

กิจกรรมบูรณาการกับการพัฒนาศักยภาพเด็กก่อนวัยเรียน

นางสาวปวีณา พิเชฐสินธุ์

เด็กก่อนวัยเรียน หมายถึง ระยะเวลาวัยเด็กตอนต้น (Early Childhood) หรือวัยเด็กก่อนเข้าเรียน เริ่มตั้งแต่อายุประมาณ 2 ขวบครึ่งจนถึงประมาณ 6 ขวบ ลักษณะของเด็กในวัยนี้ อยากรู้อยากเห็น อยากรู้อยากเป็นของตัวเอง ชอบปฏิบัติ ชอบปฏิบัติตนตรงข้ามกับสิ่งที่ผู้ใหญ่พูด รื่น และดื้อ (ศรีเรือน แก้วกังวาล 2549) ที่เป็นลักษณะนี้อาจเนื่องมาจากเหตุผล 2 ประการนั่นคือ

- 1) เด็กในวัยนี้เพิ่งผ่านวัยทารก เริ่มมีพัฒนาการในด้านการใช้ภาษา และความสามารถทางการเคลื่อนไหวทางกายมากขึ้น เช่น การใช้งานกล้ามเนื้อแขน ขา เป็นต้น ดังนั้นเด็กในวัยนี้จึงอยากใช้และแสดงความสามารถของพัฒนาการในด้านต่างๆ นี้
- 2) เด็กวัยนี้มีความสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆ ในครอบครัวมากขึ้น การเล่นกับบุคคลอื่น การเข้าถึงสังคมของเด็กในวัยนี้เพิ่มขึ้น เด็กในวัยนี้มีความต้องการเป็นตัวของตัวเอง รวมทั้งบางครั้งอยากตามใจผู้อื่นเพื่อให้ผู้อื่นเล่นด้วย และในขณะที่เด็กในวัยนี้ยังมีอารมณ์ตามใจตัวเอง

เด็กในวัยเรียนจะมีความน่ารักน่าชัง ช่างพูดช่างคุย เป็นวัยที่คือ รื่น เอาแต่ใจตัวเอง ในเด็กวัยนี้เป็นระยะที่ต้องได้รับการเรียนรู้กฎเกณฑ์ ระเบียบต่างๆ ของสังคม เรียนรู้การเข้าร่วมกลุ่ม ทักษะทางสังคม ร่วมกับเพื่อนในวัยเดียวกันและต่างวัย เรียนรู้พฤติกรรมตามวัยและเพศของตนเอง จะเห็นได้ว่าในวัยนี้เป็นวัยที่ควรเรียนรู้เรื่องกฎและระเบียบ และในพัฒนาการทางกายในวัยนี้มีอัตราค่อนข้างช้า ซึ่งเด็กในช่วงนี้เป็นช่วงที่มีความสำคัญ เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการในด้านต่างๆ ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาจากวัยทารก เพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนรู้และก้าวเข้าสู่วัยเรียน เด็กในวัยนี้จำเป็นต้องได้รับการดูแลและพัฒนาจากครอบครัว และผู้ใกล้ชิด ซึ่งบุคคลกลุ่มดังกล่าวจึงควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติของเด็ก พัฒนาการแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา รวมทั้งมีการส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการในด้านต่างๆ อย่างเหมาะสมและถูกวิธี

ธรรมชาติและ ความสนใจของเด็กในวัยนี้ มีลักษณะเหมือนฟองน้ำซึ่งสามารถดูดซับ เรียนรู้ในสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวได้อย่างรวดเร็ว ดังนั้นพ่อแม่ ผู้ปกครองและผู้เกี่ยวข้องจะเป็นผู้มีอิทธิพลต่อการปลูกฝังและพัฒนาการเรียนรู้ในด้านต่างๆ ของเด็กอย่างมาก การเลี้ยงดูและปลูกฝังที่ถูกต้องจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก

การพัฒนาความสามารถและศักยภาพของเด็กในช่วงก่อนวัยเรียน พ่อแม่ ผู้ปกครองและครูควรคำนึงถึงพัฒนาการในด้านต่างๆ ที่สำคัญ 3 ด้านได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และสังคม และด้านสติปัญญา ในวัยนี้มีพัฒนาการที่เด่นๆ ซึ่งผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องควรมีความรู้และเข้าใจ รวมทั้งสังเกตความสามารถในแต่ละด้าน พร้อมทั้งให้การกระตุ้นอย่างเหมาะสม

พัฒนาการด้านร่างกาย พัฒนาการทางกายของเด็กในระยะก่อนวัยเรียนจะมีพัฒนาการทางกายของร่างกายส่วนต่างๆ เพื่อให้ทำงานอย่างเต็มที่ แต่ในส่วนอัตราการเปลี่ยนแปลงของร่างกายส่วนต่างๆ นั้นช้าเมื่อเทียบกับวัยทารก น้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้นแต่ยังไม่มาก ร่างกายส่วนต่างๆ เริ่มเปลี่ยนแปลง เช่น แขนขายาวมากขึ้น ศีรษะยาวขึ้นและเริ่มเล็กลง ฟันน้ำนมยังไม่เจริญเต็มที่ กระดูเริ่มแข็งแรงมากขึ้น กว่าเดิม กล้ามเนื้อและประสาทสัมผัสต่างๆ ทำงานต่างๆ ได้ดีขึ้น เด็กในวัยนี้เริ่มควบคุมอวัยวะส่วนต่างๆ ได้ดีมากขึ้น การเล่นเกมที่ได้ออกกำลังกายจะช่วยกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาพฤติกรรมด้านอารมณ์ สังคมและสติปัญญาควบคู่กันไปด้วย

การพัฒนาการทำงานประสานสัมพันธ์ของอวัยวะที่ใช้เคลื่อนไหวของเด็กในวัยนี้ เป็นช่วงสำคัญอย่างยิ่ง กล้ามเนื้อแขน ขาและข้อต่อต่างๆ ของเด็กเจริญขึ้นเรื่อยๆ จนเกือบสิ้นสุด รวมทั้งมีการพัฒนาความสามารถในการใช้งานของร่างกายและข้อต่อส่วนต่างๆ พัฒนาการเหล่านี้มีผลต่อการทรงตัวและการเคลื่อนไหวของเด็ก ลักษณะการเดิน การวิ่งของเด็กในวัยนี้จะแตกต่างจากวัยทารก เริ่มมีความใกล้เคียงกับวัยผู้ใหญ่มากขึ้น ซึ่งเป็นผลจากกล้ามเนื้อมีความแข็งแรง และความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อดีขึ้นนั่นเอง สิ่งที่เห็นความเปลี่ยนแปลงได้มากของเด็กในวัยนี้คือ การเดิน การวิ่ง การปีนป่าย การขว้างปาลูกบอล การกระโดด การปั่นจักรยาน เป็นต้น แต่ในส่วนของกล้ามเนื้อเล็ก หรือกล้ามเนื้อของมือนั้น เด็กในวัยนี้พบว่ายังไม่พัฒนาได้ดีและเต็มที่เหมือนกล้ามเนื้อใหญ่ ที่ใช้ในการเคลื่อนไหว แม้ว่ากล้ามเนื้อเล็กจะพัฒนาได้ไม่ดีเท่า แต่ความสามารถที่เห็นของเด็กในวัยนี้ ได้แก่ การเริ่มใช้มือจับดินสอลากเส้น จีดเขียน การใช้กรรไกร การผูกเชือก การติดกระดุม การถือและจับของที่มีน้ำหนักมากขึ้น รวมทั้งการใช้ปลายนิ้วในการหยิบจับวัตถุขนาดเล็กได้ดีมากขึ้นอีกด้วย

การพัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็กในวัยนี้ เป็นวัยเพื่อการเรียนรู้และเตรียมตัวเข้าสู่ช่วงเวลาที่ต้องทำกิจกรรมมากขึ้น เรียนรู้การปรับตัวเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับบุคคลอื่นๆ ทั้งในบ้านและในสังคม ดังนั้นพ่อแม่ ผู้ปกครองจึงควรส่งเสริมพัฒนาการทางกายของเด็กเป็นพื้นฐาน เพื่อให้เด็กสามารถไปปฏิบัติกิจกรรมอื่นๆ ต่อไปได้ นอกจากนี้พ่อ แม่และผู้ปกครอง ควรส่งเสริมการช่วยเหลือตัวเองของเด็กใน

วัยนี้ เช่น การรับประทานอาหาร การถอดเสื้อผ้า การใส่เสื้อผ้า เป็นต้น เพื่อให้การปรับตัวของเด็กในวัยนี้ในสังคมดีขึ้น

พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม ระยะเวลาก่อนวัยเรียน เป็นช่วงที่มักมีอารมณ์และพฤติกรรมคือ รื่น เอาแต่ใจตัวเอง เจ้าอารมณ์ อยู่ในวัยช่วงปฏิเสธ (Negativistic Phase) เด็กในวัยนี้เริ่มมีลักษณะอารมณ์ประเภทต่างๆ อย่างผู้ใหญ่ เช่น อารมณ์โกรธ อารมณ์อิจฉา อารมณ์อยากรู้ อยากเห็น อารมณ์เห็นอกเห็นใจ อารมณ์ก้าวร้าว อารมณ์อวดดี อารมณ์สนุกสนาน เป็นต้น

อารมณ์โกรธ เป็นอารมณ์ที่พบบ่อยสำหรับเด็กในวัยนี้ เนื่องจากเด็กอยากเป็นตัวของตัวเอง จึงแสดงออกในลักษณะอยากเอาชนะ บางครั้งเด็กแสดงอารมณ์โกรธ โดยร้องไห้ กระแทกเท้า กระโดด ทำร้ายตัวเอง ร้องกรี๊ด เป็นต้น อารมณ์อวดดี เป็นอารมณ์ที่พบบ่อยในเด็กวัยนี้เช่นกัน อารมณ์นี้เกิดจากเด็กมีความต้องการอยากทำอะไรด้วยตัวเอง แต่มักจะได้รับการบังคับในบางครั้ง ในเด็กบางคนจึงแสดงออกถึงพฤติกรรมการนิ่งเฉยไม่ตอบโต้ การไม่ปฏิบัติตาม การปฏิบัติตรงข้าม หรือสร้างทำกิจกรรมต่างๆ ให้ช้าลง เป็นต้น

เด็กในวัยนี้มักแสดงถึงลักษณะการเป็นเด็กช่างซัก ช่างถาม ซึ่งเป็นลักษณะเด่นของการพัฒนา อารมณ์อยากรู้ อยากเห็น เด็กเริ่มพัฒนาการรู้จักใช้เหตุผล ช่างตั้งคำถาม ถ้าผู้ปกครองสนองตอบอารมณ์ชนิดนี้ของเด็กจะช่วยทำให้การใช้เหตุผลของเด็กพัฒนาเร็วขึ้น และช่วยให้เด็กได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง สังคม และสิ่งแวดล้อมรอบตัวด้วย ผู้ปกครองจึงควรเข้าใจและตอบคำถามของเด็กอย่างเอาใจใส่เหมาะกับวัยและสติปัญญาของเด็ก ถ้าเด็กรู้สึกว่ามีผู้ใหญ่ไม่พอใจหรือได้รับโทษจากการซักถาม การซักถามจะค่อยๆ หายไป เด็กจะมีนิสัยไม่อยากรู้ อยากเห็น จะเกิดนิสัยเชื่อง่าย

ในส่วนพัฒนาการทางสังคมของเด็กในวัยนี้ จะได้รับการพัฒนาจากช่วงวัยทารก เด็กวัยนี้เริ่มเรียนรู้การเข้าหาบุคคลอื่น เริ่มจะอยากเล่นและคบหากับเด็กในวัยใกล้เคียงกัน แต่อาจยังทำได้ไม่มากนักเพราะยังไม่รู้จักการให้และการรับ ดังนั้นจะเห็นว่าเด็กในวัยนี้เล่นกับเพื่อนได้ไม่นานจะมีเรื่องทะเลาะกัน แต่ไม่นานจะกลับมาเล่นด้วยกันใหม่ เด็กในวัยนี้มักจะชอบเพื่อนที่ตามใจตนเองมากกว่าเพื่อนที่ช่างฟ้อง หรือไม่คล้อยตามตนเอง สิ่งที่พบบ่อยในเด็กวัยนี้คือ การเล่นหรือสร้างโลกสมมติขึ้น เป็นการเลียนแบบจากในครอบครัว จากโทรทัศน์หรือประสบการณ์อื่นๆ ซึ่งจะเห็นได้ว่าการเล่นกับเด็กในวัยนี้มีความสัมพันธ์กันมากเพราะช่วยให้เด็กเกิดพัฒนาการต่างๆ ช่วยเสริมสร้างความเข้าใจกับสิ่งแวดล้อม ช่วย

ให้เด็กรู้จักการเข้าสังคมกับบุคคลอื่น ลักษณะการเล่นและเรื่องราวที่เล่น เป็นส่วนหนึ่งที่บ่งบอกถึงสติปัญญา บุคลิกภาพ ลักษณะอารมณ์ และความสามารถของเด็ก พื้นฐานของครอบครัวและเพศ

พัฒนาการด้านสติปัญญา การพัฒนาความสามารถด้านสติปัญญาสำหรับเด็กในวัยนี้ ควรพัฒนาและส่งเสริมให้เด็กมีคุณลักษณะดังนี้ เป็นคนช่างสังเกต มีความจำและสมาธิที่ดี ในด้านกระบวนการคิด ควรพัฒนาให้เด็กเป็นคนคิดไว คิดเป็นระบบ คิดสร้างสรรค์ และสามารถคิดเชื่อมโยงเหตุและผลต่างๆ สามารถจินตนาการและสร้างภาพในใจได้ เน้นการแก้ปัญหา และการทำงานประสานระหว่างมือกับตา

ในการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กก่อนวัยเรียน แนวทางหนึ่งที่สามารถใช้เพื่อส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพเด็กในวัยนี้ นั่นคือการใช้กิจกรรมบูรณาการ ซึ่งจุดมุ่งหมายของการพัฒนาเด็กโดยใช้กิจกรรมบูรณาการนั้นคือ การพัฒนาเด็กเป็นองค์รวม คือ การพัฒนาทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาไปพร้อมๆ กัน โดยสามารถสอดแทรกกิจกรรมบูรณาการไว้ในชีวิตประจำวันให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชนและท้องถิ่น ซึ่งอาจเป็นในรูปแบบนิทานพื้นบ้าน คนตรี ศิลปะ และการละเล่นพื้นบ้าน

1) การส่งเสริมพัฒนาการโดยการเล่น การเล่นของเด็กในวัยนี้ ถือเป็นการเรียนรู้และช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ เช่น พัฒนาการทางกาย พัฒนาทักษะการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อและประสาทสัมผัส ความสนุกสนาน พัฒนาการความคิดด้านการเข้าใจตัวเอง การเข้าใจบุคคลอื่น และสิ่งแวดล้อม พัฒนาสติปัญญา และทักษะทางสังคม การเรียนรู้เรื่องกฎเกณฑ์ กติกาต่างๆ การเล่นอาจมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมและสังคม สำหรับการละเล่นแบบไทยๆ เป็นกิจกรรมการเล่นที่สอดคล้องกับขนบธรรมเนียมประเพณี รวมทั้งเป็นการอนุรักษ์ศิลปะและวัฒนธรรม แนวทางการเล่นที่จะทำให้เด็กในวัยนี้ได้พัฒนานั้น ควรให้อิสระแก่เด็กในการเล่น อย่าปิดกั้นการเล่น เพื่อให้เด็กได้รับโอกาสในการพัฒนาตนเอง และสนับสนุนให้เด็กได้เล่นกับเด็กทั้งวัยเดียวกันและต่างวัย ให้เล่นหลายๆ แบบ ซึ่งมีส่วนช่วยให้เด็กได้ฝึกทักษะและความคิดขั้นสูงได้เป็นอย่างดี

2) การส่งเสริมพัฒนาการโดยใช้กิจกรรมดนตรีและเพลง ดนตรีช่วยพัฒนาสมองทั้งซีกซ้ายและซีกขวา ขณะฟังดนตรีจะรู้สึกสบายซึ่งกระตุ้นการทำงานของสมองซีกขวา ในขณะที่การจับจังหวะและเสียงตัวโน้ตเป็นการกระตุ้นการทำงานของสมองซีกซ้าย เมื่อนำกิจกรรมดนตรีมาใช้เพื่อพัฒนาและส่งเสริมพัฒนาการเด็ก พบว่าดนตรีมีส่วนช่วยส่งเสริมพัฒนาการหลายด้าน คือ ด้านร่างกาย ดนตรีจะกระตุ้นให้เด็กเกิดการเคลื่อนไหวร่างกาย ช่วยส่งเสริมการทำงานประสานกัน และการใช้ประสาทสัมผัสทางกายด้วย นอกจากนี้ดนตรียังช่วยพัฒนาด้านอารมณ์ ดนตรีส่งเสริมให้เด็กเกิดสุนทรียภาพ มีความสุข เพลิดเพลิน

ผ่านคลายความตึงเครียดใช้ได้ทั้งในเด็กปกติ และเด็กพิเศษ ใช้ได้กับคนทุกเพศทุกวัย ในส่วนด้านสังคม คนตรีมีส่วนส่งเสริมให้เด็กสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อน และบุคคลรอบข้างได้ง่ายขึ้น และด้านสติปัญญา พบว่า เพลงช่วยกระตุ้นการเรียนรู้ในเรื่องต่างๆ การจดจำ รวมทั้งดนตรีมีส่วนกระตุ้นให้เด็กเกิดความคิดสร้างสรรค์ เกิดจินตนาการดีขึ้น

การใช้ดนตรีและเพลงเป็นสื่อในการส่งเสริมพัฒนาการให้กับเด็กในวัยก่อนวัยเรียนนั้น ผู้เลือกใช้ ควรคำนึงถึงลักษณะพัฒนาการของเด็ก ความสามารถของเด็ก นอกจากนี้เพลงที่ใช้ควรเป็นเพลงที่ร้องและ จำได้ง่าย และควรใช้เทคนิคที่เหมาะสม

3) การส่งเสริมพัฒนาการโดยใช้กิจกรรมศิลปะ ศิลปะเป็นเครื่องมือที่ช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ สร้างจินตนาการ ช่วยให้เด็กมีสมาธิ ช่วงสังเกต อ่อนโยน ใจเย็นมากขึ้น เด็กวัยนี้เป็นวัย เริ่มต้นขีดเขียน เป็นวัยที่มีพัฒนาการทางร่างกายที่สมบูรณ์ ทั้งสายตา มือ และการเคลื่อนไหว การทำงานประสานกัน ในช่วงแรกเป็นการขีดเขียนแบบไร้ทิศทาง ยังควบคุมได้ไม่คืบคั้น แต่เมื่อได้รับการฝึกฝนและ แนะนำบ่อยๆ จะสามารถควบคุมมือได้ดีขึ้น ศิลปะของเด็กในวัยนี้จึงเริ่มต้นจากการขีดเขียนเส้นต่างๆ และ เริ่มสร้างรูปทรง รูปร่างต่างๆ จากเส้นต่างๆ เหล่านี้

การนำศิลปะมาใช้ควรมีการใช้อย่างเป็นขั้นตอน เริ่มต้นจากการวาดรูปทรงง่ายๆ นั่นคือ รูปวงกลม จากนั้นจึงเป็นเส้นตรง และการนำเส้นตรงมาผสมกับวงกลมเป็นรูปร่างง่ายๆ ให้โอกาสและอิสระ กับเด็กในการสร้างสรรค์งานศิลปะ ซึ่งเด็กจะรู้สึกตื่นเต้น สนุกสนานและสามารถปลดปล่อยจินตนาการได้อย่างเต็มที่ บูรณาการนำธรรมชาติมาใช้ประกอบการแสดงออกทางศิลปะ รวมทั้งพัฒนาศิลปะจาก 2 มิติ ไปสู่งาน 3 มิติ ศิลปะมีส่วนในการช่วยพัฒนาความสามารถทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา อย่างครบถ้วน

4) การผ่อนคลาย การทำกิจกรรมต่างๆ สำหรับเด็กในวัยนี้ ต้องอาศัยกล้ามเนื้อ ข้อต่อและส่วนต่างๆ ของร่างกาย หากเด็กมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ข้อต่อที่ดี การทำงานของระบบประสาทในส่วนต่างๆ ที่รับและแปลผลข้อมูลอย่างถูกต้อง รวมทั้งมีการทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อ ข้อต่อ และระบบประสาทได้เป็นอย่างดีอีกด้วย หากปัจจัยดังกล่าวนี้ทำงานได้เป็นอย่างดีแล้วย่อมส่งผลให้การทำกิจกรรมต่างๆ นั้นดีตามไปด้วย ดังนั้น การเตรียมความพร้อมของกล้ามเนื้อ ระบบประสาทและข้อต่อในส่วนต่างๆ จึงมีความสำคัญ

การเตรียมความพร้อมของกล้ามเนื้อ และระบบประสาท รวมทั้งข้อต่อ นั้น สามารถทำได้หลากหลายวิธี ในส่วนของการเตรียมความพร้อมของกล้ามเนื้ออาจใช้วิธีที่นิยมกันมากคือ การนวดเพื่อผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การใช้ความร้อนความเย็นเพื่อกระตุ้นการทำงานของหลอดเลือดและเพื่อการผ่อนคลาย การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ การใช้น้ำเพื่อการผ่อนคลาย ส่วนการเตรียมความพร้อมของข้อต่อและระบบประสาทนั้น มีความสำคัญไม่น้อยไปกว่ากล้ามเนื้อ เพราะเป็นปัจจัยที่จะทำให้เด็กทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดีเช่นกัน วิธีที่นิยมใช้ในการเตรียมความพร้อมของข้อต่อและระบบประสาทส่วนต่างๆ คือ การกระตุ้นระบบประสาทโดยใช้การผสมผสานกัน หรือ Sensory Integration (SI)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การพัฒนาศักยภาพเด็กก่อนวัยเรียนนั้น จำเป็นต้องคำนึงถึงการพัฒนาร่างกายประกอบด้านต่างๆ อย่างเป็นองค์รวม นั่นคือการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และสังคม และด้านสติปัญญา โดยคำนึงถึงพัฒนาการของเด็กในแต่ละช่วงวัย และส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ โดยใช้กิจกรรมซึ่งเด็กในวัยนี้ ควรใช้กิจกรรมบูรณาการในการพัฒนาความสามารถด้านต่างๆ โดยสอดแทรกกิจกรรมเข้าไปสู่กิจวัตรประจำวัน ควบคู่กับการเล่น การใช้ดนตรี ศิลปะ และเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย ข้อต่อและระบบประสาท

บรรณานุกรม

<http://dnfe5.nfe.go.th/ilp/42028/index.htm>

<http://e-book.ram.edu/e-book/inside/html/dlbook.asp?code=HC323>

สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. (2549). คู่มือเสริมสร้างไอคิว อีคิวเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร :

สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.