

**สรุปรายงาน**  
**อบรมหลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ดูแลเด็กในศตวรรษที่ ๒๑ รุ่นที่ ๒**  
**ภาคทฤษฎี ระหว่างวันที่ ๑ - ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๔**  
**ในรูปแบบออนไลน์ผ่านโปรแกรม Moodle และ Zoom**  
**ภาคปฏิบัติ ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๓๑ มกราคม ๒๕๖๕**  
**ณ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว**

**ส่วนที่ ๑**

**ข้อมูลทั่วไป**

๑.๑ **ชื่อ/นามสกุล** นางกัลยา เจนโชติสุวรรณ  
**อายุ** ๓๔ ปี  
**การศึกษา** พยาบาลศาสตรบัณฑิต  
**ตำแหน่ง** พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ  
**หน้าที่ความรับผิดชอบ** ปฏิบัติการดูแลเด็กอายุ ๓ เดือน ถึง ๒ ปี ที่เข้ารับบริการ

ที่ศูนย์เด็กเล็กน่ายุคคุณแม่ โดยการให้ดูแลเด็กครอบคลุมสุขภาพองค์รวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ การส่งเสริมการเรียนรู้และ พัฒนาการ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การคำปรึกษาและการให้ความรู้แก่ผู้ปกครอง ประสานงานส่งต่อหน่วยงานในรายที่มีปัญหา เพื่อให้เด็กมีสุขภาพกายสุขภาพใจที่ดี แข็งแรงและมีพัฒนาการสมวัย

**ชื่อเรื่อง** อบรมหลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ดูแลเด็กในศตวรรษที่ ๒๑ รุ่นที่ ๒

**เพื่อ**  ศึกษา  ฝึกอบรม  ประชุม  ดูงาน  
 สัมมนา  ปฏิบัติงานวิจัย

**งบประมาณ**  เงินงบประมาณกรุงเทพมหานคร  เงินบำรุงโรงพยาบาล  
 ทนส่วนตัว

**จำนวนเงิน** ๒๕,๐๐๐ บาท (สองหมื่นห้าพันบาทถ้วน)

**วันเดือนปี** ระหว่างวันที่ ๑ - ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๔ (ภาคทฤษฎี) และ  
ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๓๑ มกราคม ๒๕๖๕ (ภาคปฏิบัติ)

**สถานที่** ภาคทฤษฎี รูปแบบออนไลน์ผ่านโปรแกรม Moodle และ  
โปรแกรม Zoom ภาคปฏิบัติ ณ สถาบันแห่งชาติเพื่อพัฒนาเด็กและครอบครัว ตำบลศาลายา อำเภอ  
พุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม

**คุณวุฒิ/วุฒิบัตรที่ได้รับ** -

**ส่วนที่ ๒**

**ข้อมูลที่ได้รับจากการอบรม**

**๒.๑ วัตถุประสงค์**

๑. เพื่อเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับหลักการดูแลเด็กในศตวรรษที่ ๒๑ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
๒. เพื่อให้สามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมั่นใจ และมีประสิทธิภาพ
๓. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้แนวปฏิบัติที่ดี เกี่ยวกับงานการดูแลเด็กปฐมวัยจากผู้ที่มี

ประสบการณ์

## ๒.๒ เนื้อหาโดยย่อ

### บทบาทของผู้ดูแลเด็กในศตวรรษที่ ๒๑

เด็กปฐมวัย หมายถึง เด็กแรกเกิดถึงอายุ ๘ ปี โดยแบ่งเป็นช่วงวัยทารก อายุ ๐ - ๑ ปี วัยเตาะแตะ อายุ ๑ - ๒ ปี วัยก่อนเรียน อายุ ๒ - ๖ ปี วัยเรียนเปลี่ยนผ่าน อายุ ๖ ปีขึ้นไป

ผู้ดูแลเด็ก หมายถึง ผู้ที่เลี้ยงดูเด็ก เช่น พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ญาติ ครู หรือพี่เลี้ยง โดยดูแลทั้งร่างกาย เช่น อาหารและการเจริญเติบโต จิตใจทางด้านอารมณ์และสังคม การเรียนรู้และพัฒนาการ เช่น การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย การคิดสร้างสรรค์ การเสริมทักษะด้านต่าง ๆ รวมถึงความปลอดภัย ผู้ดูแลเด็กมีบทบาทเสมือนเป็นแม่ทดแทนดูแลสุขภาวะองค์รวม เสริมทักษะการเรียนรู้ และคุ้มครองความปลอดภัย โดยการสร้างความสัมพันธ์เชิงบวก

ศตวรรษที่ ๒๑ เป็นยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความท้าทาย การเตรียมความพร้อมเด็ก เพื่อให้สามารถเป็นผู้รับการเปลี่ยนแปลงในอนาคตได้ และเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลง

### สิทธิเด็ก การได้รับการพัฒนาและคุ้มครอง

เด็ก หมายถึง บุคคลที่มีอายุต่ำกว่า ๑๘ ปี เว้นแต่บรรลุนิติภาวะก่อนตามกฎหมายนั้น ๆ

สิทธิเด็ก หมายถึง สิทธิ เสรีภาพและความเสมอภาคของเด็กที่ได้รับการคุ้มครองตามกฎหมาย โดยสิทธิขั้นพื้นฐานของเด็กมี ๔ ประการ

๑. สิทธิในการอยู่รอด การมีชีวิตรอด และการส่งเสริมชีวิต ได้รับโภชนาการที่ดี ได้รับความรัก ความเอาใจใส่ การให้ที่อยู่อาศัยและการเลี้ยงดู

๒. สิทธิในการได้รับการปกป้องคุ้มครอง การคุ้มครองจากการเลือกปฏิบัติ การล่วงละเมิด การทอดทิ้ง การใช้แรงงาน

๓. สิทธิในการพัฒนา การได้รับโอกาสในการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ

๔. สิทธิในการมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น รวมทั้งโอกาสที่จะได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคม

การพัฒนาและการคุ้มครองเด็ก มีกฎหมายที่เกี่ยวข้อง คือ

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. ๒๕๖๐ มาตรา ๕๔ วรรค ๒ รัฐต้องดำเนินการให้เด็กเล็กได้รับการดูแลและพัฒนา ก่อนเข้ารับการศึกษา ตามวรรคหนึ่งเพื่อพัฒนาร่างกาย จิตใจ วินัย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาให้สมกับวัย โดยส่งเสริมสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการด้วย

พระราชบัญญัติการพัฒนาเด็กปฐมวัย พ.ศ. ๒๕๖๒ มาตรา ๕ (๒) ให้เด็กปฐมวัยอยู่รอดปลอดภัย และได้รับการคุ้มครองให้พ้นจากการถูกล่วงละเมิดไม่ว่าในทางใด (๓) ให้เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการที่ครบถ้วนทั้งร่างกาย จิตใจ วินัย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาให้สมกับวัย เพื่อให้เกิดทักษะพื้นฐานในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สามารถเรียนรู้ได้อย่างสอดคล้องกับหลักการพัฒนาศักยภาพของแต่ละบุคคล และความ ต้องการเป็นพิเศษ

หน่วยงานหลักที่เกี่ยวข้องกับการดูแลเด็ก ๔ กระทรวง คือ

๑. กรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคง
๒. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
๓. กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย
๔. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

### พัฒนาการเด็ก

พื้นฐานสมองของเด็กปฐมวัย เส้นใยประสาทสามารถสร้างขึ้นใหม่ได้ แต่ในช่วงปฐมวัยจะสร้างอย่างรวดเร็ว เมื่อเป็นผู้ใหญ่การพัฒนาจะช้าลง ส่วนที่ไม่ได้ใช้จะค่อย ๆ หายไป การเปิดประสบการณ์หลาย ๆ ด้าน จะช่วยพัฒนาสมองหลาย ๆ ส่วน สมองจะพัฒนาได้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ ถ้าได้รับประสบการณ์ไม่ดี จะทำลายสมองของเด็ก

### ปัจจัยที่ทำให้เด็กพัฒนาไม่เต็มศักยภาพ

๑. สุขภาพแม่ ภาวะแทรกซ้อนในครรภ์
  ๒. โภชนาการ การขาดไอโอดีน ธาตุเหล็ก โลหิตจาง
  ๓. สารพิษ อุบัติเหตุ
  ๔. ภาวะทางเศรษฐกิจ การถูกละเลย
- พัฒนาการเด็กจะเริ่มจากศีรษะไปเท้า จากส่วนใกล้ตัวไปส่วนปลาย เช่น คว่ำหงายก่อนขยับไหล่ และใช้มือ

### พัฒนาการเด็กปฐมวัย มี ๕ ด้าน

๑. การเคลื่อนไหวและการทรงตัว
  - ช่วงวัย ๐ - ๒๙ วัน สามารถเคลื่อนไหวแขนขาทั้ง ๒ ข้าง
  - ช่วงวัย ๑ - ๒ เดือน ชันคอในท่านอนคว่ำได้ ๔๕ องศา
  - ช่วงวัย ๓ - ๔ เดือน ในท่าคว่ำใช้แขนยันพื้น ชูคอตั้งขึ้น ๙๐ องศา
  - ช่วงวัย ๕ - ๖ เดือน พลิก คว่ำ หงาย คืบ
  - ช่วงวัย ๗ - ๘ เดือน นั่งทรงตัวได้เองโดยไม่ใช้มือยัน
  - ช่วงวัย ๙ - ๑๐ เดือน คลาน เกาะยืน เหนี่ยวตัวลุกจากท่านั่ง
  - ช่วงวัย ๑๑ - ๑๒ เดือน ยืนเองได้ชั่วคราว (ตั้งไข่)
๒. การใช้มือและตา สติปัญญา
  - ช่วงวัย ๐ - ๒๙ วัน กำมือ
  - ช่วงวัย ๑ - ๒ เดือน มองตามที่เคลื่อนไหว
  - ช่วงวัย ๓ - ๔ เดือน เอามือจับกัน, มองตามจากด้านหนึ่งจนสุดอีกด้านหนึ่ง
  - ช่วงวัย ๕ - ๖ เดือน คว่ำของมือเดียว
  - ช่วงวัย ๗ - ๘ เดือน มองตามของตก ถือของที่ละชิ้น
  - ช่วงวัย ๙ - ๑๐ เดือน ใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือหยิบของชิ้นเล็ก
  - ช่วงวัย ๑๑ - ๑๒ เดือน ถือสิ่งของขนาดพอมือ ๒ อันเคาะกัน
๓. ด้านภาษา
  - ช่วงวัย ๐ - ๒๙ วัน ส่งเสียงอ้อแอ้ในคอ
  - ช่วงวัย ๑ - ๒ เดือน ทำเสียงอูอา สนใจฟังและส่งเสียงโต้ตอบ
  - ช่วงวัย ๓ - ๔ เดือน ส่งเสียงอ้อแอ้โต้ตอบ หันหาเสียง

- ช่วงวัย ๕ - ๖ เดือน ส่งเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ โต้ตอบได้
- ช่วงวัย ๗ - ๘ เดือน ทำเสียงพยางค์เดียว เช่น จ๊ะ ป๊ะ หม่า หันตามเสียงเรียกชื่อ
- ช่วงวัย ๙ - ๑๐ เดือน ฟังรู้ภาษาเข้าใจสีหน้า ท่าทางและตอบสนอง ส่งเสียงหลายพยางค์
- ช่วงวัย ๑๑ - ๑๒ เดือน พูดได้ ๑ คำอย่างมีความหมาย เช่น พ่อ แม่ เข้าใจเสียงห้าม และหยุดทำ

#### ๔. ด้านจิตใจและสังคม

- ช่วงวัย ๐ - ๒๙ วัน มองหน้าสบตา
- ช่วงวัย ๑ - ๒ เดือน ยิ้มตอบ และชูกตัวแนบกับผู้อุ้ม
- ช่วงวัย ๓ - ๔ เดือน ยิ้มทักทายเล่นกับคนคุ้นเคย
- ช่วงวัย ๕ - ๖ เดือน แสดงอารมณ์ต่าง ๆ ด้วยสีหน้าท่าทาง เช่น ดีใจ ชัดใจ
- ช่วงวัย ๗ - ๘ เดือน รู้สึกผูกพันติดคนที่เลี้ยงดู กลัวคนแปลกหน้า
- ช่วงวัย ๙ - ๑๐ เดือน เล่นจ๊ะเอ๋ ปรบมือ
- ช่วงวัย ๑๑ - ๑๒ เดือน เลียนแบบ เช่น ไหว้ โบกมือลา หอม

#### ๕. การช่วยเหลือตนเอง

- ช่วงวัย ๐ - ๒๙ วัน ร้องหิวเมื่อขับถ่าย
- ช่วงวัย ๑ - ๒ เดือน แสดงท่าทางดีใจเมื่อได้กินนม
- ช่วงวัย ๓ - ๔ เดือน ขยับแขนขาเมื่อเห็นของเล่น
- ช่วงวัย ๕ - ๖ เดือน เคี้ยวเบา ๆ กลืนอาหารที่บดหยาบได้
- ช่วงวัย ๗ - ๘ เดือน ชูมือให้อุ้ม
- ช่วงวัย ๙ - ๑๐ เดือน หยิบอาหารกินเองด้วยมือ ทำท่าทางแสดงความต้องการของตนเองได้ เช่น ชี้แปมือขอเวลาอยากได้ของ
- ช่วงวัย ๑๑ - ๑๒ เดือน ตื่นน้ำจากถ้วย โดยต้องช่วยเหลือ

#### การวัดและการประเมินการเจริญเติบโต

๑. การประเมินน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ นำน้ำหนักที่ชั่งได้ไปเทียบกับกราฟมาตรฐานว่า ที่อายุดังกล่าว ค่ามาตรฐานของน้ำหนักเท่ากับเท่าไร แล้วแบ่งน้ำหนักเป็น ๕ ระดับ คือ

- น้ำหนักตามเกณฑ์
- น้ำหนักค่อนข้างน้อย
- น้ำหนักน้อย
- น้ำหนักค่อนข้างมาก
- น้ำหนักมาก

๒. การประเมินส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ นำส่วนสูงที่วัดได้ ไปเทียบกับกราฟมาตรฐานว่า ที่อายุดังกล่าว ค่ามาตรฐานของส่วนสูงเท่ากับเท่าไร แล้วแบ่งส่วนสูงเป็น ๕ ระดับ คือ

- ส่วนสูงตามเกณฑ์ ข
- ค่อนข้างเตี้ย
- เตี้ย
- ค่อนข้างสูง
- สูง

๓. การประเมินน้ำหนักต่อส่วนสูง นำน้ำหนักไปเทียบกับส่วนสูง แล้วไปเทียบกับกราฟมาตรฐานว่า ที่ส่วนสูง และน้ำหนักดังกล่าว ค่ามาตรฐานเท่ากับเท่าไรแล้วแบ่งออกเป็น ๖ ระดับ คือ

- ผอม
- ค่อนข้างผอม
- สมส่วน
- ท้วม
- เริ่มอ้วน
- อ้วน

#### การดูแลสุขนิสัยและแนวทางป้องกันโรค

การดูแลสุขภาพเด็กปฐมวัยแบบองค์รวม โดยให้การดูแลทั้งสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

#### การส่งเสริมสุขนิสัยที่ดีในเด็ก

๑. เด็กได้รับโภชนาการที่เหมาะสม ครบ ๕ หมู่
๒. นอนหลับพักผ่อนเพียงพอ
๓. ขับถ่ายสม่ำเสมอ ไม่มีภาวะท้องผูก
๔. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
๕. การดื่มน้ำให้เพียงพอ
๖. อารมณ์ดีแจ่มใส ไม่หงุดหงิดง่าย

#### การตรวจสุขภาพเด็กปฐมวัยเบื้องต้น

๑. ตรวจผิวหนัง ความสะอาด กลากเคลื่อนไหว แผล ภาวะซีด
๒. เส้นผม ความสะอาด เหา ผมร่วง
๓. การติดเชื้อที่ตา ตาแดง ตูภาวะซีด
๔. ใบหู รูหู ความสะอาด น้ำหนอง
๕. ความสะอาดของฟัน เหงือก ลิ้น ภาวะฟันผุ
๖. กระดูกขา ท่าเดิน ท่ายืน

#### สุขบัญญัติสุขภาพดี ๑๐ ประการ

๑. การดูแลร่างกายของใช้ให้สะอาด
๒. รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกวิธี
๓. ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย
๔. กินอาหารสุกสะอาดปราศจากอันตรายและหลีกเลี่ยงรสจัดสีฉูดฉาด
๕. งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนันและการสำส่อนทางเพศ
๖. สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น
๗. ป้องกันอุบัติเหตุด้วยความไม่ประมาท
๘. ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี
๙. ทำจิตใจให้ร่าเริงและแจ่มใสอยู่เสมอ
๑๐. มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

### การให้อาหารเด็กเล็ก(อายุ ๑ - ๕ ปี)

๑. ให้อาหารหลัก ๓ มื้อ และอาหารว่างไม่เกิน ๒ มื้อต่อวัน
๒. ให้อาหารครบ ๕ หมู่ และแต่ละหมู่ให้หลากหลายเป็นประจำทุกวัน
๓. ให้นมแม่ต่อเนื่องถึงอายุ ๒ ปี เสริมนมรสจัดวันละ ๒ - ๓ แก้ว
๔. ฝึกให้กินผักผลไม้จนเป็นนิสัย
๕. ให้อาหารว่างที่มีคุณภาพ
๖. ฝึกให้กินอาหารธรรมชาติ
๗. ให้อาหารสะอาดและปลอดภัย
๘. ให้ดื่มน้ำสะอาด หลีกเลียงเครื่องดื่มปรุงแต่งรสหวานและน้ำอัดลม
๙. ฝึกวินัยการกินอย่างเหมาะสมตามวัยจนเป็นนิสัย
๑๐. เล่นกับลูกสร้างความผูกพัน หมั่นติดตามการเจริญเติบโตและพัฒนาการ

### โรคติดเชื้อ ที่พบบ่อยในศูนย์เด็กเล็ก

๑. โรคระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหวัด ไข้หวัดใหญ่ ไวรัส RSV
๒. โรคไข่ออกผื่น เช่น โรคอีสุกอีใส หัด หัดเยอรมัน โรคมือ เท้า ปาก
๓. โรคระบบทางเดินอาหาร เช่น ภาวะอาหารเป็นพิษ การติดเชื้อโรโนไวรัส
๔. โรคตาแดง

### แนวทางการป้องกันโรค

๑. การสร้างเสริมสุขภาพ อาหาร น้ำ ออกกำลังกาย
๒. การแยกเด็กป่วย บันทึกเด็กป่วย แยกเด็กในห้องแยก
๓. การปฏิบัติตัวเมื่อมีอาการไอ จาม
๔. การล้างมืออย่างถูกวิธี
๕. การจัดการสิ่งแวดล้อม
๖. การทำความสะอาดสิ่งของในภาวะปกติและในช่วงที่มีเด็กป่วย
๗. การได้รับวัคซีน

### การดูแลเด็กป่วยในศูนย์เด็กเล็ก

๑. แยกเด็กป่วย
๒. การดูแลเบื้องต้น
๓. แจ้งผู้ปกครองรับกลับ
๔. การสังเกตอาการที่ต้องไปพบแพทย์
  - อาการซึมลง เด็กดูไม่สดใส
  - หายใจลำบาก หายใจเร็ว หายใจเสียงดัง
  - ผื่นขึ้นช้ำ โดยเฉพาะบริเวณปลายมือ ปลายเท้า ปัสสาวะออกน้อยกว่าปกติ
  - ภาวะชักร่วมกับไข้สูง

ระยะเวลาที่ควรแยกเด็กป่วยให้พักอยู่ที่บ้าน

โรคติดเชื้อ	ระยะเวลาแยกเด็กที่ป่วย(พักอยู่ที่บ้าน)
อาเจียน ท้องเสีย	จนเด็กหยุดอาเจียน ถ่ายเหลว อย่างน้อย ๒๔ ชั่วโมง
โรคหัด	อย่างน้อย ๔ วัน หลังจากวันแรกที่ผื่นขึ้น
โรคอีสุกอีใส	จนกระทั่งผื่นทั้งหมดแห้ง ไม่พบผื่นใหม่ที่เป็นตุ่มใสอย่างน้อย ๒๔ ชั่วโมง (ประมาณ ๕ วัน หลังจากวันแรกที่ผื่นขึ้น)
โรคคางทูม	จนกระทั่งอาการบวมและก้อนยุบลง (ประมาณ ๕ วัน นับจากวันแรก)
โรคตาแดง	จนกระทั่งอาการดีขึ้น ไม่มีน้ำตา
โรคมือเท้าปาก	จนผื่นทั้งหมดแห้ง ไม่พบตุ่มน้ำใสขึ้นมาใหม่ขึ้นอย่างน้อย ๒๔ ชั่วโมง
โรคหัดเยอรมัน	จนกว่าจะหายสนิทหรืออย่างน้อย ๔ วัน หลังจากวันแรกที่ผื่นขึ้น
โรคผื่น Impetigo	ควรได้รับการแยกจนกว่าจะได้รับการรักษาด้วยยาปฏิชีวนะ แผลที่มีน้ำเหลืองไหลควรได้รับการปิดแผลแน่น
โรคหิด	แยกจนกว่าจะได้รับการรักษา
โรคเหา	แยกจนกว่าจะได้รับการรักษา

การทำความสะอาดอุปกรณ์สถานที่

เครื่องใช้ ของเล่น และอาคารสถานที่	การทำความสะอาด	ความถี่
แก้วน้ำดื่ม ผ้าเช็ดมือ ควรมีใช้ส่วนตัว	ทำความสะอาดด้วยน้ำยาทำความสะอาด เช่น น้ำยาล้างจาน ผ้าเช็ดมือ ควรซักด้วยผงซักฟอกและนำไปตากแดดให้แห้ง	- ทุกวันหรือทุกครั้ง หลังใช้ - ทุกวัน
ที่นอน ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน ผ้าห่ม ควรมีใช้ส่วนตัว	ซักทำความสะอาดด้วยผงซักฟอกและนำไปตากแดดให้ แห้ง	- ทุกสัปดาห์
อาคารสถานที่	ภายในอาคาร พื้นและผนังห้องนอน ห้องเล่น ห้องเรียน ควรทำความสะอาดด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือน้ำยา ฆ่าเชื้อ ภายนอกอาคาร ห้องน้ำ ห้องส้วม ห้องครัว โรงอาหาร บริเวณที่เด็กเล่น ทำความสะอาดผงซักฟอกและน้ำยาฆ่าเชื้อ	- อย่างน้อยวันละ ๑ - ๒ ครั้ง (เพดาน อย่างน้อยเดือนละ ๑ ครั้ง) - อย่างน้อยวันละ ๑ ครั้ง
หมายเหตุ กรณีเกิดโรคระบาดควรทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อทันที และบ่อยครั้งมากขึ้น รวมทั้งแจ้งหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ทราบทันที		

## จิตวิทยาการเรียนรู้และจิตวิทยาพัฒนาการ

การเรียนรู้ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลอย่างค่อนข้างถาวร อันเป็นผลมาจากการฝึกฝน หรือการมีประสบการณ์ พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง อาจเป็นได้ทั้งพฤติกรรมใหม่ เพิ่มพฤติกรรมให้มากขึ้น ลดพฤติกรรม หรือเลิกพฤติกรรม

### ธรรมชาติของการเรียนรู้

๑. การเรียนรู้เป็นกระบวนการ

๑.๑ มีสิ่งเร้ามากระตุ้น

๑.๒ สัมผัสสิ่งเร้าด้วยประสาทสัมผัส

๑.๓ รับรู้สิ่งเร้าและแปลความหมาย

๑.๔ มีปฏิกิริยาตอบสนอง

๒. การเรียนรู้ไม่ใช่วุฒิภาวะ โดยวุฒิภาวะ หมายถึง ระดับความสามารถสูงสุดของพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของบุคคลแต่ละวัย ที่เป็นไปตามธรรมชาติ แม้การเรียนรู้จะไม่ใช่วุฒิภาวะแต่การเรียนรู้ต้องอาศัยวุฒิภาวะ เพราะบุคคลจะสามารถเรียนรู้ได้มากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับบุคคลนั้นมีวุฒิภาวะเพียงพอหรือไม่

๓. การเรียนรู้เกิดได้ ถ้าสิ่งนั้นมีความหมาย น่าสนใจ เหมาะกับวัยวุฒิภาวะและพัฒนาการ

๔. แต่ละคนมีความรู้ที่แตกต่างกัน

บรรยากาศในการเรียนรู้ หมายถึง การจัดสภาพแวดล้อมในห้องเรียนให้เอื้อต่อการทำกิจกรรม เพื่อช่วยส่งเสริมให้กระบวนการจัดกิจกรรมมีประสิทธิภาพและช่วยสร้างความสนใจใฝ่รู้

### การสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้

๑. สภาพแวดล้อมในห้องเรียน มีที่กว้างพอ ไม่รุ่มรวยเป็นระเบียบ เอื้อต่อการทำกิจกรรม

๒. ครูผู้สอน มีความเข้าใจ อบอุน เป็นกันเอง

๓. มีความสนุกท้าทาย สื่อการเรียนการสอนที่น่าสนใจ

๔. มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม เปิดโอกาสให้เด็กได้ถามและทดลอง

### เทคนิคการเล่านิทานและการสร้างสื่อ

นิทาน หมายถึง เรื่องราวที่เล่าสืบต่อกันมา เพื่อความเพลิดเพลิน สนุกสนาน สร้างจินตนาการ ให้เกิดคติเตือนใจ ปลูกฝังให้เด็กเป็นคนดี ดำรงชีวิตเติบโตอย่างมีความสุข

### หลักการเลือกนิทานที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย

๑. ทารกในครรภ์ นิทานอะไรก็ได้แต่ขอให้เสียงของพ่อและแม่

๒. ๑ - ๖ เดือน นิทานต้องปลอดภัย คำถึงวัสดุที่นำมาทำ กระตุ้นสัมผัสของเด็กด้วยวัสดุต่าง ๆ หรือใส่วัสดุไว้ข้างในให้แตกต่างเมื่อเขย่า

๓. ๖ - ๑๒ เดือน สวยงาม ชัดเจน ไม่ต้องมีรายละเอียดมาก

๔. ๑ - ๒ ปี หนังสือนิทานต้องหนา แข็งแรง คงทน ไม่ต้องมีตัวหนังสือมาก ภาพชัดเจน ไม่ควรเกิน ๑๐ หน้า

๕. ๒ - ๓ ปี นิทานมีลักษณะที่คงทน มีเทคนิคพิเศษในเล่มเพื่อดึงดูดความสนใจ มีตัวละคร ไม่มากเกินไปเกี่ยวกับตัวเด็ก

๖. ๓ - ๔ ปี เด็กวัยนี้เริ่มเปิดหนังสือได้ที่ละแผ่น สนใจฟังเรื่องราวยาวขึ้น เนื้อเรื่องเข้าใจง่ายไม่ซับซ้อน ชอบเรื่องมหัศจรรย์

๗. ๕ - ๖ ปี สนใจและสามารถฟังนิทานได้ยาวขึ้น ซับซ้อนมากขึ้น เข้าใจเนื้อเรื่องเชิงส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม



### การเตรียมตัวก่อนเล่นนิทาน

๑. ทำความเข้าใจเรื่องนั้น
๒. วางแผนขั้นตอนการเล่า
๓. เตรียมวัสดุอุปกรณ์ในการเล่า
๔. กิจกรรมประกอบการเล่า
๕. สถานที่เล่า

### ขั้นตอนการเล่านิทาน

๑. บอกชื่อเรื่อง
๒. เล่าเรื่อง
๓. สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
๔. สรุปความคิดรวบยอด
๕. แนะนำการนำไปใช้

### พัฒนาการทางสมอง EF และการส่งเสริม

ทักษะการคิดเชิงบริหาร (Executive function skills) คือ การทำหน้าที่ระดับสูงของสมองส่วนหน้าที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ความคิด การกระทำ จนเกิดพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย ซึ่งประกอบด้วย

๑. ความจำขณะทำงาน (Working memory) คือ การจำข้อมูลต่าง ๆ ไว้ในใจ และนำสิ่งที่จำไปใช้ในการคิดวิเคราะห์ เปรียบเทียบ โดยเชื่อมโยงข้อมูลเก่า และข้อมูลปัจจุบัน อาศัยการจดจำ

๒. ความยับยั้งชั่งใจ (Inhibitory control) คือความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การกระทำ ความคิด เพื่อในจดจำกับสิ่งที่ทำ เอาชนะความต้องการ ความอยาก จากทั้งภายในและภายนอก เพื่อเลือกทำในสิ่งที่จำเป็นให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

๓. ความยืดหยุ่นปรับตัว (Cognitive flexibility) คือ ความสามารถในการเปลี่ยนมุมมองความคิด เปลี่ยนความสนใจจดจำ จากกิจกรรมหนึ่งสู่อีกกิจกรรมหนึ่ง และคิดนอกกรอบในการแก้ปัญหาที่หลากหลาย

### อาการแสดงเด็กที่มีความบกพร่องEF

๑. เด็กซน (Naughty children)
๒. ไม่มีกาลเทศะ พุดแทรก (Interrupts others)
๓. ทำโดยไม่ยั้งคิด
๔. ก้าวร้าว
๕. ถูกกระตุ้นง่ายและสงบยาก
๖. ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่
- ๗.ต่อต้านการเปลี่ยนแปลง
๘. ขาดทักษะการแก้ไขปัญหา
๙. มีปัญหาการวางแผนงาน ไม่ลงมือทำ งานไม่สำเร็จ เด็กขี้เกียจ

### หลักในการส่งเสริมทักษะ EF

๑. ตั้งเป้าหมายในการทำกิจกรรมที่ชัดเจน
๒. ให้เด็กได้ทำกิจกรรมใหม่ ๆ ที่ไม่เคยทำหรือไปในสถานการณ์ใหม่ ๆ
๓. จัดสภาพแวดล้อม วัสดุอุปกรณ์และให้โอกาสให้เด็กได้เลือกตัดสินใจ

๔. เปิดโอกาสให้เด็กลงมือทำเอง ติดตามการทำกิจกรรมอยู่ห่าง ๆ ให้เด็กได้เรียนรู้ และแก้ปัญหาเอง ช่วยเมื่อจำเป็นและชมเชยเมื่อเด็กทำได้
๕. กระตุ้นให้เด็กเริ่มทำด้วยตนเอง
๖. สอนทีละขั้นตอนถ้าเด็กทำไม่ได้ ให้เด็กได้รู้สึกสำเร็จ
๗. ให้เด็กรู้เวลาที่เวลาไหนต้องทำอะไร จัดตารางเวลา ปฏิทินและเตือนความจำ
๘. ฝึกฝนสม่ำเสมอร่วมในกิจกรรมประจำวัน
๙. ฝึกกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
๑๐. หลีกเลี่ยงการตีตรา การลงโทษเด็กและสอนให้เด็กจัดการความเครียด

### ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะ EF

๑. ความเครียด
๒. ทอดทิ้ง ไม่สนใจ
๓. ถูกล่วงละเมิดทางร่างกายและจิตใจ
๔. ขาดสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้เลี้ยงดู
๕. ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการของสมอง

### กระบวนการส่งเสริม (Intervention process)

๑. ประเมินสถานะปัญหา EF
๒. ระบุปัญหา
๓. ตั้งเป้าหมาย
๔. วางแผน ออกแบบกิจกรรมส่งเสริมทักษะ เช่น กิจกรรมกิจวัตรประจำวัน กิจกรรมในชีวิตจริง กิจกรรมเล่นสนุก กิจกรรมการเรียนรู้ต่าง ๆ
๕. ประเมินหลังการส่งเสริมทักษะ

### การส่งเสริมคุณลักษณะและทักษะศตวรรษที่ ๒๑ สำหรับเด็ก

#### แนวโน้มของการศึกษาในศตวรรษที่ ๒๑

๑. การใช้และบูรณาการเทคโนโลยีที่มากขึ้น
๒. ใช้หลักการเรียนรู้สิ่งที่ไกลตัวออกไป
๓. ตระหนักถึงปัจจัยด้านเศรษฐกิจที่มีอิทธิพลต่อการจัดการศึกษา
๔. ความจำเป็นที่มีแรงงานแข่งขันที่มีทักษะสูง
๕. การศึกษาแบบไร้พรหมแดน
๖. ความสร้างสรรค์มากขึ้น ความรู้ถูกสร้างขึ้นมากขึ้น
๗. การแลกเปลี่ยนครูและนักเรียนให้มีประสบการณ์ระดับโลกมากขึ้น
๘. การเป็นหุ้นส่วนระหว่างรัฐบาล กรรมการสถานศึกษา สถานศึกษาและนักศึกษา
๙. การเรียนรู้แบบเป็นทางการและไม่เป็นทางการโดยใช้เทคโนโลยี

#### ทักษะเพื่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ ๒๑

๑. มีความยืดหยุ่นและการปรับตัว
๒. มีการริเริ่มสร้างสรรค์และเป็นตัวของตัวเอง
๓. การเป็นผู้สร้างหรือผู้ผลิตและความรับผิดชอบเชื่อถือได้
๔. มีภาวะผู้นำและความรับผิดชอบ

### หลักสูตรการสอนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. มุ่งเน้นไปที่การให้โอกาส สำหรับการใช้ทักษะในศตวรรษที่ ๒๑ ในเนื้อหา และวิธีการตามความสามารถในการเรียนรู้
๒. ช่วยให้วิธีการเรียนรู้วัฒนธรรมที่บูรณาการ การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนแนวทางเพิ่มเติม ในการใช้ปัญหาเป็นฐาน และทักษะการคิดขั้นสูง
๓. สนับสนุนให้รวมทรัพยากรของชุมชน ภูมิปัญญาชาวบ้าน แหล่งเรียนรู้นอกห้องเรียน

### ครู/พี่เลี้ยงในศตวรรษที่ ๒๑

๑. มีแนวทางการสอนมีความสามารถ สำหรับการบูรณาการทักษะในศตวรรษที่ ๒๑ เครื่องมือ และกลยุทธ์การเรียนการสอนไปสู่การปฏิบัติในชั้นเรียนของพวกเขา
๒. การเรียนการสอนที่มุ่งเน้นการทำโครงการหรือลงมือปฏิบัติจริง
๓. แสดงให้เห็นว่ามีความรู้ความเข้าใจในเรื่องจริงสามารถเพิ่มการแก้ปัญหาการคิดเชิงวิพากษ์
๔. ใช้ชุมชนเป็นแหล่งเรียนรู้ ครูในศตวรรษที่ ๒๑ ต้องรู้ว่า รูปแบบชนิดใดของการเรียนรู้ เป็นการเรียนรู้ที่ดี ส่งเสริมทักษะในศตวรรษที่ ๒๑
๕. มีความสามารถในการระบุตัวตนของนักเรียน โดยครูมีรูปแบบการเรียนรู้ จุดอ่อนจุดแข็งของผู้เรียน
๖. ครูพัฒนาความสามารถในการใช้กลยุทธ์ต่าง ๆ เช่น การประเมินผลการเรียนการสอน ถึงเด็กที่มีความหลากหลาย และสร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนความแตกต่างการเรียนการสอนและการเรียนรู้

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์ของครู/พี่เลี้ยงในศตวรรษที่ ๒๑

๑. มีความรู้ในเนื้อหาสาระที่สอนอย่างลึกซึ้ง
๒. มีความรู้ความเชี่ยวชาญการสอน
๓. สามารถพัฒนาหลักสูตรได้
๔. วางแผนการสอนและแบบเรียนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง
๕. มีการคิดค้น ดำเนินการสอนที่ผู้เรียนทุกคนสามารถเรียนรู้ได้
๖. ให้นักเรียนเรียนรู้จากการสืบเสาะหาความรู้
๗. ช่วยให้นักเรียนเข้าใจธรรมชาติของวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์และเทคโนโลยี
๘. เปิดโอกาสให้นักเรียนได้พัฒนาเจตคติทักษะต่าง ๆ ที่ช่วยให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ที่ยั่งยืน

### การสื่อสารและเทคนิคการให้คำปรึกษาสำหรับผู้ปกครอง

#### ลักษณะการสื่อสารมี ๓ รูปแบบ

๑. รูปแบบ ฉัน ขึ้นต้นประโยคด้วยสรรพนามแทนตนเอง (บุรุษที่ ๑) โดยผู้พูดบอกความรู้สึก ความคิด ความต้องการของตนเองอย่างตรงไปตรงมา
๒. รูปแบบ คุณ ขึ้นต้นประโยคด้วยสรรพนามแทนตัวผู้ฟัง (บุรุษที่ ๒) โดยผู้พูดไม่บอกความรู้สึกของตนเองให้ชัดเจน
๓. รูปแบบ เขา ขึ้นต้นประโยคด้วยสรรพนามแทนตัวผู้ฟัง (บุรุษที่ ๓) ผู้พูดไม่บอกความรู้สึก และความต้องการของตนเองให้ชัดเจน และใช้การอ้างถึงผู้อื่น

## กระบวนการให้คำปรึกษา

๑. สร้างสัมพันธภาพ แนะนำตัว พูดคุยเรื่องทั่วไป สร้างบรรยากาศความคุ้นเคย เป็นมิตร ไว้วางใจ
  ๒. สสำรวจทำความเข้าใจ และประเด็นปัญหา รับฟัง สังเกต และสรุปความ
  ๓. ช่วยค้นหาทางแก้ปัญหา
  ๔. ยุติการปรึกษา สรุปประเด็นที่พูดคุย ให้กำลังใจ นัดหมายครั้งต่อไป
- ปัญหาเด็กร้องไห้ช่วงเปิดเทอม คำแนะนำวิธีการแก่ผู้ปกครอง
๑. พูดคุยกับเด็กให้เข้าใจที่มาของความกลัว ความกังวล เช่น กลัวเสียงดัง กลัวครูตัวโตมีหนวด
  ๒. บอกถึงความเข้าใจความรู้สึกที่เกิดขึ้น
  ๓. ดูแลความพร้อม และให้เด็กคุ้นเคยกับกิจวัตรประจำวัน เช่น นอนหัวค่ำ ทานอาหารเข้าก่อนเข้าเรียน
  ๔. เล่าประสบการณ์ของตนเอง ตอนแรกเข้าเรียน เพื่อให้เด็กรู้ว่า มีหลายคนที่รู้สึกกลัว
  ๕. พูดคุยในด้านบวกกับเด็ก เช่น วันนี้ครูจะทำอะไรสนุก ๆ บ้างนะ ถ้าไปถึงแล้วเจอเพื่อนจะเล่นอะไรกันดี
  ๖. ส่งลูกแต่เช้าให้เวลาปรับตัวคุ้นเคย
  ๗. สงบใจตนเองก่อน เพราะเด็กจะเลียนแบบคุณตัวอย่างผู้ปกครอง
  ๘. อนุญาตให้เด็กมีสิ่งของลดกังวล เช่น รูปครอบครัว

### ๒.๓ ประโยชน์ที่ได้รับ

#### ๒.๓.๑ ต่อตนเอง

๑. ได้เพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับเทคนิค วิธีการ และมีทักษะในการดูแลเด็กในศตวรรษที่ ๒๑ อย่างมีมาตรฐานและมีคุณภาพ
๒. เพื่อให้ความรู้มาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมั่นใจและมีประสิทธิภาพ
๓. ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ในกลุ่มวิชาชีพต่าง ๆ

#### ๒.๓.๒ ต่อหน่วยงาน

๑. นำความรู้ที่ได้มาประยุกต์ใช้กับผู้มารับบริการในศูนย์เด็กเล็กน่ายุคคุณแม่ได้อย่างมีมาตรฐาน
๒. พัฒนาหลักสูตร และจัดทำแผนการจัดประสบการณ์เรียนรู้ เพื่อให้เด็กเกิดความรู้ มีทักษะในการแก้ปัญหา และมีการใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อเตรียมความพร้อมในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ ๒๑

### ส่วนที่ ๓ ปัญหา/อุปสรรค

โครงการอบรมหลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ดูแลเด็กในศตวรรษที่ ๒๑ ได้จัดขึ้นเป็นปีที่ ๒ โดยประกอบไปด้วยกิจกรรมการบรรยายภาคทฤษฎี และกิจกรรมกลุ่มย่อย พร้อมฝึกภาคปฏิบัติ ซึ่งในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) จึงได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการอบรมแบบออนไลน์ผ่านโปรแกรม Moodle และโปรแกรม Zoom ซึ่งเป็นรูปแบบที่สามารถเข้าฟังการบรรยายภาคทฤษฎี ในการอบรมผ่านโปรแกรม Moodle ในบางหัวข้อ ทำให้ไม่สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นขณะรับฟังการบรรยายได้

**ส่วนที่ ๔ ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ**

ควรมีการส่งเสริมให้บุคลากรที่ต้องเป็นผู้ดูแลเด็ก ได้เข้ารับการอบรมหลักสูตรนี้เป็นประจำ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ และได้นำเทคนิคแนวทางใหม่ ๆ มาปรับใช้ได้อย่างเหมาะสม และมีมาตรฐาน เพื่อส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ และก่อให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

ลงชื่อ.....ผู้รายงาน

(นางกัลยา เจนโชติสุวรรณ)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

**ส่วนที่ ๕ ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา**

ขอให้นำความรู้ที่ได้มาพัฒนาหน่วยงานและโรงพยาบาลตากสิน

ลงชื่อ.....

(นายขจร อินทรบุหรั้น)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลตากสิน

**แบบรายงานผลการฝึกอบรมในประเทศในหลักสูตรที่หน่วยงานภายนอกเป็นผู้จัด**

ตามหนังสืออนุมัติที่..... กท. ๐๔๐๑/๙๓๑..... ลงวันที่..... ๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๔.....  
ข้าพเจ้า(ชื่อ-สกุล)..... นางกัลยา..... นามสกุล..... เจริญโชติสุวรรณ.....  
ตำแหน่ง..... พยาบาลวิชาชีพชำนาญ..... สังกัดงาน/ฝ่าย/โรงเรียน..... ฝ่ายการพยาบาล.....  
กอง..... -..... สำนัก/สำนักงานเขต..... สำนักงานการแพทย์.....  
ได้รับอนุมัติให้ไป (อบรม/ประชุม/ดูงาน/ปฏิบัติการวิจัย).....  
หลักสูตรประกาศนียบัตรผู้ดูแลเด็กในศตวรรษที่ ๒๑ รุ่นที่ ๒.....  
ภาคทฤษฎี ระหว่างวันที่ ๑ - ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๔ (จำนวน ๓๐ วัน).....  
ในรูปแบบออนไลน์ ผ่านโปรแกรม Moodle และโปรแกรม Zoom.....  
ภาคปฏิบัติ ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๓๑ มกราคม ๒๕๖๕ (จำนวน ๑๖ วัน).....  
ณ สถาบันแห่งชาติเพื่อพัฒนาเด็กและครอบครัว ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม.....  
เบิกค่าใช้จ่ายเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๕,๐๐๐.- บาท (สองหมื่นห้าพันบาทถ้วน).....

ขณะนี้ได้เสร็จสิ้นการฝึกอบรมฯ แล้วจึงขอรายงานผลการฝึกอบรมฯ ในหัวข้อต่อไปนี้

๑. เนื้อหาความรู้ทักษะที่ได้เรียนรู้จากการฝึกอบรมฯ
๒. การนำมาใช้ประโยชน์ในงานของหน่วยงาน/ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนางาน
๓. ความคิดเห็นต่อหลักสูตรการฝึกอบรมฯ ดังกล่าว (เช่น เนื้อหา/ความคุ้มค่า/วิทยากร/  
การจัดหลักสูตร เป็นต้น)

(กรุณาแนบเอกสารที่มีเนื้อหาครบถ้วนตามหัวข้อข้างต้น)

ลงชื่อ.....ผู้รายงาน  
(นางกัลยา เจริญโชติสุวรรณ)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ