



ผลของโปรแกรมกิจกรรมเลียนแบบท่าทางโดยใช้อัลบั้มภาพอารมณ์ส่วนบุคคล (PEPA)
ต่อความสามารถในการรับรู้ภาษากายและความสามารถในการสื่อสารอารมณ์
ในเด็กออทิสติก

Effects of the Gesture Imitation Activity Program Using a Personal Emotion
Photo Album (PEPA Program) on Body Language Recognition Ability and
Emotional Communication Ability in Autistic Children

Received: April 12, 2026

Revised: April 23, 2026

Accepted: April 30, 2026

ปริญญญา ทาประเสริฐ*

Phatinya Thaprasert*

* ศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดลำปาง ตำบลพระบาท อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง 52000

Special Education Centre, Lampang Province, Phrabat Sub-district, Mueang District, Lampang 52000

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาผลของโปรแกรม PEPA (Personal Emotion Photo Album Program) ต่อความสามารถในการรับรู้ภาษากาย (BLRA) และความสามารถในการสื่อสารอารมณ์ (ECA) ในเด็กออทิสติกอายุ 4-8 ปี กลุ่มเป้าหมายเป็นเด็กออทิสติก 5 ราย คัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ DSM-5 จากศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดลำปาง ดำเนินการวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน (PAOR) 4 วงรอบ โดยโปรแกรม PEPA มีกิจกรรม 6 ประเภท จัดแบบ 1 ต่อ 1 สัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวม 36 ครั้ง ตลอด 15 สัปดาห์

ผลการวิจัยพบว่าเด็กทุกรายมีคะแนน BLRA เพิ่มขึ้นจาก 16.20 เป็น 29.80 และ ECA เพิ่มขึ้นจาก 13.60 เป็น 26.60 จากคะแนนเต็ม 40 คะแนน (ร้อยละการเปลี่ยนแปลง 83.95 และ 95.59 ตามลำดับ) เด็กที่ไม่มีภาษาพูดแสดงพัฒนาการผ่านการชี้ภาพและท่าทาง ผู้ปกครองรายงานพฤติกรรมทำหาลดลงร้อยละ 50-70 โปรแกรม PEPA ช่วยพัฒนา BLRA และ ECA ในเด็กออทิสติก และสามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเด็กออทิสติกในศูนย์การศึกษาพิเศษ

คำสำคัญ: เด็กออทิสติก, ความสามารถในการรับรู้และอ่านภาษากาย, ความสามารถในการสื่อสารอารมณ์, อัลบั้มภาพอารมณ์ส่วนบุคคล, กิจกรรมเลียนแบบท่าทาง

* ผู้ประสานงาน (Corresponding Author): ปริญญญา ทาประเสริฐ

อีเมล: momopopitak9@gmail.com



Abstract

This study examined the effects of the Personal Emotion Photo Album (PEPA) Program on Body Language Reading Ability (BLRA) and Emotional Communication Ability (ECA) in autistic children aged 4 to 8 years. The target group comprised five autistic children, purposively selected according to DSM-5 diagnostic criteria from the Special Education Center of Lampang Province. The study employed a Participatory Action and Observation Research (PAOR) design across four cycles. The PEPA program encompassed six categories of activities, delivered on a one-to-one basis three sessions per week, totaling 36 sessions over 15 weeks.

The findings revealed that all participating children demonstrated notable improvements across both domains. BLRA scores increased from a mean of 16.20 to 29.80, while ECA scores rose from 13.60 to 26.60, out of a maximum possible score of 40 points, representing percentage changes of 83.95% and 95.59%, respectively. Children who were pre-verbal showed meaningful developmental progress through pointing and gestural communication. Additionally, parents reported a 50 to 70 percent reduction in challenging behaviors following program participation. These results suggest that the PEPA program effectively enhances both BLRA and ECA in autistic children, and holds considerable promise for practical application in instructional activities within special education center settings.

Keywords: autistic children, body language reading ability, emotional communication ability, personal emotion photo album, imitative gesture activities

บทนำ

เด็กปฐมวัยทุกคนต้องเรียนรู้ที่จะอ่านอารมณ์ผู้อื่นจากสีหน้าและท่าทาง ซึ่ง Ren et al. (2023) และ Cavadini et al. (2025) พบว่าทักษะนี้วางรากฐานให้เด็กสามารถเข้าสังคมและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ตั้งแต่อายุเรียน กระทรวงศึกษาธิการ (2560) จึงกำหนดให้การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นหนึ่งในเป้าหมายหลักของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย อย่างไรก็ตาม เด็กที่มีภาวะออทิสติกสเปกตรัม (Autism Spectrum Disorder: ASD) มักไม่สามารถอ่านอารมณ์ผู้อื่นและสื่อสารความรู้สึกตนเองได้อย่างเหมาะสม (American Psychiatric Association, 2022) สมาคม

ผู้ปกครองบุคคลออทิสติกไทย (2566) รายงานว่าจำนวนเด็กกลุ่มนี้ในประเทศไทยเพิ่มขึ้นต่อเนื่องทุกปี และปัญหาดังกล่าวส่งผลโดยตรงต่อการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นในชั้นเรียน

ครูและนักกิจกรรมบำบัดที่ทำงานกับเด็กออทิสติกมักเลือกใช้สื่อภาพ เพราะเด็กกลุ่มนี้เรียนรู้จากการมองเห็นมากกว่าการฟัง วรรณภา ขาดิพิชิต (2560) ทดลองใช้ภาพถ่ายจริงในศูนย์การศึกษาพิเศษพบว่าเด็กตอบสนองและมีส่วนร่วมมากกว่าเมื่อเทียบกับภาพการ์ตูน ประภัสสร ปรีเปรม (2562) รายงานเช่นเดียวกันว่าภาพถ่ายส่วนบุคคลทำให้เด็กสื่อสารอารมณ์ได้ดีขึ้นและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลง

ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรม PEPA (Personal Emotion Photo Album Program) โดยนำภาพถ่ายของตัวเองมาใช้ร่วมกับกิจกรรมเลียนแบบท่าทาง แนวคิดนี้มาจาก Self-Modeling ของ Bandura (1997) ที่พบว่าเด็กเรียนรู้ได้เร็วกว่าเมื่อเห็นตนเองในบทบาทที่ต้องการฝึก และทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของ Bandura (1977) ที่อธิบายว่าการเลียนแบบตัวแบบที่ใกล้เคียงกับตนเองให้ผลดีกว่า ดร.ณวรรณ แก้วหนูนวล และสัญญาชัย พัฒนสิทธิ์ (2558) ทดลองใช้กิจกรรมเลียนแบบท่าทางกับสื่อภาพในเด็กออทิสติกแล้วพบว่าเด็กอ่านสัญญาณทางสังคมได้ดีกว่า การสอนแบบบรรยาย Pittet et al. (2024) พบผลใกล้เคียงกันว่ากิจกรรมลักษณะนี้ทำให้เด็กออทิสติกอายุ 2-6 ปีสนใจใบหน้าผู้อื่นและรับรู้อารมณ์ได้ดีขึ้น

งานวิจัยที่ผ่านมายังไม่มีการศึกษาที่ใช้ภาพถ่ายของตัวเองร่วมกับกิจกรรมเลียนแบบท่าทางในบริบทศูนย์การศึกษาพิเศษของไทยอย่างชัดเจน ผู้วิจัยจึงออกแบบโปรแกรม PEPA และดำเนินการวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน (Classroom Action Research) ตามกระบวนการ PAOR ของ Kemmis & McTaggart (2005) ซึ่งมี 4 ขั้นตอนวนซ้ำ ได้แก่ วางแผน (Plan) ปฏิบัติ (Act) สังเกต (Observe) และสะท้อนผล (Reflect) รวม 4 วนรอบใน 15 สัปดาห์ เพื่อให้ครูปรับกิจกรรมได้ตรงกับเด็กแต่ละคน และเป็นแนวทางสำหรับครูการศึกษาพิเศษและนักกิจกรรมบำบัดนำไปใช้ได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรม PEPA ต่อความสามารถในการรับรู้และอ่านภาษากาย ของเด็กออทิสติกอายุ 4-8 ปี ที่รับบริการในศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดลำปาง
- 2) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรม PEPA ต่อความสามารถในการสื่อสารอารมณ์ ของเด็กออทิสติกอายุ 4-8 ปี ที่รับบริการในศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดลำปาง

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยปฏิบัติการ (Action Research) ตามกระบวนการ PAOR ของ Kemmis และ McTaggart (2005) ดำเนินการ ที่ศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดลำปาง หน่วย



บริการอำเภอมะเมาะ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568 กลุ่มเป้าหมายได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 5 คน จากประชากรเด็กออทิสติกที่รับบริการทั้งสิ้น 45 คน โดยมีเกณฑ์คัดเข้า ได้แก่ ได้รับการวินิจฉัยว่ามีภาวะออทิสติกสเปกตรัมตามเกณฑ์ DSM-5 อายุระหว่าง 4 ปี 0 เดือน ถึง 8 ปี 11 เดือน มีความบกพร่องด้านการสื่อสารทางสังคมในระดับที่ต้องการความช่วยเหลือ สามารถนั่งทำกิจกรรมได้อย่างน้อย 10 นาทีต่อเนื่อง และผู้ปกครองยินยอมให้ถ่ายภาพและใช้ในโปรแกรม กลุ่มเป้าหมายประกอบด้วยเด็กผู้หญิง 1 คน เด็กผู้ชาย 4 คน อายุ 4–8 ปี ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นบุคคลออทิสติก ASD ระดับ 1–2 จำนวน 3 คน และระดับ 2–3 จำนวน 2 คน มีความสามารถทางภาษาตั้งแต่ไม่มีภาษาพูดจนถึงพูดเป็นประโยคสั้น (2 คนไม่มีภาษาพูด 3 คนพูดได้จำกัด) เพื่อปกป้องข้อมูลส่วนบุคคล ผู้วิจัยกำหนดรหัสแทนชื่อจริงให้แก่กลุ่มเป้าหมายทั้ง 5 ราย ได้แก่ C001 C002 C003 C004 และ C005 ซึ่งเป็นรหัสที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้นแทนชื่อจริง ของเด็กแต่ละคนตลอดทั้งบทความ

2.เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 Emotion Photo Album Program ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น อ้างอิงทฤษฎีจิต (Theory of Mind) ของ Premack & Woodruff (1978) และทฤษฎีการเรียนรู้ ทางสังคม (Social Learning Theory) ของ Bandura (1977) ประกอบด้วยกิจกรรม 6 ประเภท ได้แก่ กิจกรรมกระเจกเงาอารมณ์ กิจกรรมจับคู่อารมณ์จากนิทาน กิจกรรมเล่านิทานอารมณ์ กิจกรรมบทบาทสมมติ กิจกรรมอัลบั้มอารมณ์ประจำวัน และกิจกรรมเกมจับคู่อารมณ์ โดยใช้อัลบั้มภาพถ่ายส่วนบุคคลของเด็ก แต่ละคน (40–50 ภาพ ครอบคลุม 5 อารมณ์ ได้แก่ ดีใจ เศร้า โกรธ กลัว ประหลาดใจ) เป็นสื่อหลัก

2.2 แบบประเมินความสามารถในการรับรู้และอ่านภาษากาย (Body Language Recognition Assessment: BLRA) ดัดแปลงจาก ADOS-2, SRS, NEPSY-II และ Facial Emotion Recognition Test ของ Ekman & Friesen (1976) คะแนนเต็ม 40 คะแนน

2.3 แบบประเมินความสามารถในการสื่อสารอารมณ์ (Emotion Communication Assessment: ECA) ดัดแปลงจาก Vineland-3, FEAS, PECS Assessment และ SRS-2 คะแนนเต็ม 40 คะแนน แบบประเมินทั้งสองชุดผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้ค่า IOC อยู่ในช่วง 0.67–1.00 โดยแบบประเมิน BLRA และแบบประเมิน ECA ทั้งสองชุดออกแบบให้การตอบสนองได้หลายรูปแบบโดยไม่บังคับใช้ภาษาพูด

3.การเก็บรวบรวมข้อมูล

ดำเนินการโปรแกรม PEPA ในรูปแบบ 1 ต่อ 1 ครั้งละ 40–45 นาที สัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวม 36 ครั้งตลอด 15 สัปดาห์ แบ่งเป็น 4 วงรอบ PAOR วงรอบละ 9 ครั้ง ประเมินก่อนโปรแกรม (Pre-

test) กลางโปรแกรม (Mid-test ทำยวรอบที่ 2) และหลังโปรแกรม (Post-test สัปดาห์ที่ 15) บันทึกพฤติกรรมรายครั้งและสัมภาษณ์ผู้ปกครองก่อนและหลังโปรแกรม

4.การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยเปรียบเทียบคะแนน BLRA และ ECA ก่อน-กลาง-หลังโปรแกรมรายบุคคล ด้วยค่าเฉลี่ยและร้อยละ นำเสนอในรูปแบบตาราง วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากบันทึกการสังเกตพฤติกรรมรายครั้ง บันทึกการสะท้อนผลทำยวรอบและบันทึกการสัมภาษณ์ผู้ปกครองด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอเป็นความเรียงตามลำดับยวรอบ

5.ข้อพิจารณาจริยธรรม

ผู้วิจัยได้แจ้งวัตถุประสงค์ และกิจกรรมที่จะดำเนินการกับกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง พร้อมขออนุญาตยินยอมจากผู้ปกครองโดยสมัครใจ ก่อนทำการเก็บรวบรวมข้อมูล และขออนุญาตบันทึกภาพกิจกรรม และแจ้งกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง ข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวม ไม่สื่อถึงบุคคล

สรุปผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ผลการพัฒนาตามยวรอบปฏิบัติการ

ยวรอบที่ 1 กิจกรรมกระเจกเงาอารมณ์ (สัปดาห์ที่ 3-5)

ขั้นวางแผน (Plan): ผู้วิจัยวางแผนใช้กิจกรรมกระเจกเงาอารมณ์ 9 ครั้ง โดยใช้ภาพถ่ายของเด็กแต่ละคนที่แสดงสีหน้า 5 อารมณ์หลัก (ดีใจ เศร้า โกรธ กลัว ประหลาดใจ) เพื่อฝึกการรับรู้และเลียนแบบอารมณ์ผ่านการเคลื่อนไหวร่างกาย วัตถุประสงค์ คือ ให้เด็กจำแนก และเลียนแบบอารมณ์ ดีใจ เศร้า และโกรธผ่านภาพถ่ายและกระเจก โดยตั้งสมมติฐานว่าภาพถ่าย ตนเองจะทำให้เด็กเชื่อมโยงกับอารมณ์ได้ดีกว่าการ์ดสำเร็จรูป ตามที่วรรณภา ชาติพิชิต (2560) พบไว้

ขั้นปฏิบัติ (Act): ดำเนินกิจกรรม 9 ครั้ง ตามแผนที่วางไว้ ใช้ภาพถ่ายส่วนตัวเป็นสื่อหลัก ควบคู่กับกระเจกเงาจริงในห้องบำบัด

ขั้นสังเกต (Observe): บันทึกพฤติกรรมทุกครั้ง สังเกตระดับการเลียนแบบ ช่วงความสนใจ และอารมณ์ที่เด็กแต่ละคนทำได้หรือมีปัญหา พบว่าเด็กทุกคนตอบสนองต่อภาพถ่ายตนเอง ได้ดีกว่าการ์ดมาตรฐาน อารมณ์ดีใจทำได้ง่ายที่สุด ส่วนกลัวและประหลาดใจ ทำได้ยากในทุกยวรอบ ซึ่งเห็นได้จากคะแนน BLRA ส่วนที่ 1 ที่ยังอยู่ในระดับต่ำ-ปานกลาง

ขั้นสะท้อนผล (Reflect): ผู้วิจัยตัดสินใจระงับการสอนอารมณ์กลัวและประหลาดใจ ด้วยสีหน้าและใช้เฉพาะดีใจ เศร้า โกรธในยวรอบแรก เนื่องจากอารมณ์กลัวและประหลาดใจต้องอาศัย การประมวลผลบริบทซึ่งยากเกินระดับพัฒนาการของเด็กในกลุ่มนี้ Yeung (2022) พบจาก การทบทวนงานวิจัยกว่า 148 ชิ้นว่าเด็กออทิสติกมีความยากลำบากกับอารมณ์ซับซ้อนมากกว่า อารมณ์พื้นฐาน ผู้วิจัยจึงปรับให้ทั้งสองอารมณ์ฝึกผ่านการจับคู่การ์ดแทนเพื่อให้ตรงกับระดับ ที่เด็กทำได้จริง



วงรอบที่ 2 กิจกรรมจับคู่อารมณ์จากนิทาน (สัปดาห์ที่ 6-8)

ขั้นวางแผน (Plan) จากผลวงรอบที่ 1 วางแผนยกระดับไปสู่การอ่านอารมณ์ผู้อื่น จากสถานการณ์ โดยอ้างอิง Theory of Mind (Premack & Woodruff, 1978) ที่ระบุว่า การรับรู้อารมณ์ผู้อื่นเป็นทักษะที่ต้องฝึกต่อจากการรับรู้อารมณ์ตนเอง วางแผนใช้กิจกรรม "ทายใจเพื่อน" และกำหนดให้มีการประเมิน Mid-test ในสัปดาห์ที่ 8

ขั้นปฏิบัติ (Act) เมื่อดำเนินกิจกรรม "ทายใจเพื่อน" พบว่ายากเกินระดับ พัฒนาการของเด็กทุกคน โดยเฉพาะ C003 และ C001 ที่ไม่มีภาษาพูด ผู้วิจัยจึงปรับเป็น กิจกรรม "จับคู่อารมณ์จากนิทาน" ในสัปดาห์ที่ 7 โดยใช้ภาพจากอัลบั้มส่วนตัวของเด็ก แต่ละคนประกอบเรื่องราว

ขั้นสังเกต (Observe) เด็กทุกคนตอบสนองได้ดีขึ้นทันทีหลังปรับกิจกรรม คะแนน BLRA กลาง (Mid-test) เฉลี่ยเพิ่มจาก 16.20 เป็น 23.00 คะแนน (+6.80 คะแนน) และคะแนน ECA กลาง เฉลี่ยเพิ่มจาก 13.60 เป็น 20.00 คะแนน (+6.40 คะแนน) C004 บอกอารมณ์จากภาพ นิทานได้ถูกต้องถึงร้อยละ 80 ของรายการทดสอบบ่งชี้ว่า กิจกรรมที่ใช้ภาพส่วนตัวในบริบท นิทานตรงกับระดับพัฒนาการของเด็กกลุ่มนี้มากกว่า

ขั้นสะท้อนผล (Reflect) การปรับจาก "ทายใจเพื่อน" ซึ่งยากเกินระดับพัฒนาการ มาเป็น "จับคู่อารมณ์จากนิทาน" ที่ใช้ภาพตนเองประกอบเรื่องราวที่คุ้นเคย ทำให้เด็กนำทักษะ BLRA ส่วนที่ 1 และ 3 ที่ฝึกในวงรอบแรกมาใช้ได้จริงในบริบทใหม่ ธมลวรรณ ใจไหว (2561) พบในทำนองเดียวกันว่ากระบวนการ PAOR ช่วยให้ครูปรับกิจกรรมได้ตรงกับความต้องการ ของเด็กรายบุคคลมากขึ้น

วงรอบที่ 3 กิจกรรมเล่านิทานอารมณ์และบทบาทสมมติ (สัปดาห์ที่ 9-11)

ขั้นวางแผน (Plan) วัตถุประสงค์คือให้เด็กนำทักษะ BLRA และ ECA ที่ฝึกมาใช้ ในบริบทสังคมจริง โดยใช้สถานการณ์จาก IEP ของเด็กแต่ละคนเป็นฐาน ซึ่งตรงกับที่ Bandura (1977) ระบุว่าทักษะจะคงทนขึ้นเมื่อฝึกในสถานการณ์ที่หลากหลายใกล้เคียงชีวิตจริง และเริ่มประสานกับผู้ปกครองให้สังเกตพฤติกรรมที่บ้าน

ขั้นปฏิบัติ (Act) ดำเนินกิจกรรมเล่านิทานอารมณ์และบทบาทสมมติ 9 ครั้ง โดยใช้สถานการณ์จากแผนการจัดการศึกษาเฉพาะบุคคล (IEP) ของเด็กแต่ละคนเป็นฐาน

ขั้นสังเกต (Observe) เด็กทุกคนแสดงพฤติกรรมสื่อสารอารมณ์ได้หลากหลายขึ้น C005 เริ่มพูดบอกอารมณ์โดยไม่รบกวนถาม C004 หันถามผู้วิจัยว่า "ครูโกรธไหม?" ซึ่งเป็น พฤติกรรมที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน C001 และ C002 สามารถชี้ภาพอัลบั้มสื่ออารมณ์กับครู และผู้ปกครองได้ภายในวงรอบนี้

ขั้นสะท้อนผล (Reflect) เด็กทุกคนพัฒนาขึ้นในวงรอบนี้ C001 และ C003 ชี้อารมณ์ได้เร็ว และถูกต้องขึ้น อย่างไรก็ตาม C003 ยังพัฒนาช้ากว่าเพื่อนเพราะได้รับการวินิจฉัย ASD ระดับ 2-3 และมีพฤติกรรมกระตุ้นตัวเองสูง ซึ่งรบกวนช่วงความสนใจในกิจกรรม บทบาทสมมติ ผู้วิจัยจึง

วางแผนรอบที่ 4 โดยเน้นกิจกรรมอัลบั้มประจำวันที่มี โครงสร้างชัดเจนและคาดเดาได้ เหมาะกับ C003 มากกว่า

วงรอบที่ 4 กิจกรรมอัลบั้มอารมณ์ประจำวันและจับคู่อารมณ์ (สัปดาห์ที่ 12-14)

ขั้นวางแผน (Plan) วัตถุประสงค์หลักคือ ให้เด็กนำทักษะที่ฝึกมา นำไปใช้ในชีวิตจริงนอกห้องบำบัด โดยอาศัยผู้ปกครอง เป็นผู้ช่วยสังเกตและส่งเสริม ทักษะที่บ้าน ตรงกับที่สุกัญญา โสิตานนท์ (2560) พบว่าเมื่อผู้ปกครองเข้าร่วมฝึก เด็กนำทักษะกลับไปใช้ที่บ้านได้เร็วขึ้น จัดทำแบบบันทึกพฤติกรรมอย่างง่าย 3 ตัวชี้วัด พร้อมตัวอย่างให้ผู้ปกครองใช้

ขั้นปฏิบัติ (Act) ดำเนินกิจกรรมอัลบั้มอารมณ์ประจำวันและกิจกรรมเกมจับคู่อารมณ์ 9 ครั้ง โดยเน้นการนำทักษะไปใช้นอกห้องบำบัด

ขั้นสังเกต (Observe) สังเกตพฤติกรรมของเด็กนอกช่วงกิจกรรมประสานกับครู และผู้ปกครองให้บันทึกพฤติกรรมการสื่อสารอารมณ์ในห้องเรียนและที่บ้าน ครूरายงานว่า C002 และ C004 บอกอารมณ์ตัวเองได้เองในห้องเรียน C005 ส่งเสียงร้องน้อยลงและเริ่มพูดแทน ผู้ปกครอง C001 แจ้งว่า C001 นำอัลบั้มไปชี้ภาพให้แม่ดูที่บ้านเมื่อต้องการสื่อสาร ถือเป็นครั้งแรกที่มีการนำทักษะไปใช้นอกห้องเรียน ซึ่งเห็นได้จากคะแนน Post-test โดย C002 และ C004 มีคะแนน ECA สูงสุด (31 และ 33 คะแนน) และ C001 มีผลต่าง ECA สูงสุดในกลุ่ม +16 คะแนน

ขั้นสะท้อนผล (Reflect) เด็กทั้ง 5 คนพัฒนาขึ้น โดย C002 และ C004 ซึ่งเป็น ASD ระดับ 1-2 และมีภาษาพูด พัฒนาถึงขั้นพูดบอกอารมณ์ได้เองโดยไม่รบกวนถาม ส่วน C001 C003 และ C005 ที่มีข้อจำกัดทางภาษา ชีการัดหรือภาพได้รวดเร็วและถูกต้องมากขึ้น ซึ่งเป็นเส้นทางพัฒนาการที่เหมาะสมกับระดับของแต่ละคน (Yeung, 2022)

ส่วนที่ 2 ผลต่างคะแนน BLRA และ ECA ก่อน-กลาง-หลังโปรแกรม PEPA

ตารางที่ 1 ผลการประเมินความสามารถในการรับรู้และอ่านภาษากาย (Body Language Recognition Assessment: BLRA) ก่อน-กลาง-หลังโปรแกรม PEPA (คะแนนเต็ม 40 คะแนน)

รหัส	ก่อน			กลาง			หลัง			ร้อยละการเปลี่ยนแปลง
	คะแนน	ร้อยละ	ระดับ	คะแนน	ร้อยละ	ระดับ	คะแนน	ร้อยละ	ระดับ	
C001	12	30.00	ต่ำ	20	50.00	ปานกลาง	30	75.00	ดี	150.00
C002	19	47.50	ปานกลาง	28	70.00	ดี	32	80.00	ดี	68.42
C003	8	20.00	ต่ำมาก	12	30.00	ต่ำ	20	50.00	ปานกลาง	150.00
C004	25	62.50	ดี	32	80.00	ดี	37	92.50	ดีมาก	48.00
C005	17	42.50	ปานกลาง	23	57.50	ปานกลาง	30	75.00	ดี	76.47
เฉลี่ย	16.20	40.50	–	23.00	57.50	–	29.80	74.50	–	83.95



จากตารางที่ 1 พบว่าเด็กทุกคนมีคะแนน BLRA สูงขึ้นตลอดโปรแกรม C004 มีคะแนนหลัง สูงสุด 37 คะแนน (ร้อยละ 92.50 ระดับดีมาก) C001 และ C005 มีคะแนนหลัง 30 คะแนนเท่ากัน (ร้อยละ 75.00 ระดับดี) C002 ได้ 32 คะแนน (ร้อยละ 80.00 ระดับดี) C003 ซึ่งมีคะแนนก่อนต่ำสุด (8 คะแนน ระดับต่ำมาก) มีคะแนนเพิ่มขึ้นเป็น 20 คะแนน (ร้อยละ 50.00 ระดับปานกลาง) คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มเพิ่มจาก 16.20 เป็น 29.80 คะแนน คิดเป็นร้อยละการเปลี่ยนแปลง 83.95

ตารางที่ 2 ผลการประเมินความสามารถในการสื่อสารอารมณ์ (Emotion Communication Assessment: ECA) ก่อน-กลาง-หลังโปรแกรม PEPA (คะแนนเต็ม 40 คะแนน)

รหัส	ก่อน			กลาง			หลัง			ร้อยละการเปลี่ยนแปลง
	คะแนน	ร้อยละ	ระดับ	คะแนน	ร้อยละ	ระดับ	คะแนน	ร้อยละ	ระดับ	
C001	10	25.00	ต่ำ	17	42.50	ปานกลาง	26	65.00	ดี	160.00
C002	17	42.50	ปานกลาง	24	60.00	ดี	31	77.50	ดี	82.35
C003	6	15.00	ต่ำมาก	10	25.00	ต่ำ	16	40.00	ต่ำ	166.67
C004	21	52.50	ปานกลาง	28	70.00	ดี	33	82.50	ดีมาก	57.14
C005	14	35.00	ต่ำ	21	52.50	ปานกลาง	27	67.50	ดี	92.86
เฉลี่ย	13.60	34.00	–	20.00	50.00	–	26.60	66.50	–	95.59

จากตารางที่ 2 พบว่าเด็กทุกคนมีคะแนน ECA สูงขึ้นตลอดโปรแกรมเช่นกัน C004 มีคะแนน ECA หลังสูงสุด 33 คะแนน (ร้อยละ 82.50 ระดับดีมาก) C001 มีผลต่าง ECA สูงสุด +16 คะแนน (จาก 10 เป็น 26 คะแนน) C003 มีคะแนนหลัง 16 คะแนน (ร้อยละ 40.00 ระดับต่ำ) ซึ่งเพิ่มขึ้นจากระดับต่ำมาก คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มเพิ่มจาก 13.60 เป็น 26.60 คะแนน คิดเป็นร้อยละการเปลี่ยนแปลง 95.59

อภิปรายผล

ผลการวิจัยพบว่าเด็กออทิสติกทั้ง 5 คน มีความสามารถในการรับรู้และอ่านภาษากาย (BLRA) และความสามารถในการสื่อสารอารมณ์ (ECA) สูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ซึ่งสอดคล้อง

กับสมมติฐานที่ตั้งไว้ทั้งสองข้อ เด็กทั้ง 5 คนพัฒนาขึ้นในทุกวงรอบ แม้จะต่างกันตามระดับ ASD และความสามารถทางภาษาของแต่ละคน

ในวงรอบที่ 1 เด็กทุกคนตอบสนองต่อภาพถ่ายตนเองได้ดีกว่าการดูมาตรฐาน น่าจะเป็นเพราะภาพของตัวเองทำให้เด็กจดจ่อได้มากกว่า ตรงกับ Self-Modeling ของ Bandura (1997) ที่ว่าการเห็นตัวเองในบทบาทที่ต้องการฝึกจะกระตุ้นให้อยากเรียนรู้ ได้ดีกว่าการเห็นบุคคลอื่น วรณภาชาติพิชิต (2560) พบในทำนองเดียวกันว่าเด็กออทิสติก มีความสนใจและมีส่วนร่วม มากกว่าเมื่อใช้ภาพถ่ายจริงของตนเอง

ในวงรอบที่ 2 การปรับกิจกรรมจาก "ทายใจเพื่อน" เป็น "จับคู่อารมณ์จากนิทาน" ส่งผลให้เด็กทุกคนตอบสนองได้ดีขึ้นทันที การตัดสินใจครั้งนี้เป็นตัวอย่างสำคัญของกระบวนการ PAOR ที่ปรับบนพื้นฐานการสังเกตจริง สอดคล้องกับประภัสสร ปรีเปรม (2562) ที่รายงานว่า กระบวนการสะท้อนผลทำวงรอบช่วยให้ครูตัดสินใจบนพื้นฐาน ข้อมูลจริงจากห้องเรียน

ในวงรอบที่ 3 C004 เริ่มถามอารมณ์ผู้อื่นเองและ C005 เริ่มพูดบอกอารมณ์ โดยไม่รอ ถูกถาม เห็นได้จากคะแนน ECA ส่วนที่ 4 (ความเหมาะสมของการตอบสนอง) และส่วนที่ 3 (การระบุชื่ออารมณ์) ที่เพิ่มขึ้น โดย C004 มี ECA เพิ่มขึ้นจาก 28 เป็น 33 คะแนน และ C005 เพิ่มขึ้นจาก 21 เป็น 27 คะแนน

ในวงรอบที่ 4 C001 นำอัลบั้มไปใช้ภาพให้แม่ดูที่บ้านเองโดยไม่มีใครสั่ง และ C002 กับ C004 บอกอารมณ์ตัวเองได้ในห้องเรียนปกติ ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้วิจัยตั้งใจมาตลอด คือให้เด็กนำทักษะ ไปใช้ในชีวิตจริงนอกห้องบำบัด สุกัญญา ไชยสถานนท์ (2560) พบว่าเมื่อผู้ปกครองเข้าร่วมฝึก เด็กนำทักษะกลับไปใช้ที่บ้านได้เร็วกว่ากลุ่มที่รับการบำบัดกับนักวิชาชีพเพียงอย่างเดียว

ผลการวิจัยพบว่าเด็กที่ไม่มีภาษาพูดสามารถพัฒนาความสามารถ BLRA ผ่านการชี้ภาพและท่าทาง โดย C001 มีคะแนน BLRA เพิ่มขึ้น +18 คะแนน (จากระดับต่ำเป็นระดับดี) แม้ไม่มีภาษาพูดตลอดโปรแกรม และมีผลต่าง ECA สูงสุด +16 คะแนน ซึ่งสอดคล้อง กับปิยนุช เนียมทรัพย์ (2562) ที่พบว่าเด็กออทิสติกสามารถสื่อสาร อารมณ์ผ่านการชี้ภาพได้ก่อนที่จะมีภาษาพูด และรัตนภรณ์ อาจกล้า (2562) ที่พบว่า การรับรู้อารมณ์ไม่ขึ้นอยู่กับความสามารถทางภาษาพูด

สำหรับ C003 ที่มีพัฒนาการน้อยกว่าเพื่อน (BLRA +12 คะแนน, ECA +10 คะแนน) เมื่อเทียบกับค่าเฉลี่ยกลุ่มซึ่งอยู่ที่ +13.60 และ +13.00 คะแนนตามลำดับ ผู้วิจัยพิจารณาว่า C003 ได้รับการวินิจฉัย ASD ระดับ 2-3 ซึ่งหนักกว่าเพื่อนในกลุ่มส่วนใหญ่ ระดับ ASD ที่รุนแรงกว่า และพฤติกรรมกระตุ้นตัวเองสูงน่าจะเป็นเหตุผลหลัก เพราะส่งผลต่อช่วงความสนใจ และความเร็วในการตอบสนอง เห็นได้จากคะแนน BLRA ส่วนที่ 2 (การสบตา) และส่วนที่ 4 (ความรวดเร็วในการตอบสนอง) ของ C003 ที่ยังอยู่ในระดับต่ำตลอดโปรแกรม Yeung (2022) พบในทำนองเดียวกันว่าเด็กออทิสติกที่มีระดับความรุนแรงสูงกว่าใช้เวลาประมวลผลอารมณ์นานกว่า



สำหรับอารมณ์กลัวและตกใจ เด็กทุกคนแสดงออกทางสีหน้าได้จำกัดตลอดโปรแกรม การตัดสินใจของผู้วิจัยที่ไม่บังคับให้เด็กแสดงสองอารมณ์นี้ด้วยสีหน้า แต่ยอมรับการจับคู่การ์ด แทนเป็นตัวอย่างสำคัญของกระบวนการ PAOR ที่ปรับบนพื้นฐานจากการสังเกตจากห้องเรียน ดรณวรรณ แก้วหนูนวล และสัณชัย พัฒนสิทธิ์ (2558) พบว่ากิจกรรมเลียนแบบ ท่าทางร่วมกับสื่อภาพช่วยให้เด็กรู้จักตนเองมากขึ้นและอ่านสัญญาณของผู้อื่นได้ดีกว่าการสอนแบบอธิบายอย่างเดียว ซึ่งตรงกับแนวทางที่โปรแกรม PEPA ใช้ Pittet et al. (2024) ยังพบด้วยว่า กิจกรรมเลียนแบบท่าทางช่วยพัฒนาความสนใจใบหน้าในเด็กออทิสติกวัย 2-6 ปี ซึ่งเป็นพื้นฐาน ของการรับรู้อารมณ์ผู้อื่น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. จากผลการวิจัยพบว่าโปรแกรม PEPA ให้ผลดีในเด็กออทิสติกระดับ ASD 1-2 มากกว่าระดับ 2-3 เนื่องจากเด็กระดับ 2-3 มีช่วงความสนใจสั้นและพฤติกรรมกระตุ้นตัวเองที่รบกวนกิจกรรมซึ่งต้องใช้สมาธิต่อเนื่อง ผู้ที่จะนำโปรแกรมนี้ไปใช้ควรปรับโครงสร้างกิจกรรมให้คาดเดาได้และสั้นลงสำหรับเด็กกลุ่มดังกล่าว ทั้งนี้ ควรจัดให้มีการฝึกอย่างน้อย 9 สัปดาห์ต่อเนื่องจึงจะสังเกตเห็นพัฒนาการได้ชัดเจน

2. ออกแบบแบบประเมินให้รับคำตอบได้หลายแบบ ไม่ว่าจะเป็นการชี้ภาพ การแสดงท่าทาง หรือการพูด เพื่อให้เด็กที่ยังพูดไม่ได้สามารถแสดงความสามารถได้เช่นกัน

3. ผู้ปกครองควรได้รับการชี้แจงบทบาทและแบบบันทึกพฤติกรรมที่ใช้งานได้จริง ตั้งแต่ต้นโปรแกรม เพื่อให้สามารถสังเกตและส่งเสริมทักษะของเด็กที่บ้านควบคู่กับการฝึก ในห้องบำบัด

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรขยายกลุ่มตัวอย่างให้ครอบคลุมเด็กออทิสติกในหลายจังหวัด และแยกวิเคราะห์ตามระดับความรุนแรง ASD (1-2 และ 2-3) เพื่อระบุว่าโปรแกรม PEPA เหมาะสมกับกลุ่มเด็กระดับใดมากกว่ากัน

2. ควรศึกษาผลระยะยาวหลังสิ้นสุดโปรแกรมอย่างน้อย 3-6 เดือน เพื่อติดตาม ความคงทนของทักษะที่พัฒนาได้

3. ควรศึกษาเปรียบเทียบผลของโปรแกรม PEPA ในกลุ่มเด็กออทิสติกที่มีระดับ ความรุนแรงของ ASD ต่างกัน (ระดับ 1-2 และ 2-3) ระดับความสามารถทางภาษาต่างกัน (ไม่มีภาษาพูดได้จำกัด และพูดได้เป็นประโยค) รวมถึงการเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มที่ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการฝึกอย่างเป็นระบบกับกลุ่มที่รับการฝึกจากนักวิชาชีพเพียงอย่างเดียว เพื่อระบุขอบเขตการนำโปรแกรมไปใช้ได้อย่างเหมาะสม

4. ควรพัฒนาโปรแกรม PEPA รูปแบบดิจิทัลที่เข้าถึงได้ผ่านอุปกรณ์เคลื่อนที่ เพื่อรองรับการเรียนรู้ทางไกลและการฝึกต่อเนื่องที่บ้าน รวมถึงจัดทำคู่มือสำหรับผู้ปกครอง และหลักสูตรฝึกอบรมครูการศึกษาพิเศษ เพื่อขยายการเข้าถึงโปรแกรมในบริบทที่หลากหลาย

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาจาก ดร.เกศรินทร์ ศรีธนะ มหาวิทยาลัย ราชภัฏเชียงราย นางสาวอัญชลี กาปัญญา ศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดลำพูน และนายพิระพัชร มหารวรรณ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาลำปางลำพูน ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ขอขอบคุณผู้อำนวยการสัณยจิต วรรณนวล ที่ให้คำแนะนำตลอดการวิจัย รวมถึงนักเรียน ผู้ปกครอง คณะครูและบุคลากรของศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดลำปาง ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 (สำหรับเด็กราย 3-6 ปี)*. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, สำนักคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- ดร.ณวรรณ แก้วหนูนวล และ สันยชัย พัฒนสิทธิ์. (2558). ผลของสื่อนิทานภาพ เชิงปฏิสัมพันธ์ต่อทักษะการพูดเล่าเรื่องในเด็กออทิสติก. *วารสารการศึกษาพิเศษ*, 7(1), 45-58.
- ธมลวรรณ ใจไหว. (2561). *การพัฒนาทักษะการประกอบอาหารของเด็กที่มีความบกพร่อง ทางสติปัญญาระดับปานกลางโดยใช้กระบวนการ PAOR (วิทยานิพนธ์ ปริญญาการศึกษา มหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประภัสสร ปรีเปรม. (2562). ผลการใช้ภาพถ่ายส่วนบุคคลพัฒนาทักษะการสื่อสารอารมณ์ ในเด็กออทิสติก. *วารสารการวิจัยเพื่อการศึกษาพิเศษ*, 6(1), 18-32.
- ปิยนุช เนียมทรัพย์. (2562). การใช้บัตรภาพอารมณ์เพื่อพัฒนาการสื่อสารอารมณ์ในเด็ก ออทิสติกในโรงเรียนเรียนรวม. *วารสารการศึกษาพิเศษและบำบัด*, 4(2), 22-35.
- รัตนภรณ์ อาจกล้า. (2562). ผลของการฝึกใช้สื่อสัญลักษณ์ต่อพฤติกรรมก้าวร้าว ในเด็กออทิสติก. *วารสารกิจกรรมบำบัดไทย*, 12(2), 41-55.
- วรรณภา ซาติพิชิต. (2560). ผลการใช้ภาพถ่ายจริงต่อทักษะการรับรู้อารมณ์ในเด็กออทิสติก ในศูนย์การศึกษาพิเศษ. *วารสารการศึกษาพิเศษ*, 9(2), 30-44.
- สมาคมผู้ปกครองบุคคลออทิสติกไทย. (2566). *รายงานสถานการณ์ออทิสติกในประเทศไทย ปี 2566*. ผู้แต่ง.



สุกัญญา โขสิตานนท์. (2560). ผลการเข้าร่วมของครอบครัวต่อการนำทักษะไปใช้ในชีวิตจริง ของเด็ก
ออทิสติก. *วารสารกิจกรรมบำบัดไทย*, 10(1), 15–28.

American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, fifth edition, text revision*.

<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.

Cavadini, T., Lafay, A., Richard, S., & Gentaz, E. (2025). The development of specific emotion comprehension components in 1285 preschool children. *Scientific Reports*, 15, Article 8673. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-90613-z>

Ekman, P., & Friesen, W. V. (1976). *Pictures of facial affect*. Consulting Psychologists Press.

Kemmis, S., & McTaggart, R. (2005). Participatory action *research*. In N. K. Denzin & Y. S. Pittet, I., Bourquin, C., Mottet, A., Sanchez, N., & Barisnikov, K. (2024). Gesture imitation and facial attention in autistic children aged 2–6 years. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 54(2), 547–561.

Premack, D., & Woodruff, G. (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences*, 1(4), 515–526.

Ren, H., Huang, L., Du, F., Huang, W., Lin, G., Kret, M. E., & Chen, S. (2023). Preschoolers can match the facial and bodily emotional expressions: A behavior and eye-tracking study. *SAGE Open*, 13(4). <https://doi.org/10.1177/21582440231214347>

Yeung, M. K. (2022). A systematic review and meta-analysis of facial emotion recognition in autism spectrum disorder: The specificity of deficits and the role of task characteristics. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 133, 104518. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.104518>