

การมีสติในเด็ก: แนวโน้มงานวิจัยจากการวิเคราะห์บรรณมิติ

จิรภัทร ธีรภัทรกุล¹ พูลทรัพย์ อารีกิจ² สักกพัฒน์ งามเอก³

(วันรับบทความ: 3 มีนาคม 2565; วันแก้ไขบทความ: 1 มิถุนายน 2565; วันตอบรับบทความ: 14 มิถุนายน 2565)

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาทิศทางของงานวิจัยเกี่ยวกับการมีสติในเด็กด้วยการวิเคราะห์บรรณมิติ ซึ่งเป็นการวิเคราะห์บทความวิจัยและบทความทบทวนวรรณกรรมจากฐานข้อมูล Scopus ที่ระบุคำค้นหา ได้แก่ “Mindfulness” และ “Children” อยู่ในชื่อเรื่อง บทคัดย่อ หรือคำสำคัญ พบว่า มีบทความจำนวนทั้งสิ้น 1,662 บทความตีพิมพ์ในช่วงปี ค.ศ. 1985 ถึง ปี ค.ศ. 2022 โดยในปี ค.ศ. 2016 เริ่มมีบทความมากกว่า 100 บทความและเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง บทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุด 5 อันดับแรกศึกษาผลของการใช้กิจกรรมหรือโปรแกรมที่มีพื้นฐานบนการมีสติรูปแบบต่าง ๆ วารสารที่ตีพิมพ์มากที่สุดคือ Mindfulness โดยประเทศที่มีผู้ประพันธ์บรรณมิติและมีบทความได้รับการอ้างอิงมากที่สุดคือประเทศสหรัฐอเมริกา และนักวิจัยที่มีบทความตีพิมพ์มากที่สุดคือ Nirbhay N. Singh และจากการระบุคำค้นหาเพิ่มเติม ได้แก่ “Thai” และ “Thailand” ในฐานข้อมูล Scopus พบว่า มีบทความวิจัย 4 เรื่องโดยส่วนใหญ่ศึกษาผลของกิจกรรมหรือโปรแกรมที่มีพื้นฐานบนการมีสติ อย่างไรก็ตามจากการวิเคราะห์บรรณมิติพบว่างานวิจัยเพื่อพัฒนามาตรประเมินการมีสติสำหรับเด็กยังมีจำนวนน้อยซึ่งอาจเป็นช่องว่างของงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็ก และหากมีการวิเคราะห์บรรณมิติโดยแยกงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติกับในบริบททางคลินิกและบริบทโรงเรียน จะช่วยให้เห็นแนวโน้มงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเชิงบำบัดและเชิงป้องกันสำหรับเด็กที่ชัดเจนมากขึ้น

คำสำคัญ: การมีสติ, เด็ก, การวิเคราะห์บรรณมิติ, การทบทวนวรรณกรรม, แนวโน้มงานวิจัย

ประเภทของบทความ: บทความวิจัย

¹อาจารย์ประจำ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ผู้รับผิดชอบบทความ)

e-mail: jirapattara.r@chula.ac.th

²อาจารย์ประจำ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

³ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อาจารย์ประจำ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Mindfulness in Children: Research Trends from a Bibliometric Analysis

Jirapattara Raveepatarakul¹ Poosub Areekit² Sakkaphat T. Ngamake³

(Received: March 3, 2022; Revised: March 1, 2022; Accepted: June 14, 2022)

Abstract

This study aimed to explore emerging publication trends on mindfulness in children, using a bibliometric method. Articles or reviews from the Scopus database with the search terms “Mindfulness” and “Children” in the title, abstract, or keywords were included as the data for analysis. Results showed that there were 1,662 publications from 1985 to 2022. There were more than 100 publications in 2016, and the number of publications has been continuously increasing afterward. The top five cited publications explored the effects of various mindfulness-based activities or programs on children and youth. The most prolific journal was Mindfulness. The United States of America was the country that has had the largest number of corresponding authors and cited publications. The most prolific author was Nirbhay N. Singh. Moreover, from additional search terms “Thai” and “Thailand”, four publications that studied the effect of mindfulness-based activities and programs in Thailand were identified. However, results showed very few publications focusing on mindfulness scale development, especially for children, suggesting a research gap in the study of mindfulness in children. For future research, using the bibliometric method comparing studies in clinical-based settings with those in school-based settings might help classify emerging trends in mindfulness for children as an intervention and prevention approach.

Keywords: Mindfulness, Children, Bibliometric analysis, Literature review, Research trends

Type of Article: Research Article

¹Lecturer of Faculty of Psychology, Chulalongkorn University
e-mail: jirapattara.r@chula.ac.th (corresponding author)

¹Lecturer of Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

³Assistance Professor Teachers of Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การมีสติ (mindfulness) ถูกนำมาศึกษาในหลายรูปแบบ โดยคำจำกัดความของการมีสติถูกนำเสนอในหลากหลายมุมมอง (Kabat-Zinn, 2003) โดยองค์ประกอบของการมีสติที่มีการศึกษาเป็นหลักในหลากหลายงานวิจัย ได้แก่ การตระหนักรู้ (awareness) และการยอมรับ (acceptance) (Keng, Smoski, & Robins, 2011) กล่าวคือ บุคคลที่มีสติจะสามารถตระหนักรู้ทั้งประสบการณ์ภายในและประสบการณ์ภายนอก และยังสามารถยอมรับในประสบการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นโดยปราศจากการตัดสิน (Felver, Doerner, Jones, Kaye, & Merrell, 2013; Harnett & Dawe, 2012; Kabat-Zinn, 2003; O'Brien, Larson, Murrell, 2008; Raes, Griffith, Gucht, & Williams, 2013; Zelazo & Lyons, 2012) และเนื่องมาจากการมีสติเป็นทักษะที่สามารถเรียนรู้ได้ ดังนั้นจึงมีงานวิจัยจำนวนมากที่นำการมีสติมาศึกษาผลของการมีสติในกลุ่มประชากรต่าง ๆ (Klingbeli et al., 2017)

งานวิจัยที่ศึกษาการมีสติเริ่มต้นจากการศึกษาในผู้ใหญ่ (Felver et al., 2013) โดยมีการพัฒนาโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติ (mindfulness-based intervention) สำหรับผู้ใหญ่ทั้งในกลุ่มที่ปกติและกลุ่มที่มีทางคลินิก (Coholic, Schwabe, & Lander, 2020) สำหรับงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กและวัยรุ่นเริ่มต้นหลังจากการศึกษาในผู้ใหญ่ประมาณ 25 ปี (Klingbeli et al., 2017) ซึ่งในปัจจุบัน งานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กยังคงมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (Goodman, Madni, & Serple, 2017) ไม่ว่าจะเป็นการนำมาตราประเมินการมีสติในผู้ใหญ่มาทดลองใช้ประเมินการมีสติในเด็กและวัยรุ่น (เช่น Coyne, Cheron, & Ehrenreich, 2008) การประยุกต์ใช้กิจกรรมสร้างเสริมการมีสติในรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งได้พัฒนาสำหรับผู้ใหญ่มาใช้กับเด็ก (Coholic et al., 2020) รวมไปถึงการพัฒนาตราประเมินการมีสติสำหรับเด็กและวัยรุ่น (เช่น Greco, Baer, & Smith, 2011) การพัฒนาโปรแกรมสร้างเสริมการมีสติสำหรับเด็ก (เช่น Raveepatarakul, Suttiwan, Lamsupasit, & Mikulas, 2014) และการศึกษาผลของการมีสติในเด็ก (เช่น Lawler, Esposito, Doyle, & Gunnar, 2019; Tarrasch, 2018)

เนื่องจากงานวิจัยที่มีเป็นจำนวนมาก ดังนั้น เพื่อให้ผู้ที่สนใจศึกษาการมีสติได้เห็นแนวท่างานวิจัย จึงได้มีการนำการวิเคราะห์บรรณมิติ (bibliometric analysis) มาใช้ ซึ่งเป็นการประยุกต์ใช้วิธีการทางสถิติเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลการตีพิมพ์งานวิจัยและบทความทางวิชาการต่าง ๆ เช่น บทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุด ผู้วิจัยหรือผู้เขียนบทความที่ได้รับการอ้างอิงเป็นจำนวนมาก และการวิเคราะห์เครือข่าย (network analysis) เพื่อศึกษาลักษณะงานวิจัยที่เกิดขึ้นในอดีต (Baminiwatta & Solangaarachchi, 2021; Ussery, 2021) ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์บรรณมิติจะช่วยให้นักวิจัยและผู้ที่เกี่ยวข้องเห็นภาพรวมของงานวิจัยที่ผ่านมา และสามารถหาช่องว่างและทิศทางของงานวิจัยที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ (Baminiwatta & Solangaarachchi, 2021) โดยที่ผ่านมา ได้มีการวิเคราะห์บรรณมิติในงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในฐานะข้อมูลต่าง ๆ (เช่น Baminiwatta & Solangaarachchi, 2021; Ussery, 2021) ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ในภาพรวมของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีสติทั้งหมด

อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยสนใจที่จะนำการวิเคราะห์บรรณมิติมาวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติโดยเน้นที่งานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็ก ซึ่งข้อมูลที่ได้จะช่วยให้นักวิจัยและผู้ที่เกี่ยวข้องศึกษาการมีสติในเด็กได้เห็นภาพรวมของงานวิจัย แนวโน้มของการศึกษาการมีสติในเด็กที่เกิดขึ้นตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน รวมไปถึงช่องว่างงานวิจัยที่นักวิจัยสามารถต่อยอดได้ในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์งานวิจัยและบทความวิชาการที่ศึกษาการมีสติในเด็กที่ผ่านมา ซึ่งจะสะท้อนให้เห็นถึงแนวโน้มและทิศทางของการศึกษาศึกษาการมีสติในเด็กด้วยการวิเคราะห์บรรณมิติ

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ที่ผ่านมา งานวิจัยที่ใช้การวิเคราะห์บรรณมิติเพื่อศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีสตินั้นจะเป็นการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีสติในภาพรวมโดยไม่ได้มีการเจาะจงเฉพาะช่วงวัย เช่น งานวิจัยของ Baminiwatta and Solangaarachchi (2021) ซึ่งได้วิเคราะห์งานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในช่วงปี ค.ศ. 1966 ถึง ปี ค.ศ. 2021 ผ่านการวิเคราะห์บรรณมิติโดยพบว่า จำนวนงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการมีสติเพิ่มขึ้นอย่างมากในช่วงปี ค.ศ. 2006 โดยเกือบครึ่งหนึ่งของงานวิจัยทั้งหมดจัดอยู่ในสาขาจิตวิทยา และโดยส่วนใหญ่มีพื้นฐานมาจากนักวิจัยในประเทศฝั่งตะวันตก ได้แก่ ประเทศสหรัฐอเมริกา ประเทศสหราชอาณาจักร ประเทศสเปน อย่างไรก็ตามงานวิจัยของนักวิจัยจากประเทศในแถบเอเชีย ได้แก่ ประเทศจีน ประเทศอิหร่าน และประเทศอินเดีย มีจำนวนเพิ่มขึ้นเช่นกัน วารสารวิชาการที่ตีพิมพ์งานวิจัยมากที่สุด คือ Mindfulness และคำสำคัญ (keyword) ที่ถูกระบุพร้อมกันกับคำว่าสติมากที่สุด คือ การทำสมาธิ (meditation) ภาวะซึมเศร้า (depression) ความเครียด (stress) และความวิตกกังวล (anxiety) และเมื่อวิเคราะห์ถึงแนวโน้มของงานวิจัย สามารถแยกออกได้เป็น 2 ช่วงด้วยกัน ได้แก่ ช่วงต้น (ในช่วงปี ค.ศ. 1966 ถึงปี ค.ศ. 2015) ของงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติ ซึ่งในช่วงนี้จะเน้นศึกษาถึงจิตวิญญาณ (spiritual) ของบุคคล ในขณะที่งานวิจัยในยุคหลัง (ในช่วงปี ค.ศ. 2016 ถึงปี ค.ศ. 2021) มีความสนใจเพิ่มขึ้นในกระบวนการและตัวแปรกำกับ (moderator) ที่เกี่ยวข้องกับการมีสติ การทำสมาธิระยะยาว (long-term meditation) การศึกษาเชิงประสาทวิทยาศาสตร์ (neuroscientific study) และโปรแกรมออนไลน์หรือโปรแกรมบนสมาร์ทโฟนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการมีสติ

นอกจากนี้ ยังมีงานวิจัยของ Ussery (2021) ที่ใช้การวิเคราะห์บรรณมิติกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีสติ ซึ่งเผยแพร่ในฐานข้อมูลห้องสมุดของ University of Southern Mississippi โดยศึกษางานวิจัยในช่วงปี ค.ศ. 2010 ถึงปี ค.ศ. 2020 จากผลการวิจัยพบว่า จำนวนงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการมีสติเพิ่มขึ้นอย่างมากในช่วงปี ค.ศ. 2017 วารสารวิชาการที่ตีพิมพ์มากที่สุด คือ Journal of the Medical Library Association และนักวิจัยโดยส่วนใหญ่มาจากประเทศสหรัฐอเมริกา

สำหรับงานวิจัยในประเทศไทยได้มีการทบทวนวรรณกรรมในงานวิจัยที่ศึกษาองค์ประกอบของการมีสติและงานวิจัยเพื่อพัฒนาแบบประเมินการมีสติที่มีพื้นฐานอยู่บนแนวคิดของ Kabat-Zinn เช่น มาตรฐาน Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) (Brown & Ryan, 2003) มาตรฐาน Five Facets Mindfulness Questionnaire (FFMQ) (Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer, & Toney, 2006) เป็นต้น เพื่อทำความเข้าใจในประโยชน์และข้อจำกัดของแบบประเมินการมีสติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมุมมองของการนำแบบประเมินมาประยุกต์ใช้ในประเทศไทย โดยได้เสนอว่า ในการประยุกต์ใช้แบบประเมินการมีสติควรมีการคำนึงถึงความเข้าใจในแนวคิดเกี่ยวกับการมีสติที่อาจมีความแตกต่างกัน รวมไปถึงความแตกต่างทางด้านวัฒนธรรม (Silpakit, Suthithammanuwat, & Bannaruj, 2015) นอกจากนี้ ยังมีงานวิจัยที่ศึกษาผลของสติในผู้ป่วยโรคระบบหลอดเลือดโดยใช้การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ (systematic review) โดยวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยศึกษาทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศจากฐานข้อมูลต่าง ๆ เช่น

Pubmed Central (PMC), ScienceDirect, SpringerLink เป็นต้น ซึ่งพบว่า งานวิจัยโดยส่วนใหญ่เป็นรูปแบบกึ่งทดลอง กิจกรรมที่ใช้มักเป็นรูปแบบของการฝึกสติ ร่วมด้วยกิจกรรมกลุ่ม และมีการฝึกอย่างต่อเนื่องที่บ้านซึ่งสะท้อนถึงการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (Sangpresert, Palangrit, Buranatreveth, Tiyoa, & Pattaraarchachai, 2018)

วิธีดำเนินการวิจัย

ข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์บรรณมิติในงานวิจัยนี้เป็นบทความวิจัย (research article) และบทความทบทวนวรรณกรรม (review article) ที่อยู่ฐานข้อมูล Scopus โดยนักวิจัยสามารถค้นหาบทความด้วยการใส่คำค้นหา เช่น คำสำคัญ ชื่อผู้วิจัย เป็นต้น ซึ่งฐานข้อมูลดังกล่าวเป็นฐานข้อมูลที่รวบรวมบทความวิชาการจากวารสารวิจัย (peer-reviewed journal) หนังสือนิตยสาร และวารสารการประชุมวิชาการ (conference proceeding) และประกอบไปด้วยหลากหลายสาขาวิชา เช่น วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี การแพทย์ สังคมศาสตร์ และ มนุษยศาสตร์

ผู้วิจัยสืบค้นข้อมูลจากฐานข้อมูล Scopus ด้วยการใส่คำค้นหา ได้แก่ “Mindfulness” และ “Children” ซึ่งข้อมูลที่ถูกนำมาวิเคราะห์บรรณมิติจะมีคำดังกล่าวอยู่ใน ชื่อเรื่อง (title) บทคัดย่อ (abstract) หรือ คำสำคัญ (keyword)

เมื่อผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม R แพคเกจชื่อว่า Bibliometrix (Aria & Cuccurullo, 2017) ซึ่งจะได้ผลการวิเคราะห์ที่รายงานข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับบทความวิจัยที่ผู้วิจัยรวบรวมมาได้ เช่น จำนวนบทความวิจัยในแต่ละปี บทความวิจัยที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุด เป็นต้น พร้อมทั้งภาพที่แสดงความเชื่อมโยงต่าง ๆ

ผลการวิจัย

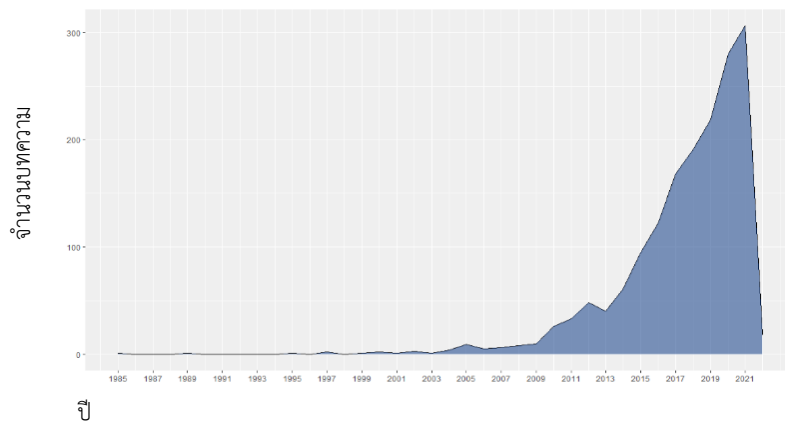
จากการรวบรวมข้อมูลจากฐานข้อมูล Scopus ด้วยคำค้นหา “Mindfulness” และ “Children” โดยไม่จำกัดช่วงปีของการตีพิมพ์ พบว่า มีบทความทั้งหมด 1,662 บทความ แบ่งออกเป็นบทความวิจัยจำนวน 1,395 บทความ และบทความทบทวนวรรณกรรม 267 บทความ ตีพิมพ์ในช่วงปี ค.ศ. 1985 ถึง ปี ค.ศ. 2022 ซึ่งบทความแรกที่มี การ ตี พิมพ์ ชื่อ “Decreasing Prejudice by Increasing Discrimination” (Langer, Bashner, & Chanowitz, 1985) ซึ่งเป็นงานวิจัยในรูปแบบการทดลองเพื่อศึกษาผลของการมีสติต่อพฤติกรรมการเลือกปฏิบัติที่ไม่เหมาะสม (inappropriate discrimination) กับเด็กที่มีความบกพร่อง (handicapped children) โดยมีผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นเด็กเกรด 6 ตามมาด้วยบทความชื่อ “Conditional Teaching and Mindful Learning: The Role of Uncertainty in Education” (Langer, Michael, Jennifer, & Marilyn, 1989) เป็นงานวิจัยที่ศึกษาผลของรูปแบบการสอนที่แตกต่างกันต่อการเรียนรู้และการใช้ข้อมูลในเด็กและวัยรุ่น

และเมื่อพิจารณาถึงจำนวนบทความต่อปีพบว่าปี ค.ศ. 2016 เป็นปีแรกที่มีบทความมากกว่า 100 บทความ (จำนวน 122 บทความ) หลังจากนั้นจำนวนบทความจึงเพิ่มขึ้นตามลำดับ (ดูตาราง 1 และภาพ 1) โดยในปี ค.ศ. 2021 มีจำนวนบทความทั้งสิ้น 306 บทความ ซึ่งเมื่อพิจารณาจำนวนบทความที่ตีพิมพ์เฉพาะช่วงปี ค.ศ. 2016 ถึงปี ค.ศ. 2021 (จำนวน 1,286 ผลงาน) คิดเป็นร้อยละ 77.38 จากจำนวนบทความทั้งหมด

ตาราง 1

จำนวนการตีพิมพ์จากฐานข้อมูล Scopus ในช่วงปี ค.ศ. 1985 ถึงปี ค.ศ. 2022

ปี ค.ศ.	จำนวนบทความ	ปี ค.ศ.	จำนวนบทความ	ปี ค.ศ.	จำนวนบทความ	ปี ค.ศ.	จำนวนบทความ
1985	1	2002	3	2009	10	2016	122
1989	1	2003	1	2010	26	2017	168
1995	1	2004	4	2011	33	2018	191
1997	2	2005	9	2012	48	2019	219
1999	1	2006	5	2013	40	2020	280
2000	2	2007	6	2014	61	2021	306
2001	1	2008	8	2015	95	2022	18



ภาพ 1 จำนวนการตีพิมพ์จากฐานข้อมูล Scopus ในช่วงปี ค.ศ. 1985 ถึงปี ค.ศ. 2022

บทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดเป็นบทความวิจัยของ Diamond and Lee (2011) ซึ่งศึกษาการใช้กิจกรรม เช่น การฝึกการมีสติ โยคะ ศิลปะป้องกันตัว (Martial art) แอโรบิค เกมส์ เพื่อสร้างเสริม Executive Function ในเด็กอายุ 4-12 ปี ลำดับต่อมาเป็นบทความที่ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมปรับความคิดที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติ (Mindfulness-Based Cognitive Therapy--MBCT) ในการป้องกันการฟื้นคืนกลับของภาวะซึมเศร้า ในผู้ป่วยซึมเศร้า (Ma & Teasdale, 2004) จะเห็นได้ว่า 5 อันดับแรกของบทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดเป็นบทความวิจัยที่รายงานถึงผลของการใช้กิจกรรมหรือโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติรูปแบบต่าง ๆ และเมื่อพิจารณาทั้ง 20 อันดับของบทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดพบว่า บทความโดยส่วนใหญ่ยังคงเกี่ยวข้องกับ การศึกษาผลของกิจกรรมหรือโปรแกรมในผู้เข้าร่วมการวิจัยกลุ่มต่างๆ เช่น ผลของโปรแกรม MBCT ที่มีต่อปัญหาทางด้านการให้ความใส่ใจ ความวิตกกังวล และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในเด็กอายุ 9-13 ปี (Semple, Lee, Rosa, & Miller, 2010) หรือการผสมผสานการฝึกทักษะการมีสติกับทักษะการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (Social and Emotional Learning--SEL) เพื่อสร้างเสริมการเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (empathy) การเข้าใจมุมมองของคนอื่น

(perspective taking) การควบคุมอารมณ์ตนเอง (emotional control) และการมองโลกในแง่ดี (optimism) ในเด็กชั้นประถมศึกษา (Schonert-Reichl et al., 2015) เป็นต้น รวมไปถึงการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ (systematic review) และการวิเคราะห์ทอภิมาน (meta-analysis) ในงานวิจัยที่ศึกษาการฝึกทักษะการมีสติสำหรับเด็กและวัยรุ่นในบริบทต่าง ๆ (เช่น Burke, 2010; Gotink et al., 2015; Zenner, Herrnleben-Kurz, & Walach, 2014) (ดูตาราง 2)

อย่างไรก็ตาม นอกจากงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กแล้ว บทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดยังมีงานวิจัยที่ศึกษาถึงการมีสติในกลุ่มบุคคลที่อยู่รอบข้างเด็กด้วย เช่น การศึกษารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบอย่างใส่ใจ (mindful parenting) ซึ่งเป็นรูปแบบที่ผู้ปกครองนำเอาการตระหนักรู้ในแต่ละขณะมาใช้ในการพัฒนาทักษะการฟังด้วยการใส่ใจ การตระหนักรู้ในอารมณ์ (emotional awareness) การกำกับตนเอง (self-regulation) ความเมตตา กรุณา (compassion) และการยอมรับโดยไม่ตัดสิน (nonjudgmental acceptance) ในการอบรมเลี้ยงดู (Duncan, Coatsworth, & Greenburg, 2009) และการศึกษาโดย Flook, Goldberg, Pinger, Bonus, and Davidson (2013) ที่ได้ประยุกต์โปรแกรมลดความเครียดที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติ (Mindfulness-Based Stress Reduction--MBSR) เพื่อลดภาวะหมดไฟในการทำงาน (burnout) สร้างเสริมทักษะการจัดการห้องเรียน และเพิ่มความเมตตา กรุณาต่อตนเอง (self-compassion) ในคุณครู (ดูตาราง 2)

ตาราง 2

บทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุด 20 อันดับแรก

ลำดับที่	ชื่อเรื่อง	ผู้วิจัย (ปี)	วารสาร	จำนวนการอ้างอิง (ต่อปี)
1	Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old	Diamond and Lee (2011)	Science	1,399 (116)
2	Mindfulness-based cognitive therapy for depression: Replication and exploration of differential relapse prevention effect	Ma and Teasdale (2004)	Journal of Consulting and Clinical Psychology	936 (49)
3	Canadian network for mood and anxiety treatments (CANMAT) and international society for bipolar disorders (ISBD) 2018 guidelines for the management of patients with bipolar disorder	Yatham et al. (2018)	Bipolar Disorders	497 (99)

ตาราง 2 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อเรื่อง	ผู้วิจัย (ปี)	วารสาร	จำนวน การอ้างอิง (ต่อปี)
4	Mindfulness-based interventions in schools: A systematic review and meta-analysis	Zenner et al. (2014)	Frontiers in Psychology	436 (48)
5	Mindfulness-based approaches with children and adolescents: A preliminary review of current research in an emergent field	Burke (2010)	Journal of Child and Family Studies	397 (30)
6	A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research	Duncan et al. (2009)	Clinical Child and Family Psychology Review	347 (24)
7	Activities and programs that improve children's executive functions	Diamond (2012)	Current Directions in Psychological Science	340 (30)
8	Standardised mindfulness-based interventions in healthcare: An overview of systematic review and meta-analyses of RCTs	Gotink et al. (2015)	PLoS ONE	323 (40)
9	Attention training and attention state training	Tang and Posner (2009)	Trends in Cognitive Sciences	301 (21)
10	Enhancing cognitive and social-emotional development through a simple-to-administer mindfulness-based school program for elementary school children: A randomized controlled trial	Schonert-Reichl et al. (2015)	Developmental Psychology	293 (36)

ตาราง 2 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อเรื่อง	ผู้วิจัย (ปี)	วารสาร	จำนวน การอ้างอิง (ต่อปี)
11	Assessing mindfulness in children and adolescent: Development and validation of the child and adolescent mindfulness measure (CAMM)	Greco et al. (2011)	Psychological Assessment	291 (24)
12	Effects of mindful awareness practices on executive functions in elementary school children	Flook et al. (2010)	Journal of Applied School Psychology	282 (21)
13	Feasibility and preliminary outcomes of a school-based mindfulness intervention for urban youth	Mendelson et al. (2010)	Journal of Abnormal Child Psychology	269 (20)
14	Mindfulness for teachers: A pilot study to assess effects on stress, burnout, and teaching efficacy	Flook et al. (2013)	Mind, Brain, and Education	252 (25)
15	Self-compassion in clinical practices	Germer and Neff (2013)	Journal of Clinical Psychology	249 (24)
16	Nurturing mindfulness in children and youth: Current state of research	Greenberg and Harris (2011)	Child Development and Perspectives	243 (22)
17	A randomized trial of mindfulness-based cognitive therapy for children: Promoting mindful attention to enhance social-emotional resiliency in children	Semple et al. (2010)	Journal of Child and Family Studies	243 (18)
18	Assessing adolescent mindfulness: Validation of an adapted mindful attention awareness scale in adolescent normative and psychiatric populations	Brown, West, Loverich, and Biegel (2011)	Psychological Assessment	240 (20)

ตาราง 2 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อเรื่อง	ผู้วิจัย (ปี)	วารสาร	จำนวน การอ้างอิง (ต่อปี)
19	Mindfulness training for adolescents with externalizing disorder and their parents	Bögels, Hoogstad, Dun, Schutter, and Restifo (2008)	Behavioural and Cognitive Psychotherapy	230 (15)
20	Clinical practical guideline for the diagnosis, evaluation, and treatment of attention-deficit/hyperactivity disorder in children and adolescents	Wolraich et al. (2019)	Pediatrics	226 (56)

จากการวิเคราะห์บรรณมิติพบว่า วารสารที่มีการตีพิมพ์บทความวิจัยมากที่สุดคือ Mindfulness มีจำนวน 139 บทความ คิดเป็นร้อยละ 8.36 จากบทความทั้งหมด (N = 1,662) ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนให้มีการประยุกต์ใช้การมีสติในบริบทต่าง ๆ โดยมีพื้นฐานอยู่บนงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติ ทั้งในรูปแบบของการพัฒนา มาตรฐานประเมินการมีสติ การใช้การมีสติในทางคลินิก ผลของกลไกการมีสติต่อพฤติกรรมต่าง ๆ และการใช้การมีสติ ในวัฒนธรรมต่าง ๆ รองลงมาคือ วารสารชื่อ Journal of Child and Family Studies (JCFS) มีจำนวน 58 บทความ คิดเป็นร้อยละ 3.49 จากบทความทั้งหมด ซึ่งมีขอบเขตที่การศึกษาพฤติกรรมและสุขภาวะ (well-being) ของ เด็กวัยรุ่น และครอบครัว และเมื่อพิจารณาวารสารที่มีการตีพิมพ์บทความวิจัยมากที่สุด 10 อันดับแรกพบว่า มีสัดส่วน การตีพิมพ์บทความวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีสติในเด็กร้อยละ 19.92 (ดูตาราง 3)

ตาราง 3

วารสารวิจัยที่ตีพิมพ์บทความจากคำค้นหา “Mindfulness” และ “Children” มากที่สุด 10 อันดับแรก

ลำดับที่	วารสารวิจัย	จำนวนบทความ (ร้อยละ)	Impact Factor
1	Mindfulness	139 (8.36)	4.684
2	Journal of Child and Family Studies	58 (3.49)	2.278
3	International Journal of Environmental Research and Public Health	29 (1.74)	3.390
4	Frontiers in Psychology	26 (1.56)	2.990
5	Journal of Affective Disorders	15 (0.90)	4.839
6	Child and Adolescent Mental Health	14 (0.84)	2.175

ตาราง 3 (ต่อ)

ลำดับที่	วารสารวิจัย	จำนวนบทความ (ร้อยละ)	Impact Factor
7	Children Journal of Autism and Developmental Disorders	13 (0.78) 13 (0.78)	2.863 4.291
8	Complementary Therapies in Medicine Trials	12 (0.72) 12 (0.72)	2.446 2.279
9	Journal of Clinical Psychology	11 (0.66)	2.885
10	Child Abuse and Neglect Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America Cochrane Database of Systematic Reviews	10 (0.60) 10 (0.60) 10 (0.60)	3.928 2.410 9.289

*หมายเหตุ ค่า Impact Factor รายงานในปี ค.ศ. 2020

ผู้วิจัยที่มีบทความตีพิมพ์มากที่สุด คือ Nirbhay N. Singh (n = 28) โดยเป็นบทความที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาโปรแกรมสร้างเสริมการมีสติในเด็ก เช่น การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบในงานวิจัยที่ศึกษาโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติ (Mindfulness-Based Intervention--MBI) สำหรับเด็กและวัยรุ่นในบริบทโรงเรียน (Felver, Hoyos, Tezanos, & Singh, 2015) งานวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative study) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมการมีสติต่อเด็ก ที่มีภาวะออทิสติกและครอบครัว (Ridderinkhof, Bruin, Blom, Singh, & Bögels, 2019) และงานวิจัยที่ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมชื่อว่า Open Mind (OM) ซึ่งมีพื้นฐานอยู่บนการสร้างเสริมการมีสติและการเรียนรู้ทักษะทางสังคมและอารมณ์ในเด็กก่อนวัยเรียน (Kim et al., 2019) เป็นต้น รองลงมาคือ Susan M. Bögel (n = 24) ซึ่งศึกษาโปรแกรมสร้างเสริมการมีสติในเด็กด้วยเช่นกัน เช่น งานวิจัยที่ศึกษาผลของโปรแกรมสร้างเสริมการมีสติเปรียบเทียบกับผลที่เกิดขึ้นจากการใช้ยา Methylphenidate ต่อพฤติกรรมและการเอาใจใส่และพฤติกรรมหุนหันพลันแล่นในเด็กสมาธิสั้น (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder--ADHD (Meppelink, Bruin, & Bögels, 2016) และงานวิจัยเชิงคุณภาพที่ศึกษาประสิทธิภาพและผลของโปรแกรมสร้างเสริมการมีสติที่มีชื่อว่า MYmind Course ในเด็กสมาธิสั้นและครอบครัว (Zhang et al., 2016) เป็นต้น (ดูตาราง 4)

ตาราง 4

รายชื่อผู้วิจัยที่มีบทความตีพิมพ์มากที่สุด 10 อันดับแรก

ลำดับ ที่	ผู้วิจัย	ประเทศ	สถาบัน	จำนวน บทความ
1	Nirbhay N. Singh	สหรัฐอเมริกา	Georgia Regents University	28
2	Susan M. Bögel	เนเธอร์แลนด์	University of Amsterdam	24
3	Larissa G. Duncan	สหรัฐอเมริกา	University of Wisconsin-Madison	18
4	Helena Moreira	โปรตุเกส	University of Coimbra	16
5	Mark Greenberg	สหรัฐอเมริกา	Pennsylvania State University	15
6	Maria C. Canavarro	โปรตุเกส	University of Coimbra	14
7	Esther de Bruin	เนเธอร์แลนด์	University of Amsterdam	13
	Giulio E. Lancioni	อิตาลี	University of Bari	13
8	J. Douglas Coatsworth	สหรัฐอเมริกา	University of Tennessee	12
	Herman Hay Ming Lo	ฮ่องกง	Hong Kong Polytechnic University	12
	Cameron L. Neece	สหรัฐอเมริกา	Loma Linda University	12
9	Judy Singh	สหรัฐอเมริกา	American Health & Wellness Institute	11
10	Richard P. Hastings	สหราชอาณาจักร	University of Warwick	10
	Alan S. W. Winton	นิวซีแลนด์	Massey University	10

ประเทศสหรัฐอเมริกาเป็นประเทศที่มีผู้ประพันธ์บรรณกิจ (corresponding author) มากที่สุดโดยมีจำนวน 581 บทความ คิดเป็นร้อยละ 34.96 จากบทความทั้งหมด (N = 1,662) และเป็นประเทศที่มีบทความได้รับการอ้างอิงมากที่สุดเช่นกัน โดยได้รับการอ้างอิงทั้งสิ้น 14,618 บทความ ประเทศที่มีผู้ประพันธ์บรรณกิจในลำดับรองลงมา ได้แก่ ประเทศสหราชอาณาจักร 110 บทความ คิดเป็นร้อยละ 6.62 ประเทศออสเตรเลีย 109 บทความ คิดเป็นร้อยละ 6.56 ประเทศแคนาดา 107 บทความ คิดเป็นร้อยละ 6.44 และประเทศจีน 55 บทความ คิดเป็นร้อยละ 3.31 อย่างไรก็ตามประเทศเหล่านี้ไม่ได้มีจำนวนบทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดในลำดับเดียวกัน โดยประเทศที่มีจำนวนบทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดรองมาจากประเทศสหรัฐอเมริกาคือ ประเทศแคนาดา ได้รับการอ้างอิงทั้งสิ้น 3,968 บทความ ตามมาด้วยประเทศสหราชอาณาจักร 3,516 บทความ ประเทศออสเตรเลีย 1,636 บทความ และประเทศเนเธอร์แลนด์ 1,200 บทความ ตามลำดับ (ดูตาราง 5)

ตาราง 5

ประเทศที่มีผู้ประพันธ์บรรณกิจและประเทศที่มีบทความได้รับการอ้างอิงมากที่สุด 10 อันดับแรก

ลำดับที่	ผู้ประพันธ์บรรณกิจ		บทความได้รับการอ้างอิง	
	ประเทศ	จำนวนบทความ	ประเทศ	จำนวนบทความ
1	สหรัฐอเมริกา	581	สหรัฐอเมริกา	14,618
2	สหราชอาณาจักร	110	แคนาดา	3,968
3	ออสเตรเลีย	109	สหราชอาณาจักร	3,516
4	แคนาดา	107	ออสเตรเลีย	1,636
5	จีน	55	เนเธอร์แลนด์	1,200
6	สเปน	51	เยอรมัน	846
7	เยอรมัน	42	จีน	719
8	เนเธอร์แลนด์	42	โปรตุเกส	447
9	อิตาลี	31	สวีเดน	437
10	โปรตุเกส	30	สเปน	342

จากการวิเคราะห์บรรณมิติพบคำสำคัญ (keyword) ที่ผู้วิจัยระบุมากที่สุดในบทความคือ “Mindfulness” จำนวน 746 บทความ คิดเป็นร้อยละ 44.89 จากบทความทั้งหมด (N = 1,662) รองลงมาคือ “Adolescent” “Adolescents” และ “Adolescence” 215 บทความ คิดเป็นร้อยละ 12.94 ตามมาด้วย “Children” 175 บทความ คิดเป็นร้อยละ 10.53 “Anxiety” และ “Depression” 99 บทความ คิดเป็นร้อยละ 5.96 ลำดับต่อมาคือ “Stress” 98 บทความ คิดเป็นร้อยละ 5.90 ตามลำดับ

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ระบุคำสำคัญเพิ่มเติม ได้แก่ “Thai” และ “Thailand” พบบทความวิจัย 4 เรื่องที่เป็น การศึกษาการมีสติสำหรับเด็กในประเทศไทย โดย 3 ใน 4 เป็นการศึกษาผลของกิจกรรมหรือโปรแกรมที่มีพื้นฐาน บนการมีสติที่มีต่อกลุ่มประชากรต่าง ๆ และอีกบทความเป็นการศึกษาความแตกต่างในประสบการณ์และความมั่นใจ ที่มีต่อการทำจิตบำบัด (psychotherapy) ในรูปแบบต่าง ๆ ของจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น (Hongsanguansri, Charatcharungkiat, César, & Silvia, 2018) โดยบทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดเป็นบทความที่ศึกษาผลของ การจัดการศึกษาที่มีพื้นฐานบนการมีสติ (Mindfulness-based education--Mind-Edu) ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้าง เสริมทักษะทางสังคมและอารมณ์ของเด็กวัยประถม โดยได้นำการวัดคลื่นสมอง (Electroencephalography--EEG) มาเป็นเครื่องมือประเมิน การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Siripornpanich, Sampoon, Chaithirayanon, Kotchabhakdi, & Chutabhakdikul, 2018)

ตาราง 6

บทความวิจัยในฐานข้อมูล Scopus จากการระบุคำสำคัญเพิ่มเติม ได้แก่ “Thai” และ “Thailand”

ชื่อเรื่อง	ผู้วิจัย (ปี)	วารสาร	จำนวน การอ้างอิง
Enhancing brain maturation through a mindfulness-based education in elementary school children: A quantitative EEG study	Siripornpanich et al. (2018)	Mindfulness	10
School-based mindfulness intervention improves executive functions and self-regulation in preschoolers at risk	Lertladaluck, Suppalarkbunlue, Moriguchi, and Chutabhakdikul (2021)	The Journal of Behavioral Science	1
Psychotherapy training experiences among four child and adolescent psychiatry residency training centers in Thailand	Hongsanguansri et al. (2018)	Journal of the Medical Association of Thailand	0
Feasibility of a brief mindfulness intervention: Examining stress, anxiety and mindfulness for Thai parents of children with developmental disabilities	Petcharat and Liehr (2021)	Archives of Psychiatric Nursing	0

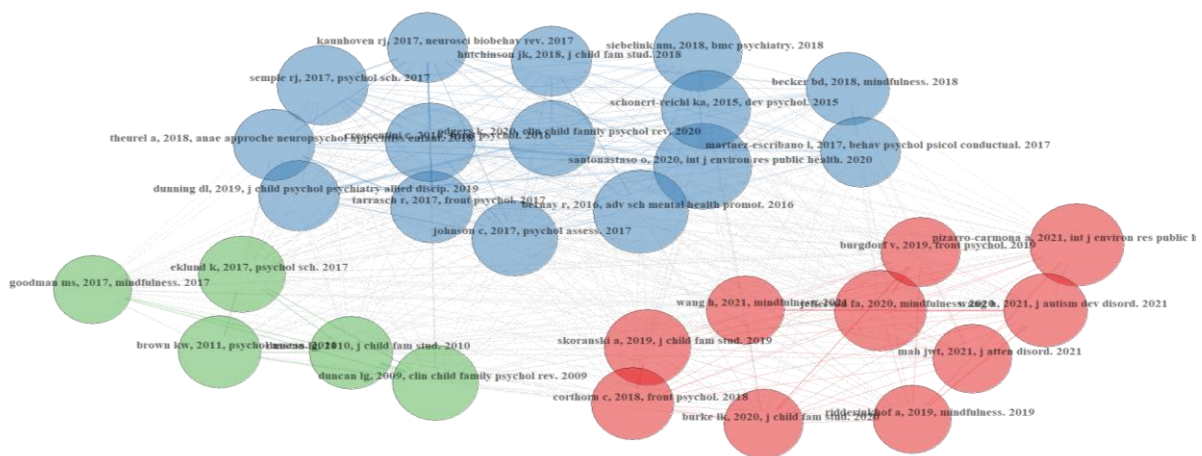
ในการวิเคราะห์เครือข่ายของการวิเคราะห์บรรณมิติจะแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบต่าง ๆ โดยรูปแบบแรกคือ เครือข่ายบทความที่มีรายการอ้างอิงชุดเดียวกัน (manuscript coupling network) ซึ่งจะแสดงกลุ่มบทความที่มีรายการอ้างอิงคล้ายคลึงกัน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่มด้วยกัน (ดูภาพ 2)

กลุ่มแรก (สีน้ำเงิน) ประกอบไปด้วย 15 บทความ ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาผลและประสิทธิภาพของกิจกรรมหรือโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติที่มีต่อทักษะ สภาวะ รวมไปถึงพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กและวัยรุ่น เช่น บทความของ Santonastaso et al. (2020) ศึกษาประสิทธิภาพของการทำสมาธิมุ่งที่การมีสติ (Mindfulness-Oriented Meditation--MOM) ในเด็กสมาธิสั้น และบทความชื่อ “The Limited Effect of Mindfulness-based Interventions on Anxiety in Children and Adolescents: A Meta-analysis” เป็นการวิเคราะห์ห่อภิมาณในงานวิจัยที่ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติต่อการลดภาวะวิตกกังวล (anxiety) ในเด็กและวัยรุ่น โดยจำกัดการวิเคราะห์เฉพาะในงานวิจัยที่มีผู้เข้าร่วมการวิจัยอายุน้อยกว่า 18 ปี (Odgers, Dargue, Creswell, Jones, & Hudson, 2020) และบทความของ Dunning et al. (2019) ซึ่งวิเคราะห์ห่อภิมาณเพื่อศึกษา

ประสิทธิภาพของโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติที่มีผลต่อความสามารถทางสติปัญญาและสุขภาพจิต เช่น Executive Function ภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล ความเครียด ในเด็กและวัยรุ่น โดยเน้นงานวิจัยที่มีวิธีดำเนินการวิจัยในรูปแบบการทดลองแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุม (Randomized Controlled Trial–RCT) (ดูภาพ 2)

กลุ่มต่อมา (สีแดง) ประกอบไปด้วย 10 บทความ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีสติกับผู้ใกล้ชิดเด็ก เช่น บทความของ Pizarro-Carmona, Baena, and Jiménez (2021) ซึ่งศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรม MBSR ต่อผู้ปกครองหรือผู้ดูแลเด็กที่มีความผิดปกติทางจิต (mental disorder) รวมไปถึงบทความชื่อ “Mindfulness-enhanced Behavioral Parent Training for Clinic-referred Families of Children with ADHD: A Randomized Controlled Trial” ซึ่งศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมอบรมพฤติกรรมการณ์เลี้ยงดู (Behavior Parent Training–BPT) ที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติโดยเปรียบเทียบกับประสิทธิภาพของโปรแกรมอบรมพฤติกรรม การเลี้ยงดูแบบมาตรฐานในผู้ปกครองของเด็กสมาธิสั้น (Mah, Murray, Locke, & Carbert, 2021) และงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสี่ยงทางครอบครัว (เช่น เศรษฐฐานะ การว่างงาน เป็นต้น) กับสุขภาพจิตของผู้ปกครอง โดยมีการมีสติเป็นตัวแปรกำกับ (ดูภาพ 2)

และกลุ่มสุดท้าย (สีเขียว) ประกอบด้วย 5 บทความนำเสนอมาตรประเมินการมีสติสำหรับเด็กและวัยรุ่น ทั้งในรูปแบบของการทบทวนวรรณกรรมในงานวิจัยพัฒนามาตร รวมไปถึงงานวิจัยที่ศึกษาและพัฒนามาตรประเมินการมีสติสำหรับเด็กและวัยรุ่น เช่น การศึกษาคุณสมบัติการวัดทางจิตวิทยา (psychometric properties) ข้อจำกัด และข้อควรระวังของมาตรประเมินการมีสติในเด็กและวัยรุ่นที่เป็นรูปแบบการรายงานตนเอง (self-reported measure) ที่มีอยู่ในปัจจุบัน (Goodman et al., 2017) รวมไปถึงบทความของ Eklund, O’Malley, and Meyer (2017) ซึ่งทบทวนวรรณในงานวิจัยพัฒนามาตรประเมินการมีสติในเด็กวัยรุ่นทั้งที่มีการตีพิมพ์และไม่ได้ตีพิมพ์ และบทความชื่อ “Assessing Adolescent Mindfulness: Validation of an Adapt Mindful Attention Awareness Scale in Adolescent Normative and Psychiatric Populations” ซึ่งเป็นงานวิจัยที่ศึกษาคุณสมบัติการวัดทางจิตวิทยาของมาตร Mindful Attention Awareness Scale-Adolescent (MAAS-A) ซึ่งเป็นการประยุกต์มาตร MAAS ซึ่งเป็นมาตรที่พัฒนาขึ้นสำหรับการประเมินการมีสติในผู้ใหญ่มาใช้ประเมินการมีสติในวัยรุ่น (Brown et al., 2011) (ดูภาพ 2)



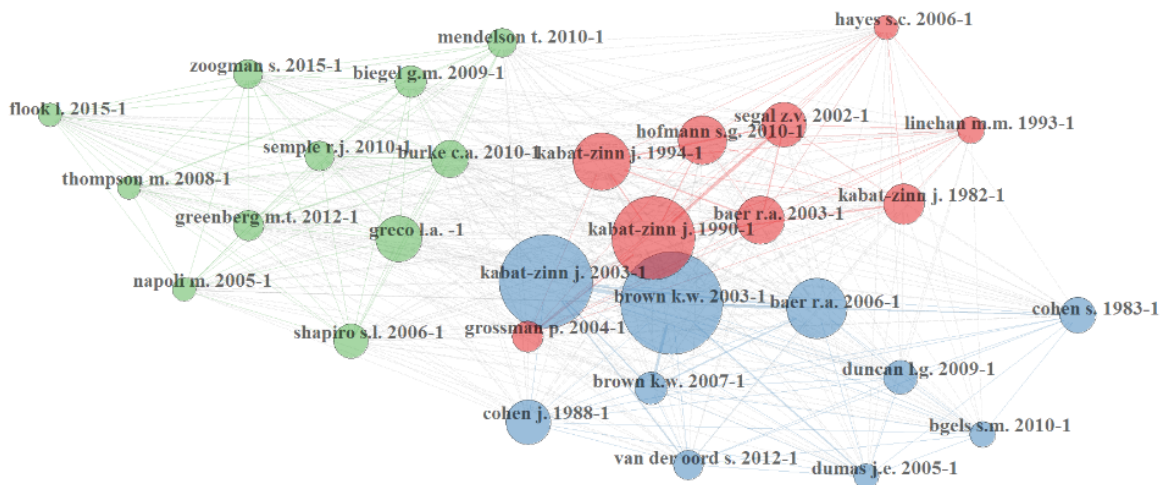
ภาพ 2 เครือข่ายบทความที่อ้างอิงรายการอ้างอิงชุดเดียวกัน

ผลการวิเคราะห์เครือข่ายในการวิเคราะห์บรรณมิติรูปแบบต่อมาคือ เครือข่ายบทความที่ถูกอ้างอิงอยู่ในบทความเดียวกัน (reference co-citation network) เป็นการรายงานข้อมูลบทความที่อยู่ในรายการอ้างอิงของบทความที่เป็นข้อมูลในการวิเคราะห์เครือข่าย โดยบทความที่อยู่ในรายการอ้างอิงนั้นอาจเป็นบทความที่นอกเหนือไปจาก 1,662 บทความที่นำมาเป็นข้อมูลในการวิเคราะห์เครือข่ายของงานวิจัยนี้ ซึ่งพบว่า บทความที่ถูกอ้างอิงในกลุ่มบทความเดียวกันสามารถจัดกลุ่มได้เป็น 3 กลุ่มด้วยกัน ดังนี้ (ดูภาพ 3)

กลุ่มแรก (สีเขียว) ประกอบไปด้วย 11 บทความ ซึ่งมีจุดร่วมในการนำเสนอถึงการประยุกต์ใช้การมีสติในเด็กวัยรุ่น และเยาวชน เช่น บทความโดย Burke (2010) ซึ่งเป็นการทบทวนวรรณกรรมในงานวิจัยที่ศึกษาผลของโปรแกรม MBSR และโปรแกรม MBCT ในเด็กและวัยรุ่น และบทความชื่อ “Mindfulness-based Stress Reduction for the Treatment of Adolescent Psychiatric Outpatients: A Randomized Clinical Trial” ซึ่งเป็นการศึกษาผลของโปรแกรม MBSR ที่มีต่อภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า ความเจ็บปวดทางร่างกาย (somatic distress) การเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) และคุณภาพการนอนในวัยรุ่นอายุ 14-18 ปีที่เป็นผู้ป่วยนอกของแผนกจิตเวช (Biegel, Brown, Shapiro, & Schubert, 2009) และบทความโดย Greenburg and Harris (2011) ซึ่งทบทวนวรรณกรรมในงานวิจัยที่ศึกษากิจกรรมรูปแบบต่าง ๆ ที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติในเด็กและเยาวชน ทั้งในรูปแบบของการบำบัดและการป้องกัน (ดูภาพ 3)

กลุ่มต่อมา (สีน้ำเงิน) ประกอบด้วย 10 บทความ ซึ่งนำเสนอรายละเอียดต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการมีสติ เช่น คำจำกัดความของการมีสติ หรือ ผลของการมีสติในรูปแบบต่าง ๆ เช่น บทความชื่อ “Mindfulness-based Interventions in Context: Past, Present, and Future” ซึ่งเป็นการนำเสนอความคิดเห็นของ Kabat-Zinn ต่อการมีสติทั้งในแง่ของคำจำกัดความ การประยุกต์ใช้ ข้อคำนึงถึงด้านวัฒนธรรม ความสำคัญของการมีสติ และช่องว่างทางการวิจัย (Kabat-Zinn, 2003) และบทความของ Brown and Ryan (2003) ซึ่งศึกษาคำจำกัดความของการมีสติโดยมีการพัฒนามาตร MAAS และศึกษาผลของการมีสติต่อการลดลงของความเครียดและการรบกวนทางอารมณ์ (mood disturbance) หรือบทความชื่อ “Using Self-report Assessment Methods to Explore Facets of Mindfulness” ซึ่งนำเสนอการวิเคราะห์องค์ประกอบของการมีสติจากมาตรประเมินการมีสติ โดยผู้วิจัยได้เสนอว่าการมีสติควรประกอบด้วยหลากหลายองค์ประกอบ (Baer et al., 2006) (ดูภาพ 3)

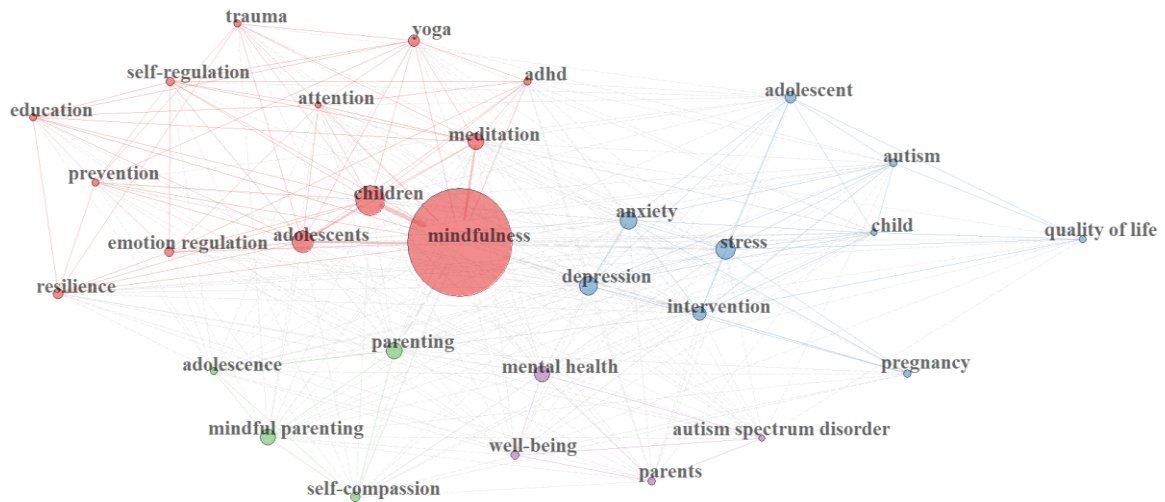
และกลุ่มสุดท้าย (สีแดง) ประกอบด้วย 9 บทความ นำเสนอถึงผลของโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติ เช่น โปรแกรม MBSR โปรแกรม MBCT ที่มีต่อผู้เข้าร่วมการวิจัยเชิงคลินิกหรือตัวแปรในทางคลินิก เช่น บทความของ Grossman, Niemann, Schmidt, and Walach (2004) ซึ่งได้วิเคราะห์ห่อหุ้มถึงผลของโปรแกรม MBSR ที่มีต่อสุขภาวะทางจิต (mental well-being) และสุขภาวะทางร่างกาย (physical well-being) รวมไปถึงบทความชื่อ “Mindfulness Training as a Clinical Intervention: A Conceptual and Empirical Review” ซึ่งวิเคราะห์ห่อหุ้มในงานวิจัยที่ศึกษาผลในเชิงคลินิกของโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติรูปแบบต่าง ๆ เช่น อาการเจ็บเรื้อรัง (chronic pain) ภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า เป็นต้น (Baer, 2003) และบทความของ Hofmann, Sawyer, Witt, and Oh (2010) รายงานผลจากการวิเคราะห์ห่อหุ้มในงานวิจัยที่ศึกษาผลของโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติต่อการบำบัดภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า และปัญหาทางอารมณ์อื่น ๆ ในผู้เข้าร่วมการวิจัยเชิงคลินิก เช่น ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ผู้ป่วยภาวะซึมเศร้า ผู้ป่วยภาวะวิตกกังวล ผู้ป่วยโรคเบาหวาน เป็นต้น (ดูภาพ 3)



ภาพ 3 เครือข่ายบทความที่ถูกอ้างอิงในบทความเดียวกัน

เครือข่ายรูปแบบสุดท้ายที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลคือ เครือข่ายคำสำคัญที่อยู่ในบทความเดียวกัน (keyword co-occurrence network) ซึ่งมีพื้นฐานบนการระบุคำสำคัญร่วมกันในหลากหลายบทความ ซึ่งพบว่า คำสำคัญ “Mindfulness” เป็นจุดศูนย์กลางของเครือข่ายและมีขนาดใหญ่ที่สุด และสามารถจัดเครือข่ายคำสำคัญเป็น 4 กลุ่ม (ดูภาพ 4)

โดยกลุ่มแรก (สีแดง) เป็นกลุ่มที่มีขนาดใหญ่ที่สุดและมีจำนวนคำสำคัญมากที่สุดคือ 13 คำ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของการมีสติกับทักษะอื่นๆ ในเด็กและวัยรุ่น เช่น การกำกับตนเอง การกำกับอารมณ์ (emotional regulation) การฟื้นคืนพลัง (resilience) กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีสติ เช่น โยคะ การทำสมาธิ กลุ่มต่อมา (สีน้ำเงิน) ประกอบด้วยคำสำคัญจำนวน 9 คำ เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการมีสติกับ ภาวะออกทิสติก สุขภาวะทางจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความเครียด ความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า ในเด็กและวัยรุ่น อีกสองกลุ่มประกอบด้วยคำสำคัญจำนวนเท่ากันคือ 4 คำ โดยกลุ่มแรก (สีเขียว) เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการมีสติกับรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูและการเมตตากรุณาต่อตนเอง (self-compassion) ในวัยรุ่น และกลุ่มสุดท้าย (สีม่วง) เป็นเครือข่ายที่แสดงถึงความสัมพันธ์ของการมีสติกับสุขภาพจิตและสุขภาวะที่เกี่ยวข้องกับภาวะออกทิสติกและผู้ปกครอง (ดูภาพ 4)



ภาพ 4 เครือข่ายคำสำคัญที่อยู่ในบทความเดียวกัน

การอภิปรายผล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์บรรณมิติในงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กที่ผ่านมาซึ่งจะสะท้อนให้เห็นถึงแนวโน้มและทิศทางของการศึกษามีสติในเด็ก โดยข้อมูลที่นำมาวิเคราะห์ในงานวิจัยนี้ประกอบไปด้วยบทความวิจัยและบทความทบทวนวรรณกรรมจากฐานข้อมูล Scopus ด้วยคำค้นหา ได้แก่ “Mindfulness” และ “Children” ซึ่งคำดังกล่าวจะปรากฏอยู่ในชื่อเรื่อง บทคัดย่อ หรือคำสำคัญของบทความ จากการรวบรวมข้อมูลพบว่า มีการตีพิมพ์บทความในช่วงปี ค.ศ. 1985 ถึง ปี ค.ศ. 2022 จำนวนทั้งสิ้น 1,662 บทความ แบ่งเป็นบทความวิจัย 1,395 บทความ และบทความทบทวนวรรณกรรม 267 บทความ

จากการวิเคราะห์บรรณมิติพบว่า มากกว่า 3 ใน 4 ของบทความที่ตีพิมพ์ทั้งหมด เป็นบทความที่เผยแพร่ในช่วงปี ค.ศ. 2016 ถึง ปี ค.ศ. 2021 โดยมีการตีพิมพ์มากกว่า 100 บทความตั้งแต่ปี ค.ศ. 2016 เป็นต้นมา ซึ่งแสดงให้เห็นถึงอัตราการตีพิมพ์บทความวิจัยซึ่งเกี่ยวข้องกับการมีสติในเด็กที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

นอกจากนี้ยังพบว่า บทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุด 20 อันดับแรก โดยส่วนใหญ่เป็นบทความที่ศึกษาถึงผลของโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติในผู้เข้าร่วมการวิจัยกลุ่มต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเด็กและผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็ก เช่น ผู้ปกครอง คุณครู เป็นต้น สิ่งที่น่าสนใจคือใน 20 อันดับของบทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุด มีเพียง 2 บทความเท่านั้นที่ศึกษาการประเมินทักษะการมีสติในเด็กและวัยรุ่น โดยเป็นการศึกษาของ Greco et al. (2011) ซึ่งเป็นการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพของมาตร Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) โดยเป็นมาตรที่พัฒนาขึ้นเพื่อประเมินการมีสติในเด็กวัยรุ่นและวัยรุ่น และการศึกษาของ Brown et al. (2011) ซึ่งเป็นการประยุกต์มาตร MASS ที่พัฒนาขึ้นเพื่อประเมินการมีสติในผู้ใหญ่ (Brown & Ryan, 2003) มาใช้ในการประเมินการมีสติในวัยรุ่น โดยเป็นการตรวจสอบคุณภาพของมาตร MAAS-A

และเมื่อพิจารณาถึงทั้งในแง่มุมมองของผู้วิจัยที่มีบทความตีพิมพ์มากที่สุด ประเทศที่มีผู้ประพันธ์บรรณกิจมากที่สุด และประเทศที่มีบทความได้รับการอ้างอิงมากที่สุด จะพบว่าโดยส่วนใหญ่เป็นบทความที่มาจากประเทศทางตะวันตก รวมไปถึงจากการระบุคำสำคัญเพิ่มเติม ได้แก่ “Thai” และ “Thailand” ในฐานข้อมูล Scopus

พบบทความวิจัยที่ศึกษาการมีสติรูปแบบต่างๆ ในประเทศไทย 4 บทความ ซึ่งสอดคล้องกับข้อค้นพบของ Baminiwatta and Solangaarachchi (2021) ที่ได้วิเคราะห์บรรณมิติในงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในช่วงปี ค.ศ. 1966 ถึงปี ค.ศ. 2021 ที่พบว่า ถึงแม้ว่าการมีสติจะมีพื้นฐานมาจากวัฒนธรรมตะวันออกแต่ในงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติโดยส่วนใหญ่กลับมาจากประเทศฝั่งตะวันตก

จากการวิเคราะห์เครือข่ายบทความที่มีรายการอ้างอิงคล้ายชุดเดียวกัน (manuscript coupling network) อาจกล่าวได้ในอีกแง่หนึ่งว่า บทความที่ถูกจัดอยู่ในกลุ่มเดียวกันนั้นอาจสะท้อนให้เห็นถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่อาจเป็นไปได้ในทิศทางเดียวกัน ซึ่งจากการวิเคราะห์เครือข่ายสามารถจัดกลุ่มบทความได้เป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มบทความที่ศึกษาประสิทธิภาพของกิจกรรมหรือโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติที่มีผลต่อพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น กลุ่มบทความที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีสติกับผู้ใกล้ชิดเด็ก และกลุ่มบทความที่ศึกษามาตรประเมินการมีสติในเด็กและวัยรุ่น อย่างไรก็ตามสิ่งที่น่าสนใจคือ บทความที่ถูกจัดกลุ่มอยู่ในกลุ่มที่ศึกษามาตรประเมินการมีสติในเด็กและวัยรุ่นนั้นมีจำนวนน้อยที่สุดจากทั้ง 3 กลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับการวิเคราะห์บทความที่ได้รับการอ้างอิงมากที่สุดที่มีเพียง 2 บทความเท่านั้นที่อยู่ใน 20 อันดับ ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า งานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กนั้นยังมีงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กอยู่เป็นจำนวนน้อยหากเปรียบเทียบกับการศึกษาผลของการมีสติที่มีต่อเด็ก

จากการวิเคราะห์เครือข่ายบทความที่ถูกอ้างอิงอยู่ในบทความเดียวกัน (reference co-citation network) ซึ่งแสดงให้เห็นถึงข้อมูลหลักที่ผู้วิจัยใช้เป็นแหล่งอ้างอิงในการพัฒนางานวิจัย สามารถจัดกลุ่มบทความที่ถูกอ้างอิงออกเป็น 3 กลุ่มด้วยกัน ได้แก่ กลุ่มบทความที่ศึกษาการประยุกต์ใช้การมีสติในเด็กและวัยรุ่น กลุ่มบทความที่นำเสนอรายละเอียดของการมีสติ และกลุ่มบทความที่นำเสนอผลของโปรแกรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติต่อผู้เข้าร่วมการวิจัยเชิงคลินิกหรือตัวแปรทางคลินิก แสดงให้เห็นว่า ในงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กนั้นแหล่งข้อมูลอ้างอิงในการพัฒนางานวิจัยยังคงเป็นบทความที่เกี่ยวข้องกับความรู้พื้นฐานของตัวแปรการมีสติ เช่น คำจำกัดความ ความสำคัญ และการประยุกต์ใช้การมีสติเพื่อพัฒนาทักษะหรือป้องกันภาวะต่าง ๆ ในเด็ก

สำหรับการวิเคราะห์เครือข่ายคำสำคัญที่อยู่ในบทความเดียวกัน (keyword co-occurrence network) สามารถจัดกลุ่มมาได้เป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับทักษะอื่น ๆ ในเด็กและวัยรุ่น กลุ่มคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับภาวะออทิสติกและสุขภาวะทางจิตในเด็กและวัยรุ่น กลุ่มคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู และกลุ่มคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตและสุขภาวะที่เกี่ยวข้องกับภาวะออทิสติกและผู้ปกครอง สิ่งที่น่าสนใจคือ จากการวิเคราะห์เครือข่ายคำสำคัญที่อยู่ในบทความเดียวกัน พบการระบุคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับภาวะออทิสติกใน 2 เครือข่าย อย่างไรก็ตามคำสำคัญบางคำอาจไม่พบในการวิเคราะห์เครือข่ายนี้ถึงแม้ว่าจะมีงานวิจัยที่ศึกษาตัวแปรดังกล่าว ซึ่งอาจเนื่องมาจากไม่ได้มีการระบุคำสำคัญในบทความ หรือคำสำคัญนั้น ๆ อาจถูกระบุอยู่ในบทความจำนวนน้อยทำให้ไม่สามารถนำมาวิเคราะห์เครือข่ายได้ ตัวอย่างคำสำคัญในกรณีนี้ เช่น ADHD ซึ่งมีงานวิจัยที่ศึกษาผลของการเข้าร่วมกิจกรรมที่มีพื้นฐานอยู่บนการมีสติในเด็กสมาธิสั้น (Meppelink et al., 2016) เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

จากการวิเคราะห์บรรณมิติในงานวิจัยที่ศึกษาการมีสติในเด็กบนฐานข้อมูล Scopus จะเห็นได้ว่างานวิจัยโดยส่วนใหญ่มุ่งเน้นที่การศึกษาผลของการมีสติทั้งในรูปแบบของกิจกรรมหรือโปรแกรมที่มีต่อเด็กและวัยรุ่น ในขณะที่

งานวิจัยเพื่อพัฒนาการประเมินการมีสติสำหรับเด็กยังมีจำนวนน้อย ซึ่งการประเมินการมีสติที่มีคุณสมบัติการวัดทางจิตวิทยา (psychometric properties) ยังเป็นข้อจำกัดสำหรับการศึกษการมีสติในเด็ก เนื่องจากพัฒนาการทางสติปัญญาและภาษาของเด็กที่อาจจะยังไม่สามารถตระหนักรู้ในประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้สมบูรณ์นัก (Goodman et al., 2017) รวมไปถึงอาจยังไม่สามารถรายงานตนเองได้ถูกต้องชัดเจน นอกจากนี้ การนำแบบประเมินการมีสติที่พัฒนาขึ้นจากวัฒนธรรมตะวันตกมาปรับใช้ในวัฒนธรรมตะวันออกอาจจะมีปัญหาในประเด็นความแตกต่างทางวัฒนธรรมได้ (Silpakit et al., 2015) ดังนั้น การพัฒนามาตรประเมินการมีสติโดยมีพื้นฐานอยู่บนการสังเกตพฤติกรรมโดยผู้ใกล้ชิดเด็ก (Leihl & Diaz, 2010) จากหลากหลายบริบท เช่น ข้อมูลจากผู้ปกครองที่บ้าน ข้อมูลจากคุณครูที่โรงเรียน อาจเป็นข้อมูลเพิ่มเติมที่ช่วยตรวจสอบความตรงของข้อมูลจากการรายงานตนเองโดยเด็กได้ (Raveepatarakul & Ngamake, 2022)

และเนื่องจากการวิเคราะห์บรรณมิติในงานวิจัยนี้เป็นการวิเคราะห์บทความที่ศึกษการมีสติในเด็กในภาพรวม อย่างไรก็ตาม การศึกษการมีสติในเด็กนั้นสามารถแยกบริบทออกได้เป็น บริบททางคลินิก (clinical setting) และบริบทในโรงเรียน (school setting) โดยงานวิจัยที่ศึกษาในบริบททางคลินิกนั้นมักจะเป็นการศึกษการมีสติเชิงการบำบัดกับเด็กที่ได้รับการวินิจฉัยในเชิงคลินิก เช่น เด็กที่มีปัญหาทางร่างกายอันเนื่องมาจากความเครียด เป็นต้น (Harnett & Dawe, 2012) ในขณะที่งานวิจัยที่มีพื้นฐานในบริบทโรงเรียนมักจะเป็นการศึกษการมีสติเชิงการป้องกัน (Harnett & Dawe, 2012; Klingbeli et al., 2017) ดังนั้น หากมีการวิเคราะห์บรรณมิติ โดยแยกกลุ่มงานวิจัยที่ศึกษการมีสติในเด็กเชิงคลินิกออกจากกลุ่มงานวิจัยที่ศึกษาในบริบทโรงเรียนจะช่วยให้เข้าใจแนวโน้มงานวิจัยที่ศึกษการมีสติทั้งในเชิงของการบำบัดและเชิงของการป้องกันสำหรับเด็กชัดเจนมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษานี้ได้รับทุนสนับสนุนจาก ทุนสนับสนุนการวิจัย งบประมาณเงินทุนฝ่ายวิจัย คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

References

- Aria, M., & Cuccurullo, C. (2017). Bibliometrix: An R-tool for comprehensive science mapping analysis. *Journal of Informetrics, 11*, 959-975.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice, 10*, 125-143.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment, 13*(1), 27-45.
- Baminiwatta, A., & Solangaarachchi, I. (2021). Trends and developments in mindfulness research over 55 years: A bibliometric analysis of publications indexed in web of science. *Mindfulness, 21*, 2099-2116

- Biegel, G. M., Brown, K. W., Shapiro, S. L., & Schubert, C. M. (2009). Mindfulness-based stress reduction for the treatment of adolescent psychiatric outpatients: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 77*(5), 855-866.
- Bögels, S., Hoogstad, B., Dun, L., Schutter, S., & Restifo, K. (2008). Mindfulness training for adolescents with externalizing disorder and their parents. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 36*, 193-209.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(4), 822-848.
- Brown, K. W., West, A. M., Loverich, T. M., & Biegel, G. M. (2011). Assessing adolescent mindfulness: Validation of an adapted mindful attention awareness scale in adolescent normative and psychiatric populations. *Psychological Assessment, 23*(4), 1023-1033.
- Burke, C. A. (2010). Mindfulness-based approaches with children and adolescents: A preliminary review of current research in an emergent field. *Journal of Child and Family Studies, 19*, 133-144.
- Coholic, D., Schwabe, N., & Lander, K. (2020) A scoping review of arts-based mindfulness interventions for children and youth. *Child and Adolescent Social Work Journal, 37*, 511-526.
- Coyne L. W., Cheron, D., & Ehrenreich, J. T. (2008). Assessment of acceptance and mindfulness processes in youth In L. A. Greco & S. C. Hayes (Eds.), *Acceptance & mindfulness treatment for children & adolescents: A practitioner's guide* (pp. 37-59). Oakland, CA: New Harbinger.
- Diamond, A. (2012). Activities and programs that improve children's executive functions. *Current Directions in Psychological Science, 21*(5), 335-341.
- Diamond, A., & Lee, K. (2011). Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old. *Science, 333*(6045), 959-964.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenburg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical Child and Family Psychology Review, 12*, 255-270.
- Dunning, D. L., Griffiths, K., Kuyken, W., Crane, C., Foulkes, L., Parker, J., & Dalgleish, T. (2019). Research review: The effects of mindfulness-based interventions on cognition and mental health in children and adolescents: A meta-analysis of randomized controlled trials. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry, 60*(3), 244-258.
- Eklund, K., O'Malley, M., & Meyer, L. (2017). Gauging mindfulness in children and youth: School-based applications. *Psychology in Schools, 54*(1), 101-114.

- Felver, J. C., Doerner, E., Jones, J., Kaye, N., & Merrell, K. W. (2013). Mindfulness in school psychology: Applications for intervention and professional practice. *Psychology in the Schools, 50*(6), 531-547.
- Felver, J. C., Hoyos, C. E. C., Tezanos, K., & Singh, N. N. (2015). A systematic review of mindfulness-based interventions for youth in school settings. *Mindfulness, 7*(1), 34-45.
- Flook, L., Goldberg, S. B., Pinger, L., Bonus, K., & Davidson, R. J. (2013). Mindfulness for teachers: A pilot study to assess effects on stress, burnout, and teaching efficacy. *Mind, Brain, and Education, 7*(3), 182-195.
- Flook, L., Smalley, S. L., Kitil, M. J., Galla, B. M., Kaiser-Greenland, S., Locke, J., & et al. (2010). Effects of mindful awareness practices on executive functions in elementary school children. *Journal of Applied School Psychology, 26*, 70-95.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practices. *Journal of Clinical Psychology, 69*(8), 856-867.
- Goodman, M. S., Madni, L. A., & Semple, R. J. (2017). Measuring mindfulness in youth: Review of current assessment, challenges, and future directions. *Mindfulness, 8*, 1409-1420.
- Gotink, R. A., Chu, P., Busschbach, J. J. V., Benson, H., Fricchione, G. L., & Hunink, M. G. M. (2015). Standardised mindfulness-based interventions in healthcare: An overview of systematic review and meta-analyses of RCTs. *PLoS ONE, 10*(4), 1-17.
- Greco, L. A., Baer, R. A., & Smith, G. T. (2011). Assessing mindfulness in children and adolescent: Development and validation of the child and adolescent mindfulness measure (CAMP). *Psychological Assessment, 23*(3), 606-614.
- Greenberg, M. T., & Harris, A. R. (2011). Nurturing mindfulness in children and youth: Current state of research. *Child Development and Perspectives, 6*(2), 161-166.
- Grossman, P., Niemann, L., Schmidt, S., & Walach, H. (2004). Mindfulness-based stress reduction and health benefits: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research, 57*, 35-43.
- Harnett, P. H., & Dawe, S. (2012). The contribution of mindfulness-based therapies for children and families and proposed conceptual integration. *Child and Adolescent Mental Health, 17*(4), 195-208.
- Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Witt, A. A., & Oh, D. (2010). The effect of mindfulness-based therapy on anxiety and depression: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 78*(2), 169-183.
- Hongsanguansri, S., Charatcharungkiat, N., César, A. A. M., & Silvia, W. O. M. (2018). Psychotherapy training experiences among four child and adolescent psychiatry residency training centers in Thailand. *Journal of the Medical Association of Thailand, 101*, 261-268. [In Thai].

- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Journal of Clinical Psychology, 10*(2), 144-156.
- Keng, S. L., Smoski, M. J., Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: Review of empirical studies. *Clinical Psychology Review, 31*, 1041-1056.
- Kim, E., Jackman, M. M., Jo, S. H., Oh, J., Ko, S. Y., McPherson, C. L., & Singh, N. N. (2019). Feasibility and acceptability of the mindfulness-based openmind-korea (OM-K) preschool program. *Mindfulness, 28*, 2187-2198.
- Klingbeli, D. A., Renshaw, T. L., Wilenbrink, J. B., Copek, R. D., Chan, K. T., Haddock, A., Yassine, J., & Clifton, J. (2017). Mindfulness-based intervention with youth: A comprehensive meta-analysis of group-design studies. *Journal of School Psychology, 63*, 77-103.
- Langer, E. J., Bashner, R. S., & Chanowitz, B. (1985). Decreasing prejudice by increasing discrimination. *Journal of Personality and Social Psychology, 49*(1), 113-120.
- Langer, E., Michael, H., Jennifer, J., & Marilyn, H. (1989). Conditional teaching and mindful learning: The role of uncertainty in education. *Creativity Research Journal, 2*(3), 139-150.
- Lawler, J. M., Esposito, E. A., Doyle, C. M., & Gunnar, M. R. (2019). A preliminary, randomized-controlled trial of mindfulness and game-based executive function trainings to promote self-regulation in internationally-adopted children. *Development and Psychopathology, 31*(4), 1513-1525.
- Lertladaluck, K., Supparakbunlue, W., Moriguchi, Y., & Chutabhakdikul, N. (2021). School-based mindfulness intervention improves executive function and self-regulation in preschoolers at risk. *The Journal of Behavioral Science, 16*(2), 58-72. [In Thai].
- Liehr, P. & Diaz, N. (2010). A pilot study examine the effect of mindfulness on depression and anxiety for minority children. *Archives of Psychiatric Nursing, 24*(1), 69-71.
- Ma, S. H., & Teasdale, J. D. (2004). Mindfulness-based cognitive therapy for depression: Replication and exploration of differential relapse prevention effect. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(1), 31-40.
- Mah, J. W. T., Murray, C., Locke, J., & Carbert, N. (2021). Mindfulness-enhanced behavioral parent training for clinic-referred families of children with ADHD: A randomized controlled trial. *Journal of Attention disorders, 25*(12), 1765-1777.
- Mendelson, T., Greenberg, M. T., Dariotis, J. K., Gould, L. F., Rhoades, B. L., & Leaf, P. J. (2010). Feasibility and preliminary outcomes of a school-based mindfulness intervention for urban youth. *Journal of Abnormal Child Psychology, 38*, 985-994.

- Meppelink, R., Bruin, E. I., & Bögels, S. M. (2016). Meditation or medication? Mindfulness training versus medication in the treatment of childhood ADHD: A randomized controlled trial. *BMC Psychiatry, 16*, 267-283.
- O'Brien, K. M., Larson, C. M., & Murrell, A. R. (2008). *Third-wave behavior therapies for children and adolescents: Progress, challenges, and future directions*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Ogders, K., Dargue, N., Creswell, D., Jones, M. P., & Hudson, J. L. (2020). The limited effect of mindfulness-based interventions on anxiety in children and adolescents: A meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review, 23*(3), 408-426.
- Petcharat, M., & Liehr, P. (2021). Feasibility of a brief mindfulness intervention: Examining stress, anxiety and mindfulness for Thai parents of children with developmental disabilities. *Archives of Psychiatric Nursing, 35*, 418-426.
- Pizarro-Carmona, A., Baena, S., & Jiménez, L. (2021). Protocol for the implementation and evaluation of a mindfulness-based intervention for caregivers of children with mental disorder in a clinical setting. *International Journal of Environment Research and Public Health, 18*, 1-25.
- Raes, F., Griffith, J. W., Gucht, K. V., & Williams, J. M. G. (2013). School-based prevention and reduction of depression in adolescent: A cluster-randomized controlled trial of a mindfulness group program. *Mindfulness, 5*, 477-486.
- Raveepatarakul, J. & Ngamake, S. T. (2022). Mindfulness: From adults to children. *Mental Health & Human Resilience International Journal, 6*(1), 1-3. [In Thai].
- Raveepatarakul, J., Suttiwan, P., Iamsupisit, S., & Mikulas W. L. (2014). A mindfulness enhancement program for Thai 8-to 11-year old children: Effects on mindfulness and depression. *Journal of Health Research, 28*(5), 335-341. [In Thai].
- Ridderinkhof, A., Bruin, E. I., Blom, R., Singh, N. N., & Bögels, S. M. (2019). Mindfulness-based program for autism spectrum disorder: A qualitative study of the experiences of children and parents. *Mindfulness, 10*, 1936-1951.
- Sangpresert, P., Palangrit, S., Buranatrevedh, S., Tiyoa, N., & Pattaraarchachai, J. (2018). A systematic review of the effectiveness of mindfulness meditation and contemplation upon vascular disease patients. *Thammasat Medical Journal, 18*(1), 79-92. [In Thai].
- Satonastaso, O., Zaccari, V., Crescentini, C., Fabbo, F., Capurso, V., Vicari, S., & Menghini, D. (2020). Clinical application of mindfulness-oriented meditation: A preliminary study in children with ADHD. *International Journal of Environment Research and Public Health, 17*(18), 6916-6920.

- Schonert-Reichl, K. A., Oberle, E., Lawlor, M. S., Abbott, D., Thomson, K., Oberlander, T. F., & Diamond, A. (2015). Enhancing cognitive and social-emotional development through a simple-to-administer mindfulness-based school program for elementary school children: A randomized controlled trial. *Developmental Psychology, 51*(1), 52-66.
- Semple, R. J., Lee, J., Rosa, D., & Miller, L. F. (2010). A randomized trial of mindfulness-based cognitive therapy for children: Promoting mindful attention to enhance social-emotional resiliency in children. *Journal of Child and Family Studies, 19*(2), 218-229.
- Silpakit, O., Suthithammanuwat, & Bannaruj, B. (2015). Mindfulness and the mindfulness assessment scales. *Journal of Mental Health of Thailand, 23*(3), 184-197.
- Siripompanich, V., Sampoon, K., Chaithirayanon, S., Kotchabhakdi, N., & Chutabhakdikul, N. (2018). Enhancing brain maturation through a mindfulness-based education in elementary school Children: A quantitative EEG study. *Mindfulness, 9*, 1877-1884. [In Thai].
- Tang, Y. Y., & Posner, M. I. (2009). Attention training and attention state training. *Trends in Cognitive Sciences, 13*(5), 222-227.
- Tarrasch, R. (2018). The effects of mindfulness practice on attentional functions among primary school children. *Journal of Child and Family, 27*, 2632-2642.
- Ussery, A. F. (2021). A bibliometric study of LIS literature trends of mindfulness within libraries. *The Journal of the New Members Round Table, 10*, 3-12.
- Wolraich, M. L. Hagan, J. J., Allan, C., Chan, E., Davison, D., Earls, M., & et al. (2019). Clinical practical guideline for the diagnosis, evaluation, and treatment of attention-deficit/hyperactivity disorder in children and adolescents. *Pediatrics, 144*(4), 1-25.
- Yatham, L. N., Kennedy, S. H., Parikh, S. V., Schaffer, A., Bond, D. J., Frey, B. N., & et al. (2014). Canadian network for mood and anxiety treatments (CANMAT) and international society for bipolar disorders (ISBD) 2018 guidelines for the management of patients with bipolar disorder. *Bipolar Disorders, 20*, 97-170.
- Zelazo, P. D., & Lyons, K. E. (2012). The potential benefits of mindfulness training in early childhood: A developmental social cognitive neuroscience perspective. *Child Development Perspectives, 6*(2), 154-160.
- Zenner, C., Herrnleben-Kurz, S., & Walach, H. (2014). Mindfulness-based interventions in schools: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology, 5*, 1-20.
- Zhang, D., Chan, S. K. C., Lo, H. H M., Chan, C. Y. H., Chan, J. C. Y., Ting, K. T., & et al. (2016). Mindfulness-based intervention for Chinese children with ADHD and their parents: A pilot mixed-method study. *Mindfulness, 25*(13), 1931-1942.