



สื่อประกอบการสอน

รายวิชา ทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย

โดย

อาจารย์วิภารัตน์ อิ่มรัมย์

อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย

คำนำ

สื่อประกอบการสอนเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ประกอบการจัดการเรียนการสอนในรายวิชา ทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้า เอกสาร ตำรา แนวคิดทฤษฎีจากนักทฤษฎี และนักการศึกษาด้านการศึกษปฐมวัย เพื่อสังเคราะห์เนื้อหาและเรียบเรียงเนื้อหาให้มีความทันสมัย ง่ายต่อการศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย สื่อประกอบการสอนเล่มนี้ ประกอบไปด้วยเนื้อหาทั้งหมด 8 บท ซึ่งมีเนื้อหาที่สอดคล้องสัมพันธ์กับรายละเอียดของรายวิชา (มคอ.3)

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า สื่อประกอบการสอนรายวิชา ทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย เล่มนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับนักศึกษาครุปฐมวัยที่จะนำไปใช้ในการเรียนวิชานี้และนำความรู้ไปใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิตเด็กปฐมวัยในอนาคตได้เป็นอย่างดี

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
คำอธิบายรายวิชา	1
วัตถุประสงค์ของรายวิชา	2
บทที่ 1 ความหมายและความสำคัญของทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย	3
บทที่ 2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย	19
บทที่ 3 ปัจจัย สิ่งแวดล้อมและการเลี้ยงดูที่มีผลต่อการพัฒนาทักษะชีวิต	43
บทที่ 4 สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาทักษะชีวิต	73
บทที่ 5 การพัฒนาทักษะชีวิตด้วยการเสริมสร้างวินัยเชิงบวก (Positive Discipline)	87
บทที่ 6 คุณลักษณะและบทบาทของครูปฐมวัยที่ส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิต	105
บทที่ 7 การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่พัฒนา ทักษะชีวิต	115
บทที่ 8 การประเมินทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย	142
เอกสารอ้างอิง	157




รายวิชา

ทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย

ผู้สอน

อาจารย์วิภารัตน์ อิมรัมย์


สาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์





คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย ความสำคัญ แนวคิด หลักการ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต ทักษะสมองเพื่อการจัดการชีวิตให้สำเร็จ องค์ประกอบ ประโยชน์ที่ได้รับจากการพัฒนาทักษะชีวิต ประเภทของทักษะชีวิต สำหรับเด็กปฐมวัย ทักษะชีวิตที่ควรปลูกฝังในเด็กปฐมวัย แนวทางการพัฒนาและส่งเสริมทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัย บทบาทครูกับการสอนทักษะชีวิต บทบาทพ่อแม่ ผู้ปกครอง ชุมชน และสื่อในการสร้างเสริม ทักษะชีวิตเด็กปฐมวัย งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย




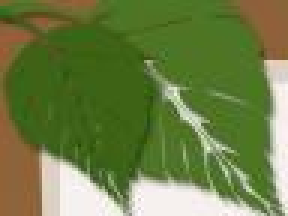


จุดมุ่งหมายรายวิชา เพื่อให้ นักศึกษาสามารถ

1) เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ
ความหมาย ความสำคัญ แนวคิด หลักการ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับ
ทักษะชีวิต ทักษะสมองเพื่อการจัดการชีวิตให้สำเร็จ

2) เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ
องค์ประกอบ ประโยชน์ที่ได้รับจากการพัฒนาทักษะชีวิต และ
ประเภทของทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย






3) เพื่อให้ นักศึกษามีความเข้าใจบทบาทครูกับการสอนทักษะชีวิต ครอบครัวกับการพัฒนาทักษะชีวิต พ่อแม่กับการสอนทักษะชีวิต

4) เพื่อให้ นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ปัญหาพฤติกรรมและ ค้นหาแนวทางการพัฒนาและส่งเสริมทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย และสามารถจัดกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัย

5) เพื่อให้ นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของทักษะชีวิตที่ ควรปลูกฝังในเด็กปฐมวัย





บทที่ 1


ความหมายและความสำคัญของทักษะ
ชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย







ความหมายของทักษะชีวิต

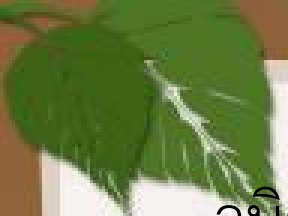
คำว่า ทักษะชีวิต ทักษะการดำรงชีวิต ทักษะการรู้ชีวิต และ ทักษะการดำเนินชีวิต เป็นความหมายที่ สอดคล้องตรงกับคำว่า Life skill ซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO) เป็นผู้บัญญัติศัพท์นี้ขึ้น WHO (1997) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม มีการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต






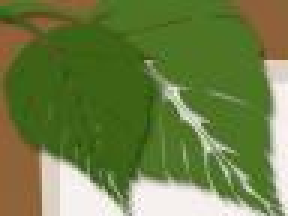
UNICEF (2004) ได้กล่าวถึงทักษะชีวิตว่า เป็นกลุ่มใหญ่ของจิตวิทยาสังคมและทักษะระหว่างบุคคลซึ่ง ช่วยให้บุคคลสามารถตัดสินใจได้ สื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพัฒนาทักษะการจัดการกับอารมณ์ สิ่งเหล่านี้ ส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ทักษะชีวิตอาจมีทิศทางการกระทำของตนเองหรือบุคคลอื่น เช่นเดียวกับการกระทำที่เกิดการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อม อันนำมาซึ่งความสุขกายสบายใจ






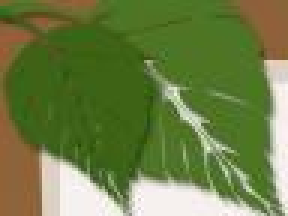
วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี (2546) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า ประกอบด้วย

- 1) ความสามารถ ของมนุษย์ที่ติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด
 - 2) ความสามารถที่มนุษย์สามารถเรียนรู้จากตนเองและผู้อื่น ซึ่งรวมทั้ง สภาพแวดล้อมทั้งทางธรรมชาติและทางสังคมที่มนุษย์เป็นผู้สร้างขึ้น
 - 3) ความสามารถที่ประกอบด้วย ความรู้ เจต คติ และทักษะการจัดการกับชีวิตของตนเองกับปัญหาและสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้
 - 4) ความสามารถที่มนุษย์ควรจะ พัฒนาได้จนบรรลุจุดสูงสุดในชีวิต คือ ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ตามศักยภาพของบุคคล
- 




กระทรวงศึกษาธิการ (2548) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะ คิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาและปรับตัวให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง สามารถจัดการกับความต้องการ ปัญหา และ สถานการณ์ต่างๆ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสมกับสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ให้มีพัฒนาการที่เหมาะสมทั้ง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ร่วมสร้างสรรค์สังคมให้เป็นสังคมที่ดี โดยอาศัย การถ่ายทอด ประสบการณ์ด้วย การฝึกอบรม





สรุปได้ว่า ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในด้านความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการจัดการ กับปัญหา หรือสิ่งที่เกิดขึ้นในวิถีชีวิตได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นบุคคลที่มีความสมบูรณ์พร้อมในทุกด้านของชีวิต คือ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และปัญญา สามารถดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุขและประสบความสำเร็จ ทักษะชีวิตของเด็กปฐมวัย จึงเป็น ความสามารถของเด็ก

วัยแรกเกิดถึง 6 ปี ในด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติ ในการดำรงชีวิต การปรับตัว หรือการแก้ปัญหาได้อย่าง เหมาะสม เพื่อเกื้อกูลให้เด็กมีความสมบูรณ์พร้อมทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมและสติปัญญา อันเป็นความงอกงามอย่างเหมาะสมสอดคล้องกับพัฒนาการและศักยภาพของแต่ละบุคคล และธรรมชาติแห่งวัย สามารถดำรง ตนอยู่ในวิถีสังคมและธรรมชาติได้อย่างมีความสุข



ความสำคัญของทักษะชีวิต

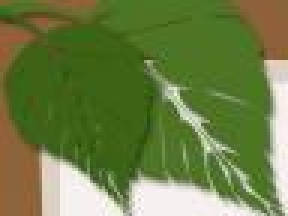
ทักษะชีวิตนับเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคคลทุกช่วงวัย ในยุคศตวรรษที่ 21 ที่ต้องเผชิญกับ สิ่งแวดล้อม สังคม วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีความซับซ้อนและมีการแข่งขันสูงส่ง ผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของผู้คนในสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กในช่วงปฐมวัย (0-6 ปี) ซึ่งชีวิตมีความอ่อนแอ และเปราะบางต่อสภาพแวดล้อมรอบๆ ตัว ซึ่งอาจนำไปสู่ความบกพร่องของพัฒนาการด้านต่างๆ ได้ หากเด็กได้รับ การเสริมสร้างเกี่ยวกับทักษะชีวิตโดยการปูพื้นฐานมาจากครอบครัวให้เข้มแข็งและมั่นคง เด็กจะมีต้นทุนชีวิต มีความพร้อมที่จะปรับตัว หรือเผชิญกับปัญหารอบตัวได้อย่างเหมาะสมกับวัย รวมทั้งมีความสามารถในการ รับผิดชอบดูแลตนเอง จัดการความต้องการและสิ่งต่างๆ ที่ตนเผชิญในชีวิตประจำวันได้อย่างมีคุณภาพ มีความ สมบูรณ์พร้อมทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ การคิด และการแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม อันเกื้อกูลให้เกิดการดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

ทักษะชีวิตของเด็กปฐมวัย

การพัฒนาทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องมีการพัฒนาอย่างเป็นกระบวนการ ที่มีระบบและต่อเนื่อง สม่่าเสมอตั้งแต่แรกเกิดไปจนตลอดชีวิต การเริ่มต้นอย่างถูกต้องเหมาะสมตั้งแต่วัยเด็ก โดยมีความสอดคล้องกับสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม ตลอดจนคุณธรรมพื้นฐานของชุมชน เพื่อให้เด็กได้พัฒนาคุณลักษณะพื้นฐานในตนเอง เช่น ทักษะการรู้จักและเข้าใจตนเอง ทักษะการแสวงหาและใช้ข้อมูล ทักษะการคิด ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการจัดการ ทักษะการปรับตัว ทักษะการสื่อสารและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น การเติบโตที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งด้านร่างกาย ความคิด จิตใจ และสังคม สามารถมีชีวิตอย่าง สงบเย็นและเป็นสุขในสังคมดังนั้นการเสริมสร้างทักษะชีวิตจำเป็นต้องเริ่มตั้งแต่ในช่วงปฐมวัยจึงจะส่งผลดีกับเด็ก เมื่อเจริญวัยขึ้น


ทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย
มีอะไรบ้าง

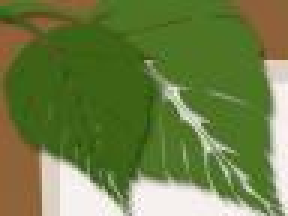





การเสริมสร้างทักษะชีวิตของเด็กปฐมวัย

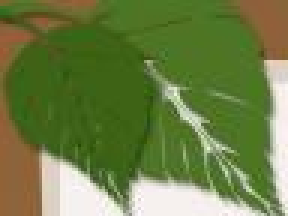
Martinez (2012 ; อ้างถึงใน จีระพันธ์ พูลพัฒน์, 2556) ได้กล่าวถึง ทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับเด็กที่จะเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบ และมีคุณค่าต่อสังคมนั้น ควรจะเริ่มตั้งแต่เด็กปฐมวัย เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่เปิดรับและสามารถพัฒนาลักษณะนิสัยที่ดีได้ และผู้ปกครองเองก็สามารถช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ในวิถีชีวิตประจำวัน Martinez ได้นำเสนอตัวอย่างทักษะชีวิตและวิธีการสอนทักษะชีวิตให้กับเด็ก ดังนี้






1. ทักษะทางสังคม (Social skills) ที่มีความหมายมากกว่าการมีเพื่อน แต่รวมถึงการมีทักษะ เช่นการ ร่วมรู้สึก การควบคุมตนเอง ความอดทน การจัดการกับความเครียด และความยืดหยุ่น สำหรับการสอนเด็ก เช่น การส่งเสริมและให้รางวัลที่มีความอดทนและทราบผลที่จะเกิดขึ้นถ้าไม่อดทนหรือมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ให้เห็น ความแตกต่างของการแสดงความรู้สึกที่เหมาะสม และไม่เหมาะสม เช่น แสดงความไม่พอใจได้แต่ทำร้ายคนอื่นไม่ได้ ให้รู้จักการให้ความเคารพต่อกัน ส่งเสริมการรับผิดชอบ และเป็นตัวอย่างในพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดขึ้นแก่เด็ก

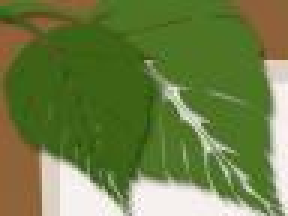





2. เรียนรู้เกี่ยวกับเงิน (Understanding money) มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับเงิน การจัดการใช้เงิน การประหยัด ใช้วิธีง่ายๆ ให้เด็กรู้จักรับผิดชอบเกี่ยวกับการเงิน และการใช้เงิน

3. เรียนรู้ความรับผิดชอบ (Learning responsibility) ให้เด็กได้ทำความสะอาดสิ่งของของตนเอง และดูแล พื้นที่ของตนเอง นอกจากนี้เด็กชายอายุ 3 ปี สามารถสอนให้รู้จักเก็บของเล่นและเสื้อผ้า ทำความสะอาดถ้วยชาม แต่งกายด้วยตนเอง อายุ 5 ปี ปูและเก็บที่นอนได้

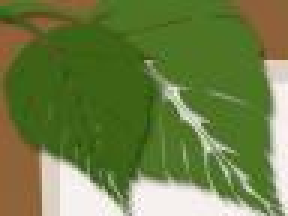





Patterson (2012) ได้นำเสนอวิธีการสอนทักษะชีวิตให้กับเด็กปฐมวัยด้วยการเรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการ การเงิน ความปลอดภัย และมารยาททางสังคมโดยทั่วไป Patterson เห็นว่าทักษะชีวิตช่วยให้เด็กเรียนรู้การทำหน้าที่ต่าง ๆ ในสังคม ช่วยให้เติบโตและมีวุฒิภาวะ ดังนั้นจึงต้องตระเตรียมในการที่จะสอนทักษะชีวิตเพื่อให้ เจริญเติบโตไปได้อย่างสมบูรณ์ ดังนี้



1. ทักษะทางการเงิน (Money skill) มีความสำคัญในการเรียนรู้เพื่อจะได้ใช้เงินเป็นเมื่อเป็นผู้ใหญ่ ผู้ปกครองควรเริ่มต้นด้วยการให้เด็กรู้จักการใช้เงิน และรู้จักการประหยัด ด้วยการเก็บเงินในกระปุกออมสิน
2. ทักษะทางด้านความปลอดภัย (Safety skill) ให้เด็กได้ความคิดเกี่ยวกับคนแปลกหน้า ไม่พูดคุยกับ บุคคลที่ไม่รู้จักคุ้นเคย กำหนดกฎเกณฑ์ และขอบเขตที่จะช่วยให้เด็กปลอดภัย สร้างความสนใจและสังเกต สิ่งต่าง ๆ รอบตัว เพื่อดูแลความปลอดภัยของตนเอง
3. มารยาททางสังคม (Manners and etiquette) เริ่มให้เด็กได้เรียนรู้ มารยาทพื้นฐาน สังเกตการ แสดงออกของเด็กทางสังคมที่มีต่อบุคคลอื่น และคอยช่วยเหลือให้คำแนะนำในการปฏิบัติที่ถูกต้องตามธรรมเนียมปฏิบัติ ให้ได้เรียนรู้ในการแนะนำตนเอง การจับมือ และการสบตาบุคคลอื่น




สรุปได้ว่า ทักษะชีวิตควรได้รับการส่งเสริมตั้งแต่ในช่วงปฐมวัย โดยการ
จัดให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิต เปิดโอกาสให้
เด็กได้เรียนรู้ ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ผู้คน สิ่งต่างๆ รอบตัว โดยมุ่งให้เด็กได้
เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง ผ่านการลงมือปฏิบัติ โดยมีการเชื่อมโยงทั้งด้านการ
คิด การตัดสินใจ การมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้คน ผ่านการชี้แนะ ควบคุมและ
จัดการกับอารมณ์ตนเอง การก่อกุลสัมพันธ์กับผู้อื่น ในการเผชิญกับเหตุการณ์
หรือการปฏิบัติตนในวิถีชีวิตให้สามารถดำเนินไปได้อย่างมีความสุข เกิดความสมดุล
ใน ชีวิต หรือแม้เกิดอุปสรรคปัญหา ก็สามารถแก้ไข หรืออยู่กับปัญหาได้อย่างไม่
เป็นทุกข์หรือมีการปรับตน อดทนและ ต่อสู้กับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ โดยสิ่งที่ควรจัดให้
เด็กได้เรียนรู้

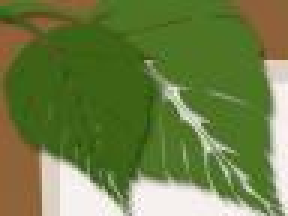




1. **ทักษะทางกาย** เด็กปฐมวัยควรมีลักษณะของการมีทักษะทางกายที่สมบูรณ์พร้อม ในด้านต่างๆ ได้แก่


1.1 การมีภาวะทางโภชนาการที่ดี คือ รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ สะอาด ปลอดภัย หลีกเลี่ยงอาหารที่เสี่ยงหรือมีสารที่อาจก่อให้เกิดความไม่สมดุลของระบบต่างๆ ในร่างกายอันนำมาซึ่ง โรคภัยไข้เจ็บต่างๆ เช่น มีทักษะการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ และการปฏิเสธอาหารที่ไม่มีประโยชน์ การยับยั้งชั่งใจไม่บริโภคอาหารตามสื่อโฆษณา ซึ่งเป็นอาหารที่ไม่ปลอดภัยการเลือกซื้ออาหารโดยรู้จักพิจารณาฉลาก วันหมดอายุ เป็นต้น

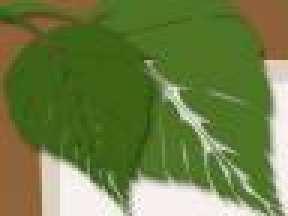





1.2 การมีสมรรถภาพทางกายที่ดีคือ การออกกำลังกาย การเล่น หรือการเคลื่อนไหว ร่างกายที่ก่อให้เกิดความแข็งแรง ทนทาน ซึ่งเด็กต้องได้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นกิจนิสัย เมื่อร่างกายมีความ ยืดหยุ่น แข็งแรง ทนทาน จะทำให้เกิดความสามารถด้านทักษะกลไก เด็กมีความคล่องตัว สามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้ อย่างดีห่างไกลจากโรคร้ายไข้เจ็บ

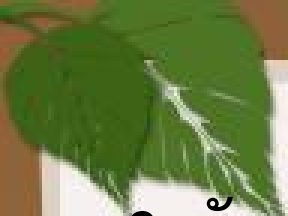
1.3 การดูแลความปลอดภัยคือ การรู้จักระวัง ปูองกัน แก้ปัญหาเมื่อตกอยู่ในภาวะที่ไม่ปลอดภัย เด็กควรได้เรียนรู้การป้องกันอุบัติเหตุ การระวังภัยจากคนแปลกหน้า การเดินทางด้วยยานพาหนะต่างๆ อย่างปลอดภัย การรัดเข็มขัดนิรภัย การว่ายน้ำ การเรียนรู้สัญญาณไฟจราจร การสังเกตและจัดการกับภัยพิบัติทางธรรมชาติ การเล่นกับวัสดุอุปกรณ์ หรือสัตว์เลี้ยงอย่างปลอดภัย ตลอดจนการเรียนรู้เพื่อใช้สิ่งของที่เกี่ยวข้องในการ ดำเนินชีวิตอย่างปลอดภัย เช่น การเรียนรู้สารเคมีรอบๆ ตัว เช่น ผงซักฟอก สบู่ ยาสีฟัน แป้ง ครีมบำรุงผิว ครีมกันแดด ฯลฯ






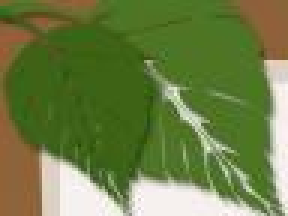
1.4 การดูแลและช่วยเหลือตนเองคือ การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเด็กควรได้เรียนรู้การดูแล และช่วยเหลือตนเองในด้านต่างๆ การดูแลตนเองในการรับประทานอาหาร การขับถ่าย การทำความสะอาดร่างกาย การแต่งกาย และการดูแลสุขอนามัย การมีภาระของใช้ส่วนตัว การดูแลตนเองเวลาเจ็บป่วย เช่น ปิดปากเวลาไอ จาม ใช้ผ้าปิดปากปิดจมูกเวลาเจ็บป่วย เป็นต้น






2. ทักษะทางอารมณ์ จิตใจ ภาวะทางอารมณ์จิตใจนับเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาเด็ก อารมณ์ เป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับภาวะของเด็กในการดำรงชีวิตและการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ เด็กที่สามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสมจะเข้ากับเพื่อนและมีความสามารถทางสังคมมากกว่าเด็กที่ไม่สามารถควบคุม อารมณ์ตนเองได้ ซึ่งความสามารถทางการควบคุมอารมณ์จะสัมพันธ์กับพัฒนาการตามอายุและความสามารถทางสติปัญญาของเด็กด้วย เด็กปฐมวัยควรมีลักษณะของการมีทักษะทางอารมณ์ จิตใจที่สมบูรณ์พร้อม ในด้านต่างๆ ได้แก่

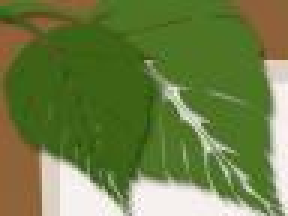




2.1 การตระหนักรู้ในตนเอง ได้แก่ การส่งเสริมให้เด็กรู้เท่าอารมณ์ของตนเอง รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้นๆ และคาดคะเนผลที่จะตามมา สามารถประเมินตนได้ตามความเป็นจริง รู้จุดดีจุดด้อยของ ตนเอง มีความมั่นใจและเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถจัดการและควบคุมความรู้สึกของตนให้อยู่ในสภาวะที่เหมาะสมได้


2.2 ความสามารถในการควบคุมตนเอง เมื่อเกิดภาวะความฉุนเฉียว โมโห สามารถจัดการ ได้ มีความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์รักษาระเบียบวินัย คุณงามความดี มีความสามารถในการปรับตัวและยืดหยุ่นต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น สามารถยอมรับกับสิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นได้





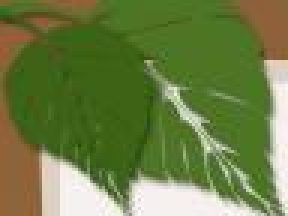
2.3 การมีแรงจูงใจ ประกอบด้วยการมีกำลังใจในการขับเคลื่อนตนเองในการทำกิจกรรมให้ ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย การมองโลกในแง่ดี การไม่ย่อท้อต่อปัญหาและอุปสรรค

2.4 การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ประกอบด้วย การเข้าใจ อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น เมตตา เอื้ออาทร แบ่งปัน ส่งเสริม พลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี ให้โอกาสเมื่อผู้อื่นผิดพลาด และให้ความช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นเดือดร้อน ให้อภัยเมื่อผู้อื่นผิดพลาดหรือทำให้ตนเดือดร้อน



3 ทักษะทางสังคม การมีทักษะสังคม สามารถติดต่อกับผู้อื่นเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพและการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นอย่างเกื้อกูลสัมพันธ์ เด็กปฐมวัยควรได้รับการส่งเสริมให้มีลักษณะทางสังคม ได้แก่ ความสามารถในการสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์และร่วมมือกับผู้อื่น การทำงานเป็นกลุ่ม การเป็นผู้นำ การจัดการกับความขัดแย้ง การจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่น ได้เรียนรู้และทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่นทั้งเด็กวัยเดียวกัน รุ่นน้อง รุ่นพี่ หรือการเรียนรู้และทำกิจกรรมกับผู้ปกครอง ครู ผู้ใหญ่หรือเพื่อนบ้าน จะทำให้เด็กได้ปฏิสัมพันธ์และเรียนรู้การสื่อสาร การมีความสุขร่วมกัน การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เป็นพื้นฐานที่ดีในการเติบโตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในอนาคต

4. ทักษะทางปัญญาเด็กปฐมวัยแม้จะเป็นวัยที่ยังไม่สามารถใช้สติปัญญาในการแก้ปัญหาอย่างเต็มที่ ได้ เด็กเริ่มมีความคิดรวบยอดกับสิ่งต่างๆ แต่ยังไม่สมบูรณ์และยังไม่มีเหตุผล ความคิดความเข้าใจขึ้นอยู่กับความรู้ จากประสาทสัมผัสเป็นส่วนใหญ่ ยังไม่สามารถใช้เหตุผลได้ การส่งเสริมทักษะทางปัญญาของเด็กปฐมวัย จึงให้ โอกาสเด็กเรียนรู้ผ่านการจำแนกแยกแยะการแก้ปัญหาที่สัมพันธ์กับชีวิตจริง การจัดกิจกรรมหรือประสบการณ์ให้ เด็กได้เรียนรู้จึงมุ่งใช้สถานการณ์ในชีวิต ให้เด็กได้แก้ปัญหา หรือหาคำตอบ ทดลองปฏิบัติเพื่อให้คลี่คลายในปัญหา หรือข้อสงสัยต่างๆ หรือการใช้คำถามกระตุ้นให้เด็กสนใจสืบค้น แสวงหาคำตอบ หรือ เกิดการลองผิด ลองถูก การให้โอกาสให้เวลาในการกระทำซ้ำๆ เพื่อเรียนรู้จะเสริมให้เด็กเกิดการแก้ปัญหาได้ ทักษะทางปัญญาสัมพันธ์ เกี่ยวข้องกับการพัฒนาด้านภาษาการสื่อสาร การเรียนรู้วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ที่สอดคล้องกับชีวิตประจำวัน เช่น การปรุงอาหาร การจัดเก็บสิ่งของในครัวเรือนโดยแยกแยะจำแนกประเภท การซื้อสินค้า การออมเงิน เป็นต้น



ใบงานที่ 1 วิเคราะห์ความสำคัญของทักษะชีวิต

คำชี้แจง :

ให้นักศึกษาใช้เวลากลุ่มละไม่เกิน 10 นาที อภิปรายประเด็นต่อไปนี้

1. ทักษะชีวิตคืออะไร มีองค์ประกอบสำคัญอะไรบ้าง

.....


2. ทักษะชีวิตมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันอย่างไรบ้าง

.....

3. มนุษย์ในศตวรรษที่ 21ควรมีจิตลักษณะอย่างไรเพราะเหตุใด

.....





กิจกรรมที่ 2 “ต้องตัดสินใจ”

คำชี้แจง : ให้นักศึกษากำหนดสถานการณ์ที่เป็นปัญหาที่ต้องตัดสินใจในอดีตมา 3 สถานการณ์ ในรายละเอียด ดังต่อไปนี้

สถานการณ์

ทางเลือกต่าง ๆ.....

เหตุผลของทางเลือก.....

การตัดสินใจ

วิธีคิด


ผลที่เกิดขึ้น

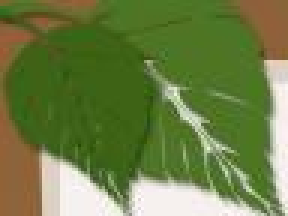




องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญไว้ 10 องค์ประกอบ ดังนี้


1. ทักษะการตัดสินใจ (Decision making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่างๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสม
 2. ทักษะการแก้ปัญหา (Problem solving) เป็นความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาแนวทางแก้ปัญหา วิเคราะห์ข้อดีข้อเสีย และลงมือแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
- 




3. ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

4. ทักษะการคิดวิเคราะห์ (Critical thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์ต่างๆ รอบตัว

5. ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) เป็นความสามารถในการใช้ คำพูด และภาษาท่าทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง และรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายหนึ่ง ทั้งการ แสดงความต้องการ ความชื่นชมและการปฏิเสธ




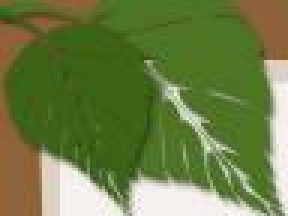


6. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) เป็นความสามารถในการสร้าง ความสัมพันธ์กับผู้อื่น

7. ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-awareness) เป็นความสามารถในการค้นหาและเข้าใจในจุดดี จุดด้อย ของตนเอง และความแตกต่างที่บุคคลมีกับบุคคลอื่น ได้แก่ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ เชื้อชาติ สีผิว สุขภาพ หรือ ถิ่นที่อยู่อาศัย


8. ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและเห็นอกเห็นใจบุคคลที่ แตกต่างจากตนเอง ได้แก่ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ เชื้อชาติ สีผิว สุขภาพ หรือ ถิ่นที่อยู่อาศัย

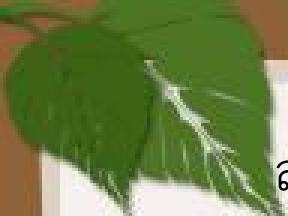





9. ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) เป็นความสามารถในการประเมินอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตน เลือกใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

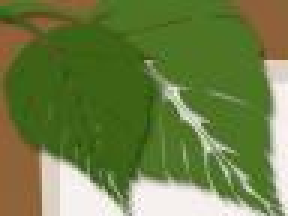
10. ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรู้สาเหตุของ ความเครียด เรียนรู้วิธีการควบคุมระดับของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงสาเหตุ พร้อมทั้งเบี่ยงเบน พฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์






สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2553) ได้กำหนด
องค์ประกอบทักษะชีวิตสำคัญที่จะสร้าง และพัฒนาเพื่อเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตให้แก่
เด็กและเยาวชนในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับอนาคตไว้ 4
องค์ประกอบ ดังนี้

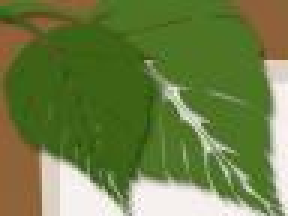
1. การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนและผู้อื่น หมายถึง การรู้จักความถนัด
ความสามารถ จุดเด่น จุด ต้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของบุคคล
แต่ละคน รู้จักตนเอง ยอมรับเห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองและ ผู้อื่น
มีเป้าหมายในชีวิต และมีความรับผิดชอบต่อสังคม
 2. การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง การแยกแยะ
ข้อมูล ข่าวสาร ปัญหา และ สถานการณ์รอบตัว วิพากษ์วิจารณ์และ
ประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผลและข้อมูลที่ถูกต้อง รับรู้ปัญหา
สาเหตุของปัญหา หาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ
อย่างสร้างสรรค์
- 



3. การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง ความเข้าใจและรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของบุคคล รู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการควบคุมอารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย หลีกเลียงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ที่จะก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ไปในทางที่ดี

4. การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจมุมมอง อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น ใช้ภาษาพูด และภาษากาย เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิด และความต้องการของผู้อื่น วางตัวได้ถูกต้อง เหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ ใช้การสื่อสารที่สร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข







จากองค์ประกอบของทักษะชีวิต ที่องค์กร หน่วยงานและบุคคลต่างๆได้เสนอไว้ สรุปได้ว่าทักษะชีวิต ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่


1. ด้านพุทธิพิสัย ได้แก่ การคิดวิเคราะห์หรือการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การคิดแก้ปัญหา การคิดอย่างสร้างสรรค์ เป็นทักษะด้านการคิดในการพิจารณาแยกแยะ ในการที่จะปฏิบัติหรือดำเนินชีวิตในสิ่งแวดล้อม หรือ ตอบสนองต่อสิ่งที่มากระทบตนเองได้อย่างเหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อชีวิตของตนและบุคคลอื่น

2. ด้านทักษะพิสัย ได้แก่ การสร้างสัมพันธภาพ การสื่อสารกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา การควบคุมและจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด เป็นทักษะที่บุคคลเรียนรู้ด้วยการฝึกฝน ปฏิบัติผ่านกิจวัตรประจำวัน หรือ การเผชิญสถานการณ์ต่างๆ จนเกิดเป็นคุณลักษณะในตนเอง





3. ด้านจิตพิสัย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การตระหนักรู้ในตนเองและบุคคลอื่น การเอื้ออาทร เข้าใจ และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นทักษะในด้านจิตใจของบุคคลในการเข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเองและการเห็นอกเห็นใจ เอื้ออาทรต่อบุคคลอื่น



บทที่ 2

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะชีวิต สำหรับเด็กปฐมวัย



ความหมายของทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย

ได้มีผู้ให้ความหมายไว้คล้ายคลึงกัน คือ องค์การอนามัยโลก
องค์การยูนิเซฟ กรมสุขภาพจิตสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กองสุกศึกษา กรมสนับสนุน
บริการสุขภาพ

ซึ่งสามารถสรุปความหมายของทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย ได้
ว่า ความสามารถขั้นพื้นฐานของเด็กวัยแรกเกิด-6 ปี ในการปรับตัวและมี
พฤติกรรมที่เหมาะสมกับการอยู่ร่วมกับกับผู้อื่นในชีวิตประจำวันและ
เตรียมความพร้อมเพื่อการปรับตัวในอนาคต



ความสำคัญของทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย

1. ความสำคัญต่อตัวเด็ก

- 1.1 ช่วยให้ได้รู้สึกรู้สีกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและรับรู้ในคุณค่าของตน
- 1.2 ช่วยให้ได้แสดงอารมณ์ในทางที่เหมาะสม
- 1.3 ช่วยให้ได้แก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์
- 1.4 ช่วยให้ได้ยอมรับในความแตกต่างของบุคคลอื่น
- 1.5 ช่วยให้ได้มีพฤติกรรมสังคมทางบวก

2. ความสำคัญต่อสังคม

- 2.1 ทำให้สังคมเกิดความสงบสุข
- 2.2 ทำให้สังคมเข้มแข็ง มีภูมิคุ้มกัน
- 2.3 ช่วยให้ได้เจริญก้าวหน้า



พัฒนาการที่เกี่ยวกับทักษะชีวิตของเด็กปฐมวัย

พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจของเด็กปฐมวัย

1. ในช่วงวัยแรกเกิด-1 ปี เด็กจะมีอารมณ์ไม่พอใจกับพอใจ
2. ในช่วงวัย 1-2 ปี เด็กเริ่มมีพัฒนาการในการ สร้างภาพ
จิตนาการเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมและใช้ความคิดในการแสดงอารมณ์
3. ในช่วงวัย 2-3 ปี เด็กเริ่มรู้จักทำตามใจตนเอง
4. ในช่วงวัย 3-4 ปี เด็กเริ่มมีลักษณะอารมณ์ต่างๆที่ผู้ใหญ่มี
เช่น โกรธ อิจฉา เห็นใจ
5. ในช่วงวัย 4-5 ปี เด็กวัยนี้ ชอบท้าทายผู้ใหญ่
มีความมั่นใจมากขึ้น
6. ในช่วงวัย 5-6 ปี เด็กวัยนี้ยังคงยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง

พัฒนาการด้านสังคมของเด็กปฐมวัย

1. ในช่วงวัยแรกเกิด-1 ปี เด็กจะแสดงพฤติกรรมด้านสังคมโดยการมองหน้า ฟังเสียงและเลียนท่าทางพ่อแม่และคนใกล้ชิด
2. ในช่วงวัย 1-2 ปี เด็กเริ่มช่วยเหลือตนเองได้มากขึ้น
3. ในช่วงวัย 2-3 ปี เด็กเริ่มรู้จักเล่นร่วมกับคนอื่น แต่ต่างคนต่างเล่น
4. ในช่วงวัย 3-4 ปี เด็กเริ่มเล่นกับเด็กอื่น ยอมแบ่งของเล่น
5. ในช่วงวัย 4-5 ปี เด็กชอบเล่นกับเด็กอื่น แต่อารมณ์ไม่คงที่ บางครั้งร่วมมือ บางครั้งรังแกเพื่อน
6. ในช่วงวัย 5-6 ปี เด็กวัยนี้เล่นร่วมมือเพื่อนได้ดี

รู้จักรอคอย แบ่งปัน

พัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กปฐมวัย

1. ในช่วงวัยแรกเกิด-1 ปี เด็กรับรู้จากการใช้ประสาทสัมผัส มองตามสิ่งที่เคลื่อนไหว
2. ในช่วงวัย 1-2 ปี เด็กเริ่มใช้ภาษาง่ายๆ สื่อความต้องการของตน เป็นคำโดดๆ
3. ในช่วงวัย 2-3 ปี เริ่มรู้จักถาม “อะไร” “ใคร” ชอบดูหนังสือภาพ บอกชื่อตนเองได้
4. ในช่วงวัย 3-4 ปี เด็กชอบถาม “ทำไม” สามารถชี้บอกสีได้ จำรูปเรขาคณิตพื้นฐานได้
5. ในช่วงวัย 4-5 ปี เด็กสามารถบอกชื่อสี ชื่อรูปเรขาคณิต เปรียบเทียบขนาดและน้ำหนักสิ่งต่างๆ
6. ในช่วงวัย 5-6 ปี เด็กช่างซักถาม รู้จักใช้คำถาม เล่นหรือทำอะไรที่ตนเองสนใจนานขึ้น

ขอบข่ายของทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย

ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านอารมณ์

ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านอารมณ์ประกอบด้วย

1. การตระหนักรู้และควบคุมตนเอง รับรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเองและทำงานสำเร็จตามเป้าหมาย
2. การตระหนักรู้ในทัศนะผู้อื่น รับรู้ความคิด ความรู้สึกของผู้อื่น
3. การจัดการกับอารมณ์ตนเอง รับรู้อารมณ์ของตนเองและรู้จักจัดการกับอารมณ์



ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านสังคม

ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านสังคมที่สำคัญควรปลูกฝังให้กับเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย

1. **การเป็นสมาชิกในสังคมประชาธิปไตย** ต้องเรียนรู้จากการปฏิบัติจริงผ่านประสบการณ์ตรง จากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆที่แวดล้อม มิใช่เรียนรู้จากการสอนตรงๆ
2. **การเรียนรู้พฤติกรรมสังคมทางบวก** ไอเซนเบิร์กและคณะ ได้อธิบายความหมายของ “พฤติกรรมทางสังคมทางบวก” ว่าเป็น “พฤติกรรมที่เกิดจากการสมัครใจโดยมีเจตนามุ่งประโยชน์แก่ผู้อื่น”
3. **การดำรงชีวิต การมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี** ได้แก่ การมีสุขภาพร่างกายที่ดี มีสุขภาพจิตที่ดี ดูแลและช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันได้รวมทั้งการรักษาความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น




ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านการสื่อสาร

ความสามารถในการใช้ภาษา หรือคำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความคิดและความรู้สึกของตนเอง ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านการสื่อสารที่สำคัญสำหรับเด็กปฐมวัยประกอบด้วย

1.การใช้ภาษา เด็กจะใช้ภาษาในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง และเรียนรู้ภาษาตั้งแต่วัยทารกเป็นต้นมา

2.การรู้หนังสือ การรู้หนังสือในที่นี้ประกอบด้วยมโนทัศน์และทักษะทางภาษาที่สำคัญหลายประการ การเรียนรู้หนังสือยังครอบคลุมทักษะกระบวนการอื่นๆ ซึ่งมีผลต่อความสามารถและพัฒนาการทางด้านภาษาของเด็ก



ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านการคิด

ขอบข่ายทักษะชีวิตด้านการคิดที่สำคัญต่อการดำรงชีวิตและเด็กควรได้รับการส่งเสริมตั้งแต่ช่วยปฐมวัยนั้นประกอบด้วย

1. **การเชื่อมโยง** สำหรับเด็กปฐมวัยการเชื่อมโยงนี้เริ่มจากการจัดกลุ่มจัดประเภทสิ่งต่างๆ ตามขนาด รูปร่าง สี จำนวน และอื่นๆ
2. **การคิดจิตวิญญาณ** เป็นการคิดอย่างมีจุดประสงค์
3. **การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์** เป็นกระบวนการหรือวิธีการสำหรับการแก้ปัญหาอย่างมีจินตนาการและให้ผลปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ



ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตของเด็กปฐมวัย

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านอารมณ์และสังคม

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านอารมณ์และสังคมของเด็กปฐมวัยด้วย ซึ่งในเรื่องนี้จะนำเสนอแนวคิดของทฤษฎีที่สำคัญ 4 ทฤษฎี คือ

- 1.) ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ فروยด์
- 2.) ทฤษฎีจิตสังคมของ อิริคสัน
- 3.) ทฤษฎีความผูกพันของ โบลบี
- 4.) ทฤษฎีสังคมเชิงปัญญาของ แบนดูรา




ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ فروยด์

فروยด์หรือซิกมัน فروยด์ (Sigmund Freud)

ได้พัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีจิตวิเคราะห์ระหว่างทำงานกับผู้ป่วยทางจิต คำว่า “จิตวิเคราะห์” หมายถึง การช่วยผู้ป่วยให้จัดการกับปัญหาทางอารมณ์โดยใช้การหยั่งถึงความคิดที่ไร้สำนึก

فروยด์ ได้ค้นพบหลักการทางจิตวิทยามากมายที่สำคัญ ซึ่งเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของคนนั้น แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ

1. จิตรู้สำนึก
 2. จิตใต้สำนึก
 3. จิตไร้สำนึก
- 

ทฤษฎีพัฒนาการทางเพศของฟรอยด์ประกอบด้วย 5 ขั้นตอนตามช่วงอายุดังนี้

1. ขั้นปาก เป็นขั้นแรกของพัฒนาการ จะปรากฏในช่วง 18 เดือนของชีวิต
2. ขั้นทวารหนัก เป็นขั้นที่สองของพัฒนาการ ปรากฏในช่วงอายุ 1-3 ปี
3. ขั้นอวัยวะสืบพันธุ์ เป็นขั้นที่สามของพัฒนาการ ขั้นนี้ปรากฏในช่วงอายุ 3-6 ปี

สรุปแนวคิดทฤษฎีจิตวิเคราะห์

แนวคิดของทฤษฎีจิตวิเคราะห์เชื่อว่าผู้ที่มีความสำคัญใกล้ชิดกับเด็กในช่วง 6 ปีแรกของชีวิตโดยเฉพาะพ่อแม่ เป็นผู้ที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อบุคลิกภาพ ความสมบูรณ์ของอารมณ์ สุขภาพจิตของเด็ก และเด็กควรได้รับการเลี้ยงดูตอบสนองความต้องการทางร่างกายและจิตใจอย่างพอเพียง



ทฤษฎีจิตสังคมของอีริกสัน

อีริกสันมีความคิดพื้นฐานในการพัฒนาทฤษฎี คือ พัฒนาการของมนุษย์จะเป็นไปตามลำดับขั้น โดยพัฒนาการขั้นสูงจะเกิดขึ้นหลังจากที่ได้มีการพัฒนาในขั้นต้นแล้ว ประกอบไปด้วย 8 ขั้นคือ

ขั้นที่ 1 ความไว้วางใจกับความไม่ไว้วางใจ

ขั้นที่ 2 ความเป็นตัวของตัวเองกับความละอายและความสงสัยไม่แน่ใจ

ขั้นที่ 3 ความคิดริเริ่มกับความรู้สึกผิด

ขั้นที่ 4 ความขยันหมั่นเพียรกับความรู้สึกมีปมด้อย

ขั้นที่ 5 ความเข้าใจตนเองกับความสับสนในตนเอง

ขั้นที่ 6 ความเป็นมิตรกับความโดดเดี่ยว

ขั้นที่ 7 ความรับผิดชอบทำตนเป็นประโยชน์กับความเฉื่อยชา

ขั้นที่ 8 ความสงบสุขกับความท้อแท้สิ้นหวัง



สรุปทฤษฎีจิตสังคมของอีริกสัน

ทฤษฎีจิตสังคมของอีริกสันแสดงให้เห็นอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมทางสังคมความสามารถส่วนบุคคลคุณภาพของมนุษย์ของเราได้ทั้งในแง่ดีและไม่ดีอันเป็นผลจากความสำเร็จหรือความล้มเหลวของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมกับบุคคลอื่นในแต่ละช่วงของวัย ซึ่งเด็กต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางสังคมและทางวัฒนธรรม



ทฤษฎีความผูกพันของโบลบี

ทฤษฎีความผูกพันของโบลบี ชั้นพัฒนาการความผูกพันของโบลบีมี 4 **ขั้น** ดังนี้

ขั้นที่ 1 ก่อนความผูกพัน ช่วงอายุ 0-2 เดือน ทารกแสดงกิริยาตอบสนองเมื่อเห็นคนแปลกหน้าไม่แตกต่างกันกับบุคคลที่ดูแลตน

ขั้นที่ 2 สร้างความผูกพัน ช่วงอายุ 2-7 เดือน ทารกจดจำหรือแสดงอาการรู้จักบุคคลที่คุ้นเคยใกล้ชิด

ขั้นที่ 3 แสดงความผูกพันชัดเจน ช่วงอายุ 7-24 เดือน เด็กต่อต้านการแยกจาก กลัวหรือกังวลคนแปลกหน้ามากขึ้น

ขั้นที่ 4 หุ่นส่วนที่เกี่ยวข้องพันกันอย่างมีเป้าหมายชัดเจน ช่วงอายุ 24 เดือนเป็นต้นไป
เข้าใจความต้องการของผู้เลี้ยงดูแต่บางครั้งอาจไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง

สรุปทฤษฎีความผูกพันของโบลบี

สรุปได้ว่า ทฤษฎีความผูกพันคือ การก่อเกิดความผูกพันระหว่างเด็กกับบุคคลที่ดูแลใกล้ชิดเด็กที่สุด ถ้าความผูกพันนั้นเป็นประสบการณ์ความผูกพันที่ดีในช่วงแรกของชีวิต โดยเฉพาะ 2 ปีแรกเด็กจะเป็นบุคคลในสังคมที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความพยายามเชื่อว่าตนจะประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่างๆ ซึ่งเกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านอารมณ์และสังคม



ทฤษฎีสังคมเชิงปัญญาของแบนดูรา

เป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตพฤติกรรมที่ผู้อื่นกระทำ การเรียนรู้จากการสังเกตก็คือการเลียนแบบจากตัวแบบ การเรียนรู้โดยการสังเกตนั้นจะประกอบไปด้วย 2 ชั้น คือ

1. ชั้นการรับมาซึ่งการเรียนรู้
2. ชั้นการกระทำหรือการแสดงออก

สรุปทฤษฎีสังคมเชิงปัญญาของแบนดูรา


ทฤษฎีของแบนดูราจะไม่แยกออกเป็นขั้นตอน แต่จะพิจารณาจากกระบวนการของการเจริญเติบโตทางสติปัญญาและสังคม การเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวบุคคลหรือความคิดพฤติกรรมหรือการกระทำ และสิ่งแวดล้อม เป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตพฤติกรรมที่ผู้อื่นกระทำหรือเรียนรู้โดยการเลียนแบบจากตัวแบบ



ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการคิด

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการคิด

นักจิตวิทยาและนักการศึกษาต่างให้ความสนใจและเห็น
ความสำคัญของทักษะชีวิตด้านการคิดของชีวิตวัยเด็ก โดยเฉพาะในช่วง
อายุ 6 ปีแรกของชีวิต ถือเป็นระยะที่สำคัญที่สุดในการวางรากฐานทักษะ
ชีวิตด้านการคิดของเด็กที่จะพัฒนาเป็นผู้ใหญ่ที่รู้จักคิดอย่างมีวิจารณญาณ
คิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์มีจริยธรรม ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต
ด้านการคิดของเด็กปฐมวัยมี 4 ทฤษฎี ดังนี้



ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของพือาเจต์

พือาเจต์ หรือมอง พือาเจต์ตามทฤษฎีของ พือาเจต์แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว
2. ขั้นความคิดก่อนปฏิบัติการ
3. ขั้นปฏิบัติการคิดแบบรูปธรรม
4. ขั้นปฏิบัติการคิดแบบนามธรรม

สรุปทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของพือาเจต์

แนวคิดทฤษฎีของพัฒนาการทางสติปัญญาของพือาเจต์ชี้ให้เห็นว่าการปลูกฝังทักษะชีวิตด้านการคิดให้เด็กปฐมวัยนั้นต้องให้เด็กมีประสบการณ์ตรงผ่านการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าและการเคลื่อนไหว มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม กับเด็กอื่นและผู้ใหญ่ ทั้งนี้การมีส่วนร่วมของเด็กถือเป็นหัวใจสำคัญของการเรียนรู้ทักษะชีวิต



ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของไวกอตสกี

ไวกอตสกี หรือเลฟ ไวกอตสกี เชื่อว่าความสามารถทางสติปัญญาของเด็กเป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและบริบทของสังคม นอกจากนี้ไวกอตสกีได้พัฒนาแนวคิดสำคัญที่ควรกล่าวถึง คือสถานะการเรียนรู้ของเด็กเป็นระยะห่างระหว่างสิ่งที่เด็กสามารถทำได้ด้วยตนเองตามลำพังกับการที่เด็กสามารถทำได้โดยการช่วยเหลือจากบางคนที่มีทักษะและประสบการณ์มากกว่า อาจเป็นผู้ใหญ่หรือเด็กอื่น



สรุปทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของไวกอตสกี

ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของไวกอตสกีเห็นว่า สติปัญญาของเด็กจะพัฒนาขึ้นจากการที่เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมในสังคม การสื่อสารช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ภาษา กฎกติกาของสังคม วัฒนธรรมและประเพณี โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเรียนรู้ภาษามีความสำคัญอย่างมากต่อการพัฒนาสติปัญญาของเด็ก และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมจะสนับสนุนให้เด็กเรียนรู้ทักษะชีวิตด้านการสื่อสารดียิ่งขึ้น



ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก

โคลเบอร์ก หรือลอเรนซ์ โคลเบอร์ก ได้อธิบายทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมว่าแบ่งเป็น 3 ระดับ แต่ละระดับประกอบด้วย 2 ขั้นย่อย

ระดับ 1 ระดับก่อนกฎเกณฑ์ แบ่งเป็นขั้นย่อย คือ

ขั้นที่ 1 พฤติกรรมหลีกเลี่ยงการถูกลงโทษและทำตามคำสั่ง

ขั้นที่ 2 พฤติกรรมสนองความต้องการของตนและผลประโยชน์

ระดับ 2 ระดับกฎเกณฑ์ แบ่งเป็นขั้นย่อย คือ

ขั้นที่ 3 เป็นคนดีเพื่อให้กลุ่มหรือสังคมยอมรับ

ขั้นที่ 4 ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม

ระดับ 3 ระดับเหนือกฎเกณฑ์ แบ่งเป็นขั้นย่อย คือ

ขั้นที่ 5 ทำตามพันธสัญญาที่ตกลงไว้ในสังคม

ขั้นที่ 6 ยึดถือในหลักการคุณธรรมสากล

สรุปทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก

ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์กเป็นทฤษฎีการให้เหตุผลทางจริยธรรมของมนุษย์ตั้งแต่วัยเด็กถึงวัยผู้ใหญ่ โดยเชื่อมโยงพัฒนาการด้านสังคมกับสติปัญญา ใช้เหตุผลตัดสินว่าสิ่งใดถูกหรือผิด

แต่ละขั้นจะพัฒนาไปตามลำดับ เช่น จากพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการถูกลงโทษมาเป็นพฤติกรรมเพื่อรางวัลต่างตอบแทนซึ่งกันและกัน กฎระเบียบของสังคม กฎหมายและระเบียบ มนุษย์ธรรมและหลักการคุณธรรมสากล



ทฤษฎีพหุปัญญาของการ์ดเนอร์

การ์ดเนอร์ หรือโฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ เป็นศาสตราจารย์ทางการคิดและการศึกษาที่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดและยังทำงานที่เกี่ยวกับจิตวิทยาอีกหลายด้าน การ์ดเนอร์ได้พยายามคิดหาคำจำกัดความของ “ปัญญา” และได้รวมเอาความสามารถของมนุษย์ที่หลากหลายเข้ามาอยู่ในพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งการ์ดเนอร์ระบุว่าปัญญามีหลายชนิด และนิยามปัญญาไว้ดังนี้

ปัญญา คือ ความสามารถในการแก้ปัญหาที่บุคคลพบในชีวิตจริง

ปัญญา คือ ความสามารถในการผูกปัญหาสำหรับหาทางแก้ไขได้

ปัญญา คือ ความสามารถในการสร้างหรือประดิษฐ์ หรือการให้บริการที่เป็นที่ต้องการและนับถือในสังคมวัฒนธรรมที่บุคคลอยู่

ทฤษฎีพหุปัญญาของการ์ดเนอร์แบ่งปัญญาออกเป็น 9 ด้าน ประกอบด้วย

1. ปัญญาด้านภาษา (Linguistic Intelligence)
2. ปัญญาด้านตรรกะ-คณิตศาสตร์ (Logical-mathematical Intelligence)
3. ปัญญาด้านดนตรี (Musical Intelligence)
4. ปัญญาด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว (Bodily-kinesthetic Intelligence)



5. ปัญญาด้านมิติสัมพันธ์ (Spatial Intelligence)

6. ปัญญาด้านความเข้าใจระหว่างบุคคล (Interpersonal Intelligence)

7. ปัญญาด้านความเข้าใจตนเอง (Intrapersonal Intelligence)

8. ปัญญาด้านธรรมชาติ (Naturalist Intelligence)

9. ปัญญาด้านอัตถิภาวนิยม จิตนิยม หรือการดำรงคงอยู่ของชีวิต (Existential Intelligence)



สรุปทฤษฎีพหุปัญญาของการ์ดเนอร์

ทฤษฎีพหุปัญญาของการ์ดเนอร์แบ่งปัญญาออกเป็น 9 ด้าน เช่น ปัญญา
ด้านภาษา ปัญญาด้านตรรกะ-คณิตศาสตร์ ปัญญาด้านดนตรี ปัญญาด้าน
ความเข้าใจตนเอง ปัญญาด้านธรรมชาติ เป็นต้น ปัญญาทั้ง 9 ด้าน
เกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับวัฒนธรรม ปัญญาด้านต่างๆสามารถทำงานร่วมกัน
ได้และทุกคนมีปัญญาทั้ง 9 ด้าน มากบ้างน้อยบ้างต่างกันไป แต่ปัญญา
ทุกด้านสามารถพัฒนาเพิ่มพูนได้และจะเป็นพื้นฐานสำคัญของทักษะชีวิต
ทุกด้าน ที่ช่วยให้เด็กปฐมวัยสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมต่อไปได้อย่าง
เหมาะสมและมีความสุข

แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กปฐมวัย

การพัฒนาทักษะชีวิตให้กับเด็กต้องเริ่มตั้งแต่ช่วงปฐมวัยเพราะเด็กในช่วงแรกเกิด – 6 ปี มีการเจริญเติบโตทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา หากเด็กปฐมวัยได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างเหมาะสมด้วยความเข้าใจและมุ่งมั่นจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ย่อมช่วยให้เด็กปฐมวัยทุกคนได้เติบโตอย่างมีคุณภาพ ดำเนินชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข ช่วยเหลือตนเองได้ และทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม สังคม และประเทศชาติ แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กวัยแรกเกิด – 3 ปี จะเน้นเฉพาะการพัฒนาทักษะชีวิตจากครอบครัวของเด็ก พ่อแม่ ผู้ปกครอง ผู้เลี้ยงดู มีบทบาทสำคัญและเกี่ยวข้องใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุดโดยประเด็นที่นำเสนอมี 3 ประเด็นดังนี้

แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตด้าน

อารมณ์และสังคมของเด็กวัยแรกเกิด – 3 ปี

1. สัมผัส โอบกอด ถ่ายทอดความรักความอบอุ่นให้กับเด็ก การอุ้ม การโอบกอดอย่างนุ่มนวล จะทำให้เด็กรู้สึกปลอดภัยและเป็นสุข นำไปสู่การวางพื้นฐานความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง

2. หาเวลาเล่นกับเด็กทุกวัน เช่น หยอกล้อ พูดคุย ทำให้เด็กอารมณ์ดี เกิดความรู้สึกที่ดีต่อกัน การมีปฏิสัมพันธ์กันจะช่วยสร้างความรู้สึกไว้วางใจให้กับเด็กได้

3. เริ่มสอนให้เด็กรู้จักการรอคอย ผู้ใหญ่จะต้องทำให้เด็กรู้สึกปลอดภัยและมั่นใจก่อน เด็กต้องการตัวอย่างที่ดีเพื่อเลียนแบบ เด็กจะยังไม่สามารถควบคุมตนเองได้ดีจนกว่าอายุครบ 5 ปี ควรเริ่มปูพื้นฐานให้แก่เด็กตั้งแต่วัย 3 ปีแรก

4. ยกย่องชมเชยและใช้คำพูดในเชิงบวกแก่เด็ก จะช่วยสนับสนุนให้เด็กมีพัฒนาการทางการเห็นคุณค่าในตนเอง ไม่ควรชมเชยเด็กพร่ำเพรื่อจะทำให้เด็กกังวล สับสน และอาจคิดว่าผู้ใหญ่ไม่จริงใจ

5. ปลุกฝังความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นให้แก่เด็ก เวลาที่ผู้ใหญ่แสดงความรู้สึกเห็นใจเด็ก จะช่วยสร้างความรู้สึกไว้วางใจ ช่วยให้เด็กตระหนักและรับรู้ความรู้สึกของตนเองและช่วยให้เด็กชื่นชมผู้อื่นทั้งด้านกายภาพและอารมณ์

6. ให้เด็กมีโอกาช่วยเหลือตนเองและทำสิ่งต่างๆ เช่น การกินอาหาร การขับถ่าย การแต่งตัว ผู้ใหญ่ควรใจเย็น ให้โอกาสเด็กได้ฝึกฝนอย่างค่อยเป็นค่อยไปอย่างสม่ำเสมอ ให้กำลังใจ ไม่ตำหนิหรือหวังผลจนเกินไป





7. สนับสนุนให้เด็กสำรวจและเล่นกับผู้คนและสิ่งรอบตัวที่ปลอดภัย เด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายต้องการโอกาสเหมือนกันเล่น และมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลภายในครอบครัว

8. สนับสนุนให้เด็กเล่นร่วมกับเด็กอื่น เพื่อเรียนรู้กติกาการเล่น การเข้าสังคม การแบ่งปันของเล่น การปลอมโยนและช่วยเหลือเพื่อนด้วยการบอกผู้ใหญ่ เมื่อเพื่อนได้รับอันตรายจากการเล่น

9. สอนให้เด็กรู้จักคำว่า สวัสดี ขอขอบคุณ เสียใจ ไม่เป็นไร และขอโทษ รวมทั้งยิ้ม ไหว้ และทักทาย โดยทำเป็นตัวอย่าง ให้ความสนใจเวลาเด็กไหว้แสดงความเคารพ

10. ฝึกให้เด็กมีระเบียบวินัยโดยเริ่มจากระเบียบวินัยภายในบ้าน กิจวัตรประจำวัน เช่น การกิน การนอน ควรให้เป็นเวลาที่แน่นอน เล่นต้องอยู่ในเวลาที่เหมาะสม และกินอาหารไม่ควรให้เด็กเล่นหรือดูโทรทัศน์ไปพร้อมกันด้วย



แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านการสื่อสารของเด็กวัย
แรกเกิด – 3 ปี

1. พูดคุยและรับฟังเด็กตั้งแต่มังเป็นทารก เมื่อเด็กเริ่มพูดความ
ต้องการได้ ผู้ใหญ่ควรแสดงท่าทีสนใจพูดคุยกับเด็กมากๆ
2. ช่วยให้เด็กเรียนรู้คำศัพท์ใหม่ๆ ด้วยการเรียกชื่อสิ่งต่างๆ อธิบาย
เหตุการณ์ สะท้อนความรู้สึกที่เกิดขึ้น ใช้ภาษาง่ายๆกับเด็กที่ฟังเริ่มหัดพูด



3. สอนเด็กให้รักและคุ้นเคยกับหนังสือ เมื่ออ่านหนังสือให้เด็กฟังอาจให้เด็กนั่งบนตัก ถือนั่งหนังสือไว้ตรงหน้าเพื่อให้เด็กเห็นภาพและตัวหนังสือชัดเจน อ่านช้าๆ ชัดๆ ตั้งคำถามง่ายๆ บางโอกาสให้เด็กเล่าร่วมด้วย

4. สร้างสภาพแวดล้อมทั้งทางกายภาพและจิตภาพที่ส่งเสริมการใช้ภาษาและการรู้หนังสือให้กับเด็ก จะทำให้เด็กสนใจในการอ่านและสามารถปลูกฝังพฤติกรรมรักการอ่านได้ง่าย

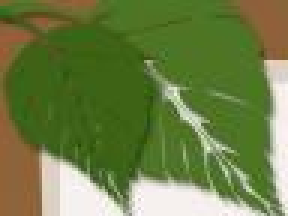
5. เป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้ภาษาและการมีนิสัยรักการอ่าน พ่อแม่และผู้ใกล้ชิดควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้ภาษาสื่อสารกับเด็ก



แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านการคิดของเด็กวัย

แรกเกิด – 3 ปี


1. สอนให้เด็กรู้จักเหตุและผลของการกระทำ เช่น เมื่อเด็กอายุ 2 ปี อาจทำโบว์ลิ่งโดยใช้กล่องนมและลูกบอลลูกใหญ่ให้เด็กเล่นขว้างลูกบอลไปที่กล่องนม จะทำให้เด็กเห็นเหตุและผลของการกระทำอย่างชัดเจน
2. สนับสนุนให้เด็กทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเองมากขึ้น การอธิบายเหตุผลต้องช้าและย่ำบ่อยๆ การให้เด็กมีโอกาสดิเอง ทำด้วยตนเอง ตัดสินใจเองจะช่วยให้เด็กคิดแก้ปัญหาและคิดอย่างสร้างสรรค์
3. ชวนพูดคุยฝึกสังเกตสิ่งต่างๆ รอบตัวที่พบเห็น เช่น สัตว์ ต้นไม้ ท้องฟ้า เมฆ เป็นการช่วยกระตุ้นการคิดและสร้างเสริมประสบการณ์ให้เด็กได้เป็นอย่างดี หาโอกาสพาเด็กไปเที่ยวเพื่อได้พบเห็นสิ่งต่างๆ มากขึ้นและไม่รู้สึกลัวในสิ่งแปลกใหม่



4. **ตอบคำถามของเด็ก** การตอบคำถามของผู้ใหญ่จะกระตุ้นให้เด็กอยากรู้เรื่องราวต่างๆ มากขึ้น เด็กอยากรู้อยากเห็น เมื่อโตขึ้นเด็กก็จะกล้าคิดกล้าถาม

5. **จัดหาของเล่นที่เหมาะสมกับระดับพัฒนาการของเด็ก** อาจเป็นของเล่นจากธรรมชาติ ของใช้ในบ้าน เปิดโอกาสให้เด็กเลือกเล่นตามความสนใจ ได้ทำในสิ่งที่อยากทำ การเล่นจึงเป็นส่วนสำคัญของการเรียนรู้ จะช่วยให้เด็กพัฒนาการคิด การใช้ภาษา ฝึกการแก้ปัญหา และส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ให้แก่เด็ก

ชีวิตด้านการคิดของเด็กวัยแรกเกิด - 3 ปี เด็กวัยนี้สามารถพัฒนาทักษะชีวิตด้านการคิดจากการที่พ่อแม่ และผู้ใหญ่รอบข้างที่ใกล้ชิดพูดคุยและรับฟังเด็กตั้งแต่วัยเป็นทารก เมื่อเริ่มโตก็ชวนพูดคุยฝึกสังเกตสิ่งต่างๆ รอบตัวที่พบเห็น สอนให้เด็กรู้จักเหตุและผลของการกระทำ สนับสนุนให้เด็กทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเองมากขึ้น ตอบคำถามเด็ก และจัดหาของเล่นที่เหมาะสมกับระดับพัฒนาการ จะช่วยให้เด็กเรียนรู้ที่จะคิด ใช้ภาษาและฝึกการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์



แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กวัย 3-6

แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านอารมณ์และสังคมของเด็กวัย 3-6 ปี

1. สร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับเด็ก แสดงการยอมรับ ชื่นชมในตัวเด็ก เช่น ยิ้ม โอบกอด พุดคุยย่อตัวลงมาอยู่ในระดับเดียวกับเด็ก

2. ช่วยให้เด็กรู้สึกอบอุ่นมีความสุข ผ่อนคลาย ได้ร่วมเล่นและทำกิจกรรมต่างๆด้วยความสนใจ ครูและผู้ดูแลเด็กควรยอมรับและทำความเข้าใจ พิจารณาความแตกต่างของเด็กแต่ละคนและแต่ละเหตุการณ์ ควรฝึกให้เด็กแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม






3. ช่วยเด็กให้พัฒนาความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ครูควรใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเด็ก ให้ความสนใจในสิ่งที่เด็กทำมากกว่าจัดสิ่งของ ทำความสะอาด

4. ช่วย让孩子เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นหรือความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ครูและผู้ดูแลเด็กสามารถสนับสนุนให้เด็กได้ค้นพบความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น โดยใช้คำพูด สีหน้า ภาษาท่าทางเพื่อแสดงว่าครูตระหนักถึงความรู้สึกของผู้อื่น

5. ส่งเสริมให้เด็กรับรู้และตระหนักในความสามารถของตน จัดพื้นที่ในห้องเรียนและจัดตารางกิจกรรมที่ส่งเสริมความรู้สึกของเด็กว่าตนมีความสามารถและควบคุมได้ ปล่อยให้เด็กทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง

6. สอนให้เด็กตระหนักในอารมณ์ สนใจอารมณ์ของเด็กเมื่อเด็กแสดงอารมณ์ด้วยคำพูดและการกระทำ ควรแสดงความคิดเห็นด้วยคำพูด สีหน้า ท่าทางให้เด็กเห็นว่าสนใจ ประสานสายต่าย่อตัวลงในระดับเดียวกับเด็ก



7. **ช่วยให้เด็กรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม** ครูสามารถช่วยให้เด็กเกิดความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มได้หลายวิธี เช่น สร้างบรรยากาศที่ทำให้เด็กและผู้ใหญ่ถูกคาดหวังจะเป็นผู้ที่ใจดีและสนับสนุนกันและกัน เป็นต้น

8. **ส่งเสริมให้เด็กเล่นแบบร่วมมือ** ครูควรสร้างโอกาสให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์ร่วมมือกัน โดยแนะนำให้เด็กทำงานเป็นคู่ถ้าเด็กต้องการซึ่งทำได้ทั้งในกิจกรรมการเคลื่อนไหวและดนตรี เป็นต้น

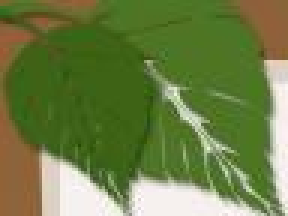
การพัฒนาทักษะชีวิต**ด้านอารมณ์และสังคม**ของเด็กวัย 3-6 ปี ครูและผู้ดูแลเป็นบุคคลสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านอารมณ์และสังคมให้กับเด็ก ครูและผู้ดูแลเด็กสามารถใช้วิธีต่างๆ เพื่อช่วยให้เด็กพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมอย่างเหมาะสมกับระดับพัฒนาการของเด็ก



แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านการสื่อสารของ เด็กวัย 3-6 ปี

1. มีเวลาพูดคุยและสนทนากับเด็ก จะช่วยให้เด็กพัฒนาภาษาและการรู้ให้เด็กเป็น
อย่างมาก


2. ส่งเสริมให้เด็กเรียนรู้ภาษาโดยจัดมุมหนังสือไว้ในชั้นเรียน จัดวัสดุอุปกรณ์
รูปภาพ หนังสือที่เหมาะสมกับเด็กอายุ 3-6 ปี เช่น หนังสือที่มีภาพและเนื้อเรื่อง
ประสานกลมกลืนกัน และใช้ภาษาที่เหมาะสมสำหรับการอ่านให้เด็กฟัง หนังสือมี
ขนาดที่เด็กหยิบจับได้สะดวก ครูสามารถจัดกิจกรรมที่เชื่อมโยงกับการใช้หนังสือ
นิทานได้อย่างหลากหลาย เช่น ให้เด็กเล่าเรื่องซ้ำ เล่นบทบาทสมมติตามเรื่องนิทาน
รวมทั้งจัดกิจกรรมส่งเสริมการใช้ภาษาและการรู้หนังสือในลักษณะอื่นๆ เช่น
สนทนาข่าวและเหตุการณ์



3. จัดมุมหนังสือให้มีความสะดวกสบายและชี้ชวนให้เด็กเข้ามาอ่านหรือใช้บริการ โดยจัดวางหมอนอิง เก้าอี้นั่ง รวมทั้งจัดหนังสือบนชั้นวางอย่างเป็นระบบ จำแนกหรือจัดกลุ่มหนังสือตามประเภทของหนังสือและมีการใช้สีต่างๆ ในการจัดกลุ่มประเภทของหนังสือเพื่อให้เด็กสามารถหยิบอ่านได้สะดวก

4. จัดเตรียมอุปกรณ์บันทึกเสียงสำหรับการบันทึกเนื้อเรื่องในหนังสือนิทาน เพื่อให้เด็กสามารถเปิดฟังได้ รวมทั้งจัดอุปกรณ์ให้เด็กได้บันทึกเสียงของตนเองในการบอกเล่าสิ่งต่างๆ และแบ่งปันให้เพื่อนๆ ได้รับฟังจากการบันทึกเสียงของตนเอง

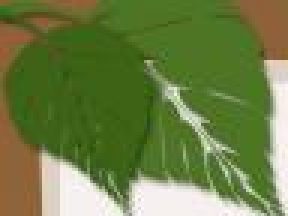
5. จัดประสบการณ์ที่หลากหลายและส่งเสริมการเรียนรู้คำศัพท์ใหม่แก่เด็ก การพาเด็กไปศึกษานอกสถานที่ ถือเป็นแหล่งเรียนรู้คำศัพท์ใหม่ และการเล่นบทบาทสมมติจะช่วยให้เด็กเรียนรู้คำศัพท์ใหม่ด้วยเช่นกัน ครูต้องระลึกเสมอ คือ เด็กจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนการใช้คำศัพท์นั้นอย่างต่อเนื่อง



6. พูดคุยกับเด็กให้มากระหว่างเด็กทำกิจวัตรประจำวันและระหว่าง
การเล่นของเด็ก ครูต้องแน่ใจว่าการพูดคุยกับเด็กนั้นเป็นการแลกเปลี่ยนซึ่งกัน
และกัน การพูดและการฟังต้องมีเท่าๆกัน ครูต้องอดทนขณะที่เด็กกำลังคิดหา
คำพูดเพื่อสื่อสารความคิดของตนออกมา ต้องแสดงให้เห็นว่าสิ่งที่เด็กพูด
ออกมานั้นมีความหมายและมีคุณค่า

7. ส่งเสริมให้เด็กได้เขียนและได้อ่านสิ่งที่เขียน เวลาที่ครูเขียนเรื่องราว
ตามคำบอกเล่าของเด็ก ควรอ่านสิ่งที่เขียนให้เด็กๆฟัง แล้วให้เด็กๆอ่านตามอีก
ครั้ง และควรให้เด็กเขียนอย่างมีจุดมุ่งหมาย






8. ชักชวนให้เด็กๆเขียนชื่อตนเองในแต่ละวัน เช่น การเซ็นชื่อมาโรงเรียน
เซ็นชื่อในผลงานศิลปะ ครูควรให้คำแนะนำกับเด็กในการเขียนชื่อ ชี้ให้เด็กเห็นความ
เหมือนของการเขียนชื่อเด็กในป้ายชื่อและชื่อที่เด็กเขียนเอง

9. เป็นตัวอย่างของการเขียนที่ดี เมื่อเด็กมองดูครูเวลาเขียน เด็กก็จะ
เลียนแบบและเขียนตาม ครูต้องเป็นแบบอย่างในการเขียนที่ถูกต้องให้กับเด็ก

การพัฒนาทักษะชีวิตด้านการสื่อสารของเด็กวัย 3-6 ปี ครูปฐมวัยมีส่วน
สำคัญในการพัฒนาการใช้ภาษาและการรู้หนังสือให้กับเด็กในวัยนี้ ครูควรส่งเสริมให้
เด็กเรียนรู้ในภาษาโดยจัดมุมหนังสือไว้ในชั้นเรียน จัดประสบการณ์ที่หลากหลาย
ส่งเสริมการเรียนรู้คำศัพท์ใหม่แก่เด็ก ส่งเสริมให้เด็กได้เขียนและอ่านในสิ่งที่เด็กเขียน



แนวปฏิบัติที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านการคิดของ เด็กวัย 3-6 ปี

- 1. จัดสภาพแวดล้อมและสร้างบรรยากาศที่เอื้อ**ต่อการพัฒนาความสามารถทางการคิดให้แก่เด็ก ให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดี ได้รับความรัก สนับสนุน และกำลังใจจากครู เด็กรู้สึกปลอดภัย ผ่อนคลาย แต่มีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมซึ่งมีผลดีต่อสมอง
- 2. อำนวยความสะดวกในการเล่นของเด็ก** ครูจึงมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนการเล่นของเด็กโดยการจัดสื่อวัสดุ และโอกาสรวมทั้งการแนะวิธีแก้ปัญหา
- 3. ให้เด็กฝึกสังเกตสิ่งแวดล้อมรอบตัว** เป็นการช่วยกระตุ้นความคิดของเด็ก ครูควรตั้งคำถามให้เด็กหัดคิด เด็กวัยนี้มีความสนใจใคร่รู้ ช่างซักถามอยู่แล้ว ขณะเดียวกันอาจย้อนถามความคิดเห็นของเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กฝึกฝนการคิดผ่านสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน จะทำให้เด็กสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง




4. **ให้โอกาสเด็กได้คิดเอง ทดลองทำด้วยตนเอง ตัดสินใจเอง** มีโอกาสเล่นอย่างอิสระภายใต้ขอบเขตที่กำหนดให้ได้อย่างชัดเจน ปลอดภัย และมีเหตุผล จะช่วยพัฒนาความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญที่ครูต้องส่งเสริมให้กับเด็กวัยนี้

5. **ช่วยเหลือเด็กอย่างเหมาะสมเมื่อเด็กแก้ปัญหาเองไม่ได้** วิธีการที่ครูเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กเพื่อช่วยให้เด็กเรียนรู้ วิธีการนี้เรียกว่า Scaffolding เป็นการแนะเด็กเสนอคำตอบหลายคำตอบ และกระตุ้นให้เด็กใช้แหล่งข้อมูลเพิ่มเติม วิธีนี้ช่วยให้เด็กเข้าใจความแตกต่างระหว่างการคาดเดากับการรู้จริง เด็กจะเห็นว่า การคาดเดานั้นต้องมีการทดสอบ ความสามารถที่จะสังเกตเห็นจนได้ข้อสรุปเป็นพื้นฐานการแก้ปัญหา

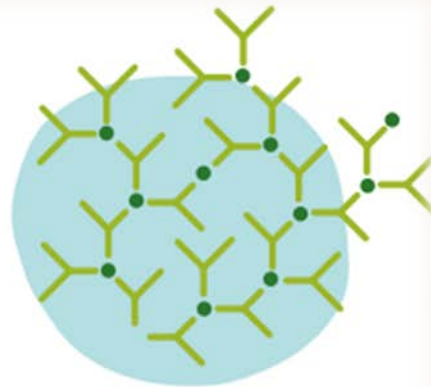
การพัฒนาทักษะชีวิตด้านการคิดของเด็กวัย 3-6 ปี ครูและผู้ดูแลต้องจัดสภาพแวดล้อม สื่อวัสดุอุปกรณ์ ให้เวลาเด็กได้สังเกต เล่นสำรวจ ทดลอง คิดแก้ปัญหา ทำกิจกรรมต่างๆที่เหมาะสมกับวัย ความสนใจ จึงจะช่วยให้เด็ก

พัฒนาทักษะชีวิตด้านการคิด



บทที่ 3

ปัจจัย สิ่งแวดล้อมและการเลี้ยงดู
ที่มีผลต่อการพัฒนาทักษะชีวิต

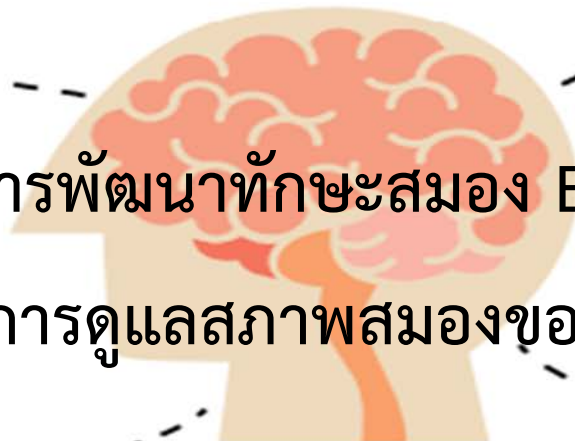




นอนหลับ
หลับพักผ่อน



ดื่มน้ำสะอาด



การพัฒนาทักษะสมอง EF
ด้วยการดูแลสภาพสมองของเด็ก



กินอาหารพัฒนาสมอง
หลากแหล่งสารทำนองสมอง



ออกกำลังกาย
เล่นกลางแจ้ง

1.1 นอนให้พอ หลับให้สนิท

เด็กเล็กๆ ต้องการการนอนหลับแบบสนิท เพราะการนอนหลับทำให้สมองได้จัดระเบียบสิ่งที่ได้เรียนรู้ในแต่ละวัน เรียบเรียงข้อมูลที่ได้มาให้เป็นหมวดหมู่พร้อมใช้งานในวันต่อไป เป็นการจัดการกับความจำระยะสั้นไปสู่ความจำระยะยาว ดังนั้นการนอนไม่เพียงพอในวัยเด็ก อาจส่งผลให้สมองพัฒนาไม่สมบูรณ์ มีภาวะอารมณ์ที่แปรปรวนได้

1.2 ดื่มน้ำสะอาด

สมองประกอบด้วยน้ำร้อยละ 85 เซลล์สมองจึงเปรียบเสมือนต้นไม้ที่ต้องการน้ำหล่อเลี้ยงอย่างสม่ำเสมอ ดังนั้น ถ้าดื่มน้ำไม่เพียงพอ ร่างกายก็จะขาดน้ำ ส่งผลให้เซลล์สมองเหี่ยวทำให้การส่งข้อมูลช้า กลายเป็นคนคิดช้าหรือคิดไม่ค่อยออก

เด็กๆ จะมีโอกาสขาดน้ำได้ง่ายกว่าผู้ใหญ่เพราะกระบวนการต่างๆ ในร่างกายจะดำเนินได้เร็วกว่ามาก เมื่อร่างกายขาดน้ำ อุณหภูมิภายในก็จะสูงโดยเฉพาะสมอง ผู้ใหญ่ต้องกระตุ้นให้เด็กดื่มน้ำบ่อยๆ เนื่องจากเด็กๆ กำลังเติบโต ร่างกายจึงต้องไม่ขาดน้ำ เพื่อให้การทำงานของสมองและระบบต่างๆ ในร่างกายดำเนินไปอย่างเหมาะสม

อาการปวดหัว หงุดหงิด ง่วงนอน คือสัญญาณสำคัญของการขาดน้ำ น้ำที่เด็กได้รับในแต่ละวันต้องเป็นน้ำสะอาด อย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว หรือ $\frac{3}{4}$ - 1 ลิตร

1.3 รับประทานอาหารที่พัฒนาสมองและหลีกเลี่ยงสาร

ทำลายสมอง

สารอาหารพัฒนาสมอง

สารอาหารที่มีประโยชน์ สมดุล ครบถ้วน 5 หมู่ ไม่ใช่ดีต่อร่างกายเท่านั้นแต่ยังดีต่อสมองด้วยการกินอาหารที่ถูกต้องจะช่วยพัฒนาการใช้งานของสมอง **ด้านความจำ และการมีสมาธิจดจ่อ** สมองก็เช่นเดียวกับร่างกายที่จะดูดซับเอาสารอาหารต่างๆ ที่เรากินเข้าไปในแต่ละมื้อแต่ละวัน

สารทำลายสมอง

สารตะกั่ว เป็นสารที่สามารถทำลายพัฒนาการทั้งการเจริญเติบโตของสมองและร่างกาย ถ้าได้รับจำนวนมากจะทำให้เรียนรู้ช้า **ยังทำลายตับ ไต ทำให้ซีด ชัก จนอาจเสียชีวิตได้**

อาหารขยะ การให้เด็กกินอาหารที่เต็มไปด้วยน้ำตาลไขมัน เกลือ แป้ง เช่น อาหารขยะ ขนมกรุบกรอบ เป็นประจำ ทำให้เด็กกินอาหารที่มีประโยชน์ได้น้อยลง และสารอาหารหลายอย่างที่ผสมอยู่ ได้แก่ ผงชูรส สารให้ความหวาน น้ำตาล ถ้าได้รับในปริมาณมาก สะสมต่อเนื่อง **จะมีผลต่อการเจริญเติบโต พัฒนาการของสมอง การเรียนรู้จดจำจะด้อยลง**

บุหรี่ ในบ้านและสถานที่ที่เต็มไปด้วยควันบุหรี่ สภาพแวดล้อมไม่ปลอดโปร่ง จะทำให้สมองของเด็กได้รับสารพิษ **เป็นการสกัดกั้น และบั่นทอนศักยภาพสมองให้ลดลงได้**

1.4 การออกกำลังกายและการเล่นกลางแจ้ง


การให้เด็กออกกำลังกาย เล่น หรือทำกิจกรรมกลางแจ้งเป็นโอกาสให้เด็กจะได้เล่นอย่างอิสระได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างกระฉับกระเฉง ได้ปีนป่าย วิ่ง กระโดด ขุด มุด ลอด ฯลฯ การเล่นกลางแจ้งเป็นโอกาสให้เด็กพัฒนาทักษะทางสังคม เนื่องจากอุปกรณ์บางอย่างต้องเล่นด้วยกัน มีการแลกเปลี่ยนสนทนาระหว่างกัน **ต้องตั้งกฎกติกา ข้อตกลง ต้องอดทน รอคอย เสียสละ** เมื่อเด็กเล่นกลางแจ้งจะได้เรียนรู้และได้รับประสบการณ์ต่างๆ ในด้านร่างกาย จะมีสุขภาพดีเพราะได้สูดอากาศบริสุทธิ์ ได้รับวิตามินจากแสงแดด กล้ามเนื้อแข็งแรง การทรงตัวดี กระดูกแข็งแรง การทำงานของอวัยวะจะสัมพันธ์กันและทำงานเป็นปกติ การออกกำลังกายกลางแจ้งมีผลต่อการเจริญเติบโตของสมองโดยเฉพาะ **เด็กวัย 3 ขวบแรก**ของชีวิตที่เซลล์สมองจะสร้างใยประสาท เมื่อเส้นใยประสาทเชื่อมต่อกันมากพอ สมองก็จะพัฒนาได้ดี การที่ใยประสาทจะเพิ่มจำนวนมากขึ้น **ต้องอาศัยการออกกำลังกายเป็นสำคัญ**



การพัฒนาทักษะสมอง EF ด้วยการ “ให้โอกาส”

ปัจจัยที่สำคัญคือ “โอกาส” ที่เราต้องหยิบยื่นให้กับ
เด็กเพื่อให้ได้พัฒนาทักษะสมอง EF

“โอกาส” มิได้หมายถึง “เปิดโอกาส” เมื่อโอกาส
มาถึง แต่หมายถึงการ “ให้โอกาส” ที่ครอบคลุมทั้ง
การเปิดโอกาส สร้างโอกาส และไม่ทำลายโอกาส



5






1. ทำไมต้องให้โอกาส

1. สอดคล้องกับการพัฒนาเด็กตามแนวคิด “หน้าต่างแห่งโอกาส” เพราะช่วงปฐมวัยเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดในการพัฒนาความยืดหยุ่นของสมอง ช่วงวัยนี้สมองส่วนหน้าจะจัดรูปและสร้าง การเชื่อมต่อ จึงเป็นวัยหน้าต่างแห่งโอกาสที่ดีที่สุดที่จะพัฒนา ทักษะสมอง EF เพื่อความสำเร็จในวัยที่เพิ่มขึ้น

2. นำไปสู่การส่งเสริมพัฒนาการและสร้างสมรรถนะของเด็กอย่าง สมดุลและรอบด้าน

3. นำไปสู่การเคารพนับถือตนเองเห็นคุณค่าและมีแรงจูงใจภายใน ที่จะพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง



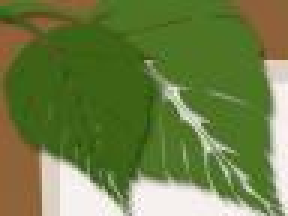


4. นำไปสู่การ**กำกับควบคุมตนเอง** พลังของการกำกับตนเองสู่ เป้าหมายเป็นทักษะที่มีค่ายิ่งที่จะช่วยให้เด็กกระทำการใดๆ อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ตนตั้งไว้


5. นำไปสู่การสร้างสามัญสำนึกที่ดี**รู้จักยับยั้งชั่งใจ มีคุณธรรม มีจริยธรรม**

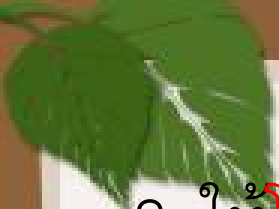

6. นำไปสู่การ**รู้จักวางแผนและจัดการระบบชีวิตตนเอง**





2. ให้โอกาสเรื่องอะไรบ้าง

1. ให้โอกาสเด็กได้คิด สงสัย สงเกต
 2. ให้โอกาสเด็กได้เลือก ตัดสินใจ และวางแผนด้วยตนเอง
 3. ให้โอกาสเด็กลงมือทำด้วยตนเอง
 4. ให้โอกาสเด็กได้ลองผิดลองถูก
 5. ให้โอกาสเด็กได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการ
 6. ให้โอกาสเด็กเรียนรู้ผ่านการเล่น
 7. ให้โอกาสเด็กได้แสดงความคิดเห็นและวิเคราะห์ผลการทำงาน
ของตนเอง
- 

- 
8. ให้โอกาสเด็กเรียนรู้ผ่านกิจวัตรประจำวัน
 9. ให้โอกาสเด็กได้ฝึกฝนทักษะการแก้ปัญหา
 10. ให้โอกาสเด็กได้เรียนรู้ผ่านบูรณาการประสาทสัมผัส(Sensory Integration) ได้แก่ มองเห็น/ได้ยิน/สัมผัส/ดมกลิ่น/ลิ้มรส + การใช้กล้ามเนื้อเอ็นข้อต่อ/ การทรงตัว)
 11. ให้โอกาสเด็กได้จดจ่อใส่ใจ
 12. ให้โอกาสเด็กได้รับแรงบันดาลใจ
 13. ให้โอกาสเด็กได้ฝึกทักษะทางอารมณ์ - สังคม
- 

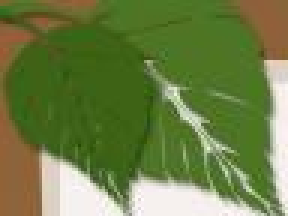

2.1 ให้โอกาสเด็กได้คิด สงสัย สงเกต

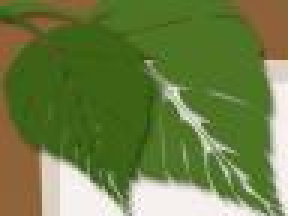

สำคัญอย่างไร

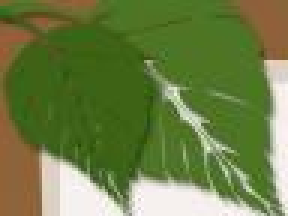

การช่างคิด ช่างสงสัย ช่างสังเกตเป็นต้นทางของพลังในการเรียน วิเคราะห์ คิดริเริ่มสร้างสรรค์ และพัฒนาตนเอง และยังนำไปสู่การวางแผน การแก้ปัญหา การริเริ่มและลงมือทำ ความเป็นคนช่างสังเกตจะทำให้เด็กสามารถจับอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นได้ไว เป็นพื้นฐานของความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy)

บทบาทครูและวิธีการ

- **ไม่ทำลายพลัง**ในการเป็นนักเรียนรู้อของเด็ก โดยครูรักษาความช่างคิด ช่างสงสัย ช่างสังเกตของเด็ก ด้วยการ**เป็นผู้รับฟังและยอมรับ**สิ่งที่เด็กคิดหรือสงสัย
- **กระตุ้นสัญชาตญาณ**ช่างคิด ช่างสงสัย ช่างสังเกตของเด็ก โดย**ตั้งคำถาม**ชวนให้เด็กคิดอย่างเหมาะสม
- **ต้องสังเกต**ว่าเด็กมีความสนใจ สงสัย หรืออยากรู้อเรื่องอะไร เพื่อตอบสนองและ**กระตุ้นสัญชาตญาณ**ช่างคิด ช่างสงสัย ช่างสังเกตของเด็ก ด้วยการพูดคุย แสดงความสนใจร่วมในสิ่งที่เด็กสนใจ และ**ใช้คำถามชวนให้เด็กคิด**เพื่อเป็นการต่อยอดการเรียนรู้

- 
- เปิดโอกาสให้เด็กได้นำสิ่งที่คิดหรือสิ่งที่สงสัยไปทดลอง
สร้างสรรค์ หรือสร้างผลงาน
 - สร้างความคุ้นเคยกับการใช้คำถาม 5W1H ใคร (who) /อะไร
(what) /ที่ไหน (where)/ เมื่อไหร่ (when)/ ทำไม (why) และ
อย่างไร (how) และยังรวมถึงอะไรจะเกิดขึ้นถ้า... (what if)
การใช้คำถามปลายเปิดเพื่อจะเป็นการกระตุ้นให้เกิดการคิดหา
คำตอบที่หลากหลาย
- 

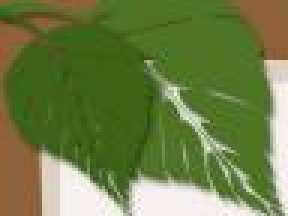
- 
- จัดกระบวนการให้เด็กได้เรียนรู้ความคิด/วิธีคิดที่หลากหลาย เช่น การระดมความคิด การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือการจัดแสดงผลงานที่หลากหลายภายใต้วัตถุประสงค์หรือโจทย์เดียวกัน
 - ต้องจัดกิจกรรมและกระบวนการที่เหมาะสมกับวัยของเด็ก
 - เปิดโอกาสให้เด็กสำรวจสิ่งต่างๆ และธรรมชาติรอบตัวโดยใช้ประสาทสัมผัสมากที่สุด หลากหลายที่สุด
- 

- 
- **เตรียมเครื่องมือ**สนับสนุนให้เด็กได้สำรวจ เช่น เมื่อออกไปเดินดูต้นไม้ในสวน ครูอาจเตรียมแว่นขยาย พลุเล็กๆ ถุงเก็บตัวอย่างดิน ฯลฯ
 - **กระตุ้นให้เด็กสังเกตและเชื่อมโยงกับตัวเอง หรือประเมินประสบการณ์เดิม** เช่น การวาดภาพดอกไม้ โดยออกไปหาดอกไม้ที่คิดว่าเป็นเหมือนตัวเองที่สุด แล้วให้วาดพร้อมกับอธิบายว่า เพราะอะไรถึงแทนความเป็น “ตัวฉัน” ได้ เด็กจะสนุกสนานกับการหา แต่ที่สำคัญคือ เด็กจะรู้จักตัวเองมากขึ้น เช่น เด็กคนหนึ่งบอกว่า “ที่ผมเลือก... เพราะว่าผมตัวใหญ่และวิ่งไม่ค่อยไหว”
- 

2.2 ให้โอกาสเด็กได้เลือก ตัดสินใจ และวางแผนด้วยตนเอง สำคัญอย่างไร


การให้โอกาสเด็กได้เลือกและตัดสินใจ เป็น **การกระตุ้นการคิด** เด็กได้วิเคราะห์ให้ไตร่ตรอง และฝึกการคาดเดาผล แล้วนำมาสรุปเพื่อตัดสินใจ

การที่เด็กได้คิดได้ตัดสินใจบ่อยๆ ทำให้เด็กพัฒนาการลำดับความคิด วิธีการที่นำมาสู่การตัดสินใจ ส่งผลให้ **กล้าคิด กล้าลงมือทำ** อันเป็นต้นทางของความกล้าหาญ และมั่นใจในตนเอง



การที่เด็กได้วางแผนด้วยตัวเอง จะทำให้เด็กได้ฝึกลำดับความคิด
ลำดับการจัดการควบคุมไปกับการคาดเดาผลอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อมุ่งสู่
เป้าหมาย

การตัดสินใจบางครั้งย่อมพบกับความผิดพลาด ซึ่งจะเป็นบทเรียน
สำคัญที่ทำให้เรียนรู้ที่จะกำหนดเป้าหมาย คิดวางแผนและลงมือทำ
อย่างเป็นระบบ เพื่อหลีกเลี่ยงความผิดพลาดเดิม และไปสู่ผลตาม
เป้าหมายที่ตั้งใจไว้



บทบาทครูและวิธีการ

- มีทางเลือกที่หลากหลายให้เด็กได้เลือก
- ให้เด็กมีโอกาเลือกกิจกรรม สื่อ อุปกรณ์ วิธีการไปสู่เป้าหมาย
- ให้เด็กตัดสินใจเลือกและเปิดใจยอมรับผลการเลือกและตัดสินใจของเด็ก เช่น เด็กขอเลือกภาพที่จะนำมาแต่งเรื่องตามจินตนาการจากภาพที่นำมาเองจากบ้าน โดยไม่ขอใช้ภาพที่ครูจัดให้ ครูให้เด็กตัดสินใจเลือกว่าจะระบายสีผลงานด้วยสีประเภทใด
- ครูเปิดโอกาสให้เด็กเสนอทางเลือก พร้อมอธิบายว่าทางเลือกนั้นจะเกิดผลอย่างไร
- ฝึกให้คาดเดา “อะไรจะเกิดอะไรขึ้นถ้า..” เมื่อเด็กคาดเดาผลได้ จะทำให้การตัดสินใจของเด็ก มีประสิทธิภาพขึ้น



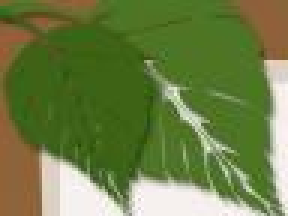
2.3 ให้โอกาสเด็กลงมือทำด้วยตนเอง

สำคัญอย่างไร

การที่เด็กได้ลงมือทำ ได้เผชิญสถานการณ์ต่างๆ เป็นการส่งเสริม
ประสบการณ์และเกิดการเรียนรู้


เป็นพื้นฐานของการฝึกการจำเพื่อใช้งาน การคิดวิเคราะห์
และตัดสินใจ อีกทั้งยังช่วยให้มีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่ทำ






การลงมือทำเป็นโอกาสให้เด็กได้ค้นพบความสามารถของ
ตนเอง และเมื่อทำซ้ำๆ จะเกิดการพัฒนา วิธีคิด วิธีทำ และเกิด
ความชำนาญมีความคล่องแคล่วในการคิดและลงมือทำ ก่อให้เกิด
ความมั่นใจที่จะลงมือทำและภูมิใจเมื่อทำสำเร็จ

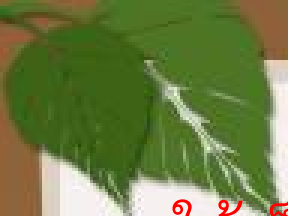

การทำอะไรด้วยตนเองจะทำให้เด็กเชื่อว่าความสำเร็จเกิดได้
จากความพากเพียรของตน ทำให้มีความมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ ไม่ติด
การพึ่งพิง นำไปสู่ในการพึ่งพาตนเองได้ในระยะยาว





บทบาทครูและวิธีการ

- ให้เด็กค้นหาวิธีที่จะนำไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง
 - ให้เด็กค้นหาวิธีที่จะนำไปสู่เป้าหมายได้หลายวิธี เช่น ทำบ้านจำลองด้วยการใช้วัสดุที่ต่างกัน เช่น ไม้ไอศกรีม กระดาษแข็ง แกนกระดาษทิชชู หรือเลือกสิ่งก็นำมาเชื่อมต่อที่เลือกนำมาใช้ เช่น ดินเหนียว เทปกาว ไหมพรม
 - ใช้คำถามปลายเปิดกระตุ้นการคิด และวิธีทำงาน
- 

- 
- **ให้เด็กได้ลองทำตามความคิดของเขา** โดยครูต้องระงับการเข้าไปแทรกแซง เพื่อให้เด็กได้ทดลองความคิดของตน ได้เรียนรู้ผลที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง และยังเปิดโอกาสให้เด็กคิดแก้ปัญหา หรือคิดต่อยอดจนสำเร็จด้วยตนเอง
 - **ครูควรมีคำถามกระตุ้นการคิด** ผึกคิด ที่หลากหลาย
 - **ต้องมองโอกาสเป็น** คือรู้ว่าเมื่อใด จังหวะใด คือโอกาสที่จะกระตุ้นส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้ ไม่ว่าจะสำเร็จหรือไม่ก็ตาม
 - **ให้โอกาสเด็กทำสิ่งที่ตั้งเป้าไว้ให้สำเร็จ** ด้วยการยืดหยุ่นเวลาให้เหมาะสมกับงานที่เด็กตั้งใจทำ
- 

2.4 ให้โอกาสเด็กได้ลองผิดลองถูก

สำคัญอย่างไร

การลองผิดลองถูกทำให้เด็กมีความกล้าที่จะคิดและลงมือทำ ซึ่งเป็นต้นทางของความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ หากเด็กได้รับโอกาสให้ลองผิดลองถูกอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ภาคภูมิใจเมื่อประสบความสำเร็จ แต่หากล้มเหลวเด็กก็จะไม่ล้มเลิกหรือท้อถอยโดยง่าย คงมุ่งมั่นพยายามทำต่อไป หรือคิดหาวิธีการใหม่ รู้จักยืดหยุ่นความคิด ไม่ติดกับความคิดเดิม

การลองผิดลองถูกจะช่วยให้เด็กรู้จักจัดการกับอารมณ์ได้ดีเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ผิดหวัง หรือไม่เป็นอย่างที่ต้องการ ทำให้ทำใจยอมรับได้ง่าย จิตใจเข้มแข็ง

บทบาทครูและวิธีการ

- จัดกิจกรรมที่เด็กได้คิดและลงมือทำด้วยตนเอง มีวัสดุอุปกรณ์ที่เด็กต้องสำรวจและตัดสินใจเลือก
- หากเด็กบางคนยังไม่กล้าที่จะคิดหรือลงมือทำ ครูอาจจะเสนอทางเลือก 2-3 วิธี แล้วชวนเด็กคิดถึงแนวทางในการทำ และผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นของแต่ละวิธี **จะช่วยให้เด็กรู้สึกพร้อมที่จะลองผิดลองถูก**
- เมื่อเด็กลองผิดลองถูกแล้ว ชวนเด็กพูดคุยถึงความตั้งใจของเด็ก วิธีการและสื่อที่เลือกใช้ และผลที่เกิดขึ้นจากการลองผิดลองถูก

2.5 ให้ออกสเด็กได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการ

สำคัญอย่างไร

ความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการเป็นปัจจัยสำคัญสู่ความสำเร็จในปัจจุบันและอนาคต เพราะการเรียนรู้การทำงานหรือการใช้ชีวิตประจำวันต้องพึ่งพาความคิดสร้างสรรค์ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นการริเริ่มทำสิ่งใหม่ๆ การพัฒนางาน และในการแก้ปัญหา อีกทั้งยังเป็นการตอบสนองต่อความสุขที่ได้แสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการที่อยู่ภายในได้อย่างอิสระ ความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการก่อให้เกิดความสนุกที่ได้คิดสิ่งใหม่ วิธีการใหม่มาทดแทนความคิดเก่า ทำให้เป็นคนที่มีความกระตือรือร้น มีชีวิตชีวา ช่างคิด ช่างทำ

บทบาทครูและวิธีการ

- สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่เด็กรู้สึกอบอุ่น เป็นมิตร พร้อมรับฟัง และให้เกียรติกัน
- จัดกิจกรรมที่ฝึกให้เด็กสนุกที่จะคิด หรือท้าทายความคิด ส่งเสริมให้เด็กได้คิดอย่างหลากหลาย คิดยืดหยุ่น คิดสิ่งใหม่ๆ คิดนอกกรอบ เป็นต้น
- กระตุ้นให้เด็กสื่อสารหรือแสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์ของตัวเอง ด้วยวิธีการที่หลากหลาย เช่น วาดภาพ ศิลปะสร้างสรรค์ แสดงบทบาทสมมติ เล่าเรื่องเล่านิทาน ต่อบล็อก เป็นต้น

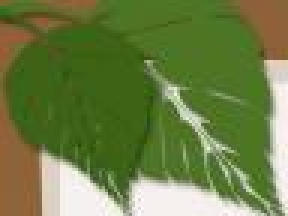
- ให้เด็กทุกคนได้มีโอกาสอย่างเท่าเทียมกันในการแสดงออกถึงผลงานของตน ไม่ตัดสิน หรือแข่งขันการประกวดผลงานของเด็ก เพราะจะทำให้เด็กที่ไม่ได้รางวัลสูญเสียความเชื่อมั่นในตนเอง
- ส่งเสริมให้เด็กได้รู้จักตั้งคำถาม และครูสนใจคำถามของเด็ก เพราะคำถามจะช่วยกระตุ้นการคิด
- ให้เด็กได้มีโอกาสได้เห็นผลงานที่โดดเด่น เช่น พิพิธภัณฑน์ ค่ายวิทยาศาสตร์ การไปทัศนศึกษาพิพิธภัณฑน์ศิลปะ ได้เห็นภาพถ่ายผลงานศิลปะหลากหลายประเภท เป็นต้น
- ให้เด็กได้มีโอกาสใช้จินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ผ่านการเล่นอิสระอย่างสม่ำเสมอ เช่น เล่นน้ำ เล่นทราย เล่นบทบาทสมมติ ต่อบล็อก เป็นต้น

2.6 ให้โอกาสเด็กเรียนรู้ผ่านการเล่น

สำคัญอย่างไร


การเล่นคือ **การเรียนรู้ที่สร้างความสุข และทำให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้** การเล่นของเด็กมีความหมายเทียบเท่าการทำงานของผู้ใหญ่ เพราะเด็กเรียนรู้ผ่านการเล่น จึงมักใช้คำว่าให้เด็กเล่น (ส่วนเด็กประถมสามารถเรียนรู้เรื่องที่ยากและซับซ้อนมากขึ้น รับผิดชอบได้มากขึ้น ครูก็ให้ทำงานที่ยากขึ้น จึงมักใช้คำว่า ให้ “งาน” “ทำงาน”)

การเล่นเป็นการเรียนรู้และพัฒนาเด็กแบบบูรณาการอย่างเป็นธรรมชาติ ในพัฒนาการทั้ง 4 เช่น ด้านร่างกายที่ต้องทำงานกับความคิดและความมุ่งมั่น เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ดังที่ **ตั้งเป้าหมาย หรือใช้ความคิดจินตนาการกับภาษา และเรียนรู้กฎระเบียบ** ทางสังคม วัฒนธรรม



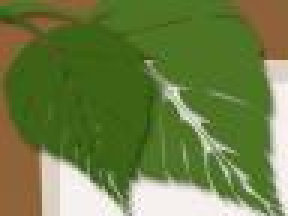

การเล่นจะดึงเอาความรู้สึกรู้สึกนึกคิด ความจำ และประสบการณ์เดิมของเด็ก
ออกมา ได้ฝึกการแก้ปัญหาที่เกิดจากการเล่น ทำให้มีสมาธิจดจ่อ และหากเล่น
ร่วมกับเพื่อนก็จะเป็นการพัฒนาด้านปัญญาควบคู่ไปกับการส่งเสริมพัฒนาการ
ด้านสังคม เพราะต้องมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ต้องประนีประนอมกัน ยั้งคิด
ไตร่ตรอง รู้จักแบ่งกันเล่น รู้จักรอคอย และเคารพกติกา

การเล่นยังช่วยพัฒนาด้านคุณธรรมจริยธรรม ยกกระดับจิตใจเด็กให้สูงขึ้น
เช่น การเล่นบทบาทสมมติ ทำให้ได้เรียนรู้จักและเข้าใจผู้อื่น ผ่านการแสดง
บทบาทเป็นคุณนั้นๆ



บทบาทครูและวิธีการ

- ครูจัดเวลาให้เด็กเรียนรู้ผ่านการเล่นที่หลากหลาย
- ต้องให้มีความสมดุลระหว่างการเล่นหรือทำกิจกรรมที่ครูเป็นผู้ริเริ่ม กับเด็กริเริ่ม (Teacher Initiated & Child Initiated)
- ในการเล่นหรือทำกิจกรรมต้องมีการตั้งเงื่อนไขบางอย่าง เพื่อให้เกิดความท้าทาย เกิดความคิดสร้างสรรค์เพื่อฝึกทักษะแก้ปัญหาหรือหาทางออก การใส่เงื่อนไขต้องเหมาะสมกับวัยด้วย เช่น เด็กเล็กใส่เงื่อนไขน้อยหน่อย ง่ายหน่อย เพราะถ้ามากเกินไป หรือยากเกินไป เด็กจะทำไม่ถูกและจะไม่เอื้อให้เกิดผลสำเร็จ

- 
- **การเล่น ต้องมีกติกา หรือข้อตกลง** เพื่อให้เด็กรู้จักคำว่า การยับยั้งชั่งใจ (อาจจะใช้เวลาเป็นข้อตกลง) รู้จักการวางแผน เคารพข้อตกลง
 - **ส่งเสริมให้เด็กได้ตั้งโจทย์ ตั้งเงื่อนไข** ข้อตกลงหรือกติกากการเล่นด้วยตัวเอง
 - **จัดเวลาให้เด็กได้เล่นอิสระนอกห้องเรียน** และให้ความสำคัญกับการจัดสภาพแวดล้อมที่มีความหลากหลาย ทำท่าย แต่ต้องปลอดภัย
- 


- ต้องสื่อสารกับเด็กให้ชัดเจนก่อนให้เล่นอิสระ (Free Play) โดยมี 3 กรอบ คือ กรอบของสถานที่ (ต้องมีขอบเขต) กรอบของเวลา (กำหนดเวลา) และกรอบของความปลอดภัย (กฎกติกา)
- เมื่อเด็กกลับมาจากการเล่นอิสระ **ชวนให้เด็กเล่า**ว่าได้เรียนรู้อะไรบ้างจากที่ออกไป เรียนรู้นอกห้องเรียน
- ให้เด็กเข้าใจและเห็นคุณค่าในการ**เล่นบทบาทสมมติหรือละครสร้างสรรค์** ที่ช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านการสวมบทบาทเป็นคนอื่น เป็นตัวละครในเรื่อง การเรียนรู้ผ่านสถานการณ์จำลองจะช่วยให้เข้าใจความคิดและอารมณ์ความรู้สึกผู้อื่น ได้แก้ปัญหาเฉพาะหน้า ได้ฝึกการใช้จินตนาการร่วมกับคนอื่นซึ่งต้องอาศัย การยืดหยุ่นทางความคิดไปพร้อมๆ กัน

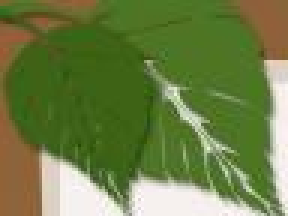

2.7 ให้โอกาสเด็กได้แสดงความคิดเห็นและวิเคราะห์ผลการทำงานของตนเอง สำคัญอย่างไร

การให้เด็กมีโอกาสได้แสดงความคิดเห็นและวิเคราะห์ผลงานของตน จะทำให้เด็กได้ฝึกการลำดับการทำงานฝึกการใช้เหตุผลใช้ข้อมูล ความจำ ประสบการณ์เดิม และฝึกการคิดเชื่อมโยง นำมาสู่ทักษะการประเมินตนเอง โดยสามารถบ่งบอกถึงความรู้สึก พึงพอใจ หรือความพยายามในการปรับปรุงการทำงานและผลงานของตนเอง และหากคุณครูให้เด็กๆ ได้ผลัดกันแสดงความคิดเห็นและนำเสนองานกับผู้อื่น ก็เป็นโอกาสที่ เด็กจะได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน มีโอกาสทั้งพูดและรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น ได้เห็นมุมมองของคนอื่นที่อาจเหมือนหรือต่างไป **ทำให้เรียนรู้จักที่จะรับฟังคำวิจารณ์ที่มีต่อผลงานของตน** ขณะเดียวกันก็เรียนรู้วิธีที่จะพูดแสดงความคิดเห็นอย่างเหมาะสม



บทบาทครูและวิธีการ

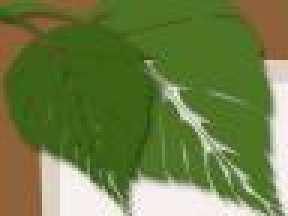
- จัดเวลาให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นและวิเคราะห์ผลงานและการทำงาน
 - ส่งเสริมและกระตุ้นให้เด็กหาเหตุผลมาอธิบายความคิดเห็นของตน
 - ใช้คำถามปลายเปิดที่จะทำให้เด็กกล้าตอบ เป็นคำถามที่ไม่มีถูกผิด
 - เอื้ออำนวยให้เด็กแสดงความคิดเห็นอย่างทั่วถึง ดูแลบรรยากาศการ
แสดงความคิดเห็นที่ส่งเสริมให้เด็กกล้าพูดในสิ่งที่ตนเองคิด
- 

- 
- **ครูรับฟัง**ด้วยท่าทีที่สนใจในสิ่งที่เด็กคิด เด็กพูด และไม่ด่วนตัดสินหรือวิจารณ์ความคิดเห็นของเด็ก เพราะจะทำให้เด็กสูญเสียความมั่นใจที่จะตอบในครั้งต่อไป
 - **เพิ่มทักษะการจัดการตนเองให้เด็ก** โดยให้เป็นผู้ช่วยครู หมุนเวียนกันทำ เป็นการเพิ่มความภูมิใจให้กับเด็กที่ได้ช่วยครู ช่วยเพื่อน นอกเหนือไปจากการจัดการตนเองดูแลตนเองตามปกติ
- 

2.8 ให้โอกาสเด็กเรียนรู้ผ่านกิจวัตรประจำวัน


สำคัญอย่างไร

การที่เด็กได้ปฏิบัติกิจวัตรได้ด้วยตนเองตามวัย เด็กจะตระหนักว่าตนเองมีความสามารถและพึ่งพาตนเองได้จึงก่อให้เกิด**ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย มีความมั่นใจที่จะลงมือทำสิ่งต่างๆ** ด้วยตนเอง และเมื่อทำกิจวัตรประจำวันซ้ำๆ จนเกิดความชำนาญจะเป็นฐานนำไปสู่การสร้างสรรค์สิ่งใหม่



การทำกิจวัตรประจำวันจะเป็นต้นทางของการฝึกการจัดการ ฝึกทักษะการแก้ปัญหา นำไปสู่การวางแผน จัดลำดับความสำคัญ การจัดการเวลา การควบคุมตนเองเพื่อทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุเป้าหมาย

การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันจึงเป็น “โอกาส” ที่สำคัญ ดังนั้น หากเด็กไม่ได้รับการส่งเสริมให้ทำกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอจึงเป็นสิ่งที่น่าเสียดายยิ่ง เพราะเป็นการตัดโอกาสในการพัฒนาศักยภาพในทุกด้านของเด็ก



บทบาทครูและวิธีการ

- ให้เด็กได้ทำกิจวัตรประจำวันที่คงที่และสม่ำเสมอ
- ต้องบอกเป้าหมาย จุดประสงค์ และขั้นตอนที่ชัดเจน เช่น “เก็บรองเท้าเข้าที่ให้เป็นระเบียบก่อนเข้าห้องเรียนเพื่อให้ดูสวยงาม มีระเบียบ และหาง่าย”
ขั้นตอนการจัดเก็บคือ เด็กๆ ต้องถอดรองเท้า และเก็บในชั้นที่มีชื่อของตัวเองให้เรียบร้อย
- จัดเวลาสอน พาทำ ปล่อยให้ทำ แล้วตามดูว่าเด็กทำได้ตามเป้าหมายหรือไม่
- ควรมีข้อตกลงร่วมกัน และเมื่อเกิดปัญหาให้เด็กๆ ช่วยกันหาทางออก ในกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงที่กระทบต่อการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ต้องบอกให้เด็กรู้ทั่วทุกคน

- **ให้เด็กได้เรียนรู้และใช้ปฏิทิน** ตารางเวลาล่วงหน้า เพื่อเตรียมตัวและเตรียมใจสำหรับการทำกิจกรรม เช่น วันที่จะมีการตรวจฟัน
- **จัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปฏิบัติ** ด้วยตนเองของเด็ก เช่น ความสูงที่พอเหมาะกับการใช้งาน การใช้เทคนิคต่างๆ เพื่อช่วยในการสังเกตและจดจำ เช่น การติดภาพแปรงสีฟัน รองเท้า กระเป๋า เครื่องนอน เพื่อให้เด็กสามารถเก็บข้าวของตนเองให้ถูกต้องตามหมวดหมู่ที่ครูจัดไว้ให้ เป็นการเอื้อให้เด็กได้ช่วยเหลือตัวเองมากที่สุด
- **ครูต้องสื่อสารกับทางบ้านเพื่อให้เห็นตรงกัน** เมื่อเด็กเริ่มได้ที่บ้าน ต้องฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ไม่เปลี่ยนใจ ไม่ใจอ่อน ไม่ล้มเลิก กติการะหว่างทาง



2.9 ให้โอกาสเด็กได้ฝึกฝนทักษะการแก้ปัญหา

สำคัญอย่างไร


การแก้ไขปัญหเป็นส่วนหนึ่งในการใช้ชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน การสร้างสรรค์ผลงาน จะเป็นการสร้างความมั่นใจในตนเอง ไม่กลัวปัญหา เกิดทักษะในการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ และจัดการปัญหา

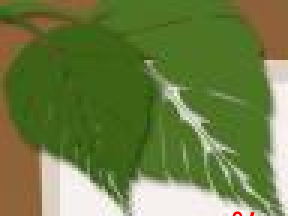

นอกจากนี้การให้เด็กคิด ตัดสินใจ และเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น จะเป็นการฝึกความรับผิดชอบต่อผลการตัดสินใจของตนเองอีกด้วย





บทบาทครูและวิธีการ

- **ให้กำลังใจและกระตุ้นให้เด็กกล้าเผชิญปัญหา** ปัญหาของเด็กๆ นั้นบ่อยครั้งที่ดูเหมือนเป็นเรื่องเล็ก แต่เป็นสิ่งที่ไม่ควรมองข้าม เช่น ติดกระดุมผิดทำให้ต้องแกะออกและติดใหม่ ให้คุณครูใจเย็น ดูจังหวะให้ดี ให้โอกาสเด็กได้เผชิญปัญหา ถ้าเด็กพอจะทำได้ ก็ให้กำลังใจให้พยายามทำต่ออีกนิด แต่ถ้าดูแล้วว่าทำไม่ได้แน่นอน ครูจะ**ชี้แนะ/ทำให้ดู** แล้วให้เด็กลองทำดูใหม่
- 

- 
- **ต้องระมัดระวังการเข้าไปแทรกแซง**ที่อาจไปขัดจังหวะในการที่เด็กจะแก้ปัญหาหรือลองผิดลองถูกด้วยตนเอง ต้องให้เด็กค้นหาวิธีแก้ปัญหาหรือเสนอทางออกด้วยตนเองก่อน ถึงแม้จะเป็นวิธีที่ไม่ตรงกับใจของครู หรือจะไม่ใช่วิธีที่ดีที่สุดก็ตาม
 - **จัดกิจกรรม**ที่ให้เด็กได้เผชิญกับปัญหาด้วยความสนุกและท้าทายตามวัย
 - **ให้เด็กมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**ในกิจกรรมหรือกิจกรรม ในกรณีที่ไม่เป็นไปตามแผน เช่น ห้องน้ำไม่พอจะทำอย่างไร ของเล่นแบบนี้มีชิ้นเดียวแต่อยากเล่นหลายคน เป็นต้น
- 

2.10 ให้โอกาสเด็กได้เรียนรู้ผ่านบูรณาการประสาทสัมผัส (Sensory Integration) ทั้ง 7 (5+2 = มองเห็น/ได้ยิน/สัมผัส/ดมกลิ่น/ลิ้มรส + การใช้กล้ามเนื้อ เอ็นข้อต่อ/การทรงตัว)

สำคัญอย่างไร

การสังเกตและรับรู้ผ่านประสาทสัมผัส (Sensory Integration) ทั้ง 7 (5+2) เป็นด่านแรกของการรับข้อมูลจากภายนอกเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ เพราะเด็กวัยนี้เรียนรู้ได้ดีที่สุดผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 7 (5+2) และประสาทสัมผัสทั้ง 7 (5+2) จะพัฒนาได้ดีที่สุดในช่วงวัยนี้ การให้เด็กได้รับโอกาสดังกล่าวจึงทำให้เด็กมีประสาทสัมผัสที่ฉับไว มีการสังเกตที่ละเอียดและเฉียบคม นอกจากนี้ประสาทสัมผัส 7 (5+2) ยังเป็นพื้นฐานการพัฒนาทักษะสมอง EF อีกด้วย

บทบาทครูและวิธีการ

- **จัดกิจกรรมที่ต้องใช้การบูรณาการผ่านประสาทสัมผัส** (Sensory Integration) เช่น การให้เด็กได้มุดลอด ใต้ กลิ้งตัวบนพื้นผิวต่างๆ ให้เด็กได้เล่นกับน้ำ ทราย เป็นต้น
- **กิจกรรมการเรียนรู้ที่จัดให้กับเด็ก** ควรเป็นกิจกรรมที่กระตุ้นให้เด็กเรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสให้มากที่สุด และให้เด็กได้สะท้อนการเรียนรู้ในการสังเกตผ่านประสาทสัมผัสด้วยรูปแบบที่หลากหลาย นั่นคือ การเรียนรู้ที่ผ่านการลงมือทำ ชวนเด็กตั้งคำถาม ให้เด็กหาคำตอบจากการสังเกต สำรวจ
- เมื่อครูให้**เด็กบันทึกร่องรอยหรือสะท้อนสิ่งที่เห็น** สิ่งที่ได้รับรู้ได้จากประสาทสัมผัส ด้วยการวาดภาพ ปั้น เล่าเรื่อง ประดิษฐ์จากวัสดุที่หลากหลาย ฯลฯ นอกจากจะช่วยให้เด็กมีการสังเกตได้ละเอียดขึ้น ยังช่วยให้ครูได้รู้ว่าเด็กมีการสังเกตดีหรือไม่ ได้รู้ว่าเด็กให้ความสนใจหรือใส่ใจในแง่มุมใด

2.11 ให้โอกาสเด็กได้จดจ่อใส่ใจ

สำคัญอย่างไร

ในช่วงปฐมวัยเด็กต้องมีพื้นฐานด้านอารมณ์และจิตใจที่จดจ่อและใส่ใจกับสิ่งที่ทำ จะเป็นการฝึก “สติ” ให้อยู่กับสิ่งที่อยู่ตรงหน้าและช่วยให้เด็กมีสมาธิในการทำงาน อาจกล่าวได้ว่า “สติเป็นเหตุ สมาธิเป็นผล” การฝึกทักษะจดจ่อใส่ใจอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยยืดช่วงสมาธิของเด็กให้ยาวขึ้น เป็นผลดีต่อการรับรู้แลประสิทธิภาพการทำงานของสมอง การจดจ่อใส่ใจจึงเป็นปัจจัยสำคัญต่อความสำเร็จทั้งทางการเรียนและคุณภาพในการทำงาน

บทบาทครูและวิธีการ

- หลักการสำหรับการฝึกสติให้กับเด็กเล็กๆ คือ “**กายเคลื่อนไหวแต่ใจอยู่นิ่ง**” คือ ให้เด็กจดจ่ออยู่กับสิ่งที่กำลังทำอยู่ การฝึกสติไม่ควรใช้วิธีให้เด็กหลับตา เพราะเป็นการฝืนธรรมชาติ เมื่อเด็กหลับตาการจินตนาการอาจพุ่งไปไกลมาก อาจคิดถึงสิ่งที่น่ากลัวได้
- **การฝึกสติควรให้เด็กทำกิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิจดจ่อกับงานที่ทำจนสำเร็จ** เช่น ตัดกระดาษ ร้อยลูกปัด กรอกน้ำใส่ขวด ระบายสี ทำงานประดิษฐ์ ภายใต้อสภาพแวดล้อมที่สงบ ผ่อนคลาย ไม่เร่งรัด หรือแข่งขัน

- ในระหว่างการจัดกิจกรรม เช่น วาดภาพระบายสี อาจให้เด็กได้ฟังเพลงเบาๆ ดนตรีที่รื่นรมย์ **ครูควรพูดเบาๆ ด้วยน้ำเสียงที่นุ่มนวล**
- **จัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ** ให้เด็กได้จดจ่อกับการเคลื่อนไหว ตามจังหวะเพลง หรือ เคลื่อนไหวภายใต้เงื่อนไขที่ครูบอกอย่างมีสมาธิจดจ่อกับการกำกับร่างกายของตนเอง เช่น เคลื่อนที่ไปรอบๆ ห้องซำๆ โดยไม่ให้ชนกัน สมมติตัวเองเป็นลูกแมวเหมียวตัวอ้วนกำลังคลานไปหาที่นอน แล้วลูกแมว แต่ละตัวก็ไปนอนขดในตะกร้าของตนเอง

2.12 ให้โอกาสเด็กได้รับแรงบันดาลใจ

สำคัญอย่างไร

แรงบันดาลใจเป็นแรงผลักดันที่สำคัญที่เกิดขึ้นภายในใจของเด็กที่ต้องการจะริเริ่มทำอะไรใหม่ๆ มีเป้าหมายใหม่ หรือเป้าหมายที่ไกลขึ้น เป็นแรงผลักดันที่ต้องการเปลี่ยนแปลงตัวเอง ต้องการสร้างสรรค์ที่ดีขึ้นแข็งแกร่งขึ้น หรือทักษะใหม่ๆ อย่างมีเป้าหมายที่จะให้เกิดขึ้นในอนาคต ขณะเดียวกันก็รักษากำลังใจในปัจจุบันให้เข้มแข็ง ไม่ท้อหรือหมดหวังระหว่างทาง

แรงบันดาลใจเกิดจากประสบการณ์ในทางบวกที่มีพลังที่สร้างความรู้สึกประทับใจ เร้าใจ ชื่นชม ศรัทธา ควบคู่ไปกับพลังที่มีอยู่ในใจของเด็กที่เชื่อว่าตนเองมีศักยภาพ มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองไปทางที่ดีขึ้นได้ มีความมั่นคงมั่นใจ ไม่กลัวความล้มเหลว

บทบาทครูและวิธีการ

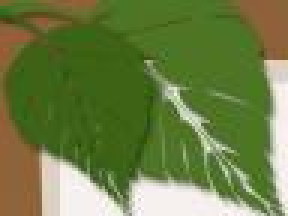
- **สร้างแรงเสริมทางบวก** เพื่อส่งเสริมให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเอง ตระหนักว่าตนเป็นผู้ที่มีความสามารถ มีศักยภาพ ผ่านการลงมือทำกิจกรรมและกิจกรรรมต่างๆ ซึ่งชมความมุ่งมั่นเพียรพยายามของเด็ก ให้กำลังใจเมื่อเด็กประสบความสำเร็จและความผิดหวัง และชวนให้เด็กวิเคราะห์และหาทางแก้ปัญหาด้วยตัวเอง
- **จัดกิจกรรมทัศนศึกษาที่เด็กจะได้รับประสบการณ์ที่ดี** เชื่อมโยงสู่ตัวเด็ก เช่น พาเด็กไปชมงานศิลปะ และเชื่อมโยงกับการทำงานศิลปะในชั้นเรียนของเด็ก การไปเยี่ยมชมแปลงผักออแกนิกกับการทำโครงการงาน “ผักสลัด” เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้กับเด็กที่เกิดจากการมีทัศนคติที่ดีต่อการสร้างสรรค์งานและต่อตัวเอง

- **เล่านิทาน อ่านหนังสือ** ก็เป็นอีกกิจกรรมที่สร้างแรงบันดาลใจที่ดี เช่น นิทานเรื่อง ฉันทชื่อนเจน เป็นเรื่องที่สร้างแรงบันดาลใจให้เด็กทั่วโลกทำตามความฝันของตัวเอง
- **ให้เด็กได้มีประสบการณ์ตรงกับบุคคลที่เป็นแบบอย่าง** ที่เด็กรู้สึกชื่นชม เช่น นักแตงนิทาน ผู้วาดภาพในนิทานที่เด็กเคยอ่าน คุณตาคุณยายที่มาทำของเล่นทำมือให้เด็กเล่น พ่อแม่มาแล้วให้ฟังถึงอาชีพที่ทำและเชื่อมโยงกับกิจกรรมหรือสิ่งที่อยู่ในความสนใจของเด็กๆ


2.13 ให้โอกาสเด็กได้ฝึกทักษะทางอารมณ์-สังคม

สำคัญอย่างไร

เด็กที่มีทักษะทางอารมณ์-สังคม **จะรู้จักและเท่าทันอารมณ์ของตน** เช่น รู้ว่ากำลังโกรธ กำลังตื่นเต้น สามารถจัดการกับอารมณ์และแสดงออกอย่างเหมาะสม จะช่างสังเกตและมีความไวต่อการรับรู้ อารมณ์ของผู้อื่น รู้วิธีที่จะ **สื่อสารและสร้างความสัมพันธ์** ที่ดีกับผู้อื่น แสดงความเป็นผู้นำและผู้ตามได้เหมาะสมกับสถานการณ์ และจัดการกับความขัดแย้งได้ดี



การวิจัยยืนยันว่า การกำกับอาารมณัและการ
พัฒนาทักษะ EF พัฒนาไปโดยมีความเกี่ยวโยงกัน และ
การส่งเสริมการกำกับอาารมณัและฝึกฝนทักษะการ
แก้ปัญหาทางสังคม จะเสริมพลังให้ EF แข็งแรงขึ้น

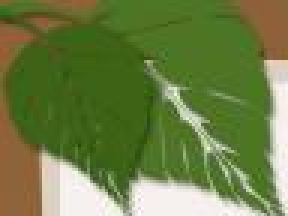



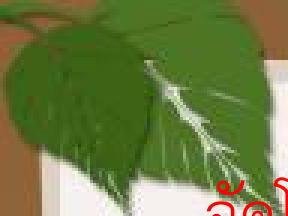

บทบาทครูและวิธีการ

- **ให้เด็กเริ่มต้นเรียนด้วยความสงบ สบาย** ด้วยการทักทายกันด้วยความนุ่มนวล อบอุน อาจเพิ่มเติมด้วยการให้ทำกิจกรรมยามเช้าที่让孩子มีความสุข เช่น การนั่งกันวงกลมแล้วส่งดอกไม้ให้กันอย่างเบามือ รับรู้ถึงการให้และการรับ สานต่อการสร้างสัมพันธ์ที่ดีในยามเช้า
- เมื่อมาถึงโรงเรียน หรือเมื่อทำกิจกรรมบางอย่าง ให้เด็กหยิบป้าย “ใบหน้าที่แสดงอารมณ์ หน้าบึ้ง หน้ายิ้ม หน้าสงสัย หน้าตื่นเต้นฯ” ใส่ที่ป้ายชื่อของตนเอง ครูนำมาพูดคุยกับเด็ก “ครูเห็นหนูใส่ป้ายหน้าบึ้ง หนูรู้สึกอย่างไร อะไรทำให้หนูโกรธ” เด็กๆ จะเห็นแบบอย่างของการสังเกตอารมณ์ของผู้อื่น การแสดงถึงความใส่ใจ และพร้อมรับฟัง ซึ่งจะทำให้**เด็กไวต่อการตระหนักรู้**
ความรู้สึกตนเอง เท่าทันอารมณ์ตนเอง

- จับคู่เด็ก ผลัดกันเล่าถึงอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังจากทำกิจกรรม ขณะที่คนหนึ่งเล่าให้คนหนึ่งฟังไม่พูดแทรก รอจนเพื่อนเล่าจบแล้วค่อยเล่าของตัวเองบ้าง การรับฟังจะเป็นฐานที่สำคัญต่อการสร้างสัมพันธ์ที่ดี และและเอื้อต่อการเข้าใจผู้อื่นและแสดงออกด้วยความเข้าใจ
- ให้เด็กฟังนิทานหรือเรื่องเล่า แล้วถามเด็กว่า “ถ้าเป็นตัวหนู หนูจะรู้สึกอย่างไร” “แล้วหนูจะแสดงออกอย่างเจ้าช่างซีโมโหไหม ถ้าไม่ทำอย่างนั้น หนูจะทำอย่างไร” เล่นบทบาทสมมติ แสดงอารมณ์ตามตัวละครในเรื่อง หรือเล่นบทบาทสมมติในมุมบทบาทสมมติในห้องเรียน

- **ให้เด็กดูภาพที่แสดงออกถึงอารมณ์อย่างชัดเจน** ให้เด็กฝึกคาดเดาว่าภาพที่เห็นอาจเป็นคนหรือสัตว์ มีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร และฝึกจินตนาการดูว่า อะไรน่าจะทำให้คนหรือสัตว์นั้นแสดงอารมณ์ดังกล่าว
- **พูดคุยกับเด็กถึงสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้น หรือเมื่อเกิดขึ้นกับตัวเด็กเอง** เช่น เสียใจ ผิดหวัง สูญเสีย ครูพร้อมรับฟัง และแสดงออกถึงการยอมรับทุกอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับเด็ก เพราะคนเราย่อมโกรธ เสียใจ หรือผิดหวังได้ จากนั้นให้ครูชวนเด็กพูดคุย ชวนเด็กคิด (ไม่ใช่สอน) เพื่อนำไปสู่วิธีคิดทางบวก เช่น การให้กำลังใจตนเอง การยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น และสิ่งที่ควรทำต่อไปจากนี้ให้ดีขึ้น

- 
- ให้เด็กมีโอกาสดำเล่นได้ทำงานร่วมกันเป็นคู่ เป็นกลุ่มเล็ก กลุ่มใหญ่ อย่างอิสระบนกติกากการอยู่ร่วมกัน เช่น การเข้าคิว การผลัดเปลี่ยนกันทำ ผลัดกันพูด การรอคอย การบอกความต้องการ การเล่นและการทำงานด้วยกันบ่อยๆ จะเป็นประสบการณ์ตรงของเด็กที่จะฝึกฝนทักษะทางสังคม เช่น การให้ การขอความร่วมมือ การแบ่งปัน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การเจรจาต่อรอง การยอมรับวิธีทำงานที่แตกต่างกัน ความร่วมมือ การไม่โทษกัน และการจัดการกับความขัดแย้ง
- 

- 
- จัดโอกาสให้เด็กได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เสนอความคิดเห็น และรับฟังกันในกลุ่มอยู่เสมอ
 - ให้เด็กได้สะท้อนความคิดเห็นในกลุ่ม การแสดงความคิดเห็น ทางบวกต่อผลลัพธ์ที่เกิดจากการทำงานกลุ่ม แม้งานจะไม่ประสบความสำเร็จ หรือไม่เป็นไปตามคาดหวังของกลุ่ม เช่น การเสริมกำลังใจของกันและกัน การมองเห็นปัญหาและร่วมกันหาแนวทาง พัฒนางานในครั้งต่อไป การขอบคุณเพื่อนๆ ที่ให้ความร่วมมือ หรือเสนอความคิดที่ดี
- 



บทที่ 4
สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนา
ทักษะชีวิต





ไม่สอน แต่เรียนรู้



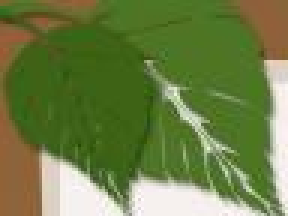
เป็นผู้รู้และผู้ให้:




สภาพแวดล้อมส่งผลต่ออุปนิสัย



ก่อให้เกิดสุนทรียภาพ



สภาพแวดล้อมมีอิทธิพลและส่งผลกระทบต่อการพัฒนา
เด็กอย่างรอบด้าน ทั้งการเรียนรู้อารมณ์ความรู้สึกตลอดจนการ
กระทำของเด็กเด็กรับสัมผัสจาก สภาพแวดล้อมด้วยประสาท
สัมผัสทุกด้าน สภาพแวดล้อมจึงเข้าถึงเด็กได้โดย ง่ายจน
สามารถโน้มนำเด็กไปในทิศทางใดก็ได้เพราะประสาทสัมผัสของ
เด็กนั้น ไวต่อการรับรู้จากสิ่งแวดล้อมมาก



สภาพแวดล้อมเป็นครู ไม่สอนแต่เรียนรู้



จากภาพที่เห็นนี้คาดเดาได้ว่า
สิ่งแวดล้อมก่อให้เกิด การเรียนรู้มากมายกับ
เด็กโดยไม่ต้องพูดแต่ชวนลงมือทำ ให้คิด
ให้เรียนรู้และค้นหาคำตอบด้วยตัวเด็กเอง และ
บ่อยครั้ง ที่หึงคำถามไว้ให้เด็กต้องติดตามต่อ
หรือพยายาม หาคำตอบที่เกิดขึ้นในใจเด็ก
สิ่งแวดล้อมที่จัดได้อย่าง เหมาะสมประกอบ
กับความกระหายใคร่รู้ จึงก่อให้เกิด
การเรียนรู้กับเด็กได้อย่างน่าอัศจรรย์

สภาพแวดล้อมส่งเสริมการเรียนรู้แบบที่เด็กเป็น ผู้ริเริ่มและเป็นอิสระ



ภาพการเล่นน้ำเล่นทรายของเด็ก เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีสมาธิจดจ่อ มุ่งมั่นทำจนสำเร็จ โดยไม่ต้องมีครูคอยกำกับ หากเด็กได้รับโอกาสอย่างสม่ำเสมอ และมากพอที่จะ ได้เล่นอย่างอิสระในสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวย จะทำให้เด็กมีความกระตือรือร้น ที่จะเรียนรู้ ช่างสังเกต จดจำ มีวิธีการเล่นที่หลากหลาย กล้าคิด กล้าทำ เป็นการเรียนรู้ที่มีชีวิตชีวา ได้ค้นพบ ได้ตื่นเต้นและภาคภูมิใจในความสามารถ ของตนเอง เป็นพื้นฐานที่ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้

สภาพแวดล้อมส่งผลต่ออุปนิสัยของเด็ก

เนื่องจากเด็กจะตอบโต้สร้างคามหมาย และซึมซับจากสิ่งแวดลอมอยู่ ตลอดเวลา จึงไม่น่าจะแปลกใจว่าทำไมเด็กที่เติบโตมาจากบ้านที่จัดวางข้าวของ อย่างมีระเบียบ มีความพิถีพิถัน ในการจัดหาจัดวาง เมื่อเติบโตขึ้นเขาก็จะมี ความประณีตในการใช้ชีวิตมากกว่าเด็กที่พ่อแม่ ไม่มีระเบียบ บ้านรกรุงรัง ส่วนเด็กที่เติบโตมาจากสภาพแวดล้อมที่ผู้คนวุ่นวาย เสียงดัง รอบตัว เด็กก็มีแนวโน้มที่จะเป็นคนเอะอะ โวยวาย เสียงดัง ต่างจากเด็กที่เติบโตในสภาพแวดล้อมที่มีความสงบ



สภาพแวดล้อม
ส่งผลต่ออุปนิสัย



สภาพแวดล้อมก่อเกิดสุนทรียภาพ



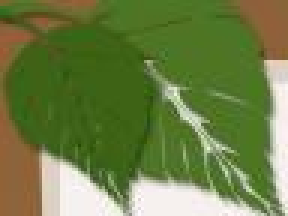
สภาพแวดล้อม
ก่อเกิด
สุนทรียภาพ

สภาพแวดล้อมที่มีความสวยงาม มีระเบียบเรียบร้อย มีความเหมาะสมพอดีของ การจัดวาง การเลือกใช้สีที่นุ่มนวล คู่สีที่ตัดกัน หรือเข้ากันได้อย่างเหมาะสม มีความพิถีพิถันในการเลือกใช้วัสดุการตกแต่งที่มีรสนิยมที่ดี การเลือกภาพที่นำเสนอกับเด็กเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งแวดล้อมที่ก่อให้เกิดสุนทรียภาพและซึมซับ เป็นรสนิยมเป็นบรรยากาศที่ช่วยให้มีความสุขใจ และก่อให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะสร้างสรรค์งานที่ประณีตและงดงามต่อไป

สภาพแวดล้อมส่งผลต่อจิตใจ

สภาพแวดล้อมที่อบอุ่น ปลอดภัยและเป็นมิตร จะทำให้เด็กเกิดความมั่นคงทางจิตใจ กล้าคิด กล้าตัดสินใจ ไม่กลัวที่จะล้มเหลว กล้าริเริ่มสิ่งใหม่ๆ สภาพแวดล้อมที่รุ่มรื่น โปร่งสบาย ใกล้ชิดธรรมชาติจะทำให้เด็กมีความสงบ สบายใจ และพร้อมที่จะเรียนรู้

สภาพแวดล้อมที่ยืดหยุ่นและตอบสนองความต้องการที่หลากหลายของเด็กใน สถานการณ์ที่แตกต่างกันไป จะทำให้เด็กมีความสุข มีความกระตือรือร้น รู้สึกถึงความเป็นสิ่งหนึ่ง สิ่งเดียวกับสิ่งแวดล้อม รักและเห็นคุณค่า ซึ่งจะนำมาสู่ความรู้สึกดีต่อการมาโรงเรียนมีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมกับเพื่อนและครู




แนวทางการจัดสภาพแวดล้อม ที่ส่งผลต่อการพัฒนา ทักษะสมอง EF

การจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment)
การจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่เอื้ออำนวยให้เด็กพัฒนาทักษะ
สมอง EF ควรคำนึงถึงสิ่งเหล่านี้

1) การทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง Sensory
Integration –SI

คือกระบวนการจัดระเบียบการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง
ซึ่ง รับรู้ผ่านประสาทต่างๆ เมื่อประมวลผลแล้วสมองจึงสั่งการให้ตอบสนอง
สิ่งที่มากระตุ้นนั้นอย่างเหมาะสม

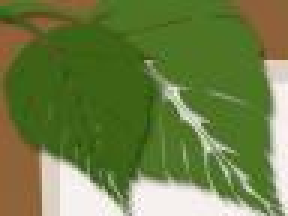


ผลการบูรณาการประสาทความรู้สึที่ดีและเหมาะสมกับวัย


จะเสริมสร้างพัฒนาการของทักษะชีวิต

- ความสามารถในการปรับสภาพอารมณ์และระดับความตื่นกลัว
- ความสามารถในการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม
- ความสามารถในการจัดกิจกรรมที่มีเป้าหมายและมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต
- ความสามารถในการทำงานและทักษะทางสังคม³

ดร.สรินยา ศรีเพชรารุธ ภาควิชากิจกรรมบำบัด
คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่




การจัดเครื่องเล่นสนามและอุปกรณ์การเล่นให้เด็กได้มุด ลอด ไต่ โหน แกว่ง ตัวกระโดดกลิ้งก็มีส่วนในการพัฒนา SI แต่ควรพิจารณาให้ครอบคลุมระบบการรับรู้ทั้ง 3 รูปแบบ คือ การรับสัมผัส การรับรู้ผ่าน กล้ามเนื้อ-เอ็น-ข้อต่อ และระบบการทรงตัว โดยการออกแบบกิจกรรมและ จัดสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวย เช่น จัดกิจกรรมให้เด็กได้กลิ้งตัวบนพื้นผิวที่ ต่างกัน ได้แก่ ฝ้านวม ฟองน้ำ ฝ้าย ยาง การทำทางเดินที่มีความหยาบละเอียด ผิวนูนสัมผัสต่างกัน เช่น กรวดต่างขนาด แผ่นทรายล้าง แผ่นอิฐ เพื่อกระตุ้น ประสาทรับสัมผัสที่ไต่เท้าเด็ก จัดทำลายเส้น บนพื้นโค้งไปโค้งมา ให้เด็กเดิน ต่อเท้าเล่นเพื่อฝึกการทรงตัว การทำเนินและทางลาดชันเพื่อให้เด็กได้เล่น หรือต้องทรงตัวมากกว่าการเดินบนพื้นราบ

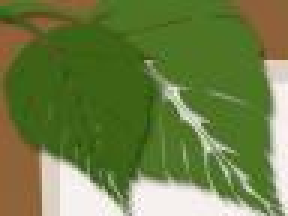





2) ความปลอดภัยและความเสี่ยง Safety & Risk

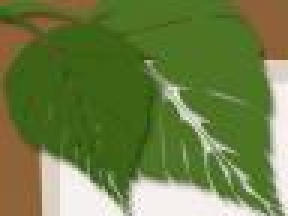
การจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยแต่มีความเสี่ยงเพื่อกระตุ้นท้าทายให้เด็กได้ใช้ ทักษะด้านต่างๆ ทั้งร่างกาย ควบคู่ไปกับการคิดตัดสินใจ ได้ทดสอบและประเมิน ทักษะความสามารถของตนเองโดยคำนึงถึงพัฒนาการและสมรรถนะตามวัยอย่างพอเหมาะพอดีโดยไม่วิตกมากเกินไป หรือมีข้อห้ามมากเกินไป เพราะจะทำให้ เด็กไม่เกิดการเรียนรู้เท่าที่ควรไม่ได้ใช้ร่างกาย ไม่ได้ใช้สมรรถนะที่ตัวเองมีอย่างเต็มที่






การให้เด็กได้ทำสิ่งที่ท้าทายได้ทดสอบตัวเอง เด็กก็จะรู้สึกดีต่อตนเองเพราะเมื่อทำได้เด็กจะภูมิใจ มั่นใจว่ามีความสามารถ และมีพลังที่จะทำสิ่งใหม่ที่ท้าทายต่อไป **เด็กจะเกิดภาพบวกเกี่ยวกับตัวเอง “ฉันเป็นคนกล้า ” “ฉันทำได้” “ฉันเป็นคนอดทน”** โดยผู้ใหญ่ต้องเป็นผู้ชี้ให้เห็น เพื่อเด็กจะยึดไปใช้ในการดำเนินชีวิตด้วยความมั่นใจในตัวเองต่อไป ในกรณีที่เด็กทำไม่ได้ควรฝึกให้เด็กได้ประเมินตนเอง วิเคราะห์หาข้อสรุป และแนวทางที่จะทำต่อไป ภายใต้บรรยากาศการสนับสนุน และให้กำลังใจ






สิ่งที่เป็นอุปสรรคไม่ให้เด็กกล้าเสี่ยงหรือทำสิ่งที่ท้าทาย คือ
ครูหรือผู้ใหญ่กังวลมากจนเกินไป หรือประเมินความสามารถเด็ก
ต่ำกว่าที่เป็นจริง แต่หากเด็กได้รับโอกาสในการเล่นอย่างสม่ำเสมอ
ทักษะสมอง EF ก็จะพัฒนา ทำให้เด็กสามารถประเมินตนเอง มี
ทักษะในการคิดสามารถตั้งประสบการณ์ และการเรียนรู้ เดิมมา
ปรับใช้กับสถานการณ์ใหม่ได้ดี เด็กจะรู้ว่าควรจะทำอะไร เล่น
ขึ้นไหน แคะไหน และเล่นอย่างไร

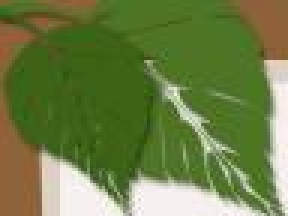





3) ความสะอาดและการดูแลอย่างดี Care & Clean

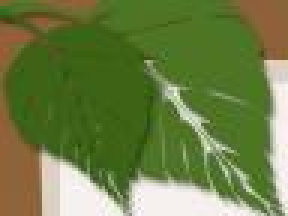
การสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นระเบียบ สะอาดถูก
สุขอนามัยจะมีผลดีต่อชีวิตของเด็กเพราะ

- ดีต่อสุขภาพอนามัย เพราะสิ่งแวดล้อมสะอาดถูก
สุขอนามัย และปลอดภัยจากโรคจากสัตว์ที่เป็นพาหะนำโรค
และแมลง
- 



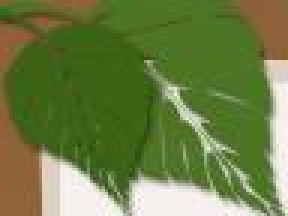
เป็นแบบอย่างของการจัดวางสิ่งของอย่างเป็นระเบียบ ทำให้หยิบง่ายใช้สะดวก ไม่รกรุงรัง เกะกะ เป็นการสร้างลักษณะนิสัยที่ดีรู้จักที่จะดูแลรักษาของให้สะอาดและจัดเก็บเข้าที่ ช่วยฝึกในเรื่องของการจำเพื่อนำมาใช้เมื่อครูหรือ ผู้ใหญ่แนะนำเด็กจะได้ทบทวนว่าเมื่อจะใช้ของสิ่งใดต้องหยิบจากตรงไหน และต้องเก็บอย่างไร






- เด็กเรียนรู้ที่จะเข้าใจถึงเหตุผลของการจัดกลุ่มหรือจัดหมวดหมู่สิ่งของ ในเรื่องของประเภท ขนาด ลักษณะของการใช้งาน เข้าใจความเหมาะสม เช่น ของประเภทไหนควรเก็บที่ใดควรใช้ภาชนะใดจัดเก็บการ จัดเก็บในลักษณะใด





สร้างทักษะในเรื่องของการจัดการกับ Space (ที่ว่าง) เช่น จะจัดของเล่นลงกล่อง ได้อย่างไร จะพับผ้าอย่างไรให้พอเหมาะกับตะกร้า จะจัดเก็บกล่องนมของทุกคนลงตะกร้าได้อย่างไร เมื่อคุณครูสอนเด็กก็จะต้องจดจำ วิธีจัดเก็บ แล้วทำซ้ำๆ ก็จะทำให้ได้อย่างคล่องแคล่ว ถ้าเป็นสิ่งที่เด็กทดลองจัดเก็บเอง เด็กก็ต้องคิดภาพในใจก่อนว่าจะจัดเก็บอย่างไร แล้วทดลองทำดูเมื่อฝึกฝน บ่อยๆ จะมีความคล่องในการกะประมาณกับการใช้พื้นที่




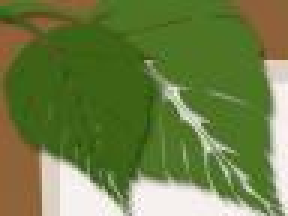


การจัดสภาพแวดล้อมทางอารมณ์และสังคม (Emotional & Social Environment)


การจัดสภาพแวดล้อมทางอารมณ์และสังคมนั้น ควรคำนึงถึงสิ่งต่างๆ เหล่านี้

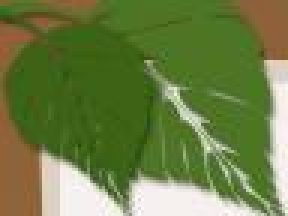
1) สภาพแวดล้อมจะต้องตอบสนองความต้องการของเด็กในเรื่องของการใช้งาน เช่น การจัดสถานที่และอุปกรณ์ที่มีขนาดและปริมาณที่เหมาะสมกับการใช้งานของเด็ก ในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันมีบริเวณสำหรับเด็กทำกิจกรรมกลุ่มใหญ่มีมุมสำหรับเด็กทำกิจกรรมกลุ่มเล็ก และพื้นที่ตอบสนองการทำงานเป็นรายบุคคล






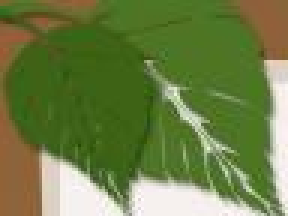
2) สภาพแวดล้อมต้องตอบสนองในเรื่องของอารมณ์
ความรู้สึก เช่น จัดสถานที่ ที่เป็นมุมเงียบๆสำหรับเด็กที่ต้องการ
ทำกิจกรรมสงบหรืออยากอยู่ลำพังเงียบๆ หรือ จัดให้มีบริเวณที่
เด็กจะรู้สึกผ่อนคลาย มีพรมนุ่มๆ มีหมอน ตุ๊กตาผ้า







3) สภาพแวดล้อมที่ทำให้เด็กรู้สึกว่าเป็นสมาชิกของกลุ่ม เป็นเจ้าของสถานที่ร่วมกับผู้อื่น การมีชื่อของเด็กแต่ละคนในสถานที่ต่างๆ ในห้อง การนำเสนอผลงานของเด็ก การให้เด็กมีส่วนร่วมในการวางแผนจัดห้องเรียน การที่เด็กมีเสรีใน การเลือกที่นั่งทำงาน เล่นในมุมเสรี เหล่านี้จะทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณเองมีอิสระ ที่จะใช้พื้นที่ในห้องอย่างเสรีแต่เนื่องจากเด็กต้องใช้พื้นที่ร่วมกันหลายคน เด็กต้องปฏิบัติตามกติกา การอยู่ร่วมกัน ทำให้เด็กเรียนรู้ที่จะเคารพกติกา การให้เกียรติและ เคารพสิทธิของผู้อื่น ขณะเดียวกันก็รู้จักที่จะประนีประนอม โอนอ่อนผ่อนปรนกัน รู้จักที่จะยืดหยุ่น หรือปรับเปลี่ยนวิธีเล่นที่เด็กจะได้เล่นร่วมกันแทนที่จะเล่นคนเดียว






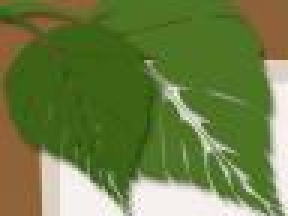
4) สภาพแวดล้อมที่เด็กรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัยปราศจากความกดดันจากอำนาจของผู้ใหญ่ สภาพแวดล้อมดังกล่าวเกิดจากการที่ครูหรือผู้ใหญ่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมของเด็ก ใช้วิธีการทางบวก (Positive Approach) ทั้งในการส่งเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์และแก้ปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ครูต้องมีความไวต่ออารมณ์ความรู้สึกของเด็ก พร้อมทั้งจะรับฟังและ ให้โอกาสเด็กได้คิดได้ตัดสินใจ มีกำลังใจที่จะใช้ความเพียรพยายามในการทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุเป้าหมาย






งานวิจัยชี้ให้เห็นว่า เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูใน
สภาพแวดล้อมที่มีแต่การลงโทษ ผลการประเมินทางด้าน
ทักษะสมอง EF จะด้อยกว่าเด็กที่เติบโตมาใน
สภาพแวดล้อมที่ไม่มีการลงโทษ (Talwar&Carlson,2011)





การให้เด็กเล่นกับสิ่งแวดล้อมและวัสดุ ที่มาจากธรรมชาติ
จะมีผลดีทั้งต่อเด็ก และสิ่งแวดล้อม เด็กจะมีสุขภาพดี มีสมาธิ
จดจ่อ เกิดทักษะทางสังคม มีความผูกพันต่อโลกธรรมชาติที่จะ
เติบโตไปพร้อมกับจิตสำนึกในการปกป้องสิ่งแวดล้อม และยังทำให้
เด็ก “ติดดิน” มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และยังช่วยให้เด็กมีความ
เข้าใจและ ชื่นชมกับธรรมชาติ

Ruth A. Willson. Ph.D (Early childhood news)

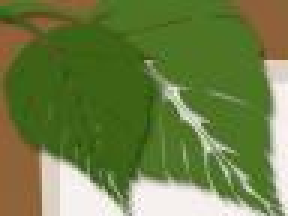


การ จัดสภาพแวดล้อมทางความคิด (Cognitive Environment) การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาทักษะสมอง EF ควรคำนึงถึง

1) ความใกล้ชิดกับธรรมชาติ Natural Component

จัดสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติให้เด็กได้ใกล้ชิดให้มาก เพราะธรรมชาติจะทำให้เด็กเรียนรู้แบบ “ปลายเปิด” และเปิดโลกกว้างที่เต็มไปด้วยพลังของการเรียนรู้ทำให้เข้าใจสัจธรรมของชีวิตได้อย่างง่าย ๆ





2) ให้ทุกก้าวย่างคือ การเรียนรู้ Rich Environment

การเรียนรู้อย่างอิสระนอกห้องเรียนมีความหมายต่อเด็ก
อย่างมาก หากโรงเรียน ได้วางแผนจัดสภาพแวดล้อมที่ทำให้ทุก
ก้าวย่างของเด็กคือการเรียนรู้ (Rich Environment) จะทำให้
การพัฒนาทักษะสมอง EF เกิดขึ้นได้อย่างมาก



3) วัสดุอุปกรณ์ที่หลากหลายให้เด็กเลือกใช้ Variety of materials

วัสดุอุปกรณ์ที่หลากหลายจะเป็นตัวกระตุ้นความสนใจในการสำรวจ และ เรียนรู้ของเด็กได้เป็นอย่างดี อาจจะทำให้เด็กช่วยกันสะสม แล้วนำมาจัดกลุ่ม และจัดแสดงตามเงื่อนไขต่างๆ วัสดุอุปกรณ์ที่หลากหลายยังช่วยจุดประกายความคิดกระตุ้นจินตนาการให้เด็กๆ ได้เลือกใช้เพื่อสร้างสรรค์งานเสนอความคิด และถ่ายทอดประสบการณ์ ที่เด็กเรียนรู้ยิ่งเด็กมีโอกาสดำเนินการได้มากเท่าใด เด็กจะยังมีทักษะในการวางแผน มีเป้าหมายในการทำงาน มีความสามารถในการตัดสินใจเลือกใช้วัสดุ รู้จักที่จะปรับเปลี่ยนใช้วัสดุทดแทน ซึ่งผลของการพัฒนาทักษะสมอง EF จะต่างจากการให้วัสดุที่มีความจำกัด เช่น กระดาษ และสีเทียน

4) จัดทำ/ดัดแปลงพื้นที่ที่กระตุ้นให้เด็กได้ตอบโต้กับสิ่งรอบตัว

การจัดการกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่กระตุ้นให้เด็กได้คิดได้
สนุกกับการ ทำกิจกรรมที่เสมือนการตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม เช่น การติด
กระจกเงาเพื่อให้เกิด ภาพสะท้อนจากกระจกเงา การทำรูปทรงต่างๆ ที่พื้น
กระตุ้นให้เด็กสร้างสรรค์วิธีเล่นเอง การติดมาตรวัดความสูงที่เสา มาตรวัด
ความยาวตามทางเดิน เด็กก็จะสนุกกับการนำสิ่งต่างๆ มาวัด เปรียบเทียบ
ความสูง ความยาว การติดตัวเลขตามชั้น บันไดเมื่อทำเป็นประจำเด็กจะเกิด
การรับรู้ในการกะประมาณในบริเวณที่แสงสาดเข้ามา

5) ให้ความสำคัญกับพื้นที่สำหรับแสดง / นำเสนอผลงาน

Presentation Area

ในการพัฒนาทักษะสมอง EF นั้น ต้องให้ความสำคัญกับพื้นที่ในการจัดแสดง และนำเสนอผลงานเด็ก เพราะเป็นพื้นที่ที่เด็กจะนำเสนอผลที่เกิดจากทักษะการทำงาน ขณะนำเสนองานเด็กก็ได้ฝึกฝนทักษะในการกำกับตัวเอง ต้องมีสมาธิ ควบคุมความตื่นเต้น และประเมินการทำงานของตนเอง ขณะเดียวกันพื้นที่นี้ก็จะ เป็นพื้นที่ที่เด็กได้เรียนรู้และเห็นความหลากหลายจากผลงานและการทำงานของเพื่อน รู้จักยอมรับและชื่นชมผลงานของผู้อื่น



บทที่ 5

การพัฒนาทักษะชีวิต

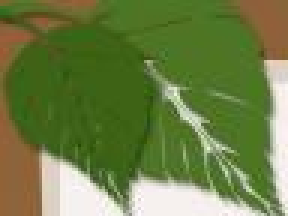
ด้วยการเสริมสร้างวินัยเชิงบวก

(Positive Discipline)



1. การสร้างวินัยเชิงบวก (Positive Discipline) คืออะไร




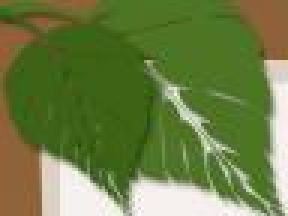


แนวคิดและความหมายของการสร้างวินัยเชิงบวกทั้ง
4 ข้อ ดังต่อไปนี้


1) แนวทางการปลูกฝังจิตสำนึกเรื่องการมีวินัยในตนเอง
และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

การสร้างวินัยเชิงบวกเป็นแนวทางการปลูกฝังจิตสำนึก
สองเรื่องที่สำคัญ ต่อการพัฒนาและการดำรงชีวิตอย่างปกติสุข
ซึ่งได้แก่ การมีวินัยในตนเอง และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น





การลงโทษ การใช้คำพูดที่ทำร้ายจิตใจ การทำร้ายร่างกาย การไม่ยอมรับฟังความต้องการและความคิดเห็นของเด็ก ล้วนเป็นวิธีการที่ลดรอนสิทธิของเด็กทั้งสิ้น อีกทั้งยังเป็นการลดคุณค่าความเป็นมนุษย์หล่อหลอมให้เด็กเป็นคน ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง โหยหาความรักความอบอุ่น ความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต ยึดติดอยู่แต่ความต้องการของตนเองจนไม่สามารถพัฒนาเป็นจิตสำนึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่นได้ (Dreikurs, Cassel, & Furguson, 2004; Dreikurs & Soltz, 1991; Nelsen, 2006)



2) กระบวนการสอน (Teaching) และการฝึกฝน (Training) ที่ปราศจากความรุนแรง

การสร้างวินัยเชิงบวก หมายถึง กระบวนการสอนและการฝึกฝน พฤติกรรมที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดเป็นกระบวนการควบคุม ภายในตนเอง (Internal Control Process) ซึ่งต้องอาศัยการสั่งสม ประสบการณ์เป็นระยะเวลานานพอที่จะทำให้เด็กคนหนึ่งเรียนรู้ทักษะในการดำเนินชีวิตไปพร้อมๆ กับการฝึกฝนกระบวนการควบคุมและกำกับ พฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับสังคม และสิ่งแวดล้อม จนเกิดเป็น ทักษะ ลักษณะนิสัย และจิตสำนึกประจำตัว

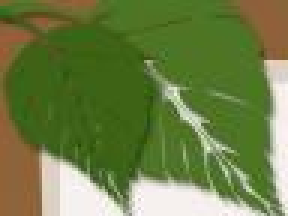
3) การสอนที่มีเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาว

การสร้างวินัยเชิงบวกเป็นการอบรมเลี้ยงดูเด็กอย่างมีเป้าหมาย โดยผู้เลี้ยงดู จะต้องกำหนดเป้าหมายระยะสั้นในการสอนเด็กให้เหมาะสมตามอายุและพัฒนาการเพื่อหล่อหลอมเด็กให้มีทักษะและความสามารถไปตามเป้าหมายระยะยาว


วัตถุประสงค์ของการตั้งเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาวคือ เพื่อให้ผู้เลี้ยงดูมุ่งไปที่การหาโอกาสในการสอนและฝึกฝนเด็กให้ เป็นไปตามเป้าหมาย แทนการใช้เวลาและพลังงานส่วนใหญ่ไปกับการต่อว่า ลงโทษ หรือใช้ความรุนแรงเพื่อควบคุมและจัดการกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

4) เครื่องมือการสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้เลี้ยงดูและเด็กปฐมวัย

การสร้างวินัยเชิงบวกเป็นเครื่องมือสำหรับผู้เลี้ยงดูในการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็กปฐมวัย เพราะมีแนวทางการเลี้ยงดูปลูกฝังที่เน้นการพัฒนาตัวตนให้มีคุณค่าในตนเอง และเคารพสิทธิความรู้สึกและการตัดสินใจของผู้อื่น การทำให้เด็ก ๆ เติบโตมาด้วยความรัก ความอบอุ่น และความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย จะเป็นแรงจูงใจอย่างดีให้พวกเขา มีความทะเยอทะยานอย่างแรงกล้า ที่จะพัฒนาตนให้เป็นคนดีตามความคาดหวังของผู้เลี้ยงดู




สรุปได้ว่า การสร้างวินัยเชิงบวกคือแนวทางการสอน
พฤติกรรมที่เหมาะสม โดยมีการตั้งเป้าหมายพฤติกรรมทั้งใน
ระยะสั้นและระยะยาว และต้องปราศจากความรุนแรง เพื่อสร้าง
และรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับเด็ก และสนับสนุนเด็กให้มีจิตสำนึก
ในเรื่องการมีวินัยในตนเองและการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น







2. การสร้างวินัยเชิงบวกมีหลักการทำงานอย่างไร

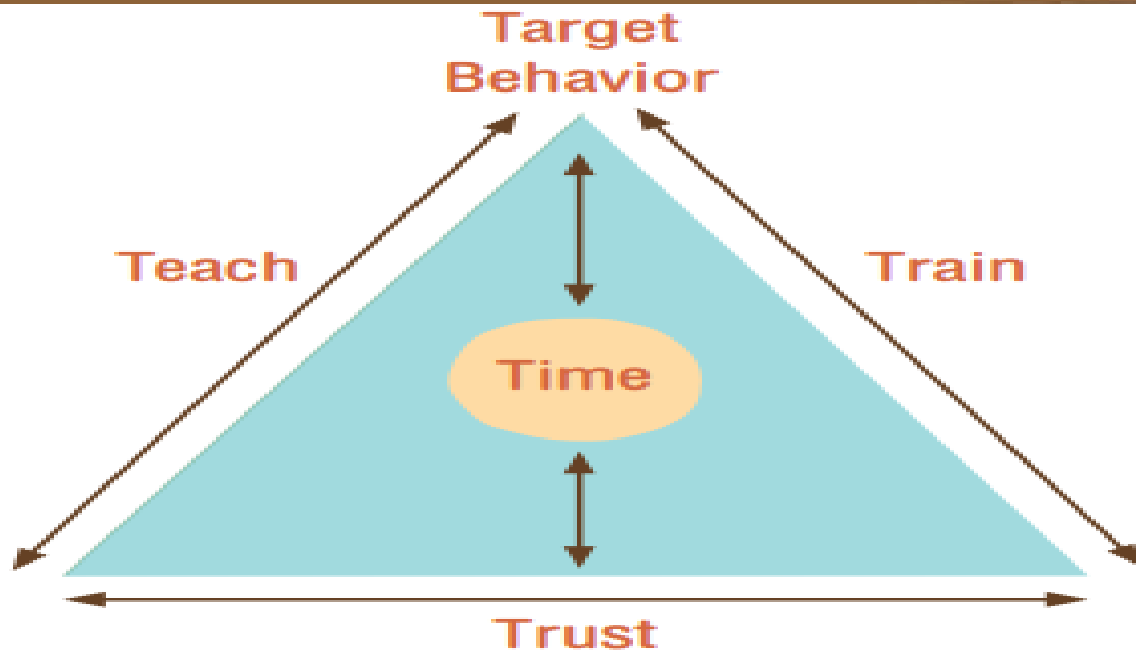
การสร้างวินัยเชิงบวกจะสัมฤทธิ์ผล ช่วยส่งเสริม
พัฒนาการทักษะสมอง EF และพฤติกรรมของเด็กได้อย่างมี
ประสิทธิภาพ จะต้องมียอดค์ประกอบ 5 T และมีหลักการทำงาน
ตาม Model 5T ที่นำเสนอโดย ผศ.ดร.ปนัดดา ธนเศรษฐกร






ตาม Model 5 T การสร้างวินัยเชิงบวก หมายถึง “การสอน (Teach) และการฝึกฝน (Train) พฤติกรรมเป้าหมาย (Target Behavior) บนพื้นฐานของความเชื่อใจระหว่างผู้เลี้ยงดูและเด็ก (Trust) โดยอาศัยเวลา (Time) ในการสร้างความเชื่อใจกันและกันและการพัฒนาทักษะของพฤติกรรมเป้าหมาย” (Thanasetkorn, 2009)






องค์ประกอบ 5 T ได้แก่

1. Target Behavior คือ พฤติกรรมเป้าหมาย
2. Teach คือ การสอนพฤติกรรมเป้าหมาย
3. Train คือ การฝึกฝนพฤติกรรมเป้าหมาย
4. Time คือ เวลาในการพัฒนาจิตสำนึก และฐานที่มั่นความเชื่อใจ
5. Trust คือ ความเชื่อใจของผู้เลี้ยงดูและเด็ก




1) การตั้ง Target Behavior หรือ พฤติกรรมเป้าหมายที่
สอนเด็กให้ฝึกปฏิบัติได้

การตั้งเป้าหมายที่จะนำไปสู่การสอนที่ได้ผล คือ
การเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็ก หรือความ
คาดหวังของผู้เลี้ยงดูที่เป็นนามธรรมให้เป็น พฤติกรรม
ที่สามารถสอนเด็กให้ฝึกปฏิบัติได้



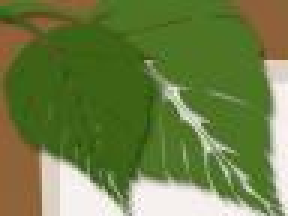


ตัวอย่างการตั้งพฤติกรรมเป้าหมาย

- หากไม่ต้องการให้เด็กอมข้าว พฤติกรรมเป้าหมาย คือ การเคี้ยวและกลืน
 - หากต้องการให้เด็กหยุดร้องไห้ พฤติกรรมเป้าหมาย คือ การควบคุมอารมณ์ และจัดการกับความรู้สึกไม่สบายใจของตนเอง
 - หากต้องการให้เด็กเป็นคนมีความรับผิดชอบ พฤติกรรมเป้าหมาย คือ เด็กทำงานที่ได้รับมอบหมายจนเสร็จ เป็นต้น
- 


2) Teach หรือ การสอนพฤติกรรมเป้าหมายที่ทำให้เกิดแรงจูงใจ

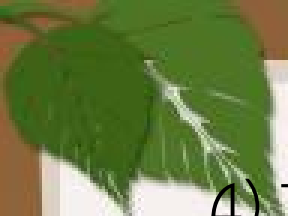
การสอนพฤติกรรมเป้าหมายใน Model 5 T คือการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพที่สามารถสอนทักษะและหล่อเลี้ยงจิตใจของเด็กได้ในเวลาเดียวกัน เพื่อให้เด็กเกิดแรงจูงใจอยากให้ความร่วมมือ และลงมือทำพฤติกรรมเป้าหมายตามที่คุณเลี้ยงดูคาดหวังไว้ด้วยตัวของเขาเอง แทนการสื่อสารด้วยวิธีการบังคับ การสั่ง การข่มขู่ การต่อว่า การเปรียบเทียบ และการลงโทษ ซึ่งเป็นการทำร้ายจิตใจ ทำให้เด็กรู้สึกไม่ปลอดภัยและอยากต่อต้าน



3) Train หรือ การฝึกฝนพฤติกรรมเป้าหมายตามศักยภาพ
ของเด็กแต่ละคน


การฝึกฝนพฤติกรรมเป้าหมายใน Model 5 T คือ การมองหาโอกาสให้เด็กได้บริหารทักษะที่เรียนรู้ไปแล้ว ในบริบทต่างๆ ที่มีระดับความยากง่าย หรือมีความสลับซับซ้อนแตกต่างกันไป และคอยให้คำแนะนำ ให้ความช่วยเหลือเมื่อจำเป็นเพื่อส่งเสริมและต่อยอดให้เด็กพัฒนาทักษะนั้นได้อย่างเต็มศักยภาพ

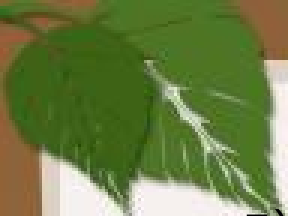




4) Time หรือเวลาในการพัฒนาจิตสำนึก และฐานที่มั่นคง
เชื่อใจ

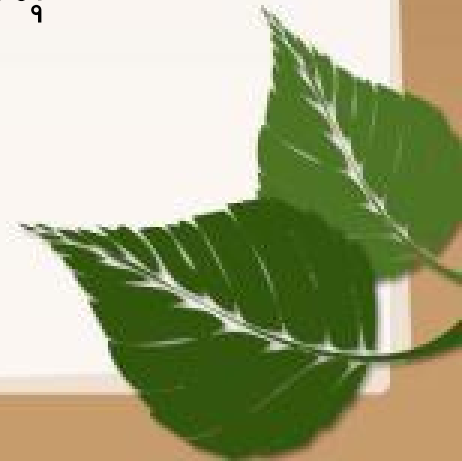
“เวลา ” ใน Model 5 T มีความหมายถึงความมั่นคง
และความต่อเนื่องในการสอนและการฝึกฝนที่ยังคงมี
พฤติกรรมเป้าหมาย มีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และมี
การให้โอกาส เพื่อรักษาแรงจูงใจและสัมพันธภาพที่ดีไป
ตลอดจนถึงเป้าหมายได้







5) Trust หรือ ความเชื่อใจของผู้เลี้ยงดูและเด็กที่พัฒนาขึ้น
จากวิธีการเลี้ยงดู

ความเชื่อใจใน Model 5 T คือ การสร้างและการรักษา
ความเชื่อใจของผู้เลี้ยงดูและเด็ก ซึ่งตามหลักการทำงานของ
สร้างวินัยเชิงบวกตาม Model 5 T จะทำให้เกิดความเชื่อใจใน
ตนเอง เชื่อใจซึ่งกันและกัน ซึ่งความเชื่อใจเป็น ปัจจัยความสำเร็จ
ที่สำคัญที่ทำให้การเลี้ยงดูด้วยการสร้างวินัยเชิงบวกบรรลุ
เป้าหมายสูงสุด



ความเชื่อใจของผู้เลี้ยงดูและเด็กในโมเดล 5 T

	ความเชื่อใจในตนเอง	ความเชื่อใจซึ่งกันและกัน
 ผู้ใหญ่	เชื่อว่าตนเองจะเป็นพ่อแม่หรือครู ที่มีความสามารถในการสอนและฝึกฝนเด็ก ด้วยการสร้างวินัยเชิงบวกได้	เชื่อว่าตนเองมีความสามารถในการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง
 เด็ก	เชื่อว่าเด็กมีความสามารถและพัฒนาตนเองได้จนถึงขีดสูงสุด	เชื่อว่าผู้ใหญ่สามารถดูแล ให้ความรัก ความอบอุ่น ปกป้อง ค้ำครอง ให้ความปลอดภัยได้ เชื่อว่าผู้ใหญ่สามารถสอนให้เด็กพัฒนาได้

3. ทำไมการสร้างวินัยเชิงบวกจึงสำคัญต่อการส่งเสริม พัฒนาการทักษะสมอง EF

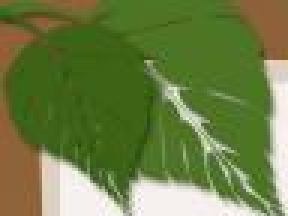
งานวิจัยพบว่า การสร้างวินัยเชิงลบ นอกจากจะกระตุ้นให้เด็ก
มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมแล้ว ยังไปขัดขวางพัฒนาการของเด็กเกือบ
ทุกด้านอีกด้วย โดยเฉพาะพัฒนาการด้านอารมณ์จิตใจ สังคม และ
ทักษะสมอง EF

ด้วยเหตุนี้ การสร้างวินัยเชิงบวกจึงถูกพัฒนาขึ้นมาเพื่อให้ผู้
เลี้ยงดูใช้เป็นเครื่องมือในการสื่อสารกับเด็กอย่างมีประสิทธิภาพ
สอดคล้องกับพัฒนาการ และกระบวนการทำงานของสมอง จิตใจ และ
พฤติกรรมของเด็กปฐมวัย


ความท้าทายของการเลี้ยงดูต่อการส่งเสริมทักษะสมอง EF

ทักษะสมอง EF มีคำสำคัญ (Keywords) อยู่ 4 คำ ที่เป็นความท้าทายของพ่อแม่และครูในการเลี้ยงดูเพื่อจะส่งเสริมพัฒนาการทักษะสมอง EF ให้แก่เด็กปฐมวัย ซึ่งได้แก่ สมองระดับสูง ประสบการณ์ในอดีต สถานการณ์ปัจจุบัน และเป้าหมายในอนาคต





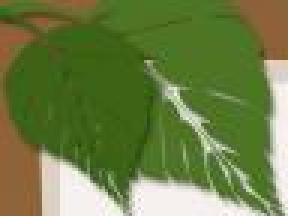
ความสำคัญของการสร้างวินัยเชิงบวกต่อการ ส่งเสริมทักษะสมอง EF

- 👍 เป็นเครื่องมือให้ครูพ่อแม่และพ่อแม่ใช้ทักษะสมอง EF ในการเลี้ยงดูเด็ก
 - 👍 เป็นเครื่องมือปลูกฝังความผูกพันแบบปลอดภัย ซึ่งเป็นรากฐานของคุณภาพ EF
 - 👍 ช่วยให้เด็กเรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสมตามธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็ก
 - 👍 ช่วยสร้างสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการพัฒนาทักษะสมอง EF
- 

4. หลักการสร้างวินัยเชิงบวก

- 1) การมีส่วนร่วมในการกำหนดขอบเขตข้อตกลง
- 2) การเสนอทางเลือกอย่างมีขอบเขต
- 3) การสอนวิธีการจัดการอารมณ์ผ่านการแสดงความเห็นอกเห็นใจ
- 4) การชมอย่างมีประสิทธิภาพ
- 5) การพูดคุยในระดับสายตาเด็ก






5.วิธีการใดที่ไม่ใช้วินัยเชิงบวกและยับยั้งพัฒนาการ ทักษะสมอง EF

Time Out

การ Time Out เด็ก คือการจับเด็กที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม แยกออกไป จากกลุ่มและให้นั่งอยู่คนเดียวอาจจะให้นั่งที่มุมห้อง หรือ จัดสถานที่เฉพาะ เอาไว้เพื่อให้สำนึกผิด นั่งคิดว่าตนเองแสดง พฤติกรรมอะไรที่ไม่เหมาะสมและ สงบสติอารมณ์โดยมีการ กำหนดเวลาว่าจะให้เด็กนั่งแยกอยู่คนเดียวกี่นาทีเช่น “หนูผลักเพื่อน ล้มไปนั่ง Time Out 5 นาทีนะคะ แล้วค่อยกลับมาเมื่อครบ 5 นาที แล้ว”



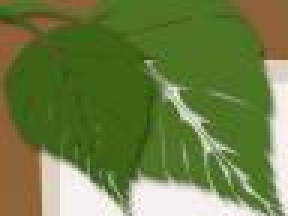

ลองคิดว่า จะเกิดอะไรขึ้นเมื่อครบ 5 นาทีแล้ว
เด็กยังไม่สงบสติอารมณ์ หรือยังไม่สำนึก

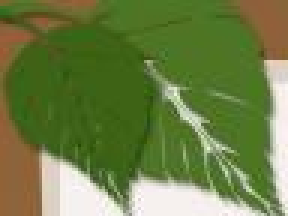
ถ้าให้เด็กนั่งสำนึกผิดต่อไปอีกครั้งหนึ่งก็จะยิ่งทำให้เด็ก
รู้สึกไม่พอใจมากขึ้น และกระตุ้นให้เด็กแสดงความก้าวร้าวหรือ
ตัดสินใจทำพฤติกรรมที่ผู้เลี้ยงดูต้องการเพราะกลัว แต่ไม่ได้เกิด
จากการเรียนรู้ที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเองและ ตัดสินใจทำ
พฤติกรรมที่เหมาะสม




หากวิเคราะห์หลักการทำงานตาม Model 5 T พบว่า Time Out นั้น

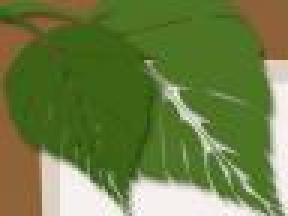
- ไม่ได้มีการตั้งพฤติกรรมเป้าหมาย (Target Behavior) ซึ่งตามหลักการแล้วจะต้องมีการกำหนดพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นพฤติกรรมที่ผู้เลี้ยงดูสามารถสอนเด็กให้ฝึกปฏิบัติได้แต่การให้ “เด็กสำนึกผิด” ไม่ใช่พฤติกรรมที่เหมาะสม ทั้งยังเป็นการฝืนธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย และเป็น “นามธรรม” ไม่ใช่เป็นพฤติกรรมที่ผู้เลี้ยงดูสามารถสอนให้ฝึกปฏิบัติได้ เนื่องจากเด็กยังไม่สามารถสำนึกผิดได้ในขณะที่ตนเองกำลังมีความรู้สึกไม่ปลอดภัย นอกจากนั้นเด็กอาจใช้เป็นโอกาสในการทำผิดได้เช่น ตั้งใจแกล้งเพื่อนแล้ว ขอครูไปนั่ง Time Out เพื่อแสดงให้เห็นว่าตนเองรู้สึกผิด

- 
- ไม่มีการสอน (Teach) และขาดความเชื่อใจ (Trust) ของผู้เลี้ยงดูและเด็กปฐมวัย Time Out จึงไม่ใช่การสร้างวินัยเชิงบวก เพราะเป็นการควบคุม ไม่ใช่การสร้างวินัยเชิงบวก ไม่ใช่การสร้างแรงจูงใจเพื่อให้เกิดจิตสำนึก และยังเป็นวิธีการเลี้ยงดูที่สามารถยับยั้งพัฒนาการทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัยอีกด้วย
- 




การเพิ่มจำนวนนาที่และจำนวนครั้งที่ให้เด็กนั่งสำนึกผิด
ก็เปรียบเสมือนการลงโทษ เพราะเป็นการควบคุม
พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมที่ทำให้เด็ก มีความรู้สึกโกรธ
อายไม่พึงพอใจหรือเสียใจเพิ่มมากขึ้น เป็นการทำลาย
ความเชื่อใจ และฐานที่มั่นทางใจของเด็ก





หลักการสร้างวินัยเชิงบวกตาม Model 5 T ที่นำมาใช้แทน Time Out คือ Time In หรือการให้เวลาเด็กอยู่กับตัวเอง โดยมีเราแนะนำอยู่เคียงข้าง เพื่อช่วยให้เขาจัดการกับอารมณ์ตัวเองโดยการใช้หลักการสอนวิธีการจัดการอารมณ์ผ่านการแสดงความคิดเห็นอกเห็นใจ เช่น

“ครูเข้าใจว่าหนูไม่ชอบที่เพื่อนแซงคิว หนูเลยผลักเพื่อนล้ม หนูพร้อมเมื่อไหร่ หนูไปขอโทษเพื่อน และใช้คำพูดบอกเพื่อนนะคะว่าหนูรู้สึกอย่างไร”

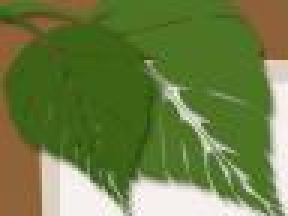




Ignore หรือ การเพิกเฉยต่อความต้องการพื้นฐาน
ทางจิตใจของเด็ก

ผลก็คือ เด็กจะรู้สึกขาดความมั่นคง ไม่ปลอดภัย
และจะแสดงความต้องการ ออกมาเป็นพฤติกรรมที่ไม่
เหมาะสม รูปแบบการเพิกเฉยต่อความต้องการพื้นฐานทาง
จิตใจของเด็ก ได้แก่



- 
- การบอกให้ทำโดยไม่มีคำอธิบาย เช่น “แม่สั่งให้ทำ ก็ต้องทำ” “หนูต้อง แบ่ง เพราะหนูเป็นพี่”
 - การปล่อยให้เด็กอยู่ในอารมณ์และความรู้สึกที่ไม่ดีโดยไม่มี การแสดงความเข้าใจ เช่น “อยากร้อง ก็ร้องไปเลย”
 - การยุส่งพฤติกรรมที่สามารถทำร้ายจิตใจ ร่างกายและสิ่งของได้เช่น “อยาก ร้องไห้ ร้องให้ดังอีก ดังอีก” “บอกว่า มีดมันอันตรายไม่ฟัง งั้นเอาไปถ่อ เลย” “อยากไปงั้นไปคนเดียวเลย”





ส่วนพฤติกรรมที่ห้ามใช้วิธีการเพิกเฉยเด็ดขาด

ได้แก่

- พฤติกรรมที่เป็นอันตรายต่อตัวเด็ก คนอื่นและสิ่งของ
- พฤติกรรมที่ทำร้ายจิตใจตัวเด็ก คนอื่นและสิ่งของ



6. การสร้างวินัยเชิงบวกมีแนวทางปฏิบัติอย่างไร



กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายก่อนสอนทุกครั้ง



พฤติกรรมเป้าหมายต้องชัดเจน และนำไปสู่เป้าหมายระยะยาว



มีความอ่อนโยนและแน่วแน่



เป็นคนกระทำ (Action) ไม่ใช่เป็นคนตอบสนอง (Reaction)




ติดตามการสอนจนบรรลุพฤติกรรมเป้าหมายทุกครั้ง

สรุป

👉 **วินัยเชิงบวก** หมายถึงกระบวนการสอนและฝึกฝนพฤติกรรมที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดขึ้น กระบวนการควบคุมภายในตนเองซึ่งต้องมีการสั่งสมประสบการณ์และฝึกฝนควบคุมพฤติกรรมของตนเอง ให้ได้จนเป็นทักษะ ลักษณะนิสัย และจิตสำนึก


👉 **วินัยเชิงบวก** เป็นแนวทางการปลูกฝังจิตสำนึกสองเรื่องที่สำคัญต่อการพัฒนาและการดำรงชีวิตอย่างปกติสุข ได้แก่ การมีวินัยในตนเองและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น


👉 **วินัยเชิงบวก** เป็นเครื่องมือสำคัญที่จะทำให้เด็กได้พัฒนาทักษะสมอง EF ที่อยู่บนพื้นฐานความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ใหญ่กับเด็ก



☞ การลงโทษ การใช้คำพูดที่ทำร้ายจิตใจ ร่างกาย ไม่ยอมรับฟังความต้องการและความคิดเห็นของเด็ก ล้วนเป็นวิธีการที่ลิดรอนสิทธิของเด็กลดคุณค่าความเป็นมนุษย์ทำให้เด็กขาดความภาคภูมิใจในตนเอง โหยหา ความรักความอบอุ่น ความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตยึดติดแต่ความต้องการของตนเองจนไม่สามารถพัฒนา เป็นจิตสำนึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่นได้

☞ การมีระเบียบวินัยและทักษะสมอง EF เป็นทักษะสำคัญที่ต้องกระตุ้นส่งเสริมตั้งแต่ช่วงปฐมวัย เพราะเด็กไม่ได้เกิดมาพร้อมกับความมีระเบียบวินัยในตนเองและสังคม และสมองส่วนหน้า ซึ่งเป็นที่ปฏิบัติการของ ทักษะสมอง EF ก็ยังพัฒนาไม่เต็มที่






☞ การสร้างวินัยเชิงบวกที่มีประสิทธิภาพ จะต้องมียุทธศาสตร์ประกอบและหลักการทำงานตามโมเดล 5 T ได้แก่ Target Behavior-พฤติกรรม เป้าหมาย Teach -การสอนพฤติกรรมเป้าหมาย Train -การฝึกฝนพฤติกรรม เป้าหมาย Time -เวลาในการพัฒนาจิตสำนึกและฐานที่มั่นความเชื่อใจ Trust-ความเชื่อใจของผู้เลี้ยงดูและเด็ก

☞ 5 หลักสำคัญในการสร้างวินัยเชิงบวกได้แก่ การมีส่วนร่วมในการกำหนดขอบเขตข้อตกลง การเสนอทางเลือก อย่างมีขอบเขต การสอนวิธีการจัดการอารมณ์ผ่านการแสดงความเห็นอกเห็นใจ การชมอย่างมีประสิทธิภาพ และการพูดคุยในระดับสายตาเด็ก

☞ Time Out ไม่ใช่การสร้างวินัยเชิงบวก เพราะไม่มีการตั้งพฤติกรรมเป้าหมาย การให้เด็ก “สำนึกผิด” ไม่ใช่พฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นนามธรรมที่ไม่สามารถปฏิบัติได้และฝืนธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย



บทที่ 6

คุณลักษณะและบทบาทของครูปฐมวัย ที่ส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิต






ครูปฐมวัยผู้ที่จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาทักษะสมอง EF ให้เด็กปฐมวัยควรมีคุณลักษณะสำคัญๆ ดังนี้

1. มีความรู้เรื่องทักษะสมอง EF


ครูต้องมีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกระบวนการทำงานของสมอง รู้จักองค์ประกอบของทักษะสมอง และสามารถวิเคราะห์ได้ว่า ในกระบวนการเรียนรู้หรือ พฤติกรรมของเด็กที่เกิดขึ้นนั้นกำลังพัฒนาทักษะสมอง EF ด้านใด รวมทั้งควรมี ความใส่ใจ ไตร่ตรอง และมุ่งเป้าหมายสู่การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ตอบสนอง การพัฒนา EF ให้กับเด็กได้อย่างเหมาะสม





2. ใจกว้าง และมีทัศนคติเชิงบวก (Positive Mind)

ครูต้องมีความเชื่อมั่นในเด็กเชื่อว่าเด็กทุกคนมีศักยภาพ
เปลี่ยนแปลงและพัฒนา ได้ครูต้องมีความเชื่อมั่นในตัวเอง เชื่อว่าครู
สามารถส่งเสริมทักษะสมอง EF ให้เด็ก เกิดการเปลี่ยนแปลงและพัฒนา
ได้ เมื่อครูมีความเชื่อที่ถูกต้องแล้ว ครูจะเป็นคนที่เปิดกว้าง ยอมรับความ
เป็นจริง ของเด็กเปิดรับความคิดเห็น และมีความหวังเสมอครูที่มีทัศนคติ
เชิงบวกจะมองเห็น ความก้าวหน้าของเด็กแม้จะเกิดขึ้นเพียงเล็กน้อยและ
ไม่ละเลยที่จะสะท้อนให้เด็ก ได้เห็นความก้าวหน้าของตัวเอง



3. มีความเชี่ยวชาญในทักษะที่หลากหลาย (Multi-skilled)


ทักษะการสังเกตที่ละเอียดลออ :

ครูที่มีทักษะการสังเกตที่ละเอียดลออ จะมองเห็นสิ่งที่เด็กสื่อสารด้วยภาษากายได้เป็นอย่างดี เช่น ท่าทาง สายตา น้ำเสียง ทำให้สามารถรับรู้และเท่าทันอารมณ์ของเด็ก ครูที่ช่างสังเกตจะไวต่อการรับรู้ บรรยากาศในการเรียนการสอน และพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนได้อย่างทันท่วงที



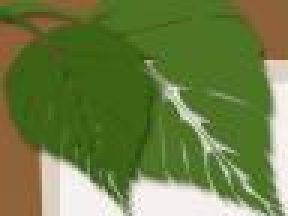
ทักษะการสื่อสารเชิงบวก :

ครูที่มีการสื่อสารทางบวกจะมีอิทธิพลต่อเด็ก อย่างมาก ทั้งในเรื่องทัศนคติการเรียนรู้การเห็นคุณค่าในตัวเอง มีกำลังใจที่จะคิด และลงมือทำ หากครูใช้คำพูดที่เป็นการสื่อสารทางบวก เช่น “หนูคงกำลังใช้ความ พยายามอย่างมากเลย” เด็กจะมีกำลังใจที่จะเผชิญกับปัญหาและพยายามต่อไป “ครู เห็นว่าหนู แบ่งไม้ไอศกรีมของหนูให้เพื่อนใช้ด้วย หนูเป็นเด็กมีน้ำใจ” เด็กจะมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและคงทำพฤติกรรมที่ดีนั้นต่อไป




ทักษะการกระตุ้นให้เด็กคิด :

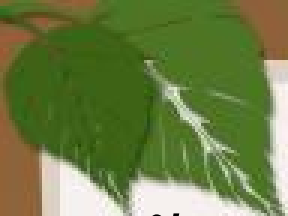
ครูที่มีทักษะการกระตุ้นให้เด็กคิด มักจะใช้คำถามปลายเปิด อยู่เสมอ เพื่อกระตุ้นให้คิดอย่างหลากหลาย และรับฟังความคิดเห็น ของเด็ก จัดกิจกรรมที่让孩子ได้สังเกตสำรวจ แล้วเกิดคำถามที่ ต้องการคำตอบ บางกิจกรรมก็มีการสร้างเงื่อนไขเพื่อให้เด็กต้อง เผชิญกับปัญหา เช่น “กรรไกรมี 3 อันเท่านั้น หนุมิกัน 5 คน ต้อง แบ่งกันใช้นะคะ” การจัดวัสดุอุปกรณ์ที่หลากหลาย ทำให้เด็กต้อง ตัดสินใจเลือก การให้เด็กได้ทำกิจกรรมที่มีลักษณะสร้างสรรค์ซึ่งไม่มี ถูกหรือผิด เช่น งานศิลปะสร้างสรรค์ดนตรีและการเคลื่อนไหว การประดิษฐ์ ผลงาน เป็นต้น



ทักษะการสร้างแรงจูงใจ :


ครูต้องสร้างความกระตือรือร้นให้ตัวเองอยู่เสมอ เพราะความกระตือรือร้นของครูจะส่งผ่านไปเป็นแรงจูงใจให้เด็กๆ อยากเรียนรู้ จะทำให้บทเรียนของครูสนุกเร้าใจครูที่มีทักษะการสร้างแรงจูงใจ มักจะตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย และถ้าเป็นเป้าหมายใหญ่ให้แตกเป็นเป้าหมายย่อย เพราะเมื่อเด็กทำเป้าหมายย่อยสำเร็จก็เป็นแรงจูงใจภายในที่จะไปสู่เป้าหมายต่อไปได้โดยง่าย การให้เด็กได้ตั้งสมมติฐาน หรือคาดเดาผลด้วยตัวเอง เป็นแรงจูงใจให้ลงมือทำ หรือเรียนรู้เพื่อให้รู้ว่าคำตอบจะตรงกับที่คาดเดาไว้หรือไม่ นอกจากนี้นิทาน ละคร ก็จะช่วยสร้างแรงจูงใจให้กับเด็กได้อย่างดี โดยเฉพาะในเรื่องของลักษณะนิสัย คุณธรรม จริยธรรม





ทักษะการประเมิน :


ครูที่มีทักษะการประเมิน จะต้องมีความรู้ด้านพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย มีความสามารถในการจับประเด็นที่น่าสนใจหรือสอดคล้องกับเป้าหมาย มีทักษะการสังเกต การจดบันทึกพฤติกรรมและปัจจัยสำคัญ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของเด็ก มีความสามารถในการสื่อสารผลการประเมินให้กับผู้เกี่ยวข้องได้อย่างดี สามารถช่วยให้เด็กได้เรียนรู้และมีทัศนคติที่ดีต่อการประเมินตนเอง และนำมาปรับปรุงหรือพัฒนาผลงาน และการกระทำของตน





ทักษะการคาดเดาผลล่วงหน้า :

ครูที่มีทักษะการคาดเดาผลล่วงหน้า จะต้องเป็นคนที่ช่างสังเกตคิดได้ฉับไวจินตนาการได้ชัดว่ากระบวนการเรียนการสอนหรือกิจกรรมจะดำเนินไปอย่างไร ความคาดหวังและสิ่งที่จะเกิดขึ้นในแต่ละขั้นตอน คืออะไร ถ้ามีสถานการณ์ที่ไม่ได้คาดคิดน่าจะเกิดอะไรได้บ้าง เพื่อตั้งรับหรือต่อยอดต่อไปได้อย่างเหมาะสม



4. มีวินัยในตนเอง (Self- Discipline)

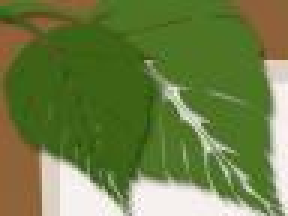
ครูก็ต้องเปลี่ยนพฤติกรรมและบทบาทของตนในบางด้าน เช่น เปลี่ยนจากที่ครุริเริ่ม เป็นเต้กริเริ่ม เปลี่ยนจากผู้สอนเป็นผู้ร่วมเรียนรู้เปลี่ยนจากผู้พูดเป็นผู้ฟัง ฯลฯ เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กได้พัฒนาทักษะสมอง EF ให้แข็งแรงยิ่งขึ้น มีเป้าหมายการ เปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน มีวิธีการปฏิบัติและมีวินัยที่กำกับให้ตนเองจดจ่อกับการกระทำที่จะนำไปสู่เป้าหมายเรียกว่าเกาะติดกับเป้าหมายและหมั่นประเมินตนเอง เพื่อให้เห็นความก้าวหน้า เกิดแรงจูงใจภายในที่จะช่วยให้การกำกัวินัยในตนเอง มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

5. ทำงานเป็นทีม (Team Work)

การทำงานเป็นทีมประกอบด้วยผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับเด็ก ได้แก่ ครูพ่อแม่ ผู้ปกครองเพื่อนครูผู้บริหาร บุคลากรในโรงเรียน ตลอดจนเครือข่ายที่มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน การทำงานเป็นทีมจะช่วยให้เกิดกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถ่ายทอด ข้อมูลอันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาเรื่องทักษะสมอง EF ในเด็กต่อไป อีกทั้ง การทำงานเป็นทีมยังก่อให้เกิดพลังร่วมกันที่จะเกื้อหนุนให้การทำงาน มีความสนุกสนานและเกิดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์


6. เป็นที่รักและไว้วางใจของเด็ก (To be loved & Trust)

เมื่อครุมีความผูกพันที่ดีเป็นที่รักและไว้วางใจของเด็กจะทำให้เด็กมีความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย พร้อมที่จะเรียนรู้และก้าวสู่สังคมที่กว้างขึ้น การแสดงออกถึงความรัก ไม่เพียงแต่การบอกรัก โอบกอด แต่ยังรวมถึง การพร้อมรับฟัง และรับรู้ความรู้สึก ของเด็กทั้งความรู้สึกทางบวกและทางลบ การให้โอกาสเด็กได้คิด เลือกลงและ ตัดสินใจ สนับสนุนให้เด็กได้รู้สึกภูมิใจ ความสำเร็จ ให้กำลังใจเมื่อเด็กรู้สึกท้อ เสียใจ เศร้า ทำให้เด็กรู้สึกว่าได้รับการยอมรับ ให้อภัย และให้โอกาสที่จะปรับปรุง เมื่อทำผิดพลาด รวมทั้งยินดี และชื่นชมเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม



7. วางแผนและจัดการงานเป็น (Planning & Organization)

มีการทำงานอย่างเป็นระบบ ในลักษณะวิจัยและพัฒนา (Research and Development) คือ มีการกำหนดเป้าหมาย วางแผน มีกระบวนการทำงาน และประเมินผลสามารถสะท้อนผลการเรียนรู้ของเด็กและของครูประเมินตนเอง ว่าแนวทางที่ปฏิบัติ นั้นถูกต้องเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร เพื่อนำสู่การพัฒนาตน พัฒนางาน

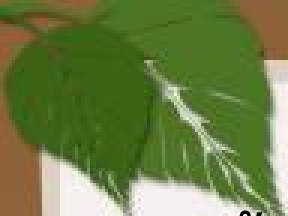


บทบาทของพ่อแม่เพื่อสนับสนุน การพัฒนาทักษะสมอง EF ของเด็ก


คุณครูควรส่งเสริมให้พ่อแม่มีความตระหนักถึงความสำคัญยิ่งของตน
ในการพัฒนาทักษะสมอง EF บทบาทของพ่อแม่ควรจะเป็น ดังนี้

1. มีความสนใจ ใฝ่รู้ พ่อแม่ควรรหาความรู้ความเข้าใจที่เกี่ยวข้องกับการ
ส่งเสริมการพัฒนาทักษะสมอง EF และความรู้อื่นที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริม
พัฒนาการและทักษะที่จำเป็น สำหรับลูกจากหลากหลายแหล่งที่เชื่อถือได้
การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับเพื่อน ผู้ปกครองร่วมไปกับครูของลูก ค้นคว้า
ข้อมูลจากหนังสือหรือ Website แล้วนำ ความรู้มาวิเคราะห์และปรับให้
เหมาะสมกับวิถีชีวิตของพ่อแม่และลูก





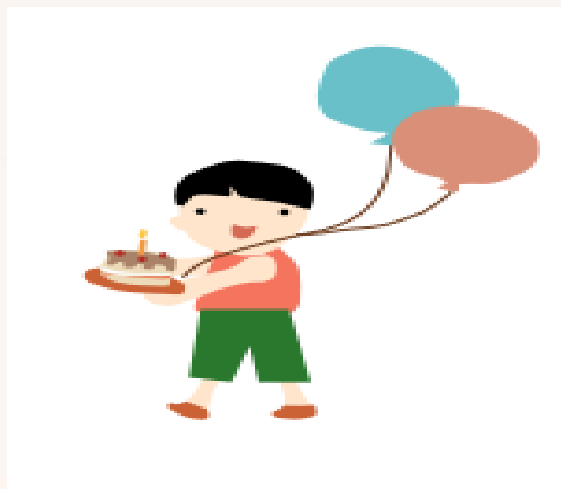
2. สร้างความผูกพันที่ดี ความรักความผูกพันในครอบครัวระหว่างพ่อแม่กับลูกระหว่างพ่อกับแม่ และสมาชิกในครอบครัว บนพื้นฐานของความรัก ให้เกียรติให้อภัย และยอมรับในความแตกต่าง ความผูกพันที่ดีในครอบครัวจะเป็นรากฐานที่สำคัญของความมั่นคงทางจิตใจ เห็นคุณค่าของตนเอง ทำให้มีความพร้อมที่จะเปิดโลกการเรียนรู้ มีความกระตือรือร้น มีชีวิตชีวา มีจิตใจที่เข้มแข็งกล้าเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค เช่นเดียวกัน ความผูกพันที่ดีก็จะมีผลต่อการพัฒนาทักษะสมอง EF เพราะสมองจะเปิดรับการเรียนรู้และทำงานได้ดีในสถานะที่คนเรารู้สึกมั่นคง ปลอดภัย

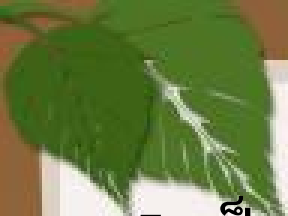


3. **เรียนรู้ที่จะรู้จักลูก** การพัฒนาลูกให้มีทักษะสมอง EF ที่ดีและการส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านของลูกนั้น ไม่ใช่เพียงการนำความรู้และกระบวนการต่างๆ มาใช้ทันทีแต่พ่อแม่ต้องให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ “ลูก” ให้รู้จักที่จะเข้าใจและยอมรับความเป็นตัวตนของลูก ความสามารถ ความถนัด จุดแข็งจุดอ่อนของลูก ไม่เอาลูกมาเปรียบเทียบกับกันหรือเปรียบเทียบกับเด็กอื่น




4. ฝึกวินัยเชิงบวก การฝึกวินัยเชิงบวก หมายถึง การฝึกฝนให้ลูกมีพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยเกิดจากการกำกับตัวเองได้ ภายใต้บรรยากาศที่ดีในการฝึกฝน ลูกจะรู้สึกถึงความก้าวหน้าที่เพิ่มขึ้น ภูมิใจที่สามารถกำกับตัวเองได้ได้เรียนรู้วิธีการที่จะวิเคราะห์พฤติกรรมของตนว่ามีผลต่อตนเองหรือผู้อื่นอย่างไรและเรียนรู้วิธีที่จะพัฒนาตนเอง





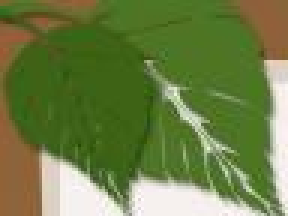
5. เป็นต้นแบบพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เด็กเรียนรู้ได้ดีจากการเลียนแบบ และแบบอย่าง que เด็กเลียนแบบมากที่สุดคือ พ่อแม่ พฤติกรรมของพ่อแม่ อยู่ในสายตาของเด็กตลอดเวลา

6. ให้โอกาสลูกได้เรียนรู้และเผชิญปัญหา การเรียนรู้ของเด็กนอกจากจะ เรียนรู้จากการเลียนแบบ การเรียนรู้ของเด็กจะเกิดจากการได้รับ ประสบการณ์ตรงจากการได้ฟัง ได้ดม ได้เห็น ได้ลิ้มรส ได้สัมผัสและลงมือทำ สิ่งต่างๆ และเด็กนั้นเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา การเรียนรู้ที่ดีจึงควรให้โอกาสเด็ก ได้หยิบจับ และลงมือทำ เริ่มจากกิจวัตรประจำวันของตนเอง การช่วยงาน บ้าน การมีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่น การเล่นและทำกิจกรรมที่สนุกสนาน




7. ให้รับผิดชอบงานบ้าน การมอบหมายงานบ้านเล็กๆ น้อยๆ ให้ลูกทำ จะทำให้ลูกเป็นคนรักการทำงาน มีทักษะในการทำงาน ขยัน กระตือรือร้น รู้จักวางแผนและลงมือทำ มีความรับผิดชอบและมีน้ำใจ ฯลฯ นั่นคือลูกได้พัฒนาทักษะสมอง EF ไปพร้อมกันหลายๆ ด้าน เพราะงานบ้านเป็นการเรียนรู้จากการลงมือทำ (Learning by Doing)





8. ตั้งเป้าหมายความสำเร็จของลูก

การตั้งเป้าหมายต้องอยู่ในใจพ่อแม่เสมอ ให้หมั่นตรวจสอบสิ่งที่ทำกับผลที่ลูกได้รับอยู่เสมอว่าหลุดเป้าหมายไป หรือไม่ตอบสนองความต้องการ ความพร้อมและธรรมชาติของลูกหรือไม่แต่อย่างไร ก็ดีเป้าหมายก็ต้องมีความยืดหยุ่นให้พอเหมาะพอดีอย่าติดกับความคิดเดิมอย่างเดียว ต้องปรับให้เหมาะกับลูกและสภาพการณ์ที่เป็นจริงในปัจจุบันด้วย



9. **ทำงานร่วมกับครู** เมื่อลูกเข้าโรงเรียนก็ไม่ได้หมายความว่า ภาระการฝึกฝนอบรมเลี้ยงดูตกไปเป็น ของครูและโรงเรียน เพราะบ้านยังมีอิทธิพลอย่างมากก่อลูกให้ถือว่าบ้าน และโรงเรียนเป็นหุ้นส่วนการพัฒนาลูกร่วมกัน แต่เนื่องจากความเชื่อ ทักษะคติ และประสบการณ์ของครูและพ่อแม่แต่ละคนก็แตกต่างกัน จึงต้องหมั่นพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนทัศนะระหว่างกัน เพื่อให้มีเป้าหมายที่ตรงกัน และมีวิธีการอบรมเลี้ยงดูไปในทิศทางเดียวกัน ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้งกันซึ่งจะเป็นผลในทางลบต่อลูก



บทที่ 7

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่พัฒนา ทักษะชีวิต



กิจกรรมโครงการ



ศิลปะที่เน้นกระบวนการ



กิจกรรมเพื่อส่งเสริม
ทักษะสมอง EF ฐาน
พัฒนาการทั้ง 4 ด้าน



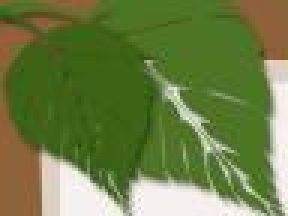
การเล่นอิสระ




เล่นบทบาทสมมติและเล่นละคร

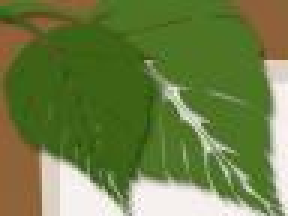
การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ส่งเสริมพัฒนาทักษะสมอง EF

กิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาทักษะสมอง EF จะมีความหมายยิ่งขึ้นหากครูได้นำประสบการณ์มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน นำเรื่องเล่าที่สร้างความเบิกบานใจ ประหลาดใจ ชวนคิด ชวนติดตามไปกับการเรียนรู้ของเด็กๆ ผ่านการสังเกตและฟัง และเรียนรู้ร่วมกับเด็กอย่างเป็นทางการเป็นหนึ่งเดียวกัน มาสู่การเรียนรู้ที่จะเข้าใจธรรมชาติของเด็ก เข้าใจวิธีทำความเข้าใจและสร้างความสัมพันธ์กับโลกรอบตัวของเด็ก เด็กจะทำหน้าที่เป็นครูให้เราได้พัฒนาความเป็นครู ปรณวัยมืออาชีพ หากเราให้เด็กได้เรียนรู้อย่างมีความสุขเราก็จะทำงานและเรียนรู้อย่างมีความสุขไปพร้อมๆ กับเด็ก




ตัวอย่างกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะสมอง EF
ได้แก่

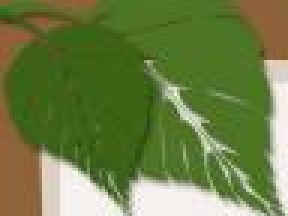
- กิจกรรมโครงงาน (Project Approach)
 - กิจกรรมศิลปะที่เน้นกระบวนการ (Process Art)
 - การเล่นอิสระ (Free Play)
 - การเล่นบทบาทสมมติและเล่นละคร
- 




กิจกรรมโครงการ : Project Approach

การเรียนการสอนแบบโครงการ (Project Approach) เป็นการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้เด็กแสวงหาคำตอบจากการเรียนเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่าง ลุ่มลึก เพื่อสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองในการเรียนรู้แบบโครงการเด็กจะได้เรียนรู้กระบวนการหาความรู้จากการลงมือปฏิบัติจริง ทั้งกิจกรรมใน และนอกห้องเรียน การเรียนรู้ นั้น เปิดโอกาสให้เด็กได้คิดวางแผน ตัดสินใจค้นคว้า ทดลองแก้ปัญหา และทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง โครงการนี้อาจจะเป็นได้ทั้งกิจกรรมรายบุคคล ร่วมมือทำในกลุ่มย่อย และที่ เด็กๆ ทั้งห้องทำร่วมกัน

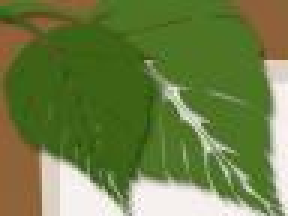




การทำงานศิลปะมีความหลากหลายรูปแบบ Process Art ให้ความสำคัญกับมวลประสบการณ์ที่เด็กได้รับขณะที่เด็กกำลังสร้างสรรค์งานศิลปะ มุ่งเน้นให้เด็กได้คิดอย่างอิสระได้ตัดสินใจด้วยตัวเองและลงมือสร้างสรรค์งานโดยไม่ต้องพะวงถึงความสวยงามหรือความถูกต้องของผลงาน








Executive Functions ที่เกิดจากการเรียนรู้แบบ โครงการ (Project Approach)

ความจำเพื่อใช้งาน (Working Memory) ในการเรียนแบบโครงการนั้น เด็กๆ จะต้องนำความรู้ที่ตนเองได้ค้นหา แล้วเชื่อมโยงกับสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวันและประสบการณ์เดิม เพื่อนำข้อมูลที่รับรู้ นั้น มาสู่การลงมือปฏิบัติจริงรวมถึงเพื่อนำมาวิเคราะห์หรือค้นหาคำตอบกับคำถามใหม่ๆ หรือสิ่งที่เด็กสงสัยในห้องเรียน รวมถึงใช้สิ่งที่เด็กเรียนรู้มานั้น นำมาแก้ปัญหา และแก้ปัญหาให้กับระหว่างเพื่อนๆ ในชั้นเรียนอีกด้วย






เด็กๆ วิชารู้เรื่องของ
ประเภทขยะว่า ขยะแต่ละประเภท
คืออะไร และจำนวนขยะตามสีของถังขยะ
คุณครูจึงให้เด็กๆ ลองนำขยะจริงๆ
ที่ทุกคนนำมา เอามาเชื่อมโยงกับสิ่งที่
เด็กๆ วิชารู้มาเพื่อดูว่าเด็กๆ
สามารถจดจำและนำความรู้ที่
มาใช้ได้จริงแค่ไหน



การยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control)

การเรียนรู้แบบโครงงานนั้น จะมีกิจกรรมที่เด็กๆ จะต้องทำร่วมกัน หรือทำด้วยกันตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกัน การทดลอง การเล่นบทบาทสมมติต่างๆ ดังนั้นเด็กๆ จึงจำเป็นต้องมีการยั้งคิดไตร่ตรองเสมอ เพื่อให้ตนเองปฏิบัติตามกติกาในการทำกิจกรรมร่วมกันว่าใครทำหน้าที่ บทบาท อะไร และในเวลาใด นอกจากนั้นเด็กๆ ยังต้องควบคุมตนเองในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องใช้ความระมัดระวัง เช่น กิจกรรมทำอาหารที่ใช้อุปกรณ์ที่มีความคม ความร้อนและอันตรายอื่นๆ เด็กๆ จึงต้องรู้จักควบคุมตนเอง ให้กระทำในสิ่งที่เหมาะสมและปลอดภัยเท่านั้น





เด็กๆ ชั้นอนุบาล 1
อดใจนั่งฟัง ครูเล่านิทาน
ผ่านๆ โดยไม่ส่งเสียง
แถมทำใจได้



การยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility)

ในการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมโครงงาน เด็กๆ จะได้
เปรียบเทียบจินตนาการและ ต่อยอดจากความรู้ที่มีอยู่เพื่อสร้างสิ่ง
ใหม่หรือสิ่งที่ใกล้เคียงและเด็กๆจะต้องยอมรับ ฟังความคิดเห็น
ใหม่ๆ ที่ได้จากเพื่อนๆ หรือจากการทดลองค้นคว้าต่างๆ ที่เกิดขึ้น
ในโครงงานอีกด้วย





ในโครงการจระเข้ ชั้นอนุบาลสอง
คุณครูให้เด็กๆ ลองจินตนาการว่า
ถ้าจระเข้ผสมพันธุ์กับสัตว์ชนิดอื่น
จะได้สัตว์หน้าตาเป็นแบบใด เด็กๆ
จะตั้งชื่อสัตว์ชนิดนี้ว่าอะไร

การจดจ่อใส่ใจ (Focus/Attention)

การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมโครงงาน เด็กๆ จะได้ทำกิจกรรมด้วยการลงมือปฏิบัติ จริง ไม่ว่าจะเป็นการทดลอง การสังเกตการทำงานศิลปะและกิจกรรมอื่นๆดั่งนั้น เด็กๆ จะได้ฝึกฝนทักษะในการจดจ่อ ใ้ใจ เพื่อไม่ให้เสียสมาธิในการทำกิจกรรม ต่างๆ ให้สำเร็จ



ในโครงงานหอย
เด็กๆ ได้สังเกตหอยแต่ละชนิด
บันทึกหอยที่ตักแวงสนใจเป็นรูปภาพ
และนำมาสร้างเป่าไม้บายหอยชนิด
ต่างๆ ไว้ในห้องเรียนโดยชั้นงาน
แต่ละชั้นนั้น จะมีหลายขั้นตอน
และใช้ระยะเวลากว่าจะ
ทำให้สำเร็จ

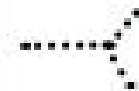
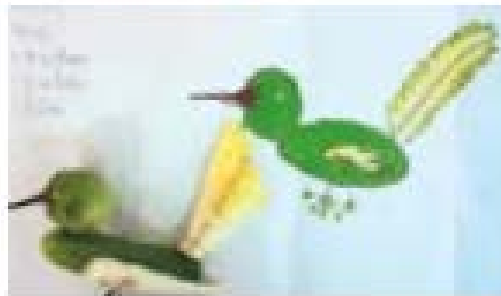
การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)

การเรียนรู้ร่วมกัน การทำงานร่วมกัน ทำให้เด็กๆ ได้เรียนรู้
ที่จะควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง



การติดตามประเมินตนเอง (Self-Monitoring)

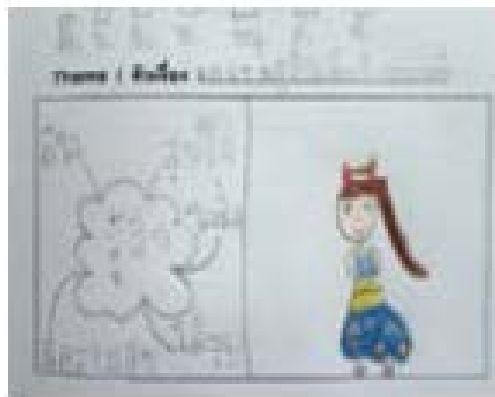
การทำงานหรือสร้างสรรค์ชิ้นงานของเด็กๆ ไม่ได้ลงเอยด้วยความสำเร็จทุกครั้ง เด็กๆจึงมีโอกาที่จะวิเคราะห์สิ่งที่ทำและผลงานตนเอง และพัฒนาชิ้นงานจนเป็นที่พอใจ



ในโครงการอุทยานพาทนะ
เด็กๆ ออกแบบและทำชิ้นงาน
มีการแก้ไขจนกว่าจะทำได้
ใกล้เคียงแบบที่ออกไว้
มากที่สุด

โครงการบุญ


เด็กชั้นอนุบาลสาม ได้ลองทบทวน
ความรู้สึกตนเองหลังทำความดีว่า
ตนเองรู้สึกอย่างไรบ้าง เพื่อวิเคราะห์
การกระทำของตนเอง
กับผลที่เกิดขึ้นทางใจ





การริเริ่มและลงมือทำ (Initiating)

การวางแผนและจัดการทำงานให้สำเร็จ (Planning and Organizing) และ การมุ่งเป้าหมาย (Goal-Directed Persistence) การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมโครงงาน เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมให้เด็ก ริเริ่ม วางแผน และลงมือทำ เปิดโอกาสให้เด็กได้ลองผิดลองถูก จน เกิดผลงานหรือเกิดบทสรุปของการเรียนรู้จากการลงมือทำ






ในโครงการขยะ เด็กๆ
อนุบาล 1 อยากรนำขยะเหลือใช้
มาทำเครื่องแต่งกายเพื่อใช้ในการแสดง
เด็กๆ จึงวางแผนร่วมกัน แบ่งงาน
และลงมือทำงานสำเร็จ



ศิลปะที่เน้นกระบวนการ : Process Art

“Process Art” จะให้ความสำคัญกับมวลประสบการณ์
ที่เด็กได้รับขณะ ที่เด็กกำลังสร้างสรรค์งานศิลปะ จึงมุ่งเน้นให้
เด็กได้คิดอย่างอิสระ ได้ ตัดสินใจด้วยตัวเอง แล้วลงมือ
สร้างสรรค์งานโดยไม่ต้องพะวงถึงความ สวยงามหรือความถูก
ผิดของผลงาน Process Art จึงไม่ได้ให้ความสำคัญ ว่าผลงาน
ของเด็กจะออกมาสวยงามหรือต้อง “ดูดี”



Howard Gardner เคยกล่าวไว้ว่า การเรียนรู้ด้านศิลปะจะ
งอกเงยได้ดีจากการที่เด็กๆ ได้ลงมือทำด้วยตัวเอง ไม่ใช่แค่เพียง
ลอกเลียนแบบจากผู้อื่น แต่สร้างสรรค์ขึ้นมาเอง ไม่ว่าจะเป็นการวาด
การปั้น ระบายสี หรือประดิษฐ์

กิจกรรมศิลปะช่วยเสริมสร้างให้เด็กๆ ได้สร้างสรรค์และทำให้เกิด
ความเข้าใจในโลกรอบตัว ผลงานจะเป็นการแสดงออกถึงสิ่งต่างๆ รอบ
ตัวที่เด็กได้มีประสบการณ์เดิมอยู่ หรือบางครั้งเป็นการแสดงความรู้สึก
และบางครั้งเป็นการแสดงถึงความคิดใหม่ๆ ของตัวเด็กเอง ผู้ใหญ่
อาจจะดูไม่สวย ไม่รู้เรื่อง ไม่เข้าใจ แต่ผลงานนั้นคือสิ่งที่แสดงออกถึง
ประสบการณ์และความสนใจของเด็กอย่างแท้จริง



ตัวอย่างของการทำงานศิลปะ



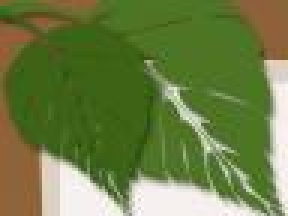
สิ่งที่สำคัญที่สุดในการจัดประสบการณ์ให้เด็กได้ทำงานศิลปะ
คือ กระบวนการ ไม่ใช่ผลงาน

จากตัวอย่างของการทำงานศิลปะ


- **กระบวนการ** เกิดจากการให้เด็กได้สำรวจทดลองใช้สื่อศิลปะต่างๆ อย่างเสรี โดยไม่มีแรงกดดันที่จะลอกเลียนแบบหรือทำให้อยู่ในขอบเขตที่กำหนด
- **กระบวนการ** เกิดจากการให้เด็กได้ทดลองกับสีน้ำได้เห็นการผสมสีของสีน้ำ สีต่างๆ ที่เด็กๆ ป้ายลงบนกระดาษ
- **กระบวนการ** เกิดจากการได้สัมผัสวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ด้วยตัวเองได้เลือก ใช้สื่อ เช่น กระดาษที่มีขนาด รูปทรง สีพื้นผิว ต่างๆ กันออกไปด้วยตนเอง ได้เลือกใช้สีแบบต่างๆด้วยตนเอง ได้ตัดได้ฉีกขยำตามความคิดของตนเอง ใช้สื่อที่มีอยู่ในชีวิตประจำวันมาสร้างสรรค์ผลงาน เลือกใช้วิธีการทำให้สิ่งต่างๆ ติดกันด้วยตนเอง

- **กระบวนการ** คือเสรีภาพที่จะทดลองและพอใจ ภาควุฒิใจ ที่จะสร้างสรรค์ งาน โดยไม่ต้องกังวลถึงผลงานที่ออกมา
- **กระบวนการ** คือการสร้างสรรค์อะไรสักอย่างหนึ่งที่เป็นของตัวเอง เด็ก คนนั้นจริงๆ และไม่ต้องลอกเลียนแบบใคร



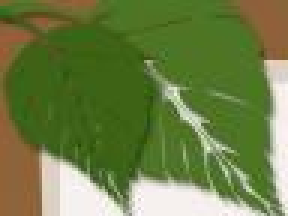


ศิลปะที่เน้นกระบวนการเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เด็กได้
เรียนรู้จากการสัมผัส สิ่งต่างๆ ที่มีพื้นผิวลักษณะต่างกัน ทำให้เกิด
โอกาสที่เด็กจะได้แสดงออกถึง ประสบการณ์ที่ได้เกิดขึ้นกับตนใน
ทุกแง่มุม ช่วยให้เด็กๆ ได้ทดลอง สร้างสรรค์ เสริมสร้างทักษะการ
คิดและตัดสินใจช่วยให้เกิดความเข้าใจในสิ่งต่างๆ รอบตัวเด็ก และ
ศิลปะจะเป็นสิ่งที่สนุกสนานสำหรับเด็ก



ศิลปะที่เน้นกระบวนการจะมีลักษณะ ดังนี้


1. เปิดโอกาสให้เด็กได้ทำตามที่ได้คิด หรืออยากทดลองทำ ไม่มีการกำหนด ขั้นตอนการทำงาน
2. ยอมรับผลงานที่หลากหลายของเด็กไม่มีความคาดหวังในผลงานว่าจะต้องออกมาเป็นอย่างไรไม่มีตัวอย่างให้เด็กเลียนแบบ
3. สร้างบรรยากาศที่ก่อให้เกิดความเต็มใจและมีความสุขที่จะทำ คือ เด็กได้ลงมือ เลือก คิด ทำ ด้วยตนเอง เมื่อตนเองต้องการ ไม่บังคับให้ทำ แต่ใช้วิธีการ เชิญชวนด้วยความอ่อนโยน แต่หากเด็กยืนยันว่าไม่อยากทำก็ให้ยอมรับ
4. ยืดหยุ่นในเรื่องของเวลา ไม่มีข้อจำกัดตายตัวในเรื่องของ “เวลา” เด็กอาจขอ ทำต่อในวันรุ่งขึ้น หรืออาจจะขอต่อเติมงานหลังจากเสร็จไปแล้ว หรือหยุดทำ เมื่อตนเองพอใจแม้ว่าครูจะรู้สึกว่ายังไม่เสร็จ



5. ได้ทำด้วยวิธีต่างๆและใช้วัสดุอุปกรณ์ที่แตกต่างกันไป มีอุปกรณ์ เครื่องมือและ วัสดุที่หลากหลายให้เด็กได้เลือกใช้เลือกทดลอง เพื่อให้เด็กได้เลือก เช่น การตีวัสดุ บางคนอาจเลือกใช้เทปกาว กาวน้ำหรือใช้เชือกผูกก็ได้

6. ได้สำรวจ เด็กๆ จะสำรวจสิ่งที่ต้องการทำ สำรวจสื่ออุปกรณ์ที่จะใช้สำรวจ สิ่งต่างๆ รอบตัว นำมาสร้างสรรค์ผลงาน ไม่จำกัดวัสดุที่เด็กจะทำงานศิลปะ แต่ละครั้งว่าต้องใช้วัสดุอะไร แต่ครูจะจัดวัสดุให้เด็กได้เลือกอย่างหลากหลาย

7. มีโอกาสในการเผชิญกับปัญหาและค้นพบวิธีการแก้ปัญหาด้วยตนเอง เมื่อเด็กประสบปัญหาในการทำงาน อย่าด่วนเข้าไปให้ความช่วยเหลือ ควรเปิดโอกาส ให้ได้แก้ปัญหาด้วยตัวเอง



ทำอย่างไร

- จัดประสบการณ์ตรงกับสิ่งต่างๆรอบตัวเด็กๆเน้นการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า
- จัดหาสื่ออุปกรณ์ที่หลากหลายและเพิ่มลดเพื่อให้ใช้สิ่งต่างๆ ที่แปลกใหม่อยู่เสมอหรือจัดให้ตามที่ได้กคิดและต้องการ
- จัดสื่ออุปกรณ์ที่เพียงพอต่อความต้องการใช้ของเด็กหลายๆ คน
- ใช้คำถามที่เหมาะสมกับการให้เด็กๆ คิดและรับรู้ว่ากำลังทำอะไรอยู่
- ฟังเด็กๆ เล่าถึงสิ่งที่ทำอย่างสนใจ
- ให้เวลาเพียงพอที่เด็กจะทำจนสำเร็จ และให้โอกาสเปลี่ยนแปลงปรับปรุง ได้
อีกตามความต้องการ
- ในบางโอกาส ให้เด็กๆ เล่าขั้นตอนการทำงานศิลปะและการคิดของเด็ก
- ยอมรับ และเคารพ (Respect) ผลงานของเด็กทุกชิ้นของทุกคน ไม่ว่าจะ
ผลงานนั้นจะออกมาเป็นอย่างไรก็ตาม

แล้วจะเป็นอย่างไร

- จะไม่มีผลงานเด็กที่เหมือนกันหมดติดบอร์ดอีกต่อไป เพราะเด็กแต่ละคน จะมีผลงานออกมาไม่เหมือนกัน
- จะไม่มีการบังคับให้เด็กๆ ทำศิลปะ
- มีสื่อ อุปกรณ์หลากหลาย แปลกใหม่ ให้เด็กๆ ได้เลือกใช้อย่างเสรี
- ไม่มีการวาดให้เด็กดู ไม่มีการสอนเด็กวาด ไม่มีการสอนเด็กๆ ต่อจุด ไม่มี worksheet แบบฝึกหัดทำศิลปะ
- ไม่มีการทำแบบให้ดู ไม่มีการสอนปั้นหรือประดิษฐ์ตามแบบ
- ไม่มีการบอกกล่าวตัดสินผลงานของเด็ก แต่ยอมรับและเคารพผลงานของเด็กๆ ทุกคนทุกชิ้น

EF กับ การเล่นอิสระ (Free Play)


การเล่นคือภาษาที่เป็นสากลของเด็ก เด็กเรียนรู้ ที่จะ
เข้าใจกัน และเรียนรู้ที่จะเข้าใจโลกรอบตัวผ่าน การเล่น เด็ก
เรียนรู้สิ่งต่างๆ มากมายจากการเล่น การเล่นช่วยให้เด็กมี
ทักษะทางสังคม เช่น แบ่งปัน ผลัดกันเล่น มีวินัยที่จะกำกับ
ตนเอง อดทนต่อคนอื่น





การเล่นอิสระ คือ อะไร

การเล่นอิสระของเด็ก หมายถึง การเล่นที่เด็กมีอิสระในการเล่น ไม่ว่าจะเล่น อะไรเล่นกับใครเล่นอย่างไรจะยุติการเล่นหรือเปลี่ยนแปลงการเล่นเมื่อใดก็ขึ้น กับการตัดสินใจของเด็กเอง การเล่นอิสระจึงไม่ได้มีการกำหนดเป้าหมายโดยครู แต่จะเป็นการเล่นอย่างอิสระตามธรรมชาติของเด็ก



ลักษณะของการเล่นอิสระ & การเล่นที่มีแบบแผน

เล่นอิสระ


- เด็กเป็นผู้ตัดสินใจที่จะเล่น
- เป้าหมายกำหนดโดยเด็ก หรือเล่นโดยไม่ได้กำหนดเป้าหมายไว้ก่อน
- ผลผลิตของการเล่นแตกต่างกันไป
- การเล่นมีความยืดหยุ่น ปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์และความต้องการของผู้เล่น
- การเล่นยุติเมื่อเด็กตัดสินใจเลิกเล่น หรือเมื่อต้องไปทำกิจกรรมอื่น
- การเล่นดำเนินไปอย่างสับสนไหล ต่อเนื่อง เมื่อมีอุปสรรคก็ปรับเปลี่ยนการเล่นไป เพื่อให้การเล่นดำเนินต่อไปอย่างสนุกสนานเพลิดเพลิน
- เด็กมีอิสระอย่างเต็มที่ตลอดการเล่น ทั้งเป้าหมาย วิธีการ การตัดสินใจเลือก การแก้ปัญหา การต่อยอด การเริ่มและยุติการเล่น ต้องการเล่นตามลำพังหรือชวนเพื่อนเล่นด้วย

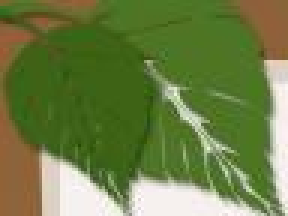

เล่นอย่างมีแบบแผน

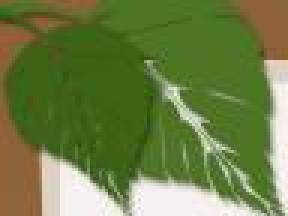
- การเล่นเกิดจากครูกำหนดหรือวางแผน
- เป้าหมายกำหนดโดยครู
- ผลผลิตของการเล่นมีความเหมือนหรือคล้ายคลึงกัน
- การเล่นมีขั้นตอน มีกติกา กำหนดไว้อย่างชัดเจน
- การเล่นยุติเมื่อสิ้นสุดแผนการเล่นที่ครูกำหนด
- ครูมักจะมึบทบาทในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น อาจจะเข้าไปแก้ปัญหาเอง หรือกระตุ้นให้เด็กเป็นผู้แก้ปัญหา
- เด็กมีอิสระในการเล่นที่อยู่ในกรอบที่ครูกำหนด เนื่องจากครูมีเป้าหมาย และกำหนดวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนไว้เรียบร้อยแล้ว



ทำไมการเล่นอิสระจึงเป็นสิ่งที่โปรดปรานของเด็ก

- ได้คิด และได้ลองทำดูเด็กจึงสนุกกับการสรรหาวิธีเล่นที่หลากหลายตามแต่ ใจนึกเพลิดเพลिनกับความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการได้ต่อยอดความคิดของ ตนแบบไม่รู้จบ
 - มีอิสระ ปราศจากความกดดันที่มาจากความคาดหวังผลของครู
 - ไม่กลัวที่จะล้มเหลว ผิดก็คิดใหม่ทำใหม่ ยังทำได้ไม่ดีก็ทำซ้ำ หากพยายามทำ แล้วล้มเหลว ก็ไม่เสียหน้า ไม่โดนตำหนิ
 - ได้ภูมิใจกับความสำเร็จที่เกิดจากความคิดและการลงมือทำของตนเอง ตั้งแต่ ความสำเร็จย่อยที่เกิดขึ้นระหว่างทาง และความภูมิใจกับผลงานที่เกิดขึ้น ปลายทาง
- 

- 
- รู้สึกดีต่อตนเองที่มีความสามารถเพิ่มขึ้น ทั้งการคิดและการลงมือทำ ทำให้ปัญหา หรืออุปสรรคกลายเป็นสิ่งท้าทาย มีความคล่องแคล่วในการลงมือทำ ตัดสินใจได้เร็วขึ้น มีลำดับขั้นตอนที่ดีในการทำงาน ว่าควรทำอะไรก่อนหลัง มีความผิดพลาดน้อยลง
 - สนุกกับการเล่นที่ได้สำรวจได้คาดเดาผล หรือเฝ้ารอดูผลจากสิ่งที่ยังไม่รู้คำตอบ
 - อยู่ในบรรยากาศที่ผ่อนคลายแต่มีชีวิตชีวา มีความสนุกสนาน ตื่นเต้น ท้าทาย เพลิิดเพลิน และแปลกใหม่
- 



“การเล่นอย่างอิสระตามธรรมชาติ หรือ free play ที่
เด็กได้เล่นกันอย่างอิสระ นอกจากเด็ก จะเพลิดเพลินมี
ความสุขแล้ว การเล่นยังพัฒนา สมรรถนะของเด็กอีกด้วย”

นพ.จอม ชุมช่วย จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น



การเล่นอิสระกับการพัฒนาทักษะสมอง EF

โอกาสที่เด็กได้รับจากการเล่นอิสระ

- เด็กเป็นผู้ริเริ่มและตัดสินใจที่จะเล่นและเลือกวิธีเล่นด้วยตนเอง เด็กสนุกที่จะสร้างสรรค์การเล่นใหม่ๆ หรือเล่นซ้ำๆ เพื่อให้เกิดทักษะใหม่ๆ คิดและลงมือทำได้อย่างรวดเร็ว
- เด็กเป็นผู้กำหนดเป้าหมายการเล่นเอง และพยายามไปสู่เป้าหมายด้วยความมุ่งมั่น ไม่ว่าจะมึอุปสรรคหรือไม่สำเร็จ ก็มีความเพียรพยายามทำต่อไป ด้วยการหาวิธีใหม่ๆ อุปกรณ์ใหม่ๆ เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายที่เด็กตั้งใจ
- เด็กมีการเชื่อมโยงความรู้และประสบการณ์เก่านำมาสู่การเล่น ทั้งการตั้งเป้าหมาย วิธีการเล่น การเลือกใช้อุปกรณ์ประกอบการเล่น ตลอดจนวิธีการแก้ปัญหา

ทักษะสมอง EF

- ริเริ่ม ลงมือทำ (Initiating)
- มุ่งเป้าหมาย และเพียรพยายาม (Goal-Directed Persistence)
- จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)

- การเล่นมีความยืดหยุ่น ปรับเปลี่ยน ไปตามสถานการณ์และความต้องการของผู้เล่นและหากมีเพื่อนร่วมเล่นด้วย การเล่นอาจมีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้การเล่นสนุกสนานยิ่งขึ้น หรือมีแรงบันดาลใจใหม่
- เด็กมีการวางแผนการเล่น จะทำอะไร ใช้อะไร ประกอบการเล่นชวนใครมาเล่นด้วย และระหว่างเล่นอาจมีการปรับแผนเป็นระยะๆ หากพบอุปสรรคหรือให้วิธีเล่นใหม่ๆ เพื่อให้การเล่นดำเนินไปอย่างลื่นไหล ต่อเนื่อง หรือสนุกสนานท้าทายยิ่งขึ้น
- ในระหว่างการเล่นย่อมต้องเกิดอุปสรรคระหว่างทางที่อาจทำให้เด็กรู้สึกผิดหวัง ล้มเหลว หรือ มีความขัดแย้งกับเพื่อน แต่เด็กจะพยายามอดทนอดกลั้นและหาวิธีการที่จะผ่านอุปสรรคเพื่อให้การเล่นยังคงดำเนินต่อไปได้
- เด็กเรียนรู้ที่จะยับยั้งชั่งใจ และปรับเปลี่ยนการเล่นเมื่อเห็นว่าการเล่นอาจจะทำให้เกิดปัญหา หรือทำให้ต้องยุติการเล่น ทำให้ครูหรือเพื่อนคนอื่นไม่พอใจ เช่น เสียงดังมาก เฉอะแฉะเกินไป แม้จะเห็นว่าการเล่นเช่นนั้นช่างสนุกเหลือเกิน

- ยืดหยุ่นความคิด
(Shifting / Cognitive Flexibility)
- วางแผนและจัดระบบดำเนินการ
(Planning and Organizing)
- ควบคุมอารมณ์
(Emotional Control)
- ยับยั้งชั่งใจ คิดไตร่ตรอง
(Inhibitory Control)

- ระหว่างที่เด็กเล่น สิ่งที่ได้เห็นได้ชัดเจนน คือ การมุ่งความสนใจ มีสมาธิอยู่กับสิ่งที่เล่นอย่างต่อเนื่อง และจดจ่อได้เป็นเวลานานกว่าการทำกิจกรรมอื่นๆ เพราะเป็นการจดจ่อที่เต็มไปด้วยหลากหลายอารมณ์ในทางบวก เช่น ความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ตื่นเต้น ท้าทาย ภาควุมิใจ
- ระหว่างที่เด็กเล่นจะเห็นว่าเด็กได้มีการประเมินตนเองอยู่เป็นระยะว่าจะเกินกำลังหรือไม่ ต้องหาเพื่อนมาช่วยหรือเปล่า สูงเกินกว่าจะปีนไทม์ การเล่นช่วยให้เด็กได้ตรวจสอบตัวเอง รู้จุดอ่อนจุดแข็ง ทักษะที่ต้องฝึกฝนเพิ่มเติม เพื่อให้การเล่นของตนดีขึ้นหรือประสบความสำเร็จ

- จดจ่อใส่ใจ
(Focus / Attention)
- ติดตาม ประเมินตนเอง
(Self – Monitoring)

เล่นบทบาทสมมติและเล่นละคร






เล่นบทบาทสมมติ

การเล่นบทบาทสมมติเป็นการแสดงบทบาทตามจินตนาการของเด็ก เด็กจะสมมติและแสดงบทบาทที่ตนเองต้องการ เช่น สมมติว่าตัวเองกำลังทำกับข้าว หรือเล่นบทเป็นครูกับนักเรียน เป็นกัปตันขับเครื่องบิน

เล่นละครหุ่น


การเล่นละครหุ่น เป็นการเล่นสมมติผ่านตัวละครที่เป็นหุ่นเชิด การเล่นละคร หุ่นเริ่มมีเนื้อเรื่อง มีการแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวละคร มีบทสนทนา มีเพื่อนร่วมเล่นด้วยโดยผลัดกันแสดงบทบาท การทำเสียงให้สมบทบาทการเล่น





เล่นละครสร้างสรรค์


ละครสร้างสรรค์นั้น เด็กๆจะผูกเรื่อง เนื้อเรื่องจะร้อยเรียงกันคล้ายๆ กับนิทาน ที่เด็กเคยได้ยินได้ฟังมา มีการตกลงกันทั้งการเลือกตัวละคร การเลือกอุปกรณ์ ประกอบการเล่น ในการเล่นละครสร้างสรรค์เด็กจะรู้สึกเป็นอิสระจะให้เนื้อเรื่อง เป็นอย่างไรก็ได้ ขึ้นกับผู้เล่น ปรับเปลี่ยนได้ตลอดเวลา และไม่จำเป็นต้องมีผู้ชม เนื้อเรื่องจะปรับเปลี่ยนไปในแต่ละครั้งของการเล่น





การเล่นละครเวที

การเล่นละครเวทีสำหรับเด็กปฐมวัยนั้น เป็นการเล่นบทบาทสมมติ ที่ผ่านการวางแผน และกำหนดขั้นตอนไว้ล่วงหน้า มุ่งเน้นให้เด็กได้นำ ความสนุกสนานจากเรื่องเล่า จากนิทานที่เด็กๆ ประทับใจมาสร้างสรรค์เป็น ละคร โดยเด็กเป็นผู้คิด ตัดสินใจ และลงมือทำ ครูเป็นผู้ที่คอยสนับสนุน และ เอื้ออำนวยให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้จากการลงมือทำให้มากที่สุด



โอกาสที่เด็กได้รับจากการเล่นบทบาทสมมติและการเล่นละคร


- เด็กสนุกกับการได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ ได้ริเริ่มและได้เลือก ได้ตัดสินใจที่จะเลือกที่จะเป็นตัวละครใด หรือจะแสดงบทบาทใด
- เด็กมีเป้าหมายในการเล่นหรือแสดง และพยายามไปสู่เป้าหมายด้วยความมุ่งมั่น
- เด็กมีการเชื่อมโยงความรู้และประสบการณ์เก่า นำมาสู่การเล่น ทั้งการตั้งเป้าหมาย วิธีการเล่น และการเลือกใช้อุปกรณ์ประกอบการเล่น การจัดทำฉากประกอบการแสดง
- การเล่นหรือจัดแสดงที่ต้องร่วมเล่นกับเพื่อน เด็กจะได้ฝึกทักษะความยืดหยุ่น ปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นและอาจไม่เป็นไปตามที่ตั้งใจไว้ เพราะเหตุที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นได้เสมอบนเวที แต่การแสดงละครต้องดำเนินต่อไป
- เด็กมีการวางแผนว่าจะเล่นหรือแสดงอะไร ต้องเตรียมอะไรบ้าง
- ในระหว่างการเล่นสมมติย่อมต้องเกิดอุปสรรคระหว่างทางที่อาจทำให้เด็กรู้สึกผิดหวัง ล้มเหลว หรือ มีความขัดแย้งกับเพื่อน แต่เด็กจะพยายามอดทนอดกลั้นและหาวิธีการที่จะผ่านอุปสรรคเพื่อให้การเล่นด้วยกันยังคงดำเนินต่อไปได้

ทักษะสมอง EF

- ริเริ่ม ลงมือทำ (Initiating)
- มุ่งเป้าหมาย และเพียรพยายาม (Goal-Directed Persistence)
- จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
- ยืดหยุ่นความคิด (Shifting / Cognitive Flexibility)
- วางแผนและจัดระบบดำเนินการ (Planning and Organizing)
- ควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)



กิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF บนฐาน พัฒนาการทั้ง 4 ด้าน

- จัดวางวัสดุธรรมชาติ
 - บูรณาการระหว่างคณิตศาสตร์และการฟัง คำสั่งที่มีลำดับขั้นตอน (Instruction Game)
 - พลังกาย พลังใจ กับพลังธรรมชาติ
 - เล่นกับดินก้อนใหญ่
 - กิจวัตรประจำวัน
 - วิเคราะห์ภาพถ่าย เพื่อการเรียนรู้ เรื่องอารมณ์
 - ป้อนสัตว์ประหลาดกับการเรียนรู้ที่มา ของอารมณ์
 - วิเคราะห์ภาพถ่าย เพื่อฝึกการคิดวางแผน อย่างมีเหตุผล
 - วิเคราะห์ภาพถ่าย เพื่อฝึกการนึกถึงผู้อื่น และรู้จักแบ่งปัน
- 

- สำรวจเครื่องมือและสีส้นบนพื้นที่ รวมกันกับเพื่อน
- เล่นรถ เล่นสี มีความสุขกับเพื่อนๆ
- การจัดร่างกายกับลีลาเส้นเชือก
- การเคลื่อนไหวไปกับเสียงเพลง
- ความมหัศจรรย์ของสีในน้ำเปล่า
- ความมหัศจรรย์ของสีในน้ำเชื่อม
- การเปลี่ยนแปลงของเงา
- เกมเมี้ยว เมี้ยว มา มา จะพาไปหาแม่
- เกมต๋นกล้า
- เกมหมากข้าม
- บูรณาการระหว่างศิลปะ และคณิตศาสตร์ “เส้นกับจุด”
- “ความหลากหลายของพื้นที่ที่คงที่” (คณิตศาสตร์และมิติสัมพันธ์)

วัย 3-5 ปี จัดวางวัสดุธรรมชาติ

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้เด็กได้ลองคิด เลือกว่าวัสดุ ลองทำ วางแผนจัดการและ แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความคิดและจินตนาการ
- เพื่อให้มีสมาธิจดจ่อกับการทำงาน
- เพื่อให้มีความเพลิดเพลินกับการทำงาน
- เพื่อให้เห็นความคิดที่หลากหลายและแตกต่างกันไปของเพื่อนๆ






กระบวนการ/วิธีการ

- ครูชวนเด็กสร้างที่อยู่อาศัยให้กับสัตว์
- ให้เด็กๆ ได้สำรวจสิ่งของที่เตรียมไว้ให้ว่ามีอะไรบ้าง
- เด็กๆ เลือกวัสดุอุปกรณ์เพื่อนำมาสร้างสรรค์ตามจินตนาการของ ตนเอง
อย่างอิสระ
- เมื่อทุกคนสร้างเสร็จ ครูชวนทุกคนเดินชมผลงาน พร้อมทั้งให้ เจ้าของ
ผลงานบอกเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง

สื่อ/อุปกรณ์

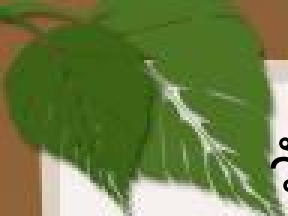
- วัสดุธรรมชาติที่หลากหลาย เช่น ท่อนไม้กิ่งไม้กะลา ก้อนกรวด ก้อนหิน
 - ตุ๊กตารูปสัตว์ชนิดต่างๆ
- 

โอกาสที่เด็กได้รับจากการทำกิจกรรม

- ได้สร้างที่อยู่ให้กับสัตว์ตามความคิดและจินตนาการของแต่ละคน
- ได้ทำการสำรวจ เลือก และตัดสินใจหยิบใช้วัสดุ
- ได้ลงมือจัดวางตามความคิดของตนเองด้วยตนเอง
- ได้จัดวางสิ่งที่ตั้งใจเพื่อให้ทันในกรอบเวลาที่ตกลงกันไว้ (โดยครูจะให้สัญญาณก่อนหมดเวลา 5 นาที)
- ได้ชื่นชมผลงานของกันและกัน โดยเจ้าของบอกเล่าผลงานให้เพื่อนฟัง

ทักษะสมอง EF


- มุ่งเป้าหมาย (Goal-Directed Persistence)
วางแผน จัดระบบดำเนินการ (Planning and Organizing)
จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
- จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
ริเริ่ม ลงมือทำ (Initiating)
ยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control)
ยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility)
- ริเริ่ม ลงมือทำ (Initiating)
จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
ยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility)
จดจ่อ ใส่ใจ (Focus/Attention)
ติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring)
ควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)
- จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
วางแผน จัดระบบดำเนินการ (Planning and Organizing)
ยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility)
ควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)
ยั้งคิด ไตร่ตรอง (Inhibitory Control)
- ยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility)
ติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring)



วัย 3-5 ปี

บูรณาการระหว่างคณิตศาสตร์และการฟังคำสั่งที่มีลำดับ
ขั้นตอน (Instruction Game)

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้เด็กมีสมาธิในการฟัง
 - เพื่อให้ได้จดจำคำสั่งอย่างเป็นลำดับขั้นตอนเพื่อนำไปปฏิบัติได้
 - เพื่อให้ได้คิดวิเคราะห์คำสั่งที่มีลักษณะทั้งเป็นคำสั่งปลายเปิดและคำสั่ง
ปลายปิด
 - เพื่อให้มีความกล้าที่จะทำตามสิ่งที่ตนเองคิด (วิเคราะห์ตามคำสั่ง)
 - เพื่อให้เด็กเข้าใจเรื่องจำนวนขนาดตำแหน่งและความหมายของคำบุพบท
 - เพื่อให้เด็กรู้สึกสนุกกับการเรียนรู้คณิตศาสตร์ ภาษาและมิติสัมพันธ์
- 

กระบวนการ/วิธีการ

- ครูให้เด็กๆ สำรวจสิ่งของที่ครูจัดเตรียมมาว่ามีอะไรบ้าง (การจัดเตรียม จะต้องคำนึงถึงคำสั่งที่จะใช้เช่น ถ้ามีคำสั่งว่า“หยิบหมุดที่ใหญ่ที่สุด” แสดงว่าจะต้องจัดเตรียมหมุดที่มีขนาดไม่น้อยกว่าสองขนาดหรือถ้า มีคำสั่งให้หยิบไข 5 ฟองแสดงว่าครูควรจัดเตรียมไขในจำนวนที่ต้องมากกว่า 5 ฟอง เป็นต้น)
- ครูชวนให้เด็กเล่นเกมฟังคำสั่ง โดยมีคำสั่งที่ละขั้นตอนดังนี้ (ตัวอย่างคำสั่งนี้เหมาะสำหรับเด็ก 3 – 5 ปี)
 1. หยิบไข 5 ฟองไปวางในตะกร้า
 2. หยิบหมุดที่ใหญ่ที่สุดวางข้างนอกตะกร้า
 3. หยิบหมุดตัวเล็กที่สุดวางบนหลังข้างตัวใหญ่
 4. หยิบฮิปโป 2 ตัววางตรงไหนก็ได้

สื่อ/อุปกรณ์

- ไข่10 ฟอง พร้อมถาดเก็บไข่
- ตะกร้าเปล่า
- ตัวสัตว์จำลอง (ชนิด ขนาด และจำนวนมากกว่าที่มีในคำสั่ง)
- โจทย์คำสั่ง



โอกาสที่เด็กได้รับจากการทำกิจกรรม

- เด็กได้สำรวจสิ่งต่างๆที่ครูเตรียมมาไว้ให้ก่อนที่จะเล่นเกมกับครู
- เด็กต้องใช้ความตั้งใจจดจ่อและจดจำในการฟังคำสั่งอย่างต่อเนื่องจนจบ เพื่อที่จะปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง
- เด็กได้ปฏิบัติตามโดยอาศัยทั้งความจำ การตีความ และตัดสินใจปฏิบัติอย่างอิสระผ่านคำถามทั้งปลายปิดและปลายเปิด เช่น “หยิบหมุดตัวใหญ่ที่สุดวางข้างนอกตะกร้า”

ทักษะสมอง EF


- จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
- จดจ่อ ใส่ใจ (Focus/Attention)
จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
ยังคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control)
- จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)
ยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility)
ยังคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control)
จดจ่อ ใส่ใจ(Focus/Attention)



ชื่อกิจกรรม ปะติดปะต่อความคิด

สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้เด็กมีความมุ่งมั่นในการทำงานให้สำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมาย ถึงแม้ต้องใช้เวลาในการทำงานที่ต่อเนื่องยาวนาน
 - เพื่อให้ได้พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมือขณะทำงานผ่านการคิดสร้างสรรค์
 - เพื่อให้เด็กได้วาดภาพและเลือกกระดาษที่มีสีสันต่างๆ มาปะติดได้อย่างอิสระ ตามความคิด
 - เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กได้คิดสร้างสรรค์ได้เลือก ได้ตัดสินใจ ได้ทำอย่างอิสระ ผ่านการวาดภาพ เลือกกระดาษสีมาปะติดตามที่แต่ละคนคิด
- 

กระบวนการ / วิธีการ

- ครูชวนเด็กฉีกกระดาษสีหรือกระดาษนิตยสารเป็นชิ้นเล็กๆ และแยกจัดกลุ่ม เป็นโทนสีไว้
- ครูชวนเด็กวาดรูปบ้านตามจินตนาการ หรือรูปอิสระตามจินตนาการของแต่ละคน
- ให้เด็กเลือกกระดาษสีที่ฉีกไว้มาปะติดตกแต่งตามความคิดของแต่ละคน
- นำผลงานของแต่ละคนมาวางเรียง เพื่อได้ชมผลงานของกันและกัน

สื่อและอุปกรณ์

- กระดาษ A4
- ดินสอหรือปากกาดำ
- เศษกระดาษสีหรือกระดาษนิตยสาร





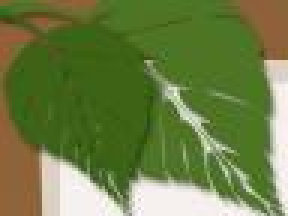


บทที่ 8


การประเมินทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย





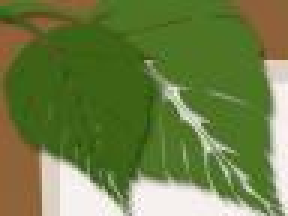




การประเมินการพัฒนาทักษะสมอง EF

1. เพื่อตรวจสอบแผนการจัดประสบการณ์ให้มีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน และมีกระบวนการสอน การจัดสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่เอื้อต่อการใช้ ทักษะสมอง EF และการบรรลุ วัตถุประสงค์ของแผน
 2. เพื่อทบทวนกระบวนการสอนและกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามแผนกิจกรรม
- 


- 
3. เพื่อปรับเปลี่ยนแผนกิจกรรมและกระบวนการสอนให้สามารถกระตุ้นพัฒนาการทักษะสมอง EF
 4. เพื่อปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมให้เด็กมีโอกาสนฝึกฝนการใช้ทักษะสมอง EF ตามแผนกิจกรรม
 5. เพื่อปรับเปลี่ยนวิธีการสร้างบรรยากาศ และส่งเสริมพฤติกรรมให้เด็ก มีความพร้อมในการเรียนรู้และกล้าเผชิญความท้าทายของกิจกรรมและ สิ่งแวดล้อม
- 



การประเมินการพัฒนาทักษะสมอง EF ในห้องเรียนปฐมวัยจะวิเคราะห์ จากการวางแผนการจัดประสบการณ์และการสะท้อนความคิด หลังการสอน ดังนี้

1. การประเมินการวางแผนการจัดประสบการณ์

การประเมินการวางแผนการจัดประสบการณ์คือการประเมิน วัตถุประสงค์ ขั้นตอนและกระบวนการการจัดสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศ ว่ามีความสอดคล้องกับพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน พัฒนาการทักษะสมอง EF และประสบการณ์ของเด็ก แต่ละคนในชั้นเรียนหรือไม่ โดยใช้ข้อคำถาม ประกอบการประเมิน ดังนี้



1) การประเมินเป้าหมายของแผนการจัดประสบการณ์

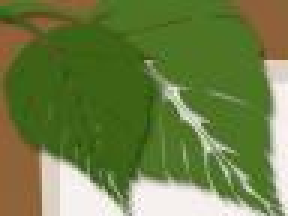
- กิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม โดยระบุเป็นพฤติกรรมที่คาดหวัง ชัดเจนที่สามารถวัดและประเมินได้หรือไม่ เช่น เด็กสามารถอธิบายรูปทรง ได้เด็กสามารถบอกความเหมือนและความแตกต่างได้เด็กสามารถทำตามข้อตกลงในกลุ่มได้
- กิจกรรมนี้ปลูกฝังคุณค่าและเจตคติที่ดีต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ต่อสิ่งแวดล้อม และธรรมชาติและต่อการเรียนรู้ด้วยหรือไม่
- กิจกรรมนี้เหมาะสมกับอายุความสามารถ และความสนใจของเด็กในชั้นเรียนหรือไม่

2) การประเมินขั้นตอนและกระบวนการจัดกิจกรรม

- กิจกรรมนี้เป็นสถานการณ์ใหม่ ที่กระตุ้นให้เด็กต้องใช้ทักษะสมอง EF และความรู้และประสบการณ์เดิมในการลงมือปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมายหรือไม่
- กิจกรรมนี้มีการเพิ่มโอกาสพัฒนาทักษะสมอง EF ใช้หรือไม่
- กิจกรรมนี้มีความยากและสลับซับซ้อนในระดับที่เด็กสามารถใช้เวลาในการลองผิดลองถูก และเรียนรู้วิธีการทำด้วยตนเอง หรือ ปฏิบัติได้จนบรรลุเป้าหมายจากคำแนะนำของครู/เพื่อน/กลุ่ม หรือไม่
- กิจกรรมนี้มีการแบ่งขั้นตอนและกระบวนการเป็นลำดับชัดเจน หรือไม่
- ขั้นตอนและกระบวนการสอดคล้องกับวัตถุประสงค์หรือไม่

3) การประเมินความสมดุลของแผนการจัดสิ่งแวดล้อมก่อนการสอน

- สื่อ อุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวาง และพื้นที่การใช้งานที่จัดขึ้น สอดคล้องกับกิจกรรมและวัตถุประสงค์หรือไม่
- สื่ออุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวางและพื้นที่การใช้งานที่จัดขึ้นตามแผนกิจกรรม EF ใช้สำหรับการกระตุ้นการทำงานประสานกันของระบบประสาทสัมผัส (SI) หรือไม่
- สื่อ อุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวางและพื้นที่การใช้งานที่จัดขึ้นตามแผนกิจกรรม EF มีความเหมาะสมกับอายุความสามารถ และความสนใจของเด็กในชั้นเรียน หรือไม่
- มีการจัดสื่อ อุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวางและพื้นที่การใช้งานสำหรับเด็กที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษในการใช้งานและลงมือปฏิบัติหรือไม่




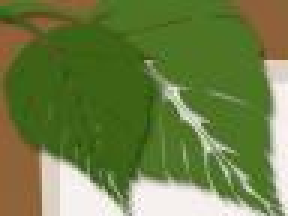

• มีการจัดและบริหารเวลา เพื่อให้แน่ใจว่าเด็กในชั้นเรียนทุกคนได้ใช้สื่อ อุปกรณ์ ของเล่นพื้นที่จัดวางและพื้นที่การใช้งานที่จัดขึ้นอย่างชัดเจนหรือไม่

• มีการจัดขั้นตอนและกระบวนการเปลี่ยนผ่านกิจกรรม (Transition) มาใช้สื่อ อุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวางและพื้นที่การใช้งานอย่างชัดเจน ราบรื่นหรือไม่ และสอดคล้องกับกิจกรรมอื่นๆในแผนการจัดประสบการณ์หรือไม่

• มีการจัดสื่อ อุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวางและพื้นที่การใช้งานที่มีความแตกต่างหลากหลาย เชิญชวนและท้าทายความสามารถ หรือไม่

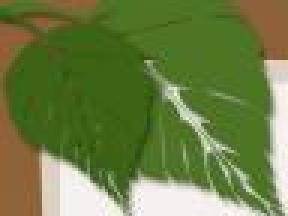
• มีการตรวจสอบสภาพการใช้งาน และความปลอดภัยของสื่อ อุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวาง และพื้นที่การใช้งานเรียบร้อยแล้ว หรือไม่



- 
- มีการทำความสะอาดสื่อ อุปกรณ์ของเล่น พื้นที่จัดวางและพื้นที่การใช้งาน เรียบร้อยแล้ว หรือไม่
 - มีการแบ่งพื้นที่กิจกรรมต่างๆในห้องเรียนเป็นสัดส่วนชัดเจนหรือไม่
 - มีการแบ่งพื้นที่สำหรับกลุ่มใหญ่กลุ่มเล็กและส่วนรายบุคคล หรือไม่
 - มีการจัดวางสิ่งของเป็นหมวดหมู่ มีระเบียบ เด็กเข้าถึงได้หยิบจับและจัดเก็บ ได้หรือไม่
 - มีการจัดมุมผ่อนคลายอารมณ์หรือไม่
 - มีสิ่งของหรือสัญลักษณ์ของเด็กที่แสดงความรู้สึกเป็นเจ้าของและเป็นส่วนหนึ่งในห้องเรียน หรือไม่
 - มีเด็กที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษในการมีส่วนร่วมและลงมือปฏิบัติ ในกิจกรรมนี้หรือไม่
- 

4) การประเมินแผนการจัดบรรยากาศและวิธีการสร้างวินัยเชิงบวก ในชั้นเรียน


- ครูทำรายการพฤติกรรมคาดหวังที่ต้องการเห็นจากเด็กในชั้นเรียนหรือไม่
- ครูทำรายการพฤติกรรมไม่คาดหวังที่อาจรบกวนกระบวนการสอนและกระบวนการเรียนรู้และ/หรือ เป็นอันตรายต่อตนเอง ผู้อื่น และสิ่งของในระหว่างการทำแต่ละกิจกรรมให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามแผนการจัดประสบการณ์หรือไม่
- กิจกรรมนี้ต้องการข้อตกลงร่วมกันในการใช้สื่ออุปกรณ์และ/หรือการมีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่มที่เอื้อต่อกระบวนการสอน และกระบวนการเรียนรู้ ให้บรรลุเป้าหมายของกิจกรรมนั้นๆ หรือไม่

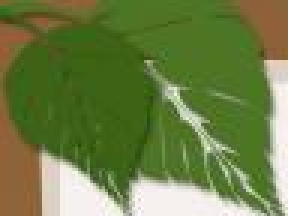


- กิจกรรมนี้ต้องการใช้สัญลักษณ์ภาพ และ/หรือ เสียงที่ช่วยให้เด็ก มีพฤติกรรมคาดหวัง และเอื้อต่อกระบวนการสอน และกระบวนการเรียนรู้ ให้บรรลุเป้าหมายของกิจกรรมนั้นๆ หรือไม่

- กิจกรรมนี้ต้องการการสอน และ/หรือ มีการทบทวน วิธีการ มี ปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม และ/หรือในชั้นเรียน ที่เอื้อต่อกระบวนการสอน และ กระบวนการเรียนรู้ให้บรรลุเป้าหมายของกิจกรรมนั้นๆ หรือไม่

- เด็กทุกคนรู้จักแผนผังห้องเรียน รู้เวลาและวิธีการใช้พื้นที่ตาม วัตถุประสงค์ของการจัดพื้นที่ตามที่ครูกำหนดไว้หรือไม่





• เด็กทุกคนรู้ที่เก็บสิ่งของส่วนตัว และรู้เวลาและวิธีการหยิบใช้และจัดเก็บได้อย่างเหมาะสมกับตารางกิจวัตรประจำวันที่กำหนด หรือไม่

• เด็กทุกคนรู้ที่เก็บสิ่งของ ของเล่น วัสดุและอุปกรณ์ที่เด็กสามารถหยิบใช้ได้ รู้เวลา และวิธีการหยิบใช้และจัดเก็บได้อย่างเหมาะสมตามตารางกิจวัตรประจำวันที่กำหนด หรือไม่

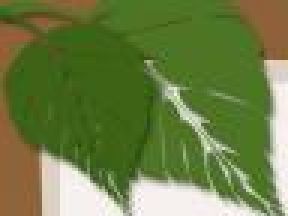

• ครูมีวิธีการสร้างวินัยเชิงบวกในการสื่อสาร มีปฏิสัมพันธ์กับเด็กๆ เพื่อให้เกิด การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และส่งเสริมพฤติกรรมคาดหวัง ในห้องเรียนปฐมวัย หรือไม่

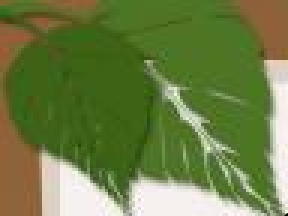



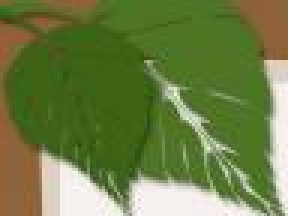
2. การประเมินการสะท้อนความคิดหลังการสอน

คือการทบทวนขั้นตอนและกระบวนการสอนของครูหลังทำกิจกรรมว่าเป็นไปตามการวางแผนกิจกรรม หรือไม่ดังนี้


- ครูสอนตามขั้นตอนและกระบวนการได้ถูกต้องครบถ้วนตรงตามแผนกิจกรรมหรือไม่
- ขั้นตอนและกระบวนการสอนของครูนำไปสู่กระบวนการเรียนรู้ของเด็ก ได้ตรงตามแผน หรือไม่
- ขั้นตอนและกระบวนการสอนของครูช่วยส่งเสริมทักษะสมอง EF หรือไม่
- ครูพบว่าเด็กสามารถเข้าใจและลงมือปฏิบัติได้ตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ในแต่ละขั้นตอน หรือไม่

- 
- ครูได้เพิ่มโอกาสพัฒนาทักษะสมอง EF ให้กับเด็กในชั้นเรียนตรงตามแผน กิจกรรม หรือไม่
 - ครูได้เพิ่มโอกาสพัฒนาทักษะสมอง EF อื่นๆ ที่ไม่ได้ระบุไว้ในแผนกิจกรรม หรือไม่
 - ขั้นตอนและกระบวนการสอนนี้ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับ อายุพัฒนาการ และประสบการณ์ของเด็กแต่ละคนในชั้นเรียนหรือไม่
 - ครูพบปัจจัยเกื้อหนุนอื่นๆ หรือ เทคนิคใหม่ที่เอื้อให้ขั้นตอนและกระบวนการสอนของครูและกระบวนการเรียนรู้ของเด็ก เป็นไปตามแผนกิจกรรมหรือไม่
- 

- 
- ครูพบว่าความรู้ความเข้าใจ ความสามารถ และประสบการณ์เดิมของเด็ก ในชั้นเรียน คือ อุปสรรคที่ทำให้ขั้นตอนและกระบวนการสอนของครู และกระบวนการเรียนรู้ของเด็ก ไม่เป็นไปตามแผนกิจกรรม หรือไม่
 - ครูพบอุปสรรคอื่นๆ ที่ทำให้ขั้นตอนและกระบวนการสอนของครู และกระบวนการเรียนรู้ของเด็ก ไม่เป็นไปตามแผนกิจกรรม หรือไม่
 - ครูมีความคิดเห็นว่า การพัฒนาทักษะสมอง EF ในชั้นเรียนนี้จะต้องมีการเปลี่ยนแปลง/ปรับปรุงแผนกิจกรรม/ขั้นตอนและกระบวนการสอนหรือไม่
- 



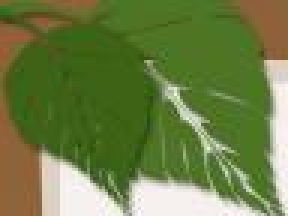
“ตราบใดที่การส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัยเป็นเรื่องของ
กระบวนการ การสอนและกระบวนการเรียนรู้แล้ว การประเมิน
พัฒนาการและความสามารถของครูในการจัดการเรียนการสอน
ก็มีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าการประเมินพัฒนาการและ
ความสามารถของเด็กปฐมวัย !!”






การออกแบบเครื่องมือประเมินทักษะ EF
เด็กปฐมวัย





ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับ EF (สำหรับการออกแบบเครื่องมือประเมิน)

ทักษะทางสมองเพื่อการบริหารจัดการชีวิต (Executive Function) เป็นความสามารถในการทำงานของสมองส่วนเยื่อหุ้มสมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) ที่อยู่ภายในกลีบสมองส่วนหน้า (Frontal Lobe) ทำหน้าที่เกี่ยวกับการกำกับควบคุมการคิดเกี่ยวกับการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ โดยเป็นความสามารถที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันภายใต้บริบทของโรงเรียน






EF จัดอยู่ใน 3 องค์ประกอบ คือ

1) การคิดเกี่ยวกับการรู้คิด

2) การกำกับอารมณ์ และ

3) การกำกับพฤติกรรม ตามผลการวิจัยการวิเคราะห์

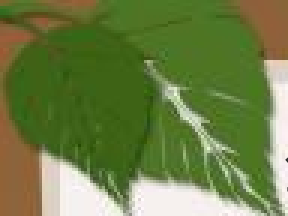
องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบประเมินพฤติกรรมทักษะทางสมอง
เพื่อการบริหารจัดการชีวิตกับกลุ่มตัวอย่างทางคลินิก (Gioia; et al.
2002: 249-257) และแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการ
ตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา (ฐาปณีย์ แสงสว่าง. 2559: 8-9)
ประกอบด้วย 9 ทักษะ ดังนี้



1. การคิดเกี่ยวกับการรู้คิด (Metacognition) หมายถึง


ความสามารถของนักเรียนในการใช้ความรู้สึกรู้จักคิดของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียนและนอกห้องเรียนได้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วยความสามารถ 5 ทักษะ คือ

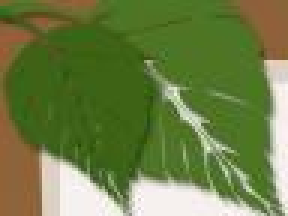
1.1 ทักษะการริเริ่ม (Initiate) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการคิดเริ่มต้นทำงานด้วยตนเองโดยไม่ผัดวันประกันพรุ่ง เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมาย ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยเริ่มต้นงาน ด้วยการเริ่มต้นทำงานหรือเริ่มทำงานต่อด้วยตนเอง และมีแนวคิดหลากหลายด้วยการคิดหาวิธีการแก้ปัญหาใหม่ๆ



1.2 ทักษะความจำขณะทำงาน (Working Memory) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการเก็บรักษาข้อมูลไว้ในหน่วยความจำขณะปฏิบัติงานที่ซับซ้อน เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมาย ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยเก็บรักษาข้อมูลไว้ในจิตใจ ด้วยการจดจำสิ่งต่างๆ ไว้ในความคิด และมีสมาธิ ด้วยการจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำ


1.3 ทักษะการวางแผน/จัดระบบ (Plan/Organize) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการคิดแผนการทำงานเป็นลำดับขั้นตอน เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมาย ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยมุ่งหวังต่อเป้าหมาย ด้วยการกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติงานที่จะทำให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญของงานได้อย่างเหมาะสม จัดสรรเวลาปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม และเข้าใจแนวคิดหลัก ด้วยการจัดการกับข้อมูลจำนวนมากได้เป็นอย่างดี และถ่ายทอดความคิดในเชิงปฏิบัติ





1.4 ทักษะการจัดระเบียบวัสดุ (Organization of Materials) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการดูแลรักษาสมบัติส่วนตัวได้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย เพื่อให้เป็นหมวดหมู่เดียวกัน ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยเก็บรักษาสมบัติส่วนตัวอย่างเป็นระเบียบ ด้วยการจัดระบบการเก็บสิ่งต่างๆ อย่างเป็นสัดส่วนและหมวดหมู่ และดูแลรักษาความสะอาดของใช้ส่วนตัว


>>>>> **1.5 ทักษะการตรวจสอบงาน (Task-Monitor)** หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการพิจารณาความถูกต้องของงานที่ทำเสร็จแล้ว เพื่อให้แน่ใจว่างานที่ทำไม่มีข้อผิดพลาด ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยกำกับติดตามงานที่ปฏิบัติ ด้วยการพิจารณางานที่ปฏิบัติว่ามีความถูกต้องเสร็จสมบูรณ์เรียบร้อย





2. การกำกับอารมณ์ (Emotional Regulation)


หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการดูแลควบคุมความรู้สึกทางจิตใจของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียนและนอกห้องเรียนได้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วยความสามารถ 2 ทักษะ คือ





2.1 ทักษะการปรับเปลี่ยน (Shift)


หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่างๆ ได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถยอมรับได้กับสถานการณ์ที่แตกต่างจากเดิม ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยปรับเปลี่ยนได้ง่าย ด้วยการไม่ยึดติดอยู่กับสถานการณ์ หรือปัญหาใดปัญหาหนึ่งจนทำให้เกิดผลกระทบด้านลบ ยอมรับได้กับสิ่งที่แตกต่างจากเดิม และมีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ด้วยการยอมรับได้กับความแตกต่างหลากหลายของวิธีการแก้ปัญหา





2.2 ทักษะการควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)

หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการจัดการกับความรู้อารมณ์ทางใจได้เป็นอย่างดี เพื่อไม่ให้มีผลกระทบด้านลบต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยควบคุมการตอบสนองทางอารมณ์ ด้วยการกำกับดูแลอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม และแสดงกิริยาท่าทางที่สอดคล้องกับสภาวะอารมณ์





3. การกำกับพฤติกรรม (Behavioral Regulation)

หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการดูแลควบคุมการกระทำหรืออาการที่แสดงออกของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียนและนอกห้องเรียนได้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วยความสามารถ 2 ทักษะ คือ



3.1 ทักษะการตรวจสอบตนเอง (Self-Monitor) หมายถึง

ความสามารถของนักเรียนในการพิจารณาถึงพฤติกรรมหรือการกระทำของตนเอง เพื่อให้แน่ใจว่าสิ่งที่ได้กระทำเป็นสิ่งที่ถูกต้อง และไม่มีผลกระทบด้านลบต่อผู้อื่น ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยกำกับติดตามพฤติกรรมตนเอง ด้วยการพิจารณาการกระทำของตนเองว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องดีงาม และไม่แสดงการกระทำที่มีผลกระทบด้านลบต่อผู้อื่น


>>>>> **3.2 ทักษะการยับยั้ง (Inhibit)** หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการคิดอย่างรอบคอบก่อนลงมือกระทำและยืดเวลาการตอบสนอง เพื่อให้มีเวลาประเมินสถานการณ์หรือพฤติกรรมที่อาจมีผลกระทบด้านลบต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยควบคุมความวู่วาม ด้วยการหลีกเลี่ยงการกระทำที่ทำโดยไม่คิด ดูแลความปลอดภัยของตนเอง และหยุดแสดงพฤติกรรมด้านลบในเวลาที่เหมาะสมได้ด้วยตนเอง



ตัวอย่างการออกแบบเครื่องมือประเมิน

ลิงค์ดาวน์โหลด

<http://efonline.edu.ku.ac.th/website/download/EFtutorial-update022021.pdf>



เอกสารอ้างอิง

- ขวัญฟ้า รังสิยานนท์, อัญชิษฐา ปิยะจิตติ และรัชยา เชื้อกลาง. (2560). การจัดประสบการณ์การเรียนรู้. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต : กรุงเทพมหานคร
- ฐาปณีย์ แสงสว่าง. (2559). ความสามารถคิดบริหารจัดการตน: แบบวัดและแนวทางการพัฒนาสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา (ปริญญาานิพนธ์ ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ดุขฎิ อุปการ และอรปรียา ญาณะชัย. (2561). การเสริมสร้างพัฒนาการการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย ควรเลือกใช้หลักการใด “การเรียนรู้โดยใช้สมองเป็นฐาน” หรือ “การคิดเชิงบริหาร”. วารสาร สาขามนุษย์ศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 (มกราคม – เมษายน 2561) : 1635.
- พระราชบัญญัติการพัฒนาเด็กปฐมวัย พ.ศ.2562. (2562. 30 เมษายน). ราชกิจจานุเบกษา. เล่มที่ 136 ตอนที่ 56 ก.
- ภารุจรีร์ บุญชุ่ม. (2555). การศึกษาและพัฒนาชุดของเล่นประเภทฝึกประสาทสัมผัสสำหรับเด็ก ออทิสติกที่มีปัญหาการควบคุมกล้ามเนื้อ. ปริญญาานิพนธ์. นวัตกรรมการออกแบบ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วีระศักดิ์ ชลไชยะ. (ม.ป.ป). พัฒนา EF ตั้งแต่เด็กปฐมวัย รากฐานของการพัฒนาประเทศไทยยุค Thailand 4.0. Hot topics (ม.ป.ป.) : 12 – 14
- สุณี บุญพิทักษ์. (2557). วิจัยชั้นเรียนปฐมวัยหลักปฏิบัติจากประสบการณ์. สำนักพิมพ์ปัญญาชน : กรุงเทพมหานคร
- สุภาวดี หาญเมธี. (2561). คู่มือพัฒนาทักษะสมอง EF Executive Functions สำหรับครูปฐมวัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : บริษัท มติชน จำกัด (มหาชน)