

วินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย : สร้างเสริมได้ด้วยแนวทางการสร้างวินัยเชิงบวก Self-discipline in early childhood : through positive discipline approaches

สิรินทร์ ลัดดาภิรมย์ บุญเชิดชู (Sirin Laddaklom Booncherdchoo)*

ณัฐพัชร วงศ์พุฒเพรา (Natthapach Wongpoodpraw)**

เพ็ญพนอ พ่วงแพ (Phenphanor phuangphae)***

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอการสร้างเสริมวินัยในตนเองด้วยแนวทางการสร้างวินัยเชิงบวก ซึ่งวินัยในตนเองเป็นคุณลักษณะสำคัญของบุคคลซึ่งนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม มีความสุข และประสบความสำเร็จ วินัยในตนเองเป็นพื้นฐานของบุคคลที่มีคุณภาพ เพราะบุคคลจะสามารถควบคุมตนเอง พัฒนาตนเองให้สอดคล้องกับความต้องการและความจำเป็นในการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง เหมาะสม โดยที่ไม่ต้องให้บุคคลอื่นมาควบคุมบังคับ วินัยในตนเองที่ควรสร้างเสริมสำหรับเด็กปฐมวัยประกอบด้วย การรับผิดชอบ การตรงต่อเวลา การอดทน อดกลั้น การมีเหตุผล การซื่อสัตย์ การยอมรับผู้อื่น และการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ กติกา ข้อตกลง ซึ่งวินัยในตนเองเป็นสิ่งที่ผู้เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยควรให้ความสำคัญในการเสริมสร้าง ด้วยวินัยในตนเองเป็นคุณลักษณะภายในของบุคคลที่จำเป็นต้องได้รับการสร้างเสริมตั้งแต่ในช่วงปฐมวัยเนื่องด้วยเป็นช่วงระยะเวลาที่สำคัญในการพัฒนาบุคคล โดยการสร้างเสริมวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัยควรเริ่มที่ครอบครัว และเชื่อมต่อมายังโรงเรียนด้วยแนวทางการสร้างวินัยเชิงบวก เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องในการพัฒนาจนกลายเป็นพฤติกรรมที่มีความคงทนติดตัวบุคคลไปตลอด

คำสำคัญ: วินัยในตนเอง, วินัยเชิงบวก, เด็กปฐมวัย

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาหลักสูตรและวิธีสอน สาขาการศึกษาปฐมวัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

** อาจารย์ โรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศิลปากร (ปฐมวัยและประถมศึกษา) ระดับปฐมวัย

*** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาหลักสูตรและวิธีสอน สาขาสังคมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ABSTRACT

This article aims to present self-discipline enhancement through positive discipline approaches. Self-discipline is an essential trait of a person leading to an established, happy and successful life. Self-discipline is the foundation of a qualified individual, a person will be able to control themselves and develop in accordance with the needs and necessities of living a successful life, without being controlled by others. Self-discipline that should be cultivated in early childhood: responsibility, punctuality, tolerance, reasonableness, honesty, acceptance of others, and compliance of rules and agreements. The self-discipline is something that those involved in early childhood should focus on strengthening because their own discipline is a person's internal characteristic that needs to be strengthened, since the early stages are important in personal development. To build self-discipline for early childhood, children should start in the family and connect through school with a positive discipline approach. To achieve continuity in development until it becomes a behavior that is durable with the person forever.

Keywords: Self-discipline, Positive discipline approaches, Early childhood

บทนำ

ในสังคมปัจจุบันสิ่งสำคัญในการที่จะทำให้สังคมน่าอยู่นั่นคือการที่คนในสังคมมีวินัย เพราะการมีวินัยจะนำไปสู่การกำกับตนเอง (Self – regulation) ที่เป็นการคิด ตัดสินใจ และลงมือทำในสิ่งที่ถูกต้องตามระเบียบแบบแผนของสังคมนั้น ๆ ซึ่งในสังคมปัจจุบันจะเห็นว่าปัญหาสังคมล้วนเกิดจากการขาดวินัยในตนเอง (self-discipline) ซึ่งสอดคล้องกับ Peck (1978) ที่กล่าวว่า วินัยในตนเองเป็นพื้นฐานของเครื่องมือในการแก้ปัญหาชีวิต ถ้าปราศจากคามมีวินัยในตนเองก็จะเป็นไปไม่ได้เลย และหากคนในสังคมถูกพัฒนาและสร้างวินัยตั้งแต่เด็กไปจนเติบโตใหญ่ จะทำให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีระเบียบ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างรวบรื่น และนำไปสู่ความสำเร็จในอนาคต (Channipun et al, 2017) ดังนั้นหากสังคมต้องการให้สังคมน่าอยู่จึงควรเริ่มจากการสร้างเสริมวินัยในตนเอง (self-discipline) ให้เกิดขึ้น

การเสริมสร้างวินัยในตนเองนั้นจึงควรเริ่มต้นในการเสริมสร้างตั้งแต่ในช่วงวัยปฐมวัย เพราะสมองเด็กในช่วง 6 ปีแรก จะมีการเจริญเติบโตและพัฒนาามากที่สุด (Bloom, 1966) ด้วยเป็นช่วงวัยที่มีความกระตือรือร้น มีความอยากรู้อยากเห็น และพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ที่ตั้งมาที่จะเป็นพื้นฐานในการเรียนรู้ในช่วงวัยต่อไป การเสริมสร้างวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นสิ่งที่ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยต้องร่วมมือกันในการเสริมสร้าง ซึ่งเริ่มต้นจากครอบครัวด้วยเป็นสถาบันทางสังคมแรกของเด็กปฐมวัย และเป็นสังคมที่มีบทบาทในการอบรมเลี้ยงดูหลัก ครอบครัวจะมีบทบาทในการเสริมสร้างวินัยในตนเองที่เกี่ยวข้องกับการรับผิดชอบต่อ

ตนเอง และเมื่อเด็กปฐมวัยก้าวเข้าสู่สถานศึกษา โรงเรียนจะเป็นสังคมที่ช่วยเติมเต็มการเสริมสร้างวินัยในตนเองในการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น การปฏิบัติตามบรรทัดฐานทางสังคมที่ถูกต้องและดีงามเพื่อนำไปสู่วินัยในตนเองที่เป็นความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม

แนวทางการเสริมสร้างวินัยเชิงบวกในเด็กปฐมวัยนั้น ต้องอาศัยทั้งครอบครัว โรงเรียน และสังคม ต้องใช้เวลาและความเข้าใจ เพื่อหล่อหลอมจิตใจและสร้างจิตสำนึกของเด็กให้ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติผ่านประสบการณ์ในการดำรงชีวิตประจำวัน ควรเป็นเรื่องของความจริงใจมีใช้การทำงานตามคำสั่ง (Shevskov, 1985) ซึ่งผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยสามารถเสริมสร้างวินัยในตนเอง ด้วยแนวทางการสร้างวินัยเชิงบวก ผ่านการจัดกิจกรรมหลัก 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมเสริมประสบการณ์ กิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมเกมการศึกษา กิจกรรมกลางแจ้ง กิจกรรมเสรี และกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ โดยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ควรเป็นไปตามแนวทางการเสริมสร้างวินัยเชิงบวก ด้วยจะเป็นบรรยากาศการเรียนรู้ที่สร้างสรรค์นำไปสู่การที่เด็กปฐมวัยได้คิดเอง ทำเอง แก้ปัญหาเอง และมีความสุข พร้อมทั้งจะควบคุมตนเอง กำกับตนเองไปสู่การแสดงออกพฤติกรรมของวินัยในตนเองที่ถูกต้องต่อไป

การเสริมสร้างวินัยในตนเอง (self-discipline) ด้วยแนวทางการสร้างวินัยเชิงบวกจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัย ไม่ว่าจะเป็นผู้ปกครอง ครู ที่จะต้องให้ความสำคัญที่จะนำมาช่วยในการเสริมสร้างและพิจารณาร่วมกันถึงบทบาท กิจกรรม บรรยากาศในการเสริมสร้างที่เหมาะสมเชิงบวกเพื่อการเสริมสร้างวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัยที่ยั่งยืนต่อไป

ความหมายของวินัยในตนเอง

วินัยในตนเองหรือการรักษาวินัยด้วยตนเองมีคำที่เกี่ยวข้อง คือ คำว่า “วินัย” ซึ่งมีความหมายในหลายนัยยะขึ้นอยู่กับบริบทของการใช้หรือเป้าหมาย ซึ่งในบทความนี้เน้นความหมายของวินัยที่เป็นวินัยในตนเอง (self-discipline) ในลักษณะของการควบคุมตนเอง (self-control) การกำกับตนเอง (Self – regulation) เพื่อนำไปสู่การเลือกปฏิบัติ การแสดงออกที่เหมาะสม ตามที่ Megginson (1977) ให้ทัศนะไว้ว่า วินัย เป็นการพัฒนาตนเองเพื่อปรับตัวให้สอดคล้องกับความต้องการและความจำเป็นในการดำรงชีวิต มีลักษณะเป็นพฤติกรรมที่ทำให้เกิดการปฏิบัติที่อยู่ในแบบแผน (Office of the Royal Society, 2013) โดยที่วินัยมีความหมายครอบคลุมตั้งแต่การสร้างมาตรฐานพฤติกรรมของบุคคลในสังคม (norm) ที่มีลักษณะเป็นข้อตกลงกันและกำหนดเป็นระเบียบกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ในการให้บุคคลประพฤติปฏิบัติเพื่อความสงบสุข ความเป็นระเบียบเรียบร้อยในการอยู่ร่วมกัน กับการสร้างพฤติกรรมของแต่ละบุคคลให้อยู่ในแบบแผนตามมาตรฐานพฤติกรรมของบุคคลในสังคม หรือที่เรียกว่าการมีวินัย

วินัยแบ่งออกเป็นวินัยภายนอกกับวินัยในตนเอง วินัยภายนอกเป็นการที่บุคคลประพฤติปฏิบัติเพราะถูกกำหนดหรือถูกควบคุมด้วยกฎเกณฑ์และที่ประพฤติปฏิบัติเพราะเกรงว่าจะถูกลงโทษ ส่วนวินัยในตนเองเป็นการที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งเลือกประพฤติปฏิบัติสำหรับตนเองขึ้นโดยสมัครใจไม่มีใครบังคับหรือถูกควบคุมจากอำนาจใด ๆ และข้อประพฤติปฏิบัตินี้ต้องไม่ขัดกับความสงบสุขของสังคม วินัยในตนเองเกิดขึ้นจากความสมัครใจของบุคคล ที่ผ่านการเรียนรู้อบรมและเลือกสรรไว้ เป็นหลักปฏิบัติประจำตน (Kamonjan

Chuenrit, 2007) ดังนั้น วินัยในตนเอง (self-discipline) จึงเป็นการควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ได้เรียนรู้ว่าเป็นสิ่งที่ดี เป็นที่ยอมรับ และละเว้นการปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ดี ไม่เป็นที่ยอมรับ โดยสมัครใจ โดยที่การประพฤติปฏิบัตินี้เป็นสิ่งที่ส่งผลดีต่อตนเอง และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน (Nareumon Neamhom, 2005) วินัยในตนเองเป็นการควบคุมแรงกระตุ้นเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตนเอง (Markham, 2017) วินัยในตนเอง (self-discipline) จึงมีความคงทนของพฤติกรรมมากกว่าวินัยภายนอก เพราะเมื่อหมดอำนาจการควบคุมวินัยภายนอกจะหมดไปด้วยเช่นกัน ส่วนวินัยในตนเองเป็นผลมาจากการเรียนรู้ เลือกรสจากความสำเร็จที่รู้ด้วยตนเอง บุคคลที่มีวินัยในตนเองจะไม่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและจะนำตนเองไปสู่พฤติกรรมที่ดีงามเหมาะสมอยู่ตลอดเวลา

วินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย (self-discipline) หมายถึง การที่เด็กสามารถประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นไปในลักษณะที่สังคมยอมรับและเกิดความสำนึกว่าเป็นความนิยมที่ดีในด้านต่างๆ (Tongjit Jitdee, 2004) เด็กสามารถควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ได้เรียนรู้ว่าเป็นสิ่งที่ดี เป็นที่ยอมรับ และละเว้นการปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ดี ไม่เป็นที่ยอมรับด้วยความสมัครใจ โดยที่การประพฤติปฏิบัตินี้เป็นสิ่งที่ส่งผลดีต่อตนเองและไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน (Nareumon Neamhom, 2010)

จากความหมายที่กล่าวมานั้น พอสรุปได้ว่า วินัยในตนเอง หมายถึง ความสามารถในการควบคุมกำกับพฤติกรรมของตนเองเพื่อนำไปสู่การเลือกปฏิบัติ การแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งเกิดจากแรงกระตุ้นภายในตนเองและพฤติกรรมที่แสดงออกนั้น จะมีความสอดคล้องกับกฎระเบียบต่างๆ ทางสังคม ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นและคนอื่นๆ ในสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และยังทำให้สังคมมีความเป็นระเบียบเรียบร้อยอีกด้วย

ความสำคัญของวินัยในตนเอง

วินัยในตนเอง (self-discipline) เป็นทักษะในการแสดงออกของพฤติกรรมที่เหมาะสมต่อการดำเนินชีวิตของตนเองในสังคมซึ่งจะช่วยให้การดำเนินชีวิตมีแบบแผน ความมีวินัยในตนเองเป็นกุญแจแห่งความสำเร็จทั้งปวง (Brotherton, 2002)

ความสำคัญของวินัยในตนเอง จึงมีความสำคัญซึ่งเป็นพลังของบุคคลที่เกิดภายในตน ดังที่ Praveen Na Nakorn (2015) กล่าวว่า วินัยเป็นพลังในการประกอบกิจกรรมหรือการกระทำใด ๆ มีลักษณะเป็นพลังทางกายภาพ (physical energy) แสดงออกมาในรูปแรงงาน ประกอบด้วยพลังกายและพลังสมอง กับพลังทางจิต (mental energy) แสดงออกมาในรูปพฤติกรรมอันเกิดจากพลังใจและพลังแห่งคุณธรรม ซึ่งหากพลังทั้งสองส่วนนี้ผสมผสานกันด้วยดีจะทำให้กิจกรรมหรือการกระทำใด ๆ ประสบความสำเร็จ ดังนั้นวินัยในตนเองจึงเป็นรากฐานของบุคคลในการประพฤติปฏิบัติให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง ก่อให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย และความสงบสุขแห่งตนและสังคม อีกทั้งจะเห็นได้ว่า ในวันเด็กแห่งชาติของทุกปี นายกรัฐมนตรีที่ดำรงตำแหน่งในขณะนั้นจะมอบคำขวัญวันเด็กแห่งชาติให้เด็ก ๆ ในทุกๆ ปี เพื่อเป็นแนวทางในการปลูกฝังทัศนคติและแนวทางในการดำเนินชีวิต ซึ่งเด็กและเยาวชนถือเป็นอนาคตของชาติ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป ซึ่งจะเห็นได้ว่าคำขวัญวันเด็กแต่ละปีจะให้ความสำคัญกับการปลูกฝังและเสริมสร้างการมีวินัยตั้งแต่เด็ก เช่น “รู้หน้าที่ ขยัน ซื่อสัตย์ ประหยัด มีวินัย คุณธรรม” โดย พลเอกเปรม ติณสูลานนท์, “รู้

หน้าที่ มีวินัย ใฝ่คุณธรรม นำชาติพัฒนา” โดย พลเอกชาติชาย ชุณหะวัณ หรือคำขวัญวันเด็กในปีล่าสุด โดย พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา ที่กล่าวว่า “รู้หน้าที่ มีวินัย ใฝ่ความดี” (Thansettakit. 2023) ซึ่งจะเห็นได้ว่า นายกรัฐมนตรี หรือคณะรัฐบาลในทุกยุคทุกสมัยก็เล็งเห็นว่าความมีวินัยในตนเองถือเป็นคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่สำคัญที่ควรเริ่มเสริมสร้างและปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็ก

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 มีวิสัยทัศน์ คือ “หลักสูตรการศึกษาปฐมวัยมุ่งพัฒนาเด็กทุกคนให้ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างมีความสุขและเหมาะสมตามวัย มีทักษะชีวิตและปฏิบัติตนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นคนดี มีวินัย และสำนึกความเป็นไทย โดยความร่วมมือระหว่างสถานศึกษา พ่อแม่ ครอบครัว ชุมชน และทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็ก” จะเห็นว่าการมีวินัยในตนเองเป็นคุณสมบัติข้อหนึ่ง ที่จะช่วยให้เด็กสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมได้ ซึ่งการเสริมสร้างวินัยในตนเองในเด็กปฐมวัยนั้น ควรเริ่มจากการส่งเสริมให้เด็กมีทักษะชีวิต เริ่มต้นได้โดย การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันด้วยตนเอง เมื่อเริ่มโรงเรียนก็ต้องเรียนรู้การอยู่ร่วมกับผู้อื่น มารยาททางสังคม และการรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายต่อไป โดยการเสริมสร้างวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัยควรได้รับความร่วมมือจากหลายๆฝ่ายที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาเด็ก

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า วินัยในตนเองนั้นมีความสำคัญทั้งต่อตัวเด็ก ต่อพ่อ แม่ ผู้ปกครอง ต่อครู และต่อสังคม ประเทศชาติ ดังที่สถาบันหลักที่มีหน้าที่ดูแลเด็ก ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริมและเสริมสร้างวินัยในตนเอง อันจะเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาเด็ก มุ่งเน้นให้เด็กรู้จักบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเอง ซึ่งการมีวินัยในตนเองนี้จะเป็คุณสมบัติที่ช่วยให้เด็กสามารถดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในโรงเรียนหรือสังคมได้อย่างมีความสุข

เด็กปฐมวัยกับวินัยในตนเอง

วินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย หมายถึง ความสามารถในการควบคุมตนเอง ปฏิบัติตามระเบียบข้อตกลงของที่บ้านและโรงเรียนเพื่อให้เด็กมีพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และจิตใจเหมาะสมกับวัย อีกทั้งยังครอบคลุมถึงการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม เพื่อให้เด็กสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเป็นสมาชิกที่ดีในสังคม (Duangta Kookasemkit, 2012) สามารถควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ได้เรียนรู้มาว่าเป็นสิ่งที่ดี เป็นที่ยอมรับ และละเว้นการปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ดี ไม่เป็นที่ยอมรับด้วยความสมัครใจ โดยที่การประพฤติปฏิบัตินี้เป็นสิ่งที่ส่งผลต่อตนเองและไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน (Nareumon Neamhom, 2010)

มีนักการศึกษาได้กล่าวถึงเด็กปฐมวัยกับวินัยในตนเองในลักษณะของการแสดงออกทางพฤติกรรม ดังนี้ Duangta Kookasemkit (2012) กล่าวว่า การที่เด็กได้ฝึกปฏิบัติทักษะทางสังคมต่างๆ อย่างสม่ำเสมอจะเป็นการปลูกฝังลักษณะนิสัยและเป็นรากฐานในการดำรงชีวิตเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ต่อไป และได้แบ่งวินัยในเด็กปฐมวัยออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1) ลักษณะนิสัยส่วนตัว

วินัยในตนเองด้านลักษณะนิสัยส่วนตัวของเด็กปฐมวัย เช่น กิริยามารยาท การพูดจา การมีสัมมาคารวะ ความเมตตา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การแสดงออกทางอารมณ์ สุขนิสัย การปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น การเคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น ความสนใจในการเรียน ความประพฤติในห้องเรียน การปฏิบัติตามกฎ กติกาในห้องเรียน และการเชื่อฟังผู้ใหญ่ เป็นต้น

2) การตรงต่อเวลา

วินัยในตนเองด้านการตรงต่อเวลา เช่น การตรงต่อเวลาในการมาโรงเรียน การตรงต่อเวลาในการร่วมกิจกรรมต่างๆ การตรงต่อเวลาในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย และการตรงต่อเวลาในการทำกิจวัตรประจำวัน เป็นต้น

3) ความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น

วินัยในตนเองด้านความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น เช่น การรักษาความสะอาดส่วนตัว และส่วนรวม การรักษาธรรมชาติและสาธารณสมบัติ การปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายและดำเนินการให้สำเร็จ การรู้จักเก็บของเข้าที่ การรู้จักรอคอยตามลำดับ เป็นต้น

และมีการกล่าวถึงคุณลักษณะของเด็กปฐมวัยที่มีวินัยในตนเองจากผลของการศึกษาวิจัย และแนวคิดต่าง ๆ ของนักวิชาการสรุปได้ดังนี้

1) การควบคุมตนเอง ทั้งการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง และแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น การรอคอย การควบคุมอารมณ์ในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรม การแสดงความรู้สึกได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ต่าง ๆ เป็นต้น

2) การมีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและสังคม โดยที่เด็กต้องแสดงพฤติกรรมตามหน้าที่ของตนเอง มีความตั้งใจในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ด้วยตนเอง และคำนึงถึงผลกระทบจากพฤติกรรมของตนเองต่อบุคคลอื่น

3) การรู้จักเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้ตามเวลาอย่างเหมาะสม เช่น การปฏิบัติตามตามกิจวัตรประจำวัน การใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ การเริ่มกิจกรรมและเลิกทำกิจกรรมตามเวลา เป็นต้น

4) การมีมารยาททางสังคม โดยแสดงพฤติกรรมจากการเรียนรู้ การรับแบบอย่างที่ดีมาจากตัวแบบ (model) และแสดงออกได้อย่างเหมาะสมเมื่อต้องพบหรือมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

5) การมีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออกที่ถูกต้อง มีความเป็นผู้นำผู้ตามในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ สามารถแก้ปัญหาด้วยตนเอง

The Education Department of Bangkok Archdiocese (2021) ได้กล่าวถึง วินัยในตนเองที่เด็กปฐมวัยควรมีไว้หลายประการ ดังนี้

1) วินัยในความประพฤติทั่วไป ได้แก่ การตรงต่อเวลา การปฏิบัติตามกฎระเบียบง่าย ๆ ของห้องเรียน การรู้จักกาลเทศะ การประพฤติตนให้เหมาะสมกับวัย

2) วินัยในกิจวัตรประจำวัน ได้แก่ การมีระเบียบวินัยในตนเอง การดูแลช่วยเหลือตนเองได้เหมาะสมตามช่วงวัย เช่น เก็บที่นอนด้วยตนเอง แปรงฟันด้วยตนเอง ใส่เสื้อผ้าด้วยตนเอง นำเสื้อผ้าที่ใช้แล้วใส่ตะกร้า การรับประทานอาหารด้วยตนเอง เป็นต้น

3) วินัยในการเรียน ได้แก่ การรับผิดชอบในการเรียนหรือกิจกรรมอื่น ๆ อย่างเหมาะสม

4) วินัยในการทำงาน ได้แก่ ความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย ทำงานอย่างเต็มความสามารถรักษาคำพูด ทำตามสัญญาที่ให้ไว้กับผู้อื่น

5) วินัยในการควบคุมตนเอง ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีตามสมควร อดทนต่อความยากลำบากได้ตามวัย

วินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย จึงเป็นพฤติกรรมในชีวิตประจำวันของเด็ก บุคคลที่เกี่ยวข้องจึงควรต้องทำความเข้าใจในการแสดงออกของพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างเหมาะสม เพื่อนำไปสู่การสร้างเสริมวินัยในตนเองต่อไป

หลักการในการสร้างเสริมวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย

การสร้างเสริมวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยนั้นควรคำนึงถึงหลักการต่างๆ ดังนี้

1) หลักของการบูรณาการ การสร้างวินัยในตนเองแก่เด็กปฐมวัยเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการในการพัฒนาและการเรียนรู้ (Goodman, 2001) การสร้างวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัยจึงควรเป็นการสร้างวินัยในรูปแบบของการปฏิบัติจริง โดยการบูรณาการกับการใช้ชีวิตจริง หรือการดำเนินชีวิตประจำวัน ไม่ใช่การจัดกิจกรรมหรือการฝึกทักษะที่ต้องออกจากการใช้ชีวิตประจำวันของเด็ก แต่สามารถสร้างและส่งเสริมได้ตลอดเวลาในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของเด็ก

2) หลักของการยอมรับนับถือ ผู้เกี่ยวข้องกับผู้เด็กต้องสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็ก มีความใส่ใจ ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ทำให้เด็กเกิดความเชื่อใจและไว้วางใจ และทำให้เด็กรู้ว่าตนเป็นที่ยอมรับในฐานะสมาชิกคนหนึ่ง เนื่องจากการเสริมสร้างวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยอยู่บนพื้นฐานของความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ซึ่งจะต้องยอมรับในศักดิ์ศรีและความเป็นมนุษย์

3) หลักของเสรีภาพในตนเอง การที่ครูช่วยให้เด็กเกิดความรู้ที่ดีต่อตนเอง พึ่งตนเองได้ ริเริ่มได้อย่างอิสระ ทำให้เด็กมีวินัยในตนเอง เพราะเด็กจะรู้สึกว่าคุณมีความสามารถ มีจุดมุ่งหมายและควบคุมตนเองได้ (Leatzow et al., 2542) ครูควรคอยเป็นผู้สนับสนุน และเปิดโอกาสให้เด็กได้คิดริเริ่มอย่างอิสระ เพื่อให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

4) หลักการสร้างเสริมความเคยชิน การสร้างวินัยในตนเองในเด็กปฐมวัยนั้น ครูควรช่วยให้เด็กลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและไม่เป็นที่ยอมรับ และช่วยให้เด็กรู้ว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ดีและเป็นที่ยอมรับของสังคม แล้วสนับสนุนให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่ดีซ้ำๆ จนกลายเป็นลักษณะนิสัยในที่สุด เพราะการสร้างวินัยควรฝึกให้เด็กปฐมวัยตั้งแต่ยังเล็กด้วยวิธีการที่เหมาะสมกับวัย ผู้เกี่ยวข้องควรให้เด็กได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติซ้ำๆ อย่างสม่ำเสมอ ดูแลให้เด็กปฏิบัติตามข้อตกลงอย่างคงเส้นคงวา เพื่อให้เด็กจดจำพฤติกรรมนั้นจนพัฒนาไปเป็นนิสัยเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ (Channipun et al, 2017)

5) หลักของความร่วมมือ การสร้างวินัยในเด็กปฐมวัยนั้น ควรเกิดจากการร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้องในการพัฒนาเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งควรเป็นการทำงานร่วมกันระหว่างครู และพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูต้องทำให้พ่อแม่ รู้สึกสบายใจในการสื่อสารกับครู เพื่อให้เกิดความร่วมมือที่ดีในการพัฒนาเด็ก ซึ่งการทำงานร่วมกันระหว่างผู้ใหญ่จะทำให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นและไว้วางใจต่อสังคมและได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสม

จะเห็นได้ว่าหลักการในการสร้างเสริมวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยนั้น ควรเริ่มจากความรักความจริงใจที่จะประสานความร่วมมือกันในการพัฒนาและส่งเสริมให้เด็กมีวินัยในตนเองต่อไป โดยควรปลูกฝังให้เด็กเกิดวินัยได้ในรูปแบบของการบูรณาการกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ช่วยให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง เปิดโอกาสให้เด็กได้คิดริเริ่มอย่างอิสระ ให้เด็กรู้สึกเป็นที่ยอมรับ ให้เด็กเกิดความเชื่อใจ และไว้วางใจ คอยสนับสนุนและช่วยให้เด็กลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ช่วยให้เด็กรู้ว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ดีและเป็นที่ยอมรับของสังคม แล้วสนับสนุนให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่ดีซ้ำๆ จนกลายเป็นลักษณะนิสัยที่ดีในที่สุด

แนวทางการสร้างวินัยเชิงบวกในเด็กปฐมวัย

การปลูกฝังวินัยควรเป็นเรื่องของความจริงใจมีใจในการทำงานตามคำสั่ง (Sheviskov, 1985) การสร้างวินัยเชิงบวกเด็กปฐมวัยนั้นควรเริ่มจากการเป็นแบบอย่างของผู้ใหญ่ สอนและชี้แนะไม่ใช่เพียงให้แต่เด็กเชื่อฟังคำสั่ง รวมทั้งการทำให้เด็กรู้ถึงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยให้เด็กรับรู้ว่าคุณครูและผู้ปกครองมีความรักและคอยสนับสนุนพวกเขา รวมทั้งรักษาความเชื่อใจไว้วางใจกันไปโดยตลอด สอดคล้องกับ Channipun C., Kantawan M. and Apiradee C. (2017) ที่กล่าวว่า การสร้างวินัยเชิงบวกให้กับเด็กปฐมวัยนั้นต้องไม่ใช้การบีบบังคับ การควบคุมอย่างเข้มงวดกดขี่ การลงโทษทางกายหรือการดุด่า เพื่อควบคุมพฤติกรรมเด็ก เพราะสิ่งเหล่านั้นอาจหยุดพฤติกรรมเด็กได้ชั่วคราวแต่ไม่สามารถหยุดพฤติกรรมในระยะยาวได้ รวมทั้งยังเป็นการสร้างบาดแผลในใจเด็กและกลับกลายเป็นการสร้างตัวอย่างที่ไม่ดีให้แก่เด็ก ซึ่งอาจไปยับยั้งการพัฒนาวินัยในตนเองของเด็กได้ ดังนั้นการสร้างวินัยที่เหมาะสมที่กับเด็กควรใช้วิธีที่สร้างสรรค์และใช้วินัยเชิงบวก ค่อยๆ ฝึกฝน ทำบ่อยๆ รวมทั้งสอนให้เห็นคุณค่าของสิ่งที่ทำ ซึ่งจะทำให้เด็กพัฒนาเป็นผู้ที่มีวินัยในตนเองได้ในที่สุด ดังที่กล่าวข้างต้นการจะปลูกฝังการมีวินัยในเด็กปฐมวัยนั้น ควรทำด้วยความรักและความจริงใจ และคอยสนับสนุนเด็ก ดังนั้นการจะปลูกฝังวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย ด้วยแนวทางการสร้างวินัยเชิงบวกจึงต้องพิจารณาและดำเนินการดังนี้

1) ต้องคำนึงถึงพัฒนาการตามวัยของเด็กควบคู่กันไป เพราะสิ่งที่พึงประสงค์ของการเสริมสร้างวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย คือการทำให้เด็กสามารถจัดการสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง สร้างกฎเกณฑ์จากภายใน และมีรูปแบบพฤติกรรมที่เหมาะสม ดังนั้น ผู้ปกครองและคุณครูต้องพิจารณาว่าในช่วงวัย ต่าง ๆ ของเด็กมีพัฒนาการเป็นอย่างไร มีความสามารถในการทำอะไรได้ด้วยตนเอง หรือทำได้ในระดับใด และสิ่งใดที่ควรปลูกฝัง เพื่อที่จะเข้าใจว่าทำไมเด็กจึงแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น เพื่อที่จะสามารถตั้งควรหวังต่อการปลูกฝังวินัยได้อย่างเหมาะสม เป็นต้น

2) พื้นอารมณ์ (temperament) พื้นอารมณ์ของเด็กและผู้ใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบริบทของสภาพแวดล้อมทางสังคมวัฒนธรรมของเด็กที่แตกต่างกัน ซึ่งเด็กต้องการความยืดหยุ่น รวมทั้งคำนึงถึงความต้องการต่างๆของเด็ก เช่น เด็กที่มีความต้องการพิเศษหรือพัฒนาการล่าช้า จำเป็นต้องเพิ่มเรื่องการปรับตัว การให้เวลามากขึ้นในการเรียนรู้และปรับตัว และการแก้ปัญหาต่างๆ

3) การเสริมสร้างวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยเชิงบวก เป็นการปลูกฝังความเชื่อมั่นที่มากขึ้นระหว่างเด็กกับผู้เกี่ยวข้อง มากกว่าการทำให้เกิดความรู้สึกทางลบ การลงโทษ และการสูญเสียความเชื่อถือว่าว่างใจระหว่างกัน

4) ควรใช้แนวทางในการป้องกันพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมที่เกิดขึ้นตามพัฒนาการของช่วงวัย ลักษณะของวินัยที่เหมาะสมกับวัย การส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมอย่างต่อเนื่องจนเกิดเป็นวินัยในตนเองในที่สุด

5) การคำนึงถึงอิทธิพลที่มีผลต่อพฤติกรรมของเด็ก ไม่ว่าจะเป็นบทบาทของผู้ปกครองในการมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็ก หรือสื่อสังคมต่าง ๆ ที่เด็กได้รับด้วยความตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม

หลักการสร้างวินัยเชิงบวกในเด็กปฐมวัย

1) หลักการควบคุมตนเอง (self – control) และการกำกับตนเอง (self – regulation) การควบคุมตนเองช่วยให้เด็กมีวินัยในตนเองมากขึ้น มากกว่าการมีพฤติกรรมที่ถูกกระตุ้นโดยผู้อื่น เพราะโดยธรรมชาติเด็กจะมีความโน้มเอียงไปในทางที่ถูกกระตุ้น (Caroll, 2016) ดังนั้น การพัฒนาความสามารถในการควบคุมตนเองจะเป็นการทำให้เด็กปฐมวัยมีวินัยในตนเองมากขึ้น โดย Galinsky (2019) อธิบายว่า ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการทำอะไรให้ประสบความสำเร็จ ความสัมพันธ์ การมีสมาธิในการทำงาน มีความยืดหยุ่น และการควบคุมตนเองให้บรรลุเป้าหมาย คือการจดจ่อและการควบคุมตนเอง (focus and self – control) การเรียนรู้ที่จะควบคุมตนเอง (learning self-control) เป็นพฤติกรรมที่เด็กเรียนรู้ ได้แก่ การรับฟังผู้อื่น การยอมรับข้อจำกัดในการแสดงพฤติกรรม การเรียนรู้ว่าตนเองไม่ใช่ศูนย์กลางของทุกสิ่งทุกอย่าง การคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น การเรียนรู้ที่จะแสดงความรู้สึกด้วยคำพูด การเรียนรู้ที่จะแบ่งปันและรอคอย การปฏิบัติตามข้อตกลง และการระงับความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ก้าวร้าว (Nareumon Neamhom, 2010) สิ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐานในการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง เพราะเด็กจะสามารถควบคุมตนเองได้ ส่วนการกำกับตนเอง (self – regulation) ตามแนวคิดของ Albert Bandura ซึ่งประกอบด้วย การตั้งเป้าหมาย การสังเกตตนเอง การตัดสินใจ และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง จะช่วยให้บุคคลรับรู้ความสามารถตนเอง ซึ่งหากมีการพัฒนาการกำกับตนเองตั้งแต่ช่วงวัยแรกของชีวิต จะเป็นพื้นฐานที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่เหมาะสม (Sirin Laddaklom Booncherdchoo, 2014) ดังนั้นหากเด็กปฐมวัยสามารถที่จะกำกับตนเองได้ โดยการตั้งเป้าหมายที่เหมาะสมด้วยตนเองแล้วพิจารณาความสามารถของตนเอง ตัดสินใจเองได้ และกำกับพฤติกรรมของตนเองจนบรรลุเป้าหมายได้ จะเป็นพื้นฐานของการพัฒनावินัยในตนเองได้เช่นกัน

2) หลักการการพัฒนาที่บูรณาการพัฒนาการทางกาย จิตใจ คุณธรรมและจริยธรรมโดยใช้สมองเป็นฐาน ด้วยเหตุที่ว่าวินัยในตนเอง เป็นพลังของบุคคลที่เกิดภายในที่ประกอบด้วยพลังทางกายภาพ (physical

energy) และพลังทางจิต (mental energy) ในการแสดงพฤติกรรมออกมา ดังนั้น การพัฒนาจำเป็นต้องใช้สมองเป็นฐาน เพราะสมองส่งผลต่อพฤติกรรมทั้งหมดของมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมตามสัญชาตญาณ พฤติกรรมตามอารมณ์ และพฤติกรรมผ่านการทำงานของสมองขั้นสูง คิวคิดวิเคราะห์ แก้ไขปัญหา ควบคุมอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก และการตัดสินใจ ก่อนจะแสดงพฤติกรรมใดออกมา ซึ่งมาจากสมองส่วนเหตุผล (executive function-EF) ซึ่งการที่เด็กจะได้พัฒนาฝึกสมองส่วนเหตุผล หรือ EF ขึ้นอยู่กับประสบการณ์เดิม และคุณภาพของประสบการณ์นั้น ซึ่งสร้างได้ด้วยการให้ความรัก ความอบอุ่น ความผูกพันและให้พื้นที่ปลอดภัย พ่อแม่จะกลายเป็นวัคซีนที่ยอดเยี่ยมในการทำให้ลูกค่อยๆ สร้างตัวตนที่เป็นตัวเขาขึ้นมา (Panadda Thanasetkorn, n.d., quoted in Rachaneegorn Srifhawattana, 2018) วินัยเชิงบวก คือการสอนและฝึกฝนลูก โดยปราศจากความรุนแรงทางกายวาจา เน้นการส่งเสริมวิธีการสื่อสารและการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ไม่บังคับหรือควบคุมลูก รวมถึงลงโทษหรือทำร้ายร่างกายและจิตใจ สอนให้ลูกประสบความสำเร็จโดยให้ความรู้และความรักควบคู่กัน วินัยเชิงบวกจึงทำหน้าที่คล้ายสะพานเชื่อมโยง ระหว่าง “การแสดงออกทางพฤติกรรม” และ “การใช้ทักษะสมองส่วนเหตุผล” ดังนั้น การพัฒนาความมีวินัยในตนเองต้องทำให้เด็กรู้เหตุผลในการแสดงพฤติกรรมออกมา ซึ่งหมายรวมถึงเหตุผลในเชิงคุณธรรมด้วยว่าอะไรคือสิ่งดีงามที่ควรประพฤติปฏิบัติ และการใช้จิตวิเคราะห์สามารถแยกแยะระหว่างความดี กับความไม่ดี โดยเลือกจะปฏิบัติดีเป็นต้น

3) หลักการเรียนรู้และหลักการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง วินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยเกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้ ฝึกฝน อบรม ดังที่ Nareumon Neamhom (2010) กล่าวว่า การพัฒนาให้เด็กมีวินัยในตนเองตั้งแต่ช่วงปฐมวัยจะเป็นการปลูกฝังให้เด็กมั่นใจว่าสิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ รู้จักหลีกเลี่ยงการทำผิด หรือรู้สึกอายต่อการทำผิด แนวทางการสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัยในเชิงบวก โดยเชื่อว่า เมื่อนำพฤติกรรมที่ดี ที่มีวินัย ให้เด็กทำตั้งแต่ช่วงเริ่มต้น คือในระยะปฐมวัย หลังจากนั้นเมื่อเด็กทำ บ่อยๆ ซ้ำๆ ก็จะทำให้เกิดความเคยชิน และเป็นวิถีชีวิตในที่สุด โดยที่การเรียนรู้จะทำให้เด็กเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมก่อนข้างถาวร ดังนั้น จึงต้องมีการจัดการให้เกิดการเรียนรู้ในสิ่งที่ดี ทั้งในด้านการเป็นแบบอย่างและสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ปลูกฝังความมีวินัยในตนเองผ่านการปฏิบัติตามกิจวัตรประจำวันจนเป็นนิสัย รวมทั้งการได้รับการจัดประสบการณ์เพื่อฝึกฝนทักษะและพฤติกรรมที่เหมาะสมทั้งต่อตนเองและสังคม

การสร้างวินัยเชิงบวก คือ การจัดการกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กอย่างสร้างสรรค์ โดยการสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและเป็นมิตร ทำให้เด็กรู้สึกปลอดภัย ช่วยสร้างสัมพันธภาพที่ดี นอกจากนี้จะช่วยเสริมสร้างวินัย ยังช่วยพัฒนาพัฒนาการทางสังคมและอารมณ์อีกด้วย ช่วยให้เด็กเกิดความมั่นใจในตนเอง มีความมั่นคงทางอารมณ์ และเสริมสร้างให้เด็กรู้จัก เข้าใจ และสามารถแยกแยะได้ว่าพฤติกรรมใดที่ควรทำ และพฤติกรรมใดควรหลีกเลี่ยง เพื่อให้เด็กเกิดการปรับพฤติกรรมไปในแนวทางที่ดีขึ้น ทำให้เด็กเกิดความเคยชิน และส่งผลต่อเนื่องไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสมในอนาคต สอดคล้องกับ Channipun C., Kantawan M. and Apiradee C. (2017) ที่กล่าวว่า การสร้างวินัยควรฝึกให้เด็กตั้งแต่ยังเล็กอย่างเหมาะสมกับวัย ผู้เกี่ยวข้องควรให้เด็กได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติซ้ำๆ อย่างเสมอ ดูแลให้เด็กปฏิบัติตามข้อตกลงอย่างคงเส้นคงวา เพื่อให้เด็กจดจำ

พฤติกรรมนั้นจนพัฒนากลายเป็นนิสัยเมื่อเด็กโตเป็นผู้ใหญ่ อีกทั้งยังควรปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้มีวินัย เพื่อให้เด็กได้ซึมซับและเรียนรู้ผ่านตัวแบบไม่ว่าจะเป็นการกระทำ คำพูด และความคิด เนื่องจากเด็ก ๆ มักจะเรียนรู้ผ่านการเลียนแบบพฤติกรรมจากคนใกล้ชิดโดยไม่รู้ตัว เด็กจะซึมซับพฤติกรรมและการแสดงออกจากผู้ใหญ่

ดังนั้น หากต้องการให้เด็กมีระเบียบวินัย จึงควรสอนเด็กไปในทิศทางเดียวกัน และเป็นตัวอย่างที่ดี เช่น การตรงต่อเวลา การรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเองให้เสร็จสิ้น เป็นต้น เนื่องจากการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตและเลียนแบบ (Bandura, 1963) ดังนั้นการเรียนรู้ของเด็กก็คือการสังเกตและเรียนรู้จากการทำตามการกระทำของผู้ใหญ่มากกว่าการสอนด้วยวาจา นอกจากนี้ผู้เกี่ยวข้องควรสอน กำหนดเวลาและกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน และควรชมเชยเพื่อเพิ่มความเชื่อมั่น เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่ดี ตามเป้าหมาย หรือทำตามกำหนดเวลาได้ เด็กจะรู้สึกว่าคุณใหญ่เชื่อมั่นและไว้วางใจในตัวเขา เป็นหนึ่งในการสร้างวินัยเชิงบวก ที่ทำให้เด็ก ๆ ทำตามระเบียบวินัยอย่างเต็มใจ สอดคล้องกับ Burrhus Frederic Skinner (1974) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ที่กล่าวไว้ว่า ผลลัพธ์ของการกระทำ จะทำให้บุคคลหนึ่งแสดงพฤติกรรมเดิมเพิ่มมากขึ้น หรือลดน้อยลงได้ เช่น เมื่อเด็ก ๆ วางรองเท้าให้เป็นระเบียบ แล้วผลลัพธ์ คือ การชมเชย เขาก็จะแสดงพฤติกรรมเดิมมากขึ้น เป็นการสร้างแรงจูงใจให้เด็กทำพฤติกรรมที่ดีเพิ่มขึ้นอีก

การสร้างวินัยเชิงบวกควรเกิดจากความรัก ความจริงใจ ไม่ใช่การทำงานตามคำสั่ง โดยปราศจากความรุนแรงทางกายวาจา เน้นการส่งเสริมวิธีการสื่อสารและการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ไม่บังคับหรือควบคุมเด็ก รวมถึงลงโทษหรือทำร้ายร่างกายและจิตใจ เพราะสิ่งสำคัญที่สุดที่ผู้ใหญ่ต้องระลึกไว้เสมอคือ ไม่ว่าจะเลือกใช้การลงโทษวิธีใดวิธีหนึ่ง จะทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจและระบายความรู้สึกโดยการเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวจากผู้ใหญ่ แต่ผู้ใหญ่ควรนำพฤติกรรมที่ดี ที่มีวินัย ให้เด็กทำตั้งแต่ช่วงเริ่มต้น คือ ในระยะปฐมวัย หลังจากนั้นเมื่อเด็กทำ บ่อยๆ ซ้ำๆ ก็จะทำให้เกิดความเคยชิน และเป็นวิถีชีวิตในที่สุด

แนวทางการสร้างเสริมวินัยในตนเองผ่านกิจกรรมหลัก 6 กิจกรรม

การสร้างเสริมวินัยเชิงบวกผ่านกิจกรรมหลัก 6 กิจกรรม สามารถดำเนินการได้ตามแนวทางต่อไปนี้

1) กิจกรรมเสริมประสบการณ์ ในขณะที่ครูสอนกิจกรรมเสริมประสบการณ์ควรนั่งในระดับสายตา และสอดส่ายสายตาให้ทั่วถึง ให้ความสำคัญกับเด็กทุกคน ซึ่งจะส่งผลให้เด็กรู้สึกได้รับความใส่ใจ มีคุณค่า และเกิดความเชื่อใจ ฝึกเห็นเด็กรู้จักยับยั้งชั่งใจ คิดก่อนลงมือทำ เช่น เมื่อต้องการตอบคำถาม หรือต้องการแสดงความคิดเห็น ควรให้เด็กยกมือ และรอคอยให้ครูเรียกก่อน ไม่พูดแทรกระหว่างที่เด็กคนอื่นหรือขณะที่ครูกำลังพูดอยู่ เปิดโอกาสให้เด็กได้คิดและแสดงความคิดเห็นโดยใช้คำถามปลายเปิด เพื่อเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง สร้างแรงจูงใจโดยการเสริมแรงทางบวก สร้างแรงจูงใจให้เด็กอยากร่วมมือ และเกิดความต้องการที่จะพัฒนาตนเอง และเปิดโอกาสให้เด็กได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

2) กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ควรเปิดโอกาสให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมผ่านการเป็นผู้นำและผู้ตาม ส่งเสริมให้เด็กกล้าแสดงออก กล้าแสดงความรู้สึกของตนเองผ่านรูปแบบกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเองผ่านการเคลื่อนไหว

3) กิจกรรมสร้างสรรค์ ควรมีการเสริมแรงเมื่อเด็กแสดงออกผ่านงานศิลปะ เพื่อสร้างความเชื่อมั่นและความเชื่อมั่นในตนเอง และกำหนดเวลาที่ชัดเจน เพื่อส่งเสริมให้เด็กชื่นชมผลงานของตนเองและผู้อื่น

4) กิจกรรมเสรี ควรเปิดโอกาสให้เด็กมีโอกาสได้ตัดสินใจในการเลือกเล่นมุมต่างๆ ด้วยตนเองอย่างเสรี และสามารถปฏิบัติตามกติกาได้ด้วยตนเองอย่างเต็มที่ เช่น การสร้างข้อตกลงในการเล่น เมื่อได้ยินสัญญาณหมดเวลา เด็กควรเคารพเสียงสัญญาณโดยการช่วยกันเก็บของเข้าที่ ควรฝึกให้เด็กรู้จักการรอคอยและการแบ่งปัน และควรส่งเสริมให้เด็กแสดงพฤติกรรมนั้นซ้ำๆ จนในที่สุดเด็กๆ ทำจนติดเป็นนิสัย

5) กิจกรรมกลางแจ้ง ครูและเด็กควรร่วมกันกำหนดและสร้างข้อตกลง กฎ กติกาในการเล่น โดยครูควรชี้แจงให้เด็กเห็นถึงความสำคัญของการมีข้อตกลงร่วมกัน เพื่อจูงใจให้เด็กปฏิบัติตามข้อตกลง และเมื่อเด็กละเลยควรมีการทบทวนข้อตกลง และเปิดโอกาสให้เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนหรือบุคคลอื่น เช่น การสอนให้เด็กรู้จักการเข้าคิวในการเล่นเครื่องเล่นต่างๆ

6) กิจกรรมเกมการศึกษา ควรฝึกให้เด็กได้รู้จักรอคอย รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเองในการปฏิบัติกิจกรรม สนับสนุนให้เด็กได้พยายามเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในเกมการศึกษาแต่ละรูปแบบ การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงต่างๆ ให้เด็กได้เรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่น และเรียนรู้การปฏิบัติกิจกรรมที่เป็นไปตามเวลา

การสร้างวินัยเชิงบวกควรเกิดจากความรัก ความจริงใจ ควรมีการจัดการให้เกิดการเรียนรู้ในสิ่งที่ดี ทั้งในด้านการเป็นแบบอย่างและสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ปลูกฝังความมีวินัยในตนเองผ่านการปฏิบัติตนตามกิจวัตรประจำวันจนเป็นนิสัย รวมทั้งการจัดประสบการณ์เพื่อฝึกฝนทักษะและพฤติกรรมที่เหมาะสมทั้งต่อตนเองและสังคมอย่างต่อเนื่องจนเกิดเป็นนิสัย โดยที่ต้องอาศัยความร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครอง คุณครู รวมถึงผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ ผู้ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาเด็กปฐมวัยให้มีรากฐานชีวิตที่ดีนำไปสู่สังคมที่ดีด้วยเช่นกัน

บทสรุป

วินัยในตนเอง คือ ความสามารถในการควบคุม กำกับพฤติกรรมของตนเองเพื่อนำไปสู่การเลือกปฏิบัติ การแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นและคนอื่นๆ ในสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และยังทำให้สังคมมีความเป็นระเบียบเรียบร้อยอีกด้วย และวินัยในตนเองนั้นมีความสำคัญทั้งต่อตัวเด็ก ต่อพ่อ แม่ ผู้ปกครอง ต่อครู และต่อสังคม ประเทศชาติ จึงจำเป็นที่จะต้องเสริมสร้างและปลูกฝังตั้งแต่เด็ก ซึ่งเด็กทุกคนมีความแตกต่างกัน ทั้งในเรื่องความสามารถ พัฒนาการ ความชอบ พื้นอารมณ์ เนื่องจากกลไกตามธรรมชาติ และสภาพแวดล้อมในการอบรมเลี้ยงดู ซึ่งพ่อ แม่ และครู ถือเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญที่สุดในการปลูกฝัง และเสริมสร้างวินัยในเด็กปฐมวัย ควรเป็นการทำงานร่วมกันระหว่างครู และพ่อแม่ โดยครูต้องทำให้พ่อ แม่ รู้สึกสบายใจในการสื่อสารกับครู ซึ่งการทำงานร่วมกันระหว่างผู้ใหญ่จะทำให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นและไว้วางใจ ต่อสังคม และเสริมสร้างวินัยในเด็กปฐมวัยนั้น ควรอยู่บนรากฐานของความรัก ความจริงใจ ทำได้โดยการทำความเข้าใจและเรียนรู้ธรรมชาติและพัฒนาการของเด็กแต่ละวัยและแต่ละคน ซึ่งมีความแตกต่างกันออกไป โดยผู้ใหญ่ควรเป็นแบบอย่างที่ดี เอาใจใส่เด็กอย่างสม่ำเสมอ ให้ความรับความอบอุ่น มีความยุติธรรม ให้เด็ก

เกิดความเชื่อใจและไว้วางใจ มีความยืดหยุ่น ช่างสังเกต ชัดเจนในข้อตกลง การใช้คำพูดเชิงบวก ควรเสริมสร้างวินัยโดยวิธีเชิงบวก คือการสอนและฝึกฝนเด็ก โดยปราศจากความรุนแรงทางกายและวาจา เน้นการส่งเสริมวิธีการสื่อสารและการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ไม่บังคับหรือควบคุมเด็ก รวมถึงไม่ใช้การลงโทษหรือทำร้ายร่างกายและจิตใจ สร้างวินัยโดยการปฏิบัติจริง โดยการบูรณาการกับการใช้ชีวิตจริง หรือการดำเนินชีวิตประจำวัน ผู้ใหญ่ควรช่วยให้เด็กลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและไม่เป็นที่ยอมรับ และช่วยให้เด็กรู้ว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ดีและเป็นที่ยอมรับของสังคม แล้วสนับสนุนให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่ดีซ้ำๆ จนกลายเป็นลักษณะนิสัยด้วยความเข้าใจในตัวเด็ก

References

- Bandura, A. (1963). Principles of behavior modification. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Bloom, B.S. (1966). Taxonomy of Education Objectives. New York: David Mckay.
- Brotherton, P. (2002). Self-discipline is the Key to Success. [Online]. Retrieved April 13, 2022, from <http://www.ird.com/buymyslf/pbroth/000827.htm>.
- Carroll, D. (2016). Self-discipline, one of the most important qualities a child can develop. [Online]. Retrieved April 13, 2022 from <https://www.news-leader.com/story/news/local/every-child>
- Channipun C., Kantawan M. and Apiradee C. (2017). Discipline Enhancing in Early Childhood..Early childhood crises and solutions. Bangkok: Plus Press.
- Duangta Kookasemkit. (2012). Discipline in Early Childhood ...Things never out of date. Journal of Srinakharinwirot Research and Development. 4(8). [Online]. Retrieved April 13, 2022, from <https://ejournals.swu.ac.th/index.php/swurd/article/download/2510/2538/8259>.
- Galinsky, E. (2019). How Do We Teach Children The Most Important Life Skills?. [Online]. Retrieved April 13, 2022 from <https://www.brighthorizons.com/family-resources/teaching-kids-life-skills-seven-essential-life-skills-to-succeed>.
- Goodman, R. (2001). Psychometric properties of the strengths and difficulties questionnaire. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 40, 1337-1345. [Online]. Retrieved April 13, 2022 from <http://dx.doi.org/10.1097/00004583-200111000-00015>

- Kamonjan Chuenrit. (2007). Self – Discipline development of young children experienced through music activities following his majesty the king’s speech. Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Master of Education Degree in Early Childhood Education at Srinakharinwirot University
- Leatzow, N., Neuhauser, C., and Wilms, L. (1999). Creating Discipline in the Early Childhood Classroom. Bangkok: Council Printing House.
- Meggison, C. L. (1977). Personnel and Human Resources Administration. Richard D. Irwin Inc. Homewood, Illionis.
- Ministry of Education. (2017). Early Childhood Curriculum B.E. 2560. Bangkok: The agricultural Co-operative Federation of Thailand Press.
- Nareumon Neamhom. (2005). Cultivate Self-Discipline for Early Childhood Children. [Online]. Retrieved April 13, 2022 from http://www.nareumon.com/index.php?option=com_content&task=view&id=4
- Nareumon Neamhom. (2010). Cultivate Self-Discipline for Early Childhood Children. [Online]. Retrieved April 13, 2022 from <http://pecerathailand.org/assets/pdf/38.pdf>
- Office of the Royal Society. (2013). Royal Institute Dictionary B.E.2554. Bangkok: Nanmeebooks.
- Peck, M.S. (1978). The Roadless Traveled. New York: Simon and Schuster.
- Praveen Na Nakorn. (2015). Discipline: Principles and Methods of maintain Discipline. Bangkok: Office of the Civil Service Commission.
- Rachaneegorn Srifhawattthana. (2018). Panadda Thanasetkorn : bring up childhood through positive discipline. [Online]. Retrieved April 13, 2022 from <https://thepotential.org/knowledge/positive-discipline/>
- Sirin Laddaklom Booncherdchoo. (2014). The Effect of SSAPA Learning Modelon Self–Regulation of Young Children. Silpakorn Educational Research Journal., 6(2), 244-258
- Sheviakov, G.V. (1985). Discipline for Today’s Children and Youth. Washington D.C.: National Education Association.
- Skinner,B.F. (1974). About Behaviourism. Newyork: Knopf
- Tongjit Jitdee. (2004). Self – Discipline development of young children experienced through music activities applying Orff – Schulwerk Style. Presented in partial fulfillment of the requirementsfor the Master of Education degree in Early Childhood Educationat Srinakharinwirot University

Thansettakit. (2023). Which slogan "National Children's Day" is your favorite?. [Online].

Retrieved April 13, 2022 from <https://www.thansettakij.com/general-news/463653>

The Education Department of Bangkok Archdiocese. (2021). Discipline of Early Childhood.

[Online]. Retrieved April 13, 2022 from <http://www.edbathai.com/Main2/>