



ผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน  
ของนักเรียนระดับประถมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

THE EFFECT OF PLAY THERAPY ACTIVITIES ON AGGRESSIVE BEHAVIOR  
AND ACADEMIC ACHIEVEMENT OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS  
PHRANAKHON SI AYUTTHAYA PROVINCE

สนอง รุ่งเรือง

Sanong Rungrueang

โรงเรียนศรีบางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

Sribangsai School, Phranakhon Si Ayutthaya, Thailand

พชฎ นรสิงห์\*

Pachata Norasingha\*

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

Faculty of Science and Technology, Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University, Thailand

\*Corresponding Author E-mail: npachata@aru.ac.th

Received September 9, 2025; Revised January 6, 2026; Accepted January 13, 2026

## บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) ศึกษาผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา 2) เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังใช้กิจกรรมการเล่นบำบัดเมื่อเทียบกับเกณฑ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับประถมศึกษาในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 29 คน ทำการคัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือในการวิจัยได้แก่ แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน (SDQ) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และ โปรแกรมการจัดกิจกรรมการเล่นบำบัด โดยจัดสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที เป็นเวลา 12 สัปดาห์ วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยใช้ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมบำบัด โดยใช้สถิติ t – test Dependent

ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมนักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในภาพรวมก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ที่ ( $\bar{X}$ =17.7, S.D.=1.33) จัดอยู่ในระดับมีปัญหา และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ที่ ( $\bar{X}$ =7.4, S.D.=1.11) จัดอยู่ในระดับปกติ ผลการศึกษาความถี่พฤติกรรมก้าวร้าวพบว่า เมื่อเสร็จสิ้นการทำกิจกรรมนักเรียนมีความถี่ของพฤติกรรมก้าวร้าวสูงที่สุดคือ พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง/สมาธิสั้น ร้อยละ 33.33 รองลงมาคือพฤติกรรมด้านอารมณ์ ร้อยละ 32.16 พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ร้อยละ 21.64 และพฤติกรรมก้าวร้าวที่มีความถี่น้อยที่สุดคือ พฤติกรรมเกรง ร้อยละ 12.87 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมเมื่อเทียบกับเกณฑ์คะแนนการศึกษาระดับประถมศึกษา ปีการศึกษา 2567 พบว่าอยู่ในระดับดี คิดเป็น ร้อยละ 75.20

**คำสำคัญ:** กิจกรรมการเล่นบำบัด, พฤติกรรมก้าวร้าว, นักเรียนประถมศึกษา, จังหวัดพระนครศรีอยุธยา



## Abstract

This research is a quasi-experimental research with objectives to 1) study the effects of play therapy activities on aggressive behavior in primary school students, and 2) study the academic achievement after using play therapy activities compared to the academic achievement criteria in primary school. The sample consisted of 29 primary school students who were purposively selected. The research instruments were the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) from the Department of Mental Health, Ministry of Public Health, and the play therapy activity program. The activities were held once a week for 60 minutes for 12 weeks. Data were analyzed using frequency, percentage, average, and standard deviation the results of the comparison of aggressive behavior before and after participating in the activities were analyzed using t-test Dependent.

The results of the study revealed that after participating in the activities, students' aggressive behaviors decreased significantly at the 0.01. The average score of overall aggressive behavior before participating in the activities was ( $\bar{x}=17.7$ ,  $SD=1.33$ ), which was considered problematic. The average score of overall aggressive behavior after participating in the activities was ( $\bar{x}=7.4$ ,  $SD=1.11$ ), which was considered normal. The results of the study of the frequency of aggressive behavior found that after completing the activity, students had the highest frequency of aggressive behavior, which was hyperactivity/attention deficit behavior at 33.33 percent, followed by emotional behavior at 32.16 percent, behavior related to relationships at 21.64 percent, and the least frequent aggressive behavior was misbehavior at 12.87 percent. The academic achievement of students after participating in the activity, when compared to the primary education score criteria for the 2024 academic year, was found to be at a good level, accounting for 75.20 percent.

**Keyword:** Play therapy activities, Aggressive behavior, Primary school students, Phranakhon Si Ayutthaya Province

## บทนำ

เด็กที่อยู่ในช่วงวัยเด็กตอนกลาง (Middle childhood) จะมีพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมที่สามารถที่จะเลือกแสดงพฤติกรรม อารมณ์ความรู้สึกให้เหมาะสมต่อสถานการณ์และบุคคลที่ตนมีปฏิสัมพันธ์ด้วย เด็กวัยนี้สามารถที่จะตระหนักรู้และเข้าใจอารมณ์ที่แตกต่างกันของตนเอง และเรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกที่อยู่ภายใต้การแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคลอื่น เริ่มสนใจการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน สนใจสถานะของตนเองในกลุ่ม มีการเปรียบเทียบความสามารถของตนในด้านต่าง ๆ กับเพื่อนในกลุ่ม (Butterworth, 2012) เมื่อเด็กเติบโตขึ้นสิ่งแวดล้อมจะขยายจากบ้านไปสู่สังคมภายนอกโดยเฉพาะโรงเรียน เด็กจะมีโอกาสในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ได้เรียนรู้และพัฒนาทักษะทางสังคมมากขึ้น การมีทักษะทางสังคมที่ดีสามารถเห็นได้จากความสามารถในการแสดงพฤติกรรมทาง



สังคมอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ที่บุคคลที่ได้เผชิญ รวมทั้งความสามารถในการยับยั้งควบคุมพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสมก็สามารถสะท้อนให้เห็นถึงทักษะทางสังคมของเด็กได้ หากเด็กประสบความล้มเหลวในการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม อาจก่อให้เกิดปัญหาพฤติกรรมนำไปสู่การหลีกเลี่ยงที่จะมีการติดต่อทางสังคมกับบุคคลอื่น ๆ อาจจะแยกตัวออกจากสังคม (Spence, Donovan, & Brechman-Toussaint, 1999) มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน และมีปัญหาด้านสุขภาพจิต เช่น โรคจิตเภท โรควิตกกังวล และโรคซึมเศร้า เป็นต้น (Segrin, 2000)

ในประเทศไทยพบว่า มีเด็กจำนวนมากในสถานศึกษาถูกรังแก ล้อเลียน จากเพื่อนนักเรียนด้วยกัน และมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในทุกปี ส่งผลให้เกิดความเครียดวิตกกังวล และไม่ยอมไปโรงเรียนมากขึ้น นโยบายของกรมสุขภาพจิตประจำปี 2567 จึงมุ่งเน้นพัฒนาพัฒนาทักษะชีวิตและความฉลาด 7Qs เพื่อให้เด็กและเยาวชนเติบโตอย่างมีคุณภาพ มีความรอบรู้เท่าทันปัญหาและภัยคุกคามทางสุขภาพจิต ส่งเสริมการกระตุ้นพัฒนาการเด็กปฐมวัยเชิงรับและเชิงรุกเพื่อการเข้าถึงอย่างครอบคลุม ป้องกันปัญหาการล้อเลียนรังแกกันในโรงเรียน (Bullying) โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กชั้นประถมศึกษาที่มีอายุตั้งแต่ 6-13 ปี ซึ่งเป็นวัยของการพัฒนาสัมพันธภาพกับผู้อื่นและการอยู่ร่วมกันในสังคม การพัฒนาโครงการเหล่านี้เพื่อเตรียมความพร้อมด้านทักษะในการดำเนินชีวิตและทักษะทางสังคมของเด็กเพื่อก้าวสู่วัยรุ่นอย่างมีคุณภาพ (กรมสุขภาพจิต, 2567)

แนวทางหนึ่งที่นักจิตวิทยาใช้เป็นกระบวนการในการพัฒนาทักษะทางสังคมคือ การใช้กิจกรรมต่าง ๆ เข้ามาช่วยบำบัด ซึ่งเป็นกระบวนการที่ช่วยให้เด็กมีโอกาสในการสำรวจตนเอง ผ่านการทำกิจกรรมและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การทำกิจกรรมบำบัดจะช่วยให้เด็กได้สำรวจและตระหนักถึงอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ผ่านกระบวนการและกิจกรรมหลายรูปแบบทั้งการเล่น เกม งานศิลปะ งานวรรณกรรม ที่นำมาใช้ร่วมกับการบำบัดอย่างเหมาะสมตามขั้นของพัฒนาการ เกิดการเรียนรู้ การแก้ไขปัญหา การจัดการกับความวิตกกังวล ความขัดแย้ง ที่เกิดขึ้น ผ่านการเล่น ซึ่งส่งผลให้เด็กเกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม (Oaklander, 2001)

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมบำบัดในการลดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กพบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่มีการใช้การเล่นบำบัดในการแก้ไขและลดปัญหาพฤติกรรมในเด็ก เช่น งานวิจัยของ Hoda Babaei , Ebrahim Mohammadian and Abbas (2014) ที่ศึกษาผลการเล่นบำบัดในการลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในชั้นเรียนของวัยเด็กตอนต้น ทั้งพฤติกรรมก้าวร้าว พฤติกรรมก่อกวน และความวิตกกังวล โดยผลการศึกษาพบว่ากระบวนการบำบัดช่วยให้เด็กสามารถลดความเครียดทางจิตใจของตนเองผ่านการเล่น และได้รู้จักประสบการณ์ใหม่ ๆ เรียนรู้วิธีการแสดงออกและจัดการกับปัญหาอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังมีการศึกษาผลของการเล่นบำบัดในเด็กที่มีปัญหาพัฒนาการ สำหรับการศึกษานำกิจกรรม “มันดาลา ชุด “Mediclaytion” มาปรับใช้เพื่อพัฒนาทักษะแบบองค์รวมของเด็ก โดยกิจกรรมที่ได้นำมาใช้นั้น สามารถส่งเสริมพัฒนาการทั้ง 5 ด้านได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านสติปัญญาและด้านอารมณ์ ที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดการปรับพฤติกรรมความก้าวร้าวลงได้จริง

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับประถมศึกษา เพื่อมุ่งเน้นให้เด็กเกิดการพัฒนาทักษะทางสังคมในด้านการควบคุมตนเอง และการให้ความร่วมมือที่เหมาะสม เพื่อเป็นรากฐานสำคัญในการอยู่ร่วมกับสังคมในปัจจุบันและอนาคต ส่งผลให้เด็กสามารถเข้าใจความคิด อารมณ์ความรู้สึก และ



พฤติกรรมของตนเองทั้งภายในและภายนอก รวมถึงการสื่อสารและการแสดงออกต่อบุคคลอื่นในสังคม ได้อย่างเหมาะสม

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนระดับ ประถมศึกษา
2. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังใช้กิจกรรมการเล่นบำบัดเมื่อเทียบกับเกณฑ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับประถมศึกษา

### การทบทวนวรรณกรรม

ผู้วิจัยได้ศึกษา และสังเคราะห์แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าวและกิจกรรมการเล่นบำบัด ได้ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามแนวคิดของนักวิชาการพบว่า นักจิตวิทยาหลายท่านได้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวที่แตกต่างกันออกไป จนเกิดเป็นทฤษฎีเกี่ยวกับความก้าวร้าวหลายทฤษฎีด้วยกัน ซึ่งสามารถสรุปได้ 2 กลุ่ม ดังนี้ 1) ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับพันธุกรรมหรือทฤษฎีเกี่ยวกับสัญชาตญาณ (Instinct Theory) และ 2) ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม โดยสามารถแบ่งเป็น 3 แนวคิดคือ 1) ทฤษฎีความก้าวร้าวที่มาจากความคับข้องใจ (Frustration-Aggression) 2) ทฤษฎีสัญญาณความก้าวร้าว (Aggression Cues Theory) 3) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) (Worchel & Cooper, 1979, pp. 316-317 อ้างใน วลัยกรณ์ แพร่กิจธรรมชัย, 2555, หน้า 15) Renschmid 1993 (อ้างใน ปารีชาติ นิยมพงษ์, 2557, หน้า 9) ได้แบ่งพฤติกรรมก้าวร้าวออกเป็น 2 ชนิด คือ 1) ความก้าวร้าวทางการกระทำและคำพูด (physical and verbal aggression) 2) ความก้าวร้าวที่ปรากฏในความคิด ความรู้สึก อารมณ์และจินตนาการ (latent aggression)

2. แนวคิดเกี่ยวกับกิจกรรมการเล่นบำบัด จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามแนวคิดของนักวิชาการ พบว่า Meany-Walen (2014) ได้อธิบายถึงการใช้บทบาทสมมติในการเล่นบำบัดเพื่อช่วยสร้างให้เด็กสำรวจและรู้จักการตอบสนองอย่างเข้าใจต่อสภาพแวดล้อม และเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเอง ซึ่งสามารถทำให้เด็กเกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งกับผู้อื่นได้มากขึ้น โดยส่วนใหญ่ทฤษฎีการปรึกษาสามารถปรับให้เข้ากับกระบวนการของการเล่นบำบัดได้ เนื่องจากการเล่นบำบัดเป็นวิธีการที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากที่สุดสำหรับเด็กเล็กในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ใหญ่และเด็กสามารถพัฒนาความคิดเชิงเหตุผลที่ส่งผลต่อการควบคุมตนเองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก และช่วยในการพัฒนาทักษะทางสังคม Cattanach (2003) แบ่งรูปแบบการเล่นบำบัดไว้ ดังนี้ 1) การเล่นเกมไม่ชี้หน้า โดยจะให้เด็กเป็นผู้ชี้หน้า และให้สมาชิกได้กำหนดกิจกรรม วิธีการเล่นตามความสนใจของของตนเอง เป็นกระบวนการที่ให้เด็กเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดมนุษยนิยม 2) การเล่นเกมโดยนักจิตวิทยาเป็นผู้ชี้หน้า โดยนักจิตวิทยาเป็นผู้กำหนดวาระ กิจกรรมที่มุ่งเน้น และระยะเวลาในการเล่นบำบัด โดยเป็นกระบวนการแบบมีโครงสร้างและมีการกำหนดทิศทาง



โดยนักจิตวิทยา 3) การเล่นบำบัดแบบร่วมมือกัน โดยนักจิตวิทยาจะทำงานเป็นทั้งผู้ชี้แนะและไม่ชี้แนะ เป็นวิธีการที่สมาชิกและนักจิตวิทยามีบทบาทร่วมกันในการกำหนดกิจกรรม และระยะเวลา

3. แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการวัยเด็กตอนกลาง จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามแนวคิดของนักวิชาการพบว่า วัยเด็กตอนกลางจะอยู่ในช่วง อายุ 6-9 ปี (ชั้นประถมศึกษาตอนต้น)พัฒนาการทางสังคมในระยะนี้ มีลักษณะแตกต่างจากวัยเด็กตอนต้นหลายประการ คือ เด็กคบเพื่อนร่วมวัย และผู้ใหญ่มากขึ้น ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (Egocentric) ลดลง สามารถรวมกลุ่มเล่นกับเพื่อนได้ดียิ่งขึ้น มีความคิดนึกและพัฒนาการด้านศีลธรรมจรรยา ทำให้เด็กร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นกลุ่มได้ดี และเด็กในช่วงวัยนี้จะเริ่มปรับพฤติกรรมของตนให้เหมาะสม ทั้งต่อความต้องการของตนเองและความต้องการของบุคคลอื่นหรือสังคมรอบข้างเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Papalia et al., 2014)

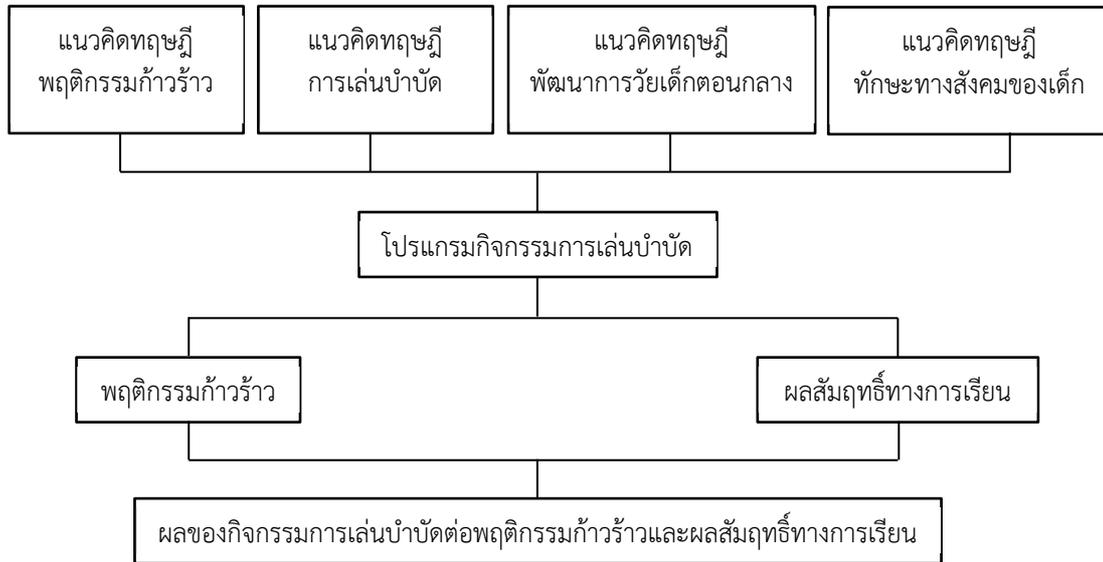
4. แนวคิดเกี่ยวกับทักษะทางสังคม จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามแนวคิดของนักวิชาการพบว่า Gresham et al. (2011) กล่าวว่า ช่วงวัยเด็กตอนกลางจะเกิดการขยายสิ่งแวดล้อมจากบ้านไปสู่สังคมภายนอกโดยเฉพาะโรงเรียน ดังนั้นเด็กจึงมีโอกาสได้สร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ครู เกิดการเรียนรู้และแสดงออกถึงทักษะทางสังคมมากขึ้น องค์ประกอบของทักษะทางสังคมที่เกิดขึ้นในเด็กวัยเรียน มีดังนี้ 1) ความสามารถในการสื่อสาร (Communication) สามารถโต้ตอบในบทสนทนาและมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการพูดคุย 2) ความรับผิดชอบ (Responsibility) การเคารพในสิทธิของผู้อื่น รับผิดชอบต่อการทำของตนเอง 3) การเข้าอกเข้าใจ (Empathy) การให้อภัยผู้อื่น เข้าใจและเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีความรู้สึกนั้น ๆ 4) การให้ความร่วมมือ (Cooperation) การทำตามคำสั่งของผู้อื่น (ครู/ผู้ปกครอง) การปฏิบัติตามกฎของส่วนรวม 5) การควบคุมตนเอง (Self-control) การประนีประนอมเมื่อเกิดความขัดแย้ง ความสงบนิ่งเมื่อถูกล้อเลียน 6) การยืนหยัดในตนเอง (Assertiveness) การบอกความต้องการของตนเองให้ผู้อื่นทราบ กล้าที่จะแสดงออกทางความคิดในสถานการณ์ที่ไม่ยุติธรรม

จากแนวคิดและทฤษฎีข้างต้น จะเห็นได้ว่า กระบวนการเล่นบำบัดเป็นกระบวนการที่ช่วยให้เด็กสามารถเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเอง เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งกับผู้อื่นได้มากขึ้น เนื่องจากการเล่นบำบัดเป็นวิธีการที่ทำให้เด็กสร้างความสัมพันธ์และพัฒนาความคิดเชิงเหตุผลที่ส่งผลต่อการควบคุมตนเองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก และช่วยในการพัฒนาทักษะทางสังคม ดังนั้นจึงสามารถนำแนวคิดและทฤษฎีดังกล่าวมาสร้างกรอบแนวคิดการวิจัยได้ดังนี้



### กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับประถมศึกษา ผู้วิจัยได้ศึกษาและสังเคราะห์แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีและสรุปเป็นกรอบแนวคิดได้ ดังนี้



แผนภาพที่ 1 แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experiment research design) ใช้แบบประเมินก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลเพื่อศึกษาผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับประถมศึกษา

**1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง** ประชากรได้แก่นักเรียนระดับประถมศึกษาในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2567 ของโรงเรียนประถมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 29 คนทำการคัดเลือกแบบเจาะจง โดยใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยสุ่ม โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มเป้าหมาย ดังนี้

#### เกณฑ์การคัดเลือกเข้า

เด็กชาย และ เด็กหญิง อายุ 8-10 ปี ทุกคนที่ศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2567 เนื่องจากในช่วงวัยนี้ เด็กมีโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ตั้งแต่พฤติกรรมก้าวร้าวน้อยจนถึงพฤติกรรมก้าวร้าวมาก ไม่มีปัญหาทางการได้ยิน และการมองเห็น ไม่มีความบกพร่องของพัฒนาการแบบรอบด้าน (Pervasive Developmental Disorders; PDDs) มีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีภาวะเจ็บป่วยร้ายแรงทั้งทางกายและจิตใจ ที่อยู่ระหว่างการรักษาด้วยการรับประทานยา หรือรับการรักษาด้วยวิธีอื่น ๆ และได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองให้เข้าร่วมการวิจัย

#### เกณฑ์การคัดออก

มีภาวะเจ็บป่วยร้ายแรงทั้งทางกายและจิตใจ ที่อยู่ระหว่างการรักษาด้วยการรับประทานยา หรือรับการรักษา (treatment) ด้วยวิธีอื่น ๆ และไม่ได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง ให้เข้าร่วมการวิจัย



## 2. เครื่องมือที่ใช้การวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

2.1 แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน (Strengths and Difficulties Questionnaire: SDQ) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (จุฑาทิพย์ ประทุมทอง, 2565) เพื่อใช้ในการประเมินพฤติกรรม ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงทางเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน และมีค่าความเชื่อมั่น 0.98

2.2 โปรแกรมกิจกรรมการเล่นบำบัด (Play therapy activities) จำนวน 6 กิจกรรม สร้างกิจกรรมโดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับเนื้อหาเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกายพื้นฐานและการควบคุมการเคลื่อนไหว ในรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 กิจกรรมประกอบด้วย 1) เกมวิ่งไต่ตอม 2) เกมวิ่งแย่งกรวย 3) เกมเคลื่อนไหวตามสถานี 4) เกมเรารู้ว่าเธอหมายถึง 5) เกมหาไข่มังกร และ 6) เกมวิ่งเอ็กซ์-โอ รวมทั้งหมด 6 กิจกรรม

## 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 พฤติกรรมนักเรียนก่อนการใช้กิจกรรมการเล่นบำบัด โดยใช้แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน (SDQ) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

3.2 จัดการเรียนการสอน โดยใช้กิจกรรมการเล่นบำบัดในรายวิชาพลศึกษา ทั้งหมด 6 กิจกรรม ประกอบด้วย เกมวิ่งไต่ตอม เกมวิ่งแย่งกรวย เกมเคลื่อนไหวตามสถานี เกมเรารู้ว่าเธอหมายถึง เกมหาไข่มังกร และเกมวิ่งเอ็กซ์-โอ โดยแต่ละกิจกรรมจัด 2 ครั้ง ๆ ละ 60 นาที โดยจัดสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมทั้งสิ้น 12 สัปดาห์

3.3 ระหว่างทำกิจกรรมบันทึกผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยแบบสังเกต พฤติกรรมก้าวร้าวที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการศึกษาเอกสาร แนวคิดและทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสรุปผลคะแนนออกมาเป็นความถี่ของการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของทุกกิจกรรม

3.4 ประเมินพฤติกรรมนักเรียนหลังการใช้กิจกรรมการเล่นบำบัด โดยใช้แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน (SDQ) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

3.5 วัดคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจากการสอบปลายภาคการศึกษา

3.6 นำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้ไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

## 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ทำการวิเคราะห์ผลของประสิทธิภาพของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็กประถมศึกษา มีดังนี้

4.1 คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้จากการบันทึกก่อนเข้ากิจกรรมและหลังเข้ากิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยใช้ ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และทำการเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นบำบัด วิเคราะห์โดยใช้สถิติ t – test Dependent

โดยกำหนดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาไว้ 4 ด้าน ได้แก่ ปัญหาทางอารมณ์ ปัญหาพฤติกรรมเกรี้ยว ปัญหาพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง / สมาธิสั้น และปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อน และกำหนดเกณฑ์คะแนนรวม ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวไว้ ดังนี้



คะแนนรวม 0 - 11 คะแนน	หมายถึง	ปกติ
คะแนนรวม 12 - 15 คะแนน	หมายถึง	กลุ่มเสี่ยง
คะแนนรวม 16 - 40 คะแนน	หมายถึง	มีปัญหา

นำมาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และเทียบกับเกณฑ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับประถมศึกษา มีเกณฑ์ดังนี้

มากกว่า 80 คะแนน	หมายถึง	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดีมาก
70 - 79 คะแนน	หมายถึง	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดี
60 - 69 คะแนน	หมายถึง	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พอใช้
50 - 59 คะแนน	หมายถึง	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ควรพัฒนา

### ผลการวิจัย

1. การศึกษาผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา

ผลการเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นบำบัด จากผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีจำนวนทั้งสิ้น 29 คน พบว่า คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในภาพรวมก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ที่ ( $\bar{X} = 17.7$ , S.D. = 1.33) จัดอยู่ในระดับมีปัญหา และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ที่ ( $\bar{X} = 7.4$ , S.D. = 1.11) จัดอยู่ในระดับปกติ (ตารางที่ 1)

ผลการศึกษาความถี่พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาระหว่างการทำกิจกรรมที่จัดเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ พบว่า เมื่อเสร็จสิ้นการทำกิจกรรมความถี่ของพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมีแนวโน้มลดลง โดยพฤติกรรมก้าวร้าวที่มีความถี่สูงสุดคือ พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง/สมาธิสั้น จำนวน 57 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 33.33 รองลงมาคือ พฤติกรรมด้านอารมณ์ จำนวน 55 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 32.16 พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน จำนวน 37 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 21.64 และพฤติกรรมก้าวร้าวที่มีความถี่น้อยที่สุดคือ พฤติกรรมเกรง จำนวน 22 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 12.8 (แผนภาพที่ 2)

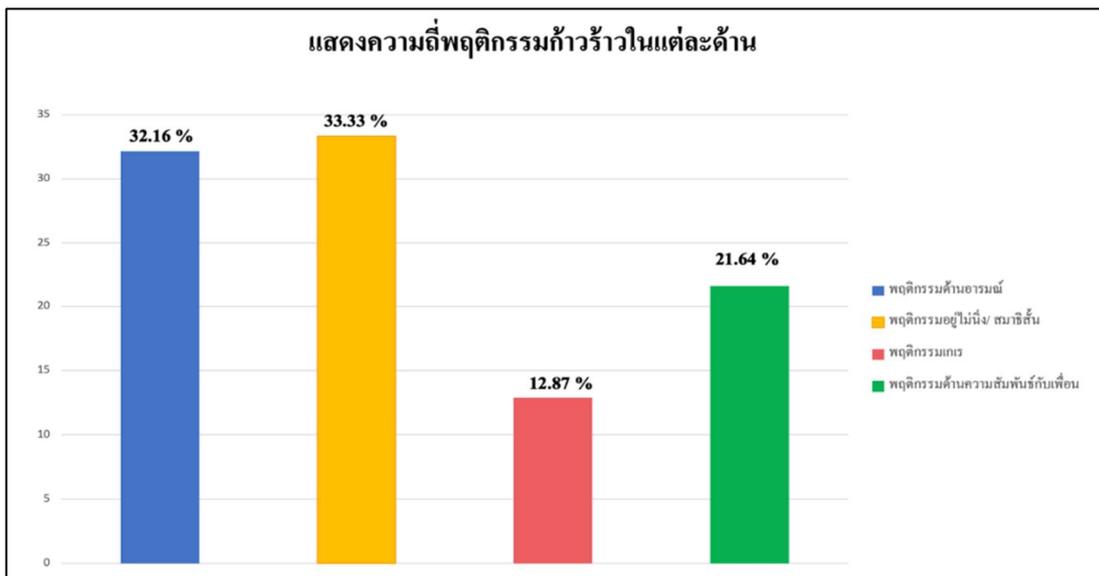
ตารางที่ 1 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นบำบัด

ประเด็นเปรียบเทียบ	ก่อนทำกิจกรรม		หลังทำกิจกรรม		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
พฤติกรรมก้าวร้าว	17.7	1.35	7.4	1.11	6.932	.000*

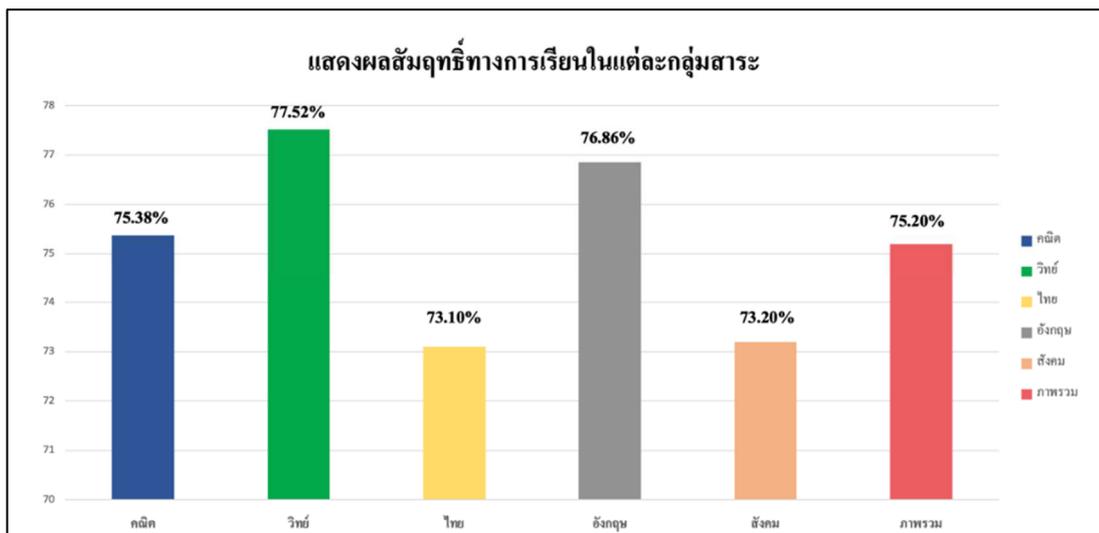


2. การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังใช้กิจกรรมการเล่นบำบัดเมื่อเทียบกับเกณฑ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับประถมศึกษา

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นบำบัด เมื่อเทียบกับเกณฑ์คะแนนการศึกษาระดับประถมศึกษา ปีการศึกษา 2567 พบว่าอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 75.20 โดยกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ได้คะแนนสูงสุดคือ กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์ อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 77.52 รองลงมาคือ กลุ่มสาระภาษาอังกฤษ อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 76.86 และกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดคือ กลุ่มสาระภาษาไทย อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 73.10 (แผนภาพที่ 3)



แผนภาพที่ 2 แสดงความถี่พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา



แผนภาพที่ 3 แสดงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นบำบัด เมื่อเทียบกับเกณฑ์คะแนนการศึกษาระดับประถมศึกษา ปีการศึกษา 2567



## อภิปรายผล

จากผลการวิจัยเรื่อง ผลของกิจกรรมการเล่นบำบัดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับประถมศึกษา พบประเด็นที่สำคัญสามารถนำมาอภิปรายผลได้ ดังนี้

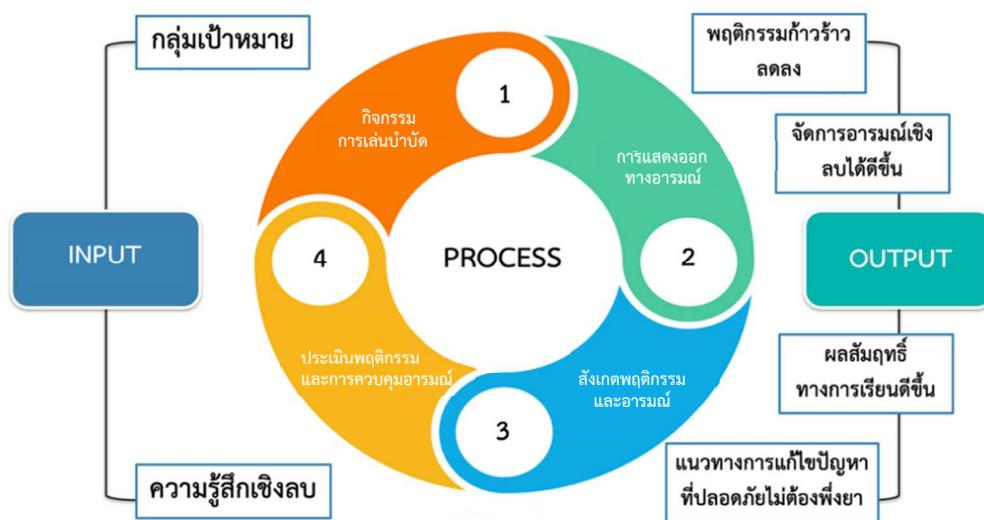
ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนหลังจากร่วมกิจกรรมการเล่นบำบัดดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในภาพรวมก่อนเข้าร่วมกิจกรรมจัดอยู่ในระดับมีปัญหา และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรมจัดอยู่ในระดับปกติ และผลการศึกษาความถี่พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาในการทำกิจกรรมที่จัดเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ พบว่าเมื่อเสร็จสิ้นการทำกิจกรรมความถี่ของพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมีแนวโน้มลดลง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมที่นำมาปรับแก้พฤติกรรมก้าวร้าวได้จัดขึ้นเพื่อให้เด็กได้ฝึกพัฒนาการฝึกกล้ามเนื้อมัดเล็ก และกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ฝึกสมาธิในการฟังและการปฏิบัติตามกิจกรรมต่าง ๆ ได้ใช้จินตนาการและการตัดสินใจในการสร้างสรรค์ผลงานที่หลากหลาย และแตกต่างกันไป ฝึกเรียนรู้การสร้างปฏิสัมพันธ์ และการปรับตัวเข้าหากัน เพื่อลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้มากขึ้น การใช้กิจกรรมที่ทำเป็นกลุ่ม ทำให้นักเรียนได้รู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ซึ่งปัจจัยนี้เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการปรับพฤติกรรม นักเรียนได้มีการเรียนรู้ที่จะติดต่อและสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น (interpersonal learning) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Kaylee A. Mathews (2018) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิภาพของกิจกรรมศิลปะบำบัดสำหรับการพัฒนาเด็ก พบว่า ศิลปะบำบัดสามารถนำไปพัฒนาทักษะได้ดีในหลาย ๆ ด้าน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิญฐ์ฐา ยอดแก้ว (2564) ได้ทำการศึกษา ผลของโปรแกรมการเล่นบำบัดต่อทักษะทางสังคมของเด็กสมาธิสั้น ผลการวิจัยพบว่า ค่ามัธยฐานของคะแนนทักษะทางสังคมของเด็กสมาธิสั้นหลังทดลองมากกว่าก่อนทดลอง แสดงว่าการใช้โปรแกรมการเล่นบำบัดในเด็กสมาธิสั้นสามารถเพิ่มทักษะทางสังคมในเด็กสมาธิสั้นได้ จึงควรนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาทักษะทางสังคมในเด็กสมาธิสั้นต่อไป

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นบำบัด เมื่อเทียบกับเกณฑ์คะแนนการศึกษาระดับประถมศึกษา ปีการศึกษา 2567 พบว่าอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 75.20 โดยกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ได้คะแนนสูงสุดคือ กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 77.52 รองลงมาคือ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 76.86 และกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ อยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 75.38 ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะในกระบวนการการจัดกิจกรรม นักเรียนได้รับการพัฒนาและเสริมสร้างการเรียนรู้ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม ทำให้สามารถส่งเสริมทักษะการคิด การแก้ปัญหา สามารถพัฒนาระบบประสาทและสมองของนักเรียนให้สามารถใช้จินตนาการ การสังเกต การคิด การฝึกทักษะการฟัง และการใช้ความสามารถทางภาษา การได้รับรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็นต่าง ๆ ตลอดจนการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ ทั้งหมดนี้ส่งผลต่อพฤติกรรม การเรียนในชั้นเรียนให้ได้ดีขึ้น ทำให้เด็กมีทักษะในการคิดและวิเคราะห์ รู้จักการเชื่อมโยงเนื้อหาที่เรียนในห้องเรียนมาประยุกต์ใช้ได้จริง อีกทั้งการใช้กิจกรรมจะช่วยสร้างความสนุกสนานให้แก่เด็กนักเรียน ทำให้นักเรียนไม่เบื่อหน่ายในการเรียน ช่วยสร้างความ สนใจของนักเรียนได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับการศึกษา



ของ รุ่งฟ้า สิมมา (2568) ซึ่งได้ศึกษาการพัฒนาช่วงความสนใจและสมาธิของนักเรียนชั้นประถมศึกษา โดยใช้กิจกรรมการเล่นเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมพฤติกรรม พบว่า นักเรียนมีคะแนนรวมของพฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียนสูงขึ้น และมีคะแนนรวมของพฤติกรรมปัญหาด้านสมาธิลดลงแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมการเล่นสามารถส่งเสริมสมาธิ ส่งผลให้ผลการเรียนดีขึ้นได้อย่างชัดเจน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ วลีฐิณี เวทย์วิชานันท์ และวาระดี ชาญวิรัตน์ (2562). ที่ศึกษาเรื่อง การใช้ชุดกิจกรรมศิลปะพัฒนาความสามารถในการจดจ่อตั้งใจทำงานของเด็กบกพร่องทางการเรียนรู้ที่มีภาวะสมาธิสั้น พบว่า ความสามารถในการจดจ่อตั้งใจทำงานเพิ่มมากขึ้นหลังการใช้ชุดกิจกรรมศิลปะ

### องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย



แผนภาพที่ 4 แสดงแบบจำลองการใช้กิจกรรมการเล่นบำบัดเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

จากการวิจัยพบว่า กิจกรรมการเล่นบำบัด เป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพที่ช่วยให้นักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว สามารถควบคุมอารมณ์และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้มากขึ้น เนื่องจากกิจกรรมการเล่นบำบัดมีกระบวนการที่ทำให้เด็กได้แสดงออกถึงความรู้สึกและความคิดภายในผ่านการเล่น ซึ่งเป็นสิ่งที่เด็กคุ้นเคยและรู้สึกปลอดภัย โดยครูจะสังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ที่แสดงออกขณะทำกิจกรรม เพื่อทำความเข้าใจถึงสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้น ซึ่งผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นเด็กจะได้เรียนรู้วิธีการจัดการกับความโกรธ ความคับข้องใจ และความรู้สึกเชิงลบอื่น ๆ อย่างสร้างสรรค์มากขึ้น ทำให้พฤติกรรมก้าวร้าว เช่น การทำร้ายผู้อื่น การทำลายสิ่งของ หรือการใช้คำพูดรุนแรงลดลง นอกจากจะช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว ยังพบว่าการเล่นบำบัดมีผลกระทบเชิงบวกต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนด้วยเช่นกัน เมื่อเด็กได้รับการบำบัดและสามารถจัดการกับอารมณ์เชิงลบได้ดีขึ้น ความวิตกกังวล ความเครียด และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในห้องเรียนก็จะลดลง ทำให้เด็กมีสมาธิในการเรียนมากขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้ เด็กจะสามารถจดจ่ออยู่กับบทเรียนได้นานขึ้น มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับครูและเพื่อนร่วมชั้น ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้ผลการเรียนดีขึ้นตามมา



องค์ความรู้ที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือ การเล่นบำบัดเป็นวิธีการช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมของเด็กที่ปลอดภัยและไม่ต้องพึ่งยา ทำให้เป็นทางเลือกที่น่าสนใจสำหรับผู้ปกครองและโรงเรียนที่ต้องการหาแนวทางแก้ไขปัญหาวัยรุ่นก้าวร้าวของเด็ก โดยเฉพาะในกรณีที่เด็กยังไม่จำเป็นต้องได้รับการรักษาทางการแพทย์ที่ซับซ้อน องค์ความรู้ใหม่เหล่านี้ชี้ให้เห็นว่า การเล่นบำบัดไม่ได้เป็นเพียงกิจกรรมสนุก ๆ สำหรับเด็ก แต่เป็นเครื่องมือทางจิตวิทยาที่มีคุณค่าและมีประสิทธิภาพในการช่วยแก้ปัญหาวัยรุ่นและพัฒนาการของเด็กได้อย่างครอบคลุม ทั้งด้านอารมณ์ สังคม และการเรียนรู้ (แผนภาพที่ 4)

## สรุป

การใช้กิจกรรมการเล่นบำบัดกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาเป็นเครื่องมือที่ส่งเสริมการควบคุมตนเองผ่านกิจกรรมที่เน้นการปรับตัวให้เข้ากับสังคม และสามารถเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยการพัฒนาทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ การบำบัดนี้จึงเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการพัฒนาที่ครอบคลุมของนักเรียนในระดับประถมศึกษาให้เติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่สามารถจัดการกับอารมณ์และเรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพของตนเอง จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่น่าสนใจสำหรับผู้ปกครองและโรงเรียนที่ต้องการหาแนวทางแก้ไขปัญหาวัยรุ่นก้าวร้าวของนักเรียน

## ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 สามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้จัดกิจกรรมการเล่นบำบัดในชั้นเรียนและกิจกรรมเสริมหลักสูตรอย่างต่อเนื่อง เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมและพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน

1.2 ติดตามและประเมินผลการดำเนินกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ เพื่อปรับปรุงและพัฒนา กิจกรรมให้ตอบสนองความต้องการของนักเรียนได้ดียิ่งขึ้น

### 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรเพิ่มช่วงเวลาในการติดตามพฤติกรรมและผลสัมฤทธิ์หลังการใช้กิจกรรมการเล่นบำบัด เพื่อดูผลในระยะยาว

2.2 ปรับวิธีการวิจัยให้มีความผสมผสานระหว่างเชิงปริมาณ เช่น แบบวัดพฤติกรรมกับเชิงคุณภาพ เช่น การสัมภาษณ์นักเรียน ครู และผู้ปกครอง

2.3 เพิ่มกิจกรรมบำบัดให้หลากหลาย เช่น กิจกรรมศิลปะบำบัด (Art Therapy) กิจกรรมดนตรีบำบัด (Music Therapy) การเล่นเกมบำบัด (Play Therapy) หรือการทำสมาธิ (Mindfulness) เพื่อให้ตอบสนองต่อพฤติกรรมของนักเรียนได้ครอบคลุมมากขึ้น

2.4 ออกแบบการทดลองแบบมีกลุ่มควบคุม (Experimental Design with Control Group) เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุดในการศึกษาความสัมพันธ์เชิงเหตุและผล



## เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2567). *นโยบายกรมสุขภาพจิต ประจำปี 2567*. จาก <https://dmh.go.th/intranet/p2567/policyDMH2567.pdf>
- จุฑาทิพย์ ประทุมทอง, อริยา คูหา และอาฟีฟี ลาเต๊ะ. (2065). ผลของกิจกรรมบำบัดแนวผสมผสานที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็กปฐมวัย. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์การเรียนรู้ทางไกลเชิงนวัตกรรม*, 12(2), 59–73.
- ณัฐนิชา มณีพุกษ์, อินทิรา พรหมพันธุ์ และเพชร วงษ์วรรณ. (2567). การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมสำหรับเด็กปฐมวัยด้วยกิจกรรมปั้นมันดาลา ชุด “Mediclaytion”. *วารสารนวัตกรรมการศึกษาและการวิจัย*, 8(4), 1672-1688.
- นิญ์ฐา ยอดแก้ว, อรวรรณ หนูแก้ว และวีณา คันฉ่อง. (2564). ผลของโปรแกรมการเล่นบำบัดต่อทักษะทางสังคมของเด็กสมาธิสั้น. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*, 8(2), 259-272.
- ปาริชาติ นิยมพงษ์. (2557). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดบึงกาฬ*. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- รุ่งฟ้า สิมมา, ชนิดา พิมพ์ศรี และเบญจมาภรณ์ ช้อยเครือ. (2568). การพัฒนาชุดกิจกรรมทางกายเพื่อเพิ่มช่วงความสนใจของเด็กที่มีภาวะออทิซึม. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี*, 13(1), 15-25.
- วลัยกรณ์ แพร์กจิธรรมชัย. (2555). *ผลของการปรับพฤติกรรมเพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยง*. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วลีฐิณี เวทย์วิชานันท์ และวาระดี ชาญวิรัตน์ (2562). การใช้ชุดกิจกรรมศิลปะพัฒนาความสามารถในการจดจ่อตั้งใจทำงานของเด็กบกพร่องทางการเรียนรู้ที่มีภาวะสมาธิสั้น. *วารสารราชพฤกษ์*, 17(2), 88 – 94.
- Butterworth, G. (Ed.). (2012). *The child's representation of the world*. Springer Science & Business Media.
- Cattanach, A. (2003). *Introduction to Play Therapy* (1st ed). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203695531>
- Gresham, F. M., Elliott, S. N., Vance, M. J., & Cook, C. R. (2011). Comparability of the Social Skills Rating System to the Social Skills Improvement System: Content and psychometric comparisons across elementary and secondary age levels. *School Psychology Quarterly*, 26(1), 27–44. <https://doi.org/10.1037/a0022662>
- Hoda Babaei, K., Ebrahim Mohammadian, A., & Abbas, R. (2014). The effect of gestalt group play therapy on improvement of behavioral problems in preschool children. *International Conference on Social Sciences and Humanities*, 14, 803-809.



- Mathews, K. A. (2018). The effectiveness of art therapy for children with autism spectrum disorder. [Master's thesis, Adler Graduate School]. <https://www.researchgate.net/publication/320918730>
- Meany-Walen, K. K., Bratton, S. C., & Kottman, T. (2014). Effects of Adlerian play therapy on reducing students' disruptive behaviors. *Journal of Counseling & Development, 92*(1), 47–56. <http://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2014.00129.x>
- Oaklander, V. (2001). Gestalt play therapy. *International Journal of Play Therapy, 10*(2), 45–55. <https://doi.org/10.1037/h0089479>
- Papalia, Diane E., Martorell, Gabriela. (2014). *Experience Human Development, 13th ed.* (13): McGraw-Hill International Editions.
- Segrin, C., & Flora, J. (2000). Poor social skills are a vulnerability factor in the development of psychosocial problems. *Human Communication Research, 26*(3), 489–514. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2000.tb00766.x>
- Spence, S. H., Donovan, C., & Brechman-Toussaint, M. (1999). Social skills, social outcomes, and cognitive features of childhood social phobia. *Journal of Abnormal Psychology, 108*(2), 211–221. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.108.2.211>