

ผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย  
The Effects of Using Parents' Involvement Activity Packages to Encourage Self-Control  
of Young Children

สุภาภรณ์ สมะฮอน<sup>1</sup> ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลธร<sup>2</sup> และชลาธิป สมาหิโต<sup>3</sup>

Supaporn Samaun, Piyanan Hirunchalothorn and Chalutip Samahito

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Faculty of Education, Kasetsart University, Thailand

E-mail: supaporn.chumch@ku.th, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-0708-9524>

E-mail: fedupnht@ku.ac.th, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4768-8853>

E-mail: chalatipsamahito@gmail.com, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5312-0562>

Received 18/07/2023

Revised 20/07/2023

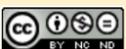
Accepted 25/07/2023

**บทคัดย่อ**

เพื่อให้เด็กปฐมวัยสามารถดำรงชีวิตและเติบโตเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งด้านการดำรงชีวิตและการทำงานจำเป็นต้องเสริมสร้างให้เด็กปฐมวัยสามารถกำกับควบคุมความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตนเอง เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายได้ ซึ่งการควบคุมตนเอง เป็นหนึ่งองค์ประกอบสำคัญในทักษะชีวิต และหนึ่งใน Soft Skills ที่ไม่สามารถเรียนรู้ผ่านการอ่านคู่มือหรือตำราได้ จำเป็นต้องผ่านกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์เท่านั้น ดังนั้นการวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยคือ ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่มีอายุระหว่าง 5 – 6 ปี ระดับชั้นเด็กเล็ก โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ที่กำลังศึกษาใน ภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2566 จำนวน 8 ครอบครัว ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง 7 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย จำนวน 8 ชุด 16 กิจกรรม 2) แบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็ก ระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง 3) แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย มีพฤติกรรมการควบคุมตนเองเพิ่มขึ้น ได้แก่ ด้านการจำและนำไปใช้ พบว่า เด็กสามารถจำข้อมูลและอธิบายเชื่อมโยงเหตุการณ์หรือการกระทำได้อย่างเหมาะสม มีการจดจำ มีสมาธิในการทำงานของตนได้อย่างต่อเนื่อง และสามารถรับผิดชอบหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จ ด้านการยั้งคิด ไตร่ตรอง พบว่า เด็กสามารถตั้งเป้าหมายและวางแผนการทำงานของตนเองให้สำเร็จได้

[511]

Citation:



สุภาภรณ์ สมะฮอน, ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลธร และชลาธิป สมาหิโต. (2566). ผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย.

วารสารสหวิทยาการวิจัยและวิชาการ, 3 (5), 511-530

Samaun, S., Hirunchalothorn, P., Samahito, C. (2023). The Effects of Using Parents' Involvement Activity Packages to Encourage Self-Control of Young

Children. Interdisciplinary Academic and Research Journal, 3 (5), 511-530; DOI: <https://doi.org/10.14456/iarj.2023.267>

ด้วยตนเอง สามารถแสดงอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ ควบคุมความรู้สึกรู้สึกของตน แสดงพฤติกรรมในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมและผู้ปกครองมีความพึงพอใจต่อรูปแบบกิจกรรมซึ่งมีความน่าสนใจ เหมาะสมกับสถานการณ์ในปัจจุบัน มีการจัดเตรียมสื่ออุปกรณ์ได้อย่างครบถ้วน มีคำอธิบายที่ชัดเจน ทำให้ง่ายต่อการใช้ชุดกิจกรรม ปัญหาที่พบระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมคือข้อจำกัดของเวลาในการทำกิจกรรมของผู้ปกครองซึ่งจัดกิจกรรมในช่วงเวลาว่าง ทั้งนี้ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยมากขึ้น สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปสอนลูกเพิ่มเติมในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี มีความประทับใจต่อชุดกิจกรรมก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว และได้เห็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมควบคุมตนเองของลูกดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง

**คำสำคัญ :** ชุดกิจกรรม; การควบคุมตนเอง; เด็กปฐมวัย

## Abstract

For early childhood children to live and grow up to be complete human beings in terms of living and working, it is necessary to strengthen early childhood children to be able to control their thoughts, emotions, and behaviors to achieve their goals, in which self-control is one of the key elements in life skills and one of the soft skills that cannot be learned through reading manuals or textbooks, must only be learned through experiential learning processes. Thus, the purpose of this research was to study the effects of using parents' involvement activity packages to encourage self-control in young children. The target group in this study was the parents from 8 families who have 5-6 year-old children studying early childhood education at Satit Prasanmit Demonstration School (Elementary). The young children all were studying in the summer program in the academic year of 2023. The period of the experiment was carried out for 7 weeks. The instruments used in this study were: 1) parents' involvement activity packages to encourage self-control of young children, called 'Self-control Papearn Jai,' contained 8 packages with 16 activities; 2) a behavior observation form to check the self-control of children during the use of parents' involvement activity packages; 3) an opinion interview form toward the parents' involvement activity packages to encourage self-control of young children. The qualitative data was verified by content analysis. The research revealed that the self-control of young children who received the parents' involvement activity packages to encourage self-control of young children was increased. For memory and application, young children could memorize the information and explain the

[512]

Citation:



สุภาภรณ์ สมะฮอน, ปิยะนันท์ หิรันจลธอร์ และชลาธิป สมานิต. (2566). ผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย.

วารสารสหวิทยาการวิจัยและวิชาการ, 3 (5), 511-530

Samaan, S., Hirunchalothorn, P., Samahito, C. (2023). The Effects of Using Parents' Involvement Activity Packages to Encourage Self-Control of Young Children. Interdisciplinary Academic and Research Journal, 3 (5), 511-530; DOI: <https://doi.org/10.14456/iarj.2023.267>

Interdisciplinary Academic and Research Journal, 3 (5), 511-530; DOI: <https://doi.org/10.14456/iarj.2023.267>

relevant situations or actions properly. They also concentrated and focused on work continually. For contemplation, young children could set their goals and plan to complete their work by themselves. They even showed their emotion and feelings complying with the certain situation. They could control their emotion and perform appropriately in their daily life. Parents were satisfied with the activity packages which were interesting and suitable for the current situation. The equipment and materials were well-prepared, and the instructions for the activity packages were clear and easy to understand. The obstacle throughout the use of activity packages was a time limit. Parents could do the activities only at night. However, the parents gained more knowledge and understanding to encourage the self-control of young children. They could use all the knowledge to teach their children further in their daily life well. The impression of activity packages led to a good family relationship. Parents could see the behavior modification of their children's self-control in succession.

**Keywords:** Activity Packages; Self – Control; Young Children

## บทนำ

ปัจจุบันการศึกษาในประเทศไทยได้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว โดยมุ่งเน้นการพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้คู่คุณธรรม มีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความสุขในสังคม (แผนพัฒนาการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 12) ทำให้มีการพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับศตวรรษที่ 21 ประกอบไปด้วยทักษะพื้นฐานในการศึกษาหาความรู้ (3Rs) ทักษะในการเรียนรู้และสร้างนวัตกรรม (4Cs) ทักษะชีวิตและทักษะทำงาน ทักษะด้านสื่อและดิจิทัล และทักษะชีวิตกับทักษะการงาน โดยทักษะทั้งหมดที่ได้กล่าวมานั้นสำคัญกับเด็กปฐมวัยเพราะถือเป็นวัยทองแห่งการเรียนรู้ บุคลิกภาพและความฉลาดทางอารมณ์ การพัฒนาเด็กในช่วงวัยนี้จึงเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาทักษะความสามารถในระดับที่สูงขึ้น (Heckman, 2012)

ดังนั้นเพื่อให้เด็กปฐมวัยสามารถดำรงชีวิตและเติบโตเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งด้านการดำรงชีวิตและการทำงานจำเป็นต้องเสริมสร้างให้เด็กปฐมวัยสามารถกำกับควบคุมความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตนเอง เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายได้ ซึ่งการควบคุมตนเอง เป็นหนึ่งองค์ประกอบสำคัญในทักษะชีวิต และหนึ่งใน Soft Skills ที่ไม่สามารถเรียนรู้ผ่านการอ่านคู่มือหรือตำราได้ จำเป็นต้องผ่านกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์เท่านั้น คือทักษะในการสร้างควมมีวินัย หรือความสามารถในการบังคับตนเอง การสร้างความมุ่งมั่นอย่างต่อเนื่อง และมีรากฐานสำคัญมาจากทักษะการคิดเชิงบริหาร (Executive Functions) ซึ่ง Diamond (2012) ได้อธิบายว่า การควบคุมตนเองคือการทำงานของสมอง 2 ส่วน ประกอบด้วยทักษะการจดจำขณะทำงาน (Working memory) และทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibition control) โดยการควบคุมตนเองเป็นลักษณะ

ที่เกี่ยวข้องกับ การยับยั้งพฤติกรรม และอารมณ์ ต้องอดทนอดกลั้นต่อสิ่งที่มาตึงดูใจ และกระตุ้นการกระทำ ไม่ให้เกิดพฤติกรรมหุนหันพลันแล่น เพราะมีความสำคัญในการพัฒนาเด็กปฐมวัย ส่งผลต่อการมีระเบียบวินัยในการทำงานทำให้ขาดสมาธิในการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย สอดคล้องกับ Galinsky (2010) อธิบายว่าการควบคุมตนเองเป็นหนึ่งในองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับความสำเร็จในทุกด้านของชีวิตรวมถึง การประสบความสำเร็จในโรงเรียน ความสัมพันธ์และการดำเนินชีวิตสามารถปลูกฝังได้ตั้งแต่ยังเล็ก เพราะช่วยให้เด็กสามารถมีพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมที่ดี ทักษะการควบคุมตนเองช่วยพัฒนาให้เด็กมีสมาธิ ยืดหยุ่นความคิด และควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ ดังนั้นการฝึกทักษะการควบคุมตนเองจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่ควรส่งเสริม และ NAEYC (2016) ได้เสนอกิจกรรมที่ช่วยในการส่งเสริมพฤติกรรมควบคุมตนเอง หลากหลายวิธี คือ การเล่านิทาน การเล่นเกมเรียงลำดับ เกมกระดาน การร้องเพลง การเล่นเกมบทบาทสมมติ รวมถึงการประดิษฐ์ของเล่น

นอกจากนี้การศึกษาปฐมวัยมีการเน้นการจัดการศึกษาอย่างต่อเนื่องจากบ้านสู่โรงเรียน และโรงเรียนสู่บ้าน โดยยึดหลักการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการจัดการศึกษาช่วยพัฒนาพัฒนาการของเด็กและส่งผลดีต่อเด็กในระยะยาว (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2554) ดังนั้นพ่อแม่ ผู้ปกครอง เป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับตัวเด็กมากที่สุด จึงมีบทบาทสำคัญในการอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมการศึกษาของลูก โดยการจัดกิจกรรมให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมสามารถทำได้หลากหลายรูปแบบ เช่น การอบรมให้ความรู้ผู้ปกครอง การเยี่ยมบ้าน กระจ่างกิจกรรมเคลื่อนที่ ชุมกิจกรรม หรือการให้ความรู้ผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์

ผู้วิจัยในฐานะอาจารย์ผู้ช่วยประจำชั้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ได้พบปัญหาในชั้นเรียนเด็กบางคนไม่ค่อยมีสมาธิในการทำงาน ครูต้องคอยกระตุ้นให้เด็กจดจ่ออยู่กับกิจกรรม จำคำสั่งในการทำงานไม่ได้ ยังไม่สามารถรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายได้ ต้องได้รับการชี้แนะจากครู เมื่อเกิดปัญหาหรือต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่พอใจ หากปล่อยไว้นานโดยไม่ได้รับการใส่ใจ อาจส่งผลให้มีปัญหาเรื่องการปรับตัว ความจำในการทำงาน และการควบคุมตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการส่งเสริมพฤติกรรมควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยให้ จึงได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง เพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย โดยชุดกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการทำกิจกรรมร่วมกับลูกที่บ้าน และส่งเสริมการควบคุมตนเองให้สามารถควบคุมสมาธิ พฤติกรรม ความคิด และอารมณ์ต่อแรงกระตุ้นทั้งภายในและภายนอกได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น การมีวินัยในการทำงานอย่างต่อเนื่องให้สำเร็จ เพราะจะทำให้เป็นเด็กประสบความสำเร็จในการเรียนและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคตต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

## ขอบเขตการวิจัย

1. **ขอบเขตกลุ่มเป้าหมาย:** กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่มีอายุระหว่าง 5 – 6 ปี ระดับชั้นเด็กเล็ก โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ที่กำลังศึกษาในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2566 จำนวน 8 ครอบครัว

2. **ขอบเขตด้านระยะเวลา:** ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง 7 สัปดาห์ เริ่มทำการทดลองตั้งแต่เดือนเมษายน – พฤษภาคม 2566 ซึ่งดำเนินการวิจัยเป็นไปตามลำดับขั้น โดยเริ่มจากชุดกิจกรรมที่ 1 – 8 ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 : ชุดกิจกรรมที่ 1 จดจำฉันจำได้

สัปดาห์ที่ 2 : ชุดกิจกรรมที่ 2 สีไหนใช่เลย และชุดกิจกรรมที่ 3 เติมเต็มฉันนี้

สัปดาห์ที่ 3 : ชุดกิจกรรมที่ 4 หนูทำได้

สัปดาห์ที่ 4 : ชุดกิจกรรมที่ 5 หนึ่งวันของฉันเอง

สัปดาห์ที่ 5 : ชุดกิจกรรมที่ 6 หอคอยอารมณ์

สัปดาห์ที่ 6 : ชุดกิจกรรมที่ 7 อารมณ์เปลี่ยนสี

สัปดาห์ที่ 7 : ชุดกิจกรรมที่ 8 ความสุขของหนู

## 3. ขอบเขตด้านตัวแปร

ตัวแปรต้น คือ การใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง

ตัวแปรตาม คือ การควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

4. **ขอบเขตด้านเนื้อหา :** ผู้วิจัยจัดทำชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย โดยใช้ชื่อว่า “ชุดกิจกรรม Self – control พาเพลินใจ” ซึ่งมีทั้งหมด 8 ชุด 16 กิจกรรมในแต่ละชุดประกอบด้วย 2 กิจกรรมย่อย คือ กิจกรรมนิทานหรรษาและกิจกรรมแสนสนุก ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 กิจกรรมในชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

ชุดกิจกรรม	เนื้อหา	กิจกรรมประกอบด้วย	พฤติกรรมที่เด็กแสดงหลังการใช้ชุดกิจกรรม
ชุดที่ 1 “จดจำฉันจำได้”	เรื่อง การจำข้อมูลและ อธิบายเชื่อมโยงเหตุการณ์ หรือการกระทำได้อย่าง เหมาะสม	- นิทานหรรษา เรื่อง แม่จำหนู อยู่ที่นี่! - กิจกรรมแสนสนุก เรียงลำดับ เหตุการณ์ในนิทาน	เด็กสามารถบอก เรื่องราวในนิทานและ เรียงลำดับเหตุการณ์ได้

ชุดกิจกรรม	เนื้อหา	กิจกรรม ประกอบด้วย	พฤติกรรมที่เด็กแสดง หลังการใช้ชุดกิจกรรม
ชุดที่ 2 “สีไหนใช่เลย”	เรื่อง การจำข้อมูล และ การจดจำ มีสมาธิในการ ทำงานของตนได้อย่าง ต่อเนื่อง	- นิทานหรรษา เรื่อง มือน้อยทำ ได้ - กิจกรรมแสนสนุก ตามหาฉัน	เด็กสามารถบอกสีของ เหรียญต่าง ๆ ได้และ เรียงสีตามแบบได้
ชุดที่ 3 “เติมเต็มฉันที”	เรื่อง การจดจำ มีสมาธิใน การทำงานของตนได้อย่าง ต่อเนื่อง	- นิทานหรรษา เรื่อง ตึกตาแห่ง ความทรงจำ - กิจกรรมแสนสนุก ต่อจิ๊กซอว์ ภาพ	เด็กมีสมาธิในการต่อจิ๊ก ซอว์และสามารถต่อภาพ ได้ถูกต้อง
ชุดที่ 4 “หนูทำได้”	เรื่อง การรับผิดชอบหน้าที่ ของตนเองที่ได้รับ มอบหมาย	- นิทานหรรษา เรื่อง เจ๊ียบ กลม กลม แปลงกาย - กิจกรรมแสนสนุก ประดิษฐ์ ของเล่น “ตลกสัตว์”	เด็กสามารถรับผิดชอบ หน้าที่ของตนเองที่ได้รับ มอบหมายได้
ชุดที่ 5 “หนึ่งวันของฉันเอง”	เรื่อง การตั้งเป้าหมายและ วางแผนการทำงานของ ตนเองให้สำเร็จ	- นิทานหรรษา เรื่อง ฮัมบี้ติด เกม - กิจกรรมแสนสนุก วางแผน กิจวัตรประจำวันของตนเอง	เด็กรู้จักเลือกทำ กิจกรรมตามความสนใจ ของตนเองและปฏิบัติได้ ด้วยตนเอง
ชุดที่ 6 “หอคอยอารมณ์”	เรื่อง วางแผนการทำงาน ของตนเองให้สำเร็จและ การแสดงอารมณ์ของ ตนเองได้สอดคล้องกับ สถานการณ์	- นิทานหรรษา เรื่อง บ้านเรามี เงาประหลาด - กิจกรรมแสนสนุก หอคอย อารมณ์	เด็กรู้จักการระมัดระวัง วางแผนการเล่นและ แสดงอารมณ์ของตนเอง ได้อย่างเหมาะสม
ชุดที่ 7 “อารมณ์เปลี่ยนสี”	เรื่อง การแสดงอารมณ์ของ ตนเองได้สอดคล้องกับ สถานการณ์	- นิทานหรรษา เรื่อง บ้านนี้มี เด็กซีโมโ - กิจกรรมแสนสนุก วงล้อ อารมณ์	เด็กสามารถบอกอารมณ์ และความรู้สึกของ ตนเองได้
ชุดที่ 8 “ความสุขของหนู”	เรื่อง การควบคุมความรู้สึก ของตน และแสดง พฤติกรรมในชีวิตประจำวัน อย่างเหมาะสม	- นิทานหรรษา เรื่อง บ้านเฮฮา ลีลาน่ารัก - กิจกรรมแสนสนุก บอร์ดเกม อารมณ์และความรู้สึก	เด็กแสดงออกถึง ความรู้สึกและอารมณ์ ทั้งทางคำพูด สีหน้าและ ท่าทาง

## การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย โดยผู้วิจัยได้ศึกษาทบทวนวรรณกรรม เอกสาร ตำรา ทฤษฎีและแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ ซึ่งมีนักการศึกษาได้ให้ความหมายของการควบคุมตนเองไว้ว่า การควบคุมตนเอง คือการลบล้างสิ่งที่มารบกวนและดึงดูจิตใจจากการสร้างสภาพแวดล้อมให้เด็กรู้จักความอดทน ผ่านความมีวินัยในตนเอง หรือความรู้สึกรู้จักคิด คือ การตรงต่อเวลา รู้จักหน้าที่ของตนเอง การปฏิบัติตามมารยาททางสังคม การแบ่งปันและรอคอย ความพยายามในการทำงาน มีความเคารพในสิทธิของผู้อื่น และเป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดี โดยทาง Center on the Developing Child at Harvard University (2014) ได้เสนอการส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย สามารถทำได้หลากหลายวิธี คือ การเล่นตามจินตนาการ การเล่าเรื่อง การเล่นเกมกระดาน การเคลื่อนไหวประกอบเพลง การทำอาหาร ภาพตัดต่อ โดยกิจกรรมเหล่านี้จะทำให้เด็กมีสมาธิจดจ่อ และวางแผนการทำงานได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้หลังจากผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเด็กปฐมวัยได้พบแนวคิดการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองของ Epstein (1995) ได้เสนอกรอบความคิดหรือรูปแบบของการมีส่วนร่วมทางการศึกษาของผู้ปกครองไว้ 6 ประเภท ดังนี้

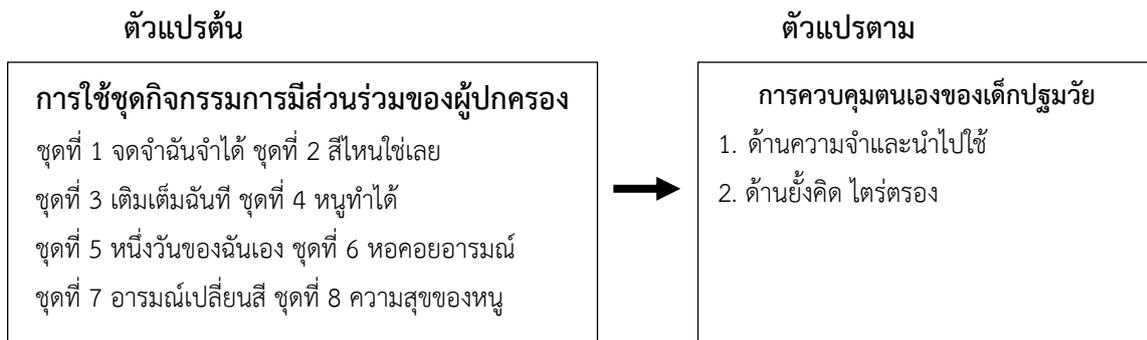
- 1.การอบรมเลี้ยงดูเด็ก (Parenting) เป็นการมีส่วนร่วมที่โรงเรียนมุ่งช่วยให้พ่อแม่ของเด็กมีทักษะในการเป็นผู้ปกครอง และการอบรมเลี้ยงดูเด็กให้ดีขึ้น
- 2.การติดต่อสื่อสาร (Communication) เป็นการมีส่วนร่วมที่เกี่ยวข้องกับการติดต่อสื่อสารระหว่างโรงเรียนกับครอบครัวในเรื่องกิจกรรม โครงการต่างๆ และความก้าวหน้าในการเรียนของเด็ก
- 3.การอาสาสมัคร (Volunteering) เป็นการมีส่วนร่วมที่โรงเรียนดำเนินคัดเลือกผู้ปกครองที่อาสาสมัครเข้ามาทำงาน หรือร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในและนอกโรงเรียนเพื่อเป็นการส่งเสริมสนับสนุนการเรียนของเด็กและโปรแกรมต่างๆ ของโรงเรียน
- 4.ร่วมกับมือชุมชน เป็นการมีส่วนร่วมในรูปแบบที่โรงเรียน ประสานงานกับองค์กรและกลุ่มต่าง ๆ ที่มีอยู่ในท้องถิ่น เพื่อระดมทรัพยากรและบริการต่างๆ มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อครอบครัวและเด็ก และโรงเรียนก็ให้บริการที่จำเป็นแก่ชุมชนด้วย
- 5.การเรียนรู้ที่บ้าน (Learning at home) เป็นการมีส่วนร่วมที่ผู้ปกครองได้ร่วมทำกิจกรรมการเรียนรู้ต่าง ๆ กับเด็กที่บ้าน ซึ่งครอบคลุมถึงการบ้านและกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับหลักสูตรของโรงเรียนและการตัดสินใจเกี่ยวกับกิจกรรมเหล่านั้น
- 6.การตัดสินใจ (Decision making) เป็นการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการตัดสินใจเรื่องสำคัญ ๆ ของโรงเรียนซึ่งจะดำเนินการในรูปของสมาคมครู ผู้ปกครอง คณะกรรมการสถานศึกษา

อีกทั้งผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม โดย Unicef (2019) ได้กล่าวว่า ชุดกิจกรรม คือ กิจกรรมการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นเพื่อช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะการคิด การพูด มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและ สิ่งต่างๆรอบตัว นอกจากนี้ยังช่วยกระตุ้นอารมณ์จิตใจของเด็กให้เกิดความกระตือรือร้น ความสนุกสนาน ซึ่ง ชุดกิจกรรมประกอบด้วยสื่อการเรียนการสอนที่คัดเลือกให้เหมาะสมกับอายุและความสนใจของเด็กแต่ละ บุคคล ซึ่งสอดคล้องกับ ทิศนา แคมมณี (2559) ได้กำหนดองค์ประกอบของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ไว้ ดังนี้ 1. ชื่อกิจกรรม 2. คำชี้แจง 3. จุดมุ่งหมาย 4. ความคิดรวบยอด 5. สื่อ 6. เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม และ 7. ขั้นตอนในการ ดำเนินกิจกรรม

จากการที่ได้ศึกษา องค์ประกอบสำคัญของการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยของของ Diamond (2012), Galinsky (2010) และ NAEYC (2016) จึงสรุปได้ว่า การควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย 2 ด้าน ได้แก่ ด้านความจำและนำไปใช้ และด้านยังคิด ไตร่ตรอง ซึ่งการส่งเสริมการควบคุมตนเองในเด็ก ปฐมวัยสามารถทำได้หลายวิธี ผู้วิจัยจึงได้เลือกชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุม ตนเองของเด็กปฐมวัย เนื่องจากชุดกิจกรรมสามารถช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ จากการลงมือปฏิบัติ จึงได้นำมา กำหนดเป็นกรอบแนวคิดการทำวิจัยในครั้งนี้ เพื่อให้เด็กมีพฤติกรรมการควบคุมตนเองอย่างต่อเนื่อง

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ของทิศนา แคมมณี (2559), Center on the Developing Child at Harvard University (2014) และ NAEYC (2016) รวมถึงแนวคิดเกี่ยวกับการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ของ Diamond (2012), Galinsky (2010) และ NAEYC (2016) มากำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัย เรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็ก ปฐมวัย เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่มีอายุระหว่าง 5 – 6 ปี ระดับชั้นเด็กเล็ก โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)ที่กำลังศึกษาในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2566 จำนวน 8 ครอบครัว โดยคัดเลือกผู้ปกครองจากในชั้นเรียนของผู้วิจัยที่มีความพร้อมในการเข้าร่วมใช้ชุดกิจกรรมตลอดระยะเวลาที่ดำเนินการวิจัย มีความสามารถในการใช้สื่อเทคโนโลยี และมีความต้องการที่จะส่งเสริมการควบคุมตนเองให้กับบุตรหลาน

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- 2.1 ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย
- 2.2 แบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง
- 2.3 แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

## 3. การสร้างและตรวจสอบคุณภาพ

3.1 ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย โดยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีที่การควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย Diamond (2012) และ Galinsky (2010) รวมถึงศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยของเบญจวรรณ วิสุทธิเสน (2562) อรรวรรณ สุวรรณศรี (2559) จุฑาทิพย์ โอบอ้อม (2556) และหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช ๒๕๖๐ (กระทรวงศึกษาธิการ. 2559) เพื่อกำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ซึ่งผู้วิจัยจัดทำชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย โดยใช้ชื่อว่า “ชุดกิจกรรม Self – control พาเพลินใจ” จำนวน 8 ชุด ประกอบด้วย 16 กิจกรรม ดังนี้ ชุดที่ 1 จดจำฉันจำได้ ชุดที่ 2 สีไหนใช่เลย ชุดที่ 3 เต็มเต็มฉันที ชุดที่ 4 หนูทำได้ ชุดที่ 5 หนึ่งวันของฉันเอง ชุดที่ 6 หอคอยอารมณ์ ชุดที่ 7 อารมณ์เปลี่ยนสี และชุดที่ 8 ความสุขของหนู และนำชุดกิจกรรมฯ เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบ และนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข จากนั้นนำชุดกิจกรรมฯ ที่ปรับปรุงแล้วเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจคุณภาพของชุดกิจกรรมฯ นำคะแนนที่ผ่านการตรวจสอบมาพิจารณาค่าเฉลี่ยและระดับคุณภาพของชุดกิจกรรมฯ ได้ค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 4.51 – 5.00 ในภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก โดยมีคำแนะนำ ดังนี้ กิจกรรมทั้ง 8 ชุด กิจกรรมมีความน่าสนใจ น่าสนุกมาก มีความเหมาะสมกับวัยของเด็ก โดยให้ปรับปรุงความทนทานของวัสดุบางชุดสีอื่นทาน ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงแก้ไขแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาอีกครั้ง จากนั้นนำไปใช้ทดลองกับเด็กกลุ่มเป้าหมาย

3.2 แบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารตำราเกี่ยวกับการสร้างแบบสังเกตพฤติกรรม ของ อรรวรรณ สุวรรณศรี (2559) เพื่อกำหนดกรอบการสร้างเครื่องมือสำหรับการสังเกต โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ความสามารถในการถ่ายทอดความรู้จากพ่อ

แม้ ผู้ปกครองผู้เด็กและพฤติกรรมที่แสดงถึงการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย และนำฉบับร่างเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา ทำการปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ จากนั้นนำแบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครองที่ปรับปรุงแล้วเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพิจารณาตรวจสอบความสอดคล้อง (IOC) ผลการตรวจสอบมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67 ถึง 1.00 โดยมีคำแนะนำ ดังนี้ ให้ปรับภาษาของแบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครองให้เข้าใจง่ายขึ้น และให้เพิ่มเติมข้อคำถามที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการควบคุมตนเองที่เด็กแสดงออกขณะทำกิจกรรม ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงแก้ไขแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาอีกครั้ง จากนั้นนำแบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครองไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.3 แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย เป็นคำถามปลายเปิดประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ปกครองที่เข้าร่วมใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ส่วนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้ปกครองที่มีต่อชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย และส่วนที่ 3 ความรู้ ความเข้าใจ ทักษะ เจตคติของผู้ปกครองที่มีต่อชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย และนำฉบับร่างเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา ทำการปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ จากนั้นนำแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมฯ ที่ปรับปรุงแล้วเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพิจารณาตรวจสอบความสอดคล้อง (IOC) ผลการตรวจสอบมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67 ถึง 1.00 โดยมีคำแนะนำ ดังนี้เพิ่มเติมข้อคำถามให้มีความชัดเจนมากขึ้น ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงแก้ไขแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาอีกครั้ง จากนั้นนำแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมฯ ไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### 4.การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการศึกษาผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินงาน ดังนี้

4.1 ผู้วิจัยทำการติดต่อประสานกับผู้ปกครองเด็กปฐมวัยที่กำลังศึกษาในระดับชั้นเด็กเล็ก จำนวน 8 ครอบครัว โดยผู้ปกครองยินดีและมีความพร้อมในการเข้าร่วมใช้ชุดกิจกรรมตลอดระยะเวลาที่ดำเนินการวิจัย และมีความสามารถในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้ข้อมูลในการเข้าร่วมใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

4.2 เริ่มทำการทดลองชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย โดยแบ่งเป็น 3 ชั้น คือ ชั้นที่ 1 การสร้างความเข้าใจ ชั้นที่ 2 การปฏิบัติการ และชั้นที่ 3 การสรุปผลงาน ได้ดำเนินการดังนี้

ชั้นที่ 1 การสร้างความเข้าใจ ผู้วิจัยทำการติดต่อประสานกับผู้ปกครองเด็กปฐมวัยที่กำลังศึกษาในระดับชั้นเด็กเล็ก จำนวน 8 ครอบครัว โดยเรียนเชิญผู้ปกครองเข้าร่วมการประชุมกลุ่ม ครั้งที่ 1 ผ่านโปรแกรม

Zoom เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ระยะเวลา แนวทางการดำเนินของชุดกิจกรรม การบันทึกภาพระหว่างทำกิจกรรมในชุดกิจกรรมทั้ง 8 ชุด การแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใน Facebook และ Line โดยใช้ชื่อกลุ่มว่า “Self-control เพื่อลูกน้อย by Kru.B” บทบาทหน้าที่ของผู้ปกครอง การดำเนินการใช้ชุดกิจกรรมฯ และสถิติวิธีการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ชุดที่ 1 - 4 รวมถึงแนวทางในการทำบันทึกทำกิจกรรม ตอบข้อซักถามที่ผู้ปกครองไม่เข้าใจ จากนั้นผู้วิจัยได้นัดหมายกับผู้ปกครองเพื่อแจกชุดกิจกรรมให้กับผู้ปกครอง

ขั้นที่ 2 การปฏิบัติการ หลังจากผู้วิจัยได้ดำเนินการแจกชุดกิจกรรมให้กับผู้ปกครองเรียบร้อยแล้ว ผู้ปกครองต้องศึกษาทำความเข้าใจชุดกิจกรรมตามคำชี้แจง และดำเนินการทำกิจกรรมร่วมกับลูกที่บ้านแบบยืดหยุ่นตามความสะดวกของแต่ละครอบครัว โดยมีเวลาทำชุดกิจกรรมให้ครบถ้วน ภายในสัปดาห์ที่กำหนด ดังนี้ สัปดาห์ที่ 1 ดำเนินการใช้ชุดที่ 1 จดจำฉันจำได้ สัปดาห์ที่ 2 ชุดที่ 2 สีไหนใช่เลย และชุดที่ 3 เติมเต็มฉันที่ สัปดาห์ที่ 3 ชุดที่ 4 หนูทำได้ ในระหว่างที่ดำเนินการใช้ชุดกิจกรรม ผู้วิจัยติดตามพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครองผ่านทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการสังเกตพฤติกรรมของผู้ปกครองและเด็กผ่านคลิปวิดีโอแล้วนำมาบันทึกในแบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง ช่วงปลายสัปดาห์ที่ 3 ได้จัดการประชุมกลุ่ม ครั้งที่ 2 เพื่อรับฟังความคิดเห็นระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมฯ ดำเนินการแจกชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง เพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ชุดที่ 5 - 8 และสถิติวิธีการใช้ชุดกิจกรรม ผู้ปกครองดำเนินการทำกิจกรรมแบบยืดหยุ่นตามความสะดวกของแต่ละครอบครัว ภายในสัปดาห์ที่กำหนด ดังนี้ สัปดาห์ที่ 4 ดำเนินการใช้ชุดที่ 5 หนึ่งวันของฉันเอง สัปดาห์ที่ 5 ดำเนินการใช้ชุดที่ 6 หอคอยอารมณ์ สัปดาห์ที่ 6 ดำเนินการใช้ชุดที่ 7 อารมณ์เปลี่ยนสี และสัปดาห์ที่ 7 ดำเนินการใช้ชุดที่ 8 ความสุขของหนู ซึ่งในระหว่างที่ดำเนินการใช้ชุดกิจกรรม ผู้วิจัยติดตามพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครองผ่านทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการสังเกตพฤติกรรมของผู้ปกครองและเด็กผ่านคลิปวิดีโอที่ผู้ปกครองลงในกลุ่มแล้วนำมาบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง โดยสื่อสังคมออนไลน์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใน Facebook และ Line โดยใช้ชื่อกลุ่มว่า “Self-control เพื่อลูกน้อย by Kru.B” จะมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลส่งภาพกิจกรรมต่าง ๆ จนสิ้นสุดการทำกิจกรรมเป็นระยะเวลา 7 สัปดาห์

ขั้นที่ 3 การสรุปผลงาน ในสัปดาห์ที่ 7 ผู้วิจัยและผู้ปกครองร่วมกันสรุปผลและรับฟังความคิดเห็นหลังจากการใช้ชุดกิจกรรม ข้อเสนอแนะและคำแนะนำ ผ่านการสัมภาษณ์ความคิดเห็นของผู้ปกครองที่มีต่อการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย โดยนัดหมายเวลาที่ผู้ปกครองสะดวกและบอกประเด็นคำถามไว้ล่วงหน้าเพื่อโทรศัพท์ไปสัมภาษณ์ผู้ปกครองอีกครั้ง

4.3 นำผลที่ได้จากการแบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง ทำการสังเกตโดยผู้วิจัย และแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยมาเรียบเรียงเชิงพรรณนาต่อไป

### 5.การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัย ได้วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากแบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง สังเกตโดยผู้วิจัย และแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ไปวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

### ผลการวิจัย

1. ผลการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงถึงการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยในขณะได้รับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมกับผู้ปกครอง ผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมของเด็กทั้ง 7 สัปดาห์ โดยนำเสนอผลการวิจัย ดังนี้

1.1 พฤติกรรมการควบคุมตนเองด้านความจำและนำไป ในสัปดาห์ที่ 1 ชุดกิจกรรมที่ 1 จดจำฉันจำได้ - ผู้ปกครองเล่านิทาน เรื่อง แม่จำหนูอยู่นี่! ร่วมกัน และทำกิจกรรมเรียงลำดับเหตุการณ์ในนิทาน พบว่า เด็กไม่มีสมาธิในการทำงาน มีเด็กบางคนที่สามารถเชื่อมโยงเหตุการณ์ต่าง ๆ จากการทำกิจกรรมได้ สามารถจำภาพตัวละคร และเรียงลำดับเหตุการณ์จากในนิทานได้ เมื่อได้รับการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ในสัปดาห์ที่ 2 ชุดกิจกรรมที่ 2 สีไหนใช่เลย ผู้ปกครองเล่านิทาน เรื่อง มือน้อยทำได้ และร่วมกันเล่นกิจกรรมตามหาฉัน โดยการเรียงสีผาขวดน้ำตามแบบที่ผู้ปกครองกำหนด และเพิ่มความท้าทายด้วยการนำแก้วมาครอบปิดผาขวดน้ำ แล้วให้เด็กเรียงสีผาขวดน้ำให้ถูกต้องตามแบบ พบว่า เด็กส่วนใหญ่สามารถตั้งใจฟังนิทาน จดจำ มีสมาธิในการทำงานของตนเองได้อย่างต่อเนื่อง สามารถเรียงสีของผาขวดน้ำได้ตรงตามแบบ จดจำสี ของผาขวดน้ำแล้วเรียงลำดับของสีได้อย่างถูกต้อง ต่อมาชุดกิจกรรมที่ 3 เติมเต็มฉันที ผู้ปกครองเล่านิทานเรื่อง ตึกตาแห่งความทรงจำ และร่วมกันเล่นกิจกรรมต่อจิ๊กซอว์ภาพ พบว่า เด็กส่วนใหญ่สามารถตั้งใจฟังนิทาน มีสมาธิในการทำงานของตนเองได้อย่างต่อเนื่อง สามารถเล่นภาพตัดต่อโดยบอกได้ว่า คือภาพใดจากในนิทานที่ได้ฟังไป มีสมาธิในการต่อภาพเป็นอย่างมาก ในช่วงสัปดาห์ที่ 3 ชุดกิจกรรมที่ 4 หนูทำได้ ผู้ปกครองเล่านิทานเรื่อง เจ็บบ กลม กลม แปลงกาย และร่วมกันเล่นกิจกรรมประดิษฐ์ของเล่น “ตลกสัตว์” พบว่า เด็กส่วนใหญ่มีความจดจำ มีสมาธิในการทำงานของตนเองได้อย่างต่อเนื่อง สามารถวางแผนการทำงานในการประดิษฐ์เบ็ดตลกสัตว์ แต่ยังมีบางคนที่ยังไม่สามารถรับผิดชอบหน้าที่ของตนเองจนสำเร็จได้ ต่อมาสัปดาห์ที่ 4 ชุดกิจกรรมที่ 5 หนึ่งวันของฉันเอง ผู้ปกครองเล่านิทานเรื่อง ฮัมบี้ติดเกม และ

.....  
ร่วมกันเล่นกิจกรรมวางแผนกิจวัตรประจำวันของตนเอง พบว่า เด็กส่วนใหญ่มีความรับผิดชอบหน้าที่ของตนเองมากขึ้น สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันตามที่ตนเองวางแผนจนสำเร็จด้วยตนเอง ในสัปดาห์ที่ 5 ชุดกิจกรรมที่ 6 หอคอยอารมณ์ ผู้ปกครองเล่านิทานเรื่อง บ้านเรามีเงาประหลาด และร่วมกันเล่นกิจกรรมหอคอยอารมณ์ พบว่า เด็กทุกคนมีความจดจ่อ และมีสมาธิในการเล่นเกมหอคอยอารมณ์ได้อย่างต่อเนื่อง ต่อมาสัปดาห์ที่ 6 ชุดกิจกรรมที่ 7 อารมณ์เปลี่ยนสี ผู้ปกครองเล่านิทานเรื่อง บ้านนี้มีเด็กชื่อโมโห และร่วมกันเล่นกิจกรรมวงล้ออารมณ์ พบว่า เด็กส่วนใหญ่มีสมาธิในการตอบคำถามที่เกี่ยวกับการแสดงความรู้สึกให้เหมาะสมกับสถานการณ์ได้ดี ต่อมาสัปดาห์ที่ 7 ชุดกิจกรรมที่ 8 ความสุขของหนู ผู้ปกครองเล่านิทานเรื่อง บ้านเฮฮา ลีลาน่ารัก และร่วมกันเล่นกิจกรรมบอร์ดเกมอารมณ์และความรู้สึก พบว่า เด็กทุกคนมีความจดจ่อ มีสมาธิในการเล่นเกมกระดาน และสามารถรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองจนสำเร็จได้อย่างต่อเนื่อง

1.2 พฤติกรรมการควบคุมตนเองด้านยั้งคิด ไตร่ตรอง จากในสัปดาห์ที่ 1 – 3 ชุดกิจกรรมที่ 1 - 4 พบว่า เด็กบางคนยังไม่สามารถตั้งเป้าหมายและวางแผนการทำงานได้ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองได้เท่าที่ควร ในช่วงสัปดาห์ที่ 4 ชุดกิจกรรมที่ 5 หนึ่งในวันของฉันทอง เมื่อเล่นกิจกรรมวางแผนกิจวัตรประจำวันของตนเอง พบว่า เมื่อได้รับการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองนี้ เด็กส่วนใหญ่สามารถตั้งเป้าหมายและวางแผนการทำงานได้ดีขึ้น สามารถวางแผนกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง ได้เลือกทำกิจกรรมตามความสนใจของตนเองและปฏิบัติจนสำเร็จ ต่อมาในสัปดาห์ที่ 5 ชุดกิจกรรมที่ 6 หอคอยอารมณ์ เมื่อเล่นกิจกรรมหอคอยอารมณ์ พบว่า เด็กทุกคนวางแผนการทำงานได้ดีขึ้น รู้จักการระมัดระวัง ต้องมีสมาธิในขณะที่เล่นเพื่อไม่ให้แท่นไม้ร่วงลงพื้นทั้งหมด วางแผนการเล่นและแสดงอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมในระหว่างทำกิจกรรม ต่อมาในช่วงสัปดาห์ที่ 6 ชุดกิจกรรมที่ 7 อารมณ์เปลี่ยนสี เมื่อเล่นกิจกรรมวงล้ออารมณ์ พบว่า เด็กสามารถบอกอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้ และตอบข้อคำถามได้เหมาะสมกับสถานการณ์ได้เป็นอย่างดี จนถึงสัปดาห์ที่ 7 ชุดกิจกรรมที่ 8 ความสุขของหนู เมื่อเล่นกิจกรรมบอร์ดเกมอารมณ์และความรู้สึก พบว่า เด็กทุกคนมีความจดจ่อ มีสมาธิ และรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองได้ดี มีการยอมรับเงื่อนไขและกติกาในการเล่นเกม เด็กแสดงออกถึงความรู้สึกและอารมณ์ทั้งทางคำพูดสีหน้าและท่าทางผ่านการเล่นเกมกระดานได้

จะเห็นได้ว่า เมื่อเด็กได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย เมื่อดำเนินการตามลำดับของชุดกิจกรรม พบว่า พฤติกรรมที่แสดงถึงการควบคุมตนเองนั้น เด็กสามารถจำข้อมูลและอธิบายเชื่อมโยงเหตุการณ์หรือการกระทำได้อย่างเหมาะสม มีการจดจ่อ มีสมาธิในการทำงานของตนเองได้อย่างต่อเนื่อง มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมาย สามารถตั้งเป้าหมายและวางแผนการทำงานของตนเองให้สำเร็จ การแสดงอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ รวมถึงสามารถควบคุมความรู้สึกของตน และแสดงพฤติกรรมในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

2. ผลการสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยขอเสนอผลการสัมภาษณ์ออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ปกครองที่เข้าร่วมใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

จากการที่ได้สัมภาษณ์ข้อมูลส่วนตัวของผู้ปกครอง จำนวน 8 ครอบครัว พบว่า ผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์กับนักเรียนคือมารดา ช่วงอายุอยู่ระหว่าง 31 – 45 ปี จำนวนบุตรมีทั้งคนเดียว และบุตร 2 คน จบการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไป ประกอบอาชีพพนักงานบริษัท และ ธุรกิจส่วนตัว และมีรายได้ของครอบครัวต่อเดือนประมาณ 50,000 – 100,000 บาท

ส่วนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้ปกครองที่มีต่อชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย จากการที่ได้สัมภาษณ์ผู้ปกครองสามารถสรุปประเด็นได้ดังต่อไปนี้

### 2.1 ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรม

จากการสอบถามความคิดเห็นของผู้ปกครองได้ให้ความคิดเห็นว่า กิจกรรมประชุมกลุ่ม กิจกรรมมีความเหมาะสม และน่าสนใจมาก เพราะได้รับทราบแนวทางในการเข้าร่วมงานวิจัย ได้ความรู้เกี่ยวกับการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย และสาธิตวิธีการใช้ชุดกิจกรรม รวมถึงการได้พูดคุย ซักถาม และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้ชุดกิจกรรมฯ กิจกรรมการทำกิจกรรมร่วมกับลูกที่บ้าน ทำให้ผู้ปกครองและเด็กมีกิจกรรมที่ทำร่วมกันระหว่างครอบครัว ช่วยกระชับความสัมพันธ์ ทำให้เห็นพฤติกรรมของเด็กเปลี่ยนแปลงไป รวมถึงกิจกรรมทั้ง 8 ชุดกิจกรรมมีความเหมาะสมตามช่วงวัย เด็กๆ ชื่นชอบกิจกรรมและขอเล่นอีกครั้งในหลายคน และกิจกรรมเครือข่ายสังคมออนไลน์ เพราะสื่อสังคมออนไลน์ทำให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน แบ่งปันข้อมูลภาพถ่ายในการทำกิจกรรมระหว่างผู้ปกครอง ซึ่งรูปภาพและคลิปวิดีโอที่ส่งผ่านช่องทาง Line และ Facebook ผ่านดุลพินิจของผู้ปกครองแล้วจะสามารถเปิดเผยได้ รวมทั้งได้เห็นความแตกต่างของแต่ละครอบครัวในการทำกิจกรรม และได้แนวทาง เทคนิควิธีการไปเล่นกับลูกที่บ้านเพิ่ม

### 2.2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับเอกสารให้ความรู้ผู้ปกครองเรื่องการส่งเสริมการควบคุมตนเองให้กับเด็ก

จากการสอบถามความคิดเห็นของผู้ปกครองได้ให้ความคิดเห็นว่า เนื้อหาในเอกสารให้ความรู้ ช่วยให้มีความเข้าใจเกี่ยวกับการควบคุมตนเองของเด็กมากขึ้น เอกสารให้ความรู้ได้ดีมาก สามารถนำไปเป็นแนวทางในการส่งเสริมเด็กและการทำกิจกรรมร่วมกับเด็กมากขึ้น ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ แล้วเข้าใจถึงพัฒนาการของเด็กมากขึ้น

2.3 ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย

จากการสอบถามความคิดเห็นของผู้ปกครองได้ให้ความคิดเห็นว่า กิจกรรมต่าง ๆ ทั้ง 8 ชุดกิจกรรม มีความน่าสนใจ เข้าใจง่ายเหมาะสมกับวัย ไม่สลับซับซ้อนมากเกินไป สามารถช่วยส่งเสริมการควบคุมตนเองของ

เด็กได้เป็นอย่างดี ทำให้เด็กรู้สึกมีความสุขและเกิดความสุขสนุกสนานในระหว่างที่ทำกิจกรรมร่วมกับผู้ปกครอง อีกทั้ง กิจกรรมทั้ง 8 ชุดกิจกรรมช่วยส่งเสริมให้เด็กมีการควบคุมตนเองได้ดี เพราะหลังจากที่ได้ทำกิจกรรมแล้วเด็กมีความเปลี่ยนแปลงไปอย่างเห็นได้ชัด ทำให้เด็กมีสมาธิ มีความจดจ่ออยู่กับงาน รู้จักการรอคอย ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สามารถวางแผนการทำงานได้ดี มีความรับผิดชอบต่องานของตนเองได้ดีขึ้น อีกทั้งยังช่วยส่งเสริมในด้านการเคารพในเงื่อนไขกติกา สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง และจัดการอารมณ์ของตนเองได้เหมาะสมกับสถานการณ์ได้ดีขึ้น พร้อมทั้งสื่อที่ใช้ในชุดกิจกรรมฯ ทุกกิจกรรมสามารถช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัวมากขึ้น สื่อที่ใช้มีความน่ารัก นิทานทุกเรื่องสนุกสนานคล้องกับเรื่องที่จะส่งเสริมในชุดกิจกรรมนั้นๆ และจัดเตรียมสื่ออุปกรณ์ทั้ง 8 ชุดได้เป็นอย่างดีมีความสะดวกในการทำกิจกรรม ด้านชอบหรือไม่ชอบกิจกรรมใด สามารถแบ่งประเด็น ได้ดังนี้

ผู้ปกครองทุกครอบครัวให้ความคิดเห็นตรงกันว่า ชอบกิจกรรมใน ชุดที่ 2 สีไหนใช้เลย เพราะได้เห็นความสามารถของเด็กในการจดจำสีของผ้าขูดต่างๆ และได้ท้าทายความสามารถของตนเอง หลายครอบครัวขอให้ผู้ปกครองนำกิจกรรมนี้กลับมาเล่นใหม่หลายครั้ง เนื่องจากเมื่อเล่นแล้วเกิดความสุขสนุกสนาน และชุดที่ 6 หอคอยอารมณ์ เพราะสามารถเล่นร่วมกับคนอื่นๆ ในครอบครัวได้ เป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัวได้เป็นอย่างดี เด็กๆ ก็สนุกมากกับเล่นเกม สามารถยอมรับเงื่อนไข และกติกาในการเล่นได้ดี ซึ่งผู้ปกครองบางครอบครัวมีความคิดเห็นตรงกันว่า ไม่ชอบกิจกรรม ชุดที่ 4 “หนูทำได้” เนื่องจากทำกิจกรรมช่วงกลางคืนทำให้กิจกรรมไม่เสร็จภายใน 1 วัน และบางครอบครัวไม่ชอบกิจกรรมที่ประดิษฐ์สัตว์จากแก้วกระดาษ เพราะมือของเด็กเลอะเทอะ ซึ่งตัวเด็กจะไม่ชอบความเลอะเทอะนี้ข้ออ้างแต่มีทุกครั้งที่เป็นแก้ว มีข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ผู้ปกครองได้ให้ความคิดเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่ดีมาก สื่อในชุดกิจกรรมสมบูรณ์แบบ ถ้ามีโอกาสก็อยากให้อาจารย์ได้จัดกิจกรรมแบบนี้ต่อไปอีก เพราะได้รับทั้งสาระความรู้ ความสนุกสนานในการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างผู้ปกครองและลูกได้เป็นอย่างดี

ส่วนที่ 3 ความรู้ ความเข้าใจ ทักษะ เจตคติของผู้ปกครองที่มีต่อชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย สรุปประเด็นได้ดังต่อไปนี้

จากการสอบถามความคิดเห็นของผู้ปกครองได้ให้ความคิดเห็นว่าเป็นทำให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยมากขึ้น สามารถนำมาเป็นแนวทางในส่งเสริมเด็กได้ดี เด็กมีความรับผิดชอบมากขึ้น มีสมาธิ มีการจัดระเบียบความคิดดีขึ้น มีความเข้าใจอารมณ์ของเด็กมากขึ้น ทำให้รู้ว่าถ้าเป็นกติกาโดยส่วนรวมเด็กจะเข้าใจยอมรับได้ดีไม่เอียงเอียงถึงแม้จะไม่ถูกใจตนเองเท่าไร สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปสอนเด็กเพิ่มเติมในชีวิตประจำวันได้ เป็นอย่างดี โดยเฉพาะเรื่องความอดทนรอคอย ความมีวินัย ความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย สอนให้รู้จักหน้าที่ของตนเอง ให้ทำเป็นกิจวัตรประจำวันในทุกวัน สอนให้รู้จักการแสดงและควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆ รวมถึงการใช้อุปกรณ์ในการทำศิลปะ เช่น ใช้กรรไกรด้วยความระมัดระวังมากขึ้น ดังนั้นหลังจากใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของ

เด็กปฐมวัย พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการควบคุมตนเองของเด็กมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีเหมาะสมมากขึ้น รู้จักยอมรับฟังเหตุผลมากขึ้น รู้จักหน้าที่ของตนเองมากขึ้น สามารถอดทนรอคอยได้ มีสมาธิ มีความจดจ่อมากขึ้น สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี เหมาะสมกับสถานการณ์มากขึ้น โดยสิ่งที่ประทับใจในชุดกิจกรรมคือ นิทานต่าง ๆ ที่มีทั้งสาระและความบันเทิง มีภาพและสีสันสวยงาม น่าอ่านมาก ๆ รวมทั้งชุดกิจกรรมทั้ง 8 ชุด ซึ่งอุปกรณ์ในชุดกิจกรรมมีความครบถ้วนสมบูรณ์ และเรียบร้อย สะดวกและเหมาะกับการทำกิจกรรมที่ทำให้ผู้ปกครองและเด็กได้มาทำกิจกรรมร่วมกันมากยิ่งขึ้น ก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว ส่งเสริมพัฒนาการในหลายๆด้านของเด็กได้ดีขึ้น

### อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัย พบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย มีพฤติกรรมการควบคุมตนเองเพิ่มขึ้น และผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยมากขึ้น สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ศึกษาหนังสือ ตำรา และเอกสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย พร้อมทั้งศึกษาแนวทางการส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยทั้งในและต่างประเทศ จากนั้นผู้วิจัยจึงได้ออกแบบกิจกรรมให้มีความสอดคล้องกับกิจกรรมประจำวันจากง่ายไปหายาก และเป็นกิจกรรมที่ผู้ปกครองสามารถนำไปจัดกิจกรรมกับลูกที่บ้านได้ ที่ช่วยส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ด้านความจำและนำไปใช้ และด้านยังคิดไตร่ตรอง โดยการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยที่มีกิจกรรมหลากหลาย คือ การเรียงลำดับภาพเหตุการณ์ การเรียงฝาขวดน้ำ ภาพตัดต่อ การประดิษฐ์ของเล่น การวางแผนกิจวัตรประจำวันของตนเอง การเล่นเกมหอคอยอารมณ์ การตอบคำถามเกี่ยวกับการแสดงออกทางความรู้สึก และการเล่นเกมกระดาน ทั้ง 8 กิจกรรมนี้ได้มีการนำนิทานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการควบคุมตนเองในด้านนั้นๆ เข้ามามีส่วนช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ และมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ปกครองมากขึ้น โดยการดำเนินชุดกิจกรรมเริ่มจากกิจกรรมที่ง่ายไปหาที่ยาก เพื่อให้เด็กได้ฝึกสมาธิ มีความจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำการมีวินัยในการทำงานอย่างต่อเนื่องให้สำเร็จ รู้จักรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง การตั้งเป้าหมายและวางแผนการทำงานของตนเองให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง สามารถบอกความรู้สึกของตนได้สอดคล้องกับสถานการณ์การควบคุมอารมณ์ของตนเอง รวมถึงแสดงพฤติกรรมในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมตามลำดับ ส่งผลให้บรรยากาศในการใช้ชุดกิจกรรมของเด็กเกิดความสนุกสนาน สนใจ อยากร่วมเรียนรู้สอดคล้องกับแนวคิด Learning by Doing ของ Dewey (1959, ; สุปรียา ผาสุกสถิตพงศ์ และ ปิยะนันท์ หิรัณย์โชโลทร, 2565) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองผ่านประสบการณ์จริงจะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้

ได้ดี รวมถึงพฤติกรรมที่ดีจากการได้รับคำชม การให้กำลังใจ ซึ่งการกระทำต่าง ๆ ของผู้ปกครองล้วนส่งผลให้เด็กเกิดการเรียนรู้และเลียนแบบทั้งสิ้น ซึ่งเป็นแบบอย่างที่ดีถือเป็นการสอนที่ดีที่สุด อีกทั้งสอดคล้องทฤษฎีสังคมเชิงปัญญาของ Bandura (1986, ; อัจฉราลักษณ์ ทั้งทอง และปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร, 2564) ที่ได้กล่าวว่า การเรียนรู้ของมนุษย์เกิดจากการสังเกตพฤติกรรมที่ผู้อื่นกระทำ หรือเรียนรู้โดยการเลียนแบบจากตัวแบบ

2.จากผลการวิจัย พบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย มีพฤติกรรมการควบคุมตนเองทั้ง 2 ด้านเพิ่มขึ้น คือ ด้านความจำและนำไปใช้ และด้านยังคิด ไตร่ตรอง แสดงให้เห็นว่าการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองสามารถส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยได้ โดยชุดกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้ปกครองสามารถทำกิจกรรมร่วมกับเด็กที่บ้านได้ เป็นการร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครอง และผู้วิจัยในการส่งเสริมการควบคุมตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย และช่วยให้เกิดการมีปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวมากขึ้น โดยใช้รูปแบบการมีส่วนร่วมการเรียนรู้ที่บ้าน (Learning at home) เป็นการมีส่วนร่วมที่ผู้ปกครองได้ร่วมทำกิจกรรมการเรียนรู้ต่าง ๆ กับเด็กที่บ้าน ซึ่งสอดคล้องแนวคิดของ Epstein (1995 ; อรวรรณ สุวรรณศรี และปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร, 2559) ได้กล่าวถึงการเปิดโอกาสให้ผู้ปกครองได้เข้ามามีส่วนร่วมจะทำให้เด็กมีพัฒนาการในด้านนั้นๆ มากขึ้น ซึ่งชุดกิจกรรมฯ นี้มีรูปแบบในการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง คือมีกิจกรรมการประชุมกลุ่ม เป็นกิจกรรมที่ให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับพฤติกรรมควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย เพื่อนำไปส่งเสริมให้กับลูกที่บ้าน รับทราบข้อมูลแนวทางการดำเนินงานและการทำกิจกรรมของชุดกิจกรรมฯ รวมทั้งกำหนดเงื่อนไขในการบันทึกภาพระหว่างทำกิจกรรมร่วมกับลูก โดยมีขั้นตอนในการทำกิจกรรมดังนี้ 1.ศึกษาคู่มือการใช้งานในแต่ละชุดกิจกรรมฯ และจัดเตรียมอุปกรณ์ตามคู่มือ เพื่อสร้างบรรยากาศและความสะดวกในการเรียนรู้ 2. ผู้ปกครองเล่นิทานร่วมกับเด็ก ซึ่งนิทานที่จัดเตรียมไว้สอดคล้องเนื้อหาความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมการควบคุมตนเองในแต่ละด้าน และมีเนื้อหาสอดคล้องกับกิจกรรมในแต่ละชุด 3.นำสื่ออุปกรณ์ที่เตรียมไว้มาเล่นกับเด็ก ในระหว่างที่ทำกิจกรรมผู้ปกครองต้องมีส่วนร่วมในการใช้สื่อ สร้างสถานการณ์ บรรยากาศ สภาพแวดล้อมหรือใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ รวมทั้งการเสริมแรงให้กำลังใจเด็กในการปฏิบัติกิจกรรม และบันทึกภาพระหว่างทำกิจกรรมร่วมกับลูก แล้วนำส่งคลิปวิดีโอผ่านทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยกิจกรรมเครือข่ายสังคมออนไลน์ เป็นกิจกรรมที่สามารถติดต่อได้อย่างรวดเร็ว เพื่อพูดคุยกับผู้ปกครองในแลกเปลี่ยนข้อมูล ความคิดเห็น หรือแก้ไขปัญหาที่พบในระหว่างการจัดกิจกรรม และการส่งคลิปวิดีโอในระหว่างทำกิจกรรม การแบ่งปันข้อมูลและรูปภาพการจัดกิจกรรมผ่าน Line และ Facebook อย่างสม่ำเสมอ รวมถึงการสังเกตการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในขณะที่ทำกิจกรรมร่วมกับเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด Zone of Proximal Development ของ Vygotsky (1995, ; อารีนา มะแตเฮาะ, ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร และชลธิศ สมานิติ, 2664) ที่ได้กล่าวว่า การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยจะเกิดขึ้นเมื่อเด็กปฐมวัยพบกับกิจกรรมหรือสถานการณ์ที่ท้าทายเกินกว่าความสามารถในการแก้ปัญหาเพียงลำพังได้ แต่เมื่อเด็กปฐมวัยได้รับการช่วยเหลือ

[527]

Citation:



สุภาภรณ์ สมะฮอน, ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร และชลธิศ สมานิติ. (2566). ผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย.

วารสารสหวิทยาการวิจัยและวิชาการ, 3 (5), 511-530

Samaan, S., Hirunchalothorn, P., Samahito, C. (2023). The Effects of Using Parents' Involvement Activity Packages to Encourage Self-Control of Young

Children. Interdisciplinary Academic and Research Journal, 3 (5), 511-530; DOI: <https://doi.org/10.14456/iarj.2023.267>

สนับสนุนหรือคำแนะนำจากผู้ที่มีความสามารถมากกว่าอย่างเหมาะสมแล้ว จะช่วยให้เด็กปฐมวัยเกิดการเรียนรู้ที่ดีและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. จากผลการสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ปกครองเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่า ผู้ปกครองมีความพึงพอใจต่อรูปแบบกิจกรรมซึ่งมีความน่าสนใจ เหมาะสมกับสถานการณ์ในปัจจุบัน มีการจัดเตรียมสื่ออุปกรณ์ได้อย่างครบถ้วน มีคำอธิบายที่ชัดเจนทำให้ง่ายต่อการใช้ชุดกิจกรรม ปัญหาที่พบระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมคือข้อจำกัดของเวลาในการทำกิจกรรมของผู้ปกครองซึ่งจัดกิจกรรมในช่วงเวลาว่าง ดังนั้นควรมีการกำหนดระยะเวลาในการทำกิจกรรมของแต่ละชุดกิจกรรม ให้มีความยืดหยุ่นประมาณ 20 - 30 นาที และทำสัญลักษณ์ไว้เพื่อให้ผู้ปกครองทราบถึงระยะเวลาที่ต้องใช้ในระหว่างทำชุดกิจกรรม ทั้งนี้ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัยมากขึ้น สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปสอนลูกเพิ่มเติมในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี มีความประทับใจต่อชุดกิจกรรมก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว และได้เห็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมควบคุมตนเองของลูกดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับ National Parent Education Network (2022) ที่กล่าวถึงการส่งเสริมให้ผู้ปกครองเกิดความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะในการเลี้ยงดูบุตรที่ถูกต้องจะช่วยเพิ่มความเข้มแข็งให้กับครอบครัว หรือการให้การศึกษาแก่ผู้ปกครองอย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้เห็นการพัฒนาที่ดีของผู้ปกครองและลูกควบคู่กันจึงส่งผลให้ผู้ปกครองเกิดความพึงพอใจเมื่อตนเองได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมให้กับลูก และได้เห็นการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นของลูกด้วยตนเอง

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1. ใบบริบทของผู้ปกครองที่วิจัยในครั้งนี้พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่ใช้ส 20.00 น ในการทำกิจกรรมร่วมกับลูก เพื่อไม่ให้กระทบกับเวลาของผู้ปกครองในการพักผ่อน ควรมีการกำหนดระยะเวลาในการทำกิจกรรมของแต่ละชุดกิจกรรม ให้มีความยืดหยุ่นประมาณ 20 - 30 นาที และทำสัญลักษณ์ไว้เพื่อให้ผู้ปกครองทราบถึงระยะเวลาที่ต้องใช้ในระหว่างทำชุดกิจกรรม

2. ในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ไม่สามารถเก็บข้อมูลจากตัวเด็กได้โดยตรงอาจต้องใช้คลิปวิดีโอในการสังเกตพฤติกรรมของเด็ก ดังนั้นควรมีการกำหนดข้อปฏิบัติในการถ่ายคลิปวิดีโอให้เห็นการสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ปกครองและเด็ก เพื่อให้เห็นภาพการทำกิจกรรมร่วมกันที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

### ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาครั้งต่อไป

การวิจัยในครั้งนี้ได้ทำการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย ในด้านความจำและนำไปใช้ และด้านยั้งคิด ไตร่ตรอง ดังนั้นในการวิจัยครั้ง

ต่อไป ควรศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการส่งเสริมพฤติกรรมด้านอื่นๆ เช่น ด้านการคิดยืดหยุ่น ด้านทักษะชีวิต ด้านการคิดสร้างสรรค์ เป็นต้น

## เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. (2559). *หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560*. กรุงเทพฯ :

กระทรวงศึกษาธิการ

กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2554). *การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองกับโรงเรียน*. การศึกษาปฐมวัย, 5(4), 30 - 37.

จุฑาทิพย์ โอบอ้อม. (2556). *การพัฒนาโปรแกรมการให้ความรู้ผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตของเด็ก*

*ปฐมวัย*. ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ปฐมวัยศึกษา) สาขาวิชาปฐมวัยศึกษา ภาควิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ทิตนา แคมมณี. (2559). *ชุดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนและการฝึกทักษะกระบวนการกลุ่มชั้นประถมศึกษาปีที่*

*6*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เบญจวรรณ วิสุทธิเสน. (2562). *ผลของการจัดกิจกรรมเล่นไม้บล็อกเป็นกลุ่มที่มีต่อทักษะการจดจำและ*

*ควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ปฐมวัยศึกษา) สาขาวิชาปฐมวัยศึกษา ภาควิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุปรียา ผาสุกสถิตพงศ์ และ ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร. (2565). *ผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของ*

*ผู้ปกครอง “PLAY AT HOME” เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองในเด็กปฐมวัย*. *วารสารนวัตกรรมการศึกษาและการวิจัย*. 7(2), 438 - 454.

อรรวรรณ สุวรรณศรี และ ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร. (2559). *การศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของ*

*ผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมทักษะพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย*. *วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*. 31(2), 89-96.

อัจฉราลักษณ์ ทั้งทอง และปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร. (2564). *การให้ความรู้ผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเป็น*

*พลเมืองของเด็กปฐมวัยโดยใช้ชุดกิจกรรม “หนูน้อยสู้ภัยโควิด-19”*. *สิกขา วารสารศึกษาศาสตร์*. 10(1), 167-181.

อารีนา มะแดเฮาะ ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร และชลาธิป สมานิติ. (2664). *การใช้ชุดการเรียนรู้ “Di*

*Buemang” เพื่อส่งเสริมความคิดรวบยอดทางภูมิศาสตร์สำหรับเด็กปฐมวัย*. *วารสารการบริหารจัดการและนวัตกรรมท้องถิ่น*. 4(4), 28-38.

Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*.

Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

- Center on the Developing Child at Harvard University (2014). *Enhancing and Practicing Executive Function Skills with Children from Infancy to Adolescence*. Retrieved August 30, 2021, from: <http://www.developingchild.harvard.edu>.
- Dewey, J. (1959). *Experience and education*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Diamond, A. (2012). *Executive Functions*. REVIEW IN ADVANCE 5(12), 19.2-19.20 and Program Planning. *Applied Behavioral Sciences*, 7(10), 466-492.
- Epstein, J. L. (1995). *School/ family/community partnerships: Caring for the children we share*. *Phi Delta Kappan*, 76(9), 701-712.
- Galinsky, E. (2010). *How Do We Teach Children The Most Important Life Skills?: Prepared for the 14th Annual CCF Conference: Families as They Are: How do We Use What We Know?* Retrieved October 13, 2021, from [https://sites.utexas.edu/contemporaryfamilies/files/2013/11/2010-Fact\\_Galinsky\\_How-Do-We-Teach-Children.pdf](https://sites.utexas.edu/contemporaryfamilies/files/2013/11/2010-Fact_Galinsky_How-Do-We-Teach-Children.pdf)
- Heckman, (2012). *Invest in Early Childhood Development: Reduce Deficits, Strengthen the Economy*. Retrieved October 13, 2021, from: <https://heckmanequation.org/resource/invest-in-early-childhood-development-reduce-deficits-strengthen-the-economy/>
- NAEYC (2016). Focus and Self Control. *Teaching Young Children*. 9(3), 10-13.
- National Parent Education Network. (2022). *NPEN Core Principles*. Retrieved February 20, 2023, from <https://npen.org/about-npen/core-principles>
- Unicef. (2019). *Unicef Early Childhood Development Kit for Emergencies*. Retrieved October 15, 2021, from [https://www.unicef.org/evaldatabase/files/UNICEF\\_ECD\\_Kit\\_Synthesis.pdf](https://www.unicef.org/evaldatabase/files/UNICEF_ECD_Kit_Synthesis.pdf)
- Vygotsky, L.S. (1995). *Fantasi och kreativitet i barndomen [Imagination and Creativity in Childhood]*. Goteborg: Daidalos.