

การพัฒนาคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย ในสถานการณ์ COVID-19

Development of Parent Handbook for Promoting Early Childhood Resilience during COVID-19 Pandemic

จุฑาพิชญ์ วณิชกิจ¹ เพ็ญศรี แสงเจริญ²
Jutapit Vanichakit¹ Pensri Sawangchareon²

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 2) ประเมินความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครอง โดยการผสมวิธีเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญเจาะจงเลือกจากผู้ปกครองที่ดูแลเด็กปฐมวัยอายุ 4-8 ปี จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย 1) คู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กปฐมวัย 2) แบบประเมินคู่มือ วิเคราะห์ข้อมูลโดย 1) ค่าความถี่ 2) ค่าเฉลี่ยประชากร 3) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานประชากร 4) ค่าร้อยละ และ 5) การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า

1. คู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย (1) ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัย (2) การสื่อสารระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัย (3) การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้าน (4) กิจกรรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจ
2. ผู้ปกครองมีความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยอยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 76.89) และความพึงพอใจต่อคู่มือผู้ปกครอง โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.64$, S.D.=0.50)

คำสำคัญ : คู่มือผู้ปกครอง, ความเข้มแข็งทางจิตใจ, เด็กปฐมวัย

¹ นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Email: Jutapit.v@ku.th

Faculty of Education, Kasetsart University

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. , อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Asst.Prof.Dr., Faculty of Education, Kasetsart University

Abstract

The purposes of this research were to 1) develop the Parents Handbook for Promoting Early Childhood Resilience during COVID-19 Pandemic, and 2) evaluated the knowledge and satisfaction of parents towards the Parents Handbook, by used mixed methodologies of quantitative and qualitative research. Key Performance Persons purposively form 15 parents who interested in promoting child development. The instruments used in this research were 1) Parent Handbook for Promoting Early Childhood Resilience e during COVID-19 Pandemic, and 2) questionnaires of handbook evaluation. Data were analyzed by 1) frequency, 2) population mean, 3) population standard deviation, 4) percentage, and 5) content analysis.

The results found that:

1. The elements of Parents Handbook for Promoting Early Childhood Resilience consist of (1) early childhood resilience knowledge, (2) communication between parents and young children, (3) residence environment setting, (4) activities which promoting resilience.
2. The parents had highest level of al knowledge (76.89 percent) and highest level of satisfaction towards the Parents Handbook ($\bar{X}$ =4.64, S.D.=0.50).

Keywords: Parent Handbook, Resilience, Early Childhood

บทนำ

ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาทั่วโลกตั้งแต่ปลายปี 2562 จนถึงปัจจุบันเป็นช่วงระยะเวลาต่อเนื่องยาวนานเกือบ 3 ปี มาตรการต่างๆ ของภาครัฐในการป้องกัน และยับยั้งการระบาดของโรคทำให้เกิดการจำกัดการทำกิจกรรมของคนจำนวนมากเกิดขึ้น การปิดเมือง (lockdown) เพื่อจำกัดการเดินทางของคนต่างพื้นที่เพื่อยับยั้งการกระจายของเชื้อโรค รวมถึงการกักตัวของสมาชิกในครอบครัวเพื่อเฝ้าระวังการติดโรค ทั้งการกักตัวแบบแยกบุคคลที่มีความเสี่ยงออกจากครอบครัวในระยะแรกที่โรคระบาดอุบัติขึ้น หรือในปัจจุบันที่มีการเรียนรู้และปรับให้บุคคลที่มีความเสี่ยง ให้สามารถกักบริเวณอยู่ภายในบ้านได้ อีกทั้งการรักษาระยะห่างทางสังคมในสถานที่สาธารณะ การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ได้ส่งผลกระทบต่อมนุษยชาติ ทำให้เกิดการปรับตัวเพื่อดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับโรคร้าย จึงเกิดคำว่า "ชีวิตวิถีใหม่" (New Normal) ในบริบทของการ

แพร่ระบาดของไวรัส COVID-19 เป็นปรากฏการณ์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมหาศาลส่งผลให้เกิดการปรับพฤติกรรมอย่างรุนแรงในระยะสั้น หลายพฤติกรรมจะอยู่ถาวรกลายเป็น New Normal หรือความปกติใหม่ (กรมสุขภาพจิต, 2563) ในช่วงเวลาของการกักตัวส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ภายในครอบครัว และส่งผลในระยะยาวต่อบุตรหลานที่อยู่ในช่วงปฐมวัยเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจเป็นอย่างมาก

การเผชิญการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอยู่ในขณะนี้ การปรับตัวจึงเป็นทักษะสำคัญเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตร่วมกับโรคระบาดจนกว่าจะมีแนวทางในการควบคุมโรคได้ การส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กปฐมวัย จึงเป็นทักษะที่มีความจำเป็นอย่างมากในยุคโควิด-19 เพื่อรับมือกับสถานการณ์และการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว เด็กปฐมวัยจำเป็นจะต้องมีพื้นฐานของจิตใจที่เข้มแข็งในการดำเนินชีวิต การเตรียมพร้อมที่จะเผชิญและปรับตัวกับปัญหาใหม่ๆ การยอมรับความผิดหวัง และการฟื้นฟูจิตใจตนเองให้ลุกขึ้นมาสู้กับอุปสรรคเพื่อนำพาชีวิตของตนให้กลับมาดำเนินได้อย่างเป็นปกติสุขอีกครั้ง ในการนี้ กระบวนการภายในจิตใจ การสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจเสมือนเป็นการสร้างภูมิคุ้มกัน รวมถึงการเปลี่ยนแปลงมีมุมมองต่อเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ การพัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ปัจจุบันจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง (อาสยา อภิชนางกูร, 2564) ดังนั้นผู้ปกครองจึงจำเป็น ที่ต้องให้ความสำคัญเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุข รวมถึงจะประสบความสำเร็จได้ในอนาคต การหาแนวทางในการพัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจให้แก่เด็กปฐมวัยจึงเป็นเรื่องที่ผู้ปกครองจะต้องศึกษาและส่งเสริมให้แก่บุตรหลาน อันได้แก่ ความรักจากผู้เลี้ยงดูการได้รับการตอบสนองอย่างรวดเร็วและเหมาะสมเพื่อให้เกิดความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน การรับรู้ว่ามีคนคอยอยู่เคียงข้างและเป็นที่พึ่งพิงเมื่อเกิดปัญหา ทำให้ไม่กลัวที่จะเผชิญกับอุปสรรคหรือความล้มเหลว การสร้างสายสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดูใกล้ชิดจึงเป็นหัวใจหลักในการพัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจในภาวะโรคระบาดที่กำลังดำเนินอยู่ หากนำข้อจำกัดต่างๆ ที่เกิดขึ้นทั้งการปิด โรงเรียนของเด็ก และ การทำงานที่บ้านของพ่อแม่มาสร้างโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้ใช้เวลาอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ ร่วมกันแก้ปัญหาภายในบ้าน การพัฒนาการสื่อสารระหว่างสมาชิกครอบครัวเพื่อปรับสถานการณ์ต่างๆ การร่วมกันทำงานบ้าน (Shonkoff, 2017) การช่วยแบ่งเบาภาระสมาชิกคนอื่นในครอบครัว การร่วมกันต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคที่กำลังเผชิญ การร่วมมือในการทำกิจกรรมเหล่านี้ก่อให้เกิดความเข้มแข็งทางจิตใจภายในครอบครัว (Ahlerlert and Greeft, 2012) อีกทั้งการสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีภายในบ้านเพื่อบรรเทาความเครียดของสมาชิกในครอบครัว การส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างพ่อแม่กับบุตรหลานจะช่วยลดปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากความเครียด และก่อให้เกิดการปรับตัวที่ดี (O'Brien et al., 2009) รวมถึงการบรรเทาความรุนแรงของปัญหาอื่นๆ ที่กำลังเกิดขึ้นอีกด้วย

จากการที่ผู้วิจัยได้มีโอกาสสนทนากับผู้ปกครองในหมู่บ้านในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรูปแบบการดำเนินชีวิตคล้ายคลึงกัน ทั้งการปฏิบัติงาน การดูแลบุตรหลานที่อยู่ในช่วงปฐมวัย พบว่าผู้ปกครองมีความกังวลในการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตของลูกท่ามกลางสถานการณ์โรคระบาด COVID-19 อีกทั้งการปรับบทบาทจากพ่อแม่มาเป็นครู เนื่องจากสถานการณ์ดังกล่าวยังเพิ่มภาระให้แก่ผู้ปกครองมากยิ่งขึ้น ความกังวลในด้านพัฒนาการของเด็กเป็นประเด็นแรกๆ ที่ผู้ปกครองให้ความสำคัญ ประเด็นที่สองคือ ความกังวลเรื่องการติดโรคระบาดทั้งตนเองและบุตรหลาน ประเด็นที่สามคือการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของเด็กปฐมวัย ในกลุ่มเด็กที่เข้าโรงเรียนแล้วเด็กมีความรู้สึกคิดถึงเพื่อน และ ครูที่โรงเรียน อยากออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านร่วมกับผู้อื่น ผู้ปกครองไม่มีแนวทางที่ดีพอในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมให้แก่เด็กเพื่อทดแทนกิจกรรมที่โรงเรียน ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการพัฒนาคู่่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจให้แก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 โดยนำข้อจำกัดในการดำเนินชีวิตวิถีใหม่มาประยุกต์กับองค์ความรู้เกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาคู่่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19
2. เพื่อประเมินความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19

สมมติฐานการวิจัย

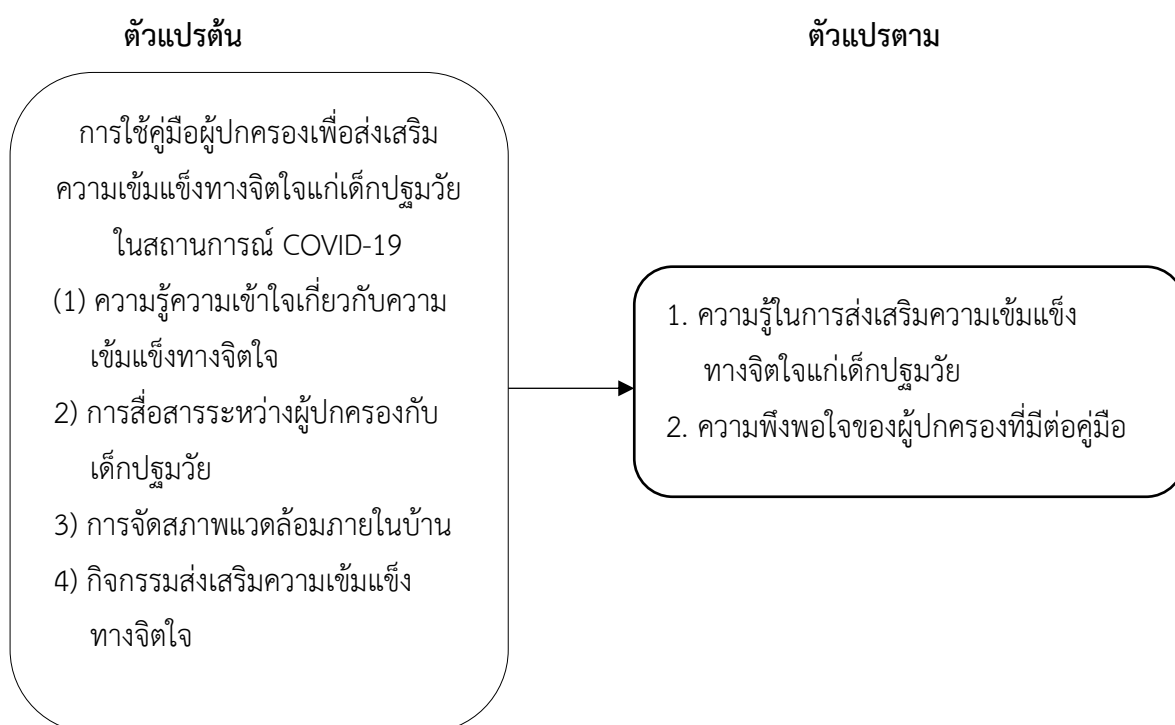
ผู้ปกครองมีความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจต่อคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 หลังการใช้คู่มืออยู่ในระดับมากขึ้นไป

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยนี้ ดำเนินการในพื้นที่หมู่บ้านแห่งหนึ่ง ในเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ระหว่างเดือน เมษายน 2564 ถึง เมษายน 2565

กรอบแนวคิด

ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเกี่ยวกับการสร้างคู่มือการเรียนรู้ แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย (กรมสุขภาพจิต, 2563). แนวคิดเกี่ยวกับโรค COVID-19 (ฉัตรสุนัน พฤทธิญาณ, 2563) แนวคิดเกี่ยวกับความรู้ (พัฒนา พรหมณี และศรีสุรางค์ เอี่ยมสะอาด, 2563) และแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ (พัฒนา พรหมณี และคณะ, 2563) มากำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Method Research) ที่ใช้ทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Performance Persons) จะจงเลือกจากผู้ปกครองที่ดูแลเด็กปฐมวัยอายุ 4-8 ปี ที่สนใจในการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัย จำนวน 15 คน จาก 15 ครอบครัว เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ มี 2 ชุด ได้แก่

1. ร่างคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19

2. แบบประเมินความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ มีขั้นตอน ดังนี้

1. ร่างคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 มีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1.1. ศึกษาความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย (Needs Assessment) โดยสนทนากับสมาชิกในหมู่บ้านที่มีบุตรอยู่ในช่วงปฐมวัย ซึ่งผู้ปกครองมีความรู้ที่ดีและมีความสนใจในการดูแลบุตรอย่างดี เป็นผู้ปกครองที่มีความรู้ในรายละเอียดของพัฒนาการของเด็ก จึงเกิดความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิตของครอบครัวในสถานการณ์โรคระบาด COVID-19 ทั้งข้อจำกัดในการดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวัน การปิดโรงเรียน การปิดเมือง และการรักษาระยะห่างในสังคม ทำให้การส่งเสริมพัฒนาการเด็กต้องเป็นบทบาทหน้าที่ของผู้ปกครองแทนครู และโรงเรียน จากการสนทนาพบประเด็นสำคัญที่ผู้ปกครองมีความกังวลต่อบุตรหลาน ได้แก่ 1) ความกังวลเรื่องสุขภาพของบุตรหลานและตนเอง 2) ความกังวลในด้านพัฒนาการของเด็ก และ 3) ความกังวลในด้านชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being) ของบุตรหลาน และที่สำคัญผู้ปกครองมีความต้องการคู่มือผู้ปกครองในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กปฐมวัย ในช่วง COVID-19 ที่มีเนื้อหาที่ทันสมัย น่าสนใจและเหมาะสมกับสถานการณ์ เป็นอีกช่องทางหนึ่งในการช่วยเหลือผู้ปกครอง

1.2. ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดและเรียบเรียงเนื้อหาและแนวทางในการนำเสนอข้อมูลของคู่มือที่พัฒนาขึ้น ดังนี้

(1) ขอบเขต (scope) ของคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 ประกอบด้วย (1.1) ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัย (1.2) การสื่อสารระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัยเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจ (1.3) การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจให้แก่เด็กปฐมวัย (1.4) กิจกรรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID - 19

(2) การจัดเรียงลำดับ (sequence) ของคู่มือ เรียงจากเรื่องง่ายและใกล้ตัว ไปหาเรื่องยากและไกลตัว และนำเสนอกิจกรรมจำแนกเป็นเรื่องๆ ตามหัวข้อ ดังนี้ (2.1) ความหมายความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัย (2.2) ลักษณะของเด็กปฐมวัยที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจ

(2.3) ลักษณะ และบทบาทของผู้ปกครองที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย (2.4) กิจกรรมที่ส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวในสถานการณ์ COVID-19 (2.5) กิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กพัฒนาศักยภาพของตนเอง และเห็นคุณค่าในตนเอง (2.6) กิจกรรมที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยโดยการเรียนรู้วิถีชีวิตของสิ่งมีชีวิตในธรรมชาติ (2.7) กิจกรรมที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย โดยเชื่อมโยงกับสังคม (2.8) กิจกรรมที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยจากการช่วยเหลือแบ่งเบาระยะของสมาชิกครอบครัว (2.9) ลักษณะของที่อยู่อาศัยที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย (2.10) เคล็ดลับผู้ปกครองในการรับมือกับสถานการณ์ COVID-19

(3) การบูรณาการ (integrated) เนื้อหาสาระกับประสบการณ์การเรียนรู้ ที่สอดคล้องกับธรรมชาติของผู้เรียน จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ ผู้ศึกษาจึงเรียบเรียงเนื้อหาโดยอิงจากการยกตัวอย่างเปรียบเทียบประสบการณ์ของผู้ปกครองเพื่อเชื่อมโยงกับการรับรู้ของเด็กและการตั้งคำถามเพื่อให้ผู้ปกครองคิดทบทวน และตกผลึกองค์ความรู้ด้วยตนเอง และการเขียนสรุปใจความเนื้อหาในบทในย่อหน้าสุดท้ายเพื่อทบทวนความเข้าใจแก่ผู้ปกครอง

1.3. สรุปร่างคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 ตามขอบเขต การเรียบเรียงเนื้อหาที่สังเคราะห์ขึ้นมีรายละเอียด ดังนี้ (1) ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย ความหมายของความเข้มแข็งทางจิตใจ คุณลักษณะของเด็กที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจและวิธีการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจ เพื่อให้ผู้ปกครองเข้าใจความเข้มแข็งทางจิตใจ และการปูพื้นฐานความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมการเล่น (2) การสื่อสารระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัยเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจ ประกอบด้วยรายละเอียดของบทบาทผู้ปกครองที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่บุตรหลาน (3) กิจกรรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID -19 ประกอบด้วย กิจกรรมส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว กิจกรรมส่งเสริมอัตลักษณ์ของครอบครัว กิจกรรมส่งเสริมให้เด็กพัฒนาศักยภาพของตน และเห็นคุณค่าในตนเอง กิจกรรมส่งเสริมการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และกิจกรรมเชื่อมโยงกับธรรมชาติและวิถีชีวิต (4) การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 ประกอบด้วย วิธีการ จัดสภาพแวดล้อมในบ้านที่เอื้อต่อการพัฒนาการทางร่างกายและสมองของเด็กปฐมวัย

1.4. นำร่างคู่มือต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วน พร้อมข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข อีกทั้งตรวจสอบความเหมาะสมของคู่มือเพื่อตรวจสอบ

ความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญ 3 คน ด้วยแบบประมาณค่า 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายระดับคะแนนดังนี้

4.51 - 5.00 คะแนน หมายถึง ระดับความเหมาะสมมากที่สุด

3.51 - 4.50 คะแนน หมายถึง ระดับความเหมาะสมมาก

2.51 - 3.50 คะแนน หมายถึง ระดับความเหมาะสมปานกลาง

1.51 - 2.50 คะแนน หมายถึง ระดับความเหมาะสมน้อย

1.00 - 1.50 คะแนน หมายถึง ระดับความเหมาะสมน้อยที่สุด

ผลการวิเคราะห์ความเหมาะสมของคู่มือ อยู่ในระดับมาก ที่ค่าเฉลี่ย 4.20

1.5. จัดทำคู่มือส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยสำหรับนำไปใช้จริง

2. แบบประเมินความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19

2.1. ศึกษา วิเคราะห์ความหมาย และองค์ประกอบของความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัยจากงานวิจัย และตำราเกี่ยวกับการพัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจให้แก่บุตรหลาน เพื่อสร้างข้อคำถามให้ครอบคลุมประเด็นการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยและความพึงพอใจต่อคู่มือเพื่อนำมาสร้างเครื่องมือสำหรับการประเมินระดับความพึงพอใจ

2.2. สร้างแบบประเมินความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจต่อคู่มือส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย มี 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ อาชีพ วุฒิการศึกษา จำนวนบุตร อายุบุตร ลักษณะครอบครัว และความสัมพันธ์กับเด็ก เป็นแบบสอบถามที่มีการกำหนดคำตอบให้เลือกตอบเพียงข้อเดียว จำนวน 9 ข้อ

ตอนที่ 2 ความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 เป็นแบบเลือกตอบ "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" จำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็นเนื้อหาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัย จำนวน 5 ข้อ การสื่อสารระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัยเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจ จำนวน 5 ข้อ การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจให้แก่เด็กปฐมวัย จำนวน 5 ข้อ กิจกรรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 จำนวน 5 ข้อ เป็นแบบตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิด หรือไม่ตอบได้ 0 คะแนน นำไปทดลองใช้ (try out) กับพื้นที่ใกล้เคียง นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์คุณภาพแบบทดสอบพบว่ามีความยากง่าย (p) อยู่ระหว่าง 0.05 - 0.77 และค่าอำนาจจำแนก (r) อยู่ระหว่าง 0.40 - 0.67 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.89 และกำหนดเกณฑ์ในการ

ประเมินผลแบ่งเป็น 5 ระดับ โดยกำหนดช่วงคะแนนเริ่มจาก 0 คะแนน ถึง 20 คะแนน กำหนดเกณฑ์ในการประเมินผล ดังนี้

- 16-20 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 80 ขึ้นไป หมายถึง มีความรู้ระดับมากที่สุด
- 12-15 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 60 ขึ้นไป หมายถึง มีความรู้ระดับมาก
- 8-11 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 40 ขึ้นไป หมายถึง มีความรู้ระดับปานกลาง
- 4- 7 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 20 ขึ้นไป หมายถึง มีความรู้ระดับน้อย
- 0- 3 คะแนน คิดเป็นร้อยละ 0-20 หมายถึง มีความรู้ระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ความพึงพอใจของผู้ปกครองต่อคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 จำนวน 15 ข้อ แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ 1) ด้านเนื้อหา คู่มือ (ประโยชน์ ความน่าสนใจ เข้าใจง่าย นำไปปฏิบัติได้จริง และแหล่งอ้างอิง) 2) ด้านการใช้งาน (การนำข้อมูลในคู่มือไปสืบค้นองค์ความรู้ใหม่ที่เชื่อมโยงกับฐานข้อมูลใน Internet และการนำคู่มือไปใช้ให้ความรู้สมาชิกที่เป็นผู้ดูแลเด็กในครอบครัว) 3) ด้านรูปแบบ (ภาพรวมของคู่มือ: ขนาด สี รูปภาพ ขนาดตัวอักษร การใช้ภาษา และการเรียบเรียงเนื้อหา) เป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ มีเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนดังนี้

- 5 คะแนน หมายถึง พึงพอใจในระดับมากที่สุด
- 4 คะแนน หมายถึง พึงพอใจในระดับมาก
- 3 คะแนน หมายถึง พึงพอใจในระดับปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง พึงพอใจในระดับน้อย
- 1 คะแนน หมายถึง พึงพอใจในระดับน้อยที่สุด

กำหนดเกณฑ์การแปลผลค่าเฉลี่ยคะแนนระดับความพึงพอใจของผู้ปกครองต่อคู่มือ (พัฒนา พรหมณี และคณะ, 2563) ดังนี้

- 4.51-5.00 หมายถึง พึงพอใจในระดับมากที่สุด
- 3.51 -4.50 หมายถึง พึงพอใจในระดับมาก
- 2.51 -3.50 หมายถึง พึงพอใจในระดับปานกลาง
- 1.51 -2.50 หมายถึง พึงพอใจในระดับน้อย
- 1.0 - 1.50 หมายถึง พึงพอใจในระดับน้อยที่สุด

นำแบบประเมินเสนอผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อคำถามเพื่อวิเคราะห์ดัชนีความสอดคล้องระหว่างรายการประเมินกับเนื้อหาของคู่มือ ด้วยค่า IOC (Index of Item Objective Congruence) โดยข้อที่มีค่า IOC รายข้ออยู่ระหว่าง 0.60-1.00 จากนั้นจัดเตรียมสำหรับการนำไปใช้ในการเก็บข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ส่งคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID -19 ให้ผู้ปกครองเพื่อนำไปศึกษาและใช้จริง จากนั้นการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 โดยให้เวลาผู้ปกครองในการศึกษาและ ใช้คู่มือ 20 วัน

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์ด้วย โดย ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มเป้าหมาย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มเป้าหมาย และค่าร้อยละ ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพวิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัย

1. คู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 ส่งเคราะห์ขึ้นจากการทบทวนงานวิจัย บทความวิชาการ และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัยด้านการนำไปใช้ แล้วกำหนดขอบเขตและเรียบเรียงเนื้อหา เป็น 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1.1 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัย เป็นการให้ความหมาย และเนื้อหาความรู้เพื่อให้ผู้ปกครองมีความเข้าใจและเห็นภาพรวมของการส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยเกิดความเข้มแข็งทางจิตใจ ลักษณะของเด็กปฐมวัยที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจ และบทบาทของผู้ปกครองที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย โดยการบรรยายข้อมูลและการสอดแทรกความหมายผ่านกิจกรรมเล่านิทาน จำนวน 4 เรื่อง ได้แก่ 1) กระทบกับเต่า: การแข่งขันวิ่งเพื่อการวางแผนออกแบบการฝึกซ้อมของตน ด้วยความตั้งใจและมุ่งมั่น การตัดสินใจและความสามารถและศักยภาพของตนเอง 2) ต้นไม้ที่น้อย: การเติบโตของต้นไม้ในพื้นที่แห้งแล้ง เรียนรู้ที่จะปรับตัวและสร้างความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม 3) The Not-So-Perfect Princess and the Not-So-Dreadful Dragon: ความเป็นตัวของตัวเอง สร้างอัตลักษณ์ของตนเองไม่กลัวความแตกต่าง และ 4) Bounce back: การเผชิญปัญหาการแก้ไขปัญหา ให้เด็กเรียนรู้ว่าทุกปัญหาต่างมีทางออก

1.2 การสื่อสารระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัย เป็นการนำเสนอรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน (parenting style) ประกอบด้วย การเป็นผู้ให้กำลังใจ ผู้ชื่นชมที่ดี ผู้แนะนำ ผู้ร่วม ผจญภัย และผู้โอบอุ้ม

1.3 การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้าน เป็นการปรับบ้านแทนชั้นเรียน จัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของเด็ก จัดตารางกิจกรรมแทนตารางสอน สร้างบรรยากาศให้มีความผ่อนคลาย ลดความเครียด และความวิตกกังวล สร้างสมาธิและความสงบ

1.4 กิจกรรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจ เป็นการนำเสนอกิจกรรมส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว กิจกรรมส่งเสริมอัตลักษณ์ของครอบครัว กิจกรรมส่งเสริมให้เด็กพัฒนาศักยภาพของตนเองและเห็นคุณค่าในตนเอง กิจกรรมส่งเสริมการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และกิจกรรมเชื่อมโยงกับธรรมชาติและวิถีชีวิต ผ่านทางรูปภาพประกอบ โดยมี คำแนะนำการใช้คู่มือ ที่เป็นการอธิบายเนื้อหาโดยรวมในแต่ละส่วนเป็นส่วนต้นของคู่มือ และ เคล็ดลับผู้ปกครองในสถานการณ์ COVID -19 และแบบฝึกหัดสำหรับผู้ปกครองนำไปฝึกพร้อมกับเด็กในการดูแลจิตใจด้วยตนเอง เพื่อให้ผู้ปกครองและเด็กฝึกปฏิบัติร่วมกัน ให้เด็กเรียนรู้ในการช่วยเหลือตนเอง และมีบทส่งท้ายและเอกสารอ้างอิง ที่เป็นการสรุปใจความสำคัญสั้นๆ เพื่อทบทวน ความเข้าใจแก่ผู้ปกครอง ให้ข้อมูลแหล่งอ้างอิงเพื่อการค้นคว้าต่อยอด เป็นส่วนท้ายของคู่มือ

2. ผลการประเมินความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัย และความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครอง

2.1 ผลการประเมินความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID -19 พบว่าผู้ปกครองมีความรู้ในระดับมาก (ร้อยละ 76.89)

ตารางที่ 1 ระดับความรู้ของผู้ปกครองในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID -19 (N=15)

ระดับความรู้	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มากที่สุด (16-20 คะแนน)	13	86.67
มาก (12-15 คะแนน)	2	13.33
ปานกลาง (8-11 คะแนน)	0	0
น้อย (4- 7 คะแนน)	0	0
น้อยที่สุด (0- 3 คะแนน)	0	0
รวม/ภาพรวม	15	76.89

2.2 ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครองในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID -19 พบว่าผู้ปกครองมีความพึงพอใจต่อคู่มือ ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.64$, S.D.=0.50)

ตารางที่ 2 ระดับความพึงพอใจของผู้ปกครองที่มีต่อคู่มือผู้ปกครองในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID -19 (N=15)

รายการความพึงพอใจ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. ความพึงพอใจด้านเนื้อหา	4.69	0.46	มากที่สุด
2. ความพึงพอใจด้านการใช้งาน	4.66	0.48	มากที่สุด
3. ความพึงพอใจด้านรูปแบบ	4.58	0.55	มากที่สุด
ภาพรวม	4.64	0.50	มากที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

คู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 ประกอบด้วย (1) ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจในบริบทของเด็กปฐมวัย (2) การสื่อสารระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัย (3) การจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้าน (4) กิจกรรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจ และผลการประเมินการใช้คู่มือ พบว่า ผู้ปกครองมีความรู้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยอยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 76.89) และมีความพึงพอใจต่อคู่มือผู้ปกครองโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด $\bar{X}=4.64$, S.D.=0.50) ซึ่งอาจเป็นเพราะคู่มือนี้เป็นประโยชน์ต่อผู้ปกครองในการดูแลบุตรที่อาศัยอยู่ในพื้นที่กรุงเทพมหานครที่มีความวิตกกังวลจากการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตของครอบครัว เนื่องจากภาวะการระบาดของโรค COVID-19 ภายใต้อำนาจในการดำเนินกิจกรรมในชีวิตประจำวันมีการปิดโรงเรียน ปิดเมือง เพื่อควบคุมการระบาดของโรค สอดคล้องกับการศึกษาเรื่อง การเผชิญปัญหาการกักกันโรค: ตัวพยานความเสี่ยงของบุคคลและครัวเรือนและการฟื้นตัวจากการระบาดใหญ่ของ COVID-19 (Verger et al., 2021) การปรับตัวในการดำเนินชีวิตในสังคมเนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID -19 ในการแก้ปัญหาและเอาชนะสถานการณ์ไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นร่วมกันในครอบครัวเด็กปฐมวัย เสนอให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองใช้องค์ประกอบพื้นฐานของความเข้มแข็งทางจิตใจ ร่วมกับหลักการแนวคิดเชิงบวก การส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว และการสร้างสิ่งแวดล้อมภายในบ้าน ให้เด็กรู้สึกปลอดภัยจะส่งผลให้เด็กสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนและปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นใน

ชีวิตประจำวันได้ อย่างไรก็ตามการวิจัยนี้ได้เสนอเพียงหลักการที่จะนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันแต่ไม่ได้สร้างเป็นคู่มือสำหรับการนำไปใช้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ควรมีการติดตามผลหลังจากผู้ปกครองศึกษาคู่มือเป็นระยะ เนื่องจากความเข้มข้นทางจิตใจเป็นทักษะที่ต้องใช้เวลาศึกษาผลลัพธ์ในระยะยาว อีกทั้งจำเป็นต้องรวบรวมข้อมูลจำนวนมากเพียงพอที่นำไปสู่การสรุปผลที่น่าเชื่อถือ

1.2 การนำเสนอข้อมูลเนื้อหาของคู่มือนี้ ควรนำเสนอให้เกิดการเชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมของผู้ใช้คู่มือ และควรเน้นย้ำข้อความ รูปภาพและการยกตัวอย่างให้ผู้ใช้อ่านแยกประเด็นข้อมูลที่นำเสนอในคู่มือนี้ออกจากประสบการณ์เดิมของผู้ใช้คู่มือมีอยู่ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการคู่มือนี้ไปใช้ได้อย่างถูกต้อง

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการพัฒนาคู่มือผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมความเข้มข้นทางจิตใจแก่เด็กปฐมวัยในสถานการณ์ COVID-19 ในรูปแบบ e-book และพัฒนาให้สามารถใช้กับเด็กปฐมวัยในครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว หรือครอบครัวที่ผู้ปกครองคนใดคนหนึ่งมีอาชีพเสี่ยง และต้องไปทำงานในสถานที่ห่างไกลจากครอบครัว หรือใช้ในโรงเรียนได้

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต. (2563). **คู่มือสร้างสรรค์พลังใจให้วัยทีน**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์พับลิชชิ่ง. 77.
- ฉัตรสุมน พฤทธิญาณ. (2563). มาตรการการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรค การแพร่ระบาดของโควิด-19. **วารสารกฎหมายและนโยบายสาธารณสุข**. 6(2), 467-485.
- พัฒนา พรหมณี ยูพิน พิทยาวัฒน์ชัย และจิระศักดิ์ ทัพพา. (2563). แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจและการสร้างแบบสอบถามความพึงพอใจในงาน. **วารสารวิชาการสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย (สสอท.)**. 26(1), 62-69.
- อัสยา อภิชนางกูร. (2564). **Resilience ยืนหยัดได้ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น**. กรุงเทพฯ: อัมรินทร์พรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง. 45.

- Ahlert, I. A., and Greeff, A. P. (2012). Resilience factors associated with adaptation in families with deaf and hard of hearing children. **American Annals of the Deaf**. 157, 391-404.
- O'Brien et al. (2009). Couples coping with stress. **European Psychologist**. 14: 18-28.
- Shonkoff, J. (2017). **Building the Skills of Parents Experiencing Adversity**. (Online). Available : <https://youtu.be/m5bIN5fPZRM>., 14 April 2021.
- Verger, N. B. et al. (2021). Coping in isolation: Predictors of individual and household risks and resilience against the COVID-19 pandemic. **Social Sciences and Humanities Open**. 3(1), 100-123.