



กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์เพื่อเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย

Dancing to Enhance Executive Function Skill in the Early Childhood

สุภาวดี ตัวละมุล*

Supawadee Tualamoon

ชไมมน ศรีสุรักษ์**

Chamaimone Srisurak

Received : September 15, 2020

Revised : October 5, 2020

Accepted : October 21, 2020

บทคัดย่อ

การคิดเชิงบริหาร (EF) เป็นการทำหน้าที่ระดับสูงของสมองส่วนหน้า จะเกิดได้ต้องมีการฝึกทักษะผ่านกิจกรรมแบบ Active Learning เริ่มต้นพัฒนาทักษะดังกล่าวได้ดีที่สุดในระดับปฐมวัยเนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่สมองมีอัตราการเจริญเติบโตมากที่สุด กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมที่สนับสนุนให้นักเรียนใช้ช่วงพักการเต้นตามท่วงทำนองของเสียงเพลงเพื่อเป็นการฝึกสมองให้มีทักษะการคิดเชิงบริหาร นักวิจัยหลายท่านได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมดังกล่าว แล้วพบว่า กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์สามารถพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยได้ บทความนี้มุ่งหวังที่จะสร้างความตระหนักถึงความสำคัญของทักษะการคิดเชิงบริหารและแนวทางในการนำกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ไปใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยเพื่อให้เด็กได้เติบโตขึ้นเป็นประชากรที่มีคุณภาพของประเทศในอนาคต

คำสำคัญ : ทักษะการคิดเชิงบริหาร / การเต้นสร้างสรรค์ / เด็กปฐมวัย

*นักศึกษาลัทธิศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาการจัดการเรียนรู้ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

Master of Education students Learning Management Science Chiang Mai Rajabhat University

**อาจารย์ประจำหลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิทยาการจัดการเรียนรู้ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

Lecturer of the Master of Education Program Learning Management Science Chiang Mai Rajabhat University

ABSTRACT

Executive thinking is a high-level function of the frontal brain. In order to develop skills through an active learning activity. The development of Executive thinking skill should begin from early childhood. Because it is the time that the brain has the highest rate of growth. Creative dance activities are activities that encourage students to use dance moves following the music in order to train the brain to have the Executive thinking skill. Several researchers have studied this mentioned activity and found that creative dance activities can improve Executive thinking skill in the early childhood. This article aims to raise awareness of the importance of Executive thinking skill and to provide a guideline of using creative dance activities in the development of Executive thinking skills in early childhood. So that the children can grow up to become the qualified population of the country in the future.

Keywords : Executive Thinking Skill / Creative Dance / Early Childhood

บทนำ

ทักษะความคิดเชิงบริหาร (Executive Function Skill : EF) เป็นทักษะเฉพาะที่เกิดจากการทำงานของสมองส่วนหน้า (frontal lobe) ที่ทำหน้าที่ควบคุม จัดระเบียบ ตรวจสอบความคิดและ ควบคุมพฤติกรรมเพื่อบังคับเป้าหมาย ความสามารถในการเข้าใจพฤติกรรม และอารมณ์ของผู้อื่นด้วย ทำให้บุคคลตระหนักถึงผลของการกระทำของตนในอนาคต สามารถตั้งเป้าหมายในชีวิต และดำเนินการเพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย ยิ่งไปกว่านั้นทักษะการคิดเชิงบริหารจะช่วยให้เกิดความตระหนักในการเตรียมพร้อม ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ การมีความยืดหยุ่น และการให้ความร่วมมือ (Kaushanskaya, et al., 2017) ดังนั้นทรัพยากรบุคคลที่มีทักษะความคิดเชิงบริหารจะเป็นบุคลากรที่มีคุณภาพ ที่ช่วยพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืน

การพัฒนาทักษะความคิดเชิงบริหารควรเริ่มต้นตั้งแต่ในช่วงปฐมวัย ทั้งนี้เนื่องจากเป็นวัยที่สมองกำลังเจริญเติบโต จากการศึกษาการทำงานของสมอง ของเด็กปฐมวัยที่มีอายุ 3-5 ปี พบว่าการพัฒนาทางสมองของเด็กจะเป็นไปอย่างรวดเร็ว โดยน้ำหนักสมองของเด็กวัยนี้จะเพิ่มขึ้นจนเป็นร้อยละ 80 ของน้ำหนักสมองตอนเป็นผู้ใหญ่ ส่งผลให้เด็กมีความสามารถหลายด้านได้แก่ การประสานการทำงานของอวัยวะภายนอกของร่างกาย การรับรู้สิ่งเร้าต่าง ๆ การสร้างความจำด้านภาษา ความคิดเชิงเหตุผลและจินตนาการ (Visser, et al., 2015) ยิ่งไปกว่านั้นทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยจะเป็นพื้นฐานของบุคลิกภาพที่ดีในอนาคต (Chartisthian, Meesomsarn, & Chaiyakan, 2017)

อย่างไรก็ตามการศึกษาดังกล่าวเกี่ยวข้องกับทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กไทยในวัย 2-6 ปี เกี่ยวกับทักษะการคิดเชิงบริหาร พบว่าเด็กไทยมีคะแนนพัฒนาการทักษะการคิดเชิงบริหารโดยรวมต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยเล็กน้อยไปจนถึงล่าช้ามาก (T score <45) เด็กเล็กที่มีพัฒนาการทักษะการคิดเชิงบริหารล่าช้ากว่า หรือมีความ

บกพร่องกว่าเกณฑ์เฉลี่ยจะมีปัญหาในควบคุม กำกับพฤติกรรมของตนเอง มีความหุนหันพลันแล่น ใจร้อน สมาธิสั้น วอกแวกง่าย ซึ่งอาจส่งผลเสียต่อการเรียน การทำงาน และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในอนาคต (Pantoon, 2011) ในช่วงเด็กปฐมวัยเป็นช่วงเวลาที่สำคัญที่เด็กจะได้พัฒนาทักษะต่างๆ โดยเฉพาะทักษะการคิดเชิงบริหาร ถ้าเด็กไม่ได้รับการสนับสนุนที่ควร ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์กับผู้ใหญ่หรือสิ่งแวดล้อมที่เป็นปัญหา การพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารก็จะล่าช้าหรือสูญเสียไป ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างของสมองและการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเวลาต่อไปด้วย (Hanmethee, 2015) เด็กที่มีทักษะการคิดเชิงบริหารที่ดีจะมีการปรับตัวที่ดี และมีความพร้อมก่อนเข้าโรงเรียน (Clancy, 2002) รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความคิดยืดหยุ่น คิดนอกกรอบ แก้ปัญหาได้หลากหลาย รู้จักผิดถูกและสามารถรับรู้หรือคาดการณ์ผลของการกระทำ มีพฤติกรรมมุ่งสู่เป้าหมาย และการยับยั้งชั่งใจและการควบคุมตนเป็นบ่อเกิดวินัยที่ดี ฝึกให้เด็กได้ปฏิบัติตามกฎกติกา รู้จักคุณค่าของสิ่งที่ทำ สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (Chartisthian, Meesomsarn, & Chaiyakan, 2017) ดังนั้นการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยจึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรมนุษย์ของประเทศ

ในการสร้างกิจกรรมเพื่อสนับสนุนให้สมองเกิดการเรียนรู้และพัฒนาทักษะความคิดเชิงบริหาร ควรคำนึงถึงกระบวนการเรียนรู้ของสมอง และมีการวางแผนการใช้กิจกรรมที่เหมาะสมกับวัย ความสนใจของเด็ก รวมถึงต้องคัดสรรกิจกรรมที่จะให้สอดคล้องกับทักษะทางความคิดที่ต้องการพัฒนาด้วยดังที่ Harvard University, Center of developing child. (2014) ได้แนะนำกิจกรรมที่เหมาะสมแก่การใช้ในการพัฒนาการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยไว้หลายด้านซึ่งด้านหนึ่งที่เด็กชอบและได้เล่นอย่างสนุกสนานประกอบเสียงดนตรี คือ กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ (Creative dance) กิจกรรมที่ใช้การเคลื่อนไหวของร่างกายให้สอดคล้องกับท่วงทำนอง และ จังหวะของเสียงเพลง ในช่วงเวลาที่ผ่านมาได้มีนักวิจัยนำกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัย อาทิ เช่น Zierteis & Jansen. (2015) ได้นำกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ไปใช้ในการพัฒนาการคิดเชิงบริหารในเด็กสมาธิสั้น พบว่าเด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมมีทักษะการคิดเชิงบริหารเพิ่มขึ้นภายใน 12 สัปดาห์ Rossberg-Gempton, Dicknson, & Gray. (1999) ทำการศึกษาผลของกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ที่มีต่อสุขภาพจิต ทักษะการรู้คิดและทักษะทางสังคม เปรียบเทียบระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ที่เข้าร่วมกิจกรรม และพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรม การเต้นสร้างสรรค์ ไม่สามารถเพิ่มทักษะการรู้คิดในผู้ใหญ่ แต่สามารถเพิ่มทักษะการรู้คิดในเด็กได้ อย่างไรก็ตามกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ช่วยเพิ่มทักษะทางสังคมและเสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดี ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ และยังช่วยเพิ่มทักษะในการเคลื่อนไหวที่ดีอีกด้วย

จากผลการศึกษาข้างต้น แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมเต้นสร้างสรรค์เป็นหนึ่งในกิจกรรมที่สามารถพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารได้ อย่างไรก็ตามการนำกิจกรรมเต้นสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารสำหรับเด็กปฐมวัยในประเทศไทยยังมีอยู่น้อย บทความนี้มีจุดมุ่งหมายให้ผู้อ่านเกิดความตระหนักรู้เกี่ยวกับความสำคัญของทักษะการคิดเชิงบริหาร และการนำกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย เพื่อที่จะเติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ และเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศต่อไป

แนวคิดเกี่ยวกับทักษะการคิดเชิงบริหาร

ทักษะการคิดเชิงบริหาร (Executive Function Skill: EF) ได้ถูกค้นพบและนิยามโดย Karl H. Pribarm ในปี ค.ศ. 1973 จากการที่มีผู้ป่วยถูกแทงเหล็กเสียบเข้าบริเวณกลีบหน้าผาก หลังจากที่เขาได้รับการรักษาจนหายดีแล้วพบว่า พฤติกรรมของเขาจากที่เคยเป็นคนนิสัยดี กลายเป็นคนที่ชอบพูดโกหก โอ้อวด ทะเลาะวิวาทกับคนอื่น ๆ อยู่เสมอ ยิ่งไปกว่านั้นยังมีพฤติกรรมข่มขู่ผู้อื่น และ ลักทรัพย์ เป็นต้น ทำให้นักวิชาการให้ความสนใจ ทำการศึกษาสมองส่วนหน้ากันมากขึ้น (Goldstein & Naglieri, 2014)

ต่อมานักวิจัยจำนวนหนึ่งได้ให้ความสนใจทำการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่เป็นต้นกำเนิดของ พฤติกรรมที่เด็กเล็กบางคนสามารถปรับตัวได้ดีและทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้โดยไม่ไขว่เขวไปตามสิ่งเร้าต่างๆ ซึ่งความสามารถดังกล่าวนี้ได้ถูกเรียกว่า “ทักษะการคิดเชิงบริหาร” (Miyake & Friedman, 2012) โดยที่เด็กจะค่อยๆ พัฒนาความสามารถในการเพิกเฉยต่อสิ่งที่ทำให้ไขว่เขว ไปจากจุดมุ่งหมาย ความสามารถยับยั้งการตอบสนองที่ไม่เหมาะสม และความสามารถแยกแยะระหว่างชุดของงานต่างๆ ออกจากกัน แล้วผสมรวมความสามารถเหล่านี้เข้าด้วยกันเพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อนมากขึ้นได้ ซึ่งทักษะการคิดเชิงบริหารจะมีผลต่อความสำเร็จในการเรียนของเด็กเมื่อเติบโตขึ้นในอนาคต (Weiland, Barata & Yoshikawa, 2014)

นอกจากนี้นักวิชาการหลายท่านได้ทำการศึกษาและให้ความหมายของ ทักษะการคิดเชิงบริหาร เพิ่มเติมไว้ อาทิเช่น Clancy. (2016) กล่าวว่า ทักษะการคิดเชิงบริหาร หมายถึง ความสามารถทางสมองได้แก่ ความสามารถของหน่วยความจำ ความสามารถในการยับยั้งต่อสิ่งเร้าและความยืดหยุ่นในการเปลี่ยนความคิด ซึ่งแต่ละคนแต่ละคนจะมีระดับของความคิดเชิงบริหารแตกต่างกัน ซึ่งความคิดเชิงบริหารเป็นรากฐานของการควบคุม พฤติกรรมและการกำกับ ตนเอง รวมถึงทักษะด้านการรู้คิด เพื่อหลีกเลี่ยงการตัดสินใจที่ผิดพลาดซึ่งอาจทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้ในแง่ของจิตวิทยานั้น ในขณะที่ นักจิตวิทยาได้ให้ความหมายของทักษะการคิดเชิงบริหารไว้ว่าเป็นกระบวนการทางจิตวิทยาที่มีองค์ประกอบที่สำคัญคือ หน่วยความจำ การควบคุมและยับยั้งการตอบสนอง ซึ่งไม่ถูกต้อง และ ความคิดยืดหยุ่น ความสามารถในการรับรู้เหล่านี้มีความสำคัญในการประสานงานกับแหล่งข้อมูล ที่จะนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ (Fuster, 2015) สำหรับในมิติของประสาทวิทยา Saengsawang. (2016) ให้ความหมายของทักษะการคิดเชิงบริหารไว้ว่า เป็นความสามารถในการทำงานของ สมองส่วน Prefrontal Cortex ที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการกำกับควบคุมความคิด อารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้เป็นอย่างดี ในสถานการณ์นั้นๆ เพื่อให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่วางไว้

โดยสรุปแล้วอาจกล่าวได้ว่า ทักษะการคิดเชิงบริหารเป็นการทำหน้าที่ระดับสูงของสมองส่วน Prefrontal Cortex ที่ช่วยให้มนุษย์สามารถ ควบคุมอารมณ์ ความคิด และการกระทำเพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย (Goal directed behaviors)

การเรียนรู้ของสมองและองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย

สมองสามารถมีการเรียนรู้และมีการพัฒนาได้อย่างต่อเนื่อง กระบวนการเรียนรู้ของสมองนั้นมีหลักการตามแนวคิดของ Caine & Caine (1994) ดังนี้

1. การเรียนรู้ของสมองเกี่ยวข้องกับสรีระทั้งหมดของร่างกาย
2. ความสัมพันธ์ทางสังคมมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้
3. การแสวงหาความหมายและความเข้าใจของมนุษย์เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากธรรมชาติ เพื่อตอบสนอง

ความต้องการค้นหาความหมายของสิ่งต่างๆ

4. สมองเรียนรู้ทั้งจากสิ่งที่สนใจและจากสิ่งที่อยู่รายล้อม
5. การเรียนรู้ของสมองเป็นไปตามพัฒนาการของร่างกาย
6. การเรียนรู้ที่ซับซ้อนเป็นไปได้ขึ้นในสถานการณ์ที่ท้าทาย แต่ประสิทธิภาพในการเรียนจะลดลง

หากเกิดการคุกคาม ความกลัว ความเหนื่อยล้าหรือหมดหนทาง

7. สมองแต่ละคนมีลักษณะเฉพาะและมีศักยภาพที่แตกต่างกันซึ่งเกิดจาก พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม

จากหลักการเรียนรู้ของสมองดังกล่าว ผู้จัดการศึกษาจึงควรคำนึงถึงกระบวนการเรียนรู้ของสมอง ที่สอดคล้องกับการทำงานของสรีระของเด็ก มีการสร้างสรรค์สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้ รวมถึงคำนึงถึงความแตกต่างของความสามารถในการเรียนรู้ของเด็ก เพื่อที่จะสามารถออกแบบการเรียนรู้ที่ช่วยให้สมองของเด็กเกิดการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร

ในการศึกษาเกี่ยวกับ ทักษะการคิดเชิงบริหารนั้นจำเป็นต้องศึกษาในหลายมิติเพื่อให้เกิดความครบถ้วนสมบูรณ์ สำหรับการพิจารณาถึงองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหาร สำหรับเด็กเล็กวัย 2-6 ปี โดยอ้างอิงจากแบบวัดพฤติกรรมที่เป็นความบกพร่องของการคิดเชิงบริหาร ที่เรียกว่า BRIEF-P (Behavioral Rating Inventory of Executive Functions-preschool version) ได้แบ่งองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กออกเป็น มี 5 องค์ประกอบคือ (Goldstein & Naglieri, 2014)

1) การหยุด หรือการยับยั้ง (Inhibitory control) เป็นความสามารถในการยับยั้งพฤติกรรมตนเอง ไม่ให้มีการตอบสนองแบบหุนหันพลันแล่น มีการคิดก่อนทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการยับยั้งความคิดฟุ้งซ่านในเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้อง ควบคุมให้มีสมาธิจดจ่อในเรื่องที่กำลังทำ

2) การเปลี่ยนความคิด (Shift) หมายถึง ความยืดหยุ่นในการเปลี่ยนความคิดได้ไม่ ยึดติดความคิดเดียว สามารถคิดนอกกรอบได้ และสามารถทำงานหลายอย่างสลับไปมาได้ ความสามารถในการเปลี่ยนความคิดได้จะพัฒนาช้ากว่าความจำขณะทำงานและความสามารถในการหยุด/ยับยั้งพฤติกรรม

3) ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotional control) เป็นความสามารถของเด็กในการ ควบคุมอารมณ์ให้แสดงออกอย่างเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

4) ความจำขณะทำงาน (Working memory) หมายถึงความสามารถในการจำ ข้อมูลไว้ในใจ แล้วนำมาใช้ในการคิดแก้ปัญหา และ

5) การวางแผนจัดการ (Plan หรือ Organize) หมายถึง ความสามารถในการวางแผนงานให้เสร็จ ตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงเป้าหมาย เมื่อเกิดปัญหาหรือสิ่งที่เราอื่น ๆ ไม่ทำให้วอกแวก และลืมนัดหมายของการทำงาน

จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบของ ความคิดเชิงบริหาร ทั้ง 5 องค์ประกอบเป็นพื้นฐานที่จะพัฒนาให้เด็กเติบโตขึ้นเป็นวัยรุ่นและ ผู้ใหญ่ที่มีความสมดุลทางอารมณ์ อีกทั้งยังมีความสามารถในการบริหารจัดการทั้งชีวิตส่วนตัว และชีวิตการทำงานให้บรรลุจุดหมายที่ตั้งไว้ได้

ทักษะการคิดเชิงบริหารเป็นสิ่งที่ต้องฝึกฝนต่อเนื่องเป็นขั้นตอน เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริง ในประเทศไทย แนวทางสำคัญที่ผู้ใหญ่สามารถสร้างให้แก่เด็กปฐมวัย ได้แก่ (RLG Institute, 2017)

- 1) การสร้างความผูกพันและไว้วางใจให้เกิดขึ้นในเด็ก ทำให้เด็กเป็นที่รัก รู้สึกปลอดภัยในความดูแลของผู้ใหญ่
- 2) การดูแลสุขภาพทางกายภาพของสมองให้แข็งแรง การกินอิ่ม นอนหลับเพียงพอ การได้ออกกำลังกายสม่ำเสมอ การได้รับอากาศบริสุทธิ์ ล้วนมีส่วนในการสร้างความแข็งแรงทางกายภาพให้กับสมอง ทำให้เป็นฐานที่ดีในการทำงานของความคิด ความรู้สึกหรือการกระทำของเด็กต่อไป
- 3) การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อกุล เหมาะสม รวมถึง
 - สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ที่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยและน่าอยู่ของสถานที่ทั้งที่บ้านและโรงเรียน การมีกิจวัตรประจำวันที่สม่ำเสมอ
 - สภาพแวดล้อมทางอารมณ์จิตใจและสังคม เช่น บรรยากาศที่ร่มเย็น รื่นรมย์ให้มีความสุขหรือสนุกสนาน หรือเด็กรู้สึกเป็นเจ้าของพื้นที่ด้วย
 - สภาพแวดล้อมทางความคิด ที่กระตุ้นให้เกิดความสนใจใคร่รู้ กระตุ้นพลังจินตนาการ ส่งเสริมให้กล้าคิดกล้าทำ เป็นต้น

4) การได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ที่หลากหลาย โดยเฉพาะเน้นที่การได้ลงมือทำด้วยตนเอง หรือการเข้าไปมีประสบการณ์ตรงกับสิ่งรอบตัว สำหรับเด็กปฐมวัย คือ การเรียนรู้ผ่านการเล่น (Play-Based Learning) ทำให้เด็กมีโอกาสได้ฝึกคิดด้วยตนเอง ฝึกสังเกต ได้คิดค้นวางแผน และทดลองหรือลงมือทำ ระหว่างทำได้เห็นอุปสรรคปัญหา แล้วหาทางแก้ไข และสรุปบทเรียนด้วยตนเอง

5) การเรียนรู้ทักษะทางสังคม-อารมณ์ เน้นให้เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่น ได้เล่นกับเพื่อน ทั้งนี้เพื่อเปิดโอกาสให้เด็กได้ รู้จักอารมณ์ตนเอง และกำกับอารมณ์ตนเองให้เป็นปกติได้ รู้จักเข้าใจคนอื่น อยู่กับคนอื่นได้ มีสัมพันธภาพที่ดีกับคนอื่น ๆ และสามารถจัดการสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นกับทั้งตนเองและผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องความปลอดภัย การมีค่านิยมที่สอดคล้องกับบรรทัดฐานของสังคม เป็นต้น

กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์เพื่อเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย

กิจกรรมที่สามารถก่อให้เกิดการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารนั้นควรเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ทั้งนี้กิจกรรมดังกล่าวต้องไม่เพิ่มความเครียดให้กับเด็กแต่ช่วยให้เด็กสามารถจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้น อีกทั้งยังส่งเสริมให้เด็กมีการเคลื่อนไหวร่างกาย และมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม (Hanmethee, 2015) สำหรับกิจกรรมเพื่อพัฒนาการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยนั้น Harvard University, Center of developing child. (2014) ได้แบ่งกิจกรรมที่เหมาะสมแก่การใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยไว้ 4 ประเภทได้แก่ การเล่นตามจินตนาการ การเล่าเรื่อง การให้เด็กเล่นเกมบางประเภท และกิจกรรมเกี่ยวกับเพลงและการเคลื่อนไหว ในบทความนี้ กล่าวถึงกิจกรรมเกี่ยวกับเพลงและการเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาความคิดเชิงบริหาร คือ กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์ (Creative Dance) หรืออาจเรียกอีกอย่างว่า การคิดสร้างสรรค์ประกอบจังหวะ หมายถึง การคิดแบบการเต้นที่แปลกใหม่ โดยอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้น เช่น การเดิน การวิ่งสลับเท้า การกระโดด การเขย่ง มาประกอบเป็นแบบในการเต้น ซึ่งอาจใช้เพลงไทยสากล ไทยพื้นเมือง ไทยลูกทุ่ง หรืออาจเป็นเพลงสากลต่างชาติมาประกอบจังหวะ (Siriwanbutr, 2013) มาจากแนวคิดการศึกษาด้านการเคลื่อนไหวของ Rudolf Von Laban (Craine & Mackrell, 2020) ซึ่งเน้นในถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเต้นสร้างสรรค์ เช่น สนุนทรัพยากรทักษะทางสังคม ทักษะการสื่อสาร ทักษะการแก้ปัญหา โดยให้นักเรียนได้เรียนรู้เทคนิคการเต้นบัลเลต์ และการเต้นสมัยใหม่ เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้การเต้นเป็นเครื่องมือ และแสดงความรู้สึกผ่านทางการเคลื่อนไหวตามเสียงเพลง ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้เด็กสามารถพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และแสดงออกทางการเต้นสร้างสรรค์ด้วยท่วงท่าของตน นอกจากนั้น กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนานสำหรับเด็กๆ ในการเคลื่อนไหวผ่านดนตรี เพื่อพัฒนาทักษะทางกายภาพ กระตุ้นจินตนาการและส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ในการเคลื่อนไหวเด็กๆ จะได้ เรียนรู้เกี่ยวกับการใช้งานส่วนประกอบของร่างกาย การใช้พื้นที่รอบตัว และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และยังหมายถึงรวมถึง การคิด ทำเต็มที่แปลกใหม่ โดยใช้การเคลื่อนไหวพื้นฐาน อาทิเช่น การเดิน การวิ่ง สลับเท้า การกระโดด การเขย่ง มาประกอบเป็นแบบในการเต้น เข้าจังหวะกับเสียงเพลง (Pauls & Archibald, 2016) นอกจากนี้ การเต้นสร้างสรรค์ยังช่วยเพิ่มพัฒนาการทางสังคมผ่านการเล่นจินตนาการและการทำกิจกรรมร่วมกันและสามารถส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างผู้เต้นร่วมกันผ่านการแสดงความคิดเห็นและการยอมรับความแตกต่างของแต่ละบุคคล (Gilbert, 2015)

ประโยชน์ของกิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์

กิจกรรมการเต้นสร้างสรรค์มีผลต่อการส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่สนับสนุนให้เด็กร่วมกันการออกแบบท่าเต้นจากส่วนต่างๆ ของร่างกาย จึงทำให้เกิดความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยการเคลื่อนไหวและ ปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม นอกจากนี้การเต้นสร้างสรรค์ยังช่วยกระตุ้นให้เกิดจินตนาการและความสามารถในการทำกิจกรรมร่วมกัน การยอมรับความแตกต่างของแต่ละบุคคล (Gilbert, 2015) การนำการ

ต้นสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาเด็กในช่วงปฐมวัยจะทำให้เด็กได้รับประโยชน์ในหลายด้าน คือ (Best, Miller, Naglieri, 2011)

1. เกิดความเชื่อมั่นและความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองจากความสำเร็จในการทำกิจกรรม และมีความนับถือตนเองเพิ่มขึ้น
2. เกิดความตระหนัก และ การรับรู้ความรู้สึกต่างๆ จากสิ่งแวดล้อม
3. การพัฒนาด้านสังคม เป็นทักษะที่จำเป็นสำหรับชีวิตที่ต้องอยู่ร่วมกับคนอื่นๆ ในสังคม
4. การพัฒนาทางกายภาพ ทำให้กล้ามเนื้อเกิดความยืดหยุ่นและความแข็งแรง เนื่องจากการเคลื่อนไหวอย่างสร้างสรรค์เปิดโอกาสให้เด็กๆ ได้ออกกำลังกายสร้างความสมดุลที่จะทำให้เกิดบุคลิกภาพที่ดี
5. การรับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นกับร่างกายของตนเอง การรับรู้เกี่ยวกับร่างกายเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาการเรียนรู้เกี่ยวกับขนาดของร่างกาย และขนาดของพื้นที่
6. การต้นสร้างสรรค์ช่วยลดความตึงเครียด และทำให้เกิดการผ่อนคลายเพิ่มขึ้น
7. การให้ความเคารพในพื้นที่ของผู้อื่น ชื่นชมและเคารพในความแตกต่างของเพื่อนในชั้นเรียน

การนำกิจกรรมต้นสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย

ในการนำกิจกรรมการต้นสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารสำหรับเด็ก จำเป็นต้องมีการวางแผน และการดำเนินการอย่างเป็นระบบ โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้ (McGowan, 2018)

1. การอบอุ่นร่างกาย (Warm-up) ก่อนเริ่มการทำกิจกรรมการต้นสร้างสรรค์ ผู้สอนควรให้นักเรียนมีการอบอุ่นร่างกายด้วยท่าบริหาร หรือท่าโยคะง่ายๆ เพื่อยืดเหยียดกล้ามเนื้อไปพร้อมกับเสียงเพลง โดยที่อาจจะให้นักเรียนร้องเพลงตามไปด้วย การยืดกล้ามเนื้อแบบโยคะจะทำให้กล้ามเนื้อเด็กเกิดความยืดหยุ่นและแข็งแรง สามารถรักษาสมดุลในการทรงตัวได้ดี
2. การสำรวจองค์ประกอบของการเต้น (Explore dance concepts) ภายหลังจากการยืดเหยียดกล้ามเนื้อแล้ว จะเป็นขั้นตอนการอธิบายให้นักเรียนเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมที่จะเริ่มขึ้น ในด้านของเนื้อหา วัตถุประสงค์ กฎกติกา และ บทบาทของนักเรียนแต่ละคน รวมถึงให้นักเรียนได้ทำการสำรวจ พื้นที่ และ สภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการต้นสร้างสรรค์
3. สร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ร่วมกิจกรรม (Relationships) โดยผู้สอนอาจให้นักเรียนแนะนำตัวเองกับเพื่อนๆ การจัดกิจกรรมละลายพฤติกรรมเพื่อให้เกิดการปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนสร้างความรู้จักและความคุ้นเคยและอาจมีการจัดนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อย เพื่อให้รู้จักกันดียิ่งขึ้น และทำงานด้วยกันได้ดียิ่งขึ้น
4. การพัฒนาทักษะการเต้นขั้นพื้นฐาน (Dance skills) ผู้สอนแนะนำท่าการเต้น และขั้นตอนการเต้นที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียน ซึ่งทักษะการเต้นนั้นจะเป็นความท้าทายที่นักเรียนต้องเผชิญและใช้ความพยายามในการทำใหสำเร็จ และเมื่อเกิดความสำเร็จแล้วนักเรียนจะเกิดความภาคภูมิใจ และการยอมรับในตนเอง

5. การใช้ดนตรี (Music) ดนตรีเป็นปัจจัยสำคัญสำหรับการต้นสร้างสรรค์ ซึ่งต้องอาศัยจังหวะและ ท่วงทำนองของดนตรี ซึ่งควรเลือกนำมาใช้ให้เหมาะสมกับวัยของนักเรียน การประเมินผล และ สรุปผล ในกรณี ที่ผู้สอนต้องการวัดผลจากการจัดกิจกรรมต้นสร้างสรรค์เพื่อเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหาร ผู้สอนต้องมีการ พัฒนาเครื่องมือวัดทักษะการคิดเชิงบริหาร ซึ่งในเด็กเล็กอาจใช้เป็นแบบสังเกตพฤติกรรม ในขณะที่เด็กโตขึ้น อาจใช้ในลักษณะของแบบสอบถามเพื่อวัดทักษะการคิดเชิงบริหาร และความพึงพอใจต่อกิจกรรมต้นสร้างสรรค์ ซึ่งผลสรุปจากการกิจกรรมดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ในการนำไปปรับปรุงการจัดกิจกรรมต้นสร้างสรรค์ต่อไป

จากกิจกรรมการต้นสร้างสรรค์ที่กล่าวมา ได้แก่ การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ร่วมกิจกรรมเป็น กิจกรรมที่สนุกสนาน มีการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ ทำให้เด็กที่ฝึกกิจกรรมนี้ได้ฝึกทักษะทางสังคม การ เรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่นซึ่งเป็นทักษะยืดหยุ่นความคิดการพัฒนาทักษะการเดินขั้นพื้นฐานและการใช้ดนตรี เด็กต้องใช้สมาธิจดจ่ออยู่กับจังหวะเพลงและเคลื่อนไหวไปตามการเคลื่อนไหวที่กำหนดเท่านั้นทำให้เกิดทักษะ การยับยั้งชั่งใจ นอกจากนี้ การอบอุ่นร่างกายและการสำรวจองค์ประกอบของการเดินยังทำให้เด็กที่เข้าร่วม กิจกรรมพัฒนาทักษะความจำด้วย ดังนั้น การนำกิจกรรมต้นสร้างสรรค์มาใช้ในเด็กปฐมวัยช่วยพัฒนาทักษะ ยืดหยุ่นความคิด ทักษะการยับยั้งชั่งใจและทักษะความจำซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของทักษะการคิดเชิงบริหาร

ผลของการใช้การต้นสร้างสรรค์ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารจากผลงานวิจัย

จากทฤษฎีการเรียนรู้ของสมองที่แสดงให้เห็นว่า สมองของมนุษย์สามารถมีการเรียนรู้และพัฒนาอย่าง ต่อเนื่อง โดยการเรียนรู้ดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ทางร่างกายโดยรวม ดังนั้นกิจกรรมการต้นสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้ทำท่าเต้นที่สอดคล้องกับจังหวะและความหมายของเพลงนั้นจะ ช่วยฝึกทักษะการคิดเชิงบริหารให้กับสมอง โดยการฝึกฝนหน่วยความจำ การควบคุมตนเอง การมีสมาธิอยู่กับ งานที่ทำ การยับยั้งตนเองไม่ให้ไขว่เขว และการมีทักษะทางสังคม เป็นต้น โดยนักวิจัยหลายท่านได้ทำการศึกษา ผลประโยชน์ที่ได้รับจากการนำกิจกรรมการต้นสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารดังนี้

Gothe, Keswani, & McAuley. (2016) ได้นำกิจกรรมโยคะไปใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ในเด็ก เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมโยคะพบว่า เด็กนักเรียนมีความเครียดที่ลดลง และมีการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ในส่วนของความจำเพื่อการใช้งาน Kimberly, et al. (2016) ได้ ทำการศึกษาผลของการเข้าร่วมการเต้นรำแบบบอลรูม ที่มีต่อการรู้คิด อารมณ์ สังคมและสมรรถภาพทางกาย พบว่า การมีส่วนร่วมในรูปแบบการเต้นรำร่วมกันมีความสัมพันธ์กับความรู้ความเข้าใจในสมรรถภาพทางกาย อารมณ์ สังคม และความมั่นใจในตนเองและอาจเกิดการเรียนรู้ที่เพิ่มขึ้นเมื่อบุคคลได้ร่วมเต้นรำกันบ่อยครั้งและมี ช่วงเวลาที่นานขึ้น Chronopoulou & Riga. (2012) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมดนตรีและการเคลื่อนไหวที่มีต่อ ความคิดสร้างสรรค์ของเด็กอนุบาล พบว่า เด็กมีพฤติกรรมความคิดสร้างสรรค์เพิ่มมากขึ้นกว่าเดิม ได้แก่ เด็ก สามารถแสดงออกถึงความรู้สึกภายในของตนเองมากขึ้นอย่างอิสระ เด็กมีความสนใจในการค้นและทดลองและ ใช้คำถามเป็นปกติ Rossberg-Gempton, Dickson & Gray. (1999) ทำการศึกษาผลของกิจกรรมการเต้น

สร้างสรรค์ที่มีต่อสุขภาพจิต ทักษะการรู้คิดและทักษะทางสังคม เปรียบเทียบระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ที่เข้าร่วมกิจกรรม และพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรม การเดินสร้างสรรค์เป็นเวลา 12 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ไม่สามารถเพิ่มทักษะการรู้คิดในผู้ใหญ่ แต่สามารถเพิ่มทักษะการรู้คิดในเด็กได้ อย่างไรก็ตามกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ช่วยเพิ่มทักษะทางสังคม และเสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดี ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ และยังช่วยเพิ่มทักษะในการเคลื่อนไหวที่ดีอีกด้วย

สำหรับการศึกษาในประเทศนั้น Chuenrit. (2007) ได้ใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมประกอบเพลงคุณธรรมตามพระราชดำรัส เพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กของเด็กปฐมวัย โดยนักเรียนจะเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 40 นาที ผลการที่นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงของคะแนนความมีวินัยเฉลี่ยหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าคะแนนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม Sriprasert & Kheovichai. (2017) ได้นำกิจกรรมการเดินบัลเล่ต์มาใช้เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กสมาธิสั้น ในระดับประถมและได้พบว่าเด็กสมาธิสั้นมีพัฒนาการดีขึ้นในทุกด้านคือ มีสมาธิจดจ่อ การควบคุมอารมณ์ดีขึ้น รู้จักการเข้าสังคม มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนมากขึ้น มีการเคลื่อนไหวที่สมดุล และ มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง Thanomkitti. (2016) ได้นำโปรแกรมการเดินแอโรบิกไปใช้ในการส่งเสริมสมาธิให้แก่เด็กชั้นอนุบาล 3 โดยทำกิจกรรมครั้งละ 20 นาที ทั้งหมด 7 ครั้งแบ่งเป็น 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ผลการทดลองใช้โปรแกรมดังกล่าวพบว่า กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมการเดินแอโรบิก มีความสามารถทางด้านสมาธิมากขึ้น แตกต่างจากกลุ่มควบคุม

จะเห็นได้ว่ากิจกรรมการเดินสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมที่มีความน่าสนใจสามารถนำมาใช้พัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยได้จริงและยังมีความสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 ที่ได้กำหนดสาระการเรียนรู้ด้านประสบการณ์สำคัญของเด็กปฐมวัยว่าควรสนับสนุนให้เด็กมีพัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่และจัดให้มีกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาไปพร้อมๆกัน โรงเรียนและครูผู้สอนสามารถจัดกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ได้ง่ายๆ โดยมีการดำเนินกิจกรรมดังนี้ อันดับแรกคือ ชี้นำครูพูดคุยทำความเข้าใจกับเด็กในการทำกิจกรรมการเดิน มีการสร้างข้อตกลงก่อนเริ่มทำกิจกรรม และให้เด็กอบอุ่นร่างกายก่อนทำกิจกรรม เช่น การวิ่งอยู่กับที่ สะบัดมือ และการโดดตบ ตาม จากนั้นจึงนำเด็กเข้าสู่ขั้นตอนดังนี้

1. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปทั่วๆ บริเวณอย่างอิสระตามจังหวะ เมื่อได้ยินสัญญาณ "หยุด" ให้หยุดเคลื่อนไหวในท่ายืนทันที เพื่อเป็นการทดสอบความ จดจ่อใส่ใจ และพร้อมที่จะเริ่มกิจกรรมต่อไป

2. ให้เด็กทำท่าประกอบเพลง อย่างอิสระโดยครูเปิดโอกาสให้เด็กได้ลองคิด ท่าทางประกอบร่วมกับครู ตามจินตนาการ สามารถนำรูปแบบการเดินบัลเล่ต์หรือการเต้นสมัยใหม่มาปรับใช้ในชั้นตอนนี้ จากนั้นก็จะ เป็นขั้นสรุปกิจกรรมโดยให้เด็กได้ยืดกล้ามเนื้อ เพื่อเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อจากนั้น พูดคุยกับเด็กถึงกิจกรรมหรือร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับท่าทางการเดินที่ได้เดินไป เช่น เราทำท่าทางอะไรไปบ้าง ทำไมถึงต้องใช้ท่ายืน สำหรับเพลงท่อนนี้ เป็นต้น

ครูและผู้ปกครองสามารถวัดผลและประเมินผลจากการที่เด็กได้ทำกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์อย่างง่าย ๆ คือการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของเด็ก โดยใช้แบบบันทึกพฤติกรรม

สรุป

ความคิดเชิงบริหารเป็นการทำหน้าที่ระดับสูงของสมองส่วน Prefrontal Cortex ที่ช่วยให้มนุษย์สามารถควบคุมอารมณ์ ความคิด และการกระทำเพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย (Goal directed behaviors) ความคิดเชิงบริหาร เป็นทักษะที่ควรพัฒนาดังแต่ในปฐมวัยทั้งนี้เพราะในช่วงที่เด็กมีอายุ 3-5 ปี ซึ่งมีการพัฒนาการทางสมองอย่างรวดเร็ว ทักษะการคิดเชิงบริหารมีความสำคัญและมีผลต่อความสำเร็จในการเรียนของเด็กเมื่อเติบโตขึ้น นักวิชาการได้แบ่งทักษะการคิดเชิงบริหารออกเป็น 5 องค์ประกอบคือ 1) การหยุด หรือการยับยั้ง (Inhibitory control) เป็นความสามารถในการยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเอง 2) การเปลี่ยนความคิด (Shift) 3) ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotional control) 4) ความจำขณะทำงาน (Working memory) และ 5) การวางแผนจัดการ (Plan หรือ Organize) โดยที่องค์ประกอบดังกล่าวเป็นพื้นฐานที่จะพัฒนาให้เด็กเติบโตขึ้นเป็นวัยรุ่นและ ผู้ใหญ่ที่มีทักษะการคิดเชิงบริหารและสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้ สำหรับกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่สำคัญคือ การใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว ประกอบเสียงเพลงซึ่งกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ถือเป็น หนึ่งในกิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบเสียงเพลง ซึ่งสนับสนุนให้นักเรียนใช้การเดินรำเป็นเครื่องมือ ในการแสดงความรู้สึกผ่านทางการเคลื่อนไหวตามเสียงเพลง ช่วยส่งเสริมให้เด็กสามารถพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และแสดงออกทางการเดินอย่างสร้างสรรค์ด้วยท่วงท่าของตน โดยมีขั้นตอนการดำเนินการจัดการเรียนรู้ 8 ขั้นตอนคือ การอบอุ่นร่างกาย การสำรวจองค์ประกอบของการเดิน การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ร่วมกิจกรรม การพัฒนาทักษะ การเดินขั้นพื้นฐาน การใช้ดนตรี การสร้างสรรค์ท่าเต้น การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การประเมินผล และสรุปผล

การนำกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์มาใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร เป็นที่สนใจของนักวิจัยจำนวนมาก ซึ่งได้มีการนำกิจกรรมดังกล่าวมาทดลองใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยและพบว่ากิจกรรมดังกล่าวช่วยพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านความจำ การมีสมาธิจดจ่อ การควบคุมอารมณ์ ทักษะการเข้าสังคม และ ความรู้สึภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง อีกทั้งยังช่วยพัฒนาความแข็งแรงและความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อของเด็กนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม ดังนั้นกิจกรรมการเดินสร้างสรรค์ จึงเป็นวิธีการหนึ่งที่มีความน่าสนใจ ในการนำมาใช้พัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย ซึ่งจะเติบโตเป็นวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต

References

- Best, J. R., Miller, P. H., & Naglieri, J. A. (2011). Relations between executive function and academic achievement from ages 5 to 17 in a large, representative national sample. *Learning and Individual Differences*, 21(4), 327-336.

- Caine, R. N., & Caine, G. (1994). **Making connections: Teaching and the human brain.** Menlo Park, Calif : Addison-Wesley.
- Chartisthian, C., Meesomsarn, K. & Chaiyakan, A. (2017). **Enhance discipline for early childhood.** Bangkok : Pluspress.
- Clancy, B. (2002). School readiness : Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry. **American psychologist**, 57(2), 111-127.
- Clancy, B. (2016). Developmental science and executive function. **Current directions in psychological science**, 25(1), 3-7.
- Chronopoulou, E. & Riga, V. (2012). The contribution of music and movement activities to creative thinking in pre-school children. **Scientific Research**, 3, 196-204.
- Chuenrit, K. (2007). **Self-Discipline development of young children experienced through music activities following His Majesty The King's speech.** Master's thesis, Graduate School, Srinakharinwirot University.
- Craine, D. & Mackrell, J. (2010). **The Oxford Dictionary of Dance.** (2 nd ed.). New York : Oxford University Press.
- Fuster, J.M. (2015). **The prefrontal cortex.** Amsterdam : Academic Press.
- Gilbert, A.G. (2015). **Creative dance for all ages : a conceptual approach.** (2 nd ed.). Champaign, IL : Human Kinetics.
- Goldstein, S. & Naglieri, J.A. (2014). **Handbook of executive functioning.** New York : Springer.
- Gothe, N. P., Keswani, R. K. & McAuley, E. (2016). Yoga practice improves executive function by attenuating stress levels. **Biological Psychology**, 121, 109-116.
- Hanmethee, S. (2015). **EF (Immune life and drug prevention).** Bangkok : Rakluk Book.
- Harvard University, Center of developing child. (2014). **Enhancing and practicing executive function skills with children from infancy to adolescence.** Cambridge : Harvard University.
- Kaushanskaya, M., et al. (2017). The relationship between executive functions and language abilities in children : A latent variables approach. **Journal of Speech, Language, and Hearing Research**, 60(4), 912-923.

- Kimberly, et al. (2016). Dancer perceptions of the cognitive, social, emotional, and physical benefits of modern styles of partnered dancing. **Complementary therapies in medicine**, 26, 117-122.
- McGowan, J. (2018). **What is creative dance? : Jennifer McGowan's creative dance center**. [Online]. Available : <http://jvmcgowan.tripod.com/whatiscreativedance.html>. [2020, August 30].
- Miyake, A. & Friedman, N.P. (2012). The nature and organization of individual differences in executive functions: Four general conclusions. **Current Directions in Psychological Science**, 21(1), 8-14.
- Pauls, L.J. & Archibald, L.M.D. (2016). Executive functions in children with specific language Impairment : A meta-analysis. **Journal of Speech, Language, and Hearing Research**, 59(5), 1074-1086.
- Pantoon, N. (2011). **The Results of movement activities and applied hermit exercise (Rusie Dutton) rhythms for the physical development of preschool children**. Master's thesis, Graduate School, Srinakharinwirot University.
- RLG Institute. (2017). **Executive Functions = EF**. Bangkok : RLG Institute.
- Rosberg-Gempton, I.V., Dickson, J. & Gray, P. (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.
- Saengsawang, T. (2016). **Executive Function: Scales and Development Guidelines for Elementary Students**. Dissertation, Graduate School, Srinakharinwirot University.
- Siriwanbutr, P. (2013). **Developmental psychology theory**. (6 th ed.). Bangkok : Chulalongkorn University Press.
- Sriprasert, P. & Kheovichai, K. (2017). A Model of ballet dancing activity for enhancement an appropriate behavior of children with attention deficit hyperactivity disorder in primary education. **Veridian E-Journal, Silpakorn University Humanities, Social Sciences, and Arts**, 10(2), 2235-2249.
- Thanomkitti, R. (2016). **Effect of aerobic dancing program on preschoolers' attention**. Master's thesis, Graduate School, Srinakharinwirot University.
- Vissers, C., et al. (2015). Executive functioning in preschoolers with specific language impairment. **Frontiers in Psychology**, 6, 1-8.

- Weiland, C., Barata, M. C. & Yoshikawa, H. (2014). The cooccurring development of executive function skills and receptive vocabulary in preschool-aged children : A look at the direction of developmental pathways. **Infant and Child Development**, 23(1), 4-21.
- 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.