



## แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษา ผลของโปรแกรมทันตสุขภาพต่อพฤติกรรมทันตสุขภาพ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งมีแนวคิดและหลักการเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพที่จะได้ กล่าวถึงในเรื่องความรู้ การป้องกันและควบคุมโรคฟันผุ การแปรงฟันที่ถูกต้องแบบสครับ ลักษณะทั่วไปของเด็กวัยประถมศึกษา แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ พฤติกรรมสุขภาพ เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกม และนิทาน ตามลำดับ

### แนวคิดและหลักการเกี่ยวกับการดูแลทันตสุขภาพ

#### ความรู้เรื่องโรคฟันผุ

โรคฟันผุ เป็นโรคในช่องปากที่พบมาก และเป็นปัญหาสำคัญอย่างหนึ่งของงานทันตสาธารณสุขของประเทศ ซึ่งมีสาเหตุสำคัญเกิดจากการสะสมตัวของจุลินทรีย์ในช่องปาก ภายหลังจากการรับประทานอาหารประเภทน้ำตาล รวมเรียกว่าคราบจุลินทรีย์ เชื้อจุลินทรีย์นี้จะใช้อาหารจากคราบนุ่มของเศษอาหารบนตัวฟันในการเจริญเติบโต และขับของเสียเป็นกรดอินทรีย์ กรดเหล่านี้จะอยู่ในบริเวณร่องฟันที่ลึกรอบซอกฟัน และทำปฏิกิริยากับพวกแร่ธาตุในฟันกัดกร่อน ทำให้ฟันผุเป็นรู เมื่อเกิดโรคฟันผุควรรีบทำการรักษาโดยเร็ว ซึ่งทำได้โดยใช้เครื่องมือกรอเอาส่วนของฟันที่ผุ ที่มีเชื้อโรคออกจนหมด เมื่อสะอาดแล้วจึงปิดทับด้วยวัสดุอุด เป็นการหยุดยั้งการลุกลามของโรคและปิดทางเข้าของเชื้อโรค แต่ถ้าหากปล่อยทิ้งไว้ไม่รักษา การผุจะลุกลามจนทะลุโพรงประสาทฟัน วิธีการรักษาจะยุ่งยากมากขึ้น และอาจทำให้ต้องสูญเสียฟันโดยการถูกถอนไปในที่สุด

#### การป้องกันและควบคุมโรคฟันผุ

ปัจจุบันมีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ บ่งชี้อย่างชัดเจนถึงสัมพันธ์ระหว่างคราบจุลินทรีย์กับการเกิดโรคฟันผุ ดังนั้น วิธีการที่จะใช้ในการป้องกันและควบคุมโรคฟันผุ ก็คือ การควบคุมคราบจุลินทรีย์ ซึ่งสามารถทำได้ 2 วิธี คือ 1) การใช้สารเคมี (Chemical measure) ได้แก่ยาปฏิชีวนะต่าง ๆ เช่น คลอเฮกซิดีน (Chlorhexidine) และอื่น ๆ ในปัจจุบันยังไม่พบสารเคมีที่ให้ผลในการควบคุมคราบจุลินทรีย์ได้ดีที่สุด ปลอดภัยที่สุด โดยปราศจากผลข้างเคียง

2) วิธีการที่ใช้เครื่องมือ ( Mechanical measures ) ได้แก่ การใช้แปรงสีฟัน เส้นใยขัดฟัน และอื่น ๆ แต่วิธีที่มักจะแนะนำให้ประชาชนได้ปฏิบัติกันอย่างกว้างขวาง ก็คือ การแปรงฟัน และการใช้เส้นใยขัดฟัน เพื่อป้องกันและควบคุมโรคฟันผุ ( สมพล เล็กเฟื่องฟู , 2528 )

### แนวคิดเรื่องการแปรงฟันที่ถูกวินแบบสครับ (Scrub)

การแปรงฟันที่ถูกวินเป็นการป้องกัน และควบคุมโรคฟันผุที่วิธีหนึ่ง ที่ทุกคนสามารถกระทำได้เป็นกิจวัตรประจำวัน ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม สะดวก ง่าย การแปรงฟันที่ถูกวินนั้นมีอยู่หลายวิธี สำหรับวิธีการแปรงฟันที่ผู้วิจัยคิดว่าเหมาะสม ในการสอนกับเด็กในโรงเรียนประถมศึกษา โดยเฉพาะในเด็กวัย 5-8 ปี นั้น คือ การแปรงฟันแบบสครับ ( Scrub ) จากการศึกษาและค้นคว้าข้อมูลในวารสารต่าง ๆ มาประกอบการพิจารณา เพื่อเป็นแนวทางในการเลือกวิธีการแปรงฟันที่จะใช้สอนในการวิจัยครั้งนี้ และจากรายงานเสนอวิธีแปรงฟันของเด็กในชุมชนของอัมพูช อินทรประสงค์ ( 2528 ) ซึ่งกล่าวเกี่ยวกับการเลือกวิธีการแปรงฟันที่เหมาะสมในการสอนแก่เด็กว่า การแปรงฟันที่นั่นต้องมีคุณสมบัติ ดังนี้ 1) มีประสิทธิภาพในการกำจัดเศษอาหารและคราบจุลินทรีย์ ขณะเดียวกันไม่เป็นอันตรายต่อเหงือกและฟัน 2) วิธีการนั้นต้องไม่ยุ่งยาก 3) เด็กสามารถปฏิบัติได้ง่ายตามความเหมาะสมกับวัย

1. ความสามารถในการกำจัดเศษอาหาร และไม่เป็นอันตรายต่อเหงือกและฟัน คิมเมลแมนและแทสแมน ( Kimmelman and Tasman , 1960 : 60-64 ) ได้ชี้แนะให้เห็นว่าเนื่องจากลักษณะความโค้งของรูปปาก ( Arch ) ของเด็ก และรูปร่างของฟันน้ำนมที่ต่างจากฟันถาวร โดยเฉพาะการมีส่วนนูนบนตัวฟัน ( Cervical ridge ) บริเวณกระพุ้งแก้มของฟัน ทำให้การแปรงฟันแบบสครับ ( Scrub ) นั้น สามารถกำจัดเศษอาหารออกได้ดี รวมทั้งช่วยป้องกันไม่ให้ขนแปรงทำอันตรายต่อเหงือกและฟันได้ ส่วนประสิทธิภาพในการกำจัดเศษอาหารนั้น แม็คคลู ( McClure 1966 : 205-210 ) ได้ทำการศึกษาในคลินิกส่วนตัว โดยเลือกเด็ก 175 คน ที่มีอายุระหว่าง 3 - 5 ปี มาแบ่งออกเป็น 7 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 สอนให้แปรงฟันด้วยวิธีโรลล์ ( Roll ) กลุ่มที่ 2 สอนให้แปรงฟันด้วยวิธีสครับ ( Scrub ) กลุ่มที่ 3 ไม่ได้สอนการแปรงฟันปล่อยให้เด็กแปรงฟันตามถนัด กลุ่มที่ 4 สอนมารดาให้แปรงฟันวิธีโรลล์ กลุ่มที่ 5 สอนมารดาให้แปรงฟันวิธีสครับ กลุ่มที่ 6 ไม่ได้สอนการแปรงฟันปล่อยให้มารดาแปรงฟันให้ลูกตามถนัด และกลุ่มที่ 7 เป็นกลุ่มควบคุมโดยไม่ให้แปรงฟัน ผลปรากฏว่าเด็กกลุ่มที่ 2 แปรงฟันได้สะอาดกว่าเด็กกลุ่มที่ 1 และเด็กกลุ่มที่ 3 ซึ่งไม่ได้สอนวิธีแปรงฟันให้ นั้น จะแปรงฟันด้วยวิธีสครับกันเกือบหมด เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเด็กกลุ่มที่ให้แปรงฟันกันเอง

และกลุ่มที่มารดาแปรงฟันให้ทัน กลุ่มที่มารดาแปรงฟันให้แปรงฟันได้สะอาดกว่า และมารดาที่ได้รับ การสอนให้แปรงฟันด้วยวิธีสครับสามารถแปรงฟันได้สะอาดกว่าแปรงฟันด้วยวิธีโรลล์ ซึ่ง เซงจ์ และคณะ ( Sanges et al., 1972 : 94-96 ) ก็ได้ทำการศึกษาในเด็กอายุ 5 ปี จำนวน 41 คน ด้วยการให้ทันตอนามัยแปรงฟันให้เด็กโดยแปรงข้างหนึ่งด้วยวิธีโรลล์ และอีกข้างหนึ่งด้วยวิธีสครับ ปรากฏว่าข้างที่แปรงด้วยวิธีสครับแปรงได้สะอาดกว่า และอเนส ( Anaise , 1975 : 187-189 ) ทำการศึกษาในเด็กอายุระหว่าง 11-14 ปี จำนวน 125 คน โดยแบ่ง เป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 30-35 คน แล้วสอนให้เด็กแปรงฟันด้วยวิธีโรลล์ ( Roll ) ด้วยวิธีชาร์เตอร์ส ( Charters ) วิธีสครับ ( Scrub ) และวิธีสตีลแมน ( Stillman ) กลุ่มละ 1 วิธี ผลการศึกษาสรุปได้ว่า ประสิทธิภาพในการกำจัดเศษอาหารจะมีมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับ ความสูงของวิธีการแปรง และวิธีสครับให้ประสิทธิภาพในการทำความสะอาดฟันดีที่สุดใน 4 วิธี ที่ทดลองเพราะวิธีการนั้นไม่สูงยาก

2. วิธีการไม่สูงยาก เซงจ์ ( Sanges , 1977 : 546-549 ) มีความเห็น ว่าการแปรงฟันวิธีสครับนั้นไม่สูงยาก เพราะเป็นการวางแปรงตั้งฉากกับแกนยาวของฟัน กดขนแปรงเข้าหาฟัน และบางส่วนของขนแปรงให้เข้าทางซอกฟัน ส่วนการเคลื่อนไหวก็เคลื่อนไหวไปในทิศทางเดียวกัน คือ ขยับขนแปรงไปมาในแนวนอน ซึ่งเมื่อเทียบกับการแปรงฟันวิธีอื่น ๆ ที่นิยมกัน เช่น วิธีโรลล์ที่ต้องมีการเคลื่อนไหว 3 ชนิดในเวลาเดียวกัน คือต้องออกแรงกดบิดและบิดไปพร้อม ๆ กัน หรือวิธีแบบสั้นขนแปรงต้องทำมุม 45 องศา กับแกนยาวของฟันและออกแรงกดให้ขนแปรงเข้าไปในร่องเหงือกด้วยแล้วขยับแปรงไปมาในแนวนอน ส่วนการแปรงด้วยวิธีแบบสั้น คล้ายคลึงกับวิธีสครับมาก ต่างกันที่การวางแปรงให้ทำมุม 45 องศา กับแกนด้านยาวของฟัน แต่การวางขนแปรงเป็นมุม 45 องศา และขยับขนแปรงไปมานั้น เด็กที่อายุต่ำกว่า 11 ปี ไม่สามารถจะทำได้ เนื่องจากวิธีการแปรงฟันจะมีความสัมพันธ์โดยตรงกับอายุและการทำงานของมือ จากการศึกษาของเมสเซอร์ ( Mescher , 1980 : 31-36 ) ในกลุ่มเด็กอายุ 6 ปี 8 ปี และ 11 ปี ด้วยการให้เด็กทำกิจกรรมต่าง ๆ และจับเวลาการทำงานของมือในเด็กแต่ละวัน หลังจากนั้นก็สอนแปรงฟันหลายครั้งด้วยวิธีที่แปรงให้ขนแปรงเข้าไปในร่องเหงือก ผลการศึกษา ดังกล่าวสรุปได้ว่าเด็กในกลุ่มทดลองนี้มีการทำงานของมือเท่าเทียมกับเด็กอื่นในวัยเดียวกัน ความสามารถในการแปรงฟันไม่มีความสัมพันธ์กับเพศ แต่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับอายุ คือกลุ่มเด็กอายุ 6 ปี และ 8 ปี ยังไม่สามารถวางขนแปรงเอียงทำมุมกับฟัน พร้อมทั้งขยับขนแปรงลงในร่องเหงือกได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของคิมเมลแมนและแทสแมน ( Kimmelman and Tassman, 1960 : 60-64 ) ที่พบว่า ในกลุ่มเด็กอายุ 5 ปี หรืออายุน้อยกว่า 5 ปี 11 คน จากจำนวน

เด็กทั้งหมด 31 คน จะไม่ขยับแปรงเวลาแปรงฟัน ดังนั้นในการสอนวิธีแปรงฟันเด็กนั้น นอกจากวิธีการต้องไม่ยุ่งยากแล้ว ยังต้องคำนึงถึงการพัฒนาของกล้ามเนื้อเด็กด้วยว่าความพร้อมของกล้ามเนื้อในเด็กแต่ละวัย จะสามารถทำได้หรือไม่ จากผลการศึกษาดังกล่าวจะเห็นได้ว่า วิธีสครับนั้นไม่ยุ่งยาก สามารถใช้เวลาแปรงฟันทั้งหมด เพื่อกำจัดเศษอาหาร แทนที่จะใช้เวลาส่วนใหญ่ในการวางแปรง และขยับแปรงดังเช่นวิธีโรลล์ ( Sanges , 1977 : 546-549 ) ซึ่งเป็นวิธีที่นิยมสอนเด็กในกลุ่มประเทศสแกนดิเนเวีย

3. เด็กสามารถปฏิบัติได้ง่าย มีการศึกษาพบว่าโดยธรรมชาติถ้าหากไม่มีการสอนวิธีการแปรงฟันวิธีใดวิธีหนึ่งให้เด็ก เด็กจะแปรงฟันด้วยวิธีสครับ เช่น คิมเมลแมน และแทสแมน ( Kimmelman and Tassman , 1960 : 60-64 ) ได้ทำการศึกษาเพื่อหาวิธีการแปรงฟันที่เด็กนิยม และมีประสิทธิภาพที่ดีที่สุดสำหรับฟันน้ำนม จากเด็กอายุระหว่าง 2-4 ปีจำนวน 41 คน พบว่าเด็กในกลุ่มนี้เมื่อให้แปรงฟันตามวิธีที่เคยแปรง เด็กส่วนใหญ่จะแปรงฟันด้วยวิธีสครับ นอกจากนี้การศึกษาของแม็คคลู ( McClure , 1966 : 205-210 ) ยังพบว่าเด็กอายุระหว่าง 3-5 ปี ที่ไม่เคยสอนวิธีแปรงฟันให้ จะแปรงฟันด้วยวิธีสครับกันเกือบทุกคน และที่น่าสนใจคือการศึกษาของแม็คดอนเนล และโดโมเลค ( McDonnell and Domolakes , 1952 : 219-228 ) ที่สอนวิธีการแปรงฟันวิธีโรลล์ให้กับเด็ก แต่ไม่นานเด็กก็จะกลับไปแปรงวิธีสครับกันหมด

นอกจากนี้ในวงการทันตแพทย์ไทย ก็ได้ให้ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับ การแปรงฟันที่เหมาะสมสำหรับเด็ก เช่น นพดล ศุภพิพัฒน์ ( 2528 : 34 ) ได้ให้ข้อคิดเห็นว่าการแปรงฟันวิธีสครับ น่าจะเป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับเด็ก เนื่องจากปฏิบัติง่ายและมีประสิทธิผลดีเหมาะกับการทำความสะอาดฟันน้ำนม ซึ่งมีลักษณะคอฟันคอด แต่อย่างไรก็ตามเด็กควรจะได้รับการสอนที่ถูกต้อง ผู้สอนควรสอนให้แปรงเป็นช่วงสั้น ๆ แปรงให้ถึงคอฟัน และควรเลือกใช้แปรงที่มีขนแปรงอ่อนเพื่อหลีกเลี่ยงการทำอันตรายต่อเหงือก เช่นเดียวกับหาญณรงค์ ลำไย ( 2528 : 37 ) ซึ่งเห็นด้วยว่าการแปรงฟันวิธีสครับเป็นวิธีแปรงฟันที่เหมาะสมที่สุดที่จะนำไปใช้กับเด็ก จากข้อมูลที่น่ามาเสนอนั้นจะเห็นว่าการแปรงฟันด้วยวิธีสครับ มีประสิทธิผลในการทำความสะอาดฟันได้ดีกว่าหรือไม่ก็เทียบเท่ากับวิธีแปรงฟันวิธีอื่น ขณะเดียวกันวิธีการแปรงฟันวิธีนี้ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อเหงือก เนื่องจากรูปลักษณะของฟันน้ำนม ตลอดจนวิธีการแปรงฟันวิธีนี้ไม่ยุ่งยากเหมาะกับพัฒนาการทางกล้ามเนื้อของเด็ก เด็กมีความพร้อมที่จะแปรงวิธีสครับได้มากกว่าวิธีอื่น แม้ไม่มีการสอนวิธีการแปรงฟัน เด็กก็จะแปรงวิธีสครับโดยธรรมชาติอยู่แล้ว ฉะนั้น ถ้าสอนวิธีการแปรงฟันวิธีสครับให้ถูกต้อง จึงน่าจะเป็นวิธีการที่เหมาะสมที่สุด ( อัมพูช อินทรประสงค์ , 2528 : 31 )

### ลักษณะทั่วไปของเด็กวัยประถมศึกษา

เด็กในวัยประถมศึกษา อายุประมาณ 6-12 ปี เป็นระยะที่กำลังสร้างทุกด้านให้เจริญงอกงามไปตามวัย เช่น การสร้างกิจนิสัย ในเรื่องการฝึกปฏิบัติกิจวัตรให้สม่ำเสมอ การรักษาความสะอาด นิสัยในการทำงานเป็นกลุ่ม การปรับตัวและอื่น ๆ

เด็กวัย 6-12 ปีนี้ เป็นวัยแห่งการรวมหมู่ รวบรวม ของวัยเดียวกัน ครูนับเป็นบุคคลที่สำคัญที่สุด ซึ่งจะสนองความต้องการทางด้านร่างกายของเด็ก ฝึกให้เด็กเกิดความสามารถทางสมอง ทางด้านอารมณ์และสังคม ตลอดจนทัศนคติให้เกิดความเจริญงอกงามได้ โดยขึ้นอยู่กับวิธีสอนของครู การให้รางวัล การทำโทษ การใช้อุปกรณ์การส่งเสริมให้เรียน-เล่นร่วมกัน และการแข่งขัน จะช่วยเด็กในวัยนี้เรียนได้ดี นอกจากนี้เด็กจะชอบเล่นสนุกกับเพื่อน ๆ การเล่นจึงเป็นกิจสำคัญหรือหัวใจของวัยนี้ ดังนั้น ควรพิจารณาเรื่องการเล่นของเด็ก โดยจัดให้ได้เล่นเกมต่าง ๆ ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

ความต้องการเบื้องต้นของเด็ก พอจะรวบรวมความต้องการพื้นฐานได้ดังนี้

1. ความรักและมิตรภาพ เป็นธรรมชาติของมนุษย์ทุกคนต้องการให้คนอื่นรักและเป็นมิตรกับตน ไม่มีใครที่จะนิยมนหรือต้องการให้ผู้อื่นเกลียดชังตน
2. การได้รับการยอมรับนับถือ การที่เด็กจะได้รับการยอมรับนับถือ ครูจะต้องให้โอกาสเด็กได้แสดงออก ได้แสดงความสำเร็จของผลงานที่ทำ ให้เพื่อน ๆ ได้เห็นความสามารถของเขา ก็จะเป็นการช่วยให้เด็กได้รับการยอมรับ
3. ความเป็นอิสระเสรี ในการเรียนการสอน เด็กอาจต้องการเสรีภาพที่จะทำอะไรได้ตามสมควร ไม่เข้มงวดกวดขันในเรื่องระเบียบวินัยจนเกินไป ส่งเสริมการทำงานอย่างอิสระ ตลอดจนให้มีส่วนร่วมในการคิด การทำงานของตนได้
4. ศรัทธาและยอมรับเรื่องอำนาจของครู เด็กเมื่ออยู่ร่วมกันก็ยอมรับว่า ผู้ใหญ่หรือครูย่อมมีความยุติธรรม ความถูกต้อง ความสามารถ และความฉลาด เมื่อครูว่ากล่าวตักเตือนก็ยอมเชื่อฟัง
5. การขี้ขลาดหรือปัญหาที่ท้าทาย เด็กย่อมมีความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งแปลกสิ่งใหม่เสมอ ในการดำเนินการสอนควรจะขี้ขลาดให้เด็กสนใจ จากการจัดสภาพของห้องเรียน อุปกรณ์การสอน ตลอดจนปัญหาให้เด็กอยากที่จะลอง อยากรูจะเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ ด้วย

6. ความอบอุ่นหรือความมั่นคง เนื่องจากความรู้สึกมั่นคงเป็นสิ่งที่จะช่วยให้เรา ค่อยเจริญงอกงาม จากการศึกษาที่พึ่งพาอาศัยผู้อื่นมาเป็นคนพึ่งตนเองได้ ความรู้สึกที่ตนเองมี ความปลอดภัยมีความเป็นมิตร จะช่วยให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเองยิ่งขึ้น

7. สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ การขยายประสบการณ์ของเด็ก ควรพยายามที่จะขยายกว้างออกไปโดยรอบมากขึ้น ๆ จากใกล้ตัวไปไกลตัว จึงควรจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม เพื่อสนองความต้องการในด้านนี้ ได้เรียนรู้ ได้ดูหรือเห็นของจริง จะเป็นการส่งเสริมให้เด็กเป็นคนช่างสังเกต เกิดการเรียนรู้ได้ดีและสนองความต้องการในด้านนี้มากยิ่งขึ้น

8. ศิลปะและการสร้างสรรค์ เด็กประถมศึกษาชอบศิลปะและขับร้อง การที่เด็กสนใจที่จะวาดภาพ ประดิษฐ์ คิดสร้างตามแนวจินตนาการของตน จึงควรเปิดช่องทางให้อิสระ เสรีภาพแก่เด็กให้มากที่สุด นอกจากนั้นการแสดงออกทางศิลปะ ยังเป็นทางที่จะระบายอารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการของเด็กเป็นอย่างดีอีกด้วย

9. ความรู้สึกว่าคุณค่าและเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ คล้ายข้อ 1 แตกต่างกันใน ด้านความรู้สึกที่ว่า ตนเป็นคนมีประโยชน์ต่อส่วนรวม มีคุณค่าต่อเพื่อน ๆ อยากให้เพื่อน ๆ ต้องการตน ในลักษณะความต้องการด้านนี้ จะช่วยให้เด็กเป็นคนที่จะพยายามทำงานให้เข้ากับเพื่อน ห่วงได้

10. ความสนุกสนานและตื่นเต้น ธรรมชาติของเด็กปกตินั้นจะอยู่ไม่สุข บังคับให้อยู่นิ่งเฉยไม่ได้นาน ความต้องการที่จะแสดงออก ความต้องการที่จะพัฒนาร่างกาย จึงทำให้ชอบ กระโดด ปีน ป่าย ตะโกน ขว้างปา ฉะนั้น เกมแข่งขัน จะช่วยสนองความต้องการด้านนี้ได้ มาก หน้าที่ของครูระดับประถมศึกษาที่มีความสำคัญที่จะจัดเกมเล่นสนุก ๆ ที่เป็นประโยชน์ในด้าน อารมณ์ในการเล่นเป็นกลุ่ม และได้เคลื่อนไหวร่างกาย ได้ฝึก ( Motor skills ) ไปด้วย อันจะเป็นการส่งเสริมทั้งความต้องการและการเรียนรู้ของเด็กให้เหมาะสมกับวัยได้ดี

### พัฒนาการวัยเด็ก อายุ 6-9 ปี

เด็กไปโรงเรียนอยู่ในหมู่พวก สิ่งแวดล้อมเปลี่ยนจากบ้านเป็นโรงเรียน เด็กต้องปรับตัวให้เข้ากับคนแปลกหน้าและระเบียบทางโรงเรียน วัยนี้เป็นวัยแห่งความสนุกสนาน การเล่นเกม การออกกำลังกาย ความสามารถ ความสนใจขยายขอบเขตกว้างขวางขึ้น เด็กโตจะสามารถ เรียน รู้จักเลือก รู้จักตัดสินใจ และรับผิดชอบการทำงานของตนเองได้

## แนวคิดและทฤษฎีการเรียนรู้ ( Learning Theory )

ทฤษฎีการเรียนรู้ของบลูม ( Bloom , 1975 : 201-207 ) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมซึ่งคาดว่าจะให้ผู้เรียนได้เกิดพฤติกรรมขึ้นหลังจากการจัดการศึกษา แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

### 1. พฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย ( Cognitive Domain )

พฤติกรรมด้านนี้เป็นที่เข้าใจโดยทั่วไปว่าเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการรู้ การจำ ข้อเท็จจริงต่าง ๆ รวมทั้งการพัฒนาความสามารถ และทักษะทางสติปัญญา การใช้ความคิดวิจารณ์ญาณ เพื่อประกอบการตัดสินใจ ในด้านความรู้ที่จัดเป็นความสามารถทางด้านสติปัญญา ซึ่งจัดจำแนกออกได้ดังนี้

1.1 ความรู้ ( Knowledge ) หมายถึง ความสามารถที่จะจดจำและรำลึกได้ถึงเรื่องราวที่ได้รับไปแล้ว

1.2 ความเข้าใจ ( Comprehension ) เป็นทักษะและความสามารถทางสติปัญญาระดับแรก รู้ว่าผู้อื่นสื่อสารมาอย่างไร และสามารถที่จะนำเอาข้อมูลหรือปัจจัยที่ได้มาใช้ให้เป็นประโยชน์

1.3 การนำไปประยุกต์ ( Application ) หมายถึง ความสามารถที่จะนำความรู้ความเข้าใจจากหลักสูตร กฎเกณฑ์ และวิธีดำเนินการต่าง ๆ ของเรื่องนั้นไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่ไม่เหมือนเดิมได้

1.4 การวิเคราะห์ ( Analysis ) หมายถึง ความสามารถในการแยกแยะเรื่องราวที่สมบูรณ์ใด ๆ ให้กระจายออกเป็นส่วนย่อย และมองเห็นการผสมผสานระหว่างส่วนที่ประกอบขึ้นเป็นปัญหาหรือสถานการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง

1.5 การสังเคราะห์ ( Synthesis ) หมายถึง ความสามารถและทักษะที่จะนำองค์หรือส่วนต่าง ๆ เข้ามาร่วมกันหรือเป็นภาพพจน์ที่สมบูรณ์ เป็นขั้นตอนการที่เกี่ยวข้องกับการพิจารณาส่วนย่อยแต่ละส่วน จัดรวมกันเป็นหมวดหมู่ เพื่อให้เกิดความกระจ่างในสิ่งเหล่านั้นขึ้นมา

1.6 การประเมินค่า ( Evaluation ) หมายถึง ความสามารถที่จะพิจารณาและตัดสินใจว่าด้วยมาตรฐานที่ผู้อื่นกำหนดไว้หรือกำหนดขึ้นด้วยตนเองก็ตาม

## 2. พฤติกรรมด้านเจตพิสัย ( Affective Domain )

พฤติกรรมด้านนี้ ได้แก่ ความสนใจ ความรู้สึก ท่าที ความชอบ ไม่ชอบ ทิศนคติ การให้คุณค่า การรับ การเปลี่ยน หรือการปรับปรุงค่านิยมที่ติดถืออยู่ พฤติกรรมด้านนี้ยากต่อการอธิบาย เพราะเกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคล ซึ่งจะต้องใช้เครื่องมือพิเศษวัดพฤติกรรมเหล่านี้ เพราะความรู้สึกภายในของผู้นั้นยากต่อการวัดพฤติกรรมที่แสดงออกมาภายนอก

ประกาศาเพ็ญ สุวรรณ ( 2532 ) กล่าวถึงขั้นตอนการเกิดพฤติกรรมด้านเจตพิสัยดังต่อไปนี้

2.1 การยอมรับ ( Receiving ) เป็นความสามารถในการจัดหรือความฉับไวในการรับรู้สิ่งต่าง ๆ จำแนกเป็น 3 ลักษณะ คือ

2.1.1 การรับรู้

2.1.2 ความรู้สึกเต็มใจที่จะรับรู้

2.1.3 การเลือกรับหรือการเลือกให้ความสนใจ โดยบุคคลจะเลือกในสิ่งที่นำความพอใจมาให้และจะไม่รับในสิ่งที่เขาไม่ชอบ

2.2 การตอบสนอง ( Responding ) เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสนใจ เต็มใจ และพอใจในสิ่งเร้า จำแนกได้เป็น 3 ลักษณะ คือ

2.2.1 การยินยอมที่จะตอบสนอง

2.2.2 การเต็มใจที่จะตอบสนอง

2.2.3 ความพอใจในการตอบสนอง

2.3 การสร้างคุณค่าหรือค่านิยม ( Value ) เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกซึ่งความรู้สึกหรือสำนึกในคุณค่าหรือคุณธรรมของสิ่งต่าง ๆ จนกลายเป็นความนิยมชมชอบและเชื่อถือในสิ่งนั้น จำแนกเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้

2.3.1 การยอมรับในค่านิยม

2.3.2 ความรู้สึกชื่นชอบหรือพอใจในค่านิยมนั้น

2.3.3 ความยึดมั่นในค่านิยมนั้น

2.4 การจัดระบบ ( Organization ) เป็นการจัดรวบรวมค่านิยมต่อสิ่งต่าง ๆ เข้ามาเป็นระบบ จำแนกเป็น

2.4.1 มโนทัศน์เกี่ยวกับค่านิยม

2.4.2 การจัดระบบของค่านิยม



2.5 การมีลักษณะที่ได้จากค่านิยมหรือลักษณะนิสัย เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกมาเป็นนิสัยตามธรรมชาติ เป็นคุณลักษณะหรือบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากระบบค่านิยมที่บุคคลยึดมั่น จำแนกได้เป็น

2.5.1 การสรุปรวมถึงกลุ่มค่านิยม

2.5.2 การมีลักษณะนิสัย

### 3. พฤติกรรมด้านทักษะพิสัย ( Psychomotor Domain )

เป็นพฤติกรรม ที่ใช้ความสามารถในการแสดงออกทางร่างกาย พฤติกรรมนี้เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้าย เป็นพฤติกรรมที่สามารถประเมินผลได้ง่าย แต่กระบวนการที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมนี้ต้องอาศัยเวลา และการตัดสินใจหลายขั้นตอน ในทางด้านสุขภาพถือว่าพฤติกรรมด้านการปฏิบัติของบุคคลเป็นเป้าหมายขั้นสูงสุดที่ช่วยให้บุคคลมีสุขภาพดี แบ่งออกได้เป็น 5 ขั้นดังนี้

3.1 การเลียนแบบ ( Imitation ) เป็นการเลือกตัวแบบ หรือตัวอย่างที่สนใจ

3.2 การทำตามแบบ ( Manipulation ) เป็นการลงมือกระทำตามแบบที่สนใจ

3.3 การมีความถูกต้อง ( Precision ) เป็นการตัดสินใจเลือกทำตามแบบที่เห็นว่าถูกต้อง

3.4 การกระทำอย่างต่อเนื่อง ( Articulation ) เป็นการกระทำที่เห็นว่าถูกต้องนั้นอย่างเป็นเรื่องเป็นราวต่อเนื่อง

3.5 การกระทำโดยธรรมชาติ ( Naturalization ) เป็นการกระทำจนเกิดทักษะ สามารถปฏิบัติได้โดยอัตโนมัติเป็นธรรมชาติ

ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดน์ (Thorndike อ้างในประภาเพ็ญ สุวรรณ , 2526 : 239-241 ) ว่า การจัดการเรียนการสอน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ได้นั้นต้องอาศัยหลักทฤษฎี การเรียนรู้เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกระบวนการให้สุศึกษา สรุปกฎการเรียนรู้ คือ

1. กฎเกี่ยวกับความพร้อม ( Law of readiness ) การเรียนรู้จะมีประสิทธิภาพ ถ้าผู้เรียนมีความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งหมายถึงความพร้อมทางด้านวุฒิภาวะ และ ความพร้อมที่เกิดจากความพึงพอใจ

2. กฎเกี่ยวกับการปฏิบัติ ( Law of exercise ) การได้กระทำซ้ำหรือได้ฝึกหัด ฝึกกระทำบ่อย ๆ จะทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น การฝึกหัดกระทำซ้ำบ่อย ๆ จะต้องเกิด ความเข้าใจในเหตุผลแท้จริงเสียก่อน จึงเกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร

3. กฎเกี่ยวกับผล ( Law of effect ) คือ ผลที่ได้รับ เมื่อแสดงพฤติกรรมเรียนรู้ แล้ว ถ้าได้รับผลที่พึงพอใจ ผู้เรียนย่อมอยากเรียนรู้ต่อไปอีก แต่ถ้าได้รับผลที่ไม่พึงพอใจผู้เรียน ก็ไม่ยอมอยากเรียน หรือเกิดความเบื่อหน่ายต่อการเรียนรู้ได้ ดังนั้น การเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้า กับการตอบสนองให้มั่นคงถาวรต้องให้ผู้เรียนได้รับผลพึงพอใจ

#### องค์ประกอบแห่งการเรียนรู้

ตามแนวคิดของ โจเซฟ ลี ครอนบาค ( Joseph Lee Cronbach ) มีดังนี้

1. ความมุ่งหมายหรือจุดประสงค์ คือ ผู้เรียนมองเห็นประโยชน์ที่จะได้รับจากบทเรียน หรือการแสดงออกนั้น ๆ เช่น ความพอใจ จากเพื่อนร่วมเรียน

2. ความพร้อมในการเรียน Readiness หมายถึง สภาพของผู้เรียนพร้อมที่จะ แสดงออกได้ทั้งในการใช้ภาษา การสังเกต ความสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา พื้นฐานประสบการณ์ เดิมและอื่น ๆ ความพร้อมย่อมขึ้นอยู่กับระดับของวุฒิภาวะ ทางกาย ใจ และสติปัญญา

3. สถานการณ์ (Situation) หมายถึง สภาพแวดล้อม รวมทั้งตัวบุคคล วัตถุ และ ชนบทประเพณีต่าง ๆ ในการที่จะส่งเสริมการเรียน

4. การแปลความหมาย (Interpretation) หมายถึง การที่ผู้เรียนแปลสถานการณ์ ที่จะลงมือปฏิบัติ โดยอาศัยความรู้ความเข้าใจเปรียบดูว่าเหมือนหนึ่งมีส่วนคล้ายคลึงกับที่ตนเคย ปฏิบัติหรือไม่ การคาดการณ์หรือการคาดคะเน ที่จะเห็นผลที่จะเกิดจากการปฏิบัตินั้น ทำให้เกิด ผลตามที่พึงประสงค์

5. การปฏิบัติ (Acting) อากาที่แสดงออกหลังจากที่คาดผลที่จะได้ และเลือกวิธีที่จะปฏิบัติ แล้วเห็นผลลัพธ์ที่พอใจมากที่สุด จึงจะปฏิบัติลงไป วิธีการต่าง ๆ ในการปฏิบัติ หรือ กระทำนั้นมักจะตัดแปลงจากประสบการณ์เดิม

6. ผลลัพธ์ที่ได้จากกระทำหรือตอบสนอง ถ้าได้ผลลัพธ์ตามที่คาดหมาย ผู้เรียนหรือผู้ตอบสนองก็บังเกิดความพึงใจ ตรงข้ามอาจเกิดการผิดหวังจากที่คาดหวัง ก็นับเป็นบทเรียนที่จะต้องพิจารณาในขั้นตอนต่อไป

7. การแสดงปฏิภริยาต่อความผิดหวัง หากความผิดหวังเกิดขึ้น ถ้ามีกำลังใจดีเห็นความผิดพลาดต่าง ๆ ก็พยายามที่จะปรับปรุง ดัดแปลงวิธีตอบสนองใหม่ มุ่งที่จะให้บรรลุผลสำเร็จ แต่ถ้าไม่มีกำลังใจหรือหมดกำลังใจ ก็อาจเลิกล้มความตั้งใจ

จากองค์ประกอบทั้ง 7 ข้อของครอนบาคนี้ แสดงว่า การจัดกิจกรรมในการเรียนการสอน จะช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จตามที่คาดหวังไว้ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้

### การเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย

1. ทฤษฎีพัฒนาการเด็กของเพียเจต์ (Jean Piaget) เพียเจต์ได้วิจัยเรื่องการพัฒนาความคิดของมนุษย์ พอลจะสรุปเกี่ยวกับเด็กวัยเรียนได้ดังนี้

เป็นวัยแห่งการปฏิบัติ การคิดด้วยรูปธรรม (Concrete Operational Stage))  
นับแต่อายุ 6 - 7 ปี

- เริ่มเรียนรู้ภาษาพูดและเข้าใจเครื่องหมายท่าทางที่สื่อความหมายของผู้ที่เกี่ยวข้องกับตน
- การรับรู้ดีขึ้น (Perception) แต่ยังไม่สามารถคิดหาเหตุผล และยกเหตุผลขึ้นอ้างอิงได้
- สามารถที่จะเรียนจากการเล่นได้ดี ชอบลองผิดลองถูก และแก้ไข ช่วยตัวเองได้บ้าง
- เริ่มสามารถที่จะวิเคราะห์แยกประเภทได้บ้าง แต่บอกคุณสมบัติไม่ได้
- รู้จักตอบคำถามง่าย ๆ แต่สามารถที่จะใช้วิธีการสนทนาโต้ตอบ การถามปัญหา ยังมีน้อย

2. มนุษย์แปดขั้น ( Eight Stages of Man ) เป็นพัฒนาการของมนุษย์ ซึ่ง อีริก เอช อีริคสัน ( Erik H. Erikson ) ศึกษาเกี่ยวกับเด็กวัยประถมศึกษา พอสรุปได้ดังนี้

เด็กวัยประถมศึกษา อายุ 6-11 ปี มีลักษณะสำคัญคือ ถ้าประสบความสำเร็จในการเรียน การสอน จะทำให้เด็กมีความขยันหมั่นเพียร แต่ตรงกันข้ามถ้าประสบความสำเร็จล้มเหลว ผิดหวัง บ่อย ๆ จะเกิดเป็นปมด้อย ในวัยนี้เป็นวัยที่ครูจะต้องหาทางให้เด็กประสบความสำเร็จในการเรียน การเล่น หรืออย่างน้อยที่สุดไม่ด้านใดด้านหนึ่ง ทั้งนี้เพราะความสำเร็จจะช่วยให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นที่ยอมรับของเพื่อนฝูง ตัวเด็กเองมีกำลังใจที่จะทำงาน เล่น หรือเรียนให้ดีขึ้น ขยันหมั่นเพียรขึ้น นับเป็นการช่วยให้อุปสรรคทางบุคลิกลักษณะสูงขึ้น

### พฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพ มีความหมายเช่นเดียวกับพฤติกรรมทั่ว ๆ ไป แต่ไม่เฉพาะเกี่ยวข้องกับในเรื่องสุขภาพเท่านั้น มีผู้ให้ความหมายเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพไว้หลายท่าน ดังนี้

กูด ( GOOD , 1959 : 55-56 ) ได้กล่าวถึง ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพว่า หมายถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งภายในและเกิดขึ้นภายนอก ที่คาดหวังจะให้ผู้เรียนรู้อะไรหรือเกิดขึ้นในตัวผู้เรียนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัย พฤติกรรมทางด้านสุขภาพนี้จะรวมถึงการปฏิบัติที่สังเกตได้ และการเปลี่ยนแปลงภายในที่สังเกตไม่ได้ แต่สามารถจะวัดได้ว่าเกิดขึ้น

สุชาติ โสภประสูตร ( 2526 : 44 ) ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกของบุคคลเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพทั้งในด้านความรู้ เจตคติ การปฏิบัติ และทักษะ โดยเน้นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตและวัดได้

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2527) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง กิจกรรมทุกประเภทที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพที่มนุษย์แสดงออกทั้งในด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ซึ่งสามารถจะสังเกต หรือวัดได้ทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม พฤติกรรมด้านการปฏิบัติที่สังเกตได้หรือมองเห็นได้นั้น อาจแยกประเภทได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ คือ การปฏิบัติตามปกติวิถีชีวิตประจำวัน ซึ่งจะเป็นการปฏิบัติที่เป็นการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค อีกประการหนึ่งคือ การปฏิบัติเมื่อเจ็บป่วย ซึ่งจะรวมถึงการปฏิบัติโดยทั่วไปและการไปรับการรักษาพยาบาล และการปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์หรือบุคลากรทางสาธารณสุข

ในเรื่องของการเปลี่ยนแปลงสุขภาพ ซึ่งถือได้ว่าเป็นจุดประสงค์ที่สำคัญในการให้  
 สุขศึกษา ก็คือ การเปลี่ยนแปลงในจุดมุ่งหมายทางการศึกษาของ เบนจามิน เอส บลูม  
 ( BENJAMIN S. BLOOM ) ดังที่กล่าวมาแล้วนั่นเอง แต่เน้นการเรียนรู้ในด้านสุขภาพเพิ่มมาก  
 ขึ้น จัดได้ 4 กลุ่ม ( ทวีสิทธิ์ สิทธิกร , 2531 : 44-52 )

1. ความรู้ทางด้านสุขภาพ (Health Knowledge) หมายถึง กระบวนการด้านสมอง  
 เป็นการพัฒนาความสามารถทางด้านสติปัญญา ได้แก่ การที่นักเรียนมีความรู้ และความเข้าใจใน  
 เนื้อหาต่าง ๆ ของวิชาสุขศึกษาเพิ่มขึ้นจากเดิม การให้ความรู้นั้นอาจแบ่งเป็นชั้น ๆ หรือ  
 พฤติกรรมตามลำดับความยากง่าย เพื่อให้ผู้เรียนสามารถจดจำระลึกถึงเรื่องราวด้านสุขภาพได้  
 สามารถตีความและจินตนาการเหตุการณ์ที่พบเห็นได้ นำสิ่งที่รู้ไปใช้แยกแยะเรื่องราวต่าง ๆ ได้  
 ผสมผสานความรู้เก่า เพื่อให้ได้ความรู้ใหม่ สามารถประเมินค่าสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องและมี  
 อิทธิพลต่อสุขภาพได้

2. เจตคติทางด้านสุขภาพ (Health Attitude) เป็นพฤติกรรมทางด้านความรู้สึก  
 หรือทางด้านจิตใจ ซึ่งเกี่ยวข้องกับท่าที ความรู้สึก ความชอบ อารมณ์ การยอมรับ หรือไม่ยอม  
 รับ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล สืบเกิดด้วยตาเปล่าไม่ได้ เป็นกระบวนการทางด้านจิตใจ  
 ได้แก่ การที่นักเรียนมีเจตคติ หรือปฏิบัติริยาในด้านความรู้สึกต่อเรื่องสุขภาพดีขึ้นหรือเพิ่มพูนมาก  
 ขึ้นกว่าเดิม

3. การปฏิบัติทางด้านสุขภาพหรือสุขภาพปฏิบัติ (Health Practice) เป็นกระบวนการ  
 ทางด้านร่างกาย หรือการใช้กล้ามเนื้อ ได้แก่ การที่นักเรียนได้กระทำหรือมีความสามารถในเชิง  
 ปฏิบัติในสิ่งที่เกี่ยวกับสุขภาพได้ถูกต้องเหมาะสม

4. ทักษะทางด้านสุขภาพ ( Health Skill ) ได้แก่ การที่นักเรียนได้มีการปฏิบัติ  
 ทางด้านสุขภาพหรือมีสุขนิสัย จนเกิดความชำนาญ แคล่วคล่อง ว่องไวและเร็กร็องมากขึ้น  
 กว่าเดิม

จากพฤติกรรมสุขภาพที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า การศึกษานั้นไม่ใช่การให้ความรู้ แต่การ  
 ศึกษาช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ หรือช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทั้งด้านความรู้  
 เจตคติและการปฏิบัติ อันเป็นผลทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมหรือการปฏิบัติตนได้ถูกต้องและเหมาะสม

ดังนั้นโดยสรุป พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การกระทำ หรือการแสดงออกของบุคคล  
 เกี่ยวกับความสบาย หรือความสุขปราศจากโรค ทั้งด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ซึ่ง  
 อาจสังเกตไม่ได้ แต่สามารถวัดได้ว่าเกิดขึ้น

### ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

ประกาศیهญ สุวรรณ ( 2526 : 201 ) ได้กล่าวถึงแนวคิดของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพไว้ดังนี้

1. พฤติกรรมอาจเปลี่ยนแปลงโดยการบังคับ การเลียนแบบ และการเห็นความสำคัญของสิ่งที่เปลี่ยนแปลงนั้น
2. การใช้วิธีการทางการศึกษาในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ได้ผลถาวร
3. พฤติกรรมสุขภาพบางอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยการบังคับ ซึ่งจะเปลี่ยนแปลงได้เฉพาะพฤติกรรมด้านการปฏิบัติเท่านั้น ส่วนพฤติกรรมด้านความรู้ และทัศนคติไม่เปลี่ยนแปลง
4. บ้าน โรงเรียน และชุมชน เป็นสิ่งแวดล้อมที่ช่วยสร้างแบบอย่างที่ดี เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ได้

### เอกสารที่เกี่ยวข้องกับนิทาน

#### ความหมายของนิทาน

มีผู้รู้หลายท่านให้ความหมายไว้หลายอย่างด้วยกัน เช่น

ณัฐมา อาษารัฐ ( 2521 ) ได้ให้ความหมายว่า นิทาน คือ เรื่องราวที่สืบทอดกันมา ที่มีได้เจาะจงแสดงประวัติความเป็นมาของเรื่อง จุดใหญ่เพื่อความสนุกสนานและความพอใจ ทั้งของผู้เล่าและผู้ฟัง ที่มุ่งจะสนองความต้องการทางด้านจิตใจแก่ผู้ฟัง ในบางครั้งก็สอดแทรกคติสอนใจรวมอยู่ด้วย

ฉวีวรรณ คุณาภินันท์ ( 2527 ) ได้กล่าวว่า นิทาน คือ เรื่องราวที่เล่ากันมาแต่โบราณ และมีอิทธิพลต่าง ๆ นานา

ฉวีวรรณ กิณางค์ ( 2533 ) ได้ให้ความหมายว่า นิทาน หมายถึง เรื่องราวที่เล่ากันต่อ ๆ มาเป็นเวลานานแล้วแต่ไม่ทราบชัดว่าเริ่มมีมาตั้งแต่เมื่อไร การเล่านิทานก็เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลินและให้ความรู้เพื่อเป็นคนดีอยู่ในสังคม

จากความหมายของนิทานดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า นิทาน คือ เรื่องราวที่ได้แต่งขึ้นหรือเล่าสืบต่อกันมาเพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน และมุ่งสนองความต้องการทางด้านจิตใจเป็นสำคัญ

### ความเป็นมาของนิทาน

การเล่านิทานมีมานานแต่สมัยดึกดำบรรพ์ เป็นสิ่งที่ชื่นชอบทั้งผู้เล่าและผู้ฟัง ในสมัยแรก ๆ การถ่ายทอดเรื่องราวจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งอาจเริ่มต้นด้วยภาพ เช่น สมัยก่อนประวัติศาสตร์ ก่อนที่มนุษย์จะมีพัฒนาการทางภาษาดีพอที่จะบอกเล่าเรื่องราวด้วยปาก เขาใช้ภาพแทนการบอกเล่าด้วยภาษาพูด ดังจะเห็นได้จากภาพวาดต่าง ๆ ตามผนังถ้ำ หน้าผา และภูเขา ภาพจะบอกถึงความหวัง และชัยชนะ ความกลัวและความสุข บอกเรื่องราวที่เขาได้กระทำ ตลอดจนถึงสิ่งที่เขาหวังจะให้เกิดขึ้น เมื่อพัฒนาการทางภาษาเจริญขึ้น การสื่อความหมายจึงเปลี่ยนจากรูปภาพมาเป็นภาษาพูด หลังจากมีภาษาเขียนเกิดขึ้น จึงได้มีผู้บันทึกและแต่งเรื่องราวต่าง ๆ ไว้แรก ๆ เรื่องราวที่เล่าสู่กันฟัง คงเป็นเรื่องราวที่เกี่ยวกับตัวเขา เช่น การล่าสัตว์ การต่อสู้ชัยชนะ ฯลฯ นักเล่าจะจดจำเรื่องราวต่างๆ และพยายาเล่าเรื่องให้มีชีวิตชีวาน่าสนใจแก่ผู้ฟังในสมัยแรก ๆ เรื่องที่เล่าก็คงจะเป็นเรื่องของผู้ใหญ่ และเล่าสู่กันฟังในหมู่ของผู้ใหญ่ ยังไม่มีนิทานที่มีเนื้อเรื่องเหมาะสมกับเด็กแต่ละวัย เด็กจึงได้รับฟังเรื่องราวซึ่งแล้วแต่จะได้ยินได้ฟังมา ต่อมาได้มีการแต่งนิทานสำหรับเด็กโดยเฉพาะขึ้น

ททัช ดันทอง ( 2525 ) ได้กล่าวว่า การเล่านิทานเป็นวิถีพัฒนาเด็กของไทยและเป็นคติชนวิทยาอย่างหนึ่ง มีมาแต่โบราณ ซึ่งเป็นมรดกทางวัฒนธรรม และเป็นวรรณกรรมที่เก่าแก่ที่สุด มีจุดประสงค์ในการเล่า

จิระประภา บุณยนิษฐ์ ( 2526 ) ได้กล่าวว่า ในปัจจุบันมีนิทานที่เขียนขึ้นเพื่อเด็กโดยเฉพาะ และเป็นที่ยอมรับว่าเด็กมีความสุขในการได้ฟังนิทาน แต่การเล่านิทานให้เด็กฟังยังไม่ได้กระทำกันเท่าที่ควร และในโรงเรียนอนุบาล ซึ่งเด็กควรจะได้ฟังนิทานเป็นประจำ กลับปรากฏว่ามีกิจกรรมอื่นมากเกินไปจนครูไม่มีเวลาที่จะเล่านิทานให้เด็กฟัง ซึ่งเป็นการน่าเสียดายอย่างยิ่ง เพราะนิทานจะช่วยให้ครูสอนวิชาต่างๆ ให้แก่เด็กได้อย่างมากมาย เด็กจะได้เรียนรู้สิ่งเหล่านั้นได้อย่างสนใจและสนุกสนาน ช่วยให้การเรียนการสอนง่ายขึ้น

### คุณค่าของนิทาน

การเล่านิทานนอกจากเป็นการถ่ายทอดเรื่องราวต่าง ๆ ให้แก่เด็กแล้ว ยังสร้างความเพลิดเพลิน และช่วยสนองความต้องการของเด็กด้วย เพราะนิทานเป็นสิ่งที่เด็ก ๆ พอใจฟัง นอกจากนี้เนื้อหาของนิทานที่เด็กฟัง ยังช่วยปลูกฝังความดี ความละเอียดอ่อนอ่อนน้อมในจิตใจและสร้างความคิดริเริ่ม และการเลียนแบบที่ดีให้กับเด็ก

วัชรภรณ์ พิมพ์ใจหงส์ ( 2528 ) นิทานเป็นสื่อสำคัญที่จะช่วยพัฒนาจริยธรรมของเด็ก ในวัยนี้ได้ นิทานแทบทุกเรื่องจะสอดแทรกคติธรรมสอนเด็กไว้ เช่น นิทานเรื่องหนูติดกับสัตว์เลื้อย สอนให้เด็กมีความเมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ นิทานเรื่องผ้าเช็ดหน้าของใครสอนให้เด็กมีความซื่อสัตย์ สิ่งเหล่านี้เป็นจริยธรรมที่จะค่อย ๆ ฝังใจเด็ก ทำให้เกิดเจตคติที่ดีช่วยให้มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนาของสังคม

พรทิพย์ วินโกมินทร์ ( 2530 ) ได้กล่าวไว้ว่า นิทานช่วยเสริมสร้างประสบการณ์ชีวิต ให้แก่เด็กและช่วยเสริมสร้างอุปนิสัยที่ดีให้แก่เด็ก เช่น เด็กบางคนที่มีใจคับแคบ ตระหนี่เห็นแก่ตัว อาจจะถูกเปลี่ยนเป็นคนมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เมตตา กรุณา มีน้ำใจกว้างขวางขึ้น ซึ่งเด็กวัยก่อนเข้า โรงเรียนควรได้รับการปลูกฝังจริยธรรมและอุปนิสัยที่ดี

ฉวีวรรณ กิनावงศ์ ( 2533 ) ได้กล่าวถึงคุณค่าของนิทานว่า การเล่านิทานมีอิทธิพล และคุณค่าต่อเด็กมาก โดยเฉพาะวัยก่อนประถมศึกษาและประถมศึกษา การที่ผู้ใหญ่และครูได้ ใกล้เคียงกับเด็กโดยใช้การเล่านิทานจะเป็นสิ่งช่วยให้เข้าใจเด็กได้ดียิ่งขึ้น

จากคุณค่าของนิทานดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า นิทานเป็นสิ่งที่ช่วยปูพื้นฐานทาง ทางจิตใจของเด็ก เป็นเครื่องมือถ่ายทอดคุณค่าทางสังคมและจริยธรรมต่างๆ ที่ต้องการปลูกฝัง ให้แก่เด็ก และยังช่วยแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของเด็กได้ด้วย



### จุดประสงค์ของการเล่านิทาน

ฉวีวรรณ กิณาวงค์ ( 2533 ) กล่าวถึงการเล่านิทานให้แก่เด็กก่อนประถมศึกษาว่า ช่วยเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีให้แก่เด็กหลายประการคือ

1. เพื่อสนองความต้องการตามธรรมชาติของเด็กเพราะเด็กชอบฟังนิทาน
2. เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินทั้งผู้เล่าและผู้ฟัง
3. เพื่อช่วยย้เด็กได้คำนึงถึงและสร้างจินตนาการในเรื่องฝันและเรื่องจริง
4. เพื่อช่วยย้เด็กได้ผ่อนคลายอารมณ์เครียดจากการเรียน
5. เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์ของเด็ก รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเอง
6. เพื่อส่งเสริมในด้านมนุษยสัมพันธ์ มีคุณธรรม ศีลธรรม และมีเจตคติที่ดี
7. เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางภาษาของเด็ก
8. เพื่อให้เกิดการเรียนรู้วิชาการต่าง ๆ เช่น วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา จริยศึกษา ฯลฯ
9. เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการเล่านิทาน แสดงความคิดเห็นและสนทนา
10. เพื่อช่วยกระตุ้นย้เด็กมีความสนใจอยากอ่านหนังสือ

### วิธีการเล่านิทาน

การเล่านิทานย้เด็กดี ครูผู้เล่าจะต้องมีเทคนิคในการเล่านิทานเพื่อทำย้เด็กสนใจได้ตลอดเวลา ครูผู้เล่าต้องมีศิลปะในการเล่าอย่างสอดคล้องเชื่อมคือ การใช้เสียง น้ำเสียงในการเล่านิทาน และการใช้ท่าทางประกอบการเล่านิทาน ก่อนที่จะเล่านิทานย้เด็กฟังทุกครั้งครูจะต้องเตรียมตัวล่วงหน้า ซึ่งจะทำย้ให้การเล่านิทานประสบความสำเร็จตามจุดประสงค์ที่วางไว้เสมอ

ทิพย์สุดา นิลสินธพ ( 2523 ) ได้เสนอกลวิธีในการเล่านิทานสรุปเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ครูจะต้องตกลงกับเด็กว่าเวลาฟังนิทาน เด็กจะต้องไม่พูด ไม่ลุกขึ้นยืน ฯลฯ เพื่อให้เด็กอยู่ในระเบียบขณะฟังนิทาน
2. ครูต้องสำรวจว่าตำแหน่งที่ครูอยู่นั้น จะสามารถทำย้เด็กมองภาพในนิทานหรือหน้าครูได้ทั่วถึงหรือไม่ เพราะการที่เด็กมองไม่เห็นหน้าครูหรือภาพอาจจะทำย้ความสนใจของเด็กลดลงไปได้

3. การเล่านิทาน วิธีการของครูแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนอาจใช้หุ่นประกอบ บางคนมีความสามารถในการวาดรูป อาจใช้วิธีวาดรูปบนกระดาน สำหรับครูที่ไม่ถนัดในการวาดรูป ก็อาจใช้หนังสือนิทานประกอบภาพ หรือเล่าปากเปล่าก็ได้ เวลาเล่าต้องพยายามใช้คำพูดที่เป็นของตนเอง ให้เหมือนเรากำลังคุย พยายามให้เด็กมีอารมณ์ร่วมในการเล่านิทาน แสดงท่าทางประกอบก็จะทำให้นิทานนั้นมีชีวิตขึ้นมาได้สมความตั้งใจของครู
4. เมื่อเล่านิทานจบลง ครูจะต้องดึงจุดสนใจ และจุดสำคัญในนิทานออกมา เพื่อให้ นักเรียนแสดงความคิดแลกเปลี่ยนกัน จะเป็นการย้ำและเน้นให้นักเรียนเข้าใจ และจดจำคุณธรรม หรือสิ่งที่เราต้องการช่วยปลูกฝังจิตใจเด็ก เพื่อให้ฝังลึกในความรู้สึก และทัศนคติของเด็ก ครูอาจให้นักเรียนช่วยกันสรุป หรือช่วยกันเล่าใหม่อีกครั้ง มีกิจกรรมหลายอย่างที่ครูอาจจะให้เด็กทำหลังจากเล่านิทานจบแล้ว เช่น
  - 4.1 ตอบคำถามครู เพื่อทบทวนเรื่องหรือสิ่งที่ครูต้องการให้เด็กจำ
  - 4.2 ให้เด็กลำดับเหตุการณ์ในเรื่องว่าตอนใดมาก่อนมาหลัง
  - 4.3 ฝึกบรรยายสัโดยดึงเอาภาพใดภาพหนึ่งในเรื่องตอนที่น่าสนใจออกมา ให้เด็กบรรยาย
  - 4.4 ให้แสดงละครสั้น ๆ จากเรื่องที่เล่าโดยใช้คำพูดของนักเรียนคิดขึ้นเอง

พรทิพย์ วินโกมินทร์ ( 2530 ) ได้เสนอขั้นตอนในการเล่านิทานไว้ดังนี้

1. จัดนักเรียนให้หนึ่ง เรียบร้อยและสบายเป็นกลุ่มหรือวงกลมบนเก้าอี้หรือบนพื้นก็ได้
2. ผู้เล่าควรงั่งบนเก้าอี้เตี้ย ๆ เพื่อให้ผู้ฟังมองเห็นได้อย่างทั่วถึง และได้ยินเสียงผู้เล่าชัดเจน
3. ผู้เล่าต้องใช้เสียงดังพอที่จะได้ยินทั่วถึงกันด้วยเสียงธรรมชาติของตัวเอง ออกเสียงชัดเจน จังหวะการพูดให้พอเหมาะไม่เร็วหรือช้าเกินไป ใช้น้ำเสียงเหมาะกับตัวละคร อาจใช้เสียงตามธรรมชาติมาประกอบการเล่าด้วยก็ได้
4. ขณะเล่าอาจทำท่าทางประกอบด้วยก็ได้ แต่ต้องเป็นท่าทางที่น่าดู ไม่ได้แกล้งทำจนผิดธรรมชาติ
5. ผู้เล่าต้องไม่ออกนอกเรื่องหรือเล่าเรื่องอื่นแทรก จะทำให้ผู้ฟังเข้าใจไขว้เขว และอย่าสอดแทรกเรื่องของศีลธรรมมากเกินไป จะทำให้เด็กเบื่อ

6. ผู้เล่าต้องทำใจให้สนุกไปตามเนื้อเรื่องด้วย ต้องไม่เฝื่อนใจเล่า การเล่านิทาน จึงจะออกรส
7. พยายามถ่ายทอดเรื่องที่เล่าให้เป็นภาพที่มีชีวิตจิตใจ โดยบรรยายบุคลิกลักษณะของตัวละครให้ชัดเจน บรรยายสถานที่ที่เกิดขึ้นให้มีลักษณะใกล้เคียงความเป็นจริงมากที่สุดและทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกว่า ตนเองได้เข้าไปนั่งอยู่ ณ ที่นั้นด้วย
8. เลือกถ้อยคำหรือสำนวนให้เหมาะกับระดับของผู้ฟัง
9. ขณะเล่านิทานทำใจให้สบาย ๆ และมองผู้ฟังอย่างทั่วถึงทุกคน ควรสังเกตพฤติกรรมของผู้ฟังด้วย หากผู้ฟังไม่สนใจ ผู้เล่าควรใช้ไหวพริบแก้ไขวิธีการเล่าให้ตื่นเต้นเร้าใจยิ่งขึ้น
10. ควรคำนึงถึงระยะเวลาในการเล่า ให้พอเหมาะกับความสนใจของผู้ฟังแต่ละวัยด้วย
11. ควรกำหนดเวลาเอาไว้สำหรับคำถาม หรือข้อวิจารณ์ของเด็ก ถ้าในระหว่างการเล่านิทาน เด็กขัดจังหวะหรือซักถาม ครูควรบอกให้รอจนเล่าเรื่องจบก่อน

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนิทาน

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนิทานในประเทศไทย

สุขสมร ประพัฒน์ทอง ( 2521 ) ได้ทำการทดลองกับนักเรียนชั้นประถมปีที่ 1-4 อายุ 7-10 ปี ในจังหวัดพิษณุโลก จำนวน 80 คน โดยการเล่านิทานที่มีเนื้อเรื่องกระตุ้นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ 10 เรื่อง เป็นเวลา 3 วัน แล้ววัดพฤติกรรมใฝ่สัมฤทธิ์ของเด็ก โดยให้เล่นเกมที่ยาก 3 ชั้น พบว่า เด็กที่ได้ฟังนิทานตัวแบบที่มีความเพียรพยายาม ฝ่าอุปสรรคบรรลุผลสำเร็จ จะมีพฤติกรรมใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่าเด็กที่ได้รับฟังนิทานที่ไม่มีคุณค่า และยังพบว่าเด็กที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบพึ่งตนเองเร็ว จะมีพฤติกรรมใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบพึ่งตนเองช้า

สุนทรี่ มีพร้อม ( 2522 ) ได้วิเคราะห์หนังสือสำหรับเด็กที่ชนะการประกวดและได้รับรางวัลประเภทหนังสือทั่วไปที่ไม่ใช่แบบเรียน โดยถือเฉพาะหนังสือที่เข้าประกวดในงานสัปดาห์หนังสือปี 2515-2519 โดยใช้เกณฑ์การวิเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญและจากเอกสารต่าง ๆ ผลวิจัยพบว่าหนังสือประเภทวรรณคดี 4 เล่ม เมื่อพิจารณาแล้วจะมีคุณค่าด้านให้ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมและโบราณคดี การเสนอเรื่องเป็นไปตามขั้นตอนที่เด็กควรรู้ และมีภาพประกอบน่าสนใจ ส่วนหนังสือบันเทิงคดีมี 13 เล่ม จะมีคุณค่าในด้านให้ความบันเทิงแก่เด็กเหมือนทำให้เด็กได้ท่องเที่ยว

ไปตามที่ต่าง ๆ การเสนอเรื่องเป็นนิทานเล่าเรื่องง่าย จาก และตัวละครเป็นสิ่งที่เด็กเคยพบ  
เสมอ จะมีผลต่อจิตใจของเด็กเป็นส่วนใหญ่ คือ กระตุ้นให้เกิดความรู้สึกรู้จักคิดในด้านต่าง ๆ เช่น  
คุณธรรม จริยธรรม รวมทั้งค่านิยมต่าง ๆ

อรทัย จันทวิชานวงศ์ ( 2523 ) ได้ศึกษารูปแบบของหนังสือนิทานที่ส่งผลต่อการรับผิดชอบ  
ของเด็ก และผลของการฟังนิทานที่มีต่อความรับผิดชอบจากเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบฝึก  
ให้ฟังตนเอง และเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบสืบซึ่งการฟังตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน  
ชั้นประถมปีที่ 4 จำนวน 160 คน โดยวิธีเล่านิทาน 3 รูปแบบ คือนิทานปรัมปรา นิทานเรื่องสัตว์  
และนิทานเรื่องท้องถิ่น ผลการวิจัยพบว่ารูปแบบของนิทานส่งผลต่อความรับผิดชอบของกลุ่มตัวอย่าง  
ไม่แตกต่างกัน และไม่พบความแตกต่างสำหรับความรับผิดชอบของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการอบรม  
เลี้ยงดูต่างกัน

บุบผา เรืองรอง ( 2526 ) ได้ทำการทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ใน  
กรุงเทพมหานคร จำนวน 80 คน โดยการสอนกิจกรรมเล่านิทานและกิจกรรมบทบาทสมมติ แล้ว  
ทดสอบความคิดรวบยอดเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนด้วยกิจกรรมเล่า  
นิทานและกิจกรรมบทบาทสมมติ พบว่าไม่มีความแตกต่างของคะแนนความคิดรวบยอดเชิงจริยธรรม  
ของกลุ่มที่เรียนด้วยกิจกรรมเล่านิทานและกิจกรรมบทบาทสมมติ ซึ่งแสดงว่ากิจกรรมการเล่านิทาน  
และกิจกรรมบทบาทสมมติให้ผลในการสอนความคิดรวบยอดเชิงจริยธรรมไม่แตกต่างกัน

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนิทานในต่างประเทศ

แมคเคลลันด์ (McClelland , 1961) ได้รวบรวมวรรณกรรมท้องถิ่น และนิทาน  
ท้องถิ่นประเภทต่าง ๆ เกือบทั่วโลก ตั้งแต่ปี ค.ศ.1920 ถึง 1955 โดยรวบรวมเป็น 2 ช่วงคือ  
ระหว่างปี 1920 ถึง 1929 รวบรวมได้จาก 23 ประเทศ ปี 1946 ถึง 1955 รวบรวมจาก  
40 ประเทศ ได้นิทานกว่า 1,300 เรื่อง ทำการสumentานโดยไม่ได้อ่านเรื่องมาก่อนเลย แล้ว  
แปลเป็นภาษาอังกฤษพิมพ์ให้เป็นรูปแบบเดียวกัน ชื่อบุคคลและสถานที่ถูกเปลี่ยนเพื่อไม่ให้ทราบว่าเป็น  
ของประเทศไทยใด แล้วนำนิทานที่สumentานได้ มาให้คะแนนแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ผลสรุปว่าประเทศ  
ที่มีคะแนนแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงเป็นประเทศที่มีความเจริญทางเศรษฐกิจสูง แสดงว่า นิทานเป็น  
เครื่องกระตุ้นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของบุคคลได้เป็นอย่างดี

ดิกสัน จอห์นสัน และซอลท์ (Dixon, Johnson and Salts , 1977) ได้ศึกษาวิจัยกับเด็กอนุบาลอายุ 3-4,5 ปี ที่โรงเรียนในเมืองดีทรอยต์ เด็กในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 146 คน แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มแรกเล่านิทานให้ฟังแล้วให้เด็กแสดงบทบาทประกอบตามเรื่อง กลุ่มที่ 2 เล่านิทานให้ฟังพร้อมกับพาไปดูของจริงนอกสถานที่ เช่น ไปซื้อของ ไปสวนสัตว์ กลุ่มที่ 3 สนทนากับเด็กเกี่ยวกับเรื่องนิทานที่เล่าให้ฟัง กลุ่มที่ 4 เป็นกลุ่มควบคุม ผลการทดลองปรากฏว่า ถ้าเด็กได้แสดงบทบาทเลียนแบบตัวละครในเรื่องไปด้วยจะพัฒนาจิตลักษณะต่าง ๆ ได้ดีที่สุดในเด็กฟังนิทานแล้ว เด็กย่อมมีความต้องการที่จะเลียนแบบตัวละครที่ตัวชอบ หรือตัวละครที่ได้รับความสำเร็จจากพฤติกรรมนั้น ๆ นอกจากนี้ยังพบว่า เนื้อหานิทานถ้าเป็นเรื่องไกลความจริง เช่น เทพนิยาย จะให้ผลดีต่อจิตลักษณะของเด็กดีกว่านิทานที่มีเนื้อหาใกล้ชีวิตเด็กจริง

จากผลการวิจัยทั้งในและต่างประเทศดังกล่าวมาแล้วข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า นิทานสามารถกระตุ้นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และทำให้เกิดความรู้สึกรู้สึกนึกคิดในด้านต่าง ๆ แก่เด็กได้ นอกจากนี้ตัวละครในนิทานที่เด็กชื่นชอบจะเป็นตัวอย่างให้เด็กเลียนแบบ ทำให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้

### เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเกม

#### ความหมายของเกม

มีผู้รู้หลายท่านได้ให้ความหมายของเกมไว้หลายความหมายด้วยกัน เช่น

พะอบ โปษะกฤษณะ และคณะ ( 2522 ) ได้กล่าวว่า การละเล่นเป็นการส่งเสริมให้เด็กรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การเล่นเกมกีฬาต่าง ๆ ทำให้เด็กมีสุขภาพดี มีน้ำใจเป็นนักกีฬา ทำใจจิตใจเบิกบาน สามารถเข้ากับเพื่อนฝูงได้ ตลอดจนเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและทางอารมณ์ให้มั่นคงยิ่งขึ้น

พูนสุข บุณย์สวัสดิ์ ( 2527 ) ได้ให้ความหมายว่า เกมและการละเล่นเป็นทั้งกิจกรรมและวิธีการที่จะสร้างประสบการณ์ให้ผู้เล่าได้เรียนรู้ รับรู้ เกิดความคิดความเข้าใจและปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ ขณะเด็ก ๆ เล่นเกม หรือการละเล่น นอกจากจะได้ออกกำลังกาย เสริมสร้างพละนามัยให้สมบูรณ์ ยังได้ใช้สติปัญญาฝึกความสังเกตและไหวพริบในการแก้ปัญหาได้ สนุกสนานเพลิดเพลิน ผ่อนคลายอารมณ์ถึงเครียดได้ปรับตัวเข้ากับหมู่คณะ และยังช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นมีความเจริญทางจิตใจ โดยปลูกฝังให้มีคุณธรรมอันจำเป็นแก่การเป็นพลเมืองดีด้วย

พวงทอง ไสยวรรณ (2530) ได้ให้ความหมายของเกมว่า เกม คือการเล่นที่มีกติกา กฎเกณฑ์ มีการแข่งขัน เป็นการเล่นของเด็กที่มีพัฒนาการทางสังคมเพิ่มมากขึ้น สามารถเล่นเป็นกลุ่มได้ เกมช่วยเด็กเกิดความสุข สนุกสนาน ฝึกความร่วมมือ ระเบียบวินัย เคารพกฎเกณฑ์ สามารถนำมาใช้กับกระบวนการเรียนการสอนเด็กปฐมวัยได้ดี เกมแต่ละชนิดมีความมุ่งหมาย กติกา วิธีเล่น และสิ่งประกอบในการเล่นแตกต่างกัน

จากความหมายของเกมดังกล่าวข้างต้นพอจะสรุปได้ว่าเกม หมายถึง การเล่นที่มีกติกา กฎเกณฑ์ มีการแข่งขัน แพ้ชนะกัน เป็นเกมที่ช่วยฝึกให้ความร่วมมือ ช่วยให้เด็กมีระเบียบ วินัย เคารพกฎเกณฑ์ รู้แพ้รู้ชนะที่จะเป็นการเตรียมเด็กให้ปรับตัวในสังคมได้ดี และสามารถสอดแทรก พฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการเล่นเกม

#### คุณค่าของเกม

เกมเป็นกิจกรรมการเล่นที่มีกฎกติกาอย่างง่าย ๆ เป็นการเล่นที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานของเด็กแล้ว ยังมีคุณค่าทางด้านจิตใจของเด็กอีกด้วยเพราะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด และทำให้เด็กรู้จักปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้อย่างดี

พะอบ โปษะกฤษณะ และคณะ (2522) ได้กล่าวถึงคุณค่าของการละเล่นพื้นเมืองของเด็กไทยว่า การละเล่นของเด็กไทยเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมพื้นบ้านที่มีอยู่ในท้องถิ่นต่าง ๆ และสืบทอดกันมา การละเล่นของเด็กไทยยังช่วยฝึกคุณธรรมและศีลธรรมให้แก่เด็กอีกด้วย เพื่อเป็นพื้นฐานที่จะช่วยสร้างคุณธรรมและศีลธรรมอันดีของสังคมในภายหน้า เช่น ฝึกความอดทน ความสามัคคีรักหมู่คณะ ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ การมีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย เป็นสิ่งที่เด็กได้เรียนรู้ ในขณะที่เขากำลังเล่นกันอย่างสนุกสนานนั่นเอง

พูนสุข บุณย์สวัสดิ์ (2527) ได้กล่าวถึงคุณค่าของเกมและการละเล่นว่า เกมและการละเล่นช่วยปลูกฝังให้เด็กมีคุณธรรมได้ ฝึกให้มีความรับผิดชอบ เช่น เกมตะกั่ว เกมหมุนนาฬิกา เกมโบลีศัจจบโอม เกมเสือกินวัว ฝึกให้มีความอดทน เช่น เกมขี่ม้าส่งเมือง เกมเสือกินข้าว ฝึกให้มีความซื่อสัตย์ เช่น เกมซ่อนหา ฝึกให้มีความสามัคคี เช่น เกมตีจับ เป็นต้น

วิทยากรทีมมุกิตา (2527) ได้กล่าวถึงคุณค่าของเกมว่า เกม คือการละเล่นเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมทั้งหลายที่แสดงให้เราารู้ถึงประวัติศาสตร์ของมนุษย์ และสะท้อนให้เห็นแนวคิดและค่านิยม เกมเป็นการเล่นที่ช่วยให้เด็กสามารถจัดตัวเองเข้ากับสังคม และอยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุข เพราะกิจกรรมส่วนใหญ่ของชีวิตเด็กก็คือการเล่น

จากคุณค่าของเกมดังกล่าวข้างต้นพอจะสรุปได้ว่าเกมเป็นสิ่งที่สามารถปลูกฝังพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้กับเด็กได้อย่างดี

### วิธีการสอนเกม

ในการสอนเกมนั้นต้องให้เด็กเกิดความรู้ความเข้าใจ ให้เกิดทักษะเบื้องต้น และเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินกับเกมนั้น ๆ ดังนั้นวิธีการสอนต้องกระทำให้เกิดผลตามจุดประสงค์ของการสอน

จรินทร์ ชานีรัตน์ (2524) ได้เสนอวิธีการสอนเกม ควรดำเนินการดังต่อไปนี้

1. การจัดชั้นเรียน ต้องรู้ว่าเกมนั้นเล่นได้ที่คน การจัดชั้นเรียนควรจะเป็นแบบใดจึงจะได้ผลดีที่สุด
2. การอธิบายวิธีเล่น ผู้สอนต้องสอนวิธีเล่นเกมด้วยคำพูดที่ชัดเจนชัดเจนค่า กระตือรือร้นไม่ช้าไม่เร็วเกินไป การอธิบายต้องให้ทุกคนเห็นหน้าและได้ยินทั่วถึง
3. การสาธิตการเล่น ต้องสาธิตการเล่นให้เด็กทุกคนได้เห็นได้เข้าใจ
4. การปฏิบัติ ให้เด็กเล่นเกมหรือปฏิบัตินั้นตามเวลาที่สมควรไม่น้อยหรือนานเกินไป
5. การติดตามผล ผู้สอนติดตามผลจากการเล่นเกมว่าเด็กได้ปฏิบัติตามจุดประสงค์ของเกมหรือไม่

วิทยากร ทิมมุกิตา (2527) ได้เสนอเทคนิควิธีการใช้เกมประกอบการสอนจริยศึกษา  
ดังต่อไปนี้

1. ชี้นำ ครูสนทนาเพื่อนำเด็กเข้าสู่เกมที่将会เล่น และจัดแถวเป็นรูปตามที่将会เล่น เช่น รูปวงกลม หน้ากระดาน แถวตอนลึก เป็นต้น
2. ชี้อธิบายและสาธิต เป็นชี้อธิบายวิธีการเล่น กติกา หรือกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ของเกม ควรใช้คำอธิบายที่สั้น และกระชับได้ใจความ ถ้าเป็นไปได้ควรควรสาธิตให้เด็กดูก่อน อาจจะให้ครูเป็นผู้สาธิตเอง หรือเรียกเด็กบางคนออกมาช่วยสาธิต แล้วครูซักถามเพื่อแน่ใจว่านักเรียนเข้าใจ
3. ชี้อปฏิบัติให้เด็กทดลองเล่น โดยไม่ต้องบอกว่าเป็นการทดสอบ และให้เด็กเล่นเกมนั้นซ้ำอีก 2-3 ครั้ง แล้วแต่ความเหมาะสม
4. ชี้อสรุป เมื่อเห็นว่าเด็กเล่นในระยะเวลาที่กำหนดไว้และใช้เวลาเหมาะสมดีแล้วก็ถึงขั้นยุติการเล่น ในขั้นนี้จะต้องมีการสรุปผลการการเล่น หลังจากเล่นเสร็จแล้ว เช่น ใครหรือฝ่ายไหนเป็นฝ่ายแพ้ ทำไมจึงแพ้ และฝ่ายชนะ ชนะเพราะอะไร ให้นักเรียนทุกคนมีส่วนอภิปราย สรุปผล ครูควรจะสอดแทรกจริยธรรม ในการอภิปรายสรุปผลว่าได้ข้อคิดหรือแนวคิด และคติสอนใจอะไรจากการเล่นเกม

พวงทอง ไสยวรรณ ( 2530 ) ได้เสนอ ลำดับขั้นในวิธีการสอนเกมไว้ดังต่อไปนี้

1. บอกชื่อเกมให้ผู้เล่นทุกคนรู้
2. จัดผู้เล่นให้อยู่ในรูปแบบของการเล่น
3. อธิบายถึง วิธีการเล่น รวมทั้งกฎ กติกาการเล่น
4. สาธิตให้เด็กดู
5. ตอบคำถามในกรณีผู้เล่นไม่เข้าใจ
6. เริ่มเล่นเกม



### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกม

พะอบ โปษะกฤษณะ และคณะ ( 2522 ) ได้ศึกษารูปแบบ วิธีการเล่นและคุณค่าของการละเล่นของเด็กภาคกลางทั้งกลางแจ้ง และในร่ม ทั้งมีบทร้องประกอบและไม่มีบทร้องประกอบที่มีเล่นกันในอดีตและปัจจุบัน พบว่า การละเล่นของเด็กภาคกลาง มีคุณค่าทั้งทางด้านวัฒนธรรมด้านภาษา โดยเฉพาะด้านสังคมนั้นการละเล่นช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพของเด็กทั้งกายและจิตใจฝึกให้มีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบ มีความสามัคคีในหมู่คณะ

พรณี สุวัตถิ ( 2528 ) ได้ทดลองสอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 54 คน โดยใช้กิจกรรมการละเล่นพื้นเมืองของเด็กภาคเหนือกับกิจกรรมตามแผนการสอนของกระทรวงศึกษาธิการ แล้วทดสอบมโนทัศน์เชิงจริยธรรมของนักเรียน ที่เรียนด้วยกิจกรรมการละเล่นพื้นเมืองของเด็กภาคเหนือ กับนักเรียนที่เรียนด้วยกิจกรรมตามแผนการสอนของกระทรวงศึกษาธิการ ผลการทดลองปรากฏว่า นักเรียนที่เรียนด้วยกิจกรรมการละเล่นพื้นเมืองของเด็กภาคเหนือ มีมโนทัศน์ทางจริยธรรมสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยกิจกรรมตามแผนของกระทรวงศึกษาธิการ

บรรพต พรประเสริฐ ( 2530 ) ได้เปรียบเทียบมโนทัศน์ทางจริยธรรมของนักเรียนอนุบาลที่ได้รับการสอนโดยใช้นิทานและเกม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นอนุบาลที่ 2 ของโรงเรียนอนุบาลศรีบำรุง อ.เมือง จังหวัดยะลา จำนวน 40 คน ซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ได้รับการสอนโดยใช้นิทาน กลุ่มที่ 2 ได้รับการสอนโดยใช้เกม กลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มได้รับการสอนจริยธรรม 6 เรื่อง คือ ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ ความมีระเบียบวินัย ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสามัคคี และความเมตตากรุณา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนอนุบาลที่ได้รับการสอนโดยใช้นิทานและเกมแล้วมีมโนทัศน์ทางจริยธรรมทั้ง 6 เรื่องสูงขึ้น ส่วนมโนทัศน์ทางจริยธรรมของนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้นิทานกับการสอนโดยใช้เกมไม่แตกต่างกัน

ชบา คำชื่น ( 2532 ) ได้ศึกษาผลของการใช้เกมในการสอนซ่อมเสริมต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 พบว่า การใช้เกมในการสอนซ่อมเสริมนั้น ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80

จิราภรณ์ อุดลวัฒน์ศิริ (2535) ได้ศึกษาผลของการใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยแบบ  
ประยุกต์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 พบว่านักเรียน  
ที่เรียนคณิตศาสตร์ โดยเล่นเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยแบบประยุกต์ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิต  
ศาสตร์สูงกว่านักเรียนที่เรียนคณิตศาสตร์ตามวิธีเรียนแบบปกติ

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า เกมช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพของเด็ก  
ทั้งกายและจิตใจ ฝึกให้มีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบ มีความสามัคคีในหมู่คณะ มีจริยธรรม  
สูงขึ้น นอกจากนี้เกมยังมีส่วนทำให้ผลสัมฤทธิ์ในการเรียนของนักเรียนดีขึ้นด้วย



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย