู้อื่นกำลังพูด	1.50	0.63	ต่ำ	3.10	0.31	สูง
7	เมื่อต้องการของที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่ รู้จักขออนุญาตเมื่อต้องการของที่ เพื่อนกำลังเล่นอยู่	2.27	0.45	ต่ำ	3.83	0.38	สูง
8	หยุดเล่นเสียงดังเมื่อครูเตือน	1.80	0.61	ต่ำ	3.30	0.47	สูง
9	จัดจ่อกับงานที่ทำไม่วอกแวกง่าย	1.70	0.75	ต่ำ	3.00	0.56	สูง
10	เล่นอย่างระวัง รู้จักหยุดเมื่อเห็นว่า การเล่นแรงขึ้นจนอาบาดเจ็บหรือ เกิดอันตราย	2.13	0.63	ต่ำ	3.67	0.48	สูง
รวม		1.96	0.09	ต่ำ	3.42	0.12	สูง

ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของ
นักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
(ฝ่ายประถม) ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการใส่ใจจัดจ่อ โดยภาพรวม คะแนนก่อนจัดกิจกรรม มีค่าเฉลี่ย
1.96 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.09 อยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ และหลังการทำกิจกรรม มีค่าเฉลี่ย 3.42

ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.12 อยู่ในระดับสูง สำหรับคะแนนในหลังกิจกรรมเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านมีระดับการประเมินสูงในทุกด้าน โดยสูงสุด ข้อ 7 เมื่อต้องการของที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่รู้จักขออนุญาตเมื่อต้องการของที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่ มีค่าเฉลี่ย 3.83 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.38 โดยผลประเมินน้อยสุดคือ ข้อ 9 จดจ่อกับงานที่ทำไม่วกแวกง่าย มีค่าเฉลี่ย 3.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.56 สามารถแสดงเป็นกราฟได้ ดังภาพประกอบ 6



ภาพประกอบ 6 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ

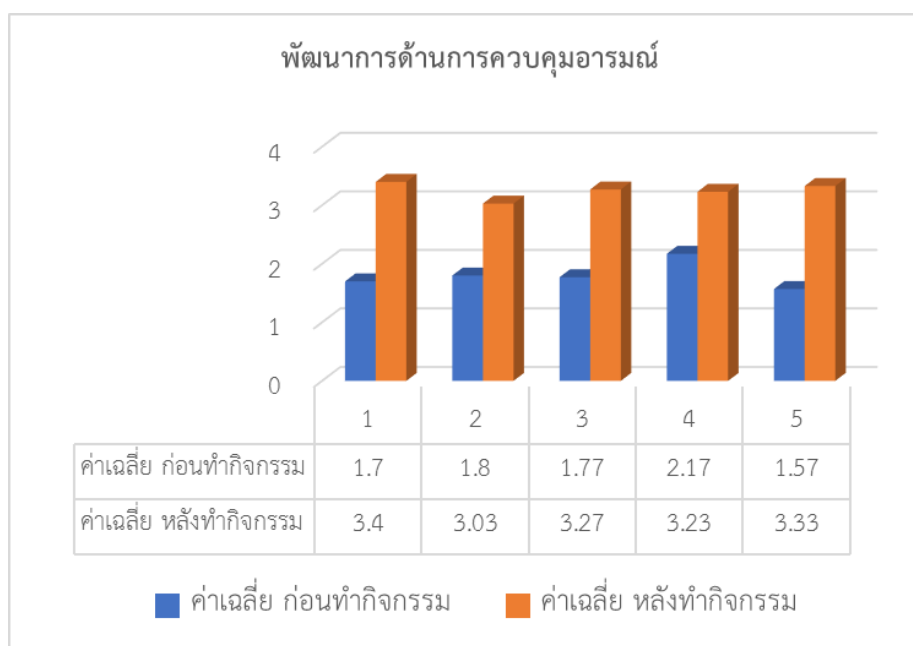
ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของนักเรียนระดับชั้นอายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์

ข้อ ที่	ตัวบ่งชี้ปัญหาด้าน การควบคุมอารมณ์	ก่อนทำกิจกรรม			หลังทำกิจกรรม		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ การ ประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ การ ประเมิน
1	เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์	1.70	0.60	ต่ำ	3.40	0.50	สูง

ข้อ ที่	ตัวบ่งชี้ปัญหาด้าน การควบคุมอารมณ์	ก่อนทำกิจกรรม		หลังทำกิจกรรม			
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ การ ประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ การ ประเมิน
	หาทางแก้ปัญหาไม่เอาแต่ใจว้าวาย						
2	เมื่อโกรธรู้จักสงบอารมณ์ระบาย อารมณ์โกรธอย่างเหมาะสม ไม่ใช่ ความรุนแรง เช่น ไปเล่นกีฬา เล่น ดนตรี วาดภาพ ฯลฯ	1.80	0.71	ต่ำ	3.03	0.72	สูง
3	อารมณ์มันคงไม่แปรปรวนง่าย	1.77	0.43	ต่ำ	3.27	0.45	สูง
4	ระงับอารมณ์ตื่นเต้นวิตกกังวลเพื่อ ทำกิจกรรมต่อได้ เช่น เมื่อทำของ หาย เมื่อต้องออกไปพูดหน้าชั้นเรียน	2.17	0.59	ต่ำ	3.23	0.43	สูง
5	เมื่อผิดหวังเสียใจ คุรปลอบโยนให้ คืนอารมณ์เป็นปกติได้ในเวลาไม่ นาน (3 ขวบไม่เกิน 5 นาที, 5 ขวบ ไม่เกิน 10 นาที)	1.57	0.50	ต่ำ	3.33	0.48	สูง
รวม		1.80	0.11	ต่ำ	3.25	0.12	สูง

ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์โดยภาพรวม คะแนนก่อนจัดกิจกรรม มีค่าเฉลี่ย 1.80 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.11 อยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ และหลังการทำกิจกรรม มีค่าเฉลี่ย 3.25 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.12 อยู่ในระดับสูง สำหรับคะแนนในหลังกิจกรรมเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านมีระดับการประเมินสูงในทุกด้าน โดยสูงสุด ข้อ 1 เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์หาทางแก้ปัญหาไม่เอาแต่ใจว้าวาย มีค่าเฉลี่ย 3.40 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.50 โดยผลประเมินน้อยสุดคือ ข้อ 2 เมื่อโกรธรู้จักสงบอารมณ์ระบายอารมณ์โกรธอย่างเหมาะสม ไม่ใช่ความรุนแรง เช่น ไปเล่นกีฬา เล่นดนตรี วาดภาพ ฯลฯ มีค่าเฉลี่ย 3.03 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.72 สามารถแสดงเป็นกราฟได้ ดังภาพประกอบ 7



ภาพประกอบ 7 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์
ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์
เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

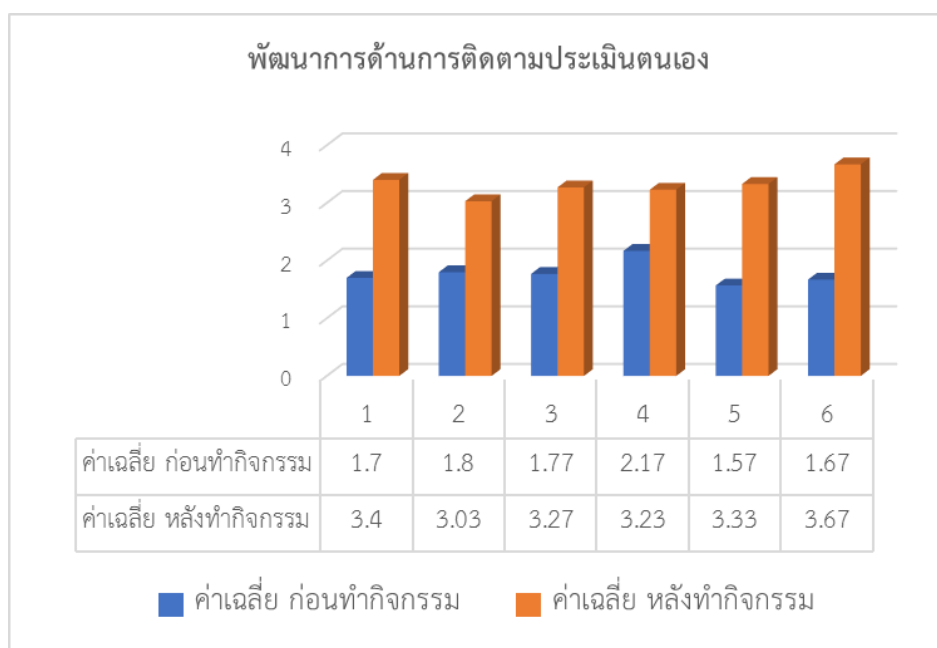
ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของ
นักเรียนระดับชั้นอายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
(ฝ่ายประถม) ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) ตัวบ่งชี้พัฒนาการการติดตามประเมิน
ตนเอง

ข้อ ที่	ตัวบ่งชี้ปัญหาด้าน การติดตามประเมินตนเอง	ก่อนทำกิจกรรม			หลังทำกิจกรรม		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ การ ประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ การ ประเมิน
1	เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จไม่ทิ้ง เกลื่อนกลาด	1.17	0.38	ต่ำ	4.00	0.00	สูง
2	เมื่อครูชี้แนะให้ทำงาน เด็กเริ่มต้นลง มือทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ด้วย ตนเองโดยไม่ต้องคอยเตือน	1.93	0.25	ต่ำ	3.60	0.50	สูง
3	เมื่อบอกตำแหน่งที่ตั้งของสิ่งของ	2.47	0.51	ต่ำ	3.97	0.18	สูง

ข้อ ที่	ตัวบ่งชี้ปัญหาด้าน การติดตามประเมินตนเอง	ก่อนทำกิจกรรม		หลังทำกิจกรรม		ระดับ การ ประเมิน
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.
	บางอย่างในห้องอย่างชัดเจน เด็ก สามารถหาของนั้นเจอ					
4	รู้ว่าเวลาไหนต้องทำอะไรเช่น เข้า แถวเมื่อได้ยินเสียงกริ่ง ล้างมือก่อน ทานอาหาร เก็บของก่อนกลับบ้าน	1.83	0.38	ต่ำ	3.33	0.48
5	รู้จักแก้ปัญหาเช่น เมื่อทำน้ำหกรู้จัก หาผ้ามาเช็ด เมื่อต้องการของเล่นที่ เอื้อมไม่ถึงรู้จักหาเก้าอี้หรือบันได เตี้ยมาป็นหยิบของ เมื่อไม่มีช้อน ทานข้าวรู้จักเดินไปหยิบ ไม่มียางลบ รู้จักเดินไปหา	1.37	0.49	ต่ำ	3.00	0.00
6	ทำงานเสร็จโดยไม่ติดกับ รายละเอียดเล็กน้อยที่ไม่สำคัญมาก เกินไปเช่น ต่อเลโก้จนเสร็จแม้จะหา บางชิ้นไม่เจอก็ใช้ชิ้นอื่นหรือสีอื่น แทน ลากเส้นผิดแต่ไม่มียางลบก็ทา ต่อจนเสร็จได้	1.67	0.48	ต่ำ	3.67	0.48
รวม		1.74	0.10	ต่ำ	3.59	0.24

ผลการวิเคราะห์แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียนของ
นักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
(ฝ่ายประถม) ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการติดตามประเมินตนเองโดยภาพรวม คะแนนก่อนจัดกิจกรรม
มีค่าเฉลี่ย 1.74 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.10 อยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ และหลังการทำกิจกรรม มี
ค่าเฉลี่ย 3.59 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.24 อยู่ในระดับสูง สำหรับคะแนนในหลังกิจกรรมเมื่อ
พิจารณาเป็นรายด้านมีระดับการประเมินสูงในทุกด้าน โดยสูงสุด ข้อ 1 เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่น
เสร็จไม่ทิ้งเกลื่อนกลาด มีค่าเฉลี่ย 4.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.00 โดยผลประเมินน้อยสุดคือ ข้อ

5 รู้จักแก้ปัญหาเช่น เมื่อทำน้ำหกรู้จักหาผ้ามาเช็ด เมื่อต้องการของเล่นที่เอื้อมไม่ถึงรู้จักหาเก้าอี้หรือบันไดเตี้ยมาป็นหยิบของ เมื่อไม่มีช้อนทานข้าวรู้จักเดินไปหยิบ ไม่มียางลบรู้จักเดินไปหา มีค่าเฉลี่ย 3.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.00 สามารถแสดงเป็นกราฟได้ ดังภาพประกอบ 8



ภาพประกอบ 8 ค่าคะแนนพัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง
ระหว่างก่อนและหลัง (Pretest - Posttest) การใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์
เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรม

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากร

กลุ่มประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นเด็กปฐมวัยชายและหญิง รวมทั้งสิ้น 240 คน ซึ่งมีอายุอยู่ระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นเด็กปฐมวัยชายและหญิง รวมทั้งสิ้น 30 คน ซึ่งมีอายุอยู่ระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling)

3. ระยะเวลาที่ใช้ในการทำวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จะใช้เวลาในการดำเนินการเรียนรู้ จำนวน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมระยะเวลา 12 ครั้ง ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566

4. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

4.1 ตัวแปรต้น คือ ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

4.2 ตัวแปรตาม คือ ทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเอง ประกอบด้วย 3 ทักษะ

คือ

- การใส่ใจจดจ่อ (Attention)
- การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)
- การติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องของการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 2-6 ปี (แบบ MU.EF-101) ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล (2557, น. 155-160) ด้วยการหาค่าสถิติพื้นฐาน และนำมาเปรียบเทียบ โดยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ มีดังนี้

1. ชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์
2. แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 2-6 ปี (แบบ MU.EF-101) ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล (2557, น. 155-160) ในข้อ 1 – 10 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ, ข้อ 16 – 20 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ และข้อ 27 – 32 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง

วิธีการดำเนินการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัยเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบกลุ่มเดียวที่มีการวัดตัวแปรก่อนหลังการทดลอง (One Group Pretest – Posttest Design) กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยคือมีอายุอยู่ระหว่าง 5-6 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) ตามคุณสมบัติจากผลคะแนนจากการประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยของนักเรียนระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) ห้องนี้มีผลคะแนนในภาพรวมของโรงเรียนน้อยที่สุด

การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติในการวิเคราะห์ผลใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) อธิบายผลการวิเคราะห์ ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

(Quantitative Analysis) ทดสอบเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างโดยใช้สถิติ Paired Samples Statistics โดยใช้สถิติทดสอบแบบ T – test อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ทำการประมวลผลข้อมูลจากโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ ได้ทำการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผลในรูปแบบตารางประกอบคำอธิบาย สรุปผลวิจัยได้ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

1. ผลจากการออกแบบสร้างชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย การสร้างชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ กล่าวได้ว่ากิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้หลักการละครสร้างสรรค์ตามแนวคิดของ ภรณ์ คุรุรัตน์ และปาริชาติ จีงวิวัฒนาภรณ์ และนำมาเชื่อมโยงกับแนวคิดทฤษฎีทักษะการคิดการสร้างวินัยเชิงบวกในการปรับพฤติกรรม ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในการแสดงออกนักเรียน ทั้ง 3 ด้าน โดยรูปแบบเน้นการปรับพฤติกรรมการคิด ให้มีทักษะการคิดอย่างเป็นระบบและมีเหตุผล ซึ่งกิจกรรมจะเน้นการสอนในการปฏิบัติจริงด้วยตนเอง โดยผู้วิจัยใช้สถานการณ์ต่าง ๆ ที่นักเรียนได้ประสบพบเจอมาใช้เป็นตัวอย่างในกิจกรรม เพื่อให้ให้นักเรียนเรียนรู้จักการแก้ไขปัญหา สามารถวิเคราะห์ และอธิบายถึงคุณและโทษของการแสดงพฤติกรรมเหล่านั้น อีกทั้งในการปรับพฤติกรรมนั้น เพื่อให้นักเรียนเกิดความสามารถในการจัดการความรู้และการนำไปใช้ สามารถคิดวิเคราะห์ และการแก้ไขปัญหาอย่างมีวิจารณญาณและการคิดสร้างสรรค์นั้น จะเน้นด้วยการให้นักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมทางสังคม จากการสังเกตพฤติกรรมด้านสังคมจากตัวแบบ และใช้การสร้างเงื่อนไขเพื่อเป็นแรงจูงใจให้กับนักเรียน

ผู้วิจัยจะจัดเตรียมกระบวนการในการวางแผนสร้างกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัยและพัฒนาการของนักเรียน เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการทำกิจกรรม โดยผลหลังจากการทำกิจกรรมละครสร้างสรรค์นั้นไม่ได้ต้องการให้นักเรียนแสดงได้ หรือเกิดทักษะแสดงออกที่ดี แต่เป็นการสอดแทรกวิธีการในช่วยนักเรียนให้เห็นและรู้จักตัวเองมากขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ซึ่งในทุก ๆ ครั้งจะมีการสรุปและอภิปรายผลนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจที่ดีขึ้นในอนาคต โดยในแต่ละแผนกิจกรรมประกอบด้วยวัตถุประสงค์ ระยะเวลา วิธีการดำเนินการจัดกิจกรรม สื่อการสอน การวัดประเมินผล และภาคผนวก โดยกิจกรรมแต่ละครั้งแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 ขั้นนำ ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการกิจกรรมละคร และขั้นที่ 3 ขั้นสรุป โดยใน 3 ขั้นตอนประกอบไปด้วยหลักการของปาริชาติ จีงวิวัฒนาภรณ์ (2545: 27) ได้อธิบายไว้ว่า การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์นั้น จะต้องมียอดประกอบ 6 ข้อคือ 1. การใช้ประสบการณ์จากประสาทสัมผัสทั้ง 5, 2. การเคลื่อนไหวอย่างสร้างสรรค์, 3. การใช้ความคิดและจินตนาการ, 4.

การใช้ภาษาท่าทางร่างกายแทนคำพูด, 5. การพูดแบบต้นสด และ 6. การแสดงละครโดยใช้การพูดแบบต้นสด

รูปแบบการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์สร้างขึ้นเพื่อให้ให้นักเรียนเกิดศักยภาพที่สมบูรณ์ มีความสามารถในการคิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้ในการแก้ปัญหาเป็น และสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุข โดยประคับประคองในการปรับพฤติกรรมให้สามารถเอาตัวรอดจากสถานการณ์ยาก ๆ ได้ ส่งผลให้ประสบความสำเร็จทั้งในการเรียน การดูแลตนเอง การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ในชุดกิจกรรมแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ตัวบ่งชี้พฤติกรรม ได้แก่ ด้านการใส่ใจจดจ่อ ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการติดตามประเมินตนเอง จำนวน 12 แผนกิจกรรม ใช้เวลาการทำกิจกรรมทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยแบ่งออกเป็นด้าน ๆ ละ 4 แผนกิจกรรมดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 – 4 เป้าหมายตัวบ่งชี้ด้านการใส่ใจจดจ่อ (Inhibit) ได้แก่ กิจกรรมชมพู่ผู้ปากเพียร, กิจกรรมทุเรียนผู้แหลมคม, กิจกรรมต้นส้มผู้แสนดี และกิจกรรมสตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน

กิจกรรมครั้งที่ 5 – 8 เป้าหมายตัวบ่งชี้ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) ได้แก่ กิจกรรมสิงโตผู้กล้าหาญ, กิจกรรมปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่, กิจกรรมม้าลายผู้โอหัง และกิจกรรมเจ้ากวางผู้เกร

กิจกรรมครั้งที่ 9 – 12 เป้าหมายตัวบ่งชี้ด้านการติดตามประเมินตนเอง (Plan/organize) ได้แก่ กิจกรรมแครอทผู้แสนดี, กิจกรรมบลอกโคลีผู้เฮฮา, กิจกรรมคะน้าผู้เหี้ยมโหด และกิจกรรมข้าวโพดผู้ถ่อมตน

จากนั้นนำชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เสนอผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพิจารณาคำตัดสินความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยมีคำตัดสินความสอดคล้องและความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัย (IOC) โดยใช้เกณฑ์คัดเลือกตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ผลปรากฏว่าชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย รวมจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน มีคำตัดสินตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป มีทั้งหมด 12 แผนกิจกรรม โดยมีคำตัดสินความสอดคล้องและความเที่ยงตรง (IOC) อยู่ที่ 0.80 – 1.00 สรุปได้ว่าผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นว่ารูปแบบของกิจกรรมละครสร้างสรรค์มีความเหมาะสมและสอดคล้องของกิจกรรมอยู่ในระดับมากที่สุด

เมื่อผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญเรียบร้อยแล้วผู้วิจัยได้นำรูปแบบกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย ไป

ทดลอง ไข่ (Try out) กับนักเรียนชั้นปฐมวัยที่ไม่ใช่ กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อประสิทธิภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองจริงไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริงต่อไป

1.1 ผลหลังจากจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์

1.1.1 แผนกิจกรรมที่ 1 กิจกรรม ชมพู่ผู้พากเพียร ผู้นำกิจกรรมแจกกระดาษแผ่นเล็กที่ตัดเป็นรูปชมพูให้กับนักเรียนทุกคนพร้อมกับแผ่นคำสอนหน้าผาก จากนั้นให้นักเรียนวาดและระบายสีชมพูตามจินตนาการของนักเรียนลงในกระดาษที่แจกให้ เมื่อนักเรียนทุกคนสร้างสรรค์ชมพูของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกิจกรรมช่วยนำมาแปะกับแผ่นคำสอนหน้าผาก แล้วให้นักเรียนสวมไว้คล้ายมงกุฎ จากนั้นให้นักเรียนนั่งล้อมกันเป็นวงกลมวงใหญ่ 1 วง ผู้นำกิจกรรมอธิบายกติกาว่าหากผู้นำกิจกรรมเริ่มเล่านิทานเรื่อง “ชมพูผู้พากเพียร” ให้นักเรียนสังเกตชมพูที่อยู่บนหน้าผากของเพื่อนแต่ละคนว่าชมพูของใครบ้างที่มีลักษณะตรงกับที่ผู้นำกิจกรรมกล่าวถึงในนิทาน หากชมพูของนักเรียนมีลักษณะตรงกับที่ผู้นำกิจกรรมกล่าวถึงในนิทาน ก็ให้นักเรียนทำการแสดงแบบต้นสดตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรมนักเรียนสามารถช่วยกันสรุปว่ากิจกรรมวันนี้หากเราปฏิบัติด้วยความใส่ใจจดจ่อ นักเรียนจะสามารถปฏิบัติได้ตามที่ผู้นำกิจกรรมเล่านิทาน จากการสังเกตนักเรียนส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ดี ให้ความร่วมมือและมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่ทำ

1.1.2 แผนกิจกรรมที่ 2 กิจกรรมทุเรียนผู้แหลมคม ผู้นำกิจกรรมอธิบายวิธีการฝึกสมาธิด้วยกิจกรรมลำเลียงทุเรียนผู้แหลมคม โดยมีวิธีการดังต่อไปนี้ คือ ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง ผู้นำกิจกรรมแจกตะเกียบ ให้กับนักเรียนทุกคน คนละ 1 อัน เพื่อใช้ในการส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมที่อยู่บนแก้วน้ำพลาสติกใสต่อ ๆ กันเป็นวงกลม ทั้งหมด 10 ลูก ผู้นำกิจกรรมอธิบายพร้อมสาธิตวิธีการส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมที่อยู่บนแก้วน้ำพลาสติกใสให้นักเรียนดู และบอกวิธีการคือให้นักเรียนใช้สมาธิในการใช้ตะเกียบสอดเข้าไปด้านในของแก้ว ประคองประคองและส่งต่อให้กับเพื่อนด้านข้างต่อไปเรื่อย ๆ โดยสร้างเงื่อนไขในการทำกิจกรรมคือ นักเรียนทุกคนจะต้องช่วยกันส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมนี้ โดยห้ามใช้มือมือช่วยประคอง และห้ามหล่นลงพื้น ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “ทุเรียนผู้แหลมคม” ให้กับนักเรียนฟัง หากนักเรียนได้ยินคำว่าทุเรียน นักเรียนคนที่มือทุเรียนในมือจะต้องหยุดและยืนขึ้นทำการแสดงแบบต้นสดตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรมจนจบเรื่อง

ผลการจัดกิจกรรมนักเรียนสามารถลำเลียงทุเรียนได้เป็นอย่างดี มีนักเรียนบางคนที่มีสมาธิจดจ่อกับการลำเลียงทุเรียน จนไม่ได้ยินคำว่าทุเรียนและหยุดเพื่อยืนขึ้นทำการ

แสดงต้นสดตามเรื่อง นักเรียนบางคนยังเขินอายในการลุกขึ้นแสดงแบบต้นสด ผู้นำกิจกรรมจึงต้องกระตุ้นและเสริมแรงทางบวกให้กับนักเรียนเพื่อให้ให้นักเรียนกล้าแสดงออกมากขึ้น

1.1.3 แผนกิจกรรมที่ 3 กิจกรรมต้นส้มผู้แสนดี ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “ต้นส้มผู้แสนดี” ให้นักเรียนฟัง และให้นักเรียนจับคู่กันและเป่ายางลบ นักเรียนที่ชนะจะต้องรับบทบาทเป็นต้นส้ม นักเรียนที่แพ้จะต้องรับบทบาทเป็นต้นข้าว เมื่อนักเรียนทุกคู่รับบทบาทของตนเองแล้ว ผู้นำกิจกรรมตั้งคำถามว่าถ้านักเรียนเป็นต้นส้มนักเรียนจะทำอย่างไร และนักเรียนที่รับบทเป็นต้นข้าวจะแสดงพฤติกรรมต่อต้นส้มอย่างไรถ้าเราทำผิด ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนลุกขึ้นยืนทีละคู่และแสดงบทบาทสมมติจากบทบาทที่ผู้นำกิจกรรมมอบให้ ให้ผู้นำกิจกรรมและเพื่อนในชั้นเรียนชม จนครบทั้งห้องเรียน โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นผู้กระตุ้นความคิดเรื่องการเล่นของเล่นเสร็จแล้วต้องทำอะไร, เรื่องการรู้จักแบ่งปันสิ่งของ หรือการมีน้ำใจต่อผู้อื่น โดยกระตุ้นให้นักเรียนแต่ละคู่สามารถแสดงบทบาทสมมติแบบต้นสดที่ได้รับได้อย่างถูกต้อง

ผลการจัดกิจกรรมนักเรียนสามารถควบคุมความคิดให้จดจ่อกับงานที่ทำ หยุดคิดเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง นักเรียนส่วนใหญ่รู้จักแบ่งปันสิ่งของมีน้ำใจกับเพื่อนและคู่ของตนเองโดยที่ไม่รบกวนผู้อื่น

1.1.4 แผนกิจกรรมที่ 4 กิจกรรมสตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน ผู้นำกิจกรรมแจกภาพสตรอว์เบอร์รี่ครึ่งผลให้กับนักเรียนทุกคน (สตรอว์เบอร์รี่มีขนาดแตกต่างกันและมีการแสดงอารมณ์ในภาพนั้น) หลังจากนั้นให้นักเรียนสังเกตสตรอว์เบอร์รี่ที่ตนเองได้รับว่ามีอารมณ์ใด (ยิ้ม ร้องไห้ โกรธ หัวเราะ) ผู้นำกิจกรรมอธิบายกิจกรรม การค้นหาสตรอว์เบอร์รี่ให้เต็มผล โดยมีวิธีการคือ ให้นักเรียนค้นหาสตรอว์เบอร์รี่จากเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนที่มีขนาดเท่ากับสตรอว์เบอร์รี่ที่ตนเองได้รับ เพื่อนำมาต่อกันให้เป็นสตรอว์เบอร์รี่ที่มีความสมบูรณ์ ผ่านการเล่านิทานเรื่อง สตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน ในระหว่างที่ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานสตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน ให้นักเรียนฟัง สตรอว์เบอร์รี่ครึ่งผลของใครมีอารมณ์ตรงตามที่ผู้นำกิจกรรมพูดถึง (ยิ้ม ร้องไห้ โกรธ หัวเราะ) ให้นักเรียนยืนขึ้น และแสดงสีหน้าอารมณ์นั้นโดยห้ามมีเสียง ในระหว่างนั้นนักเรียนสังเกตว่าใครที่มีสตรอว์เบอร์รี่อารมณ์เดียวกันกับเราเพื่อค้นหาสตรอว์เบอร์รี่ให้เต็มผลต่อไป เมื่อผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องสตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยนจบ ให้นิเวศนักเรียนในการค้นหา สตรอว์เบอร์รี่ที่มีอารมณ์เดียวกัน 3 นาที คู่ไหนที่ค้นหาสตรอว์เบอร์รี่อารมณ์เดียวกันและต่อกันเป็นผลสมบูรณ์แล้วให้นั่งลง พร้อมกับมือกันและส่งเสียงว่า เฮ้! เมื่อนักเรียนจับคู่ผลสตรอว์เบอร์รี่ที่สมบูรณ์เรียบร้อยแล้ว ครูเป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง

ผลการจัดกิจกรรม จากการสังเกตนักเรียนกิจกรรมสตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน เป็นกิจกรรมที่นักเรียนให้ความร่วมมือดีที่สุดในด้านการใส่ใจจดจ่อ เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ สนุกสนานกระตุ้นให้นักเรียนได้ค้นหาภาพที่ตรงกับของตนเอง ได้แสดงอารมณ์ที่เป็นอารมณ์ พื้นฐานของนักเรียน ทำให้นักเรียนสามารถปฏิบัติกิจกรรมนี้ได้ดีที่สุด และให้ความร่วมมือหยุด พฤติกรรมที่เคยชิน หยุดคิดก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่น หยุดพฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่น หรือทำให้ ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการควบคุมความคิดให้จดจ่อกับงานที่ทำ

1.1.5 แผนกิจกรรมที่ 5 กิจกรรมสิงโตผู้กล้าหาญ ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนแต่ละ กลุ่มจับสลากรูปภาพสัตว์เพื่อกำหนดว่าตนเองจะแสดงเป็นสัตว์ชนิดใด โดยในโหลสลากจะมีสัตว์ ทั้งหมด 5 ชนิด ได้แก่ สิงโต ช้าง ม้า ไก่และลิง จากนั้นให้นักเรียนแต่ละคนลองจินตนาการและ ออกแบบท่าทางของสัตว์ชนิดที่ตนเองจับสลากได้ ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “สิงโตผู้กล้าหาญ” ให้นักเรียนฟัง 1 รอบ แล้วให้นักเรียนทั้งสองกลุ่มลองคิดว่าในช่วงที่เป็นบทบาทของตนเองนักเรียน จะแสดงออกอย่างไร ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานอีก 1 รอบ แล้วให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติได้อย่าง อิสระที่ละกลุ่ม โดยให้อีกกลุ่มนั่งสังเกตการณ์

ผลการจัดกิจกรรมนักเรียนสามารถแสดงบทบาทสมมติได้อย่างอิสระ ทั้ง สิงโต ช้าง ม้า ไก่ และลิง โดยนักเรียนอีกกลุ่มสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ ไม่ลุกขึ้น สร้างความวุ่นวายกับเพื่อนอีกกลุ่มหนึ่ง สามารถระงับอารมณ์ตื่นเต้นวิตกกังวลและทำกิจกรรมต่อ ได้

1.1.6 แผนกิจกรรมที่ 6 กิจกรรมปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่ ผู้นำกิจกรรมแบ่งนักเรียน ออกเป็น 3 กลุ่มเท่า ๆ กัน และให้แต่ละกลุ่มมีหีบสลากว่ากลุ่มของตนเองจะได้รับบทบาทเป็นอะไร ซึ่งประกอบไปด้วย ปลาวาฬ ปลาเล็กปลาน้อย และปลาหมึก หลังจากนั้นให้เวลานักเรียนปรึกษากันว่าบทบาทที่กลุ่มตนเองได้รับจะต้องทำท่า และมีลักษณะอย่างไร โดยใช้เวลา 3 นาที เมื่อครบ เวลาที่กำหนดแล้ว ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่” ให้นักเรียนฟัง เมื่อได้ยินชื่อ สัตว์ที่เป็นบทบาทของตนเอง ให้กลุ่มนั้นลุกขึ้นแสดงตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรม โดยต้อง แสดงอารมณ์ตามบทบาทสมมติที่ได้รับ แต่ในระหว่างทำกิจกรรม ครูสร้างข้อตกลงคือต้องควบคุม ตนเองในระหว่างที่ทำกิจกรรมไม่ให้พูดโพล่งระหว่างครูเล่านิทาน และควบคุมอารมณ์ของตนเอง ให้ได้

ผลการจัดกิจกรรม จากการสังเกตกิจกรรมปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่ เป็นกิจกรรมที่ นักเรียนให้ความร่วมมือดีที่สุดในด้านการควบคุมตนเอง นักเรียนสามารถความสามารถในการ จัดการกับอารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยการแสดงออกหรือตอบสนองทางอารมณ์ได้อย่าง

เหมาะสมกับสถานการณ์ สามารถควบคุมจัดการอารมณ์ของตนเองในระหว่างการทำกิจกรรมได้ รู้จัดรอและตั้งใจฟังจนกว่าจะได้ยินข้อสัต์ที่ตรงกับบทบาทของตนเอง

1.1.7 แผนกิจกรรมที่ 7 กิจกรรมมัลลาลยผู้โอหัง ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง มัลลาลยผู้โอหัง ให้กับนักเรียนฟัง ซึ่งในนิทานนี้จะมีสัต์ต่าง ๆ ที่แสดงอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ในตอนท้ายของนิทานเรื่อง มัลลาลยผู้โอหัง จะมีสถานการณ์ให้นักเรียนวิเคราะห์ว่า ถ้าหากในสถานการณ์เช่นนี้นักเรียนจะมีความรู้สึกอย่างไร (กลัว เศร้า โกรธ อาย มีความสุข) และถ้าหากเป็นนักเรียน นักเรียนจะแก้ไขสถานการณ์นี้เช่นไร โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนยกมือตอบ โดยมีข้อตกลงคือ ก่อนจะตอบนักเรียนต้องยกมือก่อน และรอให้ผู้นำกิจกรรมอนุญาตนักเรียนถึงจะตอบได้ เมื่อนักเรียนตอบเสร็จแล้ว ผู้นำกิจกรรมจัดนักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนในชั้นเรียนร่วมกันแสดงบทบาทสมมติเรื่อง มัลลาลยผู้โอหัง ที่มีการแก้ไขสถานการณ์จากนักเรียนเมื่อสักครู่มาแสดง โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นคนพากย์และนักเรียนในชั้นเรียนเป็นตัวละครต่าง ๆ โดยให้นักเรียนช่วยกันเสนอและเลือกบทบาทต่าง ๆ ร่วมกัน ในระหว่างทำกิจกรรมนักเรียนทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการแสดง

ผลการจัดกิจกรรม นักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์ให้มั่นคง ไม่แปรปรวนง่าย ได้รู้จักจัดการความรู้สึกของตนเองในอารมณ์ต่าง ๆ (กลัว เศร้า โกรธ อาย มีความสุข) นักเรียนส่วนใหญ่สามารถช่วยกันแก้ไขสถานการณ์ในนิทานเรื่องนี้ได้ นักเรียนบางส่วนอาจต้องให้ผู้นำกิจกรรมคอยกระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการแสดงอย่างสม่ำเสมอ

1.1.8 แผนกิจกรรมที่ 8 กิจกรรมเจ้ากวางผู้เกร ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร ให้กับนักเรียนฟัง และให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ว่านิทานเรื่องนี้มีใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ อย่างไรบ้าง ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม เท่า ๆ กัน และให้แต่ละกลุ่มตกลงกันว่าใครจะรับบทบาทใดในการแสดง จากนั้นนิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร หากนักเรียนไม่สามารถเลือกได้ ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนจับสลากเลือกบทบาทที่ได้รับแทน คัดเลือกนักแสดงตามบทต่าง ๆ เพื่อแสดงบทบาทสมมติให้เพื่อน ๆ ร่วมชั้นเรียนชม โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นผู้ดำเนินเรื่อง และนักเรียนจะพูดต้นสัต์บทบาทที่ตนเองได้รับเอง เมื่อนักเรียนวางแผนเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มออกมาแสดงบทบาทสมมตินิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร โดยผู้นำกิจกรรมจะคอยช่วยหากนักเรียนติดขัด จนแสดงครบทุกกลุ่ม และในระหว่างที่เพื่อน ๆ แสดง นักเรียนคนอื่นจะต้องตั้งใจฟังควบคุมตนเองเพื่อจะได้รับสัติกเกอร์เป็นรางวัลจากคุณครู

ผลการจัดกิจกรรม พบว่านักเรียนส่วนใหญ่สามารถจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยการแสดงออกหรือตอบสนองทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์

รู้จักควบคุมตนเองในการตั้งใจฟังเพื่อนร่วมชั้นเรียน แต่อาจจะมีนักเรียนบางส่วนที่ยังไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้ ผู้นำกิจกรรมต้องใช้รางวัลสติ๊กเกอร์เป็นการเสริมแรงให้กับนักเรียนดังกล่าว เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนตั้งใจฟังเพื่อนและควบคุมอารมณ์ของตนเอง

1.1.9 แผนกิจกรรมที่ 9 กิจกรรมแคร่รถผู้แสนดี ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดี ให้นักเรียนฟัง (เป็นนิทานที่แคร่รถเดินทางไปเจออาชีพต่าง ๆ) และร่วมกันตอบว่าในนิทานเรื่องนี้อาชีพอะไรบ้าง ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนเลือกอาชีพที่ตนเองชอบที่สุด จากนั้นนิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดี หรืออาชีพที่ตนเองชอบนอกเหนือจากนิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดีก็ได้ มาคนละ 1 อาชีพ ผู้นำกิจกรรมแจกกระดาษให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น แล้วให้นักเรียนวาดอุปกรณ์สำหรับอาชีพของตนเองที่ตนเอง คนละ 1 ชิ้น พร้อมระบายสีให้สวยงาม เมื่อนักเรียนทุกคนเตรียมอุปกรณ์ของตนเองเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้นักเรียนออกมานำเสนออาชีพที่ตนเองเลือกโดยสวมบทบาทสมมติและถืออุปกรณ์ที่ตนเองประดิษฐ์ขึ้นมา ให้เพื่อนร่วมชั้นเรียนคนอื่น ๆ ตอบให้ได้ว่าอาชีพอะไร จนครบทุกคน เมื่อนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมเสร็จ ครูแจกนักเรียนว่าของที่ใช้ทำกิจกรรมกระจายเกลื่อนกลาด ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ครูสังเกตพฤติกรรมนักเรียนว่านักเรียนจะมีพฤติกรรมอย่างไร

ผลการจัดกิจกรรม จากการสังเกตนักเรียนให้ความร่วมมือกับกิจกรรมแคร่รถผู้แสนดีมากที่สุดในการติดตามประเมินตนเอง นักเรียนสามารถออกมานำเสนออาชีพของตนเองโดยการสวมบทบาทตามความเข้าใจของตนเองได้ นักเรียนส่วนใหญ่เมื่อครูชี้แนะให้ทำงานสามารถเริ่มต้นลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องคอยเตือน รู้จักเก็บของที่เกลื่อนกลาดให้เป็นระเบียบได้ โดยที่ครูไม่ต้องคอยกระตุ้นตลอดเวลา

1.1.10 แผนกิจกรรมที่ 10 กิจกรรมบล็อกโคลีผู้เฮฮา ผู้นำกิจกรรมชักชวนนักเรียนให้นักเรียนช่วยกันแต่งนิทานเรื่อง บล็อกโคลีผู้เฮฮา โดยครูเป็นผู้นำทางในการเล่านิทาน และให้นักเรียนช่วยกันต่อเติมนิทานเรื่องนี้ให้สมบูรณ์ จากสิ่งที่นักเรียนพบเจอจากกิจกรรมไปสวนกันเถอะ เมื่อผู้นำกิจกรรมและนักเรียนช่วยกันแต่งนิทานเรื่อง บล็อกโคลีผู้เฮฮา เสร็จแล้ว จึงร่วมกันแสดงบทบาทสมมติจากนิทานเรื่องนี้อีกครั้ง ในระหว่างที่แสดงบทบาทสมมติ ผู้นำกิจกรรมจะคอยกระตุ้นให้นักเรียนพยายามคิดแก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ อยู่เสมอ

ผลการจัดกิจกรรม นักเรียนทั้งหมดให้ความร่วมมือในการช่วยกันเติมแต่งนิทานในเรื่องนี้ รู้จักการวางแผน เริ่มตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย การจัดลำดับความสำคัญและเริ่มต้นลงมือทำงานเสร็จ รู้จักช่วยกันแก้ไขปัญหา การไม่ติดกับปัญหาล็กน้อยจนทำให้งานไม่เสร็จ ซึ่งในกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ยากแต่นักเรียนทุกคนให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี

1.1.11 แผนกิจกรรมที่ 11 กิจกรรมคะน้ำผู้หิยมโหด ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง คะน้ำผู้หิยมโหด ให้นักเรียนฟัง ผู้นำกิจกรรมสอบถามความรู้สึกของนักเรียนว่าคะน้ำทำตัวแบบนี้ ดีหรือไม่ แล้วถ้านักเรียนเป็นคะน้ำนักเรียนจะทำยังไงต่อไป หลังจากที่แกะของคะน้ำตายหมดแล้ว ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น โดยนักเรียนคนที่จะตอบจะต้องยกมือและให้ ผู้นำกิจกรรมอนุญาตก่อนถึงจะตอบได้ และนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่นักเรียนแสดงความคิดเห็นอีกครั้ง หลังจากนั้นผู้นำกิจกรรมจึงใช้วงล้อสุ่มชื่อออนไลน์ สุ่มชื่อนักเรียนออกมาเป็นตัวแทนเพื่อมา รับบทบาทสมมติจากนิทานเรื่อง คะน้ำผู้หิยมโหด ในตอนใหม่ที่นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่าในตอนท้ายของเรื่องนักเรียนและผู้นำกิจกรรมร่วมกันเล่านิทาน เรื่อง คะน้ำผู้หิยมโหด อีกครั้งพร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติไปด้วย

ผลการจัดกิจกรรม นักเรียนสามารถสามารถติดตามประเมินผลความรู้สึก ของตนเองได้หลังจากการฟังนิทาน นักเรียนส่วนใหญ่สามารถตอบได้ว่าคะน้ำมีพฤติกรรมที่ไม่ดี และสามารถคิดต่อได้อีกว่าหากนักเรียนเป็นคะน้ำจะมีพฤติกรรมแบบนี้หรือไม่ โดยในระหว่างที่ทำ กิจกรรม นักเรียนให้ความร่วมมือไม่พูดแทรกกับผู้นำกิจกรรมและเพื่อนร่วมชั้นเรียน

1.1.12 แผนกิจกรรมที่ 12 กิจกรรมข้าวโพดผู้ถ่อมตน ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนนั่ง เป็นวงกลม 1 วง และให้นักเรียนนับ A สลับ B สลับกันไปเรื่อย ๆ จนครบวงกลม ใครนับ A จะ ได้รับบทบาทเป็นต้นโอ๊ก นักเรียนคนใดนับ B จะได้รับบทบาทเป็นต้นข้าวโพด เมื่อนักเรียนได้รับ บทบาทของตนเองครบทุกคนแล้วนั่งเป็นวงกลมเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกิจกรรมจึงเล่านิทานเรื่อง ข้าวโพดผู้ถ่อมตน ให้นักเรียนฟัง ในระหว่างการเล่านิทานถ้าครูเอ่ยถึงตัวละครตัวใดที่ตรงกับ บทบาทของนักเรียน นักเรียนจะต้องยืนขึ้นและแสดงท่าทางตามบทบาทในนิทานที่ผู้นำกิจกรรม เล่า เมื่อผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องข้าวโพดผู้ถ่อมตนจบ ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นกับนิทาน เรื่องนี้ โดยมีเงื่อนไขดังนี้

- ถ้านักเรียนคิดว่าต้นโอ๊กแสดงพฤติกรรมถูก ให้นักเรียนทำท่าที่แสดงถึงความรัก ความถูกต้องแล้วเดินไปซ้ายของห้อง (ทำตามจินตนาการของตนเอง)

- ถ้านักเรียนคิดว่าต้นโอ๊กแสดงพฤติกรรมผิด ให้นักเรียนทำท่าที่แสดงถึงความ เศร้า ความผิด แล้วเดินไปขวาของห้อง (ทำตามจินตนาการของตนเอง)

ผลการจัดกิจกรรม นักเรียนทั้งหมดให้ความร่วมมือในการแสดงออกถึงความรัก ความถูกต้อง และความเศร้า ความผิด รู้จักช่วยกันแก้ไขปัญหา และให้ความร่วมมือในการทำ กิจกรรมเป็นอย่างดี โดยครูเห็นถึงพัฒนาการของนักเรียนที่ดีขึ้นอย่างชัดเจน

2. จากการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบการพัฒนาทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย เมื่อเปรียบเทียบตัวบ่งชี้ทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) มีค่าคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์จำนวน 3 ด้านตัวบ่งชี้ ได้แก่ ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการใส่ใจจดจ่อ ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ และการติดตามประเมินตนเอง สรุปผลการวิเคราะห์ได้ดังนี้

2.1 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ ผลการจัดกิจกรรมของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) พบว่าก่อนจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ย 1.96 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.09 อยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ และหลังการทำกิจกรรม มีค่าเฉลี่ย 3.42 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.12 อยู่ในระดับสูง ผลการทดสอบหลังการทำกิจกรรมมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทำกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์แบบประเมินตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ พบว่าหลังจัดกิจกรรม คะแนนสูงสุดคือ ข้อ 7 เมื่อต้องการของที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่รู้จักขออนุญาตเมื่อต้องการของที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่ มีค่าเฉลี่ย 3.83 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.38 โดยผลประเมินน้อยสุดคือ ข้อ 9 จดจ่อกับงานที่ทำไม่วกแวกง่าย มีค่าเฉลี่ย 3.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.56 สามารถสรุปได้ว่าการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ในการใส่ใจจดจ่อ นักเรียนมีพัฒนาการเรื่อง เมื่อต้องการของที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่รู้จักขออนุญาตเมื่อต้องการของที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่ดีที่สุด

2.2 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ ผลการจัดกิจกรรมของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) พบว่าก่อนทำกิจกรรมมีค่าเฉลี่ย 1.80 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.11 อยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ และหลังการทำกิจกรรม มีค่าเฉลี่ย 3.25 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.12 อยู่ในระดับสูง ผลการทดสอบหลังการทำกิจกรรมมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทำกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์แบบประเมินตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ พบว่าหลังจัดกิจกรรม คะแนนสูงสุดคือ ข้อ 1 เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์หาทางแก้ปัญหาไม่เอาแต่ใจว้าวาย มีค่าเฉลี่ย 3.40 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.50 โดยผลประเมินน้อยสุดคือ ข้อ 2 เมื่อโกรธรู้จักสงบอารมณ์ระบายอารมณ์โกรธอย่างเหมาะสม ไม่ใช้ความรุนแรง เช่น ไปเล่นกีฬา เล่นดนตรี วาดภาพ ฯลฯ มีค่าเฉลี่ย 3.03 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.72 สามารถสรุปได้ว่าการจัด

กิจกรรมละครสร้างสรรค์ด้านการควบคุมอารมณ์ นักเรียนมีพัฒนาการเรื่อง เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์หาทางแก้ปัญหาไม่เอาแต่โยนวายดีที่สุด

2.3 ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเอง ผลการจัดกิจกรรมของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) พบว่าก่อนทำมีค่าเฉลี่ย 1.74 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.10 อยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ และหลังการทำกิจกรรม มีค่าเฉลี่ย 3.59 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.24 อยู่ในระดับสูง ผลการทดสอบหลังการทำกิจกรรมมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทำกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์แบบประเมินตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเองพบว่าหลังจัดกิจกรรม คะแนนสูงสุดข้อ 1 เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จไม่ทิ้งเกลื่อนกลาด มีค่าเฉลี่ย 4.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.00 โดยผลประเมินน้อยสุดคือ ข้อ 5 รู้จักแก้ปัญหาเช่น เมื่อทำน้ำหกรู้จักหาผ้ามาเช็ด เมื่อต้องการของเล่นที่เอื้อมไม่ถึงรู้จักหาเก้าอี้หรือบันไดเตี้ยมาป็นหยิบของ เมื่อไม่มีช้อนทานข้าวรู้จักเดินไปหยิบ ไม่มีวางลงรู้จักเดินไปหา มีค่าเฉลี่ย 3.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.00 สามารถสรุปได้ว่าการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ด้านการติดตามประเมินตนเอง นักเรียนมีพัฒนาการเรื่อง เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จไม่ทิ้งเกลื่อนกลาดดีที่สุด

2.4 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจ ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ รายบุคคล จากกลุ่มนักเรียน 30 คน นักเรียนส่วนใหญ่มีคะแนนการประเมินเฉลี่ยด้านการติดตามประเมินตนเองสูงสุด จำนวน 20 คน รองลงมาเป็นด้านการควบคุมอารมณ์ จำนวน 8 คน และด้านใส่ใจจดจ่อ จำนวน 5 คน และมีนักเรียนที่คะแนนประเมินเฉลี่ยเท่ากันสองด้าน คือด้านใส่ใจจดจ่อ และการติดตามประเมินตนเอง จำนวน 3 คน โดยหลังการทำกิจกรรมมีนักเรียนได้คะแนนการประเมินเฉลี่ยสูงสุดที่ 3.83 ในด้านการติดตามประเมินตนเอง และนักเรียนได้คะแนนการประเมินเฉลี่ยต่ำสุดที่ 2.80 ในด้านการควบคุมอารมณ์

จากผลการวิเคราะห์แบบประเมินตัวบ่งชี้พัฒนาการเป็นรายบุคคล พบว่าหลังจัดกิจกรรม นักเรียนส่วนใหญ่มีคะแนนประเมินเฉลี่ยสูงสุดในการติดตามประเมินตนเอง ซึ่งคะแนนสูงสุดคือข้อ 1 เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จไม่ทิ้งเกลื่อนกลาด สามารถสรุปได้ว่าการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์นักเรียนมีพัฒนาการเรื่อง เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จไม่ทิ้งเกลื่อนกลาดดีที่สุด และนักเรียนส่วนใหญ่มีคะแนนประเมินเฉลี่ยต่ำสุดในด้านการควบคุมอารมณ์ โดยผลประเมินน้อยสุดคือ ข้อ 2 เมื่อโกรธรู้จักสงบอารมณ์ระบายอารมณ์โกรธอย่างเหมาะสม ไม่ใช้ความรุนแรง เช่น ไปเล่นกีฬา เล่นดนตรี วาดภาพ ฯลฯ สามารถสรุปได้ว่าการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์นักเรียนมีพัฒนาการเรื่องการรู้จักสงบอารมณ์ระบายอารมณ์โกรธอย่างเหมาะสมน้อย

ที่สุด อาจเนื่องจากช่วงวัยของเด็กและกิจกรรมละครสร้างสรรค์ยังกระตุ้นให้นักเรียนรู้จักสงบ อารมณ์ไม่มากเท่าที่ควร

อภิปรายผล

ในการวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย ของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) สามารถอภิปรายผลในการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลจากการสร้างชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย โดยใช้ทฤษฎีละครสร้างสรรค์ที่ว่าด้วย ละครสร้างสรรค์เป็นลักษณะการแสดงออกแบบละคร โดยไม่มีการชักซ้อม วัตถุประสงค์ในการจัดละครสร้างสรรค์ มิใช่เป็นการแสดง เพื่อให้เกิดความบันเทิงแก่ผู้ชม เช่น การจัดละครโดยทั่ว ๆ ไป แต่เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้แสดงได้ใช้ความสามารถของตนเองในการใช้ความคิด ทำทาง และภาษา ครูเป็นผู้แนะแนวทางให้เกิดจินตนาการกระตุ้นให้เกิดการแสดง ซึ่งสะท้อนความคิดเกี่ยวกับชีวิตและสังคม (สมาคมละครสำหรับเด็กและวัยรุ่นอเมริกา, 1977 อ้างถึงใน ภรณ์ คุรุรัตน์, 2526, น. 4) และทฤษฎีทักษะการคิดการสร้างวินัยเชิงบวกในการปรับพฤติกรรม ที่ว่าด้วย การใช้วินัยเชิงบวกในการสอนและการฝึกฝนเด็กให้มีพฤติกรรมตามที่เราคาดหวังด้วยการสื่อสารเชิงบวก และฝึกให้เด็กใช้ทักษะการคิดเป็นการฝึกให้เด็ก คิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น อยู่กับผู้อื่นอย่างมีความสุข มีการรักษาสัมพันธภาพระหว่างกัน มีการแสดงความรักความเอาใจใส่ หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง ไม่ใช้คำสั่งห้ามหรือดูดำ เมื่อไม่เป็นตามความคาดหวังของตน มีการให้รางวัลและคำชมเชย (กิตติมา สุริยกันต์, 2562) นอกจากนี้ชีน่า มอลล์แรง และฮาเวิร์ดการ์ดเนอร์ (Seana Moran & Howard Gardner, 2009, p.19) ได้กล่าวว่าทักษะการคิด Executive Functions ทำหน้าที่กำกับพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมายของบุคคล ซึ่งให้เห็นถึงสิ่งที่บุคคลพึงกระทำให้เหมาะสมกับบริบท โดยคำนึงถึงความรู้และประสบการณ์ที่ผ่านมา คำนึงถึงสถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นตามมา คำนึงถึงความคาดหวังในอนาคต รวมทั้งคำนึงถึงคุณค่าและจุดมุ่งหมายในชีวิตของแต่ละบุคคล ทักษะการคิดจะช่วยให้บุคคลมีสำนึกของการเตรียมพร้อม สำนึกของภาระหน้าที่ มีการยืดหยุ่น และมีการร่วมมือ

ผู้วิจัยพบว่า จากการประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยของนักเรียนระดับชั้นเด็กเล็ก (อนุบาล 3) นักเรียนมีผลคะแนนในภาพรวมของโรงเรียนน้อยที่สุด ทำให้ทราบว่า

นักเรียนมีปัญหาพฤติกรรมใน 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการใส่ใจจดจ่อ ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ และตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการติดตามประเมินตนเอง ผู้วิจัยต้องการส่งเสริมพฤติกรรมเหล่านี้ เพื่อให้นักเรียนเกิดศักยภาพที่สมบูรณ์ มีความสามารถในการคิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้ในการแก้ปัญหาเป็น และสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุข โดยระดับประคองในการปรับพฤติกรรมให้สามารถเอาตัวรอดจากสถานการณ์ยาก ๆ ได้ ส่งผลให้ประสบความสำเร็จทั้งในการเรียน การดูแลตนเอง การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ที่มีคุณภาพสอดคล้องกับงานวิจัยของ Lewitt & Baker (1995) ศึกษาเรื่องการบริหารจัดการโรงเรียน : สำหรับเด็กในอนาคต ผลการวิจัยระยะยาว พบว่า เด็กที่มีการพัฒนาทักษะการคิดได้น้อยจะมีปัญหามากเมื่อโตเป็นวัยผู้ใหญ่ และส่งผลให้ปฏิสัมพันธ์ทางทางสังคมต่ำกว่าผู้ใหญ่ที่ได้รับการพัฒนาทักษะการคิดตั้งแต่เด็ก ดังนั้นเด็กที่มีพื้นฐานทักษะการคิดที่แข็งแกร่งจะมีความสำคัญมากกว่าการรู้จักตัวเลขหรือตัวหนังสือ และ กิรส์ติ โลงกา (2563: 146) การปลูกฝังและส่งเสริมทักษะความสามารถในการคิดของนักเรียนนั้น ครูมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้ทักษะดังกล่าว และเป็นตัวอย่างที่มีประสิทธิภาพให้นักเรียนได้เห็น นอกจากนั้นครูควรปลูกฝังวัฒนธรรมปฏิสัมพันธ์ในห้องเรียน ในโรงเรียนและสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่กว้างออกไป ครูต้องชี้แนะให้นักเรียนทำงานและพัฒนาความคิดร่วมกันเป็นกลุ่ม ซึ่งจะเป็นการช่วยพัฒนาทักษะการคิดของนักเรียนได้เป็นอย่างดีอีกด้วย สิ่งสำคัญก็คือ ควรที่จะมีการส่งเสริมวัฒนธรรมนี้ในทั้งโรงเรียนเพื่อให้การเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นและการสร้างสรรค์ความรู้กลายเป็นบรรทัดฐาน ไม่ใช่กรณีพิเศษ ควรทำตั้งแต่เนิ่น ๆ วัยเด็กปฐมวัยศึกษาตอนต้นและวัยประถมศึกษาเป็นช่วงที่ดีที่สุดในชีวิตที่จะเริ่มต้นปลูกฝังทักษะการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น

ผู้วิจัยจึงได้ทำการสร้างชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย โดยนำแนวคิดทฤษฎีทักษะการคิดการสร้างวินัยเชิงบวกในการปรับพฤติกรรม มาเชื่อมโยงพัฒนาเข้าสู่กิจกรรมละครสร้างสรรค์ โดยรูปแบบเน้นการปรับพฤติกรรมการคิด ให้มีทักษะการคิดอย่างเป็นระบบและมีเหตุผล ซึ่งกิจกรรมจะเน้นการสอนในการปฏิบัติจริงด้วยตนเอง โดยผู้วิจัยใช้สถานการณ์ต่าง ๆ ที่นักเรียนได้ประสบพบเจอมาใช้เป็นตัวอย่างในกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้จักการแก้ไขปัญหา สามารถวิเคราะห์ และอธิบายถึงคุณและโทษของการแสดงพฤติกรรมเหล่านั้น อีกทั้งในการปรับพฤติกรรมนั้น เพื่อให้นักเรียนเกิดความสามารถในการจัดการความรู้และการนำไปใช้ สามารถคิดวิเคราะห์ และการไขปัญหาอย่างมีวิจารณญาณและการคิดสร้างสรรค์ โดยจะเน้นด้วยการให้นักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมทางสังคมจากการสังเกตพฤติกรรมด้านสังคมจากตัวแบบ สอดคล้องกับแนวคิด อับเบิร์ต แบนดูรา (สิริมา

ภิญโญอนันตพงษ์, 2550, น. 65-66) กล่าวว่า การเรียนรู้ของมนุษย์นั้นเกิดจากพฤติกรรมของบุคคลนั้นมีการปฏิสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องระหว่างบุคคล และสิ่งแวดล้อม ซึ่งการเรียนรู้นั้นจะต้องอาศัยกระบวนการเลียนแบบ และการสังเกตจากตัวแบบ โดยใช้ผลการประเมินเพื่อกำหนดรูปแบบการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับนักเรียนให้มีความสอดคล้องกับการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย ซึ่งพฤติกรรมการแสดงออก คือการที่เด็กเรียนรู้ด้วยการกระทำ และพฤติกรรมการสนใจ คือพฤติกรรมที่เสริมแรงเพื่อให้เด็กมีพฤติกรรมการแสดงออกที่ดีขึ้นโดยเน้นให้เด็กดูตัวแบบที่ดี สิ่งเหล่านี้เป็นพฤติกรรมการเรียนรู้เพื่อให้เด็กสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้

2. ผลจากการเปรียบเทียบทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจ ก่อนและหลังการใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการใส่ใจจดจ่อ พบว่า ก่อนจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 19.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.85 และหลังจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 34.23 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.79, ตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ ก่อนจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 9.03 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.11 และหลังจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 16.21 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.03 และตัวบ่งชี้พัฒนาการด้านการติดตามประเมินตนเองก่อนจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 10.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.25 และหลังจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 21.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.39 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยตามแบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 2 - 6 ปี (แบบ MU.EF-101) ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล (2557, น. 155-160) ก่อนและหลังการทดลองใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์พบว่าค่าคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์สูงกว่าก่อนการทดลองใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ จารินี มณีแสง (2554) ศึกษาเรื่องผลการใช้วิธีสอนละครสร้างสรรค์ ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ด้านทักษะการแสดงละครสร้างสรรค์กระบวนการกลุ่มและความพึงพอใจต่อวิธีสอนละครสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่าหลังการทดลองนักเรียนที่ได้วิธีสอนละครสร้างสรรค์ผลสัมฤทธิ์ด้านทักษะการแสดงละครสร้างสรรค์ อยู่ในระดับดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของ เกรียงศักดิ์ ชัยภร (2555) ศึกษาผลของการจัดประสบการณ์โดยใช้ละครสร้างสรรค์ที่มีต่อความสามารถทางคณิตศาสตร์ของเด็กอนุบาล พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดประสบการณ์ โดยใช้ละครสร้างสรรค์มีค่าเฉลี่ยความสามารถทางคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับ การจัดประสบการณ์แบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของ ธนากร สุขยิ่ง (2553) ศึกษาและเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเอง

ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ พบว่า การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ทำให้เด็กปฐมวัยมีความรู้ ความสามารถทางด้านความเข้าใจตนเองสูงขึ้น เพราะการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กปฐมวัย มีอิสระในการแสดงออกด้วยความเชื่อมั่นในตัวเอง และเด็กสามารถทำในสิ่งที่ตนชอบได้อย่างอิสระ ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกภูมิใจในตนเองและความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม โดยรูปแบบของชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่ผู้วิจัยพัฒนา อาศัยหลักการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ เชื่อมโยงกับแนวคิดการสร้างวินัยเชิงบวกในการปรับพฤติกรรม โดยใช้รูปแบบ การเล่นละครต้นสดจากสถานการณ์ต้นแบบ การแสดงบทบาทสมมติในการแก้ไขปัญหา และการเสริมแรงเชิงบวกในการใช้จินตนาการและการแสดงออก ที่จะช่วยพัฒนาทักษะการคิดทั้ง 3 ด้าน

ดังนั้นจากผลการวิจัยเมื่อเปรียบเทียบตัวบ่งชี้พัฒนาการทั้ง 3 ด้าน ในการใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยจากแบบประเมินตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการติดตามประเมินตนเอง รองลงมา ตัวบ่งชี้ปัญหาด้านการใส่ใจจดจ่อ และตัวบ่งชี้ปัญหาด้านด้านการควบคุมอารมณ์ ตามลำดับ นักเรียนเป็นเด็กเล็กการใช้สื่อนิทานที่เป็นตัวละครทำให้นักเรียนเห็นการแสดงออกทางอารมณ์มากที่สุด เสมือนเป็นตัวแบบหากปฏิบัติเหมือนตัวละครที่อารมณ์ดีไม่โมโห หงุดหงิดก็จะมีลักษณะแบบนี้ หากปฏิบัติเหมือนตัวละครที่ไม่ดีก็จะได้รับผลแบบนั้น โดยครูจะใช้วิธีชี้แจงและถามนักเรียนอยู่เสมอว่านักเรียนอยากจะเป็นตัวละครแบบใด ทำให้นักเรียนมีความระมัดระวังในการแสดงออกทางอารมณ์มากขึ้น ดังนั้นการใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัยสามารถพัฒนาติดตามประเมินตนเอง ได้ดีที่สุด สอดคล้องกับ แนวคิด อับเบิร์ต แบนดูรา (สิริมา ภิญญอนันตพงษ์, 2550, น. 65-66) กล่าวว่า การเรียนรู้ของมนุษย์นั้น เกิดจากพฤติกรรมของบุคคลนั้นมีการปฏิสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องระหว่างบุคคล และสิ่งแวดล้อม ซึ่งการเรียนรู้นั้นจะต้องอาศัยกระบวนการเลียนแบบ และการสังเกตจากตัวแบบ โดยใช้ผลการประเมินเพื่อกำหนดรูปแบบการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับนักเรียนให้มีความสอดคล้องกับการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย ซึ่งพฤติกรรมการแสดงออก คือการที่เด็กเรียนรู้ด้วยการกระทำ และพฤติกรรมการจูงใจ คือ พฤติกรรมที่เสริมแรงเพื่อให้เด็กมีพฤติกรรมแสดงออกที่ดีขึ้นโดยเน้นให้เด็กดูตัวแบบที่ดี สิ่งเหล่านี้เป็นพฤติกรรมการเรียนรู้เพื่อให้เด็กสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ เช่นเดียวกับ ชดช้อย โสภณพานิช (2548: 19) ละครสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมการแสดงบทบาทหรือละครที่ไม่เป็นทางการหรือสถานการณ์ที่สมมุติขึ้นในห้องเรียนหรือสถานที่ที่ไม่เน้นผู้ชม โดยการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้เห็นภาพเรื่องราวที่มีชีวิตจะทำให้ผู้เรียนได้เกิด

การเรียนรู้ด้วยตนเอง สามารถจดจำไว้ได้นาน และมักจะเริ่มต้นจากสิ่งที่คุณมีความคุ้นเคยอยู่ แล้วจากนั้นจึงนำมาจัดเป็นประสบการณ์ที่เชื่อมโยงสู่การเรียนรู้ใหม่ใหม่ที่กว้างขึ้นและลึกซึ้งขึ้น เพื่อพัฒนาการทำงานของสมอง ดังนั้นการใช้ละครสร้างสรรค์ในการจัดการเรียนการสอนจึงเน้นกระบวนการที่นำไปสู่ละครเพื่อการพัฒนาผู้เรียน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 จากผลวิจัยพบว่าการสร้างชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิด ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัยมีผลประเมิณอยู่ในระดับสูง ดังนั้นบุคลากรที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญในการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ การสร้างชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อเป็นทางเลือกใหม่ในการจัดการเรียนการสอนที่สามารถใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาศักยภาพเด็กปฐมวัยได้ในหลากหลายมิติทั้งทางด้านร่างกายอารมณ์สังคมและสติปัญญา ตลอดจนยังเป็นการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสทางความคิดจินตนาการผ่านการแสดงออกทางภาษาและการเคลื่อนไหวร่างกาย

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 งานวิจัยครั้งต่อไปควรเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีปัญหาในการคิดด้านพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในระดับอายุ 4 – 6 ปี โดยการเลือกจากการใช้แบบประเมินปัญหาพฤติกรรมด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 2-6 ปี (แบบMU.EF-102) ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล (2557, น. 161-166) ที่มีปัญหามาก เพื่อเพื่อผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2.2 งานวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย ที่มีต่อชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เป็นอย่างไรเพื่อผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงและพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ส่งเสริมทักษะการคิดให้สอดคล้องกับพฤติกรรมและความต้องการของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัยยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

- Barkley, R. A. (2012). Executive functions: What they are, how they work, and why they evolved, Guilford Press.
- Blader, J. C. (2014). "Review of Executive Functions: What They Are, How They Work, and Why They Evolved , by Russell A. Barkley." Journal of child and adolescent psychopharmacology 24(6): 362-363.
- Bowne, J. (2015). Enhancing and practicing executive function skills with children from infancy to adolescence. Center on the Developing Child, Harvard University.
- Center on the Developing Child Harvard University (2017). Building the Brain's "Air Traffic Control" System: How Early Experiences Shape the Development of Executive Function. . Retrieved from <https://developingchild.harvard.edu>.
- Chawla, L. (2012). "The importance of access to nature for young children." Early Childhood Matters 118: 48-51.
- Kosokabe, T., et al. (2021). "Self-directed dramatic and music play programs enhance executive function in Japanese children." Trends in Neuroscience and Education 24: 100158.
- Shonkoff, J. P., et al. (2011). "Building the brain's "air traffic control" system: How early experiences shape the development of executive function." Contract 11.
- Taku Kosokabe (2022). Self-directed dramatic and music play programs enhance executive function in Japanese children. หน้า 52.
- กิรส์ติ โจนกา (2563). นวัตกรรมการเรียนรู้แห่งอนาคตแบบฟินแลนด์ = Phenomenal learning form Finland, กรุงเทพฯ : บุ๊คสเคป.
- โกมล ศรีทองสุข (2560). กิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันของเด็กก่อนวัยเรียน, ปริญญาโท (กศ.ม. (ศิลปศึกษา: ศิลปะการแสดงศึกษา)) -- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2560.

คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2558). "การแสดงผลกิจกรรมการเข้าสังคมของเด็ก."
หน้า 21.

จรรยา สุวรรณทัต (2520). ผลการใช้กิจกรรมการสร้างนิทานโดยเด็กที่มีต่อความสามารถในการ
พูดของเด็กปฐมวัยโรงเรียนบ้านตากฟ้าพัฒนาจังหวัดกำแพงเพชร, มหาวิทยาลัย
สุโขทัย ธรรมมาธิราช.

จารินี มณีแสง (2011). ผลการใช้วิธีสอนละครสร้างสรรคที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ด้านทักษะการแสดง
ละครสร้างสรรคกระบวนการกลุ่มและความพึงพอใจต่อวิธีสอนละครสร้างสรรคของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3, (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต
สาขาหลักสูตรและการสอน). มหาวิทยาลัยทักษิณ, สงขลา.

จิราภรณ์ แจ่มใส (2558). ผลของการใช้กิจกรรมศิลปะแบบร่วมมือประกอบการเล่านิทานในการ
พัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กปฐมวัย, ปริญญาานิพนธ์ (กศ.ม. วิทยาการทางการศึกษา
และการจัดการเรียนรู้) -- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2558.

ชดช้อย โสภณพนิช (2548). "การใช้บทบาทสมมติในการจัดการเรียนการสอน." กรุงเทพฯ:
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).

ชมภูนุช ธนบดี (2548). การใช้บทบาทสมมติในการจัดการเรียนการสอน, กรุงเทพฯ : สมาคม.

ชิดกมล สังข์ทอง (2018). โครงการวิจัย “สถานการณ์ปัญหาสภาวะสุขภาพพัฒนาการ และ
พื้นฐานอารมณ์ของเด็กปฐมวัย”. (ออนไลน์) สืบค้นจาก
<https://researchcafe.org/development-and-temperament-of-early-childhood/>.

ดลณญา สุเวทเวทินธ์ (2560). 'EF' หัวใจสำคัญการพัฒนาศักยภาพ. (ออนไลน์) สืบค้นจาก
<https://www.thaihealth.or.th/Content/39735>.

นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล (2559). Executive Functions (การคิดเชิงบริหาร) เอกสารการประชุมเชิง
ปฏิบัติการระดมสมองวางกรอบประเด็นและเนื้อหาหนังสือนิทาน โครงการหนังสือนิทาน
สร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดสำหรับเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล, น. ร., ปนัดดา ธน เศรษฐกร, อรพินท์เลิศ อัสดาตระกูล, (2017).
การพัฒนาและหาค่าเกณฑ์มาตรฐานเครื่องมือประเมินการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย,
กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยประสาทวิทยาศาสตร์สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล

มหาวิทยาลัยมหิดลและสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว
มหาวิทยาลัยมหิดล.

เมธิญา มฤคสนธิ (2561). การสร้างชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์สร้างสรรค์สำหรับเด็กปฐมวัย,
ปริญญาานิพนธ์ (กศ.ม. (ศิลปศึกษา)) -- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2561.

รัฐวิชัย แซงดา (2563). การพัฒนาชุดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มี
อิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย, ปริญญาานิพนธ์ (กศ.ม. (ศิลปศึกษา))
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2563.

โรงพยาบาลมหารมย์ (2562). "องค์ประกอบของการพัฒนาทักษะการคิด (EF)." หน้า 98.

วลีสา จิรติติวงศ์ (2558). ผลของรูปแบบการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่มีต่อความคิด
สร้างสรรค์ของเด็กปฐมวัย, ปริญญาานิพนธ์ (กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ)) --
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2558.

ศักดิ์ชัย ใจชื่อตรง (2561). การพัฒนารูปแบบการจัดประสบการณ์ศิลปะที่ส่งเสริมทักษะการจัดการ
สมอง (EF) สำหรับเด็กปฐมวัย, ปริญญาานิพนธ์ (ปร.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร))
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2561.

สำนักข่าวอิศรา (2564). เด็กพัฒนาการล่าช้า 1 ใน 3 ของประเทศ. หน้า 84.

สิริมา ภิญโญนนตพงษ์ (2550). เอกสารชุดวิชา ECED201:การศึกษาปฐมวัย Early Childhood
Education. โครงการความร่วมมือระหว่างมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิตกับกรมส่งเสริม
การปกครองท้องถิ่น หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สาขาการศึกษาปฐมวัย. กรุงเทพฯ:
มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.

องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF). (2563). โลกผันผวน ส่งผลเด็กเครียด. (ออนไลน์)

อรรถันท์ เชาว์กุลจรัสศิริ (2560). "EF เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จตลอดช่วงชีวิตของคนเรา."

อรรวรรณ ขมวัฒนา (2555). หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานดนตรี-นาฏศิลป์ : ชั้นมัธยมศึกษาศึกษา
ปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ ตรงตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน
พุทธศักราช 2551, กรุงเทพฯ : สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ พว.







ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

- 1) อาจารย์ ดร.ภริภา ภิรนานนท์ อาจารย์โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
- 2) ผศ.ดร.สุภัค โอฬารียกุล อาจารย์โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
- 3) อาจารย์ ดร.นลินทิพย์ บุญเฉลยมรรค อาจารย์โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
- 4) อาจารย์ ดร.ดลศักดิ์ ไทรเล็กทิม อาจารย์โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
โรงเรียนสาธิต มศว ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
- 5) อาจารย์ ดร.เศรษฐ์สิริ นรินทร์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาศิลปการแสดง
คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ภาคผนวก ข
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



**การตรวจสอบหาค่าความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์
เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัย**

ชื่อผู้เชี่ยวชาญ.....

ขอให้ท่านพิจารณากิจกรรมละครสร้างสรรค์ในแต่ละกิจกรรมว่ามีความสอดคล้องกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการยับยั้งชั่งใจในเด็กปฐมวัยที่ต้องการวัดหรือไม่ตามเกณฑ์ต่อไปนี้

- ▶ หากข้อความสอดคล้องกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ (1 คะแนน)
- ▶ หากไม่แน่ใจว่าข้อความสอดคล้องกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ (0 คะแนน)
- ▶ หากข้อความไม่สอดคล้องกับเป้าหมายการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ (-1 คะแนน)

ที่	ชื่อกิจกรรม	เป้าหมาย การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			ข้อเสนอแนะ / ความคิดเห็นเพิ่มเติม
			+1	0	-1	
1	ชมผู้ผู้พากเพียร	การใส่ใจจดจ่อ นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำ กิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการ ให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ				
2	ทุเรียนผู้แหลมคม	การใส่ใจจดจ่อ นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำ กิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการ ให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ				
3	ต้นส้มผู้แสนดี	การใส่ใจจดจ่อ นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำ กิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการ ให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ				
4	สตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน	การใส่ใจจดจ่อ นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำ กิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการ ให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ				

ที่	ชื่อกิจกรรม	เป้าหมาย การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์	ความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ข้อเสนอแนะ / ความคิดเห็นเพิ่มเติม
			+1	0	-1	
5	สิงโตผู้กล้าหาญ	การควบคุมอารมณ์ นักเรียนสามารถปรับสภาพ อารมณ์และควบคุมการแสดงออก ทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรม ได้อย่างเหมาะสมตามวัย				
6	ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่	การควบคุมอารมณ์ นักเรียนสามารถปรับสภาพ อารมณ์และควบคุมการแสดงออก ทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรม ได้อย่างเหมาะสมตามวัย				
7	ม้าลายผู้โอหัง	การควบคุมอารมณ์ นักเรียนสามารถปรับสภาพ อารมณ์และควบคุมการแสดงออก ทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรม ได้อย่างเหมาะสมตามวัย				
8	เจ้ากวางผู้เกร	การควบคุมอารมณ์ นักเรียนสามารถปรับสภาพ อารมณ์และควบคุมการแสดงออก ทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรม ได้อย่างเหมาะสมตามวัย				
9	แครอทผู้แสนดี	การติดตามประเมินตนเอง นักเรียนสามารถตรวจสอบ ความรู้สึก ความคิด และการ กระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำ ไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น				
10	บร็อกโคลี่ผู้เฮฮา	การติดตามประเมินตนเอง นักเรียนสามารถตรวจสอบ ความรู้สึก ความคิด และการ กระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำ ไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น				

ที่	ชื่อกิจกรรม	เป้าหมาย การจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์	ความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ข้อเสนอแนะ / ความคิดเห็นเพิ่มเติม
			+1	0	-1	
11	ค่าน้ำผู้เขี้ยวโต	การติดตามประเมินตนเอง นักเรียนสามารถตรวจสอบ ความรู้สึก ความคิด และการ กระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำ ไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น				
12	ข้าวโพดผู้ถ่อมตน	การติดตามประเมินตนเอง นักเรียนสามารถตรวจสอบ ความรู้สึก ความคิด และการ กระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำ ไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น				

ข้อเสนอแนะ และความคิดเห็นอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
(.....)



ภาคผนวก ค
แผนกิจกรรมละครสร้างสรรค์

1. กิจกรรม “ชมพู่ผู้ปากเพียร”

วัตถุประสงค์

นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมเกมส์ “อะไรอยู่ในกล่อง”
- ผู้นำกิจกรรมอธิบายกติกาการเล่นเกมส์ในขั้นนำว่า “นักเรียนทุกคนจะได้ล้วงมาจับของที่อยู่ในกล่องปริศนาโดยมีข้อกำหนดว่านักเรียนแต่ละคนจะสามารถสัมผัสของที่อยู่ในกล่องนั้นได้แค่คนละ 5 วินาทีเท่านั้น นักเรียนจะต้องทายว่าสิ่งที่ตนเองได้สัมผัสนั้นคือผลไม้ชนิดใด โดยเมื่อล้วงเสร็จแล้วนักเรียนจะต้องชี้รูปผลไม้ที่ผู้นำกิจกรรมเตรียมไว้ข้างกล่องปริศนา 1 ใน 5 ชนิด ว่าสิ่งที่นักเรียนได้สัมผัสนั้นเป็นผลไม้ชนิดใด โดยรูปผลไม้ทั้ง 5 ชนิดนี้จะมีเพียงแค่ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนที่กำลังล้วงกล่องปริศนาเท่านั้นที่จะมองเห็น”

- เมื่อนักเรียนได้ล้วงกล่องปริศนาจนครบแล้ว ผู้นำกิจกรรมก็เฉลยว่าผลไม้ในกล่องนั้นคือชมพู่

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมแจกกระดาษแผ่นเล็กที่ตัดเป็นรูปชมพู่ให้กับนักเรียนทุกคนพร้อมกับแผ่นคำพูดหน้าฉาก จากนั้นให้นักเรียนวาดและระบายสีชมพู่ตามจินตนาการของนักเรียนลงในกระดาษที่แจกให้

- เมื่อนักเรียนทุกคนสร้างสรรค์ชมพู่ของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกิจกรรมช่วยนำมาแปะกับแผ่นคำพูดหน้าฉาก แล้วให้นักเรียนสวมไว้คล้ายมงกุฎ จากนั้นให้นักเรียนนั่งล้อมกันเป็นวงกลมวงใหญ่ 1 วง

- ผู้นำกิจกรรมอธิบายกติกาว่าหากผู้นำกิจกรรมเริ่มเล่านิทานเรื่อง “ชมพู่ผู้ปากเพียร” ให้นักเรียนสังเกตชมพู่ที่อยู่บนหน้าฉากของเพื่อนแต่ละคนว่าชมพู่ของใครบ้างที่มีลักษณะตรงกับที่ผู้นำกิจกรรมกล่าวถึงในนิทาน หากชมพู่ของนักเรียนมีลักษณะตรงกับที่ผู้นำกิจกรรมกล่าวถึงในนิทาน ก็ให้นักเรียนทำการแสดงแบบด้นสดตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรม

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนช่วยกันสรุปว่ากิจกรรมวันนี้หากเราปฏิบัติด้วยความใส่ใจจดจ่อผลจะเป็นอย่างไร และหากเราไม่ใส่ใจหรือไม่จดจ่อกับการทำกิจกรรมหรือการฟังนิทานผลของกิจกรรมจะเป็นอย่างไร และนักเรียนคิดว่าแบบไหนจะได้ประโยชน์มากกว่ากัน

- ผู้นำกิจกรรมสรุปให้อีกครั้งว่าในกิจกรรมละคร “ชมพู่ผู้ปากเพียร” นั้น หากนักเรียนขาดความใส่ใจจดจ่อกิจกรรมนี้ก็จะไม่สามารถบรรลุถึงเป้าหมายได้

สื่อการสอน

กล่องทึบแสงที่มีรูเล็ก ๆ สามารถล้วงมือลงไปจับหรือหยิบของด้านในได้โดยมองไม่เห็น

ผลชมพู่

นิทานเรื่อง “ชมพู่ผู้ปากเพียร”

กระดาษที่ตัดเป็นทรงของผลชมพู่และกระดาษสำหรับคาดหน้าผาก

สีเทียนหรือสีไม้

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลว่านักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่ออยู่ตลอดทั้งการทำกิจกรรม

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การใส่ใจจดจ่อ (ข้อ1-10) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่อง “ชมพู่ผู้ปากเพียร”

ณ ตลาดแห่งหนึ่ง มีร้านขายผลไม้ขนาดใหญ่ ที่รวบรวมชมพู่หลากหลายชนิดที่มีลักษณะแตกต่างกันไว้มากมายไม่ว่าจะเป็นชมพู่ลูกสีแดงที่ชอบยืมปากกว้าง หรือจะเป็นชมพู่ลูกสีเขียวที่มักจะชูมือขึ้นแล้วโบกไปทางซ้ายทางขวาเพื่อทักทายเพื่อน ๆ อย่างเป็นมิตร และยังมีชมพู่ลูกสีเขียวที่กระโดดไปมาอย่างน่ารักน่าชัง

เช้าวันหนึ่ง แม่ค้ารู้สึกว่ชมพู่ในร้านของตนเองมีหลากหลายชนิดจนเกินไปจึงได้ทำการจัดชมพู่ที่มีสีเดียวกันมาวางไว้ด้วยกันเป็นวงกลมเล็ก ๆ แต่สำหรับชมพู่ที่มีหลายสีในลูกเดียวนั้น แม่ค้าไม่รู้ว่าจะจัดวางอย่างไร จึงปล่อยให้ชมพู่เหล่านั้นกลิ้งไปกลิ้งมาอยู่บนโต๊ะ แล้วในขณะนั้นเอง แม่ค้าก็หันไปเห็นว่าชมพู่ที่มีสีส้มอยู่ด้วยนั้นกำลังถูกหนอนไซ พวกมันจึงลุกขึ้นเดินไปเดินมา เพราะรู้สึกจี้จี้ ชมพู่ลูกที่มีสีแดงจึงมาช่วยดึงหนอนออกไปจนหมด ส่วนชมพู่ลูกสีเขียวกลับโดนหนอนไซแทน จึงเดินไปเดินมา สะบัดตัวจนหนอนหลุดออกจากตัว

จากนั้นแม่ค้าก็จัดเรียงชมพูทุกลูกใหม่ให้เรียงเป็นแถวเรียบร้อยสวยงาม ชมพูทุกลูกตั้งเรียงกันเป็นแถวอย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย ชมพูทุกลูกมีหน้าตาแจ่มใส ยิ้มหวาน และทำท่าที่แสดงความรักต่อแม่ค้า ด้วยสายตาอันเป็นประกายระยิบระยับให้กับแม่ค้าอย่างมีความสุข



2. กิจกรรม “ทุเรียนผู้แหลมคม”

วัตถุประสงค์

นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจัดจ้อย

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมตอบหน่วยว่าฉันคือใคร
- ผู้นำกิจกรรมแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่ม A และกลุ่ม B โดยให้แต่ละกลุ่มตั้งใจฟังคำใบ้จากผู้นำกิจกรรมที่เตรียมไว้ และทายให้ได้ว่าเป็นลักษณะของผลไม้ชนิดใด โดยมีเงื่อนไขในการตอบคือ หากกลุ่มใดต้องการตอบจะต้องวิ่งออกมาแตะกระดิ่งเพื่อให้ผู้นำกิจกรรมอนุญาตให้ตอบได้ กลุ่มไหนสามารถตอบได้ก่อนว่าเป็นผลไม้ชนิดใด กลุ่มนั้นชนะและได้รับรางวัลจากผู้นำกิจกรรม

- คำใบ้รอบที่ 1 คือ มังคุด
- คำใบ้รอบที่ 2 คือ องุ่น
- คำใบ้รอบที่ 3 คือ เงาะ
- คำใบ้รอบที่ 4 คือ แตงโม
- คำใบ้รอบที่ 5 คือ ทุเรียน

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมอธิบายวิธีการฝึกสมาธิด้วยกิจกรรมลำเลียงทุเรียนผู้แหลมคม โดยมีวิธีการดังต่อไปนี้ คือ ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง ผู้นำกิจกรรมแจกตะเกียบ ให้กับนักเรียนทุกคน คนละ 1 อัน เพื่อใช้ในการส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมที่อยู่บนแก้วน้ำพลาสติกใสต่อ ๆ กันเป็นวงกลม ทั้งหมด 10 ลูก

- ผู้นำกิจกรรมอธิบายพร้อมสาธิตวิธีการส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมที่อยู่บนแก้วน้ำพลาสติกใสให้นักเรียนดู และบอกวิธีการคือให้นักเรียนใช้สมาธิในการใช้ตะเกียบสอดเข้าไปด้านในของแก้ว ระวังประคองและส่งต่อให้กับเพื่อนด้านข้างต่อไปเรื่อย ๆ โดยสร้างเงื่อนไขในการทำกิจกรรมคือ นักเรียนทุกคนจะต้องช่วยกันส่งต่อทุเรียนผู้แหลมคมนี้ โดยห้ามใช้มือมือช่วยประคองและห้ามหล่นลงพื้น

- ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “ทุเรียนผู้แหลมคม” ให้กับนักเรียนฟัง หากนักเรียนได้ยินคำว่าทุเรียน นักเรียนคนที่มีทุเรียนในมือจะต้องหยุดและยืนขึ้นทำการแสดงแบบต้นสดตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรมจนจบเรื่อง

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนช่วยกันสรุปว่ากิจกรรมวันนี้หากเราปฏิบัติด้วยความใส่ใจจดจ่อผลจะเป็นอย่างไร และหากเราไม่ใส่ใจหรือไม่จดจ่อกับการทำกิจกรรมหรือการฟังนิทานผลของกิจกรรมจะเป็นอย่างไร โดยให้นักเรียนต้องยกมือก่อน ถึงจะตอบคำถามได้ หลังจากนั้นครูแนะนำความรู้เพิ่มเติมตามความต้องการของนักเรียน

สื่อการสอน

คำใบ้ลักษณะของผลไม้ทั้ง 5 ชนิด

กระดัง

ตะเกียบ

แก้วน้ำพลาสติกทุเรียนผู้แหลมคม

นิทานเรื่อง “ทุเรียนผู้แหลมคม”

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลว่านักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่ออยู่ตลอดทั้งการทำกิจกรรม

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การใส่ใจจดจ่อ (ข้อ1-10) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่อง “ทุเรียนผู้แหลมคม”

ณ ป่าใหญ่แห่งหนึ่งมีต้นผลไม้หลากหลายชนิด เติบโตเรียงรายต่อ ๆ กันอย่างเป็นระเบียบ มีทั้งต้นมังคุดที่มีลูกกลม ๆ สีม่วง ต้นองุ่นที่เลื้อยพันกับกิ่งไม้ออกดอกออกผลเป็นพวงองุ่นสีเขียวสดงดงาม โกล้ ๆ กันมีต้นเงาะและแตงโม ที่ออกดอกออกผลบานสะพรั่ง ถัดไปเป็นต้นทุเรียนต้น

ใหญ่โต มีทั้งต้นทุเรียนที่สูงสง่า ต้นทุเรียนที่เตี้ยติดดิน ถัดไปเป็นต้นมะม่วงที่มีลูกสีเขียวเต็มต้น ต้นไม้ทั้งหมดอยู่รวมกันแบบพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันอย่างมีความสุข

อยู่มาวันหนึ่งต้นทุเรียนต้นใหญ่ที่สูงสง่าก็ได้ออกผลผลิตเป็นผลทุเรียนที่มีความแหลมคม ที่มีใบหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสมีความสุข แต่แล้วเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันก็ได้เกิดขึ้น เกิดเหตุพายุลมพัดโหมกระหน่ำ ทำให้ต้นไม้ในป่าแห่งนี้โดนลมพัดอย่างหนัก ผลของทุเรียนผู้แหลมคมก็โดนลมพัดลั่นไหวไปมาอย่างรุนแรงจนตกลงมาบนพื้นดินทับแทงโมจนแทงโมแตกสลาย ทุเรียนผู้แหลมคม โศกเศร้าเสียใจเป็นอย่างมาก ร้องไห้โฮออกมา แล้วคุกเข่าขอโทษต้นแต่งโตที่ทำให้ลูกของเธอแตกสลาย ต้นแต่งโมเสียใจเป็นอย่างมาก แต่ก็ให้อภัยทุเรียนผู้แหลมคมเพราะสิ่งเกิดขึ้นเป็นอุบัติเหตุ ทุเรียนผู้แหลมคมจึงยกมือไหว้ และขอบคุณต้นแต่งโมอีกครั้งที่เข้าใจ และให้คำสัญญาว่าจะดูแลให้ร่มเงากับต้นแต่งโมตลอดไป หลังจากนั้นต้นไม้ในป่าใหญ่แห่งนี้ก็อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขไม่มีภัยพิบัติอีกเลย



3. กิจกรรม “ต้นส้มผู้แสนดี”

วัตถุประสงค์

นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรม
- ผู้นำกิจกรรมเตรียมภาพเงาของผลไม้ทั้งหมด 5 ชนิด (ส้ม แอปเปิ้ล ชมพู สตอร์เบอร์รี่ องุ่น) ไว้บริเวณหน้าห้อง หลังจากนั้นผู้นำกิจกรรมแจกสติ๊กเกอร์ให้กับนักเรียนคนละ 1 ชิ้น และอธิบายกติกาในการทำกิจกรรมวันนี้ คือให้นักเรียนสังเกตภาพเงาผลไม้ทั้ง 5 ชนิด ว่าเงาใดเป็นลักษณะเงาของส้ม โดยให้นักเรียนนำสติ๊กเกอร์ที่ตนเองได้รับไปแปะไว้กับเงานั้น โดยมีเงื่อนไขว่านักเรียนแต่ละคนจะต้องวิ่งไปต่อแถวแปะสติ๊กเกอร์ผลไม้ที่ตนเองคิดว่าเป็นส้มตามลำดับโดยห้ามมีการแซงคิว
- ผู้นำกิจกรรมเฉลยว่าเงาใดเป็นเงาของส้ม และชี้จุดสังเกตว่าลักษณะของส้มเป็นอย่างไร พร้อมทั้งสอดแทรกคุณธรรมเรื่องมารยาทในการเข้าแถวให้กับนักเรียนด้วย

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “ต้นส้มผู้แสนดี” ให้นักเรียนฟัง และให้นักเรียนจับคู่กันและเป่ายางดูบ นักเรียนที่ชนะจะต้องรับบทบาทเป็นต้นส้ม นักเรียนที่แพ้จะต้องรับบทบาทเป็นต้นข้าว
- เมื่อนักเรียนทุกคู่รับบทบาทของตนเองแล้ว ผู้นำกิจกรรมตั้งคำถามว่าถ้านักเรียนเป็นต้นส้มนักเรียนจะทำอย่างไร และนักเรียนที่รับบทเป็นต้นข้าวจะแสดงพฤติกรรมต่อต้นส้มอย่างไรถ้าเราทำผิด)
- ครูให้นักเรียนลุกขึ้นยืนที่ละคู่และแสดงบทบาทสมมติจากบทบาทที่ครูมอบให้ให้ครูและเพื่อนในชั้นเรียนชม จนครบทั้งห้องเรียน โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นผู้กระตุ้นความคิดเรื่องการเล่นของเล่นเสร็จแล้วต้องทำอะไร, เรื่องการรู้จักแบ่งปันสิ่งของ หรือการมีน้ำใจต่อผู้อื่น โดยกระตุ้นให้นักเรียนแต่ละคู่สามารถแสดงบทบาทสมมติแบบด้นสดที่ได้รับได้อย่างถูกต้อง

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมชื่นชมนักเรียนทุกคนที่รับบทบาทที่มอบหมายให้ และช่วยกันสรุปว่า เหตุการณ์บทบาทสมมติของนักเรียนในวันนี้ว่าเป็นอย่างไร รวมถึงสรุปเรื่องความใส่ใจจดจ่อต่อสิ่งที่เราฟังว่ามีผลต่อการตัดสินใจของเราอย่างไร

สื่อการสอน

เงาผลไม้ 5 ชนิด

สติ๊กเกอร์

นิทานเรื่องต้นส้มผู้แสนดี

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลว่านักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่ออยู่ตลอดทั้งการทำกิจกรรม

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การใส่ใจจดจ่อ (ข้อ1-10) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องต้นส้มผู้แสนดี

ต้นส้มและต้นข้าวเป็นเพื่อนรักกัน บ้านของต้นส้มและต้นข้าวอยู่ใกล้กัน ในทุก ๆ วันหยุดต้นข้าวมักจะไปเล่นที่บ้านของต้นส้มเสมอ เพราะที่บ้านของต้นส้มเต็มไปด้วยของเล่นเยอะแยะมากมาย ต้นส้มและต้นข้าวเล่นของเล่นด้วยกันอย่างสนุกสนาน

ต้นข้าวมักจะถามต้นส้มเสมอว่า “ทำไมบ้านต้นส้มมีของเล่นใหม่ ๆ เยอะแยะมากมายเลย” ต้นส้มจึงตอบว่า “พอกับแม่ซื้อให้ตลอดเลย และเราก็จะเก็บไว้เป็นอย่างดี เราเลยมีของเล่นเยอะแยะเลยจ๊ะ” หลังจากที่ต้นส้มและต้นข้าวเล่นของเล่นกันเสร็จ ต้นข้าวก็มักจะทิ้งให้ต้นส้มเก็บของเล่นอยู่คนเดียวเสมอ

ในวันหนึ่งต้นข้าวก็มาเล่นที่บ้านของต้นส้มเหมือนกับทุก ๆ ครั้ง แต่วันนี้วันนี้อย่างไรก็ตาม เพราะต้นข้าวนำขนมมากินในระหว่างเล่นของเล่นที่บ้านของต้นส้ม ต้นส้มจึงเอ่ยถามว่า “ต้นข้าวเราขอกินขนมด้วยได้ไหม” ต้นข้าวจึงตอบว่า “ต้นส้มอยู่บ้านก็ไปหากินในครัวสิ มากินของเราทำไม” ต้นส้มจึงตกใจและรู้สึกที่ทำไมต้นข้าวถึงไม่แบ่งขนมให้เรากิน ต้นส้มรู้สึกเอาเปรียบเพราะต้นข้าวไม่เคยช่วยต้นส้มเก็บของเล่น และยังไม่แบ่งขนมให้ตนเองกินอีก (ผู้นำกิจกรรมจึงถาม

นักเรียนว่าถ้านักเรียนเป็นต้นส้มนักเรียนจะทำอย่างไร, ถ้านักเรียนเป็นต้นขำนักเรียนจะทำ
อย่างไรต่อ)



4. กิจกรรม “สตอรี่บอร์ดผู้อ่อนโยน”

วัตถุประสงค์

นักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่อ

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรม
- ผู้นำกิจกรรมเตรียมสตอรี่บอร์ดชิ้นเล็ก ๆ ให้นักเรียนชิม ในระหว่างการชิม นักเรียนต้องหลับตาเพื่อไม่ให้เห็นลักษณะของสิ่งที่ได้ชิมและรับรส
- ผู้นำกิจกรรมสอบถามความรู้สึกของนักเรียนหลังจากได้ชิมครบทุกคน และให้นักเรียนอธิบายรสชาติที่ตนเองได้ชิม ผู้นำกิจกรรมไปให้นักเรียนทราบว่านี่คือผลไม้ชนิดหนึ่ง และให้นักเรียนลองคาดเดาว่าเป็นผลไม้อะไร โดยผู้นำกิจกรรมคอยให้แนวทางกับนักเรียนตลอดการทำกิจกรรม
- ผู้นำกิจกรรมเฉลยว่าสิ่งที่นักเรียนได้ชิมคือสตอรี่บอร์ด และทบทวนการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 เรื่องการรับรสโดยใช้ลิ้นชิมรส

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมแจกภาพสตอรี่บอร์ดครึ่งผลให้กับนักเรียนทุกคน (สตอรี่บอร์ดมีขนาดแตกต่างกันและมีการแสดงอารมณ์ในภาพนั้น) หลังจากนั้นให้นักเรียนสังเกตสตอรี่บอร์ดที่ตนเองได้รับว่ามีอารมณ์ใด (ยิ้ม ร้องไห้ โกรธ หัวเราะ)
- ผู้นำกิจกรรมอธิบายกิจกรรม การค้นหาสตอรี่บอร์ดให้เต็มผล โดยมีวิธีการคือ ให้นักเรียนค้นหาสตอรี่บอร์ดจากเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนที่มีขนาดเท่ากับสตอรี่บอร์ดที่ตนเองได้รับ เพื่อนำมาต่อกันให้เป็นสตอรี่บอร์ดที่มีความสมบูรณ์ ผ่านการเล่นิทานเรื่อง สตอรี่บอร์ดผู้อ่อนโยน
- ในระหว่างที่ผู้นำกิจกรรมเล่นิทานสตอรี่บอร์ดผู้อ่อนโยน ให้นักเรียนฟัง สตอรี่บอร์ดครึ่งผลของใครมีอารมณ์ตรงตามที่ผู้นำกิจกรรมพูดถึง (ยิ้ม ร้องไห้ โกรธ หัวเราะ) ให้นักเรียนยืนขึ้น และแสดงสีหน้าอารมณ์นั้นโดยห้ามมีเสียง ในระหว่างนั้นนักเรียนสังเกตว่าใครที่มีสตอรี่บอร์ดอารมณ์เดียวกันกับเราเพื่อค้นหาสตอรี่บอร์ดให้เต็มผลต่อไป

- เมื่อผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องสตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยนจบ ให้เวลานักเรียนในการค้นหาสตรอร์เบอร์รี่ที่มีอารมณ์เดียวกัน 3 นาที คู่มือที่ค้นหาสตรอร์เบอร์รี่อารมณ์เดียวกันและต่อกันเป็นผลสมบูรณ์แล้วให้นั่งลง พร้อมกับมือกันและส่งเสียงว่า เฮ้!

- เมื่อนักเรียนจับคู่ผลสตรอร์เบอร์รี่ที่สมบูรณ์เรียบร้อยแล้ว ครูเป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนช่วยกันสรุปว่ากิจกรรมวันนี้หากเราปฏิบัติด้วยความใส่ใจจดจ่อผลจะเป็นอย่างไร และหากเราไม่ใส่ใจหรือไม่จดจ่อกับการทำกิจกรรมหรือการฟังนิทานผลของกิจกรรมจะเป็นอย่างไร และนักเรียนคิดว่าแบบไหนจะได้ประโยชน์มากกว่ากัน

- ผู้นำกิจกรรมสรุปให้อีกครั้งว่าในกิจกรรมละคร “สตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน” นั้นจะต้องใช้สมาธิและการสังเกตให้ดี หากนักเรียนขาดความใส่ใจจดจ่อกิจกรรมนี้ก็จะไม่สามารถหาคู่มาต่อสตรอร์เบอร์รี่ให้เป็นผลที่สมบูรณ์ได้

สื่อการสอน

สตรอร์เบอร์รี่หั่นชิ้นเล็ก ๆ

ภาพสตรอร์เบอร์รี่ครึ่งผล

นิทานสตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลว่านักเรียนมีสติและตื่นตัวในการทำกิจกรรมเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จด้วยการจดจ่ออยู่ตลอดทั้งการทำกิจกรรม

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การใส่ใจจดจ่อ (ข้อ1-10) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานสตรอร์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้วมีครอบครัวครอบครัวหนึ่ง ประกอบไปด้วยพ่อ แม่ และลูกสาวที่ชื่อว่า สตรอร์เบอร์รี่ ซึ่งสตรอร์เบอร์รี่เป็นลูกสาวคนเดียวของบ้านหลังนี้ พ่อกับแม่ของสตรอร์เบอร์รี่เลี้ยงสตรอร์เบอร์รี่ด้วยความรักอย่างอบอุ่น ในครอบครัวอบอุ่นไปด้วยรอยยิ้มที่มีความสุขบน

โบหน้า.... เสียงหัวเราะของสตอร์เบอรรี่ที่อ้าปากกว้างหัวเราะจนตัวสั่น..... ทุกวันหยุดครอบครัวนี้ก็จะชวนกันดูการ์ตูน ชวนกันหัวเราะตาทะลึงกันจนล้นบ้าน ครอบครัวของสตอร์เบอรรี่มีแต่รอยยิ้มมีความสุขมาก จนกระทั่ง

วันหนึ่งพ่อและแม่ของสตอร์เบอรรี่ไม่อยู่บ้าน สตอร์เบอรรี่ก็แอบหนีไปเล่นที่ทุ่งหญ้าใหญ่ ในขณะที่เล่น จู่ ๆ เธอก็เลื้อยไปเห็นสุนัขที่นั่งร้องไห้เศร้าโศกเสียใจ น้ำตาไหลพรากด้วยความสงสัยสตอร์เบอรรี่เลยเข้าไปถามว่า “เจ้าสุนัขเจ้าเป็นอะไรหรอ” เจ้าสุนัขไม่ตอบได้แต่นั่งร้องไห้ น้ำตาไหล สตอร์เบอรรี่จึงตัดสินใจอุ้มสุนัขตัวนั้นกลับบ้านมาด้วย แต่เมื่อมาถึงบ้านเจ้าสุนัขก็มีสีหน้าโกรธแบบคิ้วขมวดและกระโดดลงจากอ้อมแขนของสตอร์เบอรรี่ พร้อมทั้งทำลายข้าวของภายในบ้านของสตอร์เบอรรี่ด้วยความโกรธและกระโดดวิ่งหนีออกไป ทันใดนั้นเองคุณแม่ก็เปิดประตูเข้ามาเห็นสภาพภายในบ้าน คุณแม่ตกใจจนร้องเสียงดัง แถมยังอ้าปากค้างและตาโตเกือบ ๆ จะเท่ากับขนาดของไซนักระจอกเทศเลยทีเดียว สตอร์เบอรรี่มองเห็นควันพวยพุ่งออกมาจากหูของคุณแม่ รวากับเป็นควันจากกาน้ำที่เดือด ปุด ๆ คุณแม่คงโกรธเธอมาก สตอร์เบอรรี่ทำหน้าเหยเก สตอร์เบอรรี่ตกใจจนเริ่มร้องไห้แฉะ ๆ ก่อนที่คุณแม่จะลงมือตีกันเธอเสียด้วยซ้ำ เมื่อพ่อของสตอร์เบอรรี่มาเห็นจึงค่อย ๆ ปลอบโยนสตอร์เบอรรี่ และสอนสตอร์เบอรรี่ว่าอย่าไวใจใครง่าย ๆ แม้กระทั่งสัตว์ สตอร์เบอรรี่เข้าใจในสิ่งที่คุณแม่สอน และไปขอโทษคุณแม่ทั้งสามเลยโอบกอดกัน เข้าใจกัน และยิ้มให้กันอย่างมีความสุข

5. กิจกรรม “สิงโตผู้กล้าหาญ”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถปรับสภาพอารมณ์และควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมตามวัย

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมเกมส์เปิดแผ่นป้าย
- แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน โดยไม่แยกเพศชาย/หญิง
- ผู้นำกิจกรรมอธิบายกติกาการเล่นเกมส์ในขั้นนำว่า “นักเรียนแต่ละกลุ่มจะมีแผ่นป้ายรูปภาพเป็นของตนเอง ซึ่งทั้งสองกลุ่มจะต้องส่งตัวแทนออกมาเปิดป้ายทีละคน คนละ 1 แผ่น เพื่อให้เห็นส่วนหนึ่งของภาพสัตว์ปริศนาที่อยู่หลังแผ่นป้ายทั้ง 15 แผ่นนี้ โดยมีกติกาสำคัญก็คือ เมื่อนักเรียนคนหนึ่งเปิดป้ายแล้ว จะต้องรอให้ครบเวลา 10 วินาที คนต่อไปจึงจะสามารถเดินมาเปิดป้ายต่อไปได้ และในขณะที่เล่นเกมส์เปิดแผ่นป้ายอยู่นั้น นักเรียนทุกคนจะต้องห้ามส่งเสียงใด ๆ ทั้งสิ้น แม้จะทราบคำตอบแล้วก็ตาม จนกว่าจะเปิดแผ่นป้ายครบทั้ง 15 แผ่น”
- เมื่อเปิดป้ายครบแล้ว ผู้นำกิจกรรมสรุปผลว่าทั้งสองกลุ่มสามารถรักษากติกาได้ดีหรือไม่อย่างไร ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญต่อการรักษากฎกติกา

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนแต่ละกลุ่มจับสลากรูปภาพสัตว์เพื่อกำหนดว่าตนเองจะแสดงเป็นสัตว์ชนิดใด โดยในโหลสลากจะมีสัตว์ทั้งหมด 5 ชนิด ได้แก่ สิงโต ช้าง ม้า ไก่และลิง จากนั้นให้นักเรียนแต่ละคนลองจินตนาการและออกแบบท่าทางของสัตว์ชนิดที่ตนเองจับสลากได้
- ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “สิงโตผู้กล้าหาญ” ให้นักเรียนฟัง 1 รอบ แล้วให้นักเรียนทั้งสองกลุ่มลองคิดว่าในช่วงที่เป็นบทบาทของตนเองนักเรียนจะแสดงออกอย่างไร
- ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานอีก 1 รอบ แล้วให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติได้อย่างอิสระทีละกลุ่ม โดยให้อีกกลุ่มนั่งสังเกตการณ์

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนอภิปรายร่วมกันว่าจากการทำกิจกรรมวันนี้ นักเรียนได้รับความรู้หรือข้อคิดอะไรบ้าง

- ก่อนเสร็จสิ้นกิจกรรม ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนตอบว่าในนิทานวันนี้มีสัตว์ชนิดใดบ้าง โดยให้กติกาว่าผู้ที่จะสามารถตอบได้จะต้องยกมือให้ไว และรอให้ผู้นำกิจกรรมอนุญาตก่อน

สื่อการสอน

เกมส์เปิดแผ่นป้าย

นิทานเรื่อง “สิงโตผู้กล้าหาญ”

สลากสัตว์ 5 ชนิด

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการปรับสภาพอารมณ์และการควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมของนักเรียนภายใต้สถานการณ์บังคับ

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การควบคุมอารมณ์ (ข้อ16-20) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่อง “สิงโตผู้กล้าหาญ”

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้วในป่าใหญ่แห่งหนึ่งมี สิงโต ช้าง ม้า ไก่ และลิง ตกลงกันว่าจะล่าเหยื่อร่วมกันและแบ่งปันของที่ล่ามาได้ให้แก่ตัวอื่น ๆ ไม่ว่าพวกมันจะพบอะไรก็ตาม

วันหนึ่งสิงโตผู้กล้าหาญล่าเหยื่อได้ มันจึงเรียกสหายของมันมาเพื่อแบ่งปันเหยื่อในทันที สิงโตผู้กล้าหาญคำรามร้องเรียกเพื่อน ๆ ให้มาแบ่งอาหาร เมื่อได้ยินเสียงสิงโตเรียก ช้างก็ค่อย ๆ เดินอย่างกราย ม้าที่วิ่งมาด้วยความรวดเร็ว ไก่ที่ค่อย ๆ ตีปีกวิ่งมาเรื่อย ๆ และลิงที่ห้อยโหนกิ่งไม้มาจากนั้นสิงโตก็ใช้กรงเล็บของตนเองฉีกเนื้อออกเป็นชิ้น ๆ และแบ่งให้กับเพื่อนสัตว์ทั้ง 5 ตัวได้กิน สัตว์ทั้ง 5 ตัวได้แบ่งกันกินเหยื่อเท่า ๆ กันด้วยความเอร็ดอร่อย สัตว์ทั้ง 5 ตัวจึงรักและสามัคคีกันมาก อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

แต่แล้ววันหนึ่งในป่าใหญ่แห่งนี้ก็ได้ยินเสียงร้องเรียกให้ช่วยจากไก่ “ช่วยด้วย ช่วยข้าด้วย” สิงโตที่กำลังล่าเหยื่ออยู่ได้ยินเสียงร้องเรียกให้ช่วยจากไก่อจึงรีบตามหาเสียงของไก่ ช้างที่กำลังใช้วงเตรียมหาอาหารอยู่ก็ต้องหยุดกะทันหัน ม้าเมื่อได้ยินเสียงจึงรีบกระโดดวิ่งด้วยความรวดเร็ว พร้อมเรียกลิงที่กำลังหลับอยู่บนต้นไม้ให้รีบตื่น เพื่อไปช่วยเจ้าไก่เพื่อนรัก ม้าที่มีความ

รวดเร็วไปเจอไก่ก่อนจึงเห็นว่าเจ้าไก่ถูกกับดักจากนายพรานจับตัวอยู่ในตาข่าย ห้อยอยู่กับต้นไม้
ม้าจึงรีบวิ่งไปตามสัตว์ทั้งหลายเพื่อมาช่วยเจ้าไก่ด้วยความรวดเร็ว เมื่อมาถึงสัตว์ทุกตัวก็ใช้
ความสามารถเฉพาะทางของตนเองในการช่วยเหลือไก่ ให้หลุดพ้นจากกับดักของนายพราน

สุดท้ายสัตว์ทั้งหลายก็สามารถช่วยเหลือเจ้าไก่ได้ด้วยความสามารถพิเศษของแต่ละคน
(นักเรียนสามารถสร้างสรรค์วิธีการจากความสามารถของสัตว์ต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง) และสัตว์ทั้ง 5
ก็ได้ให้คำมั่นสัญญากันว่าจะช่วยกันดูแลกันและกันตลอดไป



6. กิจกรรม “ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถปรับสภาพอารมณ์และควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมตามวัย

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมเปิดเพลง “โปเลโปลา” ให้นักเรียนฟัง 1 รอบ
- ในรอบที่ 2 ผู้นำกิจกรรมสาธิตท่าทางในช่วงเพลงที่ร้องว่า “โปเล โปเล โปลา โปเล โปเล โปลา” และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ในส่วนของเนื้อเพลงที่เหลือให้นักเรียนสร้างสรรค์ทำเองตามจินตนาการของตนเอง
- เมื่อนักเรียนปฏิบัติได้แล้ว ครูเปิดเพลงซ้ำ เพื่อให้นักเรียนได้แสดงจินตนาการของตนเองให้เต็มที่ ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนปฏิบัติร่วมกัน
- ผู้นำกิจกรรมกล่าวชื่นชมนักเรียนที่ร่วมกันสร้างสรรค์ท่าของตัวเอง และสอบถามนักเรียนว่า “จากเพลงดังกล่าว มีสัตว์อะไรบ้าง” (ฉลาม ปลาวาฬ, ปลาเล็กปลาน้อย)

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มเท่า ๆ กัน และให้แต่ละกลุ่มมีหีบสลากว่ากลุ่มของตนเองจะได้รับบทบาทเป็นอะไร ซึ่งประกอบไปด้วย ปลาวาฬ ปลาเล็กปลาน้อย และปลาหมึก
- หลังจากนั้นให้เวลานักเรียนปรึกษากันว่าบทบาทที่กลุ่มตนเองได้รับจะต้องทำอะไร และมีลักษณะอย่างไร โดยให้เวลา 3 นาที
- เมื่อครบเวลาที่กำหนดแล้ว ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง “ปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่” ให้นักเรียนฟัง เมื่อได้ยินชื่อสัตว์ที่เป็นบทบาทของตนเอง ให้กลุ่มนั้นลุกขึ้นแสดงตามการเล่าเรื่องของผู้นำกิจกรรม โดยต้องแสดงอารมณ์ตามบทบาทสมมติที่ได้รับ แต่ในระหว่างทำกิจกรรม ครูสร้างข้อตกลงคือต้องควบคุมตนเองในระหว่างที่ทำกิจกรรมไม่ให้พูดโพล่งระหว่างครูเล่านิทาน และควบคุมอารมณ์ของตนเองให้ได้

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมเปิดเพลง “โปเลโปลา” และนักเรียนร่วมกันเต้นเพลง “โปเลโปลา” อีกครั้งตามจินตนาการของตนเอง

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันอภิปรายกิจกรรมในวันนี้ เรื่องการควบคุมตนเองในการทำกิจกรรมให้สำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ

สื่อการสอน

เพลง “โปเลโปลา”

สลาปลาว่าฟ ปลาเล็กปลาน้อย และปลาหมึก

นิทานเรื่องปลาว่าฟผู้ยิ่งใหญ่

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการปรับสภาพอารมณ์และการควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมของนักเรียนภายใต้สถานการณ์บังคับ

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การควบคุมอารมณ์ (ข้อ16-20) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องปลาว่าฟผู้ยิ่งใหญ่

ในท้องทะเลอันสมบูรณ์กว้างใหญ่ มีสัตว์ทะเลอาศัยอยู่หลายชนิด พวกมันมีน้ำใจกันอย่างมาก รวมถึงเจ้าปลาว่าฟที่ชอบพ่นน้ำเป็นฝอย ๆ แล้วปลาเล็กปลาน้อยก็ว่ายน้ำเรียงรายกันเป็นแถว และเจ้าปลาหมึกที่ว่ายน้ำอยู่ใกล้ ๆ กับดอกไม้ทะเล

วันหนึ่งขณะที่เจ้าปลาเล็กปลาน้อย ว่ายน้ำออกไปหาของกิน ก็ได้เกิดเหตุที่คิดไม่ถึงขึ้น มันได้ไปติดตาข่ายหาปลาของชาวประมงเข้า!! เจ้าปลาเล็กปลาน้อย ตะโกนขอความช่วยเหลือพอดีมีเจ้าปลาหมึกผ่านมาพอดีมันได้ยินเสียงร้องขอความช่วยเหลือจากเจ้าปลาเล็กปลาน้อยที่ติดตาข่าย ร้องให้อย่างทุกข์ทรมาน จึงได้เข้าไปพยายามใช้หนวดของตนเองช่วยเหลือเจ้าปลาเล็กปลาน้อย แต่พยายามเท่าไรก็ไม่สามารถช่วยได้ ปลาหมึกจึงตัดสินใจว่ายน้ำไปขอความช่วยเหลือจากปลาว่าฟที่กำลังหลับใหลอยู่ท้องทะเล เมื่อเจ้าปลาว่าฟรู้จึงรีบว่ายน้ำตามปลาหมึกมาด้วยความรวดเร็ว เมื่อมาถึงก็เห็นปลาเล็กปลาน้อยร้องไห้ด้วยความเจ็บปวดทรมาน ตัวของเจ้าปลาเล็กปลาน้อยสิ้นสันทานด้วยความกลัว ปลาว่าฟเห็นเช่นนั้นก็สงสารจึงเข้าไปช่วย เจ้าปลาว่าฟใช้ฟันอันแหลมคมของมันกัดเข้าไปที่ตาข่ายของชาวประมงจนในที่สุดเจ้าปลาเล็กปลาน้อยก็หลุดออกมาได้ "ขอบคุณมากนะเจ้าว่าฟ ถ้าฉันไม่ได้เจ้า ฉันคงต้องโดนจับไปขายแน่" ปลาเล็กปลาน้อยกล่าว

ขอบคุณวาฬ หลังจากนั้นจึงทำให้ทั้งสามสนิทสนมกันมากขึ้น วาฬน้ำเล่นกันในห้องทะเลเป็นประจำ

หลายเดือนต่อมา มีนักท่องเที่ยวมาเที่ยวที่ทะเลลึกมากขึ้นทำให้มีขยะมากมาย ปลาเล็กปลาน้อยจึงเกิดความกลัวว่าตนจะติดกับดักได้รับอันตรายอีก จึงไปปรึกษาเจ้าปลาวาฬและปลาหมึกว่าจะทำอย่างไรดี ปลาวาฬจึงตัดสินใจบอกสัตว์ตัวอื่นได้ห้องทะเลให้ช่วยกัน และด้วยความมีน้ำใจและความสามัคคีของสัตว์ มันจึงช่วยกันรวบรวมกำลังพักผ่อนของตน มาช่วยกันว่ายน้ำไล่คลื่นที่เต็มไปด้วยขยะไปที่ฝั่ง ผ่านไปประมาณ สิบวัน ทะเลของพวกสัตว์ทั้งหลายก็กลับมาสดใสดังเดิม



7. กิจกรรม “มัลลายู้อีโหัง”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถปรับสภาพอารมณ์และควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมตามวัย

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมอารมณ์ของตนเองในวันนี้ โดยผู้นำสอบถามอารมณ์ของนักเรียนในวันนี้ว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง

- ผู้นำกิจกรรมเตรียมกระดานที่มีภาพหน้าอิโมจิแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ให้นักเรียนเลือก และให้นักเรียนเลือกภาพที่แสดงถึงอารมณ์ของตนเองในวันนี้คนละ 1 แผ่น และนำภาพนั้นมาระบายสีให้ให้เรียบร้อย ในระหว่างนั้นผู้นำกิจกรรมอธิบายลักษณะของอารมณ์ว่ามีอารมณ์อะไรบ้าง

- เมื่อนักเรียนระบายสีอารมณ์ของตนเองเสร็จแล้ว ผู้นำกิจกรรมสำรวจอารมณ์ของนักเรียนและให้ใช้คำถามกระตุ้นนักเรียนว่า เพราะเหตุใด ทำให้ถึงมีอารมณ์เช่นนี้ เพื่อให้ นักเรียนเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง และเชื่อมโยงอารมณ์ความรู้สึกในชีวิตประจำวัน

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง มัลลายู้อีโหัง ให้กับนักเรียนฟัง ซึ่งในนิทานนี้จะมีสัตว์ต่าง ๆ ที่แสดงอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ในตอนท้ายของนิทานเรื่อง มัลลายู้อีโหัง จะมีสถานการณ์ให้นักเรียนวิเคราะห์ว่า ถ้าหากในสถานการณ์เช่นนี้นักเรียนจะมีความรู้สึกอย่างไร (กลัว เศร้า โกรธ อาย มีความสุข) และถ้าหากเป็นนักเรียน นักเรียนจะแก้ไขสถานการณ์นี้เช่นไร โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนยกมือตอบ โดยมีข้อตกลงคือ ก่อนจะตอบนักเรียนต้องยกมือก่อน และรอให้ผู้นำกิจกรรมอนุญาตนักเรียนถึงจะตอบได้

- เมื่อนักเรียนตอบเสร็จแล้ว ผู้นำกิจกรรมจัดนักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนในชั้นเรียนร่วมกันแสดงบทบาทสมมติเรื่อง มัลลายู้อีโหัง ที่มีการแก้ไขสถานการณ์จากนักเรียนเมื่อสักครู่มาแสดง โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นคนพากย์และนักเรียนในชั้นเรียนเป็นตัวละครต่าง ๆ โดยให้นักเรียนช่วยกันเสนอและเลือกบทบาทต่าง ๆ ร่วมกัน ในระหว่างทำกิจกรรมนักเรียนทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการแสดง

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้รับจากนิทานเรื่อง ม้าลายผู้โหยง ว่ามีข้อคิดอย่างไร
- ผู้นำกิจกรรมเปรียบเทียบการจัดการกับอารมณ์และแสดงออกที่เหมาะสมกับการแสดงออกที่ใช้อารมณ์แก้ปัญหา ว่ามีข้อดีข้อเสียแตกต่างกันอย่างไร เพื่อชี้ให้นักเรียนเข้าใจวิธีการแก้ไขปัญหारेื่องอารมณ์ในชีวิตประจำวันได้

สื่อการสอน

กระดาษใบหน้าอิมจิอารมณ์ต่าง ๆ
ดินสอ, ยางลบ, สีไม้
นิทานเรื่องม้าลายผู้โหยง

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการปรับสภาพอารมณ์และการควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมของนักเรียนภายใต้สถานการณ์บังคับ
- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การควบคุมอารมณ์ (ข้อ16-20) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องม้าลายผู้โหยง

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว ม้าลายผู้โหยงมีกระดูกติดอยู่ในลำคอของมัน มันเจ็บปวดมากและกินหรือดื่มอะไรไม่ได้เลย หมาหวังที่จะขอความช่วยเหลือ มันร้องเรียกสัตว์ทุกตัวในป่า ขอให้ใครสักคนเอากระดูกออก และบรรเทาความทุกข์ของมัน ถึงผู้มีความรู้จึงพยายามช่วยเจ้าม้าลายแล้วแต่ก็ไม่สามารถช่วยได้ ไปร้องขอให้เจ้าช้างผู้ใจดี เจ้าช้างก็ไม่สามารถช่วยตนได้เพราะงวงมันใหญ่เกินไป เจ้าช้างผู้ใจดีก็ได้แต่ส่งสารเวทนาม้าลายและร้องไห้ที่ไม่สามารถช่วยได้จริง ๆ

นกกระเรียนได้ยินคำขอร้องของม้าลาย เลยเสนอความช่วยเหลือให้มัน มันมีจะงอยปากเรียวยาวที่สามารถล้วงลึกเข้าไปในคอของมันม้าลาย และเอากระดูกออกได้ ม้าลายเห็นด้วย และนกกระเรียนก็ดึงกระดูกออกมาอย่างระมัดระวัง ปลดปล่อยม้าลายจากอาการไม่สบายของมันได้

ขอบคุณสำหรับความช่วยเหลือของนกระเรียน ม้าลายขอบคุณเขา และพูดว่า “ข้าเป็นหนี้บุญคุณท่านที่ช่วยชีวิตข้าไว้ มีอะไรที่ข้าสามารถทำได้เพื่อตอบแทนคุณไหม” นกระเรียนตอบว่า “ข้าจะขอบคุณมากถ้าท่านสัญญาว่าจะปฏิบัติต่อข้าด้วยความเมตตา และไม่ทำร้ายข้าหรือนกกระเรียนตัวอื่น ๆ ในอนาคต”

เวลาผ่านไป วันหนึ่งม้าลายเจอนกกระเรียนกำลังหาอาหารใกล้บ่อน้ำตื้น ม้าลายเลยอยากแกล้งนกระเรียนด้วยความคึกคะนองของตน

แต่ทันใดนั้น ม้าลายกลับนึกขึ้นได้ว่านกระเรียนเคยช่วยเหลือตนเอง จนทำให้พ้นจากความทุกข์ ม้าลายจึงเลือกที่จะไม่ทำร้ายนกระเรียน และอยู่ร่วมกันกับนกระเรียนอย่างมีความสุข

คำถามชวนคิด : ถ้าหากนักเรียนเป็นนกระเรียนจะรู้สึกอย่างไร

คำถามชวนคิด : ถ้าหากนักเรียนเป็นม้าลายจะรู้สึกอย่างไร

คำถามชวนคิด : ถ้าหากนักเรียนเป็นม้าลายจะตอบแทนนกระเรียนแบบใด



8. กิจกรรม “เจ้ากวางผู้เกร”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถปรับสภาพอารมณ์และควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมตามวัย

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมสร้างข้อตกลงกับนักเรียน โดยมีข้อตกลงว่า ถ้าหากนักเรียนคนใดตั้งใจทำกิจกรรมจนเสร็จสมบูรณ์ ตั้งใจฟังครู และไม่รบกวนผู้อื่น จะได้รับสติ๊กเกอร์เป็นรางวัลจากคุณครู

- ผู้นำกิจกรรมเตรียมใบหน้าที่มีอิโมจิใบหน้ายิ้มดีใจ ใบหน้าเศร้า ใบหน้าร้องไห้ และใบหน้าโกรธติดไว้บนกระดาน

- หลังจากนั้นผู้นำกิจกรรมเล่าสถานการณ์สมมติที่เกิดขึ้นในโรงเรียนให้นักเรียนฟัง ทั้งหมด 5 สถานการณ์ และสอบถามความรู้สึกของนักเรียนไปที่ละสถานการณ์ว่ารู้สึกอย่างไร กับสถานการณ์นั้น ๆ และให้นักเรียนวิ่งไปแตะใบหน้าที่มีอิโมจิบนกระดานที่ละคนจนครบทุกคน โดยต้องไม่ฉวยแย่งใคร

- ครูอธิบายสถานการณ์แต่ละสถานการณ์ให้นักเรียนฟัง พร้อมทั้งสอบถามนักเรียนว่ารู้สึกอย่างไร และจะจัดการกับอารมณ์นั้นๆ ของตัวเองอย่างไร เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร ให้นักเรียนฟัง และให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ว่านิทานเรื่องนี้ใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ อย่างไรบ้าง

- ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม เท่า ๆ กัน และให้แต่ละกลุ่มตกลงกันว่าใครจะรับบทบาทใดในการแสดง จากนิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร หากนักเรียนไม่สามารถเลือกได้ ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนจับสลากเลือกบทบาทที่ได้รับแทน คัดเลือกนักแสดงตามบทบาทต่าง ๆ เพื่อแสดงบทบาทสมมติให้เพื่อน ๆ ร่วมชั้นเรียนชม โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นผู้ดำเนินเรื่อง และนักเรียนจะพูดต้นสทนาบทที่ตนเองได้รับเอง

- เมื่อนักเรียนวางแผนเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มออกมาแสดงบทบาทสมมตินิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกร โดยผู้นำกิจกรรมจะคอยช่วยหากนักเรียนติดขัด จนแสดงครบทุกกลุ่ม และใน

ระหว่างที่เพื่อน ๆ แสดง นักเรียนคนอื่นจะต้องตั้งใจฟังควบคุมตนเองเพื่อจะได้รับสติ๊กเกอร์เป็นรางวัลจากคุณครู

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้รับจากนิทานเรื่อง เจ้ากวางผู้เกเร ว่ามีข้อคิดอย่างไร และสอบถามความรู้สึกของนักเรียนเกี่ยวกับบทบาทที่ตนเองได้รับในแต่ละบทบาท

- ผู้นำกิจกรรมแจกสติ๊กเกอร์ให้กับนักเรียนที่ปฏิบัติตามข้อตกลงในชั้นเรียน ที่สามารถควบคุมตนเองได้ดี ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ไม่วุ่นวายรบกวนผู้อื่น

สื่อการสอน

สติ๊กเกอร์รางวัล

อิมจิใบหน้าเศร้า ใบหน้าร้องไห้ และใบหน้าโกรธ

สถานการณ์ในโรงเรียน 5 สถานการณ์

นิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกเร

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการปรับสภาพอารมณ์และการควบคุมการแสดงออกทั้งด้านอารมณ์และพฤติกรรมของนักเรียนภายใต้สถานการณ์บังคับ

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การควบคุมอารมณ์ (ข้อ 16-20) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องเจ้ากวางผู้เกเร

มีเจ้ากวางตัวหนึ่งเที่ยวเดินเอาขาบนหัวตึงกิ่งไม้ และใบไม้มาเหยียบย่ำ แล้วใช้แรงของตนเองโยกต้นไม้ไปมาจนกิ่งไม้ใหญ่หักโค่นลงตลอดสองข้างทางที่มันเดินผ่าน ลิงน้อยที่อาศัยอยู่บนต้นไม้ก็ตกใจ และต้องรีบหนีเพราะเจ้ากวางใช้เขาเหยียบไปมาจะโดนตน ครอบครัวยิ่งที่กำลังคู้ยเขี่ยอาหารอยู่นั้นก็ต้องรีบตีปีกวิ่งหนี เพราะตกใจกลัวเจ้ากวางตัวนี้เป็นอย่างมาก พอเจ้ากวางมันเดินมาถึงต้นไม้ต้นหนึ่ง ซึ่งพ่อนกและแม่นกกำลังช่วยกันเลี้ยงลูกในรัง ด้วยความเกรงของมัน มันจึงใช้เขาของมันที่แข็งแรง ไปพังทลายกิ่งไม้ต้นนั้นจนลูกนกตกลงมาตายทั้งรัง โดยไม่

ฟังเสียงอ่อนหวานของพ่อนกและแม่นกเลย สัตว์ทั้งหลายต่างพากันทุกขรื้อน ที่เจ้ากวางมีนิสัยเกเร ทำตัวสร้างความวุ่นวายไปทั้งป่า วันหนึ่ง เจ้ากวางผู้เกเรเดินผ่านไปที่ดินไม้ต้นหนึ่ง มันสังเกตเห็น ต้นไม้ที่มีฝูงผึ้ง ฝูงหนึ่งทำรังอยู่เต็มไปทั้งต้น...มันก็ใช้เขาของมันดึงรังผึ้งมาเพื่อจะเหยียบย่ำ แต่ ทันใดนั้นเองฝูงผึ้งจำนวนนับร้อยก็รุกรันเข้าต้อยที่ตาของกวางพร้อม ๆ กันจนตาบอด กวากร้องไห้ด้วยความเจ็บปวด กวางผู้เกเรเดินโซซัดโซเซไปมาอย่างน่าสงสาร แต่ฝูงเม่นซึ่งเห็นเหตุการณ์ ทั้งหมดก็ร่วมมือกันลงโทษเจ้ากวางผู้เกเร โดยพากันสลัดขนที่ม้วนหางกวางเข้าไปอีกจนกวางตาบอดได้รับความเจ็บปวดอย่างแสนสาหัส มันเดินสะเปะสะปะไปตลอดทางจนกระทั่งตกหน้าผา ตาย



9. กิจกรรม “แคร่รถผู้แสนดี”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมอาชีพต่าง ๆ ในสังคม
- ผู้นำกิจกรรมอธิบายวิธีการทำกิจกรรมอาชีพในฝันให้นักเรียนฟัง คือ ให้ครูสาธิตบทบาทสมมติอาชีพต่าง ๆ ในสังคม 10 อาชีพ (แม่ค้า ทหาร พยาบาล ตำรวจ คุณครู แพทย์ คนขับวินมอเตอร์ไซด์ เซฟ ชาวนา นักดนตรี) และให้นักเรียนตอบว่าครูแสดงบทบาทสมมติเป็นอาชีพอะไร

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรม เล่านิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดี ให้นักเรียนฟัง (เป็นนิทานที่แคร่รถเดินทางไปเจออาชีพต่าง ๆ) ให้นักเรียนฟัง และร่วมกันตอบว่าในนิทานเรื่องนี้มีอาชีพอะไรบ้าง
- ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนเลือกอาชีพที่ตนเองชอบที่สุด จากนิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดี หรืออาชีพที่ตนเองชอบนอกเหนือจากนิทานเรื่องแคร่รถผู้แสนดีก็ได้ มาคนละ 1 อาชีพ
- ผู้นำกิจกรรมแจกกระดาษให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น แล้วให้นักเรียนวาดอุปกรณ์สำหรับอาชีพของตนเองที่ตนเอง คนละ 1 ชิ้น พร้อมระบายสีให้สวยงาม
- เมื่อนักเรียนทุกคนเตรียมอุปกรณ์ของตนเองเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้นักเรียนออกมานำเสนออาชีพที่ตนเองเลือกโดยสวมบทบาทสมมติและถืออุปกรณ์ที่ตนเองประดิษฐ์ขึ้นมาให้เพื่อนร่วมชั้นเรียนคนอื่น ๆ ตอบให้ได้ว่าเป็นอาชีพอะไร จนครบทุกคน
- เมื่อนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมเสร็จ ครูแจกนักเรียนว่าของที่ใช้ทำกิจกรรมกระจายเกลื่อนกลาด ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ครูสังเกตพฤติกรรมนักเรียนว่านักเรียนจะมีพฤติกรรมอย่างไร

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปบทบาทอาชีพต่าง ๆ ของนักเรียนที่ได้รับว่ามีลักษณะอาชีพอย่างไร เราจะพบเจออาชีพนี้ได้ที่ไหนบ้าง โดยให้นักเรียนร่วมกันตอบและผู้นำกิจกรรมเป็นผู้สรุปกิจกรรม

- ผู้นำกิจกรรมอธิบายเรื่องการจัดการของใช้เมื่อใช้เสร็จแล้ว เพื่อให้นักเรียน
ตระหนักรู้ของการกระทำของตนเอง และนำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน

สื่อการสอน

กระดาษ 30 แผ่น

ดินสอ, ยางลบ, สีไม้

นิทานเรื่องเจ้าแครรอตผู้แสนดี

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำ
ของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน
(MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การ
ติดตามประเมินตนเอง (ข้อ 27-32) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องเจ้าแครรอตผู้แสนดี

เด็กน้อยคนหนึ่งชื่อแครรอต เช้าวันนี้คุณแม่ของแครรอตไปส่งแครรอตไปโรงเรียนตั้งแต่เช้า
ระหว่างทางไปโรงเรียนผ่านตลาด คุณแม่แวะซื้อของที่ตลาด ในระหว่างยืนรอแครรอตเห็นแม่ค้า
มากมายยืนขายของกันเต็มไปหมด มีคุณลุงสวมเสื้อสีส้มขับมอเตอร์ไซด์รับจ้างรับส่งผู้โดยสาร
ด้วยความขมักเขม่น ในตลาดมีคนสวมใส่ชุดลายทหารตัวสูงโปร่ง ตัดผมเรียบร้อย ยืนหล่อเท่กำลัง
ซื้อจิ๊กอยู่ แครรอตยืนมองผู้คนมากมายด้วยความเพลิดเพลินจนกระทั่งแม่ซื้อของเสร็จ จึงชวนกัน
เดินไปโรงเรียน เมื่อมาถึงโรงเรียนก่อนข้ามถนนทางม้าลาย มีคุณครูตำรวจคอยเป่านกหวีดและ
โบกรถให้แครรอตข้ามถนนมาถึงหน้าโรงเรียนอย่างปลอดภัย แครรอตเจอคุณครูยืนอยู่ที่หน้าประตู
โรงเรียนคอยดูแลนักเรียน แครรอตจึงมือขึ้นสวัสดี และเดินขึ้นห้องไปเรียนอย่างมีความสุข
จนกระทั่งตอนเย็นหลังเลิกเรียน คุณแม่มารับแครรอตไปเยี่ยมคุณพ่อที่ป่วยไม่สบายอยู่ที่
โรงพยาบาล เมื่อเจอคุณพ่อแครรอตพุ่งเข้ากอดคุณพ่อด้วยความคิดถึง มีพี่พยาบาลสวมชุดสีขาว
มีหมวกคอยดูแลคุณพ่ออยู่ข้าง ๆ แครรอตเลยยกมือขึ้นสวัสดีพี่พยาบาลที่หน้าตาใจดี แครรอตจึง
เล่าให้คุณพ่อฟังว่าวันนี้แครรอตเจอคนเยอะแยะเลย แต่ละคนทำอาชีพต่างกันไปหมด คุณพ่อเลย
เอ่ยถามแครรอตว่า “แล้วโตขึ้นหนูอยากเป็นอะไรลูก” แครรอตจึงตอบว่า “หนูอยากเป็นหมอค่ะ จะ

ได้มารักษาคุณพ่อนี้ไง” คุณพ่อลูบหัวแคร่รถด้วยความรัก ทั้งสามคน พ่อ แม่ และแคร่รถจึงโอบกอดกันอย่างมีความสุข



10. กิจกรรม “บล็อกโคลีผู้เฮฮา”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมไปสวกันเถอะ
- ผู้นำกิจกรรมวางเชือกไว้เป็นถนนที่มีความคดเคี้ยว เลี้ยวไปเลี้ยวมา และมีความยาวประมาณ 20 เมตร ข้าง ๆ ประกอบไปด้วยรูปภาพผักสวนครัว อุปกรณ์ในการทำสวน และสัตว์ต่าง ๆ
- ผู้นำกิจกรรมอธิบายกติกาในการทำกิจกรรม คือให้นักเรียนทั้งหมดต่อแถวเป็นแถวตอน 1 แถว จัดแถวโดยให้นักเรียนยกมือทั้งสองข้างจับป่าของเพื่อน และค่อย ๆ เดินक्रमเชือกที่เป็นทางเปรียบเสมือนถนนไปเรื่อย ๆ โดยห้ามให้เท้าเหยียบเชือก และห้ามให้มือหลุดจากป่าเพื่อน ในระหว่างนั้นจะต้องสังเกตว่าข้าง ๆ มีอะไรบ้าง
- ผู้นำกิจกรรมสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างการทำกิจกรรม และคอยชี้แนะกระตุ้นให้นักเรียนรู้จักหน้าที่ของตนเอง และพยายามทำกิจกรรมให้ได้ผลดี

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมสอบถามนักเรียนว่าพบอะไรบ้างระหว่างทางที่นักเรียนเดิน
- ผู้นำกิจกรรมชักชวนนักเรียนให้นักเรียนช่วยกันแต่งนิทานเรื่อง บล็อกโคลีผู้เฮฮา โดยครูเป็นผู้นำทางในการเล่านิทาน และให้นักเรียนช่วยกันต่อเติมนิทานเรื่องนี้ให้สมบูรณ์ จากสิ่งที่นักเรียนพบเจอจากกิจกรรมไปสวกันเถอะ
- เมื่อผู้นำกิจกรรมและนักเรียนช่วยกันแต่งนิทานเรื่อง บล็อกโคลีผู้เฮฮา เสร็จแล้วจึงร่วมกันแสดงบทบาทสมมติจากนิทานเรื่องนี้อีกครั้ง ในระหว่างที่แสดงบทบาทสมมติ ผู้นำกิจกรรมจะคอยกระตุ้นให้นักเรียนพยายามคิดแก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ อยู่เสมอ

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้รับจากนิทานเรื่องนี้ รวมถึงตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของนักเรียนในคาบนี้ว่าพึงพอใจในตนเองหรือไม่อย่างไร

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวชื่นชมนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรมในวันนี้

สื่อการสอน

เชือก หรือเทปที่มีความยาว 20 เมตร

รูปภาพผักสวนครัว อุปกรณ์ในการทำสวน และสัตว์ต่าง ๆ

นิทานเรื่องบลอกโคลีผู้เฮฮา

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึกรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การติดตามประเมินตนเอง (ข้อ 27-32) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องบลอกโคลีผู้เฮฮา

บลอกโคลีผู้มีอารมณ์ขัน เป็นคนอารมณ์ดีถูกปลูกไว้ในสวนหลังบ้าน ช่าง ๆ กันมีแคร่รอตมันฝรั่ง และกะหล่ำปลี(เปิดโอกาสให้นักเรียนช่วยแต่งเพิ่มเติมจากสิ่งที่นักเรียนพบในกิจกรรมไปสวนกันเถอะ)..... ทั้งหมดนอนอาบแดด แสงอาทิตย์รำไรอยู่ในสวนหลังบ้าน ในทุก ๆ เช้า จะมีคุณยายผู้ใจดีมารดน้ำให้กับพวกเรา พวกเราก็จะกระป๋องเป่ามีความสุข(เปิดโอกาสให้นักเรียนช่วยแต่งโดยมีผู้นำกิจกรรมคอยกระตุ้น และนำทางสิ่งที่นักเรียนแต่งไปให้ถึงผลสำเร็จ และให้ข้อคิดกับนักเรียน).....

11. กิจกรรม “คนน้ำผู้เยี่ยมโหด”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมกลืนอะไรนะ
- ผู้นำกิจกรรมเตรียมกล่องปริศนาที่มีสำลีสับกลืน 2 กลืน คือ กลืนวนิลา และ กลืนส้ม โดยกล่องดังกล่าวสามารถที่จะดมกลิ่นได้อย่างปลอดภัย
- ผู้นำกิจกรรมจัดนักเรียนเพื่อเข้าแถวทดลองดมกลิ่นจากกล่องปริศนาว่าในกล่องนั้นมีกลิ่นอะไร
- เมื่อนักเรียนได้ทดลองดมกลิ่นทั้ง 2 กลืนเรียบร้อยแล้วให้นั่งรอ ในระหว่างรอนักเรียนคิดว่ากลิ่นที่นักเรียนได้ดมนี้ เราจะสามารถเจอกลิ่นนี้ที่ไหนได้บ้าง
- ผู้นำกิจกรรมเตรียมกระดาษแผ่นใหญ่ที่มีรูปภาพต่าง ๆ ดังนี้ ร้านขนมเบเกอรี่ ร้านขายผลไม้ ทะเล วัด โรงพยาบาล และแจ็กสติกเกอร์ให้นักเรียนคนละ 2 ดวงที่มีสีต่างกัน โดยอธิบายให้นักเรียนเข้าใจดังนี้ ให้นักเรียนนำสติกเกอร์สีแรก (สีแดง) ไปติดในรูปสถานที่ที่นักเรียนคิดว่ากล่องปริศนาใบที่ 1 เราจะได้กลิ่นนี้จากสถานที่ใด และให้นำสติกเกอร์สีที่สอง (สีเขียว) ไปติดในรูปสถานที่ที่นักเรียนคิดว่ากล่องปริศนาใบที่ 2 เราจะได้กลิ่นนี้จากสถานที่ใด ในระหว่างนี้ครูสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนและกระตุ้นให้นักเรียนรู้จักแบ่งปันและระเบียบในการเข้าไปติดสติกเกอร์

- ผู้นำกิจกรรมเฉลยว่าคือกลิ่นอะไร และเราจะได้กลิ่นนี้จากที่ไหนได้บ้าง

ขั้นตอนกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่อง คนน้ำผู้เยี่ยมโหด ให้นักเรียนฟัง
- ผู้นำกิจกรรมสอบถามความรู้สึกของนักเรียนว่าคนน้ำทำตัวแบบนี้ดีหรือไม่ แล้วถ้านักเรียนเป็นคนน้ำนักเรียนจะทำอย่างไรต่อไป หลังจากที่เกาะของคนน้ำตายหมดแล้ว
- ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น โดยนักเรียนคนที่จะตอบจะต้องยกมือและให้ผู้นำกิจกรรมอนุญาตก่อนถึงจะตอบได้

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่นักเรียนแสดงความคิดเห็นอีกครั้ง หลังจากนั้นผู้นำกิจกรรมจึงใช้วงล้อส้มเขียวหวานออนไลน์ สุ่มชื่อนักเรียนออกมาเป็นตัวแทนเพื่อมารับบทบาทสมมติจากนิทานเรื่อง คำน้าผู้เหี้ยมโหด ในตอนใหม่ที่นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่าในตอนท้ายของเรื่อง

- นักเรียนและผู้นำกิจกรรมร่วมกันเล่านิทาน เรื่อง คำน้าผู้เหี้ยมโหด อีกครั้งพร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติไปด้วย

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้รับจากนิทานเรื่องนี้ รวมถึงตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของนักเรียนในคาบนี้ว่าพึงพอใจในตนเองหรือไม่อย่างไร

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวชื่นชมนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรมในวันนี้

สื่อการสอน

กล่องปริศนาที่มีสำลีชุบกลิ่น 2 กลิ่น คือ กลิ่นวนิลา และกลิ่นส้ม

กระดาษแผ่นใหญ่ที่มีรูปภาพต่าง ๆ ดังนี้ ร้านขนมเบเกอรี่ ร้านขายผลไม้ ทะเล วัด

โรงพยาบาล

สติ๊กเกอร์ให้นักเรียนคนละ 2 ดวงที่มีสีต่างกัน

นิทานเรื่องคำน้าผู้เหี้ยมโหด

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การติดตามประเมินตนเอง (ข้อ 27-32) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องคำน้าผู้เหี้ยมโหด

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว มีผู้ชายคนหนึ่งชื่อว่าคาน้ำ คาน้ำเป็นคนเลี้ยงแกะอยู่บนเนินเขาแห่งหนึ่งในทุก ๆ คาน้ำจะต้อนฝูงแกะออกไปกินหญ้าบริเวณเนินเขา ในระหว่างที่แกะกินหญ้า

คะน้ำก็มักจะหาอะไรทำสนุก ๆ ไปเรื่อย เช่น กลั่นแก้งข้าวบ้านโดยการเผาเศษหญ้าเพื่อให้มีควัน และกลิ่นเหม็นของควันลอยขึ้นมา ทำให้ชาวบ้านเหม็นและรำลึกควัน จนไม่ต้อนรับแขกของพวกเขา มากินหญ้าที่บริเวณเนินนี้ในทุก ๆ ครั้งที่มีชาวบ้านต้อนรับแขกของเขาที่บริเวณดังกล่าว คะน้ำก็จะ กลั่นแก้งข้าวบ้านแบบนี้ทุกครั้ง

อยู่มาวันหนึ่ง คะน้ำก็ต้อนรับแขกของตนเองออกมาที่เนินเขาที่เดิม แต่ในวันนี้อากาศช่าง น่าเย็นสบายมีลมพัดเบา ๆ ทำให้คะน้ำเกิดอาการง่วงนอน จึงเผลอหลับไปบริเวณใต้ต้นไม้ จนกระทั่งคะน้ำรู้สึกเหม็นกลิ่นควันและเริ่มหายใจไม่ออก จึงสะดุ้งตื่น ปรากฏว่าแขกของคะน้ำ รำลึกควันจนหายใจไม่ออกล้มตายไปหลายตัว คะน้ำพยายามร้องเรียกให้ชาวบ้านแถวนั้นมาช่วย ดับไฟ แต่ก็ไม่มีใครให้ความช่วยเหลือคะน้ำเลย จนกระทั่งแขกของคะน้ำล้มตายไปทั้งหมด



12. กิจกรรม “ข้าวโพดผู้ถ่อมตน”

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

ระยะเวลา 50 นาที

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวทักทาย พูดคุย และนำเข้าสู่กิจกรรมเคลื่อนไหวไปตามจินตนาการ

- ผู้นำกิจกรรมนำนักเรียนเข้าสู่กิจกรรมเคลื่อนไหวไปตามจินตนาการ โดยครูกำหนดคำคือ ท้องฟ้า ป่าไม้ ทะเล โดยมีเงื่อนไขว่า

- ถ้าครูพูดคำว่าท้องฟ้า ให้นักเรียนทำท่านก บินไปอยู่หน้าห้อง

- ถ้าครูพูดคำว่าป่าไม้ ให้นักเรียนทำท่ากระต่าย กระโดดไปอยู่มุมของห้อง

- ถ้าครูพูดคำว่าทะเล ให้นักเรียนทำท่าปลา ว่ายไปอยู่หลังห้อง

- เมื่ออธิบายเสร็จจึงเริ่มกิจกรรมได้ ผู้นำกิจกรรมพูดคำที่กำหนดสลับไปมา เพื่อให้นักเรียนตรวจสอบการกระทำของตนเองว่าถูกต้องหรือไม่ ในระหว่างทำกิจกรรมครูคอยดูแลและสังเกตพฤติกรรมอย่างใกล้ชิดเพื่อความปลอดภัย

- ผู้นำกิจกรรมเชื่อมโยงกิจกรรมเคลื่อนไหวไปตามจินตนาการ กับการตรวจสอบการกระทำของตนเองว่าถ้าเรารู้ว่าตัวเองทำผิดจะต้องแก้ไขและพัฒนาตนเองอย่างไร

ขั้นดำเนินกิจกรรมละคร

- ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง และให้นักเรียนนับ A สลับ B สลับกันไปเรื่อย ๆ จนครบวงกลม ใครนับ A จะได้รับบทบาทเป็นต้นโอ๊ก นักเรียนคนใดนับ B จะได้รับบทบาทเป็นต้นข้าวโพด

- เมื่อนักเรียนได้รับบทบาทของตนเองครบทุกคนแล้วนั่งเป็นวงกลมเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกิจกรรมจึงเล่านิทานเรื่อง ข้าวโพดผู้ถ่อมตน ให้นักเรียนฟัง ในระหว่างการเล่านิทานถ้าครูเอ่ยถึงตัวละครตัวใดที่ตรงกับบทบาทของนักเรียน นักเรียนจะต้องยืนขึ้นและแสดงท่าทางตามบทบาทในนิทานที่ผู้นำกิจกรรมเล่า

- เมื่อผู้นำกิจกรรมเล่านิทานเรื่องข้าวโพดผู้ถ่อมตนจบ ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นกับนิทานเรื่องนี้ โดยมีเงื่อนไขดังนี้

- ถ้านักเรียนคิดว่าต้นโถ่แสดงพฤติกรรมถูก ให้นักเรียนทำท่าที่แสดงถึงความรักความถูกต้องแล้วเดินไปซ้ายของห้อง (ทำตามจินตนาการของตนเอง)

- ถ้านักเรียนคิดว่าต้นโถ่แสดงพฤติกรรมผิด ให้นักเรียนทำท่าที่แสดงถึงความเศร้า ความผิด แล้วเดินไปขวาของห้อง (ทำตามจินตนาการของตนเอง)

ขั้นสรุป

- ผู้นำกิจกรรมสะท้อนการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน ว่าจะต้องทบทวนการกระทำของตัวเองให้ดีก่อนการตัดสินใจ

- ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้รับจากนิทานเรื่องนี้ รวมถึงตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของนักเรียนในคาบนี้ว่าพึงพอใจในตนเองหรือไม่อย่างไร

- ผู้นำกิจกรรมกล่าวชื่นชมนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรมในวันนี้

สื่อการสอน

นิทานเรื่องข้าวโพดผู้ถ่อมตน

การวัดประเมินผล

- สังเกตและบันทึกผลความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึก ความคิด และการกระทำของตนเอง ทบทวนสิ่งที่ทำไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้ดีขึ้น

- ใช้แบบประเมินประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน (MU.EF-101) ของศูนย์ประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล การติดตามประเมินตนเอง (ข้อ 27-32) หลังจัดกิจกรรมสร้างสรรค์

ภาคผนวก

นิทานเรื่องข้าวโพดผู้ถ่อมตน

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว กลางผืนป่าอันแสนร่มรื่นอุดมสมบูรณ์ มีต้นโถ่ใหญ่ยืนแผ่กิ่งใบอย่างสง่างาม จนสัตว์ป่าที่ผ่านไปมาได้อาศัยพักพิง อีกทั้งสัตว์เหล่านั้นก็ชื่นชมในความแข็งแรงของมัน ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ต้นโถ่รู้สึกภาคภูมิใจ นานวันเข้าจากการภูมิใจก็แปรเปลี่ยนเป็นความลำพองตน คิดว่าตัวเองมีอำนาจถึงขั้นเป็นที่พึ่งพาแก่คนอื่นได้

"เจ้าไอ้ก้นน้อยเอ๋ย ดูสิ ในป่าผืนนี้ไม่ว่าใครต่างก็ต้องพึ่งพาเราทั้งนั้น นกน้อยก็บินมาเกาะพัก สัตว์ป่าก็อาศัยหลบนอนที่โคนต้น ข้าภูมิใจเหลือเกิน" ต้นไผ่ใหญ่กล่าวกับต้นไผ่ก้นน้อยที่ขึ้นอยู่ใกล้ ๆ

"เพราะเราเกิดมาโชคดีกว่าใครเลยตัวใหญ่จนไม่มีผู้ใดมาทำอันตรายได้" ไอ้ก้นน้อยตอบกลับ
"ใช่แล้ว ในป่าแห่งนี้ ไม่มีอะไรมาทำลายเราได้แน่นอน ฮ่า ๆ" ต้นไผ่ใหญ่กล่าวพร้อมหัวเราะอย่างทะนงตน

ผ่านไปไม่กี่ปี พื้นที่ตรงนั้นเริ่มมีสายน้ำแผ่ขยายมา ทำให้ต้นข้าวโพดที่ชอบขึ้นบริเวณชุ่มชื้นได้เติบโตขึ้น ต้นไผ่ใหญ่ที่อยู่ไม่ไกลจึงกล่าวท้าทายด้วยน้ำเสียงโอ้อวด

"สวัสดิ์เจ้าข้าวโพดน้อย เจ้านี้ช่างตัวเล็กบอบบางเหลือเกินนะ สบายดีหรือไม่ล่ะ"

"สวัสดิ์คุณต้นไผ่สูงใหญ่ ฉันสบายดีและสุขใจมาก ถึงจะตัวเล็กบอบบางแต่ก็ไม่เป็นอะไร" ข้าวโพดกล่าวตอบต้นไผ่ด้วยน้ำเสียงสดใสและถ่อมตน

"ฮ่า ๆ ๆ อย่างนั้นหรือ ทั้งรากอันแสนสั้นกับลำต้นที่เปราะบางจนปลิวไป-มาแม้มลพัดเบาเจ้าจะมีความสุขได้อย่างไร" ต้นไผ่กล่าวด้วยความสงสัยพลาจซ้ำขึ้นไปด้วย พร้อมหันมาพูดต่อ

"ลองยึดรากลงดินแล้วยึดลำต้นให้สูงเท่าฟ้าแบบเราดูสิ ต่อให้มีอันตรายมาถึงตัวแค่ไหนก็ทำอะไรเราไม่ได้หรอก ฮ่า ๆ ๆ ๆ" ข้าวโพดได้แต่รับฟังเงียบ ๆ ไม่ได้ตอบอะไรสักนิด

อยู่มาวันหนึ่ง พายุลูกใหญ่ได้เคลื่อนผ่านป่าแห่งนี้ ทั้งลมและสายฝนพัดกระหน่ำอย่างรุนแรงแบบไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน ทำเอาสิ่งมีชีวิตในป่าต่างหนีหลบภัยด้วยความหวาดกลัว เหลือแค่ต้นไผ่ใหญ่ที่เชื่อมั่นว่าพายุจะทำอะไรตนไม่ได้ "ลมพัดแค่นี้ทำอะไรเราไม่ได้หรอก ต้นเราใหญ่โตแข็งแรงขนาดนี้ ไม่มีทางล้มลงแน่นอน"

ด้านข้าวโพดผู้บอบบางไม่นึกหวั่นอะไรมาก เพราะตัวมันเองก็ลู่ไปตามลมได้ตลอดเวลา ไม่คิดขัดขึ้นอะไร ลมแรงแค่ไหนก็ทำอันตรายข้าวโพดไม่ได้ ต้นไผ่ใหญ่เห็นข้าวโพดเอนไปเอนมาแบบนั้นเลยหัวเราะใส่พร้อมพูดถากถาง

"โอ้ เจ้าข้าวโพดกระจิริดเอ๋ย ยอมแพ้เสียเถิด ลมแรงขนาดนี้เจ้าคงไม่รอดหรอก มัวแต่เอนไปเอนมาเสียเวลาเปล่า" พูดไม่ทันขาดคำ ต้นไผ่ใหญ่ก็ล้มลง รากที่ฝังอยู่ใต้ดินลึกก็โผล่มาให้เห็นด้วย ส่วนข้าวโพดก็ยังปลิวไหวไปตามลมจนกระทั่งพายุพัดผ่านไป

อีก 2-3 วันต่อมา ชาวบ้านผ่านมาเห็นต้นไผ่ที่ล้มลงจึงเอะเลื่อยมาตัดไม้ออกมาเพื่อเอาไม้ใช้สอยและสร้างบ้านเรือน ทั้งไว้เพียงพื้นที่ว่างเปล่าอันเคยมีต้นไผ่ตั้งอยู่ ด้านข้าวโพดผู้อ่อนโยนและเอนอ่อนไปกับลมก็ยังคงยืนต้นอย่างสำคัญไปอีกนานแสนนาน

ภาคผนวก ง แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 2-6 ปี
(แบบ MU.EF-101) ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล



มหาวิทยาลัยมหิดล
มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิร

แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กวัยก่อนเรียน (แบบ MU.EF-101)

แบบประเมินนี้พัฒนาโดย

พัชรา โตรงการวิจัย

รองศาสตราจารย์ ดร. นวชนันท์ ชูพานิชกุล
ศูนย์วิจัยประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล
มหาวิทยาลัยมหิดล
nwanchan.chu@mahidol.edu

นักวิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ปณิตดา ชนเศรษฐกร
นาง อรพินท์ เมศสวัสดิ์ตระกูล
อาจารย์ ดร. นุชนาฏ รักษ์

ผู้ช่วยนักวิจัย

อาจารย์ สฤณีศรี จันทวิมล
นางสาวราชนุช สุขลักษณะบัณฑิต

สนับสนุนทุนวิจัยโดยสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส)

ปีงบประมาณ 2557-2559

สงวนลิขสิทธิ์ © 2557 สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล
อนุญาตให้ผ่านแบบประเมินนี้ไปใช้เพื่อประโยชน์ในการประเมินผลโครงการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กก่อนวัยเรียนเท่านั้น ไม่อนุญาตให้ใช้เพื่อวัตถุประสงค์อื่น
การคัดลอกแบบประเมินนี้โดยไม่ได้รับอนุญาตจากสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุขถือว่าผิดกฎหมายและจะดำเนินคดีตามกฎหมาย
โดยติดต่อได้ที่เบอร์โทร : "สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล"



มหาวิทยาลัยมหิดล
มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์

คำชี้แจงการใช้แบบ MU.EF-101

1. แบบประเมินนี้ใช้ประเมิน ทักษะการด้านการคิดเชิงวิพากษ์ในเด็กอายุ 2-6 ปี
2. แบบประเมินนี้สำหรับครูผู้ดูแลเด็กหรือบุคลากร ใช้ประเมินพฤติกรรมเด็กในชั้นเรียนที่ครูรู้จักคุ้นเคย พฤติกรรมเด็กเป็นอย่างไร ผู้ประเมินควรเป็นครูที่เคยสอนหรือดูแลเด็กที่ถูกประเมินมาแล้วอย่างน้อย ไม่น้อยกว่า 3 เดือน

แบบประเมินนี้ประกอบด้วย 4 ส่วนคือ

- ส่วนที่ ① ข้อมูลทั่วไปของครูและนักเรียน
- ส่วนที่ ② ข้อคำถามเกี่ยวกับพัฒนาการด้านการคิดเชิงวิพากษ์ของเด็กอายุ 2-6 ปี จำนวน 32 ข้อ
- ส่วนที่ ③ ตารางสรุปผลการประเมิน
- ส่วนที่ ④ กราฟเปรียบเทียบคะแนนดิบ-คะแนน T

ขั้นตอนการประเมิน

1. กรอกข้อมูลข้อมูลทั่วไปของครูและนักเรียนในส่วนที่ ① และ ③ ให้ครบทุกข้อก่อนเริ่มทำแบบประเมิน
2. ตอบคำถามในส่วนที่ ② ไม่ครบทุกข้อ ขณะที่อ่านคำถามให้ครูคิดถึงเด็กที่ครูกำลังประเมิน แล้วเลือกตอบ ให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด
3. แบบประเมินนี้ต้องการทราบว่า เด็กมีพฤติกรรมเหล่านี้บ่อยแค่ไหนในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา

ตัวอย่าง หากท่านคิดว่าเด็กมีพฤติกรรมนี้ 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ ผ่านการเลือกวงกลมถึงรอบของคะแนน 1

	สัปดาห์	ไม่เคย	1-2 ครั้ง/สัปดาห์	1-2 ครั้ง/สัปดาห์	3-4 ครั้ง/สัปดาห์	ทุกวัน
1.	เข้าคิวรอได้ จัดพบรถขยะได้	0	①	2	3	4

4. รวมคะแนนของแต่ละตัวบ่งชี้จาก (1) ถึง (5) และคะแนนรวมทุกตัวบ่งชี้ (6)
5. เมื่อกรอกตัวเลขคะแนนดิบเป็นคะแนน T ของแบบ MU.EF-101 ให้ตรงกับเลขของเด็ก
6. ป้ายคะแนนรวมของแต่ละตัวบ่งชี้ มากำหนดจุดบนกราฟในส่วนที่ ④ ให้ตรงกับช่วงอายุของเด็ก
7. ช่วงคะแนน T40-44 คือคะแนนที่ค่อนข้างต่ำ T40 และช่วงคะแนน T56-60 คือคะแนนที่ค่อนข้างสูง T60 หากคะแนนอยู่ข้างกับ T45 หรือ T55 ให้เลือกช่อง T45-55 (อยู่ในเกณฑ์เฉลี่ย)
8. ป้ายช่วงคะแนน T ที่ใกล้เคียงกับเกณฑ์ด้านข้างของกราฟ เพื่อแปลความหมายของคะแนน
9. บันทึกผลการประเมินในส่วนที่ ③ ตารางสรุปผลการประเมิน พร้อมลงลายมือชื่อและวันที่ประเมินเด็ก

สงวนลิขสิทธิ์ © 2557 สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล
อนุญาตให้ใช้แบบประเมินนี้เป็นวิธีที่ง่ายในการประเมินพัฒนาการเด็กและการคิดเชิงวิพากษ์ของเด็กที่มีอายุ 2-6 ปี ไม่อนุญาตให้ใช้เพื่อวัตถุประสงค์ทางการค้าและการโฆษณาโดยไม่ได้รับอนุญาตจาก สวรส และการอนุญาตให้ใช้โดยบุคคลอื่นโดยไม่ได้รับอนุญาตจาก สวรส ไม่สามารถเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาตจาก สวรส
ใบสมัครเข้าร่วมโครงการ : “สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล”

Code.....



แบบ MU.EF-101

แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารในเด็กวัยก่อนเรียน

① ชื่อ..... นามสกุล..... จีเอช..... เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
 วันเดือนปีเกิด..... อายุ..... เดือน..... วัน..... นกช..... ปี.....
 โรงเรียน/ศูนย์พัฒนาเด็ก..... ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด.....
 ครูผู้ประเมิน ชื่อ..... นามสกุล..... วันที่ประเมิน..... /..... /.....
 ทำแบบทดสอบนี้จนกว่าจะครบจำนวนข้อ 3 ข้อ ว่างหรือไม่ ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่
 ทำแบบทดสอบนี้จนกว่าจะครบจำนวนข้อ 3 ข้อ ว่างหรือไม่ ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

② ในระยะ 3 เดือนที่ผ่านมาเด็กมีพฤติกรรมต่อไปนี้บ่อยครั้งหรือไม่ ให้เลือกตอบข้อที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

ข้อ	พฤติกรรม	ไม่เลย	1-2 ครั้ง/สัปดาห์	3-4 ครั้ง/สัปดาห์	ทุกวัน	
1.	ตั้งใจทำกิจกรรมของตนเอง ไม่ชอบการผู้อื่น	0	1	2	3	4
2.	เมื่อคิดอะไรก็เขียน ไม่ใช้คำอธิบายปัญหา	0	1	2	3	4
3.	จดจำกิจกรรมที่เล่นในวันก่อนเรียน	0	1	2	3	4
4.	ทำกิจกรรมที่ครูกำหนดตามใจในเวลาพักกลางวัน	0	1	2	3	4
5.	เล่าได้ว่าได้ อะไรมาทำอะไร	0	1	2	3	4
6.	รู้จักอะไรที่ครูสอน ไม่ชอบการในขณะที่ใช้ในทำกิจกรรม	0	1	2	3	4
7.	เมื่อต้องการของใช้ที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่ รู้จักขออย่างสุภาพหรือรอให้เพื่อนเล่นเสร็จก่อน	0	1	2	3	4
8.	ชอบเล่นกับเด็กคนอื่นที่ครูสอน	0	1	2	3	4
9.	จดจำเกมที่ได้ เล่นอะไรมาบ้าง	0	1	2	3	4
10.	เล่นอย่างจริงจัง รู้จักเล่นเมื่อมีเวลาการเล่นจนสนุกจนลืมการเล่นกับเด็กคนอื่น	0	1	2	3	4
ข้อ 1-10 สรุปผลพัฒนาการด้านพฤติกรรมตามข้อ 1-10		รวม.....		คะแนน (1)		
11.	เมื่อมีการเล่นตามการเล่นที่ครูสอนไม่ได้เล่นหรือไม่สนใจ	0	1	2	3	4
12.	ปรับตัวเข้ากับเพื่อนที่ไม่ได้เล่นกับเพื่อนคนอื่น	0	1	2	3	4
13.	ปรับตัวเข้ากับเพื่อนที่ไม่ได้เล่นกับเพื่อนคนอื่น	0	1	2	3	4
14.	เมื่อถูกเพื่อนเล่นหรือเล่นกับเพื่อนที่ไม่ได้เล่นกับเพื่อนคนอื่น	0	1	2	3	4
15.	ทำกิจกรรมที่ได้ ไม่มีความสนใจในการเล่นที่ครูสอน	0	1	2	3	4
ข้อ 11-15 สรุปผลพัฒนาการด้านพฤติกรรมตามข้อ 11-15		รวม.....		คะแนน (2)		
16.	เมื่อเล่นปัญหา สนทนาปัญหาตามปัญหา	0	1	2	3	4
17.	เมื่อมีการรู้ถึงปัญหาตามปัญหาตามปัญหาตามปัญหา	0	1	2	3	4
18.	การเล่นตามปัญหา ไม่เล่นตามปัญหา	0	1	2	3	4
19.	การเล่นตามปัญหา เล่นตามปัญหาตามปัญหาตามปัญหา	0	1	2	3	4
20.	เมื่อเล่นตามปัญหา ครูสอนตามปัญหาตามปัญหาตามปัญหา	0	1	2	3	4
ข้อ 16-20 สรุปผลพัฒนาการด้านพฤติกรรมตามข้อ 16-20		รวม.....		คะแนน (3)		

กรมการศึกษา 2557 สถาบันวิจัยและพัฒนาคุณภาพ (สวท) และ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี

ครูผู้สอนและผู้ประเมินเป็นผู้รับผิดชอบในการประเมินพัฒนาการเด็กและครูผู้สอนเป็นผู้รับผิดชอบในการประเมิน

และครูผู้สอนเป็นผู้รับผิดชอบในการประเมินพัฒนาการเด็กและครูผู้สอนเป็นผู้รับผิดชอบในการประเมิน

โดยมีชื่อผู้รับผิดชอบคือ : "สถาบันวิจัยและพัฒนาคุณภาพ (สวท) และ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี"



๒๕๖๖

Code.....

www.MU.EF-101

[illegible]

③ สรุปผลการประเมินเพื่อประกอบการพิจารณาขอรับบริการ เลข/วง บนถนน ตำบล อำเภอ จังหวัด

[illegible]

เลขที่..... หมู่บ้าน..... วันที่...../...../.....

កាលបរិច្ឆេទទី ២៥៥៧ គណប័ណ្ឌវិទ្យាសាស្ត្រសាងសង់ (វិទ្យាស) យោង ឧទាហរណ៍នៃសិទ្ធិ

๑) ประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา มาตรา ๒๖๓ กำหนดไว้ว่า การสืบพยานโจทก์และการสืบพยานจำเลย จะต้องกระทำโดยลับและปิดวาจา เว้นแต่การไต่สวนคดีอาญาที่ศาลเห็นสมควรให้เปิดเผยได้

សេចក្តីសន្និដ្ឋានរបស់អង្គការសហប្រជាជាតិ ក្នុងការស្រាវជ្រាវអំពីការប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងធនធានទឹក

ໂອກາດນີ້ເພື່ອນໄກເພື່ອນໃກ້ ຫລື ຜູ້ທີ່ມີສຳພັນກັບພວກເຮົາ ຈຶ່ງມາເຊີນກັນ ເຊິ່ງເຮົາຈະມີຄວາມສຸກ ແລະ ຄວາມສຸກນີ້ເຮົາຈະມີໄປສູ່ຕະຫລອດຊີວິດ.

Code.....

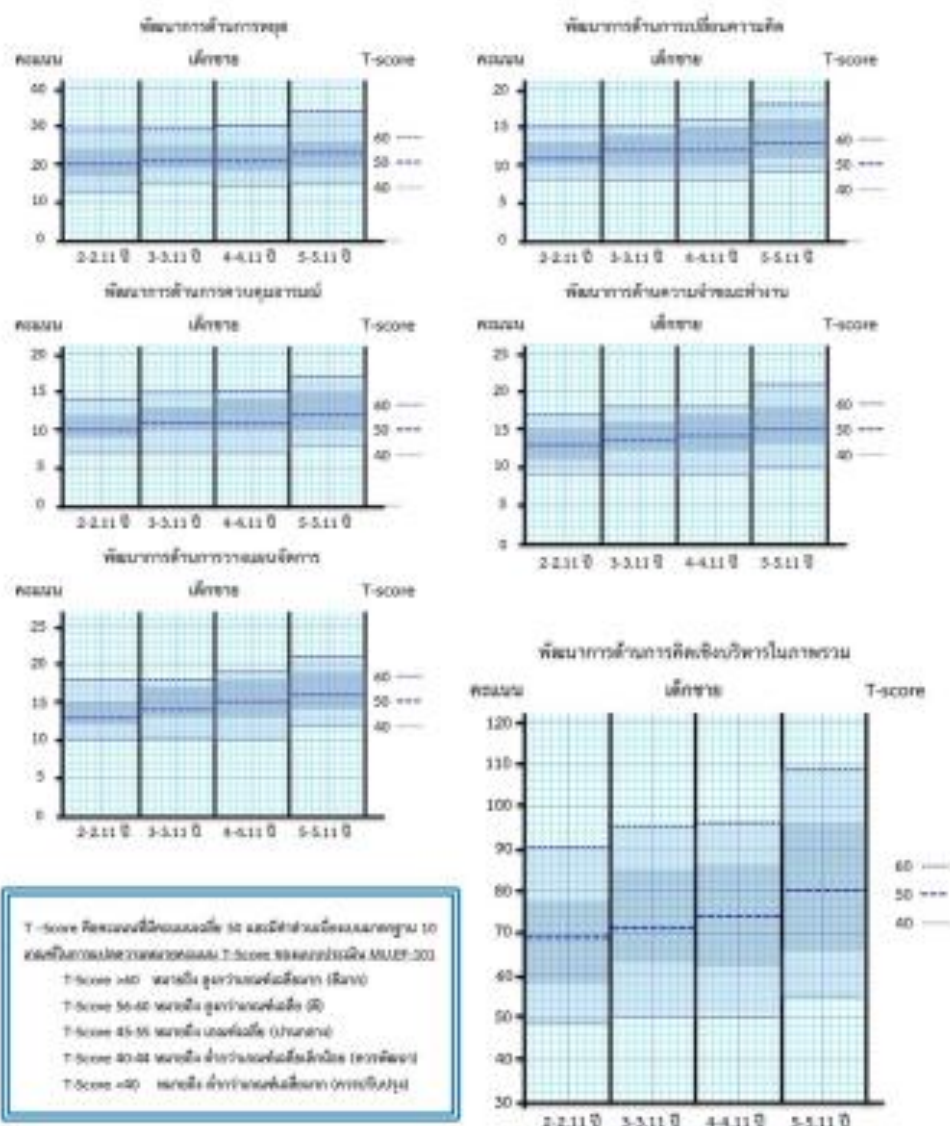


แบบ MU.EF-101

4

กราฟเทียบคะแนนดิบ-คะแนน T แบบ MU.EF-101 (เด็กชาย)

เด็กชาย.....นามสกุล.....ชื่อเล่น.....อายุ.....ปี.....เดือน.....



สงวนลิขสิทธิ์ © 2563 สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล

อนุญาตให้หน่วยงานปกครองส่วนท้องถิ่นใช้เพื่อประโยชน์ในการประเมินผลหรือใช้ในการพัฒนาเด็กในพื้นที่ของตนเองได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ไม่อนุญาตให้ใช้เพื่อวัตถุประสงค์ทางการค้า

การนำผลไปใช้โดยไม่ขออนุญาตจากหน่วยงานต้นสังกัด อาจก่อให้เกิดข้อพิพาทขึ้นได้ โปรดใช้ความระมัดระวังในการนำผลไปใช้

โปรดส่งสำเนาผลประเมิน : “สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล”

Code.....

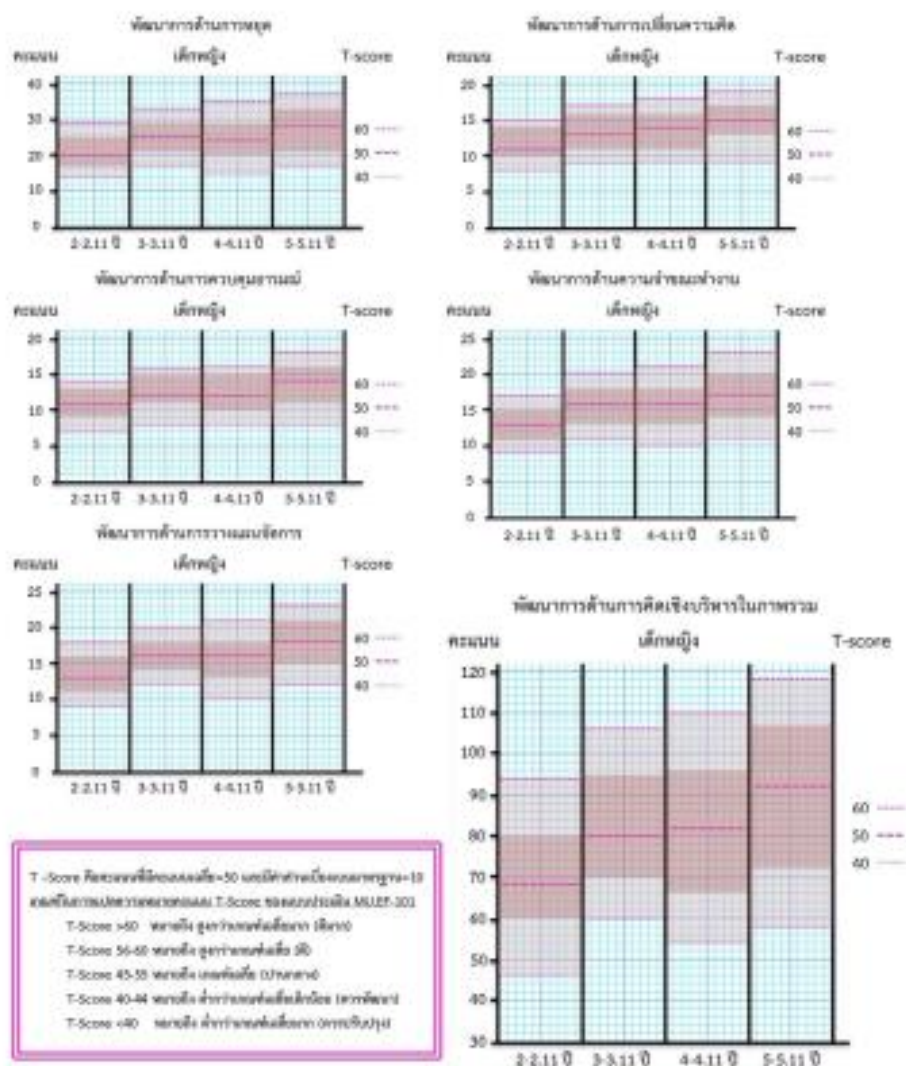
มหาวิทยาลัยราชภัฏ
นครราชสีมา

แบบ MU.EF-101

④

กราฟเพื่อคะแนนดิบ-คะแนนT แบบ MU.EF-101 (เด็กหญิง)

เด็กหญิง.....นามสกุล.....ชื่อเล่น.....อายุ.....ปี.....เดือน



สงวนลิขสิทธิ์ © 2557 สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยราชภัฏ
 นครราชสีมา
 ข้อมูลที่ได้จากแบบประเมินนี้ไม่ได้มีวัตถุประสงค์เพื่อการประเมินหรือตัดสินความสามารถของเด็กหรือวัยรุ่นแต่อย่างใด ไม่ควรนำไปใช้เพื่อประเมินหรือตัดสิน
 การทำงานหรือพฤติกรรมของเด็กหรือวัยรุ่นแต่อย่างใด สามารถดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข
 โทรศัพท์ 043-8508000 โทรสาร 043-8508001 * สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา



ภาพประกอบกิจกรรมชมผู้ผูกเพียร



ภาพประกอบกิจกรรมทุเรียนผู้แถมคม



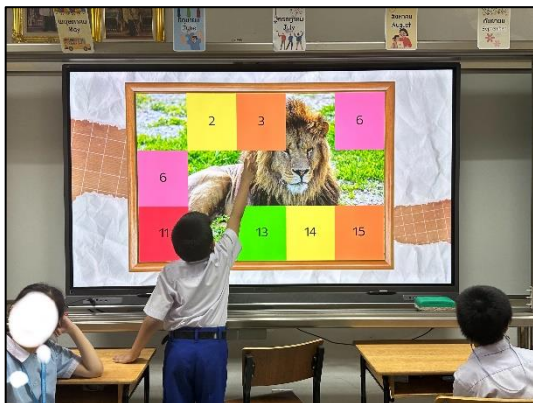
ภาพประกอบกิจกรรมต้นส้มผู้แสนดี



ภาพประกอบกิจกรรมสตรอว์เบอร์รี่ผู้อ่อนโยน



ภาพประกอบกิจกรรมสิ่งใดผู้กล้าหาญ



ภาพประกอบกิจกรรมปลาวาฬผู้ยิ่งใหญ่



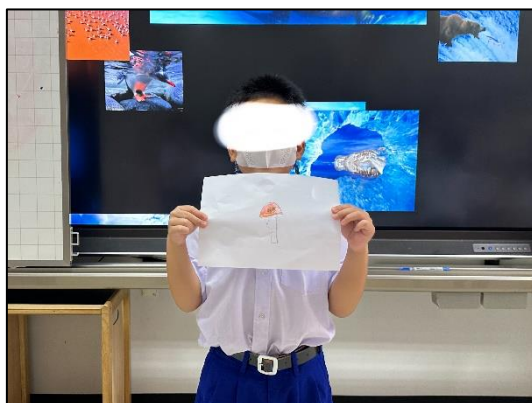
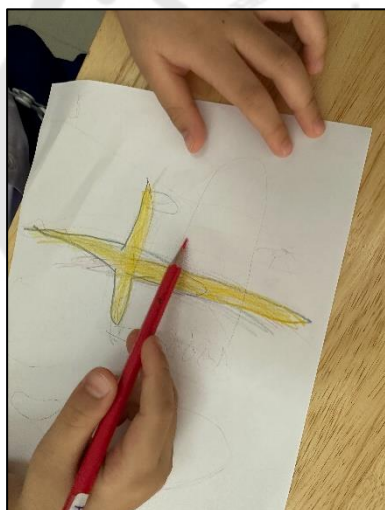
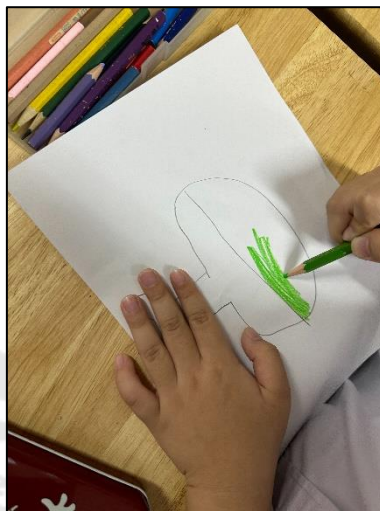
ภาพประกอบกิจกรรมผ้าลายผู้โห้ง



ภาพประกอบกิจกรรมเจ้ากวางผู้เกร



ภาพประกอบกิจกรรมแครอทผู้แสนดี



ภาพประกอบกิจกรรมคะน้ำผู้ให้ยมโหด



ภาพประกอบกิจกรรมข่าวโพตผู้ถ่อมตน





ภาคผนวก ง
หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัย



AF19-03-03.1
August, 2023

หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

ชื่อโครงการวิจัย : การพัฒนาชุดกิจกรรมและสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดที่มีผลต่อการควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัย

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นายชานนท์ บุตรพุ่ม

หน่วยงานต้นสังกัด : คณะศิลปกรรมศาสตร์

หมายเลขรับรองโครงการวิจัย : SWUEC-662128

รายการเอกสารที่รับรอง :

- | | |
|---|------------------------------------|
| 1. แบบเสนอเพื่อขอรับการพิจารณา | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 11 ธันวาคม 2566 |
| 2. โครงการวิจัยฉบับสมบูรณ์ | ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 4 ตุลาคม 2566 |
| 3. เอกสารข้อมูลและขอความยินยอมสำหรับอาสาสมัคร | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 11 ธันวาคม 2566 |
| 4. แบบบันทึกข้อมูล | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 1 ธันวาคม 2566 |
| 5. ประวัติผู้วิจัย | |

ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยยึดหลักเกณฑ์ตาม Declaration of Helsinki, Belmont Report, International Conference on Harmonization in Good Clinical Practice (ICH-GCP), International Guidelines for Human Research ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิจัยนี้ได้

วันที่รับรอง : 16 ธันวาคม 2566

วันที่หมดอายุ : 15 ธันวาคม 2567

(ลงชื่อ).....

(รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

ชุดสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์ (ชุดที่ 2)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

หน่วยจริยธรรมและมาตรฐานการวิจัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาคารนวัตกรรม ศ.ดร.สาโรช บัวศรี ชั้น 17

โทร. (02) 6495000 ต่อ 17503, 17506 โทรสาร (02) 2042590



AF20-03-03.0
May, 2023

Certificate of Ethical Committee Approval

This is to certify that:

Protocol Title: The Development Of Creative Drama Learning Activities For Stimulating Executive Function Skill In Self Control Behavior Of Kindergarten Students.

Principal investigator: Mr.Chanon Butpum

Institution: Faculty of Fine Arts, Srinakharinwirot University

Protocol code: SWUEC-662128

Documents approved:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 1. Submission form | version no. 2 date 11 December 2023 |
| 2. Full research proposal | version no. 1 date 4 October 2023 |
| 3. Participant information sheet and consent form | version no. 2 date 11 December 2023 |
| 4. Questionnaire/data collection form | version no. 2 date 1 December 2023 |
| 5. Investigator's biography | |

have been reviewed and approved by the Human Research Ethics Committee of Srinakharinwirot University based on Declaration of Helsinki, Belmont Report, International Conference on Harmonization in Good Clinical Practice (ICH-GCP), International Guidelines for Human Research, along with laws and regulations of Thailand. Thus, the approval for conducting the study is granted.

Date of approval: 16/12/2023

Date of expiration: 15/12/2024

(Associate Professor Sittipong Wattananonsakul, Ph.D.)

Chairman, Social Science and Behavioral Science Research Sub-Committee
of Srinakharinwirot University (Panel 2)

Ethics and Research Standards Division
Innovation Building Prof. Dr. Saroch Buasri, Floor 17
Srinakharinwirot University, 10110 Thailand
Tel.: +66-26-495000, 17503 Fax: (02) 2042590

ประวัติผู้เขียน

