



วารสารอิเล็กทรอนิกส์
ทางการศึกษา

OJED, Vol. 13, No. 1, 2018, pp. 434 - 443

OJED

An Online Journal
of Education

<http://www.edu.chula.ac.th/ojed>

บทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล
ในโรงเรียนอนุบาลดอกไม้ขาว

PARENTS' ROLES IN PROMOTING EMOTIONAL WELLBEING FOR PRESCHOOLERS
IN DOKMAI KAO KINDERGARTEN

นางสาวพลอยลลิต บัวขำ *

Ploylallin Buakham

ผศ.ดร.ศศิลักษณ์ ขยันกิจ **

Asst. Prof. Sasilak Khayankij, Ph.D.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล 3 ด้าน ได้แก่ การเป็นตัวแบบ การสร้างบรรยากาศและจิตสภาวะแวดล้อม และการสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์ ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาลโรงเรียนอนุบาลดอกไม้ขาว ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2560 จำนวน 184 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามผู้ปกครอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า ผู้ปกครองส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}= 3.85$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ผู้ปกครองมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติอยู่ในระดับมากทั้ง 3 ด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การเป็นตัวแบบ ($\bar{x}= 3.94$) รองลงมา คือ การสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์ ($\bar{x}= 3.86$) และการสร้างบรรยากาศและจิตสภาวะแวดล้อม ($\bar{x}= 3.77$) ตามลำดับ

* นิสิตมหาบัณฑิตสาขาการศึกษาปฐมวัย ภาควิชาหลักสูตรและการสอน

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

E-mail Address: ploy.ploylallin@gmail.com

** อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ภาควิชาหลักสูตรและการสอน

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

E-mail Address: sasilak.k@chula.ac.th

ISSN1905-4491

Abstract

The purpose of this research was to study parents' roles in promoting emotional wellbeing for preschoolers in Dokmai Kao Kindergarten in three aspects: being a role model, creating a supportive atmosphere and creating a positive atmosphere and environment, and supporting emotional expression. The samples consisted of 184 parents of preschoolers studying at Dokmai Kao Kindergarten. The research tool was a questionnaire. The data was analyzed using percentage, mean, and standard deviation.

The research found that parents' roles in promoting emotional wellbeing for preschoolers in all three aspects performed at a high level ($\bar{x}$ = 3.85). Regarding each aspect, It was found that being a role model was being performed at a high level ($\bar{x}$ = 3.94), followed by supporting the expression of emotions ($\bar{x}$ = 3.86), and creating a supportive atmosphere and environment ($\bar{x}$ = 3.77), respectively.

คำสำคัญ: บทบาทผู้ปกครอง / การส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ / เด็กวัยอนุบาล

KEYWORDS: PARENTS' ROLES / PROMOTING EMTIONAL WELL-BEING PRESCHOOLERS

บทนำ

การอบรมเลี้ยงดูและปฏิสัมพันธ์เด็กปฐมวัยให้มีคุณภาพย่อมเกิดขึ้นจากความรักผูกพันและปฏิสัมพันธ์ที่เด็กได้รับจากผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด ธรรมชาติและการอบรมเลี้ยงดูส่งผลต่อพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็ก โดยเฉพาะความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งเป็นพื้นฐานของพัฒนาการด้านสติปัญญา เด็กปฐมวัยที่ได้รับการรัก การโอบกอด สัมผัสที่อ่อนโยน และกระตุ้นให้สังเกตสิ่งต่าง ๆ รอบตัว มีโอกาสในการพัฒนาทักษะทางด้านกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาได้สูงกว่าเด็กที่ขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับ ผู้เลี้ยงดูในช่วงวัยนี้ เด็กที่ได้รับการดูแล เอาใจใส่อย่างใกล้ชิดย่อมเติบโตขึ้นอย่างสมบูรณ์แข็งแรง มีความเชื่อมั่นและรู้จักคุณค่าของตน แผนพัฒนา สุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 12 มุ่งหวังให้คนไทยทุกกลุ่มวัยมีสุขภาพที่ดี ซึ่งสุขภาพดีเป็นผลจากสังคมดีหรือสังคม แห่งสุขภาวะ กล่าวคือ เป็นสังคมที่เป็นธรรมมีสิทธิความเป็นมนุษย์เสมอกัน ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น (กระทรวงสาธารณสุข, 2559) การสร้างสุขภาวะให้เกิดขึ้นกับเด็กปฐมวัยนับว่าเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องด้วยการ อบรมเลี้ยงดูเด็กในระยะปฐมวัยมีผลต่อโอกาสในการพัฒนาศักยภาพในอนาคต การพัฒนาที่ถูกต้องและ ไม่ล่าช้าช่วยให้เด็กมีทักษะทางกายภาพ ความฉลาดทางสติปัญญา และความมั่นคงทางอารมณ์ นำไปสู่การ เติบโตเป็นประชากรที่ดีมีคุณภาพ ประสบความสำเร็จในการศึกษาและการประกอบอาชีพ ซึ่งเป็นกำลังสำคัญ ของประเทศชาติต่อไป (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2559)

สุขภาวะของเด็กวัยอนุบาล หมายถึง ภาวะของเด็กปฐมวัยที่สมบูรณ์ ซึ่งประกอบด้วยการเจริญเติบโต พัฒนาการ และการเรียนรู้ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา และสังคม ที่เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวม อย่างสมดุล (World Health Organization [WHO], 2012) โดยสุขภาวะทางอารมณ์ของเด็กวัยอนุบาล คือ ความเป็นอยู่ที่ดีทางอารมณ์เป็นตัวที่ก่อให้เกิดการสร้างพฤติกรรมที่ดีต่อสุขภาพและความสนใจทางการศึกษา นอกจากนี้ยังช่วยป้องกันปัญหาทางพฤติกรรมที่จะเกิดขึ้น และความเจ็บป่วยทางจิต (The National Institute for Health and Care Excellence, 2012) ปัญหาสุขภาวะในปัจจุบันมีปัจจัยทาง สังคมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะในเด็ก ได้แก่ ปัญหาเศรษฐกิจในครอบครัว บิดามารดาอายุน้อย ครอบครัว แยกแยกเนื่องจากการหย่าร้าง สภาพแวดล้อมที่มีสิ่งยั่วยุเด็ก ค่านิยมต่างๆ ส่งผลให้เด็กขาดความรักความ

อบอุ่น มีปัญหาด้านอารมณ์จิตใจ (สกวรัตน์ เทพรักษ์, 2556) พ่อแม่หรือผู้ปกครองเป็นผู้อบรมเลี้ยงดูเด็กอย่างใกล้ชิด จึงควรเข้าใจและปฏิบัติตนในการรับมือกับปัญหาให้ถูกต้องและเหมาะสม

เนื่องจากการเสริมสร้างพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของเด็ก ควรปฏิบัติไปพร้อมๆ กันและสม่ำเสมอ ดังนั้นพัฒนาการหนึ่งย่อมส่งผลกระทบต่อพัฒนาการในด้านอื่นๆ หากเด็กไม่ได้รับการพัฒนาทางอารมณ์จะส่งผลให้มีติดขัดในความก้าวหน้าทางพัฒนาการและความสำเร็จในขั้นต่อไป (นิตยา ไทยาภิรมณ์, 2551)

บทบาทของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูมีความสำคัญต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น (กิตติยา แก้วขอมดี, 2555) ผู้ปกครองมีได้มีบทบาทในอบรมการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยเพื่อให้มีร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยแต่เพียงด้านเดียว หากต้องพัฒนาทางจิตใจและสังคมในเชิงจิตวิทยาให้กับเด็กด้วย ผู้ปกครองต้องตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานของเด็กอย่างเพียงพอ สร้างสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก ยอมรับในสิทธิความเป็นมนุษย์ของเด็ก ทั้งนี้จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการและความพร้อมในการเลี้ยงดูเด็กอย่างเหมาะสม เพื่อให้เด็กมีสุขภาวะที่ดีและสามารถพัฒนาให้เต็มศักยภาพของแต่ละบุคคล การเลี้ยงดูเอาใจใส่ของผู้ปกครองมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้และประสบความสำเร็จในชีวิตของเด็กเป็นอย่างมาก ซึ่งสุขภาวะทางอารมณ์ของเด็กก็มีความสำคัญและเปรียบเสมือนตัวชี้วัดโอกาสในการพัฒนาของเด็กในอนาคต

แนวทางสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ให้เด็ก Grose (2013) กล่าวว่า ผู้ปกครองต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในด้านลักษณะนิสัยทางอารมณ์-จิตใจ ให้เด็กได้นอนอย่างเพียงพอ ส่งเสริมให้เด็กออกกำลังกาย ส่งเสริมเด็กให้ทำกิจกรรมสร้างสรรค์ จัดสรรเวลาและพื้นที่ส่วนตัวของเด็ก พูดคุยกันหากมีปัญหา ได้สามารถระบายออกถึงปัญหาที่เกิดขึ้น ช่วยให้เด็กได้ผ่อนคลายจากความเครียดจากภาระประจำวัน เช่น หากิจกรรม หรืองานอดิเรก ให้เด็กได้รับรู้ถึงกิจวัตรประจำวันในวันหยุดและวันธรรมดาแตกต่างกัน ส่งเสริมให้เด็กได้ช่วยเหลือผู้อื่น จิตอาสา ทำสิ่งดีๆ ให้แก่สังคม หากิจกรรมหรือกิจกรรมที่เด็กสนใจ Mihaela (2015) นำเสนอวิธีการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ของเด็กอนุบาล ได้แก่ สอนและพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์ของตนเอง และสอนให้เด็กแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม Foster (2017) นำเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้สำหรับผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ของเด็ก ได้แก่ ตระหนักรู้และเอาใจใส่ปฏิกริยาและพฤติกรรมของเด็ก ช่วยเด็กให้ระบุสาเหตุของการเกิดอารมณ์และความรู้สึกต่างๆ พูดคุยสื่อสารและตั้งใจฟังเด็กพูดอย่างตั้งใจ ให้ความสำคัญกับการสะท้อนความคิดตนเองของเด็ก ส่งเสริมให้เด็กมีความยืดหยุ่นในการรับมือกับอารมณ์ที่ทำให้รู้สึกแย่ ดูแลการมีสัมพันธ์ทางอันดีระหว่างเด็กและผู้อื่น สอนให้เด็กเห็นคุณค่าและนับถือตนเอง (Self-esteem) จัดหาความต้องการจำเป็นให้แก่เด็ก เช่น ความปลอดภัย ความรัก Steffy (2014) นำเสนอแนวทางการพัฒนาสุขภาวะทางอารมณ์จิตใจของเด็ก ได้แก่ สอนเด็กให้สื่อสารอารมณ์ผ่านทางภาษา เรียนรู้ที่จะเข้าใจเด็ก เอาใจใส่เด็กทั้งด้านการกระทำและพฤติกรรม ส่งเสริมเด็กอย่างสร้างสรรค์ แสดงให้เด็กเห็นว่าการพบอุปสรรคเป็นเรื่องปกติสำหรับทุกคน เป็นตัวอย่างการแสดงออกทางความคิดในแง่บวกสอนให้เด็กห่างจากการการมีสุขภาวะทางอารมณ์ที่ไม่ดี

โรงเรียนอนุบาลดอกไม้ม้า (นามสมมุติ) เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่และสำนักงานคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐานแต่งตั้งให้เป็นโรงเรียนแกนนำในสังกัดของสำนักงานเขต ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจพื้นที่บริเวณใกล้เคียง พบว่า โรงเรียนตั้งอยู่ในพื้นที่ที่เป็นแหล่งอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ มีพื้นที่เกษตรกรรมและโรงงานแปรรูปผลิตผลทางเกษตร มีผู้ที่อยู่ต่างถิ่นย้ายเข้ามาอาศัยและประชากรเป็นผู้ใช้แรงงานเป็นจำนวนมาก โดยพื้นที่รอบข้างมีประชากรอาศัยอยู่หนาแน่น การจราจรคับคั่ง สภาพแวดล้อมเกิดมลพิษทั้งทางอากาศและทางเสียงที่เกิดจากแหล่งอุตสาหกรรม ตลอดจนสนามเด็กเล่นมีปริมาณไม่เพียงพอต่อจำนวนเด็กที่อาศัยอยู่ในชุมชน

เด็กวัยอนุบาลไม่สามารถใช้ประโยชน์จากสนามเด็กเล่นได้อย่างทั่วถึง และที่สำคัญผู้คนที่อาศัยในบริเวณนี้ บางกลุ่มมีความเกี่ยวข้องกับยาเสพติดซึ่งยังคงเป็นปัญหาสำคัญของชุมชนที่ทางการให้ความสำคัญแต่ไม่สามารถดำเนินการจัดการให้หมดสิ้นซึ่งอาจจะส่งผลไปสู่ปัญหาด้านสุขภาวะทางอารมณ์ในเด็กวัยอนุบาล ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาบทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล ด้านการเป็นตัวแบบ การสร้างบรรยากาศและจัดสภาพแวดล้อม และการสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์เพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการปฏิบัติของผู้ปกครองต่อเด็ก อันนำมาสู่การปรับปรุงแนวทางในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ของเด็กวัยอนุบาลที่ถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลใน 3 ด้าน ได้แก่ 1) การเป็นตัวแบบ 2) การสร้างบรรยากาศและจัดสภาพแวดล้อม และ 3) การสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล 3 ด้าน ได้แก่ การเป็นตัวแบบ การสร้างบรรยากาศและจัดสภาพแวดล้อม และการสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์

ตาราง 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ประเด็นที่ศึกษา	ประเด็นหลัก	ประเด็นย่อย
บทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล	1. การเป็นตัวแบบ	1.1 ลักษณะนิสัยด้านอารมณ์จิตใจ
		1.2 การแสดงออกทางอารมณ์
		2.1 การจัดสภาพแวดล้อม
	2. การสร้างบรรยากาศและจัดสภาพแวดล้อม	2.2 การสร้างบรรยากาศ
		3.1 การสอนทักษะการจัดการอารมณ์
	3. การสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์	3.2 การจัดโอกาสให้เด็กได้ช่วยเหลือผู้อื่น
		3.3 การเปิดโอกาสให้เด็กได้ผ่อนคลายความเครียด

ประชากรและตัวอย่าง

1. ประชากรที่ศึกษา ได้แก่ ผู้ปกครองเด็กชั้นอนุบาล 1 และ 2 โรงเรียนอนุบาลดอกไม้ม้าขาว สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2560 รวมจำนวน 335 คน

2. ตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ปกครองเด็กชั้นอนุบาล 1 และ 2 โรงเรียนอนุบาลดอกไม้ม้าขาว

จำนวน 184 คน ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดตัวอย่างด้วยวิธีของ Taro Yamane ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และระดับความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 5% ผู้วิจัยกำหนดสัดส่วนตัวอย่างโดยแบ่งเป็นผู้ปกครองเด็กชั้นอนุบาล 1 และ 2 อย่างละเท่า ๆ กัน จากนั้นสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายด้วยการจับสลาก ได้ผู้ปกครองเด็กชั้นอนุบาล 1 จำนวน 92 คน และอนุบาล 2 จำนวน 92 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 1 ชุด ได้แก่ แบบสอบถามผู้ปกครอง เรื่อง บทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล ประกอบด้วย 3 ตอน ดังนี้
ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ความสัมพันธ์กับเด็ก จำนวนบุตร สถานะ อาชีพ ระดับการศึกษาสูงสุด รายได้ต่อเดือน เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกับเด็กในวันธรรมดา และเวลาในการทำกิจกรรมร่วมกับเด็กในวันเสาร์อาทิตย์หรือวันหยุด มีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ จำนวน 10 ข้อ
ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับบทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล ใน 3 ด้าน ได้แก่ การเป็นต้นแบบ การสร้างบรรยากาศและจิตสภาพแวดล้อม และการสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 40 ข้อ
ตอนที่ 3 ความคิดเห็นเพิ่มเติม มีลักษณะเป็นแบบคำถามปลายเปิด จำนวน 1 ข้อ
2. การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้
2.1 ศึกษาข้อมูล แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางอารมณ์ ความหมาย ความสำคัญ และหลักการพัฒนาสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล
2.2 กำหนดคำนิยามและตัวบ่งชี้บทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล และดำเนินการสร้างแบบสอบถามฉบับร่าง
2.3 ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา และความตรงเชิงโครงสร้าง โดยนำแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาถึงความเหมาะสมทางด้านภาษา ความครอบคลุม และความเหมาะสม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

- ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้
1. ผู้วิจัยส่งจดหมายขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากสาขาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลดอกไม้ขาว
 2. ผู้วิจัยส่งแบบสอบถามบทบาทในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลด้วยตนเองไปยังโรงเรียนอนุบาลดอกไม้ขาว จำนวน 184 ฉบับ
 3. ผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามด้วยตนเอง และตรวจนับจำนวนแบบสอบถามบทบาทในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลที่ได้รับกลับคืน สรุปจำนวนแบบสอบถามผู้ปกครองได้รับคืนจำนวน 170 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 92.39

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัย เรื่องบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลในโรงเรียนอนุบาลดอกไม้ขาว ผู้ปกครองส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็ก

วัยอนุบาล มีรายละเอียด ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 ข้อมูลบทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะของเด็กวัยอนุบาล วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแล้วนำมาแปลความหมาย และวิเคราะห์โดยถ้อยแถลงข้อมูลทางสถิติที่ได้นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง โดยใช้เกณฑ์การแปลความหมายระดับการปฏิบัติ 5 ระดับ (บุญชม ศรีสะอาด, 2553) ดังนี้

4.51 – 5.00 หมายถึง ปฏิบัติอยู่ในระดับมากที่สุด

3.51 – 4.50 หมายถึง ปฏิบัติอยู่ในระดับมาก

2.51 – 3.50 หมายถึง ปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

1.51 – 2.50 หมายถึง ปฏิบัติอยู่ในระดับน้อย

1.00 – 1.50 หมายถึง ปฏิบัติอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ข้อมูลความคิดเห็นเพิ่มเติม วิเคราะห์โดยนำข้อมูลมาสรุป แจกแจงความถี่ แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปความเรียง

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง บทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลในโรงเรียนอนุบาลดอกไม้วา สรุปลำดับดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ปกครองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 59.54 มีอายุระหว่าง 20-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 61.92 มีความสัมพันธ์กับเด็กเป็นมารดา คิดเป็นร้อยละ 52.43 โดยมีจำนวนบุตร 2 คน คิดเป็นร้อยละ 44.01 สถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 76.24 ประกอบอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 35.71 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 52.42 มีรายได้ต่อเดือน 15,001 – 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 38.11 ใช้เวลาทำกิจกรรมร่วมกับเด็กในวันธรรมดา 1 – 2 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 47.64 และใช้เวลาทำกิจกรรมร่วมกับเด็กในวันเสาร์อาทิตย์ หรือวันหยุด 5 – 6 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 35.77

2. บทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล

ผู้ปกครองส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.85$) เมื่อพิจารณาแต่ละด้านพบว่า มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 3 ด้าน รายละเอียดเป็นดังนี้

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ยเลข ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลของระดับการปฏิบัติของ ผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาล

บทบาทผู้ปกครอง	$\bar{x}$	S.D.	ระดับการปฏิบัติ
1. การเป็นตัวแบบ	3.94	0.54	มาก
2. การสร้างบรรยากาศและจัดสภาพแวดล้อม	3.77	0.54	มาก
3. การสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์	3.86	0.57	มาก
รวม	3.85	0.86	มาก

2.1 การเป็นตัวแบบ ผู้ปกครองมีบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.94) เมื่อพิจารณาประเด็นย่อยเป็นดังนี้

1) ลักษณะนิสัยด้านอารมณ์จิตใจ ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.94) โดยปฏิบัติอยู่ในระดับมากทุกรายการ รายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติสูงสุด คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง ($x\bar{=}$ 4.09) และรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติต่ำสุด คือ การดูแลสุขภาวะของตนเอง ($x\bar{=}$ 3.69)

2) การแสดงออกทางอารมณ์ ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.94) โดยปฏิบัติอยู่ในระดับมากทุกรายการ รายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติสูงสุด คือ การเคารพและให้เกียรติผู้อื่น ($x\bar{=}$ 4.13) และรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติต่ำสุด คือ การพูดจาไพเราะ สุภาพ ($x\bar{=}$ 3.82)

2.2 การสร้างบรรยากาศและจัดสภาพแวดล้อม ผู้ปกครองมีบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.77) เมื่อพิจารณาประเด็นย่อยเป็นดังนี้

1) การจัดสภาพแวดล้อม ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.65) โดยรายการที่ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก มี 7 รายการ รายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติสูงสุด คือ การจัดตารางกิจวัตรประจำวันที่มีเหมาะสมสำหรับเด็ก ($x\bar{=}$ 3.89) และรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติต่ำสุด คือ การสร้างบรรยากาศให้ผ่อนคลายขณะที่เด็กทำกิจกรรม ($x\bar{=}$ 3.53) ส่วนรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง มี 1 รายการ คือ การจัดบริเวณให้เด็กเล่นกลางแจ้ง ($x\bar{=}$ 3.41)

2) การสร้างบรรยากาศ ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.65) โดยรายการที่ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก มี 7 รายการ รายการปฏิบัติที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติสูงสุด คือ การแสดงออกทางความรักและความอบอุ่น ($x\bar{=}$ 4.21) และรายการปฏิบัติที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติต่ำสุด คือ การตอบสนองต่อเด็กตามธรรมชาติและพื้นอารมณ์ ($x\bar{=}$ 3.84) รายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง มี 1 รายการ คือ การเล่นนิทานก่อนนอน ($x\bar{=}$ 3.08)

2.3 การสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์ ผู้ปกครองมีบทบาทการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.86) เมื่อพิจารณาประเด็นย่อยเป็นดังนี้

1) การสอนทักษะการจัดการอารมณ์ ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.7) โดยทุกรายการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก รายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติสูงสุด คือ การสอนคำศัพท์ที่หลากหลายในการแสดงอารมณ์ ($x\bar{=}$ 3.82) และรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติต่ำสุด คือ การสอนให้เข้าใจอารมณ์ของตนเอง ($x\bar{=}$ 3.61)

2) การจัดโอกาสให้เด็กได้ช่วยเหลือผู้อื่น ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 3.88) โดยทุกรายการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก รายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติสูงสุด คือ การสอนให้มีความใจช่วยเหลือผู้อื่น ($x\bar{=}$ 4.02) และรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติต่ำสุด คือ การจัดโอกาสให้เด็กมีส่วนร่วมช่วยเหลือสังคม ($x\bar{=}$ 3.73)

3) การเปิดโอกาสให้เด็กได้ผ่อนคลายความเครียด ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ($x\bar{=}$ 4.01) โดยทุกรายการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก รายการที่มีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติสูงสุด คือ การจัดให้เด็กนอนหลับเพียงพอ ($x\bar{=}$ 4.17) และรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติต่ำสุด คือ การให้เด็กถือสิ่งของที่รักเป็นพิเศษเมื่อไม่สบายใจ ($x\bar{=}$ 3.81)

อภิปรายผล

ผลการวิจัยเรื่อง บทบาทผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลในโรงเรียนอนุบาลดอกไม้วา ผู้วิจัยได้แบ่งอภิปรายผลออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. การเป็นตัวแบบ ผลการวิจัย พบว่า ผู้ปกครองมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาในประเด็นย่อย พบว่า ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมากทั้ง 2 ประเด็น คือ ลักษณะนิสัยด้านอารมณ์จิตใจ และการแสดงออกทางอารมณ์ จากผลการวิจัยผู้ปกครองกลุ่มนี้มีบุคลิกภาพที่เป็นไปในทางบวกนำไปสู่การเป็นตัวแบบที่ดี ซึ่งผู้ปกครองเป็นบุคคลใกล้ชิดที่มีอิทธิพลในการสร้างแรงบันดาลใจให้แก่เด็ก ดังที่ พัฒนา ชัชพงศ์ (2555) ได้อธิบายว่า ผู้ปกครอง คือ ครูคนแรกของเด็กซึ่งเด็กได้เรียนรู้หลายสิ่งหลายอย่างที่บ้าน ซึ่งสอดคล้องกับ Grose (2015) ที่ได้นำเสนอแนวทางสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ให้เด็กอนุบาล โดยการเป็นแบบอย่างที่ดีในด้านลักษณะนิสัยทางอารมณ์จิตใจ รายการปฏิบัติในการดูแลสุขภาวะของตนเองของผู้ปกครองกลุ่มนี้ มีค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติที่น้อยที่สุด ดังผลการวิจัยที่พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่ทำงานและให้ความสำคัญด้านสุขภาวะทางกายน้อยเกินไป แต่อย่างไรก็ตามสุขภาวะทางกายและสุขภาวะทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กัน และส่งผลไปในทิศทางเดียวกัน ดังที่ ชีววรรณ ปัญญาพิยัตจาดิ (2554) อธิบายว่า ภาวะความเจ็บป่วยของร่างกายส่งผลกระทบต่อจิตใจทำให้ไม่มีความสุข แต่เนื่องจากผู้ปกครองกลุ่มนี้มีอายุไม่มาก ปัญหาสุขภาวะทางกายจึงยังไม่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะทางอารมณ์มากนัก

2. การสร้างบรรยากาศและจิตสภาพแวดล้อม ผลการวิจัย พบว่า ผู้ปกครองมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาในประเด็นย่อย พบว่า ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมากทุกประเด็น คือ การจัดสภาพแวดล้อม และการสร้างบรรยากาศ จากผลการวิจัย ผู้ปกครองส่วนใหญ่จบการศึกษาปริญญาตรี มีความรู้และศักยภาพทางการเงินในการจัดบรรยากาศและสภาพแวดล้อม จึงเป็นสิ่งที่สนับสนุนสุขภาวะทางอารมณ์ของเด็ก ดังที่ สุภาวดี แดงมีทรัพย์ (2558) กล่าวว่า บทบาทของพ่อแม่และผู้ปกครองควรตอบสนองความต้องการพื้นฐานของเด็ก โดยการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการพัฒนาการของเด็ก และยอมรับในสิทธิของความเป็นคนของเด็ก สอดคล้องกับ Foster (2017) ได้อธิบายแนวทางการประยุกต์ใช้สำหรับผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ของเด็ก ผู้ปกครองจำเป็นต้องตระหนักรู้และเอาใจใส่ปฏิกริยาและพฤติกรรมของเด็ก พูดคุยสื่อสารและฟังเด็กพูดอย่างตั้งใจ ดูแลการมีสัมพันธ์ภาพอันดีระหว่างเด็กและผู้อื่น จัดหาความต้องการจำเป็นให้แก่เด็ก เช่น ความปลอดภัย ความรัก ความอบอุ่น เป็นต้น รายการปฏิบัติในการเล่นให้เด็กฟังก่อนนอน และการจัดบริเวณให้เด็กเล่นกลางแจ้งของผู้ปกครองกลุ่มนี้มีค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติที่น้อยที่สุด โดยปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นเพราะมีเวลาทำกิจกรรมร่วมกับเด็กค่อนข้างน้อยในวันธรรมดา และข้อจำกัดทางพื้นที่ สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน (2016) กล่าวว่า อย่างไรก็ตามทั้ง 2 กิจกรรมนี้เป็นสิ่งที่ช่วยให้เด็กมีความผูกพันและเกิดการเรียนรู้ได้ผู้ปกครองควรมีความใส่ใจมากขึ้น

3. การสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์ ผลการวิจัย พบว่า ผู้ปกครองมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาในประเด็นย่อย พบว่า ผู้ปกครองปฏิบัติอยู่ในระดับมากทุกประเด็น คือ การสอนทักษะการจัดการอารมณ์ การจัดโอกาสให้เด็กได้ช่วยเหลือผู้อื่น และการเปิดโอกาสให้เด็กได้ผ่อนคลายความเครียด เนื่องจากผู้ปกครองกลุ่มนี้มีบทบาทในการสอนให้เด็กใช้คำศัพท์ในการระบุอารมณ์ที่หลากหลาย จัดโอกาสให้เด็กมีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคมอยู่บ่อยครั้ง จึงเป็นการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ที่ดีต่อเด็ก ดังที่ Steffy (2014) การสอนเด็กให้สื่อสารอารมณ์ผ่านทางภาษา ส่งเสริมเด็กอย่างสร้างสรรค์ และสอนให้เด็กห่างจากการมีสุขภาวะทางอารมณ์ที่ไม่ดี เป็นการสนับสนุนให้เด็กได้แสดงออกและจัดการอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับ Mihaela (2015) ที่ได้กล่าวว่า สุขภาวะของเด็กวัยอนุบาลทางอารมณ์เป็นความสามารถในการระบุและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแสดงอารมณ์สื่อสารในสิ่งที่ตนเองรู้สึกได้ มีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมรวมถึงมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น โดยผู้ปกครองมีบทบาทสอนและพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์ของตนเองให้แก่เด็ก และสอนให้เด็กแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม รายการที่ผู้ปกครองมีการปฏิบัติที่น้อยที่สุด คือ การสอนเทคนิคในการควบคุมอารมณ์ให้แก่เด็ก อาจเนื่องมาจาก

การขาดความรู้ความเข้าใจในการส่งเสริมการฝึกทักษะการจัดการอารมณ์แก่เด็ก ผู้ปกครองมักใช้การปลอบใจ การโอบกอด มากกว่าการสอนเทคนิคในการควบคุมอารมณ์ รวมถึงเวลาในการอยู่ร่วมกับเด็กในวันธรรมดา ค่อนข้างน้อย

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. โรงเรียนควรมีการจัดอบรมและให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับหลักการในการจัดบริเวณเล่น กลางแจ้งให้แก่เด็กอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับวัย
2. โรงเรียนควรมีการให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ และจัดกิจกรรมการเล่นเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางด้านอารมณ์ที่ดีให้แก่เด็ก
3. โรงเรียนควรจัดอบรมเพื่อสร้างความตระหนักให้ผู้ปกครองเห็นความสำคัญถึงบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะแก่เด็ก โดยเน้นการเป็นแบบอย่างในการดูแลสุขภาวะทางอารมณ์ของตนเอง และทำความเข้าใจแนวทางปฏิบัติในการสร้างสุขภาวะทางกายที่ถูกต้องเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์ที่ดีให้แก่เด็กและตนเอง

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

1. ควรศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับโรงเรียนในสังกัดหน่วยงานอื่น ๆ เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับงานวิจัยนี้กว้างขวางยิ่งขึ้น
2. ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการให้ความรู้แก่ผู้ปกครองในการส่งเสริมสุขภาวะทางอารมณ์แก่เด็กวัยอนุบาลเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กระทรวงสาธารณสุข. (2559). *แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 12*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ องค์การทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- กิตติยา แก้วขอมดี. (2553). *การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย*. สืบค้นจาก <https://www.gotoknow.org/posts/337450>
- ชัชวราภรณ์ ปัญญาพิทยจาดิ. (2554). *อารมณ์ปัจจัยก่อโรคที่ไม่ควรมองข้าม*. สืบค้นจาก <http://www.thaihealth.or.th/Content/24207>
- นิตยา ไทยาภิรมณ์. (2551). *การส่งเสริมพัฒนาการเด็ก*. สืบค้นจาก <http://www3.nurse.cmu.ac.th/childcare2013/?cat=3>
- บุญชม ศรีสะอาด. (2553). *การวิจัยเบื้องต้น*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุวิริยาสาสน์.
- พัฒนา ชัชพงศ์. (2555). *ความร่วมมือบ้านและโรงเรียน ผู้ปกครองกับการส่งเสริมพัฒนาการของลูก*. สืบค้นจาก http://www.kukai.ac.th/Thai/knowledge_Home-and-school-cooperation.php
- สกวารัตน์ เทพรักษ์. (2556). *สุขภาวะเด็กไทยภายใต้ศูนย์เด็กเล็กคุณภาพ*. สืบค้นจาก <http://hpc5.anamai.moph.go.th/riskcomm/index.php>
- สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน. (2016). *เหตุผลที่ควรอ่านนิทานให้ลูกฟัง*. สืบค้นจาก <http://www.rakluke.com/article/24/121/4167/10>

สุภาวดี แดงมีทรัพย์. (2558). *หน้าที่ของผู้ปกครองที่ดีต่อลูก*. สืบค้นจาก <https://www.ptacentral.org>
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2559). *สุขภาวะเด็กปฐมวัยคุณภาพที่สร้างได้*. สืบค้นจาก
<http://www.thaihealth.or.th/Content/32992>

ภาษาอังกฤษ

- Foster, J. (2017). *Children's emotional well-being: Eight practical tips for parents*.
Retrieved from
http://www.creativitypost.com/education/childrens_emotional_well_being_eight_practical_tips_for_parents
- Grose, M. (2015) *10 ways to promote good mental health & wellbeing in kids*.
Retrieved from <http://parentingideas.au/schools/insight/10-ways-to-promote-good-mental-health-wellbeing-in-kids/>
- Mihaela, T. (2015). Promoting the emotional wellbeing of preschoolers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 209(2015), 509 – 513.
doi:10.1016/j.sbspro.2015.11.280
- Steffy, L. (2014). *7 tips to improve your child's mental health & emotional well-being*.
Retrieved from. <https://www.carizon.ca/7-tips-improve-childs-mental-health-emotional-well/>
- The National Institute for Health and Care Excellence. (2012). *Social and emotional wellbeing: early years*. Retrieved from
<https://www.nice.org.uk/guidance/ph40/chapter/8-glossary>
- World Health Organization [WHO]. (2012). Social determinants of health and well-being among young people. *Health policy for children and adolescents*, 36(6), 1-7.