

## การศึกษาลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น

### A STUDY ON EXECUTIVE FUNCTIONS OF PRESCHOOL CHILDREN WITH ADHD SYMPTOMS

ฉันทิดา สนิตนราทร เวชมงคลกร<sup>1</sup> อมราพร สุรการ<sup>2</sup> อัจศรา ประเสริฐสิน<sup>3</sup> และพรชูลี ลังกา<sup>4</sup>

Chanthida Sanitnarathorn Vechmongkhokorn<sup>1</sup> Amaraporn Surakarn<sup>2</sup>

Ujsara Prasertsin<sup>3</sup> and Phornchulee Lungka<sup>4</sup>

<sup>1</sup>นิสิตปริญญาเอก หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขา จิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>2</sup>อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>3</sup>อาจารย์ประจำสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>4</sup>อาจารย์ประจำโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

<sup>1</sup>Doctoral Candidate, Ph. D in Applied Psychology, Srinakharinwirot University

<sup>2</sup>Lecturer, Graduate School, Srinakharinwirot University

<sup>3</sup>Lecturer, Educational and Psychological Test Bureau, Srinakharinwirot University

<sup>4</sup>Instructor, La-orutis Demonstration School, Suan Dusit University

E-mail: pam\_sjb@hotmail.com

Received: January 23, 2019

Revised: March 11, 2019

Accepted: March 14, 2019

#### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น กลุ่มผู้ให้ข้อมูลมีจำนวน 6 คน ประกอบด้วย จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นนุกรมแพทย์ด้านประสาทวิทยา และอาจารย์ด้านการศึกษาปฐมวัย โดยผู้ให้ข้อมูลทุกคนมีความรู้ความเชี่ยวชาญและมีประสบการณ์ในการเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น เป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า 2 ปี รวมทั้งมีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ มุมมอง ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับลักษณะและองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นได้เป็นอย่างดี ซึ่งผู้วิจัยทำการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกโดยกำหนดประเด็นการสัมภาษณ์เชิงลึกจากการวิเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลโดยข้อคำถามทุกข้อในแบบสัมภาษณ์มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาสูงกว่าหรือเท่ากับ 0.50 เมื่อเก็บข้อมูลเสร็จแล้วผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาโดยจัดหมวดหมู่ของข้อมูลที่ได้รับตามลักษณะองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น ผลการวิจัยพบว่าลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการยับยั้ง ด้านความจำขณะทำงาน ด้านความยืดหยุ่นทางการคิด ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ โดยเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นนั้นมีลักษณะของทักษะการคิด

เชิงบริหารที่บกพร่องอย่างชัดเจนในทุกองค์ประกอบ คือ ไม่สามารถยับยั้งตนเองให้มีสมาธิจดจ่ออยู่กับงาน มีปัญหาในการจดจำและประมวลผลข้อมูล ขาดความยืดหยุ่นทางการคิด ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ไม่ดี รวมทั้งขาดการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ ซึ่งการทราบถึงลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจะเป็นประโยชน์ต่อการช่วยส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

### คำสำคัญ

ทักษะการคิดเชิงบริหาร เด็กปฐมวัย ภาวะสมาธิสั้น

### ABSTRACT

This qualitative research purposed to study on characteristics of executive functions of preschool children with ADHD symptoms. The informants were 6 people who were experts in the aforementioned field selected by a purposive sampling approach. In-depth interviews were used to collect data. This data was analyzed with content analysis. It was found that the characteristics of the executive functions of preschool children with ADHD Symptoms comprised of 5 aspects which are inhibit, working memory, cognitive flexibility/ shift, emotional control, and plan and organize. In Summary, this finding will be useful to enhance the executive functions of preschool children with ADHD symptoms with effectiveness.

### Keywords

Executive Functions, Preschool Children, ADHD Symptoms

### ความสำคัญของปัญหา

ภาวะสมาธิสั้นเป็นอาการที่พบได้บ่อยในเด็กปฐมวัย ซึ่งจากการสำรวจล่าสุดของกรมสุขภาพจิตเมื่อปี พ.ศ. 2555 พบอัตราความชุกของโรคสมาธิสั้นในเด็กไทยถึงร้อยละ 8.1 ซึ่งมากกว่าอุบัติการณ์ของโรคสมาธิสั้นที่พบในเด็กทั่วโลกประมาณร้อยละ 5.29 จึงสามารถประมาณการได้ว่า ในประเทศไทยมีเด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้นอยู่ประมาณ 1 ล้านคน (Visanuyothin, et al., 2013) โรคสมาธิสั้นจึงเป็นโรคที่พบได้บ่อยที่สุดโรคหนึ่งในเด็กไทย (Ketumarn, et al., 2016) โดยเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นนั้นจะมีอาการขาดสมาธิ และ/หรืออยู่นิ่ง-หุนหันพลันแล่น จนทำให้เด็กมีการแสดงออกที่ไม่สอดคล้องกับระดับพัฒนาการ และส่งผลเสียต่อการเข้าสังคม การเรียน การทำงานโดยตรง เด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงมีความบกพร่องทางความคิด ความจำ สมาธิ พฤติกรรม ตลอดจนทักษะต่าง ๆ ภาวะสมาธิสั้นจึงส่งผลกระทบต่อเด็กเป็นอย่างมาก (Sadock, et al., 2015) ซึ่งการดูแลช่วยเหลือเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นตั้งแต่ตอนที่เด็กอายุน้อยมักได้ผลสำเร็จดี แต่หากเด็กไม่ได้รับการช่วยเหลือแก้ไขอย่างทันท่วงที ประมาณร้อยละ 60-80 ของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นก็จะมีอาการต่อเนื่องจนถึงวัยรุ่น และร้อยละ 40-60 ของเด็กก็จะมีอาการต่อเนื่องจนถึงวัยผู้ใหญ่ ซึ่งจะก่อให้เกิดผลเสียต่อเด็กอย่างร้ายแรง

ในหลาย ๆ ด้านในเวลาต่อมา เช่น ปัญหาทางการเรียน การเข้ากับผู้อื่น มีภาพพจน์ต่อตนเองไม่ดี มีพฤติกรรมเสี่ยงอันตราย คุณภาพชีวิตต่ำ มีปัญหาการใช้สารเสพติด เกิดความล้มเหลวในการประกอบอาชีพ รวมทั้งมีปัญหาทางอารมณ์ วิตกกังวล ซึมเศร้า มีพฤติกรรมก้าวร้าว และปัญหาทางสังคมต่าง ๆ ต่างมาอีกมาก (Pornnoppadol, et al., 2014) ดังนั้นการสังเกตพบภาวะสมาธิสั้นของเด็กได้เร็ว และการให้ความช่วยเหลือแก่เด็กได้เร็วจึงมีความจำเป็นและมีความสำคัญเป็นอย่างมาก

ภาวะสมาธิสั้นจะเริ่มปรากฏให้เห็นตั้งแต่เมื่อเด็กอยู่ในช่วงปฐมวัย ซึ่งเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจะมีปัญหาการคิดขั้นสูง หรือทักษะการคิดเชิงบริหารที่บกพร่องอย่างชัดเจน (Tamm, et al., 2014; Byrne, et al., 1998; Skogan, 2015; Brocki, et al., 2010; Castellanos, et al., 2006) และทักษะการคิดเชิงบริหารที่บกพร่องก็เป็นเกณฑ์หนึ่งของภาวะสมาธิสั้นด้วยเช่นกัน (Wahlstedt, et al., 2008; Willcutt, et al., 2005) ซึ่งทักษะการคิดเชิงบริหารที่บกพร่องไปนี้ส่งผลเสียต่อตัวเด็กเป็นอย่างมาก เพราะทักษะการคิดเชิงบริหารมีความสำคัญต่อการคิดของเด็กปฐมวัยเป็นอย่างมากในหลาย ๆ ด้าน กล่าวคือ ทักษะการคิดเชิงบริหารเป็นเป็นความสามารถทางการคิดขั้นสูงที่ช่วยให้เด็กมีสมาธิมีการควบคุมยับยั้งตนเอง มีการปรับเปลี่ยนความคิดของตนเองได้อย่างยืดหยุ่น รู้จักคิดอย่างเป็นระบบ วางแผนกำหนดเป้าหมาย หาวิธีการทำให้งานสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ รู้จักคิดไตร่ตรองอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจลงมือทำสิ่งต่าง ๆ เมื่อคิดแล้วก็สามารถลงมือปฏิบัติได้เป็นขั้นเป็นตอน รู้จักจัดลำดับความสำคัญของงานและคอยควบคุมความคิดและการกระทำของตนให้จดจ่ออยู่กับงาน ไม่วอกแวกไปกับสิ่งเร้าต่าง ๆ (Serpell & Esposito, 2016) หากทำงานแล้วเกิดปัญหาที่รู้จัก การคิดวิเคราะห์หาทางแก้ไขได้อย่างเป็นเหตุเป็นผล สามารถหาทางออกใหม่ ๆ ได้หลากหลาย ไม่ยึดติดอยู่กับกรอบความคิดความเคยชินเดิม ๆ ซ้ำ ๆ แต่สามารถปรับความคิดของตนได้อย่างเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป เมื่อเด็กอยู่ในสถานการณ์ใหม่ ๆ ที่ไม่คุ้นเคย เช่น เจอคนใหม่ ๆ เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่ไม่เคยทำ หรือเจอกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด ไม่เป็นไปตามที่หวัง เด็กก็จะสามารถปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมได้อย่างยืดหยุ่น มีการปรับตัวที่ดี รู้จักอดทนแก้ไข้ปัญหา ไม่ล้มเลิกทอดทิ้งต่ออุปสรรคปัญหาต่าง ๆ ได้โดยง่าย (Gilbert & Burgess, 2008) รวมทั้งยังมีความสามารถในการคาดการณ์ผลที่จะตามมาจากการกระทำของตนได้เพื่อเป็นข้อมูลในการเลือกทำสิ่งที่เหมาะสมอันจะนำไปสู่ความสำเร็จ และหลีกเลี่ยงที่จะไม่ทำในสิ่งที่ทำให้ตนเองต้องเสียใจในภายหลัง จึงทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่จะไม่ทำผิดซ้ำ ๆ แต่รู้จักนำเอาข้อผิดพลาดมาปรับปรุงการทำงานให้ดีขึ้นเพื่อให้การทำงานประสบความสำเร็จลงได้ด้วยดีในที่สุด ทักษะการคิดเชิงบริหารจึงมีความสำคัญต่อความสำเร็จของเด็กเป็นอย่างมากในทุก ๆ ด้านของชีวิต การให้ความช่วยเหลือและพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก และสามารถช่วยลดความสูญเสียทางการศึกษาและเศรษฐกิจของประเทศไทยได้อย่างมหาศาล (Boon-yasidhi, 2010)

จากการศึกษาพบว่า เด็กปฐมวัยที่มีทักษะการคิดเชิงบริหารดีจะมีความสามารถในการควบคุมปรับเปลี่ยนความคิด ความจำ อารมณ์ พฤติกรรมและการกระทำต่าง ๆ ของตนเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่ตนวางไว้ได้สำเร็จ ตรงกันข้ามกับเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นซึ่งมีการทำงานของสมองบกพร่อง ส่งผลให้เด็กมีการปรับเปลี่ยนความคิด พฤติกรรม การปรับตัวที่ด้อยคุณภาพ ทำให้มีปัญหาในด้านการดำเนินชีวิตและการทำงานต่าง ๆ (Skogan, et al., 2015) ดังนั้น ทักษะการคิดเชิงบริหาร

ของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงมีลักษณะที่แตกต่างจากทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีพัฒนาการปกติอยู่มาก

ปัจจุบันในประเทศไทยยังไม่มีการศึกษาเรื่องลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น และในต่างประเทศก็มีการศึกษาในเรื่องนี้น้อยมาก ซึ่งแม้จะมีการศึกษาพบว่าเด็กปฐมวัยที่มีพัฒนาการปกติและเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นนั้นมีองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารที่คล้ายคลึงกัน แต่เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นนั้นมีลักษณะพัฒนาการของทักษะการคิดเชิงบริหารที่ล่าช้ากว่า และมีคุณภาพด้อยกว่าทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีพัฒนาการปกติอยู่มาก (Skogan, 2015) ดังนั้น การศึกษาเรื่องลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงยังขาดองค์ความรู้ และจำเป็นต้องได้รับการศึกษาต่อไป ผู้วิจัยจึงตระหนักถึงความสำคัญในการศึกษาลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น เพื่อเป็นแนวทางในการนำลักษณะเหล่านี้ไปเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารให้แก่เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นได้อย่างเหมาะสม เพื่อช่วยให้เด็กสามารถควบคุมความคิด อารมณ์ และการกระทำต่าง ๆ ของตนได้ดีขึ้น อันจะเป็นประโยชน์ต่อตัวเด็กเองและผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องที่สนใจศึกษาในเรื่องนี้ต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทักษะการคิดเชิงบริหารเป็นทักษะที่มีความสำคัญมาก และมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับเด็กในศตวรรษที่ 21 (Saengsawang et al., 2016) ทั้งนี้เป็นเพราะทักษะการคิดเชิงบริหารเป็นกระบวนการคิดขั้นสูงที่ช่วยให้เด็กสามารถควบคุมความคิด การตัดสินใจ และการกระทำต่าง ๆ จนส่งผลให้เด็กสามารถลงมือทำตามแผนที่วางไว้ และมุ่งมั่นจนทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมาย (Chutabhakdikul, 2014) รวมทั้งยังช่วยเอื้ออำนวยให้เด็กเกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ และสามารถเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคยได้ เนื่องจากสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของเด็กย่อมมีความแตกต่างจากสิ่งที่เด็กเคยเจอมาก่อน ทักษะการคิดเชิงบริหารจึงช่วยจัดการกระบวนการทางความคิดเพื่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ ที่หลากหลาย เช่น การวางแผนอนาคต หรือการเปลี่ยนการกระทำจากสิ่งหนึ่งไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง หรือการรู้จักหักห้ามใจต่อสิ่งยั่วยั่วต่าง ๆ เพื่อให้เด็กสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จและมีจุดมุ่งหมายในชีวิต (Gilbert & Burgess, 2008)

ในปัจจุบันมีนักวิชาการที่กล่าวถึงความหมายของทักษะการคิดเชิงบริหารไว้คล้ายคลึงกัน เช่น แบลร์ (Blair, 2016) กล่าวว่าทักษะการคิดเชิงบริหารคือกระบวนการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความจำขณะทำงาน การควบคุมยับยั้ง และความยืดหยุ่นทางความคิด ซึ่งความสามารถทางสติปัญญาเหล่านี้มีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อพฤติกรรมและการกระทำต่าง ๆ ของบุคคลเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้เป็นผลสำเร็จ สอดคล้องกับเพรเจอร์ และคนอื่น ๆ (Prager, et al., 2016) ที่ให้ความหมายของทักษะการคิดเชิงบริหารไว้ว่าเป็นความสามารถทางสติปัญญาขั้นสูงที่ใช้ในการควบคุมตนเอง การยับยั้งต่อการแสดงออกที่ไม่เหมาะสม การยืดหยุ่นทางความคิด และความจำขณะทำงาน ซึ่งทักษะต่าง ๆ เหล่านี้เริ่มพัฒนาในเด็กและจะส่งผลต่อทักษะอื่น ๆ ที่จะตามมา ซึ่งสอดคล้องคล้ายคลึงกับการให้

ความหมายของธีโอบิว และคนอื่น ๆ (Thibodeau, et al., 2016) ที่กล่าวว่าทักษะการคิดเชิงบริหาร เป็นกระบวนการของความคิดขั้นสูงที่ส่งผลให้บุคคลสามารถใช้ความคิดและการกระทำต่าง ๆ เพื่อการปรับตัวที่ดีขึ้น และตอบสนองต่อเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ดีขึ้น

สำหรับในประเทศไทยมีนักการศึกษาได้ให้ความหมายของทักษะการคิดเชิงบริหารไว้บ้างดังนี้ เช่น Chutabhakdikul (2014) กล่าวว่าทักษะการคิดเชิงบริหารเป็นการทำงานของสมองในระดับสูงที่ช่วยควบคุมความคิด การตัดสินใจและการกระทำต่าง ๆ เพื่อให้บุคคลสามารถเริ่มลงมือทำตามแผนงานที่วางไว้และมุ่งมั่นทำงานนั้นจนสำเร็จตามเป้าหมาย สอดคล้องกับ Hanmethree (2016) ที่กล่าวว่าทักษะการคิดเชิงบริหารคือชุดกระบวนการทางความคิดที่ช่วยให้บุคคลสามารถวางแผน มุ่งใจจดจ่อ จำคำสั่ง จัดลำดับความสำคัญของงาน วางเป้าหมายและทำไปเป็นขั้นเป็นตอนจนสำเร็จ รวมทั้งควบคุมแรงอยากและแรงกระตุ้นต่าง ๆ ไม่ให้วอกแวกสนใจสิ่งอื่น เพื่อจัดการกับงานหลาย ๆ อย่างให้ลุล่วงเรียบร้อยได้

สำหรับการศึกษาวิจัยเรื่ององค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยนั้น พบว่ามีแนวคิดที่ค่อนข้างสอดคล้องและคล้ายคลึงกัน ตัวอย่างเช่นจากการศึกษาของไดมอนด์ และคนอื่น ๆ (Diamond, et al., 2007) ที่ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในกลุ่มตัวอย่างเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2 จำนวน 147 คน ซึ่งเป็นทั้งเด็กชายและเด็กหญิงที่มีอายุเฉลี่ย 5.1 ปี พบว่า ทักษะการคิดเชิงบริหารประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลัก คือ ด้านการยับยั้ง ด้านความจำขณะทำงาน และด้านความยืดหยุ่นทางการคิด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนักวิจัยคนอื่น ๆ ในเวลาต่อมา ที่พบว่าทักษะการคิดเชิงบริหารมีลักษณะที่ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลักดังกล่าวเช่นกัน (Friedman, et al., 2007; Gilbert & Burgess, 2008; Shaul & Schwartz, 2014)

อย่างไรก็ตาม ยังมีผู้ให้องค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในด้านอื่นอีก เช่น ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ ดังเช่นจากการศึกษาวิจัยของอิสควิททิจ โยยา และเอสพี (Isquith, Gioia & Espy, 2007) ที่พบองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยว่าประกอบด้วยลักษณะ 5 ด้าน คือ ด้านการยับยั้ง ด้านการปรับเปลี่ยนความคิด ด้านการควบคุมอารมณ์ ด้านความจำขณะทำงาน และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ ซึ่งลักษณะด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบนี้ นักการศึกษาบางคนพิจารณาว่าเป็นองค์ประกอบเสริมที่พัฒนามาจากองค์ประกอบหลักทั้งสาม ส่วนนักการศึกษาบางคนพิจารณาว่าองค์ประกอบอื่นดังกล่าวนับเป็นองค์ประกอบหลักของทักษะการคิดเชิงบริหารด้วย (Diamond, et al., 2007)

สำหรับการศึกษาเรื่องทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยในประเทศไทยนั้น พบว่าเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาของต่างประเทศ กล่าวคือ บางการศึกษาพบว่า ทักษะการคิดเชิงบริหารประกอบด้วยลักษณะ 3 ด้าน คือ ด้านการยับยั้ง ด้านความจำขณะทำงาน และด้านความยืดหยุ่นทางการคิด (Krachaechoem & Kaemkate, 2015) และบางการศึกษาก็พบว่าทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยประกอบด้วยลักษณะ 5 ด้าน อันได้แก่ ด้านการยับยั้ง ด้านความจำขณะทำงาน ด้านความยืดหยุ่นทางการคิด ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ (Chutabhakdikul, 2014; Hanmethree, 2016)

อย่างไรก็ตาม การศึกษาดังกล่าวข้างต้นเป็นการศึกษาลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีพัฒนาการปกติ แต่ในปัจจุบันประเทศไทยยังไม่มีการศึกษาเรื่องลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นโดยตรง และในต่างประเทศก็มีการศึกษาในเรื่องนี้น้อยมาก (Skogan, 2015) ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเรื่องลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจศึกษาในเรื่องนี้ต่อไป

## วิธีการดำเนินการวิจัย

### 1. การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งมีรายละเอียดโดยสรุปดังนี้

1.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัย เพื่อเป็นข้อมูลในเบื้องต้นก่อนการไปทำการสัมภาษณ์เชิงลึก

1.2 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) กับผู้เชี่ยวชาญในด้านการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น

1.3 ผู้วิจัยทำการกำหนดประเด็นคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึกจากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำไปสร้างรูปแบบการสัมภาษณ์ในเบื้องต้น โดยประเด็นคำถามจะสะท้อนถึงลักษณะและองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้มาทำการสรุป วิเคราะห์ ตรวจสอบองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารที่มีความเหมาะสมต่อเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น

### 2. กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

กลุ่มผู้ให้ข้อมูล คือ ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 6 คน ประกอบไปด้วย จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น กุมารแพทย์ด้านประสาทวิทยา และอาจารย์ด้านการศึกษาปฐมวัย ซึ่งผู้ให้ข้อมูลทุกคนล้วนมีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ คือ เป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญและมีประสบการณ์ในการเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารให้แก่เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นเป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า 2 ปี และสามารถถ่ายทอดความรู้ มุมมอง ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับลักษณะและองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นได้เป็นอย่างดี โดยผู้วิจัยทำการคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญทั้ง 6 คนอย่างเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งมีขั้นตอนและรายละเอียดดังนี้

2.1 ผู้วิจัยทำการติดต่อขอสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล เมื่อผู้ให้ข้อมูลตอบตกลงในการให้การสัมภาษณ์เชิงลึกแล้ว ผู้วิจัยจึงทำการนัดหมายวันเวลาและสถานที่ที่จะใช้ในการสัมภาษณ์ต่อไป

2.2 ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญเป็นรายบุคคล จนกระทั่งได้รูปแบบของทักษะการคิดเชิงบริหารที่แน่นอน มีความซ้ำกันของข้อมูล ข้อมูลมีความอิ่มตัวแล้ว ผู้วิจัยจึงยุติการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อดำเนินการสรุปและวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

### 3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 ผู้วิจัยทำการกำหนดข้อคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ เพื่อนำมาสร้างเป็นแบบสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล โดยผู้วิจัยนำองค์ประกอบที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาสรุปและวิเคราะห์เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึก

3.2 ผู้วิจัยขอให้อาจารย์ที่ปรึกษาช่วยทำการตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของประเด็นข้อความคำถามและภาษาที่ใช้ จากนั้นผู้วิจัยจึงทำการปรับแก้ไขแบบสัมภาษณ์ตามคำแนะนำและข้อเสนอแนะจากอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อให้แบบสัมภาษณ์มีความเหมาะสมและสมบูรณ์มากที่สุด

3.3 ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์ให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา การศึกษา การวัดและประเมิน และการพัฒนาเด็กปฐมวัย จำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของแบบสัมภาษณ์ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น โดยข้อความคำถามในการสัมภาษณ์ทุกข้อมีค่าความสอดคล้อง IOC มากกว่าหรือเท่ากับ 0.50 (Tirakanan, 2013)

3.4 ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์ไปทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลตามวันเวลา และสถานที่ที่ผู้วิจัยได้ทำการนัดหมายไว้

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลเชิงลึกมาถอดเทปแบบคำต่อคำ และตรวจสอบความถูกต้องด้วยการฟังเทปซ้ำ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความถูกต้องสมบูรณ์มากที่สุด จากนั้นจึงทำการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ด้วยการจัดหมวดหมู่ของข้อมูลที่ได้รับตามลักษณะองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น โดยผู้วิจัยทำการวิเคราะห์เนื้อหาตามขั้นตอนต่อไปนี้

4.1 การจัดระเบียบข้อมูล ผู้วิจัยจัดทำเอกสารที่ได้จากการสัมภาษณ์ที่เกี่ยวข้องกับลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นตามข้อมูลที่ได้รับจากผู้ให้ข้อมูล

4.2 การกำหนดรหัสข้อมูล ผู้วิจัยพิจารณาแนวคิดที่เกี่ยวข้องและวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้ และทำการกำหนดรหัสข้อมูลโดยใช้คำหลักกำหนดรหัสไว้ โดยหลังการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยนำเทปบันทึกเสียงของผู้ให้ข้อมูลมาเปิดฟังทีละคน จากนั้นจึงทำการถอดความแบบคำต่อคำ (Verbatim) ออกมาเป็นบทสนทนาที่เป็นตัวอักษร และตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลด้วยการฟังเทปบันทึกซ้ำเพื่ออ่านบทสนทนาพร้อมกับบทสนทนาตัวอักษรที่ถอดความไว้ จากนั้นจึงอ่านบทสนทนาตัวอักษรซ้ำหลาย ๆ ครั้ง เพื่อทำความเข้าใจกับข้อมูลที่ได้รับทั้งหมด

4.3 การสร้างข้อสรุป ผู้วิจัยนำข้อความหรือประโยคสำคัญที่เกี่ยวข้องกับลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นมาสรุปเชื่อมโยงเข้าด้วยกัน

4.4 การสร้างบทสรุป ผู้วิจัยนำข้อความหรือประโยคสำคัญตามเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น และข้อความที่กำหนดความหมายแล้วมาจัดรวมเป็นประเด็นหลัก

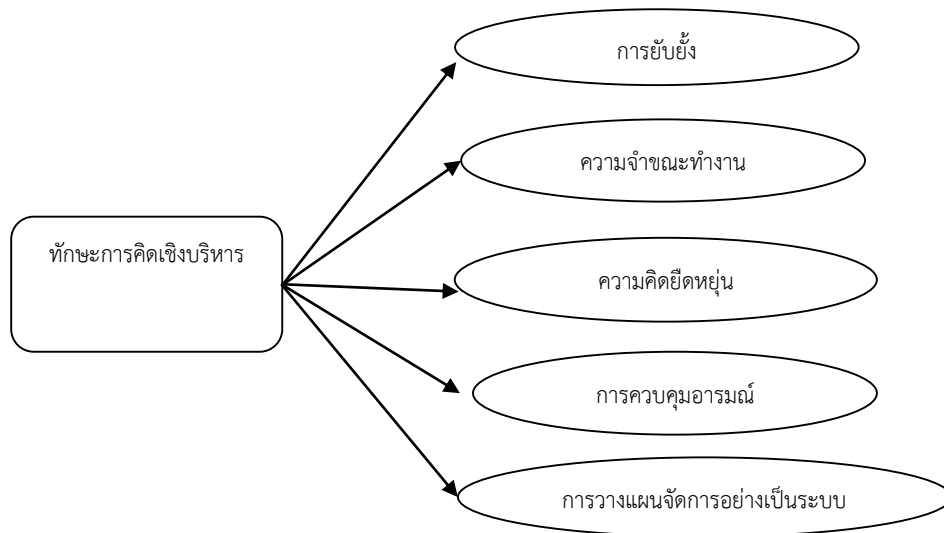
4.5 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาเขียนรายงานการวิจัย โดยเขียนอธิบายความหมายประเด็นหลักต่าง ๆ ให้มีความต่อเนื่องกลมกลืนกัน รวมทั้งคัดเลือกบทสนทนาที่มีความชัดเจนและสอดคล้องในการอธิบายถึงลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นมาเขียนสนับสนุน และนำข้อมูลที่ได้ไปตรวจสอบความตรงกับผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนอีกครั้ง หลังจากข้อมูลที่ได้มีความอึดตัว ไม่มีข้อมูลใหม่เพิ่มขึ้นอีกแล้ว ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ และนำข้อมูลมาสรุปพร้อมกัน

### จริยธรรมการวิจัยและการพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ขออนุญาตเก็บข้อมูลต่อคณะกรรมการจริยธรรมในการวิจัย และได้รับใบรับรองโครงการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำใน มนุษย์เป็นที่เรียบร้อยแล้ว (Certificate Number SWEC/E-136/2561) และผู้วิจัยมีการพิทักษ์สิทธิ ของผู้ให้ข้อมูล โดยทำหนังสือเพื่อขออนุญาตในการเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลพร้อมชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดของการวิจัยให้ทราบชัดเจน มีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูล รวมทั้งก่อนการเก็บข้อมูลผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจของผู้ให้ข้อมูล และขออนุญาตผู้ให้ข้อมูลในการ บันทึกเสียงทุกครั้ง นอกจากนี้ผู้วิจัยได้รักษาความลับ (Confidentiality) ของผู้ให้ข้อมูล โดยใช้นาม สมมติและจะไม่เปิดเผยชื่อจริงของผู้ให้ข้อมูลในทุกกรณี รวมทั้งรักษาความลับอื่น ๆ ของผู้ให้ข้อมูล ด้วยเพื่อเป็นการพิทักษ์สิทธิ์ด้านการเก็บรักษาความลับของผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

### ผลการวิจัย

ลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น ประกอบด้วย 5 ด้าน ดังภาพประกอบ 1 ดังนี้



ภาพที่ 1 ลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น

จากภาพประกอบ 1 แสดงลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น พบว่า ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้านได้แก่ ด้านการยับยั้ง ด้านความจำขณะทำงาน ด้านความ ยืดหยุ่นทางการคิด ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบโดยมี รายละเอียดผลการวิจัย ดังต่อไปนี้

#### 1. ด้านการยับยั้ง (Inhibit)

คือความสามารถของเด็กในการควบคุมยับยั้งตนเองให้สามารถจดจ่ออยู่กับสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้ อย่างคงทน และสามารถยับยั้งตนเองไม่ให้วอกแวกกับสิ่งกระตุ้นเร้าต่าง ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง รวมทั้ง กำกับควบคุมตนเองให้มีความอดทน โดยมีการคำนึงถึงความถูกต้องเหมาะสมเพื่อไม่ให้ตนเองแสดง



พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกมา การยับยั้งนี้จึงช่วยให้เด็กสามารถควบคุมตนเองให้แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ซึ่งเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจะมีลักษณะด้านการยับยั้งที่บกพร่อง ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“ที่ว่าองค์ประกอบที่เกี่ยวกับเด็กสมาธิสั้นที่สุดนะ คือ inhibit เป็นเรื่องของ การยับยั้งควบคุมตัวเอง เด็กสมาธิสั้นควรได้รับการส่งเสริมเรื่องนี้ เขาจะได้จดจ่ออยู่กับงานได้อย่างคงทน ยับยั้งตัวเองได้ คือเด็กรู้ว่าจะต้องทำอันนี้ แต่อยากจะทำอย่างอื่น เขาก็ต้องหยุดก่อน เพราะรู้ว่าเป้าหมายเขาคือต้องทำอันนี้ก่อน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“เด็กสมาธิสั้นมักรอคอยไม่ได้ เวลานั้นฟังนิทานกับครู ก็จะลุกขึ้นลุกลง หรือเวลาที่ครูถามก็จะรีบตอบโดยที่ไม่ฟังคำตอบของครูให้เสร็จ อันนี้เป็นลักษณะของ inhibit ที่ไม่ดี คือยับยั้งตัวเองไม่ได้ แต่ถ้าเด็กได้รับโอกาสในการฝึกฝนพัฒนา เขาจะมี inhibit ที่ดีขึ้น ต้องฝึกอย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่อง ฝึกโดยให้เขารู้สึกสนุกด้วย เช่น เล่นเกมการยับยั้งเคลื่อนไหว หรือเกมที่เขาคงอยู่หนึ่ง ๆ นะครับ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“เด็กสมาธิสั้นขาดเรื่องของการจัดการควบคุมตัวเอง ขาดในเรื่องการมีสมาธิจดจ่ออยู่กับงาน ซึ่งก็เป็น ลักษณะหนึ่งของ EF ในเด็กสมาธิสั้น คือเขาขาดการควบคุมตัวเองต่อสิ่งกระตุ้นเร้าต่าง ๆ ที่เข้ามา เขาขาดเรื่อง inhibit อย่างชัดเจน ถ้าจะปรับเรื่อง inhibit เขาอาจจะให้เขาเล่นเกมที่มีกติกาอะไรบางอย่าง คือฝึกให้เขาอดทนได้เพื่อที่จะไปถึงเป้าหมาย หรือว่าถ้าจะชนะได้ หนูต้องรอก่อนนะ เขาจะได้ฝึกเรื่องการยับยั้งซึ่งใจ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

แม้เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจะยังควบคุมยับยั้งตนเองได้ไม่ดึ้นก คือเด็กไม่สามารถยับยั้งตนเองให้มีสมาธิจดจ่ออยู่กับงาน ไม่สามารถยับยั้งตนเองให้อดทนอดกลั้นต่อสิ่งกระตุ้นเร้าอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับงาน รวมทั้งไม่สามารถควบคุมยับยั้งตนเองให้มีการแสดงออกที่เหมาะสมกับสถานการณ์ แต่หากเด็กได้รับโอกาสในการฝึกฝนส่งเสริมลักษณะด้านการยับยั้งอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ ก็จะช่วยเสริมสร้างให้เด็กมีทักษะด้านการยับยั้งที่ดีขึ้นได้ โดยการฝึกฝนด้านการยับยั้งนี้ ควรฝึกโดยให้เด็กมีความรู้สึกสนุกร่วมด้วย เช่น เล่นเกมควบคุมยับยั้งการเคลื่อนไหว เล่นเกมที่มีกฎกติกาเพื่อฝึกให้เด็กรู้จักยับยั้งซึ่งใจ อดทนรอคอย เพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จ เป็นต้น

## 2. ด้านความจำขณะทำงาน (Working Memory)

คือความสามารถของเด็กในการเก็บจดจำข้อมูล และสามารถจัดการประมวลผลข้อมูลที่มีอยู่ เพื่อให้สามารถนำข้อมูลมาใช้ได้อย่างเหมาะสม ส่งผลให้เด็กมีความสามารถในการจดจำได้ดี จดจำคำสั่งของผู้อื่นได้ ซึ่งเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นมักจะมีปัญหาด้านความจำขณะทำงาน ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“Working Memory เป็นหน่วยความจำ คือการที่เราจำข้อมูลไว้ได้ระยะหนึ่งแล้วเราดึงข้อมูลมาใช้ได้เหมาะสม แต่เด็กสมาธิสั้นจะไม่สามารถดึงเอามาใช้ได้เหมาะสม คือ Working Memory

ของเขาไม่ค่อยดี ควรได้รับการส่งเสริม เช่น เล่นเกมฝึกความจำ ฝึกบ่อย ๆ ให้เขาจำได้ดีขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“Working Memory เป็นความสามารถในการจดจำข้อมูล แล้วก็ประมวลผลนะครับ ซึ่งเด็กสมาธิสั้นจะเสียหายเรื่องนี้เยอะครับ เขาจะไม่สามารถจดจำข้อมูลได้ดีนักครับถ้าไม่ได้รับการฝึก แต่ถ้าฝึกฝนบ่อย ๆ ทำข้อมูลให้ชัดเจน ช่วยให้จำง่าย ก็จะช่วยเรื่อง working memory ได้ดีขึ้นครับ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“Working Memory คือ การเอาความจำที่มีออกมาใช้ ซึ่งเด็กสมาธิสั้นเขาจะจดจำข้อมูลได้ที่ละสั้น ๆ และจำได้ไม่นาน ถ้าเกิดสั่งงานเขาหลายขั้นยาวเกินไปเขาอาจจะจำไม่ได้ เวลาจะสั่งงานเขาเราจึงควรพูดให้กระชับ ชัดเจน เริ่มจากบอกทีละขั้นตอน หรือใช้ภาพช่วยจำก็ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

ลักษณะด้านความจำขณะทำงานของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นนั้นทำงานได้ไม่ดีนักโดยเด็กไม่สามารถเก็บจดจำข้อมูลไว้ได้นาน ไม่สามารถประมวลผล หรือดึงข้อมูลที่มีออกมาใช้ได้อย่างเหมาะสม หากเด็กไม่ได้รับโอกาสในการฝึกฝนความจำ ก็ยังเสียโอกาสในการพัฒนา เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงควรได้รับการฝึกฝนลักษณะด้านความจำขณะทำงานเป็นประจำสม่ำเสมอ เพื่อเสริมสร้างความจำขณะทำงานให้ทำงานได้ดีขึ้น ซึ่งวิธีการส่งเสริมความจำขณะทำงานของเด็กนี้สามารถทำได้ด้วยการเล่นเกมฝึกความจำ ใช้ภาพช่วยจำ ทำข้อมูลให้จำง่ายชัดเจนมากขึ้น เพื่อกระตุ้นส่งเสริมให้เด็กจดจำข้อมูลได้ดีขึ้น มีความจำขณะทำงานที่มีคุณภาพมากขึ้น

### 3. ด้านความยืดหยุ่นทางการคิด (Cognitive Flexibility/ Shift)

คือความสามารถของเด็กในการปรับเปลี่ยนความคิดและการกระทำของตนเองจากสถานการณ์ กิจกรรม กลุ่มคน หรือแง่มุมปัญหาหนึ่ง ๆ ไปสู่อีกสิ่งหนึ่งได้อย่างคล่องแคล่วยืดหยุ่น ส่งผลให้เด็กสามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ซึ่งเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นควรได้รับการส่งเสริมความยืดหยุ่นทางการคิดให้เกิดการพัฒนาต่อไป ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“Shift คือ ความคิดยืดหยุ่นที่จะเปลี่ยนจากเรื่องหนึ่งไปสู่อีกเรื่องหนึ่งได้อย่างคล่องแคล่วไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมที่ทำอยู่ สถานที่ที่เปลี่ยนไป หรือการเจอผู้คนใหม่ ๆ ซึ่งเด็กสมาธิสั้นมักจะยัง shift ได้ไม่เก่ง คือ การปรับตัวยืดหยุ่นของเขาควรได้รับการพัฒนา เพื่อให้เกิดความคิดยืดหยุ่น แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ดีขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“เด็กสมาธิสั้นเขาค่อนข้างขาดความคิดยืดหยุ่น คือเขาเป็นคนที่มีความ routine นะ และถ้า routine เปลี่ยนไปหรือผิดแผนนี้ เขาก็มักจะเครียด ไม่สบายใจ คือ เขาจะปรับตัวต่อสิ่งใหม่ ๆ ได้ลำบากหน่อย ต้องให้เวลาเขาในการปรับตัว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“Shift นี้พัฒนาในช่วงเด็กปฐมวัย ฉะนั้นในเด็กสมาธิสั้นที่เขาไม่พร้อมจะนั่งฟังนั่งเรียนรู้นี้ การที่เขาจะ shift มันก็จะยุ่งยาก เขาก็จะตอบสนองไปตามสัญชาตญาณ เขาก็คงจะเสียโอกาสในการ

เรียนรู้ เพราะตัว shift นี้คือ ความสามารถในการปรับเปลี่ยนตัวเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์ ซึ่งช่วยในเรื่องการปรับตัวแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เป็นตัวช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ว่า ถ้าแก้ปัญหาแบบนี้ ผลจะตามมาแบบนี้ ถ้าเจอสถานการณ์แบบนี้ เขาควรปรับตัวอย่างไรนะครับ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

ลักษณะด้านความยืดหยุ่นทางการคิดของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นนั้นแตกต่างจากเด็กปฐมวัยที่มีพัฒนาการปกติอยู่มาก โดยเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นจะยังขาดความคิดยืดหยุ่น ขาดความสามารถในการปรับตัว และการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ซึ่งหากเด็กไม่ได้รับการฝึกฝนด้านความยืดหยุ่นทางการคิด ก็จะทำให้เด็กเสียโอกาสในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงควรได้รับการฝึกฝนส่งเสริมลักษณะด้านความยืดหยุ่นทางการคิด เพื่อเสริมสร้างให้เด็กมีความคิดที่ยืดหยุ่นมากขึ้น สามารถปรับตัวต่อสิ่งใหม่ ๆ ได้ดีขึ้น รวมทั้งสามารถหาทางแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้เหมาะสมมากขึ้นด้วย

#### 4. การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)

คือ ความสามารถของเด็กในการควบคุมอารมณ์ของตนเองต่อสิ่งกระตุ้นเร้าต่าง ๆ เพื่อให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ส่งผลให้เด็กสามารถจัดการควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้ดี ซึ่งเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจะไม่สามารถจัดการควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีนัก ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล ดังนี้

“เด็กสมาธิสั้นเป็นเด็กที่โกรธง่ายนะ โกรธง่ายมาก เมื่อถูกกระตุ้นเล็กน้อยก็อารมณ์ปรี๊ดขึ้นมาแล้ว คือโกรธแล้วจะระเบิดอารมณ์รุนแรง เด็กสมาธิสั้นเขามีลักษณะที่เรียกว่า emotional dysregulation คือการควบคุมอารมณ์จัดการอารมณ์เขาทำได้ยาก ควรได้รับสอนการส่งเสริมให้เขาเข้าใจอารมณ์ของตัวเอง แล้วก็หาวิธีในการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม เช่น พอรู้ว่าตัวเองโกรธ ก็ไปเล่น ไปตีหมอนน้ำเย็น ๆ หรือหายใจเข้าออกระบายความโกรธ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“เด็กสมาธิสั้นจะแสดงอารมณ์แบบหุนหันพลันแล่นและฉุนเฉียวได้ค่อนข้างชัดครับ เพราะว่า ด้วยความที่เขาบยับยังได้ไม่ดี ฉะนั้นเมื่อมีสิ่งกระตุ้นเข้ามา เขาก็จะระเบิดอารมณ์ได้ง่าย แต่ถ้าเขาได้รับการส่งเสริมเรื่องการยับยั้งแล้ว การควบคุมอารมณ์เขาจะทำได้ดีขึ้น เพราะพอยับยั้งได้ ก็ควบคุมอารมณ์ได้ด้วยครับ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“เด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นจะอารมณ์ปรี๊ดแรงกว่าเด็กทั่วไป เพราะว่าอารมณ์มันขึ้นไปเร็วมาก เช่นเดียวกับความคิดของเขา คือเขามี emotional control ที่มันบกพร่อง ซึ่งถ้าปรับเรื่อง inhibit ได้ นี่ เรื่องอารมณ์เขาน่าจะดีขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นมีลักษณะการควบคุมอารมณ์ตนเองที่บกพร่อง โดยเด็กจะถูกกระตุ้นเร้าอารมณ์ได้ง่ายกว่าเด็กทั่วไป เด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงมีอารมณ์ไม่โห่ฉุนเฉียว หุนหันพลันแล่น โกรธง่าย ระเบิดอารมณ์รุนแรงได้ง่ายกว่าเด็กทั่วไป ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากมีลักษณะด้านการยับยั้งที่บกพร่องไป ดังนั้นหากเด็กได้รับการส่งเสริมฝึกฝนให้มีทักษะด้านการยับยั้งที่ดีขึ้น ลักษณะด้านการควบคุมอารมณ์ของเด็กก็จะดีขึ้นด้วย นอกจากนี้เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นควรได้รับการฝึกฝนส่งเสริมให้เข้าใจอารมณ์ของตัวเอง และรู้จักหาวิธีในการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม

โดยไม่ใช้ความรุนแรงด้วย เพื่อเด็กจะได้รู้จักระบายอารมณ์ และมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมต่อไป

### 5. การวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ (Plan & Organize)

คือความสามารถของเด็กในการวางแผนการทำงานอย่างเป็นระบบ มีการตั้งเป้าหมายในการทำงาน รู้จักจัดลำดับความสำคัญของงาน เพื่อให้ตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายที่วางไว้และทำงานได้สำเร็จ ซึ่งเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจะมีปัญหาเรื่องการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบค่อนข้างมาก ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล ดังนี้

“การ plan & organize จะเป็นตัวช่วยให้เด็กสมาธิสั้นมีเป้าหมาย ทำงานได้เป็นระบบ และคงอยู่ในการทำงานจนเสร็จได้ดีขึ้น คือถ้าเขาได้รับการส่งเสริม ได้รับคำแนะนำ มีโครงสร้างให้เขา เขาจะทำงานได้ตามลำดับขั้นตอนจนสำเร็จได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“เด็กสมาธิสั้นนี้ plan & organize ของเขาไม่ดี คือเขาไม่สามารถหยุดนิ่งเพื่อจะนั่งคิดและวิเคราะห์ได้เนะครีบ เพราะฉะนั้น พอเขาวิเคราะห์ไม่ได้ การวางแผนก็จะไม่ค่อยดี ทำงานเสร็จไม่ทัน ซึ่งการทำงานเสร็จไม่ทันนี้เป็นลักษณะหลักเลยละครีบที่คุณครูมักจะบอกว่าเด็กทำงานเสร็จไม่ทันเนื่องมาจาก plan & organize ที่เสียไปเนะครีบ แต่ถ้าเขาได้รับการฝึกฝน เช่น ฝึกคิดเป็นหมวดหมู่ เขาก็สามารถที่จะจัดหมวดหมู่ คิดวางแผนได้ดีขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“เด็กสมาธิสั้นมีปัญหาเรื่องการ plan การ organize การจัดลำดับความสำคัญของสิ่งที่ต้องทำ เรื่อง plan & organize นี้เป็นเรื่องของการทำงานของสมองส่วนหน้าซึ่งเด็กสมาธิสั้นขาดตรงนี้ไป มันก็เลยทำให้การทำงานของเขขาดการวางแผน ขาดระบบระเบียบ ทำให้ทำงานไม่เสร็จเนื่องจากขาดการวางแผนการจัดระบบระเบียบต่าง ๆ จำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนส่งเสริม เช่น ชวนเขาเล่นเกมที่ต้องใช้การวางแผน ต่อตัวต่อ วางบล็อกให้สูง แบบนี้ก็ช่วยได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นมีลักษณะด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบที่ไม่ค่อยดี โดยเด็กไม่สามารถตั้งเป้าหมาย วางแผนการทำงาน จัดลำดับความสำคัญของงานที่ต้องทำ เด็กจึงขาดระบบระเบียบในการทำงาน ทำให้เด็กไม่สามารถทำงานได้สำเร็จทันเวลา เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงควรได้รับการฝึกฝนส่งเสริมลักษณะด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ เช่น ได้รับคำแนะนำในการทำงานอย่างมีโครงสร้าง ได้รับการฝึกฝนให้คิดเป็นหมวดหมู่ ได้ฝึกเล่นเกมที่ต้องใช้การคิดการวางแผนอย่างสม่ำเสมอ ก็จะช่วยเสริมสร้างให้เด็กมีการคิดวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบได้ดีขึ้น รู้จักตั้งเป้าหมายในการทำงาน รวมทั้งหาทางให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่วางไว้และทำงานได้สำเร็จต่อไป

### อภิปรายผล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า ลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการยับยั้ง ด้านความจำขณะทำงาน ด้านความ

ยืดหยุ่นทางการคิด ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ ซึ่งแม้ว่าองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจะมี 5 องค์ประกอบเช่นเดียวกันกับเด็กปฐมวัยที่มีพัฒนาการปกติ แต่เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นนั้นมีลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารที่ล่าช้ากว่า และมีคุณภาพด้อยกว่าทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีพัฒนาการปกติ ดังนั้นการศึกษาเรื่องลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นจึงทำให้ทราบถึงลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็ก อันจะเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กได้อย่างถูกต้องต่อไป ซึ่งข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ สอดคล้องกับการศึกษาของ Chutabhakdikul (2014) ที่ศึกษาเรื่องทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัย พบว่าประกอบด้วย ด้านการยับยั้ง ด้านความจำขณะทำงาน ด้านการเปลี่ยนความคิดเมื่อเงื่อนไขเปลี่ยนไปหรือความยืดหยุ่นทางการคิด ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ และเทียบเคียงได้กับการศึกษาของ Hanmethree (2016) ที่พบองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กวัย 2-5 ปี ว่าประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้านคือ ด้านความจำที่นำมาใช้งาน ด้านการยับยั้งซึ่งใจ ด้านการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรม ด้านความสามารถในการปรับเปลี่ยนเคลื่อนย้ายความคิด และด้านการวางแผนและการดำเนินการเพื่อนำส่วนประกอบสำคัญต่าง ๆ มาเชื่อมต่อกัน ซึ่งผลจากการศึกษานี้ก็เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาของอิสควิท จิโอียา และเอสพี (Isquith, Gioia & Espy, 2007) ที่พบองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กเล็กวัย 2-5 ปีว่าประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ ด้านการยับยั้ง ด้านการปรับเปลี่ยนความคิด ด้านการควบคุมอารมณ์ ด้านความจำขณะทำงาน และด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ ดังนั้นลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น ประกอบด้วย 5 ด้าน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ด้านการยับยั้ง คือ ความสามารถของเด็กในการควบคุมความคิดให้สามารถจดจ่อ สนใจกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้อย่างมีเป้าหมายและคงทน สามารถยับยั้งตนเองไม่ให้วอกแวกกับสิ่งอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง เพื่อจดจ่อกับงานได้จนสำเร็จ รวมทั้งกำกับควบคุมตนเองให้มีความอดกลั้นต่อสิ่งล่อใจต่าง ๆ โดยมีการคำนึงถึงความถูกต้องเหมาะสมเพื่อไม่ให้ตนเองแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกมา ทำให้เด็กสามารถยับยั้งแนวโน้มความอยากที่จะทำพฤติกรรมเดิม ๆ ของตนและเกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม ส่งผลให้เด็กสามารถยับยั้งตนเองไม่ให้ทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมหรือรบกวนผู้อื่น และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ซึ่งเทียบเคียงได้กับแนวคิดของไดมอนด์และคนอื่น ๆ (Diamond, et al., 2007) ที่กล่าวว่า การยับยั้ง คือ การควบคุมความคิดให้สามารถจดจ่อ สนใจกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้อย่างมีเป้าหมายและคงทน สามารถยับยั้งตนเองไม่ให้วอกแวกกับสิ่งอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง รวมทั้งกำกับควบคุมตนเองให้มีความอดกลั้นต่อสิ่งล่อใจต่าง ๆ โดยมีการคำนึงถึงความถูกต้องเหมาะสมเพื่อไม่ให้ตนเองแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกมา ทำให้เด็กสามารถยับยั้งแนวโน้มความอยากที่จะทำพฤติกรรมเดิม ๆ ของตนและเกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม ส่งผลให้เด็กสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ การยับยั้งนี้จึงช่วยให้เด็กสามารถควบคุมความสนใจและการกระทำของตนได้มากกว่าจะถูกควบคุมด้วยสิ่งไร้อารมณ์ต่าง ๆ หรือแนวโน้มที่จะทำพฤติกรรมในรูปแบบเดิม ๆ

ด้านความจำขณะทำงาน คือ ความสามารถของเด็กในการเก็บจดจำข้อมูลไว้ในใจและสามารถจัดการประมวลผลข้อมูลที่มีอยู่ในใจได้ ส่งผลให้เด็กมีความสามารถในการจดจำแผนการของตนเอง จดจำคำสั่งของผู้อื่น สามารถพิจารณาถึงทางเลือกอื่น ๆ และทำการคิดคำนวณในใจได้ สามารถที่จะทำงานได้หลาย ๆ อย่าง รวมทั้งนำสิ่งที่เคยเรียนรู้มาก่อนมาปรับใช้ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเทียบเคียงได้กับแนวคิดของอิสควิท จิโอียา และเอสพี (Isquith, Gioia & Espy, 2007) ที่กล่าวว่า ความจำขณะทำงาน คือ ความสามารถของเด็กในการจำข้อมูลไว้ในใจและสามารถจัดการกับข้อมูลในใจ เพื่อให้การทำงานของตนสำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี และเทียบเคียงได้กับแนวคิดของ Krachaechoem & Kaemkate (2015) ที่กล่าวว่า ความจำขณะทำงานคือความสามารถในการจดจำหรือเก็บรักษาข้อมูลและผสมผสานเชื่อมโยงข้อมูลใหม่กับข้อมูลที่มีอยู่ แล้วประมวลผลข้อมูลภายในใจได้แม้ว่ากำลังมีสถานการณ์ที่วุ่นอยู่

ด้านความยืดหยุ่นทางการคิด คือ ความสามารถของเด็กในการปรับเปลี่ยนความคิดและการกระทำของตนเองได้อย่างคล่องแคล่วยืดหยุ่นหลากหลาย ให้มีความเหมาะสมกับสถานการณ์หรือลำดับความสำคัญที่เปลี่ยนไปจากเดิม สามารถปรับเปลี่ยนมุมมองโดยมองจากหลาย ๆ มุมที่จะทำให้คิดแตกต่างไปจากเดิม ไม่ยึดติดกับความคิดแบบเดิม ๆ ซ้ำ ๆ สามารถคิดนอกกรอบได้ เพื่อให้ตนเองสามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ซึ่งเทียบเคียงได้กับแนวคิดของไดมอนด์ และคนอื่น ๆ (Diamond et al., 2007) ที่กล่าวว่า ความยืดหยุ่นทางการคิด คือ ความสามารถในการปรับเปลี่ยนความคิดและการกระทำได้อย่างรวดเร็วเหมาะสมกับความต้องการและลำดับของความสำคัญที่เปลี่ยนไป รวมทั้งมีความสามารถที่จะปรับเปลี่ยนมุมมอง คิดพิจารณาในแง่มุมมองอื่น ๆ และคิดนอกกรอบได้ และเทียบเคียงได้กับแนวคิดของกิลเบิร์ต และเบอร์เจส (Gilbert & Burgess, 2008) ที่กล่าวว่า ความยืดหยุ่นทางการคิด คือการคิดแบบยืดหยุ่น สามารถหาทางออกใหม่ ๆ ได้หลากหลาย ไม่ติดอยู่กับกรอบความคิดความเคยชินเดิม ๆ ซ้ำ ๆ แต่สามารถปรับความคิดของตนได้อย่างเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป เมื่อเด็กอยู่ในสถานการณ์ใหม่ ๆ ที่ไม่คุ้นเคย เช่น การเจอคนใหม่ ๆ การเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่ไม่เคยทำ หรือการเจอกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด ไม่เป็นไปตามที่หวัง เด็กก็ยังสามารถปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมได้อย่างยืดหยุ่น มีการปรับตัวที่ดี รู้จักอดทนแก้ไขปัญหา ไม่ล้มเลิกหือถอยต่ออุปสรรคปัญหาต่าง ๆ ได้โดยง่าย

ด้านการควบคุมอารมณ์ คือ ความสามารถของเด็กในการปรับเปลี่ยนควบคุมอารมณ์ของตน เพื่อให้มีการแสดงออกที่เหมาะสมกับสถานการณ์ ทำให้เด็กสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี สามารถบอกได้ว่าตนเองรู้สึกอย่างไร และควรจัดการกับความรู้สึกอย่างไร เพื่อให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม เมื่อโกรธผิดหวังเสียใจก็ใช้เวลาไม่นานในการกลับคืนสู่ภาวะอารมณ์ปกติ ซึ่งเทียบเคียงได้กับแนวคิดของ Chutabhakdikul (2014) ที่กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ให้แสดงออกอย่างเหมาะสมตามบริบทหรือสถานการณ์ ในขณะนั้น และเทียบเคียงได้กับแนวคิดของ Hanmethae (2016) ที่กล่าวว่า การควบคุมอารมณ์ คือ ความสามารถในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม ไม่แสดงไปตามอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้น เด็กสามารถบอกตนเองได้ว่ากำลังรู้สึกอย่างไร และควรจัดการอย่างไรในสถานการณ์นั้น ๆ

ด้านการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ คือ ความสามารถของเด็กในการวางแผนการทำงานอย่างเป็นระบบเป็นขั้นตอน มีการตั้งเป้าหมายในการทำงาน สามารถคิดหาวิธีการทำงานที่เหมาะสม

เริ่มต้นลงมือทำงานได้ด้วยตนเอง รู้จักจัดลำดับความสำคัญของงาน สามารถมองภาพรวมของงานและคาดการณ์ผลที่จะตามมาเพื่อให้ตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายที่วางไว้และทำงานได้สำเร็จ ซึ่งเทียบเคียงได้กับแนวคิดของอิสควิท จิโอียา และเอสพี (Isquith, Gioia & Espy, 2007) ที่กล่าวว่า การวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ คือความสามารถของเด็กในการวางแผนจัดการกับงานต่าง ๆ อย่างเป็นระบบ เช่น การตั้งเป้าหมาย การทำงานเป็นขั้นเป็นตอน เพื่อให้สามารถทำงานบรรลุเป้าหมายได้สำเร็จ และเทียบเคียงได้กับแนวคิดของ Hanmethree (2016) ที่กล่าวว่า การวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ คือ การวางแผนและการดำเนินการวางแผนเพื่อนำส่วนประกอบสำคัญต่าง ๆ มาเชื่อมต่อกัน เช่น การตั้งเป้าหมาย การเห็นภาพรวมของงาน การกำหนดกิจกรรม ฯลฯ กับ การดำเนินการ คือ การแตกเป้าหมายให้เป็นขั้นตอน กระบวนการ และมีการดำเนินการตั้งแต่จุดเริ่มต้นไปจนถึงจุดหมายปลายทางด้วยวิธีการที่มีประสิทธิภาพจนบรรลุตามวัตถุประสงค์

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะด้านวิชาการ

1.1 ข้อค้นพบที่ได้จากการวิจัยนี้เป็นองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับลักษณะและองค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น ซึ่งผู้ที่สนใจศึกษาในเรื่องนี้สามารถนำองค์ความรู้นี้มาใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นได้ต่อไป อย่างไรก็ตาม ควรทำการศึกษาในเด็กปฐมวัยก่อนว่าเด็กมีความต้องการที่จะเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารในองค์ประกอบด้านใดเป็นพิเศษหรือไม่ เพราะเด็กแต่ละคนอาจมีความจำเป็นที่ต้องพัฒนาแตกต่างกัน

1.2 จากผลการวิจัยพบว่า ลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นสามารถพัฒนาให้ดีขึ้นได้ด้วยกิจกรรมการเล่นที่มีความเหมาะสมต่อการเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กในด้านต่าง ๆ จึงควรมีการศึกษาในเรื่องนี้ต่อไปอย่างละเอียด เพื่อเป็นประโยชน์ทางวิชาการในด้านการเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารให้แก่เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นต่อไป

### 2. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

2.1 ด้านการบริการ จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถนำมาพัฒนาเป็นแบบวัดทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น ซึ่งแบบวัดที่ได้สามารถช่วยให้ผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการดูแลและพัฒนาเด็กปฐมวัย นำมาประเมินทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.2 ด้านการวิจัย จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการจัดทำโปรแกรมเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารให้แก่เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น เพื่อช่วยลดภาวะสมาธิสั้นของเด็ก และช่วยส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กให้พัฒนาได้ดีขึ้นต่อไป

### 3. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรศึกษาและหารูปแบบที่เหมาะสมในการสร้างโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างทักษะการคิดเชิงบริหารให้แก่เด็กปฐมวัยที่มีภาวะสมาธิสั้น

3.2 ควรศึกษาลักษณะของทักษะการคิดเชิงบริหารของเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นในช่วงวัยอื่น ๆ ซึ่งอาจจะมีลักษณะ องค์ประกอบ และความต้องการที่จะพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารที่แตกต่างกัน

### References

- Blair, C. (2016). Executive Function and Early Childhood Education. **Current Opinion in Behavioral Sciences**. 10: 102-107.
- Boon-yasidhi, V., et al. (2010). **nāoṭhāṅ wēt patibatkān dulaē raksā phūpūai rōk samāthi san radap rōṅphayabān c̄hangwat samrap kumān phāēt** [Guidelines for the Medical Practice of ADHD Patients at Provincial Hospitals for Pediatricians]. Bangkok: Pediatric Society of Thailand.
- Brocki, K., et al. (2010). Interrelations between Executive Function and Symptoms of Hyperactivity Impulsivity and Inattention in Preschoolers A Two Year Longitudinal Study. **Abnormal Child Psychology**. 38: 163-171.
- Byrne, J. M., Dewolfe, N. A., & Bawden, H. N. (1998). Assessment of attention-deficit hyperactivity disorder in preschoolers. **Child Neuropsychology**. 4: 49-66.
- Castellanos, F. X., et al. (2006). Characterizing Cognition in ADHD: Beyond Executive Dysfunction. **Trends in Cognitive Sciences**. 10(3): 117-123.
- Chutabhakdikul, N. (2014). **kān khit choēṅ boṛihān** [Executive Functions]. Bangkok: Faculty of Education Srinakharinwirot University.
- Diamond, A., et al. (2007). Preschool Programs Improves Cognitive Control. **Science**. 318: 1-24.
- Friedman, N. P., et al. (2007). Greater Attention Problems during Childhood Predict Poorer Executive Functioning in Late Adolescence. **Psychological Science**. 18(10): 893-900.
- Gilbert, S. J., & Burgess, P. W. (2008). Executive Function. **Current Biology**. 18(3): 110-114.
- Hanmethree, S. (2016). **thaksa samōṅg phūā chīwīt thī samret** [Brain Skills for Successful Life]. Retrieved from <https://bit.ly/2XgezAZ>
- Isquith, P. K., Gioia, G. A., & Espy, K. A. (2007). Executive Function in Preschool Children: Examination through Everyday Behavior. **Developmental Neuropsychology**. 26(1): 403-422.
- Ketumarn, P., Hataiyusuk, H., Pornnoppadol, C., & Apinuntavech, S. (2016). **kānsuksā khwām chuk khōṅ rōk samāthi san læ patchai thī kiēokhōṅ khōṅ wairun nai sūn rāēk rap dek læ yaowachon chāi bān mettā** [Prevalence and Factors Associated with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder in Male Juvenile Delinquent of Metta Remand Home]. **Journal of the Phychiatric Association of Thailand**. 61(1): 27-39.
- Krachaechoem, P. & Kaemkate, W. (2015). **kānphatthana khruāṅmū chatkān khūāpkhum khwāmkhīt khōṅ nakriān matthayommasuksā tōṅ ton** [The



- Development of Cognitive Control Scale for Secondary School Students].  
**Online Journal of Education.** 10(1): 249-261.
- Pornnoppadol, C., Piyasilp, V., Jittorn, J., & Chanpen, S. (2014). kānphatthanā bāēp̄ khat krōng rōk samāthi san nai dek læ wairun Thai ‘āyura wāng sām - sippāēt pī [The Development of Screening Scales for Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Thai Children and Adolescents Age of 3-18 Years].  
**Journal of the Phychiatric Association of Thailand.** 59(4): 335-354.
- Prager, E. O., Sera, M. D., & Carlson, S. M. (2016). Executive Function and Magnitude Skills in Preschool Children. **Journal of Experimental Child Psychology.** 147 (2016): 126-139.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). **Synopsis of Psychiatry.** 11<sup>th</sup>ed. New York: Wolters Kluwer.
- Saengsawang, T. (2016). kānphatthanā tuā bongchī thaksa kānbōrihān kān rūkhit ‘ārom læ phruttkam samrap nakriān chan prathomsuksā [A Development of Executive Function Skills Indicators for Elementary Students]. **BU Academic Review.** 15(1); 14-28.
- Serpell, Z. N, & Esposito, A. G. (2016). Development of Executive Functions: Implication for Educational Policy and Practice. **Behavioral and Brain Sciences.** 3(2): 203-210.
- Shaul, S., & Schwartz, M. (2014). The Role of the Executive Functions in School Readiness among Preschool-Age Children. **Springer Science.** 27 (2014): 749-768.
- Skogan, A. H. (2015). **Executive Function in Young Preschool Children with Symptoms of ADHD.** Dissertation, Ph.D. Oslo: University of Oslo. Photocopied.
- Skogan, A. H., et al. (2015). Parent Ratings of Executive Function in Young Preschool Children with Symptoms of Attention-Deficit/-Hyperactivity Disorder. **Behavioral and Brain Functions.** 11(16): 1-11.
- Tamm, L., Nakonezny, P. A., & Hughes, C. (2014). An Open Trial of a Metacognitive Executive Function Training for Young Children with ADHD. **Journal of Attention Disorders.** 18(6): 551-559.
- Thibodeau, R. B., et al. (2016). The Effects of Fantastical Pretend-Play on the Development of Executive Functions: An Intervention Study. **Journal of Experimental Child Psychology.** 145(2016): 120-128.
- Tirakanan, S. (2013). **sathiti læ kānwichai thāngkān suksā būāngton** [Introduction to Statistics and Research in Education]. 10<sup>th</sup> Edition. Bangkok: Ramkhamhaeng University Press.

- Visanuyothin, T., et al. (2013). khwām chuk rōk samāthi san nai prathēt Thai [The prevalence of attention deficit/hyperactivity disorder in Thailand]. **Journal of Mental Health of Thailand**. 21(2): 66-75.
- Wahlstedt, C., Thorell, L. B., & Bohlin, G. (2008). ADHD Symptoms and Executive Function Impairment: Early Predictors of Later Behavioral Problems. **Developmental Neuropsychology**. 33: 160-178.
- Willcutt, E. G., et al. (2005). Validity of the Executive Function Theory of Attention-Deficit/ Hyperactivity Disorder: A Meta-Analytic Review. **Biological Psychiatry**. 57: 1336-1346.