

วินัยในตนเอง: สร้างได้ในวัยอนุบาล

Self-discipline: Possible to Inculcate in Kindergarten Age

อรุณี ทรดาล*

Arunee.hor@stou.ac.th

บทคัดย่อ

วินัยในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของทักษะชีวิตที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตประจำวันและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข การปลูกฝังและสร้างเสริมให้บุคคลมีวินัยในตนเอง ควรเริ่มตั้งแต่วัยอนุบาล เนื่องจากเป็นวัยที่เป็นพื้นฐานทางบุคลิกภาพเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ การศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง จะช่วยให้ครูปฐมวัยซึ่งเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาวินัยในตนเองให้แก่เด็กอนุบาลต่อจากพ่อแม่ผู้ปกครอง สามารถกำหนดหลักการและแนวทางในการพัฒนาวินัยในตนเองให้แก่เด็กได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมกับวัย ด้วยการเป็นตัวแบบที่ดีให้เด็กได้เลียนแบบ จัดประสบการณ์ให้เด็กได้ฝึกปฏิบัติจริงจากกิจวัตรประจำวันอย่างต่อเนื่องจนเกิดความเคยชินซึมซับเป็นส่วนหนึ่งของลักษณะนิสัย และให้การอบรมดูแลเด็กอย่างใกล้ชิดด้วยความรัก ความอบอุ่น ความเข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคลของเด็ก โดยยึดหลักการยอมรับนับถือและเสริมภาพในการให้เด็กควบคุมและกำกับตนเอง รวมตลอดถึงการจัดสภาพแวดล้อมที่สะอาด สวยงาม และปลอดภัย จัดเก็บสื่อและอุปกรณ์ของใช้ให้เป็นหมวดหมู่ที่จะเอื้อให้เด็กสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง

คำสำคัญ : วินัยในตนเอง วัยอนุบาล

Abstract

Self-discipline is a component of life skills that is very important to daily life living and happy living in the society. The inculcation of self-discipline should start in the kindergarten age because this is the foundation age for formulation of adult personality. The study of concepts and theories of self-discipline will enable early childhood education teachers who have important roles, after the parents, in inculcating self-discipline in preschool children to determine principles and approaches for development of self-discipline appropriate and relevant to their age. The early childhood education teachers should conduct themselves as good models for the children

*รองศาสตราจารย์ ดร. แชนงวิชาหลักสูตรและการสอน สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

to imitate and follow. They should provide learning experiences from daily routine activities that enable the children to practice in real situations on a continuous basis until they are accustomed to them and absorb them as a part of their habits.

They should closely train and take care of the children with love, warmth, and understanding of individual difference based on the principle of acceptance and respect and the principle of giving them the freedom for self-control and self-regulation. Also, they should arrange the clean, safe and pleasant learning environment including the orderly arrangement of learning media and equipment that will facilitate and enable the children to engage in activities by themselves.

Keywords : self-discipline, kindergarten age

บทนำ

ปัญหาและความวุ่นวายที่เกิดขึ้นในสังคมทุกวันนี้ส่วนหนึ่งมีสาเหตุมาจากการขาดวินัยในตนเองของคนที่ไม่เคารพและทำตามกฎเกณฑ์กติกา ฝ่าฝืนระเบียบ ข้อตกลงหรือแม้แต่กฎหมาย จนส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมตั้งแต่ทำให้เสียเวลา เสียอารมณ์ มีปากเสียงทะเลาะวิวาท หรือการใช้กำลังความรุนแรงต่อกัน เกิดความเสียหายต่อทรัพย์สินเงินทองไปจนถึงการบาดเจ็บและเสียชีวิตทั้งของตนเองและบุคคลอื่น ดังนั้น การสร้างวินัยในตนเองให้แก่คนในสังคมจึงเป็นเรื่องสำคัญที่ทุกฝ่ายต้องร่วมมือกันปรับเปลี่ยนคนไทยให้มีวินัยเพื่อความสงบสุขของการอยู่ร่วมกันในสังคมและปลงล้างคำกล่าวที่ว่า “ทำตามใจได้ คือ ไทยแท้”

ในการพัฒนาให้คนในสังคมมีวินัยในตนเองต้องเริ่มตั้งแต่วัยอนุบาล เพราะเป็นช่วงวัยแห่งการเรียนรู้ที่เด็กมีความกระตือรือร้น ออยากรู้อยากเห็น และเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่ เด็กวัยนี้สามารถซึมซับและเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว เป็นวัยที่กำลังพัฒนาเรื่องการจัดระเบียบตนเอง (self-regulation) ซึ่งเป็นความสามารถในการปรับและจัดการควบคุมตนเองทั้งด้านการใช้อวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย การควบคุมและจัดการอารมณ์ให้สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ รวมทั้งการปรับตัวให้สามารถทำงานร่วม

กับเพื่อนได้อย่างราบรื่น ไม่มีปัญหาทะเลาะเบาะแว้งหรือใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา ที่สำคัญเด็กวัยนี้เป็นพื้นฐานในการพัฒนาบุคลิกภาพเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ต่อไปในอนาคต ด้วยเหตุนี้ รัฐบาลชุดปัจจุบันจึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาวินัยให้แก่เด็กปฐมวัย โดยบัญญัติไว้เป็นครั้งแรกในรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย มาตรา 54 วรรคสอง ว่า “รัฐต้องดำเนินการให้เด็กเล็กได้รับการดูแล...เพื่อพัฒนาร่างกาย จิตใจ วินัย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาให้สมกับวัย โดยส่งเสริมและสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและภาคเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการด้วย” และยังได้เน้นย้ำในมาตรา 258 จ. (1) ความว่า “กำหนดให้สามารถดำเนินการให้เด็กเล็กได้รับการดูแลและพัฒนา...เพื่อให้เด็กเล็กได้รับการพัฒนาร่างกาย จิตใจ วินัย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาให้สมกับวัยโดยไม่เก็บค่าใช้จ่าย” (คณะกรรมการขับเคลื่อนการปฏิรูปประเทศด้านการศึกษา สภาขับเคลื่อนการปฏิรูปประเทศ, 2560: 1)

ความหมายของวินัยในตนเอง

คำที่เกี่ยวข้องกับวินัยที่คนส่วนมากคุ้นเคยคือคำว่า วินัยหรือระเบียบวินัย” และ “วินัยในตนเอง” คำสองคำนี้มีความหมายใกล้เคียงกันและมีความซ้ำซ้อนกันอยู่ในบางส่วน จึงทำให้หลายคนมีความสับสนถึงความ

หมายที่ถูกต้องของคำดังกล่าว ขณะที่บางคนใช้คำสองคำนี้ในความหมายเดียวกัน

คำว่า “วินัยหรือระเบียบวินัย” มาจากภาษาสันสกฤตว่า “วินย.” แปลว่า การฝึกฝนหรือการฝึกหัด (วัชร ฐธธรรม 2528: 927) ในภาษาอังกฤษใช้คำว่า “discipline” มีรากศัพท์มาจากภาษาลาตินว่า “disciple” แปลว่า ผู้ติดตาม (follower) หมายถึง สาวก ศิษย์ ผู้เรียนรู้ หรือทำตามคำสั่งสอนของผู้นำ (Hurlock, 1987: 392) อยู่ในระเบียบแบบแผนและข้อบังคับ หรือหมายถึงข้อปฏิบัติ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556: 1077) ที่เป็นระเบียบทั้งหมดของชีวิตและสังคมมนุษย์ที่ต้องอาศัยความเข้าใจ (พระธรรมปิฎก, 2539: 7) ในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ กติกาของหมู่คณะ แบบแผนของสังคมส่วนรวม และขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, 2537: 51) ทำให้ไม่เบียดเบียนกัน ไม่ล่วงละเมิด ไม่เอาเปรียบกัน ส่งผลให้การอยู่ร่วมกันไม่วุ่นวาย ไม่สับสนแต่แต่ละคนมีโอกาสใช้ชีวิตของตนและทำกิจกรรมต่างๆ ได้สะดวก คล่องตัวตามวัตถุประสงค์ภายใน กฎเกณฑ์และกติกานั้น (พระเทพเวที, 2536: 40) ถ้าทุกคนที่อยู่ร่วมกันปฏิบัติตามระเบียบวินัยที่สังคมวางไว้ก็จะนำมาซึ่งความสงบสุขในชีวิต และความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสังคม

ส่วนคำว่า “วินัยในตนเอง หรือวินัยแห่งตน” มาจากภาษาอังกฤษว่า “self-discipline” เป็นการควบคุมตนเองที่เกิดจากอำนาจภายในให้ประพฤติปฏิบัติตนตามระเบียบแบบแผนอันดีงามที่สังคมยอมรับ ไม่ใช่การบังคับจากภายนอก เป็นอำนาจที่เกิดจากการเรียนรู้หรือการยอมรับในคุณค่าของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งทำให้บุคคลสามารถควบคุมบังคับพฤติกรรมของตนเอง (Good, 1998: 525) อย่างมีความรับผิดชอบ โดยไม่ต้องมีกฎระเบียบหรือบุคคลอื่นควบคุม มีความตั้งใจและมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้ รวมทั้งมีความสามารถในการแก้ไข และปรับปรุงตัวเอง

ให้ดีขึ้น (Canfield and Hansen, 2014) เป็นการตัดสินใจและหาทางเลือกด้วยความสมัครใจของตนเอง อันเป็นผลมาจากความเคยชินที่ดี มีความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อหรือจริยธรรมในการปฏิบัติตามกฎระเบียบเพื่อแก้ปัญหาของส่วนรวม ซึ่งจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข (ฉันทนา ภาคกงกช และคณะ, 2546: 73)

สรุปได้ว่า **วินัยหรือระเบียบวินัย** หมายถึง การปฏิบัติตามระเบียบแบบแผน กฎเกณฑ์ กติกา ข้อบังคับที่กำกับหรือควบคุมให้บุคคลปฏิบัติ เพื่อให้การอยู่ร่วมกันเป็นไปด้วยความเรียบร้อย ไม่มีปัญหา ความวุ่นวายต่างๆ เกิดขึ้น ส่วน**วินัยในตนเอง** หมายถึง การที่บุคคลสามารถควบคุมตนเองให้ประพฤติและปฏิบัติตามระเบียบแบบแผนอันดีงามของสังคมอย่างเหมาะสมด้วยความสมัครใจ อันเนื่องมาจากการเห็นคุณค่าและความสำคัญของสิ่งนั้นๆ อันก่อให้เกิดผลดีต่อตนเอง และช่วยให้สังคมมีความสงบสุข

จากความหมายของวินัย และวินัยในตนเองที่ได้กล่าวมาจะเห็นได้ว่า **วินัย** เป็นการใช้กฎเกณฑ์ กติกา ข้อตกลงเพื่อควบคุมพฤติกรรมหรือความประพฤติของเด็กให้เป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์ เป็นการใช้สิ่งที่อยู่ภายนอกเป็นตัวบังคับให้เด็กยอมถือปฏิบัติตามคำสั่งสอนแต่**วินัยในตนเอง** เป็นการควบคุมตนเอง บังคับตนเองและนำตนเองให้ประพฤติปฏิบัติตามแนวทางที่เลือกไว้โดยสมัครใจ ไม่ต้องมีอิทธิพลอื่นใดจากภายนอกมาบังคับ

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง

การศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องจะช่วยให้ครูมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับวินัยในตนเองได้อย่างถูกต้อง สามารถออกแบบกิจกรรมเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองให้แก่เด็กได้อย่างเหมาะสม ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองมีทั้งทฤษฎีที่อธิบายการเกิดวินัยในตนเอง และทฤษฎีที่อธิบายวิธีการเรียนรู้วินัยในตนเอง ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเกิดวินัยในตนเอง

การมีวินัยในตนเองมีความสำคัญต่อการแสดงออกทางจริยธรรมและคุณธรรมของบุคคล เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองอย่างถูกต้อง เป็นหลักชัยหรือเส้นชัยแห่งพัฒนาการทางจิตของบุคคล ดังนั้นการมีวินัยในตนเอง จึงเป็นลักษณะสำคัญของผู้ที่มีวุฒิภาวะทางจิตดวงเดือน พันธุมนาวัน (2527: 62-64) พูนสุข กิจรัตน์ (2541) และนฤมล เนียมหอม (2557) ได้อธิบายถึงทฤษฎีการเกิดวินัยในตนเองไว้ 3 ทฤษฎี ดังต่อไปนี้

1.1 ทฤษฎีว่าด้วยจุดกำเนิดในการควบคุมตนเองของเมาเรอร์ (Mowrer) นักจิตวิทยาเชื่อว่า การเกิดวินัยในตนเองต้องมีพื้นฐานมาตั้งแต่ระยะแรกเกิด สิ่งที่สำคัญคือ ความสัมพันธ์ระหว่างทารกกับบิดามารดา หรือผู้เลี้ยงดูเป็นทางนำไปสู่ความสามารถควบคุมตนเองเมื่อโตขึ้น การเรียนรู้ของเด็กจะเกิดขึ้นหลายระดับ ดังนี้

1) บิดา มารดา หรือผู้เลี้ยงดู เป็นบุคคลที่สำคัญมากต่อการเรียนรู้ในระยะเริ่มแรกของเด็กเนื่องจากเป็นผู้ที่ดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ช่วยให้รู้สึกสบาย พอใจ และมีความสุข นำไปสู่ความรักและความพึงพอใจในบิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดู ความรู้สึกนี้จะรุนแรงมาก และติดอยู่ในสำนึกไปจนโต

2) ความรักและความผูกพันของเด็กที่มีต่อบิดามารดา หรือผู้เลี้ยงดู นำไปสู่การประพฤติปฏิบัติตามการอบรมสั่งสอน หรือเลียนแบบพฤติกรรมและคำพูดต่างๆ การกระทำเช่นนี้ทำให้เด็กมีความสุข ความพอใจ อันเป็นลักษณะการให้รางวัลและชมเชยตนเอง โดยไม่ได้หวังผลจากภายนอก ซึ่งเมาเรอร์เชื่อว่าเป็นลักษณะที่แสดงถึงการบรรลุวุฒิภาวะทางจิต และจะพัฒนาต่อไปจนบรรลุวุฒิภาวะทางจิตอย่างสมบูรณ์เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สามารถควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติอย่างมีเหตุผลในสถานการณ์ต่างๆ

สรุปได้ว่า เมาเรอร์เชื่อว่า วินัยในตนเองของแต่ละบุคคลเกิดจากการเรียนรู้แบบอย่างที่ดีจากบิดามารดา หรือผู้เลี้ยงดูในวัยเด็ก กล่าวคือ ถ้าเด็กได้รับการ

อบรมเลี้ยงดูด้วยความรัก ความอบอุ่นใกล้ชิดเด็กก็จะเกิดความรักความผูกพัน และจะประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอน เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็จะสามารถควบคุมตนเองหรือมีวินัยในตนเอง

1.2 ทฤษฎีแรงจูงใจทางจริยธรรม หรือ ความมีวินัยในตนเองของเพคและฮาวิกเฮอร์ส (Peck and Havighurst) ให้ความสำคัญกับการควบคุมของอีโก้และซูเปอร์อีโก้เป็นหลัก ทั้งเพคและฮาวิกเฮอร์สเชื่อว่า การควบคุมร่วมกันของอีโก้ (Ego control) ที่เป็นการแสดงออกอย่างมีสติด้วยเหตุและผลของจิต และซูเปอร์อีโก้ (Superego control) ซึ่งเป็นจิตคุณธรรมช่วยให้เกิดความต้องการแสดงพฤติกรรมเพื่อผู้อื่นอย่างสมเหตุสมผล พลังควบคุมของอีโก้และซูเปอร์อีโก้ในบุคคลแต่ละคนมีไม่เท่ากัน เนื่องมาจากการเรียนรู้ทางจริยศึกษา ทำให้บุคคลแต่ละคนรู้ผลการกระทำของตนในระดับที่ต่างกัน จึงส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องนำความรู้ทางจริยธรรมมาช่วยในการสร้างพลังควบคุมของอีโก้และซูเปอร์อีโก้ให้อยู่ในระดับที่สมดุลเหมาะสม ซึ่งต้องเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก จนกระทั่งสามารถพัฒนาเป็นผู้ใหญ่ที่มีภาวะจิตสมบูรณ์ หรือกล่าวได้ว่า มีการควบคุมตนเองหรือมีวินัยในตนเองอย่างเหมาะสม

สรุปได้ว่า ทฤษฎีแรงจูงใจทางจริยธรรม หรือ ความมีวินัยในตนเองของเพคและฮาวิกเฮอร์ส เชื่อว่าวินัยในตนเองเกิดจากการได้รับประสบการณ์และความรู้ทางจริยธรรมจากสังคมที่รับเข้าไปจนกลายเป็นพลังในการควบคุมตนเองจนเกิดเป็นความมีวินัยในตนเอง ดังนั้นวินัยจึงเกิดขึ้นในบุคคลตั้งแต่วัยทารกและค่อยๆ สะสมประสบการณ์มาอย่างต่อเนื่อง จนสามารถควบคุมตนเองได้ และพัฒนามาเป็นวินัยในตนเอง

1.3 ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ อิริคสัน (Erikson) อธิบายว่าข้อขัดแย้งทางอารมณ์และสังคมจะเกิดขึ้นในแต่ละช่วงพัฒนาการตามปกติของมนุษย์ ความขัดแย้งดังกล่าวทำให้บุคคลมีโอกาส

สร้างบุคลิกภาพของตน รวมถึงการแก้ปัญหาข้อขัดแย้ง ที่อาจมีผลทำให้เกิดความอึดอัดและความกดดันทาง อารมณ์ อีริกสันอธิบายคำว่า “วิกฤต (crisis)” ว่าหมายถึง จุดที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ในแต่ละจุดที่ก่อให้เกิด การเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นทั้งความเสี่ยงและโอกาสที่จะ ทำความเข้าใจและจัดการกับปัญหาความขัดแย้งดังกล่าว ได้เป็นอย่างดี เด็กอายุ 3-6 ปี มีความพร้อมที่จะทำ กิจกรรมตามลำพัง และมีเป้าหมายของตนเอง สามารถ ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี แต่ยังคงต้องการคำแนะนำและ การดูแลอย่างใกล้ชิดจากผู้ใหญ่ เมื่อเด็กมีพัฒนาการทาง กายและปัญญามากขึ้นจะรู้สึกว่ามีพลังความสามารถ เพิ่มขึ้น และทำกิจกรรมใหม่ๆ ได้มากขึ้นด้วย จึงเริ่มสนใจ กิจกรรมที่มีเป้าหมายบางอย่าง และเริ่มมีแผนที่จะให้ ตนเองบรรลุเป้าหมายนั้น แม้จะมีการเปลี่ยนเป้าหมาย และแผนการในบางครั้ง แต่การกระทำก็ยังมีจุดหมายและ พยายามควบคุมตนเองให้ไปถึงเป้าหมายนั้น การเล่นของ เด็กวัยนี้เป็นการเล่นกับกลุ่มเพื่อน ดังนั้นเด็กต้องสร้าง ความสมดุลระหว่างการยึดตนเองเป็นศูนย์กลางกับความ ต้องการจะอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคม ขณะเดียวกันเด็กจะ ได้เรียนรู้ว่าเป้าหมายของตนอาจไม่เหมือนกับเป้าหมาย ของคนอื่น

เด็กในช่วงอายุนี้เริ่มเข้าโรงเรียน สภาพแวดล้อม ในโรงเรียนเปิดโอกาสให้เด็กใช้ความคิดริเริ่มต่างๆ รู้ว่าตน ทำสิ่งต่างๆ ได้ และประสบความสำเร็จได้ด้วยตนเอง จึง เพิ่มความมั่นใจในเป้าหมายของตนมากขึ้น และยังได้รับ ประสบการณ์ในทางบวกจากคนรอบข้างด้วยแล้ว ก็จะ เรียนรู้ที่จะเชื่อมั่นในการริเริ่มของตนเองมากขึ้น และเกิด ความรู้สึกต่อตนเองในทางที่ดียิ่งขึ้นด้วย

สรุปได้ว่า การพัฒนาวิสัยในตนเองของเด็ก ปฐมวัยตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสันมี รากฐานมาจากทักษะของเด็กที่มีต่อตนเองและผู้อื่นโดย เฉพาะบุคคลที่ใกล้ชิด และต่อสิ่งแวดล้อม โดยมีพ่อแม่ ผู้ปกครอง ผู้เลี้ยงดู และครู เป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญใน กระบวนการพัฒนาวิสัยในตนเองของเด็ก ด้วยการช่วย

เหลือ ส่งเสริม และสนับสนุนให้เด็กประสบความสำเร็จ ในการก้าวผ่านขั้นต่างๆ ของการพัฒนาบุคลิกภาพด้วย ความเชื่อมั่น และมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

2. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้การมีวิสัย ในตนเอง การมีวิสัยในตนเองของเด็กไม่ได้เกิดและ พัฒนาขึ้นเองตามธรรมชาติ หากเกิดจากการเรียนรู้ของ บุคคลที่เริ่มจากการสังเกต การเลียนแบบ การอบรม สั่งสอน และการลงมือปฏิบัติ เมื่อเด็กมีพฤติกรรมบาง อย่างที่แสดงให้เห็นถึงการมีวิสัยในตนเองและได้รับการ ชื่นชม การแสดงความยินดีจากบุคคลรอบข้าง เด็กก็ จะเกิดการเรียนรู้และแสดงพฤติกรรมนั้นๆ มากขึ้น ใน เรื่องนี้จะกล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้ในกลุ่มพฤติกรรม นิยมที่ช่วยอธิบายการเรียนรู้การมีวิสัยในตนเองของเด็ก ปฐมวัย (ปิยะนันท์ ธีรพันธ์ไธทร 2557: 3-12 ถึง 3-14; สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต 2543: 97; 2553: 221; นันทิตา 2557) ดังต่อไปนี้

2.1 ทฤษฎีสัมพันธ์เชื่อมโยงของธอร์นไดค์ (Thorndike) เน้นความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้า (Stimulus) กับการตอบสนอง (Response) โดยเชื่อ ว่า การเรียนรู้เกิดขึ้นได้ต้องสร้างสิ่งเชื่อมโยง หรือพันธะ (Bond) ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง ซึ่งมีหลักการ พื้นฐานว่า การเรียนรู้เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่าง สิ่งเร้ากับการตอบสนองที่ออกมาในรูปแบบต่างๆ หลาย รูปแบบโดยการลองผิดลองถูกจนกว่าจะพบรูปแบบที่ดี และเหมาะสมที่สุด ซึ่งสามารถสรุปเป็นกฎการเรียนรู้ได้ ดังนี้

1) กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) หมายถึง สภาพความพร้อมหรืออู่อุณหภูมิภาวะ ของเด็กทั้งทางร่างกาย อวัยวะต่างๆ ในการเรียนรู้และ จิตใจ รวมทั้งพื้นฐานและประสบการณ์เดิมที่จะเชื่อมโยง กับความรู้ใหม่ หรือสิ่งใหม่ ตลอดจนความสนใจ ความเข้าใจต่อสิ่งที่เห็น ถ้าเด็กมีความพร้อมตามองค์ ประกอบต่างๆ ดังกล่าว จะช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้

2) กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) หมายถึง การที่เด็กได้ฝึกหัดหรือทำซ้ำบ่อยๆ จนทำให้เกิดความสมบูรณ์ถูกต้อง ซึ่งกฎนี้เป็นการเน้นความมั่นคงระหว่างการเรียนรู้และการตอบสนองที่ถูกต้อง

3) กฎแห่งความพอใจ (Law of Effect) หมายถึง ผลที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ หากเด็กได้รับความพอใจจากผลการกระทำ ก็จะเกิดผลดีกับการเรียนรู้ ทำให้เด็กอยากเรียนรู้เพิ่มมากขึ้นอีก

สรุปได้ว่า การเรียนรู้เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองที่ออกมาในรูปแบบต่างๆ หลายรูปแบบ สิ่งที่จะทำให้การเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนองมีความมั่นคงแข็งแรงช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่ดีได้ คือ เด็กต้องมีความพร้อมทั้งทางร่างกายสมอง และมีประสบการณ์เดิม เด็กต้องได้รับการฝึกหัดให้ทำสิ่งนั้นบ่อยๆ จนเกิดความถูกต้องและสมบูรณ์ และเด็กต้องมีความพึงพอใจกับผลการกระทำของตนเอง

2.2 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำของสกินเนอร์ (Skinner) การเรียนรู้ตามแนวคิดของสกินเนอร์เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้า (Stimulus) กับการตอบสนอง (Response) โดยให้ความสำคัญกับการตอบสนองมากกว่าสิ่งเร้า โดยเฉพาะการตอบสนองที่ได้รับการเสริมแรง (Reinforcement) ซึ่งมีผลทำให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวรยิ่งขึ้น สกินเนอร์ได้สรุปไว้ว่า อัตราการเกิดพฤติกรรมหรือการตอบสนองขึ้นอยู่กับผลของการกระทำ คือ การเสริมแรง ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้รับเกิดความพึงพอใจส่งผลให้แสดงพฤติกรรมนั้นๆ มากขึ้น หรือการลงโทษ ซึ่งเป็นสิ่งที่บุคคลไม่พึงพอใจไม่ยอมทำได้ มีผลทำให้แสดงพฤติกรรมนั้นๆ ลดลง

สรุปได้ว่า วินัยในตนเองของเด็กเกิดจากผลของการกระทำหรือพฤติกรรมของเด็ก ถ้าเด็กได้รับความพึงพอใจจากการกระทำก็มีแนวโน้มจะแสดงพฤติกรรมนั้นๆ อีก แต่ถ้าเด็กถูกลงโทษหรือไม่ได้รับความพึงพอใจจากการกระทำก็มีแนวโน้มที่จะลดหรือหยุดพฤติกรรมนั้นๆ

2.3 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของแบนดูรา (Bandura) ที่เชื่อว่า พฤติกรรมของบุคคลไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงเนื่องจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมเท่านั้น แต่มีปัจจัยทางพฤติกรรม และปัจจัยส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาาร่วมด้วย โดยปัจจัยทั้งหมดจะมีส่วนร่วมในลักษณะที่เป็นการกำหนดซึ่งกันและกัน (Reciprocal Determinism) การปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวเกิดขึ้นตลอดเวลา ดังนี้

1) การปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและพฤติกรรม คือ ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ ความคาดหวัง การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง และความตั้งใจเป็นตัวกำหนดลักษณะและทิศทางพฤติกรรมของบุคคล ในขณะเดียวกันพฤติกรรม การกระทำของบุคคลก็จะเป็นตัวกำหนดลักษณะการคิด และการตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลเช่นกัน

2) การปฏิสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของบุคคลและสภาพแวดล้อม คือ ความคาดหวัง ความเชื่อ อารมณ์ และความสามารถทางปัญญาของบุคคล จะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงไปตามอิทธิพลของสภาพสังคมที่แวดล้อมโดยผ่านตัวแบบ การสอนและการชักจูงทางสังคม ขณะเดียวกันบุคคลจะมีการตอบสนองที่แตกต่างกันตามสภาพแวดล้อมทางสังคมที่อาศัยอยู่ จากลักษณะทางกายภาพ เช่น อายุ ขนาดร่างกาย เชื้อชาติ เพศ นอกจากนี้ การสนองตอบยังขึ้นอยู่กับบทบาทและสถานภาพทางสังคมของบุคคลนั้นๆ ด้วย

3) การปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมในชีวิตประจำวัน นั่นคือ พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงในสภาพแวดล้อม ในขณะที่เดียวกัน เงื่อนไขของสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปนั้นทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนไปด้วย สภาพแวดล้อมจะไม่มีอิทธิพลใดๆ ต่อบุคคล จนกว่าจะมีพฤติกรรมบางอย่างเกิดขึ้น ดังนั้น บุคคลจึงเป็นทั้งผู้ก่อให้เกิดและเป็นผลผลิตของสภาพแวดล้อม การมีผลซึ่งกันและกันนี้ ทำให้เกิดการเปลี่ยนมุมมองของกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม จากเดิมที่มองว่าพ่อแม่มี

อิทธิพลต่อเด็ก มาเป็นพ่อแม่และเด็กก็มีอิทธิพลต่อกันและกันแทน

แบนดูราเชื่อว่าการเรียนรู้ของบุคคลเกิดจากการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่น และเลือกทำในสิ่งที่สังคมยอมรับ เมื่อยังเล็ก เด็กจะเลียนแบบมารดาและคนใกล้ชิดที่เลี้ยงดู เมื่อเข้าโรงเรียน เด็กเริ่มเลียนแบบเพื่อน ซึ่งมีวัย ค่านิยม ความรู้สึกนึกคิด และพูดภาษาเดียวกัน ในการเรียนรู้ผ่านตัวแบบนั้น ตัวแบบเพียงคนเดียวสามารถถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก และการกระทำได้พร้อมๆ กัน และตัวแบบนี้มีได้ทั้งตัวแบบที่เป็นบุคคลจริงที่สามารถมีปฏิสัมพันธ์ได้โดยตรง และตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์เสนอผ่านสื่อต่างๆ เช่น ตัวละครในนิทาน การ์ตูนในโทรทัศน์ ดาราเด็ก เป็นต้น

สรุปได้ว่า พฤติกรรมของบุคคลไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมเท่านั้น หากแต่มีปัจจัยภายในตัวบุคคลทั้งความคิด ความเชื่อ ความรู้ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย การเรียนรู้ของบุคคลเกิดจากการเลียนแบบพฤติกรรมคนที่อยู่ใกล้ชิด อาจเป็นพ่อแม่ ผู้เลี้ยงดู และเมื่อโตขึ้น เด็กจะมีสังคมที่กว้างขึ้น ทั้งบุคคลและสภาพแวดล้อมที่เด็กได้มีโอกาสปฏิสัมพันธ์ด้วย จะเป็นตัวแบบให้เด็กได้เลียนแบบด้วยเช่นกัน

การสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กวัยอนุบาล

เด็กวัย 3-6 ปี เป็นช่วงที่เริ่มเข้าสู่สังคมมากขึ้น ไปโรงเรียน มีเพื่อนใหม่ๆ มีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง เป็นวัยที่เด็กเริ่มพูดรู้เรื่องมากขึ้น เข้าใจสิ่งต่างๆ มากขึ้น ขณะเดียวกันก็ยังมีตัวเองเป็นศูนย์กลาง ควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ได้มากนัก เวลาโกรธหรือไม่พอใจก็อาจแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม แต่ด้วยวัยและประสบการณ์ที่มากขึ้น ทำให้เด็กวัยนี้เริ่มมีความพร้อมที่จะได้รับการสร้างเสริมวินัยในตนเองต่อจากการฝึกระเบียบวินัยที่

พ่อแม่ ผู้ปกครองและบุคคลใกล้ชิดทำมาอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตาม พ่อแม่ ผู้ปกครอง และพี่เลี้ยงยังคงมีบทบาทสำคัญในการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กด้วยการเป็นแบบอย่างที่ดีในการควบคุมตนเอง จัดสภาพแวดล้อมในบ้านที่จะเอื้อให้เด็กมีระเบียบวินัยและรับผิดชอบอย่างเหมาะสม อบรมสั่งสอนซึ่งเน้นอย่างค่อยเป็นค่อยไปด้วยเหตุและผลให้เด็กตระหนักถึงความสำคัญและความจำเป็นของการมีวินัยในตนเอง รวมทั้งชื่นชมเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่แสดงถึงการมีวินัยในตนเอง ดังผลงานวิจัยของนันทพร เชื้อคำ อนงค์ อนันตริยเวช และสุรางค์ เมธานนท์ (2555) ที่พบว่าผู้ปกครองมีบทบาทสำคัญอย่างมากในการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ให้แก่เด็ก แต่เนื่องจากเด็กวัยนี้ใช้เวลาส่วนหนึ่งอยู่ที่สถานพัฒนาเด็กหรือสถานศึกษาปฐมวัย ดังนั้นครูจึงเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญในการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้กับเด็กวัยนี้ รองลงมาจากพ่อแม่ ผู้ปกครอง โดยอาจเริ่มจากการบูรณาการร่วมไปกับการทำกิจวัตรประจำวันและกิจกรรมประจำวันของเด็ก เช่น การเก็บของเล่นในมุมประสบการณ์เข้าที่ที่เรียบร้อยหลังเล่นเสร็จ การหยุดเล่นเครื่องเล่นในสนามและไปทำความสะอาดร่างกายเมื่อได้ยีนสัญญาณหมดเวลาจากครู การนำแก้วนมที่ดื่มหมดแล้วไปวางรวมไว้บนโต๊ะตามที่ได้ตกลงกันไว้ ฯลฯ ไปจนถึงการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เช่น การจัดกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้าน (ฉันทนา ศรีภักดี, 2555) การจัดกิจกรรมแบบโครงการ (สืบศักดิ์ น้อยดัด, 2555) ที่พบว่ากิจกรรมดังกล่าวสามารถพัฒนาวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัยได้ นอกจากนี้ การจัดสภาพแวดล้อมให้เด็กฝึกควบคุมตนเอง อดทนและอดกลั้นแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม โดยคำนึงถึงผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันก็มีส่วนสำคัญในการพัฒนาวินัยในตนเองให้แก่เด็กวัยนี้ได้ เช่น การเข้าแถวรอคอยเพื่อเล่นชิงช้าซึ่งมีเพียง 2 ที่ และเล่นตามเวลาที่ได้ตกลงกันไว้ เพื่อให้เพื่อนคนอื่นๆ มีโอกาสได้เล่นด้วย ที่สำคัญครูต้องใจเย็น ค่อยๆ อบรมสั่งสอน และให้เด็กฝึกฝนต่อไป

เรื่อยๆ โดยมีหลักการและแนวทางในการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็ก ดังนี้

1. หลักการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัย

ประภาพรณ เอี่ยมสุภชาติ (2539: 759-760) และกุลยา ตันติผลาชีวะ (2542: 60-61) ได้กล่าวถึงหลักการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัยไว้ดังนี้

1.1 หลักของการบูรณาการ การสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการในการพัฒนาและการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย เป็นการปฏิบัติที่บูรณาการกับการใช้ชีวิตในการปฏิบัติภารกิจ การช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน และการดำเนินชีวิตที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง การเสริมสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กต้องใช้เวลา ทำอย่างอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เพื่อให้เด็กซึมซับเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ

1.2 หลักของการยอมรับนับถือ การสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กอยู่บนพื้นฐานของความสัมพันธ์ที่ดีและการมีเจตคติที่ดีต่อกัน ยอมรับในศักดิ์ศรีและความเป็นมนุษย์ของเด็ก มีความใส่ใจในการให้คำแนะนำชี้แนะถึงการประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้องอย่างมีเหตุผล ใช้วิธีการชักจูงใจให้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติมากกว่าการบังคับ โดยคำนึงถึงความรู้สึก จิตใจ และความสามารถของเด็กแต่ละคนไม่เปรียบเทียบกับคนอื่น ทำให้เด็กรู้ว่าตนเองเป็นที่ยอมรับในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม และให้สิ่งที่ดีที่สุดที่จะช่วยให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีกับการมีวินัยในตนเอง

1.3 หลักของเสรีภาพในการนำตนเอง การสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็ก ครูต้องส่งเสริมให้เด็กพัฒนาการควบคุมตนเองด้วยวิธีทางที่ครูและเด็กรู้สึกดีต่อตนเอง ให้อิสระแก่เด็กในการมีความคิดเป็นของตนเอง ช่วยให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ฟังตนเองได้ ริเริ่มได้อย่างอิสระ ทำให้เด็กมีวินัยในตนเองและรู้สึกว่าคุณมีความสามารถ มีจุดมุ่งหมาย และควบคุมตนเองได้

1.4 หลักของการสร้างความเคยชิน การสร้างวินัยในตนเอง ต้องเริ่มจากพฤติกรรมที่ดีมีวินัยที่เด็กได้ปฏิบัติเป็นครั้งแรก จากนั้นให้ทำบ่อยๆ ซ้ำๆ จนกลายเป็นลักษณะนิสัย ครูต้องช่วยให้เด็กรู้ว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ดี เป็นที่ยอมรับของสังคม แล้วสนับสนุนให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่ดีซ้ำ ให้การยกย่องชมเชยในพื้นที่ที่เด็กกระทำหรือปฏิบัติดี พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมต้องได้รับการแก้ไขตั้งแต่ครั้งแรกที่เด็กกระทำ เพราะหากเกิดขึ้นแล้วไปแก้ไข จะทำให้เด็กรู้สึกคับข้องใจได้

1.5 หลักของความร่วมมือ การสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กเกิดจากการทำงานร่วมกันระหว่างผู้ใหญ่ทุกคนที่เกี่ยวข้อง ทั้งการทำงานเป็นทีมระหว่างครู ผู้ช่วยครู ผู้ดูแลเด็ก ผู้บริหาร และการทำงานร่วมกันระหว่างครูกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง การทำงานร่วมกันระหว่างผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องทำให้เด็กรู้สึกเชื่อมั่นและไว้วางใจต่อสังคม และได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมไปในทิศทางเดียวกัน

นอกจากหลักการทั้ง 5 ประการดังกล่าวข้างต้น **หลักของความพร้อม** ก็มีความสำคัญเช่นกัน ในการสร้างเสริมวินัยในตนเองที่จะให้ได้ผล เด็กต้องอยู่ในวัยที่เหมาะสม สามารถช่วยเหลือและพึ่งพาตนเองได้ เข้าใจ และเห็นความสำคัญของสิ่งที่ปฏิบัติ รวมถึงผลกระทบจากการกระทำของตนเองที่มีต่อผู้อื่น

สรุปได้ว่า ในการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัยมีหลักการที่สำคัญ 6 ประการ คือ หลักของการบูรณาการ หลักของการยอมรับนับถือ หลักของเสรีภาพในการนำตนเอง หลักของการสร้างความเคยชิน หลักของความร่วมมือ และหลักของความพร้อม

2. แนวทางในการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัย

นฤมล เนียมหอม (2549: 3-6; 2559; ผู้จัดการออนไลน์ 2557) กล่าวถึง แนวทางสำหรับครูในการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัยไว้ 4 ประการ ดังนี้ รายละเอียดต่อไป

1. การเป็นแบบอย่าง ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูราชี้ให้เห็นว่าคุณลักษณะของตัวแบบมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ของเด็กที่เลียนแบบพฤติกรรมและทัศนคติส่วนใหญ่จากผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด ครูที่ต้องการสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัยจำเป็นต้องมีบทบาทในด้านการเป็นแบบอย่าง ดังนี้

1.1 การปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างของพฤติกรรมที่ต้องการให้เด็กปฏิบัติ สิ่งที่ครูกระทำสำคัญกว่าสิ่งที่สอน ครูควรเป็นแบบอย่างของความรัก การแบ่งปัน การเอาใจใส่ หากครูแสดงให้เห็นว่า ครูให้เกียรติเด็กและคนอื่นๆ เด็กจะให้เกียรติผู้อื่นด้วยเช่นกัน

1.2 การปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างด้านการควบคุมอารมณ์ของตนเอง การควบคุมอารมณ์ของครูถือเป็นส่วนหนึ่งของแบบอย่างที่สำคัญ ขณะที่เด็กเรียนรู้จะพัฒนาความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง ครูจำเป็นต้องมีความรู้สึกว่าคุณสามารถควบคุมตนเองได้เช่นกัน เพราะเมื่อใดก็ตามที่ครูมีความรู้สึกว่าคุณสามารถควบคุมตนเองได้อย่างสมบูรณ์ ครูจะสามารถทำงานภายใต้เงื่อนไขต่างๆ ได้ ครูจึงควรมีสติ รู้ตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เป็นที่ยอมรับหรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

นอกจากนี้ การเป็นแบบอย่างด้านการมีมารยาททางสังคมที่ดีก็เป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากการมีมารยาทเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตประจำวันของเด็กเรียนรู้ได้ดีที่สุดจากการสังเกต การเลียนแบบ และการปฏิบัติจริง ดังนั้นครูควรเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องของมารยาททางสังคมที่เหมาะสมกับวัยของเด็ก เช่น การเสนอตัวเพื่อให้ความช่วยเหลือผู้อื่น การแสดงความเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่นที่มีปัญหาซับซ้อนใจ หรือไม่สบายใจในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง เป็นต้น

2. การจัดประสบการณ์การเรียนรู้สำหรับเด็ก วัยอนุบาลเป็นช่วงที่เด็กสามารถเรียนรู้ทักษะและพฤติกรรมทางสังคมที่นำไปสู่การมีวินัยในตนเองได้ ดังนั้นครูควรจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อการสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กดังตัวอย่างต่อไปนี้

2.1 จัดประสบการณ์ให้เด็กเรียนรู้ที่จะพึ่งพาตนเอง การฝึกให้เด็กช่วยเหลือตนเองอย่างเหมาะสมกับวัยเป็นสิ่งสำคัญต่อการเรียนรู้ที่จะมีวินัยในตนเอง เนื่องจากการที่เด็กสามารถทำอะไรต่างๆ ด้วยตนเองจะช่วยให้เด็กรู้สึกว่าคุณมีอิสระ มีความสามารถ และสามารถควบคุมตนเองได้ ขณะเดียวกันได้ฝึกความสามารถในการแก้ปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากต่างๆ เด็กมีโอกาสคิดด้วยตนเอง พึ่งตนเอง แก้ปัญหาด้วยตนเอง ส่งผลให้มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ขณะเดียวกันได้เรียนรู้ที่จะยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น ส่งผลให้เด็กเป็นตัวของตัวเองและมีวินัยในตนเอง

2.2 จัดประสบการณ์ให้เด็กเรียนรู้ที่จะเชื่อมั่นในตนเอง การส่งเสริมให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง ด้วยการให้อิสระในการเลือกทำกิจกรรมที่สนใจ ได้ตั้งจุดมุ่งหมายและวางแผนการทำกิจกรรมด้วยตนเองโดยมีครูคอยดูแลให้คำแนะนำ และให้กำลังใจที่จะทำกิจกรรมให้ประสบความสำเร็จ การช่วยเด็กด้วยความรักและเข้าใจ จะทำให้เด็กมีความรับผิดชอบกับการกระทำของตนเอง มีความมุ่งมั่นตั้งใจและควบคุมตนเองให้ถึงจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ ส่งผลให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง มีความนับถือตนเอง และรู้สึกภาคภูมิใจในความสำเร็จของตนเอง

2.3 จัดประสบการณ์ให้เด็กเรียนรู้ที่จะร่วมรับความรู้สึกของผู้อื่น ครูต้องช่วยให้เด็กรู้จักคำพูดเกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึก โดยเริ่มต้นจากอารมณ์และความรู้สึกของตนเองด้วยการให้เด็กพูดถึงสัตว์เลี้ยงหรือของเล่นที่เด็กรัก แล้วจึงสังเกตอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น สอนให้คิดถึงใจเขาใจเรา กระตุ้นให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่ดีกับเพื่อนด้วยการพูดชื่นชมหรือแสดงความยินดีเมื่อเพื่อนทำสิ่งที่ดีหรือประสบความสำเร็จในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง สอนให้เด็กรู้จักขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น ครูอาจใช้ตัวละครในนิทานให้เด็กร่วมกันแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกเกี่ยวกับพฤติกรรมของตัวละครดังกล่าว สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กค่อยๆ เรียนรู้ว่าการ

ที่คนเราอยู่ร่วมกันในสังคมได้นั้น ต้องมีการยอมรับซึ่งกันและกัน ไม่ใช่รับฟังอย่างเดียว ทั้งนี้การที่เด็กได้รับความรัก ได้รับการปฏิบัติด้วยความอ่อนโยนโดยไม่มีการลงโทษ ทำให้เด็กเรียนรู้เรื่องการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างเป็นธรรมชาติ

2.4 จัดประสบการณ์ให้เด็กเรียนรู้เรื่องความรับผิดชอบ ครูอาจมอบหมายงานในห้องเรียนให้เด็กทำ เช่น การจัดโต๊ะรับประทานอาหารเช้า การรดน้ำต้นไม้หน้าห้องเรียน การทำความสะอาดห้องเรียน เป็นต้น จัดให้มีการอภิปรายพูดคุยถึงความสำคัญของงานที่ได้รับมอบหมาย และผลที่เกิดจากความรับผิดชอบ/ไม่รับผิดชอบในงานของทุกคน ให้แรงเสริมเมื่อเด็กทำงานที่ได้รับมอบหมายโดยไม่ต้องเตือน เมื่อมอบหมายงานให้เด็กทำบ่อยๆ จะช่วยให้เด็กได้ฝึกการบังคับควบคุมตนเอง ซึ่งจะพัฒนาเป็นส่วนหนึ่งของลักษณะนิสัยเมื่อเด็กโตขึ้น

2.5 จัดประสบการณ์ให้เด็กเรียนรู้ที่จะปฏิบัติตามมารยาทสังคม สอนให้เด็กประพฤติปฏิบัติตนตามมารยาททางสังคมที่เป็นเครื่องแสดงถึงน้ำใจเมตต และการเอื้ออาทรต่อบุคคลรอบข้าง ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่พึงปรารถนาในการสอนมารยาทให้แก่เด็ก ต้องสอนตั้งแต่เล็กเพราะเด็กเรียนรู้เรื่องมารยาทจากชีวิตประจำวัน เช่น การไหว้และกล่าวสวัสดิเมื่อพบผู้ใหญ่ การพูดขอบคุณเมื่อมีการช่วยเหลือหรือให้ของ การขอโทษเมื่อทำผิดพลาดหรือทำให้ผู้อื่นเสียใจ การชื่นชมเมื่อเพื่อนทำสิ่งที่ดีงามหรือทำงานสำเร็จ เป็นต้น วิธีที่ดีที่สุดในการอบรมสั่งสอนมารยาทสังคม คือการที่ครูเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่เด็ก และการอบรมสั่งสอนควบคู่กันไปด้วย

2.6 จัดประสบการณ์ให้เด็กเรียนรู้ที่จะมีพฤติกรรมร่วมมือ เด็กวัย 3-6 ปี เป็นช่วงที่เด็กสามารถเล่นและทำงานร่วมกับเพื่อนเป็นกลุ่มได้ ส่งผลให้เด็กมีประสบการณ์และเรียนรู้การผสมผสานความต้องการของตนเองกับความต้องการที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมขณะเดียวกันได้เรียนรู้ที่จะยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนซึ่งอาจแตกต่างจากของตนเอง หากเด็กประสบ

ความสำเร็จในการสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน เด็กจะรู้สึกภาคภูมิใจในความสามารถของตน

3. การดูแลเด็ก ครูเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการดูแลเด็กให้เติบโตไปในทิศทางที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ครูต้องสร้างวินัยในตนเองของเด็กให้จงกงามได้อย่างเต็มที่ ซึ่งมีแนวทางการสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็ก ดังนี้

3.1 การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็ก การสร้างเสริมวินัยในตนเองต้องเริ่มจากความรักที่เด็กมีต่อครู เมื่อเด็กและครูรักใคร่ผูกพันกันดี เด็กจะยึดเอาคำตักเตือนของครูมาเป็นความรู้สึกของตนเอง คำเตือนของครูกลายเป็นส่วนหนึ่งที่เด็กใช้เตือนตนเอง ซึ่งเป็นจุดกำเนิดของวินัยในตนเองของเด็ก ทำให้เด็กเรียนรู้ที่จะอดทน อดกลั้น หักห้ามใจตนเอง สิ่งที่ครูควรปฏิบัติในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็ก คือ การแสดงให้เด็กรู้ว่าครูรักและห่วงใยด้วยวิธีการต่างๆ เช่น มองตาเด็กเมื่อเด็กพูดด้วย ฟังที่เด็กพูด ยิ้ม เล่นกับเด็ก พูดคุยและหัวเราะด้วย เมื่อครูแสดงความรักให้เด็กได้รับรู้ เด็กจะเรียนรู้ที่จะแสดงความรักและเคารพต่อครู การอบรมสั่งสอนเด็กด้วยความรักและกำลังใจที่ครูมอบให้ ทำให้เด็กรับเอาสิ่งที่ครูสั่งสอน ผสมผสานเข้าไปในจิตใจ และเป็นแนวทางปฏิบัติให้เด็กในที่สุด

3.2 การปฏิบัติต่อเด็กด้วยการยอมรับ การให้การยอมรับเด็กเป็นการปฏิบัติที่ตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคลของเด็ก ครูต้องยอมรับเด็กในลักษณะเฉพาะของเด็กแต่ละคน การที่ครูยอมรับเด็กจะทำให้เด็กมีความรู้สึกในทางที่ดีต่อตนเอง และแสดงการยอมรับบุคคลอื่นด้วย เทคนิคสำคัญที่ทำให้ครูปฏิบัติต่อเด็กด้วยการยอมรับ ได้แก่ การฟังเด็กด้วยความตั้งใจ การพูดกับเด็กโดยใช้น้ำเสียงและระดับความดังของเสียงที่พอดีไม่ดังและไม่ค่อยเกินไป พูดกับเด็กใกล้ๆ การให้เด็กมีโอกาสเลือกและตัดสินใจทั้งการเลือกเล่น เลือกใช้สื่อเลือกสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ การปฏิบัติตามข้อเสนอแนะของเด็กในบางครั้ง การประเมินความสนใจและความจำเป็น

ของเด็ก แล้วจัดประสบการณ์เพื่อตอบสนองต่อความสนใจหรือความจำเป็นนั้นๆ

3.3 การสร้างข้อตกลงที่มีความหมายต่อเด็ก การกำหนดข้อตกลงที่ดี ควรเป็นการพิจารณาร่วมกันระหว่างครูกับเด็ก ซึ่งทำได้โดยครูชี้แจงให้เด็กเข้าใจถึงความจำเป็นที่ต้องมีข้อตกลงบางอย่างที่ทุกคนต้องปฏิบัติในการอยู่ร่วมกัน กระตุ้นให้เด็กปฏิบัติตามข้อตกลงอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยสร้างเสริมวินัยในตนเองของเด็กได้

3.4 การตอบสนองต่อเด็กอย่างเหมาะสม เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เป็นที่ยอมรับ การตอบสนองต่อเด็กอย่างเหมาะสมเมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เป็นที่ยอมรับมีแนวปฏิบัติดังนี้

1) การเบี่ยงเบนความสนใจของเด็กก่อนที่จะแสดงพฤติกรรมที่ไม่เป็นที่ยอมรับ ครูไม่ควรรอให้พฤติกรรมนั้นล่วงเลยเป็นพฤติกรรมที่ไม่ยอมรับ

2) การเพิกเฉย ใช้ได้ดีในสถานการณ์ที่เด็กทำผิดโดยไม่เจตนา ในกรณีที่เด็กตั้งใจทำผิดหรือได้เคยมีการตักเตือนแล้ว ก็ไม่ควรลงโทษด้วยการตำหนิหรือคว่ำง่าว่าที่รุนแรง เพราะจะทำให้เด็กเกิดการต่อต้าน ควรทำความเข้าใจด้วยการพูดคุย แล้วใช้วิธีปรับพฤติกรรมด้วยการแยกให้เด็กอยู่ในสถานที่ที่สงบเพื่อให้ควบคุมอารมณ์ของตนเอง (timeout) เช่น นั่งเก้าอี้ในมุมห้อง เป็นต้น

3) การเสนอวิธีการทางบวกให้เด็กเลือก พฤติกรรมที่ไม่เป็นที่ยอมรับของเด็กส่วนใหญ่ จะแก้ไขโดยจัดทางเลือกอื่นให้ทำ ถ้าครูเข้าใจได้มากเท่าไร จะหาทางเลือกที่เหมาะสมกับเด็กได้มากขึ้นเท่านั้น ครูสามารถหากิจกรรมที่เด็กสนใจ ทำให้เด็กสงบลงหรือคลายความเครียดได้

4) การให้ข้อเสนอแนะที่ชัดเจน ครูที่ส่งเสริมวินัยในตนเองต้องไม่บอกแต่ข้อผิดพลาดของเด็ก แต่ต้องให้ข้อเสนอแนะที่ชัดเจนด้วย

5) การให้เด็กได้รับผลที่สัมพันธ์และสมเหตุสมผลกับการกระทำ

6) การสอนให้เด็กสำนึกผิดและแก้ไขความผิดพลาดของตน นอกจากจะสอนเด็กว่าพฤติกรรมใดควรทำ ไม่ควรทำแล้ว ควรสอนให้เด็กสำนึกผิด และทำการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

7) การให้ความสำคัญต่อเหตุผล ทุกคนต้องมีความคิดต่อตนเองในด้านดี เด็กที่มีพฤติกรรมขัดแย้งกับผู้อื่นเสมอ ก็อาจไม่พอใจในตนเอง ครูควรพยายามหาสาเหตุที่ซ่อนอยู่ภายใต้ปัญหาที่พบ อาจต้องตรวจสอบดูเงื่อนไขต่างๆ ในโรงเรียนที่จะส่งเสริมเงื่อนไขในทางที่ดีให้เกิดขึ้น ทั้งนี้ครูควรใช้วิจารณญาณว่าเมื่อใดควรใช้วิธีการใด เพราะทุกสถานการณ์ล้วนไม่มีกฎตายตัว

3.5 การตอบสนองต่อเด็กอย่างเหมาะสม เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับ ครูควรแสดงให้เห็นว่า ครูเห็นคุณค่าของการปฏิบัติของเด็ก เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับ ให้แรงเสริม ให้กำลังใจ แก่เด็กด้วยการสื่อให้เด็กรู้ว่า ครูศรัทธาในคุณค่าและความสามารถของเด็ก

4. การจัดสภาพแวดล้อม สภาพแวดล้อม

มีความสำคัญต่อการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัยเป็นอย่างมากสภาพแวดล้อมที่สะอาด สวยงาม จัดเก็บสื่อและอุปกรณ์ของใช้ให้เป็นหมวดหมู่ และเอื้อให้เด็กสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง มีส่วนช่วยฝึกให้เด็กมีวินัยในตนเองได้ ในการจัดสภาพแวดล้อมที่จะช่วยเสริมสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็ก มีแนวทางดังนี้

4.1 จัดสภาพแวดล้อมให้มีระเบียบเรียบร้อย ห้องเรียนที่สร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็ก ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีของความมีระเบียบเรียบร้อย สะอาด สวยงาม และปลอดภัย การที่ครูดูแลห้องเรียนให้เรียบร้อย สะอาด สวยงาม และปลอดภัยอยู่เสมอ เด็กจะเห็นแบบอย่างของความมีระเบียบเรียบร้อย และเรียนรู้จากการเลียนแบบครู

4.2 จัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อให้เด็กทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง ครูอาจจัดทำสัญลักษณ์ที่มีความหมายต่อเด็ก เพื่อช่วยให้เด็กเก็บของเข้าที่ได้ด้วยตนเอง การจัด

วางโดยให้เด็กหยิบใช้และเก็บเอง ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกพึงพอใจในการที่จะมีอิสระในการพึ่งพาตนเอง

4.3 จัดสภาพแวดล้อมที่ป้องกันการเกิดปัญหาพฤติกรรม มีแสงสว่างและอุณหภูมิที่พอเหมาะ อากาศถ่ายเทได้ดี มีสถานที่เพียงพอสำหรับทำกิจกรรมกลุ่มใหญ่ได้โดยไม่เบียดเสียดกัน มุมเล่นมีขนาดกว้างพอที่เด็กจะเข้าไปเล่นรวมกันเป็นกลุ่มได้ ถ้ามุมประสบการณ์ใดมีเด็กสนใจเข้าเล่นจำนวนมาก ครูควรขยายเนื้อที่หรือปรับเปลี่ยนการใช้ เช่น จำกัดจำนวนเด็กที่เข้าไปเล่น วัสดุอุปกรณ์ที่จัดมีจำนวนเพียงพอสำหรับเด็ก นอกจากนี้ ครูควรจัดมุมสงบให้เด็กมีเวลานั่งสงบใจ โดยไม่มีใครรบกวน เมื่อเกิดอารมณ์ไม่พอใจ

นอกจากนี้ การจัดที่นั่งเด็กก็มีส่วนสำคัญที่อาจก่อให้เกิดปัญหาได้ เช่น ควรจัดให้เด็กที่ซนมากๆ ไม่อยู่ใกล้หรือมีพฤติกรรมก้าวร้าวนั่งข้างครู หรืออยู่ในสายตาของครู อาจช่วยลดปัญหาในห้องเรียนให้น้อยลงได้

สรุปได้ว่า แนวทางในการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้แก่เด็ก ครูผู้ดูแลเด็กต้องเป็นแบบอย่างพฤติกรรมที่ดีที่ต้องการให้เด็กปฏิบัติ การจัดประสบการณ์ที่จะช่วยให้เด็กเรียนรู้ทักษะและพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม การดูแลเด็กที่จะช่วยให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น รวมทั้งการจัดสภาพแวดล้อมที่เป็นระเบียบสวยงาม เอื้อให้เด็กทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง และป้องกันการเกิดปัญหาพฤติกรรม

บทสรุป

วินัยในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของทักษะชีวิตที่มีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขของแต่ละคน เป็นส่วนผสมสำคัญในการ

กระทำทุกอย่างให้เป็นผลสำเร็จ เป็นพฤติกรรมที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย ช่วยให้รู้ว่าสิ่งใดควรทำไม่ควรทำ ส่งผลให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุขในสังคม ความมีวินัยในตนเองเป็นคุณสมบัติที่พึงปรารถนาของแต่ละบุคคล เป็นส่วนประกอบของบุคลิกนิสัยที่ไม่สามารถเกิดขึ้นเองได้ เป็นสิ่งที่ต้องได้รับการปลูกฝังและสร้างเสริมให้เกิดขึ้น และควรเริ่มตั้งแต่วัยอนุบาล เนื่องจากเป็นวัยที่เป็นพื้นฐานทางบุคลิกภาพที่สำคัญเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ เด็กวัยนี้เรียนรู้ได้ดีจากการเลียนแบบ อยู่ในวัยที่เชื่อฟังผู้ใหญ่ที่อยู่ใกล้ชิด เข้าใจสิ่งที่ได้รับการอบรมสั่งสอน เริ่มยับยั้งชั่งใจควบคุม และกำกับตนเองได้บ้าง ดังนั้นจึงเป็นช่วงวัยที่เหมาะสมในการพัฒนาวินัยในตนเอง ถ้าปล่อยให้เวลานี้ผ่านไป อาจเป็นการยากที่จะพัฒนาหรือต้องใช้เวลาและความพยายามมากขึ้น หากผู้ใหญ่ที่อยู่ใกล้ชิดโดยเฉพาะครูให้ความสำคัญในการพัฒนาวินัยในตนเองให้แก่เด็กต่อจากพ่อแม่ผู้ปกครองด้วยการปฏิบัติตนเป็นต้นแบบที่ดี จัดประสบการณ์ให้เด็กฝึกวินัยผ่านการลงมือปฏิบัติจริงจากกิจกรรมประจำวันอย่างค่อยเป็นค่อยไปและสม่ำเสมอด้วยความเข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้การอบรมสั่งสอนอย่างใกล้ชิดด้วยความรักและเอื้ออาทร ยอมรับในจุดเด่นและจุดด้อยของเด็กแต่ละคน ให้คำชมเชยเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่แสดงถึงการมีวินัยในตนเองที่ดี และให้กำลังใจเด็กที่พยายามทำสิ่งที่ดีมีวินัย รวมทั้งจัดสภาพแวดล้อมที่เป็นระเบียบเรียบร้อย เอื้อให้เด็กสามารถทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง หากครูสามารถทำได้ดังที่กล่าวมาได้อย่างสอดประสานและไปในทิศทางเดียวกับพ่อแม่ผู้ปกครอง ทำให้เชื่อมั่นได้ว่าในอนาคตเราจะมีเด็กและเยาวชนที่ดีมีวินัยในตนเอง ส่งผลให้สังคมไทยเป็นสังคมที่สงบสุขไม่วุ่นวายดังเช่นที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

เอกสารอ้างอิง

- กุลยา ตันติผลลาชีวะ. (2542). *การฝึกวินัยเด็ก: การศึกษาปฐมวัย*. กรุงเทพมหานคร คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- คณะกรรมการการขับเคลื่อนการปฏิรูปประเทศด้านการศึกษา สภาขับเคลื่อนการปฏิรูปประเทศ. (2560). *การปฏิรูปการจัดการดูแลพัฒนาและจัดการศึกษาปฐมวัยให้มีมาตรฐานและเอกภาพ*. เอกสารประกอบการสัมมนา ณ หอประชุมพิบูลสงคราม วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร สถาบันวิชาการป้องกันประเทศ ถนนวิภาวดีรังสิต กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2560.
- ฉันทนา ศรีภักดี. (2555). *การศึกษาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเล่นพื้นบ้านของไทย* (ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) สาขาวิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. (2546). *วินัยในตนเอง: วินัยเพื่อการเตรียมสู่การทำงานและสังคม*. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2527). *จิตวิทยาการปลูกฝังวินัยแห่งตน*. กรุงเทพมหานคร สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- นฤมล เนียมหอม. (2549). *การพัฒนากระบวนการส่งเสริมพฤติกรรมของครูในการสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัย โดยใช้แนวความคิดสะท้อนความคิดและการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นฤมล เนียมหอม. (2559). *การสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัย* สืบค้นจาก http://www.nareumon.com/index.php?option=com_content&task=view&id=4
- นันทพร เชื้อคำ อณรงค์ อนันตริยเวช และสุรางค์ เมรานนท์. (2555). บทบาทผู้ปกครองในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์แก่นักเรียนโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี. *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์*. 6(3) กันยายน-ธันวาคม หน้า 87-97.
- นันทิตา. (2557). *กิจกรรมบำบัดศึกษา* สืบค้นจาก <http://www.gotoknow.org/posts/506746>
- ประภาพรณ เอี่ยมสุภาชิต. (2539). การเตรียมความพร้อมด้านลักษณะนิสัย. ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาฝึกอบรมครูและผู้เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย*. หน่วยที่ 11 หน้า 589-644 นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ปิยะนันท์ หิรัญย์ชโลทร. (2557). พัฒนาการและการเรียนรู้ทางอารมณ์ จิตใจของเด็กปฐมวัย. ใน *เอกสารการสอนชุดวิชา พัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย*. หน่วยที่ 3 หน้า 3-1 ถึง 3-51 นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ผู้จัดการออนไลน์. (2557). *6 เทคนิคเลี้ยงลูกให้มีวินัย* สืบค้นจาก www.manager.co.th/family/ViewNews.aspx?NewsID=9550000120345
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2536). *จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร*. กรุงเทพมหานคร สหธรรมิก.

- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2539). *จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาคนตามแนวธรรมชาติ*. สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิก จำกัด.
- พูนสุข กิจรัตน์. (2541). *การสร้างวินัยในชั้นปฐมวัย* แปลจาก *Creating Discipline in the Early Childhood Classroom* โดย Nancy Leatzow, Carol Neuhauser, and Liz Wilms. กรุงเทพมหานคร กรมวิชาการกระทรวงศึกษาธิการ.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพมหานคร ศรีวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด.
- สีบศักดิ์ น้อยดัด. (2555). *การศึกษาพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมแบบโครงการ* (ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) สาขาวิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2543). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2553). *ทฤษฎีการเรียนรู้ระดับปฐมวัย ในเอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมการสอนปฐมวัยศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 19) หน่วยที่ 5 หน้า 217-263 นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. (2537). *การเสริมสร้างวินัย: คู่มือแนะแนวทางปฏิบัติ*. กรุงเทพมหานคร: ครูสภา
- Canfield, J. and Hansen, M.V. (2014). Accessed on August 31, 2014. Available from <http://www.geocities.com/siukai82/selfdiscipline.htm?200513>
- Good, V. Carter. (1998). *Dictionary of Education*. Edited by Carter V. Good. New York: McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Hurlock, E. B.(1987). *Child Development*. 7th ed New York (Auckland): McGraw-Hill Book.