

## การพัฒนาทักษะ EF ให้กับเด็ก

🕒 **นำเสนอเมื่อ** 7 เม.ย. 2558

สถาบันอาร์แอลจี แนะนำ “Executive Functions” EF สู่เด็กปฐมวัย

สถาบันอาร์แอลจี (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) แนะนำองค์ความรู้เรื่อง “Executive Functions(EF)” สู่วงการศึกษาระดับปฐมวัย โดยมุ่งหวังให้พ่อแม่และบุคลากรทางการศึกษาดานปฐมวัยศึกษา

สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาเด็กเล็กตั้งแต่แรกเกิด-6 ปีได้อย่างเป็นรูปธรรม

นางสุภาวดี หาญเมธี ประธานสถาบันอาร์แอลจี (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) เปิดเผยว่า EF (Executive Functions) คือกระบวนการทางความคิด (Mental process) เป็นการทำงานของสมองส่วน

หน้า ที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก และการกระทำ เช่น การตั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำและเรียกใช้

ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการทำสิ่งต่างๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ ซึ่งเป็นทักษะที่มนุษย์เราทุกคนต้องใช้ มีความสำคัญต่อ

ความสำเร็จในการเรียน การทำงาน รวมทั้งการมีชีวิตครอบครัว ทักษะ EF นี้ นักวิชาการระดับโลกชี้แล้วว่า สำคัญกว่า IQ และ EQ มีงานวิจัยชี้ชัดว่าช่วงวัย 3-6 ปีนี้ เป็นช่วงเวลาสำคัญใน

### การพัฒนาทักษะ EF ให้กับเด็ก

Executive Functions (EF) ประกอบด้วยทักษะ 9 ด้าน ประกอบด้วย 1.Working memory ความจำที่นำมาใช้งาน 2.Inhibitory Control การยั้งคิด 3.Shift หรือ Cognitive Flexibility

การยืดหยุ่นความคิด 4.Focus / Attention การใส่ใจจดจ่อ 5.Emotional Control การควบคุม 6.Planning and Organizing การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการ 7.Self -Monitoring

การรู้จักประเมินตนเอง 8.Initiating การริเริ่มและลงมือทำงานตามที่คิด 9. Goal-Directed Persistence ความพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย

สำหรับประเทศไทยมี รศ.ดร.นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล อาจารย์และนักวิจัยด้านประสาทวิทยาและคณะจากศูนย์วิจัยประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล มหาวิทยาลัยมหิดล

เป็นผู้ศึกษาวิจัยและรวบรวมงานวิจัยจากต่างประเทศ ส่วนสถาบันอาร์แอลจี ทำหน้าที่จัดการความรู้และพัฒนาให้ทักษะ EF เป็นเรื่องที่เข้าใจง่าย โดยมุ่งหวังให้พ่อแม่และบุคลากรทางการ

ศึกษา โดยเฉพาะปฐมวัยศึกษาสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาเด็กได้อย่างเป็นรูปธรรม โดยหวังว่า ทักษะ EF จะเป็นองค์ความรู้ที่จะส่งเสริมการปฏิรูปการศึกษาของไทยในอนาคต

นางสุภาวดี กล่าวต่อไปว่า การนำ EF ไปใช้ ไม่ได้เพิ่มเนื้อหาในบทเรียน และไม่ได้เพิ่มภาระใหม่ให้กับพ่อแม่หรือครู ไม่ต้องมีอุปกรณ์แพงๆ แต่ต้องทำความเข้าใจหลักการพัฒนาทักษะ EF

ให้ชัดเจน แล้วสังเกตว่าลูกของเรามีจุดแข็ง EF ในด้านใด มีจุดอ่อนด้านใด แล้วฝึกฝนเสริมสร้างในด้านนั้น โดยพัฒนาผ่านประสบการณ์ในชีวิตจริง ทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน