

ผลการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล

THE EFFECTIVENESS OF MUSICOGRAM ACTIVITY SETS IN ENHANCING THE FOCUS OF KINDERGARTEN CHILDREN

Received: June 2, 2025

Revised: August 4, 2025

Accepted: August 8, 2025

ทิตาพร พัดแหว^{1*} และ ดวงใจ รุ่งเรือง¹

¹ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

Thitapron Patwaew^{1*} and Duangjai Roongreangr¹

¹Faculty of Education, Dhonburi Rajabhat University

* Corresponding author, E-mail: 6412101009@dru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาและประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล และ 2) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมต่อการพัฒนาการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชาย-หญิง อายุ 4-5 ปี จำนวน 21 คน จากโรงเรียนอนุบาลเคหะบางพลี (10 ปี สปช.) อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่มโดยใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย 1) ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมตามแนวคิดของ Kodály และ Wuytack ประกอบด้วยคู่มือการใช้ชุดกิจกรรม บัตรภาพการถอดรหัสเสียง 6 แผ่น และเสียงเพลง 6 เพลง และ 2) แบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิ 8 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่าง 0.67-1.00 และค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้ประเมินเท่ากับ 0.75 การทดลองดำเนินการเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 30 นาที รวม 12 วัน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test for dependent sample ผลการวิจัยพบว่า 1) ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมที่พัฒนาขึ้นมีคุณภาพในระดับมาก ($\bar{x} = 4.14$) 2) นักเรียนอนุบาลมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการมีสมาธิหลังการทดลอง ($\bar{x} = 20.38$) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($\bar{x} = 13.19$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมสามารถส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลจากระดับปานกลางเป็นระดับดีมากได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: กิจกรรมมิวสิกโกรม / การมีสมาธิ / นักเรียนอนุบาล

ABSTRACT

This research aimed to: 1) develop and evaluate the quality of Musicogram activity sets for enhancing focus in kindergarten students, and 2) examine the effects of using Musicogram activity sets on the development of focus among Kindergarten 2 students. The sample consisted of 21 boys and girls aged 4-5 years from Kheha Bangphli Kindergarten School (10 Years of SPC), Bang Sao Thong District, Samut Prakan Province, during the first semester of the 2024 academic year. The sample was selected using cluster random sampling with classrooms as sampling units. The research instruments included: 1) Musicogram activity sets based on Kodály's and Wuytack's concepts, comprising an instructional manual, 6 sound decoding picture cards, and 6 musical pieces, and 2) an 8-item focus behavior observation form with an Index of Item-Objective Congruence (IOC) ranging from 0.67 to 1.00 and inter-rater reliability of 0.75. The experimental period spanned 6 weeks, with activities conducted twice weekly for 30 minutes per session, totaling 12 sessions. Data were analyzed using mean, standard deviation, and t-test for dependent samples. The results revealed that: 1) the developed Musicogram activity sets demonstrated high quality ($\bar{x} = 4.14$), and 2) students' mean focus behavior scores after the intervention ($\bar{x} = 20.38$) were significantly higher than before the intervention ($\bar{x} = 13.19$) at the .01 level. This indicates that the Musicogram activity sets effectively enhanced students' focus behaviors from a moderate level to a very high level.

Keywords: Musicogram activities / Focus, Kindergarten Children

บทนำ

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีศักยภาพจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาทุกช่วงวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงปฐมวัย ซึ่งผลการศึกษาของ Center on the Developing Child, Harvard University (2010) ชี้ให้เห็นว่า ช่วงปฐมวัยเป็นช่วงเวลาที่สำคัญและจำเป็นที่สุดของการวางรากฐานในการพัฒนาความเจริญเติบโตของมนุษย์ในทุกด้าน โดยงานวิจัยจากทั่วโลกชี้ให้เห็นว่าการพัฒนาสมองมีอัตราการพัฒนาสูงสุดในช่วงแรกเกิดถึง 6 ปี ซึ่งมีผลต่อการเรียนรู้ที่เป็นไปอย่างรวดเร็วที่สุดในชีวิต นอกจากนี้ยังพบว่า การลงทุนในช่วงปฐมวัยจะมีผลครอบคลุมทุกมิติของชีวิต ทั้งในด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตใจ และเพิ่มสมรรถนะในการเรียนรู้และการทำงานส่งผลต่อการสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจทั้งในระดับบุคคลและสังคม เป็นการเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันของประเทศ ลดปัญหาสังคมและอาชญากรรม

อย่างไรก็ตาม สังคมไทยในยุคปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วสู่สังคมดิจิทัล เทคโนโลยีสมัยใหม่ไม่ได้มีบทบาทเพียงแค่อำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตและการสื่อสารของคนในสังคมเท่านั้น แต่ยังเข้ามามีบทบาทในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม มุมมอง วิธีคิด ทักษะ ค่านิยมทางสังคม และวัฒนธรรมของผู้ใช้อีกด้วย (ฐิตินัน บุญภาพ คอมมอน, 2556) ส่งผลให้เด็กและเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม เด็กยุคใหม่หรือที่เรียกว่าดิจิทัลเนทีฟ (Digital Natives) เกิดและเติบโตมาพร้อมกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ ทำให้เด็กสามารถค้นหาข้อมูลจากสื่อดิจิทัลได้อย่างง่าย รวมถึงสามารถเป็นผู้สร้างสื่อได้เองอีกด้วย (สุภารักษ์ จูตระกูล, 2559) สิ่งเหล่านี้อาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจของเด็ก โดยเฉพาะเด็กปฐมวัยที่ยังอยู่ในช่วงวัยที่มีภาวะจิตใจไม่นิ่ง เมื่อได้รับโอกาสที่ถูกเชื่อมต่อเข้ากับสังคมออนไลน์ยุคแห่งการสื่อสารดิจิทัลที่เต็มไปด้วยความรวดเร็วและความสะดวกสบาย จึงส่งผลให้เด็กมีปัญหาเรื่องการอดทนรอคอย การควบคุมอารมณ์จิตใจ และที่สำคัญคือการมีสมาธิในการเรียนรู้

การมีสมาธิถือเป็นหนึ่งในทักษะการทำงานของสมองที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้และการพัฒนาของเด็ก Posner และ Rothbart (2007) อธิบายว่า การมีสมาธิเป็นกระบวนการควบคุมความสนใจที่ช่วยให้บุคคลสามารถจดจ่อกับสิ่งเร้าที่เกี่ยวข้องและละเลยสิ่งรบกวนได้ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการเรียนรู้และการควบคุมตนเอง Diamond (2013) ได้ชี้ให้เห็นว่า การพัฒนาทักษะการมีสมาธิในวัยเด็กมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความสำเร็จทางวิชาการและการปรับตัวทางสังคมในภายหลัง

สำหรับเด็กปฐมวัย การมีสมาธิช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลด้านความจำและการเรียนรู้ที่ดีขึ้น (สุริยเดว ทรีปาตี, 2561) การฝึกสมาธิจึงเป็นกระบวนการทางเลือกที่ดี เพื่อช่วยเพิ่มกระบวนการพัฒนาในด้านความสนใจ ทำให้เด็กเรียนรู้ได้อย่างจดจ่อ แน่วแน่ และตามความคิดของเด็กได้ในขณะนั้น

ในปัจจุบัน การส่งเสริมสมาธิสำหรับเด็กมีแนวทางที่หลากหลาย โดยเฉพาะการใช้ดนตรีและกิจกรรมทางดนตรีซึ่งได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางว่ามีประสิทธิภาพในการพัฒนาสมองและการมีสมาธิของเด็ก แซซเซ่ (2013) กล่าวถึงงานวิจัยส่วนใหญ่ที่เกี่ยวข้องกับดนตรีและสมอง ที่ใช้ดนตรีเป็นเครื่องจุดประกายเตรียมเส้นทางของนิเวรอนในสมอง โดยเฉพาะดนตรีของโมซาร์ท เฮย์เดน และวีวาลดี ที่มีโครงสร้างเฉพาะเจาะจง เปรียบเสมือนการนวดสัมผัสอย่างนุ่มนวลในหูชั้นใน ซึ่งนำมาใช้ในการเสริมสร้างพัฒนาการด้านต่างๆ ผ่านการได้ยิน Hallam (2010) พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมดนตรีอย่างสม่ำเสมอช่วยพัฒนาความสามารถในการรับรู้ การจดจำ และการควบคุมความสนใจของเด็ก นอกจากนี้ Schellenberg (2011) ยังพบว่า การฝึกดนตรีมีผลเชิงบวกต่อพัฒนาการทางสติปัญญาและทักษะการทำงานของสมอง (Executive Functions) ซึ่งรวมถึงการควบคุมความสนใจและการมีสมาธิ

กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะถือเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะทางการเคลื่อนไหวในเชิงปฏิบัติการที่เหมาะสมต่อการพัฒนาของเด็กปฐมวัย สิริมาศ น้อยาง (2563) กล่าวว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ คือ กิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระ โดยใช้เสียงเพลง จังหวะ และทำนอง คำคล้องจอง หรือเครื่องดนตรีประกอบการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดจินตนาการความคิดสร้างสรรค์ เรียนรู้จังหวะ และควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้โดยใช้สติและสมาธิในการฟังจังหวะเพื่อควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวของตนเอง วารุณี สุกุลภารักษ์ และอาภา หฤทัยงาม (2562) ยืนยันว่า กิจกรรมดนตรีและการเคลื่อนไหวช่วยพัฒนาสมองซีกซ้ายและขวาให้ทำงานอย่างสมดุล ในขณะที่ฟังดนตรีเด็กจะรู้สึกผ่อนคลายปล่อยความคิดจินตนาการไปตามบทเพลง ซึ่งส่งผลดีต่อสมองซีกขวา ส่วนตัวโน้ตหรือจังหวะเคาะซึ่งเป็นองค์ประกอบด้านหนึ่งของดนตรีจะช่วยกระตุ้นการทำงานของสมองซีกซ้ายด้านภาษา คณิตศาสตร์ และวิทยาศาสตร์

งานวิจัยในประเทศไทยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กิจกรรมดนตรีเพื่อส่งเสริมสมาธิของเด็กปฐมวัยยังมีจำนวนจำกัด ณิชชา สนธิ, ปิยะนันท์ หิรัณย์โชทร และปัทมาวดี เล่ห์มงคล (2566) ทำการวิจัยเรื่อง ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบดนตรีและจังหวะเพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองในเด็กปฐมวัย ผลการศึกษาพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบดนตรีและจังหวะมีคะแนนเฉลี่ยการกำกับตนเองหลังการจัดกิจกรรม ($\bar{x} = 24.87$) สูงกว่าก่อนจัดกิจกรรม ($\bar{x} = 21.33$) โดยเด็กมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่ตนเองทำมากขึ้น สามารถจดจำสิ่งต่างๆ ได้ดี และสามารถควบคุมตนเองให้แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมออกมาได้ ปฏิบัติตามกฎกติกาต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น อย่างไรก็ตาม งานวิจัยดังกล่าวยังไม่ได้เจาะจงที่การพัฒนาสมาธิโดยเฉพาะ และยังไม่มีการนำแนวคิดการสอนดนตรีที่ทันสมัยมาประยุกต์ใช้

การสอนดนตรีสำหรับเด็กในปัจจุบันมีผู้คิดค้นหลักการและวิธีการที่หลากหลาย หนึ่งในแนวทางที่น่าสนใจคือ การสอนดนตรีตามแนวคิดของ Zoltán Kodály นักดนตรีและนักการศึกษาชาวฮังการี ที่เน้นการพัฒนาความสามารถทางดนตรีผ่านการร้องเพลง การเคลื่อนไหว และการใช้สัญลักษณ์ง่ายๆ ที่เด็กสามารถเข้าใจได้ (Houlahan & Tacka, 2015) Jos Wuytack นักการศึกษาดนตรีชาวเบลเยียมได้พัฒนาต่อยอดแนวคิดของ Kodály โดยสร้างกิจกรรม "มิวสิคโกราแกรม" (Musicogram) ซึ่งเป็นการนำเสนอดนตรีผ่านภาพและสัญลักษณ์ที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถติดตามและเข้าใจโครงสร้างของดนตรีได้โดยไม่ต้องมีพื้นฐานการอ่านโน้ต Boal Palheiros และ Wuytack (2006) พัฒนากิจกรรมมิวสิคโกราแกรมสำหรับเด็ก โดยมุ่งเน้นการสอนการฟังเพลงคลาสสิกผ่านการใช้ภาพแทนเสียง เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจโครงสร้างทางดนตรี เช่น ทำนอง จังหวะ ความดังเบา และรูปแบบดนตรี แม้จะไม่มีความสามารถในการอ่านโน้ตดนตรี และเน้นการฟังเชิงรุก (Active Listening) การมีส่วนร่วมทางร่างกายและจิตใจ เพื่อเพิ่มพูนความเข้าใจและความเพลิดเพลินในดนตรี ทำให้เกิดความตั้งมั่นในขณะทำกิจกรรม

การใช้กิจกรรมมิวสิคโกราแกรมมีความสอดคล้องกับทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple Intelligences Theory) ของ Gardner (1983) ที่เชื่อว่า มนุษย์มีความสามารถทางปัญญาหลายด้าน โดยเฉพาะปัญญาด้านดนตรี (Musical Intelligence) และปัญญาด้านการเคลื่อนไหว (Bodily-Kinesthetic Intelligence) ซึ่งสามารถพัฒนาผ่านกิจกรรมที่เหมาะสม นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับแนวคิดการฝึกเจริญสติตามแนวของหลวงพ่อดำเนิน จิตตสุโภ (2532) ที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติเจริญสติด้วยการรู้ความเคลื่อนไหว โดย

การฝึกการสังเกตและเฝ้าดูอิริยาบถต่างๆ เพื่อสังเกตสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ซึ่งเหมาะสมกับเด็กปฐมวัยที่อยู่ในช่วงวัยที่อยากรู้อยากเห็น สนุกกับการเคลื่อนไหวร่างกาย และชอบดนตรีและเพลงที่มีจังหวะ

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า แม้จะมีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการใช้ดนตรีและกิจกรรมเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัย แต่ยังมีช่องว่างงานวิจัยที่สำคัญ คือ ยังไม่มีการนำแนวคิดการสอนดนตรีแบบมิวสิกโกรแกรมของ Wuytack มาพัฒนาเป็นชุดกิจกรรมที่มุ่งเน้นการส่งเสริมสมาธิของเด็กปฐมวัยโดยเฉพาะในบริบทของประเทศไทย ซึ่งเป็นประเด็นที่มีความสำคัญในยุคดิจิทัลที่เด็กมีปัญหาด้านสมาธิเพิ่มมากขึ้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะพัฒนาชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล บนพื้นฐานการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย โดยเน้นที่แนวคิดการสอนกิจกรรมทางดนตรีในรูปแบบมิวสิกโกรแกรม (Musicogram) ที่เป็นแนวทางในการสอนการฟังเพลงสำหรับเด็กโดยไม่ต้องมีพื้นฐานทางดนตรี ซึ่งวิธีการนี้เน้นการมีส่วนร่วมของผู้ฟังผ่านการรับรู้เชิงภาพเพื่อเพิ่มพูนการรับรู้ทางดนตรี มีเป้าหมายเพื่อสร้างประสบการณ์การฟังเพลงที่มีความหมายโดยใช้สมาธิและความตั้งใจในการฟังเพิ่มความสามารถในการถอดรหัสเสียงในสมองทำให้เด็กเกิดการจดจ่ออย่างมีสมาธิ พร้อมกับเชื่อมโยงการเคลื่อนไหวร่างกายและการสัมผัสที่ถ่ายทอดการถอดรหัสเสียงจากการฟัง ผลการวิจัยครั้งนี้คาดว่าจะเป็แนวทางในการส่งเสริมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมดนตรีที่สร้างสรรค์และเหมาะสมกับพัฒนาการของเด็ก อีกทั้งยังเป็นการเติมเต็มช่องว่างงานวิจัยในด้านการใช้กิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมสมาธิของเด็กปฐมวัยในบริบทของประเทศไทย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล
2. เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาวิธีการส่งเสริมการมีสมาธิสำหรับนักเรียนอนุบาล รูปแบบการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ รวมถึงการจัดกิจกรรมดนตรีตามแนวการสอนของ Jos Wuytack โดยใช้กิจกรรมมิวสิกโกรแกรม จึงมีความสนใจที่จะพัฒนาชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ซึ่งผู้วิจัยสังเคราะห์และเขียนกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ ดังนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กปฐมวัย ชาย-หญิง อายุระหว่าง 4-5 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนอนุบาลเคหะบางพลี (10 ปี สปช.) อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรปราการ เขต 2 ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 82 คน จากห้องเรียนทั้งหมด 4 ห้อง

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กปฐมวัย ชาย-หญิง อายุระหว่าง 4-5 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนอนุบาลเคหะบางพลี (10 ปี สปช.) อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 21 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดของ Kodály และ Wuytack ประกอบด้วย

1. คู่มือการใช้ชุดกิจกรรม จำนวน 1 เล่ม ประกอบด้วย
 - 1) แนวคิดและที่มาของชุดกิจกรรม
 - 2) วิธีการใช้ชุดกิจกรรม
 - 3) ขั้นตอนการเตรียมการสอน
 - 4) บทบาทหน้าที่ของครูผู้สอนและนักเรียนในการร่วมกิจกรรม
 - 5) แผนการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรม จำนวน 12 แผน
 - 6) แบบประเมินพัฒนาการของนักเรียนอนุบาล
2. สื่อการเรียนรู้ในชุดกิจกรรม ประกอบด้วย
 - 1) บัตรภาพการถอดรหัสเสียง จำนวน 6 แผ่น
 - 2) เสียงเพลงบรรเลงที่คัดเลือก จำนวน 6 เพลง บรรจุในแฟลชไดร์ฟ

2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) แบบ Holistic Rubrics จำนวน 8 ข้อ โดยแต่ละข้อมี 3 ระดับคะแนน ดังนี้

ระดับ 3 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติได้ดีมาก/ถูกต้องเหมาะสมตลอดเวลา

ระดับ 2 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติได้ปานกลาง/ถูกต้องเหมาะสมบางครั้ง

ระดับ 1 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติได้น้อย/ไม่ถูกต้องเหมาะสม หรือไม่ปฏิบัติ

คะแนนเต็มของแบบสังเกตเท่ากับ 24 คะแนน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ยดังนี้

19.21-24.00 หมายถึง พฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับดีมาก

14.41-19.20 หมายถึง พฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับดี

9.61-14.40 หมายถึง พฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับปานกลาง

4.81-9.60 หมายถึง พฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับควรปรับปรุง

0-4.80 หมายถึง พฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับต้องปรับปรุงเร่งด่วน

2.3 การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือตามขั้นตอน ดังนี้

2.3.1 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง (ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรม)

1. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการส่งเสริมการมีสมาธิสำหรับนักเรียนอนุบาล รูปแบบการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ การจัดกิจกรรมดนตรีตามแนวการสอนของ Jos Wuytack โดยใช้กิจกรรมมิวสิกโกรแกรมสำหรับเด็ก
2. กำหนดวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล เพื่อฝึกให้นักเรียนอนุบาลมีจิตที่มุ่งมั่น สงบนิ่ง มีใจจดจ่อ มีความแน่วแน่ ไม่หวั่นไหว และสามารถควบคุมตนเองได้ดี มีสติ ผ่านการฟังอย่างตั้งใจและแสดงออกด้วยการเคลื่อนไหวจากการถอดรหัสเสียงจากการฟัง
3. คัดเลือกเพลงที่เหมาะสม โดยเลือกเพลงที่เป็นเพลงบรรเลงไม่มีเนื้อร้อง มีจังหวะเสียงสูงต่ำ มีระดับเสียงดังเบา มีเสียงยาวและเสียงสั้น ความยาวไม่เกิน 4 นาที
4. นำเพลงที่ได้มาถอดรหัสจากเสียงออกเป็นภาพและจัดทำเป็นบัตรภาพการถอดรหัสเสียง โดยใช้รูปร่างรูปทรงที่นักเรียนอนุบาลสามารถใช้นิ้วมือเคลื่อนที่ตามได้

5. สังเคราะห์ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ และการจัดกิจกรรมดนตรีตามแนวการสอนของ Jos Wuytack โดยใช้กิจกรรมมิวสิกโกรแกรมสำหรับเด็กที่เหมาะสม ทำการวิเคราะห์สาระที่ควรเรียนรู้และประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ โดยสอดแทรกการส่งเสริมการมีสมาธิ

6. สร้างแผนการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล จำนวน 12 แผน สำหรับการจัดกิจกรรมเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ โดยมีส่วนประกอบดังนี้

- 1) ชื่อกิจกรรม
- 2) สาระการเรียนรู้ (สาระที่ควรเรียนรู้และประสบการณ์สำคัญ)
- 3) จุดประสงค์การเรียนรู้
- 4) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม
- 5) สื่อและอุปกรณ์
- 6) การประเมินผล

7. นำชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้อง จากนั้นปรับแก้รายละเอียดแล้วจึงนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาประเมินความเหมาะสม โดยใช้แบบประเมินชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ที่มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ตามมาตรวัดของลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ (ชัชวาลย์ เรื่อง ประพันธ์, 2539) ดังนี้

- 1) ระดับ 5 หมายถึง มีความเหมาะสมมากที่สุด
- 2) ระดับ 4 หมายถึง มีความเหมาะสมมาก
- 3) ระดับ 3 หมายถึง มีความเหมาะสมปานกลาง
- 4) ระดับ 2 หมายถึง มีความเหมาะสมน้อย
- 5) ระดับ 1 หมายถึง มีความเหมาะสมน้อยที่สุด

โดยผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การประเมินความเหมาะสม โดยใช้ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป ถือว่ามีความเหมาะสมในระดับที่สามารถนำไปใช้ได้ ผลการประเมินความเหมาะสมโดยผู้เชี่ยวชาญพบว่า ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลมีความเหมาะสมระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 โดยมีรายละเอียดดังนี้

- 1) ด้านคู่มือการใช้ชุดกิจกรรม มีความเหมาะสมระดับมาก ($\bar{x} = 3.84$)
- 2) ด้านจุดประสงค์ของชุดกิจกรรม มีความเหมาะสมระดับมาก ($\bar{x} = 4.67$)
- 3) ด้านสื่อของชุดกิจกรรม มีความเหมาะสมระดับมาก ($\bar{x} = 4.23$)
- 4) ด้านกิจกรรมของชุดกิจกรรม มีความเหมาะสมระดับมาก ($\bar{x} = 4.00$)

8. ปรับปรุงและจัดทำชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลฉบับสมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

2.3.2 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล (แบบสังเกตพฤติกรรม)

1) การสร้างเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเอกสารและแนวคิดทฤษฎี รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสังเกต จากนั้นสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 โดยปรับใช้แนวการวัดพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลจากหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 และกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนแบบรูบริค โดยใช้การให้คะแนนแบบ Holistic Rubrics ได้แบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 จำนวน 12 ข้อ ข้อละ 3 คะแนน

2) การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) นำแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 ที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้อง จากนั้นปรับแก้รายละเอียดแล้วจึงนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา เพื่อหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) โดยพิจารณาข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ผลการตรวจสอบพบว่า มีรายการที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่

ระหว่าง 0.67 ถึง 1.00 จำนวน 8 ข้อ ซึ่งอยู่ในระดับที่เหมาะสมสามารถนำไปใช้ได้ ผู้วิจัยจึงคัดเลือกข้อที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.67 ขึ้นไป จำนวน 8 ข้อ มาใช้ในการวิจัย

3) การทดลองใช้เครื่องมือ (Pilot Test) นำแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 ที่ผ่านการตรวจสอบเที่ยงตรงของเนื้อหาไปทดลองใช้กับนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน ในโรงเรียนเดียวกัน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้ประเมิน

4) การหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ผู้วิจัยนำแบบสังเกตที่ได้จากการทดลองใช้มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้ประเมิน (Inter-rater Reliability) โดยใช้วิธีการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนคนเดียวกันโดยผู้สังเกต 2 คน พร้อมกัน จากนั้นนำผลการสังเกตมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) ผลการวิเคราะห์พบว่า ค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้ประเมินเท่ากับ 0.75 แสดงว่า ความน่าเชื่อถือของผู้ประเมินมีความสอดคล้องกันในระดับดี สามารถนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้

5) การจัดทำเครื่องมือฉบับสมบูรณ์ นำแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 จัดทำเป็นสำเนาตามต้นฉบับจริง เพื่อใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

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

ความหมายสัญลักษณ์

T ₁	หมายถึง	การสังเกตพฤติกรรมก่อนการจัดกิจกรรมด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2
X	หมายถึง	การจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิคโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล
T ₂	หมายถึง	การสังเกตพฤติกรรมหลังการจัดกิจกรรมด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2

3.2 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. สร้างความคุ้นเคยกับเด็กที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 1 สัปดาห์
2. เก็บข้อมูลจากการสังเกตและบันทึกข้อมูลลงในแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 ก่อนการทดลอง (Pre-test) ที่ ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ คือ ระดับพฤติกรรมการมีสมาธิที่ได้จากแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 และข้อมูลเชิงคุณภาพ เช่น การจ้องมอง การหันซ้ายหันขวา เป็นลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออกขณะทำการสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิโดยมีผู้สังเกต คือ ผู้วิจัย ทำการสังเกตในช่วงการทำกิจกรรมในช่วงเช้าก่อนรับประทานอาหารเช้าจำนวน 21 คน เป็นระยะเวลา 1 สัปดาห์

3. ดำเนินการทดลองจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิคโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันจันทร์และวันอังคาร ใช้เวลาวันละ 30 นาที ระหว่างเวลา 09.00 น. - 09.30 น. รวมทั้งสิ้น 12 วัน

4. เก็บข้อมูลจากการสังเกตและบันทึกข้อมูลลงในแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 หลังการทดลอง (Post-test) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทั้งข้อมูลเชิงปริมาณ คือ ระดับพฤติกรรมการมีสมาธิที่ได้จากแบบสังเกตพฤติกรรม การมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 และข้อมูลเชิงคุณภาพ เช่น การจ้องมอง การหันซ้ายหันขวา เป็นลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออกขณะทำการสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิโดยมีผู้สังเกต คือ ผู้วิจัย ทำการสังเกตในช่วงการทำกิจกรรมในช่วงเช้าก่อนรับประทานอาหารกลางวัน จำนวน 21 คน เป็นระยะเวลา 1 สัปดาห์

5. นำข้อมูลจากการบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 ก่อนการทดลอง (Pre-test) และหลังการทดลอง (Post-test) มาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติและสรุปผลการทดลอง

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ มีรายละเอียดดังนี้

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

1) การวิเคราะห์คุณภาพของชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรม โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean: \bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) ของคะแนนการประเมินความเหมาะสมจากผู้เชี่ยวชาญ นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบการบรรยาย โดยมีเกณฑ์การแปลผลดังนี้

4.51-5.00 หมายถึง มีความเหมาะสมมากที่สุด

3.51-4.50 หมายถึง มีความเหมาะสมมาก

2.51-3.50 หมายถึง มีความเหมาะสมปานกลาง

1.51-2.50 หมายถึง มีความเหมาะสมน้อย

1.00-1.50 หมายถึง มีความเหมาะสมน้อยที่สุด

2) การวิเคราะห์พฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean: \bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) ของคะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิก่อนและหลังการทดลอง นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบการบรรยาย

3) การเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบค่าที (t-test for dependent sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการมีสมาธิก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรม กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

นำข้อมูลที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลขณะทำกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) จัดหมวดหมู่ข้อมูลตามประเด็นที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการมีสมาธิ และเรียบเรียงเชิงพรรณนาประกอบการนำเสนอผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล และเพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล โดยผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลวิเคราะห์ และเสนอผลการศึกษา โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 การพัฒนาชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล โดยการหาคุณภาพของชุดกิจกรรมจากผู้เชี่ยวชาญ ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการหาคุณภาพของชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล

รายการประเมิน	คะแนนความเหมาะสม	แปลผล
1. ด้านชื่อชุดกิจกรรม		
1.1 ชื่อชุดกิจกรรมมีความเหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้	5	เหมาะสมมาก
2. ด้านคู่มือของชุดกิจกรรม		
2.1 คำชี้แจงมีความครบถ้วน	4	เหมาะสมมาก
2.2 ข้อปฏิบัติในการใช้ชุดกิจกรรมเข้าใจได้ง่าย	3.67	เหมาะสมมาก
3. ด้านจุดประสงค์ของชุดกิจกรรม		
3.1 มีความชัดเจน เหมาะสม	4.67	เหมาะสมมาก
3.2 สอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้	4.67	เหมาะสมมาก
4. ด้านสื่อ		
4.1 สอดคล้องกับจุดประสงค์	3.67	เหมาะสมมาก
4.2 สอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้	5	เหมาะสมมาก
4.3 เหมาะสมกับนักเรียน	4	เหมาะสมมาก
5. ด้านกิจกรรม		
5.1 กิจกรรมสอดคล้องกับจุดประสงค์	3.67	เหมาะสมมาก
5.2 เนื้อหาเหมาะสมกับวัยและความสนใจของนักเรียน	4.67	เหมาะสมมาก
5.3 ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	3.67	เหมาะสมมาก

จากตารางที่ 2 สรุปได้ว่าการหาคุณภาพของชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พบว่า ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ในด้านของคู่มืออยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84) ด้านจุดประสงค์ของชุดกิจกรรมมีความเหมาะสมระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.67) ด้านสื่อของชุดกิจกรรมมีความเหมาะสมระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.23) และด้านกิจกรรมของชุดกิจกรรมมีความเหมาะสมระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4)

ตอนที่ 2 การศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ดังรายละเอียดในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล (n=21 คน) คะแนนเต็ม 24 คะแนน

คะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน	t	df	Sig.
	(\bar{X})	มาตรฐาน (S.D.)			
ก่อนทดลอง	13.19	0.65	19.83	20	.00
หลังทดลอง	20.38	0.58			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 พบว่า นักเรียนอนุบาลมีคะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิก่อนและหลังแตกต่างกัน โดยก่อนได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 13.19$ และหลังได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิ

ของนักเรียนอนุบาล มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับดีมาก มีค่าเฉลี่ย $\bar{x} = 20.38$ ซึ่งเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับด้วยค่าทางสถิติพบว่า นักเรียนอนุบาลมีผลคะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล และเพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมต่อการพัฒนาการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 ผลการวิจัยที่ได้สามารถอภิปรายตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

1. ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมที่พัฒนาขึ้นมีคุณภาพในระดับมาก

ผลการประเมินคุณภาพของชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลโดยผู้เชี่ยวชาญพบว่า มีความเหมาะสมในระดับมาก ($\bar{x} = 4.14$) ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านคู่มือการใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 3.84$) ด้านจุดประสงค์ของชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 4.67$) ด้านสื่อของชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 4.23$) และด้านกิจกรรมของชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 4.00$) แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นมีคุณภาพและความเหมาะสมในการนำไปใช้จัดกิจกรรมสำหรับนักเรียนอนุบาลได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความสำเร็จในการพัฒนาชุดกิจกรรมนี้เป็นผลมาจากการดำเนินการอย่างเป็นระบบและครบถ้วนตามขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตรและสื่อการเรียนรู้ โดยเริ่มจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องอย่างละเอียด การสังเคราะห์แนวคิดทฤษฎีที่หลากหลาย ทั้งแนวคิดการสอนดนตรีของ Kodály และ Wuytack หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย และแนวคิดการฝึกสมาธิ จากนั้นนำมาบูรณาการและออกแบบเป็นชุดกิจกรรมที่มีความเหมาะสมกับพัฒนาการและความสนใจของเด็กปฐมวัย นอกจากนี้ การผ่านกระบวนการตรวจสอบและปรับปรุงจากผู้เชี่ยวชาญทำให้ชุดกิจกรรมมีความสมบูรณ์และสามารถใช้งานได้จริง

องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้ชุดกิจกรรมมีคุณภาพ ได้แก่ คู่มือการใช้ชุดกิจกรรม ที่จัดทำอย่างละเอียด ครอบคลุมทั้งแนวคิด วิธีการใช้ บทบาทของครู และแผนการจัดกิจกรรม ทำให้ครูสามารถนำไปใช้ได้มีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับวารุณี สกุลารักษ์ และอาภา หุตัยงาม (2562) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะทางการเคลื่อนไหวที่เหมาะสมต่อการพัฒนาของเด็กปฐมวัย โดยไม่เป็นการสอนทักษะเชิงวิชาการแต่เป็นการเรียนรู้ผ่านการเล่นและการปฏิบัติที่มีความท้าทาย สื่อการเรียนรู้ ที่ประกอบด้วยบัตรภาพการถอดรหัสเสียงและเสียงเพลงที่คัดเลือกอย่างเหมาะสม ช่วยให้เด็กสามารถเชื่อมโยงระหว่างการฟังเสียงกับการมองเห็นภาพ และแสดงออกผ่านการเคลื่อนไหวได้อย่างมีความหมาย สอดคล้องกับ Boal Palheiros และ Wuytack (2006) ที่พัฒนากิจกรรมมิวสิกโกรแกรมโดยเน้นการฟังเชิงรุก (Active Listening) และการมีส่วนร่วมทางร่างกายและจิตใจเพื่อเพิ่มพูนความเข้าใจและความเพลิดเพลินในดนตรี และกิจกรรมที่มีความหลากหลาย ครอบคลุมทั้งการฟัง การสังเกต และการเคลื่อนไหว ทำให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างรอบด้านและไม่เกิดความเบื่อหน่าย การที่ด้านจุดประสงค์ของชุดกิจกรรมได้รับการประเมินว่ามีความเหมาะสมสูงสุด ($\bar{x} = 4.67$) แสดงให้เห็นว่าจุดประสงค์ของชุดกิจกรรมมีความชัดเจน สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 และสามารถนำไปสู่การส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลได้จริง ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ Diamond (2013) ที่ชี้ให้เห็นว่า การพัฒนาทักษะการมีสมาธิในวัยเด็กจำเป็นต้องมีเป้าหมายที่ชัดเจนและวิธีการที่เหมาะสมกับวัย

2. การใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมส่งผลให้นักเรียนอนุบาลมีพฤติกรรมการมีสมาธิเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนอนุบาลมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการมีสมาธิหลังการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรม ($\bar{x} = 20.38$) สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 13.19$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยพฤติกรรมการมีสมาธิพัฒนาจากระดับปานกลางเป็นระดับดีมาก แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมมีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ความสำเร็จนี้เกิดจากปัจจัยสำคัญหลายประการ คือ 1) การออกแบบกิจกรรมที่เน้นการฟังอย่างตั้งใจและการจดจ่อ โดยใช้หลักการของมิวสิกโกรแกรมที่ต้องการให้ผู้เรียนฟังเสียงเพลงอย่างตั้งใจ สังเกตบัตรภาพการถอดรหัสเสียงพร้อมกับเคลื่อนไหว นิ้วมือไปตามภาพที่แสดงถึงลักษณะของเสียงที่ได้ยิน กระบวนการนี้ต้องอาศัยความตั้งใจและสมาธิสูง เพราะหากเด็กขาดสมาธิ จะไม่สามารถเคลื่อนไหวตามจังหวะของเพลงได้อย่างถูกต้อง สอดคล้องกับแนวคิดของ Posner และ Rothbart (2007) ที่อธิบายว่า การมีสมาธิเป็นกระบวนการควบคุมความสนใจที่ช่วยให้บุคคลสามารถจดจ่อกับสิ่งเร้าที่เกี่ยวข้องและละเลยสิ่งรบกวนได้

ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการเรียนรู้และการควบคุมตนเอง 2) การใช้ดนตรีเป็นสื่อกลางในการฝึกสมาธิ ซึ่งเป็นวิธีการที่เด็กมีความสนใจและเพลิดเพลิน ดนตรีที่มีโครงสร้างและจังหวะที่ชัดเจนช่วยกระตุ้นการทำงานของสมองและส่งเสริมให้เกิดการจดจำ สอดคล้องกับแซซเซ่ (2013) และ Hallam (2010) ที่พบว่า ดนตรีมีผลต่อการพัฒนาสมองและความสามารถในการรับรู้ การจดจำ และการควบคุมความสนใจของเด็ก โดยเฉพาะดนตรีคลาสสิกที่มีโครงสร้างเฉพาะเจาะจงสามารถกระตุ้นการทำงานของนิรอนในสมองได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ Schellenberg (2011) ยังพบว่า การฝึกดนตรีมีผลเชิงบวกต่อพัฒนาการทางสติปัญญาและทักษะการทำงานของสมอง (Executive Functions) ซึ่งรวมถึงการควบคุมความสนใจและการมีสมาธิ 3) การบูรณาการการเคลื่อนไหวกับการฟังดนตรี** ทำให้เด็กได้ใช้ทั้งการฟัง การมอง และการเคลื่อนไหวร่างกายไปพร้อมกัน ซึ่งเป็นการฝึกให้สมองทำงานหลายอย่างพร้อมกันอย่างมีสมาธิ สอดคล้องกับทฤษฎีหุปัญญาของ Gardner (1983) ที่เชื่อว่าการพัฒนาปัญญาด้านดนตรี (Musical Intelligence) และปัญญาด้านการเคลื่อนไหว (Bodily-Kinesthetic Intelligence) ไปพร้อมกันจะส่งเสริมการเรียนรู้และการพัฒนาโดยรวมของเด็ก และยังสอดคล้องกับ วารุณี สกฤธาภิรักษ์ และอาภา หุทัยงาม (2562) ที่ยืนยันว่า กิจกรรมดนตรีและการเคลื่อนไหวช่วยพัฒนาสมองซีกซ้ายและขวาให้ทำงานอย่างสมดุล และ 4) การฝึกซ้ำอย่างสม่ำเสมอ ตลอดระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน ทำให้เด็กได้รับการฝึกฝนการมีสมาธิอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นไปตามหลักการของการเรียนรู้ที่ว่า การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ทักษะดีขึ้นและกลายเป็นนิสัย สอดคล้องกับแนวคิดการฝึกเจริญสติตามแนวของหลวงพ่อดำเนิน จิตตสุโข (2532) ที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติเจริญสติด้วยการรู้ความเคลื่อนไหวและสังเกตอริยาบถอย่างต่อเนื่อง เพราะการมีสมาธิเป็นความสามารถที่ต้องอาศัยการฝึกฝน และ Saita (2012) ที่กล่าวว่า การที่มีจิตที่ตั้งมั่น มีสมาธิสงบนิ่ง จิตใจจดจ่อ มีความแน่วแน่ ไม่หวั่นไหวและสามารถควบคุมตนเองได้ดี ถือเป็นความสามารถตามธรรมชาติของมนุษย์ทุกคน แต่การมีสมาธิมากหรือน้อยนั้นขึ้นอยู่กับฝึกฝน

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ณัชชา สนธิ, ปิยะนันท์ หิรัญย์ชโลทร และปัทมาวดี เล่ห์มงคล (2566) ที่พบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบดนตรีและจังหวะมีพฤติกรรมการกำกับตนเองดีขึ้น โดยเฉพาะด้านการกำกับความคิด เด็กมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่ตนเองทำมากขึ้น สามารถจดจำสิ่งต่างๆ ได้ดี และสามารถควบคุมตนเองให้แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมออกมาได้ อย่างไรก็ตาม งานวิจัยครั้งนี้มีจุดเด่นที่แตกต่างออกไป คือ การเจาะจงที่การพัฒนาสมาธิ โดยเฉพาะ และการนำแนวคิดมิวสิกโกรแกรมซึ่งเป็นวิธีการสอนดนตรีที่ทันสมัยและยังไม่เคยมีการศึกษาในบริบทของประเทศไทยมาก่อนมาประยุกต์ใช้ ทำให้ได้ผลลัพธ์ที่ชัดเจนและเฉพาะเจาะจงมากขึ้น จากการสังเกตพฤติกรรมเชิงคุณภาพในระหว่างการทำทดลอง ผู้วิจัยพบว่า ในช่วงแรกของการทดลองนักเรียนบางคนยังมีพฤติกรรมหันซ้ายหันขวา ไม่สามารถจดจ่อกับกิจกรรมได้นาน แต่เมื่อได้รับการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง นักเรียนเริ่มมีความสามารถในการควบคุมสมาธิได้ดีขึ้นเรื่อยๆ สามารถฟังเพลงจนจบและเคลื่อนไหวไปตามบัตรภาพได้อย่างต่อเนื่อง แสดงให้เห็นว่าการฝึกสมาธิผ่านกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมมีผลในทางปฏิบัติจริง นอกจากนี้ ครูผู้สอนประจำชั้นยังสังเกตเห็นว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีพฤติกรรมการจดจ่อในกิจกรรมการเรียนรู้อื่นๆ ดีขึ้นด้วย แสดงให้เห็นว่าการฝึกสมาธิผ่านกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมสามารถถ่ายโยงไปสู่สถานการณ์อื่นได้

แม้ว่าผลการวิจัยจะแสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมอย่างชัดเจน แต่การวิจัยครั้งนี้ยังมีข้อจำกัดบางประการที่ควรนำมาพิจารณา ได้แก่ การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบแผนการทดลองแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลัง (One Group Pretest-Posttest Design) ซึ่งไม่มีกลุ่มควบคุม จึงอาจมีตัวแปรแทรกซ้อนอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การมีสมาธิ เช่น การเจริญเติบโตตามธรรมชาติของเด็ก ประสบการณ์การเรียนรู้อื่นๆ ที่ได้รับจากโรงเรียนและบ้าน กลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก (21 คน) และมาจากโรงเรียนเดียว จึงอาจมีข้อจำกัดในการสรุปผลไปใช้กับประชากรในวงกว้าง ระยะเวลาในการทำทดลอง (6 สัปดาห์) อาจไม่เพียงพอในการสังเกตผลระยะยาวของการใช้ชุดกิจกรรม และการวัดผลพฤติกรรมการมีสมาธิใช้แบบสังเกตเพียงอย่างเดียว ซึ่งอาจมีความลำเอียงจากผู้สังเกต แม้ว่าจะมีการหาค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้ประเมินแล้วก็ตาม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ผู้ที่มีความสนใจที่จะนำแนวทางการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ควรศึกษาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กในแต่ละช่วงวัย และจัดกิจกรรม เนื้อหา ให้สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กในแต่ละวัย
2. การจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ควรจัดกิจกรรม 1 เพลง ควรจัดกิจกรรมซ้ำ 2 ครั้ง เพื่อให้เด็กปฐมวัยเกิดความชำนาญในการใช้ชุดกิจกรรม และการฟังจังหวะเพลง และเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิ
3. การจัดกิจกรรมควรเป็นการจัดกิจกรรมเป็นรายบุคคล เพื่อให้นักเรียนอนุบาลเกิดภาวะการจดจ่อใส่ใจมีสมาธิในการทำกิจกรรม
4. การจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ควรจัดกิจกรรมในช่วงที่นักเรียนอนุบาลสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการฝึกจิตอยู่กับความสงบ ตัวอย่างเช่น ห้องที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ไม้รื้อนเกินไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ที่ผู้วิจัยได้จัดทำขึ้นไปใช้กับนักเรียนอนุบาลชั้นปีอื่น เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาลให้สูงขึ้น
2. ควรมีการศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมมิวสิกโกรแกรมเพื่อส่งเสริมการมีสมาธิของนักเรียนอนุบาล ในการส่งเสริมพัฒนาการด้านอื่นๆ

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.
- ชัชวาลย์ เรื่องประพันธ์. (2539). *สถิติพื้นฐาน*. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังน่านาวิทยา.
- ณัชชา สนธิ, ปิยะนันท์ หิรัญย์ชโลทร, และปัทมาวดี เล่ห์มงคล. (2566). ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรี เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองในเด็กปฐมวัย. *วารสารนวัตกรรมการจัดการศึกษาและการวิจัย*, 6(5), 1244-1254.
- ฐิตินัน บุญภาพ คอมมอน. (2556). *บทบาทของสื่อใหม่ในการสร้างค่านิยมทางสังคมและอัตลักษณ์ของเยาวชนไทยในเขตกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- ล้วน สายยศ, และอังคณา สายยศ. (2538). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- วารุณี สุกุณารักษ์, และอาภา หลุ่ยยาม. (2562). ดนตรีและกิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย. *วารสารและวารสารเวชศาสตร์เขตเมือง*, 63(3), 203-208.
- สิริมาศ นัยาง. (2563). *เอกสารประกอบโครงการเต้นประกอบเพลง*. เชียงใหม่: คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- สุภารักษ์ จุตระกูล. (2559). ครอบครัวยุคใหม่กับการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล (Digital Literacy) ของดิจิทัลเนทีฟ (Digital Natives). *วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย*, 11(1), 99-118.
- สุริยเดว ทรีปาตี. (2561). โครสมหาธิสั้น. สืบค้นเมื่อ 13 สิงหาคม 2567, จาก <https://news.thaipbs.or.th/content/269356>
- แซชเช่, ม. (2556). *วิธีการดูต้นสมองและฝึกพัฒนาการเด็กแรกเกิด-6 ปี ด้วยวิธีการเล่นกับเขาอย่างง่ายๆ* (เกศินี โอวาสิทธิ์, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: บี มีเดีย.
- หลวงพ่อดิเรก จิตตสุโก. (2532). *สูตรสำเร็จในปริบทา*. กรุงเทพฯ: ปาปปีมการพิมพ์.

ภาษาอังกฤษ

- Boal Palheiros, G., & Wuytack, J. (2006). Effects of the 'musicogram' on children's musical perception and learning. In M. Baroni, A. R. Addressi, R. Caterina, & M. Costa (Eds.), *Proceedings of the 9th International Conference on Music Perception and Cognition* (pp. 1264-1271). Bologna, Italy: ICMPC.
- Center on the Developing Child. (2010). *The foundations of lifelong health are built in early childhood*. Cambridge, MA: Harvard University.
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135-168. doi:10.1146/annurev-psych-113011-143750
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York, NY: Basic Books.
- Hallam, S. (2010). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International Journal of Music Education*, 28(3), 269-289. doi:10.1177/0255761410370658
- Houlahan, M., & Tacka, P. (2015). *Kodály today: A cognitive approach to elementary music education*. New York, NY: Oxford University Press.
- Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2007). Research on attention networks as a model for the integration of psychological science. *Annual Review of Psychology*, 58, 1-23. doi:10.1146/annurev.psych.58.110405.085516
- Saita, P. (2012). *Cognitive skills of preschool children who received meditation training before experiential activities* (Unpublished master's thesis). Srinakharinwirot University, Bangkok, Thailand.
- Schellenberg, E. G. (2011). Examining the association between music lessons and intelligence. *British Journal of Psychology*, 102(3), 283-302. doi:10.1348/000712610X519633