

## การเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐาน วิธีการเชิงสร้างสรรค์

### THE ENHANCEMENT OF EMOTIONAL COMPETENCE AMONG EARLY CHILDHOOD THROUGH GROUP ACTIVITY BASED ON CREATIVE APPROACHES

ภัทราวดี ภูมิ<sup>1</sup> มณฑิรา จารุเพ็ง<sup>2</sup> สกล วรเจริญศรี<sup>3</sup>

Phattrawadee Pume<sup>1</sup> Monthira Charupheng<sup>2</sup> Skol Voracharoensri<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ประเทศไทย

<sup>1,2,3</sup> Department of Psychology and Guidance Faculty of Education Srinakharinwirot University, Thailand.

\*Corresponding author, E-mail: monthira@g.swu.ac.th

Received: June 26, 2024; Revised: July 24, 2024; Accepted: July 25, 2024

#### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย และ 2) เปรียบเทียบสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นเด็กปฐมวัยที่มีอายุ 3 - 5 ปี ชั้นอนุบาล 1 - 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 90 คน ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กก่อนวัยเรียนแห่งหนึ่ง โดยการศึกษาสมรรถนะทางอารมณ์ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลกับกลุ่มประชากรทั้งหมดและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์จากการเลือกแบบเจาะจง โดยคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนสมรรถนะทางอารมณ์ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา มีความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง และได้รับความยินยอมจากผู้ปกครอง ได้จำนวนทั้งสิ้น 12 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) แบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.992 2) กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ ค่าความเที่ยงตรงเท่ากับ 0.933 โดยใช้เทคนิคการอ่านนิทาน การใช้จินตนาการการวาดภาพและเล่าเรื่อง เทคนิคเชิงสร้างสรรค์โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม การวาดรูประบายสี การเล่นผ่านการรับรู้ทางประสาทสัมผัส บอร์ดเกมและการเล่นบทบาทสมมติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าทีแบบไม่เป็นอิสระต่อกัน ผลการวิจัยพบว่า 1) เด็กปฐมวัยมีคะแนนเฉลี่ยของสมรรถนะทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับสูง 2) เด็กปฐมวัยที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์มีสมรรถนะทางอารมณ์หลังการทดลองเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: สมรรถนะทางอารมณ์, เด็กปฐมวัย, กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์

## ABSTRACT

The objectives of this research are as follows: (1) to study the emotional competence of preschool children; and (2) to compare their emotional competence before and after participating in group activities based on creative approaches. The study involved 90 preschool children aged 3-5 years, from kindergarten levels 1-3, during the second semester of the 2023 academic year at a preschool development center. To assess emotional competence, data were collected from the entire population, and a sample group was selected for intervention through purposive sampling. Twelve children, who scored at or below the 50th percentile in emotional competence, and were willing to participate in the experiment, and had parental consent, were chosen. The research instruments included the following: (1) an emotional competence assessment form for preschool children with a reliability score of 0.992; and (2) group activities based on creative approaches had a validity score of 0.933. The creative techniques used encompassed storytelling, imaginative viewing and narration, creative group activities, drawing and coloring, sensory play, board games, and role-playing. Data analysis involved calculating the mean, standard deviation, and performing a dependent t-test. The findings revealed the following: (1) preschool children had high overall and individual emotional competence scores; and (2) those who participated in the creative group activities showed improvement in emotional competence at 0.05.

**Keywords:** Emotional competence, Early childhood, Group activity based on creative approaches

## บทนำ

สมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่งที่ส่งเสริมต่อพัฒนาการในอนาคตของเด็ก เนื่องจากเป็นพื้นฐานในการสร้างความสามารถในการรับรู้และจัดการกับอารมณ์ของตนเอง รวมถึงการเข้าใจและตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่นได้ (Denham et al., 2009) สมรรถนะทางอารมณ์ที่มีพัฒนาการที่ดีไม่เพียงช่วยในการปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ แต่ยังมีบทบาทสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ระหว่างเด็กกับเพื่อน ครอบครัว และผู้ใหญ่ในสังคม (La Grutta et al., 2022) การมีสมรรถนะทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับพัฒนาการจะช่วยให้เด็กสามารถเรียนรู้และเติบโตในสิ่งแวดล้อมทางสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งการเตรียมความพร้อมในการเข้าเรียนและการใช้ชีวิตในอนาคตของเด็กนั้นขึ้นอยู่กับการพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์ตั้งแต่ช่วงปฐมวัย (Bartoli et al., 2022) การเรียนรู้ในการรับรู้และจัดการอารมณ์ของตนเองได้ดีเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นปัญหาในการเรียน การปรับตัวเข้ากับกลุ่มเพื่อนใหม่หรือการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ สมรรถนะทางอารมณ์ยังมีผลต่อการพัฒนาทักษะและพฤติกรรมที่ส่งผลต่อชีวิตของเด็กในระยะยาว (Bartoli et al., 2022) การพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กในช่วงปฐมวัยจึงเป็นกระบวนการที่ต้องให้ความสำคัญ และควรได้รับการสนับสนุนจากผู้ปกครอง ครู และบุคลากรทางการศึกษา เพื่อให้เด็กสามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตนเองและมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสังคม

ในปัจจุบันเด็กปฐมวัยมีปัญหาเกี่ยวข้องกับสมรรถนะทางอารมณ์เพิ่มขึ้น ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางสภาวะทางอารมณ์ ปัญหาการขาดสมดุลทางอารมณ์ ซึ่งปัญหาเหล่านี้ทำให้เด็กปฐมวัยมีความเสี่ยงต่อภาวะต่าง ๆ เช่น ภาวะซึมเศร้า วิตกกังวลทางอารมณ์หรือความวิตกกังวล นอกจากนี้ยังพบว่าปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทางอารมณ์ สังคมและพฤติกรรม โดยหากเด็กปฐมวัยไม่ได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์ที่เพียงพอจากครอบครัวหรือสถานศึกษาจะทำให้เด็กปฐมวัยไม่สามารถจัดการและเข้าใจถึงอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ อีกทั้งเด็กปฐมวัยที่มีการใช้เทคโนโลยี

และสื่อที่ไม่เหมาะสมตั้งแต่เล็กทำให้ต้องเรียนรู้ถึงการจัดการกับสิ่งที่มาจากสื่อต่าง ๆ ที่มีผลกระทบทางอารมณ์และพฤติกรรม เช่น การดูทีวีหรือเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากเกินไป อาจส่งผลให้เกิดความเครียดหรือความซึมเศร้าในเด็กปฐมวัยได้ ดังนั้นการสนับสนุนการเรียนรู้ในด้านสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยจึงเป็นสิ่งสำคัญในการช่วยให้เด็กปฐมวัยมีความสมดุลทางอารมณ์และสังคมได้ (Denham et al., 2009) การที่เด็กปฐมวัยมีสมรรถนะทางอารมณ์ไม่ดีอาจเป็นสาเหตุสำคัญที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ต่าง ๆ ได้ เช่น การใช้ความรุนแรงหรือพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น รวมถึงยังส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้และการพัฒนาในด้านการเรียนของเด็กได้อีกด้วย (เยาพาเดชะคุปต์, 2542) และปัญหาที่เกี่ยวกับการควบคุมอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่ เช่น เด็กไม่สามารถระบุและแสดงออกทางอารมณ์ได้ ไม่สามารถบอกได้ว่าตนเองรู้สึกโกรธ เศร้า หรือกังวล ซึ่งส่งผลให้เด็กไม่เข้าใจและจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ เด็กไม่มีทักษะในการจัดการกับความเครียด เด็กที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ อาจแสดงออกทางอารมณ์อย่างรุนแรง เช่น การโกรธหรือการระเบิดอารมณ์ ซึ่งทำให้เด็กไม่สามารถรับรู้และจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม การให้การสนับสนุนและการสอนเด็กให้รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเอง เช่น การใช้กิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ การอ่านหนังสือเกี่ยวกับอารมณ์ หรือการเล่นบทบาทสมมติ สามารถช่วยให้เด็กเรียนรู้และพัฒนาทักษะในการควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งในการเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ในเด็กปฐมวัยสามารถทำได้หลากหลายวิธี โดยหนึ่งในวิธีที่ได้รับการยอมรับและมีประสิทธิภาพ คือ การใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ (Senn, 2017) กิจกรรมเชิงสร้างสรรค์นั้นมุ่งเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้สร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ หรือพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในขณะที่ร่วมกิจกรรม มีเทคนิคที่นำมาใช้ได้แก่ เทคนิคการอ่านเรื่องและการเล่าเรื่องตามรูปภาพ ประโยชน์ที่ได้รับ คือ การอ่านเรื่องและการเล่าเรื่องช่วยพัฒนาเรื่องการฟังและการพูดของเด็ก เด็กเรียนรู้คำศัพท์ใหม่ ๆ และการใช้ภาษาในการสื่อสาร เด็กได้ฝึกฝนจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ในการสร้างภาพในหัวจากเรื่องที่ฟังหรือเล่า ในงานวิจัยของ Reese et al. (2010) พบว่าการเล่าเรื่องร่วมกับผู้ปกครองช่วยเพิ่มความสามารถในการเล่าเรื่องและความเข้าใจด้านอารมณ์ของเด็ก เทคนิคการวาดและระบายสีเป็นวิธีที่เด็กสามารถแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกได้อย่างอิสระ เด็กสามารถสร้างภาพตามจินตนาการของตนเองและพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ กิจกรรมนี้ช่วยพัฒนาทักษะ เช่น การจับดินสอและการเคลื่อนไหวมือ งานวิจัยของ Malchiodi (1998) พบว่าการวาดภาพช่วยให้เด็กสามารถสื่อสารอารมณ์และความรู้สึกที่อาจไม่สามารถอธิบายได้ด้วยคำพูด เทคนิคการเล่นบทบาทสมมติช่วยให้เด็กเรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่น ฝึกการแบ่งปันและการทำงานเป็นทีม เด็กได้ฝึกฝนการคิดแก้ปัญหาและการตัดสินใจในสถานการณ์สมมติช่วยให้เด็กเข้าใจและแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ผ่านตัวละครที่เล่น งานวิจัยของ Dunn & Hughes (2001) พบว่าการเล่นบทบาทสมมติช่วยพัฒนาเรื่องทักษะการสื่อสารและการเข้าใจอารมณ์ของเด็ก เทคนิคบอร์ดเกมช่วยให้เด็กฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์ การวางแผน และการตัดสินใจ ช่วยฝึกให้เด็กเรียนรู้การรอคอย การยอมรับกฎเกณฑ์ และการจัดการกับความพ่ายแพ้ งานวิจัยของ Ferguson & Olson (2013) พบว่าการเล่นบอร์ดเกมสามารถส่งเสริมทักษะทางปัญญาและการทำงานร่วมกันของเด็ก เทคนิคการบูรณาการรับรู้ทางประสาทสัมผัสโดยการสัมผัส ฟองสบู่ การสัมผัสฟองสบู่หรือการใช้จินตนาการในการดูภาพการทำศิลปะช่วยพัฒนาการรับรู้ทางประสาทสัมผัสของเด็ก ช่วยให้เด็กเรียนรู้การควบคุมตนเองและการผ่อนคลาย งานวิจัยของ Schaaf & Nightlinger (2007) พบว่าการบูรณาการรับรู้ทางประสาทสัมผัสมีผลดีต่อการพัฒนาการทางอารมณ์และการปรับตัวในเด็กที่มีปัญหาทางการรับรู้และการใช้จินตนาการในการดูภาพการทำศิลปะ ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้สามารถช่วยส่งเสริมสมรรถนะทางอารมณ์ได้ (Bartoli et al., 2022) ช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางภาษา การคิด และจินตนาการของเด็ก (เกริก ยุ้นพันธ์, 2543) และ การใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานเชิงสร้างสรรค์ จะช่วยส่งผลกับทักษะการทำงานร่วมกัน การแก้ปัญหาและการคิดวิเคราะห์อย่างมีประสิทธิภาพ (Pahl & Barrett, 2007)

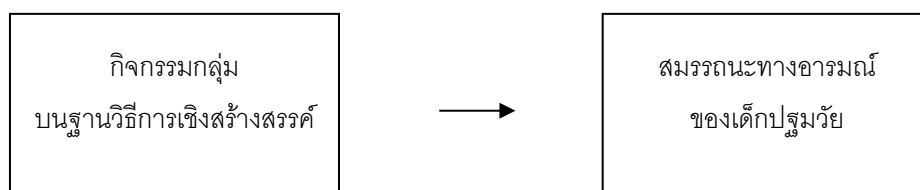
จากประเด็นที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยมีความสำคัญอย่างมากเนื่องจากสมรรถนะทางอารมณ์มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาทั้งด้านส่วนบุคคลและด้านสังคมของเด็กปฐมวัยในระยะยาว อีกทั้งการเข้าใจอารมณ์ของเด็กปฐมวัยมีผลต่อการเรียนรู้ การปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมและการพัฒนาทักษะทางสังคมในอนาคต โดยเฉพาะในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน การเรียนรู้ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อให้เด็กปฐมวัยสามารถรับมือกับความเครียด ปัญหาทางสุขภาพจิต ปัญหาการเรียนรู้ ปัญหาทางสังคมและการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ นอกจากนี้การที่เด็กปฐมวัยมีสมรรถนะทางอารมณ์ยังส่งผลให้เกิดการรู้จักตนเอง การควบคุมตนเองและความผาสุก ซึ่งทั้ง 3 ด้านนี้มีผลสำคัญต่อสุขภาพจิตและความพึงพอใจในการใช้ชีวิตของเด็กปฐมวัยในอนาคต ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่ศึกษาและเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ในเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์เพื่อสนับสนุนการพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กในช่วงระยะเริ่มต้นของการเรียนรู้และการเติบโตของเด็กปฐมวัยอย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย
2. เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการศึกษาการวิจัย เรื่อง การเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ใช้สมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยนำแนวคิดงานวิจัยของ บาโทลีและคณะ (Bartoli et al., 2022) ใช้เป็นกรอบแนวคิดเพื่อศึกษาสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย และใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ (Senn, 2017) (ประกอบด้วย การอ่าน การเล่าเรื่อง การวาดและระบายสี การเล่นบทบาทสมมติ บอร์ดเกม การบูรณาการรับรู้ทางประสาทสัมผัสและการใช้จินตนาการ) เป็นวิธีการในการเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ดังนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

## สมมติฐานการวิจัย

เด็กปฐมวัยมีสมรรถนะทางอารมณ์สูงขึ้นหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มบนฐานเชิงสร้างสรรค์

## วิธีดำเนินการวิจัย

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ผู้วิจัยใช้ในการศึกษาระดับสมรรถนะทางอารมณ์ เป็นเด็กที่มีอายุระหว่าง 3 - 5 ปีที่กำลังศึกษาในระดับชั้นอนุบาล 1 - 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กก่อนวัยเรียนแห่งหนึ่ง จำนวน 90 คน (ที่มาจากข้อมูลทะเบียนของสถานศึกษาภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาระดับสมรรถนะทางอารมณ์ ผู้วิจัยเก็บกับกลุ่มประชากรทั้งหมดจำนวน 90 คนของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กก่อนวัยเรียนแห่งหนึ่งและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ ได้จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Random Sampling) โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือก คือ เป็นเด็กนักเรียนที่มีคะแนนสมรรถนะทางอารมณ์ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จากการที่ครูประจำชั้นและนักวิจัยใช้แบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยและเด็กมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลองและผู้ปกครองยินยอม ได้จำนวน 12 คน

### ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น คือ กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์
2. ตัวแปรตาม คือ สมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย ด้านการรู้จักตนเอง ด้านการควบคุมตนเอง และด้านความผาสุก

### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้

การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้

1. การเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองข้อมูล ผู้วิจัยทำดังนี้

เริ่มต้น ผู้วิจัยได้ทำการพูดคุย ทำความเข้าใจเกี่ยวกับการทำแบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยและทำการตกลงในเรื่องการทำการวิจัยในครั้งนี้ เช่น การให้คะแนนเด็ก การทำกิจกรรม ผู้วิจัยและครูประจำชั้นทำการวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยใช้แบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยกับเด็กในชั้นอนุบาลปีที่ 1 - 3 ชั้นละ 10 คน รวมเป็นจำนวน 30 คน และทำการทดลองกิจกรรมกับเด็กกลุ่มนี้ด้วย เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดและกิจกรรมทั้งหมดก่อนนำไปทดลองจริง

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างการทำการวิจัย มีดังนี้

ก่อนที่การทดลองจะเริ่มขึ้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการขอรับการรับรองจริยธรรมการวิจัยที่เกี่ยวกับมนุษย์ โดยมีเลขที่ SWUEC-672001 และได้ส่งหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งเพื่อขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย ในกระบวนการนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดที่ผ่านการรับรองมาเพื่อวัดเด็ก หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ส่งหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปยังผู้อำนวยการของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กก่อนวัยเรียนแห่งหนึ่ง เพื่อขออนุญาตและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูลมี 3 ระยะ คือ

ระยะก่อนทดลอง ผู้วิจัยและครูประจำชั้นทำการวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยใช้แบบวัดกับเด็กในชั้นอนุบาลปีที่ 1 - 3 จำนวน 90 คน จากนั้นเลือกเด็กที่มีค่าเฉลี่ยต่ำกว่า 50% ลงมาและต้องได้รับความยินยอมจากผู้ปกครองมาเป็นกลุ่มทดลอง จากนั้นเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

ระยะทดลอง ดำเนินการทำกิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์กับกลุ่มทดลอง ทุกวันศุกร์ อาทิตย์ละ 1 ครั้ง ทั้งหมด 8 ครั้ง ในเวลา 2 เดือน ครั้งละ 30 นาที

ระยะหลังทดลอง ผู้วิจัยและครูประจำชั้นทำการวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยใช้แบบวัด ECAQ กับกลุ่มทดลองเพื่อนำมาเปรียบเทียบกับคะแนนก่อนทำการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย (Emotional Competence Assessment Questionnaire : ECAQ) เพื่อประเมินสมรรถนะทางอารมณ์ในเด็กอายุ 3-5 ปี เป็นการวิจัยที่มีพื้นฐานแน่นอนและเชื่อถือได้ โดย แบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยจากบาโทรีและคณะเกี่ยวกับสมรรถนะทางอารมณ์ โดยตั้งใจให้ครูเป็นผู้ใช้งานหลักในการประเมินการใช้ แบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยได้ชี้ชัดถึงสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยในหลายมิติที่สำคัญ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ของตนเอง การควบคุมทางอารมณ์ของตนเองและความผาสุก การวิเคราะห์ผลลัพธ์แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถนะทางอารมณ์กับดัชนีทางสุขภาพทางอารมณ์และการประเมินทางอารมณ์อื่น ๆ ที่เชื่อมโยงซึ่งมีลักษณะของเครื่องมือสอดคล้องตามองค์ประกอบและนิยามศัพท์ของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย โดยมีวิธีการสร้างดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสาร รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เพื่อนำข้อมูลมาประยุกต์ใช้ในการสร้างแบบวัดการประเมินสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

1.2 ทำการพัฒนาแบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยศึกษาองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ รวมถึงรายละเอียดขั้นตอนการสร้างแบบวัดตามแนวคิดของบิสเคลียร์ว่า โกเมน และ บาโทรี ซึ่งมีลักษณะของเครื่องมือที่สอดคล้องกับนิยามศัพท์และลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

1.3 นำเสนอแบบวัดให้กับอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถาม รวมถึงภาษาที่ใช้

1.4 หลังจากปรับแบบวัดสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยกับอาจารย์ที่ปรึกษาเสร็จสิ้น จึงนำเสนอแบบวัดให้ผู้เชี่ยวชาญที่มีความเชี่ยวชาญในด้านปฐมวัย 1 ท่าน และด้านจิตวิทยาและการแนะแนว 2 ท่าน ตรวจสอบหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) จำนวน 3 ท่าน จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Consistency: IOC) ซึ่งเท่ากับ 0.868

1.5 เมื่อผู้วิจัยหาค่าความสอดคล้องได้แล้ว จึงนำแบบวัดไปทำการทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาล ปีที่ 1 - 3 จำนวน 30 คน ซึ่งในกลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นชั้นเรียนละ 10 คน แล้วนำแบบวัดมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) รายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.992

1.6 นำแบบวัดไปดำเนินการจัดพิมพ์ให้เป็นแบบวัดฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูลกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง

2. กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ การพัฒนากิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

2.1 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ รวมทั้งหลักการเกี่ยวกับการเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็ก

2.2 พิจารณาเลือกกิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ที่มีผู้ศึกษาไว้ก่อนหน้า เช่น การอ่านเรื่อง การเล่าเรื่องตามรูปภาพ การวาดและระบายสี การเล่นเกม บอร์ดเกม การใช้จินตนาการในการดูภาพและเล่าเรื่อง

2.3 ทำการพัฒนากิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์เพื่อให้คำปรึกษา ตามหลักการ แนวคิด เทคนิค และทฤษฎีในการที่กลุ่ม โดยมีรายละเอียดดังนี้

ผู้วิจัยได้สำรวจเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อรวบรวมข้อมูลที่จะช่วยในการพัฒนากิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความเหมาะสมด้วยตนเองเพื่อประเมินความสอดคล้องของเรื่องที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับเด็กปฐมวัยโดยใช้เครื่องมือสำรวจ ถ้าเรื่องเหล่านี้สอดคล้องกันแสดงว่าเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างมีความเหมาะสม

ผู้วิจัยใช้การตรวจสอบความเหมาะสมโดยอาจารย์ที่ปรึกษา และขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ที่ปรึกษาในการตรวจสอบความถูกต้องและเหมาะสมของคำถามและภาษาที่ใช้ หลังจากนั้นผู้วิจัยปรับปรุงกิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ตามคำแนะนำและข้อเสนอแนะจากอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อให้กิจกรรมกลุ่มโดยใช้เสนอแนวทางและมีความเหมาะสม

ผู้วิจัยพัฒนากิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ที่ถูกรับปรุงและแก้ไขจนมีความสมบูรณ์แล้ว และนำกิจกรรมกลุ่มโดยใช้วิธีการสร้างสรรค์ไปใช้ในการเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยตามเวลาและสถานที่ที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้

2.4 หลังจากปรับกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์กับอาจารย์ที่ปรึกษาเสร็จสิ้นจึงนำเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญที่มีความเชี่ยวชาญในด้านปฐมวัย 1 ท่าน และด้านจิตวิทยาและการแนะแนว 2 ท่าน ตรวจสอบเพื่อหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) จำนวน 3 ท่าน จากนั้นนำข้อมูลที่ได้อัตราค่าดัชนีความสอดคล้อง 0.933

2.5 นำกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จากนั้นนำมาทดลองใช้กับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาล ปีที่ 1-3 จำนวน 30 คน ซึ่งในกลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นชั้นเรียนละ 10 คน

2.6 นำกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ที่ผ่านการตรวจสอบแล้วนำไปใช้ในการทำงานวิจัย

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป โดยใช้สถิติพื้นฐานประกอบไปด้วย ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด และสถิติที่ผู้วิจัยใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ การทดสอบค่าทีแบบไม่เป็นอิสระต่อกัน ( t-test for Dependent Samples)

## สรุปผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ สามารถสรุปผลได้ ดังนี้

1. เด็กปฐมวัยสมรรถนะทางอารมณ์โดยรวมเท่ากับ 3.59 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.54 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ความผาสุกมีค่าเฉลี่ย ( $\mu = 3.71, \sigma = 0.59$ ) ส่วนการรู้จักตนเองและการควบคุมตนเองมีค่าเฉลี่ยของลงมา ( $\mu = 3.53, \sigma = 0.61, 0.55$ ) ซึ่งทั้งหมดอยู่ในระดับมาก

2. เด็กปฐมวัยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยสมรรถนะทางอารมณ์โดยรวมเท่ากับ 2.76 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.17 อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยสมรรถนะทางอารมณ์โดยรวมเท่ากับ 3.83 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.22 อยู่ในระดับมาก และสามารถพิจารณาเป็นรายด้านได้ดังนี้

ด้านการรู้จักตนเอง พบว่า เด็กปฐมวัยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยการรู้จักตัวเองเท่ากับ 2.59 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.30 อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยการรู้จักตนเองเท่ากับ 3.74 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.39 อยู่ในระดับมาก

ด้านการควบคุมตนเอง พบว่า เด็กปฐมวัยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยการควบคุมตนเองเท่ากับ 2.79 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.30 อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยการควบคุมตนเองเท่ากับ 3.82 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.30 อยู่ในระดับมาก

ด้านความผาสุก พบว่า เด็กปฐมวัยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยความผาสุกเท่ากับ 2.89 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.30 อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยความผาสุกเท่ากับ 3.91 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.22 อยู่ในระดับมาก

และเด็กปฐมวัยหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยสมรรถนะทางอารมณ์โดยรวมและ ประกอบด้วย การรู้จักตนเอง การควบคุมตนเอง และความผาสุกเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์สามารถเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยได้

## อภิปรายผล

จากการวิจัย เรื่อง การเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์ ผู้วิจัยอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย จากกลุ่มประชากรเด็กปฐมวัยที่ได้ศึกษา ผลการศึกษาแสดงให้เห็นถึงอัตราการเข้าร่วมของเพศหญิงเป็นหลัก โดยส่วนใหญ่เป็นเด็กอายุ 6 ปี และผลการศึกษาระดับสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยสมรรถนะทางอารมณ์โดยรวมเท่ากับ 3.59 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.54 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ความผาสุกมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ( $M = 3.71, SD = 0.59$ ) ส่วนการรู้จักตนเองและการควบคุมตนเองมีค่าเฉลี่ยของลงมา ( $M = 3.53, SD = 0.61, 0.55$ ) ในการสำรวจสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยพบว่าคะแนนด้านความผาสุกในงานวิจัยนี้มีค่าสูงกว่าด้านอื่น ๆ สามารถอธิบายได้ด้วยปัจจัยสำคัญหลายประการ ทั้งตามกรอบแนวคิดของ Bisquerra (2022) ที่บอกถึงความเกี่ยวข้องกับสมรรถนะทางอารมณ์ ซึ่งถ้าด้านการรู้จักตนเองและด้านการควบคุมตนเองสูงจะมีด้านความผาสุกที่เพิ่มขึ้น นอกจากนี้ด้านความผาสุกในเด็กเล็กเป็นสภาวะที่สามารถสังเกตได้ง่ายกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับกระบวนการทางอารมณ์ภายใน คือ ด้านการรู้จักตนเองและด้านการควบคุมตนเอง การที่ครูและผู้ดูแลสามารถรับรู้ถึงด้านความผาสุกได้อย่างชัดเจนอาจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คะแนนด้านความผาสุกสูงกว่าด้านอื่น ๆ



2. เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการใช้กิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์เด็กปฐมวัยหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยสมรรถนะทางอารมณ์โดยรวมและรายด้าน ประกอบด้วย การรู้จักตนเอง การควบคุมตนเอง และความผาสุกเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ในเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมกลุ่มบนฐานวิธีการเชิงสร้างสรรค์สามารถเสริมสร้างสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยได้ จากที่งานวิจัยนี้ได้ทำและสอดคล้องกับหลักการที่ได้ศึกษามา เช่น กิจกรรม "การเล่าเรื่องตามภาพ" ส่งเสริมให้เด็กมีความกล้าแสดงอารมณ์และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งช่วยพัฒนาความสามารถด้านอารมณ์ให้กับเด็ก (Pahl & Barrett, 2007) กิจกรรม FACE YOUR FEELING เผชิญหน้ากับความรู้สึกของคุณ (Senn, 2017) นั้นเสริมสร้างการรับรู้ความรู้สึกในตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์ และทักษะการสื่อสารในเด็ก ตามที่ Alzahrani et al. (2019) ได้ศึกษาไว้ว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กรู้จักและแสดงออกเกี่ยวกับอารมณ์ต่าง ๆ สามารถส่งเสริมความเข้าใจและยอมรับอารมณ์ภายในกลุ่มได้ กิจกรรม BUBBLE POWER ที่ออกแบบโดย Senn (2017) กิจกรรมนี้ช่วยสร้างประสบการณ์ที่สนุกสนานให้กับเด็ก ๆ แบ่งปันเรื่องราวและคุณลักษณะในด้านบวก สามารถส่งเสริมความมั่นใจและทักษะทางสังคม เด็ก ๆ จะมีโอกาสพัฒนาภาพลักษณ์ของตนเองที่ดีและปรับปรุงทักษะการสื่อสารภายในกลุ่ม ส่วนกิจกรรมการวาดรูประบายสี (Geldard et al., 2009) จากนิทาน "Color Monster อารมณ์นี้คืออะไร?" กิจกรรมนี้ช่วยส่งเสริมความเข้าใจและการแสดงออกถึงความรู้สึกของเด็ก ๆ ผ่านการใช้สี ช่วยให้เด็กเรียนรู้ที่จะเข้าใจและจัดการกับอารมณ์ของตนเอง โดยมีงานวิจัยของ Tobin et al. (2009) มารองรับกับกิจกรรมที่ปฏิบัติได้จริงและมีส่วนร่วม การที่เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมเช่นการระบายสีและการสนทนาเกี่ยวกับอารมณ์ เด็ก ๆ จะมีโอกาสในการสำรวจและแสดงออกถึงความรู้สึกของตนเอง ซึ่งสามารถช่วยในการพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์ได้ และในกิจกรรมบอร์ดเกมเรื่องอารมณ์นี้ฉันเคยมีตอนไหนนะ สอดคล้องกับทฤษฎีที่เสนอโดย Tobin et al. (2007) กิจกรรมนี้มีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมทัศนคติเชิงบวกและทักษะการสนทนาในหมู่เด็ก ๆ โดยมีการกระตุ้นให้นึกถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาและแสดงออกถึงอารมณ์ตามความรู้สึกที่เกิดขึ้น กิจกรรมนี้จะกระตุ้นให้เกิดการคิดไตร่ตรองและการสนทนาเกี่ยวกับอารมณ์ เด็ก ๆ สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเองและของผู้อื่นได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นซึ่งสามารถส่งผลดีต่อการพัฒนาทางสังคม-อารมณ์และความเป็นอยู่ที่ดี

สรุปหลังการทดลอง พบว่ามีการพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญ ด้านการรู้จักตนเอง ด้านการควบคุมตนเอง และด้านความผาสุกนั้นมีการเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งเน้นย้ำถึงประสิทธิผลของกิจกรรมกลุ่มที่ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ ความร่วมมือ และการแสดงออกเชิงสร้างสรรค์ในการพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์ กิจกรรมเหล่านี้เปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ได้พัฒนาการรู้จักตนเอง การควบคุมอารมณ์พัฒนาการเข้าใจคนอื่น และเสริมสร้างความสามารถในการแก้ปัญหาทางสังคม ซึ่งทั้งหมดล้วนเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์และพัฒนาการทางสังคมของเด็กในระยะยาว

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. การนำกิจกรรมกลุ่มบนฐานเชิงสร้างสรรค์ไปใช้ในการพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์ให้กับเด็กปฐมวัย ผู้นำไปใช้ควรได้รับการฝึกฝนหรือศึกษาการใช้เทคนิคแต่ละเทคนิคให้ดี ไม่ว่าจะเป็นการเล่นผ่านการรับรู้ทางประสาทสัมผัส โดยการเลือกอุปกรณ์หรือวัสดุที่จะใช้ให้เหมาะสมกับกิจกรรมและช่วงอายุของเด็ก หรือ เทคนิคการอ่านนิทานที่จำเป็นต้องเลือกนิทานที่ช่วงอายุนั้นเข้าใจได้ง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเทคนิคการเล่นบอร์ดเกม จะต้องใช้คำถาม คำศัพท์ หรือวิธีการเล่นให้เข้ากับช่วงอายุเด็ก

2. สำหรับนักวิจัยที่จะนำงานวิจัยนี้ไปใช้ ควรพิจารณาลักษณะของกลุ่มทดลอง เช่น ช่วงอายุและพื้นฐานทางวัฒนธรรม เพื่อปรับกิจกรรมให้เหมาะสมกับความต้องการของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วม

3. ควรทำความเข้าใจเครื่องมือและวิธีการให้คะแนนให้ชัดเจน โดยมีแนวทางดังนี้ การฝึกอบรมการให้คะแนน นักวิจัยควรจัดการฝึกอบรมสำหรับผู้ให้คะแนนเพื่อให้ทุกคนให้คะแนนตามมาตรฐานเดียวกัน การฝึกอบรมนี้จะช่วยให้ผลการวิจัยมีความสอดคล้องและน่าเชื่อถือ โดยเฉพาะในกรณีที่มีหลายคนร่วมกันให้คะแนน

4. การตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของแบบวัด ควรตรวจสอบว่าแบบวัดที่ใช้สามารถประเมินสมรรถนะทางอารมณ์ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมและภาษาเพื่อให้ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้ได้จริงในบริบทต่าง ๆ

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. เสนอให้ติดตามผลในระยะยาว นักวิจัยควรติดตามผู้เข้าร่วมกิจกรรมตลอดปีการศึกษา เพื่อดูว่าการทำกิจกรรมเหล่านี้ช่วยพัฒนาสมรรถนะทางอารมณ์ของเด็กในชีวิตประจำวันและส่งผลต่อการเรียนในระดับที่เพิ่มขึ้นได้หรือไม่

2. ขยายกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ให้ครอบคลุมมากขึ้นเช่น ศูนย์ดูแลเด็ก ศูนย์รับเลี้ยงเด็กหรือโรงเรียนอนุบาลรัฐ เอกชน เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่สามารถใช้ได้กับเด็กทุกกลุ่มในวัยเดียวกันและเพื่อให้แน่ใจว่ากิจกรรมและแบบวัดเหล่านี้สามารถนำมาใช้ได้ ในบริบทที่หลากหลาย

3. เสนอให้ใช้วิธีการเชิงคุณภาพเพิ่มเติม เช่น การสัมภาษณ์หรือการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เพื่อเข้าใจความรู้สึกและมุมมองของเด็ก ๆ ต่อกิจกรรมที่ทำ ซึ่งจะช่วยให้ นักวิจัยสามารถปรับปรุงและพัฒนากิจกรรมให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

### บรรณานุกรม

- Alzahrani, M., Alharbi, M., & Alodwani, A. (2019). The Effect of Social-Emotional Competence on Children Academic Achievement and Behavioral Development. *International Education Studies*, 12(12), 141. <https://doi.org/10.5539/ies.v12n12p141>
- Bartoli, M., Angulo-Brunet, A., Bosque-Prous, M., Clotas, C., & Espelt, A. (2022). The Emotional Competence Assessment Questionnaire (ECAQ) for Children Aged from 3 to 5 Years: Validity and Reliability Evidence. *Education Sciences*, 12(7), 489. <https://doi.org/10.3390/educsci12070489>
- Denham, S. A., Wyatt, T. M., Bassett, H. H., Echeverria, D., & Knox, S. S. (2009). Assessing social-emotional development in children from a longitudinal perspective. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 63(Suppl 1), i37–i52. <https://doi.org/10.1136/jech.2007.070797>
- Pahl, K. M., & Barrett, P. M. (2007). The Development of Social-Emotional Competence in Preschool-Aged Children: An Introduction to the Fun FRIENDS Program. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 17(1), 81–90. <https://doi.org/10.1375/ajgc.17.1.81>
- Tobin, R. M., Sansosti, F. J., & McIntyre, L. L. (2007). Developing Emotional Competence in Preschoolers: A Review of Regulation Research and Recommendations for Practice. *The California School Psychologist*, 12(1), 107–120. <https://doi.org/10.1007/BF03340935>
- เกริก ยุ้นพันธ์. (2543). 2. In *การเล่านิทาน* (Vol. 3). essay, กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

- คมเพชร ฉัตรสุภากุล. (2546). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ: แสงรุ่ง การพิมพ์.
- นิตยา. (2546). การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านปงสนก จังหัดลำปาง. *ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย เชียงใหม่*, 10.
- เยาวพา. (2542). *การศึกษาปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: เอบี กราฟฟิคส์ดีไซน์.
- ศรีกัญญาสร์, & หาคูณ . (2560). *ความรู้เบื้องต้นทางการศึกษาปฐมวัย : 15 เรื่องที่ควรรู้* (Vol. 3). โรงพิมพ์มหาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- ศรีเรือน. (2553). 199. In *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย* (Vol. 9). essay, กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมนึก เหลืองอ่อน. (2549). การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ช่วงชั้นที่ 3. *ปริญยานิพนธ์ กศ.ม.(การศึกษาพิเศษ)*. เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่., 9.
- สิริมา ภิญโญนนตพงษ์. (2553). *การศึกษาปฐมวัย*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต