

การส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลด้วยกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตาม แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA

ENHANCING ASSERTIVE BEHAVIOR OF KINDERGARTEN STUDENTS THROUGH CREATIVE ARTS ACTIVITIES BASED ON POSITIVE PSYCHOLOGY USING THE PERMA MODEL

Received: December 9, 2024

Revised: April 29, 2025

Accepted: May 1, 2025

ดวงใจ รุ่งเรือง^{1*} และ สุภัตสร ชมดี¹

¹ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

Duangjai Roongreang^{1*} and Supatsara Chomdee¹

¹Faculty of Education, Dhonburi Rajabhat University

* Corresponding author, E-mail: duangjai.r@dru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ที่มีต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอนุบาลปีที่ 3 อายุระหว่าง 5-6 ปี โรงเรียนคลองบางน้ำจืด สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรปราการ เขต 2 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 31 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม (cluster random sampling) การวิจัยเป็นการทดลองแบบ one-group pretest-posttest design ดำเนินการทดลอง 8 สัปดาห์ รวม 16 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วยแผนการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA จำนวน 16 แผน และแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออก 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็น ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ และด้านการแสดงออกทางสังคม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test for dependent samples ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง นักเรียนอนุบาลมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ($M = 16.13$) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($M = 7.97$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกทั้ง 3 ด้านเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับดี แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA สามารถส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: จิตวิทยาเชิงบวก / รูปแบบ PERMA / กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ / พฤติกรรมการกล้าแสดงออก / เด็กปฐมวัย

ABSTRACT

This research aimed to examine the effects of creative arts activities based on positive psychology using the PERMA model on the assertive behavior of kindergarten students. The participants comprised 31 kindergarten 3 students aged 5-6 years at Khlong Bang Nam Chuet School under the Samut Prakan Primary Educational Service Area Office 2 during the 2024 academic year, selected through cluster random sampling. The research employed a one-group pretest-posttest design conducted over 8 weeks, totaling 16 sessions. The research instruments included 16 lesson plans for creative arts activities based on positive psychology using the PERMA model and an observation form assessing assertive behavior across three dimensions: expression of thoughts and opinions, emotional expression, and social expression. Data were analyzed using means, standard deviations, and t-test for dependent samples. The results revealed that after the intervention, students demonstrated significantly higher mean scores for assertive behavior ($M = 16.13$) compared to the pretest ($M = 7.97$) at the .01 significance level. All three dimensions of assertive behavior improved to a good level, indicating that creative arts activities based on positive psychology using the PERMA model can effectively enhance kindergarten students' assertive behavior.

Keywords: Positive psychology / PERMA model / Creative arts activities / Assertive behavior / Early childhood

บทนำ

สภาพสังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วเนื่องจากกระแสโลกาภิวัตน์ (Globalization) ที่มีความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และการสื่อสารแบบไร้พรมแดน (ชไมพร ไกยสิทธิ์, 2566) การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลกระทบต่อคนทุกวัย รวมถึงเด็กปฐมวัย ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการเตรียมความพร้อมเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างมีความสุข การพัฒนาและเสริมสร้างทักษะที่จำเป็นในด้านต่างๆ จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเฉพาะพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกซึ่งเป็นรากฐานสำคัญต่อการพัฒนาสังคมและประเทศในระยะยาว

พฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคมไทย เนื่องจากช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม (คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2542) การฝึกฝนให้เด็กเกิดพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกจึงควรเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก เพราะเป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วและเหมาะสมที่จะปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และเสริมสร้างบุคลิกลักษณะต่างๆ ความกล้าแสดงออกเป็นคุณลักษณะหนึ่งของพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจที่จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาและส่งเสริม พัทธรินทร์ โลหา และสิรินาถ จงกลกลาง (2562) กล่าวว่า พฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกเป็นสิ่งที่ดีและสำคัญมากสำหรับเด็ก เพราะหากเด็กที่อยู่ในวัยเรียนมีความมั่นใจจะส่งผลต่อการแสดงออกอย่างสมเหตุสมผลตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น กล้าพูด กล้าคิด กล้าทำในสิ่งที่ถูกต้อง และกล้าแสดงออกตามความรู้สึกที่แท้จริงของตนโดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น เด็กจะสามารถนำสิ่งนั้นไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ทางด้านสังคม รวมถึงการทำงานในอนาคตต่อไปได้

อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันพบว่าเด็กปฐมวัยจำนวนมากมีปัญหาด้านความกล้าแสดงออก ซึ่งมีสาเหตุหลักมาจากปัจจัยสำคัญ 3 ประการ ได้แก่ 1) รูปแบบการเลี้ยงดูที่เปลี่ยนแปลง นรรัชต์ ฝั้นเชียร (2561) ระบุว่า แม้เด็กมีความกล้าแสดงออกตามธรรมชาติอยู่แล้ว แต่ปริมาณความกล้านั้นขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู การเลี้ยงดูที่เข้มงวดหรือบังคับมากเกินไปอาจทำให้เด็กไม่กล้าแสดงความคิดเห็น เพราะกลัวการถูกปฏิเสธหรือไม่พอใจจากพ่อแม่ 2) ระบบการศึกษาที่ไม่ส่งเสริมการแสดงออก เมื่อระบบการศึกษานับการบังคับและไม่ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เด็กจึงเติบโตมาด้วยความมั่นใจในการแสดงออก 3) วัฒนธรรมที่เน้นความอ่อนน้อมถ่อมตนมากเกินไป อาจทำให้เด็กไม่กล้าแสดงออก รวมถึงการเปรียบเทียบกับเด็กกับผู้อื่นที่มีความสามารถมากกว่าก็อาจส่งผลเชิงลบต่อความมั่นใจของเด็ก

ขวัญฟ้า รังสิยานนท์ (2552) ได้กล่าวถึงช่วงเวลาโอกาสทองของการเรียนรู้ที่เปิดกว้างเต็มที่ ซึ่งเป็นช่วงเวลาสำคัญที่ต้องปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม หรือพฤติกรรมที่เป็นบุคลิกภาพ หากเด็กไม่ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ เหล่านี้ในช่วงวัยที่เหมาะสม การพัฒนา

ในภายหลังจะทำได้ยาก ซึ่งพัฒนาการทางจริยธรรมของบุคคลขึ้นอยู่กับพัฒนาการทางสติปัญญาของบุคคลนั้น เด็กที่อายุต่ำกว่า 8 ปี เป็นวัยที่จะรับกฎเกณฑ์และมาตรฐานทางจริยธรรมจากบิดามารดาและครู ช่วงปฐมวัยจึงเป็นระยะเวลาที่สำคัญที่สุดในการอบรมหล่อหลอมและปลูกฝังพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้กับเด็ก

ด้วยเหตุนี้ การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาพฤติกรรมการกล้าแสดงออกสำหรับเด็กปฐมวัยจึงเป็นสิ่งจำเป็น รูปแบบกิจกรรมที่จัดต้องสอดคล้องกับพัฒนาการและเหมาะสมกับวัย กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมหนึ่งที่สามารถส่งเสริมพัฒนาการในทุกด้านให้กับเด็กปฐมวัย มีรูปแบบกิจกรรมที่让孩子ได้แสดงความรู้สึก อารมณ์ ความคิด ผ่านงานศิลปะ เช่น การวาดภาพระบายสี การปั้น การพิมพ์ภาพ การพับ การตัด การฉีกปะ ตลอดจนการประดิษฐ์เศษวัสดุต่างๆ ที่มุ่งพัฒนากระบวนการคิดสร้างสรรค์ การรับรู้เกี่ยวกับความงาม และส่งเสริมกระตุ้นให้เด็กแต่ละคนได้แสดงออกตามความรู้สึกและความสามารถของตนเองอย่างเหมาะสมกับวัย ประนิตดา รัตนไตรมาส (2557) กล่าวว่า กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์เป็นเครื่องมือหรือสื่อกลางในการถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด จินตนาการ และบอกเล่าประสบการณ์เพื่อสื่อสารให้ผู้อื่นได้รับรู้อย่างเป็นรูปธรรม กิจกรรมศิลปะเป็นกิจกรรมเสรีที่ทุกคนสามารถถ่ายทอดความคิดได้อย่างอิสระตามความต้องการ ความพอใจ และความสนใจ โดยไม่มีข้อบังคับหรือกฎเกณฑ์ตายตัว อีกทั้งกิจกรรมยังสามารถปรับเปลี่ยนได้หลายรูปแบบ รวมถึงการฝึกให้เด็กปฐมวัยได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าในการรับรู้และเคลื่อนไหวร่างกาย ใช้ความสัมพันธ์ของมือและตาไปกับเครื่องมือต่างๆ เพื่อสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของตนเองออกมา ศิลปะสร้างสรรค์จึงสามารถตอบสนองจินตนาการและการแสดงออกของบุคคลได้ทุกเพศทุกวัย

นอกจากนี้ แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) เป็นศาสตร์หนึ่งในวิทยาศาสตร์ทางสังคมที่ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมสิ่งที่ดีในชีวิต เช่น ความสุข การมองโลกในแง่บวก ความหมายของชีวิต และการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี โดยมีเป้าหมายในการช่วยพัฒนาทัศนคติที่ดี มีความมั่นคงทางจิตใจ และมีชีวิตที่มีคุณภาพและความสุขแบบยั่งยืน ศาสตราจารย์ Seligman ได้พัฒนาทฤษฎี PERMA ที่เป็นแนวคิดในการพัฒนาความสุข (Happiness) และสุขภาวะ (Well-being) โดยประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ 1) อารมณ์เชิงบวก (Positive Emotion) 2) การมีจิตผูกพัน (Engagement) 3) ความสัมพันธ์ (Relationship) 4) ความหมายในชีวิต (Meaning) และ 5) ความสำเร็จ (Accomplishment) (Seligman, 2011) Shoshani and Slone (2017) ศึกษาผลของการแทรกแซงจิตวิทยาเชิงบวกกับเด็กปฐมวัย พบว่าความรู้สึกเชิงบวก (Positive Emotions) และความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เพิ่มขึ้น รวมถึงพฤติกรรมทางการเรียนรู้ที่ดี (Approaches to Learning) มีทิศทางที่ดีขึ้น ครูอนุบาลหรือผู้ดูแลเด็กปฐมวัยควรนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาปรับใช้ให้เหมาะกับเด็กปฐมวัย เพื่อช่วยในการพัฒนาอารมณ์และความสัมพันธ์ของเด็กตั้งแต่อายุยังน้อย ถือเป็นพื้นฐานต่อพัฒนาการในระยะยาว การนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ในการศึกษาเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้และมีความสุขจึงเป็นแนวทางที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างมีความสุขได้

ถึงแม้ว่าจะมีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมศิลปะในการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัยในด้านต่างๆ และมีงานวิจัยเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้จิตวิทยาเชิงบวกในบริบทการศึกษา แต่ยังขาดงานวิจัยที่นำทั้งสองแนวทางมาบูรณาการอย่างเป็นระบบเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออกในเด็กปฐมวัยโดยเฉพาะ โดยเฉพาะการใช้กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ร่วมกับรูปแบบ PERMA ที่มีองค์ประกอบครบถ้วนทั้ง 5 ด้าน เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจและพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของเด็กปฐมวัยอย่างเป็นองค์รวม งานวิจัยนี้จึงมุ่งเติมเต็มช่องว่างดังกล่าวโดยการพัฒนารูปแบบกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA เพื่อศึกษาผลต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล

กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ที่เน้นให้เด็กได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์และแสดงออกถึงความรู้สึกในแบบของตัวเองอย่างอิสระ ช่วยให้เด็กได้ถ่ายทอดอารมณ์ ความคิด และจินตนาการออกมาได้อย่างไม่มีข้อจำกัด โดยผสมผสานรูปแบบการส่งเสริมความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีของเด็ก เน้นอารมณ์เชิงบวก การมีส่วนร่วมในกิจกรรม ความสัมพันธ์ที่ดี การเห็นคุณค่าและความหมายในชีวิต และการบรรลุเป้าหมาย จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่ดี มีความมั่นใจ และมีทัศนคติที่พร้อมเผชิญกับความท้าทายในชีวิตต่อไป ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ที่มีต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจและพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของเด็กปฐมวัยต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ที่มีต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ และแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA รวมถึงวิธีการส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของเด็กปฐมวัย จึงมีความสนใจจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ซึ่งผู้วิจัยสังเคราะห์ลำดับขั้นตอนการจัดกิจกรรมและเขียนกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ ดังนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนอนุบาลที่ได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วิธีดำเนินการวิจัย

การส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ด้วยกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ เด็กชาย - หญิง อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนคลองบางน้ำจืด สังกัดเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชั้นพื้นฐานเขต 2 จังหวัดสมุทรปราการ ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 4 ห้องเรียน รวมนักเรียนทั้งสิ้น 157 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ได้แก่ เด็กชาย - หญิง อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนคลองบางน้ำจืด สังกัดเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชั้นพื้นฐานเขต 2 จังหวัดสมุทรปราการ ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 1 ห้องเรียน รวมนักเรียนทั้งสิ้น 31 คน กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้เกณฑ์จำนวนประชากรหลักร้อยละ (บุญชม ศรีสะอาด, 2535) และใช้วิธีการเลือกกลุ่มประชากรด้วยวิธีการสุ่มแบบกลุ่มโดยใช้ห้องเป็นหน่วยการสุ่ม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

แผนการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA สำหรับนักเรียนอนุบาลปีที่ 3 จำนวน 16 แผน โดยมีขั้นตอนการสร้างและพัฒนา ดังนี้

ขั้นตอนการสร้างและพัฒนาแผนการจัดกิจกรรม

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออก (อัญชลี ไสยวรรณ, 2553) และแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA (Luthans, Youssef, & Avolio, 2007)
2. สังเคราะห์ขั้นตอนการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ (1) ชื่นนำ (2) ชื่นสร้างเป้าหมายการเรียนรู้ (3) ชื่นลงมือปฏิบัติ (4) ชื่นนำเสนอ และ (5) ชื่นสรุป
3. วิเคราะห์สาระที่ควรเรียนรู้และประสบการณ์สำคัญจากหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 โดยเน้นประสบการณ์ที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจและพฤติกรรมการกล้าแสดงออก
4. สร้างแผนการจัดกิจกรรมจำนวน 16 แผน โดยแต่ละแผนประกอบด้วย (1) ชื่อกิจกรรม (2) สาระการเรียนรู้ (3) จุดประสงค์การเรียนรู้ (4) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม (5) สื่อและอุปกรณ์ และ (6) การประเมินผล
5. นำแผนการจัดกิจกรรมที่ปรับปรุงแล้วให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรและการสอนปฐมวัย จำนวน 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาเชิงบวก จำนวน 1 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพโดยพิจารณาจาก (1) ความสอดคล้องของวัตถุประสงค์กับเนื้อหา (2) ความเหมาะสมของขั้นตอนการจัดกิจกรรม (3) ความเหมาะสมของสื่อและอุปกรณ์ และ (4) ความเหมาะสมของเครื่องมือประเมินผล
6. วิเคราะห์ผลการตรวจสอบคุณภาพโดยหาค่าเฉลี่ย ผลการตรวจสอบพบว่าแผนการจัดกิจกรรมมีค่าเฉลี่ย 4.63 จากคะแนนเต็ม 5 ($SD = 0.28$) อยู่ในระดับคุณภาพดีมาก สามารถนำไปใช้ได้

2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1) แบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลปีที่ 3 โดยมีขั้นตอนการสร้างและพัฒนา ดังนี้

ขั้นตอนการสร้างและพัฒนาแบบสังเกต

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของเด็กปฐมวัย (พัทธรินทร์ โลหา และสิรินาถ จงกลกลาง, 2562; นรรีชต์ ผินเชียร, 2561)

2. กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการของพฤติกรรมการกล้าแสดงออก โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็น (2) ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ และ (3) ด้านการแสดงออกทางสังคม
3. สร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ประกอบด้วยพฤติกรรมที่สังเกตได้ทั้ง 3 ด้าน ด้านละ 3 ข้อ รวมทั้งสิ้น 9 ข้อ โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ คือ
 - ระดับ 2 = แสดงพฤติกรรมได้ชัดเจนและสม่ำเสมอ (มาก)
 - ระดับ 1 = แสดงพฤติกรรมได้บางครั้ง (ปานกลาง)
 - ระดับ 0 = ไม่แสดงพฤติกรรมหรือแสดงพฤติกรรมได้น้อยมาก (น้อย)
4. สร้างคู่มือการใช้แบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออก โดยระบุนิยามและตัวอย่างพฤติกรรมที่สังเกตได้ของแต่ละข้ออย่างชัดเจน
5. นำแบบสังเกตที่ปรับปรุงแล้วให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เกี่ยวกับผู้ตรวจสอบแผนการจัดกิจกรรม ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยพิจารณาจาก (1) ความชัดเจนของภาษาที่ใช้ (2) ความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการ และ (3) ความครอบคลุมของเนื้อหา
6. วิเคราะห์ผลการตรวจสอบโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ผลการตรวจสอบพบว่าแบบสังเกตมีค่า IOC ของแต่ละข้ออยู่ระหว่าง 0.67-1.00 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่ยอมรับได้ ($IOC \geq 0.50$)
7. ทดลองใช้แบบสังเกตกับนักเรียนอนุบาลปีที่ 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โรงเรียนบ้านคลองด่าน สังกัดเดียวกัน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89 แสดงว่าแบบสังเกตมีความเชื่อมั่นในระดับสูง
8. เกณฑ์การแปลผลคะแนน กำหนดเกณฑ์การแปลผลคะแนนพฤติกรรมการกล้าแสดงออก (คะแนนเต็ม 18 คะแนน) โดยใช้เกณฑ์ความกว้างของอันตรภาคชั้น (Class Interval) ดังนี้
 - คะแนน 15.00-18.00 หมายถึง พฤติกรรมการกล้าแสดงออกอยู่ในระดับดี
 - คะแนน 9.00-14.99 หมายถึง พฤติกรรมการกล้าแสดงออกอยู่ในระดับปานกลาง
 - คะแนน 0.00-8.99 หมายถึง พฤติกรรมการกล้าแสดงออกอยู่ในระดับน้อย

3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองแบบ Pre-experimental design : One group pretest-posttest (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2538) ตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	Pre-test	Treatment	Post-test
ทดลอง	T ₁	x	T ₂

ความหมายสัญลักษณ์

T ₁	หมายถึง	การสังเกตพฤติกรรมก่อนเรียนด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3
X	หมายถึง	การจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3
T ₂	หมายถึง	การสังเกตพฤติกรรมหลังเรียนด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3

การทดลองครั้งนี้ดำเนินการในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันจันทร์และวันอังคาร ใช้เวลาวันละ 40 นาที ระหว่างเวลา 10.20 น. - 11.00 น. รวม ทั้งสิ้น 16 วันผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3/1 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลำดับขั้นตอนดังนี้

1. สร้างความคุ้นเคยกับเด็กที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 1 สัปดาห์
2. เก็บข้อมูลจากการสังเกตและบันทึกข้อมูลลงในแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3 ก่อนการทดลอง (Pre-test) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ คือ ระดับการกล้าแสดงออกที่ได้จากแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกและข้อมูลเชิงคุณภาพ เช่น ความสามารถในการแสดงความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมที่เด็กแสดงออก โดยมีผู้สังเกต คือ ผู้วิจัยในช่วงกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 31 คน เป็นระยะเวลา 40 นาที
3. ดำเนินการทดลองโดยใช้แผนการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันจันทร์และวันอังคาร ใช้เวลาวันละ 40 นาที ระหว่างเวลา 10.20 น. - 11.00 น. รวม ทั้งสิ้น 16 วัน
4. เก็บข้อมูลจากการสังเกตและบันทึกข้อมูลลงในแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3 หลังการทดลอง (Post-test) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ คือ ระดับการกล้าแสดงออกที่ได้จากแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออก และข้อมูลเชิงคุณภาพ เช่น ความสามารถในการแสดงความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมที่เด็กแสดงออก โดยมีผู้สังเกต คือ ผู้วิจัยในช่วงกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 31 คน เป็นระยะเวลา 40 นาที
5. นำข้อมูลจากการบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3 ก่อนการทดลอง (Pre-test) และหลังการทดลอง (Post-test) มาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติและสรุปผลการทดลอง แบบโดยรวมและรายด้าน

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีการดำเนินการ ดังนี้

1. นำคะแนนที่ได้จากการสังเกตและบันทึกข้อมูลลงในแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 3 ก่อนและหลังการทดลองมาหาค่าสถิติพื้นฐาน โดยนำข้อมูลไปหาค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที (t-test) โดยใช้สูตร t-test for dependent sample
2. นำข้อมูลจากบันทึกภาคสนาม (Field Notes) และการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอนุบาลขณะทำกิจกรรมมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) โดยจัดกลุ่มตามประเด็นของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกทั้ง 3 ด้าน และนำเสนอเป็นรายสัปดาห์เพื่อแสดงการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมตลอดระยะเวลาการทดลอง จากนั้นเรียบเรียงเชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) พร้อมยกตัวอย่างพฤติกรรมเชิงประจักษ์ของนักเรียนเพื่อสนับสนุนและอธิบายผลการวิเคราะห์เชิงปริมาณ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ที่มีต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล โดยผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลวิเคราะห์ และเสนอผลการศึกษา โดยแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA

พฤติกรรมการกล้าแสดงออก	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	N	$\bar{X}$	ระดับ		N	$\bar{X}$	ระดับ	
1. ด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็น	31	6	3.10	ปานกลาง	31	6	5.48	ดี
2. ด้านการแสดงออกทางอารมณ์	31	6	2.71	น้อย	31	6	5.29	ดี
3. ด้านการแสดงออกทางสังคม	31	6	2.06	น้อย	31	6	5.42	ดี
พฤติกรรมการกล้าแสดงออกโดยรวม	31	18	7.97	ปานกลาง	31	18	16.13	ดี

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 2 พบว่า ก่อนได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA นักเรียนอนุบาลมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 7.97$ และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 3.10$ ด้านการแสดงออกทางอารมณ์อยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 2.71$ ด้านการแสดงออกทางสังคมอยู่ในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 2.06$

หลังได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA นักเรียนอนุบาลมี ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 16.13$ และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็นอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 5.48$ ด้านการแสดงออกทางอารมณ์อยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 5.29$ ด้านการแสดงออกทางสังคมอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 5.42$ ซึ่งนักเรียนอนุบาลในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกสูงขึ้นในทุกด้าน

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA

ตารางที่ 3 แสดงผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกโดยรวมของนักเรียนอนุบาล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA

พฤติกรรมการกล้าแสดงออก	$\bar{x}$	SD	df	t	P
ก่อนการจัดกิจกรรม	7.97	1.54	30	25.64**	.000
หลังการจัดกิจกรรม	16.13	1.09			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 3 พบว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA นักเรียนอนุบาลมีคะแนนค่าเฉลี่ยโดยรวม $\bar{x} = 7.97$ โดยหลังการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA นักเรียนอนุบาลมีคะแนนค่าเฉลี่ยโดยรวม $\bar{x} = 16.13$ ซึ่งมีคะแนนก่อนการทดลองแตกต่างกับหลังการทดลองอยู่ที่ 8.16 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตอนที่ 3 ผลการสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาลระหว่างกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA โดยผู้วิจัยขอนำเสนอเป็นรายด้าน ดังนี้

1. ด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็น เป็นความสามารถในการบอกความต้องการ แสดงความคิดเห็น หรือแสดงความรู้สึกของตนเองได้อย่างชัดเจน ผ่านการภาษาพูดหรือภาษากาย

สัปดาห์ที่ 1 เด็กบางคนแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็น ผ่านภาษาพูดได้ แต่สีหน้าท่าทางของเด็กส่วนมากยังไม่บ่งบอกหรือบ่งชี้ที่สอดคล้องกับความคิด

สัปดาห์ที่ 2- 4 เด็กส่วนมากเริ่มทางความคิดและความคิดเห็นได้ รวมถึงมีการแสดงสีหน้าที่สอดคล้องกับความคิดมากขึ้น ซึ่งเด็กบางส่วนจะแสดงออกเฉพาะตอนอยู่กับผู้วิจัย

สัปดาห์ที่ 5 – 8 เด็กส่วนมากเริ่มทางความคิดและความคิดเห็นได้ รวมถึงมีการแสดงสีหน้าที่สอดคล้องกับความคิดมากขึ้น โดยการแสดงออกเหล่านี้สามารถแสดงได้ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน

2. ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ เป็นความสามารถในแสดงความรู้สึกทางอารมณ์ให้ผู้อื่นรับรู้ผ่านทางสีหน้า ท่าทาง หรือผ่านคำพูด

สัปดาห์ที่ 1 เด็กส่วนมากยังไม่กล้าแสดงออกทางอารมณ์ มีแค่เด็กบางคนที่สามารถแสดงอารมณ์ผ่านสีหน้าท่าทางได้ แต่ยังไม่สามารถบอกได้

สัปดาห์ที่ 2 – 3 เด็กเริ่มเข้าใจและกล้าแสดงออกทางอารมณ์มากขึ้น เพราะเด็กเริ่มคุ้นชินกับผู้สอน

สัปดาห์ที่ 4 – 5 เด็กส่วนใหญ่เริ่มแสดงออกทางอารมณ์ได้ดีขึ้น เนื่องจากเมื่อเด็กแสดงออกทางอารมณ์ในแง่ลบ ผู้สอนก็ยอมรับและมีการกระตุ้นอารมณ์เชิงบวกขณะทำกิจกรรมตลอดเวลา ทำให้เด็กเข้าใจตนเองมากขึ้น

สัปดาห์ที่ 6 – 8 เด็กส่วนใหญ่สามารถแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม รู้จักชื่อเรียกของอารมณ์ต่างๆ เพิ่มมากขึ้นและเด็กบางคนจัดการอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น

3. ด้านการแสดงออกทางสังคม เป็นความสามารถในการแสดงพฤติกรรมทางสังคมเมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

สัปดาห์ที่ 1 เด็กบางคนยังไม่สามารถทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้ โดยอาจจะมีพฤติกรรมขัดขวางผู้อื่น หรือมีพฤติกรรมนิ่งเฉยไม่มีส่วนร่วม

สัปดาห์ที่ 2 – 4 เด็กเริ่มเข้าใจการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น โดยมีเด็กบางคนที่ครูต้องคอยตักเตือน ชี้แนะอยู่บ้าง เด็กบางคนสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้มากขึ้น ในสถานการณ์ต่าง ๆ

สัปดาห์ที่ 5 – 7 เด็กส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติตามกฎ กติกา หรือคำสั่งของกิจกรรมได้ดีขึ้น ทำให้การควบคุมตนเองและการแสดงออกทางสังคมดีขึ้น

สัปดาห์ที่ 8 เด็กส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติตามกฎ กติกาของกิจกรรม และสามารถแสดงออกทางสังคมได้เป็นอย่างดี

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ที่มีต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนอนุบาล ผลการวิจัยพบว่านักเรียนอนุบาลที่ได้รับการจัดกิจกรรมดังกล่าว มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 25.67$, $p < .001$, Cohen's $d = 3.96$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ โดยมีประเด็นที่น่าสนใจในการอภิปรายผล ดังนี้

1. ผลของกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ที่มีต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกโดยรวม

ผลการวิจัยพบว่านักเรียนอนุบาลมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการทดลอง ($M = 16.13$, $SD = 1.84$) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($M = 7.97$, $SD = 2.31$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 8.16 คะแนน หรือคิดเป็นร้อยละ 102.38 และค่า Cohen's $d = 3.96$ แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมมีขนาดอิทธิพลอยู่ในระดับใหญ่มากตามเกณฑ์ของ Cohen (1988) ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงประสิทธิผลของกิจกรรมอย่างชัดเจน

ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ Shoshani and Slone (2017) ที่ศึกษาผลของการแทรกแซงเชิงจิตวิทยาเชิงบวกกับเด็กปฐมวัยจำนวน 1,947 คน พบว่าเด็กที่เข้าร่วมโปรแกรมมีระดับความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตใจสูงขึ้น โดยเฉพาะด้านความรู้สึกเชิงบวก (Positive Emotions) และความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาความมั่นใจและการกล้าแสดงออก นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ Waters (2011) ที่พบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับการใช้แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกในโรงเรียน พบว่าการสร้างบรรยากาศแห่งอารมณ์บวกและความสัมพันธ์ที่ดีในห้องเรียนช่วยให้นักเรียนกล้าแสดงออกและมีการมีส่วนร่วมทางสังคมมากขึ้น

การที่กิจกรรมส่งผลต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญนั้น สามารถอธิบายได้จากกลไกการทำงานของรูปแบบ PERMA ที่เสนอโดย Seligman (2011) ซึ่งประกอบด้วย 5 องค์ประกอบที่ทำงานร่วมกันในการสร้างสภาพแวดล้อมการ

เรียนรู้ที่เอื้อต่อการกล้าแสดงออก ได้แก่ (1) อารมณ์เชิงบวก (Positive Emotions) ที่ถูกสร้างขึ้นผ่านการร้องเพลง การเล่นเกม และการให้กำลังใจช่วยลดความวิตกกังวลและเพิ่มความมั่นใจในการแสดงออก (2) การมีจิตผูกพัน (Engagement) ที่เกิดขึ้นเมื่อเด็กจดจ่อกับกิจกรรมศิลปะที่น่าสนใจทำให้เกิดสภาวะ flow ซึ่งส่งเสริมความกล้าในการทดลองและแสดงออก (3) ความสัมพันธ์เชิงบวก (Positive Relationships) ที่ถูกสร้างขึ้นผ่านการทำงานร่วมกันและการชื่นชมซึ่งกันและกันสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัยสำหรับการแสดงออก (4) ความหมายในชีวิต (Meaning) ที่เด็กเห็นคุณค่าและความสำคัญของงานที่ทำทำให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงออก และ (5) ความสำเร็จ (Accomplishment) ที่เด็กได้รับการยอมรับเมื่อทำงานสำเร็จเสริมสร้างความภูมิใจและความมั่นใจในการแสดงออกครั้งต่อไป

นอกจากนี้ การบูรณาการกับกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ยังเพิ่มประสิทธิภาพของการส่งเสริมพฤติกรรมการกล้าแสดงออก เนื่องจากศิลปะเป็นกิจกรรมเสรีที่ไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัว ทำให้เด็กสามารถถ่ายทอดความคิดและความรู้สึกได้อย่างอิสระโดยไม่กลัวการถูกตัดสิน ซึ่งสอดคล้องกับ Malchiodi (2003) ที่กล่าวว่ากิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์เป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการแสดงออกทางอารมณ์และพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็ก และยังสอดคล้องกับ ประนิดดา รัตนไตรมาส (2557) ที่พบว่ากิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ส่งเสริมให้เด็กกล้าแสดงความคิดเห็นสร้างสรรค์และมีความมั่นใจในตนเอง

2. ผลของกิจกรรมที่มีต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกรายด้าน

2.1 ด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็น

ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการแสดงออกทางความคิดและความคิดเห็นเพิ่มขึ้น 2.38 คะแนน จากระดับปานกลาง ($M = 3.10$) เป็นระดับดี ($M = 5.48$) การเปลี่ยนแปลงนี้เกิดขึ้นเนื่องจากกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นของตนเองอย่างอิสระภายใต้บรรยากาศที่ส่งเสริมสัมพันธ์ทางที่ดีและอารมณ์เชิงบวก โดยเฉพาะในขั้นนำเสนอที่เด็กได้อธิบายผลงานและแนวคิดของตนเอง ทำให้เด็กฝึกทักษะการสื่อสารและเรียนรู้ที่จะเคารพความคิดเห็นที่แตกต่างจากผู้อื่น

ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ Seligman และ Csikszentmihalyi (2000) ที่อธิบายว่าจิตวิทยาเชิงบวกมีเป้าหมายในการส่งเสริมคุณลักษณะเชิงบวกและความเข้มแข็งทางจิตใจ โดยการให้คำชมเชย การยกย่อง และการสร้างประสบการณ์ที่ดีจะช่วยให้เพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง กระตุ้นให้เด็กกล้าแสดงความคิดเห็นและความคิดสร้างสรรค์อย่างเป็นอิสระ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ พัชรินทร์ โลหา และสิรินาถ จงกลกลาง (2562) ที่พบว่าการจัดกิจกรรมตามแนวคิด STEM Education ร่วมกับการส่งเสริมบรรยากาศเชิงบวกช่วยให้เด็กปฐมวัยกล้าแสดงความคิดเห็นและความคิดสร้างสรรค์มากขึ้น

จากการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการทดลอง พบว่าในช่วงแรกของการทดลอง (สัปดาห์ที่ 1-2) เด็กส่วนมากยังไม่มั่นใจในการแสดงความคิดเห็น มักจะพูดเบาและไม่กล้าสบตาครู แต่เมื่อเข้าสู่ช่วงกลางของการทดลอง (สัปดาห์ที่ 3-5) เด็กเริ่มกล้าแสดงความคิดเห็นมากขึ้น โดยเฉพาะเมื่ออยู่กับผู้วิจัยที่สร้างบรรยากาศที่เป็นมิตรและให้กำลังใจอย่างสม่ำเสมอ และในช่วงท้ายของการทดลอง (สัปดาห์ที่ 6-8) เด็กส่วนมากสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างมั่นใจทั้งต่อหน้าครูและเพื่อน และกล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างจากผู้อื่นโดยไม่กลัวการถูกตัดสิน

2.2 ด้านการแสดงออกทางอารมณ์

ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการแสดงออกทางอารมณ์เพิ่มขึ้น 2.58 คะแนน จากระดับน้อย ($M = 2.71$) เป็นระดับดี ($M = 5.29$) การเปลี่ยนแปลงนี้สะท้อนให้เห็นว่ากิจกรรมช่วยให้เด็กสามารถรู้จักและแสดงอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม โดยกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะที่เปิดโอกาสให้เด็กได้ถ่ายทอดอารมณ์และความรู้สึกผ่านสี รูปร่าง และรูปแบบต่างๆ ช่วยให้เด็กเรียนรู้การรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น

ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ Malchiodi (2003) ที่กล่าวว่าการจัดกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และความเข้าใจอารมณ์ทั้งของตนเองและผู้อื่น เด็กสามารถเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกผ่านกระบวนการสร้างสรรค์ร่วมกันในกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ Brackett, Rivers, Reyes, and Salovey (2012) ที่อธิบายว่าการส่งเสริมการรู้จักและแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสมในวัยเด็กจะช่วยพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของความสำเร็จในชีวิต

จากการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการทดลอง พบว่าในช่วงแรก (สัปดาห์ที่ 1-2) เด็กส่วนมากยังไม่กล้าแสดงออกทางอารมณ์ มักจะเก็บอารมณ์ไว้ในหรือแสดงออกผ่านพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น เงน ร้องไห้เสียงๆ แต่เมื่อเข้าสู่ช่วงกลาง (สัปดาห์ที่ 3-6) เด็กเริ่มเข้าใจและกล้าแสดงออกทางอารมณ์มากขึ้น เนื่องจากผู้สอนยอมรับอารมณ์ทั้งเชิงบวกและเชิงลบของเด็ก และมีการกระตุ้นอารมณ์เชิงบวกขณะทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เด็กเข้าใจตนเองมากขึ้น และในช่วงท้าย (สัปดาห์ที่ 7-8) เด็กส่วนใหญ่สามารถแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมและหลากหลาย รู้จักชื่อเรียกของอารมณ์ต่างๆ และสามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น

2.3 ด้านการแสดงออกทางสังคม

ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการแสดงออกทางสังคมเพิ่มขึ้นสูงสุด 3.36 คะแนน จากระดับน้อย ($M = 2.06$) เป็นระดับดี ($M = 5.42$) การเปลี่ยนแปลงนี้แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมมีประสิทธิผลสูงในการส่งเสริมทักษะทางสังคมและพฤติกรรมการกล้าแสดงออกในบริบททางสังคม โดยกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ที่ใช้แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำงานร่วมกับผู้อื่น มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบและผู้ร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้ง ส่งผลให้เด็กได้ฝึกฝนทักษะทางสังคม เช่น การสื่อสาร การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การเคารพกติกา และการร่วมมือแก้ปัญหา

ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ เบญจา แสงมลิ (2545) ที่กล่าวว่ากิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์มีส่วนช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตทางสังคม เนื่องจากเด็กได้เรียนรู้การแบ่งปัน การตัดสินใจร่วมกัน การเคารพความคิดเห็นและความรู้สึกของผู้อื่น ตลอดจนฝึกบทบาทผู้นำและผู้ตาม อันนำไปสู่การเรียนรู้ความสำคัญของการร่วมมือกัน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ Denham and Brown (2010) ที่พบว่าเด็กที่มีความสามารถทางสังคมและอารมณ์ที่ดีจะมีความพร้อมในการเรียนรู้สูง และมีความสำเร็จทางวิชาการมากกว่าเด็กที่มีทักษะทางสังคมและอารมณ์ต่ำ

จากการสังเกตพฤติกรรมระหว่างการทดลอง พบว่าในช่วงแรก (สัปดาห์ที่ 1-2) เด็กบางคนยังไม่สามารถทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น อาจมีพฤติกรรมขัดขวางผู้อื่น ไม่รู้จักรอคอย หรือมีพฤติกรรมนิ่งเฉยไม่มีส่วนร่วม แต่เมื่อเข้าสู่ช่วงกลาง (สัปดาห์ที่ 3-5) เด็กเริ่มเข้าใจการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น เริ่มเรียนรู้ทักษะทางสังคมพื้นฐาน เช่น การรอคอย จนถึงตนเอง การขออนุญาตก่อนใช้ของผู้อื่น และในช่วงท้าย (สัปดาห์ที่ 6-8) เด็กส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติตามกฎกติกาของกิจกรรมและแสดงออกทางสังคมได้เป็นอย่างดี สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถแก้ไขปัญหาความขัดแย้งเล็กน้อยด้วยตนเองได้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

การวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะในการนำผลไปใช้ และข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลไปใช้

1) ควรศึกษาและทำความเข้าใจในแต่ละขั้นของกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA โดยศึกษาคู่มือและตัวอย่างแผนการสอน ซึ่งสามารถปรับในส่วนของการเรียนรู้ ขั้นตอนวัสดุอุปกรณ์ และการประเมินให้เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียนได้ โดยคำนึงถึงพัฒนาการ และความสนใจของเด็กปฐมวัย

2) ก่อนที่ผู้วิจัยจะจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA ควรชี้แจงให้บุคลากรภายในโรงเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์และวิธีก่อน เพื่อที่จะได้ไม่เป็นการรบกวนผู้อื่น รวมถึงได้รับความร่วมมือในการส่งเสริมการจัดกิจกรรม

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรศึกษาในเชิงทดลองที่มีกลุ่มควบคุม เพื่อเพิ่มความเที่ยงตรงภายในของการวิจัยและสามารถยืนยันได้อย่างแน่ชัดว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเป็นผลจากกิจกรรมที่จัดขึ้น โดยอาจใช้แบบแผนการทดลองแบบ Pretest-Posttest Control Group Design หรือ Quasi-experimental Design

2) ควรศึกษาติดตามผล (Follow-up Study) เพื่อประเมินความยั่งยืนของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่เกิดขึ้นหลังจากสิ้นสุดการทดลอง เช่น ติดตามผลหลังจากการทดลองไปแล้ว 1 เดือน 3 เดือน และ 6 เดือน เพื่อดูว่าพฤติกรรมที่พัฒนาขึ้นสามารถคงอยู่ได้หรือไม่

3) ควรขยายกลุ่มตัวอย่าง โดยศึกษากับเด็กปฐมวัยในบริบทที่แตกต่างกัน เช่น เขตเมือง เขตชนบท โรงเรียนเอกชน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เพื่อเพิ่มความสามารถในการนำผลการวิจัยไปใช้ได้กว้างขวางมากขึ้น และศึกษาในระดับชั้นอื่นๆ ของปฐมวัย เช่น อนุบาลปีที่ 1 หรืออนุบาลปีที่ 2

4) ควรศึกษาตัวแปรอื่นที่เกี่ยวข้อง เช่น ความคิดสร้างสรรค์ ความมั่นใจในตนเอง สติปัญญาทางอารมณ์ หรือความพร้อมในการเรียนรู้ เพื่อดูว่ากิจกรรมส่งผลต่อพัฒนาการด้านอื่นๆ ของเด็กปฐมวัยอย่างไร

5) ควรศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผล ของกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA กับรูปแบบกิจกรรมอื่นๆ เช่น กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมดนตรี หรือกิจกรรมการเล่นแบบสร้างสรรค์ เพื่อหารูปแบบที่มีประสิทธิผลสูงสุดในการส่งเสริมพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกของเด็กปฐมวัย

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2542). *การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพมหานคร : เซเว่น พรินติ้ง กรุ๊ป.
- ขวัญฟ้า รังสิยานนท์. (2552). *การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมเด็กปฐมวัย : เริ่มต้นที่หัวใจ*. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2538). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น.
- นันท์ชัตติพันธ์ สกฤพงค์ และขวัญใจฤทธิ คำรพ. (2564). การฟื้นฟูทางใจในฐานะตัวแปรส่งผ่านระหว่างปัจจัยเชิงสาเหตุด้านจิตสังคมเชิงบวกกับสุขภาวะทางใจและภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคซึมเศร้า. *วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 15(2), 139-149.
- อัฐณญา แพทย์ศาสตร์ และ พิชรินทร์ รุจิรานุกูล. (2560). สภาพการณ์และแนวทางพัฒนาการใช้ชีวิตของนักศึกษาชั้นปี 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี. *วารสารวิจัยรำไพพรรณี*, 11(2), 141-150.
- ชไมพร ไกยสิทธิ์. (2566). การจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับกระแสโลกาภิวัตน์ เพื่อพัฒนาเยาวชนสู่ความเป็นพลเมืองโลก. *วารสารสถาบันวิจัยพินิจธรรม*, 10(1), 185-195.
- พัชรินทร์ โลหาและสิรินาถ จงกลกลาง. (2562). การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกและความคิดสร้างสรรค์ของเด็กปฐมวัย โดยการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา. *วารสารราชพฤกษ์*, 17(1), 121-128.
- เบญจา แสงมลิ. (2545). *การพัฒนาเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพมหานคร: เมธีทิปส์.
- ประนิตดา รัตนไตรมาส. (2557). ผลของการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์แบบต่อเติมที่มีต่อการพัฒนาการด้านการเขียนของเด็กปฐมวัย. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต], มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- อัญชลี ไสยวรรณ. (2553). *การศึกษาเปรียบเทียบผลการจัดประสบการณ์แบบปฏิบัติการทดลองกับแบบผสมผสานที่มีต่อทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย*. [ปริญญาโทบริหารบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

ภาษาอังกฤษ

- Luthans, F., Youssef, C.M., & Avolio, B.J. (2007). *Psychological Capital*. New York: Oxford University press.
- Malchiodi, C. A. (2003). *The handbook of art therapy*. Guilford Press.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An introduction*. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

- Shoshani, A., & Slone, M. (2017). *Positive education for young children: Effects of a positive psychology intervention for preschool children on subjective well-being and learning behaviors*. *Frontiers in Psychology*, 8, 1866. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01866>
- Waters, L. (2011). *A review of school-based positive psychology interventions*. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 28(2), 75–90. <https://doi.org/10.1375/aedp.28.2.75>