

การพัฒนาสมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นโดยใช้กิจกรรม งานประดิษฐ์

Development of meditation for children with ADHD

น้ำผึ้ง สมตัว

Numpreng Somtu

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

Faculty of Education, Ramkhamhaeng University, Thailand.

Email: preng_somtu@gmail.com

Received March 2, 2019; **Revised** March 10, 2019; **Accepted** August 7, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษา และเปรียบเทียบสมาธิเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นก่อนและหลังการใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชาย - หญิง อายุระหว่าง 5 - 6 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนวัดปากบึง สำนักงานเขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร ที่มีภาวะสมาธิสั้น จำนวน 6 คน ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการประเมินพฤติกรรมที่แสดงออก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แผนการสอนกิจกรรมงานประดิษฐ์ และ แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น มีลักษณะกำหนดคำตอบเป็นความเรียง 4 ระดับ ประกอบด้วย พฤติกรรมที่ประเมิน 20 พฤติกรรม การเก็บรวบรวมเพื่อการวิจัยครั้งนี้ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการทดลอง นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินพฤติกรรมนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นของกลุ่มตัวอย่างก่อน และหลังการทดลองมาเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนการมีสมาธิที่เพิ่มขึ้นระหว่างก่อน และหลังการจัดกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ ผลการวิจัยพบว่า 1) สมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์มีการพัฒนาเพิ่มมากขึ้น 2) สมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิ
สั้นจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ พบว่าหลังการจัดการ
เรียนรู้โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ สามารถพัฒนาสมาธิเพิ่มมากขึ้น

คำสำคัญ: สมาธิ; สมาธิสั้น; งานประดิษฐ์

ABSTRACT

The purpose of this study was to compare and contrast children with ADHD before and after using artificial intelligence. The samples used in this study were male students aged between 5–6 years studying in the second kindergarten. Ladkrabang District Office Bangkok There were 6 patients with ADHD. The instruments used in this study were the instructional plans, the inventive activities, and the behavioral assessment forms for students with ADHD. There are four levels of behavioral responses. These behaviors are assessed. 20 collected behaviors for this research. Data were collected by experimental method. The data obtained from the behavioral assessment of students with ADHD were used. After the experiment, the difference in median scores was increased. And after the activity using the invention. The results are as follows. 1) Concentration for children with ADHD from learning activities through the use of artificial activities has increased. 2) Concentration for children with ADHD from learning activities using artificial activities. It was found that post-learning management using artificial intelligence. Can develop more concentration.

Keywords: Concentration; ADHD; Invention

บทนำ

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 ระบุไว้ในหมวด 2 สิทธิและหน้าที่ทางการศึกษา มาตรา 10 วรรค 2 ว่า “การจัดการศึกษาสำหรับบุคคลซึ่งมีความบกพร่องทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม การสื่อสาร และการเรียนรู้ มีร่างกายพิการ ทูพพลภาพหรือบุคคลซึ่งไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้หรือไม่มีผู้ดูแลหรือด้อยโอกาสต้องจัดให้บุคคลดังกล่าวมีสิทธิได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็นพิเศษ โดยให้จัดตั้งแต่แรกเกิดหรือพบความพิการโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย และให้บุคคลดังกล่าวมีสิทธิได้รับสิ่งอำนวยความสะดวก สื่อ บริการ และความช่วยเหลืออื่นใดทางการศึกษาตามหลักการ และวิธีการที่กำหนดในกฎกระทรวง การจัดการศึกษาสำหรับบุคคลซึ่งมีความสามารถพิเศษ ต้องจัดด้วยรูปแบบที่เหมาะสมโดยคำนึงถึงความสามารถของบุคคลนั้น” (กระทรวงศึกษาธิการ, 2545)

เด็กสมาธิสั้นมักจะขาดทักษะหลายประการที่เด็กอื่น ๆ มี เช่น การควบคุมตนเอง การคิดก่อนทำ การยับยั้งชั่งใจตนเอง ความรับผิดชอบ การบริหารเวลา และการมีวินัย ปัญหาในการรักษาส่วนหนึ่งเกิดจากการที่พ่อแม่และครูอาจารย์ที่เกี่ยวข้อง ไม่สามารถเลี้ยงดูฝึกฝนทักษะต่าง ๆ ที่ขาดอยู่ การฝึกทำได้ยากต้องใช้เวลา และใช้เทคนิควิธีการที่ได้ผล การช่วยเหลือเด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้นนั้น นอกจากแพทย์จะให้ยากินเพื่อให้มีสมาธิในการเรียนแล้ว พ่อแม่และครูมีส่วนช่วยอย่างมาก ในการฝึกทักษะหลายประการที่เด็กสมาธิสั้นยังขาดอยู่ ซึ่งการขาดทักษะเหล่านั้นแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้หงุดหงิด เช่น ดื้อ ชน พูดไม่ฟัง ไม่มีระเบียบวินัย ไม่คิดก่อนทำ ไม่รอบคอบ ประมาท เลินเล่อ เอาแต่ใจตัวเอง การแก้ไขพฤติกรรมต่าง ๆ นั้นส่วนใหญ่จะยากลำบาก การฝึกทักษะที่ดีให้เกิดขึ้นก่อนจึงมีความสำคัญมาก เพื่อป้องกันเด็กสมาธิสั้นมีพฤติกรรมไม่ดี จนติดเป็นนิสัยไปจนโต การฝึกทักษะมักต้องใช้เวลาเป็นเดือนหรือเป็นปี ต้องอาศัยความอดทน ความเอาใจจริงเอาใจ ความสม่ำเสมอ และความร่วมมือของพ่อแม่อย่างมาก เด็กปกติทั่ว ๆ ไปนั้นมักฝึกพฤติกรรมได้เร็วแต่เด็กสมาธิสั้นจะฝึกยาก ฝึกแล้วลืมนายใน ระยะแรก ๆ พ่อแม่จึงไม่ควรคาดหวังผลเร็วไม่ควรเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมเด็กสมาธิสั้นกับเด็กทั่ว ๆ ไป การฝึกควรจะเริ่มตั้งแต่เด็กอายุน้อยไปสิ้นสุดเมื่อเด็กโต

เป็นวัยรุ่นตอนปลายเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ถ้าต้องการประเมินผล การฝึกควรเปรียบเทียบผลที่เกิดขึ้นกับตัวเด็กเองโดยติดตามระยะยาว จะเห็นความสำเร็จชัดเจนขึ้นทีละน้อย เพื่อเป็นพื้นฐานต่อการพัฒนาตนเองในระยะยาวต่อไป (พนม เกตุมาน, 2550)

สมาธิเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการเรียนรู้รอบตัวได้ หากสมาธิของเด็กนั้นเกิดขึ้นในช่วงระยะเวลานั้น ๆ หรือมีความสามารถในการเรียนรู้ได้ในระยะเวลามีจำกัดและเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นบ่อยทำให้เด็กขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และมักก่อให้เกิดการขาดประสิทธิภาพในการเรียนรู้ รู้สึกว่าคนที่ทำอะไรไม่ค่อยประสบความสำเร็จ จากสภาพการจัดการเรียนการสอนในปัจจุบัน สิ่งที่พบเห็นอยู่บ่อยครั้งนั้นคือ เด็กที่มีปัญหาทางการเรียน อันเนื่องมาจากความสนใจและสมาธิที่มีขีดจำกัด อันเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กที่มีความน่าสนใจมากมาย และพร้อมที่จะดึงดูดความสนใจของเด็กให้เปลี่ยนไปมาได้ ซึ่งปัจจุบันการเรียนการสอนในโรงเรียนครูมักพบปัญหาเหล่านี้เกิดขึ้นกับนักเรียน และครูส่วนใหญ่มักจะมองข้ามปัญหา ละเลย มองไม่เห็นความสำคัญ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าครูยังขาดวิธีและกระบวนการในการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนา แต่ในความเป็นจริงแล้ว เด็กในวัยเรียนในระดับปฐมวัยและประถมศึกษา โดยเฉพาะช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 – ป.3) ในภาวะปกติแล้วความสนใจ และสมาธิของเด็กในวัยนี้มีขีดจำกัดอยู่แล้ว สาเหตุเนื่องจากพัฒนาการทางด้านสมอง อารมณ์ สังคม และการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อ ต่าง ๆ ยังไม่สมบูรณ์เต็มที่เหมือนเด็กโตส่วนใหญที่สามารถควบคุมตัวเองได้ดี และด้วยเหตุนี้เองถ้ามีบางสิ่งบางอย่างที่สามารถพัฒนาหรือสร้างสมาธิให้เด็กเหล่านี้ได้ตั้งแต่นั้น เด็กเหล่านี้จะโตได้อย่างมีศักยภาพ มีสมาธิในการทำกิจกรรมหรือสิ่งต่าง ๆ ได้ดีสำหรับครูผู้สอน (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2546) งานประดิษฐ์ไม่ได้เน้นเพื่อให้ได้ชิ้นงานเท่านั้น แต่สิ่งที่ต้องให้ความสำคัญ คือ ครูผู้สอนต้องสามารถทำให้นักเรียนรู้จักการทำงานเป็นขั้นตอน และมีความประณีต ซึ่งเด็ก ๆ จะได้ฝึกทั้งความอดทนและสมาธิในการทำงาน (คมชัดลึก, 16 มกราคม 2547)

ดังนั้นการพัฒนาสมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นโดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์เพื่อนำผลการวิจัยมาใช้เป็นข้อมูลสำหรับครูผู้สอนเป็นแนวทางในการนำกิจกรรมงาน

ประดิษฐ์มาใช้ในการกิจกรรมการเรียนการสอนนักเรียนที่มีอาการสมาธิสั้น ทำให้มีประสิทธิภาพในการเรียนการสอนมากขึ้นและนักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้เต็มศักยภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษา และเปรียบเทียบการพัฒนาสมาธิของเด็กที่มีอาการสมาธิสั้น ก่อนและหลัง การจัดกิจกรรมงานประดิษฐ์

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือนักเรียนชาย – หญิง อายุระหว่าง 5 – 6 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนวัดปากบึง สำนักงานเขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร จำนวน 3 ห้องเรียน ที่มีภาวะสมาธิสั้น จำนวน 12 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือนักเรียนชาย-หญิง อายุระหว่าง 5 – 6 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนวัดปากบึง สำนักงานเขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร ที่มีภาวะสมาธิสั้น จำนวน 6 คน ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

3. ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ กิจกรรมงานประดิษฐ์
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การมีสมาธิที่ยาวขึ้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือทดลอง คือ แผนการจัดกิจกรรมงานประดิษฐ์
2. เครื่องมือรวบรวมข้อมูล คือ แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ซึ่งปรับปรุงมาจากแบบคัดกรองนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นบกพร่องทางการเรียนรู้ และออกทิสซึมของกระทรวงศึกษาธิการ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบสมาธิเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นก่อนและหลังการใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ โดยการประเมินพฤติกรรมสมาธิสั้นก่อนการทดลอง (pre-test) โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น เป็นเวลา 1 สัปดาห์เพื่อนำไปวิเคราะห์เปรียบเทียบกับคะแนนหลังการทดลอง (post-test) ดำเนินการทดลอง โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ตามแผนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นกับกลุ่มตัวอย่าง ใช้เวลาในการฝึก 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ วันละ 30 นาที ในช่วงเวลา 10.00 – 10.30 น. รวมเป็นระยะเวลาในการทดลองทั้งสิ้น 12 ครั้ง และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยเปรียบเทียบเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นก่อนและหลังการจัดกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ โดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบสมาธิที่ยาวขึ้นระหว่างก่อนและหลังการจัดกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ โดยเปรียบเทียบ Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test

ผลการวิจัย

ผลการศึกษาการพัฒนาสมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นโดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. สมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้น จากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์มีการพัฒนาเพิ่มมากขึ้น
2. สมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้น จากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ พบว่าหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์สามารถพัฒนาสมาธิเพิ่มมากขึ้น

อภิปรายผล

จากการสรุปผลการวิจัยในการศึกษาเรื่อง การพัฒนาสมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้น โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ ดังนี้

1. สมมติสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์มีการพัฒนาเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมงานประดิษฐ์ เป็นกิจกรรมหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความมานะ อดทน รักในการทำงาน มีความละเอียดรอบคอบ มีสมาธิและอารมณ์มั่นคง อีกทั้งทำให้เด็กเกิดความเพลิดเพลิน ช่วยพัฒนาสติปัญญาและความคิด ทำให้เกิดทักษะในการทำงานฝีมือ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์จึงส่งผลให้เด็กมีสมาธิเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ วรณี วงศ์พานิชย์ (2546) ได้กล่าวว่างานประดิษฐ์ช่วยให้การทำงานของสมองและประสาทสัมผัสประสานสัมพันธ์กัน กล่าวคือทำให้ผู้ประดิษฐ์เกิดพัฒนาทางความคิด สติปัญญา ความสามารถรวมทั้งส่งเสริมให้มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความละเอียดรอบคอบ ในการทำงาน มีความมานะอดทน รักในการทำงาน และรู้คุณค่าของผลงาน และยังส่งเสริมให้มีสมาธิและอารมณ์มั่นคง กิจกรรมงานประดิษฐ์ส่งผลให้เกิดความอดทน และเกิดสมาธิเพิ่มมากขึ้น

2. สมมติสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ พบว่าหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์สามารถพัฒนาสมาธิเพิ่มมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิติยา จันทะเกตุ (2555) พบว่า กิจกรรมงานประดิษฐ์ส่งผลให้เกิดการพัฒนาสมาธิในการเรียนรู้และทำงานเพิ่มมากขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ครูควรใช้คำสั่งที่เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน และพูดเสียงดังฟังชัด เนื่องจากเด็กมีความเข้าใจภาษา และความหมายจำกัด รวมทั้งมีการสาธิตการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
2. สถานที่ในการทำกิจกรรมควรเป็นสถานที่ที่คนไม่พลุกพล่าน เนื่องจากเด็กมีช่วงความสนใจสั้น วอกแวกง่าย ทำให้ทำกิจกรรมไม่เต็มที่

3. นำหลักการเสริมแรงมาใช้ขณะทำกิจกรรม เช่น การให้รางวัล การปรบมือ การให้คำชมเชย เพื่อให้เด็กมีความสนใจและกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม

4. ให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการพัฒนาสมาธิของเด็กในการใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ไปฝึกพัฒนาเด็กที่บ้านต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาการใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์ไปฝึกพัฒนากับเด็กที่มีความต้องการพิเศษประเภทอื่น ๆ

2. ควรนำกิจกรรมประเภทอื่น ๆ อาทิเช่น การละเล่นพื้นบ้าน ไปฝึกพัฒนาสมาธิเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นในระดับชั้นอื่น ๆ

เอกสารอ้างอิง

- คมชัดลึก. (2547 มกราคม 16). *นวัตกรรมกรรมครูพันธุ์ใหม่*: กพอ. ฝึกดกอดทนสมาธิค้นพบตัวตนของตนเอง. คมชัดลึก, 1
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2545). *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2545*. กรุงเทพฯ: ศรุสภา
- นิตยา จันทะเกตุ. (2555). *การพัฒนาสมาธิสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้นโดยใช้กิจกรรมงานประดิษฐ์*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- พนม เกตุมาน. (2550). *สุขใจกับเด็กสมาธิสั้น*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล
- วรรณี วงศ์พานิชย์. (2546). *การงานอาชีพและเทคโนโลยี งานประดิษฐ์ ม.1-3*. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2546). *สร้างสมาธิให้ลูกคุณ*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: ชันดำการพิมพ์.