



กรมอนามัย
ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

การถอดบทเรียน “4 กลยุทธ์การพัฒนาศูนย์เด็กเล็กเป็นศูนย์EF”

นางศินีนาฏ โสวัตร
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

ความเป็นมา

เมื่อโลกก้าวสู่ศตวรรษที่ 21 ซึ่งเป็นยุคสมัยที่เทคโนโลยีมีส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนสังคม เศรษฐกิจ และวิถีการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การก้าวล้ำของเทคโนโลยีส่งผลในด้านต่างๆ เช่น เป็นสื่อในการ ค้นหาเข้าถึงองค์ความรู้ ข้อมูลที่ง่าย รวดเร็ว เป็นสื่อการเรียนรู้สำหรับเด็กที่ทันสมัย ในขณะเดียวกัน การรับ ข้อมูลด้านลบก็รับเข้าอย่างรวดเร็วจนยากจะป้องกัน ไม่ว่าจะเป็นแอปพลิเคชันสำหรับเด็กเล็ก การ์ตูน เกม สื่อลามก การพนันออนไลน์ หรือแม้กระทั่งการถูกล่อลวงจากบุคคลในโลกเสมือน เช่น เฟสบุ๊ก อินสตาแกรม ไลน์ การเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยีนี้ส่งผลต่อพฤติกรรมเด็กและเยาวชนไทยจนก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ มากมาย เช่น ติดเกม ติดสื่อออนไลน์ ติดการพนัน สวมก๊วน ก้าวร้าว อาชญากรรม ยกพวกตีกัน ติดยาเสพติด ไม่เรียนหนังสือ ท้องไม่พร้อม

ปฐมวัย เป็นช่วงวัยแรกของชีวิตมนุษย์ ซึ่งเป็นช่วงวัยทองแห่งการเรียนรู้ เพราะสมองของมนุษย์จะ พัฒนาสูงสุดในวัยนี้ หากสมองได้รับการพัฒนาส่งเสริมอย่างดีจะส่งผลให้มีระดับสติปัญญาที่ดีและเป็นส่วน สำคัญในการเรียนรู้ไปตลอดชีวิต การพัฒนาเด็กในศตวรรษที่ 21 ต้องพัฒนาทั้งการส่งเสริมความฉลาดทาง สติปัญญา ความฉลาดทางอารมณ์ และ ฝึกทักษะการแก้ปัญหา พัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร (Executive Functions :EF) คือ กระบวนการทางความคิด (Mental process) ในการทำงานของสมองส่วนหน้า (Prefrontal cortex) ที่เกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำ เป็นความสามารถของสมองที่ใช้ บริหารจัดการชีวิตในเรื่องต่างๆ (รศ.ดร. นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล,2560) เป็นพัฒนาการที่ควรส่งเสริมอย่างยิ่ง ในสภาพสังคมปัจจุบัน

จากการสำรวจพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาด้านการคิดเชิงบริหาร (EF) ของเด็กอายุ 2-6 ปี (มหาวิทยาลัยมหิดล,2560) ที่ครอบคลุมทักษะการคิดเชิงบริหารทั้ง 5 ด้าน ที่สำคัญ ในเด็กปฐมวัย คือ การยับยั้ง/การหยุด การยืดหยุ่นทางความคิด การควบคุมอารมณ์ ความจำขณะทำงาน และ การวางแผนจัดการ พบว่าเด็กเกือบร้อยละ 30 พัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร(EF) โดยรวมต่ำกว่าเกณฑ์ เฉลี่ย (T<45) และ พบว่าเด็กวัย 2-6 ปี มากกว่าร้อยละ 30 มีปัญหาพฤติกรรมด้านการคิดเชิงบริหารมากกว่า เกณฑ์เฉลี่ย (T>55) ผลการสำรวจดังกล่าวสอดคล้องกับปัญหาเด็กและเยาวชนที่พบในปัจจุบัน การสำรวจ ข้อมูลสถิติสภาวะการณ์ทางวัฒนธรรมของเด็กและเยาวชนไทยในช่วงที่ผ่านมาพบปัญหาสำคัญ 6 ด้านหลัก ได้แก่ อันดับ 1 ปัญหาเยาวชนเสพยาติดมากถึง 2.7 ล้านคน อายุระหว่าง 15-19 ปี จำนวน 3 แสนคน ต้องเข้า รับการบำบัด ส่วนเยาวชนอายุ 11 ปีจำนวน 7 คนเริ่มเสพยาบ้า และอายุ 7 ปีส่งยาบ้า อันดับ 2 ปัญหาวัยรุ่น ตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร จากสถิติพบว่า อายุต่ำกว่า 19 ปีลงมา ท้องถึงปีละ 1.5 แสนคน อันดับ 3 เด็กถูก

ละเมิดและกลั่นแกล้ง กระทำความรุนแรงโดยสื่อ อันดับ 4 การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ยุคใหม่ที่รักลูกแบบไม่ถูกทาง อันดับ 5 การเสพสื่อออนไลน์ผ่านสื่อออนไลน์ และอันดับ 6 การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เกิดนักดื่มหน้าใหม่ เพิ่มขึ้น 2.5 ล้านคน โดยอายุต่ำกว่า 20 ปี สามารถซื้อหาเครื่องดื่มได้เองถึงร้อยละ 98.7 (กระทรวงวัฒนธรรม,2561) ผลสำรวจการติดเกมในเด็กและวัยรุ่น ประเทศไทยเป็นอันดับ 1 ของเอเชีย เล่นเฉลี่ย 3.1 ชั่วโมง ต่อวัน เสพติดรุนแรงไม่สามารถหยุดเล่นเกมได้ คิดเป็นร้อยละ 10-15 ของเด็กนักเรียนทั่วประเทศ (กรมสุขภาพจิต,2557) อัตราการติดเชื้อ หนองใน และซิฟิลิส สูงถึงร้อยละ 15.13 และ 11.91 ต่อแสนประชากร ในปีพ.ศ. 2559 พบอัตราการฆ่าตัวตายของประชาชนไทย สูงถึง 4,131 ราย และในจำนวนนี้เป็นเด็กและวัยรุ่น อายุ 0-19 ปี ร้อยละ 4.7 (กรมสุขภาพจิต,2559) อาจกล่าวได้ว่าปัญหาต่างๆที่พบมีผลจากการที่เลี้ยงดูที่บกพร่องของครอบครัว เด็กขาดทักษะการคิดเชิงบริหาร (EF) ที่สำคัญสำหรับการใช้ชีวิต เด็กเลียนแบบจดจำพฤติกรรมที่ไม่ดีจนหล่อหลอมเป็นพฤติกรรมของตนเองที่คิดว่าถูกต้อง ไม่รู้จักการหยุดการยับยั้งชั่งใจ หรือยืดหยุ่น ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ความต้องการในด้านลบของตนเอง เด็กขาดทักษะการคิดใคร่ครวญการวางแผนจัดลำดับความสำคัญในการดำเนินชีวิต

ในปี 2560 ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี ได้สำรวจพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร(EF) ของเด็กอายุ 2-6 ปี ในศูนย์สาธิตส่งเสริมพัฒนาการทักษะสมองเด็กปฐมวัย ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี พบพัฒนาการด้านการยับยั้ง/การหยุด การยืดหยุ่นทางความคิด การควบคุมอารมณ์ ความจำขณะทำงาน และการวางแผนจัดการ พบต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย ($T < 45$) จึงเป็นจุดเริ่มต้นของการจะพัฒนาศูนย์เด็กเล็กของศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี ให้เป็นศูนย์ EF หรือ ศูนย์สาธิตส่งเสริมพัฒนาการทักษะสมองเพื่อวางรากฐานการจัดการเรียนรู้ด้านพัฒนาการด้านการคิดเชิงบริหาร(EF) โดยใช้แนวคิด Executive Functions ส่งเสริมบุคลากรให้มี องค์ความรู้ ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่เอื้อต่อกระบวนการคิดเชิงบริหาร(EF) ที่เหมาะสมกับวัย ครอบคลุมทักษะการคิดเชิงบริหารทั้ง 5 ด้าน ที่สำคัญในเด็กปฐมวัย คือ การยับยั้ง/การหยุด การยืดหยุ่นทางความคิด การควบคุมอารมณ์ ความจำขณะทำงาน และการวางแผนจัดการ

กระบวนการจัดการความรู้

1.การบ่งชี้ความรู้

จากปัญหาต่างๆของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการสื่อสารผ่านงานวิจัยและโลกออนไลน์ ทำให้ได้ทราบข้อมูลด้านลบต่างๆมากมาย จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมาทบทวนระบบการดูแลเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะเด็กปฐมวัย เพราะเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดในการพัฒนามนุษย์ ในการพัฒนาจากศูนย์เด็กเล็กให้เป็นศูนย์เด็ก EF หรือศูนย์สาธิตส่งเสริมพัฒนาการทักษะสมองเด็กปฐมวัย ต้องอาศัยกลยุทธ์ในการดำเนินงานในด้าน การพัฒนาบุคลากร การพัฒนาสถานที่และสิ่งแวดล้อมให้ได้มาตรฐานสถานพัฒนานามัยเด็กแห่งชาติ การจัดการกระบวนการเรียนรู้ และการประเมินผลการดำเนินงาน

ในขั้นตอนการพัฒนางาน ได้รับความร่วมมือจากกลุ่มงานต่างๆในหน่วยงานและสหวิชาชีพ แพทย์พยาบาล นักวิชาการสาธารณสุข นักวิชาการสิ่งแวดล้อม นักโภชนาการ นักวิชาการศึกษา ในการเพิ่มพูนทักษะองค์ความรู้แก่บุคลากร ควบคุมกำกับประเมินผลการดำเนินงาน หาแนวทางที่ได้มาตรฐานและถูกต้องร่วมกัน

2.การสร้างและแสวงหาความรู้

ในขั้นตอนการพัฒนางานมีการถอดบทเรียนถึงแนวทางการดำเนินงาน โดยต้องมีกลยุทธ์การดำเนินงานในด้านต่างๆ ดังนี้

กลยุทธ์ที่ 1 พัฒนาบุคลากร

พัฒนาศักยภาพครู พี่เลี้ยงเด็ก ให้มีความรู้ด้านการส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย ด้านพัฒนาการคิดเชิงบริหาร (Executive function: EF) การจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการ ด้านโภชนาการ ด้านการป้องกันอุบัติเหตุและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น การจัดการสิ่งแวดล้อมในศูนย์เด็ก พัฒนาศักยภาพบุคลากรโดยการประชุมอบรมเชิงปฏิบัติการ ฝึกปฏิบัติ on the job Training ไม่น้อยกว่า 20 ชั่วโมงต่อปี และประเมินความรู้ความเข้าใจก่อนลงมือปฏิบัติงาน

กลยุทธ์ที่ 2 พัฒนาสถานที่ให้ได้มาตรฐาน

จัดสถานที่ให้มีความปลอดภัย และได้ตามมาตรฐานสถานพัฒนาอเนกามวัยเด็กปฐมวัยแห่งชาติ อุปกรณ์ที่มีขนาดที่เหมาะสมกับวัย เพื่อให้เด็กได้ฝึกทำกิจวัตรประจำวันด้วยตนเอง จัดมุมส่งเสริมพัฒนาการให้เอื้อต่อการส่งเสริมพัฒนาการและการคิดเชิงบริหาร เช่น มุมบทบาทสมมติ มุมเกมการศึกษา ห้องสมุดนิทาน สนามเด็กเล่นตามรอยพระยุคลบาท มีการใช้สีเข้ามาช่วยกระตุ้นการทำงานของระบบประสาทสัมผัสและสมอง เช่น ตาราง BBL ซึ่งคุณครูสามารถทำได้เองง่ายๆ ลงทุนน้อยแต่ได้ประโยชน์ชัดเจน มีมุมการเรียนรู้เรื่องพัฒนาการเด็ก และการคิดเชิงบริหาร สำหรับผู้ปกครอง เพื่อให้สามารถศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเอง

กลยุทธ์ที่ 3 การจัดกระบวนการเรียนรู้

จัดทำแผนกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการคิดเชิงบริหาร (EF) ผลิตรายการหรือจัดหาสื่อการสอนที่เหมาะสมสำหรับเด็กปฐมวัย จัดกิจกรรมส่งเสริมการคิดเชิงบริหาร (EF) โดยบูรณาการเข้ากับหลักสูตรการเรียนรู้การศึกษาปฐมวัยปี 2560

แผนการจัดกิจกรรมเสริมประสบการณ์ 3 แผน คือ

1. กิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร (EF) เน้นให้เด็กมีทักษะ EF 5 ด้านที่เด็กปฐมวัยควรได้รับการส่งเสริม คือ ความจำเพื่อนำไปใช้งาน การยับยั้งชั่งใจ การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นความคิด และทักษะการวางแผนจัดระบบดำเนินการ เน้นกิจกรรมที่ต้องสัมผัส ลงมือทำ เช่น กิจกรรม Kooking จะทำไข่เจียวต้องทำอะไรบ้าง ใช้อุปกรณ์อะไร ใช้วัตถุดิบอะไร ทำอย่างไรถึงจะได้ไข่มา เด็กอาจจะบอกว่า ไปเอาไข่ในตู้เย็นหรือไปซื้อไข่มา เมื่อได้ไข่มาแล้ว จากนั้นตอกไข่ใส่ชาม ตีไข่ ตั้งกระทะ เติมน้ำมัน ไข่จะสุก เด็กจะได้ใช้ประสบการณ์ความจำที่ได้เห็นได้เรียนรู้ มาลงมือปฏิบัติ เกิดการวางแผนทำงานเป็นขั้นตอน ทักษะ EF ส่งเสริมได้ผ่านการเล่นและลงมือทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
2. ลานเล่นตามรอยพระยุคลบาท คือ การเล่นกับ “ธรรมชาติ” เราออกแบบฐานการเรียนรู้ที่หลากหลายโดยเน้นผลิตจากวัสดุจากธรรมชาติ สร้างฐานกิจกรรมให้มีความท้าทาย เช่น ทางเดินต่อไม้ เป็นฐานการเรียนรู้ที่ช่วยส่งเสริมทักษะ EF คือ ฝึกการคิดแก้ไขปัญหาและฝึกการตัดสินใจ เด็กจะได้คิดคำนวณ ระยะเวลาก้าวการเดิน เดินอย่างไรให้ไม่ตก เดินอย่างไรไปให้ถึงเป้าหมาย
3. การจัดกิจกรรมภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน (Bilingual kids) ภาษาอังกฤษ เป็นเครื่องมือสำคัญในการเรียนรู้แบบไร้พรมแดนนี้ เราปูพื้นฐานการจัดกิจกรรมภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน ฟัง พูด คำและประโยคง่ายๆ มีคุณครูพูดภาษาอังกฤษ เริ่มตั้งแต่การทักทาย และการทำกิจกรรมต่างๆ โดยมีคลิปวิดีโอตัวอย่างการสอนให้ผู้ปกครองไปฝึกที่บ้าน

กลยุทธ์ที่ 4 การประเมินผล

ด้านการพัฒนาบุคลากร มีการประเมินผล โดยใช้แบบวัดความรู้และทักษะครู การสังเกตการณ์จัดกิจกรรมการสอนของครู

ด้านการพัฒนาสถานที่ มีการประเมินตนเองตามแบบประเมินมาตรฐานสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยแห่งชาติ ซึ่งถือเป็นแบบประเมินที่ได้มาตรฐาน

ด้านการจัดระบบการเรียนรู้ มีแบบประเมินการจัดกิจกรรม แบบสังเกตพฤติกรรมหลังการสอน มีจดหมายถึงผู้ปกครองทุกสัปดาห์ เพื่อแจ้งการจัดกิจกรรม ให้ผู้ปกครองฝึกต่อที่บ้าน

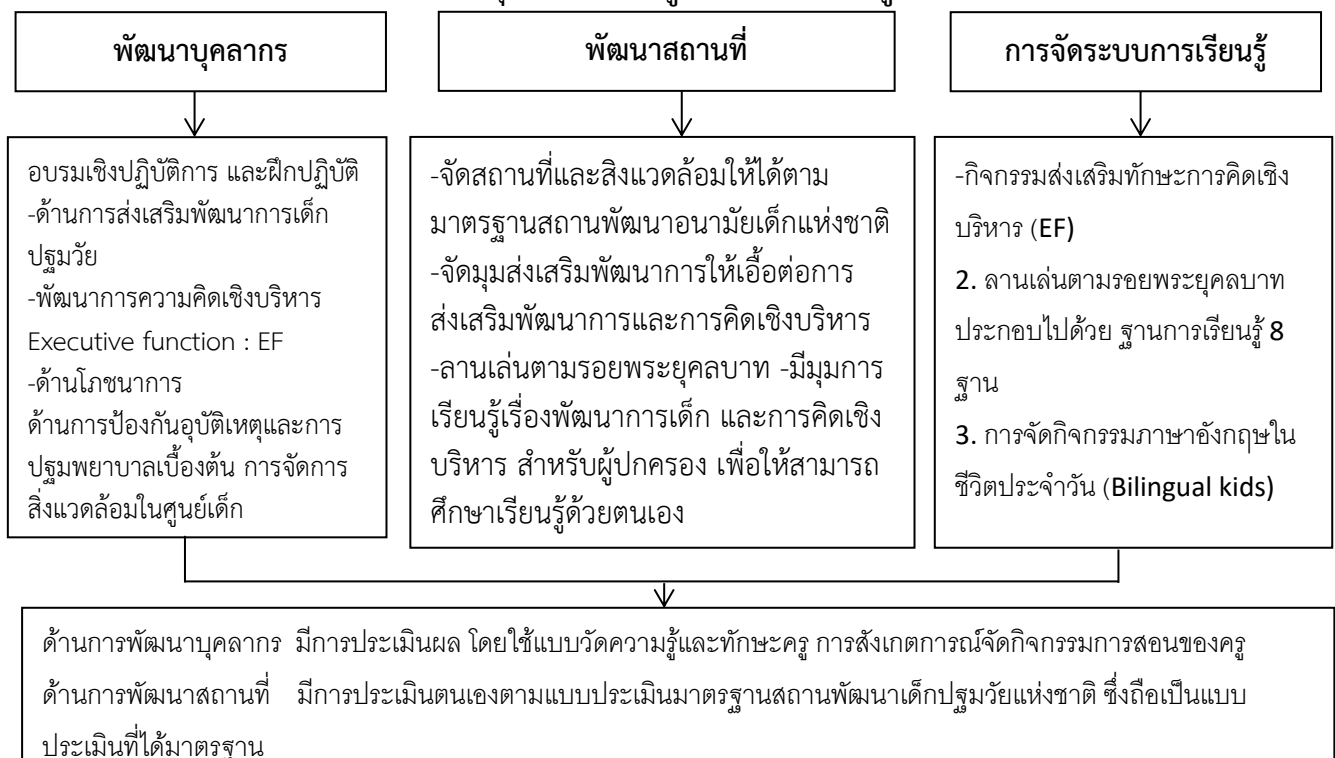
3.การจัดความรู้ให้เป็นระบบ

เมื่อถอดบทเรียนแล้วนำความรู้ที่ได้จัดทำเป็นคู่มือการปฏิบัติงาน แผนการจัดกิจกรรมเสริมประสบการณ์ โดยใช้แนวคิด การคิดเชิงบริหาร (Executive function: EF) สำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งเกี่ยวข้องกับกระบวนการฝึกสมองในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความเป็นมนุษย์ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิต 5 ด้านประกอบด้วย 1) ทักษะความจำขณะทำงาน (Working Memory) 2) ทักษะการหยุด การยับยั้งพฤติกรรม (Inhibitory Control) 3) ทักษะการเปลี่ยน และยืดหยุ่นในการคิด (Shift Cognitive Flexibility) 4) ทักษะการควบคุมอารมณ์ (Emotion Control) 5) การวางแผนจัดการ (Planning & Organizing) มีการนำ แนวคิด Executive function : EF มาออกแบบและจัดกิจกรรมการเรียนรู้ดังนี้

1. กิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร (EF)
2. ลานเล่นตามรอยพระยุคลบาท ประกอบไปด้วย ฐานการเรียนรู้ 8 ฐาน
3. การจัดกิจกรรมภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน (Bilingual kids)

4.ประมวลและกลั่นกรองความรู้

กลยุทธ์การพัฒนาศูนย์เด็กเล็กให้เป็นศูนย์ EF



5.การเข้าถึงความรู้

ในการเข้าถึงความรู้ หน่วยงานมีการจัดทำแผนตารางการประชุมแลกเปลี่ยนความรู้

บุคลากร มีการประชุมแลกเปลี่ยนความรู้ปีละ 2 ครั้ง(ภาคเรียนละ 1 ครั้ง) มีการกำหนดประเด็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องพัฒนาการเด็ก พัฒนาการคิดเชิงบริหาร วินัยเชิงบวก การปฐมพยาบาลเบื้องต้น การเล่นิทาน การทำสื่อการสอน ทักษะภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน โภชนาการ ทนตกรรม

ผู้ปกครองมีการประชุมแลกเปลี่ยนความรู้ปีละ 2 ครั้ง (ภาคเรียนละ 1 ครั้ง) มีการกำหนดประเด็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องพัฒนาการเด็ก พัฒนาการคิดเชิงบริหาร วินัยเชิงบวก โภชนาการ ทนตกรรม การจัดการสิ่งแวดล้อม การป้องกันอัคคีภัย

มีเพจในการเผยแพร่ความรู้ และแลกเปลี่ยนข้อมูลสำหรับผู้ปกครองและประชาชนทั่วไป เพจศูนย์สาธิตส่งเสริมพัฒนาการทักษะสมองเด็กปฐมวัย

6.การแบ่งปันแลกเปลี่ยนความรู้

บุคลากร มีการประชุมแลกเปลี่ยนความรู้ปีละ 2 ครั้ง(ภาคเรียนละ 1 ครั้ง) มีการกำหนดประเด็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องพัฒนาการเด็ก พัฒนาการคิดเชิงบริหาร วินัยเชิงบวก การปฐมพยาบาลเบื้องต้น การเล่นิทาน การทำสื่อการสอน ทักษะภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน โภชนาการ ทนตกรรม การจัดการสิ่งแวดล้อม การป้องกันอัคคีภัย

ผู้ปกครองมีการประชุมแลกเปลี่ยนความรู้ปีละ 2 ครั้ง(ภาคเรียนละ 1 ครั้ง) มีการกำหนดประเด็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องพัฒนาการเด็ก พัฒนาการคิดเชิงบริหาร วินัยเชิงบวก โภชนาการ ทนตกรรม

7.เรียนรู้

มีเพจความรู้เกี่ยวกับความรู้ EF เพจศูนย์สาธิตส่งเสริมพัฒนาการทักษะสมองเด็กปฐมวัย