

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย  
โดยการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

131470

นางสาวชฎานนท์ สุวรรณเพชร



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

เลขที่วิทยานิพนธ์	266289
เลขทะเบียน	2.
เลขเรียกหนังสือ	152.A 8132ก 2565

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย  
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

พ.ศ. 2565

สงวนลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม



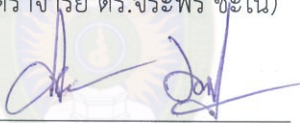
**ใบอนุญาตวิทยานิพนธ์**  
**มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม**

คณะกรรมการสอบได้พิจารณาวิทยานิพนธ์ของ นางสาวชฎานนท์ สุวรรณเพชร แล้ว  
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ของมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

**คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์**

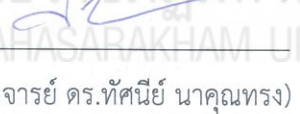
  
ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิระพร ชะโน)

  
กรรมการ

(อาจารย์ ดร.โชติกา ธรรมวิเศษ)

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

  
กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ทัศนีย์ นาคุณทรง)

  
กรรมการ

(อาจารย์ ดร.พีระพร รัตนาเกียรติ)

มหาวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ของมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวรรณ ศรีวาปี)

คณบดีคณะครุศาสตร์



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพศาล วรรคำ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่.....เดือน.....ปี.....

**ชื่อเรื่อง** : การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย  
โดยการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

**ผู้วิจัย** : นางสาวชฎานนท์ สุวรรณเพชร

**ปริญญา** : ครุศาสตรมหาบัณฑิต (การศึกษาปฐมวัย)  
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

**อาจารย์ที่ปรึกษา** : อาจารย์ ดร.พีระพร รัตนเกียรติ์

**ปีที่สำเร็จการศึกษา** : 2565

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ 2) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่เด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนบ้านดงใหญ่ อำเภอนาคู จังหวัดมหาสารคาม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 2 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 11 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย 3 ด้าน คือ 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ Pre-Experimental Design สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าร้อยละความก้าวหน้า

ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X} = 40.09$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X} = 12.90$ ) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X} = 13.36$ ) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X} = 13.81$ ) 2) ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ พบว่า เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยมีค่าร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 53.53

**คำสำคัญ:** กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ; การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์; เด็กปฐมวัย

**Title** : Young children Emotional Intelligence Development  
By organizing physical activities, coordinating guidance

**Author** : Miss Chayanon Suwunnapate

**Degree** : Master of Education Early childhood education  
Rajabhat Maha Sarakham University

**Advisors** : Dr.Peeraporn Rattanakiat

**Year** : 2022

## ABSTRACT

The purpose of this research were 1) to study the level of emotional intelligence of preschool children after physical activity coordinated with guidance, 2) to compare the emotional intelligence of preschool children between before and after the co-ordination of physical activities and guidance. The target group used in this research were 11 early childhood in level 3 of Ban Dong Yai School Wapi Pathum District Maha Sarakham Province Maha Sarakham Primary Educational Service Area Office in Area 2, Academic Year 2020, by Purposive sampling. The tools used in this research are: Physical activity plan coordinates guidance. Emotional Intelligence Assessment Form of Early Childhood Children, consisted of 3 aspects, those-were 1) The perception of one's own emotions and feelings, 2) The perception of emotions and feelings of others, 3) aspect of coexistence with others. Design based-on Pre-Experimental model The statistics used to analyze the data were averages standard, deviation and percentage.

The findings were as follows: The level of emotional intelligence of preschool children after guiding physical activity was at a very good level ( $\bar{X} = 40.09$ ). and when considering each aspect, it was found that The perception of one's own emotions and feelings at a very good level ( $\bar{X} = 12.90$ ). The perception of emotions and

feelings of others at a very good level ( $\bar{X} = 13.36$ ). aspect of coexistence with others at a very good level ( $\bar{X} = 13.81$ ) 2) The emotional intelligence of early childhood children after guiding physical activity was found that early childhood emotional intelligence was higher in all aspects, with a percentage of progress of 53.53.

**Keywords:** Coordinated physical activity with guidance, Development of emotional intelligence, Early childhood



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เพราะความกรุณาในการให้ความช่วยเหลือ คำแนะนำ และให้ความรู้เป็นอย่างดีจาก อาจารย์ ดร.พีระพร รัตนากีเกียรติ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิระพร ชะโน ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ทัศนีย์ นาคคุณทรง และอาจารย์ ดร.โชติกา ธรรมวิเศษ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ให้คำปรึกษาแนะนำ และเสนอข้อคิดเห็นเพิ่มเติมทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ เป็นอย่างสูงยิ่งไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวรรณ ศรีวาปี ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุญส่ง คงแสนคำ อาจารย์ ดร.อาทิตย์ อาจหาญ อาจารย์วารินทิพย์ ศรีกุล และนางพงศสุวรรณ แสงเนตร ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบและให้ข้อเสนอแนะในการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และคณาจารย์สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคามทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้อันก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอขอบพระคุณคณะครูและผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านดงใหญ่ อำเภอลำดวน จังหวัดมหาสารคาม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 2 ที่ให้ความอนุเคราะห์ให้สถานที่ในการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูลและขอขอบใจนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 ทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ และสมาชิกในครอบครัวที่เป็นกำลังใจและแรงผลักดันให้สามารถฟันฝ่าอุปสรรคและทำวิจัยได้สำเร็จอย่างเต็มภาคภูมิ

ขอขอบคุณเพื่อนร่วมรุ่น สาขาการศึกษาปฐมวัย รุ่นที่ 1 ทุกคน ที่ให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ และคอยเป็นกำลังใจให้กันเสมอมา

คุณค่าและประโยชน์ที่พึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเพื่อบูชาพระคุณบิดามารดา บุรพจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่มีส่วนทำให้การวิจัยประสบความสำเร็จในการศึกษาครั้งนี้

นางสาวชฎานนท์ สุวรรณเพชร

## สารบัญ

หัวเรื่อง	หน้า
บทคัดย่อ .....	ก
ABSTRACT .....	ข
กิตติกรรมประกาศ .....	ง
สารบัญ .....	จ
สารบัญตาราง .....	ช
สารบัญภาพ .....	ซ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา .....	1
1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย .....	4
1.3 ขอบเขตการวิจัย .....	5
1.4 นิยามศัพท์เฉพาะ .....	5
1.5 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย .....	7
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม .....	8
2.1 หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 .....	8
2.2 กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ .....	13
2.3 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย .....	44
2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	71
2.5 กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	75
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย .....	76
3.1 กลุ่มเป้าหมาย .....	76
3.2 ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย .....	76
3.3 ตัวแปรที่ต้องศึกษา .....	77
3.4 แบบแผนการวิจัย .....	77
3.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	77
3.6 การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	78

หัวเรื่อง	หน้า
3.7 การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	88
3.8 การวิเคราะห์ข้อมูล .....	89
3.9 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล .....	90
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	92
4.1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล .....	92
4.2 การวิเคราะห์ข้อมูล .....	93
4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	93
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	99
5.1 สรุป .....	99
5.2 อภิปรายผล .....	99
5.3 ข้อเสนอแนะ .....	107
บรรณานุกรม .....	118
ภาคผนวก .....	124
ภาคผนวก ก รายงานผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบความเหมาะสมของ กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ.....	119
ภาคผนวก ข แบบประเมินความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ .....	121
คำดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับจุดประสงค์ คู่มือการใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ฯ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย	
ภาคผนวก ค คู่มือการใช้แผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ .....	131
ค่าสถิติแสดงค่าดัชนีความสอดคล้องแผนการจัดกิจกรรมฯ คู่มือการใช้แผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ	
ภาคผนวก ง ตัวอย่างภาพการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ .....	142
การเผยแพร่ผลงานวิจัย .....	146
ประวัติผู้วิจัย .....	147



## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
2.1	มาตรฐานที่ 3 มีสุขภาพจิตดีและมีความสุข .....	9
2.2	มาตรฐานที่ 4 ชื่นชมและแสดงออกทางศิลปะ ดนตรี และการเคลื่อนไหว .....	9
2.3	มาตรฐานที่ 5 มีคุณธรรม จริยธรรม และมีจิตใจที่ดีงาม .....	9
2.4	ประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ .....	10
2.5	การรับรู้และแยกแยะอารมณ์ของเด็กจำแนกตามวัย .....	56
3.1	แบบแผนการวิจัย .....	77
3.2	รายละเอียดเกณฑ์การให้คะแนนความฉลาดทางด้านอารมณ์ .....	78
3.3	การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ .....	84
4.1	ค่าสถิติแสดงระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย .....	93
4.2	การเปรียบเทียบความฉลาดทางด้านอารมณ์ในภาพรวมและรายด้าน .....	94



## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
2.1	พิธีมิดการเคลื่อนไหวในวิถีชีวิตประจำวันเพื่อสุขภาพ .....	16
2.2	กระบวนการชี้แนะ .....	35
2.3	กรอบแนวคิดการวิจัย .....	75
4.1	แผนภูมิเชิงเปรียบเทียบความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย .....	95
4.2	แผนภาพเปรียบเทียบความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย .....	96



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

เด็กปฐมวัยถือได้ว่าเป็นช่วงที่มีความสำคัญที่สุดในการวางรากฐานของชีวิต เนื่องด้วยเป็นวัยเริ่มต้นของชีวิต เป็นวัยแห่งพัฒนาการด้านต่าง ๆ มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งหากเด็กไม่ได้รับการพัฒนาให้ถูกต้องในช่วงเวลาที่สำคัญนี้แล้ว จะสร้างให้เกิดขึ้นภายหลังได้ยาก สำหรับการจัดการศึกษาให้กับเด็กนั้น ต้องคำนึงถึงเรื่องการส่งเสริมพัฒนาการที่ครอบคลุมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ พัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยลักษณะของพัฒนาการในแต่ละด้านเป็นไปตามขั้นตอนอย่างต่อเนื่อง และมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน หากพัฒนาการด้านหนึ่งบกพร่องจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการในด้านอื่น ๆ เช่น หากเด็กเจ็บป่วยในด้านร่างกายก็จะส่งผลโดยตรงต่อด้านอารมณ์ ซึ่งอาจทำให้เด็กหงุดหงิด โมโหง่าย และมีแนวโน้มว่าจะมีผลกระทบต่อพัฒนาการด้านสติปัญญาตามมาอีกด้วย (กระทรวงศึกษาธิการ, น. 22)

ปัจจุบันแนวทางการดำเนินชีวิตของประชาชนในประเทศได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วตามสภาพแวดล้อมของสังคม ค่านิยมของกระแสวัตถุ ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เหตุการณ์ต่าง ๆ ของบ้านเมืองทั้งภายในและภายนอกประเทศ ซึ่งสังคมไทยในอนาคตนั้นขึ้นอยู่กับการศึกษาที่เป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพเพราะสภาพปัญหาของระบบการศึกษาแบบเดิม ๆ เน้นให้เด็กเก่ง ทำคะแนนได้สูง ๆ เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้มาก แต่จะไม่เน้นในส่วนของจิตใจและอารมณ์ของเด็กเลย จึงทำให้เด็กหลายคนกลายเป็นเด็กที่มุ่งมานะและสนใจแต่การเรียนอย่างเดียวไม่สนใจสิ่งรอบข้าง เป็นเด็กแข็งกระด้าง ไร้น้ำใจ ไม่มีมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่น และอาจมีปัญหาในเรื่องของการควบคุมอารมณ์ตนเอง ปัญหาเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อปัญหาด้านอื่น ๆ ตามมาด้วย (กรมสุขภาพจิต, 2561) การรังแกกันหรือล้อเลียนกันในโรงเรียนเป็นจุดเริ่มต้นและเป็นการปลุกฝังเด็กเรื่องความรุนแรงการทำร้ายกัน มีผลกระทบต่อเด็กทั้ง 2 ฝ่าย ทั้งอารมณ์ จิตใจ ร่างกายและคุณภาพชีวิตในระยะยาว นักเรียนที่ถูกรังแกมักเครียด ซึมเศร้า มีปัญหาการเข้าสังคมจนโต หากถูกกดดันรุนแรงหรือเรื้อรัง จะนำไปสู่การทำร้ายคนอื่นเพื่อแก้แค้น หรือทำร้ายตนเอง รุนแรงถึงฆ่าตัวตาย ขณะที่นักเรียนที่รังแกคนอื่น เมื่อทำบ่อยครั้งจนกลายเป็นนิสัยเคยชิน จะมีปัญหาบุคลิกภาพแบบใช้ความก้าวร้าว ความรุนแรงต่อผู้อื่น ความรู้สึกผิดน้อย ใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา เป็นอันตราย หรืออาชญากรได้ สังคมจึงต้องช่วยกันใส่ใจ เร่งสร้างวัฒนธรรม

ความปลอดภัยทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน เพื่อลดการสูญเสียคุณภาพประชากรในสังคมที่เกิดจากผลกระทบปัญหานี้ในระยะยาว” (ข่าวออนไลน์, 2563 )

ในการพัฒนาประเทศขึ้นอยู่กับการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ เป็นเรื่องที่สำคัญควรเริ่ม ตั้งแต่การได้รับการเลี้ยงดูตั้งแต่วัยเด็ก โดยหลักสูตรการศึกษาปฐมวัยได้เน้นการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิด -6 ปี ให้มีพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่เหมาะสมกับวัย โดยเฉพาะพัฒนาการด้านร่างกายที่ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถ อย่างอิสระ ผ่านอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ สัญญาณ ความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์ จิตใจจะเป็นการสนับสนุนให้เด็กได้แสดงออกทางอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองที่เหมาะสมกับวัย ตระหนักถึงลักษณะพิเศษเฉพาะที่เป็นอัตลักษณ์ความเป็นตัวของตัวเอง มีความสุข ร่าเริงแจ่มใส มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น พัฒนาคุณธรรมจริยธรรม สุนทรียภาพ ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเองขณะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ การพัฒนาอารมณ์ จิตใจ และปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม เป็นการปลูกฝังให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความเชื่อมั่นกล้าแสดงออก มีวินัย รับผิดชอบ ซื่อสัตย์ ประหยัด เมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อ แบ่งปัน มีมารยาทและปฏิบัติตามวัฒนธรรมไทยและศาสนาที่นับถือโดยจัดกิจกรรมต่าง ๆ ผ่านการเล่นให้เด็กได้มีโอกาสตัดสินใจเลือก ได้รับการตอบสนองความต้องการ ได้ฝึกปฏิบัติโดยสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรมอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะพัฒนาการทางด้านอารมณ์ จิตใจนั้นสำคัญต่อเด็กปฐมวัยเป็นอย่างมาก (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560, น. 2)

Gardner (1953, อ้างถึงใน ทิศนา แฉมมณี, 2550, น. 56-58) ได้นิยามคำว่า ความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึง ความสามารถในการแก้ปัญหาในสภาพแวดล้อมต่าง ๆ หรือการสร้างสรรค์ผลงานต่าง ๆ ซึ่งจะมีความสัมพันธ์กับบริบททางวัฒนธรรมในแต่ละแห่ง รวมทั้งความสามารถในการตั้งปัญหาเพื่อจะหาคำตอบและเพิ่มพูนความรู้ การ์ดเนอร์มีความเชื่อพื้นฐานที่สำคัญ 2 ประการ คือ 1) ความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลมิได้มีเพียงความสามารถทางภาษาและทางคณิตศาสตร์เท่านั้น แต่มีอยู่อย่างหลากหลายถึง 5 ประเภทด้วยกัน ซึ่งเขาบอกว่าความจริงอาจจะมีมากกว่านี้ คนแต่ละคนจะมีความสามารถเฉพาะด้านที่แตกต่างไปจากคนอื่น และมีความสามารถในด้านต่าง ๆ ไม่เท่ากัน ความสามารถที่ผสมผสานกันออกมา ทำให้บุคคลแต่ละคนมีแบบแผนซึ่งเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตน 2) ความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละบุคคลจะไม่อยู่คงที่อยู่ที่ระดับที่ตนมีตอนเกิด แต่สามารถเปลี่ยนแปลงได้หากได้รับการส่งเสริมที่เหมาะสม

ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เป็นผลมาจากประสบการณ์ที่เด็กได้รับในสภาพแวดล้อมที่ทำให้รู้สึกเป็นสุข โกรธ กลัว สนุกสนาน อิจฉา ฯลฯ ซึ่งลักษณะอารมณ์ดังกล่าว เป็นอารมณ์ที่เป็นไปในทางบวกและทางลบ การเกิดอารมณ์ใดบ่อยครั้งจะทำให้เป็นลักษณะอารมณ์ประจำตน วัฒนา ปุญญฤทธิ์ (2557, น. 9) ถ้าเด็กเกิดอารมณ์เครียดบ่อยครั้งจะกลายเป็นแรงกดดันทางอารมณ์

ทำให้เด็กรู้สึกไม่พอใจ ไม่สบายใจ บางคนแสดงออกด้วยวาจาคำพูด แต่เด็กบางคนไม่แสดงออกและเก็บกดไว้ภายในกลายเป็นความกังวลสาเหตุของความเครียดอาจมีได้หลายอย่าง เช่น สภาพครอบครัวแตกแยกไม่มั่นคง เครียดจากการถูกทำทารุณกรรมทำร้าย และความทะเยอทะยานคาดหวังของพ่อแม่ เป็นต้น สอดคล้องกับกนกวรรณ ชื่อจรัส (2553, น. 23) ได้กล่าวถึงความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นกระบวนการทางปัญญา ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์จำเป็นต้องรับการปลูกฝังและพัฒนาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่วัยเด็กควบคู่กับการพัฒนาความฉลาดทางเชาว์ปัญญา เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์เป็นทักษะที่เกิดขึ้นได้ด้วยกระบวนการเรียนรู้จากวิธีการเลี้ยงดู การมีแบบอย่างหรือการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนา โดยเฉพาะการพัฒนาตั้งแต่วัยเด็กเล็กในช่วงอายุ 2-5 ปี เพราะความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กจะพัฒนาได้อย่างมากในช่วงวัยนี้ และคุณสมบัติหลายประการ อาทิเช่น การควบคุมอารมณ์ตนเอง การมีวินัย ความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น จะเกิดขึ้นได้จากการสร้างรากฐานในวัยนี้ โดยครูสามารถส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์ด้วยกิจกรรมที่เหมาะสม

กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ได้ลงมือกระทำวัตถุ เปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้ร่างกายปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองในการเคลื่อนไหวอย่างอิสระตามความคิดและจินตนาการในลักษณะต่าง ๆ โดยมีครูเป็นชี้แนะทำหน้าที่ช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก ส่งเสริมและสนับสนุน คอยอยู่เคียงข้างเป็นเพื่อนร่วมทาง เปิดโอกาสให้ผู้รับการชี้แนะได้ปลดปล่อย เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระเต็มตามศักยภาพของตนเอง ตลอดจนสร้างแรงบันดาลใจให้ผู้รับการชี้แนะมีทักษะความสามารถอันจะนำไปสู่จุดหมายปลายทางด้วยแรงจูงใจภายในและความสามารถของผู้รับการชี้แนะเองสู่ความสำเร็จตามที่มุ่งหวังไว้ ช่วยให้ผู้เรียนมีพัฒนาการที่ดีทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม โดยสนับสนุนให้ผู้เรียนเกิดทักษะพื้นฐานในการเคลื่อนไหวเพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพแข็งแรง ด้านวิถีชีวิตโดยช่วยให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นจากการมีส่วนร่วมกิจกรรมทางกาย ซึ่งจะเป็นประสบการณ์ที่ส่งผลไปสู่การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายเมื่อเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต ด้านจิตใจ โดยการช่วยลดความเครียดและความวิตกกังวลรวมถึงภาวะซึมเศร้าที่เกิดขึ้นทำให้ผู้เรียนมีสุขภาพจิตที่ดี ด้านสังคม โดยช่วยสร้างลักษณะนิสัยที่ดีให้แก่ผู้เรียนในการอยู่ร่วมกันด้วยเหตุผลและการร่วมมือในการทำงานเป็นทีม ซึ่งกิจกรรมทางกายถือเป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาการเรียนรู้และทักษะต่าง ๆ ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตในอนาคตของเด็กปฐมวัย ช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจ ลดความรู้สึกวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า ช่วยให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีขึ้นและเพิ่มความสามารถในการเรียนรู้เนื่องจากมีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ อีกทั้งยังมีผลต่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกายโดยรวม โดยเด็กปฐมวัยควรมีกิจกรรมทางกายที่หลากหลายและสม่ำเสมออย่างน้อย 180 นาทีต่อวัน (แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย, 2561-2573)

โรงเรียนบ้านดงใหญ่เป็นโรงเรียนขนาดเล็กที่มีการจัดการเรียนการสอนในระดับปฐมวัย และส่วนใหญ่จะได้รับการอบรมเลี้ยงดูโดยผู้ปกครองที่เป็น ปู่ ย่า ตา และยาย มากกว่าพ่อแม่เด็กเอง มีการเลี้ยงดูที่ให้เด็กอยู่กับสื่อออนไลน์ โทรศัพท์มือถือเป็นส่วนใหญ่ โดยเมื่อเด็กได้อยู่กับสื่อเหล่านี้แล้วเด็กจะอยู่นิ่ง ไม่ดิ้น และผู้ปกครองก็จะได้มีเวลาในการทำงานของตนเอง โดยที่ลืมนึกถึงผลกระทบอื่น ๆ ที่ตามมาว่าถ้าเด็ก ๆ เติบโตขึ้นมาจะเป็นผู้ใหญ่ที่มีอารมณ์ไม่มั่นคงและความสามารถในการกำกับดูแลตนเองก็ทำได้ยาก ไม่สามารถที่จะปรับตัวเองเข้ากับผู้อื่นได้ เด็กอยู่กับสื่อเทคโนโลยีเหล่านี้มาก ๆ หรือเรียกอีกอย่างว่า “พฤติกรรมเนือยนิ่ง” (แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย, 2561–2573) จากการประเมินพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ของโรงเรียนบ้านดงใหญ่ ตั้งแต่ปีการศึกษา 2560 เป็นต้นมา พบว่าพัฒนาการทางด้านอารมณ์-จิตใจ ต่ำลงเรื่อย ๆ โดยเฉพาะมาตรฐานที่ 3 มีสุขภาพจิตดีและมีความสุข ตัวบ่งชี้ที่ 3.1 แสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมที่เด็กมีคะแนนค่อนข้างต่ำ จากการศึกษาของครูผู้สอนพบว่า บริบทของโรงเรียนบ้านดงใหญ่เด็กส่วนใหญ่จะได้รับการเลี้ยงดูโดยผู้สูงอายุทำให้เด็กถูกเลี้ยงแบบตามใจ เลี้ยงแบบให้เด็กอยู่กับโทรศัพท์มือถือ ไอแพด มากกว่าการเอาใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิด ทำให้เด็กเอาแต่ใจตนเอง งอแงร้องไห้เมื่อถูกขัดใจ ยึดตนเองเป็นสำคัญ ตลอดจนมีพฤติกรรมที่รุนแรง บ่อยครั้งมีอาการตัวเกร็งเมื่อโกรธหรือไม่พอใจผู้อื่น ทำลายข้าวของเมื่อถูกคนรอบข้างขัดใจ มีอารมณ์ที่หงุดหงิดไม่โหยง่ายเวลาที่ไม่ได้ของสิ่งนั้นจากเพื่อน ๆ ขว้างปาสิ่งของทุกครั้งที่โดนขัดใจ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เริ่มรุนแรงมากยิ่งขึ้น

จากความสำคัญและสภาพปัญหาข้างต้นจะเห็นได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยมีความสำคัญมาก เพราะความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข มีความสามารถในการรู้จัก เข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องตามวัย มีการประพฤติปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสมและมีความสุข ผลที่ได้จากการวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ต่อครู ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาปฐมวัยและผู้บริหาร เพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะที่พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการที่จะพัฒนาให้เด็กปฐมวัยมีพื้นฐานทางด้านอารมณ์ที่ดีต่อไปในภายภาคหน้า

## 1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

1.2.2 เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

### 1.3 ขอบเขตการวิจัย

1.3.1 กลุ่มเป้าหมายในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนบ้านดงใหญ่ อำเภอบึงสามพัน จังหวัดมหาสารคาม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 2 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 11 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง

1.3.2 เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย ซึ่งจัดในช่วงกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ประกอบด้วย 1) การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ และสัญญาณ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น 3) การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย โดยดำเนินกิจกรรม ดังนี้ 1) ชั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ 2) ชั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ 3) ชั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ 4) ชั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน

1.3.3 ตัวแปร ที่ศึกษา มีดังนี้

1.3.3.1 ตัวแปรต้น คือ กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

1.3.3.2 ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

1.3.4 ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษา

ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 ระยะเวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันละ 30 นาที รวม 24 ครั้ง

### 1.4 นิยามศัพท์เฉพาะ

การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ หมายถึง กิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหว ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถอย่างอิสระ ผ่านอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ สัญญาณ และเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น โดยครูคอยช่วยเหลือ ส่งเสริมและสนับสนุนกระตุ้นด้วยคำถาม และแนะนำในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ 1) การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ และสัญญาณ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น 3) การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย โดยดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ชั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ หมายถึง การเตรียมความพร้อมเพื่อกระตุ้นอารมณ์ของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน อยากเรียนรู้ โดยครูเป็นผู้สร้างบรรยากาศให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถผ่านเสียงเพลง จังหวะและดนตรีตามความคิดอย่างอิสระ

2. **ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ** หมายถึง การที่ครูสาธิตวิธีการในการเคลื่อนไหวหรือแนะนำอุปกรณ์ที่ใช้ในเคลื่อนไหว วางแผนจากสื่อและอุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงสร้างข้อตกลงในการเคลื่อนไหวร่างกาย เปิดโอกาสให้เด็กลงมือปฏิบัติกิจกรรม โดยครูคอยชี้แนะ ช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก กระตุ้นด้วยคำถาม

3. **ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ** หมายถึง เป็นขั้นที่ครูกระตุ้นด้วยคำถาม พูดคุย ซักถาม อาจเป็นคำถามที่ท้าทาย หรือคำถามที่เป็นสถานการณ์ สร้างทางเลือก สาธิตการเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์นั้นจากข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดขึ้น เพื่อเปิดประสบการณ์ใหม่ให้กับเด็ก ซึ่งครูจะสังเกตพฤติกรรมระหว่างเด็กปฏิบัติกิจกรรม ครูคอยเสริมแรงให้กำลังใจ โดยการใช้คำพูด สาธิตในรูปแบบต่าง ๆ เป็นตัวอย่างให้เด็กดู

4. **ขั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน** หมายถึง เป็นขั้นที่ครูให้เด็กได้ผ่อนคลายร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ในขั้นนี้ครูจะกระตุ้นด้วยคำถาม สนทนา ซักถาม และทบทวนกิจกรรมเพื่อให้เด็กได้พูดและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความฉลาดทางด้านอารมณ์ในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ ปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขสนุกสนานร่าเริงกับการเล่นหรือทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากแบบประเมินความฉลาดด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย มีรายละเอียดแต่ละด้าน ดังนี้

1. **ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง** หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการบอกอารมณ์และแสดงความรู้สึกของตนเองว่าตนเองกำลังรู้สึกอย่างไร ประกอบด้วย

- 1.1 ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน
- 1.2 บอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อถูกถาม เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ
- 1.3 พูดหรือแสดงท่าทางปฏิเสธเมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ
- 1.4 ยิ้มหรือปรบมือเมื่อได้รับคำชมเชย
- 1.5 รอคอยได้เมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น

2. **ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น** หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในเข้าใจรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม ประกอบด้วย

- 2.1 ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น
- 2.2 ไม่กระทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบ
- 2.3 เข้าไปช่วยเหลือหรือพูดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ
- 2.4 ไม่หยิบของผู้อื่นมาเป็นของตน
- 2.5 เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุก



3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยที่แสดงถึงสัมพันธภาพที่ดีและเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น เห็นอกเห็นใจ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ประกอบด้วย

- 3.1 แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น
- 3.2 พุดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาร่วมเล่นหรือทำกิจกรรมด้วยกัน
- 3.3 พุดหรือแสดงท่าทางขอโทษผู้อื่นเมื่อตนเองทำผิด
- 3.4 พุดหรือแสดงท่าทางขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของ
- 3.5 ปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้

## 1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.5.1 เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ มีความฉลาดทางด้านอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ดีขึ้น

1.5.2 การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเป็นประโยชน์ต่อครูในการจัดกิจกรรมหรือต่อยอดกิจกรรมในชั้นเรียนให้เด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ดีขึ้น

1.5.3 เพื่อให้ผู้บริหารโรงเรียน ได้มองเห็นความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย รวมถึงการปูพื้นฐานอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

1.5.4 การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเป็นประโยชน์ต่อผู้ปกครองและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กปฐมวัยสามารถนำไปเป็นแนวทางในการส่งเสริมเด็กให้มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีและเหมาะสมยิ่งขึ้น

## บทที่ 2

### การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยการจัดกิจกรรมทางกาย ประสานการชี้แนะ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 ที่เกี่ยวข้องกับฉลาดทางอารมณ์ ฯ
2. กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ
3. ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
5. กรอบแนวคิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

#### 2.1 หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 ที่เกี่ยวข้องกับฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 เป็นหลักสูตรที่เน้นการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิด-6 ปี ให้ความสำคัญยิ่งในการพัฒนาเด็กทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างเป็นองค์รวมและสมดุลครบทุกด้าน ผ่านการเล่นอย่างมีความหมาย สำหรับการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์สำหรับเด็กปฐมวัยนั้น ครูจะต้องบูรณาการให้กิจกรรมมีความหลากหลาย โดยมีหลักสำคัญอันได้แก่ การให้ความรักและความอบอุ่น เห็นคุณค่าในตนเอง ความเพลิดเพลิน สร้างประสบการณ์และการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นกับเด็ก เพื่อจะเป็นพื้นฐานสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งจะทำให้เด็กเกิดการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง รับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น มีความไว้วางใจ เห็นคุณค่าของตนเอง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ดี เคารพความคิดของผู้อื่น เป็นคนดีของสังคม สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

สำหรับมาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ผู้วิจัยขอเสนอรายละเอียดในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ดังนี้

**ตารางที่ 2.1** มาตรฐานที่ 3 มีสุขภาพจิตดีและมีความสุข

ตัวบ่งชี้	สภาพที่พึงประสงค์
	อายุ 5-6 ปี
3.1 แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม	3.1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
3.2 มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น	3.2.1 กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์
	3.2.2 แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

**ตารางที่ 2.2** มาตรฐานที่ 4 ชื่นชมและแสดงออกทางศิลปะ ดนตรี และการเคลื่อนไหว

ตัวบ่งชี้	สภาพที่พึงประสงค์
	อายุ 5-6 ปี
4.1 สนใจ มีความสุขและแสดงออกผ่านงานศิลปะ ดนตรีและการเคลื่อนไหว	4.1.1 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
	4.1.2 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง ดนตรี
	4.1.3 สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทาง/เคลื่อนไหว ประกอบเพลง จังหวะ และดนตรี

**ตารางที่ 2.3** มาตรฐานที่ 5 มีคุณธรรม จริยธรรม และมีจิตใจที่ดีงาม

ตัวบ่งชี้	สภาพที่พึงประสงค์
	อายุ 5-6 ปี
5.1 ซื่อสัตย์สุจริต	5.1.1 ขออนุญาตหรือรอคอยเมื่อต้องการสิ่งของของผู้อื่นด้วยตนเอง
5.2 มีความเมตตา กรุณา มีน้ำใจ และช่วยเหลือแบ่งปัน	5.2.1 แสดงความรักเพื่อนและมีเมตตาต่อสัตว์เลี้ยง
5.3 มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	5.3.1 แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์
5.4 มีความรับผิดชอบ	5.4.1 ทำงานที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จด้วยตนเอง

ประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ ซึ่งเป็นการสนับสนุนให้เด็กได้แสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกของตนเองที่เหมาะสมกับวัย ครอบคลุมถึงลักษณะพิเศษเฉพาะที่เป็นอัตลักษณ์ความเป็นตัวของตัวเอง มีความสุข ร่าเริงแจ่มใส การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้พัฒนาคุณธรรมจริยธรรม สนุกทริยภาพความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเองขณะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ มีรายละเอียดดังนี้

#### ตารางที่ 2.4 ประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ

ด้านอารมณ์	ประสบการณ์สำคัญ
1. สนุกทริยภาพ ดนตรี	(1) การฟังเพลง การร้องเพลง และการแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบเสียงดนตรี (2) การเล่นเครื่องดนตรีประกอบจังหวะ (3) การเคลื่อนไหวตามเสียงเพลง/ดนตรี (4) การเล่นเกมบทบาทสมมติ (5) การทำกิจกรรมศิลปะต่าง ๆ (6) การสร้างสรรค์สิ่งสวยงาม
2. การเล่น	(1) การเล่นอิสระ (2) การเล่นรายบุคคล กลุ่มย่อย กลุ่มใหญ่ (3) การเล่นตามมุมประสบการณ์ (4) การเล่นนอกห้องเรียน
3. คุณธรรม จริยธรรม	(1) การปฏิบัติตนตามหลักศาสนาที่นับถือ (2) การฟังนิทานเกี่ยวกับคุณธรรม จริยธรรม (3) การร่วมสนทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเชิงจริยธรรม
4. การแสดงออกทางอารมณ์	(1) การพูดสะท้อนความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น (2) การเล่นเกมบทบาทสมมติ (3) การเคลื่อนไหวตามเสียงเพลง/ดนตรี (4) การร้องเพลง (5) การทำงานศิลปะ

(ต่อ)

## ตารางที่ 2.4 (ต่อ)

ด้านอารมณ์	ประสบการณ์สำคัญ
5. การมีอัตลักษณ์เฉพาะตน และเชื่อว่าตนเองมีความสามารถ	(1) การปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ตามความสามารถของตนเอง
6. การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	(1) การแสดงความยินดีเมื่อผู้อื่นมีความสุข เห็นใจเมื่อผู้อื่นเศร้าหรือเสียใจและการช่วยเหลือลอบโยนเมื่อผู้อื่นได้รับบาดเจ็บ

หลักการ แนวทางการจัดประสบการณ์ การประเมินพัฒนาการที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางด้านอารมณ์ มีดังนี้

## 1. หลักการจัดประสบการณ์

1.1 จัดประสบการณ์การเล่นและการเรียนรู้ที่หลากหลาย เพื่อพัฒนาเด็กโดยองค์รวมอย่างสมดุลและต่อเนื่อง

1.2 เน้นเด็กเป็นสำคัญ สนองความต้องการความสนใจ ความแตกต่างระหว่างบุคคล และบริบทของสังคมที่เด็กอาศัยอยู่

1.3 จัดให้เด็กได้รับการพัฒนา โดยให้ความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้และพัฒนาการของเด็ก

1.4 จัดการประเมินพัฒนาการให้เป็นกระบวนการอย่างต่อเนื่อง และเป็นส่วนหนึ่งของการจัดประสบการณ์ พร้อมทั้งนำผลการประเมินมาพัฒนาเด็กอย่างต่อเนื่อง

1.5 ให้อาชีพแม่ ครอบครัวยุ ชุมชน และทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมพัฒนาเด็ก

## 2. แนวทางการจัดประสบการณ์

2.1 จัดประสบการณ์ให้สอดคล้องกับจิตวิทยาพัฒนาการและการทำงานของสมองที่เหมาะสมกับอายุ วุฒิภาวะและระดับพัฒนาการเพื่อให้เด็กทุกคนได้พัฒนาเต็มตามศักยภาพ

2.2 จัดประสบการณ์ให้สอดคล้องกับแบบการเรียนรู้ของเด็ก เด็กได้ลงมือกระทำ เรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้งห้า ได้เคลื่อนไหว สำรวจ เล่น สังเกต สืบค้น ทดลอง และคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง

2.3 จัดประสบการณ์แบบบูรณาการ โดยบูรณาการทั้งกิจกรรม ทักษะ และสาระการเรียนรู้

2.4 จัดประสบการณ์ให้เด็กได้ริเริ่มคิดวางแผน ตัดสินใจลงมือกระทำและนำเสนอความคิด โดยผู้สอนหรือผู้จัดประสบการณ์เป็นผู้สนับสนุนอำนวยความสะดวกและเรียนรู้ร่วมกับเด็ก

2.5 จัดประสบการณ์ให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กอื่นกับผู้ใหญ่ ภายใต้สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ในบรรยากาศที่อบอุ่นมีความสุข และเรียนรู้การทำกิจกรรมแบบร่วมมือในลักษณะต่าง ๆ กัน

2.6 จัดประสบการณ์ให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับสื่อและแหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลายและอยู่ในวิถีชีวิตของเด็ก สอดคล้องกับบริบทสังคม และวัฒนธรรมที่แวดล้อมเด็ก

2.7 จัดประสบการณ์ที่ส่งเสริมลักษณะนิสัยที่ดีและทักษะการใช้ชีวิตประจำวัน ตามแนวทางหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตลอดจนสอดแทรกคุณธรรมจริยธรรม และการมีวินัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

2.8 จัดประสบการณ์ทั้งในลักษณะที่มีการวางแผนไว้ล่วงหน้าและแผนที่เกิดขึ้นในสภาพจริงโดยไม่ได้คาดการณ์ไว้

2.9 จัดทำสารนิทัศน์ด้วยการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กเป็นรายบุคคล นำมาไตร่ตรองและใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาเด็กและการวิจัยในชั้นเรียน

2.10 จัดประสบการณ์โดยให้พ่อแม่ ครอบครัว และชุมชนมีส่วนร่วมทั้งการวางแผนการสนับสนุนสื่อ แหล่งเรียนรู้ การเข้าร่วมกิจกรรม และการประเมินพัฒนาการ

### 3. สำหรับการประเมินพัฒนาการ

3.1 วางแผนการประเมินพัฒนาการอย่างเป็นระบบ

3.2 ประเมินพัฒนาการเด็กครบทุกด้าน

3.3 ประเมินพัฒนาการเด็กเป็นรายบุคคลอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่องตลอดปี

3.4 ประเมินพัฒนาการตามสภาพจริงจากกิจกรรมประจำวันด้วยเครื่องมือและวิธีการที่หลากหลาย ไม่ควรใช้แบบทดสอบ

### 4. สรุปผลการประเมิน จัดทำข้อมูลและนำผลการประเมินไปใช้พัฒนาเด็ก

สำหรับวิธีการประเมินที่เหมาะสมและควรใช้กับเด็กอายุ 3-6 ปี ได้แก่ การสังเกต การบันทึกพฤติกรรมการเล่นกับเด็ก การสัมภาษณ์ การวิเคราะห์ข้อมูลจากผลงานเด็กที่เก็บอย่างมีระบบ

จากการศึกษาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ซึ่งเป็นหลักสูตรที่เน้นการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิด-6 ปี ให้มีพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่เหมาะสมกับวัย โดยเฉพาะพัฒนาการด้านร่างกายที่ครูหรือผู้ดูแลเด็กควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถอย่างอิสระ ผ่านอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ สัตว์เลี้ยง ตามความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจจะเป็นการสนับสนุนให้เด็กได้แสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกของตนเองที่เหมาะสมกับวัย ตระหนักถึงลักษณะพิเศษเฉพาะที่เป็นอัตลักษณ์ความเป็นตัวของตัวเอง มีความสุข ร่าเริงแจ่มใส การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้พัฒนาคุณธรรมจริยธรรม สนุกทริยภาพความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเอง ขณะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ การพัฒนาอารมณ์ จิตใจ และปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม เป็นการปลูกฝังให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น

## 2.2 กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

### 2.2.1 ความหมายของกิจกรรมทางกาย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

กรมวิชาการ (2561, น. 2) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย (Physical Activity) หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายในทุกอิริยาบถ เพื่อให้เกิดการใช้พลังงานจากกล้ามเนื้อและการเผาผลาญพลังงานของร่างกาย ครอบคลุมมิติที่สำคัญในวิถีชีวิตประจำวัน 3 ส่วน สำหรับกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย ได้แก่

1. กิจกรรมทางกายที่เกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนการสอนในห้องเรียนและนอกห้องเรียนที่เด็กมีการขยับเคลื่อนไหวออกแรง เช่น การฉีกปะภาพ การวาดรูประบายสี การทำอาหาร การปลูกผัก การเล่นเกมกลางแจ้ง เดินระหว่างห้องหรืออาคาร การเล่นเครื่องเล่นสนาม การเคลื่อนไหวตามเสียงเพลงในห้องเรียน เป็นต้น

2. กิจกรรมทางกายที่เกี่ยวกับการเดินทาง เช่น การเดินทางไปโรงเรียน ไปซื้อของไปจ่ายตลาด เป็นต้น ด้วยการเดิน การปั่นจักรยาน หรือการเดินหรือขึ้นบันไดเพื่อไปโดยสารรถสาธารณะ

3. กิจกรรมในเวลาว่างจากการเรียน หรือ กิจกรรมหลังเลิกเรียนที่เด็กมีการขยับเคลื่อนไหวออกแรง โดยไม่รวมการนั่ง/นอนดูโทรทัศน์ เล่นโทรศัพท์มือถือ เช่น การทำกิจกรรมนันทนาการกับเพื่อนหรือผู้ปกครอง การเล่น/แข่งกีฬา เป็นต้น

นิภาพร ตีสมาโชค (2536, น. 37) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง ประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนได้รับรู้จากการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองจนเกิดการเรียนรู้ โดยผ่านประสาทสัมผัสทั้งสี่ด้าน ได้แก่ การดู (Visual) การฟัง (Audio) การสัมผัสสัมผัส (Tactile) และการเคลื่อนไหว (Muscular) ซึ่งผู้เรียนได้เคลื่อนไหววัยวะส่วนต่าง ๆ เช่น นิ้วมือ มือ แขน ขา สัมผัสกับสิ่งของต่าง ๆ อันจะทำให้เกิดการสังเกตเปรียบเทียบจนเกิดพัฒนาการทางสติปัญญาหรือความคิดขึ้น

สนธยา สีละมาต (2557, น. 24) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวของร่างกายทุกรูปแบบที่เกิดจากการหดตัวของกล้ามเนื้อและทำให้ร่างกายมีการใช้พลังงานเพิ่มขึ้นจากขณะพัก ฉะนั้นกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมจึงจะส่งผลดีต่อสุขภาพ กิจกรรมทางกายสามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. กิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน (Daily-routine physical activity) หมายถึง กิจกรรมการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายซึ่งเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อและทำให้มีการใช้พลังงานเพิ่มขึ้นจากภาวะปกติขณะพักการเคลื่อนไหวร่างกายสามารถจัดหมวดหมู่ได้เป็น 4 ประเภทตามบริบทที่กระทำ ได้แก่

1.1 การทำงานประกอบอาชีพ (Occupational activity) เช่น ลากหรือเข็นสินค้า การยกของขึ้นลง ถีบสามล้อ ขายของ หรือการทำเกษตรกรรม เป็นต้น

1.2 การทำงานบ้าน/งานสวน ในบริเวณบ้าน (Household activity) เช่น การซักผ้า ถูบ้าน ทำครัว ล้างถ้วยชาม รดน้ำต้นไม้ ทำสวนขุดดิน ตัดแต่งกิ่ง เป็นต้น

1.3 การเดินทางจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง (Transportation activity) เช่น เดินไปทำงาน การปั่นจักรยานไปทำงาน เดินไปทำงานหรือทำธุระ เดินขึ้นลงบันได เป็นต้น

2. กิจกรรมทางกายในยามว่าง (Leisure-time physical activity) กิจกรรมทางกายที่ร่างกายต้องทำในเวลาว่างนอกเหนือจากกิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน ได้แก่

2.1 การทำกิจกรรมนันทนาการ (Recreational activity) เช่น เดินเล่นเดินทางไกลปั่นจักรยานว่ายน้ำ ลีลาศ รำมวยจีน เล่นโยคะ เป็นต้น

2.2 การเล่นกีฬา (Sports activity) เช่น เล่นเทนนิส เล่นบาสเกตบอล เล่นฟุตบอล เล่นแบดมินตัน เล่นกอล์ฟ เป็นต้น

2.3 การออกกำลังกายหรือการฝึกฝนร่างกาย (Exercise training) คือ การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างเป็นแบบแผน กระทำซ้ำ ๆ มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพอย่างใดอย่างหนึ่งหรือทั้งหมด เป็นกิจกรรมที่ค่อนข้างหนัก เช่น เดิน-วิ่งระยะไกล ปั่นจักรยานระยะไกลเดินแอโรบิก ว่ายน้ำต่อเนื่อง กระโดดเชือก การเสริมสร้างกล้ามเนื้อ เป็นต้น

Pate, et al. (1995, p. 273) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวหรือทำงานของส่วนต่าง ๆ ของร่างกายโดยใช้กล้ามเนื้อโครงสร้าง (Skeletal muscle) และทำให้มีการใช้พลังงานของร่างกายมากกว่าขณะพัก กิจกรรมทางกายสามารถจัดหมวดหมู่ตามบริบทที่กระทำ ได้แก่ การทำงานประกอบอาชีพ (Occupational physical activity) เช่น แยก หาม ขุดดิน เกี่ยวข้าว ฯลฯ การทำงานบ้าน/งานสวน/งานสนาม ในบริเวณบ้าน (Household physical activity) เช่น ทำงานบ้าน ทำครัว ล้างถ้วยชาม กวาดพื้น ถูบ้าน ล้างถ้วยชาม ตักน้ำ รดน้ำต้นไม้ ฯลฯ การเดินทาง (Transportation physical activity) เช่น เดินไปทำงาน ปั่น/ขี่จักรยานไปทำงาน เดินไปทำธุระ เดินขึ้นบันได ฯลฯ การทำกิจกรรมในเวลาว่างหรืองานอดิเรก (Leisure time physical activity) เช่น เดินเล่น ลีลาศ โยคะ รำมวยจีน วิ่งเหยาะ การเล่นกีฬาต่างๆ

Breuer (2002, p. 6) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ซึ่งเป็นผลมาจากการใช้พลังงานในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่ การกีฬา และปฏิบัติกิจกรรมบางอย่างที่เป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น การเดิน การทำความสะอาดบ้าน การเดินร่ำ หรือการปั่นบันได เป็นต้น



Medline Plus Medical Encyclopedia (2011, p. 1) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง กิจกรรมที่ร่างกายจะต้องทำงานมากกว่าปกติ นอกเหนือจากการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน เช่น การนั่ง การเดิน การเดินขึ้นบันได เป็นต้น และผู้ปฏิบัติกิจกรรมทางกายจะได้รับประโยชน์เพิ่มมากขึ้นจากการปฏิบัติกิจกรรมพัฒนาทางกาย

World Health Organization (2011, p. 1) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายอันเป็นผลจากใช้พลังงานของกล้ามเนื้อลาย ซึ่งการไม่ปฏิบัติกิจกรรมทางกายได้ถูกกำหนดให้เป็นสาเหตุการตายอันดับที่สี่ของคนทั่วโลกประมาณ 3.2 ล้านคน

จากการศึกษาความหมายของกิจกรรมทางกาย สรุปได้ว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง กิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถอย่างอิสระ ผ่านอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ สัญญาณ และเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น โดยครูคอยช่วยเหลือ ส่งเสริม และสนับสนุนกระตุ้นด้วยคำถาม และแนะนำในรูปแบบต่างๆ ได้แก่ 1) การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ และสัญญาณ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น 3) การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย

## 2.2.2 ความสำคัญของกิจกรรมทางกาย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

ชิตินทรีย์ บุญมา (2556, น. 36) อธิบายว่า การสร้างเสริมสุขภาพตลอดช่วงชีวิต สำหรับบุคคลทุกกลุ่มวัย ทุกคนสามารถทำกิจกรรมทางกายอย่างเหมาะสมกับวัยในรูปแบบต่าง ๆ ทั้งในชีวิตประจำวัน (Daily life) ชีวิตการทำงาน (Work life) และชีวิตยามว่าง (Leisure life) จึงเป็นความจำเป็นเพื่อการสร้างความมั่นคงด้านสุขภาพสำหรับประชากรไทย โดยเฉพาะในวัยแรกเกิดถึง 5 ปี ซึ่งเป็นช่วงวัยที่อยู่ระหว่างการมีพัฒนาการทางกลไกการเคลื่อนไหว (Motor development) กิจกรรมทางกายที่เหมาะสมในช่วงวัยนี้จึงต้องเป็นกิจกรรมที่ได้รับการออกแบบให้ส่งเสริมพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวพื้นฐาน (Fundamental movement) ของเด็กเล็ก ได้แก่ กิจกรรมการเดิน การทรงตัว การวิ่ง กระโดด ปีนป่าย ขว้างปา ฯลฯ ทั้งนี้การใช้ร่างกายเป็นสื่อในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ของเด็กมีผลต่อพัฒนาการของระบบกล้ามเนื้อโครงร่าง พัฒนาการเคลื่อนไหว รวมทั้งพัฒนาการประสานสัมพันธ์ของระบบอวัยวะต่าง ๆ ที่ช่วยในการทรงตัว ขณะเคลื่อนไหวไปตามอุปกรณ์ที่ออกแบบไว้ ทำให้เด็กเกิดเรียนรู้ในความสามารถของตน สร้างความมั่นใจและความรู้จักตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อพัฒนาการด้านบุคลิกภาพของตัวเด็กเองในอนาคต

Stephen (2002, p. 36) อธิบายว่า กิจกรรมทางกายช่วยสร้างและรักษามวลกระดูก กล้ามเนื้อและข้อต่อให้แข็งแรง ควบคุมน้ำหนักและลดความอ้วน ทำให้กล้ามเนื้อมีความกระชับ (Lean muscle) ป้องกันและชะลอการเพิ่มขึ้นของความดันโลหิต ลดความรู้สึกวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าช่วยให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีขึ้นและเพิ่มความสามารถในการเรียนรู้

Bracks (2004, p. 23) อธิบายว่า การปฏิบัติกิจกรรมทางกายมีความสำคัญต่อสุขภาพทางกายและจิตใจ บุคคลที่ชอบอยู่เฉย ๆ เกือบสองเท่ามักจะเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดหัวใจมากกว่าผู้ที่ออกกำลังกาย กิจกรรมทางกายจะช่วยให้การฟื้นฟูสมรรถภาพ ป้องกันการเป็นโรคเรื้อรัง และจัดการกับปัญหาสุขภาพต่าง ๆ

American Heart Association (2011, p. 11) อธิบายว่า ได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายว่า การไม่ค่อยได้ออกกำลังกายเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของการเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคไขมันในเส้นเลือด และทำให้ความดันของเลือดเพิ่มสูงขึ้น สมาคมแพทย์โรคหัวใจอเมริกัน (AHA) แนะนำว่า วัยเด็กและวัยรุ่นควรออกกำลังกายทุกวันอย่างน้อยวันละ 60 นาที เนื่องจากการออกกำลังกายที่เพิ่มขึ้นสามารถลดความเสี่ยงของการเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด การออกกำลังกายก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสมรรถภาพทางกายโดยรวม อารมณ์และสังคม กล่าวคือ การออกกำลังกายสามารถช่วยควบคุมน้ำหนัก ลดความดันของเลือด และไขมันในเส้นเลือด ช่วยลดความเสี่ยงในการเป็นโรคเบาหวานโรคกระดูกบางชนิดและสามารถพัฒนาสุขภาพจิตสร้างความเชื่อมั่นและภูมิใจในตนเองให้มากขึ้น

กรมอนามัย (2546, น. 1) อธิบายว่า กิจกรรมทางกายมีความสำคัญและมีความจำเป็นต่อสุขภาพร่างกายของมนุษย์ โดยอธิบายในรูปของรูปพีระมิดการออกกำลังกายหรือพีระมิดเพิ่มพลัง (ดังภาพที่ 2.1) แบ่งเป็น 4 ระดับ ดังต่อไปนี้



ภาพที่ 2.1 พีระมิดการเคลื่อนไหวในวิถีชีวิตประจำวันเพื่อสุขภาพ ปรับปรุงจาก พีระมิดการเคลื่อนไหวในวิถีชีวิตประจำวันเพื่อสุขภาพ (น. 2), โดย กรมอนามัย, 2546, จดหมายข่าวขยับกายสบายชีวิต.

ระดับที่ 1 กิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงในวิถีชีวิต เป็นฐานล่างสุดของพีรามิดแสดงถึงกิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงในวิถีชีวิตที่ต้องกระทำอยู่ (Lifestyle physical activity) ทุกวัน ช่วยส่งเสริมการมีสุขภาพดีมีสมรรถภาพและความสุขสบาย ได้เช่น

1. เดินขึ้นบันได เดินไปทำงาน เดินในห้างสรรพสินค้า เดินหลังอาหาร
2. ทำงานบ้าน หรืองานใช้แรง เช่น กวาดบ้าน ถูบ้าน ตัดหญ้า
3. ทำงานอดิเรกที่ต้องใช้แรง เช่น การพรวนดิน รดน้ำต้นไม้ เล่นกับสัตว์เลี้ยง

กิจกรรมเหล่านี้ถ้าทำด้วยความแรงปานกลางขึ้นไปสะสมให้ได้อย่างน้อย 30 นาที จะได้ประโยชน์ต่อสุขภาพ ยิ่งถ้าหากทำอย่างกระฉับกระเฉงต่อเนื่องและนานพอก็เป็นกิจกรรมการออกกำลังกายแบบแอโรบิก ระดับที่ 2 ได้

ระดับที่ 2 กิจกรรมการออกกำลังกายที่เป็นแบบแผน เป็นกิจกรรมการออกกำลังกายที่ค่อนข้างหนักกว่ากิจกรรมการเคลื่อนไหวออกแรงในวิถีชีวิต ได้แก่ การออกกำลังกายแบบแอโรบิกหรือเล่นกีฬาและนันทนาการ บางอย่างต้องการอุปกรณ์และใช้เวลาพอควร กิจกรรมเหล่านี้จะทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้น จะช่วยส่งเสริมสมรรถภาพของหัวใจและปอด ความสามารถในการปฏิบัติการ (Performance) และช่วยควบคุมไขมันในร่างกาย โดยทำกิจกรรมเหล่านี้ 35 วันต่อสัปดาห์อย่างน้อย ครั้งละ 20 นาที ด้วยความแรงปานกลางถึงหนัก

ระดับที่ 3 กิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงทนทานและอ่อนตัว เช่น การยืดเหยียดกล้ามเนื้อกล้ามเนื้อเนื้อมัดใหญ่จนถึงจุดที่เริ่มตึง ๆ (Mild discomfort) แต่ไม่เจ็บ อาจทำได้สัปดาห์ละ 3-7 วัน สำหรับการฝึกกล้ามเนื้อหรือความแข็งแรง โดยเน้นการฝึกกล้ามเนื้อเนื้อมัดใหญ่ ประมาณสัปดาห์ละ 2-3 วัน โดยการสลับด้วยการพัก 1 วัน จะช่วยทำให้กล้ามเนื้อตึงตัวและแข็งแรง กิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้ไม่จำเป็นต้องใช้เครื่องมือพิเศษ แต่จำเป็นต้องเรียนรู้เทคนิคที่ถูกต้อง

ระดับที่ 4 การทำกิจกรรมประเภทที่ไม่ค่อยมีการเคลื่อนไหวออกแรง ซึ่งเป็นยอดบนสุดของพีระมิด เป็นการทำกิจกรรมประเภทที่ไม่ค่อยมีการเคลื่อนไหวออกแรงหรือออกกำลังกาย หรือมีวิถีชีวิตแบบสบาย ไม่ต้องออกแรง เช่น การนั่งดูโทรทัศน์ การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ฯลฯ ยกเว้นการนอนหลับพักผ่อนซึ่งมีความจำเป็นต่อสุขภาพ

สุดใจ เหล่าสุนทร (2549, น. 47) อธิบายว่า ความเจริญเติบโตทางร่างกายที่มีความจำเป็นและสำคัญอย่างมากเกี่ยวกับความเจริญทางจิตใจ ทั้งนี้เพราะถ้าร่างกายสมบูรณ์จิตใจก็ย่อมจะสมบูรณ์

วิศาล คันธารัตนกุล และคณะ (2544, น. 27) อธิบายว่า กิจกรรมทางกาย (Physical activities) เป็นปัจจัยพื้นฐานในการเสริมสร้างสุขภาพ

แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (2561, น. 1) อธิบายว่า การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ให้ประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพของประชาชน รวมถึงการศึกษา เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมและสังคม การมีกิจกรรมทางกายนำไปสู่การเติบโตและพัฒนาการทางสังคมที่ดีของเด็ก รวมถึงการเรียนรู้ และสมาธิ อีกทั้งช่วยลดความเสี่ยงจากโรคเรื้อรังและช่วยพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ใหญ่และช่วยให้นอนหลับได้ดีขึ้น การมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอเป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิตจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-Communicable Diseases: NCDs) ได้แก่ เบาหวาน หัวใจและหลอดเลือดและกลุ่มโรคมะเร็ง โดยพบว่า การขาดกิจกรรมทางกายส่งผลให้เกิดการเสียชีวิต 3.2 ล้านคนต่อปีของทั้งโลก โดยคนไทยมีอัตราการเสียชีวิตจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรังถึงร้อยละ 71 ของการเสียชีวิตทั้งหมด โดยการมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเสียชีวิต 11,129 ราย และก่อภาระค่าใช้จ่ายทางสุขภาพ การมีกิจกรรมทางกายยังส่งผลดีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็กวัยเรียน วัยรุ่น และผู้ใหญ่ตอนต้น โดยส่งผลต่อการเรียนรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมการเรียนรู้ในคาบเรียนในด้านสมาธิ ความสนใจ การทำงานที่ได้รับมอบหมาย ผลการสอบมาตรฐานและคะแนนเฉลี่ยสะสม โดยเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) ควรจะมีกิจกรรมทางกายที่หลากหลาย อย่างน้อย 180 นาทีต่อวัน ส่วนในด้านเศรษฐกิจ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในรูปแบบการท่องเที่ยวหรือการออกกำลังกาย ส่งผลดีในการกระตุ้นการท่องเที่ยวและอุตสาหกรรมการศึกษา ด้านสิ่งแวดล้อม การส่งเสริมวิธีการเดินทางที่ต้องออกแรง ได้แก่ การเดิน การปั่นจักรยาน การใช้ระบบขนส่งสาธารณะ การลดการใช้ยานพาหนะส่วนบุคคล การสร้างพื้นที่สาธารณะและพื้นที่สีเขียว เป็นการลดมลพิษทางอากาศ ประหยัดพลังงาน ลดเวลาการเดินทาง สร้างความเท่าเทียมด้านขนส่งมวลชน และพัฒนาความเป็นอยู่และจิตใจของประชาชน ด้านสังคม กิจกรรมทางกายนำไปสู่การสร้างสังคมที่ดีผ่านการเชื่อมร้อยบุคคลในสังคมให้มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างสม่ำเสมอและยั่งยืน

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมทางกาย เป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาการเรียนรู้และทักษะต่างๆ ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตในอนาคตของเด็กปฐมวัย ช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจ ลดความรู้สึกริดก้างวลและภาวะซึมเศร้า ช่วยให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีขึ้น และเพิ่มความสามารถในการเรียนรู้เนื่องจากมีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านอื่นๆ อีกทั้งยังมีผลต่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกายโดยรวม โดยเด็กปฐมวัยควรมีกิจกรรมทางกายที่หลากหลายและสม่ำเสมออย่างน้อย 180 นาทีต่อวัน

### 2.2.3 ประเภทของกิจกรรมทางกาย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551, น. 109-113) อธิบายว่า การจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัยให้กำหนดเป็นช่วงเวลาใดช่วงหนึ่งที่ทางโรงเรียนเห็นว่าเหมาะสม ระยะเวลาที่อาจใช้เป็น 15-30 นาที เป็นได้ทั้งกิจกรรมในร่มและกิจกรรมกลางแจ้ง สิ่งที่ได้จัดให้แก่เด็กอาจเป็นกิจกรรมกลุ่ม

หรือกิจกรรมเดี่ยวหรือทั้งสองแบบก็ได้ ในการจัดกิจกรรมควรมีแผนที่สมบูรณ์เพื่อให้เด็กสามารถมีพัฒนาการทางกายที่ดี โดยธรรมชาติแล้วเด็กสามารถพัฒนาทักษะทางร่างกายด้วยตัวเอง แต่ไม่เสมอไปทุกคนเด็กบางคนต้องสร้างเสริมกิจกรรมทางกายจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องจัดกิจกรรมทางกายขึ้นอย่างน้อยเพื่อเป็นการช่วยพัฒนาทักษะทางกายพื้นฐานให้แก่เด็ก เด็กอายุ 3-6 ขวบ ต้องการสร้างเสริมพัฒนาการทางกายเพื่อให้มีทักษะทางกายเต็มตามศักยภาพ ครูต้องเข้าใจหลักการทางพลศึกษาด้วยการเห็นคุณค่าของกิจกรรมทางกายที่มีผลดีต่อสุขภาพและการดำรงชีวิต กิจกรรมทางกายจำแนกได้เป็น 2 ประเภทคือ กิจกรรมเคลื่อนไหวจำแนกตามลักษณะของกิจกรรมและกิจกรรมการเคลื่อนไหวจำแนกตามจุดประสงค์ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. กิจกรรมการเคลื่อนไหวจำแนกตามลักษณะของกิจกรรม การเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมหลักของกิจกรรมทางกายที่ส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านตั้งแต่การใช้ทักษะกลไก การพัฒนาความรู้สึกร่างกาย จินตนาการการพัฒนาอารมณ์และสังคม พัฒนาการดังกล่าวเกิดขึ้นอย่างอิสระขณะเคลื่อนไหวตามลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหว จำแนกได้เป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ ดังนี้

1.1 การเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ต้องใช้กล้ามเนื้อเพื่อให้ร่างกายได้ใช้กลไกทั้งหมด ทำให้เกิดการกระตุ้นระบบการทำงานของร่างกาย จำแนกได้เป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

1.1.1 การเคลื่อนที่อยู่กับที่ (Nonlocomotor movement) การเคลื่อนไหวแบบนี้เป็นการเคลื่อนไหวที่ร่างกายไม่ต้องเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง แต่ร่างกายทุกส่วนได้มีการเคลื่อนไหว กิจกรรมเคลื่อนที่อยู่กับที่ ได้แก่ การงอ การก้ม การเหยียด การบิด การหมุน การโยก การแกว่ง การโอบอ้อม การดัน การสั่น กิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้เด็กจะต้องแสดงออกโดยไม่ต้องเคลื่อนที่จากจุดยืนเดิมของเด็ก

1.1.2 การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ (Locomotor movement) หมายถึงการเคลื่อนไหวที่ย้ายจากจุดหนึ่งไปสู่อีกจุดหนึ่ง ได้แก่ การเดิน การวิ่ง การกระโดดเขย่ง การกระโดด การกระโจน การกระโดดสลับเท้า การลื่นไถล การควมบ้า เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนรู้จักตนเองและใช้ร่างกายที่ลื่นไหล

1.2 การเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ เป็นการเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ร่วมขณะทำเพื่อให้เด็กพัฒนากลไกของร่างกาย ลักษณะของการเคลื่อนไหวนี้นับเป็น 3 ลักษณะ คือ

1.2.1 การทำให้วัตถุที่อยู่นิ่งเคลื่อนที่ เช่น ขว้างลูกบอล ตีวงล้อ กิจกรรมนี้เด็กผู้กระทำกับวัตถุเป็นหลัก

1.2.2 การหยุดวัตถุเคลื่อนที่ เป็นกิจกรรมที่ฝึกให้เด็กรับหรือหยุดวัตถุที่กำลังเคลื่อนที่มา เช่น การรับลูกบอล รับของที่โยนมา เป็นต้น

1.2.3 การเคลื่อนที่ไปพร้อมกับวัตถุ เช่น การอุ้มลูกบอลวิ่ง การวิ่งโบกสายรุ้ง เป็นต้น สิ่งที่ได้จะได้รับและเรียนรู้จากกิจกรรมนี้เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการเข้าใจตัวเองและผู้อื่น มิติสัมพันธ์ รวมถึงการวางตัว

1.3 การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ ตามภาษาเด็กปฐมวัยเรียกว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมนี้มีดนตรี เพลงหรืออุปกรณ์เคาะจังหวะประกอบ สิ่งที่น่ามุ่งหวังเพื่อให้เด็กมีสุนทรีย์กับจังหวะ ดนตรีและการเคลื่อนไหวที่งดงาม

2. กิจกรรมเคลื่อนไหวจำแนกตามจุดประสงค์ การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวด้วยจุดประสงค์เป็นกิจกรรมที่ครูกำหนดผลลัพธ์จากกิจกรรมและมีแผนของการปฏิบัติสามารถจำแนกได้ 2 ประเภท ดังนี้

2.1 การเคลื่อนไหวร่างกาย เป็นกิจกรรมเคลื่อนไหวทั้งอยู่กับที่และเคลื่อนที่ที่สร้างความเพลิดเพลิน โดยพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ไปในตัว ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างของกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายที่ครูสามารถจัดในเวลาใดก็ได้ที่เห็นว่าเหมาะสม จุดประสงค์เพื่อพัฒนาทักษะกลไกของร่างกาย

2.1.1 กิจกรรมการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ เป็นกิจกรรมที่เด็กสามารถเล่นหรือแข่งขันกันได้ โดยการเคลื่อนไหวแต่ไม่ต้องเคลื่อนที่ ตัวอย่างกิจกรรม ได้แก่ ยืนทรงตัวเท้าเดียว

2.1.1.1 ตัวเป็นกำแพง เป็นร่ายก เป็นเข็มทิศ สะพานโค้ง

2.1.1.2 เขียนหนังสือในอากาศ ทำท่าวาดรูป

2.1.1.3 ลมเปลี่ยนทิศ

2.1.1.4 วายน้ำอยู่กับที่

2.1.1.5 กังหันต้องลมใช้แขนเหวี่ยงหมุนไปมา

2.1.1.6 งดข้อ

2.1.2 กิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เป็นการเคลื่อนไหวที่ย้ายตำแหน่งร่างกายจากจุดหนึ่งไปจุดหนึ่งกิจกรรม ได้แก่

2.1.2.1 เดินรอบห้อง เดินรอบสนาม วิ่งรอบสนาม

2.1.2.2 เดินแบบสัตว์ต่าง ๆ

2.1.2.3 เดินบนเส้นที่ครูขีดหรือวัตถุที่กำหนด ใต้สะพาน

2.1.2.4 เสือข้ามห้วย

2.1.2.5 ตีจับ

2.1.2.6 กระโดดเชือก

2.1.2.7 ตีลังกา

2.1.2.8 เล่นเกมเคลื่อนที่ต่าง ๆ

2.1.3 กิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ เป็นการเคลื่อนไหวที่เน้นให้เด็กใช้กลไกทางร่างกายให้สัมพันธ์กับอุปกรณ์ที่ใช้ประกอบการเคลื่อนไหว พัฒนาการทำงานประสานกันระหว่างประสาทมือกับตา เท้ากับตา มือกับเท้า เป็นการใช้กลไกของร่างกายทั้งหมด โดยมีอุปกรณ์เป็นตัวกระตุ้น เด็กจะสนุกสนานกับการเคลื่อนไหวมาก อุปกรณ์ที่ใช้ได้แก่ ลูกบอล ผ้าสีต่าง ๆ ห่วงเชือก เป็นต้น ตัวอย่างได้แก่

2.1.3.1 การเล่นในทะเลลูกบอล

2.1.3.2 กระโดดในถุงถั่ว

2.1.3.3 เต็นชูลาฮูป

2.1.3.4 เล่นสายรุ้ง

2.1.4 กิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ เป็นกิจกรรมที่มีดนตรีประกอบ อาจจะเป็นการเคาะจังหวะ การใช้เพลงบรรเลงหรือเพลงที่มีเนื้อเพลงประกอบในขณะที่ทำกิจกรรมเคลื่อนไหว กิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะนี้เน้นให้เด็กเรียนรู้จังหวะเพลง เข้าใจภาษาดนตรี และมีสุนทรีย์ในดนตรีพร้อมกับการพัฒนาทักษะกลไกของร่างกาย ตัวอย่างกิจกรรมได้แก่

2.1.4.1 การเดินตามจังหวะ

2.1.4.2 การเดินด้วยการคิดท่าทางประกอบเพลง

2.1.4.3 การเดินประกอบเพลง

2.1.4.4 การฟ้อนรำ

2.2 การเคลื่อนไหวเพื่อสุขภาพ กิจกรรมการเคลื่อนไหวไม่ใช่กิจกรรมรับคำสั่งหรือการทำตามแบบอย่าง แต่กิจกรรมการเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมของการเรียนรู้จากการเล่นร่างกาย ท่าทางและการใช้กลไกของร่างกายที่เป็นประโยชน์ เป็นกิจกรรมเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพช่วยพัฒนาโครงร่างกายไปพร้อมกับการส่งเสริมพัฒนาองค์รวมของเด็ก ดังนั้น การบูรณาการจึงเป็นวิธีการปฏิบัติที่จะช่วยให้เด็กเกิดทักษะการถ่ายโยงการเรียนรู้จากสภาพการศึกษาหนึ่งไปสู่สภาพการณ์หนึ่งได้

คู่มือข้อเสนอแนะกิจกรรมทางกายและการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายของเด็กสำหรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย (2561, น. 2) อธิบายว่า รูปแบบกิจกรรมทางกายตามที่เสริมประสบการณ์ตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ทั้ง 6 กิจกรรมหลัก และเสริมฝึกให้เด็กมีทักษะชีวิต โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. กิจกรรมเสรี เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นกับสื่อและเครื่องเล่นอย่างอิสระตามความสนใจและความต้องการของเด็กทั้งเป็นการเล่นคนเดียว และเล่นเป็นกลุ่มตามมุมเล่นหรือมุมประสบการณ์ที่ครูจัดพื้นที่ จัดอุปกรณ์ของเล่นที่หลากหลายไว้ให้เล่น เช่น มุมเล่นบทบาทสมมติ มุมบล็อก มุมปั้นดินน้ำมัน เป็นต้น

2. กิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมที่ช่วยให้เด็กได้แสดงอารมณ์ ความรู้สึกความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และจินตนาการโดยใช้ศิลปะเป็นพื้นฐาน จะใช้กล้ามเนื้อและนิ้วมือในการทำกิจกรรมเป็นหลักและฝึกการประสานความสัมพันธ์ ระหว่างการทำงานของมือกับสายตา เช่น เขียนภาพระบายสีภาพ ปั้นดินน้ำมัน กิจกรรมการฉีกปะ การตัดปะ กิจกรรมการพิมพ์ภาพ การร้อยกระดุมหรือลูกปัดการประดิษฐ์ของเล่น

3. กิจกรรมกลางแจ้ง เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้มีโอกาสออกไปนอกห้องเรียนเพื่อออกกำลังกาย เคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้กล้ามเนื้อขา แขน ลำตัว กล้ามเนื้อมัดเล็ก คือ มือและนิ้วมือ เช่น การเล่นเครื่องเล่นสนามที่เด็กได้ปีนป่าย โยกหรือไกว หมุน โหน เดินทรงตัว การเล่นดิน เล่นทราย เล่นน้ำ การเล่นอุปกรณ์กีฬา (เตะลูกฟุตบอล) การเล่นเกม การละเล่นพื้นบ้านต่าง ๆ เช่น รีรีข้าวสาร มอญซ่อนผ้า เป็นต้น

4. กรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะ โดยใช้เสียงเพลง คำคล้องจอง เครื่องเคาะจังหวะหรืออุปกรณ์อื่น ๆ มาประกอบการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดจินตนาการ และทำให้ระบบความสัมพันธ์ของประสาทสัมผัสในการใช้ตา มือ และเท้า และประสาทรับความรู้สึกต่าง ๆ ให้สัมพันธ์กัน เช่น ครูนำร้องเพลงและนำเต้น ให้เด็กเคลื่อนไหวตามครูในห้องเรียนและนอกห้องเรียนคือ ในช่วงเช้าแถวหน้าเสาธงก่อนเข้าห้องเรียน เป็นต้น

5. กิจกรรมเสริมประสบการณ์ เป็นกิจกรรมที่จัดมุ่งฝึกให้เด็กได้มีโอกาสฟัง พูด สังเกต คิดแก้ไขปัญหา โดยกระบวนการจัดกิจกรรมมุ่งเน้นให้เด็กได้มีประสบการณ์ที่ต้องใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 เด็กต้องสัมผัสและมีประสบการณ์ตรงผ่านการชิม การดมกลิ่น การได้ยิน และการเห็น โดยจัดกิจกรรมด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น กิจกรรมพาเดิน การฝึกเด็กทำประกอบอาหาร การฝึกให้เด็กปลูกผักกินเอง กิจกรรมผู้ปกครองทำร่วมกับเด็ก กิจกรรมจิตอาสาหรือบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมทัศนศึกษาในพื้นที่ เป็นต้น

6. เกมศึกษา เป็นกิจกรรมเกมการเล่นที่ช่วยพัฒนาสติปัญญา มีกฎเกณฑ์กติกาต่าง ๆ ช่วยให้เด็กได้รู้จักสังเกต คิดหาเหตุผล รูปร่าง จำนวน ประเภท สี เช่น เกมจับคู่ เกมแยกประเภทเกมจัดหมวดหมู่ เรียงลำดับ การต่อภาพ เป็นต้น

กิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยนั้นมีหลายกิจกรรม ซึ่งครูจะต้องนำกิจกรรมเหล่านั้นมาบูรณาการเข้าด้วยกันได้อย่างเหมาะสมสอดคล้องกับพัฒนาการของเด็ก เพื่อให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนาน เพลิดเพลิน เป็นกิจกรรมที่เด็กควรได้เรียนรู้และตอบสนองความสนใจของเด็ก ได้แก่

- 1) การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ และสัญญาณ
- 2) การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น
- 3) การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย



## 2.2.4 หลักการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551, น. 108-109) อธิบายว่า ในการจัดกิจกรรมพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ นั้นสิ่งที่ครูปฐมวัยต้องตระหนักเสมอ คือ จัดกิจกรรมให้เด็กเรียนรู้และกระทำให้มากที่สุด โดยไม่มีการสอนอย่างเป็นทางการ โดยเฉพาะการสอนบรรยายหรือการสอนที่ครุ่มกเคยชิน เด็กเล็กต้องการการเรียนรู้แบบแทรกซึม ซึ่งหลักของการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กที่สำคัญจะต้องประกอบด้วย ประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

1. การเห็นคุณค่าในตน การพัฒนาทักษะทางกายเป็นเป้าหมายสำคัญของวัยเด็ก ในกิจกรรมนี้เด็กจะได้เรียนรู้คุณค่าแห่งตนจากความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรม การจะเกิดการเห็นคุณค่าในตน หมายถึง การที่เด็กได้รับประสบการณ์ที่ดีจากกิจกรรมทางกาย ไม่ว่าจะเป็นกีฬาหรือกิจกรรมทางกายใด ๆ ก็ตาม ผลสัมฤทธิ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นแรงผลักดันที่นำไปสู่การเห็นคุณค่าในตน ในทางตรงกันข้ามหากเด็กได้รับประสบการณ์ที่ไม่ดี เด็กจะขาดกำลังใจและไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรมทางกายอีก หากแม้เข้าร่วมก็จะเข้าร่วมอย่างขาดความมั่นใจ เมื่อโตขึ้นก็จะส่งผลให้เด็กไม่ชอบกิจกรรมพลศึกษา ไม่เห็นความสำคัญและจะกระทำเมื่อถูกบังคับเท่านั้น เด็กบางรายนอกจากไม่สนใจการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ อาจหาทางออกไปในทางเกร ด้วยเหตุนี้ครูต้องจัดกิจกรรมพัฒนาทางกายที่สร้างความสำเร็จและความสุขใจให้แก่เด็กทุกครั้ง อย่าเป็นการบังคับหรือเล่นตามตารางเวลาหรือแผนของชั้นเรียน

2. ความเพลิดเพลิน กิจกรรมที่จัดขึ้นไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมใดก็ตามต้องจูงใจ ตื่นเต้น น่าสนใจ มิฉะนั้นแล้วจะกลายเป็นความเบื่อหน่าย บรรยากาศของการเร้าใจต้องควบคู่ไปกับความสนุกสนาน ถ้ากิจกรรมเร้าใจและมีความสนุกควบคู่ไปด้วยกันแล้ว เด็กจะมีความสนใจและพร้อมเข้าร่วมอย่างเต็มใจ ซึ่งหมายความว่าเด็กจะได้เรียนรู้อย่างเต็มที่ สิ่งนี้คือเป้าหมายของกิจกรรมทางกายที่ครูต้องพัฒนาให้เกิดขึ้น

3. การเรียนรู้ ครูต้องทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือ อำนวยความสะดวกให้เด็ก การนำด้วยคำถามของครูเป็นการช่วยให้เด็กคิด การมีส่วนร่วมของครูขณะทำกิจกรรมเป็นสิ่งที่ทำให้เด็กเกิดความมั่นใจ ครูไม่ควรไปชี้นำสั่งสอนแต่ครูควรเป็นผู้สร้างบรรยากาศของการเรียนรู้ที่เหมาะสม ในขณะที่เด็กกำลังมีกิจกรรมพัฒนาทางกาย เช่น กิจกรรมกระโดด กิจกรรมเข้าจังหวะ เป็นต้น

4. ประสบการณ์ เป็นการจัดประสบการณ์อย่างมีระบบ ประกอบด้วย การสร้างเสริมกิจกรรมพัฒนาทางกาย คือ วิธีการจัดประสบการณ์ที่สร้างการเรียนรู้ให้แก่เด็กด้วยการให้เด็กได้ใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในการเคลื่อนไหว เช่น ม้วนตัว แกว่งแขน เคลื่อนที่ในกระบวนการจัดกิจกรรมต้องสร้างสรรค์ให้เด็กเกิดการเรียนรู้อย่างเพลิดเพลินให้มากที่สุด หลักการนี้ส่วนใหญ่ครุ่มกให้

ความสนใจน้อย และเห็นว่ากิจกรรมพัฒนาทางกายเป็นสิ่งจำกัดความอิสระของเด็ก ซึ่งทำให้พลาดโอกาสของการพัฒนาร่างกายที่ดีและการมีสุนทรีย์ต่อการออกกำลังกายที่ถูกต้องเมื่อโตขึ้น

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมทางกายครูปฐมวัยมีหน้าที่หลักในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แก่เด็กในวัยนี้ จึงควรคิดและพัฒนากิจกรรมให้เหมาะสมกับวัย ควรจัดกิจกรรมให้เด็กเรียนรู้และกระทำให้มากที่สุด โดยไม่มีการสอนอย่างเป็นทางการ โดยยึดหลักสำคัญในการจัดกิจกรรมพัฒนาทางกายอันได้แก่ การเห็นคุณค่าในตน ความเพลิดเพลิน การเรียนรู้และประสบการณ์

### 2.2.5 ชั้นปฏิบัติการกิจกรรมทางกาย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

อริสา กรวีร์ (2551, น. 20) อธิบายว่า ก่อนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาทุกครั้งจำเป็นต้อง Warm up หรืออบอุ่นร่างกายก่อนทุกครั้ง ทั้งนี้เพื่อเตรียมความพร้อมของกล้ามเนื้อต่าง ๆ และหัวใจ การอบอุ่นร่างกายเป็นการเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจ เพิ่มอุณหภูมิของร่างกาย และเพิ่มการหายใจอย่างช้า ๆ

จารณี เล็กอุทัย (2551, น. 17-19) อธิบายว่า การเล่นกีฬาทุกครั้งควรเริ่มด้วยการอบอุ่นร่างกาย (Warm up) ก่อนการออกกำลังกาย (Exercise) และจบด้วยการผ่อนคลายร่างกาย (Cool down) เพื่อช่วยลดการบาดเจ็บจากกีฬา สำหรับขั้นตอนของการออกกำลังกายสามารถแบ่งได้ 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. อบอุ่นร่างกาย (Warm Up) คือ การบริหารร่างกายหรือการทำให้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น กล้ามเนื้อข้อต่อ ตลอดจนระบบไหลเวียนเลือดพร้อมที่จะเล่นกีฬา ใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที (ประมาณ 25 % ของเวลาฝึกทั้งหมด) ควรทำก่อนเล่นกีฬาเพื่อเพิ่มอุณหภูมิร่างกายและกล้ามเนื้อทำให้การหดตัวของกล้ามเนื้อดีขึ้น อันเป็นการป้องกันภาวะเลือดไปเลี้ยงหัวใจไม่เพียงพอซึ่งเกิดขึ้นได้หากเล่นกีฬาอย่างหนักทันที

#### หลักการอบอุ่นร่างกาย

1. เริ่มบริหารกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เพื่อเพิ่มการทำงานของระบบหายใจ และระบบไหลเวียน เลือดก่อน ด้วยทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐาน เช่น การเดิน วิ่งเหยาะช้า ๆ การกระโดด สไลด์ กระโดดสลับขา ฯลฯ

2. บริหารกายทุกข้อต่อ ยืดกล้ามเนื้อและเอ็นข้อต่อตั้งแต่ส่วนบนลงล่างหรือล่างขึ้นบน เช่น บริหารคอ ไหล่ ลำตัว แขน หลัง ขา ข้อเท้า ทั้งนี้เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพ และลดการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ เอ็น และข้อต่อต่างๆ

3. บริหารกายเน้นเฉพาะส่วนกล้ามเนื้อและระบบประสาทสั่งงานที่ต้องใช้ในทักษะกีฬานั้นๆ เช่น กล้ามเนื้อแขน หน้าอก ข้อต่อ หัวไหล่ ศอก และข้อมือ โดยเริ่มจากง่ายไปหายากและจากเบาไปหาหนัก

### ประโยชน์ของการอบอุ่นร่างกาย

1. เพิ่มการไหลเวียนเลือดสู่กล้ามเนื้อ
2. เพิ่มอัตราการแยกตัวของก๊าซออกซิเจนจากฮีโมโกลบิน
3. ลดความหนืดของกล้ามเนื้อ
4. เพิ่มความเร็วของการนำกระแสประสาท
5. เพิ่มความยืดหยุ่นของเนื้อเยื่ออ่อน (Soft tissues)
6. เพิ่มการทำงานของระบบหัวใจและหลอดเลือดอย่างช้าๆ

2. ออกกำลังกาย (Exercise) คือ การเล่นกีฬาหนักมากพอที่จะกระตุ้นให้มีการเพิ่มการหายใจและการไหลเวียนเลือดอยู่ในช่วง 60–90 % ของสมรรถภาพสูงสุด วัดได้โดยจับชีพจรขณะเล่นหรือทันทีที่หยุดเล่น เปรียบเทียบกับค่าอัตราการเต้นของหัวใจสูงสุด (Maximum heart rate) ให้อยู่ในช่วง 60–80 % ประมาณการ ค่าอัตราการเต้นของหัวใจสูงสุดสำหรับเด็กอายุ 20 ปีลงมา มีค่าอยู่ระหว่าง  $200 \pm 10$  ครั้ง/นาที ใช้เวลานานประมาณ 15-60 นาที (ประมาณ 50–60 % ของระยะเวลาการฝึกทั้งหมด)

3. การผ่อนคลयर่างกาย (Cool down) คือ ช่วงเวลาที่ร่างกายปรับตัวสู่สภาวะปกติใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที (ประมาณ 15–25 % ของเวลาฝึกทั้งหมด) ส่วนมากเป็นการเหยียดยืดกล้ามเนื้อที่ใช้ขณะเล่นกีฬาในลักษณะย้อนกระบวนการอบอุ่นร่างกาย เพื่อให้หัวใจเต้นช้าลง เลือดที่คั่งอยู่ตามกล้ามเนื้อแขนขาไหลกลับเข้าสู่ระบบไหลเวียนเลือด เพื่อแจกจ่ายไปตามอวัยวะสำคัญได้อย่างพอเพียง ถ้าหยุดเล่นกะทันหันหัวใจจะฉีดเลือดออก (Cardiac output) น้อยลง สมองอาจได้รับเลือดไม่พอเกิดอาการหน้ามืด (Heat syncope) ได้ นอกจากนี้ยังช่วยขจัดของเสียออกจากกล้ามเนื้อ เช่น กรดแลคติกเป็นการช่วยลดอาการปวดระบมของกล้ามเนื้อ (Muscle Soreness)

### หลักการผ่อนคลयर่างกาย

1. ก่อนหยุดเล่นกีฬาควรผ่อนความเร็ว ความหนักของงานให้ลดลงแล้วจึงหยุดใช้เวลาประมาณ 4-5 นาที
2. บริหารกาย ยืดกล้ามเนื้อและเอ็นข้อต่อ ใช้ท่าเดียวกันกับการอบอุ่นร่างกาย แต่ใช้เวลา และมุมการยืดมากกว่าช่วงอบอุ่นร่างกาย
3. การนวดแบบคลึงกล้ามเนื้อและอาบน้ำอุ่น ช่วยกำจัดของเสียจากกล้ามเนื้อได้รวดเร็วขึ้น

### ประโยชน์ของการผ่อนคลयर่างกาย

1. ช่วยฟื้นฟูสภาพร่างกาย
2. ผ่อนคลายความตึงเครียดของกล้ามเนื้อหัวใจและประสาทให้กลับคืนสู่

สภาพปกติ

3. ช่วยกำจัดของเสียในกล้ามเนื้อและอวัยวะต่าง ๆ ได้เร็วขึ้น และควบคุมอุณหภูมิให้กลับเข้าสู่สภาพปกติ

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551, น. 10-13) อธิบายว่า เด็กปฐมวัยต้องเรียนรู้การเคลื่อนไหวเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่และอาจรวมกล้ามเนื้อเล็กด้วยประสบการณ์การเคลื่อนไหวที่จัดให้เด็กปฏิบัติต้องหลากหลายและสามารถสร้างการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาพุทธิปัญญาและเจตคติไปพร้อมกัน ประโยชน์หลักของกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่ได้คือ การสร้างเสริมการเจริญเติบโต พัฒนาสมรรถนะทางร่างกายที่ดี การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวสามารถแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 เตรียมร่างกาย ใช้เวลา 1-2 นาที เป็นขั้นเตรียมความพร้อมร่างกาย กิจกรรมเคลื่อนไหวที่ใช้เป็นกิจกรรมพื้นฐานไม่เคลื่อนไหว ถ้าเปรียบเทียบกับขั้นตอนการออกกำลังกายเรียกว่า การอบอุ่นร่างกาย

ขั้นที่ 2 กระตุ้นทิศทาง ใช้เวลา 2-3 นาที เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายทุกส่วน โดยใช้กิจกรรมเคลื่อนไหว เช่น เดิน วิ่งเหยาะ หรือก้าวไปข้างหน้า ข้าง ๆ (ซ้าย/ขวา) ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้เด็กเรียนรู้ทิศทางและการเคลื่อนไหวร่างกาย

ขั้นที่ 3 การเคลื่อนไหวสร้างสรรค์ เป็นขั้นของการใช้กิจกรรมเคลื่อนไหว ประกอบจังหวะหรืออุปกรณ์ ใช้เวลา 10-15 นาที เป็นขั้นของการให้เด็กพัฒนาการสร้างสรรค์แสดงจินตนาการ และมีสุนทรียกรรมกับกิจกรรมที่เด็กได้เรียนรู้ท่าทางของตนและการใช้พื้นที่รอบตัวอย่างเหมาะสมและสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

ขั้นที่ 4 คลายตัว เป็นกิจกรรมช่วงสุดท้ายที่เป็นช่วงผ่อนคลาย เพื่อให้ร่างกายกลับเข้าสู่ระยะพักและปกติของร่างกาย เป็นกิจกรรมเข้าสู่ระยะพัก เด็กจะทำกิจกรรมช้าลงเพื่อผ่อนคลายและเลิกกิจกรรม ครูอาจให้เด็กทำท่าที่ช้าลงประมาณ 1-2 นาที แล้วปรบมือเพื่อจบรายการของกิจกรรมเคลื่อนไหว

สรุปได้ว่า การปฏิบัติกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย สามารถแบ่งลำดับขั้นของการปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกายได้เป็น 4 ขั้นตอนคือ 1) ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ หมายถึง การเตรียมความพร้อมเพื่อกระตุ้นอารมณ์ของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน อยากเรียนรู้ โดยครูเป็นผู้สร้างบรรยากาศให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถผ่านเสียงเพลง จังหวะและดนตรีตามความคิดอย่างอิสระ 2) ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ หมายถึง การที่ครูสาธิตวิธีการในการเคลื่อนไหวหรือแนะนำอุปกรณ์ที่ใช้ในเคลื่อนไหว วางแผนจากสื่อและอุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงสร้างข้อตกลงในการเคลื่อนไหวร่างกาย เปิดโอกาสให้เด็กลงมือปฏิบัติกิจกรรม โดยครูคอยชี้แนะ ช่วยเหลืออำนวยความสะดวก กระตุ้นด้วยคำถาม 3) ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ หมายถึง เป็นขั้นที่ครูกระตุ้นด้วยคำถาม พุดคุย ชักถาม อาจเป็นคำถามที่ทำทนาย หรือคำถามที่เป็นสถานการณ์สร้างทางเลือก สาธิตการเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์นั้นจากข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดขึ้น เพื่อเปิดประสบการณ์

ใหม่ให้กับเด็ก ซึ่งครูจะสังเกตพฤติกรรมระหว่างเด็กปฏิบัติกิจกรรม ครูคอยเสริมแรงให้กำลังใจ โดยการใช้คำพูด สานิตในรูปแบบต่าง ๆ เป็นตัวอย่างให้เด็กดู 4) ชั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน หมายถึงเป็นขั้นที่ครูให้เด็กได้ผ่อนคลายร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ในขั้นนี้ครูจะกระตุ้นด้วยคำถาม สนทนาซักถาม และทบทวนกิจกรรมเพื่อให้เด็กได้พูดและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความฉลาดทางด้านอารมณ์ในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

ข้อควรคำนึงของการจัดกิจกรรมทางกาย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

Pica (2008, p. 23) อธิบายว่า ข้อควรคำนึงถึงในการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็กประกอบด้วย บริเวณพื้นที่ ลักษณะของการเคลื่อนไหว เวลาที่ใช้ในการเคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวตามคำสั่ง การเคลื่อนไหวตามทิศทางที่กำหนดและจังหวะดนตรี ซึ่งการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวนั้นจะถูกโยงเข้ากับบทเรียนที่เด็กจะต้องเรียน

เพอเลอะ (2010, น. 14) อธิบายว่า องค์ประกอบสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวออกเป็น 5 องค์ประกอบ คือ

1. บริเวณพื้นที่การที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมเคลื่อนไหว เด็กจะสามารถเรียนรู้เกี่ยวกับบริเวณพื้นที่รอบตัว การกระเด้งทั้งบริเวณที่ตนเองยืนอยู่หรือบริเวณอื่น ๆ รอบห้องเรียน หากกิจกรรมที่จัดให้มีความเหมาะสมกับวัยของเด็ก กิจกรรมดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวและทักษะทางสังคม ในขณะที่จัดกิจกรรมควรมีการกำหนดพื้นที่สำหรับเด็กเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม ครูผู้สอนอาจใช้แผ่นโฟมสีหรือพรมสีต่าง ๆ เพื่อสร้างบอกตำแหน่งของเด็กแต่ละคน และควรกำหนดทิศทางในการปฏิบัติกิจกรรมในแต่ละศูนย์หรือแต่ละโต๊ะ เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้เกี่ยวกับพื้นที่รอบตัวด้วยตนเอง

2. ลักษณะและเวลาที่ใช้ในการเคลื่อนไหว เป็นส่วนหนึ่งของความคิดสร้างสรรค์ในการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อการกำหนดลักษณะของกิจกรรมการเคลื่อนไหว และกิจกรรมการเรียนการสอนในหลักสูตร ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแต่ละครั้งควรมีการสนทนาเกี่ยวกับรูปร่าง ลักษณะของสิ่งของต่าง ๆ เช่น รูปร่างโค้ง บิดเบี้ยว ความกว้าง ความแคบ มุมของสิ่งของต่าง ๆ และควรฝึกให้เด็กเปรียบเทียบรูปร่างของสิ่งที่เด็กเห็นกับส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย และเคลื่อนไหวร่างกายช้า/เร็วประกอบเพลง กิจกรรมเหล่านี้ไม่เพียงแต่จะเป็นการเพิ่มทักษะในการเคลื่อนไหว แต่ยังสามารถส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์และทักษะทางสังคมของเด็ก

3. การเคลื่อนไหวตามคำสั่ง การเคลื่อนไหวในทิศทางที่กำหนดเป็นบทเรียนหนึ่งของการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย ความคล่องแคล่วของการเคลื่อนไหวร่างกายเป็นผลจากการฝึกฝนตั้งแต่วัยเด็กที่เกิดขึ้นจากชุดกิจกรรมที่สร้างให้เหมาะสมกับผู้เรียน ในการจัดกิจกรรมแก่เด็กนั้น ครูผู้สอนควรแนะนำลักษณะหรือทิศทางของการเคลื่อนไหวกล่ามเนื้อส่วนต่าง ๆ เช่น เมื่อครูให้

สัญญาณ (กระต๊อบเท้า) ให้นักเรียนหมุนแขนหรือปรบมือ เป็นต้น จุดประสงค์ของกิจกรรมดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าการเคลื่อนไหวตามคำสั่งเกี่ยวข้องกับความเบาและหนักของงานที่นักเรียนต้องกระทำ นอกจากนี้ครูผู้สอนยังสามารถใช้นิทานเพลงมาประกอบกิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่ง

4. การเคลื่อนไหวตามทิศทางที่กำหนด การออกแบบกิจกรรมการเคลื่อนไหวเป็น องค์ประกอบสำคัญของการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นแนวคิดในการพัฒนา ทักษะและความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายในชั้นเรียน ครูผู้สอนควรแนะนำวิธีการเคลื่อนไหว ร่างกายที่หลากหลายในขณะที่ได้ร่วมกิจกรรมเต็มร่า วิธีการดังกล่าวเป็นการเสริมสร้างความคิด สร้างสรรค์ การมีส่วนร่วม การระดมสมอง ทักษะการแก้ปัญหา และสร้างความภาคภูมิใจให้เกิดขึ้นแก่เด็ก

5. จังหวะดนตรี ถือเป็นธรรมชาติของการแต่งเพลงที่จะถ่ายทอดเรื่องราวและ ลักษณะของกิจกรรมในบทเรียน ซึ่งสามารถปรับให้เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย ครูผู้สอนสามารถนำ จังหวะของดนตรีมาจัดกิจกรรม โดยให้เด็กปรบมือตามจังหวะเพลง การปฏิบัติดังกล่าวเป็นส่วนหนึ่ง ของการเคลื่อนไหว เช่น ครูให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลมและปรบมือตามจังหวะดนตรี เมื่อครูปิดเพลง หรือให้สัญญาณหยุด ให้นักเรียนบอกชื่อของตนเองจนกระทั่งทำครบทุกคน เป็นต้น

กฤษยา ต้นติผลลาชีวะ (2551, น. 113-114) อธิบายว่า องค์ประกอบสำคัญที่เกี่ยวข้องกับ การเคลื่อนไหว ดังนี้

1. บริเวณพื้นที่ หมายถึง บริเวณที่เด็กเคลื่อนไหวซึ่งจะเกี่ยวข้องกับร่างกายของเด็ก บุคคลรอบตัวเด็ก อุปกรณ์หรือวัตถุอื่น ๆ ที่ช่วยให้เด็กเคลื่อนไหวได้รอบ ๆ อย่างปลอดภัย ในที่นี้ หมายถึงถึงทิศทางการเคลื่อนไหว ระดับสูงของการเคลื่อนไหวและขนาดพื้นที่ด้วย พื้นที่ช่วยให้เด็ก เรียนรู้บริเวณรอบตัว การใช้ประโยชน์และเข้าใจความหมายของพื้นที่รอบตัว

2. เวลาที่ใช้ในการเคลื่อนไหว หมายถึง ความเร็วช้าของการเคลื่อนไหวที่

3. ระดับของการเคลื่อนไหว เป็นปริมาณและจำนวนของความแข็งแรงที่ใช้ในการ เคลื่อนไหว ความเบา หนัก อ่อนตัว หรือตึงตัวในการเคลื่อนไหวระดับของการเคลื่อนไหว จะทำให้เด็ก ได้เรียนรู้และมีสุนทรีย์กับท่าทางและจังหวะ อีกทั้งยังลดความจำเจในท่าทาง

4. ท่าทางของการเคลื่อนไหว หมายถึง ลำดับขั้นและทิศทางการเคลื่อนไหวที่ต้อง เปลี่ยนจากขั้นหนึ่งไปสู่อีกขั้นหนึ่ง หรือจากสภาพการณ์หนึ่งไปสู่อีกสภาพการณ์หนึ่ง คือ การเปลี่ยน จังหวะ การใช้เสียงและอุปกรณ์เพื่อประสานการเคลื่อนไหวร่างกายกับจังหวะ

5. บรรยากาศในการเคลื่อนไหว สิ่งแวดล้อม อากาศ เป็นสิ่งสำคัญที่จะกระตุ้นให้ เด็กเกิดความรู้สึกและความต้องการการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งระยะหลังจะมีการนำดนตรี หรือเพลงมาประกอบกิจกรรมการเคลื่อนไหว

สรุปได้ว่า ข้อควรคำนึงของการจัดกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมสำหรับเด็กปฐมวัยนั้น ต้องมีบริเวณพื้นที่ที่กว้างพอให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายอย่างอิสระ ทั้งนี้ครูปฐมวัย

ควรคำนึงถึงลักษณะของการเคลื่อนไหวว่าส่งเสริมจินตนาการเด็กได้ดีหรือไม่ เวลาที่ใช้ในการเคลื่อนไหวมากหรือน้อยไปหรือเปล่า การเคลื่อนไหวตามคำสั่ง การเคลื่อนไหวตามทิศทางที่กำหนด และจังหวะดนตรี เป็นสิ่งสำคัญที่ครูผู้สอนต้องใช้ในการพิจารณาร่วมกับการวางแผนจัดกิจกรรมทางกายให้แก่เด็ก เพื่อให้การจัดกิจกรรมสามารถส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการของเด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสม

### 2.2.6 ความหมายของการชี้แนะ

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

คำว่า Coach มาจากภาษาฝรั่งเศส มีความหมายว่า “ยานพาหนะขนส่งผู้คนที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง” (Reiss, 2015, p. 7) สหพันธ์โค้ชนานาชาติ (The International Coach Federation: ICF, 2018) อธิบายว่า Coaching หรือการชี้แนะ หมายถึง การร่วมมือกันระหว่างผู้ชี้แนะ (Coach) และผู้ถูกชี้แนะ (Coachee) ในกระบวนการกระตุ้นความคิดและความคิดสร้างสรรค์ เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้พัฒนาตนเองและการประกอบอาชีพเต็มตามศักยภาพ จนเกิดความสำเร็จทั้งด้านส่วนตัวและหน้าที่การงานสำหรับในประเทศไทย

พจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์ ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2555, น. 90-91) ให้ความหมายเป็น 2 แบบคือ ความหมายแรก เป็นรูปแบบหนึ่งของการบริหารและการนิเทศที่อธิบาย กระตุ้น ชี้แจง และ พัฒนาการทำงานของบุคคล ส่วนความหมายที่สองเป็นการสอนหรือฝึกผู้เรียนอย่างเข้มข้นในการเรียนรู้เรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือทางการศึกษา เพื่อปรับปรุงข้อบกพร่องหรือพัฒนาความสามารถให้เพิ่มขึ้น ดังนั้น การชี้แนะจึงเป็นกระบวนการทำงานร่วมกันของนักการศึกษาตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยใช้ทักษะการสื่อสารและสัมพันธภาพที่ดีเพื่อปรับปรุงและพัฒนากิจการปฏิบัติงานส่งเสริมให้ผู้ถูกชี้แนะใช้ศักยภาพของตน ค้นหาแนวทางแก้ปัญหาและเน้นการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองเพื่อให้เกิดการพัฒนา และมีการเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นรูปธรรมในเรื่องใดเรื่องหนึ่งตามความต้องการและความสนใจ เช่น อาจมุ่งเน้นเฉพาะในเรื่องกระบวนการจัดการเรียนการสอนเนื้อหาสาระในหลักสูตรการประเมินผลการปฏิบัติงานของนักเรียน เป็นต้น

เก็จกนก เอื้อวงศ์ (2559, น. 3) การชี้แนะ หมายถึง กระบวนการอำนวยให้เกิดความพยายามในส่วนบุคคล กลุ่ม ทีมหรือองค์กรในการทำให้เกิดความสามารถใหม่ ๆ ได้แก่ ความรู้ ทักษะ เจตคติ ความสามารถ สมรรถนะ ตลอดจนจนเป็นการส่งเสริมประสิทธิภาพ การพัฒนาและการเติบโตส่วนบุคคล โดยผู้ชี้แนะสนับสนุนให้ผู้รับการชี้แนะสามารถไปสู่เป้าหมายในสิ่งที่ต้องการ ซึ่งผู้ชี้แนะเป็นมากกว่าผู้คิด ผู้สอนหรือผู้บอกแนวทาง แต่เป็นผู้ช่วยเหลือ สนับสนุนสร้างแรงบันดาลใจให้ผู้รับการชี้แนะมีศักยภาพและใช้ศักยภาพของตนสร้างสรรค์สิ่งที่ต้องการ

สุรดิษ สุวรรณลา (2560, น. 37) การชี้แนะ (Coaching) หมายถึง กระบวนการที่ผู้ชี้แนะ (Coach) ให้การช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่ผู้รับการชี้แนะ (Coachee) ในการพัฒนาความสามารถของบุคคลจากสภาพที่เป็นอยู่ไปสู่สภาพที่พึงปรารถนาด้วยตนเอง โดยอาศัยเทคนิคต่าง ๆ เช่น การชี้แนะ แนะนำ ส่งเสริม สนับสนุน การสร้างแรงจูงใจ การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) เพื่อให้บุคคลนั้นค้นพบวิธีการในการแก้ปัญหาด้วยตนเองและพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ รวมทั้งบรรลุเป้าหมายในการทำงานที่ได้ตั้งเอาไว้

วิชัย วงษ์ใหญ่ และมารุต พัฒนาผล (2557, น. 21) การชี้แนะ หมายถึง การเป็นคู่คิดของผู้ที่ได้รับการโค้ชในกระบวนการพัฒนาที่สร้างสรรค์ และกระตุ้นให้ผู้ได้รับการโค้ชได้นำศักยภาพของตนเองออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่ทั้งชีวิตส่วนตัวและอาชีพการโค้ชเน้นการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองเพื่อให้เกิดการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงด้านดีที่เป็นรูปธรรม

สรุปได้ว่า การชี้แนะ หมายถึง กระบวนการที่ช่วยส่งเสริมหรือพัฒนาศักยภาพของบุคคล โดยที่ผู้ชี้แนะสร้างความสัมพันธ์ที่เสริมสร้างพลัง ให้กำลังใจ กระตุ้น ช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา อำนวยสนับสนุนสร้างแรงบันดาลใจแก่ผู้ที่ได้รับการชี้แนะเพื่อให้เขาเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น นำศักยภาพของตนเองออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่เปลี่ยนแปลงที่ช่วยให้จัดการกับปัญหาหรือสถานการณ์ได้ดีขึ้น และใช้ศักยภาพของตนไปถึงเป้าหมายที่ต้องการ

## 2.2.7 แนวคิดเกี่ยวกับการชี้แนะ

### 2.2.7.1 ลักษณะสำคัญของการชี้แนะ

1) การชี้แนะเป็นกระบวนการ (Process) ที่ต้องการการเรียนรู้การฝึกฝน การทำซ้ำ และใช้เวลาเป็นกระบวนการที่บุคคลเสริมพลังอำนาจให้กับตน เพราะบุคคลจะพัฒนาความรู้และทักษะผ่านสื่อต่าง ๆ อย่างมีอัตราต่างกัน การนำไปใช้ (Application) และการสะท้อน (Reflection) จึงจำเป็นต้องมีขึ้นหลังการทำงานทุกขั้นตอน

2) การชี้แนะเป็นการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) เป็นการถ่ายโยงความรู้ทักษะและ/หรือคุณค่า และทัศนคติจากผู้ชี้แนะไปสู่ผู้เรียน ผ่านความสัมพันธ์ในการชี้แนะผู้เรียนสามารถแสดงให้เห็นงานใหม่ที่ดีกว่าที่กำลังทำอยู่ หรือทำอะไรที่แตกต่างออกไป หรือแสดงออกในระดับความสามารถที่สูงขึ้นผู้ชี้แนะอาจช่วยให้ผู้เรียนสามารถเชื่อมความรู้และทักษะเข้ากับความมุ่งมั่นพยายามเพื่อให้งานสำเร็จอย่างเหมาะสม มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนที่จะทำงานให้สำเร็จ

3) การชี้แนะเป็นความสัมพันธ์ (Relationship) การชี้แนะเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือผู้ชี้แนะกับผู้เรียน การชี้แนะที่ประสบความสำเร็จต้องอยู่บนพื้นฐานการไว้วางใจ การยอมรับ และเคารพให้เกียรติกัน ให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือการเรียนรู้สิ่งใหม่เป็นอันดับรองลงไป



4) การชี้แนะเป็นการเปลี่ยนผ่าน (transformation) ผลของการชี้แนะคือ การทำให้ผู้เรียนสามารถแสดงออกถึงความสามารถในระดับที่สูงขึ้นหรือสมบูรณ์มากขึ้นสามารถทำอะไรที่ต่างออกไป จัดการกับการเรียนรู้ของตนเองในระดับที่ซับซ้อนขึ้นซึ่งเรียกว่า metalearning

#### 2.2.7.2 กลไกของการชี้แนะ

การโค้ชมีกลไกที่นำไปสู่กระบวนการโค้ชและความสำเร็จของการโค้ช ดังต่อไปนี้

1) สร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้เรียน (Inspiring your learners) ผู้โค้ชต้องใช้ กลวิธี เทคนิคต่าง ๆ ในการสร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนสนใจอยากเรียนรู้ กำหนด เป้าหมายของการเรียนรู้ และอยากปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยเหตุผลว่าเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและมีประโยชน์

2) ให้กำลังใจสนับสนุนผู้เรียน (encouraging your learners) ผู้โค้ชมีความจริงใจในการชมเชยผู้เรียน เมื่อผู้เรียนทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ และให้กำลังใจเมื่อประสบกับความล้มเหลว โดยใช้คำถาม เพื่อการรู้คิดในการพัฒนาและปรับปรุง โดยไม่วิพากษ์ วิจารณ์

3) แก้ไขปรับปรุงข้อผิดพลาดให้ผู้เรียน (correcting your learners) ผู้โค้ชที่มีประสบการณ์สูงจะสามารถเสนอแนะแนวทางการแก้ไขปรับปรุงข้อผิดพลาดให้กับผู้เรียนได้ โดยใช้ คำถามหรือการให้ผู้เรียนคิดหาแนวทางด้วยตนเอง การเสนอแนวความคิด โดยไม่ลงมือทำให้ เพราะทำให้ผู้เรียนไม่ได้เรียนรู้

4) สร้างความท้าทายให้ผู้เรียน (challenging your learners) ผู้โค้ชจำเป็นต้องทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกท้าทายในการเรียนรู้ เพราะเมื่อผู้เรียนเกิดความรู้สึกว่าสิ่งที่เขาจะต้องเรียนรู้ นั้นเป็นสิ่งที่ท้าทายความรู้ความสามารถของเขา จะทำให้เกิดความมุ่งมั่น ความอุตสาหะพยายามในการที่จะเรียนรู้ให้สำเร็จ

5) ภาวะผู้นำทางวิชาการ (academic leadership) ผู้โค้ชที่จะทำการโค้ชได้ดีนั้น จำเป็นต้องมีภาวะผู้นำทางวิชาการ คือการมีความรู้ในเนื้อหาสาระที่ตนเองจัดการเรียนรู้ และมีความสามารถในการนำความคิดรวบยอด หรือ concept ของความรู้นั้นมาใช้ในการปฏิบัติจริง

6) สนทนาสนทนา (dialogue) เป็นการสื่อสารกับผู้เรียน ด้วยจิตใจที่บริสุทธิ์ ใช้เหตุผลหรือปัญญาในการพูด โดยไม่ใช่อารมณ์หรือความรู้สึก รับฟังผู้เรียนด้วยใจที่เป็นกลาง ปราศจากอคติ ไม่ด่วนสวนกลับ ไม่ด่วนสรุป สนทนาสนทนาเป็นปัจจัยของการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (Transformative learning)

7) การถอดบทเรียน (lesson learned) เป็นการสังเคราะห์องค์ความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติจริงเกี่ยวกับการโค้ช เช่น เทคนิคการตั้งคำถาม วิธีการจูงใจ วิธีการให้ผลย้อนกลับแก่ผู้เรียน เป็นต้น ผลจากการถอดบทเรียนจะทำให้ผู้โค้ชมีองค์ความรู้ที่มาจากการปฏิบัติหรือเรียกว่า ปัญญาปฏิบัติ และสามารถนำไปเรียนรู้ต่อยอด

8) ความผูกพันของผู้เรียนกับผู้โค้ช (engagement) การโค้ชเป็นความผูกพันส่วนบุคคล คือ เป็นสิ่งที่ไม่สามารถออกคำสั่งหรือบังคับให้ปฏิบัติตามได้ ผู้เรียนที่มีความผูกพันกับผู้โค้ช จะรับฟังคำโค้ช (คำแนะนำ) และนำไปปฏิบัติด้วยตนเอง

9) การตั้งคำถามกระตุ้นการคิด (thinking questions) เป็นหัวใจที่สำคัญของการโค้ช เพราะการโค้ชที่ดีจะต้องใช้คำถามกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง การโค้ชที่ดีเป็นมากกว่าการให้คำตอบที่ถูกต้อง หากแต่อยู่ที่การดึงศักยภาพของผู้เรียนออกมา แล้วให้เขาพัฒนาด้วยตัวของเขาเองเต็มตามศักยภาพ

### 2.2.7.3 กระบวนการชี้แนะ

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

หลักสูตรโค้ชเพื่อการด้านทุจริต (2561, น. 17) อธิบายว่า กระบวนการโค้ชมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. การกำหนดเป้าหมาย (Goal) การกำหนดเป้าหมายของการโค้ชผู้เรียนแต่ละบุคคล มุ่งเน้นผลลัพธ์การเรียนรู้ ทั้งด้านความรู้คิด ทักษะกระบวนการและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ วิธีการตั้งเป้าหมายควรกำหนดพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนในลักษณะที่เป็นรูปธรรม สามารถสังเกตได้หรือวัดได้ เช่น

1.1 ผู้เรียนสามารถระบุสระในภาษาอังกฤษได้

1.2 ผู้เรียนบอกเลขสองหลักได้

1.3 ผู้เรียนทำงานงานร่วมกับผู้อื่นได้

1.4 ผู้เรียนใช้ความพยายามในการปฏิบัติงาน

1.5 ผู้เรียนช่วยเหลือแบ่งปันความรู้กับเพื่อนๆ

การกำหนดเป้าหมายของการโค้ชที่มีความชัดเจนและเป็นรูปธรรมสำหรับผู้เรียนแต่ละคนจะช่วยให้การโค้ชมีประสิทธิภาพมากขึ้น กล่าวคือทำให้ผู้โค้ชที่ทำหน้าที่โค้ชมองเห็นเป้าหมายในการโค้ชของตนเองด้วย อีกทั้งยังช่วยทำให้การประเมินผลการโค้ชทำได้ง่ายและตรงประเด็น

2. การตรวจสอบสภาพจริง (Reality) การทบทวนสภาพจริงเกี่ยวกับคุณภาพของผู้เรียนที่เป็นอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไร มีความต้องการพัฒนาหรือต้องได้รับการโค้ชในประเด็นใด ซึ่งวิธีการตรวจสอบอาจเป็นการพิจารณาผลการเรียนรู้ที่ผ่านมาพฤติกรรมที่สังเกตเห็น หรือใช้วิธีการซักถามแบบไม่เป็นทางการ ผลของการตรวจสอบสภาพจริงจะเป็นข้อมูลสารสนเทศสำหรับการกำหนดทางเลือกวิธีการโค้ช อีกทั้งการตรวจสอบสภาพจริงช่วยยืนยันความถูกต้องของเป้าหมายการโค้ชได้อีกด้วย

3. การกำหนดทางเลือก (Option) การกำหนดเทคนิควิธีการโค้ชบนพื้นฐานของสภาพจริงและตอบสนองเป้าหมายของการโค้ช เช่น การเลือกใช้เทคนิคสร้างความไว้วางใจ ด้วยการยิ้มแย้มแจ่มใส พูดด้วยคำสุภาพ ไพเราะ อ่อนหวาน หรือเทคนิคการตั้งคำถามที่กระตุ้นให้ผู้เรียนคิด แสวงหาคำตอบ ค้นหาทางเลือก การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา เป็นต้น การกำหนดทางเลือกในการโค้ช ควรมีความสอดคล้องกับสภาพความต้องการได้รับการโค้ชของผู้เรียนแต่ละคน ซึ่งมีความแตกต่างกันตลอดจนสอดคล้องกับธรรมชาติของผู้เรียน สภาพอารมณ์ในขณะนั้น (จริตในการเรียนรู้หรือลีลาการเรียนรู้) การกำหนดทางเลือกของการโค้ชที่ถูกต้องช่วยสนับสนุนให้การโค้ชประสบความสำเร็จ คือ การเรียนรู้และการคิดของผู้เรียน

#### 4. การตัดสินใจ (Will, Way, Forward)

Will คือ การตั้งเป้าหมาย การมุ่งมั่นในการโค้ชเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้

Way คือ แนวทางการปฏิบัติที่นำไปสู่ความสำเร็จ โดยมีเป้าหมายที่ชัดเจน และกำหนดขั้นตอน การประสบความสำเร็จ (Mind Stone) ที่จะบรรลุในแต่ละขั้น

Forward คือ การทบทวนผลการปฏิบัติ รวมทั้งการเรียนรู้และพัฒนาต่อยอด

การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับการโค้ช และลงมือปฏิบัติการโค้ชเพื่อการบรรลุเป้าหมาย คือ การเรียนรู้และการคิดของผู้เรียน เกณฑ์การตัดสินใจทางเลือกที่ดีที่สุดมีดังนี้

1. เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้เรียน
2. ตอบโจทย์ความต้องการของผู้เรียน
3. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนคิดและตัดสินใจ
4. โค้ชแล้วผู้เรียนมีความสุขในการเรียนรู้
5. โค้ชแล้วผู้เรียนเกิดกำลังใจและพลังการเรียนรู้

#### 5. การประเมินผลการโค้ช (Evaluation)

การประเมินผลการโค้ช มีแนวคิดเพื่อตรวจสอบว่าผู้เรียนที่ได้รับการโค้ช มีพัฒนาการที่ดีขึ้นหรือไม่ ด้วยวิธีการประเมินตามสภาพจริง เป็นรายบุคคล เช่น การทดสอบ การซักถาม การประเมินผลงาน การสังเกตพฤติกรรม การสอบถามจากเพื่อน ๆ ร่วมชั้นเรียน เป็นต้น แล้วนำผลการประเมินมาพัฒนาผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง

Jaew (2553, pp. 5-10) อธิบายว่า ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบชี้แนะ ประกอบด้วยขั้นตอนที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. ขั้นทบทวนความรู้เดิม เป็นการทบทวนเนื้อหาเดิมที่ผู้เรียนได้เรียนผ่านมาแล้ว ผู้สอนอาจจะใช้การซักถามทบทวนตรวจสอบการบ้านในบทเรียนที่ผ่านมา พร้อมทั้งอธิบายความเชื่อมโยงระหว่างเนื้อหาที่ผู้เรียนได้เรียนมาแล้วกับเนื้อหาที่จะเรียนต่อไป ในขั้นนี้ส่วนใหญ่จะ

เป็นการใช้คำถามพร้อมทั้งให้ผู้เรียนร่วมอภิปราย ผู้สอนสามารถใช้แผนที่ความคิดในการทบทวนความรู้ โดยให้ผู้เรียนสร้างแผนที่ความคิดเกี่ยวกับความรู้ที่ได้เรียนผ่านมา โดยผู้สอนคอยชี้แนะทบทวน

2. ขั้นบอกวัตถุประสงค์ เป็นการบอกวัตถุประสงค์การเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ที่ผู้สอนบอกผู้เรียนควรชัดเจน และการใช้ภาษาง่าย ๆ ในขั้นนี้ผู้เรียนควรที่จะรู้ด้วยว่าจะได้รับสิทธิประโยชน์อย่างไรบ้างหลังจากที่ได้เรียนจบบทเรียน ผลงานผู้เรียนควรที่จะเป็นอย่างไร พร้อมทั้งเนื้อหาโดยสังเขปและที่สำคัญผู้สอนต้องระบุบทบาทความรับผิดชอบของผู้เรียนแต่ละคน แต่ละกลุ่มด้วยว่าใครมีหน้าที่อะไร ในระหว่างการปฏิบัติ วัตถุประสงค์ของการเรียนจะต้องสัมพันธ์กับเนื้อหาที่ผ่านมา

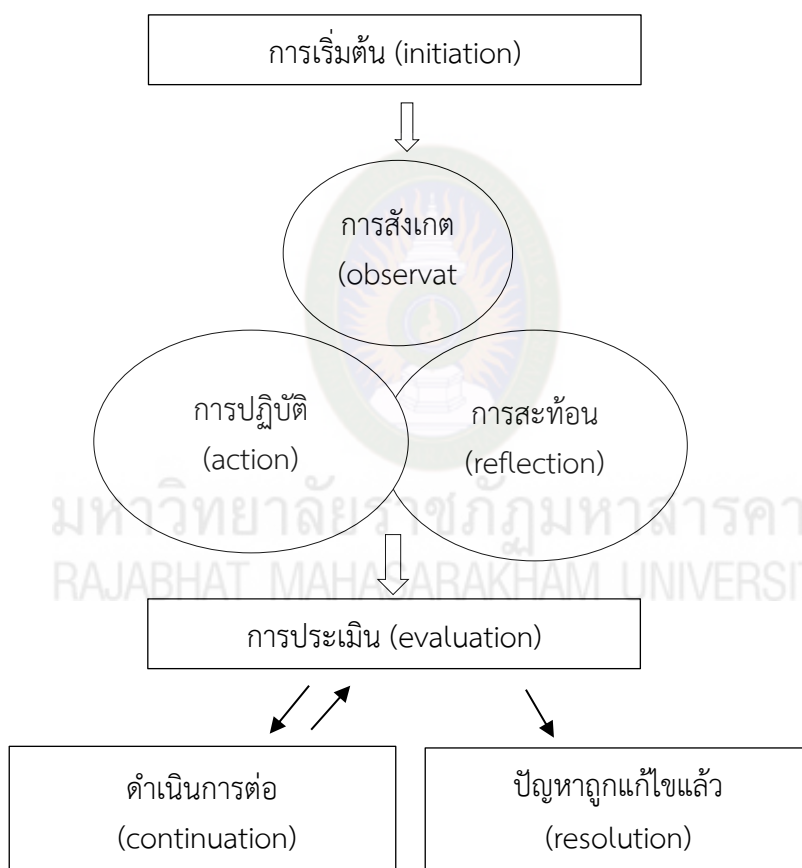
3. ขั้นนำเสนอเนื้อหาใหม่ เป็นการนำเสนอเนื้อหาสารสนเทศหรือทักษะ ซึ่งผู้สอนจะต้องจัดเตรียมและวิเคราะห์เนื้อหาให้เป็นไปอย่างมีลำดับขั้นตอนที่ชัดเจน ควรมีตัวอย่าง และคำถามที่หลากหลายและคำถามในระหว่างการสอนและในการสอนแต่ละขั้นตอนหรือแต่ละเนื้อหา ควรที่จะมีการใช้สื่อโสตทัศนูปกรณ์ประกอบการสอน และให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ ในขั้นนี้ ถือได้ว่ามีความสำคัญมากโดยเฉพาะในส่วนของการจัดเรียงลำดับเนื้อหา ซึ่งจะเป็นการนำความรู้จากผู้สอนไปสู่เด็กโดยตรง การสอนควรเป็นไปตามลำดับขั้นตอน

4. ขั้นฝึกโดยการชี้แนะ เป็นการให้ผู้เรียนได้ฝึกโดยผู้สอนจะควบคุมกระบวนการ และตรวจสอบการทำงานของนักเรียนอย่างใกล้ชิดทั้งรายบุคคลและกลุ่มอิสระ โดยผู้สอนมอบหมายให้นักเรียนฝึกอิสระพร้อมทั้งแก้ไขข้อผิดพลาดในการปฏิบัติงานของนักเรียน สำหรับเทคนิคที่จะใช้ในขั้นนี้มีหลายวิธีซึ่งการใช้คำถามเพื่อสอบถามความคิดของนักเรียนในระหว่างปฏิบัติเป็นวิธีที่ใช้มากที่สุด โดยจะซักถามควบคู่กับการปฏิบัติ

5. ขั้นการฝึกโดยอิสระ เป็นการให้ผู้เรียนได้ฝึกอิสระโดยผู้สอนมอบหมายงานให้ผู้เรียนได้ทำโดยอิสระการฝึกอิสระผู้สอนต้องตรวจสอบการทำงานของนักเรียนอย่างระมัดระวัง ทั้งการทำรายบุคคลหรือกลุ่มได้ โดยเฉพาะในการสอนก่อนการฝึกปฏิบัติ ต้องจัดเตรียมเอกสารคู่มือการทำงาน และเวลาที่ฝึกต้องเพียงพอต่อการฝึกในแต่ละครั้ง เพื่อให้ผู้เรียนได้ทำงานตามที่คุณสอนได้ กำหนดในระหว่างที่ฝึกผู้สอนควรอยู่ห่างๆ เพื่อตรวจสอบว่าผู้เรียนได้ปฏิบัติตามถูกต้องไม่มีข้อผิดพลาดใด ๆ อย่างไรก็ตามการฝึกปฏิบัติของนักเรียนจะเป็นไปตามที่ได้กำหนดไว้ นั้น ผู้สอนจำเป็นจะต้องมีใบงานหรือแบบฝึกปฏิบัติงานซึ่งจะเป็นเอกสารแนะนำในการทำงาน

6. ขั้นการทบทวน เป็นการที่ผู้เรียนได้ทบทวนเนื้อหาที่ผู้เรียนได้เรียนมาแล้วทั้งหมดพร้อมให้งานเพิ่มเติมจากการเรียน ซึ่งขั้นทบทวนควรที่จะมีอยู่ในแผนการสอนทุกครั้ง ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะมากขึ้นและพร้อมที่จะเรียนรู้ในขั้นต่อไป ขั้นทบทวนนี้จัดเป็นขั้นตอนที่จำเป็นมาก โดยเฉพาะเนื้อหาใหม่ที่ผู้เรียนไม่เคยเรียนมาก่อน รวมทั้งทักษะจำเป็นที่ผู้เรียนจะต้องมีความรู้มาก่อนและความรู้ที่จำเป็นที่ผู้เรียนจะต้องมีความรู้เพื่อนำไปใช้ในการเรียนในเนื้อหาต่อไป

Doys (1999, pp. 6-9) อธิบายว่า การชี้แนะเป็นลักษณะพิเศษในบริบทของการเรียนรู้ ซึ่งช่วยในการพัฒนาบุคคลให้เป็นไปตามเป้าหมายกระบวนการชี้แนะมี 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การเริ่มต้น 2) การสังเกต 3) การปฏิบัติ 4) การสะท้อน และ 5) การประเมินว่าจะมีการดำเนินการต่อไปหรือเป็นการสิ้นสุดเพราะปัญหาได้ถูกแก้ไขแล้ว กระบวนการชี้แนะไม่ใช่กระบวนการเชิงเส้นตรงที่เป็นลำดับขั้นตอนที่แน่นอน แต่การเกิดขึ้นเป็นวงจรที่เป็นระยะ เช่น การสังเกตหรือการปฏิบัติและการสะท้อน เป็นการวิเคราะห์ที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับการค้นพบด้วยตนเองและการพัฒนาผู้เรียนรายบุคคล กระบวนการชี้แนะเป็นดังปรากฏในแผนภาพที่ 2.2



ภาพที่ 2.2 กระบวนการชี้แนะ ปรับปรุงจาก กระบวนการชี้แนะ (p. 9), โดย Hanft, Rush and Shelden, 2004.

กระบวนการชี้แนะ ประกอบด้วยขั้นตอน ดังนี้

1. การเริ่มต้น เป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ชี้แนะและผู้รับการชี้แนะ ซึ่งในขั้นนี้จะมี การวางแผนร่วมกัน เป็นการสร้างข้อตกลงร่วมกันระหว่างผู้ชี้แนะและผู้รับการชี้แนะคนใดคนหนึ่ง หรือทั้งคู่ว่าจะปฏิบัติหรือสร้างให้สิ่งใดเกิดขึ้น ซึ่งผู้รับการชี้แนะต้องนำไปปฏิบัติระหว่างที่มีการชี้แนะ และเป็นการเตรียมการสำหรับการพบกันครั้งต่อไป จุดมุ่งหมายของการวางแผนร่วมกันจะทำให้ผู้ชี้แนะและผู้รับการชี้แนะเห็นกรอบในการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายอย่างชัดเจน

2. การสังเกต คือ การที่ผู้ชี้แนะสังเกตการพูดคุยการแสดงความคิดเห็นและการกระทำของผู้รับการชี้แนะรวมถึงการสังเกตการปฏิบัติตามแผนการชี้แนะว่าแสดงออกอย่างไร และในทางกลับกัน ผู้รับการชี้แนะสามารถเป็นผู้สังเกตการแสดงความคิดเห็นต่อการสาธิตหรือการแสดงตัวอย่าง ประสบการณ์จากผู้ชี้แนะเพื่อนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติด้วย

3. การปฏิบัติ คือ การที่ผู้ชี้แนะเปิดโอกาสให้ผู้รับการชี้แนะลงมือตามแผนการ ชี้แนะที่กำหนดไว้หรือตามแนวทางที่เกิดขึ้นโดยผู้รับการชี้แนะเองและเป็นการแสดงออกของผู้รับการชี้แนะในการมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นในกระบวนการชี้แนะ และถ้าการปฏิบัตินั้นเกิดขึ้นในช่วงของระยะเวลาที่ดำเนินการชี้แนะจะเป็นประโยชน์ในการที่ผู้ชี้แนะจะให้ข้อมูลย้อนกลับในการวางแผน การชี้แนะร่วมกันในครั้งต่อไปและการปฏิบัติที่เกิดขึ้นในแผนการชี้แนะที่เกิดขึ้นก่อนหน้า สามารถนำมาสนับสนุนเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นของผู้รับการชี้แนะได้

4. การสะท้อน คือ การที่ผู้ชี้แนะสะท้อนร่วมกับผู้รับการชี้แนะถึงการปฏิบัติของผู้รับการชี้แนะว่าเป็นอย่างไร ทั้งนี้เพื่อเป็นการแนะนำให้ผู้รับการชี้แนะสามารถดำเนินการได้บรรลุตามเป้าหมาย ซึ่งการสะท้อนมีหลายประเภท คือ การสะท้อนจากการปฏิบัติ การสะท้อนในขณะที่ปฏิบัติ และการสะท้อนเพื่อการปฏิบัติ ซึ่งในการสะท้อนผู้ชี้แนะจะใช้คำถาม 4 ประเภท ได้แก่ (1) คำถาม เพื่อให้เกิดความตระหนัก (2) คำถามเพื่อให้เกิดการวิเคราะห์ (3) คำถามเพื่อให้ออกทางเลือกใหม่ และ (4) คำถามเพื่อให้ออกถึงการปฏิบัติส่วนเนื้อหาของคำถามจะเกี่ยวข้องกับ 4 ด้าน คือ (1) ด้านความรู้ ความเข้าใจ (2) ด้านการปฏิบัติ (3) ด้านผลลัพธ์ที่ได้ และ (4) ด้านการประเมิน โดยคำถามที่กระตุ้นให้ผู้รับการชี้แนะสะท้อนจะส่งผลให้กระบวนการชี้แนะสำเร็จได้

5. การประเมิน คือ การให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อตรวจสอบว่าการชี้แนะบรรลุเป้าหมายหรือไม่ ถ้ายังไม่บรรลุเป้าหมายจะยุติหรือดำเนินการชี้แนะต่อ โดยปรับปรุงแผนดำเนินการเพื่อให้เกิด การปฏิบัติที่บรรลุผลต่อไป การให้ข้อมูลย้อนกลับมี 4 ลักษณะ ดังนี้

- 5.1 การให้ข้อมูลย้อนกลับที่แสดงการยอมรับหรือไม่ตัดสินใจ
- 5.2 การให้ข้อมูลย้อนกลับแบบสั่งการหรือแนะนำตรงๆ
- 5.3 การให้ข้อมูลย้อนกลับแบบประเมิน
- 5.4 การให้ข้อมูลย้อนกลับแบบให้ข้อมูลเพิ่มเติม

มลินทรา กวินโกมลโรจน์ (2558, น. 2) อธิบายว่า กระบวนการชี้แนะมีลักษณะ ดังนี้

1. การทำความเข้าใจกับสภาพการทำงานและระดับความสามารถของผู้รับการชี้แนะ
2. ผู้ชี้แนะกับผู้รับการแนะร่วมกันวางเป้าหมายในการทำงาน
3. ดำเนินการชี้แนะในสถานที่ทำงาน โดยให้คำแนะนำ สังเกตและให้ข้อมูลย้อนกลับใน

ระหว่างทำงาน

4. ดำเนินการในข้อ 3 จนกว่าจะบรรลุผลตามเป้าหมาย

Hargrove (2000, p. 6) อธิบายว่า ขั้นตอนในการชี้แนะ ดังนี้

1. ตั้งเป้าหมายและจุดพันพนา
2. สร้างความสัมพันธ์และวางแผนการแนะ
3. วางเป้าหมายร่วมกัน คิดไปด้วยกัน
4. วางเป้าหมายความสามารถ
5. ดำเนินตามแผน
6. ทบทวนความรู้ที่ได้

Mink, CWven and Mink (1993, p. 35) อธิบายว่า ขั้นตอนในการชี้แนะ มีดังนี้

1. ระบุเป้าหมายในการเรียนรู้
2. วิเคราะห์สิ่งที่ต้องการพัฒนา
3. พัฒนากิจกรรมการเรียนการสอน
4. ออกแบบตารางการชี้แนะ
5. ดำเนินการชี้แนะ

สรุปได้ว่า กระบวนการชี้แนะ มีลักษณะพิเศษในบริบทของกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ ซึ่งช่วยในการพัฒนาบุคคลให้เป็นไปตามเป้าหมาย ให้มีพฤติกรรมทางด้านอารมณ์ที่เหมาะสม รับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง รับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ซึ่งกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะผู้วิจัยได้กำหนดกระบวนการไว้ดังนี้ 1) ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ 2) ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ 3) ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ 4) ขั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน

#### 2.2.7.4 คุณลักษณะของผู้ชี้แนะ

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

วิชัย วงษ์ใหญ่และมารุต พัฒนาผล (2557, น. 11) อธิบายว่า โค้ชมีคุณลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. การยอมรับ (acceptance) ผู้โค้ชควรให้การยอมรับความหลากหลายของผู้เรียน ทั้งทางกายภาพ และทางความคิด การยอมรับผู้เรียนทำให้ผู้เรียนรู้สึกว่าเป็นคนสำคัญ

2. ความเข้าใจ (understanding) ผู้โค้ชควรเปิดใจรับฟังความคิดเห็นของผู้เรียน เคารพสิทธิ มองผู้เรียนด้วยใจที่มีเมตตา โดยไม่ด่วนสรุปและตัดสินผู้เรียน เอาใจของผู้เรียนมาเป็นใจของตนเองให้มาก

3. ความจริงใจ (sincerity) ผู้โค้ชมีความจริงใจในการพัฒนาผู้เรียนทุกคนโดยไม่หวังสิ่งตอบแทนใด ๆ นอกจากการเรียนรู้ของผู้เรียน คุณลักษณะและคุณภาพด้านต่าง ๆ ที่เป็นรากฐานของการดำเนินชีวิตในอนาคต

4. มีจริยธรรม (ethics) ด้วยการประพฤติตนเป็นแบบอย่างเป็นครูที่ดี คิด พูด ทำในสิ่งที่ตรงกัน รักและเมตตาผู้เรียนอย่างเสมอภาค สิ่งสำคัญประการหนึ่งที่ต้องมีคือ การให้ความยุติธรรมกับผู้เรียนทุกคน เพราะความยุติธรรมเป็นพื้นฐานของคุณธรรมด้านอื่น ๆ

5. มีความมั่นคงทางอารมณ์ (maturity) สามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้ การแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการมีอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส สนุกสนานร่าเริง เบิกบาน ช่วยทำให้จิตใจของผู้เรียนเข้มแข็งเื้อื่อต่อการโค้ชมากขึ้น

6. มีความยืดหยุ่น (flexibility) โดยการไม่ยึดติดกับกฎระเบียบหรือกรอบกติกา มากจนเกินไป ทำให้ผู้เรียนไม่ตึงเครียด ผ่อนคลาย มีความสุขเมื่ออยู่กับผู้โค้ช ผู้เรียนสามารถรับรู้และเปลี่ยนแปลงตนเองไปสู่เป้าหมายได้

7. การประเมินที่เสริมพลัง (empowerment evaluation) เป็นการประเมินที่เน้นการปรับปรุงและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ผู้เรียนมีความสุขจากการได้รับการสะท้อนผลการประเมินสามารถใช้สารสนเทศนำไปพัฒนาเรียนรู้

เดชา ปิยะสังคม (2546, น. 62-64) อธิบายว่า การเป็นผู้ชี้แนะที่ดีและสามารถทำให้การชี้แนะบรรลุวัตถุประสงค์ ผู้ชี้แนะต้องมีคุณลักษณะดังนี้

1. การมีความรู้และทักษะพื้นฐานด้านการชี้แนะ หมายถึง ความรู้ความเข้าใจหลักเกณฑ์พื้นฐานเกี่ยวกับการชี้แนะและสามารถประยุกต์ความรู้และทักษะเหล่านั้นมาใช้ในการชี้แนะได้อย่างเหมาะสม รวมถึงความสามารถที่จะกำหนดวิธีการชี้แนะที่มีความเหมาะสมกับผู้รับการชี้แนะด้วย

2. การบริหารความสัมพันธ์กับผู้อื่น หมายถึง ความสามารถในการสร้างสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ทำให้เกิดความเคารพและให้เกียรติซึ่งกันและกันและไว้วางใจกัน โดยผู้ชี้แนะต้องมีบุคลิกลักษณะเป็นผู้เปิดเผยยืดหยุ่นและมีความเชื่อมั่นในตนเอง

3. การติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ หมายถึง การที่ผู้ชี้แนะสามารถเข้าใจความหมายของผู้รับการชี้แนะเข้าใจมุมมองว่ามีความต้องการอะไร มีความรู้สึกอย่างไร สนใจเรื่อง อะไร เป็นต้น โดยคุณลักษณะที่พึงมี ได้แก่ การฟังอย่างตั้งใจ การถามอย่างชาญฉลาด และการให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างมีคุณภาพ



4. การสนับสนุนการเรียนรู้และพัฒนา หมายถึง ความสามารถที่จะเชื่อมโยงประเมิน  
ตีความข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผู้รับการชี้แนะ เพื่อให้ผู้รับการชี้แนะได้ตระหนักทราบถึงเรื่องที่ต้องพัฒนา

Crane (2002, p. 23) อธิบายว่า คุณลักษณะที่จำเป็นของผู้ชี้แนะโดยใช้ตัวแบบ 7cs  
ไว้ดังนี้

1. ชัดเจน (clear) มีการสื่อสารที่ชัดเจนระหว่างผู้ชี้แนะกับผู้รับการชี้แนะ  
ก่อให้เกิดความเข้าใจเห็นภาพเดียวกันตระหนักถึงความคาดหวังของกันและกัน

2. มุ่งมั่น (committed) มุ่งมั่น ทุ่มเทให้กับความสำเร็จของผู้รับการชี้แนะ  
ใช้เวลา ใส่ใจ เชื่อว่าผู้รับการชี้แนะสามารถพัฒนาได้พร้อมที่จะให้ความสนับสนุนตามความเหมาะสม  
ซึ่งจะทำให้เกิดความไว้วางใจต่อกันและเกิดการริเริ่มในการทำงาน

3. กล้าหาญ (courageous) กล้าเผชิญกับปัญหาพร้อมที่จะพูดคุยและให้ข้อมูล  
ย้อนกลับที่สร้างสรรค์แก่ผู้รับการชี้แนะรวมทั้งแสดงพฤติกรรมอย่างเปิดเผยและจริงใจ เพื่อหาแนวทาง  
แก้ปัญหาาร่วมกัน

4. ท้าทาย (challenging) สนับสนุนให้ผู้รับการชี้แนะเติบโต โดยตั้งศักยภาพ  
ที่ดีที่สุดของเขาออกมาด้วยการขยายขอบเขตความรับผิดชอบและมอบหมายงานที่ท้าทายมากขึ้น  
เพื่อเพิ่มพูนทักษะและความรู้ความสามารถประสบการณ์ความคิดและทัศนคติ

5. ร่วมมือ ร่วมใจ (collaborative) พร้อมที่จะรับผิดชอบร่วมกับผู้รับการชี้แนะ  
และร่วมมือร่วมใจกันทำให้เกิดความไว้นือเชื่อใจ

6. เอื้ออาทร (compassionate) ยอมรับให้อภัยในความผิดพลาด โดยมีเหตุผล  
อันสมควรพร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้ออาทรต่อการเรียนรู้  
และการริเริ่มสร้างสรรค์รวมทั้งการทดลองสิ่งใหม่และการเติบโต

7. พุดจริง ทำจริง (congruent) เป็นแบบอย่างที่ดีมีคำพูดและการกระทำที่  
สอดคล้องกันพร้อมที่จะเรียนรู้และพัฒนา

Passmore (2008, p. 8) อธิบายว่า คุณลักษณะของผู้ชี้แนะที่จะทำหน้าที่ชี้แนะ  
ในบริบทของการศึกษาปฐมวัย ควรมีคุณลักษณะที่สอดคล้องกับบุคคลที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการอบรม  
เลี้ยงดูเด็ก คือควรมีคุณสมบัติที่สำคัญ 5 ประการ ดังนี้

1. มีความยุติธรรม (conscientiousness)
2. มีความอบอุ่นและเป็นมิตร (warm and friendly)
3. มีความอ่อนโยน (agreeable)
4. มีการเปิดรับประสบการณ์ (open to experience)
5. มีความมั่นคงทางอารมณ์ (emotionally stable)

Feger, Woleck and Hickman (2004, p. 13) อธิบายว่า ผู้ชี้แนะทำงานควบคู่ไปกับครู โดยให้คำถามและทบทวนการสอนเรียนรู้ทักษะ ยุทธวิธีและการส่งเสริมผู้รับการชี้แนะให้ประสบความสำเร็จ ขณะที่ผู้ชี้แนะเข้าไปทำงานกับครูแบบตัวต่อตัวเพื่อส่งเสริมการสอนในชั้นเรียน ผู้ชี้แนะต้องการใช้ทักษะและความรู้ที่มีลักษณะเฉพาะ ได้แก่

1. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interpersonal skills) การสื่อสารและการสร้างความไว้วางใจให้แก่ครูผู้ที่ยพยายามเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนเองจำเป็นต้องไวต่อความกลัว ความสับสนได้ ผู้ชี้แนะต้องมีความสามารถที่จะสังเกตเห็นและให้การสะท้อนกลับที่เหมาะสมเกี่ยวกับการทำงาน อย่างให้เกียรติและร่วมแรงร่วมใจเป็นสื่อกลางระหว่างครูกับผู้บริหาร แก่ต่างครูในขณะที่ทำงานกับผู้บริหารที่ขับเคลื่อนไปสู่เป้าหมาย ทั้งสร้างชุมชนแห่งเรียนรู้ในโรงเรียน

2. ความรู้เกี่ยวกับเนื้อหา (Content knowledge) ผู้ชี้แนะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเนื้อหาอย่างลึกซึ้งประกอบด้วยความรู้เกี่ยวกับการพัฒนา โดยใช้หลักสูตรและสื่อการเรียนรู้ประสบการณ์จากผู้ชี้แนะในระดับประถมศึกษาชี้ให้เห็นว่าระดับความกระจ่างและความชำนาญในเนื้อหาจำเป็นสำหรับการชี้แนะ แต่สิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับผู้ชี้แนะในการร่วมงานและความสัมพันธ์แบบไตร่ตรองกับครูนั้น จะไม่บอกสิ่งที่ครูควรทำ แต่จะส่งเสริมแทนเช่น แนะนำแหล่งเรียนรู้และเป็นสื่อกลางในการช่วยให้ครูทบทวนการทำงาน

3. ความรู้เกี่ยวกับครุศึกษา (pedagogical knowledge) ในการเป็นผู้นำ ผู้ชี้แนะจำเป็นต้องเข้าใจวิธีที่เด็กเรียน รวมทั้งความรู้อย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับงานยุทธวิธีการใช้คำถาม และโครงสร้างของชั้นเรียนที่จะช่วยให้ นักเรียนได้พัฒนา

4. ความรู้เกี่ยวกับหลักสูตร (knowledge of the curriculum) ความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับหลักสูตรเป็นเรื่องสำคัญ ได้แก่ ความคิดที่อยู่เบื้องหลังหลักสูตรและวิธีการที่แนวคิดเหล่านั้นมาสัมพันธ์กับระดับการศึกษา การตระหนักเกี่ยวกับแหล่งของการชี้แนะ (awareness of coaching resources) ผู้ชี้แนะต้องการความรู้เฉพาะเกี่ยวกับวัสดุที่ใช้ในการพัฒนาบุคลากรเอกสารและแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ที่จะช่วยให้ครูเข้าใจวิธีการสอน

5. ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติการชี้แนะ (knowledge of the practice of coaching) ผู้ชี้แนะจำเป็นต้องรู้ยุทธวิธีและโครงสร้างของการชี้แนะ เช่น การประชุมก่อนและหลังการสอน บทบาทการใช้คำถาม วิธีการฝึกปฏิบัติการสอน ทั้งด้านวัสดุ หลักสูตร งานของนักเรียน บทสนทนาในชั้นเรียน การให้คำแนะนำ/ติชมแผนการสอน ผู้ชี้แนะต้องเข้าใจบทบาทต่าง ๆ ในการชี้แนะในห้องเรียนตัวอย่างเช่น ผู้ชี้แนะสามารถวางแผนบทเรียนร่วมกันกับครูได้การสอนคู่กันกับครูหรือบันทึกการอภิปรายในชั้นเรียน

สรุปได้ว่า ลักษณะสำคัญของผู้ชี้แนะที่จะเอื้อให้การชี้แนะประสบผลสำเร็จ ประกอบด้วยคุณลักษณะต่าง ๆ ได้แก่ 1) การมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องที่จะชี้แนะและทักษะพื้นฐานด้านการชี้แนะ 2) การมีมนุษยสัมพันธ์และมีการบริหารความสัมพันธ์ที่ดีอบอุ่น เป็นมิตร 3) การติดต่อสื่อสารที่มีคุณภาพ 4) เป็นผู้มีมีวุฒิภาวะและความมั่นคงทางอารมณ์ 5) เป็นผู้มีความมุ่งมั่นตั้งใจ พุดจริง ทำจริง ทุ่มเทเพื่อให้การปฏิบัติบรรลุตามเป้าหมาย 6) เป็นผู้ที่สามารถท้าทายหรือกระตุ้นให้ผู้อื่นเกิดความกระตือรือร้นในการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย 7) ยอมรับความหลากหลายของผู้เรียน มีความยืดหยุ่น อ่อนโยน 8) เป็นผู้ที่มีความยุติธรรม และ 9) เป็นผู้เปิดรับประสบการณ์และการเรียนรู้ใหม่ ๆ

### 2.2.8 แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

เตือนใจ ทองสำริด (2531, น. 15) อธิบายว่า แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ มีดังนี้

1. จัดหาสิ่งของให้พอเพียงกับจำนวนเด็กหรือจำนวนกลุ่มของเด็ก สิ่งของที่จัดให้เด็กได้กระทำหรือได้เล่นนี้จะต้องจัดไว้ให้พอเพียงที่เด็กจะกระทำหรือเล่นได้ทั่วถึง ไม่เช่นนั้นแล้วจะเป็นการทำลายความคิดริเริ่มของเด็กและเด็กจะพลุกพล่านไม่อยู่เฉย ทำให้ครูต้องใช้พลังงานในการตักเตือนเด็กให้ระอคอยจนกว่าจะถึงคิวของตน กรณีที่ไม่อาจจัดสิ่งของให้เด็กได้กระทำหรือเล่นอย่างพอเพียงครูควรมีกิจกรรมอื่น ๆ ให้เด็กทำโดยสัญญาว่าทุกคนจะได้เวียนมาเล่นในภายหลังดีกว่าจะให้เด็กยืนคอยเฝ้าดูจนกว่าจะถึงคิวของตน

2. เริ่มกิจกรรมด้วยการกระตุ้นให้เด็กคิดให้มากที่สุด การกระตุ้นให้เด็กคิดทำได้ด้วยการสร้างสถานการณ์ปัญหาโดยใช้สิ่งของหรืออุปกรณ์ที่ได้จัดเตรียมไว้ และดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนี้

2.1 แนะนำสิ่งของที่จะให้เด็กเล่นหรือกระทำ แล้วถามให้เด็กทำนายผลที่จะเกิดขึ้นจากการเล่นหรือการกระทำกับสิ่งของนั้น เช่น ให้เด็กดูภาชนะที่เจาะช่องด้านข้างไว้แล้วถามเด็กว่า “ถ้าใช้ภาชนะใบนี้ตักน้ำขึ้นมา หนูคิดว่าน้ำจะไหลออกจากช่องด้านข้างเหมือนรูปไหน”

2.2 แจกสิ่งของให้เด็กแล้วถามเด็กว่า จะทำอะไรกับของเหล่านั้นได้บ้าง เช่น การแจกไม้กลมจำนวน 3-4 อัน และแผ่นไม้กว้างประมาณ 30 เซนติเมตร และยาวประมาณ 50 เซนติเมตร ให้เด็ก แล้วถามเด็กว่าจะทำอะไรกับของเหล่านั้นได้บ้าง คามิ และเดอ วรีส์ (Kamii and De Vries 1978, p. 53) กล่าวว่า การเริ่มต้นเช่นนี้เหมาะสมอย่างยิ่งเมื่ออุปกรณ์ที่ใช้นั้นเป็นอุปกรณ์ที่เด็กไม่คุ้นเคยยังเป็นอุปกรณ์ที่เด็กไม่คุ้นเคยมากเท่าใดก็ยิ่งต้องใช้เวลาเด็กได้ตรวจคนด้วยตนเองอย่างอิสระ

2.3 แจกสิ่งของให้เด็กแล้วถามว่า “หนูทำได้ไหม” เช่น ครูแจกหลอดกาแฟ และลูกปิงปองให้แล้วถามว่า “หนูเปาลูกปิงปองให้วิ่งข้ามไปยังโต๊ะดานโนนได้ไหม”

3. ให้เด็กกระทำกับสิ่งของตัวเอง การที่เด็กได้กระทำกับสิ่งของตัวเองทำให้เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อ ซึ่งอาจเป็นกล้ามเนื้อใหญ่หรือกล้ามเนื้อเล็ก และได้ใช้ประสาทสัมผัสสังเกตผลหรือปฏิกิริยาของสิ่งที่ถูกกระทำนั้น ซึ่งผลจากการสังเกตจะทำให้เด็กเกิดพัฒนาการทางสติปัญญาในแง่ที่ช่วยให้เด็กสร้าง (Construct) ความคิดหรือความรู้ขึ้นมาด้วยตนเอง ดังนั้นจึงต้องใช้เวลาเด็กได้สำรวจ ตรวจสอบอย่างอิสระ สำรวจตรวจสอบคนตามการชักจูงหรือแนะนำของครู เพื่อให้เด็กคนพบคำตอบด้วยตนเอง โดยอาจให้เด็กทำเป็นกิจกรรมเดี่ยวหรือกิจกรรมกลุ่ม

4. สังเกตและค้นหาว่าเด็กกำลังทำหรือคิดอะไร ในระหว่างที่เด็กกระทำกับสิ่งของนั้นครูต้องสังเกตพฤติกรรมของเด็กอย่างทั่วถึงและค้นหาว่าเด็กกำลังทำหรือคิดอะไร และอาจเข้าไปช่วยเหลือหรือแนะนำหรือชักจูงให้การกระทำนั้นเป็นไปในทางที่ถูกต้อง เช่น การให้เด็กใช้หลอดเป่าสิ่งของเพื่อให้สิ่งของเคลื่อนที่ หากครูสังเกตเห็นว่าเด็กเป่าหลอดอย่างแรงและแรงขึ้นทุกที โดยเป่าจากด้านบนของสิ่งของ ครูก็อาจตั้งสมมติฐานขึ้นในใจว่า เด็กคนนั้นคิดว่าความแรงของการเป่าจะทำให้สิ่งของเคลื่อนที่ไม่ใช่ทิศทางของการเป่า ดังนั้นครูจึงอาจพูดว่า “ตอนหนูเป่าจากข้างบนเกิดอะไรขึ้น” หรือ “ดูอ้อยเป่าสิ” หรือ “ทำไมหนูไม่เอียงตัวลงแล้วเป่าข้าง ๆ บ้างละ”

5. ใช้คำถามในเวลาและสถานการณ์ที่เหมาะสม เวลาและสถานการณ์ในการถามคำถามเป็นสิ่งสำคัญมากที่ต้องคำนึงถึงเช่นเดียวกับการให้คำแนะนำครูไม่ควรถามคำถามเมื่อเด็กยังไม่สามารถตอบได้ เช่น เด็กเพิ่งกระทำกับสิ่งของหรือเพิ่งเล่น ซึ่งเด็กยังไม่เกิดความคิดหรือยังไม่เห็นความสัมพันธ์ การถามเด็กในช่วงนั้นเด็กอาจตอบว่า “ไม่” หรือหยุดชะงักกิจกรรมที่กำลังทำอยู่

คำถามที่ควรใช้กับเด็กก่อนประถมศึกษาควรเป็นคำถามในลักษณะต่อไปนี้

5.1 ให้เด็กกระทำต่อสิ่งของแล้วตอบว่าสิ่งของนั้นมีปฏิกิริยาหรือสนองตอบอย่างไร เช่น กลิ้งของบนไม้ที่เอียงจนเกือบตั้งแล้วของกลิ้งเร็วหรือช้า

5.2 ให้เด็กกระทำต่อสิ่งของ โดยกำหนดให้เกิดผลอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น หนูจะทำให้ของกลิ้งบนไม้นี้ช้าลงได้อย่างไร คำถามซึ่งไม่เหมาะที่จะถามเด็กก่อนประถมศึกษาคือคำถามที่ให้เด็กอธิบายสาเหตุ (Explaining causes) หรือคำถามประเภท “ทำไม” เว้นแต่ครูมีจุดมุ่งหมายที่จะเรียกร้องความสนใจของเด็กให้สนใจสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือต้องการค้นหาว่าเด็กคิดอย่างไร (Kanii and De Vries, 1978, p. 56) เช่น อาจถามว่า “ทำไมชิ้นไม้นี้ถึงไม่เคลื่อนที่ละ” ซึ่งเด็กอาจตอบว่า “ผมต้องเป่าแรงกว่านี้” หรือ “เพราะว่ามันหนัก” ซึ่งคำถามนี้อาจเป็นการนำให้เด็กเปลี่ยนแปลงวิถีกระทำหรือวิธีเล่นใหม่

6. ใช้คำพูดในเวลาและสถานการณ์ที่เหมาะสม เด็กก่อนประถมศึกษาสนใจการกระทำมากกว่าคำพูด และมีบ่อยครั้งที่ครูก็สามารถกระทำการต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดประสิทธิภาพได้ด้วยการกระทำมากกว่าการพูด โดยครูอาจมีบทบาท ดังต่อไปนี้

6.1 ช่วยให้เด็กทำการทดลองหรือสังเกตงายขึ้น โดยอาจช่วยเด็กหยิบหรือจับสิ่งของเมื่อเด็กไม่มีมือพอที่จะหยิบจับ

6.2 ขณะที่เด็กทำการทดลองบางที่ครูอาจรู้สึกว่าคุณครูควรได้เปรียบเทียบกับบางสิ่งบางอย่าง ครูอาจหยิบอุปกรณ์บางอย่างเพิ่มเติมให้เด็กได้กระทำหรือเล่นเพิ่มเติม

6.3 เมื่อครูเห็นว่าความสนใจของเด็กเริ่มลดลง ครูอาจทำตัวอย่างการ กระทำต่อสิ่งของหรือการเล่นที่แตกต่างจากที่เด็กกระทำอยู่โดยไม่จำเป็นต้องพูด การกล่าวถึงบทบาทของครูในระหว่างกิจกรรมนี้ คามิ และเอ วรีส์ (Kami and De Vries, 1978, p. 56) กล่าวว่า ไม่ต้องการให้ครูเกิดความรู้สึกว่าครูจะต้องสอดแทรกอยู่เสมอในระหว่างที่เด็กกระทำหรือเล่น เพราะการสอดแทรกที่กล่าวมาแล้วนั้นจะใช้เพียงเล็กน้อย (Sparing) เพื่อกระตุ้นความคิดริเริ่มของเด็กเท่านั้น ทั้งนี้เพราะการกระทำของครูนั้นหากว่าเลือกกระทำไม่เหมาะสมหรือเลือกเวลาไม่เหมาะสมแล้ว อาจนำความยุ่งยากมาให้เด็กมากกว่าการพูดเสียอีก ซึ่งอาจทำให้เด็กคับข้องใจจนหยุดเล่นก็ได้ อย่างไรก็ตามครูก็ควรพร้อมในด้านความคิดและความสามารถที่จะแนะนำเด็กเมื่อความคิดริเริ่มของเด็กลดลง

7. กระตุ้นให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กอื่น ๆ เมื่อครูปล่อยให้เด็กได้เล่นตามลำพังพอสมควรแล้ว ขั้นต่อไปครูควรจัดให้เด็กได้มีการร่วมมือกันมากขึ้น โดยอาจป้อนคำถามต่าง ๆ หรือให้ดูแบบที่เด็กคนอื่นกำลังทำ ในความเป็นจริงนั้นเด็กไม่ต้องการให้ผู้ใหญ่กระตุ้นให้เลียนแบบคนอื่น แต่บางครั้งเด็กก็ไม่ได้สังเกตการกระทำที่สามารถของเด็กคนอื่น ซึ่งมีคุณค่าแก่การเลียนแบบ ครูจึงอาจเรียกร้องความสนใจโดยพูดว่า “ดูที่ต้อยกำลังทำสิใครทำได้อย่างต้อยบ้าง” หรืออาจตั้งคำถามที่ยากขึ้นไปอีกเพื่อกระตุ้นให้เด็กเกิดความสนใจกันมากขึ้น เช่น ถามว่า “ใครสามารถเข้ากระป๋องกาแฟให้ลอยข้ามพื้นได้บ้าง” อย่างไรก็ตามการบอกให้เด็กคนอื่น ๆ ทำตามเด็กบางคนนั้นเป็นสิ่งที่ต้องระมัดระวัง โดยควรทำให้เกิดผลดีต่อทั้งเด็กที่เป็นผู้ทำเป็นตัวอย่าง และเป็นผลดีต่อเด็กที่เป็นผู้ทำตามเพื่อน โดยครูอาจพูดกับเด็กที่จะทำเป็นตัวอย่างว่า “ครูคิดว่าเอกเขาอยากดูนะว่าหนูทำอะไร” หรือ “ทำไมหนูไม่ให้ป้อมทำให้ดูละ” การกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กโดยการใช้คำถามดังกล่าวมาแล้ว มีสิ่งสำคัญที่ครูต้องระลึกไว้ในใจเสมอคือการกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวก็เพื่อส่งเสริมทัศนคติต่อการทดลอง (Experimental Attitude) ในกลุ่มเด็กและเพื่อกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดและการสังเกต มิใช่เพื่อให้ได้คำตอบที่ถูกต้องหรือเพื่อให้เด็กมีความเห็นสอดคล้องกัน

8. จัดโอกาสที่ส่งเสริมให้เด็กพัฒนาในทุก ๆ ทาง ในระหว่างที่เด็กทำกิจกรรมเช่นนี้ เด็กได้กระทำหลายสิ่งหลายอย่างกล่าวคือ ได้เล่นหรือกระทำร่วมกับเพื่อนได้พูด ได้ตอบ ได้คาดหมาย ปฏิกริยาของสิ่งของด้วงหน้าก่อนการกระทำสิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กได้พัฒนาภาษาและจริยธรรมอย่างต่อเนื่อง ตลอดจนทำให้เด็กเกิดความรู้เกี่ยวกับมารยาททางสังคมและการปรับตัวต่างๆ

9. จัดให้มีการสรุปและประเมินผล การสรุปและประเมินผล ทำได้ด้วยวิธีการอภิปรายภายหลังการกระทำหรือการเล่น โดยครูอาจถามคำถามเพื่อส่งเสริมการอภิปราย เช่น “เป่าหลอดเดียวกับเป่าสองหลอด ทำให้เกิดผลต่างกันอย่างใด” “เมื่อต้องการให้หลอดเคลื่อนที่ไปตรง ๆ หนูต้องทำอะไร” เป็นต้น

จากการศึกษาแนวทางการจัดประสบการณ์โดยใช้วิธีการกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะสรุปได้ว่า กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เป็นการจัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถอย่างอิสระ ผ่านอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ สัญญาณ และเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น โดยครูคอยช่วยเหลือ ส่งเสริมและสนับสนุนกระตุ้นด้วยคำถามและแนะนำในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ 1) การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ และสัญญาณ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น 3) การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย โดยดำเนินกิจกรรม ดังนี้ 1) ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ หมายถึง การเตรียมความพร้อมเพื่อกระตุ้นอารมณ์ของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน อยากเรียนรู้ โดยครูเป็นผู้สร้างบรรยากาศให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถผ่านเสียงเพลง จังหวะ และดนตรีตามความคิดอย่างอิสระ 2) ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ หมายถึง การที่ครูสาธิตวิธีการในการเคลื่อนไหวหรือแนะนำอุปกรณ์ที่ใช้ในเคลื่อนไหว วางแผนจากสื่อและอุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงสร้างข้อตกลงในการเคลื่อนไหวร่างกาย เปิดโอกาสให้เด็กลงมือปฏิบัติกิจกรรม โดยครูคอยชี้แนะ ช่วยเหลืออำนวยความสะดวก กระตุ้นด้วยคำถาม 3) ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ หมายถึง เป็นขั้นที่ครูกระตุ้นด้วยคำถาม พูดคุย ซักถาม อาจเป็นคำถามที่ทำทนาย หรือคำถามที่เป็นสถานการณ์ สร้างทางเลือก สาธิตการเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์นั้นจากข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดขึ้น เพื่อเปิดประสบการณ์ใหม่ให้กับเด็ก ซึ่งครูจะสังเกตพฤติกรรมระหว่างเด็กปฏิบัติกิจกรรม ครูคอยเสริมแรงให้กำลังใจ โดยการใช้คำพูด สาธิตในรูปแบบต่าง ๆ เป็นตัวอย่างให้เด็กดู 4) ขั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน หมายถึง เป็นขั้นที่ครูให้เด็กได้ผ่อนคลายร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ในขั้นนี้ครูจะกระตุ้นด้วยคำถาม สนทนา ซักถาม และทบทวนกิจกรรมเพื่อให้เด็กได้พูดและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความฉลาดทางด้านอารมณ์ในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

## 2.3 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

### 2.3.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

ธัญญรัตน์ เกิดสุวรรณ (2555, น. 23) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การมีจิตใจที่มั่นคง มองโลกในแง่ดี รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ใส่ใจความรู้สึกผู้อื่น มีความมุ่งมั่น มีเหตุผล มีสติ มีความสามารถในการควบคุมตนเอง มีความสามารถในการรับรู้ถึงความต้องการของคนอื่น และรู้จักมารยาททางสังคม เป็นต้น ความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วย ปัจจัยสำคัญ 3 ประการได้แก่ ความดี ความเก่ง และความสุข

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2545, น. 1) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การมีจิตใจที่มั่นคง การมองโลกในแง่ดี รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความสามารถในการรับรู้ถึงความต้องการของคนอื่น และรู้จักมารยาททางสังคม เป็นต้น มีทักษะ และสัมพันธ์ภาพทางสังคมที่ดี มีน้ำใจ รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นคนมองโลกในแง่ดี

พรพิพัฒน์ สวงโว (2555, น. 9) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถ เฉพาะตัวของแต่ละบุคคลที่จะใช้ปัญญาในการบริหารจัดการอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองให้มี สติรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น มีทักษะและสัมพันธ์ภาพทางสังคมที่ดี มีน้ำใจ รู้จักเห็นอกเห็น ใจผู้อื่น สามารถเลือกหาความสุขใส่ตัวรู้จักปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์และมีความสุข เมื่อมีทุกข์ก็รู้จักหาวิธีการแก้ไขจนประสบผลสำเร็จในชีวิตได้

วิมลพรรณ ประไพวัชรพันธ์ (2555, น. 10) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่าง เหมาะสม ช่วยเหลือผู้อื่น บอกได้ว่าอะไรควรทำ ไม่ควรทำ มีความสนใจใฝ่รู้นำตนเองให้ทำงาน ร่วมกับผู้อื่นจนสำเร็จ บอกความต้องการของตนเองได้ ปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขสนุกสนานร่าเริงกับการเล่นหรือทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น พอใจเมื่อมีผู้สนใจยกย่อง ชมเชย ความฉลาดทางอารมณ์เป็นพื้นฐานสำคัญที่จะนำไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ทั้งความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรมที่เหมาะสม ทำให้ตนอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขตลอดจนสามารถสร้างแรงจูงใจ ตนเองไปสู่เป้าหมาย การรับรู้ความรู้สึกของคนอื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความห่วงใยเห็นอกเห็น ใจและมีเมตตา มีความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี ซึ่งจะส่งผลให้ประสบผลสำเร็จในการ ทำงานและประสบผลสำเร็จในการดำรงชีวิต

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิต (2554, น. 193) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น และสามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้อย่างมี ประสิทธิภาพ แสดงออกทางด้านอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์

Goleman (1998, p. 95) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ถึง ความรู้สึกของตนเอง และความรู้สึกของผู้อื่น จนสามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อ เป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จและแสดงออกทางอารมณ์ อย่างถูกต้องเหมาะสมตามกาลเทศะ

บุษบารัตน์ ศรีนวลไสว (2553, น. 10) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถ ของเด็กที่มีต่อการควบคุมพฤติกรรมอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองได้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของ ตนเองให้เป็นเด็กดี เด็กเก่ง เด็กมีความสุข ในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับ ผู้อื่นและอยู่ร่วมกับ ผู้อื่นได้ดี

เอื้ออารี ศรีคุ้มเหนือ (2553, น. 34) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองสามารถควบคุมบริหาร จัดการอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม รู้จุดดี จุดด้อยของตนเองมีแรงจูงใจหรือแรงขับในตนเอง (Self-motivation) รวมถึงสามารถรับรู้เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และตอบสนองความต้องการของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม มีทักษะและสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี (Social relationship) สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและประสบผลสำเร็จในชีวิต

พัชรี ผลโยธิน (2548, น. 15) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด ความเข้าใจ และการตัดสินใจเกี่ยวกับความถูกต้อง ความดีงามของการกระทำต่าง ๆ อันเป็นเรื่องของคุณธรรม จริยธรรม

Ashiabi (2001, p. 122) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง อารมณ์เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในตัวของบุคคล มีทั้งที่เป็นความรู้สึกเพียงอย่างเดียว หรือบางครั้งจะหลากหลายความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะเดียวกัน เช่น ความรู้สึกรัก อบอุ่นใจ สนุกสนานมั่นคง ภาคภูมิใจ สับสน เศร้า กลัว เกลียด โกรธ เป็นต้น ดังนั้น สำหรับเด็กเล็ก ๆ จึงเป็นเรื่องยากที่จะแสดงออกซึ่งความรู้สึกนั้น ๆ พัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กที่เกิดจากภายในและก่อตัวเป็นความรู้สึกที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในสถานการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งการตอบสนองจากผู้เลี้ยงดูทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมออกมาตามความรู้สึกและต้องการการสร้างเสริมพฤติกรรมด้านอารมณ์ จิตใจ จึงเป็นการจัดประสบการณ์และการตอบสนองความต้องการของเด็กที่เหมาะสม เป็นการสร้างความรู้สึกของการเป็นตัวตนของเด็กให้รู้จักและเข้าใจถึงความรู้สึกของตน ยอมรับและเข้าใจความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้นและรู้จักการแสดงออกตามความรู้สึกอย่างเหมาะสม ทั้งนี้เมื่อเด็กเกิดอารมณ์ความรู้สึกขึ้นภายในจะแสดงออกให้เห็นเป็นพฤติกรรมการแสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวกับอารมณ์มีหน้าที่ 2 ประการ คือ 1) แสดงถึงความรู้สึกและความต้องการที่เกิดขึ้นจากแรงรับภายในและเป็นการสื่อสารให้ผู้อื่นรับรู้และตอบสนองความต้องการตั้งนั้น พฤติกรรมด้านอารมณ์ จิตใจจึงบ่งบอกถึงความรู้สึกภายในทั้งความสุข ความทุกข์ และอื่น ๆ รวมทั้งความต้องการเพื่อให้ผู้อื่นรู้และนำไปสู่การตอบสนอง

วัฒนา ปุณฺณฤทธิ์ (2557, น. 2) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการรู้สึกและแสดงความรู้สึก เช่น พอใจ ไม่พอใจ รัก ชอบ โกรธ เกลียด กลัว และเป็นสุขความสามารถในการแยกแยะความลึกซึ้ง และควบคุมการแสดงออกของอารมณ์อย่างเหมาะสม เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ตลอดจนการสร้างความรู้สึกที่ดีและนับถือต่อตนเอง พฤติกรรมทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยด้านอารมณ์เป็นส่วนหนึ่งของความฉลาดทางด้านอารมณ์ ผู้วิจัยจึงขอนำเสนอความหมายของพฤติกรรมทางด้านอารมณ์และความฉลาดทางด้านอารมณ์

ทศพร ประเสริฐสุข (2543, น.10) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่จะตระหนักถึงความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นและสามารถควบคุมอารมณ์แรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถรอคอย การตอบสนองความต้องการของ



ตนเองได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองที่จะเผชิญอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่าง ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักขจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนเองได้ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนเองในการทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งใน ฐานะผู้นำหรือผู้ตาม ได้อย่างมีความสุขจนประสบความสำเร็จในการเรียนและความสำเร็จในอาชีพ

จากนิยามข้างต้นสรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับ สถานการณ์ ปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขสนุกสนานร่าเริงกับการเล่นหรือทำกิจกรรม ร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากแบบประเมินความฉลาดด้าน อารมณ์ของเด็กปฐมวัย

### 2.3.2 ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2556, น. 11-13) อธิบายว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญ ในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เหมาะสมตามวัยมีความสามารถในการปรับตัวและแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ เช่น ความเครียดและแรงกดดันต่าง ๆ ในชีวิตได้เป็นอย่างดี และทำให้เป็นผู้ที่มีความสามารถในการสื่อสาร การแสดงความรู้สึกและแสดงอารมณ์ของตนได้ถูกต้อง เหมาะสมตาม กาลเทศะ การเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นทำให้เกิดการยอมรับและเข้าใจผู้อื่น ก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน เป็นผู้ที่มีความเข้าใจชีวิตในทุกด้านทำให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข รวมทั้ง ทำให้เป็นผู้ที่มีอัจฉริยะภาพของความเป็นผู้นำรู้จักใช้คนและครองใจคน สามารถโน้มน้าวผู้อื่น ให้ทำตามสิ่งที่ตนต้องการได้สำเร็จ ทำให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถสร้างผลิตผลที่สนอง เป้าหมาย ลดการขาดงาน ลางาน หรือย้ายงาน ซึ่งมีหน่วยงานและนักการศึกษาได้กล่าวถึงความสำคัญของ ความฉลาดทางอารมณ์ไว้ดังนี้

1. ความฉลาดทางอารมณ์ต่อตนเอง เป็นที่ยอมรับว่าจิตใจมีผลต่อร่างกาย ความเครียด คือบ่อเกิดที่สำคัญของโรคภัยไข้เจ็บหลาย ๆ ชนิด ทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น โรคแผลในกระเพาะอาหาร โรคไมเกรน โรคความดันโลหิตสูง ไปจนถึงโรคร้ายอย่างมะเร็ง หากเรามีอารมณ์ดีย่อมส่งผลให้ ร่างกายแข็งแรง ความฉลาดทางอารมณ์ช่วยให้คนมองโลกในแง่ดี มีความสุข มีความพอใจและยอมรับ ได้กับสภาพที่เป็นอยู่

2. ความฉลาดทางอารมณ์ต่อครอบครัว ครอบครัวจะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขต้อง อาศัยความรัก ความเข้าใจ และการยอมรับปัญหาความแตกแยกหย่าร้างที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ล้วนมี ต้นตอมาจากการไม่พยายามทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน หรือยอมรับข้อบกพร่องของอีกฝ่ายไม่ได้

เมื่อมีปัญหาที่ไม่หันหน้าคุยกันดี ๆ บ่อยครั้งที่คนเก่งจำนวนไม่น้อยประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน แต่มักล้มเหลวในชีวิตคู่เพียงเพราะการพยายามเอาชนะกันต่างฝ่ายต่างไม่ยอมกัน

3. ความฉลาดทางอารมณ์ต่อการศึกษา การที่เด็กจะเรียนดีมีอนาคตที่ดี นอกจากความสามารถทางวิชาการแล้วยังต้องอาศัยปัจจัยอื่น ๆ อีกมากมายโดยเฉพาะในสังคมปัจจุบันที่เต็มไปด้วยสิ่งยั่วยุ พบว่าเด็กจำนวนไม่น้อยที่เผชิญปัญหาด้านความรู้สึกรุนแรงจนทำให้เสียโอกาสทางการศึกษาไปอย่างน่าเสียดาย เช่น ปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาการตั้งครมภ์ในวัยเรียน หรือปัญหาด้านพฤติกรรมอื่นซึ่งปัญหาเหล่านี้ไม่ได้มีที่มาจากความอ่อนแอทางความสามารถทางเชาวน์ปัญญา แต่มาจากความอ่อนแอทางอารมณ์ที่ไม่สามารถรู้เท่าทันและไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น

จิตตินันท์ บุญสถิรกุล (2558, น. 9) อธิบายว่า ความสามารถของเด็กปฐมวัยที่จะเกิดการเรียนรู้ทางอารมณ์เพื่อนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมคือ 1) ความสามารถด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการเข้าใจบุคคลอื่นสามารถทำกิจกรรมกลุ่มกับเพื่อนได้อย่างสนุกสนาน มีการแสดงออกที่เหมาะสมต่ออารมณ์ ความรู้สึกและความปรารถนาของตนและผู้อื่น 2) ความสามารถภายในของบุคคล (Intrapersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการรู้จักตนเองในด้านความรู้สึกและการแสดงออกอย่างเหมาะสม มองตนเองในทางที่ดีรับรู้ในความสามารถของตนเอง สามารถคิดแสดงออกและใช้ความสามารถอย่างสร้างสรรค์ ซึ่งถ้าพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูมีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดต่อเด็ก เสริมสร้างการเรียนรู้ทางด้านอารมณ์โดยแนะนำให้เด็กรู้จักอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้นและวิธีการจัดการกับอารมณ์นั้นด้วยวิธีการต่างๆ เช่น เวลาเด็กโกรธผู้ใหญ่อาจพูดกับเด็กว่า เรามาเป่าไล่เจ้าตัวโกรธกันไหม หรือหนูมาขีด ๆ บนกระดาษนี้ใหม่เวลาโกรธ ฯลฯ เพื่อให้เด็กรู้เท่าทันอารมณ์ตนเองอันจะนำไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม

สร้อยกัญญา โปธิสมภาพวงษ์ (2557, น. 17) อธิบายว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง มีประโยชน์กับทุกด้านที่เกี่ยวข้องกับผู้นำไปใช้และมีความจำเป็นและสำคัญเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะ ผู้นำและผู้บริหาร เพราะถือว่าเป็นผู้ที่มีอำนาจสามารถชักจูงโน้มน้าวให้คนเกิดความรู้สึกเห็นชอบและพร้อมจะปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด

วัฒนา ปุญญฤทธิ (2557, น. 3) อธิบายว่า ลักษณะพฤติกรรมทางอารมณ์ของเด็กเป็นผลมาจากประสบการณ์ที่เด็กได้รับในสภาพแวดล้อมที่ทำให้รู้สึกเป็นสุข โกรธ กลัวสนุกสนาน อิจฉา ฯลฯ ซึ่งลักษณะอารมณ์ดังกล่าว เป็นอารมณ์ที่เป็นไปในทางบวกและทางลบ การเกิดอารมณ์ใดบ่อยครั้งจะทำให้เป็นลักษณะอารมณ์ประจำตน เช่น ถ้าเด็กได้รับการตอบสนองจากสภาพแวดล้อมตามที่ต้องการ และอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ทำให้รู้สึกเป็นสุข เด็กจะมีอารมณ์พึงพอใจ ทำให้เป็นคนอารมณ์ดี มีความสุข มีความพอใจต่อสิ่งต่าง ๆ ในทางตรงข้ามถ้าเด็กได้รับประสบการณ์ที่ทำให้เกิดประสบการณ์ทางลบบ่อย ๆ และเป็นระยะเวลายาวนาน เด็กจะเป็นคนเจ้าอารมณ์ ก้าวร้าวหรือเป็นผู้ที่มีความหวาดกลัว เกะติดผู้อื่น และเนื่องจากการแสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ของเด็กจะเกิดจากการ

รับรู้ถึงผลการตอบสนองจากผู้อื่น และการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม ความถี่ของการแสดงออกทางอารมณ์จะทำให้เกิดเป็นลักษณะทางอารมณ์ประจำตัวของเด็ก และถือเป็นบุคลิกภาพของเด็กอันจะส่งผลต่อพัฒนาการด้านสังคมของเด็กด้วย ตัวอย่างเช่น เด็กที่แสดงอารมณ์โกรธอยู่ตลอดเวลาจะเป็นสัญญาณเตือนถึงปัญหาด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างเด็กกับผู้อื่นในอนาคต จึงจำเป็นที่จะต้องสร้างเสริมความสามารถในการให้เด็กรู้จักการควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม ควบคู่ไปกับการจัดประสบการณ์และสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนให้เด็กรับรู้และเกิดอารมณ์ความรู้สึกในทางบวก อันจะส่งผลให้เด็กเป็นผู้ที่มีอารมณ์ดี มีสุขภาพจิตที่ดีและพร้อมที่จะสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นและมองโลกในแง่ดี พร้อมที่จะเติบโตไปอย่างมีคุณภาพ

จากการศึกษาความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยมีความสำคัญอย่างยิ่ง เป็นสิ่งที่จะนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมคือ 1) ความสามารถด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการเข้าใจบุคคลอื่นสามารถทำกิจกรรมกลุ่มกับเพื่อนได้อย่างสนุกสนานมีการแสดงออกที่เหมาะสมต่ออารมณ์ ความรู้สึกและความปรารถนาของตนและผู้อื่น 2) ความสามารถภายในของบุคคล (Intrapersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการรู้จักตนเองในด้านความรู้สึกและการแสดงออกอย่างเหมาะสม มองตนเองในทางที่ดีรับรู้ในความสามารถของตนเอง สามารถคิดแสดงออกและใช้ความสามารถอย่างสร้างสรรค์ ซึ่งถ้าพ่อแม่ ผู้ปกครองและครูมีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดต่อเด็กเสริมสร้างการเรียนรู้ทางด้านอารมณ์โดยแนะนำให้เด็กรู้จักอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้นและวิธีการจัดการกับอารมณ์นั้นด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น เวลาเด็กโกรธ ผู้ใหญ่อาจพูดกับเด็กว่า เราไปเข้าตัวโกรธกันใหม่หรือหุมนูมาซิด ๆ บนกระดาษนี้ใหม่เวลาโกรธ ฯลฯ เพื่อให้เด็กรู้เท่าทันอารมณ์ตนเองอันจะนำไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม การแสดงพฤติกรรมตามความรู้สึกอย่างเหมาะสม รู้จักการควบคุมอารมณ์ เป็นผู้ที่มีลักษณะอารมณ์ในทางบวก อันจะนำไปสู่การเป็นผู้ที่มีอารมณ์ดีและมีบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ต่อไป

### 2.3.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

#### 2.3.3.1 ทฤษฎีทางอารมณ์ของออสูเบล

ทฤษฎีทางอารมณ์ของออสูเบล (Ausube, 1970, อ้างถึงใน พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2547, น. 75-76) กล่าวว่า ออสูเบล นักจิตวิทยาในสมัยศตวรรษที่ 20 อธิบายการแสดงออกและการโต้ตอบของอารมณ์ว่า การแสดงออกของอารมณ์นั้นมีขั้นตอนตามลำดับดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 การตีความหมาย (Interpretative Phase) คือ การที่เรารับรู้เหตุการณ์นั้น ๆ ว่ามีผลต่อเราและความต้องการหรือจุดมุ่งหมายของเราอย่างไร เหตุการณ์ที่เรารับรู้ขึ้นตรงกับประสบการณ์เดิมหรือไม่

ขั้นที่ 2 การเตรียมตอบสนอง (Preparatory Reactive Phase) คือ ขั้นที่ร่างกายอยู่ในระยะที่รับอารมณ์และเตรียมการตอบสนองตามลักษณะต่างๆ ของอารมณ์

ขั้นที่ 3 การตอบสนองภายใน (Consummator Reactive Phase) คือขั้นที่ร่างกายและระบบประสาทตระหนักถึงลักษณะของอารมณ์ที่เกิดขึ้น เป็นผลให้ประสาทและอวัยวะเตรียมพร้อมที่จะทำงานในการตอบสนองต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้น

ขั้นที่ 4 การตอบสนองปฏิกิริยาภายนอก (Reflective Reactive Phase) คือขั้นที่ร่างกายประมวลสภาพอารมณ์และตอบสนองออกมาเป็นปฏิกิริยาภายนอกตามรูปแบบของประสบการณ์เดิมที่ได้รับอิทธิพลมาจากการเลี้ยงดูและลักษณะเฉพาะของบุคลิกภาพ

อารมณ์ของมนุษย์นั้นมีพัฒนาการตามระดับอายุเช่นกัน อารมณ์แต่ละชนิดของมนุษย์เกิดขึ้นในวัยต่าง ๆ ของมนุษย์ตามระดับขั้นพัฒนาการ ส่วนความกดดันของอารมณ์จะมากขึ้นเท่าใดนั้นก็ขึ้นอยู่กับปฏิสัมพันธ์ของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ออสูเบล ได้แบ่งลักษณะอารมณ์ออกเป็น 2 พวกคือ

1. อารมณ์ดี (Positive Emotions) ได้แก่ อารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อมนุษย์ได้รับรู้ในสิ่งที่เขาปรารถนาจะรับรู้หรือตรงกับความปรารถนาของเขาตามความคิดของออสูเบล อารมณ์ดี ได้แก่ มีจิตปฏิสัมพันธ์ (Affection) ร่าเริง (Joy) เห็นอกเห็นใจ (Sympathy) และอารมณ์ขัน (Humor)

2. อารมณ์ไม่ดี (Negative Emotions) ได้แก่ อารมณ์พลัดพรากจากความรักกลัว วิดกกังวล โกรธ ก้าวร้าว และอิจฉาริษยา

จากการศึกษาทฤษฎีทางอารมณ์ของออสูเบล สามารถสรุปได้ว่าอารมณ์ของมนุษย์นั้นมีพัฒนาการตามระดับอายุ ส่วนความกดดันของอารมณ์จะมากขึ้นเท่าใดนั้นก็ขึ้นอยู่กับปฏิสัมพันธ์ของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มากกระตุ้นให้เด็กแสดงพฤติกรรมโต้ตอบ ครูและผู้ดูแลเด็กปฐมวัยสามารถส่งเสริมให้เด็กสามารถควบคุมตนเองได้ด้วยการให้เด็กรับผิดชอบกิจกรรมต่าง ๆ ที่เหมาะกับวัย ให้เด็กมีโอกาสเลือกกิจกรรมและส่งเสริมให้เด็กคิดแก้ปัญหาและเรียนรู้อย่างอิสระ

### 2.3.3.2 ทฤษฎีความฉลาดทางอารมณ์ของการ์ดเนอร์

Gardner (1953, อ้างถึงใน ทิศนา แชมมณี, 2550 น. 56-58) ความฉลาดทางอารมณ์หมายถึง ความสามารถในการแก้ปัญหาในสภาพแวดล้อมต่างๆ หรือการสร้างสรรค์ผลงานต่าง ๆ ซึ่งจะมีความสัมพันธ์กับบริบททางวัฒนธรรมในแต่ละแห่ง รวมทั้งความสามารถในการตั้งปัญหาเพื่อจะหาคำตอบและเพิ่มพูนความรู้ การ์ดเนอร์มีความเชื่อพื้นฐานที่สำคัญ 2 ประการ คือ

1. ความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลมิได้มีเพียงความสามารถทางภาษาและทางคณิตศาสตร์เท่านั้น แต่มีอยู่อย่างหลากหลายถึง 5 ประเภทด้วยกัน ซึ่งเขาบอกว่าความจริงอาจจะมีมากกว่านี้ คนแต่ละคนจะมีความสามารถเฉพาะด้านที่แตกต่างไปจากคนอื่น และมีความสามารถในด้านต่าง ๆ ไม่เท่ากัน ความสามารถที่ผสมผสานกันออกมา ทำให้บุคคลแต่ละคนมีแบบแผนซึ่งเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตน

2. ความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละบุคคลจะไม่อยู่คงที่อยู่ที่ระดับที่ตนมีตอนเกิด แต่สามารถเปลี่ยนแปลงได้หากได้รับการส่งเสริมที่เหมาะสม

การ์ดเนอร์ (Gardner) เชื่อว่า ความฉลาดทางอารมณ์แต่ละด้านไม่ได้ทำงานแยกจากกัน แต่มักจะทำงานในลักษณะผสมผสานกันไปแล้วแต่กิจกรรมที่ทำอยู่ว่าต้องการสติปัญญาส่วนใดบ้าง ในการกระทำอย่างหนึ่งอย่างใดนั้น แม้จะดูเหมือนว่าใช้ความฉลาดทางอารมณ์ด้านหนึ่งด้านใดอย่างชัดเจน แต่แท้จริงแล้วต้องอาศัยความฉลาดทางอารมณ์หลาย ๆ ด้านผสมผสานกัน และเนื่องจากแต่ละบุคคลมีความฉลาดทางอารมณ์ที่แตกต่างจึงทำให้เกิดเอกลักษณ์ ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละคนไม่เหมือนกันเป็นความแตกต่างที่หลากหลายเอกลักษณ์ดังกล่าวนี้ เด็กควรจะได้ถูกฝึกให้รู้จักค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง ภาควิธีใจในเอกลักษณ์ของตนเองและเคารพในเอกลักษณ์ของคนอื่น เหล่านี้ทำให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมในการเห็นคุณค่าของตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ในขณะเดียวกันก็มีเคารพในผู้อื่นเรียนรู้ร่วมกันอย่างมีความสุขส่งผลให้ สังคมมีความเกื้อกูลกัน

จากแนวคิดทฤษฎีความฉลาดทางอารมณ์ของการ์ดเนอร์สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละด้านล้วนมีความสำคัญจะขาดด้านใดด้านหนึ่งไม่ได้ โดยเฉพาะในเด็กระดับปฐมวัย จะต้องมีความผสมผสานกันในความแตกต่างของเด็กทำให้ความสามารถแตกต่างกันไปด้วย ดังนั้นเด็กปฐมวัยควรจึงควรได้รับการส่งเสริมและปลูกฝังให้มีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ เพราะผู้ที่มีพื้นฐานความฉลาดทางอารมณ์จะมีเอกลักษณ์เฉพาะตนมีความสามารถในการเข้าใจตนเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น ทำให้เป็นคนมองโลกในแง่ดีเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น จะทำให้เกิดผลดีต่อพัฒนาการด้านอื่น ๆ ไปด้วย เด็บบ่อยเป็นคนที่ดีของสังคม

### 2.3.3.3 ทฤษฎีพัฒนาการบุคลิกภาพของอีริคสัน

ทิตนา แคมมณี (2552, น. 24) อธิบายว่า เด็กปฐมวัยเป็นช่วงวัยที่เด็กกำลังพัฒนาบุคลิกภาพที่สำคัญทางบวกและทางลบ 3 ประการซึ่งบุคลิกภาพเหล่านั้นขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่กับเด็กและสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็กเป็นสำคัญลักษณะบุคลิกภาพดังกล่าว ได้แก่

1. ความรู้สึกไว้วางใจกับความไม่ไว้วางใจเกิดขึ้น (Trust vs. Mistrust) ในระหว่างที่เด็กมีอายุระหว่างแรกเกิดถึง 2 ปี การให้ความรัก ความอบอุ่น ความเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอระหว่างพ่อแม่ ลูก ทำให้เด็กเกิดความไว้วางใจในตนเองที่จะกล้าเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นโดยไม่ต้องมีผู้ใหญ่ปกป้องหรือดูแลตลอดเวลา

2. ความรู้สึกเป็นตัวของตัวเองกับความไม่มั่นใจในตัวเอง (Autonomy vs. Doubt) เกิดขึ้นระหว่างอายุ 2-3 ปี การเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่กระตุ้นและให้กำลังใจอย่างเอาใจใส่ให้เด็กลองทำในสิ่งที่เขาทำได้ตามความสามารถด้วยวิธีการของเขาเองจะช่วยให้เด็กพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองมีความคิดเป็นของตัวเอง กล้าตัดสินใจ หรือแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง

3. ความรู้สึกริเริ่มกับความรู้สึกผิด (Initiative Vs, Guilt) เกิดขึ้นในระหว่างที่เด็กมีอายุระหว่าง 3-6 ปี ระยะเวลาที่เด็กสามารถที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ กับผู้ใหญ่ได้ การริเริ่มทำกิจกรรมบางอย่างด้วยตนเองตามลำพังจะช่วยให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง หรือเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

จากทฤษฎีพัฒนาการบุคลิกภาพของอีริคสัน ซึ่งเน้นความสำคัญของความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครอบครัวของเด็ก การได้รับความรัก ความอบอุ่น วิธีการกระตุ้นหรือการให้กำลังใจมีส่วนช่วยกระตุ้นให้เด็กเกิดความตระหนักและสร้างลักษณะบุคลิกภาพด้วยตนเองโดยเฉพาะเด็กอายุระหว่าง 3-6 ปี เมื่อผู้ใหญ่เปิดโอกาสให้เด็กได้รับรู้ เรียนรู้ และริเริ่มที่จะทำกิจกรรมด้วยตนเองทำให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

#### 2.3.3.4 ทฤษฎีพัฒนาการเหตุผลทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก

ลอว์เรนซ์ โคลเบอร์ก (Lawrence Kohlberg) นักจิตวิทยาที่กำหนดทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรม โดยพัชรี สวนแก้ว (2536, น. 38) อธิบายว่า พัฒนาการทางจริยธรรมจะเป็นลำดับขั้นเช่นเดียวกับพัฒนาการด้านอื่น โคลเบอร์กมีความเชื่อว่าพัฒนาการทางจริยธรรมของบุคคลจะต้องเกิดขึ้นเป็นลำดับขั้นตอน โดยเริ่มจากขั้นแรกก่อนแต่ระยะเวลาในการอยู่ขั้นหนึ่งขั้นใดนั้นจะแตกต่างกันแล้วแต่บุคคลหรือบางคนอาจจะอยู่ในขั้นที่คาบเกี่ยวกันก็ได้ พัฒนาการทางจริยธรรมจะเป็นเช่นเดียวกับพัฒนาการทางด้านความคิดและเหตุผลกล่าวคือ จะค่อย ๆ มีการเปลี่ยนแปลงในการแยกแยะถึงผลดีผลเสีย แล้วนำไปก่อให้เกิดการจัดระบบใหม่ที่จะนำไปสู่ความสมดุลของโครงสร้างในที่สุด ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก ประกอบด้วยขั้นพัฒนาการให้เห็นผลเชิงจริยธรรม 6 ขั้น ซึ่งมีระดับความคิดทางจริยธรรม 3 ระดับ ดังนี้

1. ระดับเริ่มมีจริยธรรม (Reconvention level) เป็นระดับก่อนเกณฑ์ (อายุ 2-10 ปี) เด็กในระดับนี้จะทำตามคำสั่งที่กำหนดว่าดีหรือไม่ดี แต่ส่วนใหญ่จะมองที่ผลของการกระทำว่าได้รับความเจ็บปวดหรือความพึงพอใจและจะทำตามกฎเกณฑ์ที่ผู้มีอำนาจเหนือตนกำหนดไว้ เลือกทำพฤติกรรมเฉพาะที่จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองโดยไม่คำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นกับผู้อื่นระดับนี้จะมีพัฒนาการ 2 ขั้น คือ

ขั้นที่ 1 (อายุ 2-7 ปี) เด็กจะเคารพกฎเกณฑ์เพื่อหลีกเลี่ยงการถูกลงโทษ

ขั้นที่ 2 (อายุ 7-10 ปี) ใช้หลักการแสวงหารางวัล เด็กจะเลือกกระทำในสิ่งที่น่าความพอใจมาให้ตนเท่านั้น สิ่งใดที่สนองความต้องการของตนถือว่าสิ่งนั้นถูกต้อง การมองความสัมพันธ์ของคนยังแคบเป็นลักษณะการแลกกัน เช่น “ถ้าเธอดีฉัน ฉันจะดีเธอบ้าง”

## 2. ระดับมีจริยธรรมตามกฎเกณฑ์และประเพณีนิยม (Conventional level)

เป็นระดับตามกฎเกณฑ์ (อายุ 10-16 ปี) เด็กในระดับนี้ทำตามความคาดหวังของครอบครัวของสังคมหรือประเทศชาติโดยไม่คำนึงถึงผลที่จะตามมาพยายามประพฤติตนเป็นคนดีอยู่ในโอวาทหลีกเลี่ยงความประพฤติที่ผู้อื่นหรือสังคมลงความเห็นว่าไม่ดีเพื่อให้ผู้อื่นยอมรับ ระดับนี้จะมีพัฒนาการ 2 ชั้น

ชั้นที่ 3 (อายุ 10-13 ปี) เป็นการทำตามที่ผู้อื่นเห็นชอบ โดยเด็กมองว่าการทำดีคือทำสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นพอใจและการช่วยเหลือผู้อื่น ทำตามสังคมเพื่อให้ได้รับการยอมรับว่าเป็นเด็กดี

ชั้นที่ 4 (อายุ 13-16 ปี) เป็นการทำตามหน้าที่ทางสังคม ซึ่งกฎที่ผู้ปกครองหรือสังคมตั้งไว้เป็นตัวกำหนดความประพฤติด้านจริยธรรมของเด็ก การทำถูกคือการทำตามหน้าที่เคารพผู้ปกครองและทำตามระเบียบกฎเกณฑ์ที่สังคมตั้งไว้เพื่อหลีกเลี่ยงการถูกประณามจากสังคม

## 3. ระดับมีจริยธรรมของตนเอง (Post conventional) เป็นระดับเหนือเกณฑ์ (อายุ 16 ปีขึ้นไป) เด็กในระดับนี้จะพยายามกำหนดหลักการทางจริยธรรมที่ต่างไปจากกฎเกณฑ์ของสังคมหรือกฎต่าง ๆ ที่ผู้ปกครองวางเอาไว้ กระทำพฤติกรรมตามความเชื่อส่วนตัว ถึงแม้จะไม่ตรงกับกลุ่มพวกพ้องก็ตาม ระดับนี้จะมีพัฒนาการ 2 ชั้น คือ

ชั้นที่ 5 (อายุ 16 ปีขึ้นไป) คำนึงถึงกฎที่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคม คำนึงถึงสิทธิส่วนบุคคล ยอมรับกฎที่เป็นประชาธิปไตย

ชั้นที่ 6 (วัยผู้ใหญ่) เป็นการยึดหลักอุดมคติ คำนึงถึงหลักจริยธรรม ตัดสินความถูกผิดจากจริยธรรมที่ตนยึดถือจากสามัญสำนึกตนเองและจากเหตุผล คำนึงถึงสิทธิมนุษยชนและเคารพสถานภาพของบุคคลไม่คล้อยตามสังคมสามารถบังคับใจตนเองได้

จากทฤษฎีพัฒนาการเหตุผลทางจริยธรรมของโคลเบอร์กสามารถสรุปได้ว่า พัฒนาการทางจริยธรรมจะเป็นลำดับขั้นเช่นเดียวกับพัฒนาการของเด็กด้านอื่น ๆ ซึ่งพัฒนาการทางจริยธรรมของบุคคลจะต้องเกิดขึ้นเป็นลำดับขั้นตอน โดยเริ่มจากขั้นแรกก่อน แต่ระยะเวลาในการอยู่ขั้นหนึ่งขั้นใดนั้นจะแตกต่างกันแล้วแต่บุคคลหรือบางคนอาจจะอยู่ในขั้นที่คาบเกี่ยวกันก็ได้ พัฒนาการทางจริยธรรมจะเป็นเช่นเดียวกับพัฒนาการทางด้านการคิดและเหตุผลกล่าวคือ จะค่อยๆ มีการเปลี่ยนแปลงในการแยกแยะถึงผลดีผลเสียแล้วนำไปก่อให้เกิดการจัดระบบใหม่ที่จะนำไปสู่ความสมดุลของโครงสร้างในที่สุด

### 2.3.3.5 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) จิตแพทย์ชาวเวียนนา ได้ศึกษาถึงพัฒนาการของเด็กในเรื่องเกี่ยวกับพัฒนาการทางบุคลิกภาพ ในทฤษฎีของเขาว่าถึงพัฒนาการของเด็กจะพัฒนาไปตามลำดับขั้นของการพัฒนาทางเพศ (Psychosexual development) ซึ่งจากลำดับขั้นตอนของการพัฒนาดังกล่าวถ้าประสบความสำเร็จในแต่ละขั้นตอนก็จะทำให้เกิดวุฒิภาวะ (Maturation) แต่ถ้าเด็กไม่สามารถพัฒนาหรือประสบปัญหาในขั้นใดขั้นหนึ่งของการพัฒนาการก็จะมีผลกระทบกระเทือนต่อวุฒิภาวะของเด็กพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เด็กแสดงออกมาก็ไม่บรรลุนิติภาวะ และจะถูกเก็บ

เอาไว้เมื่อเป็นผู้ใหญ่ โดยผ่านจิตใต้สำนึก (Subconscious) (วีระ ไชยศรีสุข, 2533, น. 97-95) พรอยด์ เชื่อว่าโครงสร้างของบุคลิกภาพของมนุษย์ ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ Id Ego และ Super Ego

1. "Id" คือความต้องการของร่างกาย
2. "Ego" มีหน้าที่บริหาร Id
3. "Super Ego" คือ ส่วนที่ควบคุมความต้องการ Id ที่ได้รับการอบรมสั่งสอนใน

ส่วนที่มีความเกี่ยวข้องกับศีลธรรมและนโยบาย พรอยด์เน้นว่าความสำเร็จในชีวิตของคนเราส่วนที่มีความเกี่ยวข้องกับศีลธรรมและนโยบาย ความสำเร็จในชีวิตของคนเราสืบเนื่องมาจากการพัฒนาการที่สมบูรณ์ในวัยเด็ก โดยได้แบ่งลำดับพัฒนาการของเด็กออกเป็น 5 ชั้น แต่ผู้วิจัยจะกล่าวถึงเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยในชั้นที่ 1-3 ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของพรอยด์ไว้ 5 ชั้น ในชั้นนี้จะกล่าวถึง ชั้นที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเด็กปฐมวัย ซึ่งมีอยู่ 3 ชั้น ดังนี้ คือ

3.1 ชั้นความพอใจอยู่ที่บริเวณปาก (Oral stage) ชั้นนี้อยู่ในช่วงอายุ 0-1 ปี เป็นช่วงที่ทารกพุ่งความสนใจไปที่ปากสิ่งที่นำความสุขมาให้แก่ทารกมากที่สุด คือการได้รับสัมผัสบริเวณปากโดยการดูดนม ซึ่งการดูดนมนอกจากจะเป็นการตอบสนองความต้องการทางร่างกายคือ ความหิวแล้ว ยังทำให้ทารกได้ผ่อนคลายความเครียดทางร่างกายด้วย

3.2 ชั้นความพอใจอยู่ที่ทวารหนัก (Anal stage) ชั้นนี้อยู่ช่วงอายุ 1-2 ปี ระยะเวลา นี้ เกิดเมื่อเด็กเริ่มเรียนรู้เรื่องการขับถ่ายการขับถ่ายของเด็กควรเป็นไปโดยความพอใจของเด็ก ไม่ใช่ความขัดแย้งหรือการวางกฎเกณฑ์บังคับเด็ก เช่น การฝึกให้เด็กขับถ่ายให้เป็นเวลา ควรทำไปทีละเล็กละน้อยไม่ใช่ขู่บังคับจนเด็กเกิดความตึงเครียดทางอารมณ์

3.3 ชั้นความพอใจอยู่ที่บริเวณอวัยวะเพศ (Phallic stage) ชั้นนี้อยู่ในช่วงอายุ 3-5 ปี ระยะเวลา นี้ความพอใจจะเลื่อนไปอยู่ที่อวัยวะเพศเด็กมีความสนใจลักษณะที่แตกต่างไปจากเพศของตน การเกิดของคน บทบาทของพ่อแม่ในการให้กำเนิดบุตร และพฤติกรรมทางเพศของพ่อแม่ ผู้ปกครอง เราจะพบว่าเด็กจะเล่นอวัยวะเพศในช่วงอายุดังกล่าวซึ่งเป็นวัยก่อนเข้าโรงเรียนการให้ความรัก ความอบอุ่นของบิดามารดา จะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ถึงบทบาททางเพศของตนและเกิดความอยากที่จะเลียนแบบ (Identification) บทบาทของบิดามารดา

จากการศึกษาทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ พรอยด์สรุปได้ว่า พัฒนาการในแต่ละชั้นดังกล่าวมาจะผ่านไปได้ด้วยดี ต้องอาศัยการอบรมเลี้ยงดูจากบิดามารดาและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องตามลำดับ ถ้าหากเด็กขาดการตอบสนองในชั้นใดชั้นหนึ่งอย่างถูกต้องก็อาจจะเกิดการชะงักในการพัฒนาชั้นต่อไป และอาจทำให้เกิดความยากลำบากในการปรับตัวให้เข้ากับชีวิตเมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้นการอบรมเลี้ยงดูเด็กวัยนี้จึงมีความสำคัญ การให้ความรัก ความเอาใจใส่ การให้เด็กแสดงบทบาทในสิ่งที่ตนต้องการจะทำให้เด็กเกิดความภูมิใจในตนเอง ดังนั้น บิดา มารดา ครู และผู้เกี่ยวข้อง ควรจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับวัยอย่างชัดเจนจะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกับผู้อื่นเรียนรู้การปรับตัว เพื่อให้เด็กเห็น



ความสำคัญของตนเองและผู้อื่น เมื่อผ่านการพัฒนาในช่วงนี้ไปได้ด้วยดีก็จะสามารถพัฒนาในช่วงอื่นต่อไปได้อย่างปกติ

จากทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ สรุปได้ว่า การแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามระดับขั้นพัฒนาการ ส่วนความกดดันของอารมณ์จะมากน้อยเท่าใดนั้นก็ขึ้นอยู่กับปฏิสัมพันธ์ของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มากระตุ้นให้เด็กแสดงพฤติกรรมโต้ตอบ ซึ่งเน้นความสำคัญของความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครอบครัวของเด็ก การได้รับความรัก ความอบอุ่น วิธีการกระตุ้น หรือการให้กำลังใจมีส่วนช่วยกระตุ้นให้เด็กเกิดความตระหนักและสร้างลักษณะบุคลิกภาพด้วยตนเองโดยเฉพาะเด็กอายุ ระหว่าง 3-6 ปี เมื่อผู้ใหญ่เปิดโอกาสให้เด็กได้รับรู้ เรียนรู้และริเริ่มที่จะทำกิจกรรมด้วยตนเอง ทำให้เด็กเกิดความรู้สึที่ดีต่อตนเอง ครูและผู้ดูแลเด็กปฐมวัยสามารถส่งเสริมให้เด็กสามารถควบคุมตนเองได้ด้วยการให้เด็กรับผิดชอบกิจกรรมต่าง ๆ ที่เหมาะกับวัย โดยให้เด็กมีโอกาสเลือกกิจกรรมและส่งเสริมให้เด็กคิดแก้ปัญหาและเรียนรู้อย่างอิสระ ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในเด็กระดับปฐมวัยที่ควรได้รับการส่งเสริมและปลูกฝังให้มีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ เพราะผู้ที่มีพื้นฐานความฉลาดทางอารมณ์จะมีเอกลักษณ์เฉพาะตนมีความสามารถในการเข้าใจตนเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น ทำให้เป็นคนมองโลกในแง่ดีเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น จะทำให้เกิดผลดีต่อพัฒนาการด้านอื่นๆ ไปด้วย เดบโตเป็นคนดีของสังคม ซึ่งผู้วิจัยใช้ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีข้างต้นไปใช้ในการจัดกิจกรรมทางกายและใช้เป็นความรู้ในการประเมินความสามารถของเด็กปฐมวัย

#### 2.3.4 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

วัฒนา ปุณฺณฤทธิ (2557, น. 9) อธิบายว่า เด็กปฐมวัยในวัยแรกเกิดถึง 36 เดือน จะแสดงพฤติกรรมที่สื่อสารถึงความต้องการของตน แสดงอารมณ์โต้ตอบและต้องการการโต้ตอบจากบุคคลที่ผูกพันเริ่มรับรู้แนวคิดทางอารมณ์ว่าพฤติกรรมของคนหนึ่งส่งผลต่ออารมณ์ของผู้อื่น และเมื่อเข้าสู่อายุ 30-48 เดือน เป็นระยะที่เด็กเริ่มเข้าใจโลกตามความเป็นจริงผ่านประสบการณ์ด้านอารมณ์ โดยแสดง การรับรู้อารมณ์ด้วยการแสดงสีหน้าตามอารมณ์ และความรู้สึกต่าง ๆ รู้ถึงผลดีของการแสดงพฤติกรรมตามความคิด ความรู้สึกของตนและรู้จักคำที่แสดงอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ การรับรู้อารมณ์ตนเองเกี่ยวข้องกับการบอกชื่ออารมณ์พื้นฐาน การแสดงสีหน้าตามอารมณ์และความรู้สึก การรับรู้ว่าพฤติกรรมของคนหนึ่งส่งผลต่ออารมณ์ของผู้อื่น และรู้ถึงผลดีของการแสดงพฤติกรรมตามความคิดความรู้สึก การรับรู้อารมณ์ของตนเองทำให้เด็กสามารถสื่อสารถึงความรู้สึกและความต้องการภายในออกมาให้ผู้อื่นรับรู้ ผู้อบรมเลี้ยงดูเด็กจึงควรประเมินพฤติกรรมของเด็กเพื่อทราบถึง การเกิดอารมณ์ของเด็กว่าเกิดจากอะไร เด็กสามารถสื่อสารออกมาได้ตรงกับสภาพทางอารมณ์นั้น

หรือไม่ และเพื่อทราบว่าคุณมีการพัฒนา เป็นไปตามวัยหรือไม่มีปัญหาหรืออุปสรรคใดที่ขัดขวางความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของเด็ก

Lewis and Michaison (1983, อ้างถึงใน จิตตินันท์ เดชะคุปต์ 2555, น. 5-39) อธิบายว่าเด็กปฐมวัยมีการรับรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น โดยสามารถรับรู้ความรู้สึกของตนเองทางบวกก่อนทางลบและรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นจะมีประสิทธิภาพมากขึ้นตามอายุ ดังต่อไปนี้

#### ตารางที่ 2.5 การรับรู้และแยกแยะอารมณ์ของเด็กจำแนกตามวัย

อายุ (ปี)	การรับรู้และแยกแยะอารมณ์
2-3	สุข ทุกข์ โกรธ
4-5	สุข ทุกข์ โกรธ น่าขัน แปลกใจ กลัว
6 ปีขึ้นไป	ทำความเข้าใจกับอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น ผสมผสานกับความรู้สึกของตนเองร่วมกับความรู้สึกของผู้อื่น

วัยก่อนเรียนหรือปฐมวัย (Preschool age) เป็นวัยที่มีอายุ 3-6 ปี วัยนี้เริ่มเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเองแต่ยังไม่สมบูรณ์ ทำให้เด็กวัยก่อนเรียนมักเจ้าอารมณ์ หงุดหงิดและโกรธง่าย โมโหร้ายโดยไม่มีเหตุผล เป็นวัยที่ชอบปฏิเสธ อย่างไรก็ตามอารมณ์ของเด็กวัยนี้สามารถพัฒนาเพิ่มมากขึ้น มีลักษณะที่ซับซ้อนและมีความอดทนมากขึ้น เด็กแต่ละคนมีอารมณ์ที่ไม่เหมือนกันอาจเนื่องจากภาวะสุขภาพสิ่งแวดล้อมและการเลี้ยงดูที่ต่างกัน เด็กวัยก่อนเรียนจะพัฒนาอารมณ์จากความต้องการของตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์จะรุนแรงและเด่นชัด อารมณ์อาละวาดยังมีอยู่ได้เมื่อถูกขัดใจ โกรธ เหน็ดเหนื่อยหรือง่วงนอน อารมณ์ของเด็กเปลี่ยนแปลงได้ง่ายเพราะเด็กวัยนี้มีความสนใจระยะสั้น เมื่อมีสิ่งที่น่าสนใจเกิดขึ้นใหม่ก็จะเปลี่ยนอารมณ์ไปได้ นอกจากนี้วัยนี้ยังใช้ภาษาบอกถึงความรู้สึก (ลดาวัลย์ ประธิชัยกูร, 2546 Lefrancois, 2001; Reynolds, 2002) ลักษณะอารมณ์ที่เห็นได้ชัดของเด็กวัยนี้ มีดังนี้ (ทิพย์ภา เซษฐุ์ชาวลิต, 2543)

1. อารมณ์รัก จะชอบหรือรักบุคคลที่ให้ของเล่น เป็นเพื่อนเล่น หรือตามใจและตอบสนองในสิ่งที่เขาต้องการอาจแสดงอารมณ์รักด้วยการกอดรัด จูบ และรู้สึกภาคภูมิใจในบิดา มารดา คุณครูมาก
2. อารมณ์อยากรู้ อยากเห็น อายุ 2-3 ขวบ จะซักถามเก่งเกือบตลอดเวลาจะถามมากที่สุดเมื่ออายุ 6 ขวบ เพราะการสำรวจอย่างเดียวจะไม่ได้คำตอบตามที่ต้องการ จึงต้องการคำตอบที่ชัดเจนเข้าใจได้มากขึ้น หากผู้ใหญ่ไม่ตอบหรือไม่ตอบสนองในสิ่งที่เขาต้องการจะทำให้เด็กอยากรู้ อยากเห็นน้อยลงกว่าเด็กในวัยเดียวกัน

3. อารมณ์กลัว จะมีอารมณ์กลัวมากกว่าวัยทารกหรือเด็กโต มักกลัวในสิ่งที่จินตนาการไปเอง เช่น กลัวความมืด กลัวผี กลัวเสียงดัง เป็นต้น และมักเลียนแบบความกลัวจากผู้ใหญ่ที่อยู่ใกล้ เช่น กลัวแมงมุม กลัวฟ้าร้อง เหมือนมารดา เป็นต้น

4. อารมณ์โกรธ ในวัยนี้จะมีเหตุการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธได้บ่อย เช่น ถูกแย่งของเล่น ถูกรังแก หรือประสบความล้มเหลวในสิ่งที่ตนต้องการกระทำจะแสดงอารมณ์โกรธด้วยการร้องไห้ ร้องกรี๊ด กระแทกเท้า เตะ กระแทก เป็นต้น

5. อารมณ์อิจฉา เป็นอารมณ์ที่เกิดได้บ่อยเช่นกัน จะเกิดขึ้นเมื่อเด็กมีความรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองหรือกำลังสูญเสียสิ่งที่เป็นของตนไปให้แก่ผู้อื่น เพราะวัยนี้ยังต้องการความสนใจเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดจากมารดาอย่างไม่เข้าใจเหตุผลต่าง ๆ ดีพอและยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง เด็กอาจแสดงอารมณ์อิจฉาออกมาโดยเปิดเผยหรือไม่ก็แสดงออกโดยการดื้อดึง อารมณ์ไม่ดี โมโหง่าย ก้าวร้าว ปัสสาวะรดที่นอน พฤติกรรมถดถอย งอแง ร้องไห้ง่าย เป็นต้น

6. อารมณ์สนุกสนาน เด็กจะรู้สึกชอบในความสุขสนุกสนาน เมื่อประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมต่าง ๆ การแสดงท่าทางตลก ท่าที่แปลก ๆ หรือการเลียนแบบล้อเลียนบุคคล สัตว์ชนิดต่าง ๆ โดยเด็กจะแสดงท่าที่ปรบมือ กระโดด หัวเราะ ส่งเสียงดัง

Lamb and Baumrind (1978, อ้างถึงใน อารยา ผลธัญญา, 2550 น. 34) อธิบายว่า พัฒนาการของเด็กในช่วงวัยต่าง ๆ ว่าวัยก่อนเรียนเป็นช่วงของการเริ่มต้นการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งพ่อแม่ต้องการปลูกฝังให้เกิดขึ้นในเด็ก เช่น การฝึกให้เด็กมีระเบียบวินัย โดยการเริ่มให้เด็กทำอะไรตามกฎเกณฑ์ เมื่อเด็กโตขึ้นเข้าโรงเรียนก็เป็นการเริ่มต้นของการให้ความดูแลเด็กโดยบุคคลอื่นนอกครอบครัว เช่น ครู รวมทั้งเพื่อนก็จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กมากขึ้น เมื่อเด็กอายุ 5 ขวบ ก็เป็นที่คาดหวังว่าเด็กจะสามารถเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมได้ดีขึ้น รวมทั้งการควบคุมตนเองในเรื่องกิจกรรมความสนใจ การช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรส่วนตัว เช่น การใช้อุปกรณ์ในห้องน้ำ การกินอาหารและการขับถ่าย เป็นต้น ขณะที่อายุเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ การเรียนรู้ทางสังคมของเด็กก็จะได้จากสิ่งแวดล้อมภายนอกและสื่อต่าง ๆ ในด้านอารมณ์เด็กก่อนวัยเรียนถูกคาดหวังว่าจะมีอารมณ์สุขเป็นส่วนใหญ่ สามารถเอาชนะความกลัวซึ่งเคยมีมาก่อนในวัยทารกและวัยหัดเดิน การทำฤทธิ์ลงมือลงเท้าที่เกิดขึ้นบ่อยเมื่อปลายขวบปีที่ 2 และ 3 ควรจะเริ่มลดจำนวนครั้งลง เด็กก่อนวัยเรียนจะเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและเด็กจะถูกคาดหวังว่าควรมีพฤติกรรมที่ปราศจากความก้าวร้าวและไม่เป็นมิตร เด็ก 5 ขวบยังไม่ถึงกับถูกคาดหวังว่าจะแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเองได้ แต่อย่างน้อยเด็กควรมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มในลักษณะที่พึงพอใจ ไม่เอาแต่ใจตนเองหรือคอยพึ่งพาผู้ใหญ่ให้แก่ปัญหาให้อยู่ตลอดเวลา อารมณ์สำคัญที่พบในเด็กก่อนวัยเรียนคือ อารมณ์รัก เด็กก่อนวัยเรียนเป็นระยะที่ผ่านช่วงของการติดแม่มาแล้วและเริ่มเข้าสู่สังคม เด็กมีความต้องการเรียนรู้ที่จะช่วยตนเองในสิ่งที่ตนต้องการเรียนรู้

ที่จะทำสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้ผู้อื่น เช่น พ่อแม่ พี่น้อง และบุคคลในครอบครัว เด็กจะรักและชอบคนที่ให้ความสนุกสนานแก่ตน ผู้ที่ชมเชยให้ของขวัญ เด็กจะแสดงความรักต่อพ่อแม่พี่น้องด้วยการโอบกอดและจูบ

ความรู้สึกหรืออารมณ์ที่พัฒนาขึ้นในเด็กวัย 3-5 ปีอีกอารมณ์หนึ่ง คือ ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง (จันมาศ ชื่นบุญ 2515, อ้างถึงใน อารยา ผลธัญญา, 2550 น. 28) ได้กล่าวถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองของเด็กวัย 3-5 ขวบ ว่าเด็กจะภูมิใจที่ได้ไปโรงเรียน ได้เป็นเจ้าของสิ่งต่าง ๆ และภาคภูมิใจในผลงานหรือความสำเร็จของตน เช่น ภาพวาดระบายสี และจะภูมิใจมากเมื่อได้รับคำชมเชย เด็กก่อนวัยเรียนควบคุมหรือซ่อนอารมณ์ไม่เป็น รักก็บอกว่ารักเกลียดก็บอกว่าเกลียด อยากทุบและอยากตีใครจะทำทันที ไม่สนใจว่าผู้อื่นรู้สึกอย่างไร การแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กเป็นได้ทั้งร้องไห้ครูดิน กราดเกรี้ยว ทุบที่ลงนอนดิ้นกับพื้น เกร็งตัวหรือทำตัวอ่อน ทำร้ายตนเอง เป็นต้น แต่ถ้ามีเหตุการณ์อื่นมาทดแทน จะลืมทันทีความก้าวร้าวซึ่งเป็นการแสดงออกอย่างหนึ่งของอารมณ์โกรธ จะพบมากในวัยนี้เช่นกัน แต่การก้าวร้าวโดยใช้กำลังจะถูกแทนที่โดยการก้าวร้าวทางวาจาการทุบตีซ้ำของจะลดลง อย่างไรก็ตามเด็กก่อนวัยเรียนได้ชื่อว่ามีก้าวร้าวมากกว่าช่วงวัยอื่น ๆ และจะมีลักษณะคงที่ในวัยเด็กตอนต้น อาจกล่าวได้ว่าเด็กที่ก้าวร้าวในวัยเด็กตอนต้นมีแนวโน้มที่จะก้าวร้าวต่อไปในวัยเด็กตอนกลาง การเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543, น. 15) อธิบายว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นของเด็กวัยก่อนเรียนว่าเด็กจะเริ่มเข้าใจความรู้สึกและความต้องการของบุคคลอื่น และเรียนรู้พฤติกรรมช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม แม้ว่าในบางครั้งเด็กอาจไม่สามารถช่วยได้ด้วยตนเอง ก็รู้จักไปขอให้บุคคลอื่นช่วย เช่น แม่หรือครู อย่างไรก็ตามการรู้สึกเห็นใจและช่วยเหลือผู้อื่นอาจแสดงออกไม่ได้เนื่องจากการอบรมเลี้ยงดูก็ทำให้เด็กเป็นเช่นนั้นได้ เช่น พี่อาจไม่แบ่งขนมให้น้อง เพราะแม่คอยห้าม หรือไม่ช่วยเพราะไม่มีเวลา หรือคิดว่าควรจะมีคนอื่นมาช่วย เป็นต้น อย่างไรก็ตามโดยทั่วไปแล้วเด็กในวัย 3-5 ขวบ จะรู้จักเสียสละความพอใจในบางอย่างในขณะนั้น เพื่อให้ได้สิ่งอื่นภายหลังชอบทำให้ถูกใจพ่อแม่และครูให้ความร่วมมือได้ เด็กวัยนี้ใช้คำพูดแทนความรู้สึกและความต้องการช่วยเหลือมีการวิจัยที่แสดงว่าเด็กที่รับรู้และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นจะให้ความช่วยเหลือผู้อื่นได้ดีกว่าเด็กที่ไม่มีอารมณ์นั้นเลย และยังพบว่าความเข้าใจและการรับรู้ความรู้สึกของคนอื่นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการช่วยเหลือสังคม

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544, น. 27-29) อธิบายว่า ความรู้สึกผิดชอบของเด็กวัยก่อนเรียนว่าเด็กจะเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคม ซึ่งได้จากพัฒนาการทางภาษาพูดและความเข้าใจที่ดีขึ้นเป็นวัยที่พ่อแม่ ผู้ปกครองและครู จะเริ่มการอบรมสั่งสอนเพื่อถ่ายทอดค่านิยม วัฒนธรรม ศีลธรรม แก่เด็กทีละน้อย โดยเริ่มจากสิ่งง่าย ๆ เช่น การเคารพกราบไหว้ การช่วยเหลือคนอื่น การสงสารคนที่ตกทุกข์ได้ยาก การเชื่อฟังสิ่งที่ผู้ใหญ่บอกสอน Piaget (อ้างถึงใน อารยา ผลธัญญา, 2550) กล่าวว่าเด็กอายุ 3-5 ปี มีการเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมจากเพื่อนเล่นในโรงเรียนอนุบาลหรือเพื่อนบ้าน วัยใกล้เคียงกัน แต่ยัง

ไม่ได้เข้าใจถึงความถูกต้องและความผิด คำว่า “ดี” อาจหมายถึงคนที่ทำกิจวัตรประจำวันได้ดี ส่วนคำว่า “เลว” มีความหมายเพียงว่าคนที่ไม่ปฏิบัติตามที่ผู้ใหญ่ บอกหรือไม่ได้ทำตามคำสอนของผู้ใหญ่

อุสา สุทธิสาคร (2543, น. 46) อธิบายว่า อารมณ์กลัวที่เกิดขึ้นในเด็กวัยก่อนเรียนว่ามักจะเกิดขึ้นจากบางสิ่งบางอย่างที่เด็กไม่เข้าใจเป็นสิ่งที่ใหม่ สถานที่หรือคนที่ไม่คุ้นเคย กลัวการแยกจาก เพราะยังมีความรู้สึกต้องการพึ่งพา กลัวการถูกทอดทิ้ง ความกลัวส่วนใหญ่มาจากจินตนาการของเด็กเองหรือจากประสบการณ์ที่เคยได้รับ เช่น กลัวความมืด กลัวสัตว์บางชนิดที่ไม่เคยเห็น ความกลัวที่พบบ่อยในเด็ก ได้แก่ ผีแม่มด ปีศาจ ฟาร์อง ไฟไหม้ และกลัวแม่ตาย ซึ่งความกลัวเหล่านี้ไม่ว่าจะเป็น ความหวาดกลัวบุคคล สิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ที่ไม่คุ้นเคยจะค่อยหายไป เมื่อเด็กได้เรียนรู้ได้ รู้จัก ได้เข้าใจ ได้ใกล้ชิดกับสิ่งเหล่านั้นดีขึ้น และยังได้กล่าวถึงอารมณ์อีกฉาในเด็กวัยก่อนเรียนว่าเป็น อารมณ์ที่ปรากฏชัดเจนโดยเฉพาะเมื่อครอบครัวมีสมาชิกใหม่ เด็กอาจแสดงพฤติกรรมถดถอยกลับไป เป็นเด็กกว่าอายุ ถ้าไม่ได้รับความสนใจจากผู้ใหญ่ บางคนคือ อาละวาด และอ่อนแอ แต่นักจิตวิทยามีข้อสังเกตว่าการเป็นพี่น้องมีส่วนช่วยเสริมพฤติกรรมความช่วยเหลือผู้อื่นและสนองความต้องการทางใจ ไม่เพียงแต่พี่น้องจะเล่นด้วยกัน เด็กอาจแสดงความเอื้ออาทรต่อพี่น้องที่อาจไม่ได้รับความรักจากแม่ และแสดงความเศร้าใจต่อพี่น้องได้

อารยา ผลธัญญา (2550, น. 18) อธิบายว่า อารมณ์เครียดและอารมณ์เศร้าเป็นอารมณ์ทางลบที่เกิดขึ้นในเด็กวัยก่อนเรียนเช่นกัน ซึ่งนักวิชาการกล่าวว่า อารมณ์เครียดเป็นสภาวะที่เกิดขึ้นในใจของเด็ก ซึ่งมีสาเหตุมาจากการขาดความเข้าใจไม่สามารถตีความหมายเหตุการณ์ได้เหมือนผู้ใหญ่ สภาวะที่ไม่เข้าใจกลายเป็นแรงกดดันทางอารมณ์ ทำให้เด็กรู้สึกไม่พอใจ ไม่สบายใจ บางคนแสดงออก ด้วยวาจาคำพูด แต่เด็กบางคนไม่แสดงออกและเก็บกดไว้ภายในกลายเป็นความกังวลสาเหตุของความเครียดอาจมีได้หลายอย่าง เช่น สภาพครอบครัวแตกแยกไม่มั่นคง เครียดจากการถูกทำทารุณกรรม ทำร้ายและความทะเลาะทแยง คาดหวังของพ่อแม่ เป็นต้น การแสดงอารมณ์อาจเป็นได้ทั้ง พฤติกรรมและความเจ็บป่วยฝ่ายกาย เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง กัดเล็บ ปัสสาวะรดที่นอน ฯลฯ เมื่อผู้ใหญ่ในครอบครัวมีความเครียด มักพบว่าเด็กจะเครียดตามและผลจากความเครียดในวัยเด็กอาจนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวในวัยผู้ใหญ่ ส่วนอารมณ์เศร้านั้นเป็นอีกอารมณ์หนึ่งที่พบได้บ่อยในเด็กวัยก่อนเรียนซึ่งเห็นได้ชัดและเฉพาะเจาะจงกับเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งมากขึ้น เช่น ร้องไห้เสียใจเมื่อต้องจากบ้านไปเข้าโรงเรียน ร้องไห้เมื่อพ่อแม่บอกว่าไม่รัก โศกเศร้าเมื่อเสียของรัก เช่น ของเล่น แตกหัก เสียใจเมื่อแม่ไม่ยอม ให้ออกไปข้างนอกด้วย หรือเมื่อแม่ลืมนำนมมาฝาก ร้องไห้เมื่อทำของเสียหายและถูกผู้ใหญ่ เป็นต้น

สรุปได้ว่า พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยอายุ 3-6 ปี วัยนี้เริ่มเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเองแต่ยังไม่สมบูรณ์ ทำให้เด็กวัยก่อนเรียนมักเจ้าอารมณ์ หงุดหงิดและโกรธง่าย โมโหง่าย โดยไม่มีเหตุผล เป็นวัยที่ชอบปฏิเสธ ซึ่งจะมีอารมณ์ที่หลากหลาย เช่น ความรู้สึกรัก อบอุ่นใจ สนุกสนานมั่นคง ภาควุฒิใจ สับสน เศร้า กลัว เกลียด โกรธ พอใจ ไม่พอใจ ชอบ ไม่ชอบ เป็นต้น ซึ่งครูและผู้ดูแลเด็กควรจัดกิจกรรมที่เหมาะสมต่อการส่งเสริมพัฒนาการเพื่อให้เด็กได้แสดงออกอย่างเหมาะสม

### 2.3.5 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

Gardner (1993, pp. 13-25) อธิบายว่า ความฉลาดทางอารมณ์มี 2 ด้าน คือ

1. ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์และตอบสนองอารมณ์ความต้องการของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

2. ด้านการรู้จักตนเอง (Intrapersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ตนเอง สามารถแยกแยะอารมณ์และความรู้สึก ตลอดจนจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม

กรมสุขภาพจิต (2544, น. 42-43) อธิบายว่า องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ มี 3 ด้าน ดังนี้

ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วยความสามารถต่อไปนี้

1. ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.1 รู้จักอารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้

1.3 แสดงออกอย่างเหมาะสม

2. เห็นใจผู้อื่น

2.1 ใส่ใจผู้อื่น

2.2 เข้าใจและยอมรับผู้อื่น

2.3 แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

3. รับผิดชอบ

3.1 รู้จักให้/รู้จักรับ

3.2 รับผิดชอบ/ให้อภัย

3.3 เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วย ความสามารถ ต่อไปนี้

1. รู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง
  - 1.1 รู้ศักยภาพตนเอง
  - 1.2 สร้างขวัญและกำลังใจให้กับตนเอง
  - 1.3 มีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย
2. ตัดสินใจและแก้ปัญหา
  - 2.1 รับรู้และเข้าใจปัญหา
  - 2.2 มีขั้นตอนในการแก้ปัญหา
  - 2.3 มีความยืดหยุ่น
3. มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น
  - 3.1 สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
  - 3.2 กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
  - 3.3 แสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ประกอบด้วย

1. ภูมิใจในตนเอง
  - 1.1 เห็นคุณค่าในตนเอง
  - 1.2 เชื่อมั่นในตนเอง
2. พึงพอใจในชีวิต
  - 2.1 มองโลกในแง่ดี
  - 2.2 มีอารมณ์ขัน
  - 2.3 พึงพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่
3. มีความสงบทางใจ
  - 3.1 มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข
  - 3.2 รู้จักผ่อนคลาย
  - 3.3 มีความสงบทางจิตใจ

Goleman (1998, pp. 93-102) ได้ปรับโมเดลของซาโลเวย์และเมเยอร์ โดยเสนอความฉลาดทางอารมณ์ประกอบไปด้วย

1. การตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง (Self-Awareness) คือ การที่บุคคลรู้ว่าตนกำลังรู้สึกอย่างไรในขณะนั้น สามารถบอกความรู้สึกของตนเองได้อย่างถูกต้องและเปิดเผย รู้ว่าการเกิดอารมณ์ของตนเองมีสาเหตุมาจากสิ่งใด และจะมีผลต่อตนเอง ผู้อื่น และการปฏิบัติงานอย่างไร รู้สาเหตุของความวิตกกังวล ความคับข้องใจ มีสติรู้ตัวอยู่เสมอ รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง มีความมั่นใจในตนเอง สามารถตัดสินใจคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมั่นใจ

2. การจัดการกับอารมณ์ของตนเอง (Self-Regulation) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถคิดอย่างมีเหตุผล ยอมรับและก้าวทันต่อการเปลี่ยนแปลงได้อย่างสมเหตุสมผล

3. การจูงใจตนเอง (Motivation) คือ การใช้พลังความรู้สึกภายในเพื่อเป็นแรงกระตุ้นเตือนให้ตนทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยไม่คำนึงถึงสิ่งจูงใจภายนอก เช่น เงิน หรือสิ่งตอบแทนอื่น ๆ มีความพอใจที่จะปรับปรุงงานให้ดีขึ้นกว่าเดิม สามารถสร้างทางเลือกใหม่ในการทำงานที่จะสามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ดี มองโลกในแง่ดี ไม่ท้อถอยต่ออุปสรรคและความล้มเหลว

4. การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) คือ การรับรู้ถึงความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น สามารถรับรู้ สนใจและเข้าใจในแง่คิด ทรรศนะของผู้อื่นที่อยู่รอบข้าง ตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น ไม่ใช่ความคิดของตนเป็นหลัก

5. สัมพันธภาพกับผู้อื่น (Handling Relationships) คือ ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น สามารถเป็นมิตรกับบุคคลได้ทุกประเภท มีความสามารถในการพูดโน้มน้าว ชักจูงให้ผู้อื่นคล้อยตามกับสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม เสริมสร้างความร่วมมือในการทำงานและความสามัคคีในหมู่คณะสามารถทำให้ผู้ที่อยู่รอบข้างมีความสุข

Cooper and Sawaf (1997, p. 19) ได้เสนอโมเดลของ EQ ว่าประกอบไปด้วยหลักสำคัญ 4 หลัก ในแต่ละหลักจะมีองค์ประกอบย่อย ซึ่งนำไปสู่การวัดการประเมินที่เรียกว่า EQ Map หลักสำคัญ 4 หลัก ได้แก่ ความรอบรู้ทางอารมณ์ ความเหมาะสมทางอารมณ์ ความลึกซึ้งทางอารมณ์ และความผันแปรทางอารมณ์

กนกวรรณ ชื่อจริง (2553, น. 23) อธิบายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ว่ามีองค์ประกอบที่สำคัญที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการทางปัญญา ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์จำเป็นต้องรับการปลูกฝังและพัฒนาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่วัยเด็กควบคู่กับการพัฒนาความฉลาดทางเชาว์ปัญญา เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์เป็นทักษะที่เกิดขึ้นได้ด้วยกระบวนการเรียนรู้จากวิธีการเลี้ยงดู การมีแบบอย่างหรือการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนา โดยเฉพาะการพัฒนาตั้งแต่วัยเด็กเล็กในช่วงอายุ 2-5 ปี เพราะความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กจะพัฒนาได้อย่างมากในช่วงวัยนี้ และคุณสมบัติหลายประการ



อาทิเช่น การควบคุมอารมณ์ตนเอง การมีวินัย ความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น จะเกิดขึ้นได้จากการสร้างรากฐานในวัยนี้

สิริวรรณ ฤทธิสาร (2550, น. 30) อธิบายว่า องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์มี 5 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การตระหนักรู้ในตนเอง เป็นความสามารถที่จะรับรู้และเข้าใจความรู้สึกและความคิด และอารมณ์ของตนเองได้ตามความจริง สามารถประเมินตนเองได้อย่างตรงไปตรงมา มีความเชื่อมั่น รู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง เป็นคนซื่อตรง พุดแล้วรักษาคำพูด มีจรรยาบรรณ มีสติ เข้าใจตนเอง
2. การบริหารจัดการกับอารมณ์ของตน เป็นความสามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม ประกอบด้วยความสามารถในการควบคุมอารมณ์ เป็นคนที่น่าไว้วางใจ มีคุณธรรม มีความสามารถในการปรับตัวและมีความสามารถในการสร้างแนวคิดใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต
3. การจูงใจตนเอง เป็นความสามารถที่จะจูงใจตนเอง มองโลกในแง่ดี สามารถนำอารมณ์ความรู้สึกของตนเองมาสร้างพลังในการกระทำสิ่งต่าง ๆ และเป็นพลังในการให้กำลังใจตนเองในการคิดและกระทำอย่างสร้างสรรค์
4. รู้จักสังเกตความรู้สึกของผู้อื่น เป็นความสามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นมี ความเห็นอกเห็นใจเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีจิตใจให้บริการสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
5. การดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นความสามารถที่จะรู้เท่าทันอารมณ์ของผู้อื่นเป็นทักษะทางสังคมที่จะมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น อันจะส่งผลให้เกิดความเป็นผู้นำ ความสามารถในการลักษณะนี้จะประกอบไปด้วยการสื่อความที่ดีการบริหารความขัดแย้ง เป็นต้น

วัฒนา ปุณฺณฤทธิ (2557, น. 14) อธิบายว่า พฤติกรรมทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยเป็นการเข้าใจถึงความรู้สึกและความต้องการของตนที่ตรงกับสถานการณ์ต่าง ๆ และแสดงออกด้วยสีหน้า ท่าทาง และการกระทำ เพื่อสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจถึงความรู้สึกนั้น ๆ จากนั้นจะพัฒนาไปสู่การรับรู้ อารมณ์ของผู้อื่นโดยรับรู้ว่าการกระทำของคนหนึ่งมีผลต่อความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่น ทั้งนี้การรับรู้ อารมณ์ตนเองจะเกิดขึ้นก่อนการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นตามวัยและประสบการณ์ที่เด็กได้รับการรับรู้ อารมณ์และความรู้สึกของตนเองจะทำให้เด็กรู้จักตนเอง รู้จักการแสดงออกเมื่อมีความรู้สึกต่าง ๆ การควบคุม อารมณ์ ความรู้สึกผิดชอบชั่วดี และนำไปสู่การเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่ดี อันเป็นพื้นฐานของการพัฒนา ความเป็นตัวตนของเด็กและการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นและสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ลักษณะทางอารมณ์ ของเด็กปฐมวัยเกิดขึ้นตามธรรมชาติของเด็กทุกคนและเกิดจากการได้รับการตอบสนองในสภาพแวดล้อม ซึ่งอารมณ์ที่เกิดขึ้นมีดังนี้

1. อารมณ์รักดีใจเกิดจากการที่เด็กได้รับการตอบสนองความต้องการการโอบกอดการสัมผัส การเอาใจใส่ ถาม พุดคุย ทำให้เกิดอารมณ์รัก ดีใจเมื่อได้รับการตอบสนอง มีความรู้สึกพึงพอใจ รู้สึกมีความสุข รู้สึกมั่นคงปลอดภัย

2. อารมณ์โกรธ เกิดจากการไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการ ถูกขัดใจ ถูกบังคับ หรือเร่งรัดให้ทำสิ่งต่าง ๆ ทำให้ไม่พอใจ ไม่มีความสุข ทำให้แสดงอาการก้าวร้าวรุนแรง

3. อารมณ์กลัว เกิดจากการเผชิญกับสิ่งแปลกใหม่หรือสิ่งที่ไม่คาดฝัน เสียงดังหรือเกิดจากการเลียนแบบผู้ใกล้ชิด เกิดจากการหลอกขู่ของผู้เลี้ยงดูหรือเกิดจากจินตนาการของเด็กเอง อารมณ์กลัวทำให้เด็กไม่กล้า หลบซ่อน ไม่แสดงออก ไม่กล้าพูด กล้าคิด กล้าทำปกป้องตนเอง

4. อารมณ์วิตกกังวล เกิดจากการไม่ได้รับการตอบสนองที่สม่ำเสมอ ถูกทิ้งให้รอคอย การเผชิญกับสถานการณ์ที่ตึงเครียด ทำให้รู้สึกกังวลไม่เป็นสุข หวาดผวา ไม่มั่นใจในสภาพแวดล้อม กระสับกระส่ายย้ำคิดย้ำทำ กลัวในสิ่งที่ยังมาไม่ถึงมองโลกในแง่ร้าย

5. อารมณ์อิจฉาริษยา เกิดจากการรู้สึกสูญเสียสิ่งที่ตนรักหรือถูกลดความสำคัญ การรู้สึกไม่ได้รับความยุติธรรม หรือได้รับสิ่งต่าง ๆ น้อยกว่าผู้อื่น ทำให้รู้สึกโกรธ ไม่พอใจ คับแค้นใจ โมโห

6. อารมณ์อยากรู้อยากเห็น/สงสัย เกิดจากธรรมชาติของเด็กที่แสดงถึงความสนใจต่อสิ่งแวดล้อมและเริ่มเรียนรู้เรื่องเหตุผล ทำให้ชอบซักถาม กระตือรือร้น ไม่อยู่นิ่ง ช่างสังเกต ชอบทดลองทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสนองต่อความอยากรู้อยากเห็น

7. อารมณ์เบื่อบาน/พึงพอใจ เกิดจากความรู้สึกสุขใจที่ได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ต้องการหรือได้รับสิ่งที่คาดหวังไว้ หรือพบกับสิ่งที่สร้างความรู้สึกพอใจ ทำให้รู้สึกยินดี มีความสุข ร่าเริง อารมณ์ดี

อุไร จักร์ตรีมงคล (2544, น. 5) การรับรู้อารมณ์ตนเอง หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ และเข้าใจความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง รู้ถึงข้อดี ข้อด้อยของตนเองตามความเป็นจริงพร้อมทั้งตระหนักในคุณค่าและภาคภูมิใจในความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง

จากการศึกษาองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และการอยู่ร่วมกับผู้อื่น รู้จักควบคุมจัดการและแสดงอารมณ์อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ โดยแยกเป็นรายละเอียด แต่ละด้าน ดังนี้

1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์และเข้าใจความรู้สึกของตนเองว่าตนเองกำลังรู้สึกอย่างไร บอกความรู้สึกของตนเองได้อย่างถูกต้องและเปิดเผย ตลอดจนแสดงออกทางด้านอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ประกอบด้วย

- 1.1 ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะเล่นกับเพื่อน
- 1.2 บอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อถูกถาม เช่น รู้สึกดีใจ เสียใจ โกรธ ไม่ชอบ ไม่พอใจ
- 1.3 พูดหรือแสดงท่าทางปฏิเสธเมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ
- 1.4 ยอมรับหรือปรับมือดีใจเมื่อได้รับคำชมเชย

- 1.5 รอคอยได้เมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น
2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ตลอดจนแสดงพฤติกรรมที่คำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น ประกอบด้วย
  - 2.1 ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น
  - 2.2 หยุดการกระทำเมื่อเห็นสีหน้าไม่พอใจของผู้อื่น
  - 2.3 เข้าไปช่วยเหลือหรือพูดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนเสียใจหรือทุกข์ร้อน
  - 2.4 ไม่หยิบสิ่งของผู้อื่นมาเป็นของตนเองเมื่อมีโอกาส
  - 2.5 เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุก
3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีและเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจในแง่คิด ความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ประกอบด้วย
  - 3.1 แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น
  - 3.2 พูดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาร่วมเล่นหรือทำกิจกรรมด้วยกัน
  - 3.3 พูดหรือแสดงท่าทางขอโทษผู้อื่นเมื่อตนเองทำผิด
  - 3.4 พูดหรือแสดงท่าทางขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของหรือทำอะไรให้ตนเอง
  - 3.5 ปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้

### 2.3.6 แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

วัฒนา ปุญญฤทธิ์ (2557, น. 6) อธิบายว่า การพัฒนาพฤติกรรมการรับรู้อารมณ์ของเด็กปฐมวัย ผู้อบรมเลี้ยงดูสามารถสร้างเสริมโดยการตอบสนองความต้องการของเด็กอย่างเหมาะสม สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็ก แสดงความรักความเอาใจใส่เด็กอย่างสม่ำเสมอจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพและจิตภาพที่ทำให้เด็กรู้สึกมีความสุข การเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้อบรมเลี้ยงดูในการแสดงพฤติกรรมความรู้สึกทางอารมณ์ที่เหมาะสม จัดกิจกรรมให้เด็กได้รับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การสอนโดยตรงขณะที่เด็กเกิดอารมณ์ต่าง ๆ ให้รู้ถึงผลดีของอารมณ์ทางบวกและผลเสียของอารมณ์ทางลบ และปฏิบัติต่อเด็กโดยยอมรับความเป็นตัวตนของเด็กและให้ความสำคัญต่อเด็กเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้อบรมเลี้ยงดูเด็ก สอนให้ใช้ภาษาในการแสดงออกทางอารมณ์และการควบคุมอารมณ์แทนการใช้กำลัง จัดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมให้เกิดอารมณ์ทางบวก ให้การเสริมแรงทางบวกเมื่อเด็กแสดงออกอย่างเหมาะสมและมีการควบคุมอารมณ์ การจัดกิจกรรมให้เล่นร่วมกับกลุ่มเพื่อน การสอนให้ควบคุมอารมณ์ขณะทำกิจกรรมต่าง ๆ และการศึกษาเข้าใจถึงเหตุของการแสดงพฤติกรรมของเด็ก มีนักวิชาการหลายท่านกล่าวถึงแนวทางการพัฒนาพฤติกรรมทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ไว้ดังนี้

หลักการสร้างเสริมพฤติกรรมการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น จึงเกี่ยวข้องกับ การตอบสนองความต้องการของเด็กอย่างสม่ำเสมอ การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมของผู้เลี้ยงดูเด็กเพื่อเป็นแบบอย่าง การตอบโต้ปฏิกิริยาทางอารมณ์โดยแสดงพฤติกรรมในทางบวก และการปฏิบัติกับเด็กอย่างสม่ำเสมอคงเส้นคงวา จะทำให้เด็กรับรู้ลักษณะของอารมณ์และเห็นแนวทางการแสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ที่เหมาะสม วิธีการสร้างเสริมพฤติกรรมการรับรู้อารมณ์ และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น

1. การสร้างเสริมพฤติกรรมโดยการตอบสนองที่ตรงกับความต้องการของเด็กอย่างเหมาะสม มอริสัน (Morrison, 2011 p. 191) ให้ความเห็นว่าเป็นหน้าที่ของผู้ใหญ่ในการพัฒนาทางอารมณ์ของเด็ก ด้วยการตอบสนองความต้องการอารมณ์เช่นเดียวกับ ดริสคอลล์ และนาเจล (Driscoll and Nagel, 2008, p. 51) ที่ระบุว่าเด็กจะรับรู้และเกิดความรู้สึกอารมณ์พึงพอใจจากการได้รับการตอบสนองตามที่ต้องการซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีบุคลิกภาพของอีริกสัน (Erikson) ที่อธิบายว่าความรู้สึกภายในของบุคคลจะเกิดจากการได้รับการตอบสนองความต้องการในแต่ละช่วงวัย ซึ่งถ้าได้รับอย่างเหมาะสมและให้การยอมรับสนับสนุนเด็กจะพิจารณาความรู้สึกนึกคิดในทางบวกนำไปสู่การสร้างอารมณ์ที่มั่นคง สร้างความเป็นตัวตน และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นในวัยต่อ ๆ มา แต่ถ้าไม่ได้รับการตอบสนองจะทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจและไม่สามารถพัฒนาไปสู่ความรู้สึกสัมฤทธิ์ผลในช่วงวัยต่อมา สำหรับความต้องการของเด็กแรกเกิด-5 ปีคือ ความรัก ความเอาใจใส่ เลี้ยงดูอย่างสม่ำเสมอ การให้ช่วยเหลือตนเอง และอิสระในการเรียนรู้สิ่งรอบตัว ซึ่งจะทำให้เด็กรู้สึกไว้วางใจ ความเป็นตัวของตัวเอง และความรู้สึกริเริ่ม (จิตตินันท์ เดชะคุปต์ 2555, น. 5-37) ดังนั้น การที่จะให้เด็กรับรู้ถึงความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองซึ่งควรจะเป็นความรู้สึกและอารมณ์ทางบวกคือ รัก/ดีใจ อยากรู้อยากเห็น เบิกบานพึงพอใจ ที่เกิดจากการได้รับการตอบสนองความต้องการด้วยความรัก ความเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ และจากการรับรู้อารมณ์ของตนเองนี้จะพัฒนาไปสู่ความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นได้ในระยะต่อไป สำหรับการตอบสนองเพื่อให้เด็กเกิดการรับรู้อารมณ์ ได้แก่ การตอบสนองทางกายเพื่อให้เด็กรู้สึกสบายมีความสุข การโต้ตอบและตอบสนองการแสดงความรู้สึกทางอารมณ์ของเด็กการแสดงพฤติกรรมทางให้เด็กรับรู้ในทางบวก ตลอดจนการยอมรับการแสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ของเด็ก ชมเชยเสริมแรง เมื่อเด็กแสดงการรับรู้อารมณ์และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นต้น

2. การสร้างเสริมพฤติกรรมโดยการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้เลี้ยงดูกับเด็ก ความสัมพันธ์ของผู้เลี้ยงดูกับเด็กจะมีผลต่อพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กโดยเฉพาะความสัมพันธ์ที่ดีที่ผู้เลี้ยงดูแสดงต่อเด็กด้วยความรักความเอาใจใส่ แสดงความรักโดยการใช้เวลา การสัมผัส ปฏิบัติกับเด็กด้วยความนุ่มนวล จะทำให้เด็กรับรู้ถึงความรักรู้สึกว่ามีคุณค่า มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์มั่นคง เด็กที่ได้รับความสัมพันธ์ที่อบอุ่นจะสามารถรับรู้อารมณ์ทางบวก และสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนได้เหมาะสม และตรงกันข้ามหากเด็กไม่ได้รับความสัมพันธ์ที่ดี เด็กจะจัดการอารมณ์จากความ

พยายามของตนซึ่งอาจจะไม่เหมาะสม เด็กที่มีความกังวล ซ้ำไม่โห มักจะเกิดจากการถูกละเลยจากผู้เลี้ยงดูและไม่ช่วยสร้างความอบอุ่นใจให้เด็ก (Ashiabi, 2011, p. 141) การที่เด็กกับผู้เลี้ยงดูมีความสัมพันธ์ที่ดีจะทำให้เด็กได้ซึมซับรับรู้ถึงวิธีการปฏิบัติของการแสดงอารมณ์ต่าง ๆ จากผู้เลี้ยงดูทั้งอารมณ์รัก อารมณ์ดีใจ ยินดี พึงพอใจ และความอยากรู้ อยากเห็นและรับรู้ถึงการแสดงออกของอารมณ์นั้น ๆ เด็กจึงรับรู้ อารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นจากการรับรู้ที่ได้จากการปฏิบัติจากผู้เลี้ยงดู

3. การสร้างเสริมพฤติกรรมด้วยการจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศที่มีความสุข การจัดสภาพแวดล้อมที่ช่วยสร้างพฤติกรรมการเรียนรู้ อารมณ์ ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ดังนี้

3.1 การจัดเตรียมกิจกรรม เครื่องมือ วัสดุ อุปกรณ์ต่างๆ ตามระดับความสามารถไม่คาดหวังกับเด็ก สูงกว่าระดับพัฒนาการและไม่ยากจนกดดันให้เด็กรู้สึกเครียด

3.2 จัดกิจกรรมเตรียมพื้นที่ วัสดุ อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ที่让孩子ได้ทำงาน ทั้งตามลำพังและกับกลุ่มเพื่อน

3.3 จัดสภาพบรรยากาศที่ให้เกิดอารมณ์ทางบวกให้รู้สึกมีความสุข ไม่กดดันไม่แก่งแย่งแข่งขันกัน ยอมรับทั้งสิ่งที่เด็กทำพลาดหรือผิดพลาดและชื่นชมต่อการประสบความสำเร็จของเด็ก

3.4 จัดให้มีมุมการเล่นที่สนับสนุนการสร้างอารมณ์ทางบวก การรับรู้ อารมณ์ ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น เช่น

3.4.1 จัดมุมบ้าน มุมเล่นเลียนแบบที่ให้เล่นแสดงความรู้สึกและอารมณ์

3.4.2 จัดให้มีมุมที่เล่นแสดงความรัก ความเข้าใจ ความเมตตาผู้อื่น เช่น มุมคลินิก

มุมการเลี้ยง

3.4.3 จัดมุมที่มีการเล่นแบบร่วมมือ เช่น มุมศิลปะ มุมเกมการศึกษา มุมเครื่องเล่นปลายเปิด

3.4.4 จัดมุมหนังสือที่มีการแสดงให้เห็นถึงการรับรู้ อารมณ์ (Mindes, 2011, pp. 32-33 และ Jalongo and Isenberg, 2008, p. 356)

4. การสร้างเสริมพฤติกรรมด้วยการเป็นแบบอย่างที่ดี ผู้เลี้ยงดูเด็กเป็นบุคคลที่เด็กใกล้ชิด เด็กจะสังเกตและจดจำลักษณะพฤติกรรมทางอารมณ์จากผู้เลี้ยงดูเด็กจึงสะท้อนการรับรู้ อารมณ์โดยแสดงออกตามที่ได้เห็นแบบอย่างการกระทำและบุคลิกภาพของบุคคลที่ใกล้ชิดรวมทั้งพฤติกรรมที่แสดงต่อเด็กจะทำให้เด็กเข้าใจสังเกตอารมณ์แบบต่าง ๆ การเป็นตัวแบบที่ดีมีอารมณ์ที่มั่นคง แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมทางอารมณ์ในสถานการณ์ต่าง ๆ จะทำให้เด็กได้แบบอย่างและพัฒนาต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพ (Ashiabi, 2011, น. 141, จิตตินันท์ เดชะคุปต์ 2555, น. 542)

5. การสร้างเสริมพฤติกรรมด้วยการจัดกิจกรรม การจัดกิจกรรมนี้อาจจัดในสถานพัฒนาเด็กหรือปรับไปใช้กับเด็กที่บ้านได้ ดังนี้

5.1 ให้เด็กได้พูดคุยเกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองและรับฟังผู้อื่นพูดคุยถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเอง การที่เด็กได้คุยถึงอารมณ์ของตนเอง จะทำให้รับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกของตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ และการฟังเพื่อนหรือผู้อื่นพูดคุยถึงอารมณ์ความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ จะทำให้เด็กรับรู้ความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่น

5.2 ให้ครูสภาพเด็กในสถานการณ์ต่างๆ และสนทนาพูดคุยถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตัวละครในภาพ ทั้งอารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ ตามความเห็นของเด็กว่าในสถานการณ์อย่างนั้น เช่น คำถามต่อไปนี้

5.2.1 หนูคิดว่าเด็กในภาพจะเกิดความรู้สึกอารมณ์อย่างไร

5.2.2 ทำไมหนูถึงคิดเช่นนั้น

5.2.3 ถ้าหนูเป็นเด็กในภาพหนูจะรู้สึกอย่างไร

5.2.4 ทำไมหนูจึงรู้สึกอย่างนั้น

5.2.5 หนูอยากทำให้ผู้อื่นรู้สึกอย่างนั้นหรือไม่ ทำไม ฯลฯ

จากคำถามที่ฝึกให้เด็กคิด เด็กจะได้รับการสร้างเสริมให้รู้จักอารมณ์ต่าง ๆ การรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ขณะเดียวกันผู้ใหญ่ควรอธิบายประกอบการแนะนำให้เด็กรู้จักถึงอารมณ์และความรู้สึกและการปฏิบัติหรือการแสดงออกเมื่อเกิดอารมณ์ต่าง ๆ ที่ถูกต้องควบคู่กันไป

5.3 จัดกิจกรรมการเล่นบทบาทสมมติ ลองให้เด็กสมมติเป็นคนในสถานการณ์ต่าง ๆ และแสดงอารมณ์ ความรู้สึกเพื่อให้รับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเองและในบทบาทของผู้อื่น

5.4 เล่นเกมเพื่อให้รู้จักตนเองและผู้อื่น การเล่นเกมทำให้เด็กสนุกสนานและซึมซับรับรู้สิ่งต่าง ๆ ไป ด้วยเกมที่ฝึกให้เด็กรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น เช่น เกมต่อไปนี้

5.4.1 เกมใคร ๆ ก็ชอบหนู” ให้เด็กบรรยายถึงตนเองว่าทำไมใคร ๆ จึงชอบตนเอง โดยบอกลักษณะของตนเอง เช่น หนูใจดี หนูรักคนอื่น หนูไม่ทำร้ายเพื่อน ฯลฯ

5.4.2 “เกมหนูรักมากที่สุดเพราะ” ให้เด็กบอกว่ารักใคร่มากที่สุด และบอกว่าทำไมจึงรักเขา เขา เป็นคนอย่างไร และถ้าหนูอยากให้เขารักหนู หนูจะต้องทำตัวอย่างไร

5.4.3 “เกมทายชื่ออารมณ์” นำภาพใบหน้าแสดงอารมณ์ต่าง ๆ มาให้เด็กบอกชื่ออารมณ์

5.4.4 “เกมถ้าหนูเป็นเขา” นำภาพเด็กในสถานการณ์ต่าง ๆ มาให้เด็กดูแล้วให้บอกว่าถ้าเป็นหนู หนูจะรู้สึกอย่างไร

5.5 มอบหมายให้เด็กรับผิดชอบช่วยเหลืองานเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เด็กพอจะทำได้ เพื่อให้เด็กรู้ถึงคุณค่าของตนเอง และการทำให้คนอื่นรู้สึกดีต่อการกระทำของเด็ก

การสร้างเสริมโดยการสอนตรงขณะที่เกิดเหตุการณ์หรืออยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น การบอกให้เด็กรู้จัก เข้าใจ และเรียกชื่ออารมณ์ที่ตรงกับความเป็นจริงการใช้ภาษาในการสื่อสาร

ให้ผู้อื่นเข้าใจความรู้สึก การสอนให้เข้าใจถึงลักษณะของอารมณ์และสาเหตุการเกิดอารมณ์ สอนให้เด็กเข้าใจว่าการเกิดอารมณ์และการแสดงอารมณ์ของเด็กจะมีผลดีหรือไม่ดีอย่างไร การสอนให้เด็กรู้จักการเผชิญสภาพการณ์ต่าง ๆ ด้วยความรู้สึกที่รู้จักเลือกที่จะมีอารมณ์ที่จะทำให้เกิดความสุข เป็นต้น

6. การสร้างเสริมโดยการปฏิบัติต่อเด็กโดยยอมรับความเป็นตัวตนของหลักผู้ใหญ่ ควรปฏิบัติต่อเด็กโดยการเห็นว่าเด็กเป็นบุคคลหนึ่งที่มีอารมณ์และความรู้สึกต้องเข้าใจว่าการแสดงอารมณ์ของเด็กก็ย่อมมีสาเหตุควรทำความเข้าใจและค้นหาสาเหตุที่แท้จริงของการแสดงอารมณ์ของเด็กและปฏิบัติต่อเด็กอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ให้เกิดอารมณ์ทางลบและสร้างอารมณ์ทางบวก (จิตตินันท์ เตชะคุปต์, 2555, น. 542) การยอมรับเด็กทำให้เด็กรู้สึกถึงความเป็นตัวตน แสดงออกโดยการพูดกับเด็กอย่างอ่อนโยน ทักทายเด็ก รับฟังและตั้งใจฟังเมื่อเด็กพูดด้วย แสดงการตอบสนองไม่เมินเฉยต่อคำพูด คำขอร้องหรือปฏิกิริยาของเด็ก

จากการศึกษาแนวคิดข้างต้น สรุปได้ว่า แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เป็นการให้การเสริมแรงเมื่อเด็กแสดงความฉลาดทางอารมณ์ที่เหมาะสม การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ได้แก่ การที่ผู้เลี้ยงดูเด็กให้การตอบสนองความรู้สึกและความต้องการของเด็กมีความสัมพันธ์ที่ดีและแสดงให้เด็กรับรู้ การจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศที่มีความสุข การเป็นแบบอย่างทางอารมณ์ที่ดี การจัดกิจกรรมต่าง ๆ การสอนในสถานการณ์ที่เป็นจริง และการยอมรับความเป็นตัวตนของเด็ก การจัดกิจกรรมให้ได้รับประสบการณ์การสอนโดยตรง และการยอมรับและเข้าใจเหตุแห่งพฤติกรรมซึ่งจะทำให้เด็กเข้าใจถึงวิธีการแสดงออกและการควบคุมอารมณ์ ซึ่งจะทำให้เด็กสามารถปรับตัวและหากิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่นต่อไป

### 3.3.7 แนวทางการวัดและประเมินผลความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้หลายทัศนะ ดังนี้

3.3.7.1 การประเมินโดยใช้เครื่องมือที่เป็นปรนัย (Objective measurement) เช่น แบบทดสอบ แบบสอบถาม

3.3.7.2 การประเมินโดยใช้เครื่องมือที่เป็นอัตนัย (subjective measurement) เช่น การสัมภาษณ์หรือให้เขียนบรรยายแสดงความรู้สึกต่าง ๆ จากเหตุการณ์ที่ได้ประสบและประทับใจ หรือจากสิ่งเร้าที่ผู้วิจัยจัดให้เช่นรูปภาพ เสียงเพลง เป็นต้น และการสังเกตแสดงพฤติกรรมของผู้ถูกประเมินที่สะท้อนถึงความรู้สึกและอารมณ์ของตนออกมาในสถานการณ์ที่เป็นจริงหรือสถานการณ์การจำลอง

เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์เป็นผลมาจากอายุ ประสบการณ์ การฝึกฝน ดังนั้นการหามาตราส่วน (Scale) ที่เป็นตัวเลขบ่งบอกระดับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ของบุคคลที่ใช้ตลอดช่วงอายุที่มีความคงที่เป็นเรื่องที่ยากมาก ปัจจุบันได้มีผู้พยายามวัดระดับความฉลาดทางอารมณ์ โดย

เสนอรูปแบบแตกต่างกันไป ผู้วิจัยจึงขอเสนอแบบประเมินที่ผู้เชี่ยวชาญทางด้านความฉลาดทางอารมณ์ได้เสนอไว้ทั้งในตำราและเว็บไซต์ต่าง ๆ ดังนี้

BarOn (2000) ได้สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่เรียกว่า (BarOn Emotional Intelligence Inventory (BarOn EQ-i) ในปี ค.ศ. 1992 เป็นแบบทดสอบที่ใช้ได้หลากหลายในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น การประเมินระดับความฉลาดทางอารมณ์สำหรับสุขภาพทางอารมณ์และทางจิตวิทยาของบุคคล การประเมินระดับความฉลาดทางอารมณ์สำหรับสุขภาพทางอารมณ์และทางจิตวิทยาของบุคคล การประเมินที่นักจิตวิทยาใช้ค้นหาจุดอ่อนและจุดแข็งในทักษะทางสังคมของบุคคล การคัดเลือกและ/การพัฒนาคนให้เหมาะสมกับอาชีพ การประเมินศักยภาพสำหรับความสำเร็จ BarOn EQ-i ประกอบด้วย 5 หมวด (การวัดด้านภายในตัวบุคคล การวัดด้านระหว่างบุคคล การวัดความสามารถในการปรับตัว การวัดด้านการบริหารความเครียด และการวัดทางอารมณ์ทั่วไป) รวม 15 ด้าน 133 ข้อคำถาม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ช่วงค่า (จากระดับ 1-ไม่ใช้ไปจนถึงระดับ 5-เป็นจริงเกี่ยวกับตนเอง) ให้เวลาทำ 30 นาที

Goleman (1995) ได้สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เป็นแบบสร้างสถานการณ์จำลองให้ผู้ตอบได้สะท้อนความฉลาดทางอารมณ์ของตนออกมาในการตอบ ซึ่งมีอยู่ 10 สถานการณ์ให้ผู้ตอบเลือกตอบจาก 4 ตัวเลือก ซึ่งวัดในองค์ประกอบด้านการเข้าใจตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ และการจัดการอารมณ์

Cooper and Sawaf (1997) ได้สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่เรียกว่า EQ Map questionnaire เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ช่วงค่า (Great, Moderate, Little, None) โดยวัดความรู้สึกในเหตุการณ์ที่ผ่านมา มี 5 หมวด 21 ด้าน 259 ข้อ คำถาม

Shrink (2000) ได้สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่ประกอบด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ และให้ผู้ตอบตามความเป็นจริงที่ทำ ที่คิด หรือที่รู้สึก โดยให้เลือกตอบจากตัวเลือกตั้งแต่ 5ตัวเลือกขึ้นไป มีทั้งหมด 70 ข้อ ใช้เวลาทำแบบประเมิน 35-40 นาที

จากการศึกษาแนวคิดข้างต้น สรุปได้ว่า การวัดและประเมินผลความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เป็นเครื่องมือที่ใช้ประเมินความฉลาดทางอารมณ์และสะท้อนความฉลาดทางอารมณ์ออกมา โดยผู้วิจัยประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย 3 ด้านคือ 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ซึ่งผู้วิจัยจะใช้แบบประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ประเมินก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ



## 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### 2.4.1 งานวิจัยในประเทศ

อัมพวัน ศรีหรั่งไพโรจน์ (2550, น. 90-93) ศึกษาเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยด้วยการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหว และจังหวะกลุ่มตัวอย่างคือเด็กปฐมวัยอายุ 4-5 ปี โรงเรียนวัดเกษตราราม จังหวัดนครปฐม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ และแบบสังเกตความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่าหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จินกัศ รามสุต (2550, น. 92-93) ศึกษาสื่อการ์ตูนภาพการเคลื่อนไหว เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กอนุบาลอายุ 4 ปีโรงเรียนอนุบาลกำแพงเพชร จำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า สื่อการ์ตูนภาพเคลื่อนไหวที่ได้สร้างขึ้นเพื่อพัฒนาทักษะความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กอนุบาล เป็นการ์ตูนที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการแสดงออกความฉลาดทางอารมณ์มีความยาว 5 นาที ตัวละครและฉากมีสีสันสดใส เป็นแบบตะวันตก เป็นแบบการ์ตูนที่เด็กส่วนใหญ่ชื่นชอบ ดึงดูดความสนใจให้เด็กเกิดความกระตือรือร้นแสดงความรู้ความเข้าใจในการเรียนการสอนมากกว่าเดิม

ดวงรัตน์ วุฒิปัญญารัตนกุล (2555, น. 80) ศึกษาเรื่อง ผลการใช้กิจกรรมดนตรีและเคลื่อนไหวตามแนวทาลโครซที่มีต่อความสามารถทางสติปัญญาของเด็กอนุบาล ผลการวิจัย พบว่า 1) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของช่วงเวลาการจดจ่อและค่าเฉลี่ย คะแนนความจำเบื้องต้นสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของช่วงการจดจ่อและค่าเฉลี่ยคะแนน ความจำเบื้องต้นสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กรองทอง จุลิรัชนิกร (2556, น. 89-90) ศึกษาเรื่อง การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมโดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ผลการวิจัยพบว่าการวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมจากการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ชั้นอนุบาล 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวน 10 คน โดยการคัดเลือกอย่างเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กอายุ 3-5 ปี แบบประเมินพฤติกรรมเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (SDQ) กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ใช้แบบแผนการทดลองแบบ One Group Pretest-Posttest Design การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติค่าเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

การทดสอบสมมติฐานใช้สถิติ t-test for Dependent ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม หลังจากได้รับการจัดกิจกรรมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วภารัตน์ จอกทอง, อธิษฐาน ภิญโญ, ดวงมล ฐิติเวส (2557, น. 1) ศึกษาเรื่อง การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่า

- 1) ระดับความฉลาดทางอารมณ์หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม
- 2) พฤติกรรมการเคลื่อนไหว หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม
- 3) ความคิดเห็นของผู้ปกครองที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์จากการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะในด้านต่าง ๆ ดังนี้ ก.ด้านดี เด็กปฐมวัยส่วนใหญ่มีน้ำใจต่อกันรู้จักแบ่งขนมหรือของเล่นเป็นประจำ สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ และเชื่อฟังปฏิบัติตามเชื่อฟังพ่อแม่หรือผู้ใหญ่ ข. ด้านเก่ง เด็กปฐมวัยส่วนใหญ่ให้ความสนใจกับสิ่งแปลกใหม่แสดงอาการออกมาตามความต้องการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นและซักถามผู้ปกครอง ค.ด้านสุข เด็กปฐมวัยส่วนใหญ่เด็กมีความสุขกับกิจกรรมนำผลงานของตัวเองมาให้ผู้ปกครองและชอบทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัวเด็กเกิดความภาคภูมิใจ

สุวรรณีย์ สร้อยเสนา และสิริมา ภิญโญอนันตพงษ์ (2559, น. 57-59) ศึกษาเรื่อง ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงพิลาทิสที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงพิลาทิสก่อนและหลังการทดลอง มีระดับคะแนนพัฒนาการด้านร่างกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$  ทั้งโดยรวม ( $\bar{D} = 17.10$ ,  $t = 20.48$ ) และรายทักษะ คือ ทักษะการเดิน ( $\bar{D} = .81$ ,  $t = 14.91$ ) ทักษะการยืน ( $\bar{D} = .72$ ,  $t = 11.53$ ) ทักษะการกระโดด ( $\bar{D} = .92$ ,  $t = 12.90$ ) โดยการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงพิลาทิสส่งผลต่อพัฒนาการด้านร่างกายโดยรวมร้อยละ 79 (EI = .79) และรายทักษะคือ ทักษะการเดินร้อยละ 73 (EI = .73) ทักษะการยืนร้อยละ 80 (EI = .80) และทักษะการกระโดดร้อยละ 85 (EI = .85) ตามลำดับ แสดงว่าการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงพิลาทิส ช่วยให้พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยโดยรวมและรายทักษะเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน

อรัญญา กุญจอมศรี และคณะ (2556, น. 91-92) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยด้วยรูปแบบการจัดการเรียนรู้ SMILE ผลการศึกษาพบว่า ได้รู้รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ SMILE ใช้สำหรับพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ที่แบ่งการจัดการเรียนรู้เป็น 5 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นร้องเพลง (S) 2) ขั้นกระตุ้นความรู้ (M) 3) ขั้นปฏิสัมพันธ์ (I) 4) ขั้นเรียนรู้ร่วมกัน (L) และ 5) ขั้นประเมินผล (E) จากการประเมินพบว่ารูปแบบมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ยความเหมาะสมรวม 4.70 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.32 ผลการทดลองนำไปใช้พบว่า หลังได้รับการจัดการเรียนรู้แบบ SMILE ทำให้เด็กมีพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ทั้งรายด้านทุกด้านคือด้านความฉลาดทางอารมณ์ภายในตนเอง และด้านความฉลาดทางอารมณ์ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และโดยรวม ( $t=19.88, 22.53$  และ  $25.40$ ;  $sig=.00, .00, .00$ ) มีขนาดส่งผล (Effect Sizes) ต่อคะแนนความฉลาดทางอารมณ์รายด้านและโดยรวมอยู่ในระดับมาก (Cohen's  $d=3.98, 4.51$  และ  $5.08$ ) ในขณะที่หลังการจัดการเรียนรู้แบบปกติในกลุ่มควบคุม ทำให้เด็กมีพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทั้งรายด้านทุกด้านและโดยรวมเช่นเดียวกัน ( $t=3.07, 3.92$  และ  $4.22$ ;  $sig=.01, .00, .00$ ) แต่มีขนาดส่งผล (Effect Sizes) ต่อคะแนนความฉลาดทางอารมณ์รายด้านและโดยรวม อยู่ในระดับปานกลางถึงระดับมาก (Cohen's  $d=.61, .78$  และ  $.84$ ) และหลังได้รับการจัดการเรียนรู้กลุ่มที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบ SMILE มีพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบปกติอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งรายด้านทุกด้านและโดยรวม ( $t=17.74, 18.62$  และ  $19.71$ ;  $sig=.00, .00, .00$ ) ซึ่งแสดงให้เห็นว่ารูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ SMILE มีความเหมาะสมและนำไปใช้พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยได้อย่างมั่นใจ

#### 2.4.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Heimendinger, Uyeki, Andhara, Marshall, and Scarbro (2007, pp. 100-101) ศึกษาผลของการชี้แนะโดยการตรวจเยี่ยมโภชนาการครอบครัวและการให้ความช่วยเหลือระยะแรกเริ่มเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย โดยคัดเลือกจากครอบครัวจำนวนทั้งสิ้น 88 ครอบครัว ในเขตชนบทของรัฐโคโรราโด เพื่อเข้ารับความช่วยเหลือ โดยมีเงื่อนไขการเลือกเฉพาะครอบครัวที่มีเด็กพัฒนาการล่าช้าจำนวน 27 ครอบครัว ดำเนินการชี้แนะโดยการตรวจเยี่ยมรายครอบครัว ครอบครัวละ 10 ครั้ง ในระยะเวลา 10 เดือน การศึกษาพบว่า มีการออกแบบการบริโภคผักและผลไม้เพิ่มขึ้น มีการออกกำลังกายและการทำกิจกรรมทางกายในครอบครัวมากขึ้น ผู้ตรวจเยี่ยมชี้แนะโดยการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อควบคุมน้ำหนักและส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกาย ผลการชี้แนะประเมินจากการวิเคราะห์บันทึกการเยี่ยมบ้าน แบบสังเกตและสำรวจอย่างมีส่วนร่วม รวมทั้งการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์ พบว่า การชี้แนะมีความเชื่อมโยงกับกิจกรรมของครอบครัวทำให้สมาชิกในครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมอำนวยความสะดวกให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและทำให้เด็กมีแรงจูงใจส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพในการควบคุมอาหารของเด็กหรือการวางเป้าหมายในการออกกำลังกายรายสัปดาห์และการศึกษานี้เสนอแนะว่า การชี้แนะเป็นวิธีการหนึ่งที่มีลักษณะพิเศษอันเป็นประโยชน์ในการวิจัยแบบมีส่วนร่วม

Duncan and other (2009, pp. 85-87) ได้ทดสอบผลกระทบของกิจกรรมทางกายที่มีต่อขอบเขตและความเชื่อ เกี่ยวกับดัชนีมวลกาย การศึกษาทดสอบกับเด็กชาวอังกฤษ 68 คน (แบ่งเป็นเด็กชาย 34 คน และเด็กหญิง 34 คน มีอายุระหว่าง 10-11 ปี เป็นเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน 16 % และเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานในระดับมาก (เด็กอ้วน 7 %) ดำเนินการวัดความตระหนักในคุณค่าต่อร่างกายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการฝึก

ผลการวิจัยพบว่า หลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบสถานีเมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีคะแนนความตระหนักในคุณค่าต่อร่างกายก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการใช้แบบสถานีแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ คะแนนความตระหนักในคุณค่าต่อร่างกายที่พัฒนาขึ้นจากก่อนการฝึก เมื่อเปรียบเทียบเด็กผู้ชายกับเด็กผู้หญิง พบว่าหลังจากฝึกเด็กผู้หญิงมีความตระหนักในคุณค่าต่อร่างกายมากกว่าเด็กชาย สำหรับค่าดัชนีมวลกายของกลุ่มทดลองเมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุมมีค่าลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

Fernandes and Sturm (2011, pp. 96-98) ได้ศึกษาบทบาทของโรงเรียนกับการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาดัชนีมวลกายของนักเรียนกลุ่มประชากรที่ใช้เป็นนักเรียนระดับปฐมวัยจำนวน 8,246 คน ใน 970 โรงเรียนทั่วประเทศสหรัฐอเมริกา จากการประเมินผลกระทบของการจัดกิจกรรมพลศึกษา การหยุดชะงักของอัตราการเจริญเติบโตของเด็กและลักษณะของโรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า สมาคมกีฬาและพลศึกษาแห่งชาติ (NASPE) ได้ให้คำแนะนำว่าควรเพิ่มระยะเวลาในการจัดกิจกรรมพลศึกษาสำหรับเด็กอีก 7 % และควรให้เด็กได้ทำกิจกรรมเพื่อการพักผ่อนและคลายเครียด นอกเหนือจากการเรียนในชั้นเรียนเพิ่มขึ้นอีก 70.7% ในการ ทดสอบครั้งนี้พบว่า เด็กชายจะมีค่าดัชนีมวลกายมากกว่าเด็กผู้หญิง จากคำแนะนำของสมาคมกีฬาและพลศึกษาแห่งชาติ (NASPE) เรื่องระยะเวลาสำหรับการทำกิจกรรมเพื่อการพักผ่อนและคลายเครียด นอกเหนือ จากการเรียนในชั้นเรียนมีความเชื่อมโยงกับการลดลงของค่าดัชนีมวลกาย 0.74 % ของเด็กทั้งหมด คำแนะนำสำหรับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนพลศึกษาดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับการลดลงของค่าดัชนีมวลกาย 1.56% ซึ่งเป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงเป็นของเด็กผู้ชายเพียงอย่างเดียว

Wilson, Dykstra, Watson, Boyd, and Crais (2012, pp. 97-98) ศึกษาเรื่อง การชี้แนะในห้องเรียนปฐมวัยเพื่อประโยชน์ต่อเด็กที่มีภาวะออทิสซึม เป็นการศึกษาสำรวจในการพัฒนารูปแบบโดยใช้วิธีการชี้แนะเพื่อสนับสนุนทีมนักการศึกษาปฐมวัยในการสนับสนุนช่วยเหลือเด็กก่อนวัยเรียนที่มีภาวะออทิสซึม การศึกษาครั้งนี้ทดลองกับทีมนักการศึกษาปฐมวัย 3 ทีม คือ ทีมที่ 1 ให้ฝึกเกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการเล่น ทีมที่ 2 ให้ฝึกเกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การเล่นรวมทั้งได้รับการชี้แนะด้วย ส่วนกลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกใด ๆ ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพพบว่า ทีมที่ 2 ที่ได้รับการชี้แนะ ส่งผลต่อการปฏิบัติของทีมในด้านความร่วมมือในการฝึกปฏิบัติและส่งเสริมให้เกิดความสามารถในการใช้เทคนิควิธีการให้ความช่วยเหลือเด็กที่มีภาวะออทิสซึม เกิดการริเริ่มสร้างสรรค์ในการปฏิบัติและการประยุกต์ใช้ ซึ่งเป็นแนวทางสำคัญต่อความเป็นมืออาชีพด้านการศึกษาปฐมวัยและความเป็นนักวิจัย สะท้อนให้เห็นว่าการริเริ่มใช้การชี้แนะเพื่อพัฒนาครูส่งผลให้ครูสามารถช่วยเหลือเด็กที่มีภาวะออทิสซึมได้ดี



## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมทางกาย  
ประธานการชี้แนะ ได้ดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมาย
2. ระยะเวลาในการวิจัย
3. ตัวแปรที่ต้องศึกษา
4. แบบแผนการวิจัย
5. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
6. การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
7. การเก็บรวบรวมข้อมูล
8. การวิเคราะห์ข้อมูล
9. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 3.1 กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนบ้านดงใหญ่  
อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 2  
ปีการศึกษา 2563 จำนวน 11 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง

#### 3.2 ระยะเวลาในการวิจัย

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 ใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน ได้แก่ วันจันทร์ วันอังคาร  
วันพุธ วันละ 30 นาที ในช่วงกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เวลา 09.00-09.30 น.

### 3.3 ตัวแปรที่ต้องศึกษา

3.3.1 ตัวแปรอิสระ คือ การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

3.3.2 ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

### 3.4 แบบแผนการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) เพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ Pre-Experimental Design (สุรวาท ทองบุ, 2555, น. 43) มีลักษณะการวิจัย ดังตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 แบบแผนการวิจัย

กลุ่ม	การทดสอบก่อน (Pretest)	ทดลอง	การทดสอบหลัง (Posttest)
E	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

ความหมายของสัญลักษณ์

E หมายถึง กลุ่มทดลอง

X หมายถึง การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

O<sub>1</sub> หมายถึง ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนการทดลอง

O<sub>2</sub> หมายถึง ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการทดลอง

### 3.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือ 2 ชนิด ได้แก่

3.5.1 แผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ จำนวน 24 แผน

3.5.2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

3.5.3 แบบบันทึกการสังเกต

### 3.6 การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

3.6.1 การสร้างและหาคุณภาพของแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

3.6.1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

3.6.1.2 ศึกษาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560

3.6.1.3 ศึกษาคู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 สำหรับเด็ก อายุ 3-6 ปี

3.6.1.4 กำหนดเนื้อหาสำหรับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะในแต่ละสัปดาห์ ซึ่งใช้ระยะเวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันอังคาร และวันพุธ ในช่วงกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเวลา 09.00 น.-09.30 นาที ครั้งละ 30 นาที รวมทั้งสิ้น 24 ครั้ง ซึ่งมีรูปแบบกิจกรรม ประกอบด้วย 1) การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ และสัญญาณ จัดกิจกรรมทุกวันจันทร์ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น ใช้จัดกิจกรรมทุกวันอังคาร 3) การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย ใช้จัดกิจกรรมทุกวันพุธ มีรายละเอียด ดังนี้

ตารางที่ 3.2 การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

สัปดาห์ที่	วัน	ชื่อกิจกรรม	ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
1	วันจันทร์	ยางยืด	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันอังคาร	อิโมชันบล็อก	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันพุธ	มदन้อยพจณีย์	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
2	วันจันทร์	ใบมะพร้าว	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

(ต่อ)



ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

สัปดาห์ที่	วัน	ชื่อกิจกรรม	ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
2	วันอังคาร	เก็บลูกบอลสี	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันพุธ	นมัสการพระธาตุนาดูน	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
3	วันจันทร์	ผ้าขนหนู	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันอังคาร	เก้าอี้แสนสนุก	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันพุธ	เก็บเห็ดจากป่าดงใหญ่	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
4	วันจันทร์	สร้างสรรค์ทำทางกับ สายยาง	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันอังคาร	สายยางนำทาง	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันพุธ	เที่ยวห้างสรรพสินค้า	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

(ต่อ)

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

สัปดาห์ที่	วัน	ชื่อกิจกรรม	ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
5	วันจันทร์	หนังยาง	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันอังคาร	โบว์ลิง	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันพุธ	เก็บมะนาวไปขาย	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
6	วันจันทร์	ฮูล่าฮูล่า	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันอังคาร	กล่องกระดาษ แปลงกาย	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันพุธ	หนูน้อยเที่ยวทะเล	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
7	วันจันทร์	เชือก	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันอังคาร	กระโดดข้ามลูก บอล	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

(ต่อ)

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

สัปดาห์ที่	วัน	ชื่อกิจกรรม	ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
7	วันพุธ	ปั่นจักรยานเที่ยวเหนือ	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
8	วันจันทร์	ผ้าขิด	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันอังคาร	ถึงเส้นชัยไปด้วยกัน	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
	วันพุธ	ช่วยคุณแม่ทำนา	ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

3.6.1.5 จัดทำแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ กำหนดเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

1) ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ หมายถึง การเตรียมความพร้อมเพื่อกระตุ้นอารมณ์ของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน อยากเรียนรู้ โดยครูเป็นผู้สร้างบรรยากาศให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถผ่านเสียงเพลง จังหวะและดนตรีตามความคิดอย่างอิสระ

2) ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ หมายถึง การที่ครูสาธิตวิธีการในการเคลื่อนไหวหรือแนะนำอุปกรณ์ที่ใช้ในเคลื่อนไหว วางแผนจากสื่อและอุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงสร้างข้อตกลงในการเคลื่อนไหวร่างกาย เปิดโอกาสให้เด็กลงมือปฏิบัติกิจกรรม โดยครูคอยชี้แนะ ช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก กระตุ้นด้วยคำถาม

3) ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ หมายถึง เป็นขั้นที่ครูกระตุ้นด้วยคำถาม พุดคุย ชักถาม อาจเป็นคำถามที่ท้าทาย หรือคำถามที่เป็นสถานการณ์ สร้างทางเลือก สาธิตการเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์นั้นจากข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดขึ้น เพื่อเปิดประสบการณ์ใหม่ให้กับเด็ก ซึ่งครูจะสังเกตพฤติกรรมระหว่างเด็กปฏิบัติกิจกรรม ครูคอยเสริมแรงให้กำลังใจ โดยการใช้คำพูด สาธิตในรูปแบบต่าง ๆ เป็นตัวอย่างให้เด็กดู

4) ชั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน หมายถึง เป็นชั้นที่ครูให้เด็กได้ผ่อนคลายร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ในชั้นนี้ครูจะกระตุ้นด้วยคำถาม สนทนา ซักถาม และทบทวนกิจกรรมเพื่อให้เด็กได้พูดและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความฉลาดทางด้านอารมณ์ในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

3.6.1.6 นำแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบและพิจารณาให้ข้อเสนอแนะ แล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ได้แก่ กิจกรรมไอ้มันบล็อกรวมมือที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์ และรูปแบบกิจกรรมควรมีการกำหนดที่ชัดเจน

3.6.1.7 นำแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะที่ได้รับการปรับปรุงและแก้ไขเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน พิจารณาความถูกต้องและครอบคลุมของเนื้อหา จุดประสงค์การเรียนรู้ ความเหมาะสมของกิจกรรมและสื่อการเรียนการสอน ซึ่งผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน ประกอบด้วย

1) ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวรรณ ศรีวาปี กศ.ม. (การบริหารการศึกษา) อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหา ด้าน หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย

2) ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุญส่ง คงแสนคำ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว-คอมพิวเตอร์ศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหา ด้าน ความฉลาดทางด้านอารมณ์

3) อาจารย์ ดร.อาทิตย์ อัจฉาญ ปร.ด. (วิจัยและประเมินผลการศึกษา) อาจารย์ประจำหลักสูตร ปร.ด.วิจัยและประเมินผลการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหา ด้าน สถิติสำหรับการวิจัย

4) อาจารย์วารินทิพย์ ศรีกุลลา ศษ.ม. (ปฐมวัยศึกษา) อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหา ด้าน กิจกรรมทางกาย

5) นางพงศ์สุวรรณ แสงเนตร ค.บ. (การศึกษาปฐมวัย) ครูชำนาญการพิเศษ การศึกษาปฐมวัย โรงเรียนบ้านดงใหญ่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 2 ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหา ด้าน การสอนเด็กปฐมวัย

3.6.1.8 ปรับปรุงแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ คือ 1) ในการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะควรใช้คำถามที่กระตุ้นความคิดของเด็ก 2) ควรใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับแต่ละกิจกรรม และในระหว่างการจัดกิจกรรมอาจมีการเปิดดนตรีหรือเพลงเบา ๆ ในระหว่างการจัดกิจกรรม แล้วเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินคุณค่าของการจัดกิจกรรมโดยใช้เกณฑ์การประเมินและแปลความหมาย ค่าเฉลี่ยของ บุญชม ศรีสะอาด (2556, น. 120-121) เป็นแบบมาตรฐานส่วนประเมินค่า (Rating Scale) แบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ความเหมาะสมมากที่สุด	ระดับ 5
ความเหมาะสมมาก	ระดับ 4
ความเหมาะสมปานกลาง	ระดับ 3
ความเหมาะสมน้อย	ระดับ 2
ความเหมาะสมน้อยที่สุด	ระดับ 1

เกณฑ์การพิจารณาคูณภาพแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เพื่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย จากคะแนนเฉลี่ยตามเกณฑ์ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.51–5.00	แปลความว่า ความเหมาะสมมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.51–4.50	แปลความว่า ความเหมาะสมมาก
ค่าเฉลี่ย 2.51–3.50	แปลความว่า ความเหมาะสมปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.51–2.50	แปลความว่า ความเหมาะสมน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00–1.50	แปลความว่า ความเหมาะสมน้อยที่สุด

นำผลการประเมินแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญ ทั้ง 5 ท่าน มาวิเคราะห์ข้อมูล และนำมาปรับปรุงตามข้อเสนอของผู้เชี่ยวชาญ ต้องคะแนนตั้งแต่ระดับ 3.51 ขึ้นไป ผลการพิจารณาคูณภาพของแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะของผู้เชี่ยวชาญ ได้คะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 4.95 ความหมายเหมาะสมมากที่สุด (ภาคผนวก ค)

3.6.1.9 จัดทำแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมาย

3.6.2 การสร้างและหาคุณภาพของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย มีขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

3.6.2.1 ศึกษาหลักการ สมรรถนะ และงานวิจัยที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

3.6.2.2 สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย และคู่มือแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ ประยุกต์ใช้จากกรมสุขภาพจิต (2546) จำนวน 3 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวม 15 ด้าน จำนวนทั้งหมด 45 คะแนน โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

**ตารางที่ 3.3** รายละเอียดเกณฑ์การให้คะแนนความฉลาดทางด้านอารมณ์

ความฉลาดทางด้านอารมณ์	ระดับ คะแนน	รายละเอียดความฉลาดทางด้านอารมณ์
1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง		
1. ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะ ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน	3	เด็กร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะเล่นกับเพื่อน แบ่งปันของเล่น ให้เพื่อนเล่นด้วยอย่างเต็มใจ พุดคุยและสนทนาร่วมกับเพื่อน อย่างสนุกสนาน
	2	เด็กสามารถบอกได้ว่าตนเองกำลังทำอะไรอยู่ในขณะปฏิบัติ กิจกรรม
	1	เด็กไม่สามารถบอกได้ว่าตนเองกำลังทำอะไรอยู่ในขณะปฏิบัติ กิจกรรม
2. บอกอารมณ์ตามความรู้สึก เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ	3	บอกความรู้สึกของตนเองว่าตอนนี้ตนเองรู้สึกอย่างไร เช่น รู้สึก ดีใจ เสียใจ โกรธ ไม่ชอบ ไม่พอใจ พร้อมบอกเหตุผลประกอบ ว่าทำไมถึงรู้สึกเช่นนั้น
	2	บอกความรู้สึกของตนเองได้บ้าง แต่ครูต้องคอยกระตุ้นใน บางครั้ง
	1	ไม่สามารถบอกความรู้สึกของตนเองว่าตอนนี้ตนเองรู้สึก อย่างไร เช่น รู้สึกดีใจ เสียใจ โกรธ ไม่ชอบ ไม่พอใจได้ แม้จะมี ผู้อื่นหรือครูแนะนำแล้วก็ตาม
3. พุดหรือแสดงท่าทางปฏิเสธ เมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ	3	เด็กสามารถพุด แสดงสีหน้าท่าทางปฏิเสธอย่างเหมาะสม ประณีประนอม ปราศจากความรุนแรง เมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่ง ที่ไม่ชอบ
	2	เด็กสามารถแสดงสีหน้าท่าทางปฏิเสธได้ แต่อาจมีการแสดงสี หน้าที่ไม่พอใจเมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ
	1	ไม่สามารถใช้คำพุดพุดหรือแสดงท่าทางปฏิเสธเมื่อผู้อื่นชวน เล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ แม้จะมีผู้อื่นหรือครูแนะนำแล้วก็ตาม

(ต่อ)

## ตารางที่ 3.3 (ต่อ)

ความฉลาดทางด้านอารมณ์	ระดับ คะแนน	รายละเอียดความฉลาดทางด้านอารมณ์
4. ยิ้มหรือปรบมือเมื่อได้รับคำชมเชย	3	สามารถแสดงสีหน้าท่าทางยิ้มรับหรือปรบมือดีใจเมื่อได้รับคำชม แสดงออกอย่างชัดเจน
	2	เด็กสามารถยิ้มรับหรือปรบมือดีใจเมื่อได้รับคำชมเชย แต่ยังมีท่าทางเขินอาย โดยครูหรือผู้อื่นอาจเข้าไปช่วยพูดให้เด็กแสดงออก
	1	เด็กไม่สามารถยิ้มรับหรือปรบมือดีใจเมื่อได้รับคำชมเชย แม้จะมีผู้อื่นหรือครูแนะนำแล้วก็ตาม
5. รอคอยได้เมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น	3	รอคอยได้ทุกครั้ง เมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่นด้วยการเล่นอันอื่นก่อน
	2	รอคอยได้เป็นบางครั้ง โวยวายหรือแย่งของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น ครูต้องคอยตักเตือนเป็นบางครั้ง
	1	โวยวายหรือแย่งของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น ในขณะที่เพื่อนกำลังเล่นอยู่จนครูได้ตักเตือนบ่อยๆ
2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น		
6. ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น	3	แสดงความชื่นชม สีหน้าท่าทางยินดีในความสำเร็จของผู้อื่น ด้วยการยิ้ม หรือปรบมืออย่างจริงจังในทุกๆ ครั้ง พอใจเมื่อมีผู้สนใจยกย่อง ชมเชย
	2	แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น ด้วยการยิ้ม หรือปรบมือเกือบทุกครั้งที่เพื่อนประสบผลสำเร็จ
	1	ไม่มีการแสดงออก ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น แม้ครูจะแนะนำแล้วก็ตาม

(ต่อ)

## ตารางที่ 3.3 (ต่อ)

ความฉลาดทางด้านอารมณ์	ระดับ คะแนน	รายละเอียดความฉลาดทางด้านอารมณ์
7. ไม่กระทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบ	3	ไม่ทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบหรือไม่พอใจ รู้จักการให้เกียรติผู้อื่น
	2	หยุดการกระทำเมื่อเห็นสีหน้าไม่พอใจของผู้อื่น
	1	ชอบทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบหรือไม่พอใจอยู่บ่อย ๆ
8. เข้าไปช่วยเหลือหรือพูดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ	3	เข้าไปช่วยเหลือหรือพูดปลอบใจทุกครั้ง เมื่อเห็นเพื่อนเสียใจหรือทุกข์ร้อนใจ
	2	เข้าไปช่วยเหลือหรือพูดปลอบใจเป็นบางครั้ง เมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ
	1	ไม่เคยเข้าไปช่วยเหลือ หรือพูดปลอบใจ เมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ
9. ไม่หยิบของผู้อื่นมาเป็นของตน	3	ไม่มีพฤติกรรมที่แอบหยิบของคนอื่นมาเป็นของตนเอง ถึงแม้จะมีโอกาสก็ตาม
	2	หยิบสิ่งของผู้อื่นมาเป็นของตนเองบ้าง เมื่อมีโอกาสหรือลืบทาผู้อื่น
	1	หยิบสิ่งของผู้อื่นมาเป็นของตนเองเมื่อมีโอกาส แม้ครูจะแนะนำว่าเป็นสิ่งที่ไม่ควรแล้วก็ตาม
10. เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุก	3	เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุกอย่างสนุกสนาน ไม่แกล้งหรือแย่งของเล่นเพื่อนในขณะที่เพื่อนเล่นอยู่
	2	เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุก เมื่อเข้าไปเล่นกับเพื่อนแล้วแย่งของเล่นทั้งหมดมาเป็นของตนเอง
	1	ชอบเล่นคนเดียว แม้จะมองเห็นเพื่อนเล่นอย่างสนุกสนาน แต่ก็ไม่สนใจ
3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น		
11. แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น	3	แสดงสีหน้าที่ทำทางเห็นอกเห็นใจ เต็มใจที่จะแบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น
	2	แบ่งปันสิ่งของในบางสถานการณ์ โดยมีครูเข้าไปคอยให้คำแนะนำถึงแบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น

(ต่อ)



ตารางที่ 3.3 (ต่อ)

ความฉลาดทางด้านอารมณ์	ระดับ คะแนน	รายละเอียดความฉลาดทางด้านอารมณ์
	1	หวงสิ่งของ ไม่แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น ถึงแม้จะมีคนแนะนำแล้วก็ตาม
12. พูดหรือแสดงท่าทาง ชักชวนผู้อื่นมาเล่นเกม	3	แสดงความรู้สึก สีนัยท่าทาง พูดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาเล่นเกมหรือทำกิจกรรมด้วยกันอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์
	2	พูดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาเล่นเกมหรือทำกิจกรรมด้วยกันได้บ้าง โดยมีผู้อื่นคอยแนะนำ
	1	ไม่พูดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาเล่นเกมหรือทำกิจกรรมด้วยกัน ถึงแม้จะมีคนแนะนำแล้วก็ตาม
13. พูดหรือแสดงท่าทางขอ โทษผู้อื่นเมื่อตนเองทำผิด	3	แสดงสีหน้าท่าทางรู้สึกผิด พร้อมกล่าวคำขอโทษ เมื่อตนเองทำผิด
	2	กล่าวคำขอโทษในบางครั้งเมื่อตนเองทำผิด โดยมีครูคอยแนะนำบ้าง
	1	ไม่พูดหรือแสดงท่าทางขอโทษผู้อื่นเมื่อตนเองทำผิด ถึงแม้จะมีคนแนะนำแล้วก็ตาม
14. พูดหรือแสดงท่าทาง ขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของ	3	พูดหรือแสดงสีหน้าท่าทางขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของหรือทำอะไรให้ตนเองทุกครั้ง
	2	พูดหรือแสดงท่าทางขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของหรือทำอะไรให้ตนเองได้บ้างบางครั้ง
	1	ดึงสิ่งของจากมือผู้ให้ โดยไม่ขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของหรือทำอะไรให้ตนเอง
15. ปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้	3	เด็กสามารถปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้ อย่างสม่ำเสมอ
	2	เด็กสามารถปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้บ้าง บางครั้ง
	1	ไม่สามารถปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้ แม้ครูจะแนะนำแล้วก็ตาม เช่นวิ่งออกนอกห้องโดยไม่ขออนุญาต

แปลความหมายเกณฑ์การตัดสินระดับคุณภาพ

คะแนน 36.01–45.00 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยอยู่ในระดับดีมาก

คะแนน 27.01–36.00 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยอยู่ในระดับดี

คะแนน 18.01–27.00 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 9.01–18.00 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยอยู่ในระดับน้อย

คะแนน 0.00–9.00 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยอยู่ในระดับน้อยมาก

3.6.2.3 นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่สร้างขึ้นเสนอต่อ

อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญชุดเดิม

3.6.2.4 นำผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยจากการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญในการสร้างแบบประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาและสอดคล้องกับจุดประสงค์ ลักษณะการใช้คำถาม ตัวเลือก ความถูกต้องด้านภาษาและเนื้อหา โดยพิจารณาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ (IOC: Index of Item Objective Congruence) ของไพศาล วรคำ (2559, น. 269) ซึ่งผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่านจะให้คะแนนตามเกณฑ์ ดังนี้

+ 1 เมื่อคำถามมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์

0 เมื่อคำถามที่ไม่แน่ใจว่ามีความสอดคล้องกับจุดประสงค์

- 1 เมื่อคำถามที่ไม่สอดคล้องกับจุดประสงค์

3.6.2.5 หาค่าดัชนีความสอดคล้องและปรับปรุงแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC=0.98 (ภาคผนวก ข) และผู้เชี่ยวชาญให้คำแนะนำ คือ ปรับเกณฑ์แบบประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเองในสอดคล้องกับเกณฑ์การประเมิน

3.6.2.6 จัดพิมพ์ฉบับจริงเพื่อนำไปใช้กับกลุ่มที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ต่อไป

### 3.7 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ผู้วิจัยดำเนินการทดลองแล้วเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมายด้วยตนเองโดยดำเนินการตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.7.1 เตรียมความพร้อมเด็กปฐมวัย โดยทำการปฐมนิเทศกลุ่มเป้าหมาย ชี้แจงขั้นตอนในการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะให้ฟังอย่างละเอียด เพื่อให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจในจัดกิจกรรมรู้บทบาทหน้าที่และความสำคัญของกิจกรรม

3.7.2 สังเกตและประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยของกลุ่มเป้าหมายขณะทำกิจกรรมโดยยังไม่ปรับใช้กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะในสัปดาห์ก่อนการทดลอง โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยผู้สังเกตเป็นผู้วิจัย

3.7.3 ทำการประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย (Pre-test) ด้วยแบบประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย จำนวน 15 ข้อ โดยผู้วิจัยทำการประเมินด้วยตนเอง

3.7.4 ดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะตามแผนการจัดกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นกับกลุ่มเป้าหมาย โดยจัดในกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ระยะเวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันละ 30 นาที รวม 24 ครั้ง

3.7.5 สังเกตและประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มเป้าหมาย (Posttest) โดยสังเกตระหว่างการทำกิจกรรมและหลังการทำกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

3.7.6 นำคะแนนจากการประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ไปวิเคราะห์ โดยวิธีการทางสถิติ และสรุปผลการวิจัย

### 3.8 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

3.8.1 สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้วยความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity)

3.8.2 สถิติพื้นฐานที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การหาค่าเฉลี่ย (Mean), การหาเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation), การหาร้อยละความก้าวหน้าของคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยระหว่างก่อนเรียนกับหลังเรียน

### 3.9 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการทดลองไปวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติดังนี้

#### 3.9.1 สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.9.1.1 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้วยความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยคำนวณจากสูตร (ลวน สายยศและอังคณา สายยศ, 2538, น. 79)

$$IOC = \frac{\sum R}{N} \quad (3-1)$$

เมื่อ  $IOC$  แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับจุดประสงค์  
ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

$\sum R$  แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ  
 $N$  แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

#### 3.9.1 สถิติพื้นฐานที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.9.2.1 หาค่าเฉลี่ย (Mean) โดยคำนวณจากสูตร (ลวน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538, น. 73)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N} \quad (3-2)$$

เมื่อ  $\bar{X}$  แทน ค่าเฉลี่ย

$\sum X$  แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

$N$  แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

3.9.2.2 หาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) โดยคำนวณจากสูตร (ลวน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538, น. 79)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}} \quad (3-3)$$

เมื่อ	$S.D$	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
	$N$	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนนักเรียนแต่ละคนยกกำลังสอง

3.9.2.3 การหาร้อยละความก้าวหน้าของคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ระหว่างก่อนเรียนกับหลังเรียน โดยใช้กิจกรรมทางกายประสานการ โดยใช้สูตร ดังนี้ (พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2547, น. 78)

$$\text{ร้อยละความก้าวหน้า} = \frac{\bar{x}_2 - \bar{x}_1}{\text{คะแนนเต็ม}} \times 100 \quad (3-4)$$

เมื่อ	$\bar{x}_1$	แทน	ค่าเฉลี่ยก่อนเรียน
	$\bar{x}_2$	แทน	ค่าเฉลี่ยหลังเรียน

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยการจัดกิจกรรมทางกาย ประสานการชี้แนะเด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนบ้านดงใหญ่ อำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ตามลำดับดังนี้

1. สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
2. การวิเคราะห์ข้อมูล
3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 4.1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลจากผลการทดลองและการแปรผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาวิจัย ครั้งนี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ ข้อมูล ดังนี้

$N$  แทน จำนวน

$K$  แทน คะแนนรายข้อ

$\bar{X}$  แทน ค่าเฉลี่ย

$S.D$  แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$IOC$  แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับจุดประสงค์

$p$  แทน คาระดับนัยสำคัญทางสถิติ

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัด กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะและเพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและ หลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ โดยผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

## 4.2 การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกาย  
ประสานการชี้แนะ

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกาย  
ประสานการชี้แนะ

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงบรรยายผลการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะที่มีต่อ  
ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

## 4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกาย  
ประสานการชี้แนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทาง  
กายประสานการชี้แนะซึ่งผู้วิจัยได้เสนอการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าคะแนนเฉลี่ยแปรผลระดับความ  
ฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของ  
เด็กปฐมวัยโดยรวมและรายด้านทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะมาหาค่า  
คะแนนเฉลี่ย โดยแยกเป็นด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และ  
ความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ดังปรากฏผลดังแสดงในตารางที่ 4.1

**ตารางที่ 4.1** ค่าสถิติแสดงระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยรวมและรายด้านก่อน  
และหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

ความฉลาดทางอารมณ์	N	K	ก่อนทดลอง			หลังทดลอง		
			$\bar{X}$	S.D	ระดับ	$\bar{X}$	S.D	ระดับ
1. ด้านการรับรู้อารมณ์และ ความรู้สึกของตนเอง	11	15	5.18	0.38	น้อย	12.90	1.08	ดีมาก
2. ด้านการรับรู้อารมณ์และ ความรู้สึกของผู้อื่น	11	15	5.27	0.44	น้อย	13.36	1.06	ดีมาก
3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น	11	15	5.54	0.49	น้อย	13.81	1.46	ดีมาก
รวม	11	45	16	1.12	น้อย	40.09	3.23	ดีมาก

จากตารางที่ 4.1 เมื่อพิจารณาภาพรวมพบว่า เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์ก่อนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะอยู่ในระดับน้อย ( $\bar{X}=16$ ) ภายหลังจากจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะอยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=40.09$ ) และเมื่อแยกเป็นรายด้านพบว่าก่อนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์ ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง อยู่ในระดับน้อย ( $\bar{X}=5.18$ ) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ในระดับน้อย ( $\bar{X}=5.27$ ) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น อยู่ในระดับน้อย ( $\bar{X}=5.73$ ) ภายหลังจากจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ พบว่า ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเองอยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=12.90$ ) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=13.36$ ) และด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ( $\bar{X}=13.81$ ) อยู่ในระดับดีมาก

## ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบความฉลาดทางด้านอารมณ์ในภาพรวมและรายด้านก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

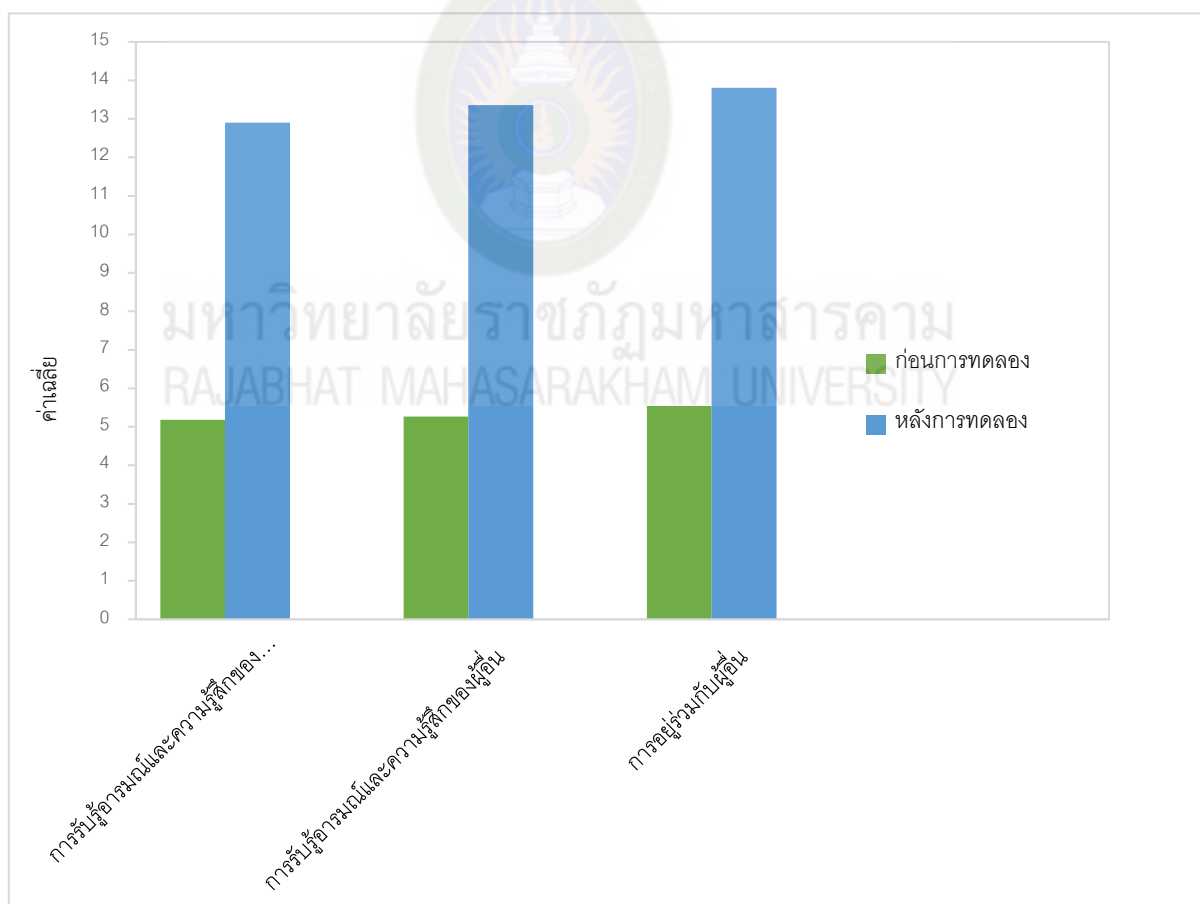
ความฉลาดทางอารมณ์	N	K	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ร้อยละของความก้าวหน้า
			$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
1. การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง	11	15	5.18	0.38	12.90	1.08	51.46
2. การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น	11	15	5.27	0.44	13.36	1.06	53.93
3. การอยู่ร่วมกับผู้อื่น	11	15	5.54	0.49	13.81	1.46	55.13
รวม	11	45	16	1.12	40.09	3.23	53.53

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4.2 เมื่อพิจารณาภาพรวมและรายด้านพบว่า หลังจากการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยมีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 53.53 แสดงว่าจากการที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะทำให้ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ นั่นคือ การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์โดยรวมสูงขึ้น



เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า หลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเด็กปฐมวัยมีการรับรู้ อารมณ์และความรู้สึกของตนเองมีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 51.46 การรับรู้อารมณ์และ ความรู้สึกของผู้อื่นมีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 53.93 การอยู่ร่วมกับผู้อื่นมีร้อยละของ ความก้าวหน้าเท่ากับ 53.93 ทุกด้านสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะแสดงว่า หลังจากที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะทำให้ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็ก ปฐมวัยทุกด้านสูงขึ้นกว่าก่อนที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ นั่นคือ การจัดกิจกรรม ทางกายประสานการชี้แนะส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง การรับรู้ อารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น การอยู่ร่วมกับผู้อื่น สูงขึ้น

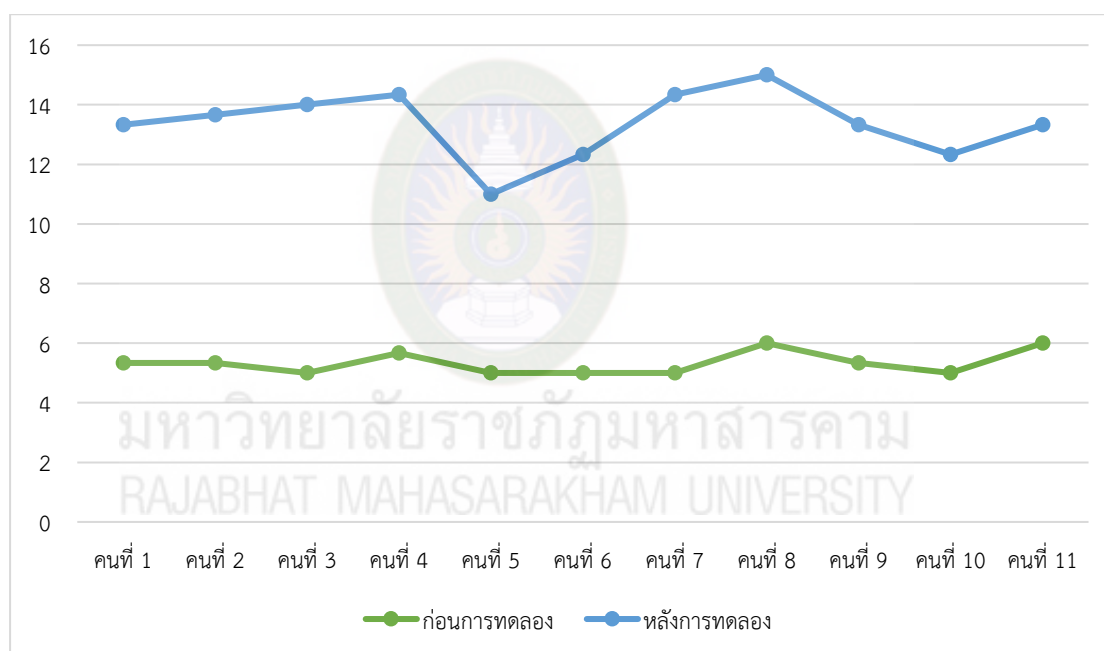
เพื่อให้เห็นความแตกต่างอย่างชัดเจน ผู้วิจัยจึงนำคะแนนเฉลี่ยของแบบประเมินความฉลาด ทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะมานำเสนอเป็น แผนภูมิเชิงเปรียบเทียบ ปรากฏดังแสดงตามภาพที่ 4.1



ภาพที่ 4.1 แผนภูมิเชิงเปรียบเทียบความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยแยกเป็นรายด้าน ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

จากภาพแสดงให้เห็นว่า ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการทางด้านความฉลาดทางด้านอารมณ์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองทุกด้าน และด้านที่มีการพัฒนามากที่สุดคือ การอยู่ร่วมกับผู้อื่น รองลงมาคือการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ตามลำดับ โดยในภาพรวมความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังจากการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะสูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยมีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 53.53

เพื่อให้เห็นพัฒนาการความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงนำคะแนนเฉลี่ยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายบุคคลทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะมานำเสนอเป็นแผนภาพเชิงเปรียบเทียบ ดังภาพที่ 4.2



ภาพที่ 4.2 แผนภาพเปรียบเทียบความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย รายบุคคลก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

### ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงบรรยายผลการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

จากการที่ผู้วิจัยได้สังเกตความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยในระยะเวลา 8 สัปดาห์ จะเห็นได้ว่าความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง แม้ในช่วงระยะเริ่มการทดลองเด็กยังไม่แสดงความฉลาดทางด้านอารมณ์ที่ชัดเจนซึ่งผู้วิจัยจึงต้องจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ โดยเปิด

โอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถอย่างอิสระ ผ่านอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ สัญญาณ และเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น โดยครูคอยช่วยเหลือ ส่งเสริมและสนับสนุนกระตุ้นด้วยคำถาม และแนะนำในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ 1) การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ และสัญญาณ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น 3) การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย ในช่วงระยะหลังการทดลองเด็กสามารถแสดง ความฉลาดทางด้านอารมณ์ในภาพรวมและรายด้านได้ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเจน โดยที่ผู้วิจัยไม่ต้องกระตุ้น ชี้แนะสิ่งใด ๆ ให้กับเด็กเลย ซึ่งความฉลาดทางด้านอารมณ์ที่เด็กได้แสดงออกระหว่างการทดลอง ในด้านต่าง ๆ มีดังนี้

1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ก่อนทำการทดลองเด็กจะไม่ค่อยสนใจใน การทำกิจกรรมหน้าตาไม่ร่าเริง ไม่ยิ้มแย้ม แจ่มใส ในขณะที่ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน จะยืนนิ่งไม่ร่วม กิจกรรม เมื่อครูหรือเพื่อนไปชวนเข้ามาร่วมกิจกรรมก็จะแสดงสีหน้าบึ้งตึงไม่สนใจจนรอบข้างเมื่อครู ถามสนทนาซักถามในกิจกรรมต่าง ๆ ก็จะไม่ยอมพูดจา ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง แย่งสิ่งของหรือ ของเล่นคนอื่นมาเป็นของของตน หลังจากการทำกรวิจัยพบว่า เด็กแสดงสีหน้าท่าทางร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส สนใจในการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน สามารถสนทนาซักถามบอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อ ครูชี้แนะ กระตุ้นด้วยคำถาม เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ เด็กจะแสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงอารมณ์และ ความรู้สึกของตนเอง อีกทั้งยังพบว่าเด็กบางคนจะมีการชี้ชวนให้เพื่อนมาร่วมทำกิจกรรม ดังตัวอย่าง พฤติกรรมที่เด็กแสดงออกต่อไปนี้

“ในระหว่างที่ครูกำลังจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ กิจกรรม ยางยืด โดยครูจะนำ ยางยืดที่เย็บเป็นวงกลมมาให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายกับเพื่อนด้วยกัน 2 คน ต่อยางยืด 1 วง ในขณะที่ ทำกิจกรรมน้องมิวสิคหันไปหาน้องไอริณแล้วพูดว่าเรามาลองเอายางยืดใส่เท้าของเราแล้วเดินไป ข้างหน้าพร้อมกันดีไหม น้องไอริณพูดตอบว่าดี ๆ เราชอบคงสนุกแน่ ๆ เรากำลังจะชวนมิวสิคทำแบบ นี้อยู่พอดี โดยที่เด็กทั้งสองคนนั้นแสดงสีหน้าท่าทางยิ้มแย้มแจ่มใส สนุกสนานในการทำกิจกรรม”

2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ก่อนทำการวิจัยผู้วิจัยสังเกตพบว่า เด็กจะ เงินอายุไม่กล้าแสดงออกเท่าที่ควรเวลาที่ครูขอตัวแทนอาสาสมัครออกไปนำเสนองานหน้าชั้นเรียน เด็กจะนิ่งไม่มีใครกล้าลุกออกมา และสังเกตว่าเด็กจะไม่ค่อยแสดงความรู้ชื่นชมในความสำเร็จของ ผู้อื่นจนครูพูดชมเชยเด็กให้ดูเป็นตัวอย่าง และกระตุ้นหรือบอกก่อนทุกครั้ง และนอกจากนี้เด็กยังมี พฤติกรรมดึงของเล่นจากมือเพื่อน หยิบของผู้อื่นมาเป็นของของตน หรือแม้กระทั่งเวลาที่ทำกิจกรรม แล้วเกิดอุบัติเหตุชนกันเพื่อนล้ม ก็จะกลัวความผิดไปแอบร้องไห้ตามมมจนเพื่อนต้องมาเล่าเหตุการณ์ ให้ครูฟัง ครูแนะนำทุกครั้งว่าต้องขอโทษเพื่อน ครูแนะนำเกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกของทั้งสอง ฝ่ายว่าแต่ละคนจะรู้สึกอย่างไรและต้องทำอย่างไร หลังจากทำการวิจัยแล้วจะพบว่า เด็กมีความมั่นใจ ในตนเอง มีความกล้าแสดงออกสนใจร่วมกิจกรรม แสดงสีหน้าท่าทางมีความสุข ผ่านการเคลื่อนไหว

ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะและสัญญาณ เกมการเล่น และการเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย จากการสังเกตพฤติกรรมจะพบว่า ในช่วงแรกของการดำเนินการวิจัยครูต้องคอยชี้แนะช่วยเหลือ ส่งเสริม กระตุ้นด้วยคำถาม แต่พอ ดำเนินการวิจัยผ่านไป 4-5 ครั้ง พบว่า เด็กจะสนใจร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ช่วยเหลือ ชวนเพื่อนเข้าร่วมกิจกรรม พุดลอบใจ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น ดังตัวอย่างพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกต่อไปนี้

“ในระหว่างที่ครูกำลังจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ กิจกรรม ไบมะพร้าว โดยครู แจกไบมะพร้าวให้เด็กคนละ 1 ใบ ปรากฏว่า น้องทิวไม่ยอมรับไบมะพร้าวจากคุณครู และบอกกับคุณครูว่าผมไม่ชอบไบมะพร้าวผมไม่อยากทำกิจกรรมนี้ผมขอร้องคุณเพื่อนทำกิจกรรมนะครับ จากนั้นครูเปิดเพลง บรรเลง ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปพร้อมกับไบมะพร้าวอย่างสนุกสนาน น้องทิวนั่งปรบมือคุณเพื่อนทำกิจกรรมเคลื่อนไหวด้วยใบหน้าที่ยิ้มแย้ม และเดินเข้ามาบอกกับครูว่า ผมขอไบมะพร้าวหน่อยครับผมอยากเล่นแบบข้าวปั้น”

3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ก่อนทำการวิจัยพบว่า เด็กจะไม่ค่อยสนใจร่วมกิจกรรมจะยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง บางครั้งโวยวายขว้างปาสิ่งของเมื่อถูกเพื่อนหรือคนรอบข้างขัดใจ จะแยกตนเองออกจากเพื่อน วิ่งออกไปนอกห้องเวลาที่เพื่อนไม่ให้เล่นของเล่นด้วย เอาของเล่นมากอดไว้หวงไว้เล่นคนเดียวไม่ให้เพื่อนเล่นด้วย หลังจากทำการวิจัยพบว่า สามารถแบ่งปันของเล่นหรืออุปกรณ์พูดคุยชักชวนเพื่อนมาทำกิจกรรม รู้จักการขอโทษ/ขอบคุณ ปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้ สังเกตได้จากเมื่อครูจัดกิจกรรมในชั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ เด็กจะกล้าพูดกล้าแสดงออก ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนอย่างมีความสุข ดังตัวอย่างพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกต่อไปนี้

“ในระหว่างที่ครูกำลังจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ กิจกรรม เคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย เทียวห้างสรรพสินค้า โดยครูจะให้เด็ก ๆ สมมติสิ่งของในห้องเรียนว่าเป็นสินค้าที่ต้องเลือกซื้อ น้องข้าวจ้าวชวนน้องฟ้าใสเคลื่อนไหวร่างกายไปซื้อหนังสือนิทานที่มุมหนังสือนิทาน เมื่อไปถึงมุมนิทานปรากฏว่า นิทานที่ทั้งสองคนต้องการมีเพียงเล่มเดียว ข้าวจ้าวบอกกับฟ้าใสว่า ฟ้าใสซื้อเลยเราเอาเรื่องอื่นก็ได้ ข้าวจ้าวจึงยื่นหนังสือนิทานให้ฟ้าใส แล้วฟ้าใสก็ตอบข้าวจ้าวว่า ชอบคุณมากเลยนะจ้ะ ข้าวจ้าวเอาหนังสือนิทานเล่มนี้ใหม่มีลูกหมูด้วยนะ”

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การนำเสนอผลการวิจัย เรื่อง การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์เด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนบ้านดงใหญ่ อำเภอบางบาล จังหวัดมหาสารคาม ผู้วิจัยได้สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. สรุป
2. อภิปรายผล
3. ข้อเสนอแนะ

#### 5.1 สรุป

เด็กปฐมวัยหลังจากที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะมีความฉลาดทางด้านอารมณ์ ดังนี้

5.1.1 ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะมีความฉลาดทางด้านอารมณ์อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=40.09$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=12.90$ ) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=13.36$ ) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=13.81$ )

5.1.2 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะพบว่า เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยมีค่าร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 53.53

#### 5.2 อภิปรายผล

เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์สูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ แสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเป็นกิจกรรมที่พัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยให้อยู่ในระดับที่ดีมากขึ้น สามารถอภิปรายได้ดังนี้

5.2.1 ผลการศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เด็กมีความฉลาดทางด้านอารมณ์สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

ในทุกอิริยาบถอย่างอิสระ ผ่านอุปกรณ์ เพลง ดนตรี จังหวะ สัญญาณ และเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกม การเล่น การที่เด็กได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายร่วมกับเพื่อน ๆ การได้ยินเสียงเพลงจะทำให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนาน เพลิดเพลิน พร้อมทั้งจะเรียนรู้ โดยใช้ร่างกายของตนเองเป็นสื่อในการแสดงอารมณ์ผ่านกิจกรรมทางกาย ได้สนทนาซักถาม เล่าอารมณ์และความรู้สึกของตนเองผ่านกิจกรรม เรียนรู้เกี่ยวกับการรอคอย การได้ช่วยเหลือเพื่อนในการทำกิจกรรม การอยู่ร่วมกับเพื่อนอย่างมีความสุข การปฏิบัติตามขั้นตอนและกฎกติกาของกิจกรรมทางกาย เด็กจะได้เคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย สมมติตัวเองเป็นตัวละครต่าง ๆ จะทำให้เด็กรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่นมากยิ่งขึ้นสอดคล้องกับงานวิจัยของจินกัค รามสูต (2550) ที่ใช้การเคลื่อนไหวเพื่อพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ให้เด็กมีอารมณ์สนุกสนานเพลิดเพลิน สามารถกระตุ้นความสนใจของเด็กได้เป็นอย่างดี และในการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะนี้เด็กจะได้แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ การแสดงอารมณ์ตามความรู้สึก ถือได้ว่าการปฏิบัติกิจกรรมทางกายมีความสำคัญต่อสุขภาพทางกายและอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยมีครูคอยให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริมและสนับสนุนกระตุ้นด้วยคำถาม และแนะนำในรูปแบบต่าง ๆ ดังที่สุรดิษ สุวรรณลา (2560, น. 37) กล่าวว่า การชี้แนะ (Coaching) เป็นกระบวนการที่ผู้ชี้แนะ (Coach) ให้การช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่ผู้รับการชี้แนะ (Coachee) ในการพัฒนาความสามารถของบุคคลจากสภาพที่เป็นอยู่ไปสู่สภาพที่พึงปรารถนาด้วยตนเอง โดยอาศัยเทคนิคต่าง ๆ เช่น การชี้แนะ แนะนำ ส่งเสริม สนับสนุน การสร้างแรงจูงใจ การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) เพื่อให้บุคคลนั้นค้นพบวิธีการในการแก้ปัญหาด้วยตนเองและพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ มีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

5.2.1.1 ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ เป็นขั้นแรกของการจัดกิจกรรมให้กับเด็กโดยครูเป็นผู้สร้างบรรยากาศให้เด็กมีความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย สนุกสนาน ด้วยการจัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอยู่กับที่ โดยเริ่มจากการเคลื่อนไหวตั้งแต่ศีรษะไปถึงปลายเท้าและจากปลายเท้าขึ้นมาถึงศีรษะประกอบเสียงเพลง เคลื่อนไหวร่างกายเคลื่อนที่ เคลื่อนไหวร่างกายประกอการเคาะจังหวะ และเสียงดนตรี ซึ่งเป็นวิธีการที่พัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์สำหรับเด็กปฐมวัยที่ดีที่สุดอีกวิธีหนึ่ง สอดคล้องกับแนวคิดของอารี พันธมณี (2546, น. 27) ที่กล่าวว่า การทำให้เด็กมีความสุขด้วยการจัดกิจกรรมโดยใช้เพลง ดนตรี เพื่อให้เด็กผ่อนคลาย และมีอารมณ์ที่มั่นคง ควรให้เด็กฟังเพลง ร้องเพลง เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ประกอบเพลง เนื่องจากเด็กปฐมวัยจะเป็นที่ชอบเสียงเพลง ชอบการเคลื่อนไหวร่างกายอยู่แล้วโดยธรรมชาติ ชอบกระโดดโลดเต้นไปตามจังหวะ หากเราสามารถนำเสียงเพลง ดนตรี การเคาะจังหวะมาประกอบการจัดกิจกรรมโดยให้เด็กมีโอกาสได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไปรอบ ๆ บริเวณ จะทำให้เด็กเกิดอารมณ์สนุกสนาน ผ่อนคลาย เป็นการพักผ่อนคลาย ได้เปลี่ยนอิริยาบถ ช่วยพัฒนาในด้านอารมณ์

จิตใจของเด็กเป็นอย่างมาก ช่วงเวลาที่เด็กได้ปฏิบัติกิจกรรมทางกายประเสียงเพลง ดนตรี สมองจะหลังสารแห่งความสุขออกมา และเด็กจะเกิดเจตคติที่ดีต่อเรื่องราวต่าง ๆ โดยไม่ต้องบังคับแต่อย่างใด เด็กจะได้เคลื่อนไหวร่างกายตามความคิดและจินตนาการ เป็นการส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ ดังที่เยาเวพา เดชะคุปต์ (2542, น. 15) ได้กล่าวถึงแนวทางการจัดการเรียนการสอนของเด็กปฐมวัยที่ใช้เพลง ดนตรีมาจัดประกอบการจัดกิจกรรมเพื่อให้เด็กเกิดความสุขเพลิดเพลิน คลายความกังวล ซึ่งเป็นบรรยากาศทำให้เด็กเกิดความรู้สึกไม่เคร่งเครียดสามารถแสดงพฤติกรรมเคลื่อนไหวร่างกายตามบทเพลงได้อย่างอิสระทำให้เกิดความสนุกสนานถือเป็นการกระตุ้นร่างกายให้ตื่นตัว กระตือรือร้น มีแรงจูงใจที่จะเรียนรู้ในขั้นต่อไป ในขั้นตอนนี้เด็กจะได้เคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะสัญญาณที่ครูเคาะ เช่น กระโดดไปข้างหน้า กระโดดไปด้านข้าง กระโดดเขย่งไปด้านหน้า เป็นต้น เมื่อได้ยินสัญญาณ “หยุด” ให้หยุดการเคลื่อนไหวในท่ายืนทันที เป็นการจัดกิจกรรมที่让孩子ได้ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสนุกสนานเพลิดเพลินไปในตัวเด็กจะมีความตั้งใจ มีสมาธิที่แน่วแน่กับเสียงจังหวะสัญญาณที่ครูเคาะ เปิดโอกาสให้เด็กรู้จักการรอคอย ช่วยเหลือผู้อื่น เคารพกติกาต่าง ๆ ผ่อนคลายอารมณ์ที่ตึงเครียด ปลดปล่อยโดยการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตามความคิดและจินตนาการไปรอบ ๆ บริเวณ อย่างไม่กังวลใจ กลัว วิตก กังวลว่าจะทำผิด แสดงอารมณ์ตามความรู้สึกของตนเอง ดังที่ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2543, น. 15-16) กล่าวว่า ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะเป็นผู้ที่สามารถแสดงความรู้สึกของตนได้อย่างชัดเจนและตรงไปตรงมาไม่บังคับความรู้สึกของตน ไม่กลัวที่จะแสดงความรู้สึกของตนออกมา ไม่ถูกครอบงำด้วยความรู้สึกทางลบต่าง ๆ เช่น กลัว วิตก กังวล รู้สึกผิดหวัง สอดคล้องกับทศพร ประเสริฐสุข (2542, น. 32) ที่กล่าวว่า ความฉลาดทางด้านอารมณ์เป็นความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองหรือมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองทำให้ชี้้นำความคิดและการกระทำของตนเองได้อย่างสมเหตุสมผล

5.2.1.2 ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ เป็นขั้นที่ครูจะดำเนินกิจกรรมด้วยการสาธิตวิธีการในการเคลื่อนไหว ยกตัวอย่างการเคลื่อนไหวร่างกาย ตลอดจนแนะนำอุปกรณ์ที่ใช้ในเคลื่อนไหวร่างกาย การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายประกอบอุปกรณ์อย่างปลอดภัย การวางแผนจากสื่อและอุปกรณ์ต่าง ๆ ในขั้นนี้เด็กจะได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ได้รู้จักกับวัสดุอุปกรณ์ที่นำมาให้ประกอบการเคลื่อนไหว ได้ทดลองเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไปพร้อมกับอุปกรณ์ เรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรม สอดคล้องกับทฤษฎีของจอห์น ดิวอี้ (John Dewey) ที่เชื่อว่าผู้เรียนต้องเรียนรู้จากการกระทำในสถานการณ์จริง เรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตรงจากการเผชิญสถานการณ์จริง และการแก้ปัญหา เกิดการเรียนรู้จากการกระทำ ฝึกคิด ฝึกลงมือทำ ฝึกทักษะกระบวนการต่าง ๆ ฝึกการแก้ปัญหาด้วยตนเอง ในขั้นนี้ครูจะแนะนำอุปกรณ์ สาธิตการเคลื่อนไหวร่างกายผ่านอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ขออาสาสมัครเด็กออกมาสาธิตการเคลื่อนไหวร่างกาย เปิดโอกาสให้เด็กลงมือปฏิบัติกิจกรรม ฝึกการรอคอย การช่วยเหลือผู้อื่น การแบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น

รู้จักเคารพกติกาง่าย ๆ ดังที่วราภรณ์ รักรวิชัย (2535, น. 127) กล่าวว่า การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนสอนให้เด็กรู้จักเหตุผล รู้จักให้อภัย รู้จักการรอคอย สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างดี นอกจากนี้กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะยังเป็นกิจกรรมที่เด็กได้ระบายความเครียด ได้เล่าอารมณ์ความรู้สึกของตนเองขณะปฏิบัติกิจกรรมว่าตนเองรู้สึกอย่างไร อีกทั้งเด็กจะได้รับรู้อารมณ์ความรู้สึกของเพื่อนคนอื่นด้วย ยกตัวอย่างเช่น กิจกรรม อีโมชันบล็อก ในชั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ ครูนำอีโมชันบล็อกให้เด็กดู จากนั้นสนทนาเกี่ยวกับอารมณ์ สีหน้าท่าทางแบบต่าง ๆ และขออาสาสมัครเด็กออกมาสาธิตสีหน้าท่าทางแบบต่าง ๆ แล้วส่งอีโมชันบล็อกให้เด็ก ๆ สัมผัสและหมุน พร้อมแสดงสีหน้าท่าทางตามอีโมชันที่เด็ก ๆ ชอบ “ในระหว่างกิจกรรมน้องมิวสิคพูดขึ้นว่า หนูสงสารอีโมชันภาพคนแก่ขอทานมากเลย หนูเคยเอาเงินไปใส่ในขันที่คนแก่วางไว้ข้างถนนด้วยค่ะ” ดังที่ นิตยา คชภักดี (2543, น. 32) กล่าวถึง ความเห็นอกเห็นใจของผู้อื่น ควรส่งเสริมให้เด็กได้เล่นและทำกิจกรรมร่วมกับเด็กอื่น ความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่นเป็นอารมณ์สำคัญที่เด็กควรได้รับการพัฒนา เป็นพื้นฐานของการมองโลกในแง่ดี

5.2.1.3 ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ เป็นขั้นที่ครูกระตุ้นด้วยคำถาม พูดคุยซักถาม อาจเป็นคำถามที่ทำทนาย หรือคำถามที่เป็นสถานการณ์ สร้างทางเลือก การที่เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไปพร้อมกับอุปกรณ์ เปิดโอกาสให้เด็กได้เล่าอารมณ์ของตนเองและรับฟังอารมณ์ของผู้อื่น จะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ทำให้เด็กได้ซึมซับและเกิดการเรียนรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง รู้จักควบคุมจัดการและแสดงอารมณ์ ตลอดจนใช้ชีวิตอย่างมีความสุข มองโลกในแง่ดีแก้ไขความขัดแย้ง ความเครียด ที่เกิดขึ้นในจิตใจได้เป็นอย่างดี โดยในขั้นนี้ครูจะกระตุ้นด้วยคำถามที่เป็นการต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจให้กับเด็ก ยกตัวอย่างเช่น ในกิจกรรม มदन้อยพจณภัย ที่ครูสมมติให้เด็ก ๆ เป็นมदन้อย โดยครูจะสร้างสถานการณ์ที่ทำทนายต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจในการเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย โดยมีอาหารชิ้นใหญ่มากอยู่ 3 ชิ้น ที่มदन้อยต้องนำกลับรัง มदन้อยจะมีวิธีการอย่างไรในการขนอาหารกลับไปรังของตนเอง มदन้อยจะได้ร่วมกันวางแผนในการนำอาหารกลับรัง ทำให้เด็กแต่ละคนรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เกิดการมีปฏิสัมพันธ์ที่จะนำไปสู่การพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์ ดังที่จิตตินันท์ บุญสุธิกรกุล (2558, น. 9) ได้กล่าวถึงความสามารถของเด็กปฐมวัยที่จะเกิดการเรียนรู้ทางอารมณ์เพื่อนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม เป็นความสามารถในการรู้จักตนเองในด้านความรู้สึกและการแสดงออกอย่างเหมาะสม มองตนเองในทางที่ตีรับรู้ในความสามารถของตนเอง สามารถคิดแสดงออกและใช้ความสามารถอย่างสร้างสรรค์ ในขั้นนี้ครูจะสาธิตการเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์นั้นจากข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดขึ้น เพื่อเปิดประสบการณ์ใหม่ให้กับเด็ก ซึ่งครูจะสังเกตพฤติกรรมระหว่างเด็กปฏิบัติกิจกรรม ครูคอยเสริมแรงให้กำลังใจ โดยการใช้คำพูด สาธิตในรูปแบบต่าง ๆ สอดคล้องกับมิลินทรา กวินโกมลโรจน์ (2558, น. 2) ได้เสนอกระบวนการชี้แนะการปฏิบัติที่ผู้ชี้แนะ



ควรเปิดโอกาสให้ผู้รับการชี้แนะลงมือตามแผนการ ให้กำลังใจ เปิดโอกาสให้ผู้รับการชี้แนะได้เล่าความรู้สึก เพื่อให้ประสบความสำเร็จในกิจกรรมที่ร่วมวางแผน

5.2.1.4 ชั้นผ่นคลายสู่การทบทวน เป็นขั้นที่ครูให้ได้กได้ผ่อนคลายร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ บอกความรู้สึกเกี่ยวกับการปฏิบัติกิจกรรมทางกายในแต่ละกิจกรรมว่าเด็กรู้สึกอย่างไรกับกิจกรรมนี้ ชอบหรือไม่ชอบ เพราะเหตุใด ในขั้นนี้ครูจะกระตุ้นด้วยคำถาม สนทนา ชักถาม และทบทวนกิจกรรม เพื่อให้เด็กได้พูดและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความฉลาดทางด้านอารมณ์ในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ได้บอกความรู้สึกของตนเองในปฏิบัติกิจกรรม เด็กจะทบทวนว่าพฤติกรรมไหนดีไม่ดีเพราะเหตุใด ซึ่งกระบวนการในขั้นนี้จะนำไปสู่การพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ให้เด็กมีความอารมณ์ที่มั่นคง แสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม สามารถใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขดังที่แพง ซินวงศ์ (2548, น. 26) กล่าวว่า กิจกรรมทางกายว่าเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญาของเด็กปฐมวัยโดยตรง เวลาที่เด็กได้ทำกิจกรรมทางกาย ประกอบดนตรีที่มีจังหวะสนุกสนานเร้าใจ สมอจะหลั่งสารแห่งความสุขออกมาทำให้เด็กมีความสุขในการร่วมกิจกรรม มีทักษะทางสังคม รู้จักแบ่งปัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความเชื่อมั่นในตนเองกล้าแสดงออกได้ระบายอารมณ์ และเปิดเผยความรู้สึกซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม และเป็นวิธีพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์อีกวิธีหนึ่ง โดยการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์นั้น ผู้วิจัยจะสร้างทางเลือกกระตุ้นด้วยคำถามเพื่อให้เด็กไว้วางใจ โดยมีครูคอยกระตุ้นด้วยคำถาม ช่วยเหลือ ส่งเสริมและสนับสนุน คอยให้กำลังใจ ซึ่งการปฏิบัติกิจกรรมทางกายนั้นถือเป็นพื้นฐานสำคัญของความฉลาดทางด้านอารมณ์ คือ ด้านรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ทำให้เห็นคุณค่าของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถรับรู้และควบคุมอารมณ์ของตนเอง บอกความรู้สึกและความต้องการของตนเองเมื่อครูซักถามได้ เช่น หนูรู้สึกอย่างไรกับกิจกรรมในวันนี้ เพราะเหตุใด สิ่งที่เด็กชอบ/ไม่ชอบในกิจกรรมนี้คืออะไร ฯลฯ แสดงสีหน้าท่าทางยิ้มแย้มแจ่มใส ในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับเพื่อน ตลอดจนการแสดงท่าทางปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ทำให้เข้าใจความรู้สึกของคนอื่น เข้าไปช่วยเหลือ พูดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนร้องไห้ อีกทั้งยังไม่กระทำในสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ไม่หยิบและขโมยของผู้อื่นมาเป็นของของตน ตลอดจนชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น และด้านอยู่ร่วมกับผู้อื่น และด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น สอดคล้องกับงานวิจัยของวิภารัตน์ จอกทอง (2556) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์ พบว่า หลังจากการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์สูงขึ้น

5.2.2 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ พบว่า เด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางด้านอารมณ์สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยมีค่าร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 53.53 สามารถอธิบายได้ดังนี้

5.2.2.1 ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานซึ้นแนะ มีความฉลาดทางด้านอารมณ์ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง เพิ่มสูงขึ้น เนื่องจากการจัดกิจกรรมทางกายประสานการซึ้นแนะมีรูปแบบกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้าประกอบบทเพลง เสียงดนตรี การเคาะจังหวะในชั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ ใช้ร่างกายของตนเองเป็นสื่อในการแสดงออกทางอารมณ์ ทำให้เด็กรู้สึกสนุกสนานและมีความสุขในการเคลื่อนไหวร่างกาย ได้ระบายความตึงเครียดภายในจิตใจ รู้สึกผ่อนคลาย แสดงสีหน้าท่าทาง ร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส ขณะทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน รับรู้อารมณ์ของตนเองว่าตนเองกำลังมีความสุขสนุกสนานอยู่กับกิจกรรมทางกายที่ครูจัดขึ้น ดังที่ วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2545, น. 74-75) ที่กล่าวว่า การรู้จักอารมณ์ของตนเองรู้และเคลื่อนไหวทันสถานการณ์จะทำให้ปรับวางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ยืดหยุ่น ตามความชุกชอนของวัยเด็ก โดยกิจกรรมทางกายประสานการซึ้นแนะนี้ครูจะคอยใช้คำถามที่กระตุ้นอารมณ์ความรู้สึกของเด็ก เช่น เด็กรู้สึกอย่างไรกับการเล่นเกมในวันนี้ เพราะเหตุใด สิ่งที่เด็กชอบ/ไม่ชอบจากกิจกรรมนี้คืออะไร ถ้าเพื่อนในกลุ่มเกิดมีความคิดต่างกัน เช่น เพื่อนคนแรกบอกเคลื่อนไหวไปทางซ้ายก่อนเพื่อนคนที่สองบอกเคลื่อนไหวไปทางขวาเราจะทำอย่างไร ระหว่างที่เคลื่อนไหวร่างกายมีเพื่อนคนหนึ่งหกล้มแล้วร้องไห้เด็กจะอย่างไร ฯลฯ ซึ่งคำถามเหล่านี้จะทำให้เด็กรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ดังที่ วัฒนา ปุญญฤทธิ์ (2557, น. 3) กล่าวว่า คำพูดหรือถ้อยคำของบุคคลรอบข้างเด็กปฐมวัยนั้นมีผลต่อการรับรู้อารมณ์ของเด็กปฐมวัย ช่วยให้เด็กรับรู้อารมณ์ของตนเองและแสดงออกทางด้านอารมณ์อย่างเหมาะสม และกิจกรรมทางกายประสานการซึ้นแนะนั้นเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์ร่วมกับเพื่อนในห้องเรียน เด็กจะเกิดปฏิสัมพันธ์กันในทางบวก มีการช่วยเหลือและยอมรับซึ่งกันและกัน เพื่อความสำเร็จของกลุ่ม เด็กจะสามารถรอยเมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นหรืออุปกรณ์ที่ตนต้องการเล่นได้ สอดคล้องกับเลวิส และมีเคลสัน (Lewis and Michaison, 1983, อ้างถึงในจิตตินันท์ เดชะคุปต์, 2555, น. 5-39) อธิบายว่า เด็กปฐมวัยมีการรับรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น โดยสามารถรับรู้ความรู้สึกของตนเองทางบวกก่อนทางลบและรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นจะมีประสิทธิภาพมากขึ้นตามอายุ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของโกลแมน (Gardner, 1995, pp. 43-44) ที่กล่าวว่า การตระหนักรู้จักอารมณ์ของตนเอง เข้ายังรู้ความเปลี่ยนแปลง และเอาชนะตนเองได้นั้นจะเป็นผู้ฉลาดสามารถประสบความสำเร็จในงานที่ทำ มุ่งสู่เป้าหมายอย่างมีพลัง

5.2.2.2 ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานซึ้นแนะ มีความฉลาดทางด้านอารมณ์ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นเพิ่มสูงขึ้นมากกว่าทุกด้าน เนื่องจากการจัดกิจกรรมทางกายประสานการซึ้นแนะเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กได้เคลื่อนไหวทำกิจกรรมร่วมกัน เคลื่อนไหวตามคำบรรยายของครู แบ่งกลุ่มและช่วยกันคิด เพื่อที่จะทำงานให้สำเร็จ เด็กจะเกิดการเรียนรู้ เข้าใจความสัมพันธ์ของการกระทำตนเองที่มีต่อเพื่อน

เด็กจะแสดงความเคารพต่อสิทธิหน้าที่ของตนเองและเพื่อน ส่งผลให้เกิดความเคารพข้อตกลงของกลุ่มซึ่งมีรากฐานมาจากทฤษฎีทางอารมณ์ของออสูเบล (Ausube, 1970, อ้างถึงใน พรพรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2547, น. 75-76) ที่เชื่อว่า การทำกิจกรรมร่วมกัน การมีปฏิสัมพันธ์ของบุคคลและสิ่งแวดล้อมจะมากกระตุ้นให้เด็กแสดงความเคารพต่อสิทธิและหน้าที่ และจะทำให้ประสบเป้าหมายสู่ความสำเร็จในที่สุด โดยสมาชิกแต่ละคนประกอบไปด้วยผู้ที่มีความสามารถที่แตกต่างกันทำให้เกิดการช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกันทำให้เด็กเพิ่มความมั่นใจ แสดงออกในความสามารถของตนเองสามารถรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นและมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับเพื่อนเกิดการเรียนรู้ในระดับที่สูงขึ้น โดยการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะนี้ครูเป็นผู้ชี้แนะและกระตุ้นด้วยคำถามปลายเปิด ให้เด็กได้คิดวางแผนเชื่อมโยงสถานการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่ เด็ก ๆ จะได้ช่วยกันคิดวิเคราะห์ถึงสาเหตุแลหาวิธีการแก้ปัญหาจากกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ ยกตัวอย่างคำถามเช่น ในขณะที่เด็กเคลื่อนไหวไปพร้อมกับทอวีซีแล้วเกิดท่อนไม้ไผ่ไปโดนเพื่อน คิดว่าเพื่อนจะรู้สึกอย่างไร แล้วเราต้องทำอย่างไร เด็กจะช่วยกันพาท่อนไม้ไผ่ไปให้ถึงเส้นชัยช่วยกันได้อย่างไร แล้วเมื่อพาท่อนไม้ไผ่ไปถึงเส้นชัยแล้วเด็กรู้สึกอย่างไร ถ้านำผ้าขิดมาต่อกันเป็นรูปทรง แล้วทุกคนต้องอยู่ในรูปทรงจะทำอย่างไร หากผ้าขิดพลาดไปโดนเพื่อนคนอื่น จะทำอย่างไร ฯลฯ เป็นกระบวนการในปรับโน้ตทัศน์ของเด็ก ๆ จากกิจกรรมที่ได้ลงมือปฏิบัติทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มในชั้นการจัดกิจกรรมต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ ซึ่งในขั้นนี้เด็กจะได้แบ่งกลุ่มทำกิจกรรมร่วมกันตามเงื่อนไขข้อตกลงที่ครูกำหนดขึ้นมา ฝึกการทำงานเป็นกลุ่มลดความขัดแย้ง ทำให้เด็กปฐมวัยรับรู้อารมณ์และมีความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ไม่กระทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบ ตลอดจนแสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น ดังที่เพียเจท์ได้กล่าวว่า พัฒนาการทางด้านสติปัญญาของเด็กเป็นกระบวนการสร้างองค์ความรู้ผ่านการทำกิจกรรม กลุ่มเด็กจะรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นและไม่แสดงอารมณ์ที่ทำให้ผู้อื่นไม่พอใจออกมา และในกิจกรรมทางกายที่เด็กได้ปฏิบัติจะทำให้เด็กได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการชวนเพื่อนเข้าร่วมกิจกรรมพูดลอบใจ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น ยกตัวอย่างเช่น “กิจกรรมมดน้อยพจญภัย โดยครูชี้แนะสมมติให้เด็ก ๆ เป็นเจ้ามดน้อยและมีอาหารอยู่ 3 กอง ที่มดน้อยต้องช่วยกันนำกลับรัง จะมีมดน้อยตัวหนึ่งพูดขึ้นว่าเอาอาหารขึ้นหลังเราเลยเพื่อน เราแบกเองไหว ส่วนมดน้อยตัวอื่น ๆ ก็คอยช่วยประคองอาหารไว้ไม่ให้อาหารตกจากหลังเรานะ ระหว่างที่นำอาหารข้ามสะพานไม้กระดานแผ่นเดียวเกิดอุบัติเหตุมดน้อยโดนเหยียบเท้าและมดน้อยตัวนั้นก็ขอโทษทันทีหลังจากที่เหยียบเท้าเพื่อนโดยที่ครูไม่ต้องบอก”

5.2.2.3 ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายประสานชี้แนะ มีความฉลาดทางด้านอารมณ์ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นเพิ่มสูงขึ้น เนื่องจากการจัดกิจกรรมทาง

กายประสานการชี้แนะเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายโดยใช้ บทเพลง เสียงดนตรี และอุปกรณ์มาประกอบการเคลื่อนไหว สอดคล้องกับงานวิจัยของ อัมพวัน ศรีหรั่ง (2550, น. 1) ที่ใช้เพลง ดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ที่เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่เปิดโอกาส ให้เด็กรู้จักการรอคอย ช่วยเหลือผู้อื่น เคารพกติกาง่าย ๆ เพราะกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงออก ได้ระบายอารมณ์ เกิดความสนุกสนาน และเปิดเผยความรู้สึกซึ่งเป็นพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคม เด็กจะรู้จักการ แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ที่ครูกำหนดให้ในกิจกรรมทางกาย ยกตัวอย่างเช่น ในกิจกรรม สร้างสรรค์ ทำทางกับสายยาง ขึ้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ ครูใช้คำถามให้กระตุ้นว่าเด็กจะมีวิธีการ เคลื่อนไหวร่างกายไปด้วยกัน 2 คน โดยมีสายยาง 2 วงได้อย่างไร แล้วถ้าเคลื่อนไหวร่างกายไป ด้วยกัน 3 คน โดยมีสายยาง 3 วงจะเคลื่อนไหวอย่างไร ฯลฯ ซึ่งกิจกรรมทางกายที่ครูจัดขึ้นนี้จะเน้น ให้เด็กควบคุมอารมณ์ของตนเองและปรับตัวให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข เข้าอกเข้าใจผู้อื่นมาก ยิ่งขึ้น เน้นให้เด็กรู้จักการขอโทษและให้อภัยผู้อื่น ดังที่สุรางค์ โค้วตระกูล (2556, น. 239) กล่าวว่า การมีปฏิสัมพันธ์ของเด็กกับเพื่อนในการทำงานร่วมกัน เด็กจะทำตามข้อตกลง กติกาในการทำงาน ร่วมกัน เพื่อทำงานของกลุ่มบรรลุเป้าหมาย และจากสถานการณ์ที่ครูจัดให้เกิดปัญหา โดยมีครูให้ คำพูดคอยชี้แนะแนวทาง ยกตัวอย่างเช่น ในกิจกรรม เก็บมะนาวไปขาย ที่ครูให้เด็ก ๆ เคลื่อนไหว ร่างกายในเก็บมะนาวไปขาย แล้วระหว่างที่ขนมะนาวไปขายแล้วมะนาวตกลงเช่นกระจัดกระจายเด็ก จะทำอย่างไร ถ้าเด็กไปขายมะนาวแล้วมีคนเอาขนมมาแลก เด็กจะทำอย่างไร สมมติเด็กไปขายมะนาว ที่ตลาดแล้วเห็นคุณยายยกกะละมังที่ใส่ปลาสดจากรถเข็นไม่ได้ เด็กจะทำอย่างไร ฯลฯ สอดคล้องกับ งานวิจัยของอรุณญา กุฎจอมศรี และคณะ (2556 น. 91-92) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาความฉลาดทาง อารมณ์ของเด็กปฐมวัยด้วยรูปแบบการจัดการเรียนรู้ SMILE ผลการศึกษาพบว่าหลังได้รับการจัด การเรียนรู้แบบ SMILE ทำให้เด็กมีพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น

ผลการวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะช่วยส่งเสริม ความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยได้ ซึ่งครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาปฐมวัย สามารถใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม เพื่อส่งเสริมความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยต่อไป

### 5.3 ข้อเสนอแนะ

#### 5.3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

5.3.1.1 การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะสำหรับเด็กปฐมวัย ครูผู้สอนต้องเข้าใจธรรมชาติ และความแตกต่างระหว่างบุคคลของเด็กปฐมวัย ต้องเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงออกอย่างเต็มความสามารถ ยืดหยุ่นกิจกรรมได้ตามความเหมาะสม

5.3.1.2 การพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์ ผู้จัดกิจกรรมควรทำความเข้าใจและศึกษาแบบประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์

#### 5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

5.3.2.1 ควรมีการศึกษาการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ ไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอื่น ๆ ของเด็กปฐมวัย เช่น ด้านสติปัญญา ด้านสังคม ด้านสมาธิของเด็กปฐมวัย เป็นต้น

5.3.2.2 ควรมีการศึกษาคความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยในกลุ่มอายุอื่น ๆ หรือเด็กพิเศษ ที่ใช้การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ



บรรณานุกรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

## บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2543). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์ฉบับปรับปรุง*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2545). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. กรุงเทพฯ: ศูนย์สารนิเทศและประชาสัมพันธ์กรมสุขภาพจิต.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2546). *สุขภาพจิตไทย พ.ศ. 2545-2546*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2546). *ข่าวจากหนังสือพิมพ์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตไทยอันดับ 2 “เด็กรั้งแค้นในโรงเรียน” พบเหยื่อปีละ 6 แสนคน*. สืบค้นจาก <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=27485>.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560*. สำนักงานวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *คู่มือกิจกรรมทางกายและการจัดสภาพแวดล้อม*. กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. (2546). *แนวทางการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กนกวรรณ ชี้อจริง. (2553). *ผลของการจัดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยในชั้นเรียนคละอายุ โรงเรียนบ้านทุ่งแจ่ง จังหวัดราชบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต). เพชรบุรี: มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี.
- กำพล ดำรงวงศ์. (2535). เกม. *วารสารกองทุนสงเคราะห์*, 5(39), 11.
- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2551). *การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: เบรน-เบส บุ๊คส์.
- กรองทอง จุลิรัชนิกร. (2556). *การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมโดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- เก็จกนก เอื้อวงศ์. (2559). *การชี้แนะ: การประยุกต์ใช้เพื่อการนิเทศการศึกษา*.  
วารสารศึกษาศาสตร์ มสธ, 9(2), 1-3.
- คณะกรรมการพัฒนาร่างแผนแม่บทการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย. (พ.ศ. 2561-2573).  
*แผนแม่บทการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย*. สืบค้นจาก  
[http://dohdatacenter.anamai.moph.go.th/coverpage/  
3673c9bb6c72658b7c6fffe4b847135a.pdf](http://dohdatacenter.anamai.moph.go.th/coverpage/3673c9bb6c72658b7c6fffe4b847135a.pdf).
- จารณี เล็กอุทัย. (2551). *เอกสารประกอบการสอน กีฬาเพื่อพัฒนาสุขภาพ*. (ม.ป.ท.)
- จินกัต รามสูต. (2550). *การเคลื่อนไหวเพื่อพัฒนาทักษะความฉลาดทางอารมณ์  
สำหรับเด็กอนุบาล*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). เชียงใหม่:  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- จิตตินันท์ เดชะคุปต์. (2555). *พัฒนาการและการเตรียมความพร้อมของเด็กปฐมวัย*. ใน  
ประมวลสาระชุด วิชาหลักการและแนวคิดทางการปฐมวัยศึกษา (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1)  
หน่วยที่ 5. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. (2558). *การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมกับการพัฒนาทักษะชีวิตเด็ก  
ปฐมวัย*. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย หน่วยที่ 3  
(น. 3-1 ถึง 3-42). นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์. (2521). *นวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษากับการสอนระดับอนุบาล*.  
กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชิตินทรีย์ บุญมา และคณะ. (2556). *คู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย เพื่อพัฒนาการเรียนรู้สำหรับเด็ก  
โดยใช้รูปแบบสนามเด็กเล่นโดยใช้หลักการเรียนรู้ของสมองเป็นฐาน Brain-Based  
Learning (BBL) Playground for Children*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุน  
การสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
- ดวงรัตน์ วุฒิปัญญารัตนกุล. (2555). *ผลการใช้กิจกรรมดนตรีและเคลื่อนไหวตามแนวศาล  
โค้งที่มีต่อความสามารถทางสติปัญญาของเด็กอนุบาล*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตร  
มหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เดชา ปิยะสังคม. (2546). *นโยบายและวัตถุประสงค์ในการบริหารงานบุคคลของกองทุนการเงิน  
ระหว่างประเทศ*. กรุงเทพฯ: วารสารเพิ่มผลผลิต.
- ทิพย์ภา เชษฐชูชาวลิต. (2543). *จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับพยาบาล*. (พิมพ์ครั้งที่ 2).  
สงขลา: สงขลาซานเมืองการพิมพ์.



- ทิตินา แคมมณี. (2550). *ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ*. กรุงเทพฯ: ด้านสุทธาการพิมพ์.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2542). *ความฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา*. กรุงเทพฯ: วารสารพฤติกรรมศาสตร์.
- ชัยวัฒน์ เกิดสุวรรณ. (2555). *ความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดทางสติปัญญา*. สืบค้นจาก [http://www.hiso.or.th/hiso/tonkit/tonkits\\_55.php](http://www.hiso.or.th/hiso/tonkit/tonkits_55.php) [2563, กรกฎาคม 27].
- นิตยา คชภักดี. (2543). *ขั้นตอนการพัฒนาเด็กปฐมวัยตั้งแต่ปฏิสนธิ -5 ปี*. กรุงเทพฯ: สถาบันแห่งชาติเพื่อการศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย
- บุญชม ศรีสะอาด. (2546). *การวิจัยสำหรับครู*. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: วีริยาสาน.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2556). *การวิจัยเบื้องต้น ฉบับปรับปรุงใหม่*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: บริษัทสุวีริยาสาน จำกัด.
- บุญชู สนั่นเสียง. (2527). *การจัดประสบการณ์เพื่อฝึกการสังเกตและการใช้เหตุการณ์แก่เด็กปฐมวัย*. ในเอกสารชุดวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตระดับปฐมวัย. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราชหน่วยที่ 9 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อรุณ.
- บุษภารัตน์ ศรีนวลไสว. (2553). *การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยใช้หนังสือนิทานประกอบภาพ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต) กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2543). *คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับ EQ. ในรวมบทความทางวิชาการอิคิว. บรรณธิการโดยอัจฉรา สุขารมณ์, วิลาสลักษณ์ ชวีวัลลี และอรพินทร์ ชูชม*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ Desktop.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2553). *ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรเทพ ราชรุจิทอง. (2554). *ผลของการแทรกกิจกรรมทางกายที่มีต่อแรงจูงใจตามสถานการณ์ ความเชื่อมั่นตนเองเฉพาะด้านและความรู้สึกที่ดีต่อร่างกายตนเอง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาคุษภูบัณฑิต). ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พัชรี สวนแก้ว. (2536). *จิตวิทยาพัฒนาการและการดูแลเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: ดวงกมล.
- พัฒนา ชัชพงศ์. (ม.ป.ป.). *หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต (เอกสารประกอบคำสอน)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- แพง ชินพงศ์. (2548). *ดนตรีเพิ่มพลังสมอง*. กรุงเทพฯ: เพาเวอร์พริ้นท์.

- พิชิต ฤทธิ์จรูญ. (2547). *ระเบียบวิธีวิจัยทางสังคมศาสตร์*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: เฮาออฟเคออร์มีสท.
- ภรณ์ คุรุรัตน์. (2526). *ละครสร้างสรรค์สำหรับเด็ก*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มลินทรา กวินโกลโรจน์. (2558). *การวิจัยและพัฒนากระบวนการชี้แนะที่อิงทฤษฎีเรียนรู้สู่ การเปลี่ยนแปลงเพื่อปรับปรุงชุดการคิดด้านการจัดการเรียนการสอนของครู ประถมศึกษา*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เยาวพา เดชะคุปต์. (2542). *กิจกรรมสำหรับเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: แม็ค.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). *พจนานุกรมศัพท์จิตวิทยา ฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2555). *พจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์*. กรุงเทพฯ: อรุณการพิมพ์.
- ลดาวลัย ประทีปชัยกูร. (2545). *การพยาบาลเพื่อส่งเสริมสุขภาพเด็กปฐมวัย*. สงขลา: บริษัทอัลลายด์เพรส จำกัด.
- ลักกะณา เสนอฤทธิ์. (2551). *ผลการจัดกิจกรรมเกมการศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมทางสังคม ของเด็กปฐมวัย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- วัฒนา ปุญญฤทธิ์. (2557). *หน่วยที่ 9 การประเมินและการเสริมสร้างพฤติกรรมทางด้าน อารมณ์-จิตใจของเด็กปฐมวัย*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วิมลพรรณ ประไพวัชรพันธ์. (2555). *การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการ จัดกิจกรรมละครเกี่ยวกับตำนานของจังหวัดชัยภูมิ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญา ครุศาสตรมหาบัณฑิต). อยุธยา: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.
- วิภารัตน์ จอกทอง, อีระดา ภิญโญ, ดวงมล ฐิติเวส. (2557). *การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและ จังหวะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย*. วารสารบัณฑิตศึกษา หลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- วิศาล คันธรัตน์กุล, ปิยะนุช รักพานิชย์ และภัทรารุช อินทรกำแหง. (2544). *กิจกรรมทางกาย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์นิเวศธรรมดาการพิมพ์.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2542). *ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จในชีวิต*. กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท.

- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีที่ 11 ฉบับที่ 1.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2555). *ความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ*. สืบค้นจาก <http://www.thaihealth.or.th/Content/8092-ความฉลาดทางอารมณ์%20หรือ%20EQ.html>.
- สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. (2541). *คู่มือการอบรมเลี้ยงดูเด็กระดับก่อนประถมศึกษา*. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2555). *ความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ*. สืบค้นจาก <http://www.thaihealth.or.th/Content/8092-ความฉลาดทางอารมณ์%20หรือ%20EQ.html>.
- สนธยา สีละมอด. (2557). *กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมชาย สีทองอิน และคณะ. (2550). *ข้อเสนอแนวทางการมีกิจกรรมทางกาย (Physical activity) ที่เหมาะสมสำหรับเด็กและเยาวชนในโรงเรียนในเขตพื้นที่นโยบายสาธารณะ*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- สุดใจ เหล่าสุนทร. (2549). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ: กองทุนหนังสือประเทืองปัญญา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุรวาท ทองบุ. (2555). *การวิจัยทางการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 8). มหาสารคาม: อภิชาติการพิมพ์.
- สุรดิษ สุวรรณลา. (2560). *คู่มือการพัฒนาวิชาชีพ เรื่อง การชี้แนะ (Coaching)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรางค์ ไคว้ตระกูล. (2556). *จิตวิทยาการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวรรณณี สร้อยเสนาและ สิริมา ภิญโญนันตพงษ์. (2559). *ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงพิลาทีสที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย*. วารสารวิจัยราชภัฏพระนคร
- สร้อยกัญญา โพธิสมภาพวงษ์. (2557). *ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารสถานศึกษากับประสิทธิผลการบริหารสถานศึกษาตามทัศนะของผู้บริหารสถานศึกษาและครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสิงห์บุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี.

- อริสา กรวีร์. (2551). *ออกกำลังกายให้สนุก สุขภาพดีทั้งกายและใจ*. กรุงเทพฯ: โพลีนบุ๊คเน็ต.
- อรัญญา กุฎจอมศรี และคณะ. (2556). *การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยด้วยรูปแบบการจัดการเรียนรู้ SMILE*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อารี เกษมรติ. (2523). *การสอนเกมการศึกษาแก่เด็กอนุบาลปีที่ 1*. กรุงเทพฯ: ชมรมไทยอิสราเอล.
- อารี พันธมณี. (2542). *ความคิดสร้างสรรค์กับการเรียนรู้*. กรุงเทพฯ: ตนนอแถมมี จำกัด.
- อัมพวัน ศรีหรั่งไพโรจน์. (2550). ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ต่อเด็กปฐมวัย โรงเรียนวัดเกษตรราชม จังหวัดนครปฐม. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). นนทบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. ถ่ายเอกสาร.
- อุสา สุทธิสาคร. (2544). *ดนตรีพัฒนาปัญญา (IQ) อารมณ์ (EQ)*. กรุงเทพฯ: บริษัทพิมพ์ดี จำกัด.
- เอื้ออารี ศรีคุ้มเหนือ. (2553). *การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสต์*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษา มหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Ashiabi, G.S. (2001). Promoting the emotional development of preschooler. *Childhood Education Journal*. 28(2) 28 pp.79-84.
- Bracks, S. (2004). *The Active for Life Physical Activity Framework*. Victoria: Sport and Recreation.
- Breuer, D. (2002). *A Physically Active Life Through Everyday Transport*. Marco Pier Franceschi: Cristina Piza Lopez.
- Cooper, R. K., and Sawaf, A. (1997). *Executive EQ: Emotional Intelligence in Leadership and organizations*. New York: Grosset/Putnam.
- Connor, M. & Pokora, J. (2012). *Coaching And Mentoring At Work: Developing Effective Practice: Developing Effective Practice*: McGraw-Hill Education (UK).

- Crane, T. G. (2002). *The heart of coaching*. San Diego, California: FTA Press.  
Retrieved from <http://biblioteca.funglode.net.do/Tesis-iglobalAlta-Direccion publica/ADP, 20514, 2010-0070>.
- Crane, L. (2007). Coaching process outcomes of a family visit nutrition and physical activity intervention. *Health Education & Behavior*, 34(1), 71-89.  
on Body.
- Doyle, I. S. (1999). *The business coach: A game plan for the new work environment*. John Wiley & Sons.
- Driscoll, A. and N.G. Nagel. (2008). *Early Childhood Education Birth-8*. 4 th ed.  
Boston: Pearson Education, Inc.
- Duncan, J. and others. (2009). *Effects of a 6-Week Circuit Training Intervention*.
- Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Hargrove, R. (2000). *Masterful coaching: Grew your business. helping your profits, win the talent war!*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Hanft, B. E., Rush, D.D. & Shelden, M. L. L. (2004). *Coaching families and Colleagues in early childhood*: ERIC.
- Heimendinger, J., Uyeki, T., Andhara, A., Marshall, J. A., Scarbro, S., Belansky, E. & Hendrick, J. (1996). *The Whole Child*. 6th ed. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Jeanne, S., Melinda Smith, M. A. & Jennifer, S. (2017). *Improving Emotional Intelligence (EQ): Key Skills for Managing Your Emotions and Improving Your Relationships*. Retrieved from  
<https://www.helpguide.org/articles/mentalhealth/emotional-intelligence-eq.htm?pdf=true>.
- Mayer, J. D. and Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?*. New York: Basic Books.
- Medline Plus Medical Encyclopedia. (2011). *Physical Activity*. Retrieved July 10, 2020, from: <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001941.htm>.

- Morrison, G. (2011). *Fundamentals of Early Childhood Education*. 6th ed. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Mink, OG, Owen KO. & Mink, BP. (1993). *Developing high performance people. The art of coaching*. Reading Massachusetts: Addison-Wesley.
- Passmore, J. (2008). *Workplace coaching*. Unpublished PhD thesis. University of East London.
- Psychologytoday. (2017). *Emotional Intelligence: What Is Emotional Intelligence?*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/basics/emotionalintelligence>.
- Reiss, K. J. (2015). Leadership Coaching for Educators: Bringing Out the Best in School Administrators. London: Corwin.
- pilot study. Early Childhood Education Journal*, 40(2), 97-105.
- Rush, D. D. & Shelden, M. L. L. (2011). *The Early Childhood Coaching Handbook*: MD: Paul H. Brookes.
- R.R. Pate; S. N. Blair; W. L. Haskell; C. A. Macera; C. Bouchard; D. Buchner; W. Ettinger; G. W. Heath; A. C. King; al. et. (1995). *Physical activity and public health. A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine*. The journal of the American Medical Association, 273 (5), 402-407. Department of Exercise Science, University of South Carolina School of Public Health, Columbia 29208.
- Steiner, L. (2004). *Designing Effective Professional Development Experiences: What Do We Know?. (2nd ed.)* Illinois USA: Learning point Associates.
- Stephen, S. (2002). Physically Active for. Retrieved July 10, 2020, from: [pbs.org/teachers/earlychildhood/articles/activeforlife.html](https://pbs.org/teachers/earlychildhood/articles/activeforlife.html).
- Taylor, John L. & Rex Walford. (1974). *Simulation in the Classroom*. Middlesex, Marmonworth: Penquin.
- Whitmore, J. (2009). *Coaching for Performance: GROWing Human Potential and Purpose-the Principles and Practice of Coaching and Leadership (People Skills for Professionals)*. London: Nicholas Brealey Publishing.

Wilson, K. P., Dykstra, J. R., Watson, L. R., Boyd, B. A., & Crais, E. R. (2012).

*Coaching in early education classrooms serving children with autism.*

Williams, R. & Fromberg, P. (n.d.). “*Encyclopedia of Early Childhood Education.*”

New York.

World Health Organization. (2011). *Physical Activity*. Retrieved July 10, 2020,

from: [http://www.who.int/topics/physical\\_activity/en/](http://www.who.int/topics/physical_activity/en/).



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY



ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY





ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมทางกาย

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

**รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมทางกาย  
ประธานการชี้แนะ และแบบประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย**

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวรรณ ศรีวาปี กศ.ม. (การบริหารการศึกษา) อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหาด้านหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุญส่ง เทียมภักดี กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว-คอมพิวเตอร์ศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหาด้าน ความฉลาดทางด้านอารมณ์
3. อาจารย์ ดร.อาทิตย์ อัจหาญ พร.ด. (วิจัยและประเมินผลการศึกษา) อาจารย์ประจำหลักสูตร พร.ด.วิจัยและประเมินผลการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหา ด้านสถิติสำหรับการวิจัย
4. อาจารย์วารินทิพย์ ศรีกุลลา ศษ.ม. (ปฐมวัยศึกษา) อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหา ด้าน กิจกรรมทางกาย
5. นางพงศ์สุวรรณ แสงเนตร ค.บ. (การศึกษาปฐมวัย) ครูชำนาญการพิเศษการศึกษาปฐมวัย โรงเรียนบ้านดงใหญ่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 2 ผู้เชี่ยวชาญ เนื้อหา ด้านการสอนเด็กปฐมวัย

## ภาคผนวก ข

- แบบประเมินความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
- ค่าสถิติแสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
- คู่มือการใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
- แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

## แบบประเมินความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ ของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

### คำชี้แจง

1. ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาข้อความในแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยแต่ละข้อว่ามีความสอดคล้องกับนิยามศัพท์แต่ละด้านหรือไม่ โดยใช้เกณฑ์การพิจารณา ดังนี้

+1 หมายถึง เห็นว่ามีความสอดคล้อง

0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่ามีความสอดคล้อง

-1 หมายถึง ไม่มีความสอดคล้อง

2. ถ้าผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นว่าข้อความใดควรแก้ไข กรุณาให้คำแนะนำเพื่อการปรับปรุงแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยในช่องข้อเสนอแนะ

### นิยามศัพท์

**ความฉลาดทางอารมณ์** หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ ปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขสนุกสนานร่าเริงกับการเล่นหรือทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากแบบประเมินความฉลาดด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ดังนี้

ความฉลาดทางอารมณ์	คะแนนประเมิน			ข้อเสนอแนะ
	+1	0	-1	
1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง				
1. ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน				
2. บอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อถูกถาม เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ				
3. พุดหรือแสดงท่าทางปฏิเสธเมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ				
4. ยิ้มหรือปรบมือเมื่อได้รับคำชมเชย				
5. รอคอยได้เมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น				
2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น				
1. ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น				
2. ไม่กระทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบ				
3. เข้าไปช่วยเหลือหรือพุดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ				

ความฉลาดทางอารมณ์	คะแนนประเมิน			ข้อเสนอแนะ
	+1	0	-1	
3. เข้าไปช่วยเหลือหรือพุดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ				
4. ไม่หยิ่งของผู้อื่นมาเป็นของตน				
5. เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุก				
3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น				
1. แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น				
2. พุดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาร่วมเล่นหรือทำกิจกรรมด้วยกัน				
3. พุดหรือแสดงท่าทางขอโทษผู้อื่นเมื่อตนเองทำผิด				
4. พุดหรือแสดงท่าทางขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของ				
5. ปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้				

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

(ลงชื่อ).....(ผู้เชี่ยวชาญ)

(.....)

ค่าสถิติแสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ของแบบประเมิน  
ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

ข้อที่	คะแนนความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					$\sum R$	IOC	เกณฑ์คุณภาพ
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
1.1	+1	+1	+1	0	+1	4	.80	สอดคล้อง
1.2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
1.3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
1.4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
1.5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
2.1	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
2.2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
2.3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
2.4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
2.5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
3.1	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
3.2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
3.3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
3.4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
3.5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	สอดคล้อง
รวม	15	15	15	14	15	4.95	0.98	สอดคล้อง

## คู่มือการใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

### วัตถุประสงค์

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย จัดทำขึ้นเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลประเมินความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ด้าน ซึ่งประกอบด้วย 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

### วิธีบันทึกข้อมูล

1. บันทึกข้อมูลเกี่ยวกับการสังเกตก่อนเริ่มการสังเกต ได้แก่ ชื่อผู้ประเมิน ชื่อผู้ถูกประเมิน และทำเครื่องหมายระยงการเก็บข้อมูลที่ตรงกับการประเมิน และความฉลาดทางอารมณ์ที่สังเกต
2. สังเกต พิจารณาความฉลาดทางอารมณ์ที่พบในแต่ละองค์ประกอบ ดังนี้ ความฉลาดทางอารมณ์ที่ประเมินและบันทึกลงในแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ มี 3 ด้าน ได้แก่
  - 2.1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง จำนวน 5 ข้อ ประกอบด้วย
    - 2.1.1 ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน
    - 2.1.2 บอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อถูกถาม เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ
    - 2.1.3 พุดหรือแสดงท่าทางปฏิเสธเมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ
    - 2.1.4 ยิ้มหรือปรบมือเมื่อได้รับคำชมเชย
    - 2.1.5 รอคอยได้เมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น
  - 2.2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น จำนวน 5 ข้อ ประกอบด้วย
    - 2.2.1 ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น
    - 2.2.2 ไม่กระทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบ
    - 2.2.3 เข้าไปช่วยเหลือหรือพุดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ
    - 2.2.4 ไม่หยิบของผู้อื่นมาเป็นของตน
    - 2.2.5 เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุก
  - 2.3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย
    - 2.3.1 แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น
    - 2.3.2 พุดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาร่วมเล่น
    - 2.3.3 พุดหรือแสดงท่าทางขอโทษผู้อื่นเมื่อตนเองทำผิด
    - 2.3.4 พุดหรือแสดงท่าทางขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของ
    - 2.3.5 ปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้

### เกณฑ์การให้คะแนน

ระดับคะแนน 3 หมายถึง เด็กแสดงความฉลาดทางอารมณ์ด้วยตนเอง

ระดับคะแนน 2 หมายถึง เด็กแสดงความฉลาดทางอารมณ์ได้ แต่ต้องมีเพื่อนหรือผู้อื่น

คอยแนะนำ

ระดับคะแนน 1 หมายถึง เด็กไม่แสดงความฉลาดทางอารมณ์โดยรายละเอียดของการให้คะแนน ดังนี้

ความฉลาดทางอารมณ์	รายละเอียดความฉลาดทางอารมณ์	คะแนน
1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง		
1. ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะทำกิจกรรมร่วมกับ เพื่อน	เด็กร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะเล่นกับเพื่อน แบ่งปันของเล่นให้เพื่อนเล่น ด้วยอย่างเต็มใจ พุดคุยและสนทนาร่วมกับเพื่อนอย่างสนุกสนาน	3
	เด็กร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะเล่นกับเพื่อน แบ่งปันของเล่นให้เพื่อน	2
	เด็กไม่แสดงสีหน้า ท่าทางรื่นเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะเล่นกับเพื่อน	1
2. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
3. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
4. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
5. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น		
6. ยิ้มหรือปรบมือ แสดง ความชื่นชมในความสำเร็จ ของผู้อื่น	แสดงความชื่นชม สีหน้าท่าทางยินดีในความสำเร็จของผู้อื่น ด้วยการยิ้ม หรือ ปรบมืออย่างจริงใจในทุกๆ ครั้ง พอใจเมื่อมีผู้สนใจยกย่อง ชมเชย	3
	แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น ด้วยการยิ้ม หรือปรบมือเกือบทุก ครั้งที่เพื่อนประสบผลสำเร็จ	2
	ไม่มีการแสดงออก ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น แม้ครูจะแนะนำแล้วก็ตาม	1



ความฉลาดทางอารมณ์	รายละเอียดความฉลาดทางอารมณ์	คะแนน
7. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
8. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
9. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
10. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น		
11. แบ่งปันสิ่งของ	แสดงสีหน้าท่าทางเห็นอกเห็นใจ เต็มใจที่จะแบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น	3
	แบ่งปันสิ่งของในบางสถานการณ์ โดยมีครูเข้าไปคอยให้คำแนะนำถึงแบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น	2
	หวงสิ่งของ ไม่แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น ถึงแม้จะมีคนแนะนำแล้วก็ตาม	1
12. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
13. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
14. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1
15. ....	.....	3
	.....	2
	.....	1

## แบบประเมินความฉลาดทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

ชื่อ (ค.ช./ค.ญ.).....ชั้น .....

โรงเรียน.....

วันที่..... กิจกรรม.....

ผู้ประเมิน.....

### คำชี้แจง

1. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยเป็นการประเมินการแสดงออกของเด็กปฐมวัยรายบุคคลที่มีการแสดงออกทางด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ปรากฏตามความเป็นจริงเพื่อประโยชน์ในการนำไปใช้ในการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวมต่อความคิด ความรู้สึกและการกระทำที่แสดงออกมาตามความเป็นจริงของเด็กเป็นรายบุคคล

2. ช่วงเวลาที่ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย คือช่วงเวลาที่เด็กทำกิจกรรมทั้งในและนอกห้องเรียนรวมทั้งช่วงกิจกรรมประจำวันในโรงเรียนด้วย

3. ในการประเมินให้ครูประจำชั้น ประเมินโดยเขียนชื่อ นามสกุลชั้นของเด็กที่ถูกประเมินพร้อมระบุวันที่/กิจกรรมที่ทำลงในแบบประเมิน

4. วิธีประเมินให้ผู้ประเมินกาเครื่องหมาย/ลงในช่องคะแนนท้ายข้อความที่เด็กแสดงออกตามเกณฑ์การให้คะแนน จำนวน 15 ข้อ ดังต่อไปนี้

### นิยามศัพท์เฉพาะ

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ ปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขสนุกสนานร่าเริงกับการเล่นหรือทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากแบบประเมินความฉลาดด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัย มีรายละเอียดแต่ละด้าน ดังนี้

1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์และเข้าใจความรู้สึกของตนเองว่าตนเองกำลังรู้สึกอย่างไร บอกความรู้สึกของตนเองได้อย่างถูกต้องและเปิดเผย ตลอดจนแสดงออกทางด้านอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ประกอบด้วย

- 1.1 ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน
- 1.2 บอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อถูกถาม เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ
- 1.3 พุดหรือแสดงท่าทางปฏิเสธเมื่อผู้อื่นชวนเล่นในสิ่งที่ไม่ชอบ
- 1.4 ยิ้มหรือปรบมือเมื่อได้รับคำชมเชย
- 1.5 รอคอยได้เมื่อเห็นเพื่อนกำลังเล่นของเล่นที่ตนเองต้องการจะเล่น

2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการรับรู้อารมณ์และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ตลอดจนแสดงพฤติกรรมที่คำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น ประกอบด้วย

- 2.1 ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น
- 2.2 ไม่กระทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบ
- 2.3 เข้าไปช่วยเหลือหรือพุดปลอบใจเมื่อเห็นเพื่อนเสียใจ
- 2.4 ไม่หยิบของผู้อื่นมาเป็นของตน
- 2.5 เข้าไปร่วมเล่นด้วยเมื่อเห็นเพื่อนเล่นสนุก

3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของเด็กปฐมวัยในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีและเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจในแง่คิด ความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ประกอบด้วย

- 3.1 แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น
- 3.2 พุดหรือแสดงท่าทางชักชวนผู้อื่นมาร่วมเล่นหรือทำกิจกรรมด้วยกัน
- 3.3 พุดหรือแสดงท่าทางขอโทษผู้อื่นเมื่อตนเองทำผิด
- 3.4 พุดหรือแสดงท่าทางขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของ
- 3.5 ปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงไว้

ความฉลาดทางอารมณ์	ระดับพฤติกรรม			หมายเหตุ
	3	2	1	
1. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง				
1. ร่าเริง ยิ้มแย้ม แจ่มใส ขณะทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน				
2. ....				
3. ....				
4. ....				
5. ....				
2. ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น				
1. ยิ้มหรือปรบมือ แสดงความชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น				
2. ....				
3. ....				
4. ....				
5. ....				
3. ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น				
1. แบ่งปันสิ่งของหรืออุปกรณ์ให้ผู้อื่น				
2. ....				
3. ....				
4. ....				
5. ....				

### ภาคผนวก ค

- ค่าสถิติแสดงค่าดัชนีความสอดคล้องแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสา  
นาการชี้แนะ
- คู่มือการใช้แผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานาการชี้แนะ
- ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานาการชี้แนะ

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ค่าสถิติแสดงค่าดัชนีความสอดคล้องแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการขึ้นแฉะ

กิจกรรมที่	คะแนนความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					$\sum R$	IOC	เกณฑ์
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
1	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
6	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
7	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
8	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
9	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
10	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
11	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
12	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
13	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
14	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
15	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
16	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
17	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
18	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
19	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
20	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
21	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
22	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
23	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
24	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด
รวม	+24	+24	+24	+24	+24	5	1.00	เหมาะสมมากที่สุด

## คู่มือการใช้แผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

### หลักการและเหตุผล

กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะเป็นกิจกรรมสำคัญที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ได้แสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกในขณะที่เคลื่อนไหว ผ่านกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายแบบสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง จังหวะ และดนตรี กิจกรรมเกมการเล่น และกิจกรรมประกอบคำบรรยายตามความคิดและจินตนาการ เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ในเรื่องอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น การช่วยเหลือปลอบโยน และให้กำลังใจ การแสดงความเอื้ออาทร และการชื่นชมยินดีในความสำเร็จของตนเองและผู้อื่น โดยผ่านกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

### จุดมุ่งหมาย

เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยในด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นผ่านกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

### ขอบข่ายเนื้อหา

กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะการเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กลงมือกระทำด้วยตนเองในการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามความคิดและจินตนาการ โดยมีครูคอยช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก ส่งเสริมและสนับสนุน สร้างแรงบันดาลใจ กระตุ้นด้วยคำถาม และแนะนำผ่านกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายแบบสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ เพลง จังหวะ และดนตรี กิจกรรมเกมการเล่น และกิจกรรมประกอบคำบรรยายตามความคิดและจินตนาการ โดยมีขั้นตอนกิจกรรม ดังนี้

1. ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ หมายถึง การเตรียมความพร้อมเพื่อกระตุ้นอารมณ์ของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน อยากเรียนรู้ โดยครูเป็นผู้สร้างบรรยากาศให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในทุกอิริยาบถผ่านเสียงเพลง จังหวะและดนตรีตามความคิดอย่างอิสระ
2. ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ หมายถึง การที่ครูสาธิตวิธีการในการเคลื่อนไหวหรือแนะนำอุปกรณ์ที่ใช้ในการเคลื่อนไหว วางแผนจากสื่อและอุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงสร้างข้อตกลงในการเคลื่อนไหวร่างกาย เปิดโอกาสให้เด็กลงมือปฏิบัติกิจกรรม โดยครูคอยชี้แนะ ช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก กระตุ้นด้วยคำถาม

3. ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ หมายถึง เป็นขั้นที่ครูกระตุ้นด้วยคำถาม พุดคุย ซักถาม อาจเป็นคำถามที่ท้าทาย หรือคำถามที่เป็นสถานการณ์ สร้างทางเลือก สาธิตการเคลื่อนไหว กับอุปกรณ์นั้นจากข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดขึ้น เพื่อเปิดประสบการณ์ใหม่ให้กับเด็ก ซึ่งครูจะสังเกตพฤติกรรมระหว่างเด็กปฏิบัติกิจกรรม ครูคอยเสริมแรงให้กำลังใจ โดยการใช้คำพูด สาธิตในรูปแบบต่าง ๆ เป็นตัวอย่างให้เด็กดู

4. ขั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน หมายถึง เป็นขั้นที่ครูให้เด็กได้ผ่อนคลายร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ในขั้นนี้ครูจะกระตุ้นด้วยคำถาม สนทนา ซักถาม และทบทวนกิจกรรมเพื่อให้เด็กได้พูดและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ตลอดจนการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

### บทบาทของครู

ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ ครูควรมีบทบาท ดังนี้

1. วางแผนการจัดกิจกรรมและจัดเตรียมสื่อและอุปกรณ์ร่วมกับเด็ก
2. อธิบายข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ แนะนำสื่อและวัสดุ อุปกรณ์ที่เด็กและครูเตรียมไว้
3. กระตุ้นให้เด็กได้ทำกิจกรรมร่วมกันอย่างทั่วถึง
4. สร้างบรรยากาศที่ช่วยให้เด็กมีความมั่นใจในการปฏิบัติกิจกรรม กล่าวแสดงออกและมีความสนุกสนาน
5. ใช้คำพูดหรือคำถามโน้มน้าวให้เด็กช่วยกันคิดหาทาง ให้คำชมเชยและกำลังใจเมื่อเด็กทำกิจกรรม
6. ใช้คำพูดหรือคำถามเพื่อกระตุ้นให้เด็กมีส่วนร่วมสนทนาในขั้นสรุป
7. เปิดโอกาสให้เด็กพูด แสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน

### บทบาทของเด็ก

ในการดำเนินกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยให้ประสบความสำเร็จ เด็กควรมีบทบาท ดังนี้

1. ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน
3. ออกมาสาธิตการทำกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ
4. บอกความรู้สึกของตนเองในขณะที่ทำกิจกรรมและหลังจากการทำกิจกรรม



**ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ  
เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย  
วันที่ 1 กิจกรรม ผ่าขีด**

**จุดประสงค์**

1. เด็กสามารถเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายประกอบอุปกรณ์ได้
2. เด็กสามารถออกแบบท่าทางในการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามความคิดและจินตนาการได้
3. เด็กสามารถแสดงอารมณ์และความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์
4. เด็กสามารถบอกอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้
5. เด็กสามารถปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้

**สาระที่ควรเรียนรู้**

การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ “ผ่าขีด”

**ขั้นตอนกิจกรรม**

**ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้**

ครูกระตุ้นความสนใจของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน โดยเปิดเสียงเพลง “Baby Shark Dance” ให้เด็กฟังแล้วให้เด็กเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตามความคิดและจินตนาการไปรอบ ๆ บริเวณไม่ให้ชนกัน

**ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ**

1. ครูนำผ่าขีดมาให้เด็กดู เราจะใช้ผ่าขีดในการเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างไร ครูขออาสาสมัครเด็กออกมาสาธิตการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยผ่าขีดให้เพื่อนดู จากนั้นครูชี้แนะท่าทางในการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบผ่าขีดเพิ่มเติม

2. ครูแจกผ่าขีดให้เด็กคนละ 1 ผืน ให้เด็กทดลองเคลื่อนไหวร่างกายกับผ่าขีดไป รอบ ๆ บริเวณ โดยมีครูคอยกระตุ้น ชี้แนะท่าทางในการเคลื่อนไหวที่ปลอดภัยเพิ่มเติม

3. ครูเปิดเพลง “Baby Shark Dance” แล้วให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายกับผ่าขีดไป รอบ ๆ บริเวณตามความคิดและจินตนาการของตนเอง

**ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ**

4. ครูต่อยอดประสบการณ์ในการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยสร้างข้อตกลงกับเด็ก เมื่อเด็กได้ยินเสียงเพลง “Baby Shark Dance” ให้เคลื่อนไหวร่างกายไปกับผ่าขีดรอบ ๆ บริเวณ เมื่อครูหยุดเพลงให้เด็กปฏิบัติตามคำสั่ง ดังนี้

- เคลื่อนไหวร่างกายประกอบผ่าขีดด้วยแขนตนเอง
- จับคู่เคลื่อนไหว 2...3...4...5 คน ด้วยผ่าขีด 2...3...4...5 ผืน

- นำผ้าชิตมาต่อกันเป็นรูปทรงต่าง ๆ ตามจินตนาการ แล้วทุกคนต้องอยู่ในรูปทรงจะทำอย่างไร ขณะที่เด็กทำกิจกรรมครูคอยให้กำลังใจ และดูแลความปลอดภัยของเด็ก

### ขั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน

5. เด็กผ่อนคลายทุกส่วนของร่างกาย เด็กและครูสนทนาซักถาม ทบทวนกิจกรรมร่วมกัน ดังนี้

- เด็กรู้สึกอย่างไรกับกิจกรรมในวันนี้ เพราะเหตุใด
- สิ่ง que เด็กชอบ/ไม่ชอบจากกิจกรรมนี้คืออะไร
- ถ้านำผ้าชิตมาต่อกันเป็นรูปทรง แล้วทุกคนต้องอยู่ในรูปทรงจะทำอย่างไร
- หากผ้าชิตพลาดไปโดนเพื่อนคนอื่น จะทำอย่างไร
- เด็กจะจับคู่เคลื่อนไหวร่างกาย 2 คน ด้วยผ้าชิต 2 ผืน ได้อย่างไร

### สื่อการสอน

1. เพลง “Baby Shark Dance” (ที่มา: <https://www.youtube.com/watch?v=f-Wypwi9UBc>)
2. ผ้าชิต

### การประเมินผล

1. สังเกตการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายประกอบอุปกรณ์
2. สังเกตการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็น
3. สังเกตสีหน้าท่าทางขณะปฏิบัติกิจกรรม
4. สังเกตการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

### ภาพอุปกรณ์ประกอบกิจกรรม



**ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ  
เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย  
วันที่ 2 กิจกรรม ลูกบอลสี**

**จุดประสงค์**

1. เด็กสามารถเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในการเล่นได้
2. เด็กสามารถออกแบบท่าทางในการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามความคิดและจินตนาการได้
3. เด็กสามารถแสดงอารมณ์และความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์
4. เด็กสามารถบอกอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้
5. เด็กสามารถปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้

**สาระที่ควรเรียนรู้**

การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านเกมการเล่น “เก็บลูกบอลสี”

**ขั้นตอนกิจกรรม**

**ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้**

ครูกระตุ้นความสนใจของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน โดยครูให้เด็กเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไปในทิศทางต่าง ๆ ตามจังหวะและสัญญาณที่ครูเคาะ เช่น กระโดดไปข้างหน้า กระโดดไปด้านหลัง กระโดดเขย่งไปด้านหลัง เป็นต้น เมื่อได้ยินสัญญาณ “หยุด” ให้หยุดการเคลื่อนไหวในท่านั้นทันที

**ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ**

1. ครูแนะนำเกมเก็บลูกบอลสี ให้เด็กฟัง แล้วขออาสาสมัครออกมาสาธิตการเล่นเกมนับลูกบอลสี จากนั้นครูชี้แนะท่าทางการเล่นเกมเก็บลูกบอลสีที่ปลอดภัยให้เด็กดูเพิ่มเติม
2. ครูวางตะกร้า และวางลูกบอลให้กระจายทั่วห้อง ให้เด็กทดลองวิ่งไปเก็บลูกบอลสีมาใส่ตะกร้าคนละ 1 ลูก
3. ครูชี้แนะวิธีการเคลื่อนไหวเพิ่มเติม เราจะใช้อวัยวะส่วนใดในการเล่นเก็บลูกบอลลงตะกร้า ครูให้เด็กเล่นเกมลูกบอลสีอีกครั้งหนึ่ง

**ขั้นต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ**

4. ครูต่อยอดประสบการณ์และสร้างข้อตกลงในการเล่นเกมนับลูกบอลสี โดยครูนำเส้นทางที่คดโค้งไปมาให้เด็กดู สนทนาซักถามว่า เราสามารถนำลูกบอลผ่านเส้นทางคดโค้งเพื่อไปลงตะกร้าได้อย่างไร ขอตัวแทนออกมาสาธิตการนำลูกบอลผ่านเส้นทางคดโค้งไปลงตะกร้า จากนั้นครูให้เด็กเล่นเกมในขณะที่เด็กเล่นครูคอยให้กำลังใจและดูแลความปลอดภัยของเด็ก

### ชั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน

5. เด็กผ่อนคลายทุกส่วนของร่างกาย เด็กและครูสนทนาซักถาม ทบทวนเกี่ยวกับการเล่นเกมร่วมกัน ดังนี้

- เด็กรู้สึกอย่างไรกับการเล่นเกมในวันนี้ เพราะเหตุใด
- เด็กชอบลูกบอลสีไหน เพราะเหตุใด
- ถ้าเด็กวิ่งไปเก็บลูกบอลเร็วที่สุดเป็นคนแรก เด็กจะรู้สึกอย่างไร
- สมมติเด็ก ๆ ชอบลูกบอลสีชมพู แต่เพื่อนวิ่งไปหยิบหมดแล้ว เลือกเพียงสีอื่น ๆ

เด็กจะรู้สึกอย่างไร

- ระหว่างการเล่นเกมมีเพื่อนหกล้ม เด็กจะอย่างไร เพราะเหตุใด
- เด็กจะพาลูกบอลผ่านเส้นทางคดโค้งเพื่อไปลงตะกร้าได้อย่างไร

### สื่อการสอน

1. อุปกรณ์การเคาะจังหวะ (กะลา)
2. ลูกบอลสีต่าง ๆ (คละสี)
3. ตะกร้า
4. เทปขาว

### การประเมินผล

1. สังเกตการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในการเล่น
2. สังเกตการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็น
3. สังเกตสีหน้าท่าทางขณะปฏิบัติกิจกรรม
4. สังเกตการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

### ภาพอุปกรณ์ประกอบกิจกรรม



**ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ  
เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย  
วันที่ 3 กิจกรรม มदन้อยพจณภัย**

**จุดประสงค์**

1. เด็กสามารถเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตามคำบรรยายได้
2. เด็กสามารถออกแบบท่าทางการเคลื่อนไหวตามคำบรรยายด้วยคิดและจินตนาการของตนเองได้
3. เด็กสามารถบอกได้ว่าสิ่งไหนดีและไม่ดีและไม่กระทำในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ชอบได้
4. เด็กสามารถแบ่งปันสิ่งของให้ผู้อื่นได้
5. เด็กสามารถทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นจนสำเร็จได้

**สาระที่ควรเรียนรู้**

การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย “มदन้อยพจณภัย”

**ขั้นตอนกิจกรรม**

**ขั้นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้**

ครูกระตุ้นความสนใจของเด็กให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน โดยเปิดเสียงดนตรี “ขลุ่ย” ให้เด็กฟัง แล้วให้เด็กเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไปรอบ ๆ บริเวณไม่ให้ชนกัน

**ขั้นการชี้แนะและการปฏิบัติ**

1. ครูสนทนาเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวร่างกาย ดังนี้

- มดเดินอย่างไร ครูขออาสาสมัครเคลื่อนไหวเดินมด
- มदन้อยเดินอย่างไร ครูขออาสาสมัครเคลื่อนไหวเดินมदन้อย
- มดตายเดินอย่างไร ครูขออาสาสมัครเคลื่อนไหวเดินมดตาย
- ครูชี้แนะท่าทางการเดินของมดเพิ่มเติม

2. ครูให้เด็กทุกคนเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย “มदन้อยพจณภัย” ดังนี้

วันนี้เราจะเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย “มदन้อยพจณภัย” เด็กเตรียมตัวความพร้อมในการเคลื่อนไหวร่างกาย สมมติเด็ก ๆ เป็นมदन้อยที่กำลังจะออกเดินทางไปหาอาหารมา วันนี้มีมदन้อยจะออกไปพจณภัยในป่าใหญ่ มदन้อยค่อย ๆ เดิน เดิน เดินไปเรื่อย ๆ เดินต่อกันเป็นแถว มदन้อยเจอลำคลองแต่ลำคลองนั้นมีไม้กระดานพาดอยู่หนึ่งแผ่นเล็ก ๆ มदन้อยค่อย ๆ เดินไต่ข้ามลำคลอง มदन้อยตัวที่ 1 ค่อย ๆ เดินอย่างระมัดระวังเดินไต่ข้ามลำคลอง มदन้อยตัวที่ 2...3...4...11 ค่อย ๆ เดินอย่างระมัดระวังเดินไต่ข้ามลำคลอง พอเดินไปถึงสุดทางไม้กระดานแผ่นเล็ก ๆ ไปเจอทางแคบที่มี

ไม้ท่อนใหญ่ขวางทาง แต่ก็มีช่องเล็ก ๆ ให้มดน้อยลอดผ่านไปได้ มดน้อยค่อย ๆ เดินลอดผ่านท่อนไม้ทีละตัวอย่างระมัดระวัง จากนั้นมดน้อยก็เดิน เดิน เดินไปเรื่อย ๆ ในที่สุดมดน้อยก็เจออาหารที่ตามหามานาน

### ขั้นตอนอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจ

3. ครูสร้างสถานการณ์ที่ท้าทาย ต่อยอดประสบการณ์และเสริมกำลังใจในการเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยาย โดยมีอาหารชิ้นใหญ่มากอยู่ 3 ชิ้น ที่มดน้อยต้องนำกลับรัง มดน้อยจะมีวิธีการอย่างไรในการขนอาหารกลับไปที่รังของตนเอง เด็กเคลื่อนไหวร่างกายตามความคิดและจินตนาการจากสถานการณ์ที่ครูกำหนด ในขณะที่เด็กเคลื่อนไหวร่างกายครูคอยให้กำลังใจ และดูแลความปลอดภัยของเด็ก

### ขั้นผ่อนคลายสู่การทบทวน

4. เด็กผ่อนคลายทุกส่วนของร่างกาย เด็กและครูสนทนาซักถาม ทบทวนเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยายร่วมกัน ดังนี้

- เด็กรู้สึกอย่างไรกับการเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยายในวันนี้ เพราะเหตุใด
- สิ่ง que เด็กชอบ/ไม่ชอบจากการเคลื่อนไหวร่างกายตามคำบรรยายนี้คืออะไร
- มีอาหารชิ้นใหญ่มากอยู่ 3 ชิ้น มดน้อยจะมีวิธีการอย่างไรในการขนอาหารกลับไปที่รังของตนเอง
- ถ้ามดน้อยในกลุ่มเกิดหกล้มระหว่างออกหาอาหาร มดน้อยตัวอื่น ๆ จะช่วยเหลือเพื่อนอย่างไร

### สื่อการสอน

1. เสียงดนตรี “ขลุ่ย” อ.ธนีสร์ ศรีกลิ่นดี (ที่มา : <https://www.youtube.com/watch?v=EYqwrP0po2E>)
2. อาหารของมด 3 ชิ้นที่ใหญ่มาก
3. เทปกาว (ใช้ติดทำไม้กระดาน)
4. โต้ะ แก้วอี้ (เพื่อใช้ลอด)

### การประเมินผล

1. สังเกตการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายประกอบอุปกรณ์
2. สังเกตการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็น
3. สังเกตสีหน้าท่าทางขณะปฏิบัติกิจกรรม
4. สังเกตการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

ภาพอุปกรณ์ประกอบกิจกรรม



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ภาคผนวก ง

ตัวอย่างภาพการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY





ภาพที่ ง.1 การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ



ภาพที่ ง.2 การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ



ภาพที่ ง.3 การจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ

## การเผยแพร่ผลงานวิจัย

ชฎานนท์ สุวรรณเพชร และพีระพร รัตนาเกียรติ์. (2566). การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย  
โดยการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด,  
17(1), มกราคม-เมษายน.



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม  
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ สกุล	นางสาวชฎานนท์ สุวรรณเพชร
วัน เดือน ปี เกิด	5 มิถุนายน 2535
ที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 101 หมู่ 6 ตำบลนาอุดม อำเภอนิคมน้ำสร้อย จังหวัดมุกดาหาร 49130
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนคณะเทพบาลนครกรุงเทพ 3 ตำบลนาอุดม อำเภอนิคมน้ำสร้อย จังหวัดมุกดาหาร 46130
ตำแหน่ง	ครู
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2547	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านนาอุดม
พ.ศ. 2553	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอุดมวิทย์
พ.ศ. 2559	ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด
พ.ศ. 2565	ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม