การพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

The Development of Constructive and Symbolic Play Program to Enhance Self-Regulation of Young Children

(Received: May 23, 2025; Revised: June 15, 2025; Accepted: July 11, 2025)

นฤมล มหิกุล[1] ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร[2] เพ็ญศรี แสวงเจริญ[3]

Naruemon Mahikul[1] Piyanan Hirunchalothorn[2] Pensri Sawangchareon[3]

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย 2) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย กลุ่มเป้าหมาย คือ เด็กปฐมวัยอายุ 3–4 ปี เพลย์คิดส์เซ็นเตอร์ จังหวัดสระบุรี จำนวน 16 คน การวิจัยแบ่งเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาโปรแกรมฯ ระยะที่ 2 การทดลองใช้และการประเมินผลโปรแกรมฯ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย และแบบประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) โปรแกรมฯ มีลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือประการแรก ด้านเนื้อหาความรู้ที่ช่วยให้ครูผู้ใช้โปรแกรมฯ เข้าใจหลักการ แนวคิด ทฤษฎี วัตถุประสงค์ ขอบเขต และเนื้อหาของโปรแกรมฯ เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ผ่านการเล่นผสมผสานกันระหว่างการเล่นเชิงสัญลักษณ์และการเล่นสร้าง ประการที่สองด้านการดำเนินงาน ประกอบด้วยการเตรียมความพร้อม และการสร้างความเข้าใจให้กับครูผู้ใช้โปรแกรมฯ ครูนำไปปฏิบัติทำกิจกรรมร่วมกับเด็ก กิจกรรมประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลอุปสรรคในการทำกิจกรรม และประชุมสรุปกิจกรรมหลังใช้โปรแกรมฯ ประการที่สาม สื่อของโปรแกรมฯ ประกอบด้วยคู่มือโปรแกรม และสื่อชุดกิจกรรม จำนวน 4 หัวเรื่อง 30 กิจกรรม 2) ผลการทดลองใช้โปรแกรมฯ พบว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัด

[1] คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ e-mail: Naruemon.mahikul@hotmail.com
Faculty of Education, Kasetsart University

[2, 3] คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
Faculty of Education, Kasetsart University

กิจกรรมตามโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติมีคะแนนเฉลี่ยการกำกับตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง ด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือด้านการกำกับพฤติกรรม รองลงมาคือด้านการกำกับอารมณ์ และด้านการกำกับการรู้คิด ตามลำดับ

คำสำคัญ: โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ การกำกับตนเอง เด็กปฐมวัย

Abstract

The purposes of this research were to develop and evaluate a constructive and symbolic play program to enhance self-regulation of young children. The participants were 16 children, aged 3–4 years, at PlayKidsCenter, Saraburi Province. The research consists of 2 main phases: Phase 1, Development Phase– Designing and refining the program; Phase 2, Implementation and Evaluation Phase– Conducting trials and assessing effectiveness; The research instruments included the constructive and symbolic play program to enhance self-regulation of young children and self-regulation assessment. The data were analyzed using the mean, standard deviation, and content analysis.

The research results indicated that 1) the program possesses 3 key characteristics. The first, regarding the content dimension, is that the program provided essential knowledge that enables participating teachers to understand the underlying principles, conceptual frameworks, theories, objectives, scope, and content of the program. This knowledge aims to support the development of self-regulation in early childhood through the integration of symbolic play and constructive play. The second, in terms of implementation, the program included preparatory activities and orientation sessions designed to build understanding among teachers. Teachers were responsible for implementing the activities with children, participating in reflective meetings to share experiences, discussing challenges and obstacles encountered during the implementation, and engaging in summary sessions following the completion of the program. The third, the program materials consisted of a comprehensive manual and a set of activity media, comprising 4 themes and a total of 30 activities. 2) The results of the program implementation indicated that early

childhood children who participated in the constructive and symbolic play-based activities demonstrated higher average scores in self-regulation compared to their pre-program scores. The highest improvement was observed in behavioral regulation, followed by emotional regulation and cognitive regulation, respectively.

Keywords: Constructive Play, Symbolic Play, Self-Regulation, Young Children

บทนำ

เด็กปฐมวัยเป็นวัยทองของการเรียนรู้ซึ่งส่งผลต่อพัฒนาการทุกด้านรวมถึงความสามารถในการกำกับตนเองทั้งในด้านกำกับอารมณ์ ด้านกำกับการรู้คิด และด้านกำกับพฤติกรรม ดังนั้นการให้ความสำคัญ และการสร้างเสริมพัฒนาการของเด็กในช่วงนี้จึงเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งในการสร้างบุคลิกภาพที่ดีและการเตรียมความพร้อมให้กับอนาคตของเด็ก (Ilgar and Karakurt, 2018, p. 33)

จากข้อมูลในปี 2559 สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) ได้สนับสนุนการวิจัยในโครงการพัฒนาและหาค่าเกณฑ์มาตรฐานเครื่องมือประเมินการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กทั่วทุกภาคของประเทศไทยพบว่าเด็กไทยวัย 2-6 ปีมีคะแนนพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร โดยรวมล่าช้ากว่าเกณฑ์เฉลี่ยเล็กน้อยไปจนถึงล่าช้ามาก ประมาณเกือบ 30% ซึ่งเด็กเหล่านี้จะมีปัญหาในการกำกับตนเอง ทำให้เด็กมีพฤติกรรมหุนหันพลันแล่น ใจร้อน รอคอยไม่เป็น สมาธิสั้น วอกแวกง่าย ไม่สามารถทำงานที่ยากให้สำเร็จได้ และในระยะยาวอาจส่งผลเสียต่อการเรียน การทำงาน การอยู่ร่วมกับผู้อื่น รวมทั้งปัญหาสังคมอื่น ๆ ตามมา (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2561)

การกำกับตนเองในเด็กปฐมวัยมีความสำคัญมากเนื่องจากเป็นกระบวนการที่ช่วยให้เด็กเรียนรู้และพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการเติบโต การใช้ชีวิต และการปรับตัวในสังคมได้อย่างเหมาะสม รวมถึงช่วยส่งเสริมสวัสดิภาพที่ดีตลอดช่วงชีวิตทั้งในเรื่องสุขภาพ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และความสำเร็จทางการศึกษา (Rosanbalm and Murray, 2017) โดยการกำกับตนเองช่วยให้เด็กเรียนรู้ทักษะการรู้คิด การวางแผน การทำงานเป็นทีม การแก้ปัญหา ความรับผิดชอบ การควบคุมอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมในการทำเป้าหมายให้สำเร็จ ซึ่งช่วยส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองในการกล้าทดลองลงมือทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองเด็กจะเรียนรู้ว่าตนเองสามารถแก้ไขปัญหาและทำตามเป้าหมายของตนเอง (Ilgar and Karakurt, 2018, p. 33) การกำกับตนเองยังช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ทักษะสังคม ช่วยพัฒนาทักษะอารมณ์ การเรียนรู้เข้าใจและควบคุมอารมณ์ได้ การเรียนรู้การสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ดังนั้นการกำกับตนเองในเด็กปฐมวัยจึงสำคัญต่อการพัฒนาทักษะ

ที่จำเป็นสำหรับชีวิตในอนาคต การส่งเสริมและสนับสนุนการกำกับตนเองในวัยเด็กเป็นการลงทุนเพื่อความสำเร็จในอนาคต เนื่องจากการกำกับตนเองที่ดีจะทำนายผลการเรียนที่ดีขึ้นในโรงเรียน ความสัมพันธ์กับผู้อื่นดีขึ้น และปัญหาด้านพฤติกรรมน้อยลง (Rosanbalm and Murray, 2017)

การส่งเสริมการกำกับตนเองในเด็กปฐมวัยเป็นหนึ่งในกระบวนการสำคัญที่มีผลต่อการพัฒนาเด็กปฐมวัยอย่างมีประสิทธิภาพเนื่องจากส่งผลต่อความสำเร็จของชีวิตในระยะยาวโดยเด็กที่มีการกำกับตนเองจะพร้อมรับกับความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของโลกในศตวรรษที่ 21 ตามพัฒนาการตามวัยเด็กในช่วงวัยนี้มีความต้องการการเรียนรู้ผ่านการเล่น (Yogman et al, 2018, pp. 1-2) เนื่องจากการเล่นเป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็ก ซึ่งไม่เพียงแต่ช่วยส่งเสริมทักษะทางกายและจิตใจ แต่ยังเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาการกำกับตนเองของเด็ก (Ilgar and Karakurt, 2018, p. 34) การที่เด็กมีทักษะในการกำกับตนเองที่ดี จะส่งผลให้สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี การเล่นที่ถูกออกแบบมาอย่างเหมาะสมและส่งเสริมการเรียนรู้สามารถช่วยให้เด็กพัฒนาทักษะนี้ได้อย่างเต็มที่ ดังนั้น การส่งเสริมการกำกับตนเองผ่านการเล่นจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ปกครอง ครู ผู้ดูแลเด็กต้องมีความเข้าใจในธรรมชาติของเด็ก และพัฒนาการของเด็กว่าในวัยนี้เด็กมีความสนใจ ต้องการที่จะเรียนรู้แบบไหน โดยทำกิจกรรมการเล่นที่เด็กสนใจและส่งเสริมการกำกับตนเอง เพื่อให้เด็กเติบโตอย่างมีคุณภาพและมีความสามารถในการจัดการกับความท้าทายในอนาคตได้ (Children's Services Central, n.d.)

การเล่นที่ส่งเสริมการกำกับตนเองนั้นมีหลายประเภท หนึ่งในนั้นคือ การเล่นเชิงสัญลักษณ์ การเล่นที่เด็กเริ่มมีการใช้สัญลักษณ์แทนสิ่งจริง เช่น การนำวัตถุมาเลียนแบบเป็นสิ่งต่าง ๆ หรือการเล่นบทบาทสมมุติที่เป็นการเล่นที่ส่งเสริมการกำกับตนเองที่ดีที่สุดตามแนวคิดของ Vygotsky (McIlroy, 2024) และการเล่นสร้างการเล่นที่เด็กใช้วัสดุปลายเปิดต่าง ๆ สร้างบางสิ่งบางอย่างอย่างตั้งใจและสร้างสรรค์ ที่สำคัญที่สุดการเล่นสร้างเป็นรูปแบบการเล่นอิสระแบบเปิดกว้าง เด็ก ๆ มีโอกาสเชื่อมโยงความคิดของตนเองกับโลกแห่งความเป็นจริง ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์ การแก้ปัญหา และการทดลองอย่างมีวิจารณญาณ (Arnerich, 2021) จากความสำคัญของการเล่น ทั้งการเล่นเชิงสัญลักษณ์ และการเล่นสร้างที่ส่งเสริมการกำกับตนเอง ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญและสนใจที่จะนำมาพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยที่ช่วยส่งเสริมการกำกับตนเอง เนื่องจากเป็นการเล่นที่เด็กสนใจ เหมาะสมกับช่วงอายุกลุ่มเป้าหมาย และส่งเสริมการกำกับตนเองเพื่อพัฒนาโปรแกรมการเล่นเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยให้ครูนำไปใช้ได้ง่ายอย่างมีประสิทธิภาพ โดยโปรแกรมการเล่นเป็นแบบแผนกิจกรรมที่ออกแบบมาให้เด็กได้เล่นที่มีรูปแบบและแนวทางที่มีขั้นตอนอย่างเป็นระบบที่จัดขึ้นให้บรรลุวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเอง โดยมีครูกระตุ้นความสนใจ ให้คำแนะนำและสนับสนุนในการเล่นกับเด็กรายบุคคลเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเอง

จากความสำคัญและปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะทำการพัฒนาโปรแกรมการเล่นเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย โดยโปรแกรมการเล่นจะช่วยส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาด้านการกำกับอารมณ์ กำกับการรู้คิด และกำกับพฤติกรรมตนเอง สามารถปฏิบัติตามเป้าหมายจนสำเร็จได้อย่างเป็นธรรมชาติตามความสนใจเด็ก โปรแกรมการเล่นไม่เพียงเป็นแนวทางในการส่งเสริมการกำกับตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย แต่ยังเป็นแนวทางการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่สถานศึกษา ครู ผู้เกี่ยวข้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับบริบทตนเองต่อไป เนื่องจากเนื้อหาโปรแกรมมีความเชื่อมโยงกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย
2. เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

ประโยชน์ของการวิจัย

1. เกิดประโยชน์ต่อเด็กปฐมวัยที่ได้ใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ ให้สามารถกำกับอารมณ์ กำกับการรู้คิด และกำกับพฤติกรรมตนเองได้
2. ประโยชน์ต่อครู และผู้เกี่ยวข้องในการนำไปเป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองสำหรับเด็กปฐมวัยไปประยุกต์ใช้เพื่อส่งเสริม และพัฒนาความสามารถในการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ซึ่งอาจนำไปสู่การศึกษาการวิจัยที่ต่อยอดทางวิชาการต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายในการวิจัย คือ เด็กปฐมวัยชายและหญิง ที่มีอายุระหว่าง 3 – 4 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นอนุบาล 3 ขวบ ที่กำลังศึกษาภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567 เพลย์คิดส์เซ็นเตอร์ จังหวัดสระบุรี จำนวน 16 คน

ขอบเขตด้านระยะเวลาที่วิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิจัยในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567 ระยะเวลาในการทดลอง 10 สัปดาห์

ขอบข่ายด้านตัวแปรที่วิจัย

ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ

ตัวแปรตาม คือ การกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเอง

แนวคิดของ Bronson (อ้างอิงใน Matthews, 2008, p. 45) ที่มีพื้นฐานจากทฤษฎีการกำกับตนเองของ Bandura กล่าวถึงองค์ประกอบหลักของการกำกับตนเองคือการกำกับอารมณ์ การกำกับการรู้คิด และการกำกับพฤติกรรม ทำได้โดยการที่เด็กเชื่อในความสามารถของตนเองในการพยายามและแรงจูงใจที่เด็กจะใช้เพื่อทำภารกิจให้สำเร็จ

2. แนวคิดเรื่องการเรียนรู้ผ่านโปรแกรม

แนวคิดของ HEI Schools (2024) และ Tools of the Mind (2023) กล่าวถึงขั้นตอนในการดำเนินงานโปรแกรม ดังนี้ 1) การเตรียมความพร้อมและการสร้างความเข้าใจ 2) การนำไปปฏิบัติและติดตาม 3) สรุปกิจกรรมหลังใช้โปรแกรม และปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร (2560) กล่าวถึงองค์ประกอบของโปรแกรม ประกอบด้วยชื่อโปรแกรม หลักการ แนวคิดทฤษฎี วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย ขอบเขต เนื้อหา การดำเนินงาน สื่อของโปรแกรม และการประเมินผลโปรแกรม

3. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่นในการส่งเสริมการกำกับตนเอง

การเล่นเชิงสัญลักษณ์ ตามทฤษฎีของ Vygotsky (อ้างอิงใน Bodrova et al., 2013, p. 120) เชื่อว่าการเล่นเป็นกิจกรรมที่สำคัญในการพัฒนาเด็ก โดยเฉพาะการเล่นบทบาทสมมติซึ่งช่วยให้เด็กสามารถทดลองบทบาท เล่นตามจินตนาการ และสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ การเล่นช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะทางสังคมและการกำกับตนเอง การเล่นช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนการเรียนรู้

การเล่นสร้าง ตามทฤษฎีของ Piaget (อ้างอิงใน Amin, 2021) กล่าวไว้ว่าการเล่นสร้างเป็นขั้นตอนสำคัญในการพัฒนาทักษะ เนื่องจากเด็กได้เรียนรู้โดยการลงมือปฏิบัติจริง เด็กจะตั้งคำถาม ทดสอบความคิด และตัดสินใจด้วยตนเอง รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการกำกับตนเองที่ช่วยเสริมสร้างทักษะและความสามารถของเด็กเล็ก

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Braund and Timmons (2021) การวิจัยนี้ศึกษาเรื่องการนำการกำกับตนเองไปใช้ในช่วงปีแรก โดยศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมการกำกับตนเองผ่านกิจกรรมการเล่นในโปรแกรมการศึกษาอนุบาลในรัฐออนแทรีโอ ประเทศแคนาดา โดยเน้นการใช้กิจกรรมการเล่นเพื่อส่งเสริมทักษะในการกำกับตนเอง กำกับอารมณ์ และกำกับพฤติกรรมของเด็ก ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าการพัฒนาการกำกับตนเองของเด็กผ่านกิจกรรมการเล่นที่สร้างสรรค์ การเล่นร่วมกับเพื่อน การเล่นบทบาทสมมติ และการเล่นเกม ซึ่งมีผลในการส่งเสริมการพัฒนาทักษะที่สำคัญสำหรับการกำกับตนเอง เช่น การกำกับการรู้คิด การวางแผน การแก้ปัญหา และการกำกับอารมณ์ ผลการวิจัยช่วยในการเข้าใจถึงวิธีการใช้กิจกรรมการเล่นในการส่งเสริมทักษะการกำกับตนเองของเด็กอย่างมีประสิทธิภาพ

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารและแนวคิด ทฤษฎีและหลักการ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้แนวคิดของการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย แนวคิดเรื่องการเรียนรู้ผ่านโปรแกรม และแนวคิดเรื่องการเล่นเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย ที่นำไปสู่การพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ได้ตามภาพที่ 1 ดังนี้

1. แนวคิดเรื่องการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยของ Bronson (อ้างอิงใน Matthews, 2008, p. 45)	*เชิงทิตศึก*	**โปรแกรมการเล่นสร้าง คิด-สมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย** 1. หลักการในการดำเนินงาน	*ที่ 2 เดือ*	**การกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย** แบ่งเป็นองค์ประกอบย่อย 3 ประการ ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย แบ่งเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ผู้ศึกษาดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ โดยมีการดำเนินการดังนี้

1. โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย ชื่อโปรแกรม หลักการ แนวคิดหรือทฤษฎี วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย ขอบเขตเนื้อหา การดำเนินงาน สื่อ และการประเมินผลของโปรแกรมฯ ผลการประเมินคุณภาพโปรแกรมฯ มีคะแนนเท่ากับ 4.91 ถือว่ามีคุณภาพในระดับดีมาก สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการจัดกิจกรรมได้ และผู้วิจัยได้ปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญในประเด็นตรวจสอบการสะกดคำให้ถูกต้องยิ่งขึ้น และเพิ่มข้อมูลในส่วนเหตุผลที่กำหนดเป็น 4 Theme นี้ที่สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ก่อนนำไปทดลอง

2. การสร้างแบบประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย เป็นลักษณะแบบประเมินด้วยวิธีการสังเกตแบบมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ คือ 3, 2, และ 1 โดยมีพฤติกรรมที่บ่งชี้ 3 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านการกำกับอารมณ์ 2) ด้านการกำกับการรู้คิด 3) ด้านการกำกับพฤติกรรม จำนวน 12 ข้อ คะแนนเต็ม 36 คะแนน ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67 ถึง 1 ทุกรายการ ซึ่งถือได้ว่าแบบประเมินฯใช้ได้ และผู้วิจัยได้ปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญในประเด็น ปรับคำในระดับคะแนนให้ชัดเจน ระดับ 3 ใช้สามารถทำได้ด้วยตนเอง

ระยะที่ 2 การทดลองใช้และศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยของระยะนี้คือ เด็กปฐมวัยที่มีอายุระหว่าง 3 – 4 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นอนุบาล 3 ขวบ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567 เพลย์คิดส์เซ็นเตอร์ จังหวัดสระบุรี จำนวน 16 คน

ในระยะนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 การเตรียมความพร้อมและการสร้างความเข้าใจแก่ครู ในสัปดาห์ที่ 1 ดังนี้

1) ผู้วิจัยจัดอบรมครูผู้ใช้โปรแกรมเกี่ยวกับหลักการของโปรแกรม บทบาทครู และขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

2) ทำแบบประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ

ขั้นที่ 2 การนำไปปฏิบัติ และติดตาม ในสัปดาห์ที่ 2 - 9 โดยครูดำเนินการใช้โปรแกรมฯ ร่วมกับเด็กปฐมวัย ด้วยคู่มือการใช้โปรแกรมฯ ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น 4 หัวเรื่อง (Theme) 30 กิจกรรม ใช้เวลา 8 สัปดาห์ โดยมีผู้วิจัยติดตามเข้าไปร่วมจัดกิจกรรมและประชุมกับครูสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

ขั้นที่ 3 สรุปกิจกรรมหลังใช้โปรแกรม ในสัปดาห์ที่ 10 ดังนี้

1) ประชุมสรุปกิจกรรมหลังใช้โปรแกรมกับครูผู้ใช้โปรแกรม ให้ครูสะท้อนคิดเกี่ยวกับการใช้โปรแกรมฯ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและสรุปกิจกรรมที่จัดให้เด็ก

2) ทำแบบประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ

รวมระยะเวลาการทดลองทั้งสิ้นจำนวน 10 สัปดาห์ เมื่อสิ้นสุดการจัดโปรแกรมฯ แล้ว ผู้ศึกษานำมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ และนำผลข้อมูลเชิงคุณภาพไปวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลมาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ดังนี้

1. ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์ค่าสถิติคะแนนของการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ย (μ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (σ) ของคะแนนการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยระหว่างใช้โปรแกรมฯ มาสรุปและนำไปวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและนำเสนอเป็นความเรียงเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิจัยโดยแบ่งออกเป็น 2 ระยะดังนี้

ระยะที่ 1 ผลการสร้างและพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมฯ โดยนำข้อมูลจากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการกำกับตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย โปรแกรมสำหรับเด็กปฐมวัย และการเล่นเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย ทำให้ได้องค์ประกอบของโปรแกรมฯ ดังนี้

1. ชื่อโปรแกรม “โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย”

2. หลักการของโปรแกรมฯ ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ผ่านการเล่น (Play based learning) ในการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ด้านการกำกับอารมณ์ ด้านการกำกับการรู้

คิด และด้านการกำกับพฤติกรรม ประกอบด้วย 4 หลักการสำคัญคือ 1) จัดกิจกรรมหลากหลายกระตุ้นความสนใจเด็ก โดยใช้การเล่นผสมผสานกันระหว่างการเล่นเชิงสัญลักษณ์และการเล่นสร้างเป็นองค์ประกอบในการดำเนินโปรแกรมฯ 2) ครูต้องมีความรู้ความเข้าใจในหลักการที่ถูกต้องเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย และให้คำแนะนำและสนับสนุนในการเล่นกับเด็กรายบุคคลเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองในทุกกิจกรรมการเล่น 3) จัดกิจกรรมการเล่น โดยมีการดำเนินกิจกรรมมีขั้นตอนการจัดกิจกรรมคือ ขั้นการนำเข้าสู่การเรียนรู้ ขั้นการแนะนำการเล่นตามโปรแกรม ขั้นเตรียมพื้นที่ วัสดุอุปกรณ์ ขั้นลงมือเล่น และขั้นสะท้อนความคิด 4) สร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย อุปกรณ์หลากหลายให้เหมาะสม จุดประกายความสนใจเด็ก

3. แนวคิดทฤษฎีของโปรแกรมฯ ประกอบด้วย 2 แนวคิดทฤษฎี ดังนี้ 1) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเอง ตามแนวคิดของ Bronson (อ้างอิงใน Matthews, 2008, p. 45) และตามทฤษฎีของ Vygotsky (อ้างอิงใน Matthews, 2008, pp. 46-47) 2) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่นตามทฤษฎีของ Piaget (อ้างอิงใน Amin, 2021) และทฤษฎี Vygotsky (อ้างอิงใน Bodrova et al., 2013, p. 120)

4. วัตถุประสงค์ของโปรแกรมฯ คือ เพื่อพัฒนาความสามารถในการกำกับตนเอง ทั้งด้านกำกับอารมณ์ กำกับการรู้คิด และกำกับพฤติกรรมของเด็กปฐมวัย

5. กลุ่มเป้าหมายของโปรแกรมฯ คือ เด็กปฐมวัยชายและหญิง ที่มีอายุระหว่าง 3–4 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นอนุบาล 3 ขวบ

6. ขอบเขตของโปรแกรมฯ ประกอบด้วย 3 ขอบเขต ดังนี้ 1) ขอบเขตการคำนึงถึงความสำคัญกับการเรียนรู้ผ่านการเล่นในการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย 2) ขอบเขตกิจกรรมการเล่นผสมผสานกันระหว่างการเล่นเชิงสัญลักษณ์และการเล่นสร้างในการดำเนินโปรแกรมการเล่นเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย 3) ขอบเขตบทบาทหน้าที่ของครู

7. เนื้อหาของโปรแกรมฯ ประกอบด้วย 4 ด้านคือ 1) เนื้อหาความสำคัญของการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ทั้งด้านการกำกับอารมณ์ กำกับการรู้คิด และกำกับพฤติกรรม 2) เนื้อหาด้านพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการมีการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย 3) เนื้อหาการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมการเล่น 4) เนื้อหาด้านบทบาทครูในการจัดโปรแกรมการเล่น

8. การดำเนินงานของโปรแกรมฯ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอนคือ 1) อบรมครูผู้ใช้โปรแกรมและทำแบบประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนการใช้โปรแกรมฯ 2) ครูนำโปรแกรมฯไปใช้จัดกิจกรรมกับเด็กอายุ 3-4 ปี โดยผู้ศึกษาติดตามเข้าไปร่วมจัดกิจกรรมและประชุมกับครู สัปดาห์ละ 1 ครั้ง 3) ประชุมสรุปกิจกรรมหลังใช้โปรแกรมกับครูผู้ใช้โปรแกรม และทำแบบประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยผ่านการสังเกตหลังใช้โปรแกรมฯ

9. สื่อของโปรแกรมฯ ประกอบด้วย 1) คู่มือโปรแกรม 2) สื่อชุดกิจกรรม จำนวน 4 หัวเรื่อง (Theme) 30 กิจกรรม ออกแบบกิจกรรมโดยใช้การเรียนรู้ผ่านการเล่นให้เหมาะสมตามพัฒนาการของเด็กปฐมวัยผ่านเรื่องใกล้ตัวเด็ก และสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 Theme My self, Me and Family, I'm in Place และ All around me ซึ่งสามารถหาวัสดุประกอบการทำกิจกรรมได้ง่ายจากอุปกรณ์ในห้องเรียน รวมถึงวัสดุปลายเปิดต่างๆ

10. การประเมินผลโปรแกรมฯ จากการประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย โดยใช้แบบประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

ระยะที่ 2 ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลเพื่อนำวิเคราะห์และนำเสนอผลการวิจัยโดยแบ่งออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้โปรแกรมฯ

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยโดยภาพรวมก่อนและหลังที่ใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ

(N = 16)

ทักษะการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย	คะแนนเต็ม	μ	σ
ก่อนการจัดโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ	36	21.31	5.20
หลังการจัดโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ	36	31.44	4.32

จากตารางที่ 1 พบว่า ค่าเฉลี่ยการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยโดยภาพรวมก่อนใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติโดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 21.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.20 และหลังใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 31.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.32 ค่าเฉลี่ยการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยโดยภาพรวมหลังใช้โปรแกรมฯสูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมฯ

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการกำกับตัวเองของเด็กปฐมวัยโดยแยกเป็นรายด้านก่อนและหลังที่ใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ

(N = 16)

ทักษะการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย	คะแนนเต็ม	ก่อนการจัดโปรแกรมฯ		หลังการจัดโปรแกรมฯ	
		μ	σ	μ	σ
ด้านการกำกับอารมณ์	12	7.88	2.25	10.19	1.87
ด้านการกำกับการรู้คิด	12	6.56	2.03	9.88	1.67
ด้านการกำกับพฤติกรรม	12	6.63	2.28	11.38	1.31

จากตารางที่ 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยการกำกับตัวเองของเด็กปฐมวัยโดยแยกเป็นด้านก่อนและหลังใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ เมื่อนำมาเปรียบเทียบ พบว่า ค่าเฉลี่ยการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยหลังใช้โปรแกรมฯสูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมฯทั้ง 3 ด้าน และเมื่อพิจารณาแต่ละด้าน พบว่า ด้านการกำกับพฤติกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด รองลงมาคือด้านการกำกับอารมณ์ และด้านการกำกับการรู้คิดตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการสังเกตพฤติกรรมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ระหว่างการใช้โปรแกรมฯ

จากการสังเกตพฤติกรรมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยระหว่างใช้โปรแกรมฯ ตลอด 8 สัปดาห์ ผู้วิจัยขอสรุปพฤติกรรมการกำกับตนเองแต่ละด้าน ดังนี้

ด้านการกำกับอารมณ์ สัปดาห์ที่ 1–2 เด็กส่วนใหญ่ยังไม่เข้าใจคำศัพท์เกี่ยวกับอารมณ์พื้นฐาน ไม่สามารถบอกหรือควบคุมอารมณ์ได้ และมีพฤติกรรมรุนแรงเมื่อเกิดอารมณ์เชิงลบ สัปดาห์ที่ 3–4 เริ่มเข้าใจคำศัพท์เกี่ยวกับอารมณ์มากขึ้น บางคนสามารถบอกความรู้สึกได้ แต่ยังต้องได้รับการชี้แนะจากครูในการจัดการอารมณ์ สัปดาห์ที่ 5–8 เด็กส่วนใหญ่สามารถบอกและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น มีพฤติกรรมตอบสนองที่เหมาะสมและควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น

ด้านการกำกับการรู้คิด สัปดาห์ที่ 1–2 เด็กมีความตั้งใจแต่ยังทำกิจกรรมหลายขั้นตอนไม่สำเร็จ ต้องได้รับการกระตุ้นจากครู และยังไม่สามารถทำกิจกรรมกลุ่มได้ สัปดาห์ที่ 3–4 สมาธิพัฒนาดีขึ้น เริ่มทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนได้ แต่ยังต้องได้รับการชี้แนะในการแก้ปัญหาร่วมกัน สัปดาห์ที่ 5–8 เด็กส่วนใหญ่สามารถจดจ่อกับกิจกรรม ทำงานได้ต่อเนื่อง แบ่งหน้าที่และอุปกรณ์ในการทำงานกลุ่มได้เหมาะสม และมีการสลับบทบาทอย่างราบรื่น

ด้านการกำกับพฤติกรรม สัปดาห์ที่ 1–2 เด็กส่วนใหญ่ยังจัดการอุปกรณ์ไม่เหมาะสม ไม่สามารถปฏิบัติตามกฎห้องเรียนและกิจวัตรประจำวันได้ ต้องได้รับคำแนะนำจากครู สัปดาห์ที่ 3–4 เริ่มจัดการอุปกรณ์ได้ดีขึ้น ใช้อุปกรณ์ได้ตรงตามบทบาท และปฏิบัติตามกฎบางส่วนได้ สัปดาห์ที่ 5–8 เด็กส่วนใหญ่สามารถจัดการอุปกรณ์ แบ่งปันกันใช้ ปฏิบัติตามกฎห้องเรียน และช่วยกันเก็บของได้อย่างเป็นระเบียบ

การอภิปรายผล

จากการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย สามารถอภิปรายผลได้ 2 ประเด็นดังนี้

1. โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย เป็นโปรแกรมที่สร้างขึ้นเพื่อให้ครูจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองแก่เด็กปฐมวัยผ่านการเล่นผสมผสานกันระหว่างการเล่นเชิงสัญลักษณ์และการเล่นสร้างเป็นองค์ประกอบในการดำเนินโปรแกรมฯ ขออภิปรายใน 2 ประเด็นย่อยคือ แนวคิดทฤษฎี และรูปแบบการดำเนินการของโปรแกรมฯ ดังนี้

1.1 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเอง ผู้วิจัยเลือกใช้องค์ประกอบของการกำกับตนเองตามแนวคิดของ Bronson (อ้างอิงใน Matthews, 2008, p. 45) คือการกำกับอารมณ์ การกำกับการรู้คิด และการกำกับพฤติกรรม และตามทฤษฎี Vygotsky (อ้างอิงใน Matthews, 2008, pp. 46-47) ซึ่งมีแนวคิดว่าเด็กจะมีพัฒนาการการกำกับตนเองผ่านการจัดสภาพแวดล้อมและการมีปฏิสัมพันธ์ด้วยการสนับสนุนจากผู้ใหญ่หรือผู้ที่มีทักษะสูงกว่า โดยการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองในการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย ตามทฤษฎีของ Vygotsky (อ้างอิงใน สิรินทร์ ลัดดากลมบุญเชิดชู, 2557, น. 146) คือ จัดกระบวนการเรียนรู้ เพื่อให้เด็กตั้งเป้าหมายในการทำกิจกรรมและวางแผนการทำกิจกรรมผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองให้สำเร็จ นำเสนอความคิดของตนเองและตรวจสอบผลงานกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยการบอกเล่า สนทนาแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ๆ และสรุปผลการเรียนรู้จากการทำกิจกรรม จากแนวคิดทฤษฎีดังกล่าวผู้วิจัยนำมาออกแบบการดำเนินกิจกรรมในโปรแกรมฯ ส่งผลทำให้โปรแกรมฯ สามารถส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กได้ และผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่นในการส่งเสริมการกำกับตนเอง ตามทฤษฎี Piaget (อ้างอิงใน Amin, 2021) กล่าวไว้ว่าการเล่นสร้างเป็นขั้นตอนสำคัญในการพัฒนาทักษะ และการกำกับตนเอง และตามทฤษฎีของ Vygotsky (อ้างอิงใน Bodrova et al., 2013, p. 120) เชื่อว่าการเล่นเป็นกิจกรรมที่สำคัญในการพัฒนาเด็ก โดยเฉพาะการเล่นบทบาทสมมุติ ช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะทางสังคมและการกำกับตนเอง Vygotsky (อ้างอิงใน

Bodrova et al., 2013, p. 113) ระบุว่าการเล่นที่มีคุณภาพจะต้องมีการสร้างสถานการณ์จินตนาการ การแสดงบทบาท และการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่กำหนดไว้ กฎเกณฑ์เหล่านี้ช่วยให้เด็กเรียนรู้การกำกับตนเองและการทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยผู้วิจัยมีความเชื่อว่าการสร้างโปรแกรมการเล่นที่ส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยต้องมีความเข้าใจในแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเองและการเล่นที่ส่งเสริมการกำกับตนเองจึงจะสามารถพัฒนาโปรแกรมได้เหมาะสมกับเด็ก ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดทฤษฎีดังกล่าวมาสร้างโปรแกรมฯ บูรณาการกิจกรรมจากการเล่นเชิงสัญลักษณ์และการเล่นสร้างที่เป็นการเล่นที่ส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กให้สอดคล้องกับพัฒนาการ เรื่องราวสิ่งที่ใกล้ตัวเด็ก และสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ทั้งหมด 4 หัวเรื่อง (Theme) 30 กิจกรรม คือ Theme My self, Me and Family, I'm in Place และ All around me เพื่อให้ครูนำไปใช้เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองต่อไป โดยกิจกรรมมีความยืดหยุ่น ครูสามารถปรับเปลี่ยนกิจกรรมตามหัวเรื่องให้โปรแกรมให้เป็นสถานการณ์ปัจจุบันให้โปรแกรมมีความทันสมัยตลอดเวลาเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเอง และกระตุ้นความสนใจกับเด็ก

1.2 การดำเนินการของโปรแกรมฯ ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ผ่านการเล่น ในการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ที่สอดคล้องกับ Ilgar and Karakurt (2018, p. 34) ที่กล่าวว่าการใช้การเล่นเป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมเด็กให้พัฒนาทักษะต่าง ๆ และการใช้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้และแสดงอารมณ์สามารถช่วยในการพัฒนาการกำกับตนเองของเด็ก โดยโปรแกรมฯ เน้นครูมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย สอดคล้องกับ Aras (2015, p. 23) ได้กล่าวว่าการใช้โปรแกรมเครื่องมือของจิตใจ ช่วยส่งเสริมทักษะการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ด้วยวิธีการส่งเสริมผ่านกิจกรรมที่เหมาะสมตามวัยและเล่นอย่างสนุกสนาน ช่วยให้เด็กพัฒนาความคิดและเพิ่มทักษะในการกำกับตนเอง ผลลัพธ์ของหลักสูตรเครื่องมือของจิตใจต่อเด็กทำให้กำกับตนเองได้ ความสนใจจดจ่อ การวางแผน การโต้ตอบกับเพื่อนเชิงบวกดีขึ้นจากประสบการณ์จัดกิจกรรมของครูปฐมวัย ผลลัพธ์เหล่านี้ทำให้นักวิจัยหลายคนให้ความสนใจกับการพัฒนาการกำกับตนเองในห้องเรียนปฐมวัย จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นว่าเน้นบทบาทครูในการจัดกิจกรรมในการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย เนื่องจากเป็นผู้จัดกิจกรรม โดยครูต้องมีความรู้ความเข้าใจในหลักการ วิธีการที่ถูกต้องเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการเล่นในการเรียนรู้ จัดกิจกรรมหลากหลายกระตุ้นความสนใจเด็ก สร้างแรงจูงใจให้เด็กอยากลงมือทำ จัดเตรียมพื้นที่ในการเล่น เตรียมอุปกรณ์หลากหลาย กระตุ้นให้เด็กอยากเรียนรู้ ให้เด็กจะมีส่วนร่วมในการคิดวางแผนออกแบบการเล่นและค้นพบความรู้และการเรียนรู้ของตนเอง และให้การสนับสนุนเด็ก ผู้ศึกษาจึงออกแบบการดำเนินการโปรแกรมฯกับครูผู้ใช้โปรแกรมให้ครูมีแนวทางในการจัดกิจกรรมให้ถูกต้องเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองกับเด็กปฐมวัย โดยศึกษาข้อมูลขั้นตอนในการดำเนินงานโปรแกรม ตามหลักการของ HEI Schools (2024), Tools of the Mind (2023) ผู้ศึกษาวิเคราะห์

ข้อมูล และนำมาออกแบบขั้นตอนการดำเนินการโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมุติเพื่อส่งเสริม การกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ให้เหมาะสมกับบริบทและเป็นแนวทางการสอนของครู

2. การกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย

จากผลการประเมินการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย พบว่าเด็กปฐมวัยมีการกำกับตนเองสูงขึ้นทั้ง 3 ด้านหลังจากใช้โปรแกรมฯ โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือด้านการกำกับพฤติกรรม ที่เด็กแสดงพฤติกรรมสามารถจัดการอุปกรณ์ แบ่งปันกันใช้ ปฏิบัติตามกฎห้องเรียน และช่วยกันเก็บของได้อย่างเป็นระเบียบ สามารถควบคุมพฤติกรรมและคำพูดในการตอบสนองต่อสถานการณ์อย่างเหมาะสมจนทำกิจกรรมสำเร็จได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ พิมพ์จุฑา นิมมาภิรัตน์ (2559, น. ง) ที่ศึกษาการเสริมสร้างการกำกับพฤติกรรมของตนเองสำหรับเด็กอนุบาล ด้วยกิจกรรมเสริมสร้างการกำกับพฤติกรรมตนเองเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ผลการวิจัยสรุปได้ว่ากิจกรรมเสริมสร้างการกำกับพฤติกรรมตนเองช่วยให้เด็กมีการกำกับพฤติกรรมดีขึ้น โดยผลที่เกิดขึ้นดังกล่าวอาจเนื่องมาจากกิจกรรมที่ใช้ในโปรแกรมเป็นกิจกรรมที่ผ่านการเล่นให้เด็กสร้างปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยครูจัดกิจกรรมหลากหลาย สร้างแรงจูงใจให้เด็กอยากลงมือทำ จัดเตรียมพื้นที่อุปกรณ์หลากหลาย กระตุ้นให้เด็กอยากเรียนรู้ในทุก ๆ กิจกรรมเด็กจะต้องกำกับพฤติกรรมตนเองในการตั้งใจทำงานของตนเองให้สำเร็จ ทำตามกฎห้องเรียน และในทุกกิจกรรมมีการใช้อุปกรณ์หลากหลาย ที่เด็กต้องเลือกใช้และจัดเก็บอยู่เสมอ จึงทำให้เด็กได้ฝึกการกำกับพฤติกรรมตนเองในทุกกิจกรรม โดยในระหว่างกิจกรรมครูมีการใช้คำถามกระตุ้นชี้แนะเด็กเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ Vygotsky (อ้างอิงใน Matthews, 2008, pp. 46-47) ซึ่งมีแนวคิดว่าเด็กจะมีพัฒนาการการกำกับตนเองผ่านการจัดสภาพแวดล้อมและการมีปฏิสัมพันธ์ ระหว่างเด็กกับสิ่งแวดล้อมในสังคม ด้วยการสนับสนุนจากผู้ใหญ่หรือผู้ที่มีทักษะสูงโดยให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองให้สำเร็จ ด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยรองลงมา คือ ด้านการกำกับอารมณ์ ที่เด็กเข้าใจอารมณ์พื้นฐาน สามารถบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ เริ่มควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น และตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถขอความช่วยเหลือจากครูเมื่อเกิดอารมณ์เชิงลบได้ และด้านการกำกับการรู้คิด ที่เด็กสามารถจดจ่อกับกิจกรรม ทำงานได้ต่อเนื่องจนสำเร็จ ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนได้ โดยแบ่งหน้าที่และอุปกรณ์ในการทำงานกลุ่มได้เหมาะสม มีการสลับบทบาทอย่างราบรื่น และสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการเพื่อแก้ปัญหาในการทำกิจกรรมกลุ่มให้สำเร็จได้ ครูมีชี้แนะบ้าง ที่สอดคล้องกับผลวิจัยของ Braund and Timmons (2021, pp. 15-17) ที่ศึกษาเรื่องการนำการกำกับตนเองไปใช้ในช่วงปีแรก โดยการวิจัยนี้ศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมการกำกับตนเองผ่านกิจกรรมการเล่นในหลักสูตรการศึกษา เน้นการใช้กิจกรรมการเล่นเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเอง ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าการพัฒนาการกำกับตนเองของเด็กผ่านกิจกรรมการ เล่นที่สร้างสรรค์ การเล่นร่วมกับเพื่อน การเล่นบทบาทสมมติ และการเล่นเกม ซึ่งมีผลในการส่งเสริมการ

พัฒนาทักษะที่สำคัญสำหรับการกำกับตนเอง เช่น การกำกับการรู้คิด การวางแผน การแก้ปัญหา และการกำกับอารมณ์

จากการจัดโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยพบว่าสภาพแวดล้อมในห้องเรียน การจัดเตรียมพื้นที่ในการเล่น เตรียมอุปกรณ์หลากหลายให้เหมาะสม ช่วยจุดประกายความสนใจเด็ก กระตุ้นให้เด็กอยากเรียนรู้ การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน และการชี้แนะสนับสนุนของครู สร้างแรงจูงใจให้เด็กอยากลงมือทำ สอนโดยเน้นเด็กเป็นศูนย์กลาง ให้เด็กจะมีส่วนร่วมในการคิด วางแผนออกแบบการเล่นและค้นพบความรู้และการเรียนรู้ของตนเอง โดยเด็กลงมือปฏิบัติงานของตนเอง และเล่นร่วมกับเพื่อน เรียนรู้การกำกับตนเองผ่านการทำงานในทีม ช่วยเหลือกัน แบ่งปัน สนับสนุนกัน และจัดการปัญหาเพื่อทำโปรแกรมให้สำเร็จ ครูไม่แทรกแซงการเล่น คอยกระตุ้นให้เด็กเรียนรู้ผ่านกระบวนการคิดเชิงเหตุผลหรือทักษะชีวิต และสะท้อนความคิดเกี่ยวกับกิจกรรมการเล่น ให้เด็กทบทวนว่าเด็กพอใจกับการเล่นเพียงใด ให้เด็กอภิปรายเกี่ยวกับผลที่ได้จากการเล่น ถ่ายทอดการกระทำในขณะทำกิจกรรม ปัญหา และวิธีแก้ปัญหา เมื่อเด็กทำดีกล่าวชื่นชม สิ่งเหล่านี้มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย เนื่องจากช่วยให้เด็กเกิดความสนุกสนาน มีความสนใจ และเกิดแรงจูงใจในการทำกิจกรรมให้สำเร็จ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ในการใช้โปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติ การเลือกหัวเรื่อง (Theme) ในการจัดกิจกรรมการเล่นเชิงสัญลักษณ์และการเล่นสร้าง ครูสามารถปรับกิจกรรมตามหัวเรื่องให้เหมาะสม เป็นเรื่องที่ใกล้ตัวเด็ก เรื่องที่เด็กสนใจ สถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อเพิ่มความสนุกสนาน เพิ่มความสนใจ กระตุ้นให้เด็กๆ อยากทำกิจกรรมให้สำเร็จยิ่งขึ้น

2. ครูผู้นำโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยไปใช้ควรศึกษาคู่มือ และทำความเข้าใจ เพื่อดำเนินกิจกรรมให้ถูกต้องและครบถ้วน และสอบถามปรึกษา ผู้วิจัยตลอดโปรแกรมฯ

3. การจัดสภาพแวดล้อม ครูควรจัดเตรียมอุปกรณ์ให้หลากหลายและเพียงพอต่อความต้องการเด็ก จัดเตรียมพื้นที่ให้เหมาะสมจะช่วยให้เด็กดำเนินกิจกรรมได้อย่างสะดวกในการเล่น

4. ครูควรแบ่งกลุ่มเด็กคละความสามารถ เพื่อให้เด็กช่วยเหลือกันและสามารถทำกิจกรรมสำเร็จได้ทุกกลุ่ม และใช้คำถามกระตุ้นในระหว่างเด็กทำกิจกรรม เพื่อให้เด็กใช้ความคิดในการทำกิจกรรมให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง และสามารถจัดการแก้ปัญหาต่าง ๆได้ และครูกล่าวชื่นชม ครูควรยืดหยุ่นเวลาตามความเหมาะสม เพราะในขั้นตอนที่ซับซ้อนขึ้น เด็กใช้เวลาในการทำกิจกรรมมากขึ้น ครูควรบริหารจัดการเวลาให้เหมาะสมในแต่ละกิจกรรม

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการนำโปรแกรมการเล่นสร้าง คิดสมมติเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัยไปใช้ในหลายระดับชั้นอนุบาล โดยปรับความยากง่ายตามความเหมาะสมของแต่ละช่วงวัย

2. การส่งเสริมการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย สามารถบูรณาการกับแนวการสอนอื่นๆได้ เช่น การสอนแบบไฮสโคป การสอนแบบโครงงาน ฯลฯ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เน้นให้เด็กลงมือปฏิบัติจริง ได้รับประสบการณ์ตรง เพื่อให้เด็กเกิดการพัฒนาตนเองจากประสบการณ์การเรียนรู้หลายรูปแบบ

3. ควรนำโปรแกรมการเล่นสร้าง เล่นบทบาทสมมติในการส่งเสริมหรือพัฒนาทักษะอื่นๆ ของเด็กปฐมวัย เช่น ทักษะการยืดหยุ่นความคิด ทักษะด้านสังคม ทักษะความคิดสร้างสรรค์ ฯลฯ

รายการอ้างอิง

ปิยะนันท์ หิรัณย์ชโลทร. (2560). *การศึกษาสำหรับผู้ปกครอง PARENT EDUCATION* (เอกสารประกอบการสอนที่ยังไม่ตีพิมพ์). คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

พิมพ์จุฑา นิมมาภิรัตน์. (2559). *การเสริมสร้างการกำกับพฤติกรรมของตนเองสำหรับเด็กอนุบาล.* (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร.

สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2561). *มหิดล - สวรส. ร่วมปฏิรูปสุขภาวะและพัฒนาการเด็กไทยในศตวรรษที่ 21 จับมือวิจัยก้าวทันวิกฤตปัญหาเด็กปฐมวัย.* สืบค้นจาก https://www.hsri.or.th/news/1/2455

สิรินทร์ ลัดดากลม บุญเชิดชู. (2557). *การสร้างรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ SSAPA เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองของเด็กปฐมวัย*. (ปริญญานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพมหานคร.

Amin, R. (2021). *The Benefits of Construction Play in Early Years Children*. Retrieved from: https://www.pentagonplay.co.uk/news-and-info/benefits-of-construction-play?srsltid=AfmBOoqyzMcJRMaBUeW8lQbZNaJ4xMBl5Rai_xU1-Pq-xCgPjJ1OVQ8a

Aras, S. (2015). Promoting self-regulation in early years: Tools of the mind. *Journal of Education and Future, 8*, 15–25.

Arnerich, M. (2021). *Constructive play: what is it and how do I encourage it?.* Retrieved from: https://www.famly.co/blog/encouraging-constructive-play

Bodrova, E., Germeroth, C., and Leong, D. J. (2013). Play and self-regulation : Lessons from Vygotsky. *American Journal of Play, 6*(1), 110-123.

Braund, H., and Timmons, K. (2021). Operationalization of self-regulation in the early years: comparing policy with theoretical underpinnings. *International Journal of Child Care and Education Policy, 15*(8), 1-21.

Children's Services Central. (n.d.). *Self-regulation a fondation for wellbeing and involved learning*. Retrieved from: https://www.acecqa.gov.au/sites/default/files/2021-01/SelfRegulationAFoundationForWellbeing.PDF

HEI Schools. (2024). *Toolkit Curriculum*. Retrieved from: https://www.heischools.com/transform-your-school/toolkit-curriculum

Ilgar, S. M., and Karakurt, Ç. (2018). Importance of promoting self-regulatory abilities in early childhood period. *Journal of Education and Practice, 9*(12), 30–36.

Matthews, S. B. (2008). *The Relation among Self-Regulation, Sociodramatic Play, and Preschoolers' Readiness for Kindergarten*. (Doctoral dissertation). Northeastern University. United States.

McIlroy, T. (2024). *Everything You Need to Know About Symbolic Play and Why It Matters. Empowered Parents*. Retrieved from: https://empoweredparents.co/symbolic-play/

Rosanbalm, K.D. and Murray, D.W. (2017). *Promoting Self-Regulation in the First Five Years: A Practice Brief*. Retrieved from: https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/documents/opre/2_early_ch_508.pdf

Tools of the Mind. (2023). *Tools approach in action*. Retrieved from: https://www.toolsofthemind.org/our-unique-approach

Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., and Golinkoff, R. M. (2018). The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children. *Pediatrics, 142*(3), 1-16.