

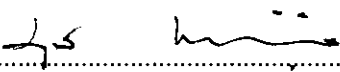
ผลของโปรแกรมการฝึกกิจกรรมโยคะต่อความฉลาดทางอารมณ์
และพฤติกรรมของเด็กวัยก่อนเรียน

เพียงเพ็ญ บุญมงคล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาการพยาบาลเด็ก
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
กันยายน 2553
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

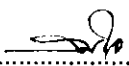
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ เพ็ญเพ็ญ บุญมงคล ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้


คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

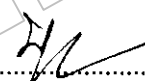

.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุณี พงศ์จตุรวิทย์)

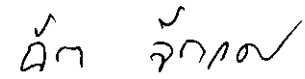

.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(รองศาสตราจารย์ ดร.นุจรีย์ ไชยมงคล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

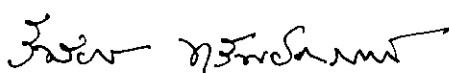

.....ประธาน
(ดร.สมใจ นกดี)


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุณี พงศ์จตุรวิทย์)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.นุจรีย์ ไชยมงคล)


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฉันทนา จันทร์วงศ์)

คณะพยาบาลศาสตร์ อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก ของมหาวิทยาลัยบูรพา


.....คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์)

วันที่ 8 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2553

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย ระดับบัณฑิตศึกษาจากมหาวิทยาลัยบูรพา
ประจำภาคต้น ปีการศึกษา 2553

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุณี พงศ์จตุรวิทย์ ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.นุจรี ไชยมงคล กรรมการที่ปรึกษา ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนวทางที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนแนะนำแก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ อีกทั้งให้กำลังใจและเอื้ออาทรต่อผู้วิจัย ทำให้ผู้วิจัยได้รับแนวทางในการศึกษาค้นคว้าความรู้ และประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ จนวิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณครูใหญ่ ครูพี่เลี้ยง ได้กวดักก่อนเรียน และผู้ปกครองเด็กกวดักก่อนเรียน สถานรับเลี้ยงเด็กปฐมวัย ทร.5 กรมโรงงาน ฐานทัพเรือสัตหีบ อ.สัตหีบ จ.ชลบุรี ที่ช่วยอำนวยความสะดวก รวมทั้งให้การสนับสนุนแก่ผู้วิจัยอย่างยิ่ง ในการให้ข้อมูลด้านต่าง ๆ ตลอดระยะเวลาดำเนินการวิจัย

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณแม่นิภาพร แสนสุมา คุณพ่อชนะพูน บุษมมงคล ที่เป็นกำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ กราบขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านที่อบรมสั่งสอน เพื่อนนิสิตปริญญาโทสาขาการพยาบาลเด็ก ตลอดจนทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับซึ่งไม่ได้กล่าวนามไว้ ณ ที่นี้ ที่คอยช่วยเหลือและเป็นกำลังใจทำให้ผู้วิจัยสามารถฟันฝ่าอุปสรรคมาได้ด้วยดี จนประสบความสำเร็จในชีวิตการศึกษา รวมทั้งมหาวิทยาลัยบูรพาที่ได้สนับสนุนให้ทุนในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ ทำให้วิทยานิพนธ์สำเร็จไปด้วยดี

เพียงเพ็ญ บุษมมงคล

51910353: สาขาวิชา: การพยาบาลเด็ก; พย.ม. (การพยาบาลเด็ก)

คำสำคัญ: โยคะ/ ความฉลาดทางอารมณ์/พฤติกรรม/ เด็กวัยก่อนเรียน

เพียงเพ็ญ นุชมงคล : ผลของโปรแกรมการฝึกกิจกรรมโยคะต่อความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กวัยก่อนเรียน (EFFECTS OF YOGA ACTIVITY TRAINING PROGRAM ON EMOTIONAL QUOTIENT AND BEHAVIOR OF PRESCHOOL CHILDREN) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ชุณี พงศ์จตุรวิทย์, Ph.D., นุจรี ไชยมงคล, Ph.D. 117 หน้า ปี พ.ศ. 2553

การวิจัยครั้งนี้เป็นแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดสองครั้ง (Two-group pretest-posttest design) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กวัยก่อนเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการฝึกกิจกรรมโยคะกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดกิจกรรมตามปกติ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มอย่างง่าย จากเด็กวัยก่อนเรียน ที่มารับบริการในสถานรับเลี้ยงเด็กปฐมวัย ฐานทัพเรือสัตหีบ อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี จำนวนทั้งหมด 29 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 14 ราย และกลุ่มควบคุม 15 ราย เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนเมษายนถึงเดือนพฤษภาคม 2553 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของเด็กวัยก่อนเรียนและผู้ปกครอง แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ และแบบประเมินพฤติกรรมเด็กวัยก่อนเรียน จำนวนค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์และแบบประเมินพฤติกรรมเด็ก โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาค (α) ได้เท่ากับ .88 และ .85 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ความถี่ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พิสัย และการทดสอบที (Independent t-test) ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมหลังการทดลองแตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) แต่เมื่อเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์รายด้านระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า มีเพียงด้านเดียวคือ ด้านดี ที่กลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 2.66, p < .05$)

2. กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมโดยรวมหลังการทดลองแตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) แต่เมื่อเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมรายด้านระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า มีสองด้านคือ พฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง กลุ่มทดลองมีคะแนนต่ำกว่ากลุ่มควบคุม และพฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม (ซึ่งเป็นจุดแข็งของเด็ก) กลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = -2.78, p < .05$ และ $t = 2.80, p < .05$ ตามลำดับ)

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า พยาบาลเด็กควรนำโปรแกรมการฝึกกิจกรรมโยคะมาใช้โดยควรเพิ่มระยะเวลาในการทำกิจกรรม เพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และพฤติกรรมให้กับเด็กวัยก่อนเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะเป็นการช่วยเพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี มีพฤติกรรมสัมพันธภาพทางสังคมที่ดี และลดพฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง

51910353: MAJOR: PEDIATRIC NURSING; M.N.S. (PEDIATRIC NURSING)

KEYWORDS: YOGA/ EMOTIONAL QUOTIENT/ BEHAVIOR / PRESCHOOL CHILDREN

PIANGPEN BUSSAMONGKHON: EFFECTS OF YOGA ACTIVITY TRAINING PROGRAM ON EMOTIONAL QUOTIENT AND BEHAVIOR OF PRESCHOOL CHILDREN.

ADVISORY COMMITTEE: YUNEE PONGJATURA WIT, Ph.D., NUJJAREE CHAIMONGKOL, Ph.D. 117 P. 2010

The purpose of this quasi-experimental, two-group pretest-posttest research was to compare Emotional Quotient (EQ) and behaviors of preschool children between an experimental group receiving Yoga activity training program and a control group receiving usual activity of the childcare center. The sample included 29 preschool children, who were brought to receive service at child daycare centers, which were under the Royal Thai Navy in Amphur Sattahip, Chon Buri province. Simple random sampling was used to recruit and assign the sample into two groups. There were 14 children in the experimental group, and 15 children in the control group. Data were collected during April – May 2010. Research instruments consisted of the demographic questionnaires of the children and their parents, the EQ assessment for early childhood inventory, and the preschooler behavior questionnaire. Cronbach's alpha coefficient (α) of the EQ inventory was .88, and that of the behavior questionnaire was .85. Data were analyzed by using frequency, mean, range, standard deviation and independent T-test. Results revealed as follows:

1. There was not significantly different mean total score of the EQ between the experimental and the control groups after completing the Yoga activity training program ($p > .05$). However the experimental group had mean score of a subscale 'Good' significantly higher than the score of the control group ($t = 2.66, p < .05$).

2. There was not significantly different mean total score of the behaviors between the experimental and the control groups after completing the Yoga activity training program ($p > .05$). However the experimental group had mean score of a subscale 'Hyperactivity' significantly lower ($t = -2.78, p < .05$) than that of the control group, and mean score of a subscale 'Prosocial behavior' significantly higher ($t = 2.80, p < .05$) than that of the control group.

These findings suggest that pediatric nurse should apply Yoga activity training program and also extend for doing Yoga activity to promote EQ and behaviors for preschool children, especially increased 'Good' EQ, strengthened prosocial behavior and lessened hyperactivity.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ณ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
สมมติฐานของการวิจัย	5
กรอบแนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	7
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
เด็กวัยก่อนเรียน	9
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา	14
กิจกรรมโยคะ	17
ความฉลาดทางอารมณ์	24
พฤติกรรมของเด็กวัยก่อนเรียน	29
กิจกรรมโยคะกับความฉลาดทางอารมณ์ และพฤติกรรมของเด็ก	35
3 วิธีดำเนินการวิจัย	38
รูปแบบการวิจัย	38
ลักษณะประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	39
สถานที่ทำการศึกษาวิจัย	39
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	40
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	45

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย.....	46
ขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	46
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
4 ผลการวิจัย.....	52
5 สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	65
บรรณานุกรม.....	71
ภาคผนวก.....	79
ภาคผนวก ก.....	80
ภาคผนวก ข.....	98
ภาคผนวก ค.....	109
ภาคผนวก ง.....	111
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	117

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 การแปลผลคะแนนพฤติกรรมเด็ก.....	45
2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และพิสัยของข้อมูลทั่วไปของ กลุ่มตัวอย่าง	53
3 คะแนนเฉลี่ย (คะแนนที่) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของความฉลาดทางอารมณ์ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแยกตามรายด้าน และคะแนนรวม ก่อนการทดลอง.....	57
4 คะแนนเฉลี่ย (คะแนนที่) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของความฉลาดทางอารมณ์ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแยกตามรายด้าน และคะแนนรวม หลังการทดลอง.....	59
5 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลผลของพฤติกรรมกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุม แยกตามรายด้านและคะแนนรวม ก่อนการทดลอง	60
6 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลผลของพฤติกรรมกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม แยกตามรายด้านและคะแนนรวม หลังการทดลอง	61
7 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุมหลังการทดลองด้วยสถิติ Independent t-test.....	62
8 เปรียบเทียบคะแนนด้านดีของความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุมหลังการทดลองด้วยสถิติ Independent t-test.....	62
9 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Independent t-test	63
10 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมด้านไม่อยู่นิ่งระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลองด้วยสถิติ Independent t-test.....	63
11 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุมหลังการทดลองด้วยสถิติ Independent t-test.....	64

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	6
2 กระบวนการเรียนรู้ทางสติปัญญา.....	15
3 ชั้นของการเรียนรู้โดยการเลียนแบบ	16
4 รูปแบบการวิจัย	38
5 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย	49

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University