

ผลการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง ของเด็กปฐมวัย

The Effects of Cooking Activity Provision on Self-Confidence Behavior of Young Children

อมลวรรณ เดชสุภา¹ ปัทมาวดี เล่ห์มงคล² และอรพรรณ บุตรกัตัญญู³

Amolwan Dechasupa, Pattamavadi Lehmongkol and Oraphan Butkatunyoo

Received: July 20, 2021

Revised: September 11, 2021

Accepted: September 12, 2021

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้านี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร กลุ่มเป้าหมายในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ เด็กปฐมวัยชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 4 - 5 ปี จำนวน 10 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาล 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนวัดราชาธิวาส กรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ แผนการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร แบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย และแบบบันทึกพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า

1. เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเท่ากับ 16.8 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 1.54

2. เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองโดยแยกเป็นรายด้าน คือ ทักษะด้านการกล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็นมีค่าเฉลี่ย 5.8 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.63 ด้านความภาคภูมิใจในตนเองมีค่าเฉลี่ย 5.5 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.71 และด้านการตัดสินใจมีค่าเฉลี่ย 5.5 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.97 ตามลำดับ

คำสำคัญ: กิจกรรมประกอบอาหาร ความเชื่อมั่นในตนเอง เด็กปฐมวัย

¹ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาปฐมวัยศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน e-mail: amolwan.d@ku.th

² รองศาสตราจารย์ ดอกเตอร์ อาจารย์ประจำ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน e-mail: fedupdl@ku.ac.th

³ รองศาสตราจารย์ ดอกเตอร์ อาจารย์ประจำ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน e-mail: feduopb@ku.ac.th

Abstract

The research aims to study the self-confident behavior among preschool children before and after participating in the cooking activities. The target group was 10 preschool boys and girls between the ages of 4-5 years studying in Kindergarten 1, Semester 2, Academic Year 2020, Wat Ratchaphatikaram School School, Dusit District Office, Bangkok. The research tools were the cooking activity plan, the Assessment Form of self-confidence among preschool children, and the record of self-confident behavior of preschool children. Data analysis was conducted by mean, standard deviation (SD), and content analysis.

The results revealed:

1. The preschool children who participated in the cooking activity had higher self-confident behaviors after the experiment than before the experiment. The mean of self-confidence preschool children was 16.8 and SD was 1.54.
2. The preschool children who participated in the cooking activity had higher self-confident behavior after the experiment than before on each dimension: self-expression and self-assertion skills with mean of 5.8, and SD of 0.63, self-esteem with mean of 5.5, SD of 0.71, and decision making with mean of 5.5, SD of 0.97 respectively.

Keywords: Cooking Activities, Self-Confidence, Preschool Children

บทนำ

เด็กปฐมวัยเป็นวัยแรกเริ่มของชีวิต ถือเป็นวัยเริ่มต้นของการเรียนรู้และเปิดรับประสบการณ์ การส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว และพัฒนาทักษะ ความสามารถต่าง ๆ เพื่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่นและสังคม บุคคลที่อยู่รอดและดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขต้องสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสังคมได้ โดยบุคคลนั้นต้องมีความสามารถที่จะกล้าพูด กล้าคิด กล้าทำ และกล้าเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม มีคุณลักษณะและมีทักษะต่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 ซึ่งการจัดการศึกษาที่มีคุณภาพเริ่มตั้งแต่การจัดการศึกษาระดับปฐมวัย ดังที่แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 – 2579 ระบุถึงปัญหาและความท้าทายที่เกิดจากระบบการศึกษากลุ่มเด็กปฐมวัย ช่วงอายุ 3 – 5 ปี ที่ต้องเริ่มพัฒนาทักษะการอยู่ในสังคม พบว่า เด็กส่วนใหญ่จะอยู่ในสถานศึกษา เด็กปฐมวัยที่ยังมีปัญหาด้านคุณภาพและมาตรฐาน โดยปัจจุบันมีมาตรฐานที่หลากหลาย ส่งผลต่อรูปแบบการจัดการเรียน การสอน และครูที่มีความแตกต่างด้านมาตรฐาน และส่งผลต่อพัฒนาการที่เหมาะสมกับแต่ละช่วงของเด็กปฐมวัย (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560, น. 68) ทั้งนี้ ประเทศจะก้าวหน้าได้มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับการวางรากฐานให้แก่บุคลากรในประเทศตั้งแต่ปฐมวัย (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2551) ซึ่งครูเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการเลือกการจัดประสบการณ์มาใช้

เสริมสร้างทักษะทางสังคมของเด็กปฐมวัย โดยจัดกิจกรรมให้เด็กปฐมวัยเกิดการเรียนรู้ และเกิดพฤติกรรมที่ดีในการเข้าสังคม สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 กำหนดสาระการเรียนรู้ที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านสังคม เป็นการเปิดโอกาสให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัว จากการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การเล่นและทำงานร่วมกับผู้อื่น การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง การประกอบอาหารไทย การให้ความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เป็นต้น (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560, น. 36)

ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นการแสดงออกถึงพฤติกรรมตามความรู้สึกนึกคิด ความคิด ความเชื่อ ความสนใจ และอารมณ์ของตนเองได้อย่างเปิดเผย โดยไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่น ทำให้ประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่าง ๆ (จิตราภรณ์ ชีรนรวิชย์, 2556, น. 10) เพราะความเชื่อมั่นในตนเองเป็นคุณลักษณะพื้นฐานสำคัญที่จะส่งผลให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง กล้าคิดกล้าแสดงออก สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม มีความภาคภูมิใจ และแก้ปัญหาคด้วยความรู้สึกที่มั่นคง สุขภาพจิตดี มีความสุขในการดำรงชีวิต

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการจัดกิจกรรมประกอบอาหารทำให้เด็กปฐมวัยเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรม ช่วยสร้างความสนใจในการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เพราะการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยต้องอาศัยประสบการณ์ตรงหรือเรียนรู้จากสิ่งที่เป็นรูปธรรม จอห์น ดิวอี้ (John Dewey) เน้นว่า ผู้เรียนควรมีความเข้าใจและตระหนักในตนเอง นั่นคือ การสอนแบบเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Child-centered teaching) การเรียนรู้แบบแก้ปัญหา (Problem solving) หรือเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ (Learning by doing) ดิวอี้ (1963, pp. 25-50 อ้างถึงใน ทิศนา แคมมณี, 2556, น. 26-27) นำไปสู่การเรียนรู้ที่เด็กได้ลงมือปฏิบัติ กิจกรรมประกอบอาหารเป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง ผู้เรียนได้มีโอกาสเลือก ตัดสินใจ แสดงความคิดเห็นในการทำกิจกรรมว่าควรใช้อุปกรณ์และส่วนผสมนั้นๆ อย่างไรในการทำอาหาร ฝึกการกล้าตัดสินใจ การแก้ปัญหากับเหตุการณ์เฉพาะหน้า ซึ่งกิจกรรมประกอบอาหารนี้ไม่เพียงฝึกให้เด็กได้มีความเชื่อมั่นในตนเองแต่ยังสร้างความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับผู้อื่น

จากเหตุผลที่ได้กล่าวมา ผู้ศึกษาจึงสนใจนำกิจกรรมการประกอบอาหารมาใช้กับเด็กอนุบาลปีที่ 1 เพราะการประกอบอาหารเป็นเรื่องที่น่าสนใจ และได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ส่งเสริมการลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ให้เด็กได้เลือกตัดสินใจ กล้าแสดงความคิดเห็น และกล้าที่จะปฏิบัติด้วยตนเอง เพราะเด็กปฐมวัยเป็นวัยที่มีการเรียนรู้ได้ดีผ่านการลงมือปฏิบัติและลงมือทำกิจกรรมด้วยตนเอง เมื่อเกิดปัญหาเด็กจะได้ฝึกการแก้ไขตัดสินใจด้วยตนเองในขณะที่ทำอาหารก็สามารถสร้างความมั่นใจให้ตนเองได้ มีความมั่นใจในการเลือกวิธีการนำไปสู่พฤติกรรมที่สามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร

ขอบเขตการวิจัย

ผู้ศึกษาได้ดำเนินการกำหนดขอบเขตการศึกษา 3 ด้าน ได้แก่ ด้านกลุ่มเป้าหมาย ด้านเนื้อหา และด้านระยะเวลา ดังนี้

ขอบเขตด้านกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นเด็กปฐมวัยชายและหญิง มีอายุระหว่าง 4 - 5 ปี จำนวน 10 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาล 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนวัดราชาธิการาม สำนักงานเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร จำนวน 1 ห้องเรียน โดยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย เป็นการดำเนินกิจกรรมประกอบอาหารตามแผนการจัดประสบการณ์ในหน่วยการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย ที่เปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยแสดงออกถึงพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งประกอบด้วย พฤติกรรม ความภาคภูมิใจในตนเอง การกล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น และการตัดสินใจของเด็กปฐมวัย

ขอบเขตด้านระยะเวลา

การศึกษาในครั้งนี้ผู้ศึกษาดำเนินการศึกษาทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โดยใช้เวลา 8 สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564 ถึงวันที่ 26 มีนาคม 2564 สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 60 นาที ทุกวันพุธและวันศุกร์ ช่วงเวลา 09.00 - 10.00 น.

นิยามศัพท์เฉพาะ

เด็กปฐมวัย หมายถึง เด็กชายและหญิง จำนวน 10 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 4 - 5 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาล 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนวัดราชาธิการาม สำนักงานเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง พฤติกรรมของเด็กที่แสดงออกถึงความภาคภูมิใจในตนเอง การกล้าแสดงออก กล้าแสดงความคิดเห็น และการตัดสินใจในการทำงาน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมได้สำเร็จด้วยตนเองอย่างมั่นใจ การแสดงออกถึงความสนุกสนาน ดีใจ มีความสุขเมื่อทำกิจกรรม และการแสดงออกถึงความชื่นชมผลงานของตนเอง

ด้านกรกล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น หมายถึง การสบตาเมื่อสนทนา และบอกความต้องการของตนเองหรือตอบคำถามให้ผู้อื่นทราบด้วยความมั่นใจ สามารถให้คำแนะนำและช่วยเหลือเพื่อนด้วยถ้อยคำที่ชัดเจน แสดงความกระตือรือร้น เข้าร่วมกิจกรรมด้วยความมั่นใจ ไม่อายหรือไม่เคอะเขิน

ด้านการตัดสินใจ หมายถึง การทำในสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง กล้าเผชิญหน้ากับปัญหาที่ตนเองไม่คุ้นเคย รู้จักวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับสถานการณ์

กิจกรรมประกอบอาหาร หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ประกอบอาหารประเภทอาหารคาวและอาหารหวาน ที่ใช้กระบวนการทำอาหารอย่างเป็นขั้นตอนเพื่อให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นของตนเองร่วมกับผู้อื่น และเปิดโอกาสให้เด็กเลือกใช้อุปกรณ์ วัสดุดิบ ในการประกอบอาหาร เสนอในขั้นตอนการทำ และนำเสนอผลงานเมนูอาหารของตนเอง ดังนี้

ขั้นนำ นำเข้าสู่กิจกรรมด้วยการสนทนา เล่าประสบการณ์ของตนเอง การท่องคำคล้องจอง ภาพปริศนาคำทาย หรือการใช้สื่ออย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อกระตุ้นให้เด็กเกิดความสนใจและสร้างความพร้อมก่อนเริ่มกิจกรรม

ขั้นดำเนินกิจกรรม เด็กทำกิจกรรมเดี่ยว คู่ หรือกิจกรรมเป็นกลุ่ม ในการปฏิบัติกิจกรรม โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ครูแนะนำเมนูอาหาร เครื่องปรุง วัสดุอุปกรณ์ที่จะใช้ในการประกอบอาหารโดยเน้นให้เด็กได้สังเกตและบอกชื่อวัสดุอุปกรณ์และส่วนผสมที่ตนเองรู้จัก พร้อมร่วมแสดงความคิดเห็น ประสบการณ์ของตนเอง
2. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับขั้นตอนการทำกิจกรรมประกอบอาหาร และสาธิตถึงวิธีการทำอาหาร
3. เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับข้อปฏิบัติ และข้อควรระวัง ในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมประกอบอาหาร
4. เด็กแต่ละกลุ่มวางแผนแบ่งหน้าที่ในการทำกิจกรรมประกอบอาหารร่วมกัน
5. ตัวแทนเด็กแต่ละกลุ่มออกมารับวัสดุอุปกรณ์แล้วลงมือทำกิจกรรมตามที่ได้วางแผนไว้โดยครูมีบทบาทในการให้คำแนะนำและกระตุ้นให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติ
6. เมื่อทำกิจกรรมเสร็จแล้วให้เด็กทุกคนแต่ละกลุ่มร่วมกันเก็บอุปกรณ์และทำความสะอาดสถานที่ให้เรียบร้อย

ขั้นสรุป เด็กและครูร่วมกันสรุปขั้นตอนในการประกอบอาหารโดยให้เด็กนำเสนอผลงาน บอกเล่าปัญหาและแลกเปลี่ยนวิธีการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมและทบทวนกระบวนการทำงาน

การทบทวนวรรณกรรม

ทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง

จากการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง มีนักการศึกษาได้กล่าวถึงทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเองไว้ดังนี้

ทฤษฎีของมาสโลว์ในส่วนของความต้องการด้านความภาคภูมิใจเชื่อว่า คนทุกคนในสังคมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จและประเมินค่าความสำเร็จของตนไว้สูง ทั้งยังมีความภูมิใจในตนเองและต้องการให้คนอื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนเองด้วย ถ้าความต้องการนี้ได้รับการตอบสนองจนพอใจจะทำให้คนนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความสามารถและมี

ประโยชน์ต่อสังคม แต่ถ้าความต้องการนี้ถูกขัดขวางจะทำให้เกิดความรู้สึกมีปมด้อยหรือเสียความภูมิใจในตนเอง (Maslow, 1954, pp. 90-91)

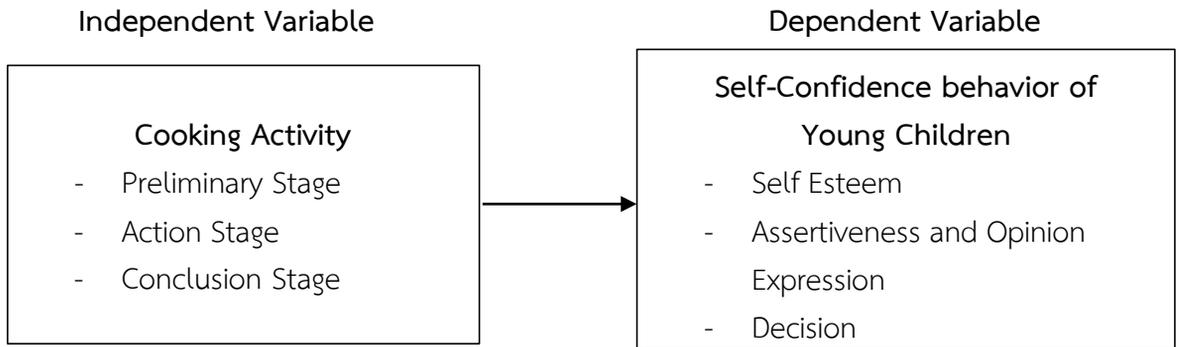
การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ได้แก่ กิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือกระทำ มีโอกาสแสดงความคิดเห็น เช่น กิจกรรมประกอบอาหาร (Cooking experience) เด็กได้รับประสบการณ์ตรงที่เป็นรูปธรรมผ่านขั้นตอนและกระบวนการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับพัฒนาการเด็ก การจัดประสบการณ์การประกอบอาหารเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนที่เน้นเด็กเป็นสำคัญ (Child centered) อีกทั้งยังปลูกฝังเด็กให้มีพฤติกรรมทางด้านสุขภาพ สุขอนามัย และโภชนาการที่ดี กิจกรรมที่จัดให้กับเด็กปฐมวัย จุดประสงค์สำคัญไม่ได้มีขึ้นเพื่อผลของงาน คือ อาหารที่ทำเสร็จ แต่จัดขึ้นเพื่อให้เด็กได้เกิดความสุขสนุกสนาน ได้รับความสนใจในการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เน้นกระบวนการระหว่างการทำกิจกรรมเป็นสำคัญ เน้นให้เด็กเกิดประสบการณ์การเรียนรู้จากประสาทสัมผัส ทั้ง 5 ไม่ว่าจะเป็น หู จมูก ลิ้น และกายสัมผัส ให้เด็กได้สังเกตเห็นความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ นอกจากนั้นยังปลูกฝังให้เด็กมีสุขนิสัยที่ดี มีมารยาทที่ดีในการรับประทานอาหาร การประหยัด ความสะอาด รวมถึงการสร้างนิสัยรักการทำงาน ส่งเสริมพัฒนาการทางภาษา ฝึกการสังเกตความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น และที่สำคัญฝึกการติดตามขั้นตอนต่าง ๆ และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้นจนเกิดเป็นผลงาน เด็กได้เรียนรู้ว่าสิ่งที่ทำได้มาจากไหน หรือได้มาอย่างไร (ดรรชนี อุทัยพยัคฆ์, 2555)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุภา บุญพิง (2553) ได้ศึกษาและเปรียบเทียบความสามารถทางภาษาและความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์การสอนภาษาแบบธรรมชาติกับแบบฮาร์ทส ผลการวิจัยพบว่าที่ระดับความมีนัยสำคัญ .01 นั้น เป็นไปไม่ได้ที่คะแนนความสามารถทางภาษาและความเชื่อมั่นในตนเอง โดยเฉลี่ยของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์การสอนภาษาแบบธรรมชาติ การจัดประสบการณ์การสอนภาษาแบบธรรมชาติมีค่าเฉลี่ยก่อนทดลอง เท่ากับ 19.85 หลังทดลอง เท่ากับ 32.70 และค่าเฉลี่ยของความเชื่อมั่นในตนเองก่อนทดลองเท่ากับ 16.60 หลังทดลอง เท่ากับ 23.90 ส่วนแบบฮาร์ทส มีค่าเฉลี่ยของความสามารถทางภาษา ก่อนทดลอง เท่ากับ 20.20 หลังทดลอง เท่ากับ 32.40 และ ค่าเฉลี่ยของความเชื่อมั่นในตนเอง ก่อนทดลอง เท่ากับ 16.30 หลังทดลอง เท่ากับ 23.70 ตามลำดับกับแบบฮาร์ทสจะแตกต่างกัน

สุภาวดี โสภาวัจน์ (2561) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมประกอบอาหารโดยใช้กระบวนการสืบเสาะหาความรู้เพื่อส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัย ผลการศึกษาพบว่า หลังได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร เด็กปฐมวัยมีความสามารถในการแก้ปัญหาสูงกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมโดยแยกเป็นรายด้าน ดังนี้ ด้านการเลือกใช้อุปกรณ์ สูงกว่า 1.9 ด้านการเลือกใช้วัตถุดิบที่หลากหลาย สูงกว่า 1.85 ด้านการแยกแยะรสชาติ สูงกว่า 2.25 ด้านวิธีการหรือขั้นตอนในการประกอบอาหาร สูงกว่า 2.1

กรอบแนวคิดของการวิจัย



วิธีดำเนินการศึกษา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ เป็นเด็กปฐมวัยชายและหญิง มีอายุระหว่าง 4 - 5 ปี จำนวน 10 คนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาล 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนวัดราชผาติการาม สำนักงานเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แผนการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร จำนวน 16 แผน
2. แบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย จำนวน 9 ข้อ
3. แบบบันทึกพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาคั้งนี้ ดำเนินการในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน ครั้งละ 60 นาที ทำการทดลองในช่วงเวลา 09.00 – 10.00 น. ผู้ศึกษาดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. นำหนังสือจากโครงการภาคพิเศษ สาขาปฐมวัยศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ติดต่อขออนุญาตจากผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราชผาติการาม เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ระยะเวลาการทดลอง ผู้ศึกษาเก็บข้อมูลของเด็กกลุ่มเป้าหมายเกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย โดยการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยใช้แบบบันทึกความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่าหรือเท่ากับ 0.67 กับกลุ่มเป้าหมายก่อนการทดลอง (Pre-test) และทำการประเมินความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยใช้แบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้น

3. นำคะแนนที่ได้จากการประเมินก่อนการทดลองไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลและบันทึกผลก่อนการทดลอง

4. ระยะทำการทดลอง ผู้ศึกษาได้ทำการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 ตั้งแต่วันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2564 ถึงวันที่ 26 มีนาคม 2564 เป็นระยะ 8 สัปดาห์ ซึ่งจะดำเนินการจัดกิจกรรม ในทุกวันพุธ และศุกร์ รวมทั้งสิ้น 16 แผน ในช่วงกิจกรรมเสริมประสบการณ์ ตั้งแต่ 09.00 – 10.00 น. รวมวันละ 60 นาที ดัง Table 1

Table 1 The cooking activities that affect the Self-confidence behavior of Young Children

Week	Day	Time	Activity	Self-confidence behavior of Young Children
1	Wednesday	08.30 – 09.00 a.m.	Pre-test	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
1	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Sushi-Roll	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
1	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Thai Style	- Self Esteem
			Vegetable	- Assertiveness and Opinion Expression
			Fried Rice	- Decision
2	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Crispy Fried Seafood Bites	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
2	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Papaya Salad	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
				- Decision
3	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Wonton Soup with Chicken	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
3	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Steamed Eggs	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
				- Decision
4	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Stuffed Omelette	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
4	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Deep Fried	- Self Esteem
			Minced Pork	- Assertiveness and Opinion Expression
			Toast	- Decision
5	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Pizza Bread	- Self Esteem
				- Assertiveness and Opinion Expression
				- Decision

Week	Day	Time	Activity	Self-confidence behavior of Young Children
6	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Banana Pancakes	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision
	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Fancy Ball	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision
	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Rice Balls in Sweet Coconut milk	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision
7	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Banana Wrapped Dumplings	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision
	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Sago in Coconut Milk with Corn	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision
8	Wednesday	09.00 – 10.00 a.m.	Oreo Cheese Pie	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision
	Friday	09.00 – 10.00 a.m.	Pancake Rolls Custard	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision
8	Friday	10.00 – 10.45 a.m.	Post-Test	- Self Esteem - Assertiveness and Opinion Expression - Decision

5. ระยะเวลาหลังการทดลอง (Post-test) หลังจากได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหารครบกำหนดแล้ว ผู้ศึกษาได้ทำการประเมินหลังการทดลอง (Post-test) โดยผู้ศึกษาให้เด็กมาทำการประเมินโดยใช้แบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นรายบุคคล

6. หลังจากนั้นนำแบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้ไปตรวจให้คะแนนแล้วนำคะแนนมาวิเคราะห์ค่าทางสถิติ

7. นำคะแนนแบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยทั้งหมดก่อนการทดลอง (Post-test) ไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์และประมวลผลข้อมูล

1. การวิเคราะห์เชิงปริมาณ

ผู้ศึกษานำคะแนนที่ได้จากการประเมินครั้งแรกและครั้งหลังของเด็กกลุ่มเป้าหมายมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. การวิเคราะห์เชิงคุณภาพ

ผู้ศึกษาได้บันทึกความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยจัดกิจกรรมประกอบอาหาร ด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Content analysis)

ผลการวิจัย

ผู้ศึกษาได้จัดเก็บและรวบรวมข้อมูลเพื่อนำมาวิเคราะห์และนำมาเสนอผลการศึกษา โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลของการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร ก่อนและหลังการทดลองโดยรวม

Table 2 The effect of comparing mean scores of Self-Confidence scores of Young Children who participated in cooking activities before and after the overall experiment (N : 10)

Target group	Total	μ	σ
Pre-test	18	11.6	1.90
Post-test	18	16.8	1.54

จาก Table 2 พบว่า คะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเท่ากับ 11.6 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 1.90 และหลังการได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเท่ากับ 16.8 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 1.54

Table 3 The comparison of self-confidence scores of Young Children who participated in cooking activities before and after the experiment.

(N = 10)

Self-Confident Behavior of Young Children	Total	Pre-test		Post-test	
		μ	σ	μ	σ
1. Self Esteem	6	3.4	1.07	5.5	0.71
2. Assertiveness and Opinion Expression	6	4.3	0.67	5.8	0.63
3. Decision	6	3.9	0.99	5.5	0.97

จาก Table 3 พบว่า ค่าเฉลี่ยของความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย โดยแยกเป็นรายด้านได้ดังนี้

ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 3.4 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 1.07 และหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 5.5 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.71

ด้านการกล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 4.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.67 และหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 5.8 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.63

ด้านการตัดสินใจ ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 3.9 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.99 และหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 5.5 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.97

เมื่อพิจารณาพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเป็นรายด้าน ได้แก่ ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านการกล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็น และด้านการตัดสินใจ พบว่า เด็กปฐมวัยมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยทั้ง 3 ด้าน หลังการทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตอนที่ 2 ผลการบันทึกการสังเกตพฤติกรรมในขณะจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยแยกเป็นรายด้าน

ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ในช่วงสัปดาห์แรกเด็กมีพฤติกรรมค่อนข้างเคอะเขินในการนำเสนอและร่วมกิจกรรม มีน้ำเสียงในการพูดเบา และพูดด้วยท่าทางที่ไม่มั่นใจในผลงานตนเอง เมื่อได้ทำกิจกรรมผ่านไปช่วงสัปดาห์ที่ 5-6 เด็ก ๆ มีพฤติกรรมในการนำเสนอผลงาน และการปฏิบัติกิจกรรมอาหารที่เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น สามารถพูดแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นร่วมกัน รวมไปถึงในระหว่างที่ปฏิบัติกิจกรรมประกอบอาหาร เด็ก ๆ จะแสดงออกถึงการมีความสุขในการทำกิจกรรม ด้วยการเ้าให้ครูเริ่มกิจกรรม แสดงให้เห็นถึงความสนใจ และอยากร่วมกิจกรรม ไปจนถึงพฤติกรรมที่เห็นได้ชัดในขั้นสรุปช่วงการนำเสนอผลงานของตนเอง การเล่าให้เพื่อนฟัง การนำเสนอผลงานเป็นกลุ่ม เมื่อผลงานเป็นไปตามที่วางแผนไว้

ด้านการกล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น ช่วงสัปดาห์ที่ 1-2 เด็กยังมีพฤติกรรมในการแสดงออกไม่ชัดเจน บางคนอยากช่วยเพื่อนในการเลือกอุปกรณ์ แต่ไม่เลือกโดยไม่มีการพูดคุยกันในกลุ่ม อีกทั้งด้วยประสบการณ์ในการทำอาหารยังไม่มากนักเด็กจึงไม่กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นร่วมกัน และเมื่อทำกิจกรรมประกอบอาหารผ่านไปช่วงสัปดาห์ที่ 5-6 ในระหว่างการสาธิตก่อนเริ่มลงมือปฏิบัติพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความกล้าแสดงออกที่เห็นได้อย่างชัดเจน คือ ความสนใจและอยากร่วมในการถาม-ตอบ การขอยกมือเพื่อร่วมสนทนา การตั้งคำถามจากข้อสงสัยในการประกอบอาหาร และในระหว่างการประกอบอาหารเด็กมีความตั้งใจในการทำ เมื่อปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มเด็กมีความพร้อมที่จะช่วยเหลือเพื่อน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกันในสิ่งที่ตนเองต้องการให้ผลงานสำเร็จ ไปจนถึงขั้นสรุปเด็กออกมาแนะนำผลงานของตนเองและของกลุ่มได้ดีขึ้น ด้วยความมั่นใจในผลงานของตนเอง พูดจาด้วยน้ำเสียงที่ชัดเจน สบตากับเพื่อน พฤติกรรมสำหรับเด็กบางคนมีการผายมือหรือชี้ตามพร้อมกับสิ่งที่ตนเองเล่า

ด้านการตัดสินใจ พฤติกรรมในการตัดสินใจในช่วงสัปดาห์แรกยังไม่ชัดเจน เด็ก ๆ ยังไม่สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในการทำอาหารได้ บางคนสามารถแก้ปัญหาง่าย ๆ ได้ ซึ่งในการทำอาหารช่วงแรกครูมีบทบาทให้คำแนะนำและช่วยเหลืออยู่บ้าง เด็ก ๆ เรียนรู้การเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย ซึ่งเมื่อผ่านการทำกิจกรรมประกอบอาหารบ่อยครั้งในช่วงสัปดาห์ที่ 3-4 เด็ก ๆ เริ่มเรียนรู้การตัดสินใจและเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้นด้วยความมั่นใจ ไม่ว่าจะในการปฏิบัติเดี่ยวหรือการแก้ปัญหาพร้อมกันในกลุ่ม เด็กมีการใช้ประสบการณ์เดิมเชื่อมโยงกับความรู้ใหม่ในการแก้ปัญหา ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างมั่นใจ สอดคล้องกับ ดิวอี้ (1963, pp. 25-50 อ้างถึงใน ทิศนา แคมมณี, 2556, น. 26-27) ที่กล่าวถึงผู้เรียนว่าควรมีความเข้าใจและตระหนักในตนเองจากความสนใจปัญหาของตนเอง นั่นคือ เป็นการเรียนรู้แบบที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง หรือเรียนด้วยการปฏิบัติ บางคนสามารถอาสาเข้ามาช่วยเพื่อนในการตัดสินใจแก้ปัญหาได้ เรียนรู้วิธีการคิดยืดหยุ่น และการใช้สิ่งของทดแทน มีการปรับเปลี่ยนวิธีการทำที่แตกต่างแต่ได้ผลลัพธ์ที่คล้ายกัน เช่น การทำไข่ยัดไส้ เด็กบอกวิธีการห่อได้หลากหลายเพื่อแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น จึงทำให้ได้เห็นผลงานที่หลากหลายแตกต่างกัน แต่โดยรวมเป็นการทำไข่ยัดไส้ตามวัตถุประสงค์

ผลการศึกษาในครั้งนี้เห็นได้ว่า การจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย สามารถเป็นแนวทางสำหรับครู ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัย หรือผู้ที่สนใจในการพัฒนาพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย โดยการเปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้ประสบการณ์ของตัวเองได้และถ่ายทอดความคิดของตนเอง ผ่านสื่อ วัสดุอุปกรณ์ และเป็นการเปิดโอกาสในการให้เด็กตั้งคำถามในสิ่งที่ตนเองสงสัย สอดคล้องกับ วิจารย์ พานิช (2556, น. 51-52) ที่กล่าวถึงการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ว่าผู้สอนทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวก และมีการสร้างความรู้ขึ้นใช้เอง เพื่อการทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกของผู้เรียน การกระตุ้นให้เด็กได้ฝึกพูด กล่าวพูด และแสดงความคิดของตนเอง ทั้งจากการยกมือเพื่อทำตามข้อตกลง จัดว่าเป็นเรียนรู้พื้นฐานในการอยู่ร่วมกันของสังคม และการพูดแลกเปลี่ยนร่วมกัน เป็นการส่งเสริมให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเอง และที่สำคัญพฤติกรรมการแสดงออกต่าง ๆ นี้ควรส่งเสริมให้เด็กทำอย่างสม่ำเสมอ

สรุปผลการศึกษา

เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีคะแนนการประเมินพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการทดลองด้วยกิจกรรมการประกอบอาหาร พบว่า คะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเท่ากับ 11.6 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 1.90 และหลังการได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเท่ากับ 16.8 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 1.54 โดยแยกเป็นรายด้าน 3 ด้าน ดังนี้

ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 3.4 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 1.07 และหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 5.5 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.71

ด้านการกล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 4.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.67 และหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 5.8 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.63

ด้านการตัดสินใจ ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 3.9 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.99 และหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย 5.5 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ 0.97

เมื่อพิจารณาพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเป็นรายด้าน ได้แก่ ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านการกล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็น และด้านการตัดสินใจ พบว่า เด็กปฐมวัยมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองทั้ง 3 ด้าน หลังการทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารสูงกว่าก่อนการทดลอง

สรุปได้ว่า ผลคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการทดลองด้วยการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังมีความแตกต่างกัน โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนแบบประเมินพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง และเมื่อพิจารณาพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยเป็นรายด้าน ได้แก่ ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านการกล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็น และด้านการตัดสินใจ พบว่า เด็กปฐมวัยมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมในแบบประเมินพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยทั้ง 3 ด้าน หลังการทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารสูงกว่าก่อนการทดลอง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. เด็กปฐมวัยมีความเชื่อมั่นในตนเองที่ต่างกัน ครูจึงต้องศึกษาพฤติกรรมและความแตกต่างของเด็ก เพื่อจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองโดยวิธีการดำเนินกิจกรรมที่มีความหลากหลายและเหมาะสม

2. ครูควรเปิดโอกาสในการทำกิจกรรมการประกอบอาหารอย่างค่อยเป็นค่อยไป เพื่อให้เด็กเข้าใจและทบทวนในบางขั้นตอนหรือเมนูที่มีกระบวนการทำที่ซับซ้อน จะทำให้เด็กจดจำประสบการณ์นั้นได้ดี

3. ควรจัดบรรยากาศสถานที่ในการจัดกิจกรรมประกอบอาหารให้มีความหลากหลาย เพื่อส่งเสริมความน่าสนใจและกระตุ้นความอยากรู้ให้เด็กเกิดความคิดใหม่ ๆ และเพื่อให้เด็กสามารถปรับตัวกับสภาพแวดล้อมที่หลากหลายในสังคม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการเปรียบเทียบผลของการจัดกิจกรรมประกอบอาหารกับกิจกรรมอื่น ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย เช่น กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมเกมการศึกษา หรือกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เป็นต้น

2. ควรมีการศึกษาพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมที่หลากหลาย สอดคล้องกับบริบทของเด็กปฐมวัย เพื่อพัฒนาพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย เช่น การจัดกิจกรรมโดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐาน การจัดการเรียนรู้วิทยาการคำนวณ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560*. กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2551). *ทักษะทางสังคมใครว่าไม่สำคัญ*, สืบค้นเมื่อ 23 มกราคม 2564.
<http://www.kriengsak.com/node/1646>
- จิตรารัตน์ ชีรนรวิชย์. (2556). *พฤติกรรมการกล้าแสดงออกในชั้นเรียนอย่างเหมาะสมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น*. นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ดารารัตน์ อุทัยพยัคฆ์. (2555). *ประโยชน์ของการประกอบอาหารในเด็กปฐมวัย*, สืบค้นเมื่อ 20 ธันวาคม 2563.
http://daratim54.blogspot.com/2012/04/blog-post_08.html
- ทิศนา ขम्मณี. (2556). *รูปแบบการเรียนรู้การสอน: ทางเลือกที่หลากหลาย* (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิจารณ์ พานิช. (2556). *การสร้างการเรียนรู้สู่ศตวรรษที่ 21*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสยามกัมมาจล.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). *แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 – 2579*. กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.
- สุภา บุญพิง. (2553). *การเปรียบเทียบความสามารถทางภาษาและความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์การสอนภาษาแบบธรรมชาติ กับ แบบฮาร์ทส*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.
- สุภาวดี โสภาวัจน์. (2561). *ผลของการจัดกิจกรรมประกอบอาหารโดยใช้กระบวนการสืบเสาะหาความรู้ เพื่อส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- Maslow, A. M. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper and Row.