

เรื่อง EF สำคัญกว่า IQ หรือ EQ รบกวนเผยแพร่ข่าว/Scoop EF (Executive Functions) ซึ่งเป็นเป็นทักษะกระบวนการทางความคิด (Mental process) ที่ช่วยให้เด็กและเยาวชนไทย มีทักษะในการดำเนินชีวิต สามารถ ต่อสู้ และเข้มแข็ง ชีวิตไม่ติดหล่ม เพื่อเป็นความรู้และวิทยาทานแก่ พ่อแม่ผู้ปกครอง ครู และผู้เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน ในเว็บไซต์ ด้วยค่ะ ขอขอบคุณอย่างสูง พณิต ใจหนึ่ง 091 882 1476



สถาบันอาร์แอลจี (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) ในฐานะ Content Experts ผู้เชี่ยวชาญเนื้อหาวิชาการ และเป็นผู้นำในการพัฒนากระบวนการเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์ที่เกี่ยวข้องกับเด็ก สตรี ครอบครัว ผู้สูงวัย ชุมชนและสังคม ได้ทำการจัดการความรู้เรื่อง “Executive Functions(EF)-ทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จ” อันเป็นความรู้ที่วงการพัฒนาการเด็กในต่างประเทศกำลังให้ความสนใจเป็นอย่างมาก ซึ่งในประเทศไทยมี รศ.ดร.นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล ผู้เชี่ยวชาญด้านประสาทวิทยาและคณะจากศูนย์วิจัยประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นผู้ศึกษาวิจัยและรวบรวมงานวิจัยจากต่างประเทศ และสถาบันอาร์แอลจีได้จัดการความรู้และพัฒนาให้ความรู้ EF เป็นที่เข้าใจง่าย โดยมุ่งหวังให้พ่อแม่และบุคลากรทางการศึกษา โดยเฉพาะปฐมวัยศึกษาสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาเด็กได้อย่างเป็นรูปธรรม ด้วยมุ่งมั่นว่า EF จะเป็นองค์ความรู้หนึ่งที่จะร่วมส่งเสริมการปฏิรูปการศึกษาของไทยที่กำลังดำเนินอยู่ในขณะนี้

นางสุภาวดี หาญเมธี ประธานสถาบันอาร์แอลจี (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) เปิดเผยว่า EF (Executive Functions)

เป็นกระบวนการทางความคิด (Mental process) ในสมองส่วนหน้า ที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก และการกระทำ เช่น การตั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำและเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการทำสิ่งต่างๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ ซึ่งเป็นทักษะที่มนุษย์เราทุกคนต้องใช้ มีความสำคัญยิ่งต่อทั้งความสำเร็จในการเรียน การทำงาน รวมทั้งการมีชีวิตรอบครัว ทักษะ EF นี้ นักวิชาการระดับโลกชี้แล้วว่า สำคัญกว่า IQ และ EQ มีงานวิจัยชี้ชัดว่าช่วงวัย 3-6 ปีนี้ เป็นช่วงเวลาสำคัญในการพัฒนาทักษะ EF ให้กับเด็ก พ้นจากช่วงเวลานี้ไปถึงวัยเรียน วัยรุ่น หรือวัยผู้ใหญ่ตอนต้น แม้จะยังพัฒนาได้ แต่ก็จะไม่ได้ดีเท่ากับช่วงปฐมวัย

Executive Functions (EF) ประกอบด้วยทักษะ 9 ด้าน ประกอบด้วย 1.Working memory ความจำที่นำมาใช้งาน 2.Inhibitory Control การยับยั้งคิด 3.Shift หรือ Cognitive Flexibility การยืดหยุ่นความคิด 4.Focus / Attention การใส่ใจจดจ่อ 5.Emotional Control การควบคุม 6.Planning and Organizing การวางแผนและการจัดระบบ ดำเนินการ 7.Self -Monitoring การรู้จักประเมินตนเอง 8.Initiating การริเริ่มและลงมือทำงานตามที่คิด 9. Goal-Directed Persistence ความพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย

โลกในศตวรรษที่ 21 เปลี่ยนแปลงรวดเร็ว และซับซ้อนมาก เด็ก เยาวชน หรือ ผู้ใหญ่ หากทักษะ EF บกพร่อง ชีวิตอาจติดหล่ม อาจตกเป็นทาสของสิ่งเร้าทั้งหลาย อาทิ ยาเสพติด การพนัน แอลกอฮอล์ ฯลฯ ได้ง่ายกว่า แต่หากได้รับการฝึกฝนทักษะ EF มาดี บุคคลก็จะคิดวิเคราะห์เป็น มีหลักการวิคิด มีการไตร่ตรอง สามารถตัดสินใจได้เหมาะสม เป็นคนที่ทำงานเป็น รู้จักวางแผนก่อนลงมือทำ เป็นระบบ หากทำไปแล้วเกิดอุปสรรค ก็ลุกขึ้นสู้ต่อได้ รู้จักแก้ไข หรือคิดค้นหาทางออกใหม่ๆ ไม่ยึดติดอยู่กับกรอบความคิดเดิมๆ นอกจากนี้ยังสามารถจัดสัมพันธภาพได้ดี เพราะรู้จักควบคุมอารมณ์ และพฤติกรรมตนเอง จนเป็นที่ยอมรับของเพื่อนร่วมงาน หรือคนในครอบครัว EF จึงเป็นพื้นฐานของทักษะสำคัญ

หากจะปฏิรูปการศึกษาไทย ต้องปรับเปลี่ยนกระบวนการเรียนการสอนอย่างจริงจัง ไม่ใช่ให้เรียนกันแบบ-จดแล้วท่อง ท่องแล้วจำ จำแล้วสอบ สอบแล้วลืม- อย่างเป็นอยู่ เด็กอนุบาลต้องไม่บังคับเร่งเรียนเขียนอ่าน แต่เรียนรู้แบบ Active Learning โดยการเล่นและลงมือทำ ได้เรียนรู้ผ่านการทำโครงการ ไม่ว่าจะ Problem Based Learning หรือ Project Based Learning เพื่อให้กระบวนการเหล่านี้เสริมทักษะการคิด การทำงานให้กับเด็ก การนำ EF ไปใช้ไม่เป็นการไปเพิ่มบทเรียน ทฤษฎีใหม่ หรือเพิ่มภาระใหม่ให้กับพ่อแม่หรือครู ไม่ต้องมีอุปกรณ์แพงๆ แต่ต้องทำความเข้าใจหลักการพัฒนาทักษะ EF ให้ชัดเจน แล้วสังเกตว่าลูกของเรามีจุดแข็ง EF ในด้านใด มีจุดอ่อนด้านใด แล้วฝึกฝนเสริมสร้างในด้านนั้น โดยพัฒนาผ่านประสบการณ์ในชีวิตจริง ทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน สถาบันอาร์แอลจี(รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) จะขยายโอกาสการเรียนรู้ให้แก่พ่อแม่ ครูอนุบาลและครูระดับต่างๆ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ให้เข้าใจ EF และมีเทคนิคสร้างการเรียนรู้ โดยผ่านสื่อต่างๆ ทั้งในเครือของกลุ่มบริษัทอาร์แอลจี ร่วมมือกับพันธมิตรสื่อและองค์กรต่างๆ รวมทั้งสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลาย ถ้าผู้ใหญ่และสังคมเข้าใจเด็กๆก็จะได้รับโอกาสพัฒนาทักษะสมอง EF อย่างแท้จริง เป็นพลเมืองคุณภาพ และประเทศชาติในระยะยาวต่อไป

ทั้งนี้ในวันที่ 21 สิงหาคมปีนี้ สถาบันอาร์แอลจี (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) จะจัดการประชุมวิชาการEF ครั้งสำคัญโดยเชิญ Professor dr. Adele Diamonds นักวิชาการระดับโลกที่ได้สร้างผลงานวิจัยด้านEF กับการพัฒนาเด็กปฐมวัยอันมีชื่อเสียงมาบรรยาย ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับนักวิชาการ ครู พ่อแม่ชาวไทยได้เข้าใจเกี่ยวกับทฤษฎี EF