

ทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย  
ผ่านการสอนแบบมอนเตสซอรีในกิจกรรมกลุ่มประสบการณ์ชีวิต  
Self-Care Skills of Preschool Children in Everyday Life Through  
Montessori Approach in Practical Life Activities

จุฬินชิพา นพคุณ\*

Chulin30@hotmail.com

### บทคัดย่อ

เด็กปฐมวัยช่วงอายุ 3-6 ปี ควรมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามวัยในการช่วยเหลือตนเอง ในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ประกอบด้วย การแต่งตัว การรับประทานอาหาร และการใช้ห้องน้ำห้องส้วม การสอนแบบมอนเตสซอรีจะช่วยพัฒนาให้เด็กปฐมวัย มีทักษะในการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันดีขึ้น เนื่องจากมีหลักการสอนที่สอดคล้องกับหลักการฝึกปฏิบัติการดูแลตนเองในชีวิตประจำวันมีกิจกรรมในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต ซึ่งจะช่วยให้เด็กสามารถดูแลกิจส่วนตัวรวมทั้งการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย โดยเฉพาะการฝึกฝนการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก และการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา ซึ่งจะทำให้เด็กสามารถแต่งตัวรับประทานอาหาร และใช้ห้องน้ำ ห้องส้วมได้เป็นอย่างดี

**คำสำคัญ:** การช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน, เด็กปฐมวัย, การสอนแบบมอนเตสซอรี, กิจกรรมกลุ่มประสบการณ์ชีวิต

### Abstract

Preschool children who are between the ages of 3-6 years old need to master certain self-care skills, including getting dressed, having meals, and using the restroom. The Montessori Approach can be used to enhance preschool children's ability to take care of themselves in everyday life through them self-learning self-care skills by participating in activities involving practical life activities related to different aspects of self-care and connected to body movements. The approach specifically encourages preschool children to use certain small muscles and to practice eye-to-hand coordination to enable them to perform essential everyday tasks, such as dressing, eating, and using the restroom properly.

---

\*อาจารย์ ดร.หลักสูตรครุศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

**Keywords:** Self-Care Skills in Everyday Life, Preschool Children, Montessori Approach, Practical Life Activities

## บทนำ

เด็กปฐมวัย หมายถึง เด็กที่มีอายุระหว่างแรกเกิดถึง 6 ปี เป็นช่วงวัยแห่งการเรียนรู้และพัฒนาในทุก ๆ ด้านทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา นับเป็นรากฐานสำคัญของการเตรียมความพร้อมในการเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต แต่ปัจจุบันพบว่า เด็กไทยเสี่ยงยากขึ้น สมาชิกน้อย ก้าวร้าว ไม่อดทน ช่วยเหลือตนเองได้น้อยลง เพราะครูและพ่อแม่ ผู้ปกครอง ให้ความสำคัญกับการพัฒนาเด็กปฐมวัยไม่มากพอ (ธิดา พิทักษ์สินสุข, 2559, ออนไลน์) สาเหตุหนึ่งนั้น อาจเกิดจากการที่เด็กปฐมวัยถูกเร่งรัดพัฒนาการด้านวิชาการทั้งการเขียนการอ่านที่เกินวัย เพื่อที่จะสามารถเข้าเรียนต่อในโรงเรียนประถมชื่อดัง ซึ่งทำให้เกิดความกดดันและสูญเสียโอกาสในการพัฒนาทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะการคิดสร้างสรรค์ ทักษะทางอารมณ์ การพูดและการเคลื่อนไหว เป็นต้น แต่เมื่อเด็กถูกพัฒนาทักษะเพียงด้านเดียว ส่งผลให้เด็กขาดแรงจูงใจการเรียนรู้ ขาดทักษะในการทำงานร่วมกับคนอื่น และขาดทักษะความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น (ศศิลักษณ์ ขยันกิจ, 2558, ออนไลน์) แท้จริงแล้วเด็กปฐมวัยควรได้เรียนรู้ผ่านการเล่นผ่านการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ลงมือปฏิบัติจริงโดยใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมไปสู่ช่วงวัยประถมศึกษา มากกว่าการเร่งเรียนอ่านเขียน ทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันเป็นทักษะหนึ่งที่เด็กปฐมวัย ควรได้รับการฝึกฝนทั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน เนื่องจากการที่เด็กสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี เช่น การแต่งตัว การรับประทานอาหารด้วยตนเอง จะเป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นถึงพัฒนาการที่ดีและเด็กจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และหากถึงวัยที่ควรทำได้แต่เด็กยังทำไม่ได้นั้น จะเป็นสิ่งสะท้อนถึงพัฒนาการที่ไม่เหมาะสมตามวัย ทำให้เด็กต้องมีภาวะพึ่งพาผู้อื่นสูง ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง

ครูและผู้ปกครองจึงควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเอง ในชีวิตประจำวันให้มากขึ้น และควรรนำกิจกรรม หรือวิธีการสอนที่จะช่วยพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันมาใช้เพื่อให้เด็กมีพัฒนาการที่เหมาะสมตามวัย

## ทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย

ทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัยเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญดังมีรายละเอียด ดังนี้ ศิริรัตน์ นิละคุปต์ (2552, หน้า13) ได้อธิบายว่า “ทักษะการช่วยเหลือตนเองเป็นการเตรียมความพร้อมในด้านทักษะชีวิตที่สำคัญให้แก่เด็ก กิจกรรมเหล่านี้ อาจง่ายสำหรับผู้ใหญ่เพราะเมื่อทำจนชำนาญแล้วก็ จะปฏิบัติได้โดยอัตโนมัติ แต่สำหรับเด็กเขาจะรู้สึกถึงความสำเร็จ และเห็นคุณค่าของตนเองเมื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ โดยไม่ต้องให้ใครช่วยกิจกรรมกลุ่มแรก เป็นการสอนสุขอนามัยพื้นฐานทางร่างกาย เช่น การล้างมือ การหวีผม เป็นต้น กิจกรรมขั้นต่อไปเป็นเรื่อง การสวมรองเท้า และการเรียนรู้เกี่ยวกับการเทที่จะช่วยให้เด็กได้พัฒนาในด้านความสัมพันธ์ของการทำงานระหว่างมือกับตา”

ศศิพันธ์ สุขบุญพันธ์ (2549, หน้า 211) ได้อธิบายเพิ่มเติมว่า “การช่วยเหลือตนเองเป็นความสามารถที่พัฒนาผสมผสานจากทักษะการเคลื่อนไหว ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย การประสานการทำงานระหว่างมือกับตา เพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ นอกจากนี้ยังอาศัยความสามารถในการฟัง เข้าใจ และปฏิบัติ รวมทั้งการสื่อสารกับคนอื่นให้เข้าใจการฝึกช่วยเหลือตนเองจะทำให้เด็กสามารถช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวันและยังทำให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจ และไม่เป็นภาระต่อคนอื่น”

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 (2560, หน้า 30) สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี ได้กำหนดมาตรฐานคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่เกี่ยวข้องกับทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันไว้ในมาตรฐานที่ 6 มีทักษะชีวิตและปฏิบัติตนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในตัวเองซึ่งที่ 6.1 การมีทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน โดยกำหนดสภาพที่พึงประสงค์ในช่วงวัยต่าง ๆ ได้แก่ อายุ 3-4 ปี ควรจะแต่งตัว โดยมีผู้ช่วยเหลือรับประทานอาหารเช้าด้วยตนเอง ใช้ห้องน้ำห้องส้วม โดยมีผู้ช่วยเหลือ อายุ 4-5 ปี ควรแต่งตัวด้วยตนเองรับประทานอาหารเช้าด้วยตนเอง ใช้ห้องน้ำห้องส้วมด้วยตนเอง อายุ 5-6 ปี ควรแต่งตัวด้วยตนเองได้อย่างคล่องแคล่ว รับประทานอาหารเช้าด้วยตนเองอย่างถูกวิธีใช้และทำความสะอาดหลังใช้ห้องน้ำห้องส้วมด้วยตนเอง

จะเห็นว่าตัวทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัยช่วงอายุ 3-6 ปี เป็นความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันที่เกิดจากการผสมผสานของทักษะการเคลื่อนไหวทางร่างกายและการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตาในเรื่องการแต่งตัว การรับประทานอาหารเช้าและการใช้ห้องน้ำห้องส้วม

### **ความสำคัญ of ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย**

การที่เด็กปฐมวัยสามารถช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันได้ นอกจากเด็กจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง อันจะนำไปสู่การพึ่งพาตนเองในอนาคตแล้วนั้น ยังช่วยทำให้พัฒนาการด้านต่าง ๆ ดีขึ้น โดยเฉพาะพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กและกล้ามเนื้อมัดใหญ่ หากกล้ามเนื้อมัดเล็กแข็งแรงจะนำไปสู่การอ่านเขียนได้ดีในอนาคต เช่น การจับดินสอ การเขียนหนังสือ การอ่านหนังสือ เป็นต้น ดังที่ กุลยา ตันติผลาชีวะ (2547, หน้า 28) กล่าวว่า “การให้เด็กปฐมวัยฝึกทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันเป็นสิ่งสำคัญ ครู และผู้ปกครอง ควรฝึก

ให้เด็กฝึกทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ เช่น ใส่กระดุมเองใส่รองเท้า รับประทานอาหารเช้า ยกแก้วน้ำเอง ตีมน้ำเอง เป็นต้น การฝึกเหล่านี้เป็นการส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก โดยเฉพาะพัฒนาการกล้ามเนื้อเล็กและกล้ามเนื้อใหญ่ให้แข็งแรงตามวัย อีกทั้งสร้างความมั่นใจในตัวเองด้วย”

นอกจากนั้น นางลักษณ สีนสีบล (2539, หน้า 193-195) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัยดังนี้

1. เด็กได้พัฒนาการองค์รวมคือ พัฒนาการทางด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคมและด้านสติปัญญาได้แก่ พัฒนาการทางด้านร่างกาย การที่เด็กได้ใช้มือในการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เป็นการมีส่วนร่วมต่าง ๆ ของร่างกายให้ทำงานสัมพันธ์กัน กล้ามเนื้อมือจะแข็งแรงขึ้น พัฒนาการทางด้านอารมณ์ เด็กจะมีความมั่นใจเพิ่มขึ้น เมื่อเด็กสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเองเด็กจะพอใจและเชื่อมั่น ในความสามารถของตนพัฒนาการทางด้านสติปัญญา การที่เด็กสามารถดูแลตนเองได้จะเป็นตัวเร้าและเสริมแรงให้เด็กต้องการเรียนรู้มากขึ้น พัฒนาการทางด้านสังคม เด็กเกิดความรู้สึกที่อยากจะช่วยผู้อื่น เพราะเมื่อตนเองทำได้แล้วก็อยากจะทำให้ผู้อื่นบ้าง

2. เด็กจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง เกิดการพัฒนาความคิดในเรื่องการนับถือตนเองมีความสามารถในการควบคุมตนเอง

3. เด็กจะมีความรับผิดชอบ เด็กจะเกิดความรู้สึกรับผิดชอบที่ต่อเมื่อได้เคยฝึกในด้านการช่วยเหลือตนเองและช่วยผู้อื่น ตลอดจนได้เคยฝึกในด้านการมีระเบียบวินัยมาก่อน ทำให้เป็นคนมีความเคารพในกฎเกณฑ์สามารถควบคุมจิตใจและสามารถบังคับตนเองได้

4. สร้างเสริมให้เด็กเป็นคนเก่ง ลักษณะของคนเก่งจะแสดงออก ด้วยการใฝ่รู้กระตือรือร้นปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง กล้าคิด กล้าตัดสินใจ กล้าพูดกล้าแสดงออก สามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้โดยไม่วิตกกังวล ซึ่งลักษณะเช่นนี้ เกิดจากเด็กที่มีทักษะพื้นฐาน คือ การช่วยเหลือตนเองหรือการดูแลตนเองได้

5. เป็นที่รักของคนอื่น การที่เด็กสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ชอบทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เป็นลักษณะของคนที่มีความพึงพอใจตนเอง คือ เห็นคุณค่าตนเอง จะพัฒนาไปสู่การรักผู้อื่นได้

6. เป็นปัจจัยสำคัญที่แสดงถึงความพร้อมที่จะเรียนในระดับต่อไปได้

ดังนั้นการที่เด็กปฐมวัยสามารถช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันได้จะทำให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง ภาคภูมิใจในตนเอง พึ่งพาตนเองได้รู้จักรับผิดชอบตนเอง เป็นที่รักของคนอื่นโดยครูและผู้ปกครองควรส่งเสริมให้เด็กได้ฝึกทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ

### **หลักการฝึกปฏิบัติให้เด็กปฐมวัยรู้จักการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน**

การฝึกปฏิบัติให้เด็กปฐมวัยรู้จักการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันนั้น ถ้าเด็กได้รับการฝึกที่เหมาะสม เด็กจะสามารถช่วยเหลือตนเอง และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี ครูและผู้ปกครองต้องคำนึงถึงหลักการฝึกปฏิบัติ ดังที่ นางลักษณ์ สิ้นสืบผล (2539, หน้า 213) ได้กล่าวไว้ ดังนี้

1. เข้าใจพัฒนาการของเด็กในแต่ละวัย เพื่อจะได้มีแนวทางในการประมาณความสามารถที่เด็กจะทำได้ และคอยสังเกตว่าเด็กพยายามที่จะทำอะไรด้วยตนเอง เพื่อจะได้เริ่มสนับสนุนและแนะแนวทางให้เด็กทำในสิ่งนั้นได้

2. ช่วงเวลาสำคัญของการฝึกให้เด็กช่วยเหลือตนเองได้ดีที่สุด คือช่วงเวลาที่เด็กแสดงให้เห็นว่าเขาเต็มใจและพร้อมที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองเป็นครั้งแรก และเมื่อถึงเวลานั้นจะต้องปล่อยให้เขาช่วยเหลือตนเอง แม้จะยังทำไม่ได้ดีในระยะแรก ๆ แต่การได้มีโอกาสทำบ่อย ๆ ก็จะทำให้ดีขึ้น และทำจนกลายเป็นนิสัย

3. ให้เด็กทำตามความสามารถเหมาะสมกับวัย และวุฒิภาวะของเด็ก เพื่อเด็กจะได้ประสบผลสำเร็จในการทำงาน

4. จัดกิจกรรมให้เด็กได้กระทำไปตามลำดับ ตั้งแต่กิจกรรมง่าย ๆ และไล่ตัวไปถึงกิจกรรมที่ยากขึ้น และห่างจากตัวออกไป เพื่อให้เกิดการย่ำแย่ ทำหาย และทำให้เด็กสนใจอยากจะทำเองโดยไม่เกิดการเบื่อหน่าย

5. ให้กำลังใจโดยใช้วิธีการจูงใจให้กระทำด้วยวิธีการที่นุ่มนวล ด้วยการยกย่องชมเชยไม่บีบบังคับให้ทำให้ได้ในทันทีทันใด

6. ไม่นำเด็กไปเปรียบเทียบกับอีกคนหนึ่ง ถ้าเห็นว่า เด็กได้ใช้ความพยายามอย่างมากแล้วต้องทำให้เด็กเห็นว่า เราพอใจในการที่เด็กพยายามที่จะช่วยเหลือตนเอง แม้บางครั้งเด็กอาจจะทำได้ช้าก็ต้องอดทนรอ

นอกจากนี้ชาติชาย ปิลวาสน์ (2556, ออนไลน์) ได้กล่าวถึง หลักการพึ่งพาตนเองของเด็กปฐมวัยที่ครูและผู้ปกครองจะต้องคำนึงถึงดังนี้

1. จัดกิจกรรมประจำวันให้เด็กทำสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นกิจวัตรประจำวันด้วยตัวของเด็กเอง เช่น การฝึกให้เด็กสามารถใช้ห้องน้ำห้องส้วมอย่างถูกวิธี การฝึกหัดให้เด็กใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารได้อย่างถูกต้องและสามารถรับประทานอาหารได้ด้วยตนเอง การฝึกเด็กให้สามารถทำความสะอาดร่างกายได้ด้วยตนเอง เช่น การล้างมือ การอาบน้ำ การฝึกเด็กให้สามารถแต่งตัวได้ด้วยตนเอง การผูกเชือกรองเท้า การติดกระดุม การสวมเสื้อผ้า เป็นต้น

2. จัดกิจกรรมประจำวันที่ส่งเสริมการใช้กล้ามเนื้อในส่วนต่าง ๆ โดยเฉพาะความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและการประสานสัมพันธ์ที่ตระห่างมือและตา เนื่องจากการช่วยเหลือตนเองของเด็ก ไม่ว่าจะเป็นการรับประทานอาหาร การใช้ช้อน ส้อม การติดกระดุม ผูกเชือกรองเท้า การหยิบจับอุปกรณ์ต่าง ๆ เด็กจะต้องใช้กล้ามเนื้อได้อย่างมั่นคง เป็นต้น

3. จัดกิจกรรมให้เด็กทำเป็นรายบุคคล การส่งเสริมให้เด็กสามารถพึ่งพาตนเอง ด้วยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้เด็กทำเป็นรายบุคคล เพื่อให้เด็กรู้จักช่วยเหลือตนเองได้ เช่น การจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ต่าง ๆ เช่น การร้อยลูกปัด การเขียนภาพระบายสี การประดิษฐ์จากเศษวัสดุ การทดลองด้วยสีต่าง ๆ การปั้นเป็นรายบุคคล งานประดิษฐ์ต่างเป็นต้น รวมทั้งจัดกิจกรรมให้เด็กทำเป็นกลุ่ม จะเห็นได้ว่า หลักในการฝึกปฏิบัติให้เด็กรู้จักการช่วยเหลือตนเองนั้นครูและผู้ปกครองต้องเข้าใจพัฒนาการเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ ไม่เร่งเด็ก ควรให้เด็กเริ่มทำจากกิจกรรมง่าย ๆ ก่อน เพื่อให้เด็กเกิดความสำเร็จ ให้กำลังใจ ไม่เปรียบเทียบเด็กควรจัดกิจกรรมประจำวันที่ทำให้เด็กได้ช่วยเหลือตนเอง และกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก การประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา การให้เด็กทำกิจกรรมรายบุคคลและเป็นกลุ่มเล็ก ๆ

อย่างไรก็ตามจากที่กล่าวมาข้างต้นนั้นจะเห็นว่าในปัจจุบันครูและผู้ปกครองมุ่งเน้นการพัฒนาเด็กในเรื่องของวิชาการมากเกินไป ทำให้เด็กขาดทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันดังนั้นครูและผู้ปกครองควรส่งเสริมทักษะดังกล่าวให้มีมากยิ่งขึ้น การสอนแบบมอนเตสซอรีเป็นการสอนรูปแบบหนึ่งที่มีหลักการสอนและมีกิจกรรมกลุ่มประสบการณ์ชีวิตที่ช่วยให้เด็กปฐมวัยได้ฝึกฝนการดูแลกิจส่วนตัว และควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายทำให้เด็กได้ฝึกฝนการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก และการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตาซึ่งจะทำให้เด็กสามารถแต่งตัวการรับประทานอาหาร และใช้ห้องน้ำห้องส้วมเองได้ด้วยตนเอง

### ความเป็นมาของการสอนแบบมอนเตสซอรี

การสอนแบบมอนเตสซอรีมีประวัติความเป็นมาที่ยาวนานกว่าหนึ่งร้อยปีแต่ยังสามารถนำมาใช้กับปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพซึ่งผู้เขียนสรุปความเป็นมาของการสอนแบบมอนเตสซอรีจาก จีระพันธุ์ พูลพัฒน์

(2559, หน้า 60) สรุปได้ดังนี้ การสอนแบบมอนเตสซอรีเป็นแนวคิดที่เริ่มต้นขึ้นที่ประเทศอิตาลี โดย ดร. มาเรีย มอนเตสซอรี ซึ่งเป็นแพทย์หญิงคนแรกของประเทศอิตาลี เมื่อจบการศึกษา ดร. มาเรีย มอนเตสซอรี ได้ทำงานกับเด็กพิเศษที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และได้สังเกตเห็นว่าเด็กเหล่านั้นสามารถพัฒนาได้ โดยใช้มือเป็นเครื่องมือสำคัญในการเรียนรู้ ดร.มาเรีย มอนเตสซอรี จึงได้เริ่มศึกษาของ Edward Seguin และ Jean Itard แล้วจึงเริ่มต้นคิดค้นสื่ออุปกรณ์และวิธีการสอนขึ้นมาเพื่อทดลองให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาใช้ หลังจากนั้นจึงให้เด็กเหล่านั้นไปทดลองสอบร่วมกับเด็กปกติ ผลปรากฏว่า เด็กเหล่านี้สามารถสอบผ่านได้ดี ต่อมา ดร.มาเรีย มอนเตสซอรี จึงได้นำเอาสื่ออุปกรณ์และวิธีการสอนที่คิดค้นขึ้นมาทดลองสอนให้กับเด็กปกติที่โรงเรียนในกรุงโรม ที่เรียกว่า Casa Dei Bambini และประสบความสำเร็จเช่นกัน ในที่สุดแนวคิดนี้จึงแพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง ดร.มาเรีย มอนเตสซอรี ได้ไปบรรยาย สอนและเขียนหนังสือ รวมทั้งอบรมให้ผู้ที่สนใจ ปัจจุบันมีการนำแนวคิดนี้ไปใช้ทั้งอนุบาล และโรงเรียนประถมศึกษาทั่วโลก

### หลักการสอนของมอนเตสซอรี

จีระพันธุ์ พูลพัฒน์ (มปป., หน้า 13-17) ได้กล่าวถึง หลักการสอนแบบมอนเตสซอรีสรุปได้ดังนี้

#### 1. เด็กจะต้องได้รับการยอมรับนับถือ (Respect for the child)

มอนเตสซอรีคำนึงถึงการยอมรับนับถือในตัวเด็กว่า เด็กแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกัน มีศักยภาพที่แตกต่างกัน ดังนั้นการจัดการศึกษาจึงควรจัดให้สอดคล้องกับพัฒนาการ สอดคล้องกับความต้องการของเด็กเป็นรายบุคคล โดยไม่มีการแข่งขันหรือเปรียบเทียบกันให้อิสระในการเรียนรู้กับเด็ก ในสิ่งที่เด็กต้องการเรียนรู้ อย่างแท้จริง โดยให้เด็กทำงานจากง่ายไปหายาก

## 2. เด็กมีจิตที่ซึมซาบได้ (The Absorbent Mind)

มอนเตสซอรีเปรียบเทียบจิตใจของเด็กเสมือนฟองน้ำ เด็กจะซึมซาบความรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยในช่วงแรกเกิดถึง 3 ปี เด็กจะมีจิตซึมซาบโดยไม่รู้สึกตัว เป็นการเรียนรู้สิ่งรอบตัวผ่านประสาทสัมผัสทั้งห้า ต่อเมื่อเมื่อเด็กมีอายุ 3-6 ปี เด็กจะมีจิตซึมซาบโดยรู้สึกตัว ผ่านการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมทั้งที่เป็นการกระทำ คำพูด สิ่งแวดล้อม และเด็กจะเกิดการเรียนรู้ที่มากยิ่งขึ้น เมื่อครูจัดสื่ออุปกรณ์ที่ทำให้เด็กสามารถหยิบจับได้ และให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติจริงซึ่งผ่านการสาธิตวิธีการที่ถูกต้องจากครู

## 3. ช่วงเวลาหลักของชีวิต (Sensitive Periods)

มอนเตสซอรีเชื่อว่า ช่วงเวลาที่สำคัญที่สุดสำหรับการเรียนรู้ในช่วงแรกของชีวิต คือ ช่วงอายุแรกเกิดถึง 6 ปี ช่วงนี้เป็นช่วงที่สติปัญญาและพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของคนเราเริ่มพัฒนาได้ดีที่สุด ดังนั้นเด็กจะเรียนรู้ได้ดี ในช่วงวัยนี้ ในห้องเรียนมอนเตสซอรีนั้นครูจะเป็นผู้เตรียมสื่ออุปกรณ์ จัดสภาพแวดล้อมให้อิสระกับเด็กในการเลือกทำกิจกรรม เป็นผู้สังเกตพัฒนาการเด็กและวางแผนการเรียนรู้อิสระสอดคล้องกับพัฒนาการ

## 4. การเตรียมสิ่งแวดล้อม (The Prepared Environment)

มอนเตสซอรีเชื่อว่าการจัดเตรียมสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก สภาพแวดล้อมที่ดี คือ สภาพแวดล้อมที่ได้เตรียมไว้อย่างมีจุดมุ่งหมาย ให้เด็กมีอิสระในการเลือกทำภายใต้ขอบเขตที่กำหนดไว้ เช่น เด็กจะต้องรู้จักการใช้สื่ออุปกรณ์ที่ถูกต้องก่อนที่จะเลือกใช้อย่างอิสระ เมื่อใช้สื่ออุปกรณ์เสร็จให้นำไปเก็บที่เดิมเป็นต้น โดยครูจะเป็นสาธิตวิธีการที่ถูกต้องให้เด็ก และให้เด็กตัดสินใจทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง ครูจะไม่นั่งกับเด็กเป็นผู้สังเกตและไม่เข้าไปรบกวนขณะที่เด็กทำงาน ภายในห้องเรียนจะไม่มีรูปแบบของการจัดโต๊ะ

เด็กสามารถเลือกทำงานที่โต๊ะหรือพื้นที่ได้ สื่ออุปกรณ์มีขนาดเล็กเหมาะกับเด็ก

## 5. การศึกษาด้วยตนเอง (Self Education)

มอนเตสซอรีเชื่อว่าเด็กสามารถเป็นผู้ให้การสอนกับตัวเอง เด็กสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองหากเด็กได้อิสระผ่านการจัดสภาพแวดล้อมที่จัดเตรียมเอาไว้ อย่างสมบูรณ์ การที่เด็กมีอิสระภาพในการเรียนรู้ เด็กจะมีโอกาสได้แก้ไขข้อบกพร่องของตนเอง เมื่อเด็กได้ลงมือปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เด็กจะเกิดความพึงพอใจและทำให้อยากที่จะเรียนรู้ต่อไป

จะเห็นได้ว่าหลักการสอนแบบมอนเตสซอรีที่กล่าวมาเป็นหลักการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยคำนึงถึงพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย คำนึงถึงความต้องการของเด็กเป็นรายบุคคล ไม่เร่งเด็กและเปรียบเทียบเด็กให้อิสระ ให้เวลาในการเรียนรู้ ภายใต้การจัดสภาพแวดล้อมสื่ออุปกรณ์อย่างมีจุดมุ่งหมาย โดยครูจะเป็นผู้สาธิตและสังเกตเด็ก

## กิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต

กิจกรรมของการสอนแบบมอนเตสซอรีแบ่งตามวัสดุอุปกรณ์ได้ 3 กลุ่ม ได้แก่กลุ่มประสบการณ์ชีวิต (Practical Life) ต่อมาคือกลุ่มประสาทสัมผัส (Sensorial Materials) และกลุ่มวิชาการ (Academic Materials) สำหรับกิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต (Practical Life) มีรายละเอียดดังนี้

จอร์จ ฟันด์ พูลพัฒนา (2561, ออนไลน์) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มประสบการณ์ชีวิต (Practical Life) มีจุดมุ่งหมาย เพื่อพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง สมาธิ การประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา และระเบียบวินัย ในตัวเด็ก เครื่องมือและอุปกรณ์ที่ใช้ในกลุ่มนี้ เป็นสิ่งที่เด็กได้พบเห็นและคุ้นเคยอยู่ในชีวิตประจำวัน เครื่องมือมีขนาดเหมาะกับเด็กเพื่อเด็กจะได้ใช้ได้คล่องตัว เนื่องจากเครื่องมือคล้ายกับสิ่งที่เด็กใช้ในบ้าน ทำให้เด็กมีความรู้สึกเหมือนอยู่บ้าน เมื่อเข้าสู่ห้องเรียนกลุ่มวิชานี้

นับได้ว่าเป็นตัวเชื่อมโยงของเด็กระหว่างบ้านและโรงเรียน มอนเตสซอรี เชื่อว่า เมื่อเด็กทำกิจกรรมและมีสมาธิที่ดีแล้ว จะช่วยขยายช่วงเวลาความสนใจของเด็กให้ยาวออกไปอีก ในห้องเรียนแบบมอนเตสซอรีมักจะเด็กอายุ 4 หรือ 5 ขวบ ใช้เวลาประมาณ 20 นาทีในแต่ละครั้งในการจัดรองเท้าหรือเช็ดโต๊ะกิจกรรมซึ่งสามารถแบ่งออกเป็นแบบฝึกหัด 4 รูปแบบ ดังนี้

1. การดูแลกิจส่วนตัว คือ กิจกรรมประเภทที่ใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เราเจอพบเห็นอยู่ประจำ และเกี่ยวข้องกับตัวของเด็ก เช่น ชุดการแต่งกาย เกี่ยวกับการติดกระดุม รูดซิป การจัดรองเท้า ล้างมือ อาบน้ำตักตา เป็นต้น

2. การดูแลสิ่งแวดล้อม คือ กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม เช่น การปัดฝุ่น เช็ดโต๊ะ เป็นต้น

3. ทักษะทางสังคม คือ กิจกรรมทางด้านสังคม การมีปฏิสัมพันธ์ที่เหมาะสมตลอดจนการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น

4. การควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย คือ กิจกรรมเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวร่างกาย การเดิน การถือวัสดุอุปกรณ์ เช่น การเดินบนเส้นที่กำหนดให้ ฝึกความสมดุลของร่างกาย เป็นต้น

จิสซันรุ้ พูลพัฒน์ และคำแก้ว ไกรสรพงษ์ (2554, หน้า 15-17) ได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มประสบการณ์ชีวิต เป็นกลุ่มที่มีความสำคัญมากที่สุด ในจำนวน 3 กลุ่ม กิจกรรมทุกกิจกรรม ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตมีจุดมุ่งหวังเดียวกัน คือ 1) เพื่อพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองให้กับเด็ก 2) เพื่อพัฒนาสมาธิให้กับเด็ก 3) เพื่อพัฒนาการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา 4) เพื่อพัฒนาระเบียบวินัยให้กับเด็ก นอกจากนั้นยังได้แบ่งออกเป็นหมวดกิจกรรมย่อยได้ 10 หัวข้อด้วยกัน ดังนี้

1. พัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้แก่ กิจกรรมการเข่าซาวสาร กิจกรรมเทน้ำ กิจกรรมเทน้ำผ่านกรวย กิจกรรมตีไข่

2. พัฒนากล้ามเนื้อมัดย่อย หรือกล้ามเนื้อเล็ก ได้แก่ กิจกรรมภาพต่อมีจุก กิจกรรมฉีกกระดาษ

กิจกรรมร้อยลูกปัด กิจกรรมตักข้าวโพด กิจกรรมที่คืบใหญ่ กิจกรรมตัดกระดาษ กิจกรรมเปิด-ปิดขวด

3. พัฒนากล้ามเนื้อมือ ได้แก่ กิจกรรมย้ายไข่ กิจกรรมไม้หนีบผ้า กิจกรรมเจาะกระดาษ

4. ส่งเสริมการดูแลกิจส่วนตัว ได้แก่ กิจกรรมกรอบไม้เครื่องแต่งกายชุดกระดุมใหญ่ กิจกรรมกรอบไม้ชุดเครื่องแต่งกายติดแป๊ะ กิจกรรมกรอบไม้ชุดเครื่องแต่งกายติดตะขอ กิจกรรมกรอบไม้ชุดเครื่องแต่งกายผูกโบ กิจกรรมกรอบไม้ชุดเครื่องแต่งกาย ชุดร้อยเชือกตามตาไก่แล้วผูกโบ กิจกรรมกรอบไม้ชุดแต่งกายรูดซิป กิจกรรมกรอบไม้ชุดแต่งกายคาดเข็มขัด

5. ส่งเสริมการดูแลสิ่งแวดล้อม ได้แก่ กิจกรรมปัดฝุ่น กิจกรรมกวาดขยะ กิจกรรมบีบฟองน้ำ

6. การซัก การล้าง การขัด ได้แก่ กิจกรรมเช็ดกระจก กิจกรรมขัดเครื่องเงิน กิจกรรมล้างจาน กิจกรรมซักผ้า

7. การจัดเตรียมและบริการอาหาร ได้แก่ กิจกรรมทาขนมปัง กิจกรรมบริการน้ำผลไม้ กิจกรรมการปกอกและการหั่นผัก

8. งานศิลปะ ได้แก่ งานปะกระดาษ งานผสมสี งานเมจิก

9. ทักษะทางสังคม ได้แก่ กิจกรรมการจาม หรือไอ กิจกรรมการเดินผ่านงานผู้อื่น กิจกรรมการขอเข้าร่วมงานผู้อื่น กิจกรรมการทักทายแขก กิจกรรมการกล่าวคำขอโทษ-ขอบคุณ กิจกรรมการช่วยเหลือเพื่อนที่เจ็บ กิจกรรมการช่วยแบ่งยกของหนัก

10. งานบ้าน ได้แก่ กิจกรรมการจัดโต๊ะอาหาร กิจกรรมการพรมผ้า กิจกรรมการรีดผ้า กิจกรรมการดูแลต้นไม้ กิจกรรมการดูแลสัตว์ กิจกรรมการจัดดอกไม้

จะเห็นได้ว่ากิจกรรมในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตของมอนเตสซอรีเป็นกิจกรรมกลุ่มแรกที่มีความสำคัญมากที่สุด เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่เป็นพื้นฐานและง่ายที่สุด ซึ่งเหมาะสำหรับเด็กเล็กที่จะเตรียมความพร้อมในการฝึกฝนการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน โดยมี

วัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาความเป็นตัวของตัวเด็ก  
พัฒนาสมาธิ พัฒนาการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา  
และพัฒนาระเบียบวินัย

**การวิเคราะห์ความสอดคล้องของกิจกรรมการสอน  
แบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตกับทักษะ  
การช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย**

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้เขียนเห็นว่าหลักการ  
สอนของมอนเตสซอรี และกิจกรรมการสอนแบบ  
มอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตนั้น มีความสำคัญ  
และมีประโยชน์อย่างยิ่งที่จะสามารถช่วยพัฒนาเด็ก  
ปฐมวัยให้มีทักษะในการช่วยเหลือตนเองในชีวิต  
ประจำวันได้เป็นอย่างดี ทั้งในเรื่องการแต่งกาย การ  
รับประทานอาหาร และการเข้าห้องน้ำห้องส้วม ผู้เขียน  
จึงได้วิเคราะห์ความสอดคล้องของกิจกรรมการสอน  
แบบมอนเตสซอรี ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตกับทักษะ  
การช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย  
อายุ 3-6 ปีดังนี้

**1. หลักการสอนของมอนเตสซอรี  
มีความสอดคล้องกับหลักการฝึกปฏิบัติให้เด็กปฐมวัย  
รู้จักทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน**

จากหลักการสอนของมอนเตสซอรีที่ยึด  
ผู้เรียนเป็นสำคัญ คำนึงถึงพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย  
คำนึงถึง ความต้องการของเด็กเป็นรายบุคคลไม่เร่ง และ  
เปรียบเทียบกับเด็ก ให้อิสระ ให้ความรู้ ภายใต้อาการจัด  
สภาพแวดล้อม สื่ออุปกรณ์อย่างมีจุดมุ่งหมาย โดยครูจะ  
เป็นผู้สาธิตและสังเกตเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับหลักการฝึก  
ปฏิบัติให้เด็กปฐมวัยรู้จักทักษะการช่วยเหลือตนเอง ใน  
ชีวิตประจำวัน โดยการฝึกนั้นครูและผู้ปกครองไม่ควร  
เร่งเด็ก แต่จะต้องเข้าใจพัฒนาการเด็ก เปิดโอกาสให้เด็ก  
ได้ฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ ควรให้เด็กเริ่มทำจากกิจกรรม  
ง่าย ๆ ก่อน เพื่อให้เด็กเกิดความสำเร็จ ให้กำลังใจไม่  
เปรียบเทียบกับเด็ก และควรจัดกิจกรรมประจำวันที่ทำให้เด็ก  
ได้ช่วยเหลือตนเองและกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมการใช้

กล้ามเนื้อมัดเล็ก การประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา  
การให้เด็กทำเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มเล็ก ๆ ดังนั้น  
หลักการสอนของมอนเตสซอรี จึงสามารถนำมาใช้ในการ  
ฝึกทักษะชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดีทั้งเรื่องการแต่งกาย  
การรับประทานอาหาร และการใช้ห้องน้ำห้องส้วม

**2. กิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรี  
ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต มีกิจกรรมที่ช่วยในการ  
ดูแลกิจส่วนตัว ซึ่งจะช่วยให้เด็กสามารถช่วยเหลือ  
ตนเองในชีวิตประจำวันได้ ในเรื่องการแต่งกาย  
การรับประทานอาหาร และการใช้ห้องน้ำห้องส้วม ซึ่ง  
สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช  
2560**

จากมาตรฐานและตัวบ่งชี้ของหลักสูตรการ  
ศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปีใน  
มาตรฐานที่ 6 : มีทักษะชีวิตและปฏิบัติตนตามหลักปรัชญา  
ของเศรษฐกิจพอเพียงตัวบ่งชี้ : ช่วยเหลือตนเองในการ  
ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเด็กต้องสามารถปฏิบัติได้ตาม  
สภาพที่พึงประสงค์ในแต่ละช่วงวัย การให้เด็กได้มีโอกาส  
ฝึกฝนโดยเริ่มต้นจากการฝึกช่วยเหลือตนเองในชีวิต  
ประจำวันผ่านกิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่ม  
ประสบการณ์ชีวิตที่มีหลากหลายกิจกรรม จะทำให้เด็กได้  
รับการฝึกฝนทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน  
และมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ซึ่งผู้เขียนวิเคราะห์ได้ดังนี้

**ตารางการวิเคราะห์ ความสอดคล้อง  
ระหว่างกิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่ม  
ประสบการณ์ชีวิตกับทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิต  
ประจำวันของเด็กปฐมวัยตามมาตรฐานและตัวบ่งชี้  
ของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560  
สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี**

มาตรฐานที่ 6 : มีทักษะชีวิตและปฏิบัติตนตาม  
หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ตัวบ่งชี้ : ช่วยเหลือตนเองในการปฏิบัติ  
กิจวัตรประจำวัน



สภาพที่พึงประสงค์	ตัวบ่งชี้ : ช่วยเหลือตนเองใน การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน	ตัวอย่างกิจกรรมมอนเตสซอรี กลุ่มประสบการณ์ชีวิต
3-4 ปี แต่งตัวโดยมีผู้ช่วยเหลือ 4-5 ปี แต่งตัวด้วยตนเอง 5-6 ปี แต่งตัวด้วยตนเองอย่างคล่องแคล่ว	1. การแต่งตัว	กิจกรรมกรอผ้าไม้เครื่องแต่งกายชุดกระดุมใหญ่ กิจกรรมกรอผ้าไม้ชุดเครื่องแต่งกายติดแป๊ะ กิจกรรมกรอผ้าไม้ชุดเครื่องแต่งกายติดตะขอ กิจกรรมกรอผ้าไม้ชุดเครื่องแต่งกายผูกโบ กิจกรรมการหวีผม กิจกรรมการชั้ดรองเท้า กิจกรรมการผูกเชือกรองเท้า กิจกรรมการอาบน้ำตุ๊กตา
3-4 ปี รับประทานอาหารด้วยตนเอง 4-5 ปี รับประทานอาหารด้วยตนเอง 5-6 ปี รับประทานอาหารด้วยตนเอง อย่างถูกวิธี	2. การรับประทานอาหาร	กิจกรรมตักข้าวโพด กิจกรรมการที่คีบใหญ่ กิจกรรมการเทข้าวสาร กิจกรรมการเปิด-ปิดขวด กิจกรรมตัดกระดาษ กิจกรรมทาขนมปัง กิจกรรมบริการน้ำผลไม้ กิจกรรมการปอกและการหั่นผัก กิจกรรมล้างจาน
3-4 ปี ใช้ห้องน้ำห้องส้วม โดยมีผู้ช่วยเหลือ 4-5 ปี ใช้ห้องน้ำห้องส้วมด้วยตนเอง 5-6 ปี ใช้และทำความสะอาดหลังใช้ห้องน้ำ ห้องส้วมด้วยตนเอง	3. การใช้ห้องน้ำห้องส้วม	กิจกรรมการใช้ห้องน้ำ กิจกรรมการล้างมือ กิจกรรมการแปรงฟัน กิจกรรมการซักผ้า กิจกรรมการบีบฟองน้ำ

จากตารางการวิเคราะห์ดังกล่าว จะเห็นได้ว่า กิจกรรมการสอนมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต สามารถส่งเสริมทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย ให้เป็นไปตามที่หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย 2560 สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี ที่ระบุไว้ได้เป็นอย่างดี ดังมีรายละเอียด ดังนี้

## 2.1 การแต่งตัว

จากตารางการวิเคราะห์จะเห็นได้ว่า กิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตที่ส่งเสริมเรื่องการแต่งตัวของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ ในเรื่องการดูแลกิจส่วนตัว เช่น กิจกรรม

กรอผ้าไม้เครื่องแต่งกายชุดกระดุมใหญ่ กิจกรรมกรอผ้าไม้ชุดเครื่องแต่งกายติดแป๊ะ กิจกรรมกรอผ้าไม้ชุดเครื่องแต่งกายติดตะขอ กิจกรรมกรอผ้าไม้ชุดเครื่องแต่งกายผูกโบ กิจกรรมการหวีผม กิจกรรมการชั้ดรองเท้า กิจกรรมการผูกเชือกรองเท้า กิจกรรมการอาบน้ำตุ๊กตา เป็นต้น

การที่เด็กจะประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมนั้น ครู และผู้ปกครองจะต้องจัดสภาพแวดล้อม เพื่อให้เด็กเกิดการพัฒนาให้เป็นไปตามสภาพที่พึงประสงค์ ครูต้องเป็นแบบอย่างที่ถูกต้องในการนำเสนอสื่ออุปกรณ์ สังเกตพฤติกรรมเด็กเป็นรายบุคคล หากเด็กคนใดยังไม่คล่องแคล่ว ควรให้เด็กทำกิจกรรม

นั้นซ้ำ ๆ โดยดูตามความสนใจ กิจกรรมเหล่านี้เมื่อเด็กได้ทำซ้ำ ๆ เด็กจะเกิดทักษะเกิดความชำนาญ และจะเกิดความคล่องแคล่ว และต่อมาเด็กจะสามารถแต่งตัวได้ด้วยตนเอง เมื่อเด็กสามารถทำกิจกรรมเหล่านี้ได้แล้ว ครูและผู้ปกครองควรปล่อยให้เด็กแต่งตัวได้อย่างสม่ำเสมอ และไม่ควรรวช่วยเหลือเด็กมากเกินไป

## 2.2 การรับประทานอาหาร

จากตารางการวิเคราะห์จะเห็นได้ว่า กิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต ที่ส่งเสริมการรับประทานอาหารของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ ในเรื่องการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย โดยเฉพาะการพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก และการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา เช่น กิจกรรมตักข้าวโพด กิจกรรมที่คีบใหญ่ กิจกรรมการเทข้าวสาร กิจกรรมการเปิด-ปิดขวด กิจกรรมตัดกระดาษ กิจกรรมทาขนมปัง กิจกรรมบริการน้ำผลไม้ กิจกรรมการปอกและการหั่นผัก เป็นต้น สำหรับกิจกรรมการตัก การคีบ การเท นั้น จะเป็นการย้ายสิ่งของจากภาชนะหนึ่งไปอีกภาชนะหนึ่ง ทำให้กล้ามเนื้อมัดเล็กแข็งแรง และมีการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตาที่ดี ต่อมาจะทำให้เด็กสามารถจับช้อนส้อม และตักอาหารทานได้ด้วยตนเอง ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้

2.2.1 กิจกรรมการตัก ครู และผู้ปกครองสามารถนำอุปกรณ์มาให้เด็กฝึกตักได้หลากหลาย เช่น ตักถั่ว ตักงา ตักลูกแก้ว ตักข้าวสาร เป็นต้น โดยตักจากภาชนะหนึ่งไปอีกภาชนะหนึ่ง เมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมได้คล่องแคล่ว เด็กจะสามารถตักอาหารได้เอง เช่น ตักข้าว ตักซूप ตักอาหาร เป็นต้น รับประทานอาหารเองได้

2.2.2 กิจกรรมการคีบ ครู และผู้ปกครองสามารถนำอุปกรณ์มาให้เด็กฝึกคีบได้หลากหลาย เช่น คีบฟองน้ำ คีบเมล็ดถั่วแดง คีบลูกโป่ง เป็นต้น และสามารถใช้ที่คีบแบบต่าง ๆ เช่น ที่คีบที่ทำจากตะเกียบ ที่คีบที่ทำจากสแตนเลส เป็นต้น โดยคีบจากภาชนะหนึ่งไปอีกภาชนะหนึ่ง เมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมได้คล่องแคล่ว เด็ก

จะสามารถรับประทานอาหารโดยใช้ที่คีบได้ เช่น คีบลูกชิ้น คีบเส้นก๋วยเตี๋ยว คีบน้ำแข็ง เป็นต้น

2.2.3 กิจกรรมการเท ครูและผู้ปกครองสามารถนำอุปกรณ์มาให้เด็กฝึกเทได้หลากหลาย เช่น เทน้ำ เทเมล็ดถั่วเขียว เทข้าวสาร เป็นต้น โดยเทจากภาชนะหนึ่งไปอีกภาชนะหนึ่ง กิจกรรมการเทจะช่วยฝึกกล้ามเนื้อมัดใหญ่ได้เป็นอย่างดี เมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมได้คล่องแคล่ว เด็กจะสามารถช่วยเหลือหาอาหารได้ด้วยตนเอง เช่น เทนม เทน้ำ เป็นต้น

2.2.4 กิจกรรมการเปิด-ปิด ครู และผู้ปกครองสามารถนำอุปกรณ์มาให้เด็กฝึกเปิด-ปิดได้หลากหลาย เช่น เปิด-ปิด ฝาขวดแก้ว เปิด-ปิด กระป๋อง เปิด-ปิด กล่อง เป็นต้น เมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมได้คล่องแคล่ว เด็กจะสามารถเปิดปิดกล่องอาหารด้วยตนเอง

2.2.5 กิจกรรมการตัด ครู และผู้ปกครองสามารถนำอุปกรณ์มาให้เด็กฝึกตัดสิ่งต่าง ๆ ได้หลากหลาย เช่น ตัดกระดาษ ตัดหลอด เป็นต้น เมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมได้คล่องแคล่ว เด็กจะสามารถตัดชิ้นอาหารที่ใหญ่ออกเป็นชิ้นเล็ก ๆ ได้ด้วยตนเอง

2.2.6 กิจกรรมทาขนมปัง กิจกรรมบริการน้ำผลไม้ และกิจกรรมการปอกและการหั่นผัก ครู และผู้ปกครองสามารถนำอุปกรณ์ของจริงมาให้เด็กได้ลงมือทำ เมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมได้คล่องแคล่ว เด็กจะสามารถช่วยเหลือตนเองในการทำอาหารด้วยตนเองแบบง่าย ๆ ทานเอง

2.2.7 กิจกรรมล้างจาน ครู และผู้ปกครองสามารถฝึกให้เด็กล้างจานด้วยตนเองกิจกรรมนี้ อาจไม่เกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหารโดยตรง แต่เป็นฝึกฝนเรื่องวินัย เมื่อเด็กรับประทานอาหารเสร็จแล้ว เด็กต้องล้างจานของตนเองเองให้สะอาด และกลับมาเช็ดโต๊ะเพื่อทำความสะอาด

## 2.3. การใช้ห้องน้ำห้องส้วม

จากตารางการวิเคราะห์จะเห็นได้ว่า กิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต

ที่ส่งเสริมการใช้ห้องน้ำห้องส้วมของเด็กปฐมวัย เช่น กิจกรรมการใช้ห้องน้ำ กิจกรรมการล้างมือ กิจกรรมการแปรงฟัน กิจกรรมการซักผ้า กิจกรรมการบิบบองน้ำ เป็นต้น ครู และผู้ปกครอง ควรสังเกตว่าถ้าหากเด็กเริ่มสนใจที่จะเข้าห้องน้ำ ครูควรชักชวนให้เด็กไปใช้เวลาในบนโถส้วม ฝึกการกดชักโครก ฝึกการล้างมือสำหรับเด็กเล็กครู และผู้ปกครอง ควรเริ่มต้นด้วยการให้เด็กนั่งส้วมที่ขนาดเล็ก โดยอยู่ใกล้ ๆ ห้องน้ำ และจัดสภาพแวดล้อมรอบ ๆ ได้ เช่น มีตระกร้าใส่กางเกงในเสื้อชั้นในเด็ก หรืออาจจัดให้มีตระกร้าใส่หนังสือนิทานอยู่ข้าง ๆ

**3. กิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต มีกิจกรรมที่ช่วยควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อเล็ก และการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา ซึ่งจะทำให้เด็กสามารถช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันได้ ในเรื่องการแต่งตัวการรับประทานอาหาร และการใช้ห้องน้ำห้องส้วม**

จากตัวอย่างกิจกรรมมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตที่กล่าวมาข้างต้นนั้น ส่วนใหญ่จะเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก และการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา เช่น กิจกรรมการตัก กิจกรรมการเท กิจกรรมการคืบ เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้จะเป็นการย้ายสิ่งของจากภาชนะหนึ่งไปยังภาชนะหนึ่ง ขณะที่ทำกิจกรรมนั้น เด็กต้องใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กในการหยิบจับอุปกรณ์ ตากับมือต้องทำงานประสานสัมพันธ์กัน เพื่อให้การตัก การเท การคืบไม่หก หรือร่วงหล่น ซึ่งมีความสำคัญมากในการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน เพราะหากเด็กมีกล้ามเนื้อมัดเล็กที่แข็งแรง เด็กจะสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดีในเรื่อง การแต่งกาย การรับประทานอาหาร และการใช้ห้องน้ำห้องส้วม เช่น การติดกระดุมเสื้อ การตักอาหาร การเทน้ำเทนม การจับช้อน การคืบอาหาร จับช้อนส้อมในการรับประทานอาหาร เป็นต้น

**การนำกิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตไปใช้ในการส่งเสริมทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย**

ในการนำกิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตไปใช้ในการส่งเสริมทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัยนั้น ผู้เขียนขอยกตัวอย่างจากการที่มีประสบการณ์การเป็นอาจารย์นิเทศนักศึกษาชั้นปีที่ 5 ของหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ที่ได้ทำออกฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูในสถานศึกษาระดับปฐมวัย (เด็กอายุระหว่าง 3-6 ปี) ในโรงเรียนระบบมอนเตสซอรีมา 1 โรงเรียนสำหรับภาคเรียนที่ 1 นักศึกษาที่ฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูในโรงเรียนระบบมอนเตสซอรี ต้องฝึกปฏิบัติการสอนจัดทำโครงการเพื่อพัฒนาผู้เรียน ออกแบบและจัดทำสื่ออุปกรณ์มอนเตสซอรีทั้ง 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มประสบการณ์ชีวิต กลุ่มประสาทสัมผัส และกลุ่มวิชาการ รวมทั้งจัดทำคู่มือครูจากการสังเกตของผู้เขียนพบว่า นักศึกษาสามารถออกแบบกิจกรรมและจัดทำสื่ออุปกรณ์มอนเตสซอรี ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตได้หลากหลายครอบคลุมกิจกรรมที่เด็กจะนำไปประยุกต์ใช้ในกิจวัตรประจำวันด้วยตนเองทั้งในเรื่องการแต่งตัว การรับประทานอาหาร และการใช้ห้องน้ำห้องส้วม เช่น กิจกรรมการหิวผม กิจกรรมการอบไม้เครื่องแต่งกายชุดกระดุมใหญ่ กิจกรรมการชั่งรองเท้า กิจกรรมตักแก้วแดง กิจกรรมการเทน้ำ กิจกรรมการคืบบองน้ำ กิจกรรมการล้างมือ เป็นต้น นอกจากนั้นนักศึกษายังมีการนำวัสดุในท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ ซึ่งมีราคาไม่แพง แต่ยังคงแนวคิดเดิมของการสอนแบบมอนเตสซอรีเช่น นักศึกษาได้นำผลลูกตาลสุกมาขยี้จนเนื้อออกหมด แล้วนำเม็ดตาลและเส้นใยที่เหลือไปล้างให้สะอาดจนมองดูคล้ายสีระชะที่มีเส้นผม และนำส่วนที่มีเส้นใยน้อยออกมาตกแต่งเป็นหน้าคน หลังจากนั้นนำมาทำเป็นกิจกรรมหิวผม ลูกตาลมีการนำลูกสะบ้าซึ่งอยู่ในท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้เป็น

กิจกรรมการคืบคลานสะบ้า มีการประยุกต์ใช้เมล็ดพืชที่มีในท้องถิ่น มาใช้เป็นกิจกรรมการคืบคลานสะบ้าเป็นต้น

และจากการสัมภาษณ์นักศึกษา นักศึกษาให้ข้อมูลว่าจากการสังเกตพฤติกรรมเด็ก พบว่า สื่ออุปกรณ์มอนเตสซอร์รี่ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต ที่นักศึกษาจัดทำขึ้นทำให้เด็กสามารถช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันได้ดีขึ้น และโรงเรียนมีการส่งเสริมให้เด็กได้ฝึกช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันเนื่องจากกิจกรรมมอนเตสซอร์รี่ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตในห้องเรียนร่วมด้วย เช่น ให้เด็กทำอาหารเอง ให้เด็กกินนมเอง ให้เด็กเทน้ำเอง ฯลฯ โดยครูจะพยายามให้เด็กได้ฝึกช่วยเหลือตนเองให้ได้มากที่สุด ทำให้เด็กบางคนปลายภาคเรียนสามารถทำอาหารเองได้โดยไม่หกเลอะเทอะ บางคนปลายภาคเรียนสามารถรินน้ำเองได้โดยไม่หก และเด็กมีความมีระเบียบวินัยที่ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

นอกจากนั้นได้ให้นักศึกษาจัดทำโครงการพัฒนาผู้เรียนที่ช่วยพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน โดยเชื่อมโยงกับการสอนแบบมอนเตสซอร์รี่ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต นักศึกษาส่วนใหญ่สนใจจัดทำโครงการพัฒนาผู้เรียน ในลักษณะของโครงการการประกอบอาหาร เช่น โครงการการปลูกถั่วงอก เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ โดยใช้หลักการสอนแบบมอนเตสซอร์รี่ เพื่อพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน เป็นโครงการที่นักศึกษาที่ออกฝึกประสบการณ์วิชาชีพนในโรงเรียนมอนเตสซอร์รี่แห่งหนึ่งได้เชื่อมโยงว่าเมื่อเด็กได้ทำสื่ออุปกรณ์มอนเตสซอร์รี่ในห้องเรียนแล้ว เด็กควรได้มีโอกาสได้นำไปฝึกฝนใช้ในชีวิตประจำวัน สำหรับการประกอบอาหาร เป็นกิจกรรมที่เด็ก ๆ ส่วนใหญ่สนใจ ได้ลงมือทำด้วยตนเองได้ทานฝีมือของตนเอง และทำให้เด็กได้ฝึกการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันเรื่องของการรับประทานอาหาร ในกระบวนการของโครงการกิจกรรมหลัก ๆ ที่นักศึกษาได้ออกแบบ คือ 1) การอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับความรู้เรื่องของการสอนแบบมอนเตสซอร์รี่ โดยได้จัดทำ

หนังสือเล่มเล็กหัวข้อ “มอนเตสซอร์รี่ง่าย ๆ ได้ที่บ้านสำหรับผู้ปกครอง” แจกผู้ปกครองที่มาอบรมเพื่อให้ผู้ปกครองได้นำวิธีการสอนแบบมอนเตสซอร์รี่ไปประยุกต์ใช้ที่บ้าน 2) การให้เด็กได้ทำอาหารจากถั่วงอกด้วยตนเอง เมนูมีชื่อว่า “ถั่วงอกต้มปุระ” ขณะเดียวกันระหว่างการที่เด็กประกอบอาหาร ผู้เขียนได้ทำการสังเกตเด็กในวันที่เด็กประกอบอาหาร พบว่า เด็กมีความสามารถในการประกอบอาหาร สามารถควบคุมการใช้ช้อนตักแป้ง และใช้ทัพพีคลุกแป้งที่ถั่วงอกได้ดี สามารถใช้ที่คืบคืบถั่วงอกเพื่อใส่ลงในกระทะได้ดี สามารถควบคุมการเทน้ำมันลงในกระทะได้ สามารถควบคุมการ เปิด-ปิดฝาขวดน้ำมันได้ดี โดยครูเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวกอยู่ใกล้ ๆ ส่วนใหญ่จะให้เด็กเป็นคนลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ดังนั้นเมื่อผลงาน “ถั่วงอกต้มปุระ” เสร็จทุกคนจึงเกิดความภาคภูมิใจในผลงานของตนเอง และได้ฝึกฝนทักษะต่าง ๆ ผ่านกิจกรรมภายใต้โครงการที่น่าสนใจ

จะเห็นได้ว่า จากตัวอย่างโครงการของนักศึกษาที่กล่าวมานั้น นับเป็นอีกหนึ่งตัวอย่างที่ครูสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้การนำกิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอร์รี่ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตไปใช้ในการส่งเสริมทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัยนั้น ทำให้เด็กมีทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันที่ดี โดยสามารถออกแบบสื่ออุปกรณ์ที่มีราคาไม่แพงสามารถนำสื่อที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ได้ ที่สำคัญควรเชื่อมโยงกิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอร์รี่ในกลุ่มประสบการณ์ชีวิตในห้องเรียน และในชีวิตประจำวันให้มีความต่อเนื่องกันโรงเรียนและบ้านควรเปิดโอกาสให้เด็กได้มีประสบการณ์ตรงในการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน เช่น การฝึกให้เด็กรินน้ำเอง เทนมเอง ทำอาหารง่าย ๆ เอง เป็นต้น

## บทสรุป

ทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัย เป็นทักษะที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เด็กที่มี

ทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันที่ดีตามวัยจะมีความมั่นใจในตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเองและเป็นที่รักของผู้อื่น สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี เด็กควรช่วยเหลือตนเองได้ตามวัยทั้งการแต่งตัว การรับประทานอาหาร และการใช้ห้องน้ำ ห้องส้วม การสอนแบบมอนเตสซอรีมีหลักการสอนที่让孩子ได้ทำงานรายบุคคล ให้เวลาในการฝึกฝน ไม่เร่งเด็กจนเกินไป ให้อิสระเด็กในการเรียนรู้ ครูต้องมีความเข้าใจในพัฒนาการเด็กเป็นผู้ให้กำลังใจให้เด็กเริ่มต้นทำจากกิจกรรมที่ง่ายไปหากิจกรรมที่ยาก ซึ่งเหมาะสมกับการนำมาใช้ในการฝึกทักษะเด็กปฐมวัยให้สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้กิจกรรมการสอนแบบมอนเตสซอรีในกลุ่มประสบการณ์ชีวิต ยังช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก และ

การประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตาได้เป็นอย่างดี ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้การสอนแบบมอนเตสซอรียังช่วยพัฒนาระเบียบวินัยให้กับเด็ก ช่วยพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองให้กับเด็ก ช่วยพัฒนาสมาธิให้กับเด็กอีกด้วยที่สำคัญการฝึกทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันของเด็กปฐมวัยควรมีความต่อเนื่อง และสอดคล้องกันระหว่างกิจกรรมในห้องเรียน และในชีวิตประจำวันของเด็ก เพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันให้ดีขึ้นต่อไปในอนาคต

### เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย ปีพุทธศักราช 2560*. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษาสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2536). *คู่มือเลี้ยงลูกวัยอนุบาลให้เก่ง ฉลาด เป็นคนดีมีคุณภาพ*. นนทบุรี: สนุกอ่าน.
- จีระพันธุ์ พูลพัฒน์. (2559). *บทความทางการศึกษา: การสอนแบบมอนเตสซอรี*. กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.).
- จีระพันธุ์ พูลพัฒน์. (มปป). *การสอนแบบมอนเตสซอรี จากทฤษฎีสู่แนวทางการนำไปปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.).
- จีระพันธุ์ พูลพัฒน์. (2561, 15 มกราคม). *บทความที่ 1 ชุดที่ 2 เรื่อง การสอนแบบมอนเตสซอรี*. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2561 จาก <http://www.pecerathailang.org/2018/01/364.html>
- จีระพันธุ์ พูลพัฒน์ และคำแก้ว ไกรสรพงษ์.(2554). *คู่มือการสอนแบบมอนเตสซอรี จากทฤษฎีสู่แนวทางการนำไปปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.).
- นงลักษณ์ สิ้นสืบผล. (2539). *เอกสารการสอนชุดวิชาการสร้างเสริมลักษณะนิสัยระดับปฐมวัยศึกษา*. กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- นิติธร บิลวาสน์. (2556). *การพึ่งพาตนเอง (independent)*. สืบค้นเมื่อ 20 ตุลาคม 2561 จาก <http://taamkru.com/th>
- ศศิพินต์ สุขบุญพันธ์. (2549). *การช่วยเหลือระยะแรกเริ่ม*. เชียงใหม่: คณะครุศาสตร์. มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- ศศิลักษณ์ ขยันกิจ. (2558, 25 มีนาคม). *นักวิชาการชี้เด็กไทยขาดโอกาสพัฒนาช่วงปฐมวัย*. สืบค้นเมื่อ 20 ตุลาคม 256 จาก [https://www.isranews.org/thaireform-other-news/37448-child\\_37448.html](https://www.isranews.org/thaireform-other-news/37448-child_37448.html)
- ศิริรัตน์ นีละคุปต์. (2552). *ฝึกให้หนูลงมือทำกิจกรรมตามแนวคติมอนเตสซอรี*. กรุงเทพฯ.