

The Impact of the 101s Positive Discipline Techniques for Parents on 101s Parenting Practices, Executive Function and Social – Emotional Skills in Preschoolers¹

Wanpen Ritthita², Panadda Thanasetkorn^{3*}, and Patcharin Seree⁴

Received: March 5, 2024 Revised: April 30, 2024 Accepted: May 29, 2024

Abstract

Previous research in Thailand in the impact of the 101s Positive Discipline (The 101s) program has showed positive impacts on parenting practices and children's executive function (EF) skills. While parents needed the most to enhance their parenting skills during the quarantine period of the Covid epidemic, they could not attend on-site training program. Therefore, the 101s program for training parents both on-site and online was developed. This study aimed to examine the impact of the 101s on-site and online program on 101s parenting practice, EF skills and social - emotional skills in preschoolers. The quasi-experimental research with one group pretest and posttest was designed. The sample was 19 parents and 19 preschoolers at National Institute of Child Health. The parent sample attended one on - site session of the 101s program, 4 E-Learning sessions and 7 online group discussions. The instruments included the 101s Parent Interaction Checklist, the 101s Social- Emotional Skills Checklist and MU.EF-101. The data was analyzed using descriptive and inferential statistics including Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Test and Dependent Sample t-test. The results showed that when comparing to the pretest, parents significant had higher posttest - mean scores on 101s parenting practices and the preschoolers significantly had higher posttest - mean scores on EF and social– emotional skills ($p < 0.05$). The findings suggested that educators and organizations working with children and family could use the 101s online - training program as an alternative for promoting positive parenting skills in parents during quarantine period and in countryside.

Keywords: The 101s positive discipline technique, positive parenting practice, executive function, social-emotional skills

¹ The papers submitted in partial fulfillment of Master's Thesis in Human Development, National Institute for Child and Family Development, Mahidol University

² Graduate Student, Master's degree in Human Development, National Institute for Child and Family Development, Mahidol University

³ Assistant Professor at Human Development, National Institute for Child and Family Development, Mahidol University Email: 101panadda@gmail.com

⁴ Assistant Professor at Human Development, National Institute for Child and Family Development, Mahidol University

*** Corresponding author:**

Panadda Thanasetkorn, Human Development, National Institute for Child and Family Development, Mahidol University Email: 101panadda@gmail.com

ผลของโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่ต่อทักษะการเลี้ยงลูกด้วย เทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก ทักษะสมอง EF และทักษะทางอารมณ์สังคมในเด็กปฐมวัย¹

วันเพ็ญ ฤทธิธำ², ปณิตดา ธนเศรษฐกร^{3*}, และพัชรินทร์ เสรี⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยผลของโปรแกรม 101s การสร้างวินัยเชิงบวกในประเทศไทย พบว่าส่งผลเชิงบวกต่อทักษะการเลี้ยงดูบุตร และทักษะสมอง EF ของเด็ก ในขณะที่พ่อแม่ต้องการเพิ่มพูนทักษะการเลี้ยงดูมากที่สุดในช่วงการกักตัวจากการแพร่ระบาดของโควิด แต่ก็ไม่สามารถเข้าร่วมการอบรมนอกสถานที่ได้ ดังนั้นโปรแกรม 101s จึงถูกพัฒนาขึ้นในรูปแบบ on-site ร่วมกับ online การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรม 101s ในรูปแบบ on-site ร่วมกับ online ต่อทักษะการเลี้ยงดูด้วยเทคนิค 101s ทักษะสมอง EF และทักษะทางอารมณ์สังคมของเด็ก การวิจัยเป็นกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียว กลุ่มตัวอย่าง คือ พ่อแม่ 19 คน และเด็กปฐมวัย 19 คน ที่สถาบันพัฒนาอานามย์เด็กแห่งชาติ พ่อแม่อบรม on-site 1 ครั้ง เรียน E-Learning 4 ครั้ง ร่วมกับการสนทนากลุ่ม online 7 ครั้ง ใช้เครื่องมือ The 101s Parent Interaction Checklist, The 101s Social-Emotional Skills Checklist และ MU.EF-101 วิเคราะห์ข้อมูลด้วย Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Test และ Dependent Sample t-test ผลการวิจัยพบว่า พ่อแม่มีคะแนนทักษะการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s สูงขึ้น และเด็กมีคะแนนทักษะสมอง EF และคะแนนทักษะทางอารมณ์สังคมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) หลังจากเข้าร่วมโปรแกรม ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า นักการศึกษาและองค์กรที่ทำงานร่วมกับเด็กและครอบครัวสามารถใช้โปรแกรม 101s ในรูปแบบออนไลน์ เป็นทางเลือกในการส่งเสริมทักษะการเลี้ยงดูเชิงบวก สำหรับผู้ปกครองในช่วงระยะเวลากักตัว และในชนบทได้

คำสำคัญ: เทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก ทักษะการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก ทักษะสมอง EF ทักษะการคิดเชิงบริหาร ทักษะทางอารมณ์สังคม

¹ บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของปริญญานิพนธ์ระดับมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาการมนุษย์ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

² นักศึกษาปริญญาโท สาขาพัฒนาการมนุษย์ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล อีเมล: 101panadda@gmail.com

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

* ผู้ประพันธ์บรรณกิจ

ปณิตดา ธนเศรษฐกร สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล อีเมล: 101panadda@gmail.com

ที่มาและความสำคัญของปัญหาวิจัย

ในสถานการณ์ปัจจุบันพบว่า ปัญหาการเลี้ยงดูเด็กเกิดขึ้นมากมาย ทั้งการขาดความรู้ ขาดการฝึกระเบียบวินัย ปล่อยปละละเลยและมีการใช้ความรุนแรง ส่งผลให้เด็กได้รับผลกระทบด้านพัฒนาการทางสมอง ร่างกาย อารมณ์จิตใจ รายงานการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย ปี พ.ศ.2558 – 2559 พบว่า ร้อยละ 61.5 ของเด็ก เคยมีประสบการณ์การถูกลงโทษด้วยการทำร้ายจิตใจ และเด็กร้อยละ 55.9 เคยถูกลงโทษทางด้านร่างกาย และยังพบว่า เด็กในกลุ่มอายุ 3 - 4 ปี ที่เคยถูกลงโทษโดยใช้ความรุนแรง (ร้อยละ 80.5) มากกว่าเด็ก ในกลุ่มอายุอื่น (UNICEF Thailand and National Statistical Office of Thailand, 2016) จากข้อมูลดังกล่าว จึงเห็นได้ว่า การเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสมส่งผลกับเด็กโดยตรงไม่ว่าจะทั้งทางด้านสมอง ร่างกาย หรืออารมณ์จิตใจ

การคิดเชิงบริหาร หรือ ทักษะสมอง EF หรือ Executive Function (EF) คือ การทำหน้าที่ระดับสูงของ สมองที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ความคิด การกระทำ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย (Chutabhakdikul, 2017) ทักษะสมอง EF มีความสำคัญกับเด็กอย่างมาก โดยเฉพาะในเด็กวัยก่อนเรียนที่อายุ 3 – 6 ปี เป็นวัยที่เด็ก มีพัฒนาการหลายด้านก้าวหน้าขึ้นทั้งด้านความคิด ภาษา กล้ามเนื้อ การเคลื่อนไหวและการช่วยเหลือตนเอง มีงานวิจัยชัดเจนว่า สมองจะมีการพัฒนาทักษะสมอง EF ได้ดีที่สุดในช่วงวัย 3 - 6 ปีนี้ (Chutabhakdikul, 2017) ดังนั้นจึงควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะสมอง EF ให้กับเด็ก เพราะหากเด็กต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่เป็น ความเครียดในชีวิตหรือการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสมจนเกิดความเครียดในระดับที่เป็นพิษ (toxic stress) จะมีผลต่อ ความสามารถและศักยภาพของตัวเด็ก ซึ่งหากการตอบสนองความเครียดนั้นมากเกินไปจนไม่สามารถควบคุมได้ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อการพัฒนาของทั้งระบบประสาท ต่อมไร้ท่อและภูมิคุ้มกัน จนทำให้เกิดความ บกพร่องในการทำหน้าที่ต่างๆ ทั้งด้านสติปัญญา สังคมและอารมณ์ (Chonchaiya, 2018)

ทักษะทางอารมณ์สังคมของเด็ก กล่าวอีกนัยหนึ่งคือ เป็นทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (Social and Emotional Learning) คือ หัวใจสำคัญของการสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีทางสังคมและยังมีส่วนทำให้ เด็กดำเนินชีวิตและประสบความสำเร็จในชีวิตในโลกยุคดิจิทัลได้ แต่จากรายงาน ของ World Economic Forum (2016) มีการนำเสนอเรื่องอุปสรรคของการสร้างทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม ได้แก่ การตระหนักถึง ความสำคัญและประโยชน์ของทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมยังมีน้อย ยังขาดโปรแกรมที่ส่งเสริม การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม รวมทั้งการลงทุนและจัดสรรทรัพยากรเพื่อการพัฒนาทักษะ การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมยังมีอย่างจำกัด อุปสรรคเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาและสร้างทักษะ ทางอารมณ์สังคมของเด็กไม่มากนักน้อย จึงจำเป็นอย่างยิ่งในการสร้างความเข้าใจและเสริมสร้างทักษะในการ เลี้ยงดูเชิงบวกของครอบครัว เพื่อช่วยให้เด็กได้รับการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมมากขึ้น เพื่อให้เด็กและครอบครัวซึ่งเป็นรากฐานของชีวิตได้มีสัมพันธภาพที่ดีและได้ฝึกความร่วมมือกันในการทำงาน เป็นทีมตั้งแต่แรกเริ่มก่อนที่เด็กจะก้าวเข้าสู่สังคมภายนอกได้อย่างมีคุณภาพ

โปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก ช่วยปรับการเลี้ยงดูจากการใช้นัยเชิงลบเป็นวินัยเชิงบวก และเป็นการสร้างวินัยเชิงบวกในครอบครัวที่มีความสำคัญต่อพัฒนาการทุกย่างก้าวของเด็ก ซึ่งพบว่า ในหลาย การศึกษานั้นมีงานวิจัยที่เกี่ยวกับการใช้เทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกถูกนำมาใช้กับทั้งกลุ่มครูและผู้ปกครอง

เช่น การศึกษาผลของโปรแกรมการอบรมครูโดยใช้ 101s เทคนิคการสร้างวินัยเชิงบวกกับทักษะสมอง EF ในเด็กปฐมวัย (Sutipan et al., 2012) การศึกษาผลของโปรแกรมการอบรมผู้ปกครอง โดยใช้เทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกในกรณีศึกษาเด็กชั้นอนุบาลในกรุงเทพมหานคร (Thanasetkorn, 2009) ซึ่งจากการศึกษา งานวิจัยในการนำเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกมาใช้เพื่อปรับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก พบว่าหลายการศึกษามีคะแนนการใช้วินัยเชิงบวกมากขึ้นและมีคะแนนการใช้วินัยเชิงลบลดลง กล่าวคือ โปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกช่วยเพิ่มทักษะการสื่อสารเชิงบวกในการสนับสนุนทางอารมณ์ (emotional support) และการปรับพฤติกรรม (behavior adjustment) ขณะเดียวกันการใช้เทคนิค 101s ยังช่วยลดการใช้การสร้างวินัยเชิงลบทั้งการลงโทษด้วยคำพูด (verbal punishment) การทำร้ายจิตใจ (critical/harsh) และ การลงโทษทางกาย (physical punishment) และยังพบว่าการใช้เทคนิค 101s มีผลต่อการเพิ่มทักษะสมอง EF ให้แก่เด็กปฐมวัยด้วย

โปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก มีส่วนสำคัญในการช่วยเสริมสร้างความรู้เข้าใจให้กับพ่อแม่ ผู้ดูแลเด็กถึงวิธีการในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก มีทัศนคติและมีทักษะในการเลี้ยงดูเด็กด้วยการใช้วิธีที่เหมาะสม ไม่ใช้ความรุนแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ขณะเดียวกันเด็กจะมีส่วนร่วมในการคิดแก้ปัญหา ตัดสินใจ โดยที่พ่อแม่คอยแสดงความเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของเด็ก ให้กำลังใจและเสริมสร้างให้เด็กสามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมตนเองได้ แต่อย่างไรก็ตาม งานวิจัยที่ผ่านมาเป็นการศึกษาโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกในรูปแบบ on-site เท่านั้น ซึ่งมีข้อจำกัด คือ ผู้เข้าร่วมต้องเดินทางมายังสถานที่นัดหมายเพื่อเข้าร่วมกลุ่มอบรม ทำให้มีการสัมผัสติดต่อกันโดยตรง อาจเพิ่มโอกาสในการแพร่ระบาดของโควิด – 19 แต่เมื่อเกิดสถานการณ์การระบาดของโควิด – 19 การเรียนออนไลน์กลายเป็นวิธีใหม่ที่ทำให้ผู้เรียนสามารถเข้าถึงการเรียนรู้ได้ ซึ่งช่วยลดระยะเวลาในการเดินทาง และลดความเสี่ยงในการติดเชื้อและแพร่ระบาดของโควิด – 19 เพราะลดการสัมผัสติดต่อกันโดยตรง ดังนั้น งานวิจัยชิ้นนี้จึงเป็นการศึกษาผลของโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่ในรูปแบบผสมผสานที่มีทั้งแบบ on-site และแบบ online

วัตถุประสงค์การวิจัย

ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่ ที่มีต่อทักษะการเลี้ยงดูด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกของพ่อแม่ รวมทั้งศึกษาทักษะสมอง EF และทักษะทางอารมณ์สังคมของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังพ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม

The Wisconsin Department of Public Instruction ได้กล่าวถึง การเรียนรู้ทางอารมณ์สังคม ในรายงาน The Wisconsin Model Early Learning Standards ฉบับที่ 5 ไว้ว่า พัฒนาการด้านอารมณ์สังคมประกอบด้วย ความรู้สึกของเด็กที่เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เป็นความสามารถที่มาจากสัมพันธภาพ ความสนใจและการมีทักษะ ซึ่งจำเป็นต่อการดำรงสัมพันธภาพเชิงบวกไว้ได้ทั้งกับเด็กและผู้ใหญ่ และเป็นความสามารถในการเข้าใจมุมมอง

และความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งเป็นทักษะที่จำเป็นที่ทำให้กลุ่มประสบความสำเร็จ ทักษะทางอารมณ์สังคมเป็นสิ่งที่พัฒนาเริ่มจากการที่ไปวัยเตาะแตะและปฐมวัย และถัดไปจากนั้นอีก เด็กเริ่มมีสัมพันธภาพ โดยมีรากฐานมาจากคุณลักษณะทางอารมณ์และสังคม และผลจากพัฒนาการด้านอื่นๆ ความสามารถทางสังคมเป็นความสามารถที่ช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จในการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมขณะเดียวกันสามารถดำรงคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพเชิงบวกกับคนอื่นๆ ด้วย (Wisconsin Department of Children and Families, 2017) นอกจากนี้ยังได้แบ่งคุณลักษณะของการเรียนรู้ทางอารมณ์สังคม (Social Emotional Learning) เป็น 3 คุณลักษณะ กล่าวคือ 1) พัฒนาการด้านอารมณ์ (Emotional Development) แบ่งเป็น การแสดงออกทางอารมณ์ได้หลากหลาย และการเข้าใจและตอบสนองอารมณ์ผู้อื่น 2) อัตมโนทัศน์แห่งตน (Self-Concept) แบ่งเป็น พัฒนาการนับถือตนเองในทางบวก และแสดงให้เห็นถึงการตระหนักรู้ในตนเอง 3) สมรรถภาพทางสังคม (Social Competence) แบ่งเป็น การแสดงออกที่ทำให้เห็นถึงความผูกพัน ความไว้วางใจและความเป็นตัวของตัวเอง มีความสนใจจดจ่อต่อการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการเล่นกับผู้อื่น แสดงให้เห็นถึงการเข้าใจกฎกติกาและความคาดหวังทางสังคม และสนใจจดจ่อกับการมีพฤติกรรมในการแก้ไขปัญหาทางสังคมและเรียนรู้การแก้ไขความขัดแย้ง (Wisconsin Department of Children and Families, 2017)

องค์กร CASEL ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับการเรียนรู้ทางอารมณ์สังคมสำหรับผู้เรียนทุกช่วงวัยว่าเป็นกระบวนการส่งเสริมการเรียนรู้ที่อาศัยความร่วมมือของทั้งครอบครัว โรงเรียน และชุมชน เพื่อการพัฒนาทักษะที่สำคัญ ซึ่งนำไปสู่การสร้างเจตคติที่ดี พฤติกรรมทางสังคมเชิงบวก และยังสามารถลดปัญหาทางพฤติกรรมและอารมณ์ของเด็กได้อีกด้วย การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม ประกอบด้วยความสามารถ 5 ด้าน (Case, 2016) จากความหมายดังกล่าวที่เป็นการส่งเสริมพฤติกรรมทางสังคมเชิงบวกทางบวกและลดปัญหาพฤติกรรมและอารมณ์ของเด็ก ผู้วิจัยจึงใช้เป็นแนวคิดและคำอธิบายการเรียนรู้ทางอารมณ์สังคมของ Case (2016) มากำหนดนิยามทักษะทางอารมณ์สังคม โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1. การตระหนักรู้ตนเอง (Self-awareness) คือ ความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึก ความคิด และค่านิยมของตนเองได้ รวมถึงความสามารถในการเข้าใจสาเหตุของพฤติกรรม ประเมินจุดแข็งและข้อจำกัดของตนเองบนพื้นฐานของความมั่นใจ การมองโลกในแง่ดี และการมีกรอบความคิดแบบเติบโต
2. การจัดการตนเอง (Self-management) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อสถานการณ์ต่างๆ และสามารถตั้งเป้าหมายและลงมือปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้
3. การตระหนักรู้สังคม (Social awareness) คือ ความสามารถในการเข้าใจและเอาใจใส่ผู้อื่นที่มีพื้นฐานแตกต่างไปจากตนเองได้ รวมไปถึงสามารถทำความเข้าใจพฤติกรรมต่างๆ ที่เป็นผลมาจากสังคม ค่านิยม และจริยธรรมที่แตกต่าง และสามารถรับรู้เกี่ยวกับปัจจัยสนับสนุนต่างๆ ที่ได้รับจากครอบครัว โรงเรียน และสังคม
4. ทักษะด้านสัมพันธภาพ สามารถสร้างและรักษาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและกลุ่มคนได้ สามารถสื่อสารได้ชัดเจน ร่วมมือกับผู้อื่น ต่อต้านความไม่ถูกต้องของสังคม เจรจาต่อรองเพื่อจัดการความขัดแย้ง ร้องขอและให้ความช่วยเหลือเมื่อจำเป็นได้

5. การมีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ (Responsible decision-making) คือ ความสามารถในการคิดสร้างทางเลือกของการแสดงออกและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมบนพื้นฐานทางจริยธรรม การคำนึงถึงความปลอดภัย และบรรทัดฐานทางสังคม รวมไปถึงสามารถพิจารณาถึงสุขภาวะของตนเองและผู้อื่นได้

พัฒนาการทางสมองและทักษะสมอง EF

การศึกษาพัฒนาการสมองมนุษย์ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ พบว่า เนื้อสมองส่วน white matter ซึ่งเป็นเส้นใยประสาทและเยื่อไขมันที่หุ้มเส้นประสาทจะมีความหนาเพิ่มขึ้นในช่วงวัยเด็กจนถึงวัยรุ่น ส่วนการแตกแขนงของปลายประสาทและการสร้างจุดเชื่อมต่อสัญญาณประสาท (synapses) ในสมองส่วน Prefrontal Cortex (PFC) จะเกิดมากที่สุดในเดือน 3 - 6 ปี จากนั้นจะเกิดน้อยลงในวัยรุ่น จนมีจำนวน synapses เท่ากับผู้ใหญ่เมื่ออายุ 20 - 25 ปี (Chutabhakdikul et al., 2017) จากข้อมูลข้างต้นนั้นสอดคล้องกับ Kotchabhakdi (2018) ที่กล่าวว่า ในมนุษย์สมองส่วนที่สำคัญมากที่สุดในด้านการพัฒนาและการทำงานของสมองและจิตใจ คือ สมองส่วนหน้า (Frontal lobe) ที่อยู่ด้านหลังหน้าผากของมนุษย์หรือสมองส่วน Prefrontal Cortex เป็นสมองส่วนที่อยู่ในสมองส่วนที่สาม สมองส่วนนี้มีความสำคัญมาก เพราะเป็นสมองส่วนที่เกิดหลังสุดช่วงสองขวบปีแรกมันเพิ่งจะเริ่มสร้างเท่านั้นเอง สมองส่วนนี้จะได้รับเส้นประสาทติดต่อมาจากสมองส่วนต่างๆ เมื่อเจริญเติบโตขึ้นในช่วงต่อมา และในช่วงที่เป็นเด็กวัยเรียนและย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะเป็นส่วนที่ควบคุมร่างกายและจิตใจทั้งหมด เรียกสมองส่วนนี้ว่าเป็น “สมองส่วนการบริหาร” (Executive Function of the Brain: or EFs)

Executive function (EF) หมายความว่า การทำหน้าที่ระดับสูงของสมองที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ความคิด การกระทำ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย (Goal directed behaviors) แบ่งเป็นความสามารถของเด็กปฐมวัย 5 ด้าน (Chutabhakdikul et al., 2017) ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดและคำอธิบาย Executive function (EF) ของ Chutabhakdikul et al. (2017) มากำหนดนิยามทักษะสมอง EF โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1. การหยุด การยับยั้งพฤติกรรม (Inhibitory control) หมายถึง การยับยั้งพฤติกรรมตนเองไม่หุนหันพลันแล่น หยุดคิดก่อนทำ หยุดพฤติกรรมที่รบกวนผู้อื่นหรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน รวมถึงการยับยั้งความคิดไม่ให้คิดเรื่อยเปื่อยในเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้อง ควบคุมความคิดให้มีสมาธิจดจ่อในเรื่องที่กำลังทำ

2. การเปลี่ยนความคิด (Shift) หมายถึง เปลี่ยนความคิดได้ โดยไม่ยึดติดความคิดเดียว รู้จักเปลี่ยนมุมมอง คตินอกกรอบได้ สามารถทำงานหลายอย่างสลับไปมาได้ ความสามารถในการคิดยืดหยุ่นจะพัฒนาช้ากว่าความจำขณะทำงานและการยับยั้งพฤติกรรม

3. การควบคุมอารมณ์ (Emotional control) หมายถึง ความสามารถในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ให้เหมาะสมกับสถานการณ์

4. ความจำขณะทำงาน (Working memory) หมายถึง ความสามารถในการจำข้อมูลไว้ในใจและจัดการกับข้อมูลเหล่านั้น เพื่อทำความเข้าใจกับสิ่งต่างๆ เพื่อคิดแก้ปัญหา จำเป็นต้องอาศัยการมีความตั้งใจ จดจ่อ (attention) เป็นพื้นฐาน

5. การวางแผนจัดการ (Plan/Organize) หมายถึง การวางแผนจัดการงานให้เสร็จ ตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญของงาน เริ่มต้นลงมือทำ การไม่ติดกับปัญหาเล็กน้อยจนลืมหืมภาพรวมของงาน การคาดการณ์ ผลของการกระทำ การติดตามสะท้อนผลจากการกระทำเพื่อปรับปรุงงานให้ดีขึ้น

โปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก (101s Positive Discipline Technique)

นักวิชาการด้านการศึกษาและพัฒนาการเด็กปฐมวัย และเป็นผู้พัฒนา 101 เทคนิคการสร้างวินัยเชิงบวก (The 101s: A Guide to Positive Discipline) ผีอกบรมครู ผู้ปกครอง และเครือข่ายบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยในมลรัฐเวอร์จิเนีย ได้ให้นิยาม “การสร้างวินัยเชิงบวก” ว่าหมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่เน้น การสอน และฝึกฝนพฤติกรรมที่เหมาะสมกับพัฒนาการและศักยภาพของเด็ก ให้บรรลุเป้าหมายทั้งระยะสั้น และระยะยาว โดยไม่ใช้ความรุนแรงทั้งทางกาย วาจา และจิตใจ (Masterson & Kersey, 2013) แนวคิด Dr. Kersey เน้นที่พฤติกรรมธรรมชาติของมนุษย์ และการสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับเด็กเป็นสำคัญ (Thanasetkorn et al., 2015) และ Thanasetkorn (2009) ได้ประมวลนิยามคำว่า “การสร้างวินัยเชิงบวก” เป็น โมเดล 5 T โดยสามารถอธิบายองค์ประกอบของ 5T ได้ดังนี้ 1. พฤติกรรมเป้าหมาย (Target behavior) คือ พฤติกรรมที่ผู้เลี้ยงดูคาดหวังให้เกิดขึ้นทั้งในระยะสั้นและระยะยาว 2. การสอน (Teach) คือ การสอนวิธีการปฏิบัติ พฤติกรรมเป้าหมาย 3. การฝึกฝน (Train) คือ การฝึกฝนวิธีการปฏิบัติพฤติกรรมเป้าหมาย 4. การให้เวลา (Time) คือ การให้เวลาเด็กในการฝึกฝนพัฒนา 5. ความไว้วางใจ (Trust) คือ ความเชื่อมั่นซึ่งกันและกันระหว่างผู้เลี้ยงดู และเด็กว่ามีความสามารถในการพัฒนาไปด้วยกันได้ โดยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกนั้นครอบคลุม องค์ประกอบทั้ง 5T

ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยเลือกใช้ 11 เทคนิค ที่เหมาะสมกับบริบทในประเทศไทย (Thanasetkorn, 2009)

1. หลักการทำให้เป็นเรื่องใหญ่ (Make a Big Deal Principle) คือ การให้ความสนใจเชิงบวกกับเด็ก เวลาที่เด็กกำลังมีพฤติกรรมที่ผู้ปกครองต้องการ โดยการพูดชมเชย หรือพูดขอบคุณเด็กว่า คุณครูรู้สึกดีใจ และภูมิใจในตัวเด็กมากที่เด็กมีความประพฤติที่เหมาะสม

2. หลักการให้ทางเลือกเชิงบวก (Choice Principle) คือ การที่ผู้ปกครองเสนอทางเลือกที่ผู้ปกครองยอมรับ ได้ให้เด็ก 2 ทาง และให้โอกาสเด็กในการตัดสินใจเลือกว่าจะทำตามทางเลือกไหน

3. หลักการอะไรก่อน อะไรหลังได้ (When-Then Principle) คือ การบอกเด็กให้ทำสิ่งที่เด็กจำเป็นต้องทำ ให้เสร็จก่อน แล้วถึงจะอนุญาตให้เด็กทำในสิ่งที่เขาต้องการ

4. หลักการแสดงความเข้าใจ (Validation Principle) คือ การอธิบายความต้องการและความรู้สึก ของเด็ก เพื่อที่จะแสดงให้เด็กรู้ว่าผู้ปกครองเข้าใจว่าเขากำลังต้องการอะไร หรือกำลังมีความรู้สึกอย่างไร และการบอกเด็กเป็นนัยถึงพฤติกรรมที่ผู้ปกครองคาดหวังให้เกิดขึ้น

5. หลักการให้ความสำคัญ (Belong and Significance Principle) คือ การทำให้เด็กมีความรู้สึกว่าเขาเป็น คนสำคัญ และเป็นส่วนหนึ่งในบ้าน โดยการมอบหมายหน้าที่สำคัญ ๆ ให้เด็กได้รับผิดชอบ และพูดชมเชย เด็กว่า สิ่งต่าง ๆ จะเสร็จสมบูรณ์ไม่ได้ ถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลือจากเขา

6. หลักการมองตา (Eye-Level Principle) คือ การที่ผู้ปกครองลดระดับลงมาให้อยู่ในระดับสายตาของเด็ก และใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวลเวลาพูดคุยกับเด็ก

7. หลักการส่งความรู้สึก (I Message Principle) คือ การอธิบายด้วยน้ำเสียงเรียบ ๆ กับเด็กว่าผู้ปกครองรู้สึกอย่างไรกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็ก ผลที่ตามมาของพฤติกรรมนั้นคืออะไร และพฤติกรรมที่ผู้ปกครองต้องการให้เด็กปฏิบัติแทนคืออะไร

8. หลักการกระซิบ (Whisper Principle) คือ การใช้เสียงกระซิบ หรือใช้เสียงเบา ๆ เมื่อต้องการเรียกร้องความสนใจจากเด็ก

9. หลักการตั้งเวลา (Timer Say It's Time Principle) คือ การใช้เสียงของเครื่องจับเวลาเป็นสัญญาณบอกเด็กว่า ถึงเวลาที่เขาจะต้องทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง

10. หลักการขอความเห็นหนู (Ask the Child Principle) คือ การขอความคิดเห็นเด็กในการหาแนวทางการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

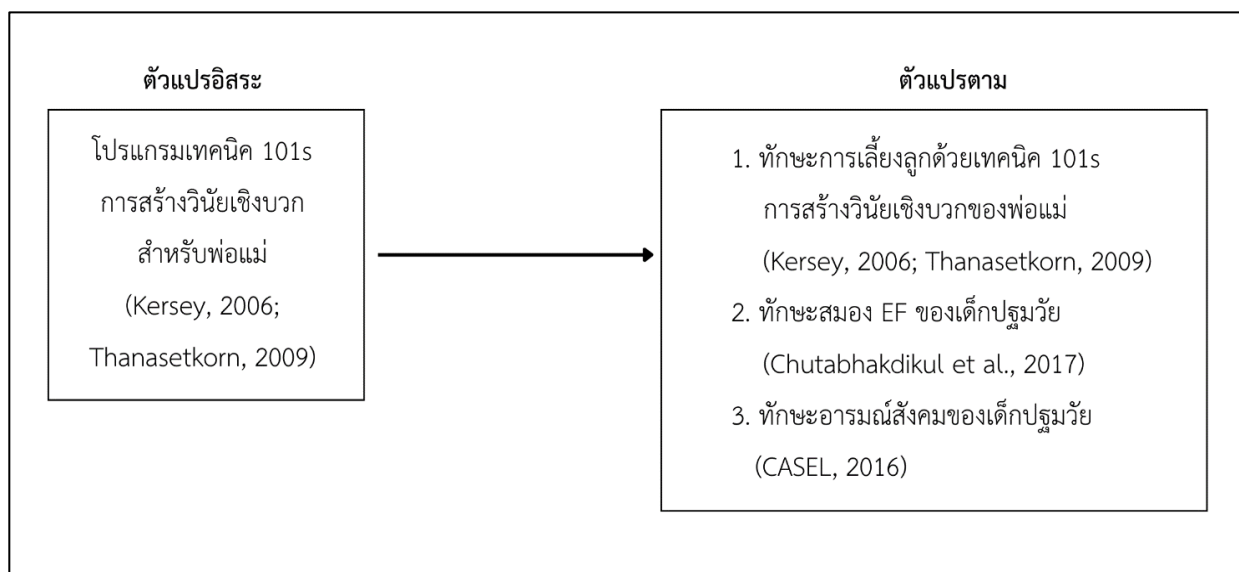
11. หลักการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม (Change of Environment Principle) คือ การเปลี่ยนกิจกรรมสภาพแวดล้อมใหม่ หรือพาเด็กไปในสิ่งแวดล้อมใหม่ เมื่อเด็กไม่สามารถหยุดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้

จากการทบทวนวรรณกรรมและวิเคราะห์แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง จึงได้นำมาพัฒนาสร้างโปรแกรมการอบรมนี้ โดยเป็นการอบรมพ่อแม่ที่เน้นการสอนและฝึกฝนพฤติกรรมที่เหมาะสมกับพัฒนาการและศักยภาพของเด็ก โดยไม่ใช้ความรุนแรงทั้งกาย วาจาและจิตใจ เน้นพฤติกรรมที่เป็นธรรมชาติของเด็ก และสามารถสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับเด็กได้เป็นสำคัญ ในรูปแบบผสมผสานทั้ง รูปแบบ on-site รูปแบบ online และ E-Learning โดยรายละเอียดจะกล่าวในหัวข้อการดำเนินการวิจัยในลำดับต่อไป

การศึกษานี้ใช้แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางอารมณ์และสังคม พัฒนาการทางสมองและทักษะสมอง EF รวมทั้งการพัฒนาโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก ด้วยรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลองกลุ่มเดียว ตัวแปรตาม คือ ทักษะการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกของพ่อแม่ ทักษะสมอง EF และทักษะทางอารมณ์สังคมของเด็กปฐมวัย สามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดังภาพประกอบ 1

ภาพประกอบ 1

กรอบแนวคิดการวิจัย



สมมติฐานการวิจัย

1. หลังเข้าร่วมโปรแกรม พ่อแม่มีคะแนนทักษะการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม
2. หลังจากพ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม คะแนนทักษะสมอง EF และคะแนนทักษะทางอารมณ์สังคมของเด็กปฐมวัยสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบกลุ่มเดียว ไม่มีกลุ่มควบคุม สำหรับการเปรียบเทียบ ดำเนินการทดลองตามแบบแผนการวิจัยกลุ่มเดียว โดยการประเมินผลก่อนและหลังการทดลอง (The One Group Pretest-Posttest Design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรของงานวิจัยนี้ ได้แก่ พ่อแม่ จำนวน 80 คน และเด็กปฐมวัยอายุ 2 – 4 ปี ของสถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ 2564 – พฤษภาคม 2564 จำนวน 80 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยไม่ใช้ความน่าจะเป็น (Non – Probability Sampling) เป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติครบถ้วนตามที่กำหนดทั้งเกณฑ์การคัดเข้าและเกณฑ์คัดออก โดยแบ่งเป็นเกณฑ์สำหรับพ่อแม่ และสำหรับเด็กปฐมวัย ดังนี้ สำหรับพ่อแม่มีเกณฑ์คัดเข้า คือ 1) พ่อแม่ของเด็กปฐมวัยที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ กรมอนามัย และเข้าอบรมโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก 2) เป็นผู้เลี้ยงดูหลักและเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยมากกว่า 6 เดือนขึ้นไป 3) มีแผนการเลี้ยงดูเด็กต่อเนื่องหลังจาก

ที่เข้าอบรมโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกมากกว่า 1 ปีขึ้นไป 4) สมัครใจและยินดีเข้าร่วมงานวิจัยนี้ โดยการลงนามแสดงความยินยอม และมีเกณฑ์คัดออก คือ 1) พ่อแม่ที่เข้าร่วมอบรมโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกน้อยกว่า 80% (น้อยกว่า 7 ครั้ง) สำหรับเด็กปฐมวัยมีเกณฑ์คัดเข้า คือ 1) เด็กปฐมวัยชาย และหญิง อายุ 2 - 4 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ กรมอนามัย 2) เด็กปฐมวัยของพ่อแม่ที่เข้าอบรมโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก 3) เด็กปฐมวัยที่พ่อแม่สมัครใจและยินดีให้เด็กเข้าร่วมงานวิจัยนี้ โดยการลงนามแสดงความยินยอม และมีเกณฑ์คัดออก คือ 1) เด็กปฐมวัยที่อยู่ในกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษ โดยมีเอกสารหลักฐานการวินิจฉัยจากทางการแพทย์ หรือเอกสารหลักฐานจากทางสถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ

เนื่องจากในช่วงที่เปิดรับสมัครการเข้าร่วมโครงการวิจัย เด็กที่สมัครเข้าเรียนในสถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติมีจำนวนน้อยลงและมีบางส่วนย้ายไปโรงเรียนอื่น ประกอบกับช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด -19 และกลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจเข้ามานั้นไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามแผนกำหนดการ เมื่อตรวจสอบตามเกณฑ์การคัดเข้าและคัดออกแล้วนั้น พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีจำนวนลดลง ด้วยเหตุนี้เองจึงทำให้มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างจริงที่ตรงตามเกณฑ์ได้เข้าร่วมงานวิจัยกลุ่มละ 19 คน คือ พ่อแม่ 19 คน และเด็กปฐมวัย 19 คน

การดำเนินการวิจัย แบ่งเป็น 3 ระยะ

1. ระยะการสำรวจปัญหาและประเมินความต้องการในการส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติได้มีการจัดทำแบบสำรวจข้อมูลในเรื่องปัญหาความกังวลแนวทางการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ความต้องการในการส่งเสริมพัฒนาการและพฤติกรรมเด็กของพ่อแม่ โดยทางสถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติเก็บข้อมูลการสำรวจผ่านทางระบบ online ผู้วิจัยจึงได้ขออนุญาตเพื่อนำข้อมูลส่วนนี้มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการประเมินความต้องการของพ่อแม่และเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาโปรแกรม

2. ระยะการพัฒนาและใช้โปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่ โปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่ (Thanasetkorn, 2009) โปรแกรมนี้จัดเป็นแบบ on-site 1 ครั้ง และมีการสนทนากลุ่มแบบ online 7 ครั้ง ร่วมกับการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการรับชมคลิปวิดีโอ (E-Learning) 4 ครั้ง โดยพ่อแม่เข้ารับการอบรมโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกและมีการติดตาม รวมทั้งหมด 8 ครั้ง จัดอบรม 1 ครั้ง/สัปดาห์ ครั้งละ 3 ชั่วโมง โดยมีรูปแบบและเนื้อหาการอบรมดังตาราง 1

ตาราง 1

รูปแบบและเนื้อหาการอบรม

ครั้งที่	รูปแบบและเนื้อหาการอบรม
1	จัดปฐมนิเทศ และอบรม on-site ณ สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ โดยมีทั้งส่วนของการบรรยาย เล่นเกม และทำกิจกรรม ประกอบด้วย หัวข้อ “การพัฒนามนุษย์ 3 มิติ” “ทักษะสมอง EF” และ “เทคนิค ปลอบ สอน ชม”
2	พ่อแม่เข้าเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการรับชมคลิปวิดีโอ (E-Learning) ในหัวข้อ “หลักการทำงานของสมอง สามส่วน” และร่วมสนทนากลุ่มในรูปแบบ online
3	พ่อแม่เข้าเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการรับชมคลิปวิดีโอ (E-Learning) ในหัวข้อ “การเข้าใจพัฒนาการเด็ก” และร่วมสนทนากลุ่มในรูปแบบ online
4	พ่อแม่เข้าเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการรับชมคลิปวิดีโอ (E-Learning) ในหัวข้อ “การเลี้ยงดูแบบกรอบแนวคิด เด็บโต” และร่วมสนทนากลุ่มในรูปแบบ online
5	พ่อแม่เข้าเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการรับชมคลิปวิดีโอ (E-Learning) ในหัวข้อ “ทักษะทางอารมณ์และ สังคม” และร่วมสนทนากลุ่มในรูปแบบ online
6	ติดตามและตรวจสอบผ่านแบบบันทึกการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกร่วมกับสนทนา กลุ่มแบบ online
7	ติดตามและตรวจสอบผ่านแบบบันทึกการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกร่วมกับสนทนา กลุ่มแบบ online
8	ติดตามและตรวจสอบผ่านแบบบันทึกการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกร่วมกับสนทนา กลุ่มแบบ online
9	กิจกรรมปิดการอบรม และถาม-ตอบข้อสงสัย ในรูปแบบ online

กระบวนการอบรมเป็นการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่อง โมเดลการพัฒนามนุษย์ 3 มิติ ซึ่งพัฒนาขึ้นโดย ผศ.ดร.ปนัดดา ธนเศรษฐกร ในปี 2552 เป็นการอธิบายถึงพัฒนาการในมิติด้านตัวตน มิติด้านพัฒนาการ 4 ด้าน คือ ร่างกาย อารมณ์จิตใจ สังคม และสติปัญญา และมิติด้านทักษะสมอง EF เพื่อแสดงให้เห็นการทำงานร่วมกัน ของสมอง และจิตใจ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรม และความสำคัญของความสัมพันธ์เชิงบวกต่อ พัฒนาการและพฤติกรรม ของเด็กปฐมวัย (Thanasetkorn, 2009) หลักการทำงานของสมองสามส่วน เทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก การเลือกใช้เทคนิค 101s ให้ตรงกับสถานการณ์ อารมณ์และพฤติกรรมเด็ก และการส่งเสริมพัฒนาการ ด้านอารมณ์และสังคมของเด็ก และมีการสนทนากลุ่มในรูปแบบ online ร่วมกับการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการ รับชมคลิปวิดีโอ (E-Learning) เป็นการบรรยายถึงสาระสำคัญของแต่ละคลิปวิดีโอ โดยพ่อแม่ที่เข้าร่วมงานวิจัย จะได้รับรหัสในการเข้ารับชมคลิปวิดีโอ และสามารถเข้าเรียนรู้ผ่านคลิปวิดีโอซ้ำได้ตลอดระยะเวลาการอบรม ซึ่งก่อนและหลังการรับชมคลิปวิดีโอทุกครั้ง พ่อแม่มีการทำข้อทดสอบเกี่ยวกับความรู้ตามเนื้อหาแต่ละคลิปวิดีโอ เพื่อประเมินความรู้ในเรื่องนั้นๆ และแต่ละคลิปมีความยาวประมาณ 20 – 25 นาที มีทั้งหมด 4 คลิป ได้แก่

1. เรื่องหลักการทำงานของสมองสามส่วน 2. เรื่องการเข้าใจพัฒนาการเด็ก 3. เรื่องการเลี้ยงดูแบบกรอบแนวคิด เด็บโต และ 4. เรื่องทักษะทางอารมณ์สังคม มีการจัดบันทึกการฝึกใช้ทักษะเทคนิค 101s ผ่านทาง online โดยบันทึกเหตุการณ์และพฤติกรรมที่เกิดขึ้น เทคนิค 101s ที่ใช้ เหตุการณ์และพฤติกรรมของเด็กปฐมวัย ที่ตอบสนองต่อเทคนิค 101s และคำถามข้อสงสัย นอกจากนี้ยังจัดให้มีการสนทนากลุ่มจากเดิมที่เป็น on-site ได้ปรับเป็นรูปแบบ online และหากพ่อแม่ท่านใดไม่สามารถเข้าร่วมการสนทนากลุ่มแบบ online ได้ ผู้วิจัยจะมีการโทรติดตาม เพื่อตอบคำถามหรือปัญหา และตรวจสอบความเข้าใจในการใช้เทคนิควินัยเชิงบวกให้ถูกต้องด้วย

3. ระยะการประเมินผลของโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่

3.1 ก่อนการเข้าอบรมครั้งที่ 1 พ่อแม่ทำแบบประเมิน The 101s Parent Interaction Checklist (PIC) และแบบประเมิน The 101s Social-Emotional Checklist และคุณครูประจำชั้นทำแบบประเมิน MU.EF-101 เพื่อประเมินทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย

3.2 ระหว่างการอบรม พ่อแม่จัดบันทึกเทคนิคที่ใช้กับเด็กและผลที่เกิดขึ้นจากการใช้เทคนิค ในแบบบันทึก จากนั้นมีการจัดทำสนทนากลุ่มแบบ online เพื่อตรวจสอบว่าพ่อแม่สามารถใช้เทคนิคได้ถูกต้อง เหมาะสมหรือไม่ อย่างไร

3.3 หลังการเข้าอบรมครั้งสุดท้าย พ่อแม่ทำแบบประเมิน The 101s Parent Interaction Checklist (PIC) และแบบประเมิน The 101s Social-Emotional Checklist และคุณครูประจำชั้นทำแบบ ประเมิน MU.EF-101 เพื่อประเมินทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่ โดยมีรากฐานจากแนวคิดของ Dr.Katharine C. Kersey นักวิชาการด้านการศึกษาและพัฒนาการเด็กปฐมวัย และ เป็นผู้พัฒนา 101s เทคนิคการสร้างวินัยเชิงบวก (The 101s: A Guide to Positive Discipline) ฝึกอบรมครู ผู้ปกครอง และเครือข่ายบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยในมลรัฐเวอร์จิเนีย (Masterson, 2008; Kersey & Masterson, 2013; Thanasetkorn, 2015) โดยมีรายละเอียดดังที่กล่าวไว้ในหัวข้อการดำเนินการวิจัย

2. แบบบันทึกใช้ในการจดบันทึกเหตุการณ์และพฤติกรรมของเด็กปฐมวัยที่เกิดขึ้น และพ่อแม่ได้นำเทคนิค 101s มาใช้ในการจัดการอารมณ์และพฤติกรรมของเด็ก รวมทั้งจดบันทึกผลหรือการตอบสนองของเด็กเมื่อพ่อแม่ ใช้เทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก

3. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของพ่อแม่ ในรูปแบบ online โดยเป็นคำถามเกี่ยวกับพ่อแม่ ประกอบด้วย ความสัมพันธ์กับเด็ก อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน (บาท)

4. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของเด็กปฐมวัย ในรูปแบบ online โดยเป็นคำถามเกี่ยวกับเด็กปฐมวัย ที่ให้พ่อแม่กรอกข้อมูล ประกอบด้วย เพศ อายุ การได้รับการวินิจฉัยจัดอยู่ในกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษ

5. แบบประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร EF (MU.EF-101) เป็นการนำแบบประเมินที่สร้างและพัฒนาโดยสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข และมหาวิทยาลัยมหิดล (Chutabhakdikul et al., 2017) มาใช้ ในงานวิจัยนี้ เป็นเครื่องมือมาตรฐานที่ใช้ประเมินพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (Executive function) หรือ

ทักษะสมอง EF ในเด็กอายุ 2-6 ปี เป็นแบบประเมินสำหรับครูผู้ดูแลเด็ก/ครูอนุบาล มีข้อคำถาม 32 ข้อ ซึ่งประเมินความถี่ของการเกิดพฤติกรรม โดยให้เลือกตอบตั้งแต่ระดับ 0 – 4 (Rating Scale) ได้แก่ 0 หมายถึง “ไม่เคย” 1 หมายถึง “1 – 2 ครั้ง/เดือน” 2 หมายถึง “1 – 2 ครั้ง/สัปดาห์” 3 หมายถึง “3 – 4 ครั้ง/สัปดาห์” และ 4 หมายถึง “ทุกวัน”

6. The 101s Parent Interaction Checklist (PIC) แบบประเมินสำหรับพ่อแม่ (Thanasetkorn et al., 2015) จัดทำในรูปแบบ online โดยข้อคำถามมีค่า IOC 0.7 และค่า Reliability 0.8 มีข้อคำถาม 22 ข้อ ซึ่งแบบประเมินแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ข้อคำถามการใช้วินัยเชิงบวก เช่น ท่านให้ความสนใจเมื่อลูก/หลาน มีพฤติกรรมเหมาะสมด้วยการชมระบุพฤติกรรมเจาะจง และคุณลักษณะที่บ่งบอกถึงพฤติกรรมนั้น เช่น “ขอบคุณ ที่ช่วยแม่จัดโต๊ะอาหารนะคะ หนูมีน้ำใจมาก” และข้อคำถามการใช้วินัยเชิงลบ เช่น “ดู หรือ ว่า เมื่อลูก/หลาน มีพฤติกรรมที่ท่านไม่ต้องการ” ซึ่งใช้มาตรวัด 4 – point Likert Scale โดยให้เลือกจาก 1 หมายถึง ไม่เคยเลย 2 หมายถึง น้อยครั้ง 3 หมายถึง บางครั้ง และ 4 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อยครั้ง

7. The 101s Social-Emotional Skills Checklist สำหรับพ่อแม่จัดทำในรูปแบบ online โดยผู้วิจัย ได้สร้างและพัฒนาแบบประเมินร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาหลัก จากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง จึงเลือกใช้กรอบแนวคิดการเรียนรู้ทางอารมณ์สังคมของ CASEL (CASEL, 2016) ผู้วิจัยจึงได้พัฒนา แบบประเมินภายใต้องค์ประกอบของ CASEL ที่เหมาะสมกับอายุเด็กและปัญหาและความต้องการของพ่อแม่ โดยข้อคำถามมีค่า IOC 0.5 และค่า Reliability 0.8 มีข้อคำถาม 30 ข้อ เช่น “ลูก/หลานสามารถบอกอารมณ์ และ/หรือความรู้สึกของตนเองได้” “ลูก/หลานชอบแย่งของจากเพื่อนหรือผู้อื่น” ซึ่งใช้มาตรวัด 4 – point Likert Scale โดยให้เลือกจาก 1 หมายถึง ไม่เคยเกิดขึ้น 2 หมายถึง น้อย 3 หมายถึง ปานกลาง และ 4 หมายถึง มาก

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อสรุปข้อมูล ที่ได้จากการศึกษา อธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย การแจกแจงความถี่ (Frequencies) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) และการ เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนก่อนและหลังได้รับโปรแกรมภายในกลุ่ม โดยใช้สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ ในกรณีที่มีการทดสอบแล้วข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติใช้การวิเคราะห์ด้วยการทดสอบค่าที แบบ Dependent Sample t-test แต่ในกรณีที่ข้อมูลแจกแจงไม่ปกติ จะเลือกใช้สถิติ Nonparametric statistics โดยใช้ Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Test ในการทดสอบ

จริยธรรมในการวิจัย

ผู้วิจัยได้รับการรับรองการทำวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน สาขาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยมีเลข COA No. 2020/185.2909 พิจารณาให้ความเห็นชอบ ตามเอกสารรับรองจริยธรรมในมนุษย์

ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

พ่อแม่ที่เข้าร่วมงานวิจัยทั้งหมด 19 คน มีความสัมพันธ์กับเด็กเป็นมารดา 17 คน และอีก 2 คนเป็นบิดา คิดเป็น 89.5% และ 10.5% ตามลำดับ ส่วนใหญ่เป็นผู้มีอายุในช่วง 36 – 40 ปี คิดเป็น 42.1 % และมีอายุในช่วง 41 – 45 ปี เพียง 5.3% มีการศึกษาระดับปริญญาตรี 36.8% รองลงมาคือระดับมัธยมศึกษา 31.6% มีอาชีพเป็นพนักงานของรัฐและข้าราชการเท่ากัน คือ 47.4% และเป็นพนักงานบริษัทเอกชน 5.3% ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน 20,001 – 30,000 บาท คิดเป็น 42.1% และมีเพียง 5.3% มีรายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือนอยู่ที่ 30,001 – 40,000 บาท และมีเด็กปฐมวัยที่เข้าร่วมงานวิจัยทั้งหมด 19 คน เป็นเด็กชาย 57.9% และเป็นเด็กหญิง 42.1% และอายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 2 ปี – 2 ปี 11 เดือน คิดเป็น 47.4% รองลงมาคือ 3 ปี – 3 ปี 11 เดือน และ 4 ปี – 4 ปี 11 เดือน คิดเป็น 36.8% และ 15.8% ตามลำดับ

2. ผลการวิเคราะห์ทักษะการเลี้ยวลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก

หลังการเข้าร่วมโปรแกรม พ่อแม่มีคะแนนทักษะการเลี้ยวลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2

แสดงผลการเปรียบเทียบทักษะการเลี้ยวลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้การทดสอบ Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Test

เข้าร่วมโปรแกรม	n	Mean	S.D.	Median	IQR	Z	P-value
ก่อนเข้าร่วม	19	63.58	7.06	62	11	-3.43*	.0005
หลังเข้าร่วม	19	78.26	8.91	82	14		

* $p < 0.05$

3. ผลการวิเคราะห์ทักษะสมอง EF

หลังการเข้าร่วมโปรแกรม เด็กปฐมวัยมีคะแนนทักษะสมอง EF โดยรวมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาทักษะสมอง EF รายด้าน พบว่า ด้านการหยุดยั้ง ด้านความจำขณะใช้งาน และด้านการวางแผนจัดการ เด็กปฐมวัยมีคะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนด้านยืดหยุ่นทางความคิด และด้านการควบคุมอารมณ์ เด็กปฐมวัยมีคะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรมและก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3

แสดงผลการเปรียบเทียบทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้การทดสอบ Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Test

การเข้าร่วม โปรแกรม	ก่อน					หลัง					Z	P- value
	Mean	Level	S.D.	Median	IQR	Mean	Level	S.D.	Median	IQR		
คะแนน โดยรวม	56.95	ดี	9.24	57	12	62.37	ดีมาก	6.26	65	10	-2.82*	.0025
ด้านการหยุด ยับยั้ง	57.26	ดี	8.65	57	10	62.58	ดีมาก	7.50	64	12	-2.87*	.002
ด้านยืดหยุ่น ทางความคิด	58.00	ดี	9.04	58	12	60.74	ดีมาก	5.85	62	7	-1.53	.0635
ด้านการ ควบคุม อารมณ์	55.42	ปาน กลาง	9.61	56	15	57.79	ดี	9.51	60	18	-1.24	.107
ด้านความจำ ขณะใช้งาน	55.89	ปาน กลาง	9.39	59	11	62.58	ดีมาก	5.14	64	7	-3.44*	.0005
ด้านการ วางแผน จัดการ	55.53	ปาน กลาง	8.71	58	10	61.32	ดีมาก	4.91	62	7	-2.96*	.0015

*p < 0.05

4. ผลการวิเคราะห์ทักษะทางอารมณ์สังคม

หลังการเข้าร่วมโปรแกรม เด็กปฐมวัยมีคะแนนโดยรวมของทักษะทางอารมณ์สังคมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาทักษะทางอารมณ์สังคมเป็นรายด้าน พบว่าด้านการตระหนักรู้ตนเอง ด้านการตระหนักรู้ทางสังคม ด้านทักษะสัมพันธ์ภาพ และด้านการรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ เด็กปฐมวัยมีคะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนด้านการจัดการตนเอง เด็กปฐมวัยมีคะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรม และก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4

แสดงผลการเปรียบเทียบทักษะทางอารมณ์สังคมของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้การทดสอบ Pairs t-Test

การเข้าร่วมโปรแกรม	n	Mean	S.D.	t	Sig
คะแนนโดยรวม					
คะแนนก่อนเข้าร่วม	19	81.89	9.03	-5.12*	0.000
คะแนนหลังเข้าร่วม	19	93.11	5.26		
ด้านการตระหนักรู้ตนเอง (self-awareness)					
คะแนนก่อนเข้าร่วม	19	12.11	1.82	-6.09*	0.000
คะแนนหลังเข้าร่วม	19	14.95	1.18		
ด้านการจัดการตนเอง (self-management)					
คะแนนก่อนเข้าร่วม	19	21.16	2.17	-0.69	.2505
คะแนนหลังเข้าร่วม	19	21.53	1.35		
ด้านการตระหนักรู้ทางสังคม (social-awareness)					
คะแนนก่อนเข้าร่วม	19	12.21	2.12	-2.49*	.0115
คะแนนหลังเข้าร่วม	19	13.42	1.12		
ด้านทักษะสัมพันธภาพ (relationship skills)					
คะแนนก่อนเข้าร่วม	19	25.21	3.69	-3.57*	.001
คะแนนหลังเข้าร่วม	19	28.84	2.59		
ด้านการรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ (responsible decision-making)					
คะแนนก่อนเข้าร่วม	19	11.21	1.99	-5.19*	0.000
คะแนนหลังเข้าร่วม	19	14.37	1.80		

*p < 0.05

การอภิปรายผลการวิจัย

ข้อค้นพบจากงานวิจัยนำไปสู่การอภิปรายผลได้ 3 ประการ ได้แก่ ประการแรก หลังการเข้าร่วมโปรแกรม พ่อแม่มีคะแนนทักษะการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งในงานวิจัยนี้ได้มีการอบรมให้ความรู้ และสร้างความเข้าใจถึงการเลี้ยงดูโดยใช้เทคนิคการสร้างวินัยเชิงบวก รวมทั้งได้ฝึกให้พ่อแม่ได้ใช้เทคนิควินัยเชิงบวกด้วย เมื่อพ่อแม่ได้เรียนรู้เทคนิคและนำไปใช้กับเด็กปฐมวัยแล้วจะมีการบันทึกผ่านทางระบบ online เพื่อให้สามารถตรวจสอบการใช้เทคนิคได้ถูกต้อง เช่น การใช้เทคนิคการชม “น่ารักมากเลยลูก ช่วยแม่รดน้ำต้นไม้ มีน้ำใจ ช่วยงานแม่ แม่หายเหนื่อยเลย” ซึ่งเทคนิคนี้ พ่อแม่ส่วนใหญ่สามารถนำไปใช้ได้ถูกต้องตามหลักการ แต่หากบางครั้งผู้ดูแลปฐมวัยใช้เทคนิควินัยเชิงบวกได้ไม่ถูกต้องทั้งหมด เช่น การใช้เทคนิคการแสดงความเข้าใจ “แม่รู้หนูเบื่อข้าว อยากกินขนม แต่ถ้าหนูกินข้าวหมดแล้วแม่อนุญาตให้หนูกินขนม 2 ห่อเลย” หากปรับให้ถูกต้อง จะสามารถปรับได้เป็น “แม่รู้หนูอยากกินขนม หนูกินข้าวเสร็จแล้วแม่ให้กินเลย” ซึ่งการบันทึกผ่านทางระบบ online นี้ เป็นกระบวนการสำคัญในการช่วยให้คำแนะนำพ่อแม่ ให้สามารถใช้เทคนิคการสร้างวินัยเชิงบวกได้ถูกต้องและเหมาะสมมากขึ้น (White et al., 2019) นอกจากการบันทึกการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกผ่านทางระบบ online เพื่อตรวจสอบและให้คำแนะนำพ่อแม่ การฝึกการใช้เทคนิคกับเหตุการณ์จริงที่เกิดขึ้น มีส่วนช่วยให้พ่อแม่ได้ฝึกทักษะการใช้เทคนิควินัยเชิงบวก ซึ่งมีบางท่านกล่าวว่า “ไม่มีปัญหาการใช้เทคนิค มีอย่างเดียวคือควบคุมอารมณ์ตนเอง” ตรงนี้เองจะทำให้พ่อแม่ตระหนักถึงการใช้นิเทศวินัยเชิงบวกมากขึ้น และบางท่านเข้าใจได้ว่าการฝึกใช้เทคนิควินัยเชิงบวกนี้ไม่ใช่การฝึกหรือปรับพฤติกรรมเด็กทั้งหมด แต่การนำเทคนิคมาใช้ควบคุมอารมณ์ และวิธีพูดของพ่อแม่เอง มีส่วนอย่างมากในการที่จะทำให้ลูกสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ เป็นกระบวนการที่มีส่วนสำคัญในการช่วยส่งเสริมพ่อแม่ให้สามารถใช้เทคนิคการสร้างวินัยเชิงบวกได้ถูกต้องและเหมาะสมมากขึ้น คือ การจัดสนทนากลุ่ม online สัปดาห์ละ 1 ครั้ง จำนวน 7 ครั้ง เพื่อตอบคำถามข้อสงสัย ตรวจสอบความเข้าใจ และความถูกต้องในการเลี้ยงลูกด้วยเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก ซึ่งพ่อแม่จะสะท้อนสิ่งที่ได้จากการใช้เทคนิคกลับมา และมีการนำประเด็นคำถามที่น่าสนใจจากการบันทึก online มาอภิปรายร่วมกัน ยกตัวอย่างเช่น บางท่านได้ใช้เทคนิคการแสดงความเข้าใจ ได้สะท้อนว่าเด็กสามารถพูดบอกอารมณ์ตนเองได้มากขึ้น จากเมื่อก่อนจะพูดแค่ความต้องการของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Thanasetkorn (2009) พบว่า การใช้เทคนิค 101s ช่วยเพิ่มทักษะการสื่อสารเชิงบวกในการสนับสนุนทางอารมณ์ของเด็ก พ่อแม่บางท่านสามารถใช้เทคนิคการชมได้ครบตรงตามรูปแบบ ได้สะท้อนว่าเด็กจะทำในสิ่งที่แม่ชมได้เอง โดยไม่โอ้อวด ขณะเดียวกันการจัดสนทนากลุ่ม ช่วยให้พ่อแม่เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งในเรื่องความเข้าใจของเทคนิค เรื่องความรู้สึกของตนเองเมื่อนำเทคนิคไปใช้ในสถานการณ์จริง และเรื่องความประทับใจในผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ส่งผลให้เกิดแรงจูงใจในการนำเทคนิคไปทดลองใช้ และการเข้าร่วมสนทนากลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

ประการที่สอง หลังจากพ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม เด็กปฐมวัยมีคะแนนทักษะสมอง EF โดยรวมสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม เมื่อพิจารณาทักษะสมอง EF รายด้าน พบว่า เด็กปฐมวัยมีคะแนนทักษะสมอง EF ด้านการหยุดยั้ง ด้านความจำขณะใช้งาน และด้านการวางแผนจัดการสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ส่วนด้าน

ยืดหยุ่นทางความคิดและด้านการควบคุมอารมณ์ เด็กปฐมวัยมีคะแนนไม่แตกต่างกันทั้งก่อนและหลังพ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม ซึ่งงานวิจัยนี้ได้มีการให้ความรู้พ่อแม่ทั้งจากวันอบรม on-site และ E-Learning โดยชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของสมองสามส่วน หน้าที่สมองแต่ละส่วน การสังเกตอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กว่าสมองส่วนไหนกำลังทำงาน เพื่อจะได้ทราบว่าเมื่อไรควรใช้เทคนิคอะไร รวมทั้งยังมีการให้คำแนะนำในเรื่องของการเลี้ยงดูที่จะส่งเสริมสมองส่วนเหตุผล และทักษะสมอง EF ด้วย ซึ่งผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาผลของการอบรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกที่มีต่อทักษะการใช้วินัยเชิงบวกของผู้ปกครอง และทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย พบว่า ในกลุ่มที่ผู้ปกครองที่เข้าอบรมนั้น เด็กมีทักษะสมอง EF เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Thanasetkorn et al., 2015) อีกงานวิจัยหนึ่งศึกษาผลของการอบรมครูในเรื่องเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกต่อการใช้อวินัยเชิงบวกของครูและทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย พบว่า มีความสัมพันธ์ในเชิงลบระหว่างคะแนนการใช้อวินัยเชิงบวกของครูกับคะแนนความบกพร่องทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย (Sutipan et al., 2012) และยังสอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาผลของโปรแกรมการใช้หนังสือนิทาน 101s ที่มีต่อทักษะสมอง EF ทักษะทางอารมณ์และสังคม และผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาในเด็กปฐมวัย ที่พบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมเด็กในกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนทักษะสมอง EF สูงกว่ากลุ่มควบคุม (Jinnatanapong et al., 2015) ทั้งนี้ การที่เด็กปฐมวัยมีทักษะสมอง EF ด้านการควบคุมอารมณ์และด้านการยืดหยุ่นทางความคิด ก่อนและหลังที่พ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนไม่แตกต่างกัน อาจเป็นเพราะว่าทักษะสมอง EF ด้านการควบคุมอารมณ์จะพัฒนาช้ากว่าด้านความจำระยะใช้งานซึ่งจะพัฒนาตั้งแต่ปลายขวบปีแรก (Chutabhakdikul et al., 2017) และด้านการยืดหยุ่นทางความคิด เป็นการเปลี่ยนความคิด ปรับเปลี่ยนมุมมองนั้นจะพัฒนาได้ดีมากขึ้นเมื่ออายุ 4 – 9 ปี (Chutabhakdikul et al., 2017) จึงอาจเป็นเหตุผลที่ทำให้ทักษะสมอง EF ด้านการยืดหยุ่นทางความคิดและด้านการควบคุมอารมณ์ ของเด็กปฐมวัยที่อายุ 2 – 4 ปี มีคะแนนไม่แตกต่างทั้งก่อนและหลังที่พ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม

ประการสุดท้าย หลังจากพ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม เด็กปฐมวัยมีคะแนนโดยรวมของทักษะทางอารมณ์สังคม สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม โดยเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านการตระหนักรู้ตนเอง ด้านการตระหนักรู้ทางสังคม ด้านทักษะสัมพันธภาพ และด้านการรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ เด็กปฐมวัยมีคะแนนสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ส่วนด้านการจัดการตนเอง เด็กปฐมวัยมีคะแนนไม่แตกต่างกันทั้งก่อนและหลังที่พ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม โดยในงานวิจัยนี้ได้มีการให้ความรู้พ่อแม่ที่ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของทักษะทางอารมณ์สังคม องค์ประกอบของทักษะทางอารมณ์สังคม และการส่งเสริมการเกิดทักษะทางอารมณ์สังคมในเด็กปฐมวัย แสดงให้เห็นว่า เมื่อพ่อแม่ได้ตระหนักและเข้าใจถึงการที่เด็กปฐมวัยจะต้องมีทักษะอารมณ์สังคมที่ดี เด็กสามารถมีและรักษาสัมพันธภาพกับคนอื่นได้ สามารถรับรู้เข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น รวมทั้งเพื่อให้เด็กเข้าใจมุมมองและความรู้สึกของผู้อื่นได้ด้วย ทักษะทางอารมณ์สังคมจึงเป็นทักษะที่จำเป็นกับเด็ก ซึ่งพ่อแม่จึงมีส่วนสำคัญอย่างมากต่อการที่เด็กจะมีทักษะทางอารมณ์สังคมที่ดี เพราะเมื่อพ่อแม่มีการเลี้ยงดูและสามารถใช้เทคนิควินัยเชิงบวกได้อย่างถูกต้องเหมาะสม จะมีส่วนส่งเสริมให้เด็กมีทักษะทางอารมณ์สังคมที่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ (Themkumkwun et al., 2017) ที่ศึกษาเรื่องผลของการเล่านิทาน 101s ที่มีต่อทักษะทางอารมณ์สังคมและการคิดเชิงบริหารในห้องเรียนเด็กปฐมวัย พบว่า การเล่านิทาน 101s ส่งผลเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อ

ทักษะอารมณ์สังคม และการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัย แสดงให้เห็นว่า การเกิดทักษะทางอารมณ์สังคมที่พัฒนาขึ้นนั้น ผู้ดูแลใกล้ชิดไม่ว่าจะเป็นผู้ปกครอง หรือคุณครู มีส่วนสำคัญในการช่วยให้เด็กได้รับรู้ถึงความรัก ความอบอุ่น ความห่วงใย ผ่านการแสดงความเข้าใจในอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กได้ หนึ่งในเทคนิค 101s ที่สนับสนุนทางอารมณ์ของเด็กคือ เทคนิคแสดงความเข้าใจ เมื่อเด็กมีอารมณ์ทางลบและแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม แล้วพ่อแม่พูดอารมณ์ของเด็กขณะนั้น มีส่วนช่วยให้เด็กรับรู้อารมณ์และเข้าใจการเกิดพฤติกรรมของตนเอง เมื่อเด็กเข้าใจอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองที่เกิดจากอารมณ์แล้ว เด็กจะสามารถเริ่มควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้เหมาะสมมากขึ้น และนอกจากที่เด็กจะรับรู้อารมณ์ตนเองได้แล้ว จะมีส่วนช่วยให้เด็กสามารถรับรู้อารมณ์และเข้าใจอารมณ์ของคนอื่นด้วย เพราะเด็กจะสังเกตท่าทาง น้ำเสียงและคำพูดของผู้อื่นได้ทำให้รับรู้และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น ซึ่งนำไปสู่ความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Wisconsin Department of Children and Families, 2017) นอกจากนี้การใช้เทคนิคแสดงความเข้าใจ ยังช่วยให้เด็กได้รู้จักคำศัพท์อารมณ์มากขึ้นจากการที่พ่อแม่พูดแสดงความเข้าใจอารมณ์เมื่อเด็กแสดงอารมณ์หรือพฤติกรรมออกมา ยกตัวอย่างการใช้เทคนิคนี้จากการจดบันทึกของพ่อแม่ เช่น แม่รู้หนูไม่อยากจะอาบน้ำหนูเลยอแง แม่รู้หนูโกรธเพราะไม่ได้ดูโทรศัพท์หนูเลยตีแม่ เป็นต้น จึงเห็นได้ว่าเทคนิคนี้จะช่วยให้เด็กเข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่นมากขึ้นจากการที่พ่อแม่เลือกใช้เทคนิคได้ตรงกับสถานการณ์ อารมณ์และพฤติกรรมเด็ก การที่เด็กปฐมวัยมีทักษะทางอารมณ์สังคมด้านการจัดการตนเอง ก่อนและหลังที่พ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เป็นเพราะว่ายังมีการสอนทักษะการจัดการตนเองน้อยอยู่ หรือยังอยู่ในช่วงการฝึกฝน จึงปรากฏเป็นพฤติกรรมให้เห็นได้น้อย จึงอาจเป็นเหตุผลที่ทำให้ทักษะทางอารมณ์สังคม ด้านการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยที่อายุ 2 – 4 ปี มีคะแนนไม่แตกต่างกันทั้งก่อนและหลังที่พ่อแม่เข้าร่วมโปรแกรม เพราะเด็กยังต้องอาศัยพ่อแม่คอยสอนวิธีการหรือเทคนิคในการจัดการตนเองอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เด็กสามารถจัดการตนเองได้อย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

กลุ่มนักวิชาชีพที่ทำงานเกี่ยวกับเด็กและครอบครัวสามารถนำรูปแบบโปรแกรมเทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวกสำหรับพ่อแม่ไปปฏิบัติร่วมกับผู้ทำงานเกี่ยวกับเด็กและครอบครัว โดยการนำโปรแกรมไปใช้นั้น ควรมีการฝึกอบรมให้กับผู้ที่จะนำไปใช้ก่อนนำไปใช้ปฏิบัติ เพื่อเป็นการสอนการใช้เทคนิค และสามารถถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้ปกครองและครอบครัวของเด็กได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งผู้ที่จะนำโปรแกรมไปใช้นั้น ต้องต้องตระหนักและคำนึงถึงการใช้เทคนิคได้อย่างถูกต้อง ไม่ปรับเปลี่ยนการใช้เทคนิค และคำนึงถึงระยะเวลาในการฝึกอบรมที่ใช้เวลาหลายสัปดาห์ เพื่อให้ผู้ที่จะนำเทคนิคไปใช้ได้มีโอกาสทดลองใช้จริงและนำข้อมูลที่ได้กลับมาแลกเปลี่ยนกัน นอกจากนี้ การเรียนรู้ในรูปแบบ E-learning และการใช้ระบบ online มีส่วนช่วยให้พ่อแม่เข้าถึงการใช้เทคนิค 101s การสร้างวินัยเชิงบวก ได้อย่างสะดวกและรวดเร็วมากขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัย

1. งานวิจัยในอนาคต ควรมีการศึกษาเรื่องการอบรมการเลี้ยงดูเชิงบวกเปรียบเทียบกับกลุ่มผู้ปกครองที่สนใจการเรียนรู้ในรูปแบบ E-learning หรือรูปแบบ online เพียงอย่างเดียว กับกลุ่มผู้ปกครองที่สนใจเรียนรู้ทั้งแบบ on-site และ online ควบคู่กัน เพื่อนำจุดเด่นของแต่ละลักษณะในการเรียนรู้้นั้นมาปรับใช้กับการถ่ายทอดความรู้ในการเลี้ยงดูเด็กให้เหมาะสมกับลักษณะของผู้ปกครองแต่ละกลุ่ม

2. งานวิจัยต่อไป ควรมีการปรับรูปแบบของวิธีการวิจัยให้มีกลุ่มควบคุม และเพิ่มขอบเขตของจำนวนกลุ่มตัวอย่าง เพื่อจะได้สามารถเปรียบเทียบผลการวิจัยกับกลุ่มควบคุมได้ และสามารถสรุปผลการวิจัยได้อย่างครอบคลุมมากขึ้น

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การจัดทำแผนนโยบาย ทั้งภาครัฐและภาคเอกชนมีส่วนสำคัญในการผลักดันการช่วยเหลือดูแลเด็กและขับเคลื่อนนโยบายที่เป็นประโยชน์กับเด็กและครอบครัว สนับสนุนให้มีการจัดโปรแกรมการอบรมการเลี้ยงดูเชิงบวกสำหรับผู้ปกครองได้นั้นจะเป็นทางเลือกหนึ่งที่น่าสนใจให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง เพื่อให้พ่อแม่ ผู้ปกครองได้มีความรู้ ความสามารถและได้ฝึกฝนทักษะในการเลี้ยงดูเชิงบวก ซึ่งจะช่วยให้สามารถส่งเสริมพัฒนาการตามวัย และจัดการปัญหาพฤติกรรมของเด็กได้โดยไม่ใช้ความรุนแรงและใช้วินัยเชิงบวกได้อย่างถูกต้องเหมาะสมมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

Casel. (2016). *Choosing and Using SEL Competency Assessments*. California: RAND Corporation.

https://measuringSEL.casel.org/pdf/Choosing-and-Using-SEL-Competency-Assessments_What-Schools-and-Districts-Need-to-Know.pdf

Chitayasothorn, D. (2009). Diana Baumrind's Parenting Styles. *University of the Thai Chamber of Commerce Journal*, 29(4), 173-187.

https://utcc2.utcc.ac.th/utccjournal/journal_book.php?journal_id=19 [in Thai]

Chonchaiya, W. (2018). Executive Function. In S. Sutthritpongsa, R. Roongpraiwan, T.

Hansakunachai, B. Benjasuwantep, A. Fuangfoo, J. Chuthapisith, & P. Rojmahamontkol (Eds.), *Child development and behavior volume 4* (pp. 19-41). Thai society for pediatric child development. [in Thai]

Chutabhakdikul, N. (2017). *Training Program of Nursing Specialty in Child and Adolescent Psychiatric Nursing*. https://th.ajanukul.go.th/_admin/file-download/20-6116-1498452993.pdf [in Thai]

- Chutabhakdikul, N., Thanasetkorn, P., Lertawasdatrakul, O., & Ruksee, N. (2017). Tool Development and Evaluation Criteria for Assessment of Executive Function in Early Childhood. <http://164.115.27.97/digital/files/original/a7274054cbe3c772e275a33beaed5186.pdf> [in Thai]
- Jinnatanapong, D., Chumchua, V., Chutabhakdikul, N., & Thanasetkorn, P. (2015). The impact of the 101s storybook intervention program on executive function, the 101s social-emotional skills, and school achievement in preschoolers. *Proceedings: The Asian Conference on Psychology and Behavioral Sciences 2015*. Osaka. [in Thai]
- Kotchabhakdi, N. (2018). *Parenting guidelines for children 0-5 years old*. <https://www.unicef.org/thailand/media/2066/file/Parenting%20guidelines%20for%20children%200-5%20years%20old.pdf> [in Thai]
- Masterson, M. L., & Kersey, K. C. (2013). Connecting children to kindness: Encouraging a culture of empathy. *Childhood Education*, 89(4), 211-216. <https://doi.org/10.1080/00094056.2013.815549>
- Sutipan, P., Chumchua, V., Chutabhakdikul N., & Thanasetkorn, P. (2012). The impact of the 101s positive discipline teacher training on teacher practices and preschoolers' executive function skills. *Proceedings: The 1st ASEAN Plus Three Graduate Research Congress 2012*. Chiang Mai University. [in Thai]
- Thanasetkorn, P. (2009). *The impact of the 101S: A Guide to Positive Discipline Parent Training: A case study of kindergarteners and their parents in Bangkok, Thailand* [Doctoral dissertation]. Old Dominion University, United States of America. https://digitalcommons.odu.edu/earlychildhood_etds/7 [in Thai]
- Thanasetkorn, P. (2009). *The impact of the 101S: A Guide to Positive Discipline teacher training on teacher interactions practices, teacher-child relationship quality, school adjustment, and academic outcomes in kindergarten classrooms in Bangkok, Thailand* [Doctoral dissertation]. Old Dominion University, United States of America. https://digitalcommons.odu.edu/earlychildhood_etds/6 [in Thai]
- Thanasetkorn, P., Chumchua, V., Suttho, J., & Chutabhakdikul, N. (2015). The preliminary research study on the impact of the 101s: A Guide to Positive Discipline Parent Training on parenting practices and preschooler's executive function. *Asia-Pacific Journal of Research in Early Childhood Education*, 9(1), 65-89. <https://www.pecerajournal.com/detail/67438> [in Thai]

- Themkumkwun, P., Chutabhakdikul, N., Ruksi, N., & Thanasetkorn, P. (2017). The 101s Storybooks Intervention Program to Promote Executive Function Development in Preschool: The Case Study in Thailand. *11th International Technology, Education and Development Conference* (pp. 4179 - 4187). Spain. [in Thai]
- UNICEF Thailand and National Statistical Office of Thailand. (2016). *Thailand MICS - Monitoring the situation of children and women 2015-2016*.
<https://www.unicef.org/thailand/reports/thailand-mics-monitoring-situation-children-and-women-2015-2016>
- White, L., Delanney, R., Pacifici, C., Nelson, C., Dickinson, S. L., & Arroyo, L. G. (2019). Understanding and parenting children's noncompliant behavior: The efficacy of an online training workshop for resource parents. *Children and Youth Services Review*, 99, 246–256.
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.01.045>
- Wisconsin Department of Children and Families. (2017). *Social and emotional development*. Wisconsin Child Care Information Center.
<https://dpi.wi.gov/sites/default/files/imce/standards/New%20pdfs/dpl-wmels-5-web.pdf>
- World Economic Forum. (2016). *New Vision for Education: Fostering Social and Emotional Learning through Technology*. The World Economic Forum.
http://www3.weforum.org/docs/WEF_New_Vision_for_Education.pdf