

# พัฒนาทักษะทางด้านอารมณ์ และสังคมของเด็กปฐมวัย

อาจารย์ ดร.ดวงกมล จงเจริญ  
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา



# ความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์และจิตใจ

## ความหมายของอารมณ์

อารมณ์ เป็นสภาวะทางด้านจิตใจที่เกิดขึ้น  
เนื่องจากการกระตุ้นจากสิ่งเร้า

- สิ่งเร้าภายในร่างกาย
  - เช่น แรงขับต่างๆ
- สิ่งเร้าภายนอก
  - เช่น ความร้อนหนาว สภาพแวดล้อม
- ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น
  - การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ



## การรับรู้และตอบสนอง

อารมณ์เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดจากกระบวนการทางจิตใจ  
ทำให้มนุษย์มีการรับรู้ตามสภาพแวดล้อมที่ปรากฏขึ้นจริง

## กระบวนการที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ 3 ขั้นตอน



# ลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ 10 รูปแบบ

ภาวะความรู้สึกพื้นฐานของมนุษย์



ความสนใจและตื่นเต้น  
(Interest-Excitement)



ความปิติยินดี  
(Joy)



ความประหลาดใจ  
(Surprise)



ความเศร้าและทุกข์  
(Distress-Anguish)



ความโกรธ  
(Anger)



ความขี้ขัง/น่าขยะแขยง  
(Disgust)



การดูถูกสบประมาท  
(Contempt)



ความกลัว  
(Fear)



ความอับอาย  
(Shame)



ความรู้สึกผิด  
(Guilt)



# ความหมายและลักษณะของพัฒนาการทางอารมณ์

## ความหมาย

พัฒนาการทางด้านอารมณ์ หมายถึง ลักษณะการเปลี่ยนแปลงของการแสดงออกทางด้านอารมณ์ รวมถึงความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น



## ลักษณะสำคัญ

- การแสดงออกทางอารมณ์ที่หลากหลาย
- การรับรู้อารมณ์ตนเองและผู้อื่น
- ความสามารถในการควบคุมอารมณ์
- การปรับตัวในสถานการณ์ต่างๆ

## สังเกตได้จาก

- พฤติกรรมขณะทำกิจกรรม
- การเล่นและฟังนิทาน
- การเล่นบทบาทสมมติ
- ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น



# วิธีการส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ที่ดี

แนวทางสำหรับครูและผู้ปกครอง



การให้เด็กเล่นและ  
ออกกำลังกาย

ทำให้เด็กมีสุขภาพดี  
ร่างกายและจิตใจแข็งแรง



การเข้ากลุ่มเพื่อน

ช่วยให้เด็กความมั่นใจและมิตรภาพสุข



การทำการกิจกรรม  
สร้างสรรค์

เช่น การวาด การปั้น  
งานศิลปะต่างๆ



การเป็นตัวแบบที่ดี

ให้เด็กเลียนแบบพฤติกรรมที่เหมาะสม



# ลักษณะพัฒนาการทางจิตใจและจริยธรรม

## พัฒนาการจริยธรรมในเด็ก

- ความเกี่ยวข้องระหว่างจิตใจกับพัฒนาการจริยธรรม
- การรู้จักให้และช่วยเหลือผู้อื่น
- จิตใจโอบอ้อมอารี มีความเห็นอกเห็นใจ
- ความเข้าใจในการแยกแยะสิ่งที่ถูกผิด

## อิทธิพลสำคัญ

- การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว
- สิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก
- ตัวแบบที่เด็กได้เห็นและเลียนแบบ



พัฒนาการทางจิตใจเกิดขึ้นผ่านการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมและการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่

# พัฒนาการทางจิตใจตามช่วงวัย 0-6 ปี



## ระยะแรกคลอด

- พัฒนาการทางจิตใจยังไม่เกิดขึ้น
- ใช้ปฏิกิริยาสะท้อนตามธรรมชาติ การเคลื่อนไหวทางกายเพื่อตอบสนอง

แรกเกิด  
(0-3 เดือน)



## 3 ปีแรก

- เริ่มเลียนแบบพฤติกรรมจากผู้ใกล้ชิด
- บางครั้งแสดงพฤติกรรมไม่ถูกต้อง เพราะไม่เข้าใจพฤติกรรมที่กระทำ

วัยเด็กอ่อน

- เริ่มเลียนแบบพฤติกรรมจากผู้ใกล้ชิด
- บางครั้งแสดงพฤติกรรมไม่ถูกต้อง เพราะไม่เข้าใจพฤติกรรมที่กระทำ



3-6 ปี

- พัฒนาการทางจิตใจเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว
- สามารถใช้คำพูดที่มีความหมายชัดเจน
- มีการรับรู้ได้ชัด เป็นวิจาร์ณญาณรอบคอบ

## หลักการสำคัญ

วัย 6 ปีแรกของชีวิต เด็กควรได้รับการวางพื้นฐานทางจิตใจที่ดีงาม เพื่อการดำรงชีวิตที่ดีและอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

# ปัจจัยด้านพันธุกรรมและครอบครัว



## อิทธิพลทางพันธุกรรม

- ยีนส์ที่ได้รับจากบิดามารดา
- ลักษณะนิสัยที่ถูกถ่ายทอด
- อารมณ์ร้อน - อารมณ์เย็น
- ความผิดปกติทางพฤติกรรม (เช่น XYY)



## บรรยากาศครอบครัว

- วิธีการเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน
- ผลกระทบต่อความเครียดของเด็ก
- ความมั่นคงทางอารมณ์
- พฤติกรรมดื้อรั้นและต่อต้าน



# ความสัมพันธ์และสภาพเศรษฐกิจของครอบครัว

## ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว

- ครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ดี ทำให้เด็กมีความสุข
- การทะเลาะของพ่อแม่ ส่งผลให้เด็กเครียดและไม่มั่นใจ
- เด็กขาดตัวแบบที่ดีในการเลียนแบบ

## ความสัมพันธ์ในครอบครัว

- ต้องมีความคงเส้นคงวาในการสั่งสอน
- การลงโทษต้องสัมพันธ์กับการหากไม่คงที่ เด็กจะขาดแนวทางที่ถูกต้อง



## สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว

- ครอบครัวยากจน: พ่อแม่ไม่มีเวลาดูแล
- ครอบครัวร่ำรวย: เด็กอาจเอาแต่ใจตัวเอง

## แหล่งที่ตั้งของครอบครัว

- สิ่งเวียนสื่อมวลชน vs. ทำเลที่ตั้ง
- ผลต่อการปรับตัวและพัฒนาการ

# ปัจจัยทางสังคมและสิ่งแวดล้อม

## อิทธิพลของกลุ่มสังคม

- การเล่นกับเพื่อนช่วยพัฒนาทักษะทางสังคม
- ความมั่นคงทางอารมณ์เกิดจากการยอมรับ
- การเรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสมจากกลุ่ม



## เจตคติและค่านิยมของสังคม

- ความชอบ/ไม่ชอบของสังคมเป็นแบบอย่าง
- เด็กเลียนแบบสิ่งที่สังคมยอมรับ
- ค่านิยมไทย: ความสุภาพ การเคารพผู้ใหญ่

## ระบบวัฒนธรรมและประเพณี

- ระบบการปกครองและกฎหมายที่สังคม
- ประเพณีที่หล่อหลอมจิตใจเด็ก
- การปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมท้องถิ่น

# ลักษณะเฉพาะตัวของเด็กที่ส่งผลต่ออารมณ์

ปัจจัยภายในตัวเด็กที่มีผลต่อพัฒนาการทางอารมณ์



## การได้รับสารพิษบางอย่าง

เช่น เฮโรอีน ฝิ่น ทำให้เด็กสงบเฉียบ / ักฤษา ทำให้เด็กสนุกสนาน ร่าเริง



## ความต้องการเพิ่มมากขึ้น

ต้องการแสดงว่าตนเหนือกว่าผู้อื่น  
เรียกร้องความสนใจและการยอมรับ



## การเลียนแบบทางด้านอารมณ์

เด็กเห็นผู้อื่นแสดงความก้าวร้าว  
จึงมีพฤติกรรมก้าวร้าวตาม



## ความสามารถทางร่างกาย และความเข้าใจตนเอง

ควบคุมร่างกายได้ดีขึ้น เข้าใจการ  
เปลี่ยนแปลง ทำให้ควบคุมอารมณ์  
ได้ดีขึ้น

# รูปแบบการแสดงออก: อารมณ์โกรธ

## สาเหตุของความโกรธ

การถูกหลอกเลียน หรือถูกปฏิเสธ

การถูกขัดขวางไม่ให้อำนาจหน้าที่ที่ต้องการ

ความผิดหวังจากสิ่งที่คาดหวัง

## พฤติกรรมการแสดงออก 2 แบบ

### แบบที่ 1: คำว่าร้าย

คำว่าร้ายต่อตนเอง: ตีอกตัวเอง ดึงผม

คำว่าร้ายต่อผู้อื่น: ตบหน้า ขว้างปาสิ่งของ

### แบบที่ 2: เงียบเฉย

ไม่แสดงออกในลักษณะคำว่าร้าย

สลักตัวอยู่เงียบ อาจทำร้ายตนเอง



## แนวทางการแก้ไข



สอนให้เด็กใช้ความคิดหาเหตุผล



สอนให้ใช้สติให้รู้ว่าความโกรธเป็นอันตราย



สอนให้พิจารณาสถานการณ์ก่อนโกรธ

# รูปแบบการแสดงออก: อารมณ์กลัว

## ลักษณะความกลัวตามช่วงวัย

- วัยเด็กอ่อน (0-2 ปี)
  - ความกลัวเสียงดังมากๆ
  - กลัวสิ่งของที่ใหญ่เกินไป
  - กลัวคนแปลกหน้า
  - กลัวความมืด ความสูง
- วัย 7-10 เดือน
  - ช่วงที่เกิดความกลัวมากที่สุด
  - ไม่เข้าใจข้อเท็จจริง
- วัย 2 ปี
  - กลัวในเวลากลางคืน
  - ความคิดฝันเรื่องปรากฏ
  - กลัวจากจินตนาการ



## เกณฑ์การพิจารณาปัญหา

- ความกลัวที่ขัดขวางการทำการกิจกรรม เช่น เคยเล่นกับเพื่อนได้ดี แต่กลัวบางสิ่งจนเล่นไม่ได้
- ความกลัวที่ทำให้เสียหน้า ไม่สามารถแยกแยะสิ่งที่ทำให้กลัวได้
- พฤติกรรมถดถอย กลับไปมีพฤติกรรมเหมือนเด็กเล็กกว่าเดิม

# การช่วยเหลือและป้องกันปัญหาความกลัว

## การปลอบโยนเมื่อเด็กตื่นร้าย

- โอบกอดเด็กไว้อย่างนุ่มนวล
- ตบแผ่นหลังเบาๆ เป็นจังหวะ
- ปลอบโยนด้วยน้ำเสียงสงบ
- อธิบายที่มาของฝันร้าย
- สร้างความอบอุ่นใจ

## การลดความกลัวการแยกจากผู้ปกครอง

- ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง
- กระตุ้นความเป็นตัวของตัวเอง
- ให้การดูแลอย่างมีเหตุผล
- หลีกเลี่ยงความผูกพันมากเกินไป

## การใช้บทบาทสมมติ

- เล่นบทบาทแพทย์-ผู้ป่วย
- ใช้ของเล่นในการจำลองสถานการณ์
- ให้เด็กคุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมใหม่
- สร้างประสบการณ์เชิงบวก



# ความเห็นอกเห็นใจและความอยากกรู้อยากเห็น

## ความเห็นอกเห็นใจ

- ความรู้สึกภายในที่เกิดขึ้นเมื่อเห็นผู้อื่นเดือดร้อน
- ต้องการมีส่วนร่วมและช่วยเหลือด้วยความเต็มใจ
- เริ่มปรากฏเมื่ออายุ 2 ปี
- อายุ 3-4 ปี แสดงพฤติกรรมช่วยเหลือที่ชัดเจน



## ความอยากกรู้อยากเห็น

- เกิดขึ้นตั้งแต่ก่อนที่ 2-3
- วัยเด็กตอนต้น: เป็นวัย "เจ้าปัญหา"
- ชอบตั้งคำถามอายุ 2-6 ปี
- ขึ้นอยู่กับ:
  - ความสามารถทางสติปัญญา
  - ความมั่นคงทางอารมณ์
  - เพศ (เด็กหญิงมักมีมากกว่า)



# อารมณ์ร้ายแรงและอารมณ์รัก

## อารมณ์ร้ายแรง (Joyful Emotions)

- การแสดงออกผ่านการยิ้มและหัวเราะ
- เคลื่อนไหวแบบขาไปมาเหมือนมีความสุข
- ปรบมือและกระโดดขึ้นลง
- พฤติกรรมการกอดรัดสิ่งที่ทำให้มีความสุข

18 เดือน: เห็นการเคลื่อนไหวช่องท้องขณะหัวเราะ



## อารมณ์รัก (Love Emotions)

- ความรู้สึกชอบอย่างผูกพันกับ
- แสดงออกโดยการเคลื่อนไหวตัวเข้าใกล้
- กอดรัด ตบมือเบาๆ และจูบ
- รักบุคคลใกล้ชิด สัตว์เลี้ยง และของเล่น

พัฒนาการของความมั่นคงทางอารมณ์



# อารมณ์ริษยาในวัยเด็ก

## สาเหตุของความริษยา

- การมีน้องคนใหม่ในครอบครัว
- พ่อแม่ให้ความสนใจน้องมากกว่า
- รู้สึกขาดความรักและความสนใจ
- กลัวสูญเสียตำแหน่งในครอบครัว

## การแสดงออกของความริษยา

- พฤติกรรมทำร้ายต่อพี่น้อง (ตี หยิก)
- พฤติกรรมถดถอย (ดุนิ้ว ปัสสาวะติดนอน)
- แสดงอาการเจ็บป่วยเพื่อถูกดูแลความสนใจ
- ชุกซ่อนผิดปกติ



### ข้อมูลสำคัญ

ความริษยาเกิดขึ้นมากที่สุดเมื่อพี่น้องมีอายุห่างกัน  
18-42 เดือน

เด็กหญิงมีแนวโน้มริษยาบ่อยกว่าเด็กชาย  
ลูกคนโตริษยาบ่อยกว่าลูกคนกลาง

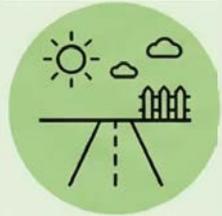
# พฤติกรรมที่เป็นปัญหา: ความคับข้องใจ

สาเหตุหลักของความคับข้องใจในเด็ก



ความบกพร่อง  
ทางด้านร่างกาย

มีความบกพร่องทาง  
ด้านร่างกาย หรืออวัยวะ  
ส่วนใดส่วนหนึ่งมีความ  
ผิดปกติ  
เช่น ตาบอด หูหนวกไม่สอ



สิ่งแวดล้อม  
ที่เป็นปัญหา

สิ่งแวดล้อมที่เป็น  
อุปสรรค  
เช่น อาคารสร้างจัด  
กฎวินัยที่เข้มงวดเกินไป  
การจรรยาบรรณ



ความขัดแย้งในใจ  
ของตัวผู้เรียนเอง

การตัดสินใจไม่ได้เนื่อง  
จากสิ่งของที่มีให้เลือก  
มากกว่า 2 สิ่งขึ้นไป  
ทำให้เกิดความขัดแย้งในใจ  
ไม่สามารถตัดสินใจได้



# ลักษณะความขัดแย้งในใจ 3 รูปแบบ

Types of Internal Conflicts in Children



# พฤติกรรมตอบสนองต่อความคับข้องใจ

## รูปแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม



### ความคับข้องใจ

การแสดงออกด้วยการทุบตี ด่าทอ หรือทำลายสิ่งของ  
เมื่อไม่สามารถระบายต่อเป้าหมายจริงได้



### การถดถอย

พฤติกรรมขยับกลับไปเป็นเด็กอีกครั้ง หรือกลับไปสู่พฤติกรรม  
ที่เคยได้ความสุข



### การนั่งเฉยเกือบงต

แสดงออกด้วยการเลี้ยงช้า ถอนตัว หลีกหนีจากสถานการณ์นั้น



### การเพื่อฝัน

ใช้ความฝันแทนความจริงจนไม่สามารถแยกแยะได้



สำคัญ: พฤติกรรมเหล่านี้เป็นสัญญาณว่าเด็กต้องการ  
ความช่วยเหลือในการจัดการกับอารมณ์

# แนวทางการแก้ไขและสรุปบทเรียน



## แนวทางการแก้ไขปัญหาทางอารมณ์

- ฝึกให้เด็กรู้จักยอมรับความจริงอย่างมีเหตุผล
- ให้คำปรึกษาและเป็นที่ปรึกษาที่ดีเพื่อลดความคับข้องใจ
- สร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการแสดงออกทางอารมณ์

ข้อสำคัญ: วัย 6 ปีแรกของชีวิต  
เป็นช่วงเวลาทองคำในการวางพื้นฐานทางจิตใจที่ดีงาม  
เพื่อการดำรงชีวิตที่ดีและอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

การเข้าใจและส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์และจิตใจ  
คือการลงทุนในอนาคตที่ดีของเด็ก