

พัฒนาการการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยในการเล่นและการพูดกับตนเอง

The Development of Early Childhood Learning in Play and Self-Talk

วันที่รับบทความ: 3 ก.ค. 66

อภิพร เป็งปิง¹

วันที่แก้ไขบทความ: 18 พ.ย. 66

Apiporn Pengping¹

วันที่ตอบรับ: 28 ธ.ค. 66

บทคัดย่อ

บทความนี้ได้รวบรวมบทบาทสำคัญของการเล่นและการพูดกับตัวเองในกระบวนการพัฒนาและการเรียนรู้ของเด็ก โดยการพูดกับตัวเองนั้นรวมถึงการพูดกับตัวเองทั้งแบบได้ยินเสียงและแบบเงียบเสียง เป็นเครื่องมือสำคัญสำหรับการควบคุมพฤติกรรม การกำหนดทิศทางการกระทำ และการแก้ปัญหา ในสภาพแวดล้อมทางการศึกษา การพูดกับตัวเองช่วยให้เด็กสามารถแสดงความคิด วางแผน ทบทวนประสบการณ์ และนำทางกระบวนการคิดของตนเอง การผสมผสานการเล่นและการพูดกับตัวเองเป็นการเพิ่มพูนการพัฒนาทางด้านปัญญา สังคม และอารมณ์ จิตใจของเด็ก การเล่นสำหรับเด็กปฐมวัยนั้นเป็นการเรียนรู้อย่างรอบด้าน โดยการบูรณาการการเล่นเข้ากับหลักสูตร ผู้สอนได้รับการส่งเสริมให้สร้างโอกาสในการเรียนรู้สำหรับเด็กจากประสบการณ์ที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วม ความคิดสร้างสรรค์ และทักษะการแก้ปัญหา การส่งเสริมทักษะการพูดกับตัวเองทำได้โดยการเป็นแบบอย่าง การสอนโดยตรง และการสนับสนุนการพูดกับตัวเอง วิธีนี้ช่วยให้เด็กพัฒนาความตระหนักรู้ทางปัญญา การควบคุมพฤติกรรม และการเพิ่มความสามารถในการแก้ปัญหา การบูรณาการการเล่นและการพูดกับตัวเองเข้ากับการออกแบบหลักสูตรต้องอาศัยสภาพแวดล้อมที่ให้คุณค่ากับมุมมองของเด็ก ส่งเสริมการสนทนาและการทำงานร่วมกัน

¹อาจารย์สาขาวิชาการศึกษานปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

¹ Lecturers of Early Childhood Educational, Faculty of Education, Chiang Rai Rajabhat University.

ของเด็ก และสนับสนุนการทบทวนและการบันทึก การเล่นจึงเป็นโอกาสที่เหมาะสมสำหรับการพูดกับตัวเองอย่างเป็นธรรมชาติสำหรับเด็กปฐมวัย

คำสำคัญ : การเล่น การพูดกับตนเอง พัฒนาการ เด็กปฐมวัย

Abstract

This article explores the integral roles of play and self-talk in the developmental and learning processes of children. Self-talk, encompassing both audible and silent self-directed speech, serves as a pivotal tool for behavior regulation, action direction, and problem-solving. Within educational settings, self-talk enables children to articulate ideas, strategize, reflect on experiences, and navigate their cognitive processes. The synergy of play and self-talk significantly enhances children's cognitive, social, and emotional development. Emphasizing play-based approaches in early childhood education underscores the importance of play in fostering holistic development. By integrating play into the curriculum, educators are encouraged to create experiential learning opportunities that stimulate participation, creativity, and problem-solving skills. The promotion of self-talk skills is achieved through modeling, direct instruction, and the encouragement of self-directed speech. This approach aids in the development of cognitive awareness, behavioral direction, and enhanced problem-solving capabilities. The integration of play and self-talk into curriculum design necessitates an environment that values the child's perspective, fosters dialogue and collaboration, and encourages reflective practices and documentation. Play-based activities naturally facilitate self-talk, while self-talk, in turn, enriches children's engagement and learning in play settings. This reciprocal relationship underscores the importance of incorporating both elements into early educational frameworks to optimize children's developmental outcomes.

Keywords: Play, Self-Talk, Development, Early Childhood

บทนำ

การเล่นและการพุดกับตนเองเป็นส่วนสำคัญในกระบวนการพัฒนาและเรียนรู้ของเด็ก ๆ การเล่นไม่เพียงแต่เป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขและความบันเทิงเท่านั้น แต่ยัง เป็นบริบทที่เหมาะสมสำหรับเด็กในการสำรวจ ความสำเร็จสร้างสรรค์ และมีส่วนร่วม กับโลกที่รอบตัว ซึ่งทั้งหมดนี้ช่วยเสริมสร้างทักษะการรับรู้ การแก้ปัญหา ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการควบคุมอารมณ์ของเด็ก

การพุดกับตนเองเป็นเครื่องมือสำคัญในการควบคุมความคิด การกระทำ และ อารมณ์ โดยเด็กสามารถนำมาใช้ในการวางแผนการกระทำ ชี้นำกลยุทธ์การแก้ปัญหา และ สะท้อนประสบการณ์ของตนเอง การพุดกับตนเองช่วยให้เด็กสามารถตรวจสอบ กระบวนการคิดของตนเอง ประเมินการกระทำ และสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามต้องการ เป็น บทบาทสำคัญในการอภิปัญญา การควบคุมตนเอง และการพัฒนากระบวนการทางปัญญา ขึ้นสูง

การผสมผสานระหว่างการเล่นและการพุดกับตนเองในสถานศึกษาถือเป็น ประโยชน์อย่างยิ่ง ที่ช่วยให้เกิดแนวทางแบบองค์รวมในการเรียนรู้และการพัฒนาของเด็ก โดยพิจารณาจากด้านความรู้ความเข้าใจ สังคม และอารมณ์ ด้วยการรวมการเล่นเข้ากับ หลักสูตรและการส่งเสริมทักษะการพุดกับตนเอง นักการศึกษาสามารถสร้างสภาพแวดล้อม การเรียนรู้ที่สมบูรณ์ซึ่งส่งเสริมการมีส่วนร่วม การคิดเชิงวิพากษ์ การแก้ปัญหา และการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ

บทความนี้มุ่งสำรวจบทบาทของการเล่นและการพุดกับตนเองที่มีต่อพัฒนา การของเด็กโดยพิจารณาการเล่น ประเภทของการเล่นและลักษณะของการเล่น การเล่นและ พัฒนาการทางด้านสติปัญญา การเล่นกับพัฒนาการทางด้านสังคม การเล่นและพัฒนาการ ทางด้านอารมณ์ จิตใจ การจัดการเรียนรู้ด้วยการเล่นเป็นฐาน การพุดกับตนเอง พัฒนาการ ของการพุดกับตนเอง การพุดกับตนเองและกระบวนการทางด้านปัญญา การพุดกับตนเอง และการแก้ปัญหากระบวนการภายในของการพุดกับตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างการเล่น และการพุดกับตนเอง การเล่นและการส่งเสริมการพุดกับตนเอง บทบาทของการพุดกับ

ตนเองในการชี้นำการเล่น อิทธิพลของการเล่นและการพูดกับตนเอง ผลกระทบต่อการเรียนรู้ของเด็กและการส่งเสริมทักษะการพูดกับตนเองในบริบทของสถานศึกษา

1. การเล่น

1.1 ประเภทของการเล่นและลักษณะของการเล่น

1.1.1 การเล่นทางกายภาพ: การเล่นทางกายภาพเกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวร่างกายและประกอบทักษะการเคลื่อนไหวโดยรวมของเด็ก รวมถึงกิจกรรมต่างๆ เช่น วิ่ง กระโดด ปีนเขา และเล่นกีฬา การเล่นทางกายภาพช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านการประสานงาน ความสมดุล ความแข็งแรง และการรับรู้เชิงพื้นที่ นอกจากนี้ยังเปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ได้ปลดปล่อยพลังงาน พัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว และเพิ่มสมรรถภาพทางกาย (Pellegrini & Smith, 2005; Ginsburg, 2007)

1.1.2 การเล่นตามจินตนาการ: การเล่นในจินตนาการหรือที่เรียกว่าการเล่นสมมติหรือการเล่นสัญลักษณ์ เป็นการให้เด็กสร้างสถานการณ์ในจินตนาการและสมมติบทบาทหรือตัวละครต่างๆ รวมถึงกิจกรรมต่าง ๆ เช่น เล่นเป็นฮีโร่ เล่นบ้าน หรือมีส่วนร่วมในการผจญภัยที่ทำให้เชื่อ การเล่นตามจินตนาการช่วยให้เด็กได้สำรวจความคิดสร้างสรรค์ พัฒนาจินตนาการ และฝึกทักษะทางสังคมและอารมณ์ ส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษา ความสามารถในการแก้ปัญหา และความเข้าใจในบทบาทและความสัมพันธ์ทางสังคม (Singer, Golinkoff, & Hirsh-Pasek, 2006; Lillard, et. al, 2013).

1.1.3 การเล่นที่สร้างสรรค์: การเล่นที่สร้างสรรค์เกี่ยวข้องกับการใช้วัสดุหรือวัตถุเพื่อสร้าง สร้าง หรือจัดการ รวมถึงกิจกรรมต่างๆ เช่น การต่อบล็อก การประกอบปริศนา หรือการทำงานกับอุปกรณ์ศิลปะ การเล่นที่สร้างสรรค์ช่วยพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวที่ดีของเด็ก การให้เหตุผลเชิงพื้นที่ และการประสานงานระหว่างมือและตา ส่งเสริมการแก้ปัญหา การวางแผน และการคิดเชิงวิพากษ์ในขณะที่ยังเด็ก ๆ มีส่วนร่วมในการออกแบบและสร้างงานสร้างสรรค์ของตนเอง (Johnson, Christie, & Yawkey, 1999; Beringer, 2019).

1.1.4 การเล่นแบบร่วมมือ: การเล่นแบบร่วมมือเกี่ยวข้องกับเด็กที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเล่นกับผู้อื่น ร่วมมือ และแบ่งปันเป้าหมาย ซึ่งรวมถึงเกม กีฬาเป็นทีม และกิจกรรมสวามิภักดิ์ที่เด็กมีปฏิสัมพันธ์และทำงานร่วมกันเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ร่วมกัน การเล่นแบบร่วมมือกันช่วยเพิ่มทักษะทางสังคม ความร่วมมือ การสื่อสาร และการเอาใจใส่ ส่งเสริมการพัฒนาการทำงานเป็นทีม การเจรจา และความสามารถในการแก้ไขข้อขัดแย้ง (Pellegrini, & Smith, 2005; Brown, & Vaughan, 2009)

1.1.5 เกมที่มีกฎ กติกา: เกมที่มีกฎเกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเล่นที่มีโครงสร้างซึ่งเป็นไปตามกฎและแนวทางที่กำหนดไว้ล่วงหน้า ซึ่งอาจรวมถึงเกมกระดาน เกมไพ่ และกีฬาที่มีการจัดการ เกมที่มีกฎจะสอนเด็กเกี่ยวกับแนวคิดต่าง ๆ เช่น การผลิตเปลี่ยน ความยุติธรรม การปฏิบัติตามคำสั่ง และการทำความเข้าใจและยอมรับกฎ ช่วยเสริมทักษะการรับรู้ เช่น ความจำ กลยุทธ์ และการตัดสินใจ นอกจากนี้ยังส่งเสริมทักษะทางสังคม เช่น การมีน้ำใจนักกีฬา ความอดทน และความยืดหยุ่น (Piaget, & Inhelder, 1969; Shaffer, 2006)

สรุปได้ว่า ประเภทและลักษณะของการเล่นนั้นมีหลากหลายซึ่งแตกต่างกันทั้งกระบวนการเล่น และเป้าหมายของการเล่น ที่ส่งเสริมการเรียนรู้สำหรับเด็ก

1.2 การเล่นและพัฒนาการทางด้านสติปัญญา

การเล่นและพัฒนาการด้านสติปัญญาสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เนื่องจากกิจกรรมการเล่นให้โอกาสอันมีค่าแก่เด็กในการมีส่วนร่วมในกระบวนการทางปัญญาต่างๆ และพัฒนาทักษะทางปัญญาที่สำคัญ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.2.1 Sensorimotor Exploration การเล่นช่วยให้ทารกและเด็กเล็กสำรวจสภาพแวดล้อมผ่านประสาทสัมผัสและการกระทำทางกายภาพ การสำรวจผ่านประสาทสัมผัสนี้มีส่วนช่วยในการพัฒนาทักษะการรับรู้ เช่น ความคงทนของวัตถุ การรับรู้เชิงพื้นที่ และความเข้าใจเหตุและผล (Berk & Winsler, 1995)

1.2.2 การแสดงสัญลักษณ์ การแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งเป็นรูปแบบการเล่นที่เด็กมีส่วนร่วมในสถานการณ์ในจินตนาการ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการใช้สัญลักษณ์และ

การแสดงแทน การเล่นประเภทนี้ช่วยเพิ่มทักษะทางความคิดโดยส่งเสริมการคิดเชิงสัญลักษณ์ ความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการแก้ปัญหา (Lillard, et. al, 2013)

1.2.3 Executive Functions กิจกรรมการเล่นมักกำหนดให้เด็กใช้ Executive Functions ซึ่งเป็นกระบวนการทางความคิดระดับสูงที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย การควบคุมตนเอง และการคิดที่ยืดหยุ่น ตัวอย่างของหน้าที่ของผู้บริหารที่พัฒนาผ่านการ เล่น ได้แก่ การวางแผน การตัดสินใจ การยั้งคิดไตร่ตรอง และความจำในการทำงาน (Bodrova & Leong, 2005)

1.2.4 การพัฒนาภาษา การเล่นให้บริบทที่เอื้อสำหรับการพัฒนาภาษา เด็กๆ มีส่วนร่วมในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ฝึกทักษะการสื่อสาร ขยายคำศัพท์ และพัฒนาทักษะการเล่าเรื่องผ่านการ เล่น ประสบการณ์การใช้ภาษาจากการ เล่นมีส่วนในการพัฒนากระบวนการทางปัญญาที่เกี่ยวข้องกับภาษา เช่น การจัดหมวดหมู่ ความจำ และความเข้าใจเกี่ยวกับโครงสร้างทางภาษา (Berk & Winsler, 1995)

1.2.5 การแก้ปัญหาและการคิดอย่างมีวิจารณญาณ สถานการณ์การเล่นมักจะเกี่ยวข้องกับความท้าทายและโอกาสในการแก้ปัญหา ไม่ว่าจะเป็นการต่อบล็อก การไขปริศนา หรือการเล่นในสถานการณ์สมมติ เด็ก ๆ จะใช้กระบวนการทางความคิดอย่างแข็งขัน เช่น การวางแผน การให้เหตุผล และการคิดเชิงตรรกะเพื่อเอาชนะอุปสรรคและบรรลุผลลัพธ์ที่ต้องการ (Pellegrini & Smith, 2005)

1.2.6 การรับรู้ทางสังคม: การเล่นส่งเสริมการรับรู้ทางสังคม ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเข้าใจความคิด อารมณ์ และมุมมองของผู้อื่น ผ่านการเล่นร่วมกัน เด็ก ๆ เรียนรู้ที่จะสวมบทบาทต่าง ๆ ต่อรอง ร่วมมือ และเห็นอกเห็นใจกัน ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเหล่านี้สนับสนุนการพัฒนาทักษะการรับรู้ที่เกี่ยวข้องกับความเข้าใจทางสังคมและการมองโลกในแง่ดี (Pellegrini & Smith, 2005).

สรุปได้ว่า ประโยชน์ของการเล่นคือเพื่อพัฒนาความรู้ความเข้าใจแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับอายุของเด็ก บริบททางวัฒนธรรม และลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล นอกจากนี้ ทักษะและกระบวนการทางปัญญาเฉพาะที่ได้รับการส่งเสริมผ่านการ เล่นอาจแตกต่างกันไปตามประเภทของการ เล่นและความซับซ้อนของกิจกรรมการเล่น

1.3 การเล่นกับพัฒนาการทางด้านสังคม

การเล่นมีบทบาทสำคัญในพัฒนาการทางสังคมของเด็ก เนื่องจากการเปิดโอกาสให้เด็กได้มีส่วนร่วมในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม พัฒนาทักษะทางสังคม และเรียนรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ ประเด็นสำคัญที่ควรพิจารณาดังนี้:

1.3.1 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การเล่นให้บริบทตามธรรมชาติสำหรับเด็กในการโต้ตอบกับผู้อื่น ทำงานร่วมกัน และเจรจาต่อรอง ผ่านการเล่น เด็ก ๆ ได้เรียนรู้วิธีการผลัดกันแบ่งปันทรัพยากร และมีส่วนร่วมในกิจกรรมความร่วมมือ ส่งเสริมการพัฒนาทักษะทางสังคมและความสามารถในการสื่อสาร (Berk & Winsler, 1995)

1.3.2 การควบคุมอารมณ์ การเล่นทำให้เด็กสามารถแสดงออกและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ ในระหว่างการเล่น เด็ก ๆ จะพบกับประสบการณ์ทางอารมณ์ต่าง ๆ และเรียนรู้ที่จะจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสม พัฒนาทักษะต่างๆ เช่น ความเห็นอกเห็นใจ การเข้าใจมุมมองของผู้อื่น และการควบคุมแรงกระตุ้น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ประสบความสำเร็จ (Lillard, et. al, 2013)

1.3.3 การปรับเปลี่ยนความคิด การเล่น โดยเฉพาะการเล่นสมมติ ช่วยให้เด็กๆ สวมบทบาทและมุมมองต่างๆ ด้วยการสมมติทำเป็นตัวละครต่างๆ และมีส่วนร่วมในสถานการณ์ในจินตนาการ เด็กเรียนรู้ที่จะเข้าใจและพิจารณาความคิด ความรู้สึก และความตั้งใจของผู้อื่น ส่งเสริมทักษะการมองโลกในแง่ดี (Lillard, et. al, 2013)

1.3.4 ความเห็นอกเห็นใจและพฤติกรรมทางสังคม การเล่นเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกความเห็นอกเห็นใจและมีส่วนร่วมในพฤติกรรมทางสังคม ผ่านการเล่นแบบร่วมมือและเล่นสมมติ เด็กเรียนรู้ที่จะตอบสนองความต้องการของผู้อื่น แบ่งปัน ช่วยเหลือ และแสดงความมีน้ำใจ ประสบการณ์เหล่านี้มีส่วนช่วยในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจ ความเห็นอกเห็นใจ และความรับผิดชอบต่อสังคม (Bodrova & Leong, 2005)

1.3.5 การแก้ปัญหาความขัดแย้ง การเล่นมักจะเกี่ยวข้องกับความขัดแย้งและความไม่ลงรอยกัน จึงเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกทักษะการแก้ปัญหาความขัดแย้ง ในระหว่างการเล่น เด็กๆ จะได้เรียนรู้การเจรจาต่อรอง การแก้ปัญหา และการประนีประนอม และก้าวผ่านความขัดแย้งและหาทางออกที่ยอมรับร่วมกัน ได้ (Pellegrini & Smith, 2005)

1.3.6 ความเข้าใจด้านวัฒนธรรม การเล่นทำให้เด็กได้เรียนรู้เกี่ยวกับบรรพชน ฐาน ประเพณี และค่านิยมทางวัฒนธรรม ผ่านการเล่น เด็ก ๆ มีส่วนร่วมในบทบาททาง วัฒนธรรม ตำราวจสิ่งประดิษฐ์ทางวัฒนธรรม และเรียนรู้เกี่ยวกับมุมมองต่าง ๆ ส่งเสริม ความเข้าใจต่อวัฒนธรรม (Berk & Winsler, 1995)

สรุปได้ว่าประโยชน์ของการเล่นเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมอาจแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆ เช่น คุณภาพของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ประสบการณ์การเล่นที่ หลากหลาย และการสนับสนุนและคำแนะนำจากผู้ใหญ่และเพื่อน

1.4 การเล่นและการพัฒนาการทางด้านอารมณ์ จิตใจ

การเล่นมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาอารมณ์ของเด็ก เนื่องจากเป็นบริบท สำหรับการสำรวจและแสดงอารมณ์ พัฒนาทักษะการควบคุมตนเอง และส่งเสริมสุขภาวะ ทางอารมณ์ โดยมีประเด็นที่ควรพิจารณา ดังนี้

1.4.1 การแสดงออกทางอารมณ์ การเล่นเป็นทางออกที่ปลอดภัยและเป็น ธรรมชาติสำหรับเด็กในการแสดงอารมณ์ที่หลากหลาย ผ่านการเล่น เด็ก ๆ สามารถแสดง สถานการณ์ต่าง ๆ และสวมบทบาทแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ช่วย让孩子สำรวจและเข้าใจ ความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น (Lillard, et. al, 2013)

1.4.2 การควบคุมอารมณ์ การเล่นเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกฝนและพัฒนา ทักษะในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการเล่นทางกายภาพ การเล่นที่มีส่วน ร่วมในกิจกรรมที่สร้างสรรค์ หรือมีส่วนร่วมในการเล่นสมมติ เด็กๆ สามารถเรียนรู้ที่จะ จัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองในสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนและไม่คุกคาม (Bodrova & Leong, 2005)

1.4.3 การเห็นอกเห็นใจและการมองโลกในแง่ดี การเล่นโดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเล่นแบบโต้ตอบและร่วมมือกัน ช่วยให้เด็กเข้าใจและตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่น ผ่านการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างการเล่น เด็ก ๆ จะพัฒนาทักษะการเห็นอกเห็นใจและ การมองโลกในแง่ดีโดยการจดจำและพิจารณาความรู้สึกและมุมมองของเพื่อนเล่นของเด็ก (Isenberg & Quisenberry, 2002)

1.4.4 ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ การเล่นมีส่วนช่วยในการพัฒนาความยืดหยุ่นทางอารมณ์ ซึ่งหมายถึงความสามารถในการรับมือและฟื้นตัวจากความทุกข์ยากหรือสถานการณ์ที่ตึงเครียด ในระหว่างการเล่น เด็กๆ จะเผชิญกับความท้าทาย ความขัดแย้ง และความพ่ายแพ้ ซึ่งเปิดโอกาสให้ฝึกการแก้ปัญหา การปรับตัว และกลยุทธ์การเผชิญปัญหาทางอารมณ์ (Pellegrini & Smith, 2005)

1.4.5 ความฉลาดทางอารมณ์ การเล่นสามารถสนับสนุนการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการรับรู้ ความเข้าใจ และการจัดการอารมณ์ของตนเองและอารมณ์ของผู้อื่น ผ่านการเล่น เด็กเรียนรู้ที่จะระบุและอธิบายอารมณ์ เข้าใจสาเหตุและผลกระทบของอารมณ์ และพัฒนาทักษะสำหรับการสื่อสารทางอารมณ์อย่างมีประสิทธิภาพ (Whitebread et al., 2012)

1.4.6 มโนทัศน์ในตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง ประสบการณ์การเล่นมีส่วนช่วยในการพัฒนาแนวคิดในเชิงบวกและการเห็นคุณค่าในตนเองในตนเอง เด็กๆ สามารถสำรวจความสนใจ พรสวรรค์ และความสามารถของตนเองได้ โดยมีส่วนร่วมในการเล่น ซึ่งจะช่วยสร้างความรู้สึกลึกซึ้งที่มีความสามารถและคุณค่าในตนเอง ประสบการณ์การเล่นในเชิงบวกและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมยังช่วยให้เกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของและการยอมรับ ส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ที่ดี (Lillard, et. al, 2013)

สรุปได้ว่า คุณภาพของประสบการณ์การเล่น ตลอดจนการสนับสนุนและคำแนะนำจากผู้ดูแลและเพื่อนมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางอารมณ์ของการเล่นอย่างยิ่ง

1.5 การจัดการเรียนรู้ด้วยการเล่นเป็นฐาน

แนวทางการเรียนรู้ด้วยการเล่นเป็นวิธีการศึกษาที่ใช้การเล่นเป็นเครื่องมือหลักในการเรียนรู้และพัฒนาการของเด็ก แทนการสอนที่เน้นครูเป็นศูนย์กลางแบบดั้งเดิม การเรียนรู้ผ่านการเล่นเน้นการมีส่วนร่วม การสำรวจ และการค้นพบอย่างจริงจัง โดยมีประเด็นดังต่อไปนี้

1.5.1 แนวทางที่เน้นเด็กเป็นศูนย์กลาง การเรียนรู้ด้วยการเล่นทำให้เด็กเป็นศูนย์กลางของกระบวนการเรียนรู้ ตระหนักดีว่าเด็ก ๆ จะเรียนรู้ได้ดีที่สุดเมื่อเด็กมีส่วนร่วมอย่างแข็งขันในกิจกรรมการเล่นที่มีความหมายและมีจุดมุ่งหมาย เด็กมีโอกาเลือก กำกับ

การเล่น และทำตามความสนใจ ส่งเสริมความรู้สึกลึกเป็นอิสระและความเป็นเจ้าของในการเรียนรู้ (Van Hoom, Nourot, Scales, & Alward, 2014)

1.5.2 พัฒนาการแบบองค์รวม การเรียนรู้ด้วยการเล่นสนับสนุนการพัฒนาแบบองค์รวมของเด็ก ผ่านการเล่น เด็ก ๆ สามารถพัฒนาทักษะทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมสติปัญญา และความคิดสร้างสรรค์ไปพร้อม ๆ กัน การเรียนรู้ผ่านการเล่นตระหนักถึงความเชื่อมโยงระหว่างทักษะเหล่านี้และประสบการณ์การเรียนรู้รอบด้าน (Bergen, 2017)

1.5.3 การมีส่วนร่วมและแรงจูงใจ การเล่นมีส่วนร่วมและสร้างแรงจูงใจให้กับเด็กอย่างแท้จริง การเรียนรู้ด้วยการเล่นควบคุมแรงจูงใจที่แท้จริงนี้โดยการสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่กระตุ้นและสนุกสนาน เมื่อเด็กมีส่วนร่วมในการเล่น เด็กมีแนวโน้มที่จะมีแรงจูงใจ มีสมาธิ และเปิดรับประสบการณ์การเรียนรู้ (Yelland, 2014)

1.5.4 การลงมือปฏิบัติ การเรียนรู้ด้วยการเล่นเน้นการลงมือปฏิบัติและการเรียนรู้จากประสบการณ์ เด็กเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง การจัดการกับวัตถุ การทดลอง และการแก้ปัญหา วิธีการนี้ส่งเสริมการคิดเชิงวิพากษ์ ทักษะการแก้ปัญหา และความเข้าใจเชิงลึกของแนวคิด (Pellegrini & Smith, 2005)

1.5.5 ความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการ การเรียนรู้ผ่านการเล่นช่วยลดเสียงความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการของเด็ก กิจกรรมการเล่นเกี่ยวข้องกับการเล่นตามจินตนาการและบทบาทสมมติ ซึ่งช่วยให้เด็กได้สำรวจความเป็นไปได้อื่นๆ คิดเชิงสัญลักษณ์ และมีส่วนร่วมในการแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ สิ่งนี้ส่งเสริมการคิดที่แตกต่าง นวัตกรรม และความคิดริเริ่ม (Bergen, 2017)

1.5.6 พัฒนาการทางสังคมและอารมณ์ การเรียนรู้ด้วยการเล่นเป็นโอกาสดีสำหรับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การทำงานร่วมกัน และการพัฒนาทักษะทางสังคมและอารมณ์ เด็กเรียนรู้ที่จะสื่อสาร ต่อรอง แบ่งปัน และให้ความร่วมมือกับเพื่อนระหว่างเล่น เด็กพัฒนาทักษะการควบคุมตนเอง ความเห็นอกเห็นใจ และความฉลาดทางอารมณ์ผ่านประสบการณ์การเล่น (Van Hoom et al., 2014)

1.5.7 การจดจำระยะยาว ประสบการณ์การเรียนรู้ด้วยการเล่นส่งเสริมการมีส่วนร่วมและประสบการณ์หลายประสาทสัมผัส ซึ่งช่วยเพิ่มการคงไว้ซึ่งความรู้และทักษะ

ในระยะยาว เมื่อการเรียนรู้ถูกรวมเข้ากับการเล่น เด็กๆ สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่มีความหมายและนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในบริบทต่าง ๆ (Hirsh-Pasek et al., 2009)

สรุปได้ว่า แนวทางการเรียนรู้ด้วยการเล่นมักใช้ในสถานศึกษาปฐมวัย ใช้ได้ผลในบริบทการศึกษาที่แตกต่างกัน สอดคล้องกับทฤษฎีต่าง ๆ เช่น แนวคิดคอนสตรัคติวิสต์ ทฤษฎีสังคมวัฒนธรรม และแนวทางการศึกษาของเรกจิโอ เอมีเลีย

2. การพูดกับตนเอง

2.1 ความหมายของการพูดกับตนเอง

การพูดกับตนเอง หมายถึง การกระทำที่เกี่ยวข้องกับการใช้คำพูดภายในหรือพูดคุยกับตนเองอย่างเงียบ ๆ ทั้งในบุคคลที่หนึ่งหรือบุคคลที่สาม ครอบคลุมความคิด คำพูด และเรื่องราวที่แต่ละคนสร้างขึ้นภายในจิตใจเพื่อตีความและทำความเข้าใจประสบการณ์ของตน ซึ่งนำการกระทำ และควบคุมอารมณ์ของตน

2.2 กระบวนการการทำงานของ การพูดกับตนเอง

การพูดกับตนเอง เป็นบทสนทนาที่เกิดขึ้นภายในตนเองหรือความคิดและถ้อยคำที่แต่ละคนคิดขึ้นในใจทั้งเงียบหรือส่งเสียงดัง เพื่อควบคุมความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม โดยมีกระบวนการทำงาน ดังนี้

2.2.1 การกำกับตนเอง การพูดกับตนเองทำหน้าที่เป็นเครื่องมือในการกำกับตนเอง ช่วยให้เด็กตรวจสอบและควบคุมความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตน การพูดกับตัวเองในเชิงบวกสามารถใช้เพื่อกระตุ้นตัวเอง จัดการกับความเครียด และควบคุมพฤติกรรมทางอารมณ์ นอกจากนี้ยังสามารถใช้เพื่อเปลี่ยนทิศทางความคิดเชิงลบหรือความคิดที่ไม่เป็นประโยชน์และแทนที่ด้วยความคิดที่สร้างสรรค์ (Carver, 2015)

2.2.2 การประมวลผลทางความคิด การพูดกับตนเองมีบทบาทสำคัญในการประมวลผลทางความคิด รวมถึงการแก้ปัญหา การตัดสินใจ และการวางแผน การพูดความคิดภายในตนเองช่วยให้บุคคลจัดระเบียบข้อมูล วิเคราะห์สถานการณ์ และสร้างแนวทางแก้ไข ช่วยให้สามารถทบทวนตนเอง ใ้รู้ครวญ และประเมินความคิดและการกระทำของตนเองได้ (Morin, 2011)

2.2.3 ทักษะการค้นคว้าและการเรียนรู้ การพูดกับตนเองช่วยในการแสวงหาทักษะและกระบวนการเรียนรู้ โดยการพูดแนะนำตนเองผ่านงานหรือกิจกรรม เด็กสามารถเสริมการเรียนรู้ เพิ่มสมาธิ และปรับปรุงประสิทธิภาพการทำงานต่าง ๆ การพูดกับตัวเองอาจเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในระหว่างงานที่เด็กเกิดความสับสน เพราะช่วยแต่ละคนมุ่งความสนใจไปที่ตนเอง รักษาสมาธิ และควบคุมความพยายาม (Fernández-Berrocal & Extremera, 2016)

2.2.4 การให้กำลังใจตนเองและการสร้างความมั่นใจ การพูดกับตัวเองในเชิงบวกสามารถใช้เพื่อเพิ่มความมั่นใจในตนเอง ความเชื่อในตนเอง และแรงจูงใจ โดยการให้การความมั่นใจต่อตนเอง การยืนยัน และการให้กำลังใจ เด็กสามารถเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง สร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ และเอาชนะความสงสัยในตนเองหรือการรับรู้ในตนเองในแง่ลบ การพูดกับตัวเองในเชิงบวกสามารถส่งเสริมความคิดในการพัฒนาตนเอง และส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Fernández-Berrocal & Extremera, 2016)

2.2.5 การกำกับอารมณ์ การพูดกับตัวเองมีอิทธิพลต่อประสบการณ์ทางอารมณ์และช่วยกำกับอารมณ์ เด็กสามารถจัดการกับความวิตกกังวล ความคับข้องใจ หรืออารมณ์ด้านลบอื่นๆ โดยมีส่วนร่วมในการปลอบประโลมตนเองหรือสงบสติอารมณ์ ช่วยให้เด็กสามารถปรับเปลี่ยนการตีความเชิงลบ ท้าทายความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล และสร้างการตอบสนองทางอารมณ์ที่ส่งเสริมให้เด็กปรับตัวได้มากขึ้น (Carver, 2015)

2.2.6 การรู้คิดและการตระหนักรู้ในตนเอง การพูดด้วยตนเองช่วยอำนวยความสะดวกในกระบวนการคิดวิเคราะห์และการตระหนักรู้ในตนเอง เด็กสามารถติดตามความคิด ประเมินการกระทำของตน และรับข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับจุดแข็ง จุดอ่อน และอคติทางปัญญาโดยการมีส่วนร่วมในการพูดแบบสะท้อนความคิดของตนเอง การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนตระหนักถึงความคิด ความรู้สึก และรูปแบบพฤติกรรมของตนมากขึ้น (Vygotsky, 1987)

สรุปได้ว่า ลักษณะและเนื้อหาของ การพูดกับตนเองอาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล และอาจได้รับอิทธิพลจากปัจจัยต่าง ๆ เช่น วัฒนธรรม การเลี้ยงดู และประสบการณ์

ส่วนตัว การพูดกับตนเองสามารถส่งเสริมให้เด็กปรับตัวและปรับความคิดได้อย่างเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

2.3 พัฒนาการของการพูดกับตนเอง

2.3.1 วัยเด็กในช่วงปฐมวัย (อายุ 2 ถึง 6 ปี) การพูดกับตัวเองเป็นสิ่งที่สังเกตได้ เด็ก ๆ ส่วนใหญ่มีการพูดส่วนตัว โดยเด็ก ๆ จะพูดเสียงดัง ๆ กับตัวเองในขณะที่ทำกิจกรรมต่าง ๆ ข้อความส่วนตัวนี้ทำหน้าที่ต่างๆ กัน ทั้งการแนะนำตนเอง การแก้ปัญหา และการควบคุมตนเอง เด็กใช้คำพูดส่วนตัวในการพูดความคิด วางแผนการกระทำ และควบคุมพฤติกรรมของตนเอง (Vygotsky, 1986)

2.3.2 วัยเด็กตอนกลาง เมื่อเด็กก้าวเข้าสู่วัยเด็กตอนกลาง (อายุ 6 ถึง 12 ปี) คำพูดส่วนตัวจะเริ่มเปลี่ยนไปสู่คำพูดภายใน ซึ่งเป็นการพูดกับตัวเองที่เกิดขึ้นเงียบๆ ในจิตใจ คำพูดภายในจะกลายเป็นเรื่องภายในมากขึ้นและมองเห็นได้น้อยลง แต่เด็กอาจยังคงใช้การพูดกับตัวเองภายนอกเป็นครั้งคราวในสถานการณ์ที่ท้าทายหรือไม่คุ้นเคย คำพูดภายในตนเองยังคงทำหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง การประมวลผลทางความคิด และการแก้ปัญหา (Winsler & Naglieri, 2003)

2.3.3 วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ ในช่วงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ มันแปลงเป็นบทสนทนาภายในหรือความคิดภายในที่ปกติจะไม่ถูกเปล่งออกมา คำพูดภายในกลายเป็นโหมดหลักของการสะท้อนตนเอง การตัดสินใจ และการชี้นำตนเอง การพูดกับตนเองยังคงมีบทบาทในการประมวลผลทางความคิด การควบคุมอารมณ์ และการควบคุมตนเอง (Ferryhough, 2016)

2.3.4 การเปลี่ยนแปลงพัฒนาการ ตลอดเส้นทางการพัฒนา มีการเปลี่ยนแปลงที่โดดเด่นในลักษณะและเนื้อหาของ การพูดกับตนเอง ในขั้นต้น การพูดกับตัวเองจะเป็นรูปธรรมมากขึ้นและมุ่งเน้นไปที่งาน ค่อยๆ กลายเป็นนามธรรมและซับซ้อนมากขึ้น เมื่อเด็กโตขึ้น การพูดกับตัวเองจะเปลี่ยนจากการเน้นที่ช่วงเวลาปัจจุบันเป็นหลักเป็นการผสมผสานประสบการณ์ในอดีตและการคิดที่มุ่งเน้นอนาคต (Winsler, Ferryhough, & Montero, 2009)

2.3.5 ความแตกต่างทางวัฒนธรรมและความแตกต่างระหว่างบุคคล
เส้นทางการพัฒนาการของการพูดกับตนเองอาจได้รับอิทธิพลจากปัจจัยทางวัฒนธรรมและ

ปัจเจกบุคคล บรรทัดฐานทางวัฒนธรรม แนวทางปฏิบัติในการขัดเกลาทางสังคม และบริบททางการศึกษาสามารถกำหนดรูปแบบและหน้าที่ของการพูดกับตนเองได้ นอกจากนี้ ความแตกต่างระหว่างบุคคลในด้านอารมณ์ ความสามารถในการรับรู้ และพัฒนาการทางอารมณ์ และสังคมอาจส่งผลต่อความถี่ รูปแบบ และประสิทธิผลของการพูดกับตนเอง (Karpov, 2005; Winsler & Naglieri, 2003)

สรุปได้ว่า พัฒนาของการพูดกับตนเองสะท้อนถึงความก้าวหน้าจากคำพูดภายนอกที่สังเกตได้ ไปสู่กระบวนการคิดที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใน การพูดกับตนเองมีวิวัฒนาการทั้งในรูปแบบ หน้าที่ และเนื้อหา เมื่อบุคคลพัฒนาความสามารถด้านการรับรู้ การรู้คิด และการควบคุมตนเอง

2.4 การพูดกับตนเองและกระบวนการทางปัญญา

การพูดกับตนเองมีบทบาทสำคัญในกระบวนการรับรู้ ซึ่งมีอิทธิพลต่อการคิด การแก้ปัญหา และการตัดสินใจ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.4.1 การรู้คิด การพูดกับตนเองมีความเชื่อมโยงกับกระบวนการรู้คิด ซึ่งเกี่ยวข้องกับการตรวจสอบและควบคุมความคิดของตนเอง เด็กสามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมการรู้คิด เช่น การวางแผน ตั้งเป้าหมาย ประเมินความก้าวหน้า และสะท้อนกระบวนการคิดของตนเองผ่านการพูดกับตนเอง การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนตระหนักถึงความคิดของตน ตรวจสอบประสิทธิภาพการรับรู้ และปรับเปลี่ยนตามความจำเป็น (Winsler & Naglieri, 2003)

2.4.2 ความสนใจและการจัดจ่อ การพูดกับตัวเองสามารถช่วยชี้นำและรักษาความสนใจได้ โดยการเตือนตัวเองด้วยวาจาถึงงานที่ทำอยู่หรือใช้คำแนะนำตนเอง แต่ละคนสามารถเพิ่มสมาธิและสมาธิได้ การพูดกับตนเองทำหน้าที่เป็นเครื่องมือทางปัญญาที่ช่วยให้บุคคลติดตามได้ ลดการรบกวน และนำความสนใจไปยังข้อมูลที่เกี่ยวข้อง (Ericsson & Simon, 1993)

2.4.3 การแก้ปัญหา การพูดกับตนเองมีบทบาทสำคัญในกระบวนการแก้ปัญหา โดยการมีส่วนร่วมในการพูดกับตนเอง แต่ละคนสามารถพูดปัญหา สร้างแนวทางแก้ไขที่เป็นไปได้ และประเมินประสิทธิผลของกลยุทธ์ต่างๆ การพูดกับตนเองช่วย

ให้แต่ละคนจัดระเบียบความคิด แยกแยะปัญหาที่ซับซ้อน และอำนวยความสะดวกในขั้นตอนที่จำเป็นในการแก้ปัญหา (Winsler & Naglieri, 2003)

2.4.4 การยืดหยุ่นทางความคิด การพูดกับตนเองสนับสนุนการยืดหยุ่นทางความคิด ซึ่งหมายถึงความสามารถในการปรับตัวและเปลี่ยนระหว่างกลยุทธ์ทางความคิด หรือชุดความคิดที่แตกต่างกัน เด็กสามารถพูดคุยกับตนเองผ่านการเปลี่ยนแปลงมุมมอง พิจารณามุมมองทางเลือก และสลับไปมาระหว่างแนวทางต่างๆ ในการทำงาน การพูดกับตนเองช่วยให้บุคคลรักษาความไว้วางใจทางความคิดและความสามารถในการปรับตัว (Baddeley, 1992)

2.4.5 การเข้าถึงและดึงข้อมูลหน่วยความจำ การพูดกับตนเองสามารถช่วยเหลือกระบวนการเข้ารหัสและดึงข้อมูลหน่วยความจำได้ ด้วยการพูดข้อมูลหรือชักซ้อมข้อมูลภายในบุคคลสามารถปรับปรุงการเข้ารหัสความทรงจำได้ และการพูดกับตัวเองสามารถใช้เป็นสัญญาณเรียกคืนข้อมูลได้ ช่วยให้แต่ละคนเรียกคืนข้อมูลที่เก็บไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น การพูดด้วยตนเองทำหน้าที่เป็นกลยุทธ์ช่วยจำที่ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพความจำ (Pressley & Afflerbach, 1995)

2.4.6 การกำกับความรู้ การพูดกับตนเองมีบทบาทในการควบคุมกระบวนการรับรู้และจัดการภาระการรับรู้ เด็กสามารถควบคุมความคิด จัดการงานที่ซับซ้อน และจัดสรรทรัพยากรการรับรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการสอนตนเอง เตือนตนเอง หรือฝึกฝนตนเอง การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนขึ้นนำกระบวนการทางความคิด อำนวยความสะดวกในการจัดระเบียบทางจิต และลดการรับข้อมูลทางความคิดที่มากเกินไป (Sokolowski, 2000)

2.4.7 การสะท้อนความรู้ ความเข้าใจและการหยั่งรู้ การพูดด้วยตนเองส่งเสริมการสะท้อนความรู้ความเข้าใจและข้อมูลเชิงลึกโดยให้เด็กมีช่องทางสำหรับการใคร่ครวญและตรวจสอบตนเอง เด็กสามารถวิเคราะห์ความคิดของตนเองอย่างมีวิจารณญาณ ประเมินสมมติฐานของตน และเข้าใจแนวคิดหรือปัญหาได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น โดยการมีส่วนร่วมในการตั้งคำถามหรืออธิบายตนเอง การพูดด้วยตนเองสนับสนุนกระบวนการทางปัญญาขั้นสูงและส่งเสริมระดับความคิดที่ลึกซึ้ง (Fernyhough, 2016)

สรุปได้ว่า คุณภาพและเนื้อหาของการพูดกับตนเองมีอิทธิพลต่อกระบวนการรับรู้ การพูดกับตัวเองในเชิงบวกและสร้างสรรค์สามารถเพิ่มประสิทธิภาพการรับรู้ ในขณะที่การพูดในเชิงลบหรือเอาชนะตนเองอาจขัดขวางกระบวนการรับรู้และนำไปสู่การลดลงของประสิทธิภาพหรืออคติทางปัญญา

2.5 การพูดกับตนเองและการแก้ปัญหา

การพูดกับตนเองมีบทบาทสำคัญในกระบวนการแก้ปัญหา ช่วยให้บุคคลในการหาทางออก จัดระเบียบความคิด และประเมินกลยุทธ์ต่าง ๆ ลักษณะสำคัญบางประการของความสัมพันธ์ระหว่างการพูดกับตนเองกับการแก้ปัญหา ดังต่อไปนี้

2.5.1 การหาแนวทางในการแก้ปัญหา การพูดกับตนเองช่วยในการสร้างแนวทางแก้ไขปัญหาก็เป็นไปได้ เด็กสามารถระดมความคิดทางวาจา พิจารณามุมมองที่แตกต่างกัน และสำรวจแนวทางที่หลากหลายในการแก้ปัญหา การพูดกับตนเองช่วยให้สามารถสร้างวิธีแก้ปัญหาก็เป็นไปได้ว่าเป็นระเบียบและเป็นระบบมากขึ้น (Winsler & Naglieri, 2003)

2.5.2 การจัดระเบียบความคิด การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนจัดระเบียบความคิดและทำให้เข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้น เด็กแต่ละคนสามารถแยกย่อยปัญหาออกเป็นส่วนประกอบย่อย ๆ ระบุนข้อมูลที่เกี่ยวข้อง และสร้างการเชื่อมโยงระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ โดยการใช้คำพูดปัญหา การพูดกับตนเองมีโครงสร้างทางปัญญาที่ช่วยให้เข้าใจปัญหาและวิเคราะห์ได้ง่ายขึ้น (Ericsson & Simon, 1993)

2.5.3 การวางแผนและการตั้งเป้าหมาย การพูดกับตนเองช่วยในขั้นตอนการวางแผนและกำหนดเป้าหมายของการแก้ปัญหา การพูดกับตนเองเป็นขั้นตอนที่จำเป็นในการแก้ปัญหา เด็กแต่ละคนสามารถสร้างแผนงานสำหรับการกระทำของตนได้ การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนตั้งเป้าหมายเฉพาะเจาะจง กำหนดเป้าหมายย่อย และกำหนดลำดับของการกระทำที่จำเป็นเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการ (Pressley & Afflerbach, 1995)

2.5.4 การประเมินกลยุทธ์ในการแก้ปัญหา การพูดกับตนเองช่วยอำนวยความสะดวกในการประเมินและเลือกกลยุทธ์การแก้ปัญหา เด็กสามารถใช้การพูดกับตนเองเพื่อเปรียบเทียบแนวทางต่าง ๆ ประเมินข้อดีและข้อเสีย และประเมินความเป็นไปได้

เด็กสามารถมีส่วนร่วมในการคิดเชิงวิพากษ์และพิจารณาผลที่ตามมาที่อาจเกิดขึ้นจากแต่ละกลยุทธ์ผ่านการสนทนาด้วยตนเอง (Femyhough, 2016)

2.5.5 การติดตามความก้าวหน้าในการแก้ปัญหา การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนติดตามความคืบหน้าและประเมินประสิทธิผลของความพยายามในการแก้ปัญหาของตนได้ เด็กสามารถประเมินได้ว่ากลยุทธ์ของตนเองกำลังเข้าใจวิธีแก้ปัญหามากขึ้นหรือไม่ หรือจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนหรือไม่ การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนติดตามความคืบหน้าและทำการปรับเปลี่ยนที่จำเป็น (Sokolowski, 2000)

2.5.6 การเอาชนะอุปสรรค การพูดกับตนเองช่วยให้แต่ละคนเอาชนะอุปสรรคและพากเพียรผ่านความท้าทายต่าง ๆ เมื่อเผชิญกับความยากลำบากหรือความพ่ายแพ้ การพูดกับตัวเองสามารถใช้เพื่อให้กำลังใจตนเอง เตือนสติ และรักษาความคิดเชิงบวก ช่วยให้บุคคลควบคุมอารมณ์ จัดการความคับข้องใจ และจดจ่อกับการหาทางออกของปัญหาเหล่านั้น (Femyhough, 2016)

2.5.7 การสะท้อนตนเองและการรู้คิด การพูดกับตนเองส่งเสริมการสะท้อนตนเองและการรับรู้การรู้คิดระหว่างการแก้ปัญหา เด็กสามารถสะท้อนกระบวนการคิดของตนเอง ประเมินกลยุทธ์การแก้ปัญหา และระบอคติหรือความเข้าใจผิดที่อาจเกิดขึ้นได้โดยการตั้งคำถามและอธิบายตนเอง การพูดกับตนเองช่วยอำนวยความสะดวกในการตรวจสอบการรู้คิดและการตระหนักรู้ในตนเอง (Winsler & Naglieri, 2003)

สรุปได้ว่า ประสิทธิภาพของการพูดกับตนเองในการแก้ปัญหาสามารถได้รับอิทธิพลจากปัจจัยต่างๆ เช่น คุณภาพของการพูดกับตนเอง (เชิงบวกและเชิงลบ) ความเชื่อในตนเองของแต่ละคน และความซับซ้อนของปัญหา การพูดกับตนเองในเชิงสร้างสรรค์และเชิงบวกจะส่งเสริมยืดหยุ่นความคิด ความเพียรพยายาม และกลยุทธ์ที่ปรับเปลี่ยนได้มีแนวโน้มที่จะปรับปรุงผลลัพธ์ในการแก้ปัญหา

2.6 กระบวนการภายในของการพูดกับตนเอง

การพูดกับตนเองเป็นการเปลี่ยนจากการพูดออกมาดัง ๆ หรือกระซิบกับตัวเองไปสู่การพูดเงียบ ๆ ต่อ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.6.1 การพูดส่วนตัว เด็กมีส่วนร่วมในการพูดส่วนตัว ซึ่งเป็นรูปแบบทั้งสังเกตได้จากภายนอกของการพูดกับตนเอง เด็กพูดคุยกับตัวเองในขณะที่ทำกิจกรรมโดยใช้ภาษาเป็นเครื่องมือในการแนะนำตนเองและการแก้ปัญหา คำพูดกับตัวเองสามารถสังเกตได้และทำหน้าที่ต่าง ๆ ในการสนับสนุนกระบวนการรับรู้และการกำกับตนเองของเด็ก (Vygotsky, 1986)

2.6.2 การเปลี่ยนการพูดกับตนเองแบบมีเสียงไปสู่การพูดภายในใจ เมื่อเด็กพัฒนาการพูดส่วนตัวจะค่อย ๆ คำพูดภายในใจคือการพูดกับตัวเองอย่างเงียบ ๆ ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจโดยไม่มีการเปล่งเสียงใด ๆ กลายเป็นโหมดหลักของการคิดและการสื่อสารที่กำกับตนเองโดยแทนที่ความจำเป็นในการพูดอย่างเปิดเผย (Winsler & Naglieri, 2003)

2.6.3 การตัวกลางของความคิด คำพูดภายในทำหน้าที่เป็นเครื่องมือที่ทรงพลังสำหรับการใกล้เคียงกระบวนการคิด ช่วยให้นักคิดสามารถคิดให้เหตุผลและวางแผนภายในได้ โดยไม่จำเป็นต้องสื่อสารจากภายนอก คำพูดภายในทำให้นักคิดสามารถจำลองและฝึกฝนการกระทำทางจิตใจ มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และควบคุมกระบวนการทางปัญญาของตน (Fernyhough, 2016)

2.6.4 ธรรมชาติเชิงสัญลักษณ์ คำพูดภายในยังคงรักษารหัสชาติเชิงสัญลักษณ์ของภาษาไว้ แม้จะเงียบและอยู่ภายในก็ตาม มันเกี่ยวข้องกับการใช้โครงสร้างทางภาษาและความหมายเพื่อเป็นตัวแทนและจัดการกับความคิด แนวคิด และมโนทัศน์ คำพูดภายในช่วยให้นักคิดมีส่วนร่วมในการคิดที่ซับซ้อน การใคร่ครวญ และการไตร่ตรอง โดยใช้พลังที่แสดงออกของภาษาภายในจิตใจของพวกเขา (Karpov, 2005)

2.6.5 การกำกับตนเองและการควบคุมทางสติปัญญา การพูดภายในตนเอง เช่น คำพูดภายใน มีบทบาทสำคัญในการควบคุมตนเองและการควบคุมการเรียนรู้ ช่วยให้นักคิดสามารถควบคุมความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตน อำนาจความสะดวกในการควบคุมตนเอง มีสมาธิ และยับยั้งการตอบสนองที่หุนหันพลันแล่น คำพูดภายในช่วยให้นักคิดตรวจสอบและแนะนำกระบวนการทางปัญญาของตนเอง (Fernyhough, 2016)

2.6.6 ความแตกต่างระหว่างบุคคล การทำให้การพูดกับตัวเองเป็นเรื่องภายในอาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคลและได้รับอิทธิพลจากปัจจัยต่างๆ บุคคลบางคน

อาจแสดงออกถึงการพูดกับตนเองภายนอกมากขึ้นแม้ในวัยผู้ใหญ่ ในขณะที่คนอื่นๆ อาจพูดคุยกับตนเองเป็นการภายในตั้งแต่อายุน้อย ด้วยบริบททางวัฒนธรรม สังคม และการศึกษาสามารถมีอิทธิพลต่อความรวดเร็วและขอบเขตของการทำให้เป็นภายใน (Winsler & Naglieri, 2003)

สรุปได้ว่า การพูดกับตัวเองเป็นการสะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างค่อยเป็นค่อยไปจากคำพูดภายนอกไปสู่กระบวนการทางจิตภายใน ช่วยให้บุคคลมีส่วนร่วมในการคิดแบบมีน้ำหนักตนเองเป็นส่วนตัว เพิ่มความสามารถทางปัญญา ทักษะการแก้ปัญหา และการควบคุมตนเอง

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการเล่นและการพูดกับตนเอง

3.1 การเล่นและการส่งเสริมการพูดกับตนเอง

การเล่นมีบทบาทสำคัญในส่งเสริมและพัฒนาการของการพูดกับตนเองในเด็ก โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.1.1 การเล่นสัญลักษณ์ การแสดงสัญลักษณ์หรือการเล่นสมมติ เกี่ยวข้องกับการใช้วัตถุหรือการกระทำเพื่อเป็นตัวแทนของสิ่งต่าง ๆ เป็นบริบทที่สำคัญสำหรับการส่งเสริมการพูดกับตนเอง ในระหว่างการเล่นเชิงสัญลักษณ์ เด็ก ๆ มีส่วนร่วมในสถานการณ์สมมติ สวมบทบาทต่าง ๆ และใช้ภาษาเพื่อสื่อสารความคิด ความตั้งใจ และเรื่องเล่าของเด็ก การใช้ภาษาในการเล่นนี้ช่วยให้เด็กฝึกฝนและพัฒนาความสามารถในการพูดด้วยตนเอง (Lillard et al., 2013)

3.1.2 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การเล่นเกี่ยวข้องกับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับเพื่อน พี่น้อง หรือผู้ใหญ่ ของเด็ก ผ่านการโต้ตอบระหว่างการเล่น เด็ก ๆ มีส่วนร่วมในสถานการณ์การเล่นร่วมกันและจินตนาการ ต้องมีการสื่อสารและการเจรจาต่อรอง การพูดกับตัวเองเป็นวิธีสื่อสารความตั้งใจ ประสานการกระทำ และควบคุมกิจกรรมการเล่นกับผู้อื่น การพูดกับตนเองเป็นเครื่องมือสำหรับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการแก้ปัญหาร่วมกัน (Winsler & Carlton, 2003)

3.1.3 การกำกับตนเอง การเล่นเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกทักษะการควบคุมตนเอง และการพูดกับตนเองมีบทบาทสำคัญในกระบวนการนี้ ในระหว่างการเล่น เด็ก ๆ อาจมีส่วนร่วมในการพูดเพื่อชี้นำตนเองเพื่อชี้นำการกระทำ วางแผนสถานการณ์การเล่น และควบคุมพฤติกรรมของเด็ก การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กเข้าใจกฎ ตั้งเป้าหมาย และติดตามการเล่นของตนเอง ส่งเสริมความสามารถในการควบคุมตนเอง (Bergen, 2002)

3.1.4 การยืดหยุ่นความคิด การเล่นส่งเสริมการยืดหยุ่นความคิด ความสามารถในการเปลี่ยนมุมมองและปรับตัวให้เข้ากับบทบาทและสถานการณ์ต่าง ๆ การพูดกับตนเองสนับสนุนการยืดหยุ่นความคิดนี้โดยให้เด็กแสดงและปรับเปลี่ยนบทบาท สถานการณ์ และมุมมองต่าง ๆ ด้วยวาจา ช่วยให้เด็ก ๆ สลับบทบาทระหว่างสถานการณ์การเล่นต่าง ๆ ไปมาระหว่างตัวละคร และผสมผสานมุมมองที่หลากหลาย (Lillard et al., 2013)

3.1.5 การแก้ปัญหาและความคิดสร้างสรรค์ การเล่นส่งเสริมการแก้ปัญหา และความคิดสร้างสรรค์ การพูดกับตนเองเกิดขึ้นเมื่อเด็ก ๆ มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา โดยใช้การเล่น เด็กใช้ภาษาในการวางแผน วางกลยุทธ์ และสะท้อนการกระทำการเล่นของพวกเขา การพูดกับตนเอง เด็ก ๆ สามารถสร้างแนวคิด ประเมินความเป็นไปได้ และทดลองวิธีแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ ส่งเสริมการคิดเชิงวิพากษ์และทักษะการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ (Singer, Golinkoff, & Hirsh-Pasek, 2006)

3.1.6 พัฒนาการภาษา การเล่นให้บริบทที่สมบูรณ์สำหรับการพัฒนาภาษา การขยายคำศัพท์ และความคิดสร้างสรรค์ทางภาษา เมื่อเด็ก ๆ มีส่วนร่วมในสถานการณ์การเล่น เด็กมีส่วนร่วมในการสนทนา เจาะต่อรองความหมาย และแสดงความคิดเห็นผ่านการพูดกับตนเอง การพูดกับตนเองโดยใช้การเล่นมีส่วนช่วยในการเรียนรู้ภาษา การพัฒนาคำศัพท์ และการปรับแต่งทักษะทางภาษาที่แสดงออกและเปิดกว้าง (Bergen, 2002)

สรุปได้ว่า การเล่นทำหน้าที่เป็นพื้นที่ที่เหมาะสมสำหรับการเกิดและพัฒนาการของการพูดกับตนเองในเด็ก ให้โอกาสในการฝึกฝนการสื่อสาร ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

การกำกับตนเอง การยืดหยุ่นทางความคิด การแก้ปัญหา และทักษะทางภาษา ซึ่งทั้งหมดนี้มีส่วนช่วยในการพัฒนาความสามารถในการพูดกับตนเองของเด็ก

3.2 บทบาทของการพูดกับตนเองในการขึ้นการเล่น

การพูดกับตนเองมีบทบาทสำคัญในการขึ้นการเล่น โดยทำหน้าที่เป็นเครื่องมือทางปัญญาภายในที่เด็ก ๆ ใช้ควบคุมการกระทำ ควบคุมพฤติกรรม และเพิ่มพูนประสบการณ์การเล่น โดยมีประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

3.2.1 การวางแผนและการจัดระเบียบ การพูดกับตนเองช่วยให้เด็ก ๆ วางแผนและจัดกิจกรรมการเล่นของพวกเขา เด็กๆ สามารถแสดงความตั้งใจ สร้างสถานการณ์เล่น และกำหนดแผนการดำเนินการผ่านคำพูดที่กำกับตนเองได้ การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กสามารถจำลองและจัดโครงสร้างการเล่นทางจิตใจ ส่งเสริมประสบการณ์การเล่นที่สอดคล้องกันและมีจุดมุ่งหมาย (Bodrova & Leong, 2007)

3.2.2 การแก้ปัญหาและการตัดสินใจ การพูดกับตนเองช่วยเด็กในการแก้ปัญหาและตัดสินใจระหว่างการเล่น ด้วยการมีส่วนร่วมในการพูดด้วยตนเอง เด็ก ๆ สามารถพูดกระบวนการคิดของพวกเขา สร้างวิธีแก้ปัญหาที่เป็นไปได้สำหรับความท้าทายที่เกี่ยวข้องกับการเล่น และประเมินตัวเลือกต่าง ๆ การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กได้คิดทบทวนปัญหา พิจารณาผลที่ตามมา และตัดสินใจอย่างรอบรู้ในการเล่นของตนเอง (Singer, Golinkoff, & Hirsh-Pasek, 2006)

3.2.3 การกำกับตนเองและการควบคุมพฤติกรรม การพูดกับตนเองสนับสนุนการควบคุมตนเองและการควบคุมพฤติกรรมระหว่างการเล่น เด็กๆ สามารถเตือนตนเองถึงกฎการเล่น ขึ้นนำพฤติกรรมของตนเอง และยับยั้งการกระทำหุนหันพลันแล่นผ่านคำพูดที่กำกับตนเองได้ การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กควบคุมอารมณ์ ต่อต้านสิ่งรบกวน และปฏิบัติตามบรรทัดฐานทางสังคม ส่งเสริมพฤติกรรมการเล่นที่เหมาะสมและร่วมมือ (Winsler & Carlton, 2003)

3.2.4 การเล่นตามจินตนาการและการสวมบทบาท การพูดด้วยตนเองมีความโดดเด่นเป็นพิเศษในการเล่นโดยใช้จินตนาการและการสวมบทบาทสมมติ เด็ก ๆ ใช้คำพูดที่กำกับตัวเองเพื่อสร้างและสวมบทบาทตัวละคร บรรยายเรื่องราว และมีส่วน

ร่วมในสถานการณ์การเล่นในจินตนาการ การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กแสดงความคิด บทสนทนาระหว่างตัวละคร และทำให้เรื่องเล่าของพวกเขามีชีวิตขึ้นมาได้ (Bergen, 2002)

3.2.5 ทักษะด้านภาษาและการสื่อสาร การพูดกับตนเองในละครมีส่วนช่วยในการพัฒนาภาษาและการสื่อสาร เด็กๆ ฝึกฝนทักษะทางภาษาที่แสดงออกและรับได้ ขยายคำศัพท์ และปรับแต่งไวยากรณ์ผ่านคำพูดที่กำกับตนเอง การพูดกับตนเองส่งเสริมการสื่อสารกับผู้อื่นในระหว่างการเล่นร่วมกัน และช่วยเพิ่มความสามารถทางภาษาโดยรวม (Bodrova & Leong, 2007)

3.2.6 การไตร่ตรองและการเรียนรู้ การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กสามารถสะท้อนประสบการณ์การเล่นของพวกเขาและมีส่วนร่วมในกระบวนการรู้คิด เด็กๆ สามารถประเมินประสิทธิภาพ ประเมินผลลัพธ์ และระบุจุดที่ต้องปรับปรุงได้ด้วยการพูดกับตัวเองผ่านการเล่น การพูดกับตนเองส่งเสริมการสะท้อนตนเอง การประเมินตนเอง และการเรียนรู้จากประสบการณ์การเล่น (Vygotsky, 1978)

3.2.7 ความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการ: การพูดด้วยตนเองสนับสนุนความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการในการเล่น เด็กๆ สามารถสร้างความคิด มีส่วนร่วมในการคิดเชิงจินตนาการ และสำรวจสถานการณ์การเล่นใหม่ๆ ผ่านคำพูดที่กำกับตนเองได้ การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กได้ทดลองกับแนวคิดการเล่นต่างๆ สร้างความสัมพันธ์ และแสดงความคิดเชิงจินตนาการระหว่างการเล่น (Singer, Golinkoff, & Hirsh-Pasek, 2006)

สรุปได้ว่า การพูดกับตนเองทำหน้าที่เป็นแนวทางภายในที่เด็กใช้ในการควบคุมกิจกรรมการเล่น ควบคุมพฤติกรรม แก้ปัญหา ส่งเสริมการสื่อสาร และส่งเสริมการคิดเชิงจินตนาการ สนับสนุนการมีส่วนร่วมทางความคิด สังคม และอารมณ์ของเด็กในการเล่น และส่งเสริมประสบการณ์การเล่นและพัฒนาการโดยรวมของเด็ก

3.3 อิทธิพลของการเล่นและการพูดกับตนเอง

การเล่นสามารถเพิ่มพูนการพูดกับตนเอง และการพูดกับตนเองยังสามารถปรับปรุงประสบการณ์การเล่นได้ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.3.1 การเล่นเสริมสร้างการพูดกับตนเอง

การเล่นอย่างมีจินตนาการ การมีส่วนร่วมในสถานการณ์การเล่นแบบใช้จินตนาการให้บริบทที่หลากหลายสำหรับการพูดกับตนเอง เมื่อเด็กสร้างโลกจำลอง สวมบทบาทที่แตกต่างกัน และมีปฏิสัมพันธ์กับตัวละครในจินตนาการ พวกเขาจะมีส่วนร่วมในการพูดที่กำกับตัวเองโดยธรรมชาติเพื่อแสดงความคิด บทสนทนาระหว่างตัวละครและเล่าประสบการณ์การเล่นของเด็ก (Lillard et al., 2013)

การเล่นแบบแก้ปัญหา กิจกรรมการเล่นมักจะเกี่ยวข้องกับความท้าทายที่ต้องใช้การแก้ปัญหา ด้วยการมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา เด็ก ๆ สามารถใช้การพูดกับตนเองเพื่อวางแผนกลยุทธ์ ประเมินทางเลือกต่าง ๆ และสะท้อนกระบวนการแก้ปัญหาของพวกเขา การพูดกับตนเองช่วยเพิ่มความยืดหยุ่นทางความคิดและช่วยให้พวกเขารับมือกับความท้าทายได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น (Winsler & Naglieri, 2003)

การเล่นแบบร่วมมือกัน เมื่อมีส่วนร่วมในการเล่นแบบร่วมมือกับเพื่อน การพูดกับตนเองสามารถปรับปรุงการสื่อสารและการทำงานร่วมกัน เด็กใช้คำพูดที่กำกับตนเองเพื่อแสดงความคิดเห็น ตีกรอบบทบาท และประสานการกระทำกับผู้อื่น การพูดกับตนเองสนับสนุนการทำงานเป็นทีมที่มีประสิทธิภาพและส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและความร่วมมือในการเล่น (Winsler & Carlton, 2003)

3.3.2 การพูดกับตนเองส่งเสริมการเล่น

การควบคุมความรู้ความเข้าใจ การพูดกับตนเองช่วยเพิ่มการควบคุมความรู้ความเข้าใจระหว่างการเล่น เด็กสามารถใช้คำพูดกำกับตนเองเพื่อกำหนดเป้าหมาย แนะนำพฤติกรรมของตนเอง และติดตามความก้าวหน้าของพวกเขา การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กมีสมาธิ ต่อต้านสิ่งรบกวน และปรับกลยุทธ์ได้ตามต้องการ ส่งเสริมการควบคุมการรับรู้และการควบคุมตนเองที่มีประสิทธิภาพระหว่างการเล่น (Bergen, 2002).

พัฒนาการด้านภาษาและการเล่าเรื่อง การพูดกับตนเองมีส่วนช่วยในการพัฒนาด้านภาษาและการเล่าเรื่อง ทำให้ประสบการณ์การเล่นสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เด็กใช้คำพูดที่กำกับตัวเองเพื่ออธิบายการกระทำของพวกเขา สร้างเรื่องเล่า และมีส่วนร่วมในการเล่าเรื่อง การพูดกับตนเองช่วยเพิ่มทักษะการใช้ภาษา คำศัพท์ และความสามารถใน

การเล่าเรื่อง เพิ่มความลึกและความสมบูรณ์ให้กับสถานการณ์การเล่นของเด็ก (Singer, Golinkoff, & Hirsh-Pasek, 2006).

การสะท้อนและการเรียนรู้ การพูดกับตนเองสนับสนุนการสะท้อนและการเรียนรู้จากประสบการณ์การเล่น ผ่านการพูดแบบกำกับตนเอง เด็กสามารถสะท้อนการกระทำการเล่นของพวกเขา ประเมินผลลัพธ์ และระบุจุดที่ต้องปรับปรุง การพูดกับตนเองช่วยให้เด็กเชื่อมโยงระหว่างประสบการณ์การเล่นกับสถานการณ์ในชีวิตจริง ส่งเสริมการถ่ายโอนการเรียนรู้ (Lillard et al., 2013)

สรุปได้ว่า การเล่นและการพูดกับตนเองมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน การเล่นให้บริบทที่เป็นธรรมชาติและน่าดึงดูดสำหรับการพูดกับตนเองเพื่อพัฒนาและพัฒนา ในขณะที่การพูดกับตนเองจะช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมทางความคิด สังคม และอารมณ์ของเด็กในการเล่น ส่งเสริมประสบการณ์การเล่นที่สมบูรณ์และโอกาสในการเรียนรู้

4. ผลกระทบของการเล่นและการพูดกับตนเองที่มีต่อการเรียนรู้ของเด็ก

4.1 แนวทางการจัดกิจกรรมโดยการเล่นเป็นฐานในการศึกษาปฐมวัย

แนวทางการเล่นเป็นพื้นฐานในการศึกษาปฐมวัยเน้นความสำคัญของการเล่นในฐานะองค์ประกอบหลักในการเรียนรู้และพัฒนาการของเด็ก ต่อไปนี้เป็นประเด็นสำคัญบางประการเกี่ยวกับวิธีการเล่นเป็นพื้นฐานในการศึกษาปฐมวัย ดังนี้

แนวทางการเล่นเป็นพื้นฐาน แนวทางการเล่นมองว่าการเล่นเป็นรูปแบบหลักที่เด็กเล็กสำรวจ โด่ตอบ และทำให้เข้าใจโลก การเล่นถูกมองว่าเป็นกิจกรรมที่เป็นธรรมชาติและมีความหมายซึ่งส่งเสริมพัฒนาการแบบองค์รวมทั้งด้านสติปัญญา สังคม อารมณ์ และร่างกาย (Pyle & Danniels, 2017)

การเรียนรู้ที่เน้นเด็กเป็นศูนย์กลาง แนวทางการเล่นเน้นความสนใจ ความต้องการ และความสามารถของเด็ก จุดเน้นคือการจัดสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนการเล่นที่เด็กเป็นผู้ริเริ่มและเด็กเป็นผู้กำหนด ช่วยให้เด็กมีบทบาทอย่างแข็งขันในการกำหนดประสบการณ์การเรียนรู้ของพวกเขา นักการศึกษาทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวก

สังเกตการณ์ สนับสนุน และขยายการเล่นของเด็กตามความจำเป็น (Wood & Attfield, 2005)

พัฒนาการแบบองค์รวม แนวทางการเล่นเป็นการรับรู้ว่าการเล่นสนับสนุน การพัฒนาแบบองค์รวมของเด็ก ผ่านการเล่น เด็กมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา การ ตัดสินใจ ความคิดสร้างสรรค์ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การพัฒนาภาษา และการควบคุม ตนเอง กิจกรรมที่เน้นการเล่นได้รับการออกแบบมาเพื่อส่งเสริมการเจริญเติบโตทาง ความคิด สังคม อารมณ์ และร่างกายในลักษณะบูรณาการ (Johnson, Christie, & Yawkey, 2013)

การเรียนรู้ผ่านการสำรวจและการค้นพบ แนวทางการเล่นที่เน้นการเรียนรู้ จากประสบการณ์จริง เด็กๆ ได้รับการสนับสนุนให้สำรวจสภาพแวดล้อม จัดการกับวัตถุ ทดลอง และค้นพบผ่านการเล่น กระบวนการสำรวจอย่างกระตือรือร้นนี้ช่วยส่งเสริม ความอยากรู้อยากเห็น การคิดเชิงวิพากษ์ และความเข้าใจที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นเกี่ยวกับแนวคิด และปรากฏการณ์ต่าง ๆ (Van Hoom et al., 2014)

การเล่นเชิงจินตนาการและเชิงสัญลักษณ์ แนวทางการเล่นเน้นคุณค่าและ ส่งเสริมการเล่นเชิงจินตนาการและเชิงสัญลักษณ์ สถานการณ์สมมติช่วยให้เด็กๆ สำรวจ บทบาทต่างๆ ทดลองปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และมีส่วนร่วมในการเล่าเรื่องที่ซับซ้อน การเล่นโดยใช้จินตนาการช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษา ความคิดสร้างสรรค์ การแก้ปัญหา และการพัฒนาทักษะการเอาใจใส่และการมองโลกในแง่ดี (Bodrova & Leong, 2007)

ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการทำงานร่วมกัน แนวทางการเล่นเป็นโอกาสใน การโต้ตอบและการทำงานร่วมกันทางสังคม การเล่นทำให้เด็กสามารถต่อรอง แบ่งปัน และร่วมมือกับเพื่อน ส่งเสริมทักษะทางสังคม การสื่อสาร และการเอาใจใส่ กิจกรรมที่ เน้นการเล่นมักจะเกี่ยวข้องกับการเล่นเป็นกลุ่ม โครงการความร่วมมือและการแก้ปัญหา ส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมและการทำงานเป็นทีม (Pellegrini & Smith, 2005)

การสอนเป็นรายบุคคลและแตกต่าง แนวทางการเล่นเป็นการรับรู้ที่เด็ก เรียนรู้ตามจังหวะของตนเองและมีจุดแข็งและความสนใจที่ไม่เหมือนใคร นักการศึกษา

ปรับแต่งกลยุทธ์และสื่อการเรียนการสอนให้ตรงกับความต้องการของแต่ละบุคคลและมอบโอกาสในการเล่นที่หลากหลายซึ่งตอบสนองสไตล์การเรียนรู้และความชอบที่หลากหลาย (Wood & Attfield, 2005)

การเชื่อมต่อสภาพแวดล้อมการเล่น แนวทางการเล่นที่เน้นความสำคัญของการสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อการเรียนรู้ ห้องเรียนได้รับการออกแบบให้มีพื้นที่เล่นโดยเฉพาะ วัสดุปลายเปิด และศูนย์การเรียนรู้ที่เอื้อต่อการสำรวจ ความคิดสร้างสรรค์ และการเล่นในจินตนาการ พื้นที่เล่นกลางแจ้งยังมีคุณค่าในการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พัฒนาการของกล้ามเนื้อใหญ่ และการเชื่อมโยงกับธรรมชาติ (Van Hoom et al., 2014)

การประเมินผ่านการสังเกต แนวทางการเล่นใช้การสังเกตอย่างต่อเนื่องและการจัดทำเอกสารเกี่ยวกับประสบการณ์การเล่นของเด็กเป็นวิธีการประเมิน นักการศึกษาสังเกตและจัดทำเอกสารพฤติกรรมการเล่น การโต้ตอบ ทักษะการแก้ปัญหา และพัฒนาการทางภาษาของเด็ก เพื่อให้ได้รับข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับความก้าวหน้าของพวกเขา และช่วยในการตัดสินใจด้านการเรียนการสอน (Johnson, Christie, & Yawkey, 2013)

สรุปได้ว่า แนวทางการเล่นเป็นพื้นฐานในการจัดการศึกษาระดับปฐมวัย เพื่อเป็นสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เหมาะสมและมีส่วนร่วมตามพัฒนาการที่สนับสนุนความอยากรู้อยากเห็นตามธรรมชาติ ความคิดสร้างสรรค์ และความรักในการสำรวจของเด็ก ด้วยการบูรณาการการเล่นเข้ากับหลักสูตร นักการศึกษาสามารถส่งเสริมให้เด็กมีความสุขในการเรียนรู้ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมที่มีความหมาย และช่วยให้อุปกรณ์พัฒนาการโดยรวมของเด็กสมวัย

5. การส่งเสริมทักษะการพูดกับตนเองในบริบทของสถานศึกษา

การส่งเสริมทักษะการพูดกับตนเองในสถานศึกษาจะมีประโยชน์อย่างมากต่อพัฒนาการทางความคิด สังคม และอารมณ์ของเด็ก โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

แบบจำลองและสาธิต เด็กสามารถจำลองการพูดกับตนเองโดยการพูดความคิดและการกระทำของตนเองในระหว่างกิจกรรมการเรียนการสอน เด็กจะ

ยกตัวอย่างวิธีการพูดด้วยตนเองเพื่อเป็นแนวทางในการคิดและการแก้ปัญหา โดยการคิดอย่างตั้งและแบ่งปันกระบวนการทางปัญญาอย่างชัดเจน (Zimmerman & Schunk, 2011)

สอนและอธิบาย ครูใช้เวลาในการสอนเด็กเกี่ยวกับการพูดด้วยตนเองและประโยชน์ของการพูด อธิบายว่าการพูดกับตัวเองเกี่ยวข้องกับการพูดกับตัวเองในใจหรือพูดออกมาดัง ๆ เพื่อช่วยควบคุมพฤติกรรม ชี้นำการกระทำ และแก้ปัญหา ให้คำอธิบายที่ชัดเจนและตัวอย่างวิธีการใช้การพูดกับตนเองอย่างมีประสิทธิภาพในสถานการณ์ต่างๆ (De Boo & Kolkman, 2018)

ส่งเสริมการพูดกับตนเอง การสร้างสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมและให้คุณค่ากับการพูดกับตนเอง กระตุ้นให้เด็กมีส่วนร่วมในการพูดกับตนเองในระหว่างทำกิจกรรม โดยถามคำถามที่ต้องใช้เสียงตอบกลับ เช่น "เด็กต้องการทำอะไร" หรือ "เด็ก ๆ กำลังคิดอะไรอยู่ตอนนี้" กระตุ้นให้เด็กพูดคุยกับตัวเองผ่านงานสะท้อนการกระทำของเด็ก และเชื่อมโยงระหว่างความคิดและการกระทำของตนเอง (Winsler & Naglieri, 2003)

โครงและการสนับสนุน จัดเตรียมโครงและการสนับสนุนเพื่อช่วยให้เด็กพัฒนาทักษะการพูดด้วยตนเอง ในขั้นต้น สามารถให้คำกระตุ้นเตือนหรือตัวชี้นำเพื่อเป็นแนวทางในการพูดด้วยตนเองของเด็ก เช่น ประโยคเริ่มต้นหรือคำถามเฉพาะ และค่อย ๆ ลดจำนวนโครงสร้างลง เมื่อเด็กเริ่มมีความเชี่ยวชาญมากขึ้นในการใช้การพูดกับตนเองอย่างเป็นอิสระ (Zimmerman & Schunk, 2011)

ภาษาสะท้อน การใช้ใช้ภาษาสะท้อนเพื่อช่วยให้เด็กพัฒนาการรู้จัก กระตุ้นให้เด็กสะท้อนกระบวนการคิดของตนเองและพูดความคิดของตนเป็นคำพูด ถามคำถามที่ส่งเสริมการไตร่ตรองตนเอง เช่น "เด็ก ๆ เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้" หรือ "เด็ก ๆ ใช้กลยุทธ์อะไรในการแก้ปัญหา" (De Boo & Kolkman, 2018).

ให้โอกาสเด็กในการเล่น เสนอกิจกรรมตามการเล่นที่ช่วยให้สามารถสำรวจด้วยตนเอง แก้ปัญหา และเล่นตามจินตนาการ การเล่นให้บริบทที่เป็นธรรมชาติสำหรับการพูดกับตนเองเพื่อให้เกิดขึ้นและเติบโต กระตุ้นให้เด็กใช้การพูดกับ (Winsler & Naglieri, 2003)

ส่งเสริมและการให้รางวัล การส่งเสริมและการให้รางวัลในความพยายามและความก้าวหน้าของเด็ก ๆ ในการพูดกับตนเอง ให้ข้อเสนอแนะเชิงบวกและการเสริมแรง เมื่อเด็กใช้การพูดกับตนเองอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อควบคุมพฤติกรรม แก้ปัญหา หรือมีส่วนร่วมในการคิดไตร่ตรอง กระตุ้นให้เด็กแบ่งปันประสบการณ์การพูดกับตนเองและความสำเร็จกับเพื่อน ๆ (De Boo & Kolkman, 2018)

ปรับการสอนเป็นรายบุคคล ตระหนักว่าทักษะการพูดกับตนเองพัฒนาในอัตราที่แตกต่างกันสำหรับเด็กแต่ละคน การปรับคำแนะนำให้ตรงกับความต้องการส่วนบุคคลและให้การสนับสนุนหรือความท้าทายเพิ่มเติมตามความจำเป็น การให้โอกาสที่แตกต่างกันสำหรับเด็กในการฝึกฝนและใช้ทักษะการพูดด้วยตนเองตามระดับพัฒนาการของเด็ก (Zimmerman & Schunk, 2011)

สรุปได้ว่า ด้วยการส่งเสริมทักษะการพูดกับตนเองในสถานศึกษา ครูสามารถสนับสนุนกระบวนการทางปัญญาของเด็ก เพิ่มความสามารถในการกำกับตนเอง ส่งเสริมการแก้ปัญหาและการคิดไตร่ตรอง และอำนวยความสะดวกในการเรียนรู้และการพัฒนาเด็กอย่างเป็นองค์รวม

บทสรุป

การเล่นและการพูดกับตัวเองเป็นส่วนสำคัญของพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็ก การให้บริบทที่เป็นธรรมชาติสำหรับการสำรวจ ความคิดสร้างสรรค์ การแก้ปัญหา และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การเล่นช่วยให้เด็กมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นกับสิ่งแวดล้อม พัฒนาทักษะการรับรู้ และเข้าใจโลกรอบตัว

การพูดกับตนเองเกี่ยวข้องกับการพูดกับตนเองทั้งออกเสียงและเงียบ ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือควบคุมพฤติกรรม ชี้นำการกระทำ และแก้ปัญหา เด็ก ๆ สามารถถ่ายทอดความคิด วางแผนกลยุทธ์ สะท้อนประสบการณ์ และติดตามกระบวนการคิดของตนเองผ่านการพูดกับตนเอง

เมื่อรวมการเล่นและการพูดกับตนเองเข้ากับสภาพแวดล้อมทางการศึกษา ทั้งสองสิ่งนี้จะช่วยเพิ่มพัฒนาการทางความคิด สังคม และอารมณ์ของเด็กได้ แนวทาง

การเล่นเป็นพื้นฐานในการศึกษาปฐมวัย การตระหนักถึงคุณค่าของการเล่นในการส่งเสริมพัฒนาการแบบองค์รวม ด้วยการรวมการเล่นเข้ากับหลักสูตร ครูควรสร้างโอกาสในการลงมือปฏิบัติ การเรียนรู้จากประสบการณ์ และส่งเสริมการมีส่วนร่วม ความคิดสร้างสรรค์ และทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการพูดด้วยตนเองได้รับการส่งเสริมโดยการให้แบบจำลองและการสาธิต สอนและอธิบายแนวคิดของการพูดด้วยตนเอง และกระตุ้นให้เด็กมีส่วนร่วมในการพูดด้วยตนเอง เด็กสามารถพัฒนาการรับรู้ทางความคิด กำกับพฤติกรรม และเพิ่มความสามารถในการแก้ปัญหาผ่านการพูดกับตนเอง การบูรณาการการเล่นและการพูดกับตนเองในการออกแบบหลักสูตรนั้นเกี่ยวข้องกับการสร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนซึ่งให้คุณค่ากับเสียงของเด็ก ส่งเสริมการสนทนาและการทำงานร่วมกัน และส่งเสริมการไตร่ตรองและการจัดทำเอกสาร กิจกรรมที่เน้นการเล่นเป็นการสร้างโอกาสในการพูดกับตนเองอย่างเป็นธรรมชาติ ในขณะที่การพูดกับตนเองจะช่วยให้เพิ่มการมีส่วนร่วมและการเรียนรู้ของเด็กระหว่างการเล่น

โดยสรุป การเล่นและการพูดกับตัวเองมีความเชื่อมโยงกันและเป็นประโยชน์ร่วมกัน การเล่นช่วยส่งเสริมพัฒนาการโดยรวมของเด็ก ในขณะที่การพูดกับตนเองช่วยเพิ่มกระบวนการทางความคิดและการกำกับตนเอง ครูสามารถสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ที่สมบูรณ์และมีความหมาย ซึ่งช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางความคิด สังคม และอารมณ์ของเด็ก

รายการอ้างอิง

- Baddeley, A. (1992). *Working memory. Science*, 255(5044), 556-559
- Bergen, D. (2017). *Play as a Medium for Learning and Development: A Handbook of Theory and Practice*. Routledge.
- Bergen, D. (2002). The role of pretend play in children's cognitive development. *Early Childhood Research & Practice*, 4(1), 1-12.

- Bodrova, E., & Leong, D. J. (2005). *Tools of the mind: The Vygotskian approach to early childhood education (2nd ed.)*. Pearson.
- Bodrova, E., & Leong, D. J. (2007). *Tools of the mind: The Vygotskian approach to early childhood education (2nd ed.)*. Pearson.
- Carver, C. S. (2015). Control theory: A useful conceptual framework for personality–social, clinical, and health psychology. *Psychological Inquiry*, 26(2), 77-80.
- De Boo, G. M., & Kolkman, M. E. (2018). The development of self-talk in childhood and adolescence: A meta-analysis and systematic review of observational studies. *Journal of Experimental Child Psychology*, 166, 51-71.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2016). *Building emotional intelligence: A practitioner's guide*. Routledge.
- Fernyhough, C. (2016). *The voices within: The history and science of how we talk to ourselves*. Basic Books.
- Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Berk, L. E., & Singer, D. G. (2009). *A mandate for playful learning in preschool: Presenting the evidence*. Oxford University Press.
- Isenberg, J. P., & Quisenberry, N. L. (2002). Play: The pathway from theory to practice. *National Association for the Education of Young Children*.
- Johnson, J. E., Christie, J. F., & Yawkey, T. D. (2013). *Play, development, and early education*. Pearson.
- Karpov, Y. V. (2005). *The Neo-Vygotskian Approach to Child Development*. Cambridge University Press.
- Lillard, A. S., Lerner, M. D., Hopkins, E. J., Dore, R. A., Smith, E. D., & Palmquist, C. M. (2013). The impact of pretend play on children's development: A review of the evidence. *Psychological Bulletin*, 139(1), 1-34.
- Morin, A. (2011). Self-Talk and Performance: The Role of Interpreting Self-Talk as a Sign of Control. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(6), 878-896.

- Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (Eds.). (2005). *The nature of play: Great apes and humans*. Guilford Press.
- Piaget, J., & Inhelder, B. (1969). *The psychology of the child*. Basic Books.
- Pressley, M., & Afflerbach, P. (1995). *Verbal protocols of reading: The nature of constructively responsive reading*. Lawrence Erlbaum Associates
- Pyle, A., & Danniels, E. (2017). *Play and learning in early childhood education*. SAGE Publications.
- Singer, D. G., Golinkoff, R. M., & Hirsh-Pasek, K. (Eds.). (2006). *Play = Learning: How play motivates and enhances children's cognitive and social-emotional growth*. Oxford University Press.
- Shaffer, D. W. (2006). *How computer games help children learn*. Macmillan
- Sokolowski, J. A. (2000). *Introduction to phenomenology*. Cambridge University Press.
- Van Hoorn, J., Nourot, P. M., Scales, B., & Alward, K. R. (2014). *Play at the center of the curriculum* (6th ed.). Pearson.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Vygotsky, L. S. (1986). *Thought and language*. MIT Press.
- Vygotsky, L. S. (1987). Thinking and speech. In *The collected works of L. S. Vygotsky (Vol. 1)*. Springer.
- Whitebread, D., Basilio, M., Kuvalja, M., & Verma, M. (2012). The importance of play for promoting children's emotional well-being and social competence. *Play Policy and Practice*, 3(1), 5-24.
- Winsler, A., & Naglieri, J. (2003). Overt and covert verbal problem-solving strategies: Developmental trends in use, awareness, and relations with task performance in children aged 5 to 17. *Child Development*, 74(3), 659-678.

- Winsler, A., Fernyhough, C., & Montero, I. (2009). Private speech, executive functioning, and the development of verbal self-regulation. *In Private speech, executive functioning, and the development of verbal self-regulation (pp. 107-127)*. Cambridge University Press.
- Wood, E., & Attfield, J. (2005). *Play, learning, and the early childhood curriculum* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Yelland, N. (Ed.). (2014). *Contemporary perspectives on play in early childhood education*. Open University Press.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Routledge.