

# การพัฒนาทักษะความฉลาดทาง อารมณ์และสังคมสำหรับเด็กปฐมวัย

อาจารย์ ดร.ดวงกมล จงเจริญ

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

# ความสำคัญของการพัฒนาการเด็กปฐมวัย



ช่วงเวลาทองของชีวิต: สมองและบุคลิกภาพพัฒนาสูงสุดในช่วง 0-6 ปี

รากฐานการเรียนรู้: ทักษะทางอารมณ์เป็นตัวพยากรณ์ความสำเร็จในอนาคต

การป้องกันดีกว่าแก้ไข: การเสริมสร้างทักษะ SEL ช่วยลดความเสี่ยงของปัญหาพฤติกรรม

# ลักษณะปัญหาพฤติกรรมและอารมณ์



## ด้านอารมณ์และสมาธิ

วิตกกังวล ซึมเศร้า สมาธิสั้น หรืออยู่นิ่ง  
(Hyperactivity)



## ด้านสัมพันธภาพ

เก็บตัว ไม่กล้าแสดงออก มีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน  
หรือถูกกลั่นแกล้ง



## ด้านความประพฤติ

ก้าวร้าว ต่อต้านสังคม ทำลายทรัพย์สิน หรือไม่  
ทำตามกฎระเบียบ

# สาเหตุและปัจจัยที่มีอิทธิพล

ปัจจัยทางชีวภาพ: พันธุกรรม การทำงานของระบบประสาท และสุขภาพพื้นฐาน

ปัจจัยทางจิตสังคม: รูปแบบการเลี้ยงดู สัมพันธภาพในครอบครัว และความรุนแรง

สภาพแวดล้อม: สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว และบรรยากาศในโรงเรียน



# รู้จักแบบประเมิน SDQ



## Strengths and Difficulties Questionnaire

เครื่องมือคัดกรองพฤติกรรมเด็กที่เป็นมาตรฐานสากล ออกแบบมาเพื่อประเมินจุดแข็งและจุดอ่อนของเด็กใน 5 ด้านสำคัญ

ใช้ได้กับเด็กอายุ 2-17 ปี

มีฉบับสำหรับครู ผู้ปกครอง และเด็กประเมินตนเอง

ช่วยระบุกลุ่มเสี่ยงเพื่อรับการช่วยเหลืออย่างทันท่วงที

# องค์ประกอบของ SDQ (ด้านที่ 1-2)



## 1. ปัญหาทางอารมณ์

มักบ่นว่าปวดหัว/ท้อง วิดกกังวลง่าย ร้องไห้บ่อย กลัวสิ่งใหม่ๆ และขาดความเชื่อมั่นในตนเอง



## 2. ปัญหาความประพฤติ

อละวาดบ่อย ชอบเถียงผู้ใหญ่ ไม่เชื่อฟัง ชอบแกล้งผู้อื่น และอาจมีพฤติกรรมลักขโมย

# องค์ประกอบของ SDQ (ด้านที่ 3-5)



## 3. สมาธิสั้น

ไม่อยู่นิ่ง วอกแวกง่าย ทำอะไรไม่เสร็จ ใจร้อน และขาดความระมัดระวัง



## 4. ปัญหาความสัมพันธ์

ชอบอยู่คนเดียว ไม่มีเพื่อนสนิท ถูกเพื่อนแกล้ง หรือมักเข้ากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่าเพื่อนวัยเดียวกัน



## 5. พฤติกรรมทางสังคม

**(จุดแข็ง)** ชอบช่วยเหลือผู้อื่น แบ่งปันของเล่น มีน้ำใจ และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

# การแปลผลและการใช้ประโยชน์

กลุ่มผลการประเมิน

ความหมายและแนวทางปฏิบัติ

**ปกติ (Normal)**

เด็กมีพัฒนาการตามวัย ควรส่งเสริมพฤติกรรมเชิงบวกอย่างต่อเนื่อง

**เสี่ยง (Borderline)**

ควรเฝ้าระวังและจัดกิจกรรมเสริมทักษะเฉพาะด้านที่เด็กมีปัญหา

**ผิดปกติ (Abnormal)**

ต้องได้รับการช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด หรือส่งต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อวินิจฉัย

\* คะแนนรวมปัญหา (Total Difficulties) คัดจากด้านที่ 1-4 รวมกัน

# แนวคิดการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL)

## Social and Emotional Learning

กระบวนการที่เด็กและผู้ใหญ่พัฒนาทักษะในการเข้าใจและจัดการอารมณ์ การตั้งเป้าหมายเชิงบวก การแสดงความคิดเห็นในผู้อื่น การสร้างความสัมพันธ์ที่ดี และการตัดสินใจอย่างรับผิดชอบ



**เชิงป้องกัน:** สร้างทักษะพื้นฐานเพื่อลดปัญหาในอนาคต

**เชิงบูรณาการ:** ทำงานร่วมกันระหว่างบ้านและโรงเรียน

**เชิงประจักษ์:** มีหลักฐานงานวิจัยรองรับประสิทธิภาพ

## 5 สมรรถนะหลักของ SEL (CASEL)

สมรรถนะ

นิยามสำหรับเด็กปฐมวัย

การตระหนักรู้ตนเอง

รู้ว่าตัวเองรู้สึกอย่างไร และชอบ/ไม่ชอบอะไร

การจัดการตนเอง

ควบคุมอารมณ์เมื่อโกรธ และรอคอยได้

การตระหนักรู้สังคม

เข้าใจความรู้สึกเพื่อน และรู้จักการแบ่งปัน

ทักษะสัมพันธภาพ

เล่นกับเพื่อนได้ดี สื่อสารสิ่งที่ต้องการได้ชัดเจน

การตัดสินใจที่รับผิดชอบ

เลือกทำสิ่งที่ถูกต้องตามกฎหมาย และรู้ผลที่ตามมา

# เจาะลึกทฤษฎี Bandura

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม

เด็กเรียนรู้พฤติกรรมผ่านการสังเกตตัวแบบ (Modeling)  
และการได้รับแรงเสริม

การสังเกต: เด็กเลียนแบบท่าทางและคำพูดจากครูและผู้ปกครอง

การคงจำ: เด็กจดจำพฤติกรรมที่เห็นเพื่อนำไปใช้ในอนาคต

การสร้างพฤติกรรม: การฝึกฝนจนกลายเป็นนิสัย

# Modeling

หัวใจสำคัญของการพัฒนาพฤติกรรม

# เจาะลึกทฤษฎี Vygotsky

# ZPD

Zone of Proximal Development

ทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม

การเรียนรู้เกิดขึ้นผ่านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและวัฒนธรรม โดยมีผู้ใหญ่หรือเพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าเป็นผู้ช่วย

**Scaffolding:** การให้ความช่วยเหลือชั่วคราวเพื่อให้เด็กก้าวข้ามขีดจำกัด

**MKO:** การเรียนรู้จาก "ผู้รู้มากกว่า" (ครู, พ่อแม่)

เครื่องมือทางปัญญา: ภาษาและสัญลักษณ์ในการสื่อสาร

# กลยุทธ์ 1: การบำบัดทางความคิด (CBT)



## Cognitive Behavioral Therapy

ปรับใช้สำหรับการเล่นเพื่อช่วยให้เด็กเข้าใจความเชื่อมโยงระหว่าง "ความคิด-ความรู้สึก-การกระทำ"

การระบุอารมณ์: ใช้บัตรคำภาพเพื่อบอกความรู้สึก

การจัดการความคิด: เปลี่ยนความคิดลบให้เป็นบวก

การผ่อนคลาย: ฝึกหายใจเมื่อรู้สึกโกรธหรือกังวล

## กลยุทธ์ 2: โมเดล ABCD

### Affect

การรับรู้อารมณ์ของตนเอง  
และผู้อื่น

### Behavior

การแสดงออกที่เหมาะสมต่อ  
สถานการณ์

### Cognition

กระบวนการคิดและแก้ปัญหา  
อย่างมีเหตุผล

### Development

พัฒนาการที่ต่อเนื่องและ  
ยั่งยืน

โมเดลบูรณาการเพื่อการพัฒนาเด็กปฐมวัยอย่างรอบด้าน

## กลยุทธ์ 3: การฝึกทักษะทางสังคม (SST)

**Instruction:** สอนขั้นตอนการทำพฤติกรรมเชิงบวก

**Modeling:** แสดงตัวอย่างพฤติกรรมที่ถูกต้องให้เด็กดู

**Role-play:** ให้เด็กฝึกปฏิบัติในสถานการณ์จำลอง

**Feedback:** ให้คำชมและข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุง



## กลยุทธ์ 4: การใช้หุ่นมือและนิทาน



### สื่อกลางที่เด็กไว้วางใจ

หุ่นมือช่วยให้เด็กสามารถสะท้อนความรู้สึกและฝึกฝนทักษะการแก้ปัญหาได้โดยไม่รู้สึกถูกตำหนิ

**Externalization:** แยกปัญหาออกจากตัวเด็กผ่านตัวละคร

**Safe Space:** สร้างพื้นที่ปลอดภัยในการทดลองพฤติกรรมใหม่

**Engagement:** ดึงดูดความสนใจและสร้างความสนุกสนาน

# กลยุทธ์ 5: ตัวแบบวิดีโอและระบบพี่เลี้ยง

## Video Modeling (VM)

การใช้สื่อมัลติมีเดียแสดงพฤติกรรมเชิงบวก ช่วยให้เด็กเห็นภาพพจน์ที่ชัดเจนและจดจำได้ง่ายขึ้น



## Teacher Mentoring (TMP)

การเป็นแบบอย่างและที่ปรึกษาของครู ช่วยปรับระดับประคองและเสริมสร้างความมั่นใจให้กับเด็กเป็นรายบุคคล



# บทบาทของครูและผู้ปกครอง



**ความสม่ำเสมอ:** ฝึกทักษะ SEL ทั้งที่บ้านและโรงเรียนให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน

**การสื่อสาร:** แลกเปลี่ยนข้อมูลพฤติกรรมเด็กอย่างสม่ำเสมอผ่านสมุดพกหรือการประชุม

**การสนับสนุน:** สร้างบรรยากาศที่ยอมรับความผิดพลาดและเน้นการเรียนรู้

# สรุปประโยชน์และผลลัพธ์ของ SEL



## ผลสัมฤทธิ์ดีขึ้น

เด็กที่มีทักษะ SEL สูง มักมีสมาธิและการเรียนรู้ที่ดีกว่า



## ลดปัญหาพฤติกรรม

ช่วยลดความก้าวร้าว การรังแกกัน และความวิตกกังวล



## ทักษะชีวิต

สร้างพลเมืองที่มีคุณภาพ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบ

## ๒ ข้อเสนอแนะและแนวทางปฏิบัติ

**เชิงนโยบาย:** ควรบรรจุหลักสูตร SEL เข้าไปในแผนการจัดการเรียนรู้ของสถานศึกษาอย่างชัดเจน

**เชิงวิชาชีพ:** พัฒนาศักยภาพครูให้มีความรู้เรื่องจิตวิทยาเด็กและเทคนิคการตัดกรองด้วย SDQ

**เชิงวิจัย:** ควรมีการติดตามผลการใช้โปรแกรม SEL ในระยะยาวเพื่อปรับปรุงให้เหมาะสมกับบริบทไทย

การลงทุนในทักษะอารมณ์และสังคม คือการลงทุนในอนาคตที่ยั่งยืนของเด็กไทย