The Journal Of Occupational Therapist Association of Thailand (2026); 30(2)

การพัฒนาชุดกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองในเด็กปกติอายุ 3-5 ปี

ธมลวรรณ ปฏิภาณกุล[1] วรภาณ์ ลภัสกาญ[1] และสุภาพร ชินชัย[1]*

[1]ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

*ผู้รับผิดชอบบทความ email: supaporn.c@cmu.ac.th

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองในเด็กอายุ 3-5 ปี กลุ่มตัวอย่างคือ เด็กก่อนวัยเรียนเพศชายและเพศหญิง อายุระหว่าง 3-5 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในสถานรับเลี้ยงเด็ก Baby Genius Nursery อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 14 คน และครูประจำชั้น จำนวน 2 คน ทำการศึกษาความตรงเชิงเนื้อหาด้วยการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของชุดกิจกรรมฯ และประเมินระดับความคิดเห็นของครูต่อการใช้ชุดกิจกรรมฯ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่าค่าความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมฯ ที่ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองด้านละ 10 กิจกรรม มีค่าเท่ากับ 0.78 และ 0.75 ตามลำดับและมีค่าความตรงเชิงเนื้อหารวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.76 และครูประจำชั้นมีระดับความคิดเห็นต่อชุดกิจกรรมฯ ในด้านความปลอดภัย ด้านความชัดเจนของภาษาและการใช้งาน และด้านความเหมาะสมของกิจกรรม อยู่ที่ร้อยละ 100, 100 และ 98 ตามลำดับ โดยมีระดับความคิดเห็นโดยรวมอยู่ที่ร้อยละ 99 ซึ่งสะท้อนว่าชุดกิจกรรมฯ นี้สามารถนำไปศึกษาเพื่อหาประสิทธิภาพในการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองในเด็กอายุ 3-5 ปีต่อไปได้

คำสำคัญ: เด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3-5 ปี, ทักษะการคิดเชิงบริหาร, ชุดกิจกรรม, ทักษะความจำจากการใช้งาน, ทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง

Abstract

This study aimed to develop an executive function activity protocol to promote executive function skills, specifically working memory and inhibitory control, in children aged 3–5 years. The sample consisted of 14 preschool boys and girls aged 3–5 years who were enrolled at Baby Genius Nursery in Sansai District, Chiang Mai Province, along with two classroom teachers. Content validity of the activity

The Journal Of Occupational Therapist Association of Thailand (2026); 30(2)

protocol was examined using the Index of Item-Objective Congruence (IOC), and teachers' opinions regarding its implementation were assessed using a teacher opinion questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics. The results indicated that the content validity of the activity protocol, as evaluated by three experts, yielded IOC values of 0.78 for working memory and 0.75 for inhibitory control (10 activities per domain), with an overall IOC of 0.76 for the entire protocol. In addition, classroom teachers reported high levels of satisfaction with the activity protocol in terms of safety, clarity of language, usability, and appropriateness of activities, with percentages of 100%, 100%, and 98%, respectively. The overall satisfaction rate was 99%. These findings suggest that the developed activity protocol can be further utilized in subsequent studies to evaluate its effectiveness in promoting working memory and inhibitory control in children aged 3–5 years.

Keywords: Children aged 3-5 years, Executive functions, EF Activity protocol, Working memory, Inhibitory control

บทนำ

การคิดเชิงบริหาร (executive function: EF) คือ การทำหน้าที่ของสมองระดับสูงที่ช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก พฤติกรรม หรือการกระทำ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ได้ ทักษะการคิดเชิงบริหารประกอบด้วยความจำจากการใช้งาน (working memory) การยั้งคิดไตร่ตรอง (inhibitory control) และการยืดหยุ่นความคิด (self-shifting/cognitive flexibility) โดยทักษะความสามารถทั้ง 3 ด้านนี้ เป็นพื้นฐานของทักษะความสามารถด้านการคิดเชิงบริหารขั้นสูง หรือ metacognition[1] ที่ประมวลประสบการณ์ในอดีตและสถานการณ์ในปัจจุบันมาประเมิน วิเคราะห์ ตัดสินใจ และวางแผน เริ่มลงมือทำ ตรวจสอบตนเอง และแก้ไขปัญหา ตลอดจนควบคุมอารมณ์ บริหารเวลา จัดความสำคัญ กำกับตนเอง และมุ่งมั่นทำจนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ [2]

เนื่องจากความสามารถด้านการคิดเชิงบริหาร โดยเฉพาะทักษะด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองนั้น เป็นทักษะที่พัฒนามาตั้งแต่เด็ก ช่วงขวบปีแรกจนถึงอายุ 25 ปี มนุษย์นั้นจะเรียนรู้ทักษะการคิดเชิงบริหารด้านต่าง ๆ ผ่านสถานการณ์ ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น การเปลี่ยนโรงเรียน เปลี่ยนที่ทำงาน เจอเพื่อนใหม่ ได้ทำกิจกรรมที่ไม่เคยได้ทำมาก่อน เมื่อสิ่งที่ทำไม่เป็นไปตามสิ่งที่คาดหมาย เมื่อต้องอดทนต่อสิ่งยั่วยุบางอย่างเพื่อทำงานให้สำเร็จ เป็นต้น ซึ่งช่วงระยะเวลาวิกฤติของการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร คือ

วัยเด็กที่กำลังมีการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัวเขา [3] หากเด็กมีปัญหาตั้งแต่พื้นฐานที่สุดของทักษะการคิดเชิงบริหาร ได้แก่ มีปัญหาด้านความจำจากการใช้งาน อาจมีปัญหาที่สังเกตได้ เช่น การจำคำสั่งได้แค่เพียง 1 อย่าง จำได้เพียงคำสั่งสุดท้าย หรือมักทำผิดซ้ำ ๆ แม้เป็นสิ่งที่ถูกแนะนำหรือสอนไปแล้ว หรือหากเด็กมีปัญหาด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง เด็กมักจะอยู่ไม่นิ่ง ยุกยิกกระสับกระส่าย สมาธิสั้น หุนหันพลันแล่น ลงมือกระทำการโดยไม่ยั้งคิด โดยไม่รู้ตัวว่าตนเองรบกวนผู้อื่นอยู่ [4] ในปัจจุบัน พบว่าปัญหาทักษะการคิดเชิงบริหารที่เป็นปัญหาและพบมากในเด็กปฐมวัย คือ ปัญหาด้านความจำจากการใช้งาน และปัญหาด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง ตามลำดับ ซึ่งปัญหาดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อความพร้อมและความสำเร็จทางการเรียนของเด็กในระดับที่สูงขึ้นไปในเวลาต่อมา ฉะนั้นการส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยมีทักษะการคิดเชิงบริหารที่ดีจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับเด็กในศตวรรษที่ 21[5]

นักกิจกรรมบำบัดมีบทบาทในการคัดกรองประเมินเด็กรายบุคคล และส่งเสริมทักษะพัฒนาการแก่เด็กปกติให้เป็นไปตามวัย โดยนักกิจกรรมบำบัดสามารถพัฒนาชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะในด้านต่าง ๆ รวมถึง ทักษะการคิดเชิงบริหาร เพื่อให้เด็กสามารถควบคุมอารมณ์ พฤติกรรม และคิดวางแผนในขั้นสูงต่อไปได้ นอกจากนี้ยังพัฒนาการให้บริการกิจกรรมบำบัดในเด็ก เช่น การพัฒนาแบบประเมิน การส่งเสริมและเผยแพร่องค์ความรู้เชิงวิชาชีพแก่ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็ก โดยการศึกษาจากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ เช่น ตำรา วารสาร และการอบรมวิชาการ เป็นต้น [6]

ด้วยเหตุผลตามที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงออกแบบชุดกิจกรรมการเล่นให้สอดคล้องกับหลักการและทฤษฎี เพื่อส่งเสริมทักษะทางการคิดเชิงบริหารพื้นฐานทั้ง 2 ด้านในเด็กปฐมวัย ได้แก่ ความจำจากการใช้งาน (working memory) และการยั้งคิดไตร่ตรอง (inhibitory control) เนื่องจากเป็นทักษะขั้นพื้นฐานที่ก่อให้เกิดทักษะอื่น ๆ ตามมา และเพื่อเป็นแนวทางสำหรับครูปฐมวัยและผู้ดูแลในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารในเด็กอายุ 3-5 ปีต่อไป โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1) เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองในเด็กอายุ 3-5 ปี 2) เพื่อศึกษาความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองในเด็กอายุ 3-5 ปี และ 3) เพื่อศึกษาระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างคุณครูต่อการนำไปใช้ของชุดกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองในเด็กอายุ 3-5 ปี

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงพัฒนา ซึ่งผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากหน่วยงานจริยธรรม

การวิจัย คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เมื่อวันที่ 2 กันยายน 2568 โดยมีรหัสโครงการ คือ AMSEC-68EX-051 กลุ่มตัวอย่างมี 2 กลุ่ม ได้แก่ 1) เด็กอายุ 3-5 ปี จำนวน 14 คน กำลังศึกษาอยู่ในสถานรับเลี้ยงเด็ก Baby Genius Nursery อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (simple random sampling) ด้วยการใช้ตารางเลขสุ่ม (random number table) โดยใช้ข้อมูลเลขที่ของเด็กจากครูประจำชั้นเป็นเกณฑ์ในการสุ่ม แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 ช่วงอายุ ได้แก่ อายุ 3 ปี 4 ปี และ 5 ปี โดยมีเกณฑ์การคัดเข้า คือ เป็นเด็กปกติ ไม่ถูกจัดอยู่ในกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษ และได้รับการอนุญาตและการยินยอมเข้าร่วมในการศึกษาวิจัยจากผู้ปกครอง มีเกณฑ์การคัดออกคือ เด็กไม่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม และเป็นเด็กที่สงสัยว่าจะมีความล่าช้าหรือความผิดปกติของพัฒนาการจากการบอกของครู 2) ครูประจำชั้น ใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) คือ ครูประจำชั้นของเด็กชั้นอนุบาล 1 ชั้นอนุบาล 2 และชั้นอนุบาล 3 จำนวนทั้งหมด 3 คน เนื่องจากเป็นผู้ที่ใกล้ชิดกับเด็กและทราบบริบทของเด็กในสถานรับเลี้ยงเด็กมากที่สุด อย่างไรก็ตาม ครูประจำชั้นอนุบาล 2 และอนุบาล 3 เป็นบุคคลเดียวกัน ดังนั้นจึงเหลือกลุ่มตัวอย่างครูประจำชั้นที่เข้าร่วมการวิจัยจำนวนทั้งสิ้น 2 คน โดยเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร

การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลแนวคิดของการพัฒนาชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรอง เพื่อนำมาพัฒนาเป็นชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านละ 12 กิจกรรม ดำเนินการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์ในการส่งเสริมพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารแก่เด็ก 5 ปีขึ้นไป จำนวน 3 คน ประกอบด้วย นักกิจกรรมบำบัดที่ปฏิบัติงานในสถานศึกษา นักกิจกรรมบำบัดที่ปฏิบัติงานในคลินิกกิจกรรมบำบัด และอาจารย์กิจกรรมบำบัดฝ่ายผู้รับบริการเด็ก จากนั้นจัดทำหนังสือขออนุญาตผู้อำนวยการสถานรับเลี้ยงเด็ก Baby Genius Nursery เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและใช้สถานที่ในการดำเนินกิจกรรม พร้อมทั้งประสานงานกับครูประจำชั้น

ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์เชิญชวนครูและผู้ปกครองเข้าร่วมการวิจัยผ่านโปสเตอร์และเอกสารชี้แจงข้อมูลก่อนดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเด็กอายุ 3-5 ปี และจัดทำหนังสือขอความยินยอมจากครูและผู้ปกครอง ต่อมาจึงได้เตรียมสถานที่และชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรอง ซึ่งผ่านการหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาแล้ว พร้อมทั้งอธิบายวิธีการดำเนินกิจกรรมแก่ครูประจำชั้นเพื่อทดลองจัดกิจกรรมให้กับกลุ่มตัวอย่างเด็ก โดยมี

ผู้วิจัยเข้าร่วมสังเกตการณ์และให้คำแนะนำ ในช่วงเวลารอผู้ปกครองมารับ เพื่อหลีกเลี่ยงการรบกวนกิจกรรมหลักของเด็ก เมื่อสิ้นสุดการดำเนินกิจกรรม ดำเนินการประเมินความคิดเห็นของครูประจำชั้นต่อชุดกิจกรรมฯ ตามแบบประเมินที่กำหนดไว้

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างทดลอง

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3-5 ปี (n = 14)

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
- **ชาย**	4	28.57
- **หญิง**	10	71.43
อายุ ณ วันที่ทำกิจกรรม		
- **3 ปี 0 เดือน – 3 ปี 11 เดือน**	4	28.57
- **4 ปี 0 เดือน – 4 ปี 11 เดือน**	4	28.57
- **5 ปี 0 เดือน – 5 ปี 11 เดือน**	6	42.86
ระดับชั้นเรียน ณ สถานรับเลี้ยง		
- **อนุบาล 1**	5	35.71
- **อนุบาล 2**	5	35.71
- **อนุบาล 3**	4	28.57

จากตารางที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเด็กทั้งหมด มีเด็กเพศชาย จำนวน 4 คน และมีเด็กเพศหญิง จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 และ 71.43 ตามลำดับ โดยกลุ่มตัวอย่างเด็กก่อนวัยเรียนมีอายุเฉลี่ย 4 ปี 7 เดือน และมีเด็กที่อยู่ในระดับชั้นอนุบาล 1 และ 2 เป็นจำนวนมากที่สุด โดยมีจำนวนเท่ากัน คือ 5 คน คิดเป็นร้อยละ 35.71 ส่วนเด็กที่อยู่ในระดับชั้นอนุบาล 3 มีจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57

ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างคุณครูประจำชั้น (n = 2)

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
- **ชาย**	0	0
- **หญิง**	2	100
ระดับการศึกษา		
- **ปริญญาตรี**	2	100

จากตารางที่ 2 กลุ่มตัวอย่างคุณครูประจำชั้น เป็นเพศหญิงทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 100 โดยกลุ่มตัวอย่างมีระดับการศึกษาอยู่ที่ระดับชั้นปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 100

การพัฒนาชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร

ผู้วิจัยได้พัฒนาชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรอง ด้านละ 12 กิจกรรม รวมทั้งสิ้น 24 กิจกรรม โดยมีองค์ประกอบของแต่ละกิจกรรม ได้แก่ ชื่อกิจกรรม วิธีเล่น อุปกรณ์ และการปรับระดับกิจกรรม โดยกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารแต่ละด้าน มีดังนี้

1) ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งาน ใช้หลักการออกแบบชุดกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมที่มีการฟังคำสั่งที่มีลำดับขั้นตอน (instruction game) เนื่องจากเด็กต้องใช้ความตั้งใจจดจ่อและจดจำในการฟังคำสั่งอย่างต่อเนื่องจนจบ เพื่อที่จะประมวลผลและเรียกความจำออกมาใช้งาน และปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้อง และใช้กิจกรรมที่อยู่ในรูปแบบที่เข้าใจง่ายและเห็นภาพชัดเจน (visualization) รวม 12 กิจกรรม ได้แก่ เกม “แฮมเบอร์เกอร์ของป๊อบ“, เกม “เดินตามรอยแมว”, เกม “เลือกชุดให้เพื่อนเรา”, เกม “ส่งของในเมือง”, เกม “ไข่ลึกลับ”, เกม “กบน้อยหิวแมลง”, เกม “คู่ฉันอยู่ไหน”, เกม “ลิงขโมยผลไม้”, เกม “สัตว์ซ่อนหา”, เกม “เรียงรถตามสี”, เกม “ตบแปะตามครู”, เกม “ลิงชิงกล้วย” ดังตัวอย่างภาพที่ 1

The Journal Of Occupational Therapist Association of Thailand (2026); 30(2)



ภาพที่ 1 ตัวอย่างกิจกรรม เกม “ลิงชิงกล้วย” ส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำจากการใช้งาน โดยส่งเสริมความตั้งใจจดจ่อขณะทำกิจกรรมผ่านช่องทางเสียง (phonological loop) จากการฟังคำสั่งลำดับสี และใช้อุปกรณ์ที่มีสีสันโดดเด่นชัดเจน (visualization)

2) ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง ใช้หลักการการออกแบบชุดกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมที่มีลักษณะของการทำตามกฎกติกา เพื่อให้เด็กได้ฝึกการควบคุมตนเองให้สามารถยับยั้งพฤติกรรมหรือการตอบสนองอัตโนมัติของตนเองได้ โดยเน้นให้เด็กมีการหยุดยั้งคิดก่อนที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกไป รวม 12 กิจกรรม ได้แก่ เกม “คุณครูบอกให้...”, เกม “จัดของตามสั่ง”, เกม “กี่โมงแล้วนะคุณหมาป่า”, เกม “กระโดด 9 ช่อง”, เกม “ละครใต้ท้องทะเล”, เกม “กาฟักไข่”, เกม “นักสืบจิ๋ว”, เกม “แอนดี้มาแล้ว!”, เกม “ตกปลากันเถอะ”, เกม “เด็กน้อยเจ้าบทบาท”, เกม “ลาวากำลังมา”, เกม “บอลร้อน! อย่าถือนาน”



ภาพที่ 2 ตัวอย่างกิจกรรม เกม “บอลร้อน! อย่าถือนาน” ส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง โดยใช้การกำหนดเงื่อนไขในการทำกิจกรรม เพื่อฝึกการควบคุมตนเอง การปฏิบัติตามกติกา และการยับยั้งพฤติกรรมตามแรงกระตุ้น

ผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรม

ผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร (ฉบับร่าง) ประกอบด้วยกิจกรรมส่งเสริมทักษะด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรอง ด้านละ 12 กิจกรรม ส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์ในการส่งเสริมพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหารแก่เด็ก 5 ปีขึ้นไป เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมฯ จำนวน 3 คน ประกอบด้วย นักกิจกรรมบำบัดที่ปฏิบัติงานในสถานศึกษา นักกิจกรรมบำบัดที่ปฏิบัติงานในคลินิกกิจกรรมบำบัด และอาจารย์กิจกรรมบำบัดฝ่ายผู้รับบริการเด็ก โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไข พบว่ามีกิจกรรมส่งเสริมทักษะด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในเกณฑ์ที่สามารถนำไปใช้ได้ ด้านละ 10 กิจกรรม รวมทั้งสิ้น 20 กิจกรรม โดยได้ค่าความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมฯ ในด้านความจำจากการใช้งานและด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง เท่ากับ 0.78 และ 0.75 ตามลำดับ และมีค่าความตรงเชิงเนื้อหารวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.76 ดังแสดงในตารางที่ 3 และ 4

ตารางที่ 3 สรุปผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมฯ ด้านความจำจากการใช้งาน

ส่วนที่ 1 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะความจำจากการใช้งาน							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
เกม “แฮมเบอร์เกอร์ของป๊อบ”	1	1	1	1	ผ่าน	- การเพิ่มระดับความยากของกิจกรรมอาจจะต้องพิจารณาการใช้ภาษาให้เหมาะสมกับช่วงวัย หากไม่เชื่อมโยงกับบริบทจริง เด็กอาจลืมได้เร็ว	- แสดงวิธีการเรียงไส้แฮมเบอร์เกอร์ตามโจทย์ให้เด็กดูเป็นตัวอย่างก่อน 2 รอบ

The Journal Of Occupational Therapist Association of Thailand (2026); 30(2)

ส่วนที่ 1 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะความจำจากการใช้งาน							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
						- ควรเพิ่มสถานการณ์จำลองในชีวิตจริง เช่น การทำอาหารจริง เป็นต้น	
เกม “เดินตามรอยแมว”	1	0	1	0.67	ผ่าน	- ควรเพิ่มลำดับการเดินและเพิ่มรายละเอียดทิศทาง	- การเพิ่มระดับความยากง่าย จำนวนชุดตัวเลขที่กระโดด และ ทิศทางการกระโดดให้เหมาะสม ตามช่วงวัย
เกม “ส่งของในเมือง”	1	1	1	1	ผ่าน	- ถ้าพื้นที่และแผนที่ไม่ชัดเจนอาจทำให้เด็กงงได้ ควรใช้แผนที่เป็นสีขนาดใหญ่และลดจำนวนจุดในเบื้องต้น	- บอกจำนวนจุดและวิธีการเดินทางไปแต่ละจุด - ทบทวนวิธีการเดินทางและจำนวนจุดก่อนให้เด็กเริ่มทำกิจกรรม
เกม “ไข่ลึกลับ”	1	1	1	1	ผ่าน	- ควรพิจารณาการใช้บัตรภาพ	-การเติมคำใบ้เป็นภาพ 2 มิติ และเพิ่มการทบทวน

ส่วนที่ 1 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะความจำจากการใช้งาน							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
						แบบ 2 มิติ หรือการใช้โมเดล 3 มิติ - เติมคำใบเป็นภาพและเพิ่มการทบทวนซ้ำ	วัตถุ 3 มิติที่อยู่ในไข่ซ้ำ 2 รอบ
เกม “กบน้อยหิวแมลง”	1	0	1	0.67	ผ่าน	- ควรระบุว่าใช้ตัวเลขหรือชื่อแมลงในการเรียกให้เด็กจำในตอนเริ่มต้น - ต้องเตรียมสื่อเยอะ อาจรบกวนเวลา ควรทำเวอร์ชันกระดาษหรือไพ่ เพื่อความรวดเร็ว - ผู้บำบัดจะสามารถทราบได้อย่างไรว่าเด็กคนใดที่เอามือแปะหรือสัมผัสแผ่นกระดาษครบก่อน	- การเพิ่มระดับความยากง่ายจำนวนแมลงที่กบกิน และทิศทางการกระโดดให้เหมาะสมตามช่วงวัย

ส่วนที่ 1 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะความจำจากการใช้งาน							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
เกม “คู่ฉันอยู่ไหน”	1	0	1	0.67	ผ่าน	- ถ้าชุดการ์ดซ้ำซ้อนจะไม่ท้าทาย ควรเพิ่มความซับซ้อนทีละขั้น (เพิ่มจำนวนคู่ เพิ่ม distractor)	- เริ่มต้นด้วยการ์ด 2 คู่ (4 ใบ) จากนั้นเพิ่มขึ้นทีละคู่
เกม “ลิงขโมยผลไม้”	0	1	1	0.67	ผ่าน	- ควรระบุช่วงเวลาเปิดกล่องและกำหนดว่าให้เวลาดูผลไม้กี่นาที - ควรตั้งกติกาให้ชัดเจน เช่น ผลไม้ 1 ผล/รอบ	- การเพิ่มหรือลดจำนวนผลไม้ - ภาษาที่ใช้ในการออกคำสั่ง
เกม “สัตว์ซ่อนหา”	1	1	1	1	ผ่าน	- ถ้าแจกจ่ายจำนวนสัตว์ไม่เท่าอาจไม่ยุติธรรม - ปรับระดับการซ่อน (ชัด > ซับซ้อน) และจับเวลาเป็นตัวชี้วัด	- ปรับระดับการซ่อนจากจุดที่มองเห็นได้ง่ายไปหายากตามความเหมาะสมของช่วงวัย

The Journal Of Occupational Therapist Association of Thailand (2026); 30(2)

ส่วนที่ 1 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะความจำจากการใช้งาน							
กิจกรรม	**ระดับความสอดคล้อง**				**สรุปผล**	**ข้อเสนอแนะ**	**การดำเนินงาน**
	1	**2**	**3**	**ค่า IOC**			
เกม “เรียงรถตามสี”	1	1	1	1	ผ่าน	- จำกัดมิติการฝึก (เน้นสีหรือลำดับเท่านั้น) - ผสมลำดับและคำสั่งเสียง เช่น “รถแดงก่อน 2 คัน”	- การเพิ่มและลดเวลาในการจำและทบทวนก่อนวิ่งไปหยิบรถตามสี
เกม “ลิงชิงกล้วย”	1	1	1	1	ผ่าน	- อาจจะกลายเป็นเกมกายภาพมากกว่าการประมวลผลข้อมูล - เพิ่มองค์ประกอบการท่องหรือคำพูดสั้น ๆ ขณะทำกิจกรรม	- เพิ่มเวลาให้เด็กทบทวนคำสั่งก่อนเริ่มกิจกรรม 5 วินาที
ค่า IOC รวมด้านความจำจากการใช้งาน	**0.78**						

นอกจากนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิยังเสนอแนะเพิ่มเติมอีกว่าควรปรับระดับความยากของกิจกรรมให้เหมาะสมตามช่วงวัย และเพิ่มความซับซ้อนเป็นลำดับ ใช้คำสั่งและภาษาที่ชัดเจน เข้าใจง่ายสำหรับเด็ก เลือกใช้สื่อที่ชัดเจน เช่น การ์ดภาพ แผนที่ หรือสื่อขนาดใหญ่เพื่อดึงความสนใจ และควรมีการสาธิตตัวอย่างและการทบทวนก่อนเริ่มกิจกรรม เพื่อช่วยกระตุ้นการจำ กิจกรรมบางรายการไม่สอดคล้องกับการฝึกความจำจากการใช้งานโดยตรง จึงควรพิจารณาปรับหรือยกเลิก โดยผู้วิจัยได้ตัดกิจกรรม เกม “เลือกชุดให้เพื่อนเรา” และ เกม “ตบแปะตามครู” ออก เนื่องจากมีค่า IOC ต่ำกว่า 0.5

ตารางที่ 4 สรุปผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมฯ ด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง

ส่วนที่ 2 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
เกม “กี่โมงแล้วนะคุณหมาป่า”	1	0	1	0.67	ผ่าน	- ถ้าบทบาทซับซ้อน เด็กจะสับสนบทบาทและกติกา - ควรกำหนด scripts สั้น ๆ ก่อนเริ่มกิจกรรมจริง	- อธิบายบทบาทของ “หมาป่า” และ “ชาวบ้าน” ให้ชัดเจน เพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกัน และสาธิตวิธีการเล่นก่อนเริ่มทำกิจกรรม
เกม “กระโดด 9 ช่อง”	1	1	1	1	ผ่าน	- ควรกำหนดกติกาความปลอดภัยและปรับขนาดช่อง	- ปรับขนาดช่องให้มีขนาดใหญ่มากขึ้น - ทำกิจกรรมบนเบาะกันลื่น เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้น
เกม “ละครใต้ท้องทะเล”	1	0	1	0.67	ผ่าน	- ต้องใช้ความสามารถทางภาษาและการเข้าใจเรื่องราว - ควรเตรียมบัตรบทบาทและคำสั่งที่ชัดเจน ลดความซับซ้อน	- ใช้คำสั่งที่ชัดเจนในการอธิบายกฎกติกา - ใช้นิทานที่เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน และเล่านิทานด้วยน้ำเสียงดังชัดเจน ไม่เร็วหรือช้าจนเกินไป

ส่วนที่ 2 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
เกม “กาฟักไข่”	1	1	1	1	ผ่าน	- ควรระบุขั้นตอนและตัวชี้วัดความสำเร็จอย่างชัดเจน	- กำหนดข้อห้ามของแต่ละบทบาทในเกมกาฟักไข่เพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกัน - วางห่วงพลาสติกเพื่อสร้างขอบเขตการเล่นให้ชัดเจน
เกม “นักสืบจิ๋ว”	1	0	1	0.67	ผ่าน	- มีการกำหนดชื่อสิ่งของการบอกคำใบ้หรือไม่ควรให้มีการบอกคำใบ้จากระดับง่ายไปยาก - เด็กอาจต้องมีทักษะการสื่อสารและความตั้งใจสูงในการทำกิจกรรม - ให้ภารกิจสั้น ๆ และ hints เป็นภาพช่วย	- ให้คำใบ้โดยเรียงลำดับจากง่ายไปยาก - เลือกใช้วัตถุใกล้ตัวที่เด็กคุ้นเคย และมีอยู่ภายในห้องขณะนั้น เช่น “เก้าอี้” หรือ “โต๊ะ”
เกม “แอนดี้มาแล้ว!”	1	0	1	0.67	ผ่าน	-ฝึกการใช้สัญญาณก่อนเริ่มกิจกรรมจริง เช่น เสียง/มือแล้วเพิ่มความเร็ว	- สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาท “ของเล่นของแอนดี้” และ

ส่วนที่ 2 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
							สาธิต วิธีการเล่นก่อนเริ่มทำกิจกรรม - ปรับระดับกิจกรรมโดยเพิ่มความถี่ในการพูดวลี “แอนตี้มาแล้ว!”
เกม “ตกปลากันเถอะ”	1	1	1	1	ผ่าน	- ควรกำหนดว่าจะวางปลาจำนวนกี่ตัวต่อ 1 รอบการเล่นและเป็นปลาชนิดไหนบ้าง ควรเลือกปลาที่เด็กรู้จัก หรืออาจปรับเป็นสัตว์น้ำแทน เช่น ปู ปลากุ้ง เต่า ฯลฯ - อาจจะใช้เวลาในการทำกิจกรรมมาก - ทำเวอร์ชันกล่องหรือการ์ดเพื่อลดการเตรียมอุปกรณ์	- เลือกใช้สัตว์น้ำที่เด็กรู้จัก และแนะนำสัตว์น้ำแต่ละชนิดให้เด็กก่อนที่จะเริ่มทำกิจกรรมจริงเพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกัน

ส่วนที่ 2 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
เกม “เด็กน้อยเจ้าบทบาท”	1	1	1	1	ผ่าน	- เด็กอาจเล่นตามอารมณ์มากเกินไป ควรให้กรอบหรือบทบาทที่ชัดเจนและฝึกการสลับบทบาทอย่างเป็นขั้นตอน - กิจกรรมดูกว้างเกินไป ซึ่งต้องการความสามารถทางภาษาและจินตนาการสูง อาจทำให้เด็กบางคนไม่สามารถฝึกทักษะการยั้งคิดได้เต็มที่	- ใช้บัตรภาพอาชีพและบัตรภาพกริยาประกอบในการทำกิจกรรมเพื่อกำหนดขอบเขตของบทบาทและกริยาที่ห้ามแสดง
เกม “ลาวากำลังมา”	1	1	1	1	ผ่าน	- อาจปรับการใช้ภาษาดูว่าเมื่อให้คำสั่ง “ลาวา” “เขตปลอดภัย” เด็กเข้าใจหรือไม่ อาจปรับเป็น เสือ/สิงโต/จระเข้มาแทนการใช้คำว่า	- ปรับเปลี่ยนวิธีการเล่นจากเดิมที่กำหนดให้มี “เขตปลอดภัย” และ “ลาวา” เป็นการให้คุณครูรับบทบาทเป็น “ปลาฉลาม”

ส่วนที่ 2 ชุดกิจกรรมส่งเสริมทักษะการยั้งคิดไตร่ตรอง							
กิจกรรม	ระดับความสอดคล้อง				สรุปผล	ข้อเสนอแนะ	การดำเนินงาน
	1	2	3	ค่า IOC			
						“ลาวา” หรืออาจใช้คำว่า หิน/ต้นไม้/อื่น ๆ แทนคำว่า “เขตปลอดภัย”	โดยเมื่อคุณครูกล่าวว่า “ปลาฉลามกำลังมา” เด็กจะต้องเคลื่อนย้ายตนเองไปยืนบนแผ่นโฟมและอุปกรณ์ balance stone ซึ่งกำหนดให้เป็น “โขดหิน” แทน เพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจของเด็ก
เกม “บอลร้อน! อย่าถือนาน”	1	1	1	1	ผ่าน	- ใช้วัสดุนุ่ม ๆ และกำหนดพื้นที่อย่างชัดเจนในการทำกิจกรรม รวมถึงการกำหนดจับเวลาสั้น ๆ	- กำหนดพื้นที่ให้เด็กทำกิจกรรมโดยนั่งรวมกันเป็นวงกลม - ปรับระดับกิจกรรมโดยเพิ่มความเร็วในการส่งบอลยาง
ค่า IOC รวมด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง	**0.75**						

นอกจากนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิยังเสนอแนะเพิ่มเติมอีกว่ามีประเด็นที่ควรปรับปรุงในบางกิจกรรม เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่อาจใช้ทักษะที่เกินระดับพัฒนาการของเด็กอายุ 3-5 ปี เช่น กิจกรรม เกม “คุณครูบอกให้...” ที่มีการกำหนดทิศทางซ้าย-ขวา ซึ่งตามพัฒนาการของเด็กความสามารถในการแยกแยะซ้าย-ขวาจะพัฒนาได้อย่างสมบูรณ์ในช่วงอายุประมาณ 6-7 ปี จึงอาจยังไม่เหมาะสมกับการนำไปทดลองใช้ในเด็กกลุ่มอายุดังกล่าว นอกจากนี้ พบว่าบางกิจกรรมมีลักษณะกว้างและต้องอาศัยทักษะทางภาษาและจินตนาการในระดับสูง ส่งผลให้เด็กบางคนไม่สามารถฝึกทักษะการยั้งคิดได้อย่างเต็มที่ ผู้ทรงคุณวุฒิจึงเสนอแนะให้มีการกำหนดและระบุขั้นตอน ขอบเขต ตัวชี้วัดความสำเร็จ และคำสั่งของกิจกรรมให้ชัดเจนยิ่งขึ้น รวมถึงด้านการใช้ภาษา ควรพิจารณาเลือกใช้คำศัพท์ที่เข้าใจง่ายและเหมาะสมกับวัย เช่น ในเกม “ลาวากำลังมา” คำว่า “ลาวา” หรือ “เขตปลอดภัย” อาจเป็นคำที่เด็กยังไม่คุ้นเคย จึงควรปรับให้สอดคล้องกับช่วงวัยของเด็กมากขึ้น พร้อมทั้งลดความซับซ้อนของกิจกรรม เพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจของเด็กและส่งเสริมให้เด็กได้มีส่วนร่วมอย่างเหมาะสม โดยผู้วิจัยได้ตัดกิจกรรม เกม “คุณครูบอกให้...” และ เกม “จัดของตามสั่ง ออก เนื่องจากมีค่า IOC ต่ำกว่า 0.5

ผลการทดลองใช้ชุดกิจกรรม

ครูประจำชั้น จำนวน 2 คน ได้นำชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารในด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรอง จำนวนทั้งหมด 20 กิจกรรม ไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน 14 คน ครูประจำชั้นมีความคิดเห็นว่าชุดกิจกรรมฯ มีความเหมาะสมในด้านความปลอดภัย ความชัดเจนของภาษา และการใช้งาน อยู่ในระดับร้อยละ 100 และด้านความเหมาะสมของกิจกรรม ครูประจำชั้นมีความคิดเห็นว่าเหมาะสมในระดับร้อยละ 98

อภิปรายผลการศึกษา

จากการศึกษาในครั้งนี้ พบว่า ชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านความจำเพื่อใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรอง ได้รับผลตอบรับในเชิงบวกจากทั้งกลุ่มตัวอย่างเด็กก่อนวัยเรียนและกลุ่มตัวอย่างคุณครูประจำชั้น ดังแสดงให้เห็นจากพฤติกรรมของเด็กที่มีความสนุกสนานและให้ความร่วมมือตลอดการทำกิจกรรม รวมถึงจากความคิดเห็นของครูประจำชั้นที่เสนอแนะว่า “ชุดกิจกรรมเป็นกิจกรรมที่ดีมาก เด็ก ๆ ชอบ” และ “เป็นกิจกรรมที่ดีหากคุณครูสามารถนำมาใช้ได้ หากสมมติว่าคุณครูมีสื่อ” สะท้อนให้เห็นถึงทัศนคติเชิงบวกและความสนใจที่จะนำชุดกิจกรรมดังกล่าวไปประยุกต์ใช้จริง ผลการศึกษาดังกล่าวสามารถสะท้อนให้เห็นถึงความสนุกสนาน ความน่าสนใจ และความเหมาะสมของกิจกรรมต่อ

ช่วงวัยของกลุ่มตัวอย่างของชุดกิจกรรมฯ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ในระยะการพัฒนาชุดกิจกรรมฯ ผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมให้อยู่บนพื้นฐานของหลักการสำคัญในการฝึกและส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร คือ ความเหมาะสมเฉพาะบุคคลในการออกแบบกิจกรรม โดยพิจารณาว่ากิจกรรมที่ออกแบบนั้นมีความสอดคล้องและตรงตามทักษะการคิดเชิงบริหารที่ต้องการส่งเสริมหรือไม่ และกำหนดระดับความท้าทายให้เหมาะสมกับความสามารถของเด็ก เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้และป้องกันความเบื่อหน่ายระหว่างการทำกิจกรรม[4] ประกอบกับผู้วิจัยได้ออกแบบชุดกิจกรรมฯ ให้เหมาะสมกับทักษะการคิดเชิงบริหารที่ต้องการส่งเสริม รวมถึงสอดคล้องกับทฤษฎีต่าง ๆ โดยในกิจกรรมส่งเสริมทักษะด้านความจำจากการใช้งาน โดยเน้นการฝึกความสนใจจดจ่อเนื่องจากเป็นพื้นฐานของความจำ[7] ซึ่งการฝึกทักษะดังกล่าวถูกนำมาใช้ในกิจกรรมเกือบทั้งหมด เช่น เกม “แฮมเบอร์เกอร์ของบ๊อบ” “ไข่ลึกลับ” และ “สัตว์ซ่อนหา” ที่เด็กต้องตั้งใจจดจ่อในการฟังการเล่าเรื่องและฟังโจทย์ที่กำหนด นอกจากนี้ยังออกแบบกิจกรรมที่มีการขยับริมฝีปากและการเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อเพิ่มความสามารถและระยะเวลาในการรักษาข้อมูลของช่องทางเสียง [8] ซึ่งสะท้อนให้เห็นได้ใน กิจกรรม เกม “เดินตามรอยแมว” และ “กบน้อยหิวแมลง” หรือกิจกรรมที่มีการสัมผัสและการแสดงท่าทาง เพื่อเพิ่มความสามารถของแผ่นร่างภาพและมิติสัมพันธ์ เช่น เกม “ลิงชิงกล้วย” และ “ส่งของในเมือง”

ส่วนในกิจกรรมส่งเสริมทักษะด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง ผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมให้อยู่ในรูปแบบที่หลากหลายและเหมาะสมกับพัฒนาการของเด็กปฐมวัย โดยส่งเสริมกิจกรรมที่ประกอบด้วยการเล่นเชิงจินตนาการ (imaginary play) และการเล่าเรื่อง (storytelling)9 เช่น เกม “ละครใต้ท้องทะเล” ที่มีการทำกิจกรรมผ่านการเล่าเรื่องและเกม “ปลาฉลามกำลังมา!” ที่ส่งเสริมให้ให้เด็กได้ทำกิจกรรมโดยจินตนาการสถานการณ์สมมติ นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังได้ออกแบบกิจกรรมให้มีเงื่อนไขที่ซับซ้อนมากยิ่งขึ้น เพื่อส่งเสริมการฝึกควบคุมตนเอง เช่น เกม “แอนดี้มาแล้ว!” ที่มีการสร้างเงื่อนไขว่าเด็กจะต้องหยุดการเคลื่อนไหวทันทีเมื่อได้ยินสัญญาณที่กำหนด[10] นอกจากนี้ผู้วิจัยยังออกแบบกิจกรรมที่มีลักษณะการผลัดกันเล่นเป็นรอบ เพื่อให้เด็กรู้จักที่จะรอให้ถึงรอบของตนเองในการเล่น[11] เช่น เกม “ตกปลากันเถอะ” ที่เด็กต้องเข้าแถวรอเล่นตามลำดับคิว

ผู้วิจัยยังได้ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของชุดกิจกรรมฯ ผ่านการหาค่าดัชนีความสอดคล้องก่อนนำชุดกิจกรรมฯ ไปทดลองใช้จริง โดยได้ค่าดัชนีความสอดคล้องในด้านความจำจากการใช้งาน (working memory) เท่ากับ 0.78 ด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง (inhibitory control) เท่ากับ 0.75 และค่าดัชนีความสอดคล้องโดยรวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.76 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ ทั้งนี้ สอดคล้องกับเกณฑ์พิจารณาความเที่ยงตรง คือ ข้อคำถามใดที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50-1.00 ข้อคำถามนั้น

มีค่าความเที่ยงตรง สามารถนำไปใช้ได้[12] ผลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าชุดกิจกรรมฯ ที่นำไปใช้มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร และมีความเหมาะสมเพียงพอสำหรับนำไปใช้ต่อไป

นอกจากนี้ พบว่าครูประจำชั้น จำนวน 2 คน ที่นำชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารในด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรอง จำนวนทั้งหมด 10 กิจกรรม ไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน 14 คน มีระดับความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมฯ ในทุกด้านอยู่ที่ร้อยละ 100 โดยในด้านความปลอดภัย ผู้วิจัยได้จัดเตรียมสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย โดยให้เด็กทำกิจกรรมบนเบาะ และมีการกำหนดขอบเขตพื้นที่ในการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน เพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ รวมถึงมีการเลือกใช้อุปกรณ์ที่ไม่ก่อให้เกิดอันตราย เช่น แผ่นโฟม โมเดลสามมิติ และแผ่นภาพสองมิติ ตลอดจนการออกแบบรูปแบบของกิจกรรม เช่น การจัดที่นั่งรอและการทำกิจกรรมแบบกลุ่มในลักษณะนั่งล้อมวง ซึ่งเอื้อต่อการดูแลเด็กอย่างทั่วถึงของครูประจำชั้นด้านความชัดเจนของภาษาและการใช้งาน ชุดกิจกรรมได้รับการออกแบบให้สอดคล้องกับระดับพัฒนาการทางภาษาของเด็ก โดยมีการกำหนดกติกา อธิบายวิธีการเล่น การใช้อุปกรณ์ และใช้คำศัพท์ที่คุ้นเคยในชีวิตประจำวัน พร้อมทั้งมีการสาธิตก่อนการเริ่มทำกิจกรรม เช่น การให้เด็กเดินตามรอยเท้าแมว หรือการตอบสนองต่อคำสั่งตามสถานการณ์ที่กำหนด และในด้านความเหมาะสมของชุดกิจกรรม ที่มีระดับความพึงพอใจอยู่ที่ร้อยละ 98 โดยครูประจำชั้นมีความเห็นว่าในหัวข้อความสนุกสนาน กิจกรรมบางรายการ ได้แก่ กิจกรรม “ลิงชิงกล้วย” ในชุดกิจกรรมด้านความจำจากการใช้งาน เนื่องจากเป็นกิจกรรมแบบเล่นเป็นคู่ ทำให้เด็กบางส่วนที่ยังไม่ถึงรอบของตนเองต้องรอคอยและอาจเกิดความเบื่อหน่าย ส่วนชุดกิจกรรมด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง กิจกรรม “นักสืบจิ๋ว” ได้รับความเห็นว่าอาจมีความสนุกลดลง โดยเฉพาะในเด็กระดับชั้นอนุบาล 1 เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้ทักษะทางภาษาค่อนข้างมาก เด็กต้องฟังและทำความเข้าใจคำใบ้จากครูประจำชั้น ซึ่งต้องใช้เวลามากในการอธิบาย ส่งผลต่อระดับความสนุกในการเข้าร่วมกิจกรรม และหลังจากการนำชุดกิจกรรมฯ ไปทดลองใช้ครบทั้งสิ้น 20 กิจกรรม ผู้วิจัยได้มีโอกาสสอบถามถึงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากครูประจำชั้น โดยครูประจำชั้นระดับอนุบาล 2 และ 3 จำนวน 1 คน ได้ให้ความเห็นว่า “ชุดกิจกรรมเป็นกิจกรรมที่ดีมาก เด็ก ๆ ชอบ” “เป็นกิจกรรมที่ดีหากคุณครูสามารถนำมาใช้ได้ หากสมมติว่าคุณครูมีสื่อ” และ “ถ้าได้ทำเป็นสื่อให้เด็ก ๆ ได้ใช้ คุณครูก็จะถ่ายรูปส่งกลับไปให้” แสดงให้เห็นถึงทัศนคติเชิงบวกและความสนใจต่อการนำชุดกิจกรรมฯ ไปประยุกต์ ใช้จริงในรูปแบบของกิจกรรมกลางแจ้ง รวมถึงมีความเห็นเชิงบวกในด้านของความสะดวกในการจัดหาอุปกรณ์ โดยเสนอว่าอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมเป็นอุปกรณ์ที่สามารถหาซื้อได้ง่ายจากร้านค้าทั่วไป เช่น แผ่นโฟม อย่างไรก็ตาม

ด้วยจำนวนครูประจำชั้นที่มีจำกัดและภาระงานของครูแต่ละคนที่มีค่อนข้างมาก ส่งผลให้มีข้อจำกัดด้านเวลาในการจัดทำสื่อกิจกรรม

การนำไปใช้ในทางกิจกรรมบำบัด

งานวิจัยในครั้งนี้เป็นเพียงการศึกษานำร่อง (pilot study) ของการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารในด้านความจำจากการใช้งานและการยั้งคิดไตร่ตรองเพียงเท่านั้น ดังนั้น การศึกษาประสิทธิผลของชุดกิจกรรมดังกล่าวภายหลังการนำไปใช้จริงในกลุ่มตัวอย่างที่หลากหลายและมีขนาดใหญ่ขึ้นยังมีความจำเป็นและมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อยืนยันผลลัพธ์และพัฒนาชุดกิจกรรมฯ ให้มีความเหมาะสมต่อไป

ข้อจำกัดและข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยพบข้อจำกัดด้านระยะเวลา ซึ่งส่งผลให้ผู้วิจัยไม่สามารถนำชุดกิจกรรมฯ ที่ปรับปรุงแล้วส่งให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบซ้ำ เนื่องจากจำเป็นต้องพัฒนาและนำชุดกิจกรรมฯ ไปทดลองใช้ก่อนช่วงปิดภาคเรียนเพื่อหลีกเลี่ยงการรบกวนเด็ก ผู้ปกครอง และครูประจำชั้น หากมีการส่งให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบอีกครั้ง อาจส่งผลให้กระบวนการนำชุดกิจกรรมฯ ไปทดลองใช้ล่าช้าออกไป

และเนื่องจากการศึกษาครั้งนี้มุ่งเน้นการพัฒนาชุดกิจกรรมและประเมินความเหมาะสมในการนำไปใช้ในบริบทจริง ดังนั้น งานวิจัยในอนาคตควรมีการศึกษาประสิทธิผลของชุดกิจกรรมฯ ผ่านการออกแบบเชิงทดลอง เช่น การเปรียบเทียบก่อนและหลังการใช้กิจกรรม หรือ การใช้กลุ่มควบคุมเพื่อประเมินผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นต่อทักษะการคิดเชิงบริหารอย่างชัดเจนมากขึ้น นอกจากนี้ การศึกษาในครั้งถัดไปอาจขยายกลุ่มตัวอย่างไปยังเด็กที่มีความเสี่ยงต่อความบกพร่องทางพัฒนาการ เช่น เด็กที่มีความล่าช้าทางพัฒนาการ เด็กสมาธิสั้น หรือ เด็กที่มีปัญหาด้านการเรียนรู้ เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของการนำไปใช้ของชุดกิจกรรมฯ ในกลุ่มประชากรที่หลากหลายมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล. ทักษะการคิดเชิงบริหาร (Executive Functions-EF) กับความพร้อมทางการเรียนในเด็กปฐมวัย. กรมสุขภาพจิต สถาบันราชานุกูล [online]. [21 มิถุนายน 2568].
2. ภัทรภร สิงห์พิทักษ์, จารุวรรณ พลอยดวงรัตน์. สภาพแวดล้อมในสถานศึกษาที่เอื้อต่อการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร (executive function: EF) ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา. วารสารสมาคมพัฒนาวิชาชีพการบริหารการศึกษาแห่งประเทศไทย 2565; 4(2): 19-32.
3. นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล. ทักษะการคิดเชิงบริหาร (Executive Functions-EF) กับความพร้อมทางการเรียนในเด็กปฐมวัย. กรมสุขภาพจิต สถาบันราชานุกูล [online]. [21 มิถุนายน 2568].

4. Chinchai K, Sriphetcharawut S. Effect of Thai traditional play protocol on working memory and inhibitory control in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. J Assoc Med Sci [internet]. 2021 Jun. 29 [cited 2026 Mar. 25];54(3):57-65. available from: https://he01.tci-thaijo.org/index.php/bullet inAMS/article/view/250111
5. ชื่นตา นุชกระโทก. การเสริมสร้างการคิดเชิงบริหารจัดการสำหรับนักเรียนประถมศึกษาโดย ชุดกิจกรรมแนะแนว (วิทยานิพนธ์ ปริญญามหาบัณฑิต). คณะศึกษาศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ; 2563.
6. ศศิธร สังข์อู๋. บทบาทและหน้าที่ของนักกิจกรรมบำบัดในโรงเรียน: เด็กปกติ Part 2. เอกสารประกอบการสอน [เอกสารที่ไม่ได้ตีพิมพ์] 2568 [18 มิถุนายน 2568]; [27 Screens]. แหล่งข้อมูล: ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
7. Cowan, N. The magical mystery four: How is working memory capacity limited, and why?. Current Directions in Psychological Science 2010; 19(1): 51-57.
8. จุฑามาศ แหนจอน. การพัฒนาทักษะด้านความคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัย. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา 2562; 28(2). 130-144.
9. Howard, S. J., Johnson, J., Pascual-Leone, J. Clarifying inhibitory control: Diversity and development of attentional inhibition. Cognitive Development 2014; 31(1): 1-21.
10. อรุณวรรณ ทองขาว. แนวคิดความสำคัญและวิธีการพัฒนา executive function สำหรับเด็กปฐมวัย. เอกสารประกอบการสอน [เอกสารที่ไม่ได้ตีพิมพ์] 2561 [21 มิถุนายน 2568]; [55 Screens] แหล่งข้อมูล: https://www.nur.psu.ac.th/conference_nur/file_doc/26_0 10722190810.pdf คณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
11. นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล. ทักษะการคิดเชิงบริหาร (Executive Functions-EF) กับความพร้อมทาง การเรียนในเด็กปฐมวัย. กรมสุขภาพจิต สถาบันราชานุกูล [online]. [21 มิถุนายน 2568].
12. สุจิตรา เทียนสวัสดิ์. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา [online]