

## ผลการใช้นิทานเพื่อพัฒนา EF (Executive Function) ของเด็กปฐมวัยกลุ่มทักษะพื้นฐาน

ฉัตรวิไล สุรินทร์ชมพู

อาจารย์, คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

อ้างอิง

ฉัตรวิไล สุรินทร์ชมพู. (2565). ผลการใช้นิทานเพื่อพัฒนา EF (Executive Function) ของเด็กปฐมวัยกลุ่มทักษะพื้นฐาน. วารสารนวัตกรรมและวัฒนธรรมองค์การ, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ปีที่ 14(1), หน้า 89-108.

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการพัฒนาทักษะ EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐานของเด็กปฐมวัยโดยใช้นิทาน และเพื่อเปรียบเทียบการพัฒนาทักษะ EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐานของเด็กปฐมวัยจากการใช้นิทานและการติดตามผลการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน กิจกรรมเสรี กลุ่มทักษะพื้นฐานก่อนและหลังการใช้นิทาน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชาย-หญิง อายุ 3 ขวบ ถึง 3 ขวบ 11 เดือน 29 วัน นักเรียนในระดับชั้นอนุบาล 1 โรงเรียนเทศบาล 4 บ้านภูบ่อปิด จำนวน 15 คน ได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง โดยคัดตามเกณฑ์ผลคะแนนการทดสอบ EF (Executive Functions) ก่อนการเล่านิทานที่เด็กมีคะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเล่านิทานและติดตามผลคือ 1) นิทานเล่มใหญ่ Big Book ที่ส่งเสริม EF (Executive Functions) จำนวน 3 เรื่อง คือ นิทานเรื่อง จุด นิทานเรื่อง เดวิดไปโรงเรียน และนิทานเรื่องขนฟู่จะเป็นผี 2) แผนการจัดกิจกรรมการเล่านิทานเล่มใหญ่ Big book 3) แบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสรี ก่อน-หลังการฟังนิทาน กลุ่มทักษะพื้นฐาน 3 ด้าน คือ ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง และด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด และ 4) แบบบันทึกการปฏิบัติงานของเด็ก มีค่าความเชื่อมั่น 0.70 แบบแผนการวิจัยใช้แบบ One Group Pre-test Post-test Design วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าเฉลี่ย และ t-test Dependent

### ผลการวิจัยพบว่า

เด็กปฐมวัยที่ได้รับการทดลองมีทักษะ EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่านิทานและกิจกรรมหลังการเล่านิทานสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองมีทักษะ EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐานหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเล่านิทานและการติดตามผล มีการพัฒนา EF กลุ่มทักษะพื้นฐาน ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน คือด้านทักษะการฟังและทักษะการพูด อยู่ในระดับดี ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง คือด้านทักษะการแสดงออกและด้านการควบคุมอารมณ์ ให้แสดงออกตามสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม อยู่ในระดับพอใช้ และด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด คือด้านทักษะการคิดปรับเปลี่ยนและด้านทักษะการแก้ปัญหา อยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งผลหลังการทดลองมีการพัฒนา EF กลุ่มทักษะพื้นฐาน ด้านทักษะ

การจำเพื่อใช้งาน คือด้านทักษะการฟังและทักษะการพูด อยู่ในระดับดีมาก ด้านทักษะการยังคิดได้ตรงคือด้านทักษะการแสดงออกและด้านการควบคุมอารมณ์ให้แสดงออกตามสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสมอยู่ในระดับดี และด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด คือด้านทักษะการคิดปรับเปลี่ยนและด้านทักษะการแก้ปัญหา อยู่ในระดับดีมาก และมีระดับที่สูงขึ้นและแตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**คำสำคัญ:** EF (Executive Functions), ปฐมวัย, กลุ่มทักษะพื้นฐาน, นิทาน

## บทนำ

การศึกษาปฐมวัยเป็นการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิดถึง 6 ปี บริบูรณ์อย่างเป็นองค์รวมบนพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูและการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ที่สนองต่อธรรมชาติ และพัฒนาการตามวัยของเด็กแต่ละคนให้เต็มตามศักยภาพภายใต้บริบทสังคมและวัฒนธรรมที่เด็กอาศัยอยู่ด้วยความรักความเอื้ออาทรและความเข้าใจของทุกคน เพื่อสร้างรากฐานคุณภาพชีวิตให้เด็กพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เกิดคุณค่าต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ (Ministry of Education, 2017) ดังนั้นเด็กปฐมวัยในช่วงอายุระหว่าง 0 - 6 ปี จึงถือได้ว่าเป็นช่วงโอกาสทองของการเรียนรู้เพราะสมองเติบโตอย่างรวดเร็วและมีเซลล์สมองประมาณ 1 แสนล้านเซลล์ที่ทำงานเชื่อมโยงกัน เมื่อเซลล์ 2 เซลล์ เชื่อมโยงกัน ณ จุด Synapse การเรียนรู้จะเกิดขึ้นทำให้จำนวน Synapse เพิ่มขึ้นตามประสบการณ์ที่สมองได้รับ Synapse จะสร้างขึ้นไม่ได้ถ้าหากเด็กไม่ได้รับประสบการณ์ที่เกิดจากการเรียนรู้และลงมือปฏิบัติ (Ministry of Education, 2008) จึงกล่าวได้ว่าเมื่อเด็กได้รับการพัฒนาได้รับการกระตุ้นด้วยวิธีการที่ถูกต้องก็จะช่วยเสริมให้มีความพร้อมความสมบูรณ์ทางร่างกาย อารมณ์ - จิตใจ สังคม และสติปัญญา (National Board of Education, 2000)

อย่างไรก็ตามเมื่อก้าวถึงพัฒนาการสมองด้านการคิดของเด็กปฐมวัยก็จะดูเป็นเรื่องที่เข้าใจยาก ซึ่งสมองส่วนหน้ามีหน้าที่เกี่ยวกับ

การคิด การตัดสินใจ การควบคุมอารมณ์ ความคิด และการกระทำ เพื่อกำกับตนเองให้ไปสู่ความสำเร็จ จึงไม่น่าแปลกใจที่เด็กและวัยรุ่นน่าจะมีการตัดสินใจที่ผิดพลาดได้ เพราะการตัดสินใจโดยใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผลอาจทำให้ตัดสินใจผิดได้โดยไม่ทันหยุดคิดถึงผลที่จะตามมา ข้อมูลดังกล่าวเหล่านี้ชี้ให้เห็นพัฒนาการการคิดของมนุษย์มีความสัมพันธ์กับพัฒนาการสมองส่วนหน้าสุด ซึ่งเป็นสมองส่วนที่ใช้เวลาในการพัฒนาที่ยาวนานนั่นเอง จึงกล่าวได้ว่าสมองส่วนหน้าทำงานร่วมกับสมองหลายส่วนทางด้านหลังช่วยให้คนเรามีสมาธิจดจ่อกับงานที่ทำไม่วกแวกสามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองได้อย่างคิดก่อนทำไม่หุนหันพลันแล่น (Amy *et al.*, 2009) ดังนั้นสมองของเด็กปฐมวัยจะได้มีเวลายาวนานเพื่อรับการส่งเสริมพัฒนาให้เต็มตามศักยภาพของความเป็นมนุษย์ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมและการดูแลที่อบอุ่นปลอดภัยและมีกรปฏิบัติสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง แต่ขณะเดียวกันก็อาจเป็นข้อด้อยได้หากช่วงเวลาที่สำคัญยาวนานของเด็กไม่ได้รับการดูแล แต่กลับต้องเติบโตท่ามกลางปัจจัยด้านลบต่างๆ สิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อความเครียดถึงตัวเด็ก การอบรมเลี้ยงดูที่ทิ้งขว้างไม่เอาใจใส่ถูกทารุณกรรมทั้งทางร่างกาย จิตใจ หรือคำพูด จะทำให้เด็กขาดการส่งเสริมพัฒนาการที่ถูกต้องตามวัย ขาดการอบรม สั่งสอนในเรื่องสำคัญที่สอดคล้องกับพัฒนาการของสมอง ทั้งหมดนี้นอกจากจะขัดขวางพัฒนาการแล้วยังส่งผลเสียระยะยาวต่อพัฒนาการต่างๆ ด้านทั้งด้านอารมณ์ สังคม เซาว์ปัญญา การคิด การตัดสินใจ การเรียนรู้ ความจำ และ

นำมาซึ่งปัญหาพฤติกรรมต่าง ๆ เมื่อเด็กเติบโตขึ้น (Health Promotion ThaiHealth and RLG Institute Rakluke Learning Group, 2019)

ผลการสำรวจพัฒนาการทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ EF (Executive Functions) ของเด็กวัย 2-6 ปี จากกลุ่มตัวอย่าง 2,965 คนทั่วทุกภาคของประเทศไทยในช่วงปี 2558-2559 ด้วยแบบประเมินพัฒนาการ EF ในเด็กปฐมวัยพัฒนาโดยมหาวิทยาลัยมหิดล ภายใต้โครงการวิจัยที่สนับสนุนโดยสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (Annual Report of the Public Health Systems Research Institute, HSRI, 2019)) พบว่า ปัจจุบันมีเด็กช่วงวัย 2-6 ปี ที่มีปัญหาพฤติกรรมที่เป็นความบกพร่องของ EF ประมาณ 30% คือ เด็กที่มีความบกพร่องอย่างชัดเจน 16% และบกพร่องเล็กน้อย 14% ซึ่งใกล้เคียงกับจำนวนเด็กที่มีปัญหาด้าน EF ลำช้า คือ พบประมาณ 29% โดยเป็นเด็กที่มีพัฒนาการด้าน EF ต่ำกว่าเกณฑ์ชัดเจน 14% และต่ำกว่าเกณฑ์เล็กน้อย 15% ทั้งนี้ทักษะสมองด้าน EF ที่เป็นปัญหามากอันดับ 1 คือปัญหาด้านการหยุดยั้ง หรือยับยั้งชั่งใจ อันดับที่ 2 ปัญหาด้านความจำขณะทำงาน และปัญหาอันดับที่ 3 ปัญหาการควบคุมอารมณ์ ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลด้านลบต่อความพร้อมและความสำเร็จทางการเรียนในระดับสูงขึ้นไป

การส่งเสริมด้านกลุ่มทักษะพื้นฐาน เพราะคือความสามารถของสมองที่ใช้ในการจำข้อมูลจัดระบบและหยิบใช้ข้อมูลต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการได้รับประสบการณ์ต่างๆ หลากหลายรูปแบบจะถูกเก็บรักษาอยู่ในสมองหรือ working Memory จะปลุกให้ข้อมูลเคลื่อนไหวและเลือกข้อมูลขึ้นที่เหมาะสมออกมาใช้ความจำเพื่อใช้งานจึงมีบทบาทสำคัญมากในชีวิตตั้งแต่การคิดเลขในใจการจดจำสิ่งที่อ่านเพื่อนำมาประมวลให้เกิดความเข้าใจตลอดจนการจำกฎกติกาเพื่อนำมาปฏิบัติใช้ความสามารถนี้จะช่วยให้เด็กจดจำกติกาในการเล่นและลำดับขั้นตอนในการ

เก็บของเข้าที่ได้อ และการยังคิดไตร่ตรอง inhibitory control คือความสามารถที่เราใช้ในการควบคุมกลั่นกรองความคิด และหยุดคิดก่อนที่จะลงมือทำให้เราสามารถคัดเลือกมีความจดจ่อรักษาระดับความใส่ใจ จัดลำดับความสำคัญ และกำกับการกระทำ ความสามารถนี้จะช่วยให้เด็กรู้จักอดทน รอคอย รอเป็น รอได้ไม่แฉงคิว ไม่หียบฉวยของผู้อื่นมาเป็นของตนเองเพราะความอยากได้ และการยืดหยุ่นความคิด shifting/cognitive flexibility คือความสามารถที่จะปรับตัวเข้ากับข้อเรียกร้องของสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ไม่ว่าจะเปลี่ยนไป ลำดับความสำคัญเปลี่ยน หรือเป้าหมายเปลี่ยน ความสามารถนี้จะช่วยให้เด็กสนุกกับการปรับเปลี่ยนวิธีเล่นให้มีความหลากหลาย แปลกใหม่ ช่วยปรับตัวปรับใจยอมรับได้ดี ในสถานการณ์ที่ไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง Health Promotion ThaiHealth and RLG Institute Rakluke Learning Group, 2019)

หนังสือนิทานสามารถสร้างเด็กได้มากมายและมีงานวิจัยชี้ชัดว่าการจะสร้าง EF ให้แก่ เด็กปฐมวัยได้อย่างมีประสิทธิภาพควรเริ่มตั้งแต่แรกเกิด - 6 ปี และหนังสือนิทานก็เป็นเครื่องมือสำคัญของคุณครูในการช่วยพัฒนาและสร้างเสริมทักษะ EF ของเด็ก ก่อเกิดความองกวมทางกายก่อก่อเกิดทักษะต่างๆ รวมถึงปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ทักษะคิดในการมองโลก และสามารถกำหนดอนาคตทิศทางการได้ด้วยว่าจะเจริญเติบโตไปในทิศทางใด เพราะฉะนั้นถ้าหากครูหรือพ่อแม่ ผู้ปกครองจะเล่านิทานให้เด็กนั่งต้องศึกษานิทานเรื่องนั้นๆ ก่อน เพื่อให้เข้าใจกระบวนการส่งเสริม EF เนื่องจากนิทานบางเรื่องอาจมีปัจจัยส่งผลต่อการสร้าง EF กล่าวคือ การแก้ไขปัญหาที่รุนแรง เช่น การลงโทษด้วยการตี หรือการว่ากล่าวที่รุนแรง ความเศร้า ความโดดเดี่ยว และความกลัวสิ่งต่างๆ เหล่านี้ หากใช้นิทานช่วยพัฒนา EF จะสำเร็จได้ต้องเริ่มจากครูพ่อแม่ ผู้ปกครอง เปิดใจและปรับตัวเองไม่ยึดติด

กับการสอนแบบเดิมๆ ต้องใช้นิทานเป็นกิจกรรม ให้เด็กได้มีโอกาสเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ฝึกการ ตั้งใจท้อ และการแก้ไขปัญหาต่างๆ อย่าง สร้างสรรค์ที่บูรณาการสอดแทรกทักษะ EF ที่มี อยู่ในนิทานให้เด็กได้ลงมือทำในรูปแบบที่หลากหลาย เพื่อฝึกฝนสร้างเสริมทักษะสมอง EF ด้าน ต่างๆ ของเด็กให้เกิดการเรียนรู้และแข็งแรงยั่งยืน

ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่จะ ศึกษาเรื่อง ผลการใช้นิทานเพื่อพัฒนา EF (Executive Functions) ของเด็กปฐมวัยด้านกลุ่ม ทักษะพื้นฐาน ได้แก่ 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยังคิดไตร่ตรอง และ 3) ทักษะการ ยืดหยุ่นความคิด เพราะสอดคล้องกับผลการศึกษา EF ที่เป็นปัญหาใน 3 อันดับดังที่กล่าวมาเบื้องต้น โดยการใช้นิทานเป็นสื่อในการพัฒนา EF พัฒนา เด็กปฐมวัยให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการพัฒนาทักษะ EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐานของ เด็กปฐมวัยโดยใช้นิทาน
2. เพื่อเปรียบเทียบการพัฒนาทักษะ EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐานของ เด็กปฐมวัยจากการใช้นิทานและการติดตามผล การปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน กิจกรรมเสรี ด้าน ทักษะพื้นฐานก่อนและหลังการใช้นิทาน

### สมมติฐาน / ใจท้อวิจัย/ คำถามการวิจัย

#### สมมติฐาน

เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการ ฟังนิทาน และทำกิจกรรมหลังการฟังนิทาน EF

(Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐาน ด้าน 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยังคิด ไตร่ตรอง และ3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิด ของ เด็กแตกต่างกัน

#### ใจท้อวิจัย

เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการ ฟังนิทาน และทำกิจกรรมหลังการฟังนิทาน EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐาน ด้าน 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยังคิด ไตร่ตรอง และ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิด ของ เด็กมีความแตกต่างกันอย่างไร

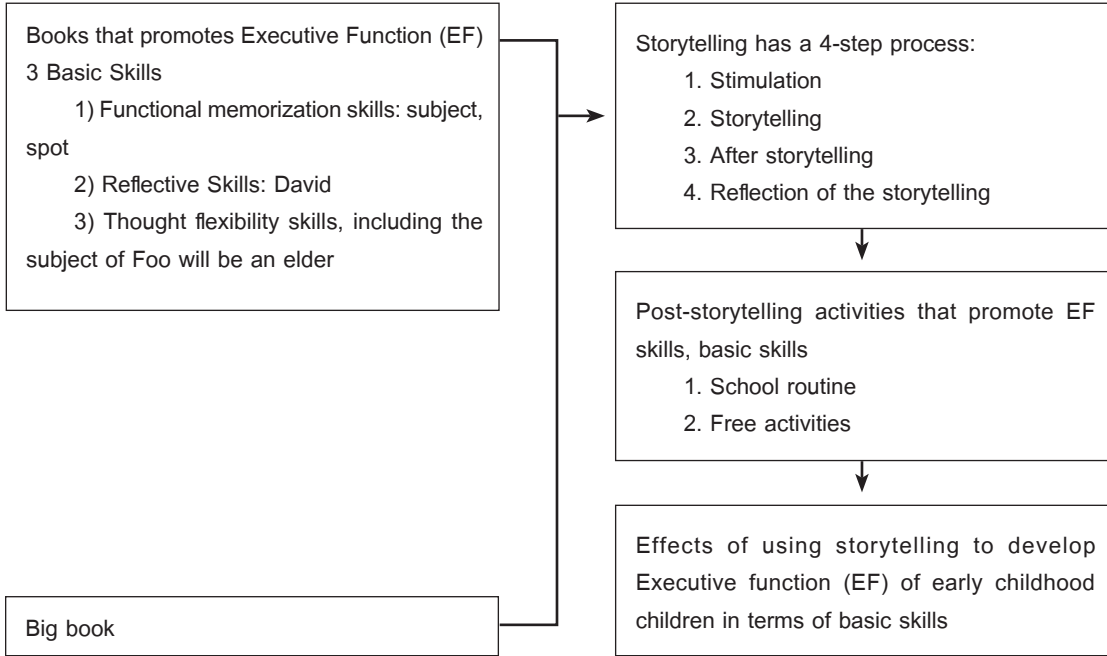
#### คำถามการวิจัย

เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการ ฟังนิทาน และทำกิจกรรมหลังการฟังนิทาน EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐาน ด้าน 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยังคิด ไตร่ตรอง และ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิดของ เด็กแตกต่างกันหรือไม่

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นแนวทางการจัดกิจกรรมการเล่า นิทานสำหรับครูปฐมวัยที่ใช้นิทานเพื่อส่งเสริม EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐานของ ปฐมวัย ที่ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ 1) ทักษะการ จำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยังคิดไตร่ตรอง และ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิด
2. เป็นแนวทางการจัดประสบการณ์การ เรียนรู้ และการจัดกิจกรรมในชีวิตประจำวัน สำหรับครูปฐมวัยเพื่อส่งเสริมพัฒนาเด็กปฐมวัย ให้มี EF (Executive Function) กลุ่มทักษะ พื้นฐานที่ดีขึ้น เพื่อส่งเสริมและพัฒนา EF (Executive Functions) ด้านอื่นๆ อีกต่อไป

### กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา



### นิยามศัพท์เฉพาะ

EF (Executive Functions) หมายถึง ความสามารถที่เกิดจากการทำงานของสมองส่วนหน้าที่ช่วยให้คนเราสามารถควบคุม ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ตนต้องการสำเร็จ ซึ่งได้รับการฝึกฝนพัฒนาจนเป็นทักษะสมอง ทำให้คิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น อยู่กับคนอื่นเป็น และมีความสุขเป็น จึงเป็นทักษะที่มีความสำคัญทั้งต่อความสำเร็จในการเรียน การทำงานอาชีพ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการสร้างสัมพันธ์ภาพกับคนอื่น ๆ ต่อไปตลอดชีวิต

องค์ประกอบ EF (Executive Functions) หมายถึง องค์ประกอบ 3 กลุ่ม 9 ด้าน คือ 1. กลุ่มทักษะพื้นฐาน ได้แก่ 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง และ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิด 2. กลุ่มทักษะกำกับตนเอง ได้แก่ 1) ทักษะการจดจ่อใส่ใจ 2) ทักษะการควบคุม

อารมณ์ และ 3) ทักษะการติดตามประเมินตนเอง และ 3. กลุ่มทักษะปฏิบัติ ได้แก่ 1) ทักษะการริเริ่มและลงมือทำ 2) ทักษะการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ และ 3) ทักษะการมุ่งเป้าหมาย

EF (Executive Functions) กลุ่มทักษะพื้นฐาน หมายถึง กลุ่มทักษะเบื้องต้นหรือกลุ่มทักษะอันดับแรกๆ ที่ประกอบด้วย 3 ด้านจำเป็นสำหรับเด็กปฐมวัย คือ 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง และ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิด

ทักษะการจำเพื่อใช้งาน (Working Memory) หมายถึง ความสามารถในการจดจำสิ่งต่างๆ หรือเป็นการเก็บข้อมูลจากประสบการณ์ที่ผ่านมาของเด็กปฐมวัย เพื่อนำประสบการณ์เหล่านั้นออกมาใช้ตามความสามารถและตามสถานการณ์ต่างๆ ที่พบเจอได้ดียิ่งมีประสิทธิภาพตามวัย ประกอบด้วย การสนใจฟัง การสนใจถามคำถาม การเล่าเรื่องราวต่างๆ การ

อ่านภาพ การอ่านนิทานตามภาพในสถานการณ์ต่างๆ การเขียนการวาดต่างๆ ด้วยวิธีที่คิดขึ้นเอง การช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน และการมีวินัยในตนเอง

ทักษะการยับยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control) หมายถึง ความสามารถในการยับยั้งตนเอง ควบคุมตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์ การแสดงพฤติกรรมตามความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมตามความสามารถและตามสถานการณ์ต่างๆ ที่พบเจอได้เป็นอย่างดี มีประสิทธิภาพตามวัย ประกอบด้วย การแสดงออกทางอารมณ์ความรู้สึกด้วยพฤติกรรม สีหน้า ท่าทางอย่างเหมาะสม การกล้าพูดกล้าแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆ อย่างเหมาะสม และการยอมรับความเหมือนความต่างระหว่างบุคคล

ทักษะการยืดหยุ่นความคิด (Cognitive Flexibility) หมายถึง ความสามารถในการปรับเปลี่ยนความคิดให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไปยืดหยุ่นพลิกแพลงเป็น เห็นทางออกใหม่ๆ ไม่ยึดติด และมีวิธีการที่หลากหลายในการคิดตามความสามารถและตามสถานการณ์ต่างๆ ที่พบเจอได้เป็นอย่างดี มีประสิทธิภาพตามวัย ประกอบด้วย การมีความสามารถในการคิดรวบยอด การมีความสามารถในการคิดเชิงเหตุผล การมีความสามารถในการคิดแก้ปัญหาและการตัดสินใจ

นิทานส่งเสริม EF (Executive Functions) หมายถึง หนังสือนิทานที่มีเนื้อหาส่งเสริม EF (Executive Function) ด้านทักษะพื้นฐาน นำมาพัฒนาโดยการสร้างเป็นหนังสือนิทานเล่มใหญ่ big book เพื่อใช้เป็นเครื่องมือหรือสื่อประกอบการสอนที่ดึงดูดความสนใจของเด็ก ให้ครูได้นำมาใช้เล่านิทานให้เด็กฟัง และพัฒนาสร้างเสริมทักษะ EF ของเด็กกลุ่มทักษะพื้นฐาน ได้แก่ 1) ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ด้านทักษะการยับยั้ง

ไตร่ตรอง และ 3) ด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด

การเล่านิทาน หมายถึง การนำเอาเนื้อเรื่องนิทานมาใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่เด็ก เช่น การลดความตึงเครียดที่จัดความเบื่อหน่ายของเด็กในขณะที่เรียน การนำเข้าสู่บทเรียน การเตรียมความพร้อม หรือการนำเนื้อเรื่องนิทานมาใช้ในกระบวนการเรียนการสอน การเล่าเรื่อง การสนทนาโต้ตอบ อภิปราย ชักถาม แสดงข้อคิดเห็น แสดงท่าทางประกอบเรื่องราวของนิทาน และก็สอดแทรกคติ คุณธรรมเพื่อสอนใจ โดยมีกระบวนการเล่านิทานทั้งหมด 4 ขั้นตอน ดังนี้ ขั้นตอนกระตุ้น ขั้นตอนการเล่า ขั้นตอนหลังการเล่า และขั้นสะท้อนคิดหลังการเล่านิทาน

กิจกรรมหลังการเล่านิทาน หมายถึง กิจกรรมที่จัดให้เด็กปฐมวัยได้เรียนรู้ด้วยตนเอง โดยใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า และการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย เพื่อปฏิบัติกิจกรรมหลังจากที่ได้ฟังนิทานส่งเสริม EF (Executive Functions) ด้านทักษะพื้นฐาน โดยครูบูรณาการเชื่อมโยงเนื้อหาในนิทานที่เล่าให้เด็กฟังสู่กิจกรรมในชีวิตประจำวัน และกิจกรรมเสรีเพื่อฝึกทักษะพื้นฐาน

ผลการใช้นิทานเพื่อพัฒนา EF หมายถึง ผลการเรียนรู้โดยใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า และการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย ในการปฏิบัติกิจกรรมหลังจากการฟังนิทานส่งเสริม EF (Executive Functions) ด้านทักษะพื้นฐาน ทั้ง 3 ด้าน คือ 1) ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน เด็กปฐมวัยสามารถจดจำสิ่งต่างๆ หรือเป็นการเก็บข้อมูลจากประสบการณ์ที่ผ่านมาของเด็กปฐมวัย เพื่อนำประสบการณ์เหล่านั้นออกมาใช้ตามความสามารถและตามสถานการณ์ต่างๆ ที่พบเจอได้เป็นอย่างดี มีประสิทธิภาพตามวัย 2) ด้านทักษะการยับยั้งคิดไตร่ตรอง เด็กปฐมวัยสามารถในการยับยั้งตนเอง ควบคุมตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์ การแสดงพฤติกรรมตามความ

ต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมตามความสามารถและตามสถานการณ์ต่างๆ ที่พบเจอได้ได้อย่างมีประสิทธิภาพตามวัย และ 3) ด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด เด็กปฐมวัยสามารถปรับเปลี่ยนความคิดให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไปยืดหยุ่นพลิกแพลงเป็น เห็นทางออกใหม่ๆ ไม่ยึดติด และมีวิธีการที่หลากหลายในการคิดตามความสามารถและตามสถานการณ์ต่างๆ ที่พบเจอได้ได้อย่างมีประสิทธิภาพตามวัย

เด็กปฐมวัย หมายถึง เด็กชาย - เด็กหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 3 ขวบ ถึง 3 ขวบ 11 เดือน 29 วัน เป็นนักเรียนระดับชั้นอนุบาล 1 โรงเรียนเทศบาล 4 บ้านกุบ่อปิด รวม 15 คน

### วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอนดังนี้

#### ขอบเขตของการวิจัย ประชากร

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้คือนักเรียนในระดับชั้นอนุบาล 1-3 โรงเรียนเทศบาล 4 บ้านกุบ่อปิด สังกัดองค์การบริหารส่วนท้องถิ่นจังหวัดเลย ที่เปิดสอนในระดับชั้นอนุบาลตั้งแต่อายุ 3 ขวบ ถึง 6 ขวบ มีนักเรียนทั้งหมดจำนวน 15 คน

#### กลุ่มตัวอย่าง

การเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) คือ นักเรียนในระดับชั้นอนุบาล 1 อายุ 3 ขวบ ถึง 3 ขวบ 11 เดือน 29 วัน โรงเรียนเทศบาล 4 บ้านกุบ่อปิด มีทั้งหมดจำนวนนักเรียนทั้งหมด 15 คน โดยมีเกณฑ์การเลือกแบบเจาะจงจากคะแนนทดสอบก่อนการเล่านิทานที่เด็กมีคะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด

#### ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง

ทำการวิจัยในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ใช้เวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ

3 วัน คือวันจันทร์ วันอังคาร และวันพุธ ใช้เวลาวันละ 40 นาที ช่วงเวลา 15.00 - 15.40 นาที ของกิจกรรมประจำวัน และ กิจกรรมเสรี รวมทั้งสิ้น 24 ครั้ง นี้สามารถยืดหยุ่นตามความสนใจของเด็ก

#### ขอบเขตด้านเนื้อหา

1. EF (Executive Function) กลุ่มทักษะพื้นฐาน 3 ด้าน

- 1.1 ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน
- 1.2 ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง
- 1.3 ด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด

2. สมองกับการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย

3. นิทานที่ส่งเสริม EF (Executive Function)

- 3.1 นิทานเรื่อง จูด
- 3.2 นิทานเรื่อง เดวิดไปโรงเรียน
- 3.3 นิทานเรื่องขนฟูจะเป็นพี่

4. กิจกรรมการเล่านิทานเล่มใหญ่ Big book มีกระบวนการเล่านิทาน 4 ขั้นตอน ดังนี้

- 4.1 ขั้นตอนกระตุ้น
- 4.2 ขั้นตอนการเล่า
- 4.3 ขั้นตอนหลังการเล่า
- 4.4 ขั้นตอนสะท้อนคิดหลังการเล่านิทาน

5. กิจกรรมหลังการฟังนิทาน

#### ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา

##### ตัวแปรต้น (Independent variable)

- กิจกรรมการเล่านิทานเล่มใหญ่ big book โดยใช้หนังสือนิทานที่ส่งเสริม EF (Executive Function) กลุ่มทักษะพื้นฐาน ด้าน 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง และ 3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิดของเด็กปฐมวัย

### ตัวแปรตาม (Dependent variable)

- ผลการใช้นิทานเพื่อพัฒนา EF ได้แก่

- 1) การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันในโรงเรียน และ
- 2) การปฏิบัติกิจกรรมเสรี ที่สะท้อนให้เห็นผล EF (Executive Function) กลุ่มทักษะพื้นฐาน ด้าน
  - 1) ทักษะการจำเพื่อใช้งาน 2) ทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง และ3) ทักษะการยืดหยุ่นความคิดของเด็กปฐมวัย

### ขอบเขตด้านระยะเวลา

- ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการทดลองในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ใช้เวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ วันอังคาร และวันพุธ ใช้เวลาวันละ 40 นาที ช่วงเวลา 15.00 -15.40 นาที ของกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสรี ทั้งนี้สามารถยืดหยุ่นตามความสนใจของเด็ก

### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### ประกอบด้วย

1) นิทานที่ส่งเสริม EF (Executive Function) จำนวน 3 เรื่อง คือ นิทานเรื่อง จูต นิทานเรื่อง เดวิดไปโรงเรียน และนิทานเรื่อง ชนฟูจะเป็นพี่ โดยนำมาพัฒนาขึ้นเป็นนิทานเล่มใหญ่ Big Book

2) แผนการจัดกิจกรรมการเล่านิทานเล่มใหญ่ Big book

3) แบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสรี ก่อน-หลังการฟังนิทานส่งเสริม EF (Executive Function) กลุ่มทักษะพื้นฐาน 3 ด้าน คือ ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง และด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด

4) แบบบันทึกการปฏิบัติงานของเด็ก

ขั้นตอนในการสร้างแผนการจัดกิจกรรมการเล่านิทาน

1) ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับทฤษฎีหลักการ EF (Executive Function) และจากเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเล่านิทานจากหนังสือนิทานเล่มใหญ่ หรือ Big Book

2) ดำเนินการเลือกสาระและสร้างนิทานเล่มใหญ่ หรือ Big Book จากหนังสือนิทานต้นแบบทั้ง 3 เล่ม คือ นิทานเรื่อง จูต นิทานเรื่อง เดวิดไปโรงเรียน และนิทานเรื่องชนฟูจะเป็นพี่

2.1 เขียนโครงร่างนิทานตามเล่มต้นแบบคุณลักษณะของเด็กปฐมวัย ในประเด็นดังนี้

1) ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ประกอบด้วย การสนใจฟัง การสนใจถามคำถาม การเล่าเรื่องราวต่างๆ การอ่านภาพ การอ่านนิทานตามภาพในสถานการณ์ต่างๆ การเขียนการวาดต่างๆ ด้วยวิธีที่คิดขึ้นเอง การช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน และการมีวินัยในตนเอง

2) ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง ประกอบด้วย การแสดงออกทางอารมณ์ความรู้สึกด้วยพฤติกรรม สีหน้า ท่าทางอย่างเหมาะสม การกล้าพูดกล้าแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆ อย่างเหมาะสม และการยอมรับความเหมือนความต่างระหว่างบุคคล

3) ด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด ประกอบด้วย การมีความสามารถในการคิดปรับเปลี่ยน การรวบรวม การมีความสามารถในการคิดเชิงเหตุผล การมีความสามารถในการคิดแก้ปัญหาและการตัดสินใจ

2.2 บูรณาการและสอดแทรกตามเนื้อหาในนิทานเล่มต้นแบบ ที่กำหนดกลุ่มทักษะพื้นฐานตามนิยามศัพท์การวิจัย โดยจำแนกออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1) ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ทักษะการฟัง และทักษะการพูด

2) ด้านทักษะการยังคิดไตร่ตรอง ทักษะการแสดงออก และการควบคุมอารมณ์ให้แสดงออกตามสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม

3) ด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด ทักษะการคิดปรับเปลี่ยน และทักษะการแก้ปัญหา

2.3 หาประสิทธิภาพของกิจกรรม Big Book นิทานที่ส่งเสริม EF (Executive Function) ตามเกณฑ์ 80/80 พบว่า มีประสิทธิภาพโดยรวม  $E_1/E_2 = 83.72/86.24$  เมื่อพิจารณาแต่ละเล่ม มีประสิทธิภาพดังนี้ เล่มที่ 1 นิทานเรื่อง จุด  $E_1/E_2 = 84.86/85.43$  เล่มที่ 2 นิทานเรื่อง เดวิดไปโรงเรียน  $E_1/E_2 = 80.29/84.00$  เล่มที่ 3 นิทานเรื่องขนฟู จะเป็นพี่  $E_1/E_2 = 83.71/84.57$

2.4 กำหนดประเด็นติดตามผลการปฏิบัติ กิจกรรมหลังการฟังนิทานในกิจกรรมกิจวัตรประจำวันและกิจกรรมเสริมตามนิทานแต่ละเรื่องให้สอดคล้องกับจุดประสงค์ของนิทาน รวมทั้งหมด 3 เรื่อง

2.5 สร้างกรอบแนวคิดของแผนการจัดการ กิจกรรมการเล่านิทาน ประกอบด้วย

- 1) กำหนดจุดประสงค์
- 2) กำหนดเนื้อหา/ประสบการณ์สำคัญ
- 3) กำหนดกิจกรรมการเล่านิทาน ประกอบด้วย

3.1 ขั้นตอนกระตุ้น

3.2 ขั้นตอนการเล่า

3.3 ขั้นตอนหลังการเล่า

3.4 ขั้นสะท้อนคิดหลังการเล่านิทาน

4) กำหนดสื่อที่จะใช้ประกอบกิจกรรมการเล่านิทานและการทำ big book

5) กำหนดการประเมินผล

2.5 นำแผนการจัดการกิจกรรมการเล่านิทานเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เพื่อประเมิน

ความตรงของเนื้อหา และนำผลการประเมินไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญที่มีความคิดเห็นตรงกันอย่างน้อย 2 ใน 3 ท่าน โดยผู้เชี่ยวชาญให้มีการแก้ไข ดังนี้

2.5.1) ปรับ เนื้อเรื่องในแผนการจัดการ กิจกรรมการเล่านิทานให้สอดคล้องกับจุดประสงค์

2.5.2) ปรับ กิจกรรมให้มีความเหมาะสมและตรงกับจุดประสงค์ในการเล่า

2.5.3) ปรับคำถามในขั้นเล่านิทาน ควรใช้คำพูดที่แตกต่างกันในการถาม เพื่อให้การเล่ามีความน่าสนใจ และน่าติดตาม โดยมีรายชื่อนักผู้เชี่ยวชาญดังต่อไปนี้

1. นางศิริวัลย์ ชานุชิต ครูปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลเลย จังหวัดเลย

2. นางสาวสงกรานต์ อนุสุเรนทร์ ครูปฐมวัย โรงเรียนบ้านห้วยเหล็ก จังหวัดเลย

3. ดร.จินตนา สุขสำราญ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

2.6 ได้นำแผนการจัดการกิจกรรมการเล่านิทานที่แก้ไขสมบูรณ์ไปทดลองใช้กับเด็กปฐมวัยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุดแล้วนำข้อมูลจากการทดลองใช้มาปรับปรุงเพื่อให้มีความสมบูรณ์ที่สุด

2.7 จัดทำแผนการจัดการกิจกรรมหลังการเล่านิทานที่สมบูรณ์

ขั้นตอนในการสร้างแบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสริม

1) ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับทฤษฎีหลักการ EF (Executive Function) และจากเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มทักษะพื้นฐาน 3 ด้าน คือ ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ด้านทักษะการยังคิดไตร่ตรอง และด้านทักษะการ

ยืดหยุ่นความคิด เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างนำแบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสรี หลังการฟังนิทาน

2) สร้างแบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสรี หลังการฟังนิทาน กลุ่มทักษะพื้นฐาน 3 ด้าน คือ ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง และด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด จำนวน 2 ชุด รวม 20 ข้อ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ชุดที่ 1 แบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน

1. ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ทักษะการฟัง และทักษะการพูด จำนวน 6 ข้อ

2. ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง ทักษะการแสดงออก และการควบคุมอารมณ์ ให้แสดงออกตามสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม จำนวน 6 ข้อ

3. ด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด ทักษะการคิดปรับเปลี่ยน และทักษะการแก้ปัญหา จำนวน 8 ข้อ

ชุดที่ 2 แบบทดสอบกิจกรรมเสรี

1. ด้านทักษะการจำเพื่อใช้งาน ทักษะการฟัง และทักษะการพูด จำนวน 6 ข้อ

2. ด้านทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง ทักษะการแสดงออก และการควบคุมอารมณ์ ให้แสดงออกตามสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม จำนวน 6 ข้อ

3. ด้านทักษะการยืดหยุ่นความคิด ทักษะการคิด และทักษะการแก้ปัญหา จำนวน 8 ข้อ

3) นำแบบทดสอบทั้ง 2 ชุด เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบความ

เที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่า IOC แล้วนำคะแนนที่ได้จากการลงความเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านหาค่าดัชนี ความสอดคล้อง IOC มีค่าเท่ากับ 0.67-1.00 จำนวน 20 ข้อ และหาค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.70 เพื่อให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ที่ศึกษาแล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ดังรายชื่อดังต่อไปนี้

1. รองศาสตราจารย์ ดร.รัศมี ดันเจริญ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลธิป สมานิติ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาภาคการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

3. ดร.จินตนา สุขสำราญ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

4) ได้นำแบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสรี ที่แก้ไขสมบูรณ์ไปทดลองใช้กับเด็กปฐมวัยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุดแล้วนำข้อมูล จากการทดลองใช้มาปรับปรุงเพื่อให้มีความสมบูรณ์ที่สุด

5) จัดทำแบบทดสอบกิจกรรมประจำวันในโรงเรียน และกิจกรรมเสรีที่สมบูรณ์

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ได้ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ One Group Pre-test Post-test Design (Wongkamalasai, 2005) โดยมีลักษณะการวิจัยดัง Table 1