

ผลของโปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่มีต่อความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย*

ริญญรัตน์ ชีระชวลลิตี** วัชัญญา วันโณ***

(วันที่รับบทความ: 31 มกราคม 2563; วันที่แก้ไขบทความ: 3 กุมภาพันธ์ 2563; วันที่ตอบรับบทความ: 15 พฤษภาคม 2563)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่มีต่อความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 2 ห้องเรียน (ห้องเรียนละ 29 คน) ผู้วิจัยสุ่มห้องเรียนเข้าสู่กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย ผู้วิจัยสุ่มห้องเรียนเข้าสู่กลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการฝึกร้องเพลงซึ่งประกอบด้วย 7 กิจกรรม จำนวน 7 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง และแบบวัดความใส่ใจ Trail Making Test A โดยวัดจากความถูกต้องและระยะเวลาที่ใช้ในการทำแบบทดสอบ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การทดสอบทีแบบเป็นอิสระจากกัน และการทดสอบทีแบบไม่เป็นอิสระจากกัน โดยก่อนการทดลอง คะแนนเฉลี่ยของความใส่ใจของทั้ง 2 กลุ่มมีความเท่าเทียมกัน

ผลการวิจัยพบว่า เมื่อทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ คะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ ของกลุ่มทดลองลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.92, p < .001$) และเมื่อตรวจสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ของกลุ่มทดลองพบว่าเท่ากับ 31.24 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 42.89 ($\bar{D} = 31.24, SD = 42.89$) ของกลุ่มควบคุมพบว่าเท่ากับ 31.50 ($\bar{D} = 16.23, SD = 31.50$) อย่างไรก็ตาม เมื่อทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ พบว่า คะแนนของกลุ่มทดลองลดลงมากกว่าของกลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 1.519, p > .134$) โดยคะแนนเฉลี่ยก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ ของกลุ่มทดลองเท่ากับ 110.59 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 50.10 และคะแนนเฉลี่ยหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ ของกลุ่มทดลองเท่ากับ 79.35 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 33.67 การลดลงของค่าเฉลี่ยของคะแนนแสดงว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความใส่ใจเพิ่มขึ้น

คำสำคัญ: โปรแกรมการฝึกร้องเพลง, ความใส่ใจ, วัยเด็กตอนปลาย

* วิทยานิพนธ์หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

** นักศึกษาลูกศรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, Email: lynyarat@gmail.com

*** ผู้ช่วยศาสตราจารย์, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

EFFECT OF SINGING PRACTICE PROGRAM ON ATTENTION OF LATE CHILDHOOD *

Lynyarat Teerachawansith ** Vitanya Vanno ***

(Received: January 31, 2020; Revised: February 3, 2020; Accepted: May 15, 2020)

Abstract

The purpose of this research is to study the impact of the singing practice program on late childhoods' attentions. The samples include second grade students, enrolled in public schools, Bangkok. These samples has separated into two classrooms, testing group and control group, which contain 29 students per class. The researcher gave the treatment, singing practice program, to the control group and the experimental group using simple random method. Research tools include practice program. Which consists of 7 activities, 7 hours, 2 times a week, and the Trail Making Test , based on the accuracy and duration of the test. Independent testing and non-independent testing have been utilized as the quantitative data analysis tool.

Moreover, when testing for statistical significance, comparing scores from both testing and control group the scores after using the program with the testing group decreased significantly at the level of .01 ($t = 3.923, p < .001$). By examining the difference of average scores before and after joining the program of the testing group, the study found that it was 31.24 and the standard deviation was 42.89 ($\bar{D} = 31.24, SD = 42.89$) of the control group was 31.50 ($\bar{D} = 16.23, SD = 31.50$). The statistical significance test; however, found that the scores of the experimental group were significantly lower than the control group ($t = 1.519, p > .134$). By comparing students attention in testing group before and after using the treatments as well as students' attention in both testing and control groups, as the first result, the scores before joining the program of the experimental group equal to 110.59 and with standard deviation equal to 50.097 ($M = 110.59, SD = 50.10$) while the scores after joining the program of the experimental group was 79.35 and the standard deviation was 33.67 ($M = 79.35, SD = 33.67$). This means, there is decreasing in average scores which shows that after applying singing practice program students in the testing group has increased awareness of learning.

Keywords: Singing practice program, attention, late childhood

* Research Article form thesis for the Master of Arts Program in Psychology Developmental, Srinakharinwirot University

** Student in Master of Arts Program in Psychology Developmental, Srinakharinwirot University, E-mail: lynyarat@gmail.com

*** Assistant Professor, Psychology Developmental Program, Srinakharinwirot University

บทนำ

ความใส่ใจ (attention) หรือภาวะจิตใจที่จดจ่ออยู่ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ความพยายามที่มุ่งหมายให้เกิดความรู้อย่างกระจ่าง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) เป็นสิ่งสำคัญต่อการดำรงชีวิตของบุคคล การทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของบุคคลจะต้องอาศัยความใส่ใจเป็นพื้นฐาน ความใส่ใจจะช่วยส่งเสริมการเรียน การทำงาน และการทำงานกิจกรรมต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี เนื่องจากเมื่อเกิดความใส่ใจก็จะทำให้เกิดความแน่วแน้อยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก ไม่เลือนลอย สามารถช่วยให้เรียน คิดและทำงานได้ดี รอบคอบ ไม่ผิดพลาด และป้องกันอุบัติเหตุได้ดี เมื่อมีความใส่ใจ ก็จะมีสติ มีความมั่นคงทางอารมณ์และภูมิคุ้มกัน โรคทางจิต (พระธรรมปิฎก, 2550)

ความใส่ใจนับเป็นพื้นฐานสำคัญของการเรียนรู้ของบุคคล ทฤษฎีการเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Learning Through Modeling) ของอัลเบิร์ต แบนดูราอธิบายกระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบว่าประกอบด้วย 1. กระบวนการใส่ใจจดจ่อ (attention processes) 2. กระบวนการจดจำ (retention processes) 3. กระบวนการสร้างพฤติกรรมทางอวัยวะการเคลื่อนไหว (motor reproduction process) และ 4. กระบวนการสร้างแรงจูงใจ (motivational processes) จากทฤษฎีนี้กระบวนการใส่ใจจดจ่อ ซึ่งเป็นขั้นแรกเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เพราะบุคคลจะต้องอาศัยความใส่ใจที่จะสังเกตเพื่อการรับข้อมูลอย่างถูกต้อง ถ้าบุคคลขาดความใส่ใจจดจ่อกับสิ่งที่สนใจแล้วก็จะไม่สามารถสกัดข้อมูลออกมาได้ส่งผลให้ไม่สามารถเกิดกระบวนการเรียนรู้ในขั้นตอนต่อไปได้ (Bandura, 1977)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความใส่ใจแสดงให้เห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ของความใส่ใจไว้มากมาย เช่น การศึกษาของพรรณธิดา สายตา (2555) ซึ่งศึกษาทักษะการรับรู้ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกสมาธิก่อนกิจกรรมเสริมประสบการณ์ โดยศึกษากับเด็กปฐมวัยชายและหญิง อายุ 4-5 ปี ผลวิจัยพบว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกสมาธิก่อนกิจกรรมเสริมประสบการณ์ มีทักษะการรับรู้ ซึ่งประกอบด้วยทักษะการรับรู้ด้านการสังเกต ด้านการฟัง และด้านทิศทางสูงขึ้น การศึกษาของพระมหาสุริยันต์ สัตตะยาภุมภ์ และ อนุสรณ์ อรรถศิริ (2555) เรื่องผลของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติที่มีต่อพฤติกรรมการตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดปทุมวนาราม กรุงเทพมหานคร ซึ่งศึกษากับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 70 คน ผลวิจัยพบว่า หลังจากการใช้โปรแกรมการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติแล้วนักเรียนมีพฤติกรรมการตั้งใจเรียนมากขึ้น

การเสริมสร้างความใส่ใจหรือสมาธิจดจ่อให้กับบุคคลจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ โดยเฉพาะกับเด็กวัยเรียน เนื่องจากการไม่มีสมาธิในการเรียนเป็นสาเหตุหลักประการหนึ่งของปัญหาการเรียนของเด็กวัยนี้ ปัญหาเหล่านี้ ได้แก่ ปัญหาผลการเรียนตกต่ำ ไม่สนใจเรียน เหม่อลอย คุยกับเพื่อนในห้อง เรียนไม่รู้เรื่อง ขาดระเบียบวินัย (พนม เกตุมาน, 2550) สมองของเด็กวัยนี้จะพัฒนาอย่างรวดเร็วและเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงและแสดงออกถึงการเจริญเติบโตค่อนข้างชัดเจน (บุษกร โยธานัก, 2555) วัยเด็กตอน

ปลายจึงเป็นช่วงวัยที่มีความสำคัญต่อการเรียนรู้ทักษะชีวิตและพัฒนาการทางด้านสติปัญญา (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553; สุชา จันทน์เอม, 2543) นอกจากนี้ การศึกษาของ Seidel and Joschko (Seidel & Joschko, 1990 as cited in Lyon & Krasnegor, 1996) แสดงให้เห็นว่าความใส่ใจหรือความสามารถด้านสมาธิจดจ่อได้รับการพัฒนาขึ้นอย่างสมบูรณ์ในเด็กทั่วไป เมื่ออายุได้ 7 ปี ซึ่งเป็นช่วงอายุที่อยู่ในช่วงวัยเด็กตอนปลาย จึงนับว่าเป็นช่วงวัยที่มีความเหมาะสมสำหรับการเสริมสร้างความใส่ใจ

การเสริมสร้างหรือพัฒนาความใส่ใจหรือสมาธิจดจ่อให้กับบุคคลมีอยู่หลายแนวทาง เช่น การใช้กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์เพื่อฝึกสมาธิในเด็กปฐมวัย (มณีรัตน์ ภูทะวัง, ทศนีย์ นาคุณทรง, & ภูษิต บุญทองเถิง, 2560) การจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิกเพื่อพัฒนาสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 (ดาวรุ่ง รุ่งงาม, 2556) การใช้โปรแกรมการเดินแอโรบิกเพื่อเสริมสร้างสมาธิของเด็กก่อนวัยเรียน (รชต ถนอมกิตติ, 2560) แต่การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะใช้การฝึกร้องเพลงมาเป็นแนวทางในการเสริมสร้างความใส่ใจให้กับเด็กตอนปลาย แม้ว่าผู้วิจัยจะยังไม่พบงานวิจัยที่เป็นการเสริมสร้างความใส่ใจให้กับบุคคลด้วยการฝึกร้องเพลงโดยตรง แต่การวิจัยในอดีตพบว่ากิจกรรมที่มีความคล้ายกับการฝึกร้องเพลงสามารถช่วยพัฒนาความใส่ใจให้กับบุคคลได้ (ดาวรุ่ง รุ่งงาม, 2556)

การฝึกร้องเพลงน่าจะเป็นแนวทางที่มีความเหมาะสมสำหรับการเสริมสร้างความใส่ใจให้กับเด็กวัยนี้ เนื่องจากเด็กวัยนี้ชอบร้องรำทำเพลง เดินตามจังหวะดนตรี (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) การร้องเพลงยังเป็นเครื่องมือในการสร้างสมดุลทางธรรมชาติที่ดีสำหรับเด็กและยังเป็นเครื่องดนตรีที่ติดตัวเด็กมาตั้งแต่เกิด การร้องเพลงจะสอนให้เด็กเรียนรู้การเปล่งเสียงสูงและต่ำ ช่วยทำให้เกิดการฟังที่แม่นยำและยังทำให้เกิดการเรียนรู้จากการฟังได้ค่อนข้างดีจึงช่วยเรื่องพัฒนาการด้านการฟังไปด้วยพร้อมๆ กัน (จเร สำอางค์, 2553) นอกจากนี้ การฟังเสียงดนตรียังเกี่ยวข้องกับการจำได้ของบุคคล ซึ่งการจำได้ของบุคคลจะต้องอาศัยความใส่ใจเป็นพื้นฐานเพื่อปรับปรุงความจำให้ดีขึ้นเช่นเดียวกัน (ประณต แก้วฉิม, 2526) การฝึกร้องเพลงซึ่งจะต้องอาศัยการฟังเสียงดนตรีจึงน่าจะช่วยเสริมสร้างความใส่ใจให้กับวัยเด็กตอนปลายได้ โดยเสริมสร้างความใส่ใจบนพื้นฐานของโมเดลความใส่ใจ 4 องค์ประกอบ ซึ่ง Mirsky (Mirsky, 1995 as cited in Lyon & Krasnegor, 1996) ได้เสนอโมเดลความใส่ใจ 4 องค์ประกอบ (four model of attention) ได้แก่ 1. การเพ่งความสนใจ/การบริหารจัดการ (focus/execute) 2. การคงอยู่กับเป้าหมาย (sustain) 3. การเปลี่ยนความสนใจไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง (shift) และ 4. การลงรหัสความจำ (encode)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

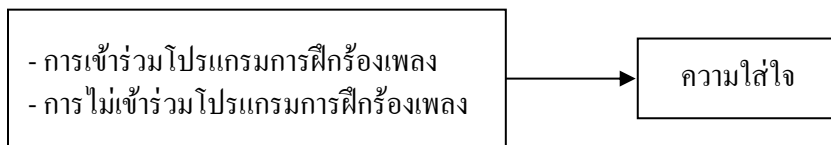
1. เพื่อเปรียบเทียบความใส่ใจก่อน-หลังของกลุ่มทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบความใส่ใจก่อน-หลังของกลุ่มควบคุม
3. เพื่อเปรียบเทียบความใส่ใจก่อน-หลังของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

สมมติฐานการวิจัย

1. กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลงมีความใส่ใจสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง
2. กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง มีความใส่ใจเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะเสริมสร้างความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลายด้วยโปรแกรมการฝึกร้องเพลง ซึ่งการฝึกร้องเพลงนี้น่าจะเป็นกิจกรรมที่เด็กวัยนี้ชื่นชอบ เนื่องจากเด็กวัยนี้ชอบร้องรำทำเพลง เต้นตามจังหวะดนตรี (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) โดยการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างความใส่ใจในการวิจัยครั้งนี้จะอยู่บนพื้นฐานของโมเดลของความใส่ใจ 4 องค์ประกอบ ซึ่งประกอบด้วย การฟังความสนใจ/การบริหารจัดการ (focus/execute) การคงอยู่กับเป้าหมาย (sustain) การเปลี่ยนความสนใจไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง (shift) และการลงรหัสความจำ (encode) Mirsky (Lyon & Krasnegor, 1996) โดยการสร้างโปรแกรมจะใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ผ่านตัวแบบของเบนดูรา เข้ามาประยุกต์ในกิจกรรมทั้ง 7 กิจกรรม โดยมีผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้นำกิจกรรมเป็นตัวแบบ เนื่องจากต้องมีการสาธิตกระบวนการฝึกร้องเพลงในกิจกรรมต่าง เพื่อพัฒนาความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลายตามโมเดลความใส่ใจ 4 องค์ประกอบ ผู้วิจัยแสดงกรอบ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

นิยามปฏิบัติการ

1. โปรแกรมการฝึกร้องเพลง หมายถึง โปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่ใช้ในการเสริมสร้างความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย คือ กิจกรรมการฝึกร้องเพลงสำหรับวัยเด็กตอนปลาย ที่ได้รับการออกแบบมาเพื่อเสริมสร้างความใส่ใจของบุคคลตามโมเดลความใส่ใจ 2 องค์ประกอบ ได้แก่ การฟังความสนใจ/การบริหารจัดการ (focus/execute) การคงอยู่กับเป้าหมาย (sustain) การเปลี่ยนความสนใจไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง (shift) และการลงรหัสความจำ (encode) โดยประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นทำ และขั้นสรุป
2. ความใส่ใจ (attention) หมายถึง เวลาและความถูกต้องที่ใช้ในการปฏิบัติภาระงานที่จะต้องอาศัยการฟังความสนใจ การคงอยู่กับเป้าหมาย การเปลี่ยนความสนใจไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง และการลงรหัสความจำ การวิจัยครั้งนี้วัดความใส่ใจ โดยใช้แบบทดสอบ Trail Making Test Type A ผู้วิจัยจับเวลาและ

ตรวจความถูกต้องในการทำแบบทดสอบ Trail Making Test Type A แล้วคำนวณคะแนนโดยปรับจากสูตรของ Heaton และคณะ (2004 as cited Correia et al., 2015) ด้วยการหาสัดส่วนของเวลาที่ใช้กับคะแนนความถูกต้องแล้วคูณด้วยคะแนนเต็มของการทำแบบทดสอบ เด็กตอนปลายที่ได้คะแนนน้อยหมายถึงความใส่ใจสูงกว่าเด็กที่ได้คะแนนมาก

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่มีต่อความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย รายละเอียดดังนี้

ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนวัดธาตุทอง (เรียนเช้าสัปดาห์) สังกัด กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 ห้องเรียน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนวัดธาตุทอง (เรียนเช้าสัปดาห์) สังกัด กรุงเทพมหานคร จำนวน 2 ห้องเรียน (ห้องละ 29 คน) ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ผู้วิจัยสุ่มห้องเรียนเข้าสู่กลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรจัดกระทำ คือ การเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง

ตัวแปรตาม คือ ความใส่ใจ

เครื่องมือที่ใช้วิจัย

เครื่องมือวิจัย ได้แก่ เครื่องมือในการทดลอง คือ โปรแกรมการฝึกร้องเพลง และ เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบวัดความใส่ใจ Trail Making Test Type A และแบบสังเกตพฤติกรรม รายละเอียดดังนี้

1. โปรแกรมการฝึกร้องเพลง ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในงานวิจัยครั้งนี้เป็นโปรแกรมที่มีพื้นฐานจากโมเดลของความใส่ใจ 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การเพ่งความสนใจ/การบริหารจัดการ (focus/execute) 2) การเปลี่ยนความสนใจไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง (shift) 3) การคงอยู่กับเป้าหมาย (sustain) 4) การลงรหัส (encode) ประกอบด้วย 7 กิจกรรมย่อย ซึ่งแต่ละกิจกรรมจะมุ่งเน้นการเสริมสร้างองค์ประกอบของความใส่ใจ ผู้วิจัยตรวจสอบความตรง (content validity) ของโปรแกรมด้วยการวิเคราะห์ค่าดัชนี Item Objective Congruence (IOC) จากผลประเมินของผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน พบว่า ค่า IOC มีค่าอยู่ 0.2 – 0.8 โดยมีข้อที่ได้ IOC มากกว่า 0.5 จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ 1) ความสอดคล้องของความสำคัญของปัญหา กับ โปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่มีต่อความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย ค่า IOC เท่ากับ 0.8 2) ความเหมาะสมของกระบวนการจัดโปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่มีต่อความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย ค่า IOC เท่ากับ 0.6 3) ความเหมาะสม

ของลำดับกิจกรรมในโปรแกรม ค่า IOC เท่ากับ 0.2 4) ความเหมาะสมของโปรแกรมกับพัฒนาการของเด็กช่วงวัย 7-8 ปี ค่า IOC เท่ากับ 0.6 สำหรับประเด็นความเหมาะสมของลำดับกิจกรรมของโปรแกรมได้ ค่าดัชนี IOC เท่ากับ 0.2 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ คือ 0.5 (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2552) ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการปรับปรุงประเด็นดังกล่าวตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

2. Trail Making Test Type A ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบวัดสมาธิ Trail Making Test Type A ซึ่งเป็นแบบวัดที่ใช้หลักการของการตั้งใจหรือใส่ใจในการใช้สายตาและความชำนาญโดย Trail Making Test Type A ประกอบด้วย เลข 1-25 โดยผู้ถูกทดสอบต้องลากเส้นจากเลข 1 ไป เลข 2 ไป ตามลำดับ (Tombaugh, 2004 อ้างถึงใน รชต ถนอมกิตติ, 2560) โดยจับเวลาเป็นหน่วยวินาที และตรวจให้คะแนนความถูกต้อง โดยต้องลากเส้นจากเลข 1-25 สลับไปมาจนครบ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบทดสอบ Trail Making Test Type A เพื่อวัดความใส่ใจก่อนการทดลอง (pretest) โดยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองตามแผนของโปรแกรมการฝึกร้องเพลง ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมย่อย 7 กิจกรรม เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง แต่จะทำการเรียนตามปกติ เมื่อสิ้นสุดการจัดกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรมของโปรแกรมการฝึกร้องเพลง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะได้ทำแบบทดสอบ Trail Making Test Type A เพื่อวัดความใส่ใจหลังการทดลอง (posttest) โดยมีการสังเกตพฤติกรรมขณะทำกิจกรรมทุก ๆ กิจกรรม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เพื่อบรรยายลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และตรวจสอบความแตกต่างเบื้องต้น โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของความใส่ใจก่อนการทดลอง (pretest) ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติการทดสอบค่า t แบบเป็นอิสระจากกัน (independent sample t-test) และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างความใส่ใจก่อนการทดลอง (pretest) และหลังการทดลอง (posttest) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติการทดสอบค่า t แบบจับคู่ (paired samples t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ผู้วิจัยเปรียบเทียบความแตกต่างของความใส่ใจก่อนการทดลอง (pretest) และหลังการทดลอง (posttest) ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติการทดสอบค่า t แบบเป็นอิสระจากกัน (independent sample t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

การรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

โครงการวิจัยนี้ได้รับการรับรอง จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ใบรับรองเลขที่ SWUEC/E/G-004/2562

ผลการวิจัย

ตาราง 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัด Trail Making Test Type A ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง (pretest)

ตัวอย่าง	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
กลุ่มทดลอง (n=29)	110.59	50.10	.130	.897
กลุ่มควบคุม (n=29)	108.94	46.44		

ผู้วิจัยเปรียบเทียบคะแนนที่ได้จากการคำนวณเวลาที่ใช้และความถูกต้องของการทำแบบวัด Trail Making Test Type A ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมฯ (pretest) ด้วยการทดสอบค่า *t* แบบกลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระจากกัน (independent samples *t*-test) เพื่อตรวจสอบความแตกต่างเบื้องต้นก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมฯ พบว่า กลุ่มทดลองได้คะแนน 110.59 โดยมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 50.09 ($M = 110.59, SD = 50.09$) ส่วนกลุ่มควบคุมได้คะแนน 108.94 โดยมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 46.436 ($M = 108.94, SD = 46.43$) เมื่อทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ พบว่า คะแนนของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ($t = .130, p > .05$)

ผู้วิจัยดำเนินการทดสอบสมมติฐานการวิจัย รายละเอียดดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลงมีความใส่ใจสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง

ตาราง 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัด Trail Making Test Type A ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

ตัวอย่าง	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
(กลุ่มทดลอง จำนวน 29 คน)				
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ (pretest)	110.59	50.10	3.923	.001
หลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ (posttest)	79.35	33.67		

ผู้วิจัยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนที่ได้ จากการคำนวณเวลาที่ใช้และความถูกต้องของการทำแบบวัด Trail Making Type A ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ (pretest) และหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ (posttest) ของ

กลุ่มทดลองด้วยการทดสอบค่า t แบบจับคู่ (paired samples t -test) พบว่า คะแนนก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ เท่ากับ 110.59 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 50.097 ($M = 110.59, SD = 50.10$) และคะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ เท่ากับ 79.35 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 33.67 ($M = 79.35, SD = 33.67$) ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากการทำ Trail Making Test Type A ที่ลดลงนี้แสดงว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความใส่ใจเพิ่มขึ้น เมื่อทดสอบนัยสำคัญทางสถิติก็พบว่าคะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ ของกลุ่มทดลองลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.92, p < .001$) สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

สมมติฐานข้อที่ 2 กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง มีความใส่ใจเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง

ตาราง 3 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนจากการทำแบบวัด Trail Making Type A ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ตัวอย่าง	การทดสอบ	M	SD	\bar{D}	S_D	t	p
กลุ่มทดลอง ($n=29$)	ก่อนการทดลอง	110.59	50.10	15.01	9.88	1.519	.134
	หลังการทดลอง	79.35	33.67				
กลุ่มควบคุม ($n=29$)	ก่อนการทดลอง	108.94	46.44	16.23	31.50	1.519	.134
	หลังการทดลอง	92.71	41.61				

ผู้วิจัยทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ด้วยการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความใส่ใจ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม และทดสอบนัยสำคัญทางสถิติด้วยการทดสอบค่า t แบบเป็นอิสระจากกัน (independent samples t -test) เมื่อพิจารณาคะแนนความใส่ใจของกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เท่ากับ 110.59 และ 79.35 ตามลำดับ ($M = 110.59, SD = 50.10$ และ $M = 79.35, SD = 33.67$ ตามลำดับ) โดยความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เท่ากับ 31.24 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 42.89 ($\bar{D} = 31.24, SD = 42.89$) และเมื่อพิจารณาคะแนนความใส่ใจของกลุ่มควบคุม พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เท่ากับ 108.94 และ 92.71 ตามลำดับ ($M = 108.94, SD = 46.44$ และ $M = 92.71, SD = 41.61$ ตามลำดับ) โดยความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เท่ากับ 16.23 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 31.50 ($\bar{D} = 16.23, SD = 31.50$) ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่าคะแนนความใส่ใจของกลุ่มทดลองลดลงมากกว่าของกลุ่มควบคุมแสดงให้เห็นว่าความใส่ใจของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นมากกว่าของกลุ่มควบคุม อย่างไรก็ตาม เมื่อผู้วิจัยทดสอบนัยสำคัญ

ทางสถิติ พบว่า คะแนนความใส่ใจ ของกลุ่มทดลองลดลงมากกว่าของกลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 1.51, p > .13$) จึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

สรุปผลการวิจัย

โปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่มีต่อความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นส่งผลให้กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีระดับความใส่ใจเพิ่มขึ้น โดยพิจารณาจากคะแนนที่ได้จากการพิจารณาเวลาที่ใช้และความถูกต้องของการทำแบบวัด Trail Making Test Type A ซึ่งลดลงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมฯ อย่างไรก็ตาม แม้ว่าความใส่ใจของกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลงจะเพิ่มขึ้น แต่ไม่พบว่าความใส่ใจของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นมากกว่าความใส่ใจของกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้พบว่า ความใส่ใจของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกร้องเพลง ซึ่งน่าจะมีสาเหตุมาจากโปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่มีต่อความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลาย ซึ่งประกอบด้วย 7 กิจกรรมย่อย (กิจกรรมที่ 1 จังหวะพาเพลิน กิจกรรมที่ 2 หายใจเป็นเสียงเพลง กิจกรรมที่ 3 นึ่มนเสียงของตัวเองอะไร? กิจกรรมที่ 4 แฉ่น แทน แทน่น กิจกรรมที่ 5 พลังเสียงจมา! กิจกรรมที่ 6 เขาร้องเพลงยัง? กิจกรรมที่ 7 จะร้องละนะ!) ถูกพัฒนาขึ้นบนพื้นฐานของการเสริมสร้างองค์ประกอบของความใส่ใจ 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การเพ่งความสนใจ/การบริหารจัดการ (focus/execute) 2) การเปลี่ยนความสนใจไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง (shift) 3) การคงอยู่กับเป้าหมาย (sustain) 4) การลงรหัส (encode) ซึ่งทั้ง 4 องค์ประกอบนี้เป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับการปฏิบัติการงานที่เกี่ยวข้องกับความใส่ใจของบุคคล และเป็นพื้นฐานสำหรับการทำ Trail Making Test Type A ซึ่งนำมาใช้ในการวัดความใส่ใจในการวิจัยครั้งนี้ นอกจากนี้ การใช้โปรแกรมการฝึกร้องเพลงมาเป็นแนวทางในการเสริมสร้างความใส่ใจให้กับวัยเด็กตอนปลาย ยังเป็นแนวทางที่มีความเหมาะสมกับเด็กช่วงวัยนี้ โดยระหว่างการฝึกร้องเพลงผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน พบว่าเด็กมีความสนใจในกิจกรรม โดยมีการโต้ตอบและซักถาม มีความพยายามในการทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จตามเป้าหมายและถูกต้องในระยะเวลาที่กำหนด มีผลิตเฟลิน ความ กระตือรือร้นและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม เป็นต้น ซึ่งน่าจะมีสาเหตุสำคัญจาก ผู้วิจัยพัฒนา โปรแกรมโดยคำนึงถึงลักษณะความใส่ใจของเด็กวัยนี้ที่มีความสนใจในระยะสั้น ความกระตือรือร้นที่จะทำสิ่งต่าง ๆ จะอยู่ในช่วงแรก แต่เมื่อหมดความสนใจแล้ว ความกระตือรือร้นนั้นจะลดลง นอกจากนี้ธรรมชาติของเด็กวัยนี้ชอบร้องรำทำเพลง เดินตามจังหวะดนตรีเป็นพื้นฐานอยู่ (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) จึงน่าจะทำให้เด็กเกิดความสนใจในกิจกรรม และช่วยเสริมสร้างความใส่ใจให้กับวัยเด็กตอนปลายได้เป็นอย่างดี

แม้ว่าหลังการเข้าร่วม โปรแกรม ระดับความใส่ใจของกลุ่มทดลองจะเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ แต่อย่างไรก็ตาม ความใส่ใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ยังคงอยู่ในระดับที่ใกล้เคียงกัน ไม่เป็นไปตามที่ตั้งสมมติฐานไว้ก่อนการทดลอง ซึ่งจากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า ถึงแม้คะแนนความใส่ใจระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจะไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่พบว่า คะแนนความใส่ใจของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม โดยเป็นผลจากโปรแกรมการฝึกร้องเพลงที่คำนึงถึงลักษณะและความชอบของวัยเด็กตอนปลาย ซึ่งโปรแกรมการฝึกร้องเพลงเป็นการใช้ร่างกายเป็นเครื่องดนตรี และอุปกรณ์ที่ใช้เป็นอุปกรณ์ที่สามารถหาได้ทั่วไป เช่น ทิชชู เป็นต้น โดยคุณครูสอนดนตรี ซึ่งมีในทุกโรงเรียน หรือบุคลากรที่เกี่ยวข้องที่มีความรู้ในเรื่องตัวโน้ต หรือการร้องเพลงพื้นฐาน สามารถนำโปรแกรมการฝึกร้องเพลงไปใช้เพื่อพัฒนาความใส่ใจในวัยเด็กตอนปลายได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

ผลวิจัยแสดงให้เห็นว่า ความใส่ใจของวัยเด็กตอนปลายดีขึ้นหลังจากได้เข้าร่วมโปรแกรม ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์โดยนำการฝึกร้องเพลงไปใช้ควบคู่กับการเดินเข้าจังหวะ โดยเริ่มจากการฝึกร้องเพลงก่อน แล้วจึงใส่ท่าทางในการเดินลงไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาความคงอยู่ของความใส่ใจของเด็กหลังจากโปรแกรมการฝึกร้องเพลงสิ้นสุดลง 2-3 เดือน เพื่อตรวจสอบว่าความใส่ใจของเด็กยังคงอยู่มากน้อยเพียงใด
2. การวิจัยครั้งต่อไปควรเพิ่มแนวทางการวัดความใส่ใจด้วยวิธีการอื่น ๆ นอกเหนือไปจากการทำ Trail Making Test เช่น แบบประเมินพฤติกรรม หรือแบบสังเกตพฤติกรรม เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- จร ส้าอังก์. (2553). *ดนตรีเล่นสมองเล่น = Music Can Change*. สมุทรปราการ: จ. ส้าอังก์, Print.
- ดาวรุ่ง รุ่งงาม. (2556). ผลของการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิกที่มีต่อการพัฒนาสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3. *Veridian e-Journal (International Humanities, Social Sciences and arts)*, 6(3), 29-41.
- บุญกร โยธานัก. (2555). *พัฒนาการของเด็กวัยเรียน 6-12 ปี*. สืบค้นเมื่อวันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2562 จาก <https://www.gotoknow.org/posts/305078%5D>
- ประณต แก้วนิม. (2526). *จิตวิทยาเด็ก*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

พนม เกตุมาน. (2550). ปัญหาพฤติกรรมที่พบบ่อยในนักเรียนและแนวทางการแก้ไข. สืบค้นเมื่อวันที่

16 กุมภาพันธ์ 2562 จาก http://www.psyclin.co.th/new_page_53.htm

พรรณธิดา สายตา. (2555). ทักษะการรับรู้ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกสมาธิก่อนกิจกรรมเสริมประสบการณ์.

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (สาขาวิชาการศึกษาระดับปฐมวัย). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

พระธรรมปิฎก. (2550). พุทธธรรม (ฉบับเดิม). (พิมพ์ครั้งที่ 13). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระมหาสุริยันต์ สัตตะยาภุมภ์ และอนุสรณ์ อรรถศิริ. (2555). ผลของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติที่มีต่อ

พฤติกรรมการตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดป่าทุมวนาราม มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

มณีรัตน์ ภูทะวัง, ทศนีย์ นาคคุณทรง และ ภูษิต บุญทองเถิง. (2560). การพัฒนาการจัดกิจกรรมศิลปะ

สร้างสรรค์เพื่อฝึกสมาธิเด็กปฐมวัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

รชต ถนอมกิตติ. (2560). ผลของโปรแกรมการเดินแอโรบิกที่มีต่อสมาธิของเด็กก่อนวัยเรียน. ปริญญา

นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). พจนานุกรมศัพท์จิตวิทยา ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ:

ราชบัณฑิตยสถาน.

ศิริเรื่อน แก้วกวางาล. (2553). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ศิริชัย กาญจนวาสี. (2552). ทฤษฎีการทดสอบแบบดั้งเดิม. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุชา จันทน์เอม. (2543). จิตวิทยาเด็ก. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, N.J: Prentice Hall.

Correia, S., et al. (2015). *Lowering the Floor on Trail Making Test Part B: Psychometric Evidence for*

a New Scoring Metric. Retrieved 25 August 2019, From [https://www.researchgate.net/](https://www.researchgate.net/publication/280006778_Lowering_the_Floor_on_Trail_Making_Test_Part_B_Psychometric_Evidence_for_a_New_Scoring_Metric#pdf)

[publication/280006778_Lowering_the_Floor_on_Trail_Making_Test_Part_B_Psychometric_Evidence_for_a_New_Scoring_Metric#pdf](https://www.researchgate.net/publication/280006778_Lowering_the_Floor_on_Trail_Making_Test_Part_B_Psychometric_Evidence_for_a_New_Scoring_Metric#pdf)

Lyon, G. R., & Krasnegor, N. A. (1996). *Attention, memory, and executive function*. Baltimore:

P.H. Brookes Pub. Co.
