

ผลของกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิด เชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย

EFFECTS OF CREATIVE DANCE TRAINING ON EXECUTIVE FUNCTIONS IN PRESCHOOL

Received: May 7, 2019

Revised: June 20, 2019

Accepted: June 25, 2019

อัญชนา ใจหวัง*

Anchana Jaiwang*

ชญญา ลีศัตร์พาย**

Chanya Leesattrupai**

ปิณยานันท์ เพี้ยชัย***

Pinyapan Piasai***

* นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

* Master of Education Program in Developmental Psychology, Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

* Email: anchana_anna@hotmail.com

** อาจารย์ประจำและปริญญาเอก สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

** Lecturer and Ph.D., Department of Developmental Psychology, Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

** Email: chanya@g.swu.ac.th

*** อาจารย์ประจำและปริญญาเอก สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

*** Lecturer and Ph.D., Department of Developmental Psychology, Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

*** Email: pinyapan@g.swu.ac.th

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนากิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย 2) เพื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ เด็กชั้นอนุบาล 2 โรงเรียนประชาอุทิศ (จันทาอนุสรณ์) จำนวน 25 คน เพื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานระหว่างก่อนและหลังของการเข้าร่วมกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ในกลุ่มทดลอง กลุ่มทดลองจะได้เข้าร่วมกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ 10 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที แบ่งเป็นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมทั้งหมด 5 สัปดาห์ ใช้แบบประเมินทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย ประเมินผลก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยผู้ปกครองและครูประจำชั้น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการทดลองพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเด็กปฐมวัยที่เข้าร่วมกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์มีทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ทักษะการคิดเชิงบริหาร การเต้นสร้างสรรค์ เด็กปฐมวัย

Abstract

This research is based on the development of executive function in pre-school such as working memory, inhibitory control and shift/cognitive flexibility by doing the creative dance and compare pretest and posttest result in executive functions. The creative dance help improve the executive function for children in pre-school. The sample group, used in this research, are 25 children in kindergarten in Pracha Utid School (Chantab Anusorn). They are used to compare the result in executive function before and after the creative dance activity. The sample group will participate in 10 creative dance sessions, 45 minute each session, 2 times a week and in the total of 5 weeks. We use this to evaluate the executive function of children in pre-school with the analytic statistic, provided by their guardians and their teachers such as average, standard deviation, and t-test.

The result shows that children in pre-school who participate in the creative dance have a higher executive function than before training program significantly at the level of .05

Keywords: Executive Function, Creative Dance, Pre-school

บทนำ

การพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนให้เป็นทุนมนุษย์ที่มีคุณภาพ เพื่อตอบโจทย์โลกยุคใหม่ข้างหน้าให้ได้นั้น จำเป็นต้องพัฒนาด้วยความเข้าใจต่อธรรมชาติและการทำงานของสมองเป็นสำคัญ (เพ็ญพรรณ จิตตะเสนีย์, 2560) ในช่วงวัย 3-6 ปีเป็นช่วงเวลาที่สำคัญ เป็นหน้าต่างแห่งโอกาสที่เด็กจะได้พัฒนาทักษะต่างๆ โดยเฉพาะทักษะการคิดเชิงบริหาร ถ้าเด็กไม่ได้รับการสนับสนุนเท่าที่ควร ไม่ว่าจะจากความลัมพันธ์กับผู้ใหญ่หรือสิ่งแวดล้อมที่เป็นปัญหา การพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารก็จะล่าช้าหรือสูญเสียไป ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างของสมองและการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเวลาต่อไปด้วย (สุภาวดี หาญเมธี, 2558) การพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารมีความสำคัญอย่างมากเนื่องจากเป็นตัวบ่งชี้ถึงความสำเร็จทั้งในด้านการเรียนและการทำงานเมื่อเด็กโตขึ้น (นวลจันทร์ จุฑาภักติกุล, 2560) เด็กที่ฝึกความยับยั้งใจอย่างต่อเนื่องจะเกิดทักษะที่แข็งแกร่ง เมื่อได้เจอสิ่งยั่วยวนกวนกิเลสเช่น ยาเสพติด การพนัน ฯลฯ ก็จะมีทักษะพอที่จะยับยั้งใจไม่ดึงสิ่งเหล่านั้นเข้ามาในชีวิต(สุภาวดี หาญเมธี, 2558) ผู้วิจัยศึกษาจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการคิดเชิงบริหารและแนวคิดของการเดินสร้างสรรค์ และพบว่ามิกิจกรรมหลากหลายกิจกรรมที่ส่งผลในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมกลางแจ้ง (Faber & Kuo, 2009) การเดินบัลเลต์ (ไปรยาวิริณ ศรีประเสริฐ & คณิต เขียววิชัย, 2560) กีฬาเทควันโด (Lakes et al., 2016; Pons et al., 2013) การสร้างสมาธิจากโยคะ (Gothe et al., 2016) การแสดงบทบาทสมมุติ (Harvard University Center of developing child, 2014) หรือการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ (Thorell et al., 2009) แต่ละกิจกรรมก็จะพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในแต่ละด้าน แบ่งแยกตามแต่ละทักษะ อาจจะไม่ครบทุกทักษะในแต่ละกิจกรรม ดังนั้นในการวิจัยนี้เป็นการรวบรวมกิจกรรมต่างๆ ดังกล่าว มาผสมผสานดัดแปลงและสร้างขึ้นใหม่เป็นการเดินสร้างสรรค์ เพื่อเป็นการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานให้ครบทั้ง 3 ทักษะ อันได้แก่ ความจำเพื่อใช้งาน การยับยั้งชั่งใจ และการยืดหยุ่นความคิด จากปัญหาที่พบและจากการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการเสริมสร้างและพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้วยกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ เพราะการเดินสร้างสรรค์จะทำให้เด็กเกิดความเข้าใจตัวเองและสภาพแวดล้อม เรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหา การทำงานร่วมกัน ความสามัคคี ความเป็นผู้นำและการควบคุมตนเอง นำไปสู่ความเชื่อมั่นและความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง (McGowan, 2018) ส่งผลให้เด็กมีคุณภาพทางพฤติกรรมที่ดี รวมไปถึงด้านการเรียน การทำงานในอนาคต มีหลายปัจจัยที่สามารถส่งเสริมและพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารได้ หากเด็กได้รับการพัฒนาอย่างสม่ำเสมอร่วมกับการให้ความร่วมมือของผู้ปกครอง ปัญหาที่เกิดขึ้นกับเยาวชนไทยในปัจจุบัน เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาคุณแม่วัยใส และพฤติกรรมที่นำไปสู่การเป็นอาชญากรในเยาวชน ก็มีแนวโน้มที่จะเป็นไปในทางที่ดีขึ้นเช่นกัน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนากิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ที่มีผลต่อการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานก่อนและหลังของการเข้าร่วมกิจกรรม

สมมุติฐานในการวิจัย

กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ จะมีทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

แนวคิดและวาทกรรมที่เกี่ยวข้อง

ทักษะการคิดเชิงบริหารเป็นทักษะที่สำคัญต่อการเรียนรู้และการพัฒนา เป็นการทำงานของสมองส่วนหน้า (Harvard University Center of developing child, 2014) ควบคุมและกำกับอารมณ์ ความคิด การตัดสินใจ และการกระทำ (Clancy, 2016b) จากการศึกษาการทำงานของสมอง (Hoffman et al., 1994) ของเด็กปฐมวัยที่มีอายุ 3-5 ปี ซึ่งพัฒนาการทางสมองของเด็กวัยนี้จะเป็นไปอย่างรวดเร็ว มีความสามารถหลายด้าน ทั้งการประสานร่างกาย การรับรู้ ความใส่ใจ ความจำ ภาษา การคิดเชิงเหตุผลและจินตนาการ เกิดการเชื่อมต่อและการถ่ายทอดพลังประสาท ที่เป็นสิ่งสำคัญมากต่อการทำงานที่ซับซ้อนของสมอง ในการเรียนรู้ของสมองนั้นผู้วิจัยศึกษาทฤษฎีการเรียนรู้ตามธรรมชาติของสมอง (Brain-Based Learning) ได้อธิบายถึงหลักการเรียนรู้ ตามแนวคิดของ Renate Nummela Caine และ Geoffrey Caine ที่เสนอไว้ในหนังสือชื่อ Making Connections: Teaching and the Human Brain (กิตติศักดิ์ เกตุนุติ, 2557; วิศณีย์ ไชยรักษ์, 2014) เพื่อนำมาเป็นหลักในการสร้างกิจกรรมและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมแก่การพัฒนาศักยภาพของสมอง เพราะทักษะการคิดเชิงบริหารนั้นเป็นระบบการทำงานของสมองส่วนหน้า หากกิจกรรมนั้นมีพื้นฐานการพัฒนามาจากธรรมชาติสมอง ก็จะส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพในการพัฒนาที่ดียิ่งขึ้นในช่วงอายุ 3-5 ปี ที่เป็นช่วงเวลาสำคัญในการพัฒนาศักยภาพของทักษะการคิดเชิงบริหารได้สูงสุด (สุภาวดี หาญเมธี, 2558) จากการศึกษาทางวิจัยได้มีนักวิชาการแบ่งองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารไว้หลายรูปแบบ ซึ่งในงานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยมีความต้องการในการศึกษาทักษะการคิดเชิงบริหารในกลุ่มพื้นฐาน ซึ่งประกอบไปด้วย 1.ความจำเพื่อใช้งาน (Working Memory) 2.การยับยั้ง ชั่งใจ (Inhibitory Control) 3.ยืดหยุ่นความคิด (Shift หรือ Cognitive Flexibility) เพราะเมื่อวิเคราะห์จากหลายรูปแบบทำให้พบว่าองค์ประกอบที่หลากหลายมาจากพื้นฐานเดียวกัน กลุ่มทักษะพื้นฐานนั้นเป็นศูนย์กลางที่สำคัญในการขยายเป็นองค์ประกอบอื่นๆ (Lyon & Krasnegor, 1996) ข้อสังเกตจากองค์ประกอบที่นักวิชาการแต่ละท่านได้แบ่งไว้นั้น ในทุกองค์ประกอบ จะมีทักษะความจำเพื่อใช้งาน การยับยั้งชั่งใจ และการยืดหยุ่นความคิด เป็นทักษะหลักที่อยู่ในทุกองค์ประกอบ เพราะ 3 ทักษะนี้เป็นพื้นฐานสำคัญที่จะพัฒนาทักษะอื่นๆ ต่อไปได้ (Baddeley, 1996; Miyake & Friedman, 2012; Smith & Jonides, 1999) เช่น ความจำเพื่อการทำงาน เป็นทักษะพื้นฐานที่จะพัฒนาความสามารถในการรู้คิด การยืดหยุ่นความคิดเป็นทักษะพื้นฐานที่จะพัฒนาความสามารถในการกำกับอารมณ์ และการยับยั้งชั่งใจเป็นทักษะพื้นฐานที่จะพัฒนาความสามารถในการกำกับพฤติกรรม สำหรับกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารนั้นควรเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยกิจกรรมนั้นต้องไม่เพิ่มความเครียดให้กับเด็กและช่วยให้เด็กสามารถจัดการกับความเครียดที่อาจเกิดขึ้นได้ ส่งเสริมกิจกรรมให้เด็กได้มีการเคลื่อนไหวทางกาย ปฏิสัมพันธ์กับทางสังคม โดยแต่ละกิจกรรมนั้นควรมีการเพิ่มระดับความท้าทายให้กับเด็ก อีกสิ่งที่สำคัญคือสิ่งแวดล้อมที่นอกจากจะเป็นพื้นที่ทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะต่าง ๆ ได้ดีแล้ว ควรเป็นพื้นที่ที่ทำให้เกิดความสร้างสรรค์ การสำรวจ และการออกกำลังกาย ที่มีความปลอดภัยและเหมาะสมสำหรับเด็ก สร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนเด็กอย่างต่อเนื่อง (ณิชา ทศน์ชาญชัย & จริยา จุฬาลักษณ์, 2559) และกิจกรรมนั้นควรฝึกให้เด็กรู้จักควบคุมความต้องการ เช่น การเข้าแถว รอคิว ควบคุมอารมณ์และแสดงออกอย่างเหมาะสม การฝึกสมาธิและ กิจกรรมการออกกำลังกาย เพื่อให้เด็กได้เจอสภาพแวดล้อมหรือบุคคลใหม่ๆ หลีกเลียงของเล่นสำเร็จรูปที่ไม่ฝึกให้เด็กคิดแก้ปัญหา ควรเป็นกิจกรรมที่让孩子ได้ลงมือทำด้วยตนเอง (Learning by doing) (สุภาวดี หาญเมธี, 2558) ในส่วนของกิจกรรมที่ผู้วิจัยเลือก คือ กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ ที่มีความสนุกสนาน และได้พัฒนาทักษะต่างๆ ผ่านการเคลื่อนไหวหรืออาจเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า การคิดสร้างสรรค์ประกอบจังหวะ หมายถึง การคิดแบบการเต้นที่แปลกใหม่ โดยอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้น เช่น การเดิน การวิ่ง สลับเท้า การกระโดด การเขย่ง มาประกอบเป็นรูปแบบในการเต้น ซึ่งอาจใช้เพลงไทยสากล ไทยพื้นเมือง ไทยลูกทุ่ง หรืออาจเป็นเพลงสากลมาประกอบจังหวะ (รังสฤษฎ์ บุญชล, 2539) เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมนั้นทนาการ ประเภทการเต้นรำหรือกิจกรรมเข้าจังหวะ คือ การแสดงออกของร่างกายด้วยการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ไปพร้อมกับตัวโน้ต เด็กจะได้ฝึกทักษะทางการเคลื่อนไหวไปพร้อมกับทักษะทางดนตรีที่สามารถเป็นสื่อให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ และส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ทางสังคม วัฒนธรรมประจำชาติ

(รังสฤษฎ์ บุญชโล, 2539; สมบัติ กาญจนกิจ, 2520) การเต็อย่างสร้างสรรค์มีผลต่อการส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม ซึ่งผู้เข้าร่วมได้ร่วมกันการออกแบบท่าเต้นจากส่วนต่างๆ ของร่างกาย จึงทำให้เกิดความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันสร้างประสบการณ์ผ่านการทำงานร่วมกันโดยการเคลื่อนไหวและปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม การเต้นในจังหวะที่ผู้อื่นได้สร้างจะเป็นหนทางหนึ่งที่สามารถช่วยให้เกิดความสัมพันธ์กับคนอื่น ได้เรียนรู้จากการเปรียบเทียบ นอกจากนี้การเต้นสร้างสรรค์ยังช่วยเพิ่มพัฒนาการทางสังคมผ่านการเล่น จินตนาการและการทำกิจกรรมร่วมกัน (Gilbert, 2016; Nahme-Huang, Singer, Singer & Wheaton, 1977) รวมถึงการช่วยเด็กเล็กเพิ่มทักษะในการสื่อสารด้วยตนเองเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ และเพิ่มทักษะการเป็นผู้นำ (Von, Dickinson, & Poole, 1999) หลักการและแนวคิดของการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารในงานวิจัยนี้ นำกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์มาพัฒนาร่วมกับกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารจาก Harvard University (2014) โดยมีทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไคด์และทฤษฎีวุฒิภาวะของกิลเลสเป็นกรอบในการสร้างกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัยของเด็กปฐมวัยและพัฒนาการเรียนรู้ผ่านการเรียนรู้ของสมอง โดยทฤษฎีการเรียนรู้ตามธรรมชาติของสมอง (Brain-Based Learning) รวมถึงทฤษฎีเสริมอันได้แก่ ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ ที่กล่าวถึงการเรียนรู้ผ่านจินตนาการ โดยเริ่มมีการเล่นเลียนแบบ และทฤษฎีการเรียนรู้ของบรูเนอร์ที่อธิบายว่าเด็กเมื่อลงมือทำด้วยตัวเองจะทำให้เกิดการค้นพบและจดจำสิ่งต่างๆ ได้ดี ก่อให้เกิดศักยภาพในการเรียนรู้สูงสุด มาพัฒนาเป็นกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ในการวิจัยครั้งนี้

วิธีการดำเนินการวิจัย

วิธีการดำเนินการวิจัยเรื่องผลของการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย นั้นมีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 พัฒนาแผนกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย

1.1 ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย รวมถึงศึกษากิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ เพื่อนำมาออกแบบกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ที่มีผลต่อการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย โดยแผนของกิจกรรมจะประกอบไปด้วย 1.วัตถุประสงค์ของกิจกรรม 2.ระยะเวลาในกิจกรรม 3.ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมและอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม 4.การประเมินผลหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยกิจกรรมนั้นแบ่งออกเป็น 10 กิจกรรม โดยกิจกรรมที่ 1 นั้นจะเป็นกิจกรรมที่สร้างเพื่อให้เด็กเข้าใจขั้นตอนในการเข้าร่วมกิจกรรมของการเต้นสร้างสรรค์และเป็นพื้นฐานของกิจกรรมลำดับต่อไปในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานแต่ละกิจกรรมจะใช้เวลา ครั้งละ 45 นาที จำนวน 10 ครั้ง โดยแบ่งเป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง

1.2 ตรวจสอบคุณภาพของกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยนำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน โดยผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) และพิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหาในกิจกรรม

1.3 คำนวณค่าดัชนี IOC (Index of Item Objective Congruence) โดยพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาของกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ ว่าแต่ละกิจกรรมมีความสอดคล้องกับการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานของเด็กปฐมวัยหรือไม่ มีทั้งหมด 3 ทักษะ ได้แก่ 1) ทักษะความจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยับยั้งชั่งใจ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิด ผลของการตรวจสอบนั้นกิจกรรมผ่านเกณฑ์การประเมินทุกหัวข้อ โดยค่าดัชนีอยู่ระหว่าง 0.60-1.00 ยกเว้นเรื่องของระยะเวลาในการทำกิจกรรม ที่คำนวณแล้วได้ค่าดัชนี 0.4 ซึ่งไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน จึงมีการปรับปรุงแผนกิจกรรมตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ โดยปรับระยะเวลาให้กระชับขึ้น

1.4 ปรับปรุงแผนกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.5 นำกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 คน ที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มทดลองเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์

1.6 ปรับปรุงกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ก่อนนำไปใช้กับกลุ่มทดลอง

ขั้นตอนที่ 2 พัฒนาแบบประเมินทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย

แบบประเมินความสามารถของทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย เป็นการประเมินทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยทั้ง 3 ด้าน ที่เป็นด้านพื้นฐาน ใช้รูปแบบการวัดเป็นแบบมาตราประเมินค่าเชิงตัวเลข (numerical rating scale) ทั้งหมด 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงและไม่จริง พอๆ กัน ไม่จริง และไม่จริงที่สุด ขั้นตอนการสร้างและตรวจสอบเครื่องมือวัดการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย มีรายละเอียดขั้นตอนดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐาน ได้แก่ ความจำเพื่อการใช้งาน การยับยั้งชั่งใจ และการยืดหยุ่นความคิด ศึกษานิยามมโนทัศน์และนิยามปฏิบัติ รวมถึงศึกษาวิธีการวัดทักษะการคิดเชิงบริหารในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อนำมาสร้างข้อคำถามในแบบประเมิน

2.2 ออกแบบแบบประเมิน โดยสร้างข้อคำถามจากวัตถุประสงค์และนิยามปฏิบัติการทั้ง 3 ทักษะพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม กำหนดระดับคุณภาพ โดยมีทั้งหมด 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริงจริงและไม่จริงพอๆกัน ไม่จริง และไม่จริงที่สุด

2.3 นำแบบประเมินให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา

2.4 คำนวณค่า IOC เพื่อพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาของแบบประเมินการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย โดยพิจารณาข้อคำถามแต่ละข้อว่ามีความสอดคล้องและเหมาะสม โดยค่าดัชนีอยู่ระหว่าง 0.60-1.00 ผ่านการประเมินทั้งหมด 28 ข้อ

2.5 นำแบบประเมินมาปรับปรุงตามคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ และนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งหมด 25 คน ที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มทดลอง เพื่อหาข้อบกพร่องของแบบประเมินก่อนนำแบบประเมินไปใช้จริงกับกลุ่มทดลอง

2.6 ปรับปรุงแบบประเมินการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐาน และนำไปใช้กับกลุ่มทดลอง จำนวน 25 คน

ขั้นตอนที่ 3 ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการทดลองกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐาน ในเด็กปฐมวัย โดยดำเนินการทดลองมีรายละเอียดดังนี้

1. สุ่มกลุ่มตัวอย่างจากประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นอนุบาล 2 จำนวน 5 ห้อง ด้วยการจับฉลากเพื่อเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 25 คน

2. ทดสอบก่อนการทดลองโดยครูประจำชั้นและผู้ปกครองจะทำการประเมินการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร จากการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมที่ผ่านมาของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ ด้วยแบบประเมินการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย

3. ดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองตามแผนการทดลองที่ได้กำหนดไว้ โดยกิจกรรมจะเริ่มหลังจากที่เด็กตื่นจากการนอนกลางวัน ขณะทำกิจกรรมจะมีการบันทึกภาพการเคลื่อนไหวเพื่อนำมาสังเกตพฤติกรรมระหว่างการดำเนินกิจกรรมและนำมาประเมินรายบุคคล หลังจบกิจกรรมทุกครั้ง จะทำการสรุปกิจกรรมในแต่ละวัน โดยการสอบถามเด็กแต่ละคนและทำการบันทึกโดยผู้วิจัย ผู้ช่วยผู้วิจัย ครูประจำชั้น

4. ผู้วิจัย ผู้ช่วยผู้วิจัย ครูประจำชั้น ทำการสรุปกิจกรรมและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมและพฤติกรรมของเด็กแต่ละคน ทำการจดบันทึกการดำเนินกิจกรรมในแต่ละครั้ง ปัญหาที่พบและแนวทางการแก้ไข

5. เมื่อสิ้นสุดการทดลองทั้งหมด 10 ครั้ง ในครั้งสุดท้าย ครูประจำชั้นและผู้ปกครองจะทำการประเมินการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร จากการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมที่ผ่านมาของกลุ่มทดลอง ว่ามีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาในด้านใดบ้าง ด้วยแบบประเมินการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัยแบบเดียวกับที่ทดสอบก่อนการทดลอง

ผลการวิจัย

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยพัฒนากิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ที่ใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐาน ทั้ง 3 องค์ประกอบ เหมาะสำหรับการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานเด็กปฐมวัยที่มีช่วงอายุ 3-5 ปี ผู้วิจัยศึกษาเอกสารงานวิจัยและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องตามกรอบแนวคิดการวิจัยและพัฒนาเป็นกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ มีทั้งหมด 10 กิจกรรม เป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะที่สนุกสนาน โดยการเคลื่อนไหวมาจากเด็กที่เป็นผู้ออกแบบด้วยตนเองตามโจทย์ที่กำหนดของกิจกรรมในแต่ละครั้ง มีการผสมผสานการเล่นทาน การเล่นเกม การแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้า การสวมบทบาทสมมติ รวมถึงการใช้อุปกรณ์ต่างๆ มาออกแบบเป็นท่าเต้นและการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์ โดยกิจกรรมที่ 1 นั้นจะเป็นกิจกรรมที่สร้างเพื่อให้เด็กเข้าใจขั้นตอนในการเข้าร่วมกิจกรรมของการเดินสร้างสรรค์และเป็นพื้นฐานของกิจกรรมลำดับที่ 2-10 ต่อไป ในแผนกิจกรรมจะประกอบไปด้วย ระยะเวลาของกระบวนการทั้งหมดและระยะเวลาในกระบวนการของแต่ละกิจกรรม วัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่จะพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานทั้ง 3 องค์ประกอบ สื่อและวัสดุอุปกรณ์ การประเมิน และรายละเอียดของแต่ละกิจกรรมที่จะพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานโดยแบ่งเป็นกิจกรรมรายด้าน และทุกกิจกรรมสามารถพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารได้ครบทั้ง 3 องค์ประกอบ

การวิจัยผลของการเดินสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัยนี้ มีสมมุติฐานการวิจัยว่า กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์จะมีความสามารถของทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ ผู้วิจัยทดสอบสมมุติฐานโดยใช้การทดสอบทีแบบไม่เป็นอิสระจากกัน (independent sample t-test) ผลที่ได้มาจากการประเมินทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐาน ทั้ง 3 ทักษะ ได้แก่ 1) ทักษะความจำเพื่อการใช้งาน 2) ทักษะการยับยั้งชั่งใจ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิด โดยครูประจำชั้นและผู้ปกครองได้ประเมินกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์เป็นคะแนนโดยภาพรวมและรายด้าน วิเคราะห์ผลทั้งหมด 3 ครั้ง แบ่งเป็น 1) ผลจากการประเมินโดยผู้ปกครอง 2) ผลจากการประเมินโดยครูประจำชั้น 3) ผลจากการประเมินโดยผู้ปกครองและครูประจำชั้น ได้ผลการทดลอง ดังนี้

1. ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในภาพรวม กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นผลจากการประเมินของผู้ปกครอง ครูประจำชั้นและผู้ปกครองร่วมกับครูประจำชั้น ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบผลคะแนนระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐาน จากการประเมินของผู้ปกครอง ครูประจำชั้นและผู้ปกครองร่วมกับครูประจำชั้น

ผู้ประเมิน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		ΣD	ΣD^2	t
	M	SD	M	SD			
ผู้ปกครอง	102.68	14.27	112.08	15.91	235	13033	2.21*
ครูประจำชั้น	98.48	11.16	114.20	10.65	393	12797	4.73*
ผู้ปกครองร่วมกับครู	100.58	9.58	113.14	11.26	314	9236	4.22*

*p<.05

2. ทักษะความจำเพื่อการใช้งาน กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะความจำเพื่อการใช้งานหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นผลจากการประเมินของผู้ปกครอง ครูประจำชั้น และผู้ปกครองร่วมกับครูประจำชั้น ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบผลคะแนนระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะความจำเพื่อการใช้งาน จากการประเมินของผู้ปกครอง ครูประจำชั้นและผู้ปกครองร่วมกับครูประจำชั้น

ผู้ประเมิน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		ΣD	ΣD^2	t
	M	SD	M	SD			
ผู้ปกครอง	33.60	5.49	36.56	4.93	74	1410	2.10*
ครูประจำชั้น	32.48	4.72	37.16	4.30	117	1713	3.35*
ผู้ปกครองร่วมกับครู	33.04	4.09	36.86	3.47	95.5	1068.75	3.53*

*p<.05

3. ทักษะการยับยั้งชั่งใจ กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะการยับยั้งชั่งใจหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นผลจากการประเมินของครูประจำชั้นและครูประจำชั้นร่วมกับผู้ปกครอง สำหรับการประเมินจากผู้ปกครองที่ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบผลคะแนนระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการยับยั้งชั่งใจ จากการประเมินของผู้ปกครอง ครูประจำชั้นและผู้ปกครองร่วมกับครูประจำชั้น

ผู้ประเมิน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		ΣD	ΣD^2	t
	M	SD	M	SD			
ผู้ปกครอง	36.16	5.58	39.20	6.43	76	1766	1.90
ครูประจำชั้น	35.76	5.56	40.20	4.26	111	1858	3.29*
ผู้ปกครองร่วมกับครู	35.96	3.91	39.70	4.60	93.5	1032.25	3.50*

*p<.05

4. ทักษะการยืดหยุ่นความคิด กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะการยืดหยุ่นความคิดหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นผลจากการประเมินของผู้ปกครอง ครูประจำชั้น และผู้ปกครองร่วมกับครูประจำชั้น ผลปรากฏดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบผลคะแนนระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการยืดหยุ่นความคิด จากการประเมินของผู้ปกครอง ครูประจำชั้นและผู้ปกครองร่วมกับครูประจำชั้น

ผู้ประเมิน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		ΣD	ΣD^2	t
	M	SD	M	SD			
ผู้ปกครอง	32.92	4.89	36.32	5.53	85	1773	2.16*
ครูประจำชั้น	30.24	3.46	36.48	3.86	165	1865	5.80*
ผู้ปกครองร่วมกับครู	31.58	2.90	36.58	3.98	125	1341	4.57*

*p<0.5

อภิปรายผล

การวิจัยในครั้งนี้พบว่า กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานในเด็กปฐมวัย ทั้ง 3 ทักษะ ได้แก่ ทักษะความจำเพื่อการใช้งาน ทักษะการยับยั้งชั่งใจ และทักษะการยืดหยุ่นความคิด จากการประเมินของครูประจำชั้นทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม และจากการประเมินของผู้ปกครองนั้นก็มีทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการทดลองเช่นกัน แต่ทักษะการยับยั้งชั่งใจไม่มีความแตกต่างกัน อาจเป็นเพราะพฤติกรรมด้านการยับยั้งชั่งใจของเด็กที่แสดงออกต่อผู้ปกครองและครูนั้นมีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน ผลของการประเมินทักษะการยับยั้งชั่งใจโดยการประเมินจากผู้ปกครองจึงไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อนำคะแนนที่ได้จากการประเมินของครูและผู้ปกครองมาวิเคราะห์ร่วมกันแล้ว คะแนนทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐานทั้งโดยรวมและรายด้านหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งมีความสอดคล้องกับเอกสารงานวิจัยที่ได้ศึกษาก่อนหน้า โดยงานวิจัยที่ศึกษาก่อนหน้านั้นอาจจะยังไม่มีการศึกษาการเต้นสร้างสรรค์ที่มีผลต่อทักษะการคิดเชิงบริหารโดยตรง ผู้วิจัยจึงค้นคว้าเอกสารงานวิจัยที่มีความใกล้เคียงกับทักษะการคิดเชิงบริหารด้านพื้นฐาน ที่แบ่งเป็นรายด้าน ทั้งหมด 3 ด้าน โดยกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะต่อความคิดสร้างสรรค์ที่สามารถเทียบเคียงได้กับความยืดหยุ่นความคิด การสร้างสมาธิและการควบคุมตนเองสามารถเทียบเคียงได้กับทักษะการยับยั้งชั่งใจและทักษะความจำเพื่อการใช้งาน ดังเช่น งานวิจัยของพรพมล เวสส์วัสดี และ ศศิลักษณ์ ขยันกิจ (2558) ผู้วิจัยศึกษาและนำมาเทียบเคียงกับด้านการยืดหยุ่นความคิด โดยเป็นงานที่ทำการศึกษาผลของการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะโดยใช้แนวคิดการเต้นเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของเด็กอนุบาล ผลการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนความคิดสร้างสรรค์สูงกว่ากลุ่มควบคุม และเยาวเรศ ธนวนกุล (2556) ทำการศึกษาผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบการใช้อุปกรณ์ที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัย พบว่า การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบการใช้อุปกรณ์ ช่วยพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัยได้ เพราะแต่ละกิจกรรมนั้นเปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้และแสดงออกการแก้ปัญหาด้วยการทำกิจกรรมที่กำหนดสถานการณ์ต่าง ๆ ให้เด็กได้คิดและลงมือปฏิบัติด้วยตนเองพร้อมกับผู้อื่น มีการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ส่งเสริมการเรียนรู้ที่ผ่านกระบวนการที่สนุกสนาน ซึ่งการเต้นสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมที่สนุกสนานและทำให้เด็กได้ฝึกทักษะทางสังคม การเรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่น การแก้ไขปัญหา (McGowan, 2018) ดังนั้นการยืดหยุ่นความคิดที่ต้องอาศัยการพัฒนาโดยใช้ความคิดสร้างสรรค์ พร้อมกับการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ ผลของกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการคิดเชิงบริหารจึงมีความสอดคล้องกับงานวิจัยดังกล่าว

ในส่วนของทักษะการยับยั้งชั่งใจ ผู้วิจัยศึกษาการเคลื่อนไหวทางกาย (Ziereis & Jansen, 2015) และการเต้นต่างๆ เช่น การเต้นบัลเลต์ (ไปรยาวิริณ ศรีประเสริฐและคณิต เขียววิชัย, 2559) การเต้นแอโรบิค (รชต ธนอมกิตติ, 2560) การเต้นประกอบเพลงพระราชดำรัส (กมลจันทร์ ชื่นฤทธิ, 2550) และการเต้นบอลรูม (Lakes et al., 2016) ซึ่งการเต้นแต่ละประเภทนอกจากการเต้นแอโรบิค จะมีการเคลื่อนไหวไปอย่างช้าๆ และทุกประเภทต้องอาศัยการควบคุมสมาธิ ควบคุมตนเองให้เข้ากับจังหวะ ดังนั้นผลจากการทดลองการควบคุมตนเองและสมาธิจึงสูงกว่าก่อนการทดลอง มีความสอดคล้องกับผลของการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะการยับยั้งชั่งใจ เพราะนอกจากจะเป็นการเคลื่อนไหวที่ออกแบบด้วยตนเองแล้ว เด็กจะต้องเคลื่อนไหวในรูปแบบเดิมไปตลอดไม่ว่าจะเป็นเพลงในรูปแบบใดก็ตาม เด็กจะต้องมีสมาธิจดจ่ออยู่กับจังหวะเพลงและเคลื่อนไหวไปตามการเคลื่อนไหวที่กำหนดเท่านั้น นอกจากการเคลื่อนไหวแล้วการใช้พื้นที่ก็ต้องอยู่ในแถวให้ตรงหรืออยู่ในเฉพาะพื้นที่ที่กำหนด ดังนั้นผลจากการทดลองในทักษะการยับยั้งชั่งใจจึงสอดคล้องกับเอกสารงานวิจัยดังกล่าว

ในทักษะความจำเพื่อการใช้งาน ผู้วิจัยได้ศึกษากิจกรรมโยคะ (Gothel et al., 2016) ในระยะเวลา 8 สัปดาห์ ผลการทดลองหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมโยคะพบว่า ช่วยให้เกิดการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ในส่วนความจำเพื่อการใช้งาน และกิจกรรมทางกายด้วยการเดินแอโรบิกและการปั่นจักรยาน (Moriya & Sakatani, 2016) ผลการวิจัยพบว่าการออกกำลังกายรูปแบบนี้ช่วยเพิ่มสมรรถนะการทำงานของหน่วยความจำในการทำงาน กิจกรรมในงานวิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยนำมาเป็นส่วนหนึ่งในกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ เช่นการยืดหยุ่นร่างกาย การเตรียมพร้อมร่างกาย การเคลื่อนไหวประกอบเพลง การดัดแปลงโยคะมาเป็นเกมเงียบ ซึ่งมีส่วนพัฒนาความจำเพื่อใช้งานได้เช่นกัน (Harvard University, 2014) ดังนั้นผลของการเดินสร้างสรรค์ที่มีต่อทักษะความจำเพื่อการใช้งานจึงมีความสอดคล้องกับเอกสารงานวิจัยดังกล่าว

ข้อเสนอแนะ

สิ่งที่ควรพัฒนาเพิ่มเติมในส่วนของการยับยั้งชั่งใจ เพราะการประเมินของผู้ปกครอง และครูประจำชั้นมีความแตกต่างกัน เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมที่ดีของเด็กปฐมวัย ให้เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ จึงมีการนำเสนอกิจกรรมให้ผู้ปกครองได้รับทราบและเป็นส่วนหนึ่งในการเรียนรู้พร้อมกับเด็กปฐมวัย การเป็นต้นแบบที่ดี การให้แรงเสริมและให้เวลาในการเรียนรู้ร่วมกันอย่างต่อเนื่องให้เด็กได้มีการฝึกซ้ำๆ ร่วมกับผู้ปกครองเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตามทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ (Thorndike's Law of Learning) อ้างถึงใน (จุฑามาศ วงศ์สุวรรณ, 2548) เพราะกิจกรรมนั้นดำเนินการเพียงแค่ 10 ครั้ง แบ่งเป็น 2 ครั้ง ต่อสัปดาห์ หากผู้ปกครองได้มีการฝึกฝนร่วมด้วย การพัฒนาทักษะการยับยั้งชั่งใจอาจมีแนวโน้มที่สูงขึ้น

บรรณานุกรม

- กมลจันทร์ ชื่นฤทธิ์. (2550). *การพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบเพลงคุณธรรมตามพระราชดำรัส*. (ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย)). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2550.
- กิตติศักดิ์ เกตุญาติ. (2557). *การพัฒนาแบบแผนการจัดการเรียนรู้แบบ B-R-A-I-N เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการคิดวิจารณ์ของเด็กรุ่นใหม่*. (ปริญญาณิพนธ์ กศ.ด. (การศึกษาปฐมวัย)). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2557.
- จุฑามาศ วงศ์สุวรรณ. (2548). *การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะที่มีผลต่อประสิทธิภาพในการเคลื่อนไหวของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา*. (ปริญญาวิทยาสตรมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ณิชา ทศน์ชาญชัย, และจริยา จุฑาภิสิทธิ์. (2559) *กิจกรรมตามวัยเพื่อส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการและการควบคุมตนเอง*. คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี: หน่วยพัฒนาการเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ สืบค้นจาก <http://www.thaipediatrics.org/Media/media-20161129093332.pdf>
- นวลจันทร์ จุฑาภักติกุล. (2560). *การพัฒนาและหาค่าเกณฑ์มาตรฐานเครื่องมือประเมินการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย*. ใน นุชนาฏ รัชสี, ปนัดดา ธนเศรษฐกร และ อรพินท์ เลิศอัสดาตระกูล (Eds.). กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ไพบรียาวิริณ ศรีประเสริฐ, และ คณิต เขียววิชัย. (2560). *รูปแบบกิจกรรมการเดินบัลเล่ต์ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กสมาธิสั้น ในระดับประถมศึกษา*. ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ (พฤษภาคม – สิงหาคม 2560). *Veridian E-Journal*. 10(2), 2235-2249.
- พรพิมล เวสสวรรค์, และ ศศิลักษณ์ ชัยนิกิจ. (2015). *ผลของการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะโดยใช้แนวคิดการเดินเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อ ความคิดสร้างสรรค์ของเด็กอนุบาล*. (เมษายน – มิถุนายน 2558), *Online Journal of Education*. 10(2), 63-73.
- เพ็ญพรรณ จิตตะเสนีย์. (2560, 30 พฤศจิกายน). *EF หัวใจสำคัญการพัฒนาการศึกษา*. [หนังสือพิมพ์แนวหน้า]. สืบค้นจาก <http://www.thaihealth.or.th/Content/39735-'EF'%20%E0%B8%AB%E0%B8%B1%E0%B8%A7%E0%B9%83%E0%B8%88%E0%B8%AA%E0%B8%B2%E0%B8%84%E0%B8%B1%E0%B8%8D%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%9E%E0%B8%B1%E0%B8%92%E0%B8%99%E0%B8%B2%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%A8%E0%B8%B6%E0%B8%81%E0%B8%A9%E0%B8%B2.html>
- เยาวเรศ ธนวนกุล. (2556). *ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบการใช้อุปกรณ์ที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัย โรงเรียนวัดคลองพลู จังหวัดจันทบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- รชต ธนอมกิตติ. (2560). *ผลของโปรแกรมการเต้นแอโรบิกที่มีต่อสมาธิของเด็กก่อนวัยเรียน*. (ปริญญาณิพนธ์จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- รังสฤษฎ์ บุญชลอ. (2539). *กิจกรรมเข้าจังหวะ (Rhythmic activities)*. ปทุมธานี: บริษัทสกายบุ๊กส์.
- วิศณีย์ ไชยรักษ์, ข. ร. (2557). *การออกแบบสถาปัตยกรรมภายในห้องเรียนเด็กปฐมวัยโดยใช้การเรียนรู้แบบใช้สมองเป็นพื้นฐาน (Interior Architecture Within the Early Childhood Classroom Focusing on Brain Based Learning)*. *วารสารวิชาการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬ. 18(1)*, 105-121.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2520). *สันทนาการขั้นนำ (Introduction to recreation)*. กรุงเทพฯ: แผนกวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. สืบค้นจาก www.thaipediatrics.org/Media/media-20161129093332.pdf
- สุภาวดี หาญเมธี. (2558). *EF ภูมิคุ้มกันชีวิตและป้องกันยาเสพติด คู่มือสำหรับครูอนุบาล*.

- Alan, B. (1996). Exploring the Central Executive. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology Section A*, 49(1), 5-28. doi:10.1080/713755608
- Clancy, B. (2016b). Executive function and early childhood education. *Current opinion in behavioral Sciences*, 10, 102-107.
- Faber, A., & Kuo, E. (2009). Children with attention deficits concentrate better after walk in the park. *Journal of attention disorders*, 12(5), 402-409.
- Gilbert, A. G. (2016). Creative Dance for All Ages (Second Edition).(RESOURCES). Palaestra, 30(3), 62.
- Gothe, P., Keswani, K., & McAuley, E. (2016). Yoga practice improves executive function by attenuating stress levels. *Biological psychology*, 121, 109-116.
- Harvard University Center of developing child. (2014). *Enhancing and Practicing Executive Function Skills with Children from Infancy to Adolescence* , : Harvard University
- Hoffman, W., Hoffman, L., Paris, G., & Hall, E. (1994). Developmental psychology today (5th ed.): McGraw-Hill College.
- Lakes, D., Marvin, S., Rowley, J., San, M., Arastoo, S., Viray, L., & Jurnak, F. (2016). Dancer perceptions of the cognitive, social, emotional, and physical benefits of modern styles of partnered dancing. *Complementary therapies in medicine*, 26, 117-122.
- Lakes, D., Tracy B, Sirisinahal, S., Salim, N., Arastoo, S., Emmerson, N., & Kang, C. J. (2013). The healthy for life taekwondo pilot study: a preliminary evaluation of effects on executive function and BMI, feasibility, and acceptability. *Mental health and physical activity*, 6(3), 181-188.
- Lyon, G., & Krasnegor, A. (1996). Attention, memory, and executive function: Paul H Brookes Publishing.
- McGowan, J. (2018). *What is Creative Dance?*: Jennifer McGowan’s Creative Dance Center. Retrieved from <http://jvmcgowan.tripod.com/whatiscreatedance.html>
- Miyake, A., & Friedman, P. (2012). The nature and organization of individual differences in executive functions: Four general conclusions. *Current directions in psychological science*, 21(1), 8-14.
- Moriya, M., Aoki, C., & Sakatani, K. (2016). Effects of physical exercise on working memory and prefrontal cortex function in post-stroke patients. *Oxygen Transport to Tissue XXXVIII* (pp. 203-208): Springer.
- Nahme-Huang, L., Singer, D. G., Singer, J. L., & Wheaton, A. B. (1977). Imaginative play training and perceptual-motor interventions with emotionally-disturbed hospitalized children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 47(2), 238-249.
- Pons, G., Huijts, M., & Lodder, J. (2013). Cognition Improvement in Taekwondo Novices Over 40. Results from the SEKWONDO Study. *Frontiers in aging neuroscience*, 5, 74.
- Smith, E., & Jonides, J. (1999). Storage and executive processes in the frontal lobes. *Science*, 283(5408), 1657-1661.
- Thorell, B., Lindqvist, S., Bergman, S., Bohlin, G., & Klingberg, T. (2009). Training and transfer effects of executive functions in preschool children. *Developmental Science*, 12(1), 106-113. doi:10.1111/j.1467-7687.2008.00745.x
- Von, E., Dickinson, J., & Poole G. (1999). Creative dance: potentiality for enhancing social functioning in frail seniors and young children-Creative movement and older adults. *The Arts in Psychotherapy*, 5(26), 313-327.
- Ziereis, S., & Jansen, P. (2015). Effects of physical activity on executive function and motor performance in children with ADHD. *Research in developmental disabilities*, 38, 181-191.