



กิจกรรมละครสร้างสรรค์ในเด็กประถมศึกษาตอนต้นเพื่อพัฒนาสมาธิสำหรับผู้มี ปัญหาสมาธิสั้น

Creative Drama Activities in Lower Primary School Children to Develop Concentration for the Attention Deficit Hyperactivity Disorder

ชนิสรา แก้วใหญ่¹, พรวัน แพทยานนท์²

^{1,2}คณะศิลปกรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร, ประเทศไทย

Chanisara Kaewyai¹ and Porawan Pattayanon²

^{1,2}Faculty of Fine Arts, Srinakharinwirot University, Bangkok, Thailand

✉: chanisara.kaewyai@g.swu.ac.th
(Corresponding Email)

Received: 12 May 2025; Revised: 20 May 2025; Accepted 26 May 2025
© The Author(s) 2025

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สร้างกิจกรรมละครสร้างสรรค์ในเด็กประถมศึกษาตอนต้นเพื่อพัฒนาสมาธิสำหรับผู้มีสมาธิสั้น และ 2) เปรียบเทียบผลก่อนและหลังการใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ในการพัฒนาสมาธิ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้นที่มีพฤติกรรมขาดสมาธิ อายุระหว่าง 7–9 ปี จากโรงเรียนเซนต์โยเซฟทิพวัล จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 8 คน ซึ่งได้รับการคัดเลือกโดยใช้แบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV (Short form) ฉบับภาษาไทยจากครูประจำชั้นและผู้ปกครอง การวิจัยใช้รูปแบบการทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลัง (One Group Pretest-Posttest Design) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แผนกิจกรรมละครสร้างสรรค์จำนวน 12 ครั้ง 2) แบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV และ 3) แบบสังเกตพฤติกรรมขาดสมาธิ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าทีแบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (Dependent t-test) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นมีพัฒนาการด้านสมาธิดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมดังกล่าวสามารถส่งเสริมสมาธิในเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: ละครสร้างสรรค์, สมาธิ, เด็กสมาธิสั้น, การจัดการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์

Abstract

This study aimed to 1) develop creative drama activities to enhance concentration in lower primary school children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), and 2) compare their concentration levels before and after the intervention. The participants were eight students aged 7–9 years from Saint Joseph Thiphawan School in Samut Prakan Province, identified as having inattention symptoms using the Thai version of the SNAP-IV (Short Form), assessed by homeroom teachers and parents. A one-group pretest-posttest design was employed. Research instruments included: 1) twelve creative drama activity plans, 2) the SNAP-IV rating scale, and 3) a behavioral observation checklist. Data were analyzed using means, standard deviations, and dependent t-tests. Results showed a statistically significant improvement in concentration ($p < .05$) after participating in the activities. The

findings suggest that creative drama is an effective method for enhancing concentration in children with ADHD.

Keyword: Creative drama, concentration, ADHD children, creative learning approach

1. บทนำ

การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 จำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ที่ส่งเสริมศักยภาพเฉพาะบุคคลผ่านการจัดการเรียนรู้ที่หลากหลาย ครอบคลุมทั้งด้านสติปัญญา จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยเฉพาะในระดับประถมศึกษาตอนต้นซึ่งถือเป็นช่วงวัยสำคัญในการวางรากฐานด้านพฤติกรรมและการเรียนรู้ระยะยาว อย่างไรก็ตาม หนึ่งในปัญหาหลักที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการเรียนรู้ของเด็กในช่วงวัยนี้คือ “ภาวะสมาธิสั้น” หรือ Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) ซึ่งเป็นกลุ่มอาการที่เกิดจากความผิดปกติของระบบประสาทและกลไกการควบคุมพฤติกรรม ส่งผลให้เด็กมีอาการขาดสมาธิ อยู่นิ่งไม่ได้ มีพฤติกรรมหุนหันพลันแล่น และมักขาดความสามารถในการจดจ่อหรือทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จ (ภิตินันท์ อะภัย, 2561)

ปัญหาภาวะสมาธิสั้นไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะในระดับบุคคลเท่านั้น หากแต่สะท้อนถึงความท้าทายของระบบการศึกษาที่จำเป็นต้องตอบสนองต่อความแตกต่างของผู้เรียนอย่างแท้จริง โดยเฉพาะในระดับประถมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่เด็กเริ่มต้นเรียนรู้ในระบบโรงเรียนอย่างจริงจัง การขาดสมาธิในช่วงวัยนี้จึงส่งผลโดยตรงต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การควบคุมอารมณ์ และการปรับตัวในสังคม ข้อมูลในประเทศไทยจากการศึกษาของทวีศิลป์ วิษณุโยธิน และคณะ (2556) พบว่า เด็กในระดับประถมศึกษาตอนต้นมีภาวะสมาธิสั้นสูงถึงร้อยละ 9.4 โดยเฉพาะในช่วงอายุ 7–9 ปี ซึ่งเป็นวัยที่สำคัญต่อการวางรากฐานการเรียนรู้ หากไม่ได้รับการส่งเสริมที่เหมาะสมอาจนำไปสู่ปัญหาการเรียนรู้และพฤติกรรมในระยะยาว (ฉิชา ศัคน์ชาญชัย และ ภิตินันท์ อะภัย, 2566)

ในแง่ของจิตวิทยาพัฒนาการ เด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นมักมีข้อจำกัดในการรับรู้ การประมวลผลข้อมูล และการควบคุมแรงกระตุ้น (impulse control) ซึ่งมีผลกระทบต่อความสามารถในการทำกิจกรรมต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน การเรียนรู้ของเด็กกลุ่มนี้จึงจำเป็นต้องใช้วิธีการที่เหมาะสมกับธรรมชาติของเด็ก เช่น การเรียนรู้ผ่านการเคลื่อนไหว การเล่น และการมีส่วนร่วม ซึ่งจะช่วยให้เกิดการจดจ่ออย่างเป็นธรรมชาติและไม่บีบบังคับ (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2556)

กิจกรรม “ละครสร้างสรรค์” (Creative Drama) เป็นแนวทางการเรียนรู้ที่มีจุดเด่นในการบูรณาการทักษะทางกาย จิตใจ และสังคมเข้าไว้ด้วยกัน โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงออกทางร่างกาย ใช้จินตนาการ และมีส่วนร่วมในบทบาทสมมติในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ซึ่งช่วยส่งเสริมสมาธิ ความมั่นใจในตนเอง และการควบคุมพฤติกรรม (โกลม ศรีทองสุข, 2560 และ ดุษฎี อุปการ และคณะ, 2561) ละครสร้างสรรค์ไม่ใช่การแสดงเพื่อความบันเทิง แต่เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมการพัฒนาภายในอย่างเป็นองค์รวม โดยเฉพาะในเด็กที่ต้องการการกระตุ้นทางประสาทสัมผัสและการมีส่วนร่วมเชิงประสบการณ์ จากแนวคิดและข้อมูลข้างต้น ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความจำเป็นในการจัดการเรียนรู้รูปแบบใหม่ที่สามารถส่งเสริมสมาธิในเด็กสมาธิสั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน อันจะนำไปสู่การออกแบบกิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่มีรูปแบบและกระบวนการที่

ชัดเจน เพื่อยืนยันผลเชิงประจักษ์ว่าสามารถช่วยลดพฤติกรรมขาดสมาธิและเสริมสร้างพฤติกรรมด้านการเรียนรู้ของเด็กในระยะยาว

แนวคิดของ Heathcote และ Bolton (1995) ซึ่งเป็นผู้บุกเบิกการใช้ละครสร้างสรรค์ในห้องเรียน ระบุว่า ละครสร้างสรรค์ช่วยให้เด็กสามารถควบคุมสถานการณ์ แสดงความรู้สึก และเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น ซึ่งเป็นทักษะที่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับสมาธิและพฤติกรรมการเรียนรู้ ขณะเดียวกันยังสอดคล้องกับทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg (1972) ที่เสนอว่าการส่งเสริมแรงจูงใจภายใน เช่น ความรู้สึกมีคุณค่า การได้รับการยอมรับ และการได้แสดงบทบาท จะช่วยจูงใจให้เกิดการมีส่วนร่วมอย่างยั่งยืน

ในระดับนโยบาย กิจกรรมสร้างสรรค์เช่นละครสร้างสรรค์ยังสอดคล้องกับแนวทางของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และสนับสนุนการเรียนรู้ที่ตอบสนองต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยเน้นให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพผ่านการมีประสบการณ์ตรง ผึกคิดอย่างเป็นระบบ และมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ในทุกขั้นตอน (วิรัตน์ ผดุงชีพ, 2560)

จากแนวคิด ทฤษฎี และข้อมูลเชิงสถิติดังกล่าว ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงความจำเป็นในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีรูปแบบชัดเจน มีความสนุกสนานและดึงดูดใจเด็กสมาธิสั้น พร้อมทั้งสามารถพัฒนาให้เด็กมีสมาธิและควบคุมตนเองได้ดีขึ้น จึงได้พัฒนากิจกรรมละครสร้างสรรค์ขึ้นและทดลองใช้กับเด็กประถมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะสมาธิสั้น โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อยืนยันผลเชิงประจักษ์ว่าวิธีการนี้สามารถใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพในบริบทของโรงเรียนไทย

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างกิจกรรมละครสร้างสรรค์ในเด็กประถมศึกษาตอนต้นสำหรับพัฒนาสมาธิในผู้ที่มีภาวะสมาธิสั้น

2. เพื่อเปรียบเทียบสมาธิก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมละครสร้างสรรค์ของเด็กประถมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะสมาธิสั้น

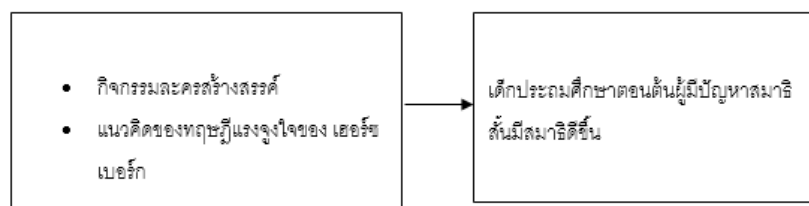
3. กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยนี้ใช้แนวคิด “การเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ผ่านละครสร้างสรรค์” (Creative Drama-Based Learning) ของ Heathcote และ Bolton (1995) เป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนากิจกรรมสำหรับเด็กประถมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะสมาธิสั้น โดยมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมกับสถานการณ์สมมติผ่านบทบาท การเคลื่อนไหว และการใช้จินตนาการในบริบทที่ปลอดภัยและไม่ตัดสิน ซึ่งช่วยกระตุ้นสมาธิและพฤติกรรมการจดจ่อในเด็กได้อย่างเป็นธรรมชาติ

กรอบแนวคิดของ Heathcote และ Bolton (1995) ชี้ว่า การละครในฐานะเครื่องมือการเรียนรู้ ไม่เพียงแค่สร้างความสนุกสนานหรือความบันเทิงเท่านั้น แต่ยังเป็นการสร้าง “พื้นที่การเรียนรู้” (Learning Space) ที่เปิดโอกาสให้เด็กฝึกฝนการควบคุมตนเอง การใช้สมาธิ การตัดสินใจ และการมีส่วนร่วมในเชิงสังคม

ผ่านการเล่นบทบาทในสถานการณ์ต่าง ๆ โดยที่เด็กยังรู้สึกปลอดภัยและเป็นอิสระในการแสดงออก

ผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดนี้ในการออกแบบกิจกรรมละครสร้างสรรค์จำนวน 12 ครั้ง เพื่อพัฒนาสมานธิของนักเรียนประถมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะสมาธิสั้น โดยออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กและสภาพแวดล้อมของโรงเรียนจริง แล้วนำผลที่ได้ไปวิเคราะห์เปรียบเทียบสมาธิก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อยืนยันว่าแนวคิดนี้สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับกลุ่มเป้าหมายในบริบทการศึกษาของไทยได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

4. สมมติฐาน

ภายหลังจากเด็กที่มีพฤติกรรมอาการขาดสมาธิได้ทำกิจกรรมละครสร้างสรรค์ในเด็กประถมศึกษาตอนต้นเพื่อพัฒนาสมานธิสำหรับผู้มีปัญหามาธิสั้น เด็กที่มีพฤติกรรมอาการขาดสมาธิมีอาการขาดสมาธิลดลงมีสมาธิดีขึ้น สามารถเรียนรู้และดำรงชีวิตเทียบเท่ากับเด็กวัยเดียวกัน

5. ทบทวนวรรณกรรม

ภาวะสมาธิสั้น (Attention Deficit Hyperactivity Disorder: ADHD) เป็นหนึ่งในปัญหาพฤติกรรมที่พบบ่อยในเด็กวัยเรียน โดยเฉพาะในระดับประถมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่เริ่มมีการเรียนรู้แบบมีระบบ หากเด็กมีพฤติกรรมขาดสมาธิอย่างต่อเนื่อง ย่อมส่งผลต่อการเรียนรู้ ความสามารถในการเข้าสังคม และการพัฒนาด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญ (ณิชา ทศน์ชาญชัย, 2566; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2556) โดยทั่วไปแล้วเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นจะมีลักษณะอาการหลัก 3 ประการ ได้แก่ ขาดสมาธิ (Inattention), ซุกซนอยู่ไม่นิ่ง (Hyperactivity) และหุนหันพลันแล่น (Impulsivity) ซึ่งอาการเหล่านี้ส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันและการเรียนรู้ของเด็กอย่างมีนัยสำคัญ

งานวิจัยในต่างประเทศชี้ให้เห็นว่าภาวะสมาธิสั้นพบได้ประมาณร้อยละ 9.6 ของเด็กวัยเรียนทั่วโลก ขณะที่ในประเทศไทยพบประมาณร้อยละ 9.4 โดยมีแนวโน้มที่อาการจะต่อเนื่องจนถึงวัยผู้ใหญ่ถึงร้อยละ 50 หากไม่ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม (ทวีศิลป์ วิษณุโยธิน และคณะ, 2556; ชาญวิทย์ พรนภดล, 2556) นอกจากนี้ ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเกิดภาวะสมาธิสั้นยังรวมถึงทั้งปัจจัยภายใน เช่น ความผิดปกติของสารสื่อประสาทในสมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) และปัจจัยภายนอก เช่น การเลี้ยงดู การขาดสารอาหาร และ การใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ในวัยเด็ก

ในการจัดการศึกษาสำหรับเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น การใช้กิจกรรมที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมและพัฒนาสมาธิอย่างเป็นธรรมชาติเป็นสิ่งจำเป็น “ละครสร้างสรรค์” (Creative Drama) ได้รับการยอมรับว่าเป็น

แนวทางที่เหมาะสม เนื่องจากเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการค้นพบ (Improvisation) การสวมบทบาท การใช้จินตนาการ และไม่เน้นการแสดงต่อผู้ชม โดยครูทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยการเรียนรู้ที่เอื้อให้เด็กแสดงออกในบริบทปลอดภัย (ภรณ์ คุรุทันะ, 2526; สมาคมการละครเพื่อการศึกษาของสหรัฐอเมริกา, 1996)

โกมล ศรีทองสุข (2560) ระบุว่า กิจกรรมละครสร้างสรรค์ช่วยพัฒนาเด็กด้านสมาธิ ความคิดสร้างสรรค์ และการควบคุมตนเอง โดยกิจกรรมแต่ละชุดถูกออกแบบให้เหมาะสมกับวัย มีการวางแผนและจัดเตรียมล่วงหน้าเพื่อให้สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กแต่ละช่วงวัยอย่างมีระบบ ขณะที่ ดุษฎี อุปการ และ อรปรียา ญาณะชัย (2561) เสริมว่ากิจกรรมดังกล่าวสามารถส่งเสริมการทำงานของระบบประสาทสัมผัส การรับรู้ทางกาย และการมีส่วนร่วมทางสังคมในห้องเรียนได้อย่างชัดเจน

ละครสร้างสรรค์ยังเชื่อมโยงกับทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg (1972) ที่เน้นว่า ปัจจัยภายใน เช่น ความรู้สึกมีคุณค่าและความสำเร็จ จะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ได้อย่างยั่งยืน และเหมาะกับเด็กที่ต้องการการกระตุ้นเชิงบวกในการจัดจ่อและควบคุมพฤติกรรมตนเอง

ในบริบทของประเทศไทย ลิขิต ใจดี (2562) วิเคราะห์ว่ากระบวนการละครสร้างสรรค์สามารถพัฒนาเด็กในสามมิติหลัก ได้แก่ ด้านพุทธิ (ความรู้และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ), ด้านจิตต (เจตคติและอารมณ์) และด้านพลังทักษะ (การเคลื่อนไหวและประสาทสัมผัส) ได้อย่างครบถ้วน

นอกจากนี้ ภัทรศิลป์ สุกันต์ และ กิตติ มีชัยเขตต์ (2561) ยังเสนอว่าละครสร้างสรรค์เป็นสื่อกลางที่มีพลังในการบูรณาการการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 โดยช่วยเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิด เรียนรู้จากประสบการณ์ และพัฒนาทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น

6. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลัง (One Group Pretest-Posttest Design) เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่มีต่อพัฒนาการด้านสมาธิของเด็กประถมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะสมาธิสั้น

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น ที่มีอายุ 7-9 ปี จำนวน 20 คน ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์โยเซฟทิพวัล จังหวัดสมุทรปราการ

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้คือนักเรียนที่มีพฤติกรรมขาดสมาธิภาวะสมาธิสั้น ระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น ที่มีอายุ 7-9 ปี ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์โยเซฟทิพวัล จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 8 คน โดยเลือกจากผลคะแนนความเสี่ยงของอาการขาดสมาธิคัดกรองจากแบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV (Short form) โดยครูประจำชั้นและผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน มีขั้นตอนในการคัดเลือก ดังนี้

1.การคัดกรองจากแบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV (Short form) โดยครูประจำชั้นและผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน SNAP-IV จะทำการประเมิน ใน 3 ด้าน รวม 26 ข้อได้แก่

ภาวะขาดสมาธิ (Attention Deficit) มี 9 ข้อ

ภาวะซนหุนหันพลันแล่น (Hyperactivity and Impulsive) มี 9 ข้อ

ภาวะดื้อต่อต้าน (opposition/defiance) มี 8 ข้อ

การให้คะแนนจะให้คะแนน 0-3 คะแนน โดย 0=ไม่พบพฤติกรรมดังกล่าว 1=พบเล็กน้อย

2=พบปานกลาง 3=พบบ่อย

เกณฑ์การพิจารณาความรุนแรง ภาวะขาดสมาธิ

< 13 คะแนน อาการไม่มีความสำคัญทางคลินิก

13-17 อาการเล็กน้อย

18-22 อาการปานกลาง

>=23 อาการรุนแรง โดยเลือกจากผลคะแนนความเสี่ยงของอาการขาดสมาธิตั้งแต่ 13-17

อาการเล็กน้อยและ 18-22 อาการปานกลาง

2.ยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความสมัครใจ รวมทั้งได้รับการยินยอมจากผู้ปกครองหรือผู้แทนโดยชอบธรรม ซึ่งกลุ่มตัวอย่างสามารถบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยเมื่อใดก็ได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แผนกิจกรรมละครสร้างสรรค์จำนวน 12 ครั้ง ใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรมครั้งละ 45 นาที พัฒนาขึ้นโดยอิงหลักการของละครสร้างสรรค์แบบด้นสด (Improvised Creative Drama)

2. แบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV ฉบับภาษาไทย สำหรับใช้วัดพฤติกรรมสมาธิสั้นก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม

3. แบบสังเกตพฤติกรรมสมาธิในห้องเรียน ซึ่งผู้วิจัยจัดทำขึ้นโดยอิงจากแนวทางการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนตามเกณฑ์ DSM-V

การดำเนินการเก็บข้อมูล

แบบแผนการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Pre – Experimental Design) ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามแผนทดลองกลุ่มเดียว ทดลองก่อนหลัง (One Group – Posttest Design) การวิจัยในครั้งนี้ ทดลองจำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที เป็นเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง คือวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 9.00 – 9.40 น. ครบ 4 สัปดาห์

ขั้นตอนการทดลอง

การวิจัยในครั้งนี้มีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยดังขั้นตอนต่อไปนี้

1. ยื่นโครงร่างพิจารณาการทำวิจัยในมนุษย์เพื่อพิจารณาในด้านจริยธรรมในการวิจัยในมนุษย์ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2. ขออนุญาตเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการลงพื้นที่เข้าสัมภาษณ์ครูประจำชั้นและผู้ปกครอง เพื่อเก็บข้อมูลรายบุคคลเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย และทำการคัดกรองกลุ่มตัวอย่างด้วยแบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV(Short form) สำหรับครูและผู้ปกครอง ด้านอาการขาดสมาธิ เพื่อให้ได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย



3. นัดหมายวันที่จะเข้าทำกิจกรรม และเข้าทำกิจกรรมตามเวลาที่กำหนด
4. หลังจบกิจกรรม ผู้วิจัยให้ครูและผู้ปกครองทำแบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV(Short form) ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล กล่าวขอบคุณนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษาที่ให้การอนุเคราะห์ในการให้ข้อมูลต่างๆ
5. ผู้วิจัยนำข้อมูลต่างๆ ที่ได้มาวิเคราะห์และรายงานผลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมทางสถิติสำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูลและกำหนดสถิติเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. สถิติหาคุณภาพของเครื่องมือ
2. สถิติพื้นฐาน

วิเคราะห์ผลก่อนและหลังการใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ในเด็กประถมศึกษาตอนต้นเพื่อพัฒนาสมาธิสำหรับผู้มีปัญหาสมาธิสั้นของครูและผู้ปกครอง โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน

ใช้ T-Test Dependent เปรียบเทียบผลก่อนและหลังการใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ในเด็กประถมศึกษาตอนต้นเพื่อพัฒนาสมาธิสำหรับผู้มีปัญหาสมาธิสั้นเพื่อทดสอบโดยกำหนดความเชื่อมั่นที่ ร้อยละ 95

7. ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สร้างกิจกรรมละครสร้างสรรค์ในเด็กประถมศึกษาตอนต้นเพื่อพัฒนาสมาธิสำหรับผู้มีภาวะสมาธิสั้น และ 2) เปรียบเทียบสมาธิก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยผลการวิจัยสามารถสรุปตามวัตถุประสงค์ได้ดังนี้

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า ผู้วิจัยได้พัฒนาแผนกิจกรรมละครสร้างสรรค์จำนวน 12 ครั้ง โดยใช้โครงสร้างกิจกรรมที่สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กและหลักการของละครสร้างสรรค์แบบไม่เน้นการแสดง (non-performance drama) โดยแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย 3 ขั้นตอนหลัก ได้แก่ ขั้นนำเข้าสู่บทบาท ขั้นดำเนินกิจกรรม และขั้นสะท้อนความคิด โดยมีกิจกรรมที่ออกแบบเพื่อกระตุ้นสมาธิ การฟัง การจดจ่อ และการควบคุมตนเอง ซึ่งได้รับการตรวจสอบความเหมาะสมโดยผู้ทรงคุณวุฒิด้านละครสร้างสรรค์และจิตวิทยาเด็ก พบว่ามีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.73 จาก 5.00)

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนสมาธิก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมละครสร้างสรรค์โดยใช้แบบประเมิน SNAP-IV และแบบสังเกตพฤติกรรมสมาธิ พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนสมาธิหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจาก 1.87 เป็น 2.81 ในแบบประเมิน SNAP-IV และจาก 2.00 เป็น 3.05 ในแบบสังเกต

พฤติกรรมสมาธิ สะท้อนให้เห็นว่ากิจกรรมละครสร้างสรรค์มีผลเชิงบวกต่อการพัฒนาสมาธิในเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น

โดยสรุป ผลการวิจัยทั้งสองข้อสามารถสรุปได้ว่า กิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่ออกแบบตามหลักการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์และจินตนาการ มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมสมาธิของเด็กประถมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะสมาธิสั้น ทั้งในด้านพฤติกรรมที่สังเกตได้และคะแนนการประเมินโดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาเด็กในบริบทโรงเรียนไทยได้อย่างเหมาะสม

8. อภิปรายผล

1. การสร้างกิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาสมาธิในเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น

ผลการสร้างกิจกรรมละครสร้างสรรค์ที่มีโครงสร้างกิจกรรมชัดเจน ได้แก่ การนำเข้าสู่บทบาท การดำเนินกิจกรรม และการสะท้อนความคิด พบว่ามีความเหมาะสมในระดับมากที่สุดตามการประเมินของผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงให้เห็นว่าการออกแบบกิจกรรมที่เน้นการมีส่วนร่วม การใช้จินตนาการ และการเคลื่อนไหวอย่างมีเป้าหมายสามารถตอบสนองต่อพัฒนาการด้านสมาธิของเด็กได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Heathcote และ Bolton (1995) ที่เสนอว่า “Creative Drama” เป็นเครื่องมือการเรียนรู้ที่สร้างพื้นที่ปลอดภัยให้เด็กได้แสดงตน ฝึกจดจ่อกับบทบาท และพัฒนาการควบคุมตนเองผ่านกระบวนการทางศิลปะ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของสมาธิในเด็กปฐมวัย

นอกจากนี้ กิจกรรมยังสอดคล้องกับทฤษฎีแรงจูงใจของ Herzberg (1972) ซึ่งชี้ว่า ปัจจัยเสริมภายใน (Motivation Factors) เช่น การมีบทบาทในกิจกรรม การได้รับการยอมรับ และความรู้สึกมีคุณค่า เป็นองค์ประกอบที่ช่วยส่งเสริมความตั้งใจและสมาธิของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ผลของกิจกรรมละครสร้างสรรค์ต่อสมาธิของเด็กประถมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะสมาธิสั้น

ผลการทดลองพบว่าสมาธิของเด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ โกมล ศรีทองสุข (2560) ที่พบว่าละครสร้างสรรค์ช่วยส่งเสริมสมาธิ ความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของเด็กได้อย่างเป็นรูปธรรม รวมถึงงานวิจัยของ ดุษฎี อุปการ และ อรปรียา ญาณะชัย (2561) ที่ระบุว่าเด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมละครสร้างสรรค์มีพัฒนาการทางพฤติกรรมด้านการฟัง การรอคอย และการจดจ่อดีขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างชัดเจน

นอกจากนี้ ผลการสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนพบว่า เด็กที่มีปัญหาสมาธิสั้นสามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมได้ต่อเนื่องและสามารถควบคุมตนเองได้ดีขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่า “การเรียนรู้ผ่านการลงมือทำและการเล่นบทบาท” คือแนวทางที่เหมาะสมอย่างยิ่งกับการพัฒนาเด็กในช่วงวัยดังกล่าว

จากผลการวิจัยทั้งในด้านการสร้างและการทดลองใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ สามารถสรุปได้ว่า กิจกรรมดังกล่าวมีความเหมาะสมทั้งในเชิงเนื้อหาและกระบวนการ และส่งผลเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญต่อพัฒนาการด้านสมาธิของเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น โดยสามารถประยุกต์ใช้ในบริบทของการจัดการเรียนรู้ในระดับประถมศึกษา เพื่อเสริมสร้างทักษะสำคัญของผู้เรียนได้อย่างเป็นรูปธรรมและยั่งยืน

9. ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. โรงเรียนควรนำกิจกรรมละครสร้างสรรค์ไปบูรณาการในการจัดการเรียนการสอน โดยเฉพาะในชั้นเรียนที่มีนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นหรือมีพฤติกรรมขาดจดจ่อ เพื่อส่งเสริมสมาธิและพฤติกรรมการเรียนรู้ในระยะยาว
2. ครูผู้สอนควรได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมละครสร้างสรรค์ เพื่อให้สามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเน้นการใช้กิจกรรมอย่างเหมาะสมกับช่วงวัยและพัฒนาการของเด็ก
3. ผู้บริหารสถานศึกษาควรสนับสนุนการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เชิงศิลปะในหลักสูตรการเรียนรู้ทั่วไป และรายวิชาเพิ่มเติม เพื่อเสริมสร้างสมาธิ ทักษะสังคม และการควบคุมตนเองของผู้เรียนอย่างรอบด้าน
4. นักจิตวิทยาเด็กและผู้ปกครองควรเห็นความสำคัญของการใช้กิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ เช่น ละครสร้างสรรค์ ในการส่งเสริมพฤติกรรมเชิงบวกและบำบัดอาการสมาธิสั้นในรูปแบบที่ปลอดภัยและไม่ใช้ยาเป็นหลัก

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

1. ควรศึกษาผลของกิจกรรมละครสร้างสรรค์ในกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนมากขึ้น เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือและความสามารถในการอธิบายทั่วไปของผลการวิจัย
2. ควรเปรียบเทียบผลของกิจกรรมละครสร้างสรรค์กับกิจกรรมส่งเสริมสมาธิรูปแบบอื่น เช่น การนั่งสมาธิ การทำศิลปะบำบัด หรือโยคะเด็ก เพื่อพิจารณาความแตกต่างและประสิทธิภาพเชิงเปรียบเทียบ
3. ควรใช้วิธีวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods) โดยเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพจากครู ผู้ปกครอง และนักเรียนเพิ่มเติม เพื่อให้เข้าใจผลกระทบเชิงพฤติกรรมและความรู้สึกของผู้เข้าร่วมอย่างลึกซึ้ง
4. ควรศึกษาผลระยะยาวของกิจกรรมละครสร้างสรรค์ต่อพฤติกรรมของเด็ก เช่น การติดตามผลหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นระยะเวลา 3-6 เดือน เพื่อประเมินความยั่งยืนของผลลัพธ์

เอกสารอ้างอิง

- โกมล ศรีทองสุข. (2560). *กิจกรรมละครสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันของเด็กก่อนวัยเรียน*. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดุชนี อุปการ, และ อรปรียา ญาณะชัย. (2561). *กิจกรรมละครสร้างสรรค์กับพัฒนาการของเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.
- ทวีศิลป์ วิษณุโยธิน, ชาญวิทย์ พรนภดล, และคณะ. (2556). รายงานผลการสำรวจสุขภาพจิตเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนต้น. *วารสารจิตเวชศาสตร์*, 28(2), 89-102.
- ณิชา ทศน์ชาญชัย, และ ภิตินันท์ อะภัย. (2566). สมาธิกับพัฒนาการเด็กในวัยเรียน. *วารสารสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น*, 12(1), 15-27.
- ภรณ์ คุรุรัตน์. (2526). *กระบวนการละครสร้างสรรค์*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



- ภิตินันท์ อะภัย. (2561). การพัฒนาทักษะสมาธิสำหรับเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จิตวิวัฒน์.
- ภัทรศิลป์ สุขกันต์, และ กิตติ มีชัยเขตต์. (2561). การบูรณาการละครสร้างสรรค์ในการเรียนรู้ศตวรรษที่ 21. *วารสารการวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม*, 13(1), 101–115.
- ลิขิต ใจดี. (2562). การพัฒนาเด็กด้วยละครสร้างสรรค์ใน 3 มิติ. *วารสารศิลปวัฒนธรรมศึกษา*, 11(3), 55–72.
- วิรัตน์ ผดุงชีพ. (2560). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติและการจัดการเรียนรู้ตามศักยภาพผู้เรียน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์วิชาการ.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2556). *จิตวิทยาพัฒนาการเด็ก* (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. (2557). รายงานการสำรวจสุขภาพจิตเด็กในประเทศไทย ปี 2557. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต.
- Heathcote, D., & Bolton, G. (1995). *Drama for learning: Dorothy Heathcote's mantle of the expert approach to education*. Portsmouth, NH: Heinemann.
- Herzberg, F. (1972). *Work and the nature of man*. New York, NY: World Publishing.