

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กปฐมวัยเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีความสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติในอนาคต ให้มีความเจริญรุ่งเรือง อย่างมั่นคงและยั่งยืน เพราะในช่วงวัยเด็กปฐมวัยเป็นช่วงที่มีความสำคัญที่สุด เด็กสามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้มากที่สุดในชีวิต หากเด็กได้รับการศึกษา การอบรมเลี้ยงดู การเอาใจใส่ที่ถูกต้องและเหมาะสม อีกทั้งมีการปูพื้นฐานที่เป็นการสร้างรากแก้วของชีวิตให้มีความมั่นคงแข็งแรง และส่งเสริมทักษะต่างๆ ที่สำคัญ เด็กก็จะเติบโตขึ้นอย่างมีคุณภาพ ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยจึงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการเตรียมความพร้อมในทุกๆ ด้าน เพราะพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็กนั้นจะพัฒนาไปทุกๆ ด้านพร้อมๆ กันอย่างมีความต่อเนื่อง และเกี่ยวข้องกัน เมื่อเด็กได้รับการพัฒนาในด้านใด ก็จะส่งผลถึงพัฒนาการด้านอื่นๆ ด้วย ตามที่พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม พ.ศ. 2545 มาตรา 6 ระบุว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ คุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 (2546 : 7) กล่าวถึง หลักการสำคัญ คือ ต้องยึดการอบรมเลี้ยงดู ควบคู่กับการให้การศึกษา โดยต้องคำนึงถึงความสนใจและความต้องการของเด็กทุกคนทั้ง เด็กปกติ เด็กที่มีความสามารถพิเศษ และเด็กที่มีความบกพร่องทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญา รวมทั้งการสื่อสารและการเรียนรู้ หรือเด็กที่มีร่างกายพิการ หรือทุพพลภาพ หรือบุคคล ซึ่งไม่สามารถพึ่งตนเองได้ หรือไม่มีผู้ดูแล หรือด้อยโอกาส เพื่อให้เด็กพัฒนาทุกด้านทั้งด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญาอย่างสมดุล โดยจัดกิจกรรมที่หลากหลาย บูรณาการ ผ่านการเล่นและกิจกรรมที่เป็นประสบการณ์ตรงผ่านประสาทสัมผัสทั้งห้า เหมาะสมกับวัย เชื่อมโยงกับ หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 กระทรวงศึกษาธิการ (2560 : 3 : 28-29) ได้กล่าวถึง หลักการสำคัญในการมุ่งพัฒนาเด็กทุกคน ให้ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา อย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างมีความสุขและเหมาะสมตามวัย มีทักษะชีวิต และปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นคนดี มีวินัย และสำนึกความเป็นไทย และยังสอดคล้องกับมาตรฐานที่ 3 มีสุขภาพจิตดีและมีความสุข 3.1) แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม 3.2) มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น และมาตรฐานที่ 4 ชื่นชมและแสดงออกทางศิลปะ

ดนตรีและการเคลื่อนไหว มีดังนี้ 4.1) สนใจมีความสุขและแสดงออกผ่านงานศิลปะดนตรี และการเคลื่อนไหว

ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ เป็นทักษะที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านต่างๆของเด็กปฐมวัย เนื่องจากเป็นส่วนที่มีการเชื่อมโยงกับสมองส่วนหน้าและการควบคุมอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ซึ่ง (นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล และคนอื่น, 2560 : 146) ได้ศึกษาการพัฒนาและหาค่าเกณฑ์มาตรฐานเครื่องมือประเมินการคิดเชิงบริหารในเด็กวัย พบว่า เด็กในปัจจุบันประสบปัญหาทักษะการคิดเชิงบริหาร (EF) โดยเฉพาะด้านการควบคุมอารมณ์ เช่น การไว้วางใจเอาแต่ใจตนเอง อารมณ์ร้อน พุดจาหยาบคาย ก้าวร้าว รวมทั้งการใช้ความรุนแรง ใจร้อนรอคอยไม่เป็น ทำโดยไม่คิด หุนหันพลันแล่น แสดงอารมณ์ฉุนเฉียว พฤติกรรมการตะโกนด่าคนอื่น ตะคอกคนอื่น ชกต่อยเพื่อนหรือรุ่นน้อง การแกล้งกันในชั้นเรียน การร้องไห้ไว้วางใจ การก่อกวนในชั้นเรียน การแย่งของ การพูดแทรกและเถียง พฤติกรรมเหล่านี้ส่งผลต่อการเรียนรู้และหากไม่มีการปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมเหล่านี้ก็จะแยกจากจนกลายเป็นนิสัยหรือพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และเกิดปัญหาต่างๆตามมา จึงนำแบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร(EF)ของเด็กวัยก่อนเรียน มาสำรวจข้อมูลโดยกลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กชายหญิงอายุ 2-6 ปี จำนวน 2,965 คน การเก็บข้อมูลทำในช่วงเดือนเมษายน 2558 ถึงเดือนกรกฎาคม 2559 ผลการวิจัยพบว่าเด็กชายหญิงช่วงอายุ 2-6 ปี มีพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารดีขึ้นเรื่อยๆตามวัยหากได้รับการฝึกฝนการควบคุมอารมณ์อย่างต่อเนื่อง เช่นเดียวกันกับ เฮิร์ลล็อก (Hurlock, 1964, : 292) กล่าวว่า เด็กวัย 2-5 ปี มีการแสดงออกทางอารมณ์ ฉุนเฉียว โกรธง่าย หวาดกลัว ไม่รู้จักอดกลั้นเก็บอารมณ์ไว้ รู้สึกอย่างไรก็จะแสดงออกมาทันที อารมณ์เด็กสามารถเปลี่ยนแปลงได้ทันที และมีความอิทธิพลอย่างมากที่ไม่มีเหตุผล

สาเหตุที่เด็กปฐมวัยขาดทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์นั้น เกิดจากการที่เด็กไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ ขาดการมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ขาดการรู้จักแบ่งปันสิ่งของ ขาดการยับยั้งชั่งใจ เอาแต่ใจตนเอง พฤติกรรมต่างๆเหล่านี้ ที่เกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับปัจจัยหลายด้าน เช่นการเอาใจใส่อบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว ก็มีผลต่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ของเด็ก ซึ่งเด็กจะซึมซับเรียนรู้พื้นฐานความรักความอบอุ่น ความอ่อนโยน ความเอาใจใส่ ความมีน้ำใจช่วยเหลือแบ่งปัน มาจากครอบครัวและสภาพแวดล้อมที่เด็กอยู่ ดังนั้นสถาบันครอบครัวจึงเป็นสถาบันแรกที่มีความสำคัญมาก เช่นเดียวกันกับ วไลพร ภูตะมี (2548 :1 อ้างถึงใน Comenius,1996, :212) กล่าวว่า บ้านเป็นที่อยู่อย่างอบอุ่นและเรียนรู้ ฝึกฝนอารมณ์ จิตใจที่ดีงามแห่งแรกของเด็กปฐมวัย จากนั้นโรงเรียนและครูผู้สอนมีบทบาทสำคัญในการจัดประสบการณ์ที่ดี ให้เด็กเรียนรู้อย่างมีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน สามารถเรียนรู้และช่วยเหลือแบ่งปัน ปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสังคมได้ ดังนั้นพัฒนาการด้านอารมณ์ก็จะได้รับการฝึกฝน

ในทางที่ดีไปด้วย เช่นเดียวกันกับ อิริคสัน (Erikson, 1902-1994, :52-58) ได้เสนอว่า บุคคลจะได้รับ การพัฒนาไปในทางที่ดีนั้น ต้องได้รับการส่งเสริมประสบการณ์ที่ดีและเหมาะสมกับขั้นพัฒนาการ ของผู้เรียนซึ่งประสบการณ์ในวัยเด็กส่งผลต่อการพัฒนาการด้านกายภาพ ซึ่งเชื่อว่า ประสบการณ์ ที่ดีส่งผลให้เด็กเกิดความสุขมีความมั่นใจในตัวเองและยอมรับผู้อื่น ส่วนประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ด้านลบส่งผลให้เด็กเกิดความทุกข์ไม่มีความมั่นใจในตัวเอง ขาดการยอมรับจากผู้อื่น ขาดการ ควบคุมอารมณ์และการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นเป็นปัญหาในการดำเนินชีวิตในอนาคต ดังนั้นการจัด ประสบการณ์การเรียนรู้ หรือการจัดกิจกรรมต่างๆ ย่อมมีความสำคัญอย่างมากต่อพัฒนาการ ทั้ง 4 ด้านของเด็กปฐมวัย โดยเฉพาะ ด้านอารมณ์ ซึ่งเกี่ยวข้องกับทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการ ควบคุมอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ซึ่งมีความสัมพันธ์กันกับสมองส่วนหน้า ดังที่ ปนัดดา ธนเศรษฐกร (2560) ได้กล่าวไว้ว่า กระบวนการทำงานของสมองระดับสูง ที่ประมวลประสบการณ์ในอดีต และ สถานการณ์ในปัจจุบันมาประเมิน วิเคราะห์ วางแผน ตัดสินใจ ริเริ่มลงมือทำ ประเมินตนเอง แก้ไข ปัญหา และควบคุมอารมณ์ การบริหารจัดการเวลาและความสำคัญมีความมุ่งมั่นที่จะทำงานบรรลุ เป้าหมายที่วางไว้จนสำเร็จ สัมพันธ์กันกับ สุภาวดี หาญเมธี (2560) กล่าวถึง ทักษะการคิดเชิง บริหารด้านการควบคุมอารมณ์ มีความสำคัญต่อการพัฒนาเด็กอย่างมากเพราะจะช่วยสร้าง พฤติกรรมเชิงบวกสามารถควบคุมอารมณ์ตัวเองได้ดีและช่วยในการตัดสินใจในทางที่สร้างสรรค์ ต่อตัวเองและต่อคนอื่นๆ ในสังคมก็จะได้รับประโยชน์ไปด้วย

แนวทางในการแก้ไขการขาดทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับ เด็กปฐมวัย จากการศึกษา พบว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่จะทำให้เกิดทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์ มีหลากหลาย แต่การจัดกิจกรรมที่เด็กจะสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ได้ฝึกคิด ได้ลงมือทำ ได้แสดงออก ได้มีส่วนร่วม ได้ค้นพบ ได้ตรวจสอบตนเอง คือ การจัด กิจกรรมแบบจิตตปัญญา เป็นวิธีที่ได้พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนมาจากทฤษฎี ของฟิอาเจท์ ในการพัฒนากิจกรรมการสอนและใช้หลักทฤษฎีของบรูเนอร์ในส่วนของกลวิธีการ จัดกิจกรรมการสอน การจัดกิจกรรมการสอนด้วยการประสานความรู้ใหม่ประสบการณ์ใหม่ ให้ ต่อเนื่องกับประสบการณ์เดิม ผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้ได้มากที่สุด ซึ่งเกิดจากกระบวนการเรียนการ สอนที่เน้นที่ตัวเด็ก ในการพัฒนาการเรียนรู้ของเด็กคือการใช้ประสบการณ์ตรงเป็นสิ่งสำคัญ การ นำแนวคิดจิตตปัญญาผสมผสานกับหลักการเล่นที่มีความสนุกสนานตื่นเต้น มีความเหมาะสมกับวัย และสอดคล้องกับทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์สำหรับเด็กปฐมวัย ผ่านการทำ กิจกรรมด้วยชุดกิจกรรมร้องเล่นเต้นทำ ที่เด็กชื่นชอบจะทำให้เด็กปฐมวัยสามารถควบคุมอารมณ์ ของตนเองได้ดีขึ้น ตามที่ กุลยา ดันติผลาชีวะ (2543 : 57-79) ได้เสนอเกี่ยวกับ แนวคิดจิตตปัญญา ไว้ว่า เป็นแนวคิดที่ยึดเด็กเป็นศูนย์กลางวิธีหนึ่งมีมุ่งเน้นการส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยการพัฒนา

สติปัญญา และพัฒนาอารมณ์ จิตใจควบคู่กันไปด้วยการยึดอารมณ์จิตใจของผู้เรียนและความ
งอกงามด้านพุทธิปัญญา โดยใช้กิจกรรมที่เน้นการปฏิบัติ การคิด การแสดงออกการเรียนรู้แบบ
ร่วมมือ ค้นพบด้วยตนเอง รวมทั้งเห็นความก้าวหน้า ของตนเอง โดยมีการประเมินการพัฒนาตนเอง
เป็นระยะตามหลักการเรียนรู้ของพอลเจตต์และ การเรียนรู้การกระตุ้นความต้องการด้วยสิ่งเร้าของ
บรูเนอร์ ดังนั้นจึงเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่สามารถพัฒนาด้านอารมณ์และด้านอื่นๆ ได้อย่าง
เหมาะสมกับวัย เหมือนที่ พรณี โคษราช (2554 : 2) ผลของโปรแกรมการจัดกิจกรรมตามแนวคิด
จิตตปัญญา ในการพัฒนาและเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย พบว่า จากการ
ดำเนินตามกิจกรรมที่เน้นให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติในการคิด ส่งเสริมให้มีการแสดงออก การจัดการ
เรียนแบบร่วมมือ เรียนรู้ด้วยการค้นพบและติดตามความ ก้าวหน้าในการเรียนรู้ โดยมีครูเป็นผู้คอย
แนะนำช่วยเหลือ ผ่านขั้นตอนการทำกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา ทำให้กลุ่มทดลองมีความ
ฉลาดทางอารมณ์โดยรวม ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุขสูงกว่า ก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่ม
เปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับ ปัทมา คุณเวทย์วิริยะ (2549 : 56)
กล่าวว่า ผลของการจัดการเรียนการสอนแบบจิตตปัญญาผ่านชุดกิจกรรม โดยใช้สื่อไม่มีโครงสร้าง
สามารถพัฒนาความรู้ ทักษะ พัฒนาการกระบวนการคิด อารมณ์ การมีส่วนร่วมในการเรียนอย่างมี
ความสุข และสะสมนิสัยรักการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งตรงกันกับ ไกล่เคียงกันกับ วไลพร ภูตะมี
(2548 : 109) ผลของการศึกษาพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจของนักเรียนชั้นอนุบาล 2 ที่เรียนรู้
จากการจัดกิจกรรมตามแผนบูรณาการประสบการณ์เรียนรู้พบว่า สามารถส่งเสริมให้เด็ก
มีพัฒนาการไปพร้อมๆกัน มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน ไม่เบื่อหน่ายกิจกรรม เด็กลงมือปฏิบัติ
เรียนรู้ด้วยตนเอง ช่วยพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์และด้านอื่นๆ ได้ดีขึ้น

ชุดกิจกรรมก็เป็นอีกเครื่องมือหนึ่งที่มีความสำคัญ ซึ่งเปรียบเสมือนการนำของเล่น
มาให้เด็กเล่น เนื่องจากการนำชุดกิจกรรมมาใช้มีความสะดวก สนุกสนานตื่นเต้นเร้าใจสามารถ
ตอบสนองความต้องการของเด็กปฐมวัยได้ทันทั่วถึง ทำให้เด็กมีความกระตือรือร้นในการ
ทำกิจกรรมต่างๆ และยังช่วยให้ครูทราบข้อบกพร่องของนักเรียนแต่ละคนสามารถดำเนินการแก้ไข
ปัญหาได้ตรงจุด อีกทั้งยังส่งผลให้เด็กปฐมวัยสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น เป็นไปตาม
วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ เป็นไปตามที่ ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2551 : 2) กล่าวไว้ว่า การใช้ชุดกิจกรรมที่มี
ประสิทธิภาพสามารถพัฒนาส่งเสริมการเรียนรู้ได้ดีขึ้น สอดคล้องกับ บุญยมาศ ผึ้งหลวง
(2555 : 67) ได้เสนอว่า ชุดกิจกรรมช่วยให้เด็กมีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับทักษะต่างๆที่เด็กได้มี
โอกาสลงมือปฏิบัติจริง ค้นพบคำตอบด้วยตนเอง ได้รับประสบการณ์ที่หลากหลาย ซึ่งเป็นการ
สนับสนุนให้เด็กได้พัฒนาความคิด จากกิจกรรมต่างๆ และสิ่งแวดล้อมรอบตัว ไกล่เคียงกันกับ
กุสุมา แผลงทับ (2553 : 3) กล่าวว่า ผลของการใช้ชุดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ที่มีต่อการสร้าง

สมาธิของเด็กปฐมวัย มีพฤติกรรมการมีสมาธิดีขึ้นกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยใช้กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ที่มีต่อการสร้างสมาธิหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 โดยเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการมีสมาธิสูงกว่าเพศชาย นอกจากนี้ เฟรเดริก ฟร็อบเอล (Froebel, 1996 : 212) ได้กล่าวไว้ว่า ครูผู้สอนมีหน้าที่ที่ต้องพัฒนารูปแบบกิจกรรมต่างๆ ให้มีความสอดคล้องเหมาะสมกับวัยและพัฒนาการของเด็ก การจัดชุดกิจกรรมควรมีความน่าสนใจ เช่น มีเสียงดนตรี ศิลปะ สามารถบูรณาการกันได้ โดยผ่านการเล่นของเด็กได้ ทั้งนี้ (Hohmann and Weikart, 1995) การเรียนรู้แบบลงมือกระทำเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาเด็ก และเกิดขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการพัฒนาเด็กอย่างเหมาะสมกับพัฒนาการ ซึ่งเกี่ยวข้องกับโจฮัน เปสตาลอสซี (Pestalozzi, 1996 : 212) ได้กล่าวถึง การพัฒนาเด็กปฐมวัยนั้นต้องให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านกระบวนการลงมือทำด้วยตนเองตามความถนัดและความสนใจ ซึ่งขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมที่เด็กอาศัยอยู่ รวมทั้งการได้รับการจัดประสบการณ์ที่เหมาะสมกับวัย

การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะมีความสำคัญอย่างมากสำหรับเด็กปฐมวัย เพราะสามารถเชื่อมโยงพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็กปฐมวัย โดยเด็กรู้จักตนเองจากการเคลื่อนไหวร่างกาย เกิดทักษะการใช้ร่างกาย ทักษะการควบคุมอวัยวะ กล้ามเนื้อมัดใหญ่และกล้ามเนื้อมัดเล็ก เกิดทักษะการควบคุมอารมณ์ การจัดการอารมณ์ ให้มีสมาธิจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวร่างกายต่างๆ สุนันทา แดงนาวงษ์ (2550 : 68) กล่าวว่า ผลการใช้โปรแกรมการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรี ที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกายและอารมณ์ของนักเรียนระดับปฐมวัย ซึ่งสามารถส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายและอารมณ์ของเด็กได้สูงขึ้น อีกทั้งยังช่วยลดอารมณ์ต่างๆ ของเด็กปฐมวัยที่ก้าวร้าวลงได้ เพราะดนตรีมีความสนุกสนานและช่วยผ่อนคลายอารมณ์ของเด็กได้ดี เหมือนกันกับ กุลยา ดันติผลาชีวะ (2544 : 2) กล่าวว่าไว้ว่า กิจกรรมการเคลื่อนไหวเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นต้องส่งเสริมและสนับสนุนให้เด็กได้ฝึกหัด หากเด็กได้ฝึกหัดอย่างเต็มที่ที่จะช่วยสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความคล่องตัว และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ แต่ต้องสอดคล้องเหมาะสมกับวัย

กิจกรรมการเล่นของเด็กถือเป็นส่วนความสำคัญต่อพัฒนาการของเด็กเพราะการเล่นของเด็กคือการใช้ร่างกายเป็นสื่อกลางในการแสดงออกทางอารมณ์ในการเรียนรู้ทักษะต่างๆ การเล่นเป็นประสบการณ์ที่สนุกสนานและท้าทาย ซึ่งช่วยวางรากฐานการเรียนรู้และช่วยส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านสำหรับเด็ก (ประเสริฐ บุญเกิด, (บก.), 2556 : 70) เล่นคือเรียนเรียนคือเล่น สมองเรียนรู้โดยความรักความอบอุ่นและความสุขที่เกิดขึ้นขณะมีปฏิสัมพันธ์ในระหว่างการเล่นเป็นพื้นฐานที่จะนำไปสู่การพัฒนาด้านอารมณ์ สังคม และคุณธรรม อีกทั้งยังเป็นส่วนสำคัญที่สร้างและส่งเสริมพื้นฐานการเรียนรู้ของสมองเด็กได้ดีอีกด้วย นอกจากนี้ยังสามารถรับรู้ความในใจ

ความรู้สึกนึกคิด การแสดงออกทางอารมณ์ผ่านการเล่นของเด็กได้ เพราะเด็กอาจไม่สามารถพูดหรือบอกความรู้สึกออกมาได้แต่แสดงออกมาผ่านการเล่น เช่น การเล่นของเล่น ทุกอย่างที่เกี่ยวข้องกับจินตนาการ การเล่นตุ๊กตา การเล่นบทบาทสมมติ หุ่นมือ การเล่นกะบะทราย จะช่วยบอกว่าเด็กรู้สึกอะไรอยู่ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของดรัมมอนด์ (Drummond) การเล่นเป็นการเรียนของเด็กปฐมวัย เป็นการเรียนปนเล่น การเล่นเป็นการฝึกสัมผัส ส่งเสริมพัฒนาการ ด้านสังคม ด้านการรัก การเรียนรู้สามารถพัฒนาการด้านอารมณ์ ทำให้อารมณ์ดี ร่าเริงแจ่มใส ซึ่งเกิดขึ้นได้ตอนที่เด็กเล่นอย่างมีความสุข อย่างเช่น วไลพร ภูตะมิ (2548 : 3) ได้เสนอไว้ว่า เนื่องจากการเรียนรู้ผ่านการเล่น และลงมือทำจะช่วยให้เด็กสามารถพัฒนาได้ด้วยตนเอง อีกทั้งยังสามารถถ่ายทอดออกมาจากพลังภายในตัวเด็กทำให้มีสมาธิจดจ่อการเล่น สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้จนนำไปสู่การสร้างจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ได้อีกด้วย

กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์มีความสำคัญมากเช่นกันในการจัดประสบการณ์เพื่อพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์สำหรับเด็กปฐมวัย เหมือนกันกับ สุภาวดี หาญเมธี (2546 : 54) มีประโยชน์ในด้านการพัฒนาอารมณ์ ด้านสติปัญญา การฝึกสมาธิ การจ่อจ้องอยู่กับสิ่งที่ทำและแสดงออกทางความคิดสร้างสรรค์ รวมทั้งส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย กล้ามเนื้อมัดเล็ก และการประสานงานกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย อีกทั้งยังเป็นเครื่องมือสำคัญในการช่วยกระตุ้นด้านความรู้สึกรับรู้สื่อสาร การแสดงออกทางสังคมได้อีกด้วย เช่นกันกับ กุสุมา แมลงทับ (2553 : 3) กล่าวว่า กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์จะสามารถสร้างสมาธิของเด็กได้ดีขึ้น และสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับวัยและสถานการณ์

จากความสำคัญของปัญหาและแนวคิดที่เกี่ยวข้องดังกล่าวผู้วิจัยได้เล็งเห็นและตระหนักถึงความสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยได้มีพื้นฐาน และจังหวะการเคลื่อนไหวที่ถูกต้องเหมาะสมกับวัย เพราะการร้องเต้นเล่นท่า จะช่วยสมองให้ใช้งานพร้อมๆกัน สมองจะถูกใช้เต็มที่ เพราะสมองจะสั่งการว่าจะใช้อวัยวะส่วนไหนขยับ ปากก็ต้องร้อง หูก็ต้องฟัง ซึ่งมีความสัมพันธ์ทุกส่วน อันเป็นหนทางนำไปสู่การฝึกและเสริมสร้างพัฒนาทักษะสมองการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ด้วยชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นท่าตามแนวคิดจิตตปัญญา มีความใกล้เคียงกันกับสุภาพร เทพยสุวรรณ (2560) กล่าวว่า กิจกรรมร้องเต้นเล่นท่าเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เด็กเกิดความมั่นใจในตนเองไม่ปิดกั้นในด้านการแสดงออกถึงอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และความเป็นตัวของตัวเองได้อย่างอิสระ ซึ่งส่งผลในการพัฒนาความเป็นเอกลักษณ์และความมั่นใจในตนเอง เพราะการที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลงและเสียงดนตรี การแสดงท่าทางต่างๆ ด้วยเต้นช่วยให้เด็กสนุกสนาน เบิกบานใจ ผ่อนคลายความตึงเครียด ส่งผลให้เด็กเป็นคนอารมณ์ดีร่าเริงแจ่มใสมีความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลินในการร้องรำทำเพลง ในการทำ

กิจกรรมร้องเต้นเล่นทำยังเป็นกิจกรรมหนึ่งที่เด็กๆชอบ เพราะเป็นกิจกรรมที่ตอบสนองต่อธรรมชาติของเด็ก เพราะเด็กชอบเคลื่อนไหวร่างกายอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยการทำกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ ช่วยให้มีความสุขพรางกายที่แข็งแรงเพราะเป็นการที่เด็กได้ออกกำลังกายโดยตรง และยังสามารพัฒนาอวัยวะทุกส่วนของร่างกายของเด็กให้มีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดี นอกจากนี้การทำกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำอย่างสนุกสนานยังช่วยพัฒนาสติปัญญาและการเรียนรู้ของเด็ก เช่น เด็กเรียนรู้ภาษาผ่านเนื้อเพลง การเรียนรู้คณิตศาสตร์ผ่านจังหวะดนตรี และช่วยฝึกการเป็นผู้นำ ผู้ตาม และช่วยให้เด็กมีความสามัคคีและปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่ม ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญต่อการพัฒนาทักษะสมองการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เพราะการทำกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำช่วยแก้ปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ ของเด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสมตามวัยส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการทักษะด้านการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ที่สร้างขึ้นเองโดยปรับปรุงตามแนวคิดของ (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2557 : 155-166) ประกอบด้วย 5 ข้อ คือ 1) เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์ ใช้คำพูดแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม 2) เมื่อโกรธกับเพื่อนสามารถให้อภัยเพื่อนได้ 3) อธิบายอารมณ์ ดีใจ/ เสียใจ/โกรธ/ตื่นเต้น วิดกกังวล ของตนเองได้ 4) สงบสติอารมณ์ตื่นตื่นวิดกกังวลได้ 5) เมื่อผิดหวังเสียใจ สามารถปรับอารมณ์เป็นปกติได้อย่างรวดเร็ว

กิจกรรมการร้องเต้นเล่นทำเป็นกิจกรรม ที่มีความสำคัญต่อพัฒนาการทุกด้านของเด็กปฐมวัย เพราะเด็กได้ใช้ร่างกายเป็นสื่อกลางในการแสดงออกทางอารมณ์และความคิดสร้างสรรค์ตามจังหวะ เสียงดนตรี และเสียงเพลง โดยการเคลื่อนไหวอย่างอิสระ การร้องเล่นเต้นทำเป็นกิจกรรมหนึ่งที่เด็กๆชอบ เพราะเป็นกิจกรรมที่ตอบสนองต่อธรรมชาติของเด็กที่ไม่อยู่นิ่งไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้และชอบเคลื่อนไหวร่างกายอยู่ตลอดเวลา ทำให้เด็กเกิดความมั่นใจในตนเอง เพราะกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำนั้นเป็นกิจกรรมที่ไม่ปิดกั้นในการที่เด็กได้แสดงออกถึงอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด ช่วยให้เด็กสนุกสนาน เบิกบาน ผ่อนคลายความเครียด ซึ่งเป็นผลที่ทำให้เด็กเป็นคนมีอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส และแสดงความเป็นตัวของตัวเองได้อย่างอิสระ ซึ่งส่งผลในการพัฒนาความเป็นเอกลักษณ์และความมั่นใจในตนเองแก่เด็ก รวมทั้งสามารถพัฒนาสติปัญญาและการเรียนรู้ของเด็ก เช่น ในด้านภาษา เด็กได้เรียนรู้ด้านภาษาผ่านทางเนื้อเพลง ได้เรียนรู้ด้านคณิตศาสตร์ผ่านทางจังหวะของดนตรี นอกจากนี้ยังส่งเสริมให้เด็กมีความสามัคคีและปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่ม เช่น การออกกำลังกายตามเพลงพร้อมกับเพื่อนๆ ยังช่วยฝึกการเป็นผู้นำผู้ตามให้แก่เด็กอีกด้วย สอดคล้องกับ วิทยากร พันธ์สุนทร (2560 : 1-2) กล่าวว่ากิจกรรมการร้องเล่นเต้นรำ รูปแบบล้วนมีผลต่อพัฒนาการของสมองเด็ก ซึ่งเป็นหน้าที่ของครูผู้สอน

และผู้ปกครอง รวมทั้งผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีความเข้าใจในหลักการสำคัญก่อน และช่วยวางรากฐานที่สำคัญต่อการเรียนรู้และส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก คล้ายคลึงกันกับ สุทธินันท์ สมสุนันท์ (2560) ได้กล่าวว่า ประโยชน์ของกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะตามดนตรีสามารถดึงความสนใจของเด็กได้เป็นอย่างดี ทำให้มีสมาธิในการเรียนรู้และยังสามารถสอดแทรกในเรื่องต่างๆ ได้ เช่น ทักษะการเรียนรู้ การปรับพฤติกรรมของเด็ก การปรับอารมณ์ เช่นเดียวกับ ไพเราะ พุ่มม้น (2544 : 18) สามารถช่วยให้เด็กมีพัฒนาการ รับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเอง แล้วยังพัฒนาไปสู่การรับรู้ความรู้สึกของคนอื่นอีกด้วย อีกทั้งยังสามารถแสดงออกทางอารมณ์ที่เปิดเผยและสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ เป็นผลให้เด็กมีความพร้อมที่จะเรียนในระดับสูงขึ้นไป ซึ่งผลการวิจัยจะมีประโยชน์สำหรับครูผู้สอนและบุคลากร ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับเด็ก

จากการจัดประสบการณ์เรียนรู้ระดับชั้นปฐมวัย โรงเรียนบ้านลำโพง ตำบลสามกระชาย อำเภอกุยบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า เด็กแสดงพฤติกรรมด้านอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เช่น เมื่อเล่นด้วยกันก็ทะเลาะกัน แย่งของเล่นกันทั้งที่มีของเล่นอยู่ในมือ อยากได้ของเล่นชิ้นไหนก็ไปแย่งมาจากมือเพื่อน มีการทำร้ายร่างกายกัน กัดกัน หยิกกัน ชกต่อยกัน การร้องไห้โวยวาย ล้วนเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการจัดกิจกรรมต่างๆ ในชั้นเรียนรวมทั้งจากการใช้แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ในเด็กก่อนวัยเรียน พัฒนาการด้านการควบคุมอารมณ์ของ (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข(สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล, 2557 : 155-166) ประกอบด้วย ข้อ 16-20 ตัว 1 บ่งชี้มาใช้ในการเก็บข้อมูลกับเด็กปฐมวัย ระดับชั้นอนุบาล 2 จำนวน 12 คน แบ่งเป็นเด็กชาย จำนวน 8 คน เด็กหญิงจำนวน 4 คน พบว่า เด็กที่มีพัฒนาการทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ถ้าต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยมาก คือมีคะแนน $T < 40$ แยกตามช่วงอายุและเพศได้ดังนี้คือ ช่วงอายุ 4 ปี 4 เดือน ถึง 11 ปี เป็นเด็กชาย ร้อยละ 12.90 และเด็กหญิงช่วงอายุ 4 ปี 4 เดือน ถึง 11 ปี ร้อยละ 13.30 ตามลำดับ ซึ่งหากปล่อยทิ้งไว้ก็จะส่งผลต่อพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา รวมทั้งส่งผลต่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียน ซึ่งสอดคล้องกับ(สุภาวดี หาญเมธี สถาบันอาร์แอลจี (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) , 2559 : 31) ได้กล่าวถึง สภาวะอารมณ์ของเด็กมีผลต่อความพร้อมในการเรียนอย่างมาก และส่งผลต่อการดำเนินชีวิตกายภาพหน้า เนื่องจากไม่มีใครอยากอยู่ใกล้คนเจ้าอารมณ์ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ อารมณ์หงุดหงิด หากความสุขไม่ได้ ไม่สามารถทำงานร่วมกับคนอื่นได้ซึ่งเป็นอุปสรรคอย่างมาก ต่อการดำเนินชีวิตและความสำเร็จในชีวิตการควบคุมอารมณ์ตนเองให้แสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ ถือเป็นทักษะสำคัญต่อความสำเร็จของการดำเนินชีวิต เป็นทักษะที่จำเป็นต้องฝึกฝนตั้งแต่เด็กจึงจะสามารถควบคุมอารมณ์ตัวเองได้ดีขึ้นเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งตรงกันกับ ปนัดดา ธนเศรษฐกร (2560) ได้กล่าวไว้ว่า หากเด็กอารมณ์ไม่ดี ไม่สามารถควบคุมอารมณ์

ของตนเองได้ซึ่งเกี่ยวข้องกับระบบสมองต้องอาศัยทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ เนื่องจากสมองส่วนอารมณ์มีบทบาทและหน้าที่สำคัญในการสั่งการแสดงความพึงพอใจและไม่พึงพอใจ หากมีทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ที่ดีก็จะสามารถเรียนรู้และจดจำไปพร้อมกับอารมณ์ได้ดีมาก หากมีทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ที่ไม่ดีสมองส่วนอารมณ์ก็จะแสดงความไม่พึงพอใจเป็นพฤติกรรมต่อต้านออกมาทันที ซึ่งก็จะเป็นปัญหาต่อการส่งข้อมูลไปยังสมองส่วนหน้าทันที ดังนั้นควรฝึกการควบคุมอารมณ์ตั้งแต่อายุน้อย ฝึกฝนบ่อยๆ และฝึกอย่างสม่ำเสมอและใจเย็น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำแนวคิดจิตตปัญญามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญาเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนได้ลงมือทำและปฏิบัติการคิด ผู้เรียนมีการแสดงออก ผู้เรียนมีการเรียนรู้แบบร่วมมือ ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากการค้นพบ ผู้เรียน มีความก้าวหน้าในการเรียนรู้ เป็นกระบวนการที่สามารถส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์ได้เป็นอย่างดี เนื่องจากชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามเป็นกิจกรรมที่ช่วยปูพื้นฐานที่ดีด้านการควบคุมอารมณ์ และช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความสามารถในด้านจังหวะ ความคิดสร้างสรรค์ และจินตนาการ เพลงที่มีทำทางประกอบและการเล่นประกอบเพลงช่วยให้เด็กมีความสนใจและจดจ่ออยู่กับกิจกรรมที่ทำ เด็กจะรู้จักบังคับการเคลื่อนไหวของร่างกายในส่วนต่างๆ เช่น นิ้วมือ ข้อมือให้เกิดขึ้นพร้อมๆ กันตามจังหวะ สามารถส่งเสริมพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ดังนี้ ด้านร่างกายและสุขภาพพลานามัยของเด็ก พัฒนาการทางด้านอารมณ์ ขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ เด็กจะมีจิตใจร่าเริงแจ่มใส มีความสนุกสนาน คลายความตึงเครียด อีกทั้งยังช่วยให้เด็กมีความกล้าแสดงออกและมั่นใจในตนเอง การพัฒนาทางด้านสังคม เพลงเป็นสื่ออย่างหนึ่งที่สามารถชักจูง ให้เด็กๆ และครูมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เพลงบางเพลงเด็กต้องทำท่าทางร่วมกัน ทำให้เด็กมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น การพัฒนาทางด้านสติปัญญา เนื้อหาในเพลงที่ใช้ในการจัดกิจกรรมร้องเล่นทำตาม ช่วยให้เด็กพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆ เช่นด้านภาษา เมื่อเด็กทำท่าทางประกอบเพลง การที่จะสังเกตว่าเด็กเข้าใจเนื้อหาหรือความหมายของเนื้อเพลง ดูได้จากท่าทางที่เด็กทำ ด้านคณิตศาสตร์ เพลงช่วยให้เด็กได้จดจำและเข้าใจเกี่ยวกับจำนวนและความหมายของคำบางคำทางคณิตศาสตร์ ด้านวิทยาศาสตร์และธรรมชาติศึกษา มีเพลงหลายเพลงที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติรอบๆ ตัวเด็ก

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญาเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ $E_1/E_2 = 80/80$
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์สำหรับเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของเด็กปฐมวัยที่มีต่อชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา

สมมุติฐานการวิจัย

1. ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญาที่พัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ $E_1/E_2 = 80/80$
2. ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย หลังการใช้ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. หลังการเรียนด้วยชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา เด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านลำโพงมีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา อยู่ในระดับมาก

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการทดลอง เป็นเด็กปฐมวัยที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านลำโพง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 2 จำนวน 12 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sample)

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ มีเนื้อหาเกี่ยวกับการรู้จักอารมณ์ วิธีการควบคุมอารมณ์ การจัดการอารมณ์และการปรับอารมณ์ให้เป็นปกติและมั่นคงที่สอดคล้องกับเนื้อหาของหน่วยการเรียนรู้ตามหลักสูตรสถานศึกษา 4 หน่วยการเรียนรู้ คือ หน่วยเรียนรู้ตัวเรา หน่วยเรียนรู้เพื่อน หน่วยเรียนรู้สังคม และหน่วยโลกสวยด้วยสีสัน ประกอบไปด้วย 6 กิจกรรมหลัก คือ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมเสริมประสบการณ์ กิจกรรมศิลปะ

สร้างสรรค์ กิจกรรมเล่นตามมุม กิจกรรมเล่นกลางแจ้ง และกิจกรรมเกมการศึกษา ตามกรอบแนวคิด คือนำแนวคิดจิตตปัญญา เกี่ยวกับการพัฒนาชุดกิจกรรมที่มุ่งสร้างความสุขใจควบคู่กันไป กับปัญญา ทั้งเน้นถึงความสำคัญในการที่ผู้เรียนได้เรียนอย่างมีความสุข โดยการจัดชุดกิจกรรมให้ เด็กได้ฝึกฝน ทดลองปฏิบัติ ลงมือทำ การค้นหาความรู้ต่างๆด้วยตัวเอง เป็นการพัฒนาจิตและ ปัญญาภายในให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีสู่ภายนอก คือให้เกิดความสุข สนุกสนาน ผ่อนคลายอารมณ์ของ ตนเอง และเกิดความรู้ประสบการณ์ที่สอดคล้องกับวัยและสภาพของผู้เรียน

ขอบเขตด้านตัวแปร

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ ชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญา
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ 1) ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์
- 2) ความพึงพอใจของเด็กปฐมวัยที่มีต่อชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญา

ขอบเขตด้านเวลา

ชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญา ที่สร้างขึ้น ใช้เวลาในการทดลอง ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ ถึง เดือนมีนาคม 2562 ในช่วงการจัดประสบการณ์หน่วยเรียนรู้ตัวเรา หน่วยหนูน้อยทำได้ หน่วยประสาทสัมผัส และหน่วยโลกสวยด้วยสีสันทัน ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดจิตตปัญญา เกี่ยวกับการพัฒนาชุดกิจกรรมที่มุ่ง สร้างความสุขใจควบคู่กันไปกับปัญญา ทั้งเน้นถึงความสำคัญในการที่ผู้เรียนได้เรียนอย่างมี ความสุข โดยการจัดชุดกิจกรรมให้เด็กได้ฝึกฝน ทดลองปฏิบัติ ลงมือทำ การค้นหาความรู้ต่างๆด้วย ตัวเอง เป็นการพัฒนาจิตและปัญญาภายในให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีสู่ภายนอก คือให้เกิดความสุข สนุกสนาน และเกิดความรู้ประสบการณ์ที่สอดคล้องกับวัยและสภาพของผู้เรียน มี 5 ขั้นตอนการเรียนรู้ คือเป็นแนวคิดที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือทำและปฏิบัติภารกิจ ผู้เรียนมีการแสดงออก ผู้เรียนมีการ เรียนรู้แบบร่วมมือ ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากการค้นพบ ผู้เรียนมีความก้าวหน้าในการเรียนรู้ เกิดความรักในความรู้ ร่วมกับรูปแบบการจัดกิจกรรมหลักมี 6 กิจกรรมซึ่งประกอบไปด้วย 1) กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ ได้แก่ การจัดรูปแบบกิจกรรมด้วยการเคลื่อนไหวเลียนแบบ การเคลื่อนไหวตามคำบรรยาย การเคลื่อนไหวตามบทเพลง และการเคลื่อนไหวแสดงท่าทางผู้นำผู้ ตาม 2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์ ได้แก่ การจัดรูปแบบกิจกรรมด้วยการสนทนาหรือการอภิปราย การเล่านิทาน การเล่นเกมแบบสมมติ และการร้องเพลง ท่องคำคล้องจอง 3) กิจกรรมศิลปะ สร้างสรรค์ ได้แก่ การจัดรูปแบบกิจกรรมด้วยการวาดภาพและระบายสี การเป่าสี การพิมพ์ภาพ

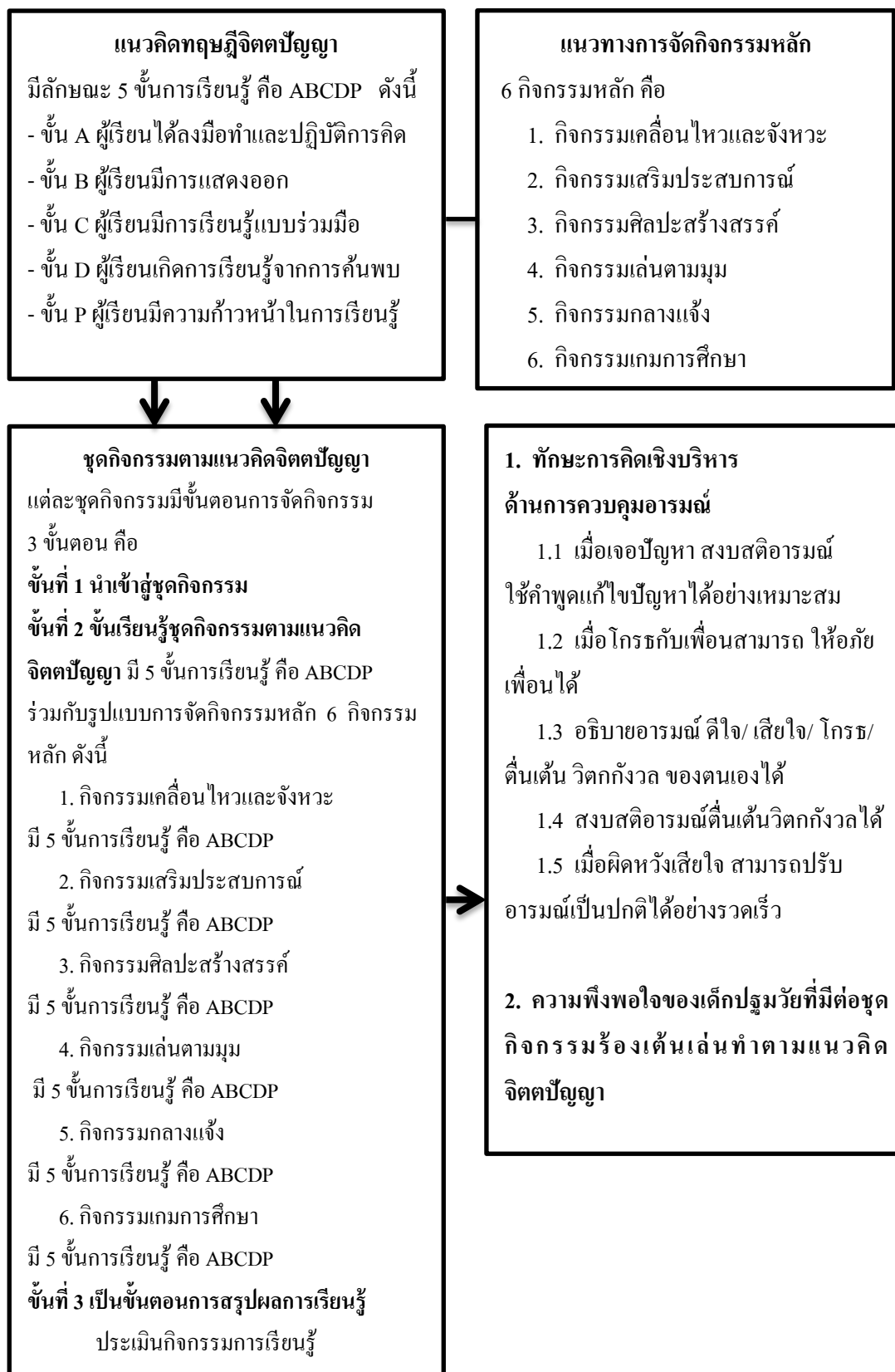
และการปั้นดินน้ำมัน 4) กิจกรรมเล่นตามมุม ได้แก่ การจัดมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนให้เด็กปฐมวัยได้เลือกเล่นเสรี ตามความสนใจ มีมุมดังนี้ มุมบทบาทสมมติ มุมบล็อก มุมดนตรี มุมวิทยาศาสตร์หรือมุมธรรมชาติ มุมศิลปะ มุมเกมการศึกษา 5) กิจกรรมกลางแจ้ง ได้แก่ การจัดรูปแบบกิจกรรมด้วยการเล่นเกมการละเล่น การเล่นเครื่องเล่นสนาม การเล่นทราย และการเล่นกีฬา 6) กิจกรรมเกมการศึกษา ได้แก่ เกมจับคู่ เช่น จัดคู่ภาพเหมือน จับคู่ภาพกับเงา จับคู่ภาพที่มีความสัมพันธ์ จับคู่ภาพแบบอนุกรม เกมต่อภาพให้สมบูรณ์ (Jigsaws) หรือภาพตัดต่อ เกมวางภาพต่อปลาย (โดมิโน) เกมเรียงลำดับ เกมการจัดหมวดหมู่ เกมการศึกษารายละเอียดของภาพ (ลวดใต้) เกมพื้นฐานการบวก เกมหาความสัมพันธ์ตามลำดับที่กำหนดจากการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมทั้งแบบรายบุคคลและแบบกลุ่ม ตามขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม เป็นการเตรียมความพร้อมผู้เรียนให้ทราบว่าต้องทำอะไรบ้าง เป็นกิจกรรมกระตุ้นให้ผู้เรียนอยากเรียนรู้และพร้อมที่จะเรียน ใช้เวลา 2-5 นาที เช่น การร้องเพลงแสดงท่าทางประกอบ การเล่านิทาน การเล่าเหตุการณ์ การเปิดเพลง คำคล้องจอง การสนทนาเกี่ยวกับรูปภาพ เป็นต้น

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา มี 5 ขั้นการเรียนรู้ คือ ABCDP ร่วมกับรูปแบบการจัดกิจกรรมหลัก 6 กิจกรรม ดังนี้ 1) กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ 2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์ 3) กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ 4) กิจกรรมเล่นตามมุม 5) กิจกรรมกลางแจ้ง 6) กิจกรรมเกมการศึกษา โดยมีการจัดประสบการณ์เรียนรู้ 5 ขั้นการเรียนรู้ คือ ABCDP

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป ขั้น A (Assessment) (ประเมินกิจกรรมการเรียนรู้) 3.1) ครูชวนเด็กปฐมวัยพูดคุยเกี่ยวกับกิจกรรม ดังนี้ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะทำกิจกรรม นักเรียนเรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ วิธีจัดการอารมณ์ของตนเอง และข้อเสนอแนะ การแก้ปัญหาของเด็ก 3.2) ครูสรุปช่วงท้ายในประเด็น ดังนี้ ครูชมเชยความสามารถของนักเรียนในการคิดสร้างสรรค์ ในการวางแผนการทำงาน ในผลงานของตนเอง และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ขณะทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน การยอมรับในทุกความคิด การแสดงออกทางอารมณ์ (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2543 : 48) เครื่องมือในการประเมินทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ คือแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ที่สร้างขึ้นเองโดยปรับปรุงตามแนวคิดของ(สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2557 : 155-166) ประกอบด้วย 5 ข้อ คือ 1) เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์ใช้คำพูดแก้ไขปัญหได้อย่างเหมาะสม 2) เมื่อโกรธกับเพื่อนสามารถให้อภัยเพื่อนได้ 3) อธิบายอารมณ์ ดีใจ/เสียใจ/โกรธ/ตื่นเต้น วิดกกังวล ของตนเองได้ 4) สงบสติอารมณ์ ตื่นเต้นวิตกกังวลได้ 5) เมื่อผิดหวังเสียใจ สามารถปรับอารมณ์เป็นปกติได้อย่างรวดเร็ว จึงได้ชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญาเพื่อพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการ

ควบคุมอารมณ์ ชุดกิจกรรมที่ 1 ร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ หน่วยเรียนรู้ตัวเรา ชุดกิจกรรม
ที่ 2 ร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ หน่วยหนูน้อยทำได้ ชุดกิจกรรมที่ 3 ร้องเต้นเล่นทำการ
ควบคุมอารมณ์ หน่วยประสาทสัมผัส ชุดกิจกรรมที่ 4 ร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ หน่วยโลก
สวยด้วยสีสันทัน มีจำนวน 4 ชุดกิจกรรม 20 กิจกรรมย่อย สรุปกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย ดังแสดง
ในภาพประกอบที่ 1



ภาพประกอบที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ประโยชน์ที่ได้รับ

ผลของการวิจัยครั้งนี้จะทำให้ได้รับประโยชน์ ดังนี้

1. ได้ชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา ที่มีประสิทธิภาพสามารถนำไปใช้ในการจัดประสบการณ์เรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยเพื่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ได้
2. งานวิจัยนี้เป็นแนวทางในการพัฒนาเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารในด้านอื่นๆ อีกต่อไป คือ ด้านความจำที่นำมาใช้งาน การยั้งคิด การยืดหยุ่นความคิด การใส่ใจจดการวางแผน และการจัดระบบดำเนินการ การรู้จักประเมินตนเอง การริเริ่มและลงมือทำงานตามที่คิด และความพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย เป็นต้น

นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันผู้วิจัยจึงได้กำหนดนิยามศัพท์เฉพาะของการวิจัยครั้งนี้ไว้ดังนี้

1. **แนวคิดจิตปัญญา** หมายถึง การพัฒนาสติปัญญาและพัฒนาอารมณ์ จิตใจควบคู่กันไป การยึดอารมณ์จิตใจของผู้เรียนและความมั่งคั่งด้านพุทธิปัญญา โดยใช้กิจกรรมที่เน้นการปฏิบัติการคิด การแสดงออกการเรียนรู้แบบร่วมมือ ค้นพบด้วยตนเอง รวมทั้งเห็นความก้าวหน้าของตนเอง โดยมีการประเมินการพัฒนาตนเองเป็นระยะตามหลักการเรียนรู้ ให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีสู่ภายนอก คือ ให้เกิดความสุข สนุกสนานและเกิดความรู้ประสบการณ์ที่สอดคล้องกับวัยและสภาพของผู้เรียน
2. **ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์** หมายถึง คະเนนที่ได้จากการวัดโดยการสังเกตพฤติกรรมจากแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ที่สร้างขึ้นเองโดยปรับปรุงตามแนวคิดของ (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส) และมหาวิทยาลัยมหิดล, 2557 : 155-166) ประกอบไปด้วย 5 ข้อ ดังนี้ 1) เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์ ใช้คำพูดแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม 2) เมื่อโกรธกับเพื่อนสามารถให้อภัยเพื่อนได้ 3) อธิบายอารมณ์ดีใจ/เสียใจ/โกรธ/ตื่นเต้น วิดกกังวล ของตนเองได้ 4) สงบสติอารมณ์ตื่นตัววิตกกังวลได้ 5) เมื่อผิดหวังเสียใจ สามารถปรับอารมณ์เป็นปกติได้อย่างรวดเร็ว
3. **แนวทางการจัดกิจกรรมหลัก** หมายถึง การจัดกิจกรรมหลักในรูปแบบการบูรณาการผ่านการเล่นด้วยการปฏิบัติจริงโดยใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า เพื่อให้เด็กได้รับประสบการณ์ตรงเกิดความรู้ทักษะและเจตคติที่ดีในการเรียนรู้ ได้พัฒนาทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยมีกิจกรรมหลัก 6 กิจกรรมดังนี้ คือ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรม

เสริมประสบการณ์ กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ กิจกรรมเล่นตามมุม กิจกรรมกลางแจ้ง และกิจกรรม
เกมการศึกษา

4. ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญา หมายถึง ชุดกิจกรรมที่มีแนวคิดหลักของจิตตปัญญา ซึ่งประกอบไปด้วยลักษณะ 5 ขั้นตอนการเรียนรู้ ดังนี้ โดยมุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือทำและปฏิบัติภารกิจ ผู้เรียนมีการแสดงออก ผู้เรียนมีการเรียนรู้แบบร่วมมือ ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากการค้นพบ และผู้เรียนมีความก้าวหน้าในการเรียนรู้ เกิดความรักในความรู้ ร่วมกับรูปแบบการจัดกิจกรรมหลักมี 6 กิจกรรมหลัก ซึ่งประกอบไปด้วย กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมเสริมประสบการณ์ กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ กิจกรรมเล่นตามมุม กิจกรรมกลางแจ้ง และกิจกรรมเกมการศึกษา มีรายละเอียดดังนี้

ชุดกิจกรรมที่ 1 ร้องเต้นเล่นทำตามการควบคุมอารมณ์ หน่วยเรียนรู้ตัวเรา หมายถึง กิจกรรมที่จัดประสบการณ์ให้เด็กปฐมวัยรู้จักและเข้าใจเกี่ยวกับ อารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเรา และความสำคัญของการควบคุมอารมณ์ การฝึกสงบสติ สงบอารมณ์ต่างๆ การแนะนำวิธี การฝึกควบคุมอารมณ์ ควบคุมตนเอง ถ้าเด็กที่มีอารมณ์ดีสมองจะติดตามไปด้วย ผ่านการเล่นปนเรียน ด้วยกิจกรรมรูปแบบการร้องเต้นเล่นทำตามด้วยความสนุกสนาน ตื่นเต้น สามารถตอบสนองต่ออารมณ์ความรู้สึก ประกอบด้วย 5 กิจกรรมย่อย ดังนี้ กิจกรรมที่ 1.1 เรียนรู้ร่างกาย เรียนรู้อารมณ์ กิจกรรมที่ 1.2 สงบสติ สงบอารมณ์ กิจกรรมที่ 1.3 แปรร่างตามอารมณ์ กิจกรรมที่ 1.4 ควบคุมอารมณ์ ควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 1.5 อารมณ์ดีร่างกายแข็งแรง

ชุดกิจกรรมที่ 2 ร้องเต้นเล่นทำตามการควบคุมอารมณ์ หน่วยหนูน้อยทำได้ หมายถึง กิจกรรมที่จัดประสบการณ์ให้เด็กปฐมวัยรู้จักไหว้ถาม มารยาทดี มีมารยาทการพูดและการฟัง มีมารยาทในการรับประทานอาหาร มีมารยาทการเดิน การยืน การนั่ง มีมารยาทในการใช้ห้องต่างๆ ประกอบด้วย 5 กิจกรรมย่อย ดังนี้ กิจกรรมที่ 1.2 หนูน้อยไหว้ถามมารยาทดี กิจกรรมที่ 2.2 หนูน้อยมีมารยาทการพูด และการฟัง กิจกรรมที่ 2.3 หนูน้อยมีมารยาทในการรับประทานอาหาร กิจกรรมที่ 2.4 หนูน้อยมีมารยาทการเดิน การยืน การนั่ง และกิจกรรมที่ 2.5 หนูน้อยมีมารยาท ในการใช้ห้องต่างๆ

ชุดกิจกรรมที่ 3 ร้องเต้นเล่นทำตามการควบคุมอารมณ์ หน่วยประสาทสัมผัส หมายถึง กิจกรรมที่จัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนรู้จักจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกตนเองและแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ รู้จักวิธีการการระบายอารมณ์ตื้นเต้นอย่างเหมาะสม การฝึกสงบสติอารมณ์ และสามารถปรับอารมณ์ให้เป็นปกติได้ ผ่านการเล่นปนเรียน ด้วยกิจกรรมรูปแบบการร้องเต้นเล่นทำตามด้วยความสนุกสนาน ตื่นเต้น สามารถตอบสนองต่ออารมณ์ความรู้สึกและพฤติกรรมของนักเรียนได้

ประกอบด้วย 5 กิจกรรมย่อย ดังนี้ กิจกรรมที่ 3.1 สัมผัสบอกความรู้สึก กิจกรรมที่ 3.2 ดูด้วยตา เห็นถึงอารมณ์ กิจกรรมที่ 3.3 ฟังด้วยหู รู้อารมณ์ กิจกรรมที่ 3.4 จมูกดมกลิ่น ฟังกลิ่นอารมณ์ กิจกรรมที่ 3.5 พุติ อารมณ์ที่ดี

ชุดกิจกรรมที่ 4 ร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ หน่วยโลกสวยด้วยสีสัน หมายถึง กิจกรรมที่จัดประสบการณ์ให้เด็กปฐมวัยเรียนรู้เรื่องสื่อบอกอารมณ์ความรู้สึก วิธีระบายสีระบาย อารมณ์ เล่นกับสีควบคุมอารมณ์ จัดการอารมณ์ด้วยสี ปรับอารมณ์ตามสี รวมถึงการจัดการกับ อารมณ์และความรู้สึกตนเอง ผ่านการเล่นปนเรียน ด้วยกิจกรรมรูปแบบการร้องเต้นเล่นทำ ด้วย ความสนุกสนาน ตื่นเต้น สามารถตอบสนองต่ออารมณ์ความรู้สึกและพฤติกรรมของเด็กปฐมวัยได้ ประกอบด้วย 5 กิจกรรมย่อย ดังนี้ กิจกรรมที่ 4.1 สื่อบอกอารมณ์ความรู้สึก กิจกรรมที่ 4.2 ระบายสี ระบายอารมณ์ กิจกรรมที่ 4.3 เล่นกับสีควบคุมอารมณ์ กิจกรรมที่ 4.4 จัดการอารมณ์ด้วยสี กิจกรรมที่ 4.5 ปรับอารมณ์ตามสี และพฤติกรรมของเด็กปฐมวัย ได้สอดคล้องกับทักษะการคิดเชิง บริหารด้านการควบคุมอารมณ์ 5 ข้อ คือ 1) เมื่อเจอปัญหาสงบสติอารมณ์ใช้คำพูดแก้ไขปัญหาได้ อย่างเหมาะสม 2) เมื่อโกรธกับเพื่อนสามารถให้อภัยเพื่อนได้ 3) อธิบายอารมณ์ ดีใจ/เสียใจ/โกรธ /ตื่นเต้น วิดกกังวล ของตนเองได้ 4) สงบสติอารมณ์ตื่นเต้นวิตกกังวลได้ 5) เมื่อผิดหวังเสียใจ สามารถปรับอารมณ์เป็นปกติได้อย่างรวดเร็ว

โดยการจัดกิจกรรมแต่ละชุดกิจกรรมสามารถตอบสนองการควบคุมอารมณ์ได้ตาม ขั้นตอนการจัดกิจกรรม 3 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม เป็นการเตรียมความพร้อมผู้เรียนให้ทราบว่าต้องทำ อะไรบ้าง เป็นกิจกรรมกระตุ้นให้ผู้เรียนอยากเรียนรู้และพร้อมที่จะเรียน ใช้เวลา 2-5 นาที เช่น การ ร้องเพลงแสดงท่าทางประกอบ การเล่านิทาน การเล่าเหตุการณ์ การเปิดเพลง คำคล้องจอง การ สนทนาเกี่ยวกับรูปภาพ เป็นต้น

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตปัญญา มี 5 ขั้นการเรียนรู้ คือ ABCDP ร่วมกับรูปแบบการจัดกิจกรรมหลักมี 6 กิจกรรม ดังนี้ 1) กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ 2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์ 3) กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ 4) กิจกรรมเล่นตามมุม 5) กิจกรรม กลางแจ้ง 6) กิจกรรมเกมการศึกษา โดยมีการจัดกิจกรรม 5 ขั้นการเรียนรู้ คือ ABCDP

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปขั้น A (Assessment) (ประเมินกิจกรรมการเรียนรู้) ดังนี้ 3.1) ครูชวน เด็กพูดคุยเกี่ยวกับกิจกรรม ดังนี้ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะทำกิจกรรม เด็กเรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ วิธีจัดการอารมณ์ของตนเอง และข้อเสนอแนะ การแก้ปัญหาของเด็ก 3.2) ครูสรุปช่วงท้ายใน ประเด็น ดังนี้ ครูชมเชยความสามารถของเด็กในการคิดสร้างสรรค์ ในการวางแผนการทำงาน

ในผลงานของตนเอง และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ขณะทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน การยอมรับในทุกความคิด การแสดงออกทางอารมณ์

5. ความพึงพอใจของเด็กปฐมวัยที่มีต่อชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญา หมายถึง คะแนนที่ได้จากการวัดโดยการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจ การแสดงความรู้สึก ความพึงพอใจทางอารมณ์ ของแต่ละบุคคลที่มีต่อการจัดชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญา

6. ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ หมายถึง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแล้วประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยหาได้จากการนำชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำที่ออกแบบไว้นำไปทดลองใช้ตามขั้นตอนที่กำหนด เพื่อนำข้อมูลที่ได้จากการทดลองมาปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาให้มีประสิทธิภาพและนำไปใช้กับกลุ่มทดลองตามเกณฑ์ที่กำหนดให้ $E_1/E_2 = 80/80$ โดยการวัดจาก

E_1 หมายถึง 80 ตัวแรก ร้อยละของคะแนนเฉลี่ยที่ได้จากการทำแบบสังเกตพฤติกรรม ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ทำชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ครบทั้ง 4 ชุดกิจกรรม

E_2 หมายถึง 80 ตัวหลัง ร้อยละของคะแนนเฉลี่ยที่ได้จากการทำแบบสังเกตพฤติกรรม ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ หลังจากเรียนด้วยชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ครบทั้ง 4 ชุดกิจกรรม

7. เด็กปฐมวัย หมายถึง เด็กชาย-หญิง อายุ 4-5 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาล 2 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านลำโพง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 2