

นิพนธ์ต้นฉบับ

ผลของโปรแกรมการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติก

ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ

พุทธิพร อินทุภูติ, ส.บ.*, อีระพล สุดสวาท, ส.บ.*, ปิยะดา ภาชี, ส.บ.*,

อมรธีร์ ศรีสะอาด, พ.บ.***, พัทธจารี กระแสน, ประด.*

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติก ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ

วัสดุและวิธีการ การวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental study) โดยใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selected) ในกลุ่มเด็กออทิสติก อายุ 3-6 ปี ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 22 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามวัดระดับความสามารถการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคม วิเคราะห์ข้อมูลก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติเชิงอนุมาน ด้วยวิธีเปรียบเทียบผลภาพรวม โดย Wilcoxon Signed-Rank Test

ผล เด็กออทิสติกที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กเพิ่มขึ้นอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) และค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการเข้าสังคมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

สรุป โปรแกรมการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กของเด็กออทิสติกช่วยส่งเสริมให้เด็กออทิสติกมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

คำสำคัญ การเล่นพื้นบ้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่น ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก ทักษะทางสังคม เด็กออทิสติก

*โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล **โรงพยาบาลพนา

ติดต่อผู้นิพนธ์ email: phuthiphon.int@student.mahidol.edu

Original Articles

The effect of local wisdom folk games program on the ability to use fine motor skills and social skills of autistic children at the Special Education Center, Amnat Charoen Province

Phuthiphon Inthupooit, B.P.H, Teerapol Sudsawad, B.P.H*, Piyada Phasri, B.P.H*,
Amorntee Srisaard, M.D.***, Pattajaree Krasaesen, Ph.D.**

Abstract

Objectives To study the effects of the local wisdom folk games program on the ability to use fine motor skills and social skills of autistic children at the Special Education Center, Amnat Charoen Province.

Materials and Methods This research is a quasi experimental study using purposive sampling in 22 autistic children aged 3-6 years at Amnat Charoen Special Education Center. Data were collected using a questionnaire to measure the ability to use fine motor skills and social skills. Data were analyzed using descriptive statistics and inferential statistics by comparing the overall outcomes before and after participating in the research using the Wilcoxon Signed-Rank Test.

Results The autistic children who participated in the program had a statistically significant increase in the mean score of fine motor skills ($p < 0.01$) and a statistically significant increase in the mean score of social skills ($p < 0.01$).

Conclusion The program of traditional local wisdom folk games significantly enhances the fine motor skills and social skills of children with autism.

Keywords: Folk games, Local wisdom, Fine motor skills, Social skills, Autistic children

**Amnat Charoen Campus, Mahidol University **Phana Hospital*

Corresponding author email: phuthiphon.int@student.mahidol.edu

บทนำ

จากรายงานองค์การยูนิเซฟ ระบุว่าทั่วโลกมีเด็กพิการมากถึง 240 ล้านคน จากประชากรเด็ก 2.3 พันล้านคน หรือคิดเป็น 1 ใน 10 จากเด็กทั่วโลก¹ จากผลการสำรวจคนพิการในประเทศไทย ณ วันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2564 เด็กพิการทั้งหมดจำนวน 150,354 คน คิดเป็นร้อยละ 30.7 จากคนไทยในประเทศไทยทั้งหมด และมีแนวโน้มที่จะมีเด็กพิการเพิ่มขึ้นอีกในอนาคต² จากข้อมูลสถิติเด็กพิการ จังหวัดอำนาจเจริญ พบเด็กพิการวัยเรียน 0-21 ปี จำนวน 77 คน จากเด็กพิการทั้งหมด 16,259 คน โดยในศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ มีเด็กพิการทั้งหมดจำนวน 58 คน พบว่าเป็นเด็กอายุ 3-6 ปี มีภาวะความบกพร่องทางออทิสติกมากที่สุด จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 37.9³

เด็กอายุ 3-6 ปี จะเป็นวัยที่เด็ก ๆ จะมีการพัฒนาการด้านสังคมในด้านภาษาอย่างรวดเร็วทั้งด้านการพูดและได้เริ่มต้นเรียนรู้การอ่าน เขียน เรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมได้มาก แต่ขณะเดียวกันวัยนี้ก็เป็นช่วงวัยที่เด็กจะเริ่มมีปัญหาที่อาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในอนาคตได้หลายปัญหา หากพัฒนาการช้า พูดซ้ำ สนทนาสั้น พฤติกรรมดื้อรั้น ก้าวร้าว และพัฒนาการทางสังคมยังต้องโยงไปถึงความสัมพันธ์กับการใช้กล้ามเนื้อเล็กของเด็กวัย 3-6 ขวบ ได้แก่ กล้ามเนื้อนิ้วมือ

และกล้ามเนื้อตา กล้ามเนื้อทั้งสองส่วนมีความเกี่ยวข้องกับความสามารถในการเขียนของเด็ก เนื่องจากกล้ามเนื้อมัดเล็กเป็นกล้ามเนื้อที่ใช้ในการหยิบจับสิ่งของ เช่น ตุ๊กตาและของเล่น การดึง การกด หยอดบล็อก ตลอดจนการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน เด็กที่มีสายตาดูจะเพียวมอง ค้นหาสำรวจสิ่งต่าง ๆ ด้วยความอยากรู้อยากเห็นเมื่อพบสิ่งของที่น่าสนใจ เด็กจะหยิบจับสิ่งนั้นการใช้ตาดูสิ่งของและจับสิ่งนั้น ได้เป็นความสามารถในการใช้ ประสาทตาและประสาทนิ้วมืออย่างประสานสัมพันธ์ รวมไปถึงการพัฒนาทักษะทางสังคม เป็นต้น กล่าวสรุป คือ การที่เด็กวัยนี้จะมีพัฒนาการทางสังคมที่เหมาะสมได้ก็ต้องมีความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจรวมถึงสภาพแวดล้อมรอบตัวด้วย⁴ สำหรับศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ พบเด็กออทิสติกทั้งหมด 22 คน อายุ 3-6 ปี เพศชายจำนวน 13 คน และเพศหญิง 9 คน ซึ่งส่วนใหญ่มีปัญหาที่ทำให้เกิดความบกพร่องทางด้านพัฒนาการการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กในการหยิบจับสิ่งของและการเข้าสังคม³

เด็กออทิสติกมีปัญหาการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก และทักษะทางสังคมส่วนมากมักจะแสดงความยากลำบากในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น สิ่งของหลุดมือและตกได้ง่าย การหยิบจับวัตถุชิ้นเล็ก ๆ ไม่ค่อยคล่องแคล่วหรือไม่สามารถหยิบจับได้ด้วยตนเอง เป็นต้น และอาจส่งผลในด้านการเรียนรู้ คือ การจับดินสอเพื่อเขียน การใช้

กรรไกรในการตัด มีการแสดงอาการเมื่อยล้ามือได้ง่าย ซึ่งนำไปสู่การปฏิเสธการทำงานกิจวัตรประจำวันและกิจกรรมอื่น ๆ⁵ นอกจากนี้มักจะขาดทักษะเข้าสังคมส่งผลให้เด็กเหล่านั้นรู้สึกแปลกแยกจากคนอื่น ๆ ร้อยละ 43.5 สูญเสียความมั่นใจในตนเอง ร้อยละ 36.2 ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของตัวเด็กรวมถึงผลกระทบด้านการเจริญเติบโต ร้อยละ 20.4⁶

จึงเห็นได้ว่าความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก และทักษะทางสังคมจำเป็นต่อการทำงานสอดคล้องกัน ดังนั้นปัญหาเกี่ยวกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก และการขาดทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวหน่วยงานภาครัฐบาลต่าง ๆ หากปราศจากการช่วยเหลือแล้วเด็กอาจไม่สามารถพัฒนาหรืออาจพัฒนาได้แต่เป็นลักษณะที่ล่าช้าและกลายเป็นภาระต่อครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ซึ่งมีงานวิจัยที่ได้นำปัญหาเหล่านี้ออกแบบโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะทางสังคมและการเคลื่อนไหวพร้อมทั้งบูรณาการให้เหมาะสมกับท้องถิ่น ได้แก่ การศึกษาของณัฐนรี บุบผศิริ⁷ ที่ศึกษาพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ สำหรับเด็กออทิสติกอายุ 8-10 ปี ที่มีพัฒนาการในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กที่ล่าช้าและเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กหลังจากการจัดกิจกรรมแผนการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ 16 แผน ระยะเวลาสัปดาห์ละ 2 วัน วันละ

1 ชั่วโมง รวมระยะเวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่าเด็กออทิสติกที่ได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์มีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กโดยรวมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และการศึกษาของปริญทร์ นิติธรรมานุสรณ์⁸ ที่ศึกษาการพัฒนาทักษะทางสังคมใช้แบบแผนวิจัยการวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน แบ่งเป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นวางแผน ขั้นปฏิบัติ ขั้นสังเกตผล และขั้นการสะท้อนผล เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผลการวิจัยทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกจากการประเมินด้วยแบบสังเกตทักษะทางสังคมภายหลังได้รับการสอนด้วยเกมกระดานร่วมกับการชี้แนะสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการสอนด้วยเกมกระดานร่วมกับการชี้แนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นอกจากนี้ยังมี การศึกษาของธนวัฒน์ ปากหวาน⁹ ที่ศึกษาการบูรณาการกิจกรรมเข้ากับการละเล่นพื้นบ้านโดยได้ทำการศึกษาผ่านชุดกิจกรรมบูรณาการผ่านการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญา ต่อการพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกของศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดมุกดาหาร ในงานวิจัยฉบับนี้จะมุ่งเน้นไปที่การละเล่นพื้นบ้านซึ่งกิจกรรมที่มีคุณค่าแก่เด็กสามารถสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลินช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่ดี ให้เด็กรู้จักการใช้เหตุและผลรู้จักการแบ่งปัน การอยู่ร่วมกับผู้อื่น ทักษะการคิดที่มีเหตุผลและตรรกะ ทักษะการใช้ภาษา ทักษะ

การแก้ปัญหา เป็นต้น และยังเป็นการสืบทอดความเป็นไทยมาตั้งแต่สมัยบรรพบุรุษด้วย ผลการวิจัยพบว่า เด็กออทิสติกของศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดมุกดาหาร ที่ได้รับการสอนด้วยชุดกิจกรรมบูรณาการผ่านการเล่นที่บ้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่นมีทักษะทางสังคมสูงขึ้น ทุกคนมีคะแนนสูงกว่าก่อนได้รับการสอนจึงเป็นงานวิจัยที่เป็นที่ยอมรับ เครื่องมือหลักที่กระทรวงสาธารณสุขใช้ในการเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย ตั้งแต่ปี 2558 จนถึงปัจจุบันเพื่อเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัย และเป็นแนวทางสำคัญสำหรับครอบครัว คือ คู่มือการเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการเด็ก (Developmental Surveillance and Promotion Manual: DSPM) คู่มือดังกล่าวมีบทบาทสำคัญในการให้แนวทางการดูแลและการตรวจคัดกรองพัฒนาการตามวัยที่เป็นมาตรฐาน นอกจากนี้ DSPM ยังทำหน้าที่เป็นเครื่องมือสำหรับหน่วยงาน ในการติดตามเฝ้าระวังพัฒนาการเด็กในระดับพื้นที่ และมีประสิทธิภาพในการ ค้นหาเด็กที่มีพัฒนาการสงสัยล่าช้า เพื่อการเข้าถึงการส่งเสริมและการช่วยเหลือที่เหมาะสมต่อไป^{10,11}

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นถึงการเล่นที่บ้านมีส่วนช่วยในด้านการพัฒนาการในเด็กออทิสติกได้ ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญและได้นำมาประยุกต์ใช้ในการเล่นที่บ้านในบริบทของจังหวัดอำนาจเจริญ เพื่อมาพัฒนาความสามารถใน

การเคลื่อนไหวและทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกในจังหวัดอำนาจเจริญ จัดโปรแกรมกิจกรรมทั้งหมด 7 กิจกรรม ได้แก่ 1+2) กิจกรรมทำแบบสอบถามก่อนและหลัง 3) กิจกรรมเบาสมองเป็นการเขียนเลียนแบบและตัดกระดาษ 4) กิจกรรมจิ๊กซอว์หรรษาเป็นกิจกรรมให้เด็กประกอบชิ้นส่วนภาพที่ถูกตัดออกเป็น 3 ชิ้น ให้เป็น 1 รูป 5) กิจกรรมแมวย่องเหยาะกับรูปทรงต่าง ๆ เป็นกิจกรรมที่ให้หยิบสิ่งของรูปทรงต่าง ๆ ขึ้น แล้วทายว่ารูปสิ่งของเป็นอะไรและมีรูปทรงอะไร 6) กิจกรรมอีดักเป็นกิจกรรมที่ใช้มือหรือภาชนะ ตักขึ้นมาทีละ 1 ชิ้น โดยระหว่างตักขึ้นต้องไม่ไปโดนภาชนะอื่น ๆ และ 7) กิจกรรมมอญซ่อนผ้าใส่เสื้อผ้า โดยใน 7 กิจกรรม ประกอบไปด้วย 3 การละเล่น ได้แก่ แมวย่องเหยาะกับรูปทรงต่าง ๆ การละเล่นอีดัก และการละเล่นมอญซ่อนผ้าและใส่เสื้อผ้า กิจกรรมที่กล่าวไปข้างต้นเป็นกิจกรรมและการละเล่นที่ใช้ส่วนของกล้ามเนื้อตั้งแต่ข้อมือ ฝ่ามือ นิ้วมือทุกนิ้ว ที่สามารถส่งเสริมพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็กและการละเล่นนี้ยังส่งเสริมทักษะทางสังคมได้ โดยมีพฤติกรรมที่ติดมากขึ้น เด็กได้เรียนรู้การเล่นร่วมกัน การผลัดกันเล่น การแพ้ชนะ การแบ่งปัน การเข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเอง และการเลือกใช้วิธีในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ดีขึ้น การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเล่นที่บ้านภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก

และทักษะทางสังคมสำหรับเด็กออทิสติก ในศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัด อานาจเจริญ

วัสดุและวิธีการ

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัย กึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Study) แบบกลุ่มเดียววัด ผลก่อนและหลัง การทดลอง การวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการ รับรองจากคณะกรรมการพิจารณา จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จังหวัด อานาจเจริญ (เลขหนังสือ 26 /2567) เมื่อ วันที่ 23 กรกฎาคม 2567

กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กออทิสติกอายุ 3-6 ปี ที่ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัด อานาจเจริญทั้งหมด 22 คน โดยการเลือก แบบเจาะจง (Purposive Selected)

เกณฑ์การคัดเลือกสำหรับเด็ก

1) เป็นเด็กที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นเด็กที่มีความผิดปกติเป็นออทิสติก 2) เด็กที่ ผู้ปกครองยินยอมให้เข้าร่วมวิจัย 3) เด็ก สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดตามแผน ของโปรแกรม สำหรับผู้ปกครองหรือผู้ดูแล 1) ผู้ปกครอง หรือผู้ดูแลสามารถอ่านออก เขียนภาษาไทยได้ 2) ผู้ปกครอง หรือผู้ดูแล สามารถติดตามและสังเกตพฤติกรรมของเด็ก ในระหว่างอยู่ที่บ้านได้ 3) ผู้ปกครอง หรือ ผู้ดูแลมีความใกล้ชิดกับเด็กและเป็นผู้ดูแล อย่างน้อยวันละ 4 ชั่วโมงขึ้นไป

เกณฑ์การคัดออก สำหรับเด็ก

1) เด็กที่มีร่างกายอ่อนแอและเสี่ยงต่อการ เกิดการบาดเจ็บได้ง่าย 2) เด็กออทิสติก ที่มี

โรคประจำตัวที่ไม่สามารถเข้าร่วมวิจัยได้ สำหรับผู้ปกครอง 1) ผู้ปกครองหรือผู้ดูแล ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดทั้ง โปรแกรม 2) ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลไม่ได้ อาศัยอยู่ในจังหวัดอานาจเจริญ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

1) เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

1.1 แบบสอบถามคุณลักษณะส่วนบุคคลของเด็ก ประกอบด้วย อายุและเพศ

1.2 คุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้ปกครองหรือผู้ดูแล ประกอบด้วย อายุ เพศ ความสัมพันธ์กับเด็ก อาชีพ ความ เพียงพอ ของรายได้ และการได้รับข้อมูล ข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลเด็ก

2) เครื่องมือดำเนินการทดลอง ประกอบด้วย โปรแกรมการละเล่นพื้นบ้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อความสามารถในการใช้ กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมของ เด็กออทิสติก ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำ จังหวัดอานาจเจริญ ระยะเวลาดำเนินการ กิจกรรมละ 1 ชั่วโมง โดยจัดกิจกรรม จำนวน 12 สัปดาห์ ทำกิจกรรมสัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันอังคารและวันพุธ เริ่มกิจกรรม ตั้งแต่ 13 สิงหาคม 2567 จนถึง 30 ตุลาคม 2567 โดยแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม แต่ละ กลุ่มมีเด็กประมาณ 7-8 คน เด็ก 1 คน จะเข้าร่วมกิจกรรมอย่างน้อย 10 สัปดาห์ ในกิจกรรมทั้ง 7 กิจกรรม เด็กจะต้องเข้าร่วมอย่างน้อย 2 ครั้ง

กิจกรรมครั้งที่ 1 “ทำแบบสอบถามก่อนเข้าร่วมโปรแกรม” ผู้วิจัยแนะนำตัวเองกับกลุ่ม ตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูลขอความร่วมมือในการทำวิจัย และเก็บแบบสอบถามก่อนเข้าร่วมโปรแกรมเพื่อประเมินผลความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก และประเมินทักษะทางสังคมก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 2 “กิจกรรมเบาสมอง” เป็นกิจกรรมเขียนเลียนแบบรูปภาพและตัดกระดาษ เพื่อฝึกการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมในการโต้ตอบพูดคุย ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 3 “กิจกรรมจิกซอร์หรรษา” เป็นกิจกรรมให้เด็กประกอบชิ้นส่วนภาพที่ถูกตัดออกเป็น 3 ชิ้น ให้เป็น 1 รูป เพื่อฝึกการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กในการหยิบจับสิ่งของ และแก้ไขปัญหาฝึกการช่วยเหลือตนเองในการหยิบจับและฝึกทักษะทางสังคมด้านการโต้ตอบพูดคุย ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 4 “กิจกรรมแมว योगเหยาะ กับรูปทรงต่าง ๆ” เป็นกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่ให้หยิบสิ่งของรูปทรงต่าง ๆ ขึ้นแล้วทายว่ารูปสิ่งของเป็นอะไร มีรูปทรงอะไร เพื่อฝึกการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กในการหยิบจับสิ่งของ ฝึกการช่วยเหลือตนเองในการหยิบจับและฝึกทักษะทางสังคม ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 5 “กิจกรรมอีตัก” เป็นกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีोटักสิ่งของตักขึ้นมาทีละ 1 ชิ้น โดยระหว่างตักขึ้นจะต้องไม่ไปโดนสิ่งของอื่น ๆ เพื่อฝึกการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กในการตักสิ่งของ ฝึกการช่วยเหลือตนเองในการหยิบจับและฝึกทักษะทางสังคมด้านการโต้ตอบพูดคุย ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 6 “กิจกรรมมอยซ่อนผ้าและใส่เสื้อผ้า” เป็นกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านมอยซ่อนผ้าจะมีการให้ใส่เสื้อผ้าง่อนจะเล่นมอยซ่อนผ้า เมื่อฝึกใส่เสื้อผ้าเสร็จจะเริ่มเล่นมอยซ่อนผ้าโดยให้เด็กนั่งเป็นวงกลม ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็กและส่งเสริมทักษะทางสังคมเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น การควบคุมตนเอง ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 7 “ทำแบบสอบถามหลังเข้าร่วมโปรแกรม” เก็บแบบสอบถามหลังเข้าร่วมโปรแกรม ประเมินผลความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและประเมินทักษะทางสังคมหลังเข้าร่วมโปรแกรม และมอบของรางวัลให้เด็ก ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

3) เครื่องมือกำกับการทดลองโดยประกอบด้วย

3.1 แบบประเมินความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคม เป็นแบบสังเกตสำหรับเด็กออทิสติกใช้สังเกตพฤติกรรมของเด็กและให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดที่ผู้วิจัย พัฒนาขึ้นเพื่อใช้ประเมินความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อ

มัดเล็กและทักษะทางสังคม โดยผู้วิจัยปรับปรุงจาก แบบประเมิน DSPM และตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและหาความตรงของเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญ ด้านการส่งเสริมสุขภาพและงานสาธารณสุข มีผลงานวิจัยเกี่ยวกับเด็กปฐมวัย และครูชำนาญการพิเศษ ผู้ดูแลและทำการสอนเด็กพิเศษ นอกจากนี้ เครื่องมือประเมิน DSPM ยังได้รับการพิจารณาจากกุมารแพทย์ โรงพยาบาลอำนาจเจริญ ได้ค่า IOC (Index of Item-Objective Congruence) เท่ากับ 1.0 ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's Coefficient Alpha) ซึ่งค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ 0.8 ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ สำเร็จรูปในการวิเคราะห์ สถิติ ดังนี้ 1). สถิติเชิงพรรณนาใช้ในการอธิบายข้อมูลเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าร้อยละ 2) สถิติเชิงอนุมาน ใช้เปรียบเทียบความแตกต่างค่ามัธยฐานความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก และคะแนนทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกก่อนและหลังได้เข้าร่วมวิจัยโดยใช้สถิติ Wilcoxon Signed-Rank Test

ผล

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างเด็กออทิสติก ในศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 22 คน มีอัตราตอบกลับคิดเป็นร้อยละ 100 พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 15 คน ร้อยละ 68.1 มีอายุ 5 ปี เป็นจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 45.5

ข้อมูลทั่วไปของผู้ปกครองหรือผู้ดูแล พบว่า ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลของเด็กออทิสติกส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 17 คน ร้อยละ 77.3 มีอายุน้อยกว่า 40 ปี และอายุ 40-51 ปี จำนวนมากที่สุด สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้ปกครอง ส่วนใหญ่เป็น มารดา จำนวน 14 คน ร้อยละ 63.6 รองลงมาคือ เป็นบิดา จำนวน 3 คน ร้อยละ 13.6 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร จำนวน 7 คน ร้อยละ 31.8 ผู้ปกครองหรือผู้ดูแล ส่วนใหญ่มีรายได้พอใช้ จำนวน 14 คน ร้อยละ 63.6 และได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลเด็กผ่านทางโซเชียลมีเดีย จำนวน 20 คน ร้อยละ 90.9 และรองลงมาผ่านทางสื่อโทรทัศน์ จำนวน 17 คน ร้อยละ 77.3 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 1 จำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานข้อมูลทั่วไปของเด็กออทิสติก (n=22)

ข้อมูลส่วนบุคคลของเด็ก	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	15	68.1
หญิง	7	31.8
อายุ (เฉลี่ย 5 ปี SD = 0.9)		
อายุ 3 ปี	3	13.6
อายุ 4 ปี	3	13.6
อายุ 5 ปี	10	45.5
อายุ 6 ปี	6	27.3

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้ปกครองหรือผู้ดูแล (n=22)

ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ปกครอง	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	17	77.3
ชาย	5	22.8
อายุ (เฉลี่ย 42 ปี SD = 10.2)		
น้อยกว่า 40 ปี	10	45.5
40-51 ปี	10	45.5
มากกว่า 51 ปี	2	9.1
ความสัมพันธ์ระหว่างเด็กและผู้ปกครอง		
มารดา	14	63.6
บิดา	3	13.6
ตา/ปู่	2	9.1
ยาย/ย่า	2	9.1
อื่น ๆ	1	4.6

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้ปกครองหรือผู้ดูแล (n=22) (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ปกครอง	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพ		
เกษตรกร	7	31.8
รับจ้างทั่วไป	6	27.3
ข้าราชการ	4	18.2
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	3	13.6
รัฐวิสาหกิจ	1	4.6
ไม่ได้ทำงาน หรือทำงานบ้าน	1	4.6
ความเพียงพอของรายได้		
พอใช้	14	63.6
ไม่พอใช้จ่ายและมีหนี้สิน	8	36.4
การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลเด็ก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
โซเชียลมีเดีย (ทวิตเตอร์/เฟซบุ๊ก/ติ๊กต็อก)	20	90.9
สื่อโทรทัศน์	17	77.3
เว็บไซต์	14	63.6
โปสเตอร์/แผ่นประกาศ/แผ่นพับ/ใบปลิว	4	18.2
อื่น ๆ	3	13.6
สื่อหนังสือพิมพ์/วารสาร	1	4.6

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบความสามารถใช้กล้ามเนื้อเล็กของเด็กออทิสติก ในศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้ Wilcoxon Signed-Rank Test พบว่า ค่า z มีค่าเท่ากับ -4.244 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

เมื่อเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติก ในศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้ Wilcoxon Signed-Rank Test พบว่า ค่า z มีค่าเท่ากับ -4.158 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบระดับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก (small muscles) และทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม

ผลลัพธ์	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม ค่าเฉลี่ย (SD)	หลังเข้าร่วม โปรแกรม ค่าเฉลี่ย (SD)	Z	P-value
ความสามารถในการใช้ กล้ามเนื้อมัดเล็ก (small muscles)	1.27 (0.46)	2.68 (0.48)	-4.244	<.01*
ทักษะทางสังคม (Social)	1.41 (0.50)	2.73 (0.46)	-4.158	<.01*

Wilcoxon Signed-Rank Test

วิจารณ์

การใช้โปรแกรมการเล่นพื้นบ้าน
ภูมิปัญญา ท้องถิ่น ต่อความสามารถ
ในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทาง
สังคมของเด็กออทิสติก ตามโปรแกรม แต่ละ
กิจกรรมมีการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก คือ
นิ้วมือ ข้อมือ ฝ่ามือ เป็นเวลาต่อเนื่อง
1 ชั่วโมง เด็กได้บริหารกล้ามเนื้อและพัฒนา
ทักษะโดยผ่านกิจกรรม ต่าง ๆ จะเห็นได้ว่า
เมื่อเด็กออทิสติกปฏิบัติจริงชัดเจนตาม
กิจกรรมและระยะเวลาที่ตั้งไว้ พบว่า
ภายหลังการใช้โปรแกรมการเล่นพื้นบ้าน
ภูมิปัญญา ท้องถิ่น เด็กออทิสติกมีทักษะ
การใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคม
ที่ดีมากขึ้น จากการสังเกตขณะเด็กเข้าร่วม
กิจกรรมโดยครูผู้ดูแลและผู้วิจัย และใช้แบบ
ประเมินพฤติกรรมรายสัปดาห์

ผลการวิจัยครั้งนี้ สอดคล้องกับ
การศึกษาของ ทิพย์วรา คล้อยตามวงศ์
และคณะ¹² ที่ศึกษาผลการพัฒนากล้ามเนื้อ
มัดเล็กของเด็กออทิสติกด้วยกิจกรรมทาง

คหกรรมศาสตร์ประยุกต์กับภูมิปัญญา
พื้นบ้าน ผลการวิจัย พบว่า กิจกรรมทาง
คหกรรมศาสตร์ประยุกต์กับภูมิปัญญา
พื้นบ้าน สามารถพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก
ของเด็กออทิสติกได้ในส่วนของนิ้วมือ ฝ่ามือ
และข้อมือให้ดีขึ้น และยังสอดคล้องกับ
การศึกษาของ ธนวัฒน์ ปากหวาน⁹ ที่ได้
ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมบูรณาการ
ผ่านการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาต่อการ
พัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติก
และเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
ผลการวิจัยพบว่า เด็กออทิสติกและเด็ก
ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่ได้รับ
การสอนด้วยชุดกิจกรรมบูรณาการผ่าน
การเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญา มีคะแนนทักษะ
ทางสังคมที่สูงและดีขึ้น เช่น การตอบโต้
การเล่นร่วมกันกับคนอื่น นอกจากนี้
การใช้คู่มือ DSPM มาทำกับการส่งเสริม
พัฒนาการและเป็นแนวทางให้กับผู้ปกครอง
หรือผู้ดูแล เป็นปัจจัยสนับสนุนให้เด็ก
มีพัฒนาการสมวัยมากขึ้น สอดคล้องกับ

การวิจัยของสุพัตรา บุญเยี่ยม¹³ ที่ทำการศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยโดยการประยุกต์ใช้เครื่องมือ DSPM และ Denver II พบว่าเด็กปฐมวัยกลุ่มทดลองมีพัฒนาการสมวัยเพิ่มขึ้น

การใช้โปรแกรมการละเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญา ท้องถิ่นเป็นการนำกิจกรรมพื้นบ้านมาประยุกต์กับกิจกรรมการเรียนรู้ การสอนที่มีผลต่อการเรียนรู้ และพัฒนากล้ามเนื้อของเด็กออทิสติก ซึ่งภายในแต่ละกิจกรรมสามารถพัฒนาส่งเสริมทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติก ไปพร้อมควบคู่กันได้และยังช่วยในการทำงานประสานสัมพันธ์ของระบบต่าง ๆ ในร่างกายได้อีกด้วย เมื่อดำเนินการจนครบโปรแกรม ผลคือทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกดีขึ้นมากอย่างเห็นได้ชัดและทำให้เด็กใช้ชีวิตประจำวันในสังคมได้อย่างเหมาะสม

สรุป

โปรแกรมการละเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติก เพิ่มทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติก ให้เพิ่มสูงขึ้น เด็กออทิสติกมีการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก คือ นิ้วมือ ฝ่ามือ ข้อมือ ได้คล่องตัวมากขึ้น และมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นดีมากขึ้นสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่าง

เหมาะสม โปรแกรมดังกล่าวเป็นการประยุกต์การเล่นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีกระบวนการวางแผน รูปแบบและเวลาในการทำกิจกรรมที่ชัดเจน มีกิจกรรมและอุปกรณ์ที่หาได้ในครัวเรือน เหมาะสำหรับผู้ดูแลในการจัดกิจกรรมเพื่อดูแลลูกหลานของตน นอกจากนี้การบันทึกและการประเมินผลอย่างต่อเนื่อง ทำให้ผู้ดูแลสามารถส่งเสริมและติดตามพัฒนาการให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีขึ้นสมวัยตามเกณฑ์ได้

อย่างไรก็ตามงานวิจัยนี้ยังมีข้อจำกัดในเรื่องของเวลาที่ดำเนินการวิจัยซึ่งอาจไม่สะท้อนผลลัพธ์ระยะยาวของการสร้างพัฒนาการของเด็กในด้านอื่น ๆ เพิ่มขึ้น และบางครั้งผู้ปกครองหรือผู้ดูแลก็ไม่มีเวลาในการเสริมสร้างพัฒนาการตามคู่มือหรือโปรแกรมนอกเวลาหรือขณะที่เด็กอยู่ที่บ้านได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป 1) ควรขยายระยะเวลาในการศึกษาเพิ่มขึ้น เพื่อผลการศึกษาที่ชัดเจนและยืนยันประสิทธิภาพของรูปแบบโปรแกรมที่ใช้ 2) ควรนำโปรแกรมไปทดลองใช้ทำกับเด็กออทิสติกที่หลากหลายช่วงวัยมากขึ้น 3) ควรมีการนำกิจกรรมบูรณาการผ่านการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้ไปทดลองใช้กับศูนย์การศึกษาพิเศษอื่นในระดับเดียวกัน เพื่อจะได้สรุปผลการวิจัยที่กว้างขวางและดีมากขึ้น 4) ควรส่งเสริมผู้ดูแลเด็กปฐมวัยและผู้ปกครองใช้การละเล่นพื้นบ้านและคู่มือ DSPM และสร้างความตระหนักถึงความสำคัญและ

ประโยชน์ของการเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างจริงจัง เพื่อกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลบุตรหลานอย่างต่อเนื่อง

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณอาจารย์หลักสูตร สาธารณสุข ศาสตรบัณฑิต โครงการจัดตั้งวิทยาเขตอำนาจเจริญ มหาวิทยาลัยมหิดล และนางมุกดาร์ศรี พัทธเสียร ที่กรุณาให้คำปรึกษาตลอดการวิจัย และขอขอบคุณโรงพยาบาลพนา ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญที่เอื้อเฟื้อข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

1. UNICEF. ตัวเลขจากรายงานยูนิเซฟพบว่าเด็ก 1 ใน 10 คนทั่วโลกใช้ชีวิตอยู่กับความพิการ และมีแนวโน้มสูงที่จะไม่ได้เข้าโรงเรียน [อินเทอร์เน็ต]. 2021 [อ้างถึง 2567 ก.พ. 28]. สืบค้นจาก: <https://www.sdgmove.com/2021/12/03/unicef-report-240-million-children-with-disabilities-globally/>
2. กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ. รายงานข้อมูลสถานการณ์ด้านคนพิการในประเทศไทย ประจำปี 2565 ไตรมาสที่ 1 [อินเทอร์เน็ต]. 2564 [อ้างถึง 2567 ก.พ. 10]. สืบค้นจาก: <https://opendata.nesdc.go.th/dataset/situation-report-on-dep>
3. ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ. การประชุมรายงานประเภทความพิการ ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ 2567. อำนาจเจริญ: ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดอำนาจเจริญ; 2567. หน้า 1-2.
4. จิราพัชร นิลแย้ม. ทักษะทางสังคมฝึกได้ เริ่มต้นง่าย ๆ ที่บ้าน [อินเทอร์เน็ต]. 2564 [อ้างถึง 2567 ก.พ. 10]. สืบค้นจาก: https://www.manarom.com/blog/social_skills.html
5. สรลยา งามจิตวงศ์สกุล. บำบัดง่ายๆ ด้วยกายภาพ: เตรียมกล้ามเนื้อมัดเล็กให้พร้อมก่อนเข้าเรียน [อินเทอร์เน็ต]. 2564 [อ้างถึง 2567 ก.พ. 10]. สืบค้นจาก: <https://www.thaibps.or.th/program/KonSuRoak/watch/AXlZnY>
6. จารุวรรณ ก้านศรี, ชุตินา มาลัย, ปริญดา ศรีธราพิพัฒน์, นภัสสร ยอดทองดี, ศศิวิมล บุรณะเรช. ผลของโปรแกรมการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อการพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ. วารสารวิจัยสุขภาพและการพยาบาล. 2564;37(2): 1-11.
7. ญัฐนรี บุปผศิริ. การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็กสำหรับเด็กที่มีภาวะออทิซึม [วิทยานิพนธ์]. นครนายก: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ; 2564.

8. ปุรินทร์ นิติธรรมานุสรณ์. การพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กออทิสติกโดยใช้เกมกระดาน [วิทยานิพนธ์]. นครนายก: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ; 2562.
9. ธนวัฒน์ ปากหวาน. ผลการใช้ชุดกิจกรรมบูรณาการผ่านการเล่นพื้นบ้านภูมิปัญญาต่อการพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาของศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดมุกดาหาร. วารสารครูสภา. 2564;2(1):1-12.
10. วิภา วงศ์เมฆ, ปาณิสรา สิทธินาม. การประเมินโครงการส่งเสริมพัฒนาการเด็กเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เนื่องในโอกาสฉลองพระชนมายุ 5 รอบ 2 เมษายน 2558 เขตสุขภาพที่ 6. วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม. 2566;46(4):68-83.
11. สิทธิพงศ์ ปาปะกัง. บทบาทของผู้ปกครองในการประเมินพัฒนาการเด็กตามคู่มือ DSPM. วารสารโรงพยาบาลมหาสารคาม. 2565;19(2): 176-85.
12. ทิพย์วรา คล้อยตามวงศ์, อังคณา ขันตรีจิตรานนท์, นฤมล ศราธพันธุ์. การพัฒนาทักษะกล้ามเนื้อมัดเล็กของเด็กออทิสติกด้วยกิจกรรมทางคหกรรมศาสตร์. วารสารศึกษา ศาสตร์ปริทัศน์. 2564;36(3):1-10.
13. สุพัตรา บุญเยี่ยม. ประสิทธิภาพของโปรแกรมประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย. วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม. 2566; 46(4):112 122