



การจัดกิจกรรมส่งเสริมทักษะความฉลาด ทางอารมณ์และสังคมสำหรับเด็กปฐมวัย

อ.ดร.ดวงกมล จงเจริญ

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา



- พัฒนาการทางอารมณ์ หมายถึง ขบวนการวิวัฒนาการของจิตที่สามารถรับผิดชอบควบคุม ขัดเกลา และแสดงออกซึ่งอารมณ์ให้เหมาะสมกับกาลเวลาและสถานที่ เช่น การโต้เถียงโดยไม่รู้ลึกโกรธเคือง รับฟังความคิดเห็น ของบุคคลอื่นที่มีความคิดเห็นขัดแย้งกับตนอย่างสบายใจในขณะที่รู้ลึกโกรธเคืองไม่แสดงพฤติกรรมใดๆ ออกมาในทางไม่ดี หรือในทางลบ
- ลักษณะพัฒนาการทางด้านอารมณ์ของเด็กปฐมวัยการแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยนั้นรุนแรงกว่าวัยทารก ระดับความรุนแรงทางอารมณ์ของเด็กแต่ละคนมีไม่เหมือนกันขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายอย่าง เช่น สุขภาพ สิ่งแวดล้อม การอบรมเลี้ยงดู อารมณ์โดยทั่วไปของเด็กปฐมวัย ได้แก่ อารมณ์โกรธ กลัว อิจฉา อยากรู้ อยากเห็น อารมณ์สนุกสนาน และอารมณ์รัก



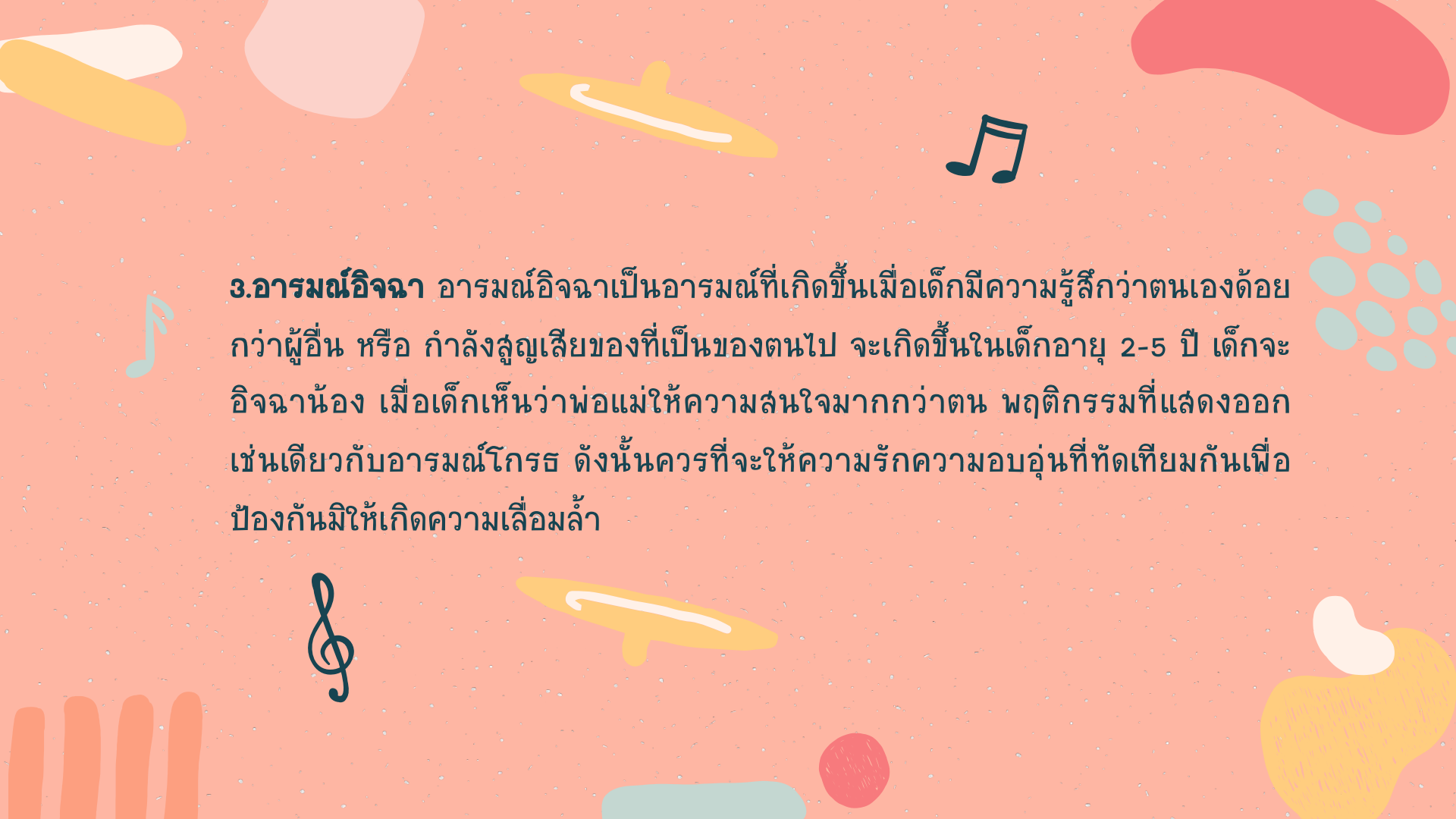
ลักษณะของอารมณ์ของเด็กปฐมวัย

1.อารมณ์โกรธ จะเริ่มเมื่อเด็กอายุได้ 6 เดือน และจะมีอัตราความโกรธสูงขึ้นตามลำดับเด็กมักโกรธเมื่อถูกขัดใจ ถูกรังแก และเรียนรู้ว่าวิธีที่จะเอาชนะได้ง่ายที่สุดคือการแสดงอารมณ์โกรธ เด็กจะแสดงอารมณ์โกรธอย่างเปิดเผย เช่น ร้องไห้ กระตืบเท้า กระแทกร่างกาย ทำตัวอ่อน ไม่พูด ไม่จา ฯลฯ เมื่อพ้นวัยนี้ไปแล้วเด็กจะเริ่มควบคุมตัวเองได้บ้าง ในระยะนี้ควรที่จะหลีกเลี่ยงการทำให้เด็กโกรธมากที่สุด เมื่อเวลาที่เด็กโกรธควรที่จะชี้แจงเหตุผลที่ไม่ตามใจ





2.อารมณ์กลัว กลัวในสิ่งที่จะมีเหตุผลมากกว่าวัยทารก สิ่ง
เร้าที่ทำให้เด็กกลัวมีมากขึ้น เช่น กลัวเสียงดัง คนแปลก
หน้า อายุ 3-5 ปี กลัวสัตว์ กลัวถูกทิ้งให้อยู่คนเดียว
พฤติกรรมที่เด็กแสดงออกเวลากลัว ร้องไห้ วิ่งหนี หาที่
ซ่อน ความกลัวเหล่านี้จะลดลงเมื่ออายุมากขึ้น



3.อารมณ์อิจฉา อารมณ์อิจฉาเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อเด็กมีความรู้สึกว่าเขาต้องดีกว่าผู้อื่น หรือ กำลังสูญเสียของที่เป็นของตนไป จะเกิดขึ้นในเด็กอายุ 2-5 ปี เด็กจะอิจฉาน้อง เมื่อเด็กเห็นว่าพ่อแม่ให้ความสนใจมากกว่าตน พฤติกรรมที่แสดงออกเช่นเดียวกับอารมณ์โกรธ ดังนั้นควรที่จะให้ความรักความอบอุ่นที่ทัดเทียมกันเพื่อป้องกันมิให้เกิดความเลื่อมล้ำ

4.อารมณ์อยากรู้อยากเห็น เป็นวัยที่เริ่มรู้จักการใช้
เหตุผลมีความเป็นตัวของตัวเองมีความสงสัยในสิ่งที่ไม่
เคยเห็น ชอบสำรวจ ชอบซักถาม

5.อารมณ์สนุกสนาน เมื่อเด็กประสบความสำเร็จในสิ่ง
ต่างๆที่ได้กระทำ เด็กจะเกิดความสุขสนุกสนาน ซึ่ง
แสดงออกด้วยรอยยิ้มและเสียงหัวเราะ





6.อารมณ์รัก ครึ่งแรกเด็กจะรักตนเองก่อน ต่อมาจะรู้จัก
การรักคนอื่น อารมณ์นี้เป็นอารมณ์แห่งความสุข เด็กจะ
แสดงความรักโดยการกอดจูบลูบคลำ เด็กที่ไม่ได้รับ
ความรักความอบอุ่นจากครอบครัวหรือคนที่ผูกพันเด็ก
มักจะเห็นแก่ตัว ทำให้เด็กไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพที่
ดี เด็กมักแสดงความรักต่อพ่อแม่ หรือสัตว์เลี้ยงตลอดจน
ของเล่น



พัฒนาการด้านอารมณ์จิตใจของเด็กปฐมวัย

1.พัฒนาการทางอารมณ์เด็กวัย 1 ปี เด็กในช่วงนี้เริ่มรู้จักทำอะไรตามใจตนเอง ขัดใจจะโกรธ อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย แสดงอารมณ์เปิดเผยตามความรู้สึก มีปฏิกิริยาต่อต้านเมื่อไม่พอใจต้องการความเป็นตัวของตัวเอง

2.พัฒนาการทางอารมณ์เด็กวัย 2 ปี เด็กวัยนี้จะแสดงอารมณ์ ความรู้สึกต่างๆ ด้วยคำพูด อารมณ์มักจะขึ้นๆลงๆ ความเป็นตัวของตัวเอง เด็กในวัยนี้ถ้าได้รับการยอมรับหรือชมเชยจะมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

3.พัฒนาการทางด้านอารมณ์เด็กวัย 3 ปี ร่าเริง แจ่มใส แสดงอารมณ์ตามความรู้สึกไม่ทำร้ายผู้อื่นเมื่อไม่พอใจ เริ่มมีความมั่นใจในตนเอง รู้จักเลือกเล่นสิ่งที่ตนชอบ สนใจ เล่นบทบาทสมมุติได้ เด็กวัยนี้ชอบทำให้ผู้ใหญ่พอใจและได้รับคำชม



พัฒนาการด้านอารมณ์จิตใจของเด็กปฐมวัย

4.พัฒนาการทางอารมณ์เด็กวัย 4 ปี เป็นวัยที่ชอบท้าทายผู้ใหญ่ ต้องการให้มีคนฟัง คนสนใจ สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ไม่ทำร้ายผู้อื่นและไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ไม่แย่งสิ่งของหรือหยิบขโมยของผู้อื่นมาเป็นของตน

5.พัฒนาการทางอารมณ์เด็กวัยระหว่าง 5-6 ปี แสดงอารมณ์ได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม เริ่มชมความสามารถและผลงานของตนเองและผู้อื่น ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางน้อยลง





การส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย พัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยยังไม่คงที่เปลี่ยนแปลงได้ง่าย เป็นวัยเจ้าอารมณ์ บางครั้งจะมีอารมณ์รุนแรง โมโหง่าย โกรธง่าย เอาแต่ใจตัวเอง

เด็กแต่ละคนจะมีลักษณะพัฒนาการทางอารมณ์แตกต่างกันตามสภาพสิ่งแวดล้อม การเรียนรู้ที่แตกต่างกัน หากเด็กได้รับความไม่พอใจ เด็กก็จะสะสมอารมณ์ไม่พอใจเหล่านั้นไว้ ทำให้เด็กขาดความสุข มีอารมณ์ตึงเครียดและอาจทำให้ชีวิตในวัยต่อไปมีปัญหาได้



พัฒนาการด้านสังคม

พัฒนาการทางสังคมนี้ สำคัญเพราะ
พัฒนาการนี้จะเป็นตัวที่เตรียมความพร้อมให้เด็กในด้าน
การจัดการอารมณ์ การเข้าใจความรู้สึกและความ
ต้องการของคนอื่น และการติดต่อสื่อสารที่มีมารยาท
และเป็นที่ยอมรับ

อายุ 1 ขวบ



mommy-and-me (แม่และฉัน) จะเป็นวิธีที่ดีที่เด็กจะรับรู้บทบาททางสังคมส่วนใหญ่ได้จากแม่ ในเด็กที่มีอายุเท่านี้ จะสังเกตเห็นว่าเด็กทารกสามารถทำได้ดังนี้

- **เริ่มสื่อสารเบื้องต้นได้** ด็อกเตอร์มาเรีย คาลพิโด ศาสตราจารย์ด้านจิตวิทยาประจำสถาบันอุดมศึกษาเอกชนในเวอร์เชสเตอร์ รัฐแมสซาชูเซตส์ กล่าวว่า เด็กอายุ 1 ขวบจะใช้วิธีชี้หรือทำเสียงเพื่อที่จะบอกสิ่งที่เขาต้องการ ดังนั้นการพยายามสื่อสารกับทารกโดยการตอบรับสิ่งที่เขามองหรือชี้ไปที่สิ่งสวยงามต่างๆ รอบตัวเขาเป็นสิ่งสำคัญ



อายุ 1 ขวบ



- **เริ่มจำคนที่คุ้นเคยได้** เมื่อเด็กฯ ได้เห็นคุณปู่คุณย่าคุณตาคุณยาย พี่เลี้ยงเด็ก หมอเด็ก และคนอื่นฯ ที่เขาค้น
ถาวรจะเริ่มทักทายพวกเขาด้วยการยิ้ม (หรือร้องให้ ขึ้นอยู่กับอารมณ์) ด็อกเตอร์ฮิตเทอร์ วิทเทนเบิร์ก
กล่าวว่า “ถ้าลูกไม่สนใจคนรอบข้าง นั่นเป็นเป็นสัญญาณเตือนที่ร้ายแรง คุณต้องการให้เขารับรู้ถึงบางสิ่ง
และบางคนรอบๆ ตัวเขา แม้ว่าเขาจะร้องไห้เวลาเมื่อคนแปลกหน้าเดินเข้ามาในห้อง”
- **เริ่มติดต่อสื่อสารกับคุณพ่อคุณแม่** ถ้าเด็กวัยนี้ส่งของเล่นให้ เป็นการแสดงให้เห็นถึงความเต็มใจและ
ความสามารถในการมีส่วนร่วมกับผู้อื่น และยังเป็นเตรียมความพร้อมไปสู่บทเรียนของการผลักดันไปมา แต่
อย่าเพิ่งคาดหวังมากเกินไปในการที่จะให้เด็กแบ่งปันสิ่งของ ด็อกเตอร์ฮิตเทอร์ วิทเทนเบิร์กกล่าวว่า “การ
เล่นส่งของให้และเอาคืนเป็นเรื่องสำคัญ หากคุณต้องการที่จะให้ลูกน้อยแสดงสัญญาณความเป็นตัวของ
ตัวเองและอยู่ในสถานการณ์สังคมที่เหมาะสมได้พร้อมๆ กัน”



อายุ 2 ขวบ



เด็กที่มีอายุประมาณนี้จะเริ่มมีส่วนร่วมกับสิ่งที่อยู่รอบข้างมากขึ้น แต่เด็กอาจจะยังชอบการเล่นกับคุณพ่อคุณแม่มากกว่า เมื่ออายุเท่านี้จะสามารถทำได้ดังนี้

- **เริ่มเข้าสังคม** เด็กจะเริ่มเล่นกับเด็กที่มีอายุเท่ากัน ซึ่งหมายความว่าเขาจะเริ่มเล่นกับคนข้างบ้าน แทนการเล่นกันเอง ด็อกเตอร์ฮิตเทอร์ วิทเทนเบิร์กกล่าวถึงเรื่องนี้ว่า “อาจจะยังไม่มีการเล่นผุดผวยกันมากในเด็กช่วงวัยนี้ แต่การให้ลูกน้อยของคุณได้ใช้เวลาอยู่กับเด็กคนอื่น ๆ ก็ยังเป็นเรื่องสำคัญ”



อายุ 2 ขวบ



- **เริ่มมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น** การแสดงความสนใจต่อคนอื่นเป็นส่วนสำคัญของการเข้าสังคม และเด็ก ๆ จะเริ่มติดต่อสื่อสารกับพ่อแม่มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการเล่นกับคุณตาคุณยาย หรือโบกมือทักทายแม่ค้าที่ตลาด ก็เท่ากับว่าเขากำลังสนุกสนานที่ได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น แม้ว่าเด็กบางคนจะไม่ได้กล้าแสดงออกกับคนอื่น ก็อย่าเพิ่งรีบตัดสินเขาว่าเป็นคน “ขี้อาย” ด็อกเตอร์ ฮิตเทอร์ วิทเทนเบิร์กอธิบายว่า “ผู้ปกครองมักจะมองว่าขี้อายเป็นเรื่องไม่ดี แต่จริงๆ แล้ว มันเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับเด็กที่จะต้องใช้เวลาในการทำความคุ้นเคยกับคนที่เขาไม่รู้จัก หรือไม่ได้เห็นบ่อยๆ คุณพ่อคุณแม่ต้องให้เวลาลูกในการปรับตัวตามสถานการณ์ใหม่ๆ ที่เขายังไม่คุ้น และให้เขาเป็นคนนำเอง”

อายุ 3 ขวบ



อาจจะใกล้ถึงเวลาที่เด็กในวัยนี้จะต้องเข้าชั้นเรียนอนุบาล ซึ่งเขาจะได้เข้าสังคมกับเพื่อนคนอื่นๆ และเป็นโอกาสที่เขาจะได้มีเพื่อน จะสังเกตเห็นได้ว่าเด็กที่มีอายุเท่านี้สามารถทำได้ดังนี้

- **เริ่มหาเพื่อน** ในช่วงวัยนี้จะเริ่มเล่นเป็นกลุ่ม ดังนั้น เขาจะเริ่มมองหาเพื่อนคนอื่นๆ ด็อกเตอร์ฮิตเทอร์วิทเทนเบอร์กแนะนำว่า “ในช่วงวัยนี้ การให้ลูกของคุณได้ใช้เวลาร่วมกับเด็กคนอื่นเป็นสิ่งสำคัญ” แต่ผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่รอบตัวอาจจะต้องช่วยเขาในการหาสังคมให้เด็ก และแม้ว่าเขาจะเข้าใจกฎเรื่องความปลอดภัยและเรื่องการแสดงพฤติกรรมบางอย่าง แต่ก็ควรจะค่อยๆ เตือนเขาเรื่องการแบ่งปัน และการตอบแทน



อายุ 3 ขวบ



- **เริ่มใช้จินตนาการ** การแต่งตัว การเล่นละคร และกิจกรรมสร้างสรรค์อื่นๆ เป็นส่วนหนึ่งของการเตรียมให้เขาเล่นกับเด็กคนอื่น ด็อกเตอร์มาเรีย คาลพิโดกล่าวว่า “ลูกของคุณจะมีเพื่อนได้ขึ้นอยู่กับความสนใจที่มีเหมือนกัน” การแบ่งปันอาจจะเป็นเรื่องยากสำหรับเด็กในวัยนี้ แต่เด็กในวัยนี้จะเริ่มเข้าใจการประนีประนอม และการให้เกียรติคนอื่น ด็อกเตอร์มาเรีย คาลพิโดเสริมอีกว่า “เด็กในวัยนี้มีแนวโน้มที่จะแก้ปัญหาที่มีกับเพื่อนได้มากขึ้น เพื่อที่จะรักษามิตรภาพของพวกเขาเอาไว้ได้และแสดงการกระทำที่ดีให้คนอื่นเห็น”
- **เริ่มเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น** เด็กวัยนี้ยังคงเรียนรู้สิ่งที่ดีที่สุดจากผู้ปกครองและผู้ใหญ่รอบตัว ดังนั้นชี้ให้เขาเห็นความรู้สึกที่แตกต่างกัน (มีความสุข เศร้า กลัว) เวลาที่ให้เขาดูทีวี หรืออ่านหนังสือ ซึ่งวิธีนี้จะช่วยให้เขาเข้าใจความรู้สึกของตัวเองและของคนอื่นได้มากขึ้น นอกจากนี้ เด็กๆ จะเริ่มแสดงความเข้าใจผู้อื่นโดยการกอด หรือหอมเวลาที่จำเป็น



อายุ 4 ขวบ



ใกล้จะถึงเวลาที่พวกเขาจะต้องเข้าอนุบาล แล้วพวกเขาก็จะได้เรียนรู้วิธีการผูกมิตรกับเพื่อนใหม่ เด็กที่อยู่ในวัยนี้จะสามารถทำได้ดังนี้

- **แสดงความสนใจที่จะเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม** ในวัยนี้จะสนุกสนานกับการเล่นกับเด็กคนอื่น ๆ และสื่อสารกับเพื่อน ๆ มากขึ้น ผู้เชี่ยวชาญได้พูดถึงเรื่องนี้ว่าช่วงเวลานี้เป็นช่วงเวลาที่ดีที่จะให้เด็กเข้าร่วมในทีมกีฬา เช่น ฟุตบอล หรือ บาสเกตบอล ด็อกเตอร์ฮิตเทอร์ วิทเทนเบอร์กแนะนำ “ลองเลือกกิจกรรมที่ไม่ค่อยมีกฎหรือข้อห้ามมากเกินไป ไม่เช่นนั้น อาจจะเป็นการทำให้การล่าเหยื่อของพวกเขา และพวกเขาก็จะไม่เล่นกีฬานั้นอีกเลย”



อายุ 4 ขวบ



- **แบ่งปันและร่วมมือกับคนอื่นมากขึ้น** อาจจะมีการแย่งของเล่นกันบ้างแต่พวกเขาจะเข้าใจว่าจะต้องแบ่งปันและรอ ด็อกเตอร์มาเรีย คาลพิโดกล่าวว่า “ลูกของคุณจะนึกถึงจิตใจของคนอื่นมากขึ้นซึ่งจะทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านการต่อรอง การแก้ปัญหาด้วยคำพูด การควบคุมอารมณ์ของกลุ่ม และควบคุมความประพฤติของเพื่อนคนอื่นๆ ”
- **แสดงความรักทางกาย** ในช่วงนี้พวกเขาจะต้องการการกอดและหอมมากขึ้นและจะแสดงความรักกับครอบครัวและเพื่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลาที่เขาเห็นว่าคนที่เขารักกังวลใจ ด็อกเตอร์มาเรีย คาลพิโดกล่าวว่า “เด็ก ๆ ในวัยนี้จะเริ่มมีใจนึกถึงส่วนรวมมากขึ้น เช่นการแบ่งปัน และการแสดงความเข้าใจผู้อื่น”



อายุ 4 ขวบ

- **เริ่มพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น** การเป็นผู้ปกครองที่กำลังติดอยู่ในสถานการณ์ไร้ทางออกคือการที่คุณอยากให้ลูกพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น แต่ลูกมักจะเลือกเวลาที่ไม่ใช่ เช่น เวลาที่ลูกยืนกรานว่าจะแต่งตัวด้วยตนเองขณะที่กำลังจะสาย หรือเวลาที่ลูกอยากจะช่วยเก็บของเล่น (แต่เก็บผิดที่) แต่อย่างไรก็ตาม การมีความมั่นใจกับสบายใจในความสามารถของตัวพวกเขาเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้การเข้าสังคมผ่านไปได้ด้วยดี โดยเฉพาะเวลาที่พวกเขาเติบโตขึ้น



ความสำคัญของการจัดกิจกรรมส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และสังคมสำหรับเด็กปฐมวัย



- ? ช่วยให้มีการเจริญเติบโตที่เหมาะสมตามวัย
- ? ช่วยให้สามารถควบคุมและแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
- ? ช่วยพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมให้แก่เด็ก
- ? ช่วยคลายการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง

จุดมุ่งหมายของการจัดกิจกรรมส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และสังคม สำหรับเด็กปฐมวัย



เพื่อส่งเสริมให้เด็กมีการเจริญเติบโตที่
สมวัย

เพื่อส่งเสริมให้เด็กมีประสบการณ์ที่
ก่อให้เกิดความภาคภูมิใจและเชื่อมั่นในตนเอง

เพื่อส่งเสริมทักษะทางสังคมให้สามารถ
ปรับตัว เล่น และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้