

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ
“การใช้การละเล่นไทยเพื่อพัฒนาทักษะสมอง EF”

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

๑. หลักการ และเหตุผล

ความสามารถในการบริหารจัดการชีวิต (Executive Function) เป็นกระบวนการทางความคิดที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก และการกระทำ เช่น การยั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำและเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการทำสิ่งต่างๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ ซึ่งเป็นทักษะที่มนุษย์เราทุกคนต้องใช้ มีความสำคัญยิ่งต่อทั้งความสำเร็จในการเรียน การทำงาน รวมทั้งการมีชีวิตครอบครัว

ทั้งนี้ มีงานวิจัยที่สะท้อนว่า ช่วงวัย ๓ - ๖ ปี เป็นช่วงเวลาที่สำคัญมากในการพัฒนาทักษะ EF ให้กับเด็ก Executive Functions (EF) ประกอบด้วยทักษะ ๙ ด้าน คือ ๑) Working memory ความจำที่นำมาใช้งาน ความสามารถในการเก็บข้อมูล ประมวล และดึงข้อมูลที่เก็บในคลังสมองของเราออกมาใช้ตามสถานการณ์ที่ต้องการ ๒) Inhibitory Control การยั้งคิด และควบคุมแรงปรารถนาของตนให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จนสามารถหยุดยั้งพฤติกรรมได้ในกาลเทศะที่เหมาะสม ๓) Shift หรือ Cognitive Flexibility การยืดหยุ่นความคิด สามารถปรับเปลี่ยนความคิดให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไปยืดหยุ่นพลิกแพลงเป็นเห็นทางออกใหม่ๆ และคิดนอกกรอบได้ ๔) Focus/Attention การใส่ใจจดจ่อมุ่งความสนใจอยู่กับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่องในช่วงเวลาหนึ่งๆ โดยไม่วอกแวก ๕) Emotional Control การควบคุมอารมณ์ ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จัดการกับความเครียดความหงาได้ มีอารมณ์มั่นคง และแสดงออกแบบที่ไม่รบกวนผู้อื่น ๖) Planning and Organizing การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการเริ่มตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย การเห็นภาพรวม จัดลำดับความสำคัญ จัดระบบโครงสร้าง จนถึงการแตกเป้าหมายให้เป็นขั้นตอน ๗) Self-Monitoring การรู้จักประเมินตนเอง รวมถึงการตรวจสอบการทำงานเพื่อหาจุดบกพร่อง และรู้ว่ากำลังทำอะไร ได้ผลอย่างไร ๘) Initiating การริเริ่มและลงมือทำงานตามที่คิดเมื่อคิดแล้วก็ลงมือทำ ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง และ ๙) Goal-Directed Persistence ความพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย เมื่อตั้งใจและลงมือทำแล้ว มีความมุ่งมั่นบากบั่น ไม่ว่าจะมอุปสรรคใดๆ ก็พร้อมฝ่าฟันจนถึงความสำเร็จ

โดยในช่วงวัยเด็กจะเริ่มต้นพัฒนาในทักษะพื้นฐาน ๕ ด้าน ได้แก่ ด้านความจำเพื่อใช้งาน (working memory) ด้านการยั้งใจคิดไตร่ตรอง (inhibitory control) ด้านการยืดหยุ่นความคิด (shift/

cognitive flexibility) ด้านการวางแผน จัดระบบ และดำเนินการ (planning and organizing) และด้านการควบคุมอารมณ์ (emotional control) ซึ่งทักษะดังกล่าวสามารถพัฒนาได้ด้วยการผ่านกิจกรรมการเล่น

มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างการเล่นกับการพัฒนาทักษะ EF โดยพบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการเล่นสมมติและ EF โดยเฉพาะทักษะการควบคุมตนเองและการยั้งคิดไตร่ตรอง (Singer, ๑๙๖๑) ซึ่งสอดคล้องกับ Vygotsky ที่กล่าวว่า “ในการเล่นเด็กจะได้แสดงพฤติกรรมที่มากกว่าพฤติกรรมเฉลี่ยของเด็กวัยนี้ มากกว่าพฤติกรรมในแต่ละวัน ดังนั้นการเล่นจะสอนให้เด็กเติบโตมากกว่าที่เด็กเป็น” การเล่นจึงเป็นแหล่งสำคัญหรือกิจกรรมสำคัญที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการของมนุษย์

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ตระหนักถึงคุณค่าของการละเล่นไทยที่มีต่อการส่งเสริมพัฒนาการในเด็ก จึงจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ การใช้การละเล่นไทยเพื่อส่งเสริมพัฒนาการในเด็กระดับอนุบาล และประถมศึกษาอย่างต่อเนื่องทุกปี ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๓ จนถึงปัจจุบันและการอบรมเชิงปฏิบัติการในปี พ.ศ. ๒๕๖๑ นี้ มุ่งเน้นการนำการละเล่นไทยชนิดต่างๆ มาส่งเสริมพัฒนา Executive Function ในเด็กระดับอนุบาลและประถมศึกษา โดยมุ่งหวังให้ครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้สนใจ ตระหนักถึงคุณค่า ความสำคัญของการละเล่นไทย เกิดทักษะ ประสบการณ์ และความมั่นใจ ที่จะนำเทคนิควิธีการจัดกิจกรรมการละเล่นไทยไปใช้ส่งเสริม Executive Function กับเด็กของตนต่อไป

๒. วัตถุประสงค์โครงการ

อบรมเชิงปฏิบัติการ โดยเน้นให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้ผ่านการประสบการณ์ตรง ด้วยการเป็นผู้เล่น และการเป็นผู้จัดกิจกรรม เน้นการอภิปรายถึงคุณค่า และเทคนิควิธีการจัดกิจกรรมการละเล่นไทยแต่ละกิจกรรม ให้เกิดประสิทธิภาพ และเกิดคุณค่าสูงสุดต่อการพัฒนา Executive Function ในเด็ก

๓. เป้าหมายโครงการ

ครูระดับชั้นอนุบาลและประถมศึกษา พ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้สนใจ จำนวน ๔๐ คน ที่เข้าร่วมอบรมเชิงปฏิบัติการ เกิดความตระหนักในคุณค่าของการละเล่นไทยที่มีต่อการพัฒนา Executive Function เกิดทักษะความชำนาญในการจัดกิจกรรมการละเล่นไทย และสามารถนำประสบการณ์ไปประยุกต์ใช้กับเด็กของตนต่อไป

๔. วันที่ และสถานที่จัดอบรม

วันที่ ๑๙ - ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๑ ณ ห้องประชุมเอนกประสงค์ ชั้น ๒ อาคารปัญญาวัฒนา
สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล ถนนพุทธมณฑล สาย ๔ ตำบล
ศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๗๐

๕. วิทยากร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บัญญัติ ยงย่วน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปนัดดา ธนเศรษฐกร

อาจารย์ ดร.พัชรินทร์ เสรี

นางสาวนันท์นัช สงศิริ

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

๖. ผู้รับผิดชอบโครงการ

คณะทำงานสนับสนุนการบริการวิชาการ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว
มหาวิทยาลัยมหิดล

๗. ค่าลงทะเบียน

จำนวน ๒,๐๐๐ บาท (รวมค่าอาหารกลางวัน อาหารว่าง แผนการเล่นไทย และวุฒิบัตร)