

# การพัฒนาชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหว และเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น

## ANIMATION-BASED OCCUPATIONAL THERAPY ACTIVITIES TO IMPROVE MOVEMENT AND ATTENTION IN CHILDREN WITH ADHD

กัญญณณัฐ จอมใจป้อ

KANNANAT JOMJAPO

โรงเรียนสร้อยแยลส์วิทยาลัย

The Prince Royal's College

Email: 40473@virtual.prc.ac.th



วันที่รับบทความ: 5 มิถุนายน 2569; วันที่แก้ไขบทความ: 19 มิถุนายน 2569; วันที่ตอบรับบทความ: 20 มิถุนายน 2569

Received: June 5, 2026; Revised: June 19, 2026; Accepted: June 20, 2026

### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) อายุโดยเฉลี่ย 9 ปี 2) เพื่อประเมินและเปรียบเทียบระดับสมาธิของเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น จากแบบทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลาง 3) เพื่อกระตุ้นการทำงานของสมองและเพิ่มระดับสมาธิในเด็กสมาธิสั้นทันทีหลังจากการทำชุดกิจกรรม สิ่งที่ใช้ในการเก็บข้อมูลได้แก่ ข้อมูลด้านการขาดสมาธิ ข้อมูลด้านอาการนอนไม่อยู่นิ่ง และข้อมูลการประเมินด้านอาการดื้อและต่อต้าน ในการวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าเฉลี่ย(x) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) มีประสิทธิภาพ (E1/E2) ในกลุ่มทดลองขนาดเล็ก เท่ากับ 82.25/80.00 กลุ่มขนาดกลาง เท่ากับ 87.07/81.13 และกลุ่มขนาดใหญ่ เท่ากับ 86.38/83.33 ซึ่งทุกกลุ่มมีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐาน 80/80 ที่กำหนดไว้ 2) หลังจากการทำหลังจากการทำชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) สามารถช่วยลดอาการขาดสมาธิ ลดพฤติกรรมอยู่นิ่ง หุนหันพลันแล่น และลดอาการดื้อต่อต้าน ทำให้เด็ก

สมาธิสั้นสามารถเพิ่มระยะเวลาการจดจ่อและคงสมาธิในการปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่อง จากผลการวิจัยนี้สามารถสรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมบำบัดผ่านการใช้แอนิเมชันสามารถพัฒนาสมาธิและการจดจ่อของเด็กสมาธิสั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังสามารถส่งผลดีต่อการเรียนรู้ในวัยเด็ก

**คำสำคัญ:** เด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น, ชุดกิจกรรมบำบัด, แอนิเมชัน, สมาธิและการจดจ่อ, การเคลื่อนไหว

## Abstract

This research aimed to investigate the effects of Animation-Based Occupational Therapy Activities to Improve Movement and Attention in Children with ADHD, designed to promote movement and enhance attention spans in children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), with an average age of 9 years. The study also sought to assess and compare the children's attention levels before and after the intervention, as well as to stimulate brain function and achieve immediate improvements in attention following the completion of the activity sessions. Data collection focused on three core clinical areas: inattention, hyperactivity, impulsivity, and oppositional/defiant behaviors. The gathered data were statistically analyzed using mean ( $\bar{x}$ ) and standard deviation (S.D.).

The findings revealed that Animation-Based Occupational Therapy Activities to Improve Movement and Attention in Children with ADHD demonstrated high efficiency (E1/E2) across all implementation phases. Specifically, the efficiency was calculated at 82.25/80.00 for the small-scale group, 87.07/81.13 for the medium-scale group, and 86.38/83.33 for the large-scale group, with every testing group successfully surpassing the predetermined standard criteria of 80/80. Furthermore, post-intervention outcomes indicated that the activity package effectively reduced symptoms of inattention, hyperactivity, impulsivity, and oppositional defiance. This allowed the children to prolong their focus and maintain sustained attention throughout the activities. In conclusion, Animation-Based Occupational Therapy Activities to Improve Movement and Attention in Children with ADHD is highly effective in developing attention and focus among children with ADHD, ultimately yielding positive and meaningful outcomes for early childhood learning.

**Keywords:** Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), Occupational Therapy, Animation-Based Intervention, Attention, Motor Skills

## บทนำ

โรคสมาธิสั้น (Attention Deficit Hyperactivity Disorder : ADHD) เป็นภาวะที่เกิดจากความบกพร่องในการทำงานของสมอง ส่งผลให้เกิดกลุ่มอาการหลัก 3 ด้าน ได้แก่ พฤติกรรมขาดสมาธิ (Inattention) พฤติกรรมซุกซนอยู่ไม่นิ่ง (Hyperactivity) และพฤติกรรมขาดความยับยั้งชั่งใจตนเอง (Impulsivity) อาการเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ อาชีพ ความสัมพันธ์ในครอบครัว และการเข้าสังคม ซึ่งในระดับประเทศ พบความชุกของโรคสมาธิสั้นเท่ากับร้อยละ 8.1 โดยพบอัตราส่วนเพศชายต่อเพศหญิงเท่ากับ 3:1 (ทวิศิลป์ และคณะ, 2555) เด็กที่มีภาวะนี้มักมีพฤติกรรมขาดสมาธิ และไม่สามารถจดจ่อกับสิ่งที่เรียนรู้ในระยะเวลาอันยาวนาน การจัดการเรียนการสอนสำหรับเด็กสมาธิสั้นควรได้รับการออกแบบเฉพาะ เพื่อส่งเสริมการพัฒนาทักษะด้านสมาธิได้เหมาะสมกับตัวผู้เรียน

การออกกำลังกายและกิจกรรมที่ต้องใช้การเคลื่อนไหวร่างกายจะช่วยส่งเสริมสุขภาพ ลดความเสี่ยงของโรคต่างๆ และ ช่วยควบคุมน้ำหนัก อย่างไรก็ตาม ยังมีข้อมูลบางประการที่ไม่เป็นที่รับรู้กันโดยแพร่หลายเกี่ยวกับบทบาทของกิจกรรมเหล่านี้ในการพัฒนา Executive Function หรือความสามารถในการควบคุมตนเองของเด็กสมาธิสั้นได้ กิจกรรมทางกายภาพสามารถกระตุ้นสมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการควบคุมพฤติกรรม สมาธิ และอารมณ์ (Yuan-Shou Chan, et al., 2564) และการทำกิจกรรมทางกายภาพควรทำอย่างน้อย 3 ครั้ง/สัปดาห์เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด (Dong Li, et al., 2566) การเข้าใจในบทบาทของกิจกรรมนี้สามารถนำไปช่วยให้ออกแบบชุดกิจกรรมที่เหมาะสมกับเด็กได้ ทำให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านการเคลื่อนไหว ลดความกระสับกระส่าย และเพิ่มสมาธิ

จากกิจกรรมดังกล่าวผู้วิจัยมุ่งเน้นการพัฒนาชุดกิจกรรมบำบัดที่ใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลาง เพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหว ลดอาการวอกแวก และเพิ่มความสามารถในการควบคุมตนเองของเด็กสมาธิสั้น โดยออกแบบกิจกรรมให้เหมาะสมกับช่วงวัยและความสนใจของเด็ก เพื่อให้สามารถนำไปใช้ได้ทั้งในโรงเรียนและที่บ้าน แนวทางนี้คาดว่าจะช่วยพัฒนาทักษะด้านสมาธิและการเรียนรู้ของเด็กได้อย่างมีประสิทธิภาพ และอาจเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการปรับพฤติกรรมของเด็กสมาธิสั้นที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสถานศึกษาและชีวิตประจำวันได้จริง

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาชุดกิจกรรมบำบัดที่ใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) อายุ 10 ปี

2. เพื่อประเมินและเปรียบเทียบระดับสมาธิของเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น จากแบบทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมชุดกิจกรรมบำบัดที่ใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลาง

### กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวจัดกระทำ = การพัฒนาชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD)

1. โยคะ
2. ฟีกร้องเพลง
3. รำไทเก๊ก
4. เล่นเงา
5. วังจับคู่ภาพ
6. โยนบอลเข้าตะกร้า



ตัวแปรที่ศึกษา : ความสามารถในการจดจ่อกับการทำกิจกรรม

### สมมุติฐานงานวิจัย

1. ชุดกิจกรรมชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) มีคุณภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด 80/80
2. นักเรียนที่เรียนด้วยชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) ที่สร้างขึ้นมีสมาธิและการจดจ่อมากขึ้น

### ระเบียบวิธีวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ประชากรในด้านการวิจัยทดลองครั้งนี้เป็นนักเรียนโรงเรียนวัดสันกลางเหนือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 30 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ของ โรงเรียนวัดสันกลางเหนือ ตำบลสันกลาง อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568 มีนักเรียนทั้งหมด 15 คน ที่เป็นเด็ก

## สมาริสั้น เครื่องมือที่ใช้ในการทำงานวิจัย ได้แก่

### 1. ชุดกิจกรรม

- 1) โยคะ
- 2) ฝึกร้องเพลง
- 3) รำไทเก๊ก
- 4) เล่นเงา
- 5) วังจับคู่ภาพ
- 6) โยนบอลเข้าตะกร้า

### 2. ทำแบบทดสอบ PRETEST-POSTTEST

## วิธีดำเนินการวิจัย

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การพัฒนาชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD)

1.1. กิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD เป็นชุดกิจกรรมที่นำสื่อแอนิเมชันมาประยุกต์กับการเคลื่อนไหวเพื่อนำมาบำบัดเด็กสมาธิสั้น (ADHD) ได้แก่ 1) โยคะ 2) ฝึกร้องเพลง 3) รำไทเก๊ก 4) เล่นเงา 5) วังจับคู่ภาพ และ 6) โยนบอลเข้าตะกร้า โดยกิจกรรมทั้งหมดนี้ให้นักเรียนมีความสนใจและมีสมาธิในการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม

1.2. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมที่บำบัดเด็กสมาธิสั้น(ADHD)

1.3. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับสร้างชุดกิจกรรมเพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD)

1.4. สร้างชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น(ADHD) ส่งเสริมความสามารถให้นักเรียนมีสมาธิ มีความสนใจในชุดกิจกรรม โดยชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจาก (จุรีพร ทองแก้ว,2550)

1.5. นำชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น(ADHD) หาคุณภาพของชุดกิจกรรมโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมซึ่งพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้องความสอดคล้องมีค่าเป็น 0.945 ถือว่ามีความสอดคล้องกันสามารถนำไปใช้ได้

1.6. นำชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) ที่สร้างขึ้นที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามความเหมาะสมของผู้เชี่ยวชาญ

1.7. นำชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) ที่สร้างขึ้นที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามความเหมาะสมของผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้กับนักเรียน 3 ครั้ง ดังนี้

1.7.1. ครั้งที่ 1 ทดลองกลุ่มเล็ก นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนบ้านบ่อสร้าง ปีการศึกษา 2567 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับดี ปานกลาง อ่อน อย่างละ 3 คน จำนวน 3 คน เพื่อหาความเหมาะสมของชุดกิจกรรมโดยสังเกตพฤติกรรมการเรียน ซักถามปัญหาต่างๆและนำไปปรับแก้ครั้งที่ 1

1.7.2. ครั้งที่ 2 ทดลองกลุ่มกลาง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนบ้านบ่อสร้าง ปีการศึกษา 2567 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับดี ปานกลาง อ่อน อย่างละ 9 คนจำนวน 9 คน เพื่อหาความเหมาะสมของชุดกิจกรรมโดยสังเกตพฤติกรรมการเรียน ซักถามปัญหาต่างๆและนำไปปรับแก้ครั้งที่ 2

1.7.3. ครั้งที่ 3 ทดลองกลุ่มใหญ่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนบ้านบ่อสร้าง ปีการศึกษา 2567 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับดี ปานกลาง อ่อน จำนวน 30 คน เพื่อหาความเหมาะสมของชุดกิจกรรมค่าประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้เป็นไปตามเกณฑ์ประสิทธิภาพที่กำหนดไว้ 80/80 แสดงว่าชุดกิจกรรมการเรียนรู้ สามารถนำไปทดลองใช้ในกลุ่มตัวอย่างต่อไปในการทดลองแต่ละครั้งดำเนินการเก็บข้อมูลดังต่อไปนี้

2. ก่อนทดสอบใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้แต่ละชุด ต้องให้คุณครูหรือผู้ดูแลทำแบบประเมินสมาธิสั้น SNAP-IV ก่อนเรียน

3. หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแต่ละชุดแล้ว ให้คุณครูหรือผู้ดูแลทำแบบประเมินสมาธิสั้น SNAP-IV อีกรอบ

### แบบประเมินพฤติกรรม Swanson, Nolan, and Pelham (SNAP-IV (Short Form))

1. ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถามความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ศึกษาการแบบประเมิน พบว่าในปัจจุบันมีการใช้แบบประเมินพฤติกรรม Swanson, Nolan, and Pelham (SNAP-IV (Short Form)) ฉบับภาษาไทยของกรมสุขภาพจิต พัฒนาโดย กัญชมน สีหะปัญญา (2567) ซึ่งเป็นแบบสอบถาม 26 ข้อ เพื่อประเมินอาการของโรคสมาธิสั้น (ADHD) ในเด็กและวัยรุ่นอายุ 8-18 ปี โดยผู้ปกครองหรือครูเป็นผู้ประเมิน แบบประเมินนี้แบ่งเป็น 3 กลุ่มอาการ ได้แก่ ขาดสมาธิ (ข้อ 1-9), ซน/

หุ่นหันพลันแล่น (ข้อ 10-18) และ ตื้อต่อต้าน (ข้อ 19-26) การให้คะแนนจะอยู่ในมาตราส่วน 4 ระดับ คือ 0-3 และใช้การแปลผลตามคะแนนรวมในแต่ละกลุ่ม ดังนี้

- 0 คะแนน หมายถึง ไม่ปรากฏพฤติกรรม
- 1 คะแนน หมายถึง ปรากฏพฤติกรรมบางครั้ง
- 2 คะแนน หมายถึง ปรากฏพฤติกรรมบ่อยครั้ง
- 3 คะแนน หมายถึง ปรากฏพฤติกรรมบ่อยครั้งมาก

### เก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลการประเมินและเปรียบเทียบระดับสมาธิของเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น จากแบบทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมชุดกิจกรรมบำบัดที่ใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลาง โดยจะแบ่งระยะการทำงานทั้งหมด 3 ระดับดังนี้

ระยะที่ 1 : ให้คุณครูหรือผู้ดูแลทำแบบประเมินโดยใช้แบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV (Short Form) ก่อนทำกิจกรรม

ระยะที่ 2 : ดำเนินการทดลอง

ระยะที่ 3 : ให้คุณครูหรือผู้ดูแลทำแบบประเมินโดยใช้แบบประเมินพฤติกรรม SNAP-IV (Short Form) อีกครั้งหลังทำกิจกรรม

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยมีแนวทางในการดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1.การวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรงของชุดกิจกรรม จากงานวิจัย เรื่อง บำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) โดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (ICO) ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

1.1. การวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรงของชุดกิจกรรมการพัฒนาสมาธิและการจดจ่อจากแอนิเมชัน โดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)

1.2. ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

2.วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

2.1. หาค่าคุณภาพของชุดกิจกรรม โดยเปรียบเทียบค่าร้อยละของคะแนนเฉลี่ยที่เกิดขึ้น การทำกิจกรรมระหว่างเรียนรู้ด้วยบทปฏิบัติการในการในแต่ละบทกับค่าร้อยละของคะแนนเฉลี่ยที่เกิดจากการทำแบบทดสอบวัดผลด้านความรู้หลังการเรียนรู้ด้วยบทปฏิบัติการ นำผลมาเปรียบเทียบและหาคุณภาพตามเกณฑ์ (E1/E2) (ชัยยงค์ พรหมวงศ์, 2556)

2.2 วิเคราะห์คะแนนแบบประเมินสมาธิสั้น SNAP-IV ของก่อนเรียนและหลังเรียนโดยใช้สถิติ T-test dependent โดยมีการประเมินคะแนน ดังนี้

SNAP-IV (short form) มีแบบประเมินทั้งหมด 26 ข้อ ประเมินพฤติกรรมทางสมาธิ (Inattention) 9 ข้อ (ข้อ 1-9) ประเมินอาการหุนหัน/อยู่ไม่นิ่ง วู่วาม (Hyperactivity/Impulsivity) 9 ข้อ (ข้อ 10-18) และ ประเมินพฤติกรรมต่อต้าน (Oppositional defiant) 8 ข้อ (ข้อ 19-26) แบ่งคะแนนเป็น 4 ระดับ ไม่ปรากฏพฤติกรรม เท่ากับ 0 ปรากฏพฤติกรรมบางครั้ง เท่ากับ 1 ปรากฏพฤติกรรมบ่อยครั้ง เท่ากับ 2 และปรากฏพฤติกรรมบ่อยครั้งมาก เท่ากับ 3 หากการแปลผลคะแนนด้านการสมาธิ ด้านอยู่ไม่นิ่งและด้านการต่อต้าน เท่ากับ 16 14 และ 12 ตามลำดับ ถ้าสูงกว่าในแต่ละด้าน ถือว่าพฤติกรรมเสี่ยงในด้านนั้นๆ โดยแบบประเมินมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.93

**สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล** สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยเลือกใช้สถิติ ดังนี้

สถิติพื้นฐาน

1. ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ( $\bar{x}$ )
2. ค่าร้อยละ (%)
3. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

**สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล**

1. การทดสอบความสอดคล้องของชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) โดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2539: 249)

2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

2.1. ทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 สถิติเพื่อทดสอบประสิทธิภาพของ ชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือ E1/E2 โดยมีรายละเอียดดังนี้

E1 หมายถึง ค่าร้อยละของคะแนนเฉลี่ยที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมระหว่างเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรม ชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) มาจากงานวิจัยเรื่อง ผลของการใช้สื่อเอนิเมชันต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

E2 หมายถึง ค่าร้อยละของคะแนนเฉลี่ยที่เกิดจากการทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและหลังการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) จากงานวิจัยเรื่อง ผลของการใช้สื่อเอนิเมชันต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

## ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 : ประสิทธิภาพของ ชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD)

| กลุ่มการทดลอง | E1/E2         |
|---------------|---------------|
| ขนาดเล็ก      | 82.25 / 80.00 |
| ขนาดกลาง      | 87.07 / 81.13 |
| ขนาดใหญ่      | 86.38 / 83.33 |

จากผลการวิจัยพบว่า ผลการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางในเด็ก ADHD พบว่า กลุ่มทดลองขนาดเล็ก มีประสิทธิภาพ E1/E2 เท่ากับ 82.25/80.00 กลุ่มทดลองขนาดกลาง เท่ากับ 87.07/81.13 และกลุ่มทดลองขนาดใหญ่ เท่ากับ 86.38/83.33 ตามลำดับ ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้

ตารางที่ 2 : เปรียบพฤติกรรมด้านสมาธิและความจดจ่อ ของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้แบบประเมิน SNAP-IV (N = 15)

| การสอบ    | N  | M     | A     | S.D. | $\Sigma D$ | $\Sigma D^2$ | t     | P    |
|-----------|----|-------|-------|------|------------|--------------|-------|------|
| ก่อนเรียน | 15 | 52.40 | 67.18 | 4.85 | 221        | 3,427        | 10.07 | 0.00 |
| หลังเรียน | 15 | 37.67 | 48.30 | 3.12 |            |              |       |      |

จากผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังเรียน (M = 37.67, S.D. = 3.12) ลดลงจากก่อนเรียน (M = 52.40, S.D. = 4.85) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (t = 10.07, p = 0.00)

## สรุป

1. จากการทดลองและวิจัยพบว่าชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) พบว่าชุดกิจกรรมมีประสิทธิภาพค่า E1 / E2 เท่ากับ 86.38/83.33 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ มาตรฐานที่กำหนดไว้โดยใช้เกณฑ์ 80/80

2. จากการผลการใช้ชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมดังกล่าวมีระดับสมาธิและความสามารถในการจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้เพิ่มขึ้น เมื่อเปรียบเทียบการทดลอง

## อภิปรายผล

การศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) ผลการวิจัยพบว่า เด็กสมาธิสั้น (ADHD) กลุ่มเป้าหมายทั้ง 3 คนมีความสามารถในการจดจ่อในระยะเวลาทดลอง และ ระยะเวลาติดตามผลสูงขึ้นกว่าระยะเส้นฐาน แสดงว่าชุดกิจกรรมบำบัดสามารถพัฒนาการจดจ่อในด้านการมีส่วนร่วมและจดจ่อในการทำกิจกรรม พัฒนาระดับที่ดีขึ้น สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวสามารถอภิปรายผลได้ดี ดังนี้

1. ผลการสร้างชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้เอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) ได้แก่ 1) โยคะ 2) ฝึกร้องเพลง 3) รำไทเก๊ก 4) เล่นเงา 5) วังจับคู่ภาพ 6) โยนบอลเข้าตะกร้า ที่มีเนื้อหาเหมาะสมสำหรับนักเรียน ภาษาที่เหมาะสมสำหรับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 แต่มีประสิทธิภาพเท่ากับ 86.38/83.33 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 80/80 ที่ตั้งไว้ เนื่องจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นตามหลักการและทฤษฎีของชุดกิจกรรมมีการจัดการเรียนการสอนที่มีลำดับขั้นตอนในการเรียนรู้ในการเรียนรู้จากยากไปหาง่าย และจัดเนื้อหาแบบง่ายๆ โดยคำนึงถึงพัฒนาการทางสติปัญญาของผู้เรียนที่มีสติปัญญาแตกต่างกัน ดังนั้น การจัดการเรียนรู้จากง่ายไปหายากนี้เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ทำให้นักเรียนเกิดการลำดับเหตุการณ์เนื้อหาได้ดี มีการเรียนรู้เป็นขั้นเป็นตอนที่ทำให้ค่อยๆ เรียนรู้ และเกิดความเข้าใจทุกคน จากการสังเกตและซักถามนักเรียนเพื่อทำการบันทึกหลังทำกิจกรรมพบว่า นักเรียนมีการเรียนรู้อย่างมีความสุขและสนุกสนาน จึงส่งผลต่อประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม

ซึ่งสอดคล้องกับ เปรมนีย์ เบ้งทา (2565) ที่จัดชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นตามหลักการและทฤษฎีของชุดกิจกรรม มีการจัดการเรียนการสอนที่มีลำดับขั้นตอนในการเรียนรู้จากง่ายไปหายาก ซึ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพทางการเรียนของนักเรียน เพราะกิจกรรมที่ไม่ได้เน้นการสอนทฤษฎี แต่เป็นการทำกิจกรรมด้วยความเพลิดเพลิน สื่อการสอนที่เข้าถึงง่าย อีกทั้งภาพเสียง สิ่งเหล่านี้ที่ดึงดูดความสนใจ จึงส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบมีความสุข เมื่อผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบมีความสุขก็ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบมีความสุข เมื่อเกิดการเรียนรู้แบบมีความสุขก็ส่งผลให้เกิดการพัฒนาเรียนรู้ได้ดีขึ้น ตลอดจนสามารถในการทำกิจกรรมได้เป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ที่มีความสุข ทิศนา ขัมมณี (2561) ได้กล่าวว่า การเรียนรู้แบบมีความสุข เป็นการเรียนรู้แบบใหม่ทำให้ผู้เรียนเรียนอย่างสนุกสนานทุกครั้ง ทุกชั่วโมง ผู้เรียน

มาเรียนด้วยความตื่นเต้นและมุ่งมั่น อยากรู้ในสิ่งที่เขายังไม่รู้ อยากทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ และอยากเป็นในสิ่งที่เขาไม่เคยเป็น

2. การศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางเพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวและเพิ่มสมาธิในกลุ่มเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD) พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมดังกล่าวมีระดับสมาธิและความสามารถในการจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้เพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนและหลังการทดลอง เนื่องจากชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นมีกระบวนการจัดลำดับขั้นตอนในการเรียนรู้จากง่ายไปหายาก และจัดเนื้อหาให้มีความง่าย ไม่ซับซ้อน ซึ่งสอดคล้องกับพัฒนาการทางสติปัญญาและข้อจำกัดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่มีภาวะสมาธิสั้น การเรียนรู้ที่เป็นขั้นเป็นตอนแบบค่อยเป็นค่อยไปนี้ ทำให้นักเรียนสามารถลำดับเหตุการณ์และเนื้อหาได้ดี ไม่เกิดความรู้สึกลำบากเกินไปจนละทิ้งความสนใจ ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจและร่วมมือในการทำกิจกรรม นอกจากนี้ การใช้สื่อแอนิเมชันที่มีทั้งภาพและเสียงที่เข้าถึงง่าย ทำหน้าที่เป็นสิ่งเร้าเชิงทัศนที่ช่วยดึงดูดความสนใจและตรึงพฤติกรรมของนักเรียนเอาไว้ ส่งผลให้พฤติกรรมวอกแวกหรือการขาดสมาธิลดลงอย่างเห็นได้ชัด นักเรียนจึงสามารถคงสมาธิและจดจ่ออยู่กับการปฏิบัติกิจกรรมบำบัดทั้ง 6 กิจกรรมได้อย่างต่อเนื่องจนจบกระบวนการ

ซึ่งผลลัพธ์ดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ สุนิสา ทับแสง (2565) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมเด็กสมาธิสั้น โดยระบุว่าการจัดกิจกรรมที่มีโครงสร้างชัดเจน เรียงลำดับจากขั้นตอนที่ง่ายไปสู่ขั้นตอนที่ท้าทายขึ้น ควบคู่ไปกับการใช้สื่อเทคโนโลยีหรือภาพเคลื่อนไหวที่ดึงดูดสายตา มีส่วนสำคัญในการช่วยเพิ่มระยะเวลาการจดจ่อ และลดความหุนหันพลันแล่นของเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรนภา อัครสถาพร (2566) ที่พบว่า การใช้สื่อมัลติมีเดียและกิจกรรมทางกายที่มีลำดับขั้นตอนไม่ซับซ้อน สามารถกระตุ้นระบบประสาทและการรับรู้ของผู้เรียน ทำให้เกิดความตั้งใจและพัฒนาพฤติกรรมการกักเก็บสมาธิระหว่างการทำกิจกรรมได้ดียิ่งขึ้น

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

นำชุดกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในสถานศึกษาและศูนย์บำบัด ให้แก่ ครูผู้สอน ผู้ปกครอง หรือนักกิจกรรมบำบัด สามารถนำชุดกิจกรรมบำบัดโดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อกลางนี้ ไปใช้เป็นเครื่องมือในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่บทเรียน หรือใช้ควบคู่กับการจัดการเรียนรู้ปกติ เพื่อช่วยดึงดูดความสนใจ กระตุ้นระบบประสาทและการรับรู้ และเพิ่มระยะเวลาการจดจ่อให้กับเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น (ADHD)

### ข้อเสนอแนะในงานวิจัยครั้งถัดไป

ควรศึกษาติดตามผลในระยะยาวหลังสิ้นสุดการทดลอง เพื่อยืนยันความยั่งยืนของการคงอยู่พฤติกรรม สมาธิและการจดจ่อ ควบคู่กับการขยายกลุ่มเป้าหมายไปยังเด็กสมาธิสั้นในระดับอายุอื่น ๆ เพื่อพัฒนาสื่อ แอนิเมชันบำบัดให้มีประสิทธิภาพและครอบคลุมยิ่งขึ้น

## เอกสารอ้างอิง

- กัญจน สีสะปัญญา. (2567). การประเมินพฤติกรรมและแนวทางการปรับพฤติกรรมเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้นในสถานศึกษา. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- จรีพร ทองแก้ว. (2550). การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อปรับพฤติกรรมและส่งเสริมสมรรถภาพทางกายของผู้เรียนที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษ. วารสารศึกษาศาสตร์, 8(2), 64–77.
- ชัยงค์ พรหมวงศ์. (2556). การทดสอบประสิทธิภาพสื่อหรือชุดการสอน. วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์, 5(1), 7–20.
- ทศนา แคมมณี. (2561). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 22). สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เปรมนีย์ เป้งทา. (2565). การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงรุกเพื่อส่งเสริมความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของผู้เรียน. วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, 14(2), 45–58.
- พรณา อัครสถาพร. (2566). การใช้สื่อมัลติมีเดียและกิจกรรมทางกายที่มีโครงสร้างไม่ซับซ้อนเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพและการรับรู้ของผู้เรียนที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษ. วารสารนวัตกรรมการเรียนรู้, 12(3), 78–91.
- พัชรินทร์ รอดผล. (2564). การศึกษาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ระดับประถมศึกษาโดยใช้กลยุทธ์การเรียงลำดับเนื้อหาจากง่ายไปยาก. วารสารวิชาการศึกษา, 15(2), 201–215.
- Chan, Y. S., Zhou, Y., & Zhang, L. (2021). Physical activity and prefrontal cortex activation: Implications for executive function and behavioral control in children with ADHD. *Journal of Neurodevelopmental Disorders*, 13(2), 145–159.
- Li, D., Wang, X., & Liu, H. (2023). Optimizing the frequency of physical activity interventions for children with ADHD: A meta-analysis of randomized controlled trials. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 20(1), 88–102.