

ผลการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะ

THE EFFECT OF SELF-CARE PRACTICE ON SELF-CARE
BEHAVIOR OF TODDLER

วิมล ตั้งตระกูลพานิช รณิดา เชยชุม และพัฒนา ชัชพงศ์

Wimol Tangtrakoolpanish, Ranida Cheuychoom, and Patana Chutpong

หลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาระดับปฐมวัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จังหวัดกรุงเทพฯ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองในช่วงระยะเวลาที่เพิ่มขึ้น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ เด็กวัยเตาะแตะชาย - หญิง อายุระหว่าง 2 – 3 ปี ที่กำลังเรียนอยู่ในบ้านต้นกล้าเนอร์สเซอรี่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 15 คน ได้มาโดยทำการสังเกตและบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แล้วคัดเลือกเด็กวัยเตาะแตะที่มีคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง 15 อันดับสุดท้ายเป็นกลุ่มตัวอย่าง แบบแผนการวิจัยเป็นแบบสลับกลับ (A-B-A Design) ทดลองสัปดาห์ละ 4 วันวันละ 30 นาที รวมระยะเวลาในการทดลอง 10 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองและแบบสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (One-way analysis of variance : repeated measure) และ t-test for Dependent Sample

ผลการวิจัย พบว่า เด็กวัยเตาะแตะก่อนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองและระหว่างการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองในแต่ละช่วงสัปดาห์มีคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยเฉลี่ยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงระหว่างช่วงสัปดาห์พบว่า คะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยเฉลี่ยรวมมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ABSTRACT

The purposes of this research were to investigate the changes score level of toddler's self-care behavior used self-care practice in each week. The subjects were 15 boys and girls in nursery , second semester, academic year 2014 of Banntonkla Nursery, The children were tested with using self-care behavior for toddler's test. Fifteen children with low scores in using self-care behavior testing were appointed to be the research sample. The sample experienced self-care practice for 10 consecutive weeks, 4 days per week and 30 minutes per day. The research instruments were self-care practice and using self-care behavior for toddler's test.

The data were analyzed by one-way analysis of variance : repeated measure and t-test dependent sample.

The results the research revealed that before and during the self-care practice in each week, the total average scores of toddler's self-care behavior were different with statistical significance at the level of .01. When analyzing the changes between weeks, it was found that the average scores of their self-care behavior were positively changed with statistical significance at the level of .01

คำสำคัญ

เด็กวัยเตาะแตะ พฤติกรรมการการดูแลตนเอง การช่วยเหลือตนเอง

ความสำคัญของปัญหา

ในการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าขึ้น ทรัพยากรบุคคลถือได้ว่ามีความสำคัญมากที่สุด เนื่องจากบุคคลเป็นผู้มีสติปัญญา มีความสามารถในการคิด ประดิษฐ์สิ่งต่างๆ หรือนวัตกรรมใหม่ๆ ได้ตลอดเวลา ดังนั้น หากบุคคลได้ใช้สติปัญญาไปในทางที่สร้างสรรค์หรือถูกต้องแล้ว ก็จะเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติได้ และการที่บุคคลจะรู้จักคิดและประพฤติตนไปในทางที่ถูกต้องดังกล่าวนั้นย่อมเกิดจากการอบรมสั่งสอนซึ่งเน้นคุณธรรม จริยธรรมจากผู้ใหญ่ตั้งแต่ยังเยาว์วัย ดังที่ มอนเตสซอรี กล่าวว่า เราสามารถสร้างสังคมที่ดีและก้าวหน้าของโลกขึ้นมาใหม่ได้โดยการให้การศึกษาแก่เด็ก เพราะเด็กในวันนี้คือผู้ใหญ่ในวันหน้า เด็กเป็นเครื่องมือสำคัญในการเปลี่ยนแปลงสังคมและแก้ไขปัญหาปัจจุบันได้ (จิระพันธุ์ พูลพัฒน์, 2544)

สำหรับประเทศไทยแล้วการเลี้ยงดูและอบรมเด็กให้เป็นเด็กที่มีคุณภาพยังเป็นปัญหาอยู่มาก เนื่องจากการขาดหรือผู้ที่เลี้ยงดูเด็กขาดความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติในการอบรมเลี้ยงดูที่ถูกต้อง (สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์, 2530) พ่อแม่ส่วนใหญ่จะใช้ประสบการณ์และความเชื่อของตนเป็นแนวทางปฏิบัติในการอบรมเลี้ยงดูลูก เช่น ความคิดที่ว่า การช่วยเหลือลูกในทุกๆ สิ่ง เป็นการแสดงออกถึงความรักของพ่อแม่ ซึ่งปรัชญาชีวิต ตัวอย่างวิธีการคิด หรือวิธีการมองชีวิตของพ่อแม่เป็นรากฐานในการกำหนดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ให้ลูก (สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์, 2550)

การที่ผู้ใหญ่ช่วยเหลือเด็กมากเกินไป จนทำให้เด็กเคยชินกับการให้คนมาช่วยในทุกๆ สิ่ง และเด็กก็รู้ตัวว่าตัวเองจะไม่ยอมทำอะไรถ้าไม่มีผู้ใหญ่อยู่ด้วย เมื่อความช่วยเหลือลดลงเด็กจะเลือกใช้วิธีร้องไห้ อาละวาด พยายามดึงผู้ช่วยเหลือกลับคืนมา ผลก็คือ เด็กจะติดเป็นนิสัย ทำให้ติดกับการพึ่งพาคนอื่น ขาดความมั่นใจในตนเอง การใช้มือไม่คล่องแคล่ว ขาดทักษะที่จะคิดแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่มีอยู่ มีปัญหาในการเข้าสังคม เพราะเด็กจะยึดติดกับผู้ใหญ่ที่เด็กเห็นว่าช่วยแก้ปัญหาได้มากกว่าที่จะใช้เวลาอยู่กับเด็กด้วยกัน และเด็กที่ไม่ยอมช่วยเหลือตนเองมักติดกับความรักสบาย ทำให้ทักษะในการเล่นมีน้อย ร้องไห้เก่ง ปรับตัวไม่เป็น อาจพบว่าผลการเรียนต่ำกว่าความสามารถ ทั้งนี้เนื่องจากเด็กมักจะคิดแก้ปัญหาไม่เก่ง คิดช้าและคิดได้ไม่หลากหลายวิธี การทำงาน เขียนหนังสือช้า และมีความรับผิดชอบในด้านต่างๆ ของตนเองต่ำ ตลอดจนสัมพันธ์ภาพระหว่าง พ่อ แม่ ลูกไม่ดี เพราะเมื่อเด็กโตขึ้นผู้ใหญ่มักจะทนพฤติกรรมที่เด็กไม่รู้จักช่วยเหลือตนเองไม่ได้ และอาจแสดงความ

ราคาออกมาชัดเจน (วินัดดา ปิยะศิลป์, 2556) นับเป็นความอ่อนแอของสถาบันครอบครัวในการทำหน้าที่อบรมเลี้ยงดูลูก ทำให้เกิดเป็นปัญหาต่างๆ ขึ้นในสังคมถึงขั้นวิกฤติ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการสอนในระดับเด็กวัยเตาะแตะ พบว่า เด็กวัยเตาะแตะขาดทักษะการช่วยเหลือตนเอง เนื่องจาก พ่อแม่ส่วนใหญ่เป็นพ่อแม่มือใหม่มีลูกเพียง 1-2 คน จึงขาดประสบการณ์ในการเลี้ยงดูลูก ทำให้เลี้ยงลูกผิดวิธีด้วยการทำให้ลูกเกือบทุกอย่าง ประกอบกับการไม่มีเวลาในการฝึกฝนเด็กเท่าที่ควร แต่การช่วยเหลือตนเองเป็นทักษะที่ต้องฝึกทำซ้ำและทำต่อเนื่อง การที่เด็กสามารถช่วยเหลือตนเองได้ตามวัยตั้งแต่เล็กเปรียบเหมือนการวางรากฐานชีวิตให้กับเด็ก เพราะเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนที่เด็กจะไปใช้ชีวิตประจำวันในโรงเรียนอนุบาล ซึ่งเด็กต้องช่วยเหลือตนเองได้ดีพอสมควร หากเด็กทำได้ไม่ดีย่อมส่งผลให้เด็กเป็นเด็กที่ขาดความมั่นใจได้ ด้วยเหตุผลนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาผลการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองว่าส่งผลต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะอย่างไร ซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้จะเป็นแนวทางให้กับครู พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก ตลอดจนผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับเด็กวัยเตาะแตะได้นำไปประยุกต์ใช้เป็นประโยชน์ในการพัฒนาเด็กต่อไป

โจทย์วิจัย/ปัญหาวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาตัวแปรที่บ่งชี้ ปัญหาการวิจัย คือ พฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองในช่วงระยะเวลาที่เพิ่มขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่อย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองในช่วงระยะเวลาที่เพิ่มขึ้น

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร เป็นเด็กวัยเตาะแตะชาย - หญิง อายุระหว่าง 2 – 3 ปี ที่กำลังเรียนอยู่ในบ้านต้นกล้าเนอร์สเซอรี่ เขตสะพานสูง กรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 20 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นเด็กวัยเตาะแตะชาย - หญิง อายุระหว่าง 2 – 3 ปี ที่กำลังเรียนอยู่ในบ้านต้นกล้าเนอร์สเซอรี่ เขตสะพานสูง กรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 15 คน ได้มาโดยทำการสังเกตและบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แล้วคัดเลือกเด็กวัยเตาะแตะที่มีคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง 15 อันดับสุดท้ายเป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 1) การฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง และ 2) แบบสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะ

3. การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

3.1 การสร้างแผนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง มีลำดับขั้นตอนดังนี้

3.1.1 ศึกษาหลักสูตร มุ่งหมาย คุณลักษณะตามวัย จากตำรา ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือตนเองของเด็กวัยเตาะแตะ

3.1.2 สร้างแผนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง

3.1.3 หาคุณภาพเครื่องมือ โดยเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญตรวจพิจารณา จำนวน 3 คน ได้แก่ อาจารย์ผู้ทำงานเกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาปฐมวัยจำนวน 2 คน และครูประจำการที่มีประสบการณ์ในการสอนระดับเด็กวัยเตาะแตะจำนวน 1 คน

3.1.4 ปรับปรุง แก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ ชื่อแผนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง เพลงให้มีเนื้อร้องสอดคล้องกับกิจกรรม สื่อที่ใช้ให้เหมาะสมกับแผนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง และปรับปรุงการใช้ภาษาให้ชัดเจน

3.1.5 นำแผนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองไปทดลองใช้กับเด็กที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง

3.1.6 จัดทำแผนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง

3.2 การสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะ มีลำดับขั้นตอนดังนี้

3.2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเอง

3.2.2 เลือกรายการแบบสังเกตให้เหมาะสมและครอบคลุมกับพัฒนาการการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะ

3.2.3 สร้างแบบสังเกตที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การทำความสะอาดร่างกาย การดื่ม การรับประทานอาหาร และการแต่งกาย จำนวนทั้งหมด 16 ข้อ

3.2.4 สร้างคู่มือในการดำเนินการสังเกต

3.2.5 หาคุณภาพแบบสังเกตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ได้แก่ อาจารย์ผู้ทำงานเกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาปฐมวัย จำนวน 2 คน และครูประจำการที่มีประสบการณ์ในการสอนระดับเด็กวัยเตาะแตะจำนวน 1 คน เพื่อพิจารณาเกี่ยวกับความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ความเหมาะสมของแบบสังเกต (IOC) โดยใช้เกณฑ์คุณภาพตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป

3.2.6 ปรับปรุงแก้ไขแบบสังเกตตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

3.2.7 หาความเชื่อมั่น โดยดัชนีความสอดคล้องของผู้สังเกต $RAI = 0.99$

3.2.8 จัดทำแบบสังเกตฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างในการทดลอง

4. วิธีการดำเนินการทดลอง สังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะก่อนการทดลอง 2 สัปดาห์ จากนั้นใช้การฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองแล้วสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ และมีการสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะหลังการทดลองอีก 2 สัปดาห์ ลักษณะของแบบแผนการทดลองดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลองแบบ A-B-A Design

ก่อนการทดลอง	ขณะการทดลอง	หลังการทดลอง
O_1O_2	$X_1 O_3X_2 O_4X_3 O_5X_4 O_6X_5 O_7X_6 O_8$	O_9O_{10}

ความหมายของสัญลักษณ์

O_1O_2 แทน การสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะก่อนการทดลอง

X แทน การฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง

$O_3O_4O_5O_6O_7O_8$ แทน การสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะระหว่างการทดลอง

O_9O_{10} แทน การสังเกตพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะหลังการทดลอง

5. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่ ค่าความเที่ยงตรงโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง(IOC) ค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องของผู้สังเกต(RAI)

5.2 ใช้สถิติพื้นฐาน คือ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

5.3 วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะในแต่ละช่วงสัปดาห์ โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (One-way analysis of variance : repeated measure)

5.4 วิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะโดยใช้ t-test for Dependent Sample

ผลการวิจัย

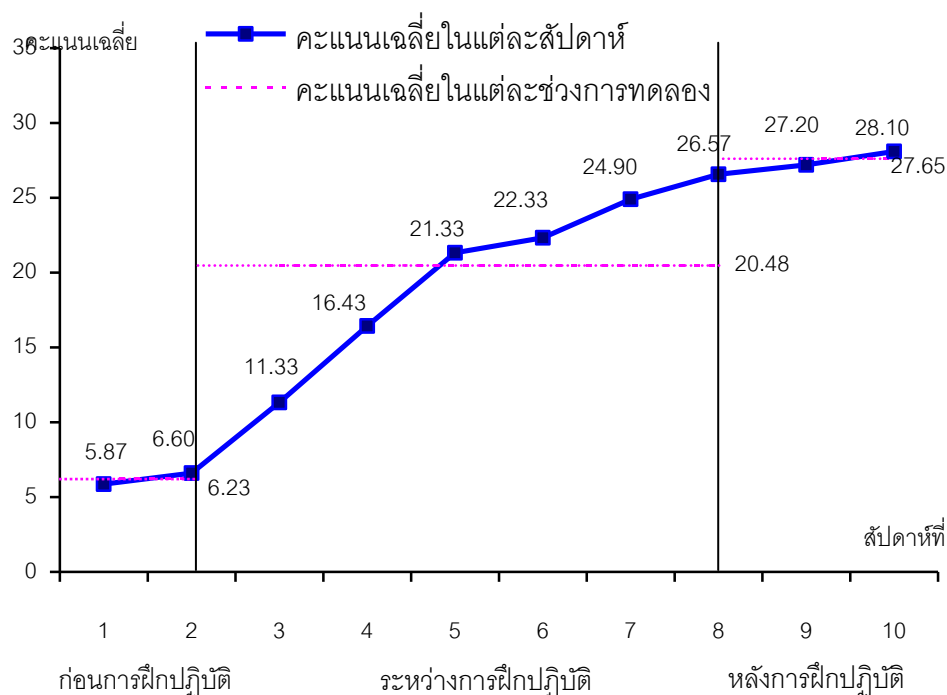
ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองโดยรวม

1.1 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะโดยรวม ผลการวิจัยพบว่า หลังการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองเด็กวัยเตาะแตะมีคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองโดยรวมเฉลี่ยสูงกว่าก่อนฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง และคะแนนเฉลี่ยในแต่ละช่วงสัปดาห์มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามลำดับดังแสดงผลในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง

แบบแผนการทดลอง	ระยะเวลาจัดกิจกรรม (สัปดาห์ที่)	$\bar{X}$	S.D.
A1	1	5.87	3.23
	2	6.60	3.71
	ก่อนฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง	6.23	3.44
B	3	11.33	3.74
	4	16.43	4.49
	5	21.33	3.86
	6	22.33	3.94
	7	24.90	2.93
	8	26.57	2.92
	ระหว่างฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง	20.48	6.32
A2	9	27.20	1.77
	10	28.10	1.99
	หลังฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง	27.65	1.91



ภาพที่ 1 แสดงเส้นภาพแสดงคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะโดยรวมที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง

1.2 การวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะโดยรวมที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยพบว่า คะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะโดยรวม

เฉลี่ยที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง แต่ละสัปดาห์มีความแปรปรวนแบบวัดซ้ำแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงผลในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำโดยรวมของพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
ระหว่างสัปดาห์	9753.533	3.479	2803.440	228.586**	.000
ความคลาดเคลื่อน	597.367	48.708	12.264		

** แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

1.3 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงโดยรวมของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง โดยใช้ t-test for Dependent Sample ผลการวิจัยพบว่า หลังการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะโดยรวมแต่ละสัปดาห์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 ยกเว้นในสัปดาห์ที่ 9 มีค่าเฉลี่ยคะแนนเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงผลในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การเปลี่ยนแปลงโดยรวมของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง

การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างสัปดาห์	D	t	p
สัปดาห์ที่ 1 กับ สัปดาห์ที่ 2	0.73	2.582*	.022
สัปดาห์ที่ 2 กับ สัปดาห์ที่ 3	4.73	8.973**	.000
สัปดาห์ที่ 3 กับ สัปดาห์ที่ 4	5.10	6.889**	.000
สัปดาห์ที่ 4 กับ สัปดาห์ที่ 5	4.90	10.292**	.000
สัปดาห์ที่ 5 กับ สัปดาห์ที่ 6	1.00	2.382*	.032
สัปดาห์ที่ 6 กับ สัปดาห์ที่ 7	2.57	2.816*	.014
สัปดาห์ที่ 7 กับ สัปดาห์ที่ 8	1.67	4.122**	.001
สัปดาห์ที่ 8 กับ สัปดาห์ที่ 9	0.63	0.893	.387
สัปดาห์ที่ 9 กับ สัปดาห์ที่ 10	0.90	4.583**	.000

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

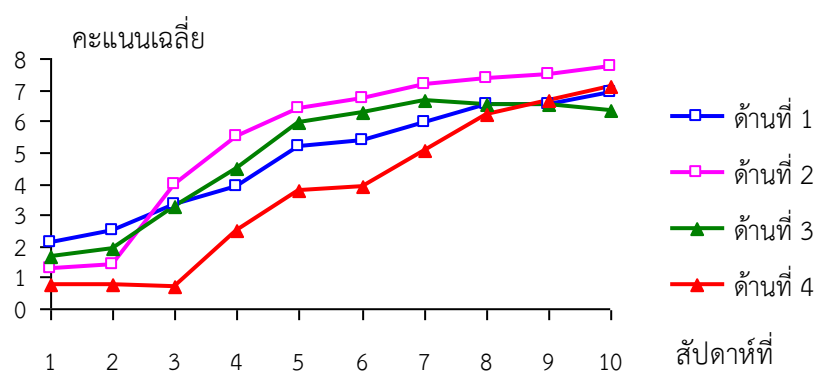
** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองจำแนกเป็นรายด้าน

2.1 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองจำแนกเป็นรายด้าน ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะหลังฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองสูงกว่าก่อนฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองทุกด้าน ดังแสดงผลในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองจำแนกเป็นรายด้าน

แบบแผนการ	สัปดาห์ที่	ด้าน 1		ด้าน 2		ด้าน 3		ด้าน 4	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
A1	1	2.13	1.34	1.27	1.10	1.67	0.67	0.80	0.94
	2	2.47	1.32	1.43	1.08	1.90	0.91	0.80	1.08
	ก่อนฝึกปฏิบัติ	2.30	1.32	1.35	1.08	1.78	0.80	0.80	1.00
B	3	3.33	1.59	4.00	1.15	3.27	1.10	0.73	1.44
	4	3.93	1.67	5.53	1.55	4.50	0.71	2.47	2.17
	5	5.20	1.08	6.40	1.47	5.93	1.18	3.80	1.51
	6	5.40	1.34	6.73	0.96	6.27	1.03	3.93	2.02
	7	5.97	0.85	7.20	0.94	6.67	0.79	5.07	1.74
	8	6.50	0.91	7.33	0.90	6.53	0.69	6.20	1.89
	ระหว่างฝึก	5.06	1.66	6.20	1.63	5.53	1.54	3.70	2.49
A2	9	6.53	0.72	7.47	0.52	6.53	0.92	6.67	0.98
	10	6.93	0.88	7.73	0.46	6.33	1.10	7.10	0.81
	หลังฝึกปฏิบัติ	6.73	0.82	7.60	0.50	6.43	1.00	6.88	0.91



ภาพที่ 2 แสดงเส้นภาพแสดงการเปลี่ยนแปลงของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองเปรียบเทียบรายด้าน

2.2 การวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองจำแนกเป็นรายด้าน โดยใช้สถิติการวิเคราะห์

ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยพบว่า หลังการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองคะแนนพฤติกรรม การดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะแยกรายด้านของแต่ละสัปดาห์ ทุกด้านมีความแปรปรวนแบบวัดซ้ำแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงผลในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองจำแนกเป็นรายด้าน

พฤติกรรมการดูแลตนเอง	แหล่ง	SS	Df	MS	F	p
ด้านที่ 1	ระหว่างสัปดาห์	416.527	3.879	107.380	62.856**	.000
	ความคลาดเคลื่อน	92.773	54.306	1.708		
ด้านที่ 2	ระหว่างสัปดาห์	812.202	3.468	234.180	142.272**	.000
	ความคลาดเคลื่อน	79.923	48.556	1.646		
ด้านที่ 3	ระหว่างสัปดาห์	535.393	3.628	147.578	101.694**	.000
	ความคลาดเคลื่อน	73.707	50.790	1.451		
ด้านที่ 4	ระหว่างสัปดาห์	834.802	3.684	226.582	95.466**	.000
	ความคลาดเคลื่อน	122.423	51.580	2.373		

** แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.3 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองจำแนกเป็นรายด้าน โดยใช้ t-test for Dependent Sample ผลการวิจัยพบว่า

ด้านที่ 1 ด้านการทำความสะอาดร่างกาย พฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะในสัปดาห์ที่ 5 มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากช่วงสัปดาห์ที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในสัปดาห์ที่ 2, 3, 4, 8 และ 10 มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากช่วงสัปดาห์ที่ 1, 2, 3, 7 และ 9 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ด้านที่ 2 ด้านการดื่ม พฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะในสัปดาห์ที่ 3, 4 และ 5 มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากช่วงสัปดาห์ที่ 2, 3 และ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนคู่อื่นๆ เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ด้านที่ 3 ด้านการรับประทานอาหาร พฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะในสัปดาห์ที่ 3, 4 และ 5 มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากช่วงสัปดาห์ที่ 2, 3 และ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนคู่อื่นๆ เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ด้านที่ 4 ด้านการแต่งกาย พฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะในสัปดาห์ที่ 4, 5 และ 8 มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากช่วงสัปดาห์ที่ 3, 4 และ 7 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในสัปดาห์ที่ 7 และ 10 มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากช่วงสัปดาห์ที่ 6 และ 9 อย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงผลในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 การเปลี่ยนแปลงของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองจำแนกเป็นรายด้าน

การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างสัปดาห์	t			
	ด้านที่ 1	ด้านที่ 2	ด้านที่ 3	ด้านที่ 4
สัปดาห์ที่ 1, สัปดาห์ที่ 2	2.467*	1.784	1.606	.000
สัปดาห์ที่ 2, สัปดาห์ที่ 3	2.941*	8.783**	5.444**	.323
สัปดาห์ที่ 3, สัปดาห์ที่ 4	2.201*	4.514**	5.819**	4.133**
สัปดาห์ที่ 4, สัปดาห์ที่ 5	4.461**	3.452**	5.891**	4.339**
สัปดาห์ที่ 5, สัปดาห์ที่ 6	.777	1.625	1.468	.351
สัปดาห์ที่ 6, สัปดาห์ที่ 7	1.996	1.974	1.157	2.558*
สัปดาห์ที่ 7, สัปดาห์ที่ 8	2.615*	1.468	.774	4.015**
สัปดาห์ที่ 8, สัปดาห์ที่ 9	.180	.807	.000	1.164
สัปดาห์ที่ 9, สัปดาห์ที่ 10	2.347*	1.468	2.103	2.229*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

เมื่อพิจารณาระดับคะแนนโดยรวม ก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองมีคะแนนพฤติกรรมดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะโดยรวมแตกต่างกัน คือ หลังการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง ทั้งนี้เนื่องจาก

1. การฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองของเด็กวัยเตาะแตะเป็นการฝึกให้เด็กได้รู้จักช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันในสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง โดยคำนึงถึงพัฒนาการด้านการช่วยเหลือตนเองของเด็กอายุ 2-3 ปี เช่น การใช้ช้อนตักอาหารเอง แต่งตัวเอง ล้างมือได้เอง เป็นต้น เพราะการที่เด็กดูแลตนเองได้ในชีวิตประจำวัน เด็กจะรู้สึกว่าการทำตนเองได้นำไปสู่ความรู้สึกมั่นคงและเป็นสุข ซึ่งตรงกับหลักทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของอีริกสัน (นันทิยา น้อยจันทร์, 2549) กล่าวว่า เด็กอายุ 1-3 ปี เป็นวัยที่เริ่มเรียนรู้ที่จะช่วยตัวเอง ถ้าได้รับการฝึกและส่งเสริมที่เหมาะสม เด็กจะมีความมั่นใจในตนเอง

2. ในการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองของเด็กวัยเตาะแตะจัดให้สอดคล้องกับการเรียนรู้ของเด็กวัยเตาะแตะ คือ เด็กได้เป็นผู้ลงมือกระทำ ได้เรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้เคลื่อนไหวผ่านกิจกรรมและสื่อการสอนที่หลากหลายมีความเชื่อมโยงกันทำให้เด็กเข้าใจได้ง่าย ด้วยการร้องเพลงประกอบท่าทาง การสนทนาเกี่ยวกับภาพ การสาธิต การเล่นเกม และการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ดวงพร ทองขุ่ม (2550) ศึกษา คู่มือพัฒนาความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่า คู่มือพัฒนาความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัยทำให้เด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่ 1 และ 2 มีความรับผิดชอบเพิ่มขึ้น เนื่องจากคู่มือพัฒนาความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัยประกอบ

ไปด้วยกิจกรรมที่หลากหลาย มีความเหมาะสมกับวัยของเด็ก เป็นกิจกรรมที่เด็กชอบและเด็กได้ฝึกทักษะการฟัง การคิด การแก้ปัญหา การติดตามเรื่องราวแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและการทำงานร่วมกัน โดยมีเทคนิคการเล่นิทาน บทบาทสมมติ และเกม ซึ่งสามารถช่วยให้เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการทางจริยธรรมด้านความรับผิดชอบสูงขึ้นได้ ดังที่ สิริมา ภิญโญนนตพงษ์ (2550) กล่าวว่า สื่อการสอนเป็นเครื่องช่วยในการนำความรู้จากครูสู่เด็ก ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ สื่อช่วยให้เด็กได้รับประสบการณ์ตรง ทำให้สิ่งที่เรียนนามธรรมซึ่งเข้าใจยากกลายเป็นรูปธรรมที่เด็กเข้าใจได้ง่าย เรียนรู้ได้เร็ว และช่วยให้เด็กเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน สอดคล้องกับหลักทฤษฎีของเพียเจต์ ขั้นตอนความคิดก่อนการปฏิบัติการ (Preoperational Stage) ที่กล่าวว่า เด็กในช่วงวัย 2-7 ปี เด็กยังไม่สามารถสร้างมโนคติที่เป็นนามธรรมได้ ยังต้องอาศัยสิ่งที่เป็นรูปธรรมในการเรียนรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ รอบตัว อาศัยการรับรู้เป็นส่วนใหญ่ และแนวคิดของดิวอี้ (Dewey) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากการกระทำ (Learning by Doing) การเปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองจะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้ดี และควรเป็นประสบการณ์ตรง (ภรณ์ คุรุรัตน์, 2526)

3. การทำซ้ำ เมื่อทำกิจกรรมครบทุกกิจกรรมแล้ว จะฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองอีกครั้งเพื่อเป็นการทบทวน ทำให้เด็กซึมซับเกิดทักษะความชำนาญมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของพรพรรณ แสนแปงวัง (2555) ได้ศึกษาทักษะการช่วยเหลือตนเองในด้านการใช้ห้องน้ำของเด็กปฐมวัยที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยใช้กิจกรรมเสริมทักษะการช่วยเหลือตนเอง พบว่าการที่เด็กได้รับการฝึกฝนอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอทุกวันติดต่อกัน ทำให้เด็กมีทักษะการช่วยเหลือตนเองในด้านการใช้ห้องน้ำดีขึ้น ซึ่งการฝึกฝนอยู่บ่อยๆ ทำให้เด็กเกิดความคุ้นเคย และเมื่อเกิดความคุ้นเคยก็จะทำได้อย่างสมบูรณ์ สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ กล่าวถึงกฎแห่งการฝึกฝน (Law of Exercise) (พัชรี สวนแก้ว, 2536) ไว้ว่า พฤติกรรมที่มีโอกาสกระทำซ้ำบ่อยๆ และมีการปรับปรุงอยู่เสมอ ย่อมก่อให้เกิดความคล่องแคล่วชำนาญ ส่วนพฤติกรรมที่ทอดทิ้งไปนานย่อมกระทำไม่ได้ดีเหมือนเดิมหรืออาจทำให้ลืมได้

ข้อเสนอแนะ

1. การฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองให้กับเด็กวัยเตาะแตะ ควรแบ่งเป็นกลุ่มเล็กๆ เพราะเด็กวัยนี้มีช่วงความสนใจสั้น ในทุกขั้นตอนของการสอนจึงควรสั้น กระชับ และเข้าใจง่าย
2. ภาษาที่ใช้กับเด็กวัยเตาะแตะ ควรเป็นภาษาที่เข้าใจง่าย เนื่องจากเด็กวัยเตาะแตะมีข้อจำกัดด้านความสามารถในการใช้ภาษา ความเข้าใจภาษา
3. ในการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเอง ครูจะต้องให้เวลากับเด็ก เนื่องจากเด็กต้องปรับตัวให้เข้ากับรูปแบบและกิจกรรม ครูต้องให้กำลังใจเด็กตลอดเวลา
4. ควรดำเนินการฝึกปฏิบัติการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการดูแลตนเองของเด็กวัยเตาะแตะอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เด็กเกิดคุณลักษณะในตนเองอย่างแท้จริง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). **หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546**. กรุงเทพฯ.
- จิระพันธุ์ พูลพัฒน์. (2544). **คู่มือการสอนแบบมอนเตสซอรี**. กรุงเทพฯ: เดอะมาสเตอร์กรุ๊ป แมเนจเม้นท์.
- ดวงพร ทองช่อม. (2550). **คู่มือพัฒนาความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัย**. สารนิพนธ์การศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นันทิยา น้อยจันทร์. (2549). **การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย**. พิมพ์ครั้งที่ 2. นครปฐม: นิตินัย.
- พรพรรณ แสงแปงวัง. (2555). **การพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในด้านการใช้ห้องน้ำของเด็ก
ปฐมวัยที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาโดยใช้กิจกรรมเสริมทักษะการช่วยเหลือตนเอง**.
ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พัชรี สวนแก้ว. (2536). **จิตวิทยาพัฒนาการและการดูแลเด็กปฐมวัย**. กรุงเทพฯ: ดวงกมล
- ภรณ์ คุรุรัตน์. (2526). **เด็กก่อนวัยเรียน**. กรุงเทพฯ: กรมประชาสัมพันธ์.
- วินัดดา ปิยะศิลป์. (2556). **สาเหตุเด็กไม่ยอมช่วยตัวเอง**. กลุ่มงานจิตเวชเด็กและวัยรุ่นโครงการ
เผยแพร่ความรู้สู่ประชาชน สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี. สืบค้นจาก
http://www.acu.ac.th/html_edu/acu/temp_informed/48.do.
- สิริมา ภิญโญนนตพงษ์. (2550). **การวิจัยการศึกษาด้านปฐมวัย**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต
- สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์. (2530). **ความรู้ในการเลี้ยงดูบุตรวัยเด็กเล็ก ; ศึกษาเฉพาะมารดาที่คลอดบุตร
คนแรกที่โรงพยาบาลราชวิถี**. วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาประชากรศาสตร์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์. (2550). **เลือกโรงเรียนอนุบาลให้ลูกรัก**. กรุงเทพฯ: ฐานบุ๊คส์.