

เด็ก เยาวชนและครอบครัว จังหวัดอุบลราชธานี

ชุมชนเข้มแข็ง ครอบครัวเข้มแข็ง

1. วิสัยทัศน์

เด็กและเยาวชนจังหวัดอุบลราชธานีมีความมั่นคง แข็งแรง ดี มีสุข และสร้างสรรค์

คำจำกัดความ เด็กและเยาวชนมีความมั่นคง แข็งแรง ดี มีสุข และสร้างสรรค์

หมายถึง เด็ก และเยาวชน ในประเทศจังหวัดอุบลราชธานีอยู่เย็นเป็นสุขทั้งกาย ใจ สังคม และปัญญา/จิตวิญญาณ มีความมั่นคง แข็งแรง ดี และสร้างสรรค์ พร้อมทั้งเติบโตไปมีสัมมาอาชีพ มีรายได้ ทำงานด้วยความสุข สามารถดำรงชีพบนพื้นฐานของความพอดี พอประมาณ อย่างมีเหตุผล ภายใต้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ครอบครัวอบอุ่น มั่นคง อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีต่อสุขภาพชีวิต และทรัพย์สิน เป็นสังคมแห่ง การเรียนรู้ และช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มีสุขภาพแข็งแรงและอายุยืนยาว)

2. พันธกิจ

2.1 พัฒนาเด็กและเยาวชนทั้งกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม และพฤติกรรมที่เหมาะสมตามวัย

2.2 เสริมพลังภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนและทุกระดับในการพัฒนาเด็กและเยาวชน

2.3 พัฒนาระบบบริหารจัดการในการคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีประสิทธิภาพ

- (พัฒนาการเด็ก หมายถึง หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่เกิดอย่างช้าๆและสะสมจนขนาดร่างกายเพิ่มขึ้น อวัยวะต่างๆพร้อมทำหน้าที่เพื่อการมีชีวิตรอด มีสุขภาพกายที่แข็งแรง มีความสามารถทางสังคม อารมณ์ดี และพร้อมที่จะเรียนรู้)

3. เป้าประสงค์ของการพัฒนาเด็ก เยาวชน และครอบครัว

- 3.1 เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้รับการพัฒนาทั้งกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคมเต็มตามศักยภาพ และมีพฤติกรรมเหมาะสมตามวัย

- 3.2 เพื่อให้ภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนและทุกระดับเป็นพลังที่เข้มแข็งในการพัฒนาเด็กและเยาวชน

- 1 3.3 เพื่อให้การคุ้มครองและการพัฒนาเด็กและเยาวชนมีความเป็นเอกภาพ ทำให้การดำเนินงานด้านเด็กและ
2 เยาวชนมีประสิทธิภาพ

3 **4. เป้าหมายหลัก**

- 4 เด็กและเยาวชนมีความมั่นคงในการดำรงชีวิตอย่างทั่วถึง มีความแข็งแรงทางร่างกายและจิตใจ มีคุณธรรม
5 จริยธรรม มีสำนึกความเป็นพลเมือง (civic mind) กล้าคิดและแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ตามวิถีประชาธิปไตย
6 และ มีความสุข

7 **5. ตัวชี้วัดสำคัญ**

- 8 1) ครอบครัวมีความเข้มแข็งและมั่นคง มีความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวเพิ่มขึ้น ความรุนแรงในครอบครัว ลด
9 น้อยลง
- 10 2) อัตราส่วนมารดาตาย (ไม่เกิน 15 ต่อการเกิดมีชีพแสนคน)
- 11 3) ร้อยละของบริการฝากครรภ์คุณภาพ (ไม่น้อยกว่า 70)
- 12 4) ร้อยละของห้องคลอดคุณภาพ (ไม่น้อยกว่า 70)
- 13 5) รพ. สายใยรักแห่งครอบครัวผ่านเกณฑ์ระดับทองร้อยละ 95
- 14 6) สถานะการขาดสารไอโอดีนในหญิงตั้งครรภ์และเด็กลดลง
- 15 7) ร้อยละของหญิงตั้งครรภ์ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน เท่ากับ 100
- 16 8) มีการดำเนินงานควบคุมคุณภาพเกลือและเครื่องปรุงรสที่เสริมไอโอดีน เพิ่มขึ้น
- 17 9) ร้อยละของเด็กอายุ 0-5 ปี มีส่วนสูงระดับดีและรูปร่างสมส่วน (ไม่น้อยกว่า 70)
- 18 10) ร้อยละของเด็กแรกเกิดจนถึง 5 ปีมีพัฒนาการเหมาะสมกับวัย โดยการตรวจคัดกรองพัฒนาการ
19 (developmental screening) ด้วยเครื่องมือมาตรฐาน (ไม่น้อยกว่า 85)
- 20 11) ร้อยละของคลินิกเด็กดีคุณภาพ (ไม่น้อยกว่า 70)
- 21 12) ร้อยละของเด็ก 3ปี มีปัญหาฟันน้ำนมผุไม่เกิน ร้อยละ 50
- 22 13) ร้อยละ 80 ของศูนย์เด็กเล็ก ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ได้รับการพัฒนาตามมาตรฐานกลาง

- 1 14) ร้อยละของศูนย์เด็กเล็กคุณภาพ (ไม่น้อยกว่า 70)
- 2 15) ร้อยละศูนย์เด็กเล็กคุณภาพระดับดีและดีมาก (ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70)
- 3 16) ร้อยละของเด็กวัยเรียน (6-12 ปี) มีส่วนสูงระดับดีและรูปร่างสมส่วน (ไม่น้อยกว่า 70)
- 4 17) ร้อยละของเด็กนักเรียนมีภาวะอ้วน (ไม่เกิน 15)
- 5 18) เด็กในจังหวัดอุบลราชธานีมีความฉลาดทางสติปัญญาเฉลี่ย (ไม่น้อยกว่า 100)
- 6 19) อัตราการคลอดในมารดาอายุ 15-19 ปี (ไม่เกิน 50 ต่อประชากรอายุ 15-19 ปีพันคน) และลดลง
- 7 20) อัตราการคลอดบุตรในเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีลดลง
- 8 21) ร้อยละของศูนย์ให้คำปรึกษาคุณภาพ (Psychosocial clinic) และเชื่อมโยงกับระบบช่วยเหลือ(ไม่น้อยกว่า 70
- 9 ของสถานบริการสาธารณสุข) เช่น จัดตั้งคลินิกให้คำปรึกษาของวัยรุ่น และจัดบริการให้ คำปรึกษาที่
- 10 เชื่อมโยงกัน เพื่อบริการที่เป็นมิตรกับวัยรุ่น (เพิ่ม EQ และทักษะชีวิต เพศศึกษา Youth Friendly Health
- 11 Services)
- 12 22) ความซุกของผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประชากร อายุ 15-19 ปี (ไม่เกินร้อยละ 13)
- 13 23) จำนวนหมู่บ้านจัดการสุขภาพที่ดำเนินงานตามแผนพัฒนาเด็ก เยาวชน และครอบครัว ฯ
- 14 24) ร้อยละของอำเภอที่มี District Health System (DHS) ที่เชื่อมโยง ระบบบริการปฐมภูมิกับชุมชนและ
- 15 ท้องถิ่นอย่างมีคุณภาพ (ไม่น้อยกว่า 50)
- 16 25) ร้อยละ 40 ของตำบล ผ่านเกณฑ์ ตำบลนมแม่
- 17 26) ร้อยละ 50 ของเด็กที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษามีทักษะพื้นฐาน
- 18 27) จำนวนเด็กที่ต้องออกโรงเรียนกลางคันน้อยลง
- 19 28) จำนวนเด็กและเยาวชนนอกโรงเรียนสามารถเข้าถึงการมีงานทำทั้งระบบ (ฝึกอาชีพ พัฒนาฝีมือแรงงาน
- 20 จัดหางาน คู่ครองแรงงาน) เพิ่มขึ้น
- 21 29) มีการกำหนดให้กิจกรรมจิตอาสาของนักเรียนทุกระดับเป็นองค์ประกอบสำคัญเทียบเท่าความรู้ทางวิชาการ
- 22 เฉพาะในการประเมินผล
- 23 30) พฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ได้แก่ การใช้สารเสพติด การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา การไม่ออกกำลังกาย การติดเกม
- 24 ลดลงอย่างต่อเนื่อง
- 25 31) คุณธรรมและจริยธรรม ความเป็นพลเมืองดีของเด็กและเยาวชนมีระดับสูงขึ้น
- 26 32) ลดอัตราเด็กและเยาวชนกระทำความผิด

- 1 33) ความเครียดของเด็กและเยาวชนลดลง
- 2 34) ร้อยละของเด็กและเยาวชนที่มีช่องทางการเข้าถึงข้อมูลแผนที่ชีวิตการพัฒนาค้นเอง และทักษะชีวิต
- 3 35) เด็กและเยาวชนทุกคนเข้าถึงหลักประกันในการดำรงชีวิตอย่างเท่าเทียมและทั่วถึง
- 4 36) ร้อยละ 80 ของสภาเด็กและเยาวชนดำเนินงานได้ตามมาตรฐานสภาเด็กและเยาวชนที่กำหนด
- 5 โดยมียุทธศาสตร์ที่สำคัญ คือ
- 6 **ยุทธศาสตร์ที่ 1 การสร้างภูมิคุ้มกันในการดำรงชีวิตของเด็กและเยาวชน เป้าประสงค์ เด็กและเยาวชนได้รับการ**
- 7 **พัฒนาทั้งกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม และมีพฤติกรรมเหมาะสมตามวัย**
- 8 1.1 มาตรการพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชน แบ่งตามกลุ่มวัย
- 9 1.2 มาตรการเสริมสร้างความเข้าใจในปัญหาและความต้องการของเด็กและเยาวชน
- 10 1.3 มาตรการเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อเด็กและเยาวชน
- 11 1.4 มาตรการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน
- 12 **ยุทธศาสตร์ที่ 2 การคุ้มครองและพัฒนาเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ และเด็กพิเศษ เป้าประสงค์ เด็กและ**
- 13 **เยาวชนที่มีความต้องการการคุ้มครองพิเศษและเด็กพิเศษ ได้รับการคุ้มครองและพัฒนาทั้งกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์**
- 14 **สังคม เต็มตามศักยภาพ**
- 15 2.1 มาตรการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว
- 16 2.2 มาตรการพัฒนาบริการพื้นฐานที่จำเป็นและมีคุณภาพให้เข้าถึงเด็ก
- 17 2.3 มาตรการพัฒนาบุคลากรด้านเด็ก
- 18 2.4 มาตรการปรับปรุงและบังคับใช้กฎหมาย กฎ ระเบียบที่เกี่ยวกับเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ
- 19 2.5 มาตรการพัฒนาระบบข้อมูล องค์กรความรู้ กลไกของรัฐ และชุมชน
- 20 2.6 มาตรการระดมสรรพกำลังเพื่อช่วยเหลือเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ
- 21 2.7 มาตรการเฉพาะกลุ่ม เช่น เด็กกำพร้า

1 ยุทธศาสตร์ที่ 3 ส่งเสริมและสนับสนุนความเข้มแข็งของภาคีเครือข่ายให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กและเยาวชน

2 3.1 มาตรการส่งเสริมสภาพเด็กและเยาวชนทุกระดับให้เข้มแข็ง

3 3.2 มาตรการส่งเสริมบทบาทของภาคีเครือข่ายเพื่อมีส่วนร่วมพัฒนาเด็กและเยาวชน

4 ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาระบบบริหารจัดการในการคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน เป้าประสงค์ มีการ
5 คุ้มครองและการพัฒนาเด็กและเยาวชนที่เป็นเอกภาพ ทำให้การดำเนินงานด้านเด็กและเยาวชนมีประสิทธิภาพ

6 4.1 มาตรการพัฒนาการบริหารจัดการในการคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน

7 4.2 มาตรการเสริมสร้างโอกาสและการเข้าถึงระบบสวัสดิการสังคม ระบบบริการ และระบบคุ้มครอง ทั้ง
8 ทางด้านสาธารณสุข การศึกษา อาชีพ และสังคม แก่เด็กและเยาวชนทุกกลุ่มอย่างเท่าเทียมและทั่วถึง โดย
9 เฉพาะที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกลและทุรกันดาร

10 4.3 มาตรการพัฒนาระบบ และกลไกป้องกันเด็กและเยาวชนจากปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ อาทิ เรื่องยาเสพติด เรื่อง
11 ทางเพศ สถานบริการ ร้านเกม หอพัก ร้านขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

12 โดยมีกลยุทธ์ และข้อเสนอแนะที่จำเป็นและสำคัญ ภายใต้ยุทธศาสตร์ข้างต้น เพื่อบรรลุวิสัยทัศน์ ดังนี้

13 ยุทธศาสตร์ที่ 1 การสร้างภูมิคุ้มกันในการดำรงชีวิตของเด็กและเยาวชน เป้าประสงค์ เด็กและเยาวชนได้รับการ
14 พัฒนาทั้งกายใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม และมีพฤติกรรมเหมาะสมตามวัย

15 มาตรการ 1.1 มาตรการพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชน แบ่งตามกลุ่มวัย

16 เจตนารมณ์เพื่อมุ่งพัฒนาเด็กอย่างรอบด้านและสมดุลเพื่อเป็นฐานหลักของการพัฒนา โดย (1) พัฒนาชีวิตให้
17 เป็น “ มนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ คุณธรรม จริยธรรม วัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถ
18 อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ” และ (2) พัฒนาสังคมไทยให้เป็นสังคมที่มีความเข้มแข็งและมีคุณภาพใน 3
19 ด้าน คือ เป็นสังคมคุณภาพ สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้ และสังคมสมานฉันท์และเอื้ออาทรต่อกัน มีจุดเน้น
20 สำคัญที่ต้องดำเนินการให้เหมาะสมตามความจำเป็น และความต้องการ ดังนี้

1 1.1.1 เด็กแรกเกิด - 2 ปี

2 1) ส่งเสริมกิจกรรม พัฒนาเด็ก และครอบครัว โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน

3 2) ส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์ฝากครรภ์ครั้งแรกเร็ว (Early ANC)

4 3) พัฒนาระบบบริการของการฝากครรภ์ (ANC) ห้องคลอด (การคลอด) และการดูแลหลังคลอด

5 ตั้งแต่การดูแลอย่างมีมาตรฐาน ทั้งรายมีความเสี่ยงปกติ และมีความเสี่ยงสูง ให้มีคุณภาพ พร้อมจัดระบบส่งต่อ
6 แม่และเด็กในภาวะฉุกเฉินได้ทันทั่วถึง

7 4) พัฒนาและเร่งรัดให้สถานพยาบาลทุกแห่งในจังหวัดอุบลราชธานี ให้บริการตามมาตรฐาน

8 คลินิกเด็กดีคุณภาพ (WCC คุณภาพ) โดยเด็กทุกคนได้รับการดูแลตามแนวทางการดูแลเด็ก ราชวิทยาลัยกุมาร

9 แพทย์แห่งประเทศไทย 2556 โดยการประเมินสุขภาพและปัญหาทั่วไป ประเมินจิตใจ อารมณ์ สังคม ครอบครัวของ

10 เด็กและผู้ปกครอง และการเลี้ยงดูเด็ก (อาจใช้แบบประเมินต้นทุนชีวิต ในแต่ละวัย ตั้งแต่แรกเกิด) ตรวจร่างกายตาม

11 ระบบ ติดตามเฝ้าระวังพัฒนาการ (developmental surveillance) ตรวจคัดกรองพัฒนาการ (developmental

12 screening) ตามอายุที่กำหนด ได้รับวัคซีน ผู้เลี้ยงดูได้รับการแนะนำ เรื่อง การเลี้ยงดู ปัญหาที่พบตามวัย การ

13 ส่งเสริมนิสัยที่ดี การป้องกันอุบัติเหตุและลดความเสี่ยง ผู้เลี้ยงดูได้รับโอกาสให้ถามข้อสงสัย ได้รับการชื่นชมและ

14 ให้กำลังใจ และแจ้งวันนัด ตามแนวทางการดูแลเด็กที่ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทยแนะนำ เน้น การ

15 ตรวจคัดกรองความเข้มข้นของเลือดโดยดูระดับฮีมาโตคริต 1 ครั้ง ในช่วงอายุ 6-12 เดือน

16 5) พัฒนาศูนย์เด็กเล็กคุณภาพ ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติด้านเด็กปฐมวัย

17 6) ส่งเสริมให้พ่อแม่ และผู้เลี้ยงดูเด็ก มีพฤติกรรม การเลี้ยงดูที่ถูกต้อง ให้เด็กมีน้ำหนัก และ

18 ส่วนสูงเจริญรูปร่างสมส่วน

1 7) ส่งเสริมหญิงมีครรภ์ หญิงให้นมบุตร และเด็กเล็กให้มีภาวะโภชนาการที่เหมาะสม โดยเน้น
 2 ให้มีการสื่อสารเรื่องอาหารตามวัยและพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีการเฝ้าระวัง
 3 ภาวะโภชนาการของหญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตรและเด็กอย่างต่อเนื่องและมีคุณภาพ

4 8) เข้มงวดให้หญิงมีครรภ์และเด็กเล็กได้รับสารไอโอดีนอย่างทั่วถึง โดยการใช้เกลือและ
 5 เครื่องปรุงรสที่เสริมไอโอดีน และอาหารที่เป็นแหล่งไอโอดีน รวมทั้งติดตามกระบวนการแก้ไขปัญหาการขาดสาร
 6 ไอโอดีน คุณภาพเกลือและเครื่องปรุงรสเสริมไอโอดีน กระบวนการผลิต การบรรจุ ตลอดจนสนับสนุนการ
 7 ศึกษาวิจัยเรื่องไอโอดีนเพื่อประโยชน์ต่อการติดตามประเมินผล และวางแผนพัฒนาคุณภาพคนทั้งทางร่างกายและ
 8 สติปัญญา

9 9) ส่งเสริมการสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูก หรือผู้ดูแลเด็ก เช่น โครงการหนังสือเล่มแรก
 10 (Book Start) โครงการมูมนมแม่ โครงการวัคซีนใจ โครงการคำบ่นนมแม่ ฯ

11 10) ส่งเสริมให้พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก และครอบครัวเข้าใจ ลำดับพัฒนาการของเด็ก และสามารถ ฝ้า
 12 ลังเกตและสนับสนุนเด็กให้ดีที่สุดทุกช่วงของพัฒนาการ เด็กทารกขวบปีแรก ต้องเรียนรู้ที่จะไว้วางใจสิ่งแวดล้อม
 13 (Trust) วิธีเลี้ยงให้มีสิ่งทีเรียกว่า ไว้วางใจ ทำได้ด้วยการเลี้ยงดูกวัยทารกอย่างดีที่สุด นั่นคือ อุ้มให้นม เลี้ยงทารกด้วย
 14 การให้นมแม่ อุ้มกอด เล่นด้วย คอยดูแลเวลาเขาหนาวหรือร้อน คอยดูแลเวลาเขาถูกมดกัดแมลงไต่ คอยร้องเพลงให้
 15 ฟัง อ่านหนังสือให้ฟัง ฯลฯ ให้เด็กได้รับความรัก ความอบอุ่น เด็กจึงจะเรียนรู้ที่จะไว้วางใจสิ่งแวดล้อม (Trust) ให้
 16 เด็กได้รับการสร้างสายสัมพันธ์ (attachment) กับพ่อแม่ หรือบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต เมื่อความผูกพันแข็งแรง
 17 สายสัมพันธ์แน่นหนา เด็กจะพัฒนาตัวตนของตนเองขึ้นมา และมีตัวตนของตนเอง (SELF) ควรเริ่มฝึกวินัยตั้งแต่
 18 ช่วงวัยทารก จากการที่ผู้เลี้ยงดูค่อยๆปรับกิจวัตรประจำวันให้เป็นเวลา และตอบสนองต่อความต้องการของเด็กอย่าง
 19 เหมาะสม ในขวบปีที่ 2 ควรฝึกเด็กให้ทำกิจวัตรประจำวันให้เป็นเวลาแต่ยืดหยุ่นได้ตามสมควร และควรเริ่มจำกัด
 20 ขอบเขตในเรื่องความปลอดภัย แต่ก็ต้องให้โอกาสเด็กในการเล่นอิสระในสถานที่ที่เหมาะสม วินัยและความ
 21 รับผิดชอบ ที่เราอยากได้ควรเกิดจากการเลี้ยงดูที่ดีตั้งแต่สามขวบปีแรก ไม่ใช่มาเคร่งครัดเอาเมื่อเด็กโต ควรมาจาก
 22 ภายใน ซึ่งเกิดได้ด้วยองค์ประกอบที่สำคัญสองประการ คือ เรื่อง สายสัมพันธ์ (attachment) การฝึกให้ลูกมีวินัย และ
 23 คุณธรรม ตั้งแต่ขวบปีแรก พ่อแม่ควรให้เรียนรู้ว่า“จะไม่ได้ทุกอย่างที่ต้องการ” ให้เรียนรู้ การรอคอย การอดทน

1 การรู้จักยับยั้งชั่งใจเป็นส่วนสร้างการควบคุมตัวเอง (self control) ฉะนั้น จึงต้องใช้เวลากับเด็กให้เพียงพอ
 2 การเลี้ยงดู ให้ความรัก เอาใจใส่ต่อตัวเด็ก ตอบสนองพอเหมาะ ไม่ตามใจ เน้นการช่วยเหลือตนเอง สร้างกฎเกณฑ์
 3 กติกาให้เหมาะสมตามวัย และจัดระเบียบวินัยในกิจวัตรประจำวัน สร้างความเข้าใจเรื่องพื้นที่อารมณ์และการ
 4 แสดงออกทางพฤติกรรม เพราะเด็ก จะมีความเป็นตัวของตัวเองเพิ่มขึ้น แต่พูดได้ไม่ด้นัก จึงทำให้เด็กหงุดหงิดง่าย มี
 5 โอกาสแสดงพฤติกรรมกริครื้อ/ดื้อกับพื้นเมื่อไม่ได้สิ่งที่ต้องการ ส่งเสริมทักษะสำคัญ ส่งเสริมพัฒนาการทุกด้าน
 6 โดยเฉพาะด้านทางภาษา ผ่านการเล่น การเล่า/อ่านนิทานรูปภาพ การเจริญของภาษาและคำพูด เป็นส่วนสำคัญใน
 7 การควบคุมพฤติกรรม การสร้างคุณธรรมเริ่มด้วย มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ มีความชื่นชม
 8 ไว้วางใจผู้ใหญ่ สอนอบรม moral Intelligence ให้เด็กมีความฉลาดทางคุณธรรม ประพฤติตนอยู่ในขอบเขตของ
 9 ศีลธรรม มีจริยธรรม เป็นที่รักของผู้อื่น อยู่กับผู้อื่นได้ดี เด็กเรียนรู้จากการสังเกต พบเห็น ได้ยินจากผู้รอบข้าง
 10 ที่ตนรัก ไว้วางใจและนิยมชมชอบ ในวิธีการประพฤติปฏิบัติ คำพูด การกระทำ การแสดงออก คำนิยม ฯลฯ
 11 และปฏิบัติตาม ดังนั้นผู้ใหญ่ต้องเป็นแบบอย่างที่ดี ให้เด็กมีประสบการณ์ที่ดี ผ่านตัวอย่าง คำพูด เรื่องราว คำบอก
 12 เล่า นิทาน หนังสือ รูปภาพ สื่อ ฯลฯ ศิล 5 เป็นสิ่งที่จำต้องปฏิบัติกันเป็นนิสัย เพราะศิลปะคือความเรียบร้อยและ
 13 ความปกติ ศิลนำความร่มเย็นเป็นสุขต่อบุคคลและหมู่คณะ สิ่งสำคัญที่สุดที่ต้องสร้างให้เด็ก คือ มีความสุขภายใน
 14 ได้จิตสงบ มีความมั่นคงทางจิตใจ ภูมิใจในความสำเร็จที่ตนกระทำและคุณงามความดีที่ตนมี

15 เน้นให้ช่วยเหลือตนเองให้มากที่สุด และช่วยให้เด็กหัดพูดบอกความต้องการ แทนการอาละวาด
 16 ฝึกให้รับผิดชอบตนเอง และทำสิ่งต่างๆด้วยตัวเองเพิ่มขึ้น เช่น กินอาหาร อาบน้ำ นั่งกระโถน แต่งตัว เป็นต้น ฝึก
 17 ระเบียบวินัยในการใช้ชีวิต โดยกำหนดเวลากินอาหาร นอน เล่น ให้เป็นเวลา เมื่อเด็กทำได้ ควรชื่นชม การลงโทษ
 18 ควรใช้วิธีเพิกเฉยหรือตัดสิทธิ์ และหลีกเลี่ยงการตี

19 ส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ประมาณ 10-12 ชม . ต่อวัน แนะนำเรื่อง
 20 อาหารที่เหมาะสมกับวัย โดยเน้นอาหาร 5 หมู่เป็นอาหารหลัก 3 มื้อ ร่วมกับดื่มนมรสจืดเป็นอาหารเสริม มื้อละ 6-8
 21 ออนซ์ วันละ 2-3 มื้อ นำเสนออาหารหลากหลายที่มีคุณค่าโดยให้เด็กได้เลือก ดูแลสุขภาพฟัน โดยหลีกเลี่ยงอาหาร
 22 รสหวาน หัดดื่มนมหรือน้ำจากถ้วย และส่งต่อไปให้บุคลากรทางทันตกรรมเพื่อตรวจสุขภาพช่องปากครั้งแรก (หากยัง
 23 ไม่ได้ส่งต่อเมื่ออายุ 1 ปี) แปรงฟันด้วยยาสีฟันวันละ 2 ครั้ง ฝึกให้ขับถ่ายโดยนั่งกระโถน โดยเน้นการสร้าง
 24 แรงจูงใจ ไม่บีบบังคับ

1 ป้องกันอุบัติเหตุและลดความเสี่ยง อายุ 2 ขวบปีแรกไม่ควรดูโทรทัศน์ ไม่ควรใช้คอมพิวเตอร์
 2 และจอทุกประเภท ควรใช้เวลาส่วนใหญ่ทำกิจกรรมอื่นๆร่วมกับเด็ก เช่น เล่นกับเด็ก เล่นนิทาน ให้พ่อแม่ดูแลขีด
 3 เพื่อป้องกันอันตราย จากการพลัดตกหกล้ม การชนกระแทก การจมน้ำ สารพิษ สัตว์กัด ความร้อนลวกและอันตราย
 4 จากไฟฟ้า และอุบัติเหตุจากรถ แนะนำให้เริ่มสอนให้เด็กวัยนี้รู้จักอันตรายและหลีกเลี่ยงการเข้าใกล้แหล่งน้ำ จัด
 5 สภาพแวดล้อมให้ปลอดภัย เช่น โตะทีวี ตู้วางของต้องวางมั่นคง ไม่ล้มง่ายเมื่อเด็กโหนหรือปีนป่าย ตรวจสอบความ
 6 มั่นคงของประตูรั้วบ้าน ประตูเลื่อนซึ่งมีขนาดใหญ่ การเก็บสารมีพิษให้พ้นสายตา หากเด็กกินสารพิษ ให้ติดต่อศูนย์
 7 พิษวิทยาหมายเลข 022011083, 022468282 ไม่ให้เล่นกับสุนัขจรจัด สุนัขเลี้ยงที่ไม่รู้จัก และลูกสุนัขแรกเกิดที่มีแม่อยู่
 8 ด้วย ไม่ให้รั้งแกสตัฟว์เช่นคิงคู คิงหาง แย่งจานอาหาร ของเล่นของสตัฟว์

- 9 11) ส่งเสริมการพัฒนานักส่งเสริมพัฒนาการเด็ก เยาวชน และครอบครัวในชุมชนให้เพิ่มมากขึ้น
- 10 12) เด็กที่มีพัฒนาการไม่สมวัยให้ได้รับการส่งต่อเพื่อดูแลต่อเนื่องตามมาตรฐาน
- 11 13) เด็กที่มีความเสี่ยงต่อปัญหาอภิวุฒิได้รับการดูแลต่อเนื่องตามเกณฑ์ที่กำหนดตามมาตรการ -
- 12 parenting educations

13 14) เสริมสภาพแวดล้อมในการสอนพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครอบครัว ให้เลี้ยงดูตั้งแต่ที่บ้านจนถึง
 14 โรงเรียน ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างเต็มศักยภาพ เช่น การฝึกการใช้กล้ามเนื้อ และระบบประสาท
 15 รับรู้พื้นฐาน การพัฒนาเพื่อให้เด็กมีตัวตนที่แข็งแรง สร้างความผูกพันและไว้วางใจ

16 15) ส่งเสริมให้บุคลากรที่ทำงานด้านเด็ก เยาวชน และครอบครัว มีจำนวนมากขึ้นให้พอเพียง
 17 และให้มีความรู้ ทักษะ และแนวปฏิบัติการสอดคล้องกับบริบทของครอบครัวและชุมชน

18 16) ส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม สมองและสุขภาพตามความต้องการของครอบครัว

19 17) สนับสนุนการมีส่วนร่วมของครอบครัว ผู้ดูแลสุขภาพ และชุมชน

20 18) เพิ่มความรู้ ทักษะ ให้ครอบครัว โดยมีกิจกรรมปกป้อง และส่งเสริมสุขภาพ จัดบริการที่
 21 ความจำเป็นการดูแลสุขภาพ สนับสนุนให้ครอบครัวประสบความสำเร็จ เน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลาง กำเนินถึงความ
 22 ต้องการและความวิตกกังวลของครอบครัว เข้าใจภูมิหลัง ค่านิยม ความเป็นพื้นบ้าน และรูปแบบสื่อสารการเลี้ยงดู
 23 เสริมพลังการมีส่วนร่วมและการตัดสินใจของครอบครัวในวิธีการเลี้ยงดูเด็ก เน้นความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ
 24 ประสิทธิภาพ ผล ปลอดภัย และความพึงพอใจ

25 **1.1.2 เด็กปฐมวัย 3 - 5 ปี**

26 1) พัฒนาศูนย์เด็กเล็กคุณภาพ ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติด้านเด็กปฐมวัย พ.ศ. 2555-2559

- 1 2) ส่งเสริมให้มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทุกแห่ง ตลอดจนให้มีการเพิ่ม
- 2 ศักยภาพบุคลากรผู้ดูแลเด็ก รวมทั้งสนับสนุนให้มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในโรงเรียน โรงงาน สถานประกอบการ และ
- 3 พื้นที่ก่อสร้างขนาดใหญ่
- 4 3) ส่งเสริมให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จัดทำระบบการให้บริการคุณภาพ และการสนับสนุน
- 5 ช่วยเหลือด้านคุณภาพแก่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก
- 6 4) ติดตามประเมินผลสถานรับเลี้ยงเด็กภาคเอกชน เพื่อให้มีคุณภาพตามมาตรฐานกลาง
- 7 5) ส่งเสริมการใช้มาตรฐานกลางสำหรับศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เพื่อเป็นหลักในการเทียบเคียงการ
- 8 ดำเนินงาน และการติดตามประเมินผลเพื่อการพัฒนา
- 9 6) พัฒนาเด็กปฐมวัยทุกคนตามวัย อย่างรอบด้าน (เป็นองค์รวม ทั้งด้านสติปัญญา อารมณ์
- 10 คุณธรรม และจริยธรรมฯ) อย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง โดยใช้สหวิทยาการ และบูรณาการระหว่างหน่วยงานที่
- 11 เกี่ยวข้อง ฝึกการควบคุมอารมณ์ การรู้ถูกผิด เด็กควรได้เล่นมากที่สุดเพื่อฝึกปรีไิววิถีคิด สติปัญญา อารมณ์ คุณธรรม
- 12 และจริยธรรม
- 13 7) ส่งเสริมกิจกรรม พัฒนาเด็ก และครอบครัว โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน ให้
- 14 เด็กปฐมวัย ทุกคนได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างมีคุณภาพเพื่อมีพัฒนาการอย่างรอบด้านและตามวัย โดยการส่งเสริม
- 15 รอบด้าน เช่น ส่งเสริมการอ่านหนังสือ การทำกิจกรรม เช่น วาดรูป เล่นกลางแจ้ง เล่นขายของ ส่งเสริมทักษะสังคม
- 16 ปรับตัวให้อยู่รวมกันกับพี่น้อง พ่อแม่ ญาติได้อย่างสันติ เริ่มฝึกให้ควบคุมความโกรธเบื้องต้น ช่วยเด็กให้พูด เล่า
- 17 เรื่องที่ทำให้เด็กไม่พอใจ โกรธ เสียใจ หงุดหงิด ดีใจ ฝึกรับผิดชอบตนเอง เช่น เก็บของเล่น เอาขวดนมไปเก็บฯ ฝึก
- 18 ระเบียบวินัยในการใช้ชีวิต โดยกำหนดเวลากินอาหาร นอน เล่น ให้เป็นเวลา เมื่อเด็กทำได้ ควรชื่นชม การลงโทษ
- 19 ควรใช้วิธีเพิกเฉยหรือตัดสิทธิ์ และหลีกเลี่ยงการตี
- 20 8) ส่งเสริมเด็กให้มีภาวะโภชนาการที่เหมาะสม โดยเน้นให้มีการสื่อสารเรื่องอาหารตามวัยและ
- 21 พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของเด็กอย่างต่อเนื่อง
- 22 และมีคุณภาพ

9) เช้มนงควให้เด็กได้รับสารไอโอดีนอย่างทั่วถึง โดยการใ้เกลือและเครื่องปรุงรสที่เสริมไอโอดีน และอาหารที่เป็นแหล่งไอโอดีน รวมทั้งติดตามกระบวนการแก้ไขปัญหการขาดสารไอโอดีน คุณภาพเกลือและเครื่องปรุงรสเค้มนเสริมไอโอดีน กระบวนการผลิต การบรรจุ ตลอดจนสนับสนุนการศึกษาวิจัยเรื่องไอโอดีนเพื่อประโยชน์ต่อการติดตามประเมินผล และวางแผนพัฒนาคุณภาพคนทั้งทางร่างกายและสติปัญญา

10) ส่งเสริมการสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูก หรือผู้ดูแลเด็ก และพัฒนาเด็ก โดยใช้กิจกรรม เช่น กิน กอด เล่น เล่า โครงการวัคซีนใจ โครงการสายใยรักแห่งครอบครัว ฯ

11) ส่งเสริมให้พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก และครอบครัวเข้าใจ ลำดับพัฒนาการของเด็ก และสามารถ ฝ้่าสังเกตและ สนับสนุนเด็กให้ดีที่สุดทุกช่วงของพัฒนาการ ต่อเนื่องจากสองขวบปีแรก ให้เด็กได้รับความรัก ความอบอุ่น เรียนรู้ที่จะไว้วางใจสิ่งแวดล้อม (Trust) ใ้รับการสร้างสายสัมพันธ์ (attachment) กับพ่อแม่ หรือบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต ใ้พัฒนาการสร้างตัวตน (SELF) ใ้รับการฝึกวินัย (Discipline) พัฒนาใ้เรียนรู้เรื่องเพศใ้ถูกต้อง คือ การวางโปรแกรมทางเพศในใจว่าจะเป็นเพศอะไรกันแน ในช่วงวัยอนุบาลฝึกใ้เด็กเรียนรู้กฎระเบียบง่าย ๆ และปฏิบัติตามกฎระเบียบและเรียนรู้เรื่องผลของการกระทำของตนเอง การเลี้ยงดู ต้องใ้ความรัก ความใกล้ชิด และเป็นแบบอย่างที่ดีใ้ลูก เช่น รั้บฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รั้บจักรอคอย ควบคุมอารมณ์ ส่งเสริมใ้เด็กเป็นตัวของตัวเอง เช่น ช่วยตัวเอง หัดตัดสินใจ มีส่วนร่วมในการคิด หัดเลือก และตัดสินใจในบางเรื่อง ใ้เรียนรู้โดยใ้วิธีลองผิดลองถูก และภาคภูมิใจเมื่อทาใ้สำเร็จ เริ่มรั้บจักรต่อรง สร้างกฎเกณฑ์กติกาใ้เหมาะสมตามวัย และจัดระเบียบวินัยในกิจวัตรประจำวัน สร้างความเข้าใจ เน้นการสื่อสารเชิงบวก ใ้เวลาฝึกฝนหลายด้านอย่างสมดุลและส่งเสริมใ้พี่น้องปรับตัวเข้าหากัน การเลี้ยงดูเด็กวัย 3-6 ปี ควรสร้างใ้รั้บจักและภาคภูมิใจในรากเหง้าของตนเอง (Self Realization) และรั้บจักว่าตนเองมีคุณค่า โดยใ้ความรัก การยอมรับ จากบุคคลรอบตัว และส่งเสริมใ้เห็นภาพ (ตัวเอง)ชัดขึ้น,การย้อนอดีตสมัยปู่ย่าตายาย การย้อนความหลังของพ่อแม่ ใ้เด็กรั้บบทบาทของคนในบ้านว่า มีบทบาทหน้าที่ในบ้านและนอกบ้านอย่างไร กิจกรรมการละเล่นสนุกๆสมัยรุ่นพ่อแม่ เช่น การเล่นจ้่าจ้มะเขือเปราะ รั้ข้าวสาร ก็สามารถนำมาเล่นกับลูก เพื่อสอดแทรกเรื่องวิถีชีวิตของคนสมัยก่อนได้ เลี้ยงลูกวัย 3-6 ปีใ้มี ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) คือ เรียนรั้บจักอารมณ์ของตนเอง เรียนรั้บจักจะปรับอารมณ์ใ้แสดงออกอย่างเหมาะสม เรียนรั้บจักอารมณ์ของผู้อื่น เรียนรั้บจักจะปลอบใจผู้อื่น สามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ เลี้ยงเด็กใ้มีความสามารถด้านการเข้าใจความรู้สึก และรั้บรั้บอารมณ์ของผู้อื่นใ้ได้อย่างเหมาะสม (Empathy) ฝึกเด็กใ้เอาใจเขามาใ้ใจเรา โดย ทาใ้ดูเป็นตัวอย่าง หมั่นฝึกฝนบ่อยๆ ส่งเสริมทักษะสำคัญ ส่งเสริมการอ่านหนังสือ การทำกิจกรรม เช่น วาดรูป เล่นกลางแจ้ง เล่นขายของ ส่งเสริมทักษะสังคม ปรับตัวใ้อยู่รวมกันกับพี่น้อง พ่อแม่ ญาติใ้ได้อย่างสันติ เริ่มฝึกใ้

1 ควบคุมความโกรธเบื้องต้น และช่วยเด็กให้พูด เล่าเรื่องที่ทำไมไม่พอใจ โกรธ เสียใจ หงุดหงิด ดีใจ ฝึกให้
 2 รับผิดชอบตนเอง เช่น เก็บของเล่น เอาขวดนมไปเก็บ เป็นต้น ฝึกระเบียบวินัยในการใช้ชีวิต โดยกำหนดเวลากิน
 3 อาหาร นอน เล่น ให้เป็นเวลา เมื่อเด็กทำได้ ควรชื่นชม การลงโทษควรใช้วิธีเพิกเฉยหรือตัดสิทธิ์ และหลีกเลี่ยงการตี
 4 **ส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี** เช่น ให้อนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ประมาณ 8-10 ชม . ต่อวัน อาหารที่เหมาะสมกับ
 5 วัย โดยเน้นอาหาร 5 หมู่เป็นอาหารหลัก 3 มื้อ ร่วมกับดื่มนมรสจืดเป็นอาหารเสริมวันละ 2-3 แก้วหรือกล่อง
 6 หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง อาหารรสเค็มจัดและอาหารที่มีผงชูรสในปริมาณมาก หลีกเลี่ยงอาหารรสหวาน แปรง
 7 ฟันด้วยยาสีฟันวันละ 2 ครั้ง ฝึกให้ขับถ่ายให้เป็นเวลา ให้ช่วยตัวเองให้มากที่สุด เน้นการออกกำลังกายกลางแจ้ง

8 **ป้องกันอุบัติเหตุและลดความเสี่ยง** กำหนดเวลาหน้าจอโทรทัศน์ จอทุกประเภทและคอมพิวเตอร์ไม่เกิน 1-2
 9 ชั่วโมงต่อวัน เก็บสิ่งของอันตราย เช่น ปืน สารเคมี ยา ในที่ปลอดภัยให้พ้นสายตาและมือเด็ก อยู่ใกล้ชิดเด็กเพื่อ
 10 ป้องกันอันตราย จากการพลัดตกหกล้ม การชนกระแทก การจมน้ำ สารพิษ สัตว์กัด ความร้อนลวกและอันตรายจาก
 11 ไฟฟ้า และอุบัติเหตุจากรถ แนะนำให้เริ่มสอนให้เด็กวัยนี้รู้จักอันตรายและหลีกเลี่ยงของการเข้าใกล้แหล่งน้ำ

12 การเจริญของภาษาและคำพูด เป็นส่วนสำคัญในการควบคุมพฤติกรรม **การสร้างคุณธรรม**เริ่มด้วย มี
 13 ความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ มีความชื่นชม 'ไว้วางใจผู้ใหญ่' สอนอบรม moral Intelligence ให้เด็ก
 14 มีความฉลาดทางคุณธรรม ประพฤติตนอยู่ในขอบเขตของศีลธรรม มีจริยธรรม เป็นที่รักของผู้อื่น อยู่กับผู้อื่นได้ดี
 15 เด็กเรียนรู้จากการสังเกต พบเห็น ได้ยินจากผู้คนรอบข้าง ที่ตนรัก ไว้วางใจและนิยมชมชอบ ในวิธีการประพฤติ
 16 ปฏิบัติ คำพูด การกระทำ การแสดงออก คำนิยม ฯลฯ และปฏิบัติตาม ดังนั้นผู้ใหญ่ต้องเป็นแบบอย่างที่ดี ให้เด็กมี
 17 ประสบการณ์ที่ดี ผ่านตัวอย่าง คำพูด เรื่องราว คำบอกเล่า นิทาน หนังสือ รูปภาพ สื่อ ฯลฯ ศิล 5 เป็นสิ่งที่จำต้อง
 18 ปฏิบัติกันเป็นนิสัย เพราะศีลคือความเรียบร้อยและความปกติ ศีลนำความร่มเย็นเป็นสุขต่อบุคคลและหมู่คณะ สิ่ง
 19 สำคัญที่สุดที่ต้องสร้างให้เด็ก คือ มีความสุขภายในได้จิตสงบ มีความมั่นคงทางจิตใจ ภูมิใจในความสำเร็จที่ตน
 20 กระทำและคุณงามความดีที่ตนมี

21 12)ส่งเสริมการพัฒนานักส่งเสริมพัฒนาการเด็ก เยาวชน และครอบครัวในชุมชนให้เพิ่มมากขึ้น

22 13)เด็กทุกคนได้รับการดูแลตามแนวทางการดูแลเด็กที่ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย

23 แนะนำ เช่นการประเมินสุขภาพและปัญหาทั่วไป ประเมินจิตใจ อารมณ์ สังคม ครอบครัวของเด็กและผู้ปกครอง
 24 และการเลี้ยงดูเด็ก (อาจใช้แบบประเมินต้นทุนชีวิต ในวัย 3-6 ปี) ตรวจร่างกายตามระบบ ติดตามเฝ้าระวังพัฒนาการ
 25 (developmental surveillance) ตรวจคัดกรองพัฒนาการ (developmental screening) ตามอายุที่กำหนด ตรวจร่างกาย
 26 การคัดกรอง ได้รับวัคซีน ผู้เลี้ยงดูได้รับการแนะนำ เรื่อง การเลี้ยงดู ส่งเสริมทักษะสำคัญ การส่งเสริมนิสัยที่ดี

- 1 การป้องกันอุบัติเหตุและลดความเสี่ยง ได้รับโอกาสให้ถามข้อสงสัย ได้รับการชื่นชมและให้กำลังใจ การตรวจ
- 2 คัดกรองความเข้มข้นของเลือดโดยระดับฮีมาโตคริต ในช่วงอายุ 3 - 6 ปี อย่างน้อย 1 ครั้ง
- 3 14) เด็กที่มีพัฒนาการไม่สมวัยให้ได้รับการส่งต่อเพื่อดูแลต่อเนื่องตามมาตรฐาน
- 4 15) เด็กที่มีความเสี่ยงต่อปัญหาอิวคิวได้รับการดูแลต่อเนื่องตามเกณฑ์ที่กำหนดมาตการ -
- 5 parenting educations
- 6 16)เสริมสภาพแวดล้อมในการสอนพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครอบครัว ให้เลี้ยงดูตั้งแต่ที่บ้านจนถึง
- 7 โรงเรียน ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างเต็มศักยภาพ เช่น การฝึกการใช้กล้ามเนื้อ และระบบประสาท
- 8 รับรู้พื้นฐาน การพัฒนาเพื่อให้เด็กมีตัวตนที่แข็งแรง สร้างความผูกพันและ ไว้วางใจ ได้รับการฝึกวินัย พัฒนาให้
- 9 เรียนรู้เรื่องเพศให้ถูกต้อง คือ การวางโปรแกรมทางเพศในใจว่าจะเป็นเพศอะไรกันแน่
- 10 17)ส่งเสริมให้บุคลากรที่ทำงานด้านเด็ก เยาวชน และครอบครัว มีจำนวนมากขึ้นให้พอเพียง
- 11 และให้มีความรู้ ทักษะ และแนวปฏิบัติการสอดคล้องกับบริบทของครอบครัวและชุมชน
- 12 18)ส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม สมองและสุขภาพตามความต้องการของครอบครัว
- 13 19)สนับสนุนการมีส่วนร่วมของครอบครัว ผู้ดูแลสุขภาพ และชุมชน
- 14 20)เพิ่มความรู้ ทักษะ ให้ครอบครัว โดยมีกิจกรรมปกป้อง และส่งเสริมสุขภาพ จัดบริการที่
- 15 ความจำเป็นการดูแลสุขภาพ สนับสนุนให้ครอบครัวประสบความสำเร็จ เน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลาง คำนี้ถึงความ
- 16 ต้องการและความวิตกกังวลของครอบครัว เข้าใจภูมิหลัง ค่านิยม ความเป็นพื้นบ้าน และรูปแบบสื่อสารการเลี้ยงดู
- 17 เสริมพลังการมีส่วนร่วมและการตัดสินใจของครอบครัวในวิธีการเลี้ยงดูเด็ก เน้นความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ
- 18 ประสิทธิภาพ ผล ความปลอดภัย และความพึงพอใจ

1.1.3 เด็กวัย 6 - 12 ปี

- 20 1) เร่งพัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ในทุกกระดับ และประเภทการศึกษา โดยมุ่งเน้น
- 21 เป้าหมายนักเรียนเป็นศูนย์กลาง
- 22 2)พัฒนาคุณภาพเด็ก ให้มีนิสัยดี และให้มีความสามารถที่พอเพียง เช่น นิสัยการเคารพ วินัย
- 23 อดทน ศรัทธามั่นคงในศาสนา นิสัยการรักษาสุขภาพ ความเป็นคนซื่อตรง มีความรับผิดชอบ ไม่โอ้อวด ไม่มีมารยา
- 24 ความเป็นผู้ไม่ประมาท ความเป็นผู้มีปัญญารอบรู้ทั้งทางโลก และทางศาสนา นิสัยใฝ่รู้ สามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง
- 25 และแสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สามารถสื่อสาร คิด วิเคราะห์ แก้ปัญหา ริเริ่มสร้างสรรค์ มีจิตสาธารณะ

1 คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวม ทำงานเป็นกลุ่มได้ มีศีลธรรม (กรณี ศาสนาพุทธ) ปฏิบัติตามหลักศาสนา มีคุณธรรม
 2 (คุณธรรม คือ ความดี มุ่งถึงความดีมีเกิดขึ้นในจิต เช่น ความกตัญญู ความมีเมตตา เป็นต้น) จริยธรรม มีค่านิยม
 3 จิตสำนึกและภูมิใจในความเป็นไทย ก้าวทันโลก พัฒนาตนเองให้เป็นคนคุณภาพ มีทักษะ มีความรู้พื้นฐานที่จำเป็น
 4 มีสมรรถนะ มีความรู้ สามารถทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ มีโอกาสเรียนรู้เท่าเทียม เสมอภาค มีค่านิยมที่ถูกต้อง มี
 5 จิตสำนึก และมีความภูมิใจในความเป็นไทย ยึดมั่นในการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรง
 6 เป็นประมุข รังเกียจการทุจริตต่อต้านการซื้อสิทธิ์ขายเสียง เรียนรู้ตลอดชีวิต มีทักษะและการดำรงชีวิตอย่าง
 7 เหมาะสมโดยใช้วิถีชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สามารถปรับตัวรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง

8 3)บูรณาการความรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความคิดสร้างสรรค์
 9 สังคม และความเป็นมนุษย์ ลงในหลักสูตรการเรียนการสอน

10 4)พัฒนาการทำงานเป็นทีม และ ฝึกทักษะต่างๆให้พอเพียง (ในเด็กที่ฝึกทักษะการทำงานเป็น
 11 ทีมเยอะ เด็กต้องฝึกทักษะต่างๆมากมาย ก็จะเป็นผู้ที่สามารถประกอบตัวได้ดีในสังคม)

12 5)ในเด็ก 6-12 ปี นอกจากฝึกทักษะการทำงานเป็นทีม และ ฝึกทักษะต่างๆ ควรกำหนดเป้าหมาย
 13 ของ **ทักษะพื้นฐาน (basic requirements)** ของเด็กที่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาอย่างชัดเจนทั้งประเทศ ได้แก่
 14 ทักษะสำหรับการออกไปดำรงชีวิตในโลกในศตวรรษที่ 21 ที่เปลี่ยนไปจากศตวรรษที่ 20 และ 19 โดย ทักษะแห่ง
 15 ศตวรรษที่ 21 ที่สำคัญที่สุด คือ **ทักษะการเรียนรู้ (Learning Skill) และนวัตกรรม** สาระวิชาหลัก (Core Subjects)
 16 ประกอบด้วย ภาษาแม่ และภาษาสำคัญของโลก ศิลปะ คณิตศาสตร์ การปกครองและหน้าที่พลเมือง เศรษฐศาสตร์
 17 วิทยาศาสตร์ ภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ โดยสอดแทรกทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 เข้าไปในทุกวิชาแกนหลัก ดังนี้
 18 ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ต้อง**มีความรู้เกี่ยวกับโลก (Global Awareness)** ความรู้เกี่ยวกับการเงิน เศรษฐศาสตร์ ธุรกิจ
 19 และการเป็นผู้ประกอบการ (Financial, Economics, Business and Entrepreneurial Literacy) ความรู้ด้านการเป็น
 20 พลเมืองที่ดี (Civic Literacy) มีทักษะสังคมและความเป็นมนุษย์ ความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ความรู้ด้าน
 21 สิ่งแวดล้อม (Environmental Literacy) **ทักษะด้านการเรียนรู้และนวัตกรรม** จะเป็นตัวกำหนดความพร้อมของ
 22 นักเรียนเข้าสู่โลกการทำงานที่มีความซับซ้อนมากขึ้นในปัจจุบัน ได้แก่ ความริเริ่มสร้างสรรค์และนวัตกรรม การคิด
 23 อย่างมีวิจารณญาณและการแก้ปัญหา การสื่อสารและการร่วมมือ **ทักษะด้านสารสนเทศ สื่อ และเทคโนโลยี**
 24 เนื่องด้วยในปัจจุบันมีการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารผ่านทางสื่อและเทคโนโลยีมากมาย ผู้เรียนจึงต้องมีความสามารถในการ
 25 การแสดงทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณและปฏิบัติงานได้หลากหลาย โดยอาศัยความรู้ในหลายด้าน ดังนี้ ความรู้

- 1 ด้านสารสนเทศ ความรู้เกี่ยวกับสื่อ ความรู้ด้านเทคโนโลยี ทักษะด้านชีวิตและอาชีพ เมื่อโตขึ้นเป็นเด็กโตและก่อน
 2 พันวัยรุ่น เด็กทุกคนต้องฝึกทักษะ ที่สำคัญมากสองประการ ประการที่หนึ่ง คือ “ ต้องทำในสิ่งที่ต้องทำแม้ว่าจะไม่
 3 อยากทำ ” เช่น ไม่อยากเรียน ไม่อยากทอหนังสือ ไม่อยากสอบ ก็ต้องทำแม้ว่าจะไม่ อยาก ประการที่สอง คือ “ มี
 4 ความสามารถตนเองออกจากความสนุกและสิ่งเขี้ยววน ” เช่น แม้การเล่นคอมพิวเตอร์เกมสจะสนุกสนาน
 5 เพียงไร แต่ถ้าตนเองมีอะไรต้องรับผิดชอบก็ต้องกลับไปทำ แม้ว่าหนุ่มหล่อสาวงามตรงหน้าจะนำพิศواسมาไม่น้อย
 6 เพียงไร ก็ต้องรู้จักหยุดหรือป้องกันตัวให้ปลอดภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น ในการดำรงชีวิตและ
 7 ทำงานในยุคปัจจุบันให้ประสบความสำเร็จ นักเรียนจะต้องพัฒนาทักษะชีวิตที่สำคัญดังต่อไปนี้ ความยืดหยุ่นและ
 8 การปรับตัว การริเริ่มสร้างสรรค์และเป็นตัวของตัวเอง ทักษะสังคมและสังคมข้ามวัฒนธรรม การเป็นผู้สร้างหรือ
 9 ผู้ผลิต (Productivity) และความรับผิดชอบต่อเชื่อถือได้ (Accountability) ภาวะผู้นำและรับผิดชอบต่อ
 10 (Responsibility) **ทักษะของคนในศตวรรษที่ 21** ที่ทุกคนจะต้องเรียนรู้ตลอดชีวิต คือ การเรียนรู้ 3R x 7C **3R** คือ
 11 Reading (อ่านออก), (W)Riting (เขียนได้)อย่างเข้าใจ, และ (A)Rithematics (คิดเลขเป็น) **7C** ได้แก่ Critical Thinking
 12 and Problem Solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมี วิจารณ์ญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา) Creativity and
 13 Innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์ และนวัตกรรม) Cross-cultural Understanding (ทักษะด้านความเข้าใจความ
 14 ต่างวัฒนธรรม ต่าง กระจบวนทัศน์) Collaboration, Teamwork and Leadership (ทักษะด้านความร่วมมือ การทำงาน
 15 เป็นทีม และภาวะผู้นำ ในเด็กที่ถูกฝึกทักษะการทำงานเป็นทีมเยอะ เด็กต้องฝึกทักษะต่างๆมากมาย ก็จะเป็นผู้ที่
 16 สามารถประกอบตัวได้ดีในสังคม)Communications, Information, and Media Literacy (ทักษะด้านการสื่อสาร
 17 สารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ) Computing and ICT Literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์ และเทคโนโลยี สารสนเทศและ
 18 การสื่อสาร) Career and Learning Skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้) ทักษะการจัดการ ทักษะการใช้เหตุผล
 19 ทักษะด้านดนตรีและศิลปะ ฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ วายน้ำเป็น จีจรรย์ยานเป็น ใ้
 20 คอมพิวเตอร์สัมผัสไทย/อังกฤษได้ ร้องเพลง เล่นดนตรี เล่นกีฬา ใช้ภาษาต่างประเทศอย่างน้อยหนึ่งภาษา มีการ
 21 เตรียมอาชีพหลังจบการศึกษา สนใจสิ่งแวดล้อม และ รู้และเข้าใจเรื่องธรรมชาติของร่างกาย เพศศึกษา เป็นต้น ซึ่ง
 22 จะต้องมีมาตรฐานและการประเมินที่เหมาะสม หลักสูตรการเรียนการสอนที่เหมาะสม การพัฒนาครูในศตวรรษที่ 21
 23 สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้
 24 6)ปัญหาที่ต้องเร่งรัดแก้ไข เช่น เด็กท้องก่อนวัยอันควร เด็กติดเกมส์/สิ่งเสพติด ติดการพนัน
 25 ใช้ความรุนแรง เป็นต้น
 26 7)ใช้การปฏิบัติธรรม นำการศึกษา แก้ปัญหาหายเสพติด ขจัดทุจริตคอร์รัปชัน

- 1 8) ให้นำบูรณาการด้านการศึกษาเพื่อการมีงานทำ โดยบูรณาการภาคประชาสังคม ภาคเอกชน
- 2 รวมทั้งส่วนราชการอื่นๆ เพื่อให้ตลาดในพื้นที่ครบวงจร หลักสูตรคิดเป็น ทำเป็น ลดหลักสูตรท่องจำ รู้ด้วยความ
- 3 เข้าใจ ใช้ปัญญา จินตนาการอย่างไม่มีสิ้นสุด
- 4 9) เพิ่มโอกาสทางการศึกษาให้เด็กทุกคนอย่างเท่าเทียม ให้เด็กได้รับโอกาสในการพัฒนาเต็มตาม
- 5 ศักยภาพ
- 6 10) ผลิตและพัฒนาครู คณาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษาทั้งระบบ ให้สามารถสร้างการเรียนรู้
- 7 ได้อย่าง
- 8 มีคุณภาพและมาตรฐาน และให้มีคุณธรรม และมีคุณภาพชีวิต พัฒนาให้ครู และคณาจารย์ ให้เป็นผู้อำนวยการให้ผู้เรียน
- 9 เกิดการเรียนรู้ พัฒนาวิชาชีพครู ให้เป็นวิชาชีพที่มีคุณค่ามีระบบ กระบวนการผลิต และพัฒนาครู คณาจารย์ และ
- 10 บุคลากรทางการศึกษาที่มีคุณภาพมาตรฐาน เหมาะสมกับเป็นวิชาชีพชั้นสูง สามารถดึงดูดคนเก่งและดี มีใจรัก มา
- 11 เป็นครู มีปริมาณเพียงพอ และสามารถจัดการเรียนการสอนได้อย่างมีคุณภาพ สามารถพัฒนาตนเองและแสวงหา
- 12 ความรู้อย่างต่อเนื่อง มีสภาวะวิชาชีพที่เข้มแข็ง บริหารจัดการตามหลักธรรมาภิบาล ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี
- 13 11) พัฒนาการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อให้เกิดการศึกษาทัดเทียมนานาชาติ
- 14 12) ส่งเสริมให้เอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และทุกภาคส่วนเข้ามาร่วมจัดและสนับสนุน
- 15 การศึกษามากขึ้น เพื่อสร้างทุนปัญญาของชาติ
- 16 13) จัดทำข้อมูลประเด็นด้านการศึกษาและการพัฒนากำลังคนให้ถูกต้องตามความเป็นจริงและ
- 17 เป็นปัจจุบัน
- 18 14) การปฏิรูปการศึกษาให้เป็นที่ยอมรับในระดับสากลและสอดคล้องกับความต้องการของ
- 19 ประเทศ
- 20 15) เพิ่มขีดความสามารถของทรัพยากรมนุษย์เพื่อรองรับการเปิดเสรีประชาคมอาเซียน
- 21 16) ส่งเสริมให้สถาบันทางสังคม และชุมชนท้องถิ่นมีความเข้มแข็ง สามารถปรับตัวรู้เท่าทันการ
- 22 เปลี่ยนแปลงและมีบทบาทหลักในการพัฒนาคนคุณภาพ
- 23 17) พัฒนาเด็กอย่างเป็นองค์รวมทั้งทางกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ คุณธรรม จริยธรรม

1 18) ส่งเสริมให้เด็ก เยาวชน และครอบครัว มีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง รู้จักป้องกันตนเองจาก
 2 โรค และ สิ่งเสพติด ตามแผนนโยบาย 3 อ. ของกระทรวงสาธารณสุข คือ ออกกำลังกาย อารมณ์ดี รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ส่งเสริมการรับประทานอาหาร เครื่องดื่มที่มีรสหวาน และขนมขบเคี้ยว รวมทั้งมีการเฝ้า
 3 ระวังภาวะโภชนาการ การออกกำลังกายของเด็กและเยาวชนอย่างสม่ำเสมอ

5 19) ส่งเสริมให้มีการหาบททวนในกรณีที่เด็กมีปัญหาการเรียน โดยการหาสาเหตุ ตามแนวทาง
 6 การดูแลเด็กตามวัย โดยใช้การประเมินสุขภาพและปัญหาทั่วไป เช่น ปัญหาการเลี้ยงดู ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญ การ
 7 ตรวจร่างกาย ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู การคัดกรอง สายตา การได้ยิน โรคสมาธิสั้น โรค
 8 บกพร่องทางการเรียนรู้ (Learning Disability) โรค Autistic ภาวะปัญญาอ่อน (Mental Retardation) การตรวจค่า
 9 ความเข้มข้นของเลือด อาจวัดระดับตะกั่ว ในกรณีที่มีข้อบ่งชี้ พร้อมกับให้มีการส่งต่อถ้าพบความผิดปกติ และมี
 10 กระบวนการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล

11 20) พัฒนามาตรฐานและระบบประกันคุณภาพการศึกษา ทั้งระบบประกันคุณภาพภายใน และ
 12 ระบบประกันคุณภาพภายนอกคุณภาพชีวิต พัฒนาให้ครู และคณาจารย์ ให้เป็นผู้อำนวยความสะดวกให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้
 13 พัฒนาวิชาชีพครู ให้เป็นวิชาชีพที่มีคุณค่ามีระบบ กระบวนการผลิต และพัฒนาครู คณาจารย์ และบุคลากรทางการ
 14 ศึกษาที่มีคุณภาพมาตรฐาน เหมาะสมกับเป็นวิชาชีพชั้นสูง สามารถดึงดูดคนเก่งและดี มีใจรัก มาเป็นครู มีปริมาณ
 15 เพียงพอ และสามารถจัดการเรียนการสอนได้อย่างมีคุณภาพ สามารถพัฒนาตนเองและแสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่อง
 16 มีสภานักวิชาชีพที่เข้มแข็ง บริหารจัดการตามหลักธรรมาภิบาล ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

17 21) พัฒนาคูณภาพสถานศึกษาและแหล่งเรียนรู้ โดยการพัฒนาคูณภาพสถานศึกษาทุกระดับ/
 18 ประเภทให้เป็นแหล่งเรียนรู้ที่มีคุณภาพ และพัฒนาแหล่งเรียนรู้อื่นๆ สำหรับการศึกาและการเรียนรู้ ทั้งในระบบ
 19 นอกกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต

20 22) พัฒนาคูณภาพการบริหารการศึกษา มุ่งเน้นกระจายอำนาจสู่สถานศึกษา เขตพื้นที่การศึกษา
 21 และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) รวมทั้งการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง ชุมชน ภาคเอกชน และทุกภาคส่วน
 22 มีระบบการบริหารจัดการตามหลักธรรมาภิบาล มีความโปร่งใส เป็นธรรม ตรวจสอบได้ มีการนำระบบและวิธีการ
 23 บริหารจัดการแนวใหม่มาใช้ ควบคู่กับการสร้างผู้นำการเปลี่ยนแปลง มีการบริหารจัดการการเงินและงบประมาณ
 24 ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (Demand side) โดยให้ผู้เรียนเลือกรับบริการ

1 23) บูรณาการการฝึกให้เด็กใฝ่รู้ มีทักษะและความรู้ เปลี่ยนเป้าหมายจากความรู้ ไปสู่ทักษะและ
 2 นิสัยที่ถูกต้อง เช่น ประหยัด มีวินัย ใฝ่รู้ โดยเรียนรู้ด้วยการทำกิจกรรมกลุ่ม เพื่อตอบความรู้พื้นฐาน เพื่อช่วยพัฒนา
 3 ความคิดทั้งรูปธรรม และนามธรรม

4 24) การฝึกทักษะการใช้ชีวิตโดยมีหลักสูตรครอบครัวศึกษา หลักสูตรเพศศึกษา ให้เหมาะสม
 5 และปลอดภัยตามช่วงวัย

6 25) ส่งเสริมกิจกรรม พัฒนาเด็ก และครอบครัวโดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน

7 26) ส่งเสริมเด็กให้มีภาวะโภชนาการที่เหมาะสม เน้น ธาตุเหล็ก และไอโอดีน โดยเน้นให้มีการ
 8 สื่อสารเรื่องอาหารตามวัยและพฤติกรรมบริโภคอาหารที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีการเฝ้าระวังภาวะ
 9 โภชนาการของเด็กอย่างต่อเนื่องและมีคุณภาพ

10 27) เข้มงวดให้เด็กได้รับสารไอโอดีนอย่างทั่วถึง โดยการใช้เกลือและเครื่องปรุงรสที่เสริม
 11 ไอโอดีน และอาหารที่เป็นแหล่งไอโอดีน รวมทั้งติดตามกระบวนการแก้ไขปัญหาการขาดสารไอโอดีน คุณภาพ
 12 เกลือและเครื่องปรุงรสเสริมไอโอดีน กระบวนการผลิต การบรรจุ ตลอดจนสนับสนุนการศึกษาวิจัยเรื่อง
 13 ไอโอดีนเพื่อประโยชน์ต่อการติดตามประเมินผล และวางแผนพัฒนาคุณภาพคนทั้งทางร่างกายและสติปัญญา

14 28) ส่งเสริมการสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูก หรือผู้ดูแลเด็ก เช่น ในชีวิตประจำวัน พ่อ แม่
 15 หรือผู้ดูแลเด็กได้ทำสิ่งเหล่านี้ให้ครบถ้วน คือ รู้จักลูก เชื่อมโยงผูกพันกับลูก ดูแลเอาใจใส่อารมณ์ของลูก ตอบสนอง
 16 ทางอารมณ์อย่างเหมาะสม เป็นที่พึ่งทางจิตใจของลูก

17 29) ส่งเสริมให้พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก และครอบครัวเข้าใจ ลำดับพัฒนาการของเด็ก และสามารถ ฝ้า
 18 สังเกตและสนับสนุนเด็กให้ดีที่สุดทุกช่วงของพัฒนาการ ต่อเนื่องจากอายุ แรกเกิดถึง 6 ปีให้เด็กได้รับความรัก ความ
 19 อบอุ่น เรียนรู้ที่จะไว้วางใจสิ่งแวดล้อม (Trust) ได้รับการสร้างสายสัมพันธ์กับพ่อแม่ หรือบุคคลที่มีความสำคัญใน
 20 ชีวิต ได้พัฒนาการสร้างตัวตน (SELF) และได้รับการฝึกวินัย โดยบอกลูกให้ชัดเจนว่าต้องการให้เขาทำหรือไม่ทำ
 21 อะไร มีความจริงใจกับลูก ดำเนินเฉพาะพฤติกรรมของลูกไม่ดำเนินตัวลูก ไม่ได้เถียงกับลูก เวลาคุยเรื่องความผิดของ
 22 ลูก ควรพูดอย่างสั้นและง่าย ทำโทษให้เหมาะสมกับความผิด ทำโทษให้เหมาะสมกับความผิด ควบคุมตัวเอง ไม่
 23 เหม็นลูก ยกเว้นจำเป็นจริงๆ พยายามให้แรงเสริมเชิงบวก (positive reinforcement) พยายามฝึกวินัยแบบเดียวกันทั้ง

1 ที่บ้านและที่โรงเรียน เป็นตัวอย่างที่ดี การเลี้ยงดูเด็กรวัย 6-9 ปี ให้รู้จักและภาคภูมิใจในรากเหง้าของตนเอง (Self
 2 **Realization**) และรู้สึกว่าคุณค่า โดยให้เรียนรู้ว่าหนูคือใคร เริ่มต้นด้วย Family Tree ชวนเด็กสืบค้นข้อมูล
 3 ของสมาชิกในครอบครัว เพื่อให้เด็กเข้าใจและเรียนรู้ประวัติครอบครัว เรียนรู้เข้าใจผ่านแผนที่ สร้างความภาคภูมิใจ
 4 จากวีรกรรมบรรพบุรุษ พาเด็กคิดและสัมผัสสิ่งที่เด็กมีและเป็น ศาสนา เรื่องดีๆที่บ้านเกิด ชวนคิดเรื่องภาษา
 5 ท้องถิ่น ลงมือทำอาหารประจำภาค การเลี้ยงดูเด็กรวัย 6-9 ปี ให้รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา (**Empathy**) ฝึกเด็กให้ เก่ง
 6 อารมณ์ เก่งคิด เก่งจัดการปัญหา พร้อมรับความแตกต่าง พัฒนาความฉลาดทางวัฒนธรรม ฝึกสื่อสารช่วยสื่อสาร
 7 อย่างน้อย 2 ภาษา

8 30)ส่งเสริมการพัฒนานักส่งเสริมพัฒนาการเด็ก เยาวชน และครอบครัวในชุมชนให้เพิ่มมากขึ้น

9 31)เด็กทุกคนได้รับการดูแลตามแนวทางการดูแลเด็กที่ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย

10 แนะนำ การประเมินสุขภาพและปัญหาทั่วไป ประเมินจิตใจ อารมณ์ สังคม ครอบครัวของเด็กและผู้ปกครอง และ
 11 การเลี้ยงดูเด็ก (อาจใช้แบบประเมินต้นทุนชีวิต ในแต่ละวัย ช่วงอายุ 6-12 ปี) ตรวจร่างกายตามระบบ ติดตามเฝ้าระวัง
 12 พัฒนาการ (developmental surveillance) ตรวจคัดกรองพัฒนาการ (developmental screening) ตามอายุที่กำหนด
 13 ได้รับวัคซีน ผู้เลี้ยงดูได้รับการแนะนำ เรื่อง การเลี้ยงดู ปัญหาที่พบตามวัย การส่งเสริมนิสัยที่ดี การป้องกัน
 14 อุบัติเหตุและลดความเสี่ยง ได้รับโอกาสให้ถามข้อสงสัย ได้รับการชื่นชมและให้กำลังใจ การตรวจคัดกรองความ
 15 เข้มข้นของเลือดโดยระดับฮีมาโตคริต ในช่วงอายุ 6-12 ปี ตามแนวทางที่แนะนำ

16 คำแนะนำการเลี้ยงดูเด็ก 6 – 12 ปี ให้ความรัก การเอาใจใส่ต่อตัวเด็ก ตอบสนองพอเหมาะ เป็น
 17 แบบอย่างที่ดี ปรับกฎเกณฑ์กติกาให้เหมาะสมตามวัย และให้ใกล้เคียงโรงเรียน เน้นการเสริมแรงเพื่อสร้างระเบียบ
 18 วินัย ฝึกให้เด็กคิดด้านบวก และส่งเสริมให้เด็กเป็นตัวของตัวเองเพิ่มขึ้น สนใจต่อการปรับตัวที่โรงเรียน ให้ช่วย
 19 ตนเองและผู้อื่น ให้ทำงานบ้าน เพิ่มความสามารถในการแก้ปัญหา ฝึกให้เด็กคิด ด้านบวก พัฒนาทักษะรอบด้าน
 20 ตามวัย เช่น กีฬา ดนตรี ทำงานบ้าน ทาอาหาร การใช้เครื่องมือช่าง การเดินทาง ไปด้วย เป็นต้น แนะนำพ่อแม่
 21 เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่นและการเตรียมตัวลูกก่อนเข้าสู่วัยรุ่น

22 ส่งเสริมทักษะสำคัญ ฝึกความรับผิดชอบต่อตนเอง ช่วยงานบ้านและรับผิดชอบงานที่โรงเรียน
 23 ฝึกเรื่องความอดทน อดกลั้น การตรงเวลา รักการอ่านหนังสือ ให้เผชิญหลายสภาพแวดล้อมเพื่อให้เด็กปรับตัวและ
 24 เพิ่มความสามารถในการแก้ปัญหา

25 ส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ประมาณ 8-10 ชม . ต่อวัน อาหารให้ครบ 5
 26 หมู่ หลีกเลี่ยงอาหารหวาน เค็มและไขมันสูง ออกกำลังกายสม่ำเสมอทุกวันหรือมีกิจกรรมที่ออกแรงอย่างน้อย 30

1 นาที่-1 ชั่วโมงต่อวัน สนับสนุน ช่วยเหลือด้านการเรียน ให้แบ่งเวลาเรียนให้เหมาะสม แนะนำวิธีการความเครียด
 2 แปร่งฟันและใช้ไหมขัดฟัน พิจารณาการใช้ฟลูออไรด์ พบทันตแพทย์ปีละ 1-2 ครั้ง
 3 แนะนำวิธีการสร้างความสุขและจัดการความเครียดตามวัย แนะนำเด็กตามวัยเกี่ยวกับการเข้าสู่วัยรุ่น เช่น การ
 4 เปลี่ยนแปลงทางร่างกาย การมีประจำเดือน ผื่นเปื่อย การควบคุมอารมณ์และความรู้สึกทางเพศ การดูแลส่วนลับของ
 5 ร่างกายบริเวณภายใต้ชุดชั้นใน

6 **โรงเรียนและการเรียน** ผู้ปกครองควรติดตาม ฝึกสอนและส่งเสริมทักษะด้านการอ่านเขียน
 7 หนังสือและการคิดคำนวณ ทุกวัน จัดหาที่สงบให้เด็กได้ทำการบ้าน และทบทวนบทเรียน พัฒนาความสามารถใน
 8 การเล่นกับเพื่อน การคบเพื่อน ส่งเสริมการปรับตัวในหลายสถานการณ์ พิจารณาแผนการเรียนรู้เฉพาะบุคคลในราย
 9 ที่มีปัญหาการเรียน สร้างนิสัยชอบค้นคว้าหาความรู้ จากแหล่งต่างๆ ฝึกการเลือก คบเพื่อน การสร้าง
 10 สัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อน พัฒนาความสามารถรอบด้าน การทำกิจกรรมทั้งในและนอกหลักสูตร พิจารณาแผนการ
 11 เรียนรู้เฉพาะบุคคลในรายที่มีปัญหาการเรียน ส่งเสริมทักษะตามวัย พัฒนาความสามารถรอบด้าน การทำ
 12 กิจกรรมทั้งในและนอกหลักสูตร

13 **การป้องกันอุบัติเหตุและลดความเสี่ยง** กำหนดเวลาดูโทรทัศน์ ใช้คอมพิวเตอร์ และจอทุก
 14 ประเภท ไม่เกิน 1-2 ชั่วโมงต่อวัน โดย เลือกรายการให้เหมาะสมกับวัย นั่งดูร่วมกับเด็กและมีการพูดคุยชี้แนะ ควรใช้
 15 เวลาส่วนใหญ่ทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกับเด็ก สอนให้ว่ายน้ำและให้รู้จักประเมินความเสี่ยงในการลงเล่นน้ำในแหล่งน้ำ
 16 ธรรมชาติหรือแหล่งน้ำสาธารณะ ฝึกให้ใช้จักรยานเมื่ออายุมากกว่า 5 ปี อย่างถูกวิธีและปลอดภัย (ใช้จักรยานริมทาง
 17 ขับไม่สวนทาง ทำตามกฎจราจร) ส่งเสริมการใช้หมวกนิรภัยทุกครั้งที่ใช้จักรยาน ป้องกันอุบัติเหตุจราจร เช่น ใช้
 18 หมวกนิรภัยทุกครั้งที่ใช้ โดยสารรถจักรยานยนต์ ไม่ให้เด็กโดยสารนั่งหรือยืนด้านหลังรถกระบะ เด็กที่อายุน้อยกว่า 9 ปี
 19 ต้องใช้ที่นั่งเสริมให้สูงพอที่จะใช้เข็มขัดนิรภัย สอนเด็กไม่รับของหรือไปกับคนแปลกหน้า ไม่ปล่อยให้เด็กอยู่กับ
 20 คนแปลกหน้าตามลำพัง หรือปฏิบัติโดยมิชอบต่อร่างกายสอนให้เด็กป้องกันตัวและบอก เมื่อมีผู้อื่นมากระทำหรือ
 21 ปฏิบัติโดยมิชอบต่อร่างกาย และ สอนเด็กไม่รับของหรือไปกับคนแปลกหน้า ให้อยู่ในบริเวณที่ปลอดภัยที่ลูก
 22 กำหนดไว้

23 เมื่อเด็กอายุ 10 ปี สอนวิธีการเดินถนนปลอดภัย เดินบนทางเท้า ข้ามบนทางข้ามที่มีผู้ใหญ่ช่วย
 24 หรือมีสัญญาณไฟข้าม หรือมีสะพานทางข้ามเท่านั้น ไม่ปล่อยให้เด็กดิ้น หรือ ทะเลาะกัน ฝึกให้เด็กจัดการความ
 25 ขัดแย้งอย่างเหมาะสม ด้วยวิธีการที่ไม่ใช้ความรุนแรง เช่น ขอโทษ แก้ไขสิ่งที่ผิด เป็นต้น ปกป้องเด็กจากบุคคลเสพ
 26 ยาเสพติด บุคคลที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์ บุคคลที่เสพติดทางเพศ หรือเมา หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ หลีกเลี่ยง
 27 การคบหากับผู้ใหญ่หรือเพื่อนต่างเพศที่บอกให้เด็กพูดโกหกเรื่องความสัมพันธ์ต่อพ่อแม่หรือผู้ปกครอง

1 เมื่อเด็กอายุ 11 ปี

2 **การเลี้ยงดู** ทำความเข้าใจพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น โดยวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย
3 และพัฒนาการทางเพศอย่างชัดเจนทำให้วัยรุ่นมีความกังวลเรื่องรูปร่าง หน้าตา รวมทั้งเรื่องการเมืองประจําเดือนหรือฝัน
4 เปียกได้ พ่อแม่ควรรับฟัง เข้าใจความรู้สึกของลูกรู้สึก และอธิบายให้วัยรุ่นเข้าใจ ชื่นชมพ่อแม่ที่ปรับวิธีการเลี้ยงให้
5 เหมาะกับวัยรุ่นและเป็นแบบอย่างที่ดี เป็นที่ปรึกษาและชี้แนะวัยรุ่นได้เหมาะสม สนับสนุนเรื่องการพัฒนาความคิด
6 การแก้ปัญหา การเรียน ความสามารถรอบด้านและการทำกิจกรรมต่างๆ ยามว่าง ส่งเสริมให้แสดงความคิดเห็นของ
7 ตนเอง ปลูกฝังการมีจิตสาธารณะ ปรับกติกายในบ้านให้เหมาะสมกับวัยรุ่น มอบงานที่เหมาะสมให้รับผิดชอบ

8 **ส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี** นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ประมาณ 8-9 ชม.ต่อวัน อาหารให้ครบ 5 หมู่
9 และได้รับแคลเซียมเพียงพอ 1000-1300 มก.ต่อวัน รวมทั้งได้พลังงานเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย โดย
10 วัยรุ่นหญิงควรได้ 1600-1800 กิโลแคลอรีต่อวัน ส่วนวัยรุ่นชายควรได้ 1800-2200 กิโลแคลอรีต่อวัน ออกกำลังกาย
11 สม่ำเสมอทุกวันหรือมีกิจกรรมที่ออกแรงอย่างน้อย 1 ชม.ต่อวัน ใช้เวลากับคอมพิวเตอร์ สื่อบางจอทุกประเภท ไม่
12 เกิน 2 ชม.ต่อวัน

13 สนับสนุนช่วยเหลือด้านการเรียน ให้แบ่งเวลาเรียนให้เหมาะสม แนะนำวิธีการความเครียด พบทันตแพทย์ปีละ 2
14 ครั้ง

15 **แนวทางลดความเสี่ยง** งดหรือหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับผู้ที่
16 ความเสี่ยงเรื่องเพศให้แนะนำวิธีป้องกันการตั้งครรภ์และการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ งดหรือหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่
17 ดื่มแอลกอฮอล์ และใช้สารเสพติดทุกชนิด กรณีที่ใช้อยู่แนะนำให้ลดการใช้และป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น
18 ได้ หลีกเลี่ยงสถานการณ์อันตรายต่อการถูกรายร้าย หรือถูกล่วงละเมิด ฝึกการปฏิเสธและการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าใน
19 สถานการณ์ที่เสี่ยงสูง ไม่ใช้ความรุนแรงเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริมการปฏิบัติตามกฎจราจร สวมหมวกนิรภัยหรือคาด
20 เข็มขัดนิรภัยทุกครั้งที่ใช้

21 32) เด็กที่มีพัฒนาการไม่สมวัยให้ได้รับการส่งต่อเพื่อดูแลต่อเนื่องตามมาตรฐาน

22 33) เด็กที่มีความเสี่ยงต่อปัญหาอึคิ้ว ปัญหาการเรียน ให้ได้รับการดูแลต่อเนื่องตามเกณฑ์ที่
23 กำหนด มาตรการ - parenting educations

24 34)เสริมสภาพแวดล้อมในการสอนพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครอบครัว ให้เลี้ยงดูตั้งแต่ที่บ้านจนถึง
25 โรงเรียน ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างเต็มศักยภาพ เช่น การฝึกการใช้กล้ามเนื้อ และระบบประสาท

1 รับรู้พื้นฐาน การพัฒนาเพื่อให้เด็กมีตัวตนที่แข็งแรง สร้างความผูกพันและ ใ่ว่างใจ ฝึกการทำงานเป็นทีม และ
 2 ฝึกทักษะต่างๆ ที่เป็นพื้นฐาน (basic requirements) ของเด็กที่ระดับประถมศึกษา ตั้งแต่ กล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก
 3 การเขียน การวาดรูป การช่วยเหลือตัวเอง ภาษา การสื่อสาร การอ่าน เซาว์นปัญญา อารมณ์ คุณธรรม ทักษะ
 4 สังคม การปฏิบัติตามกฎระเบียบ การมองตัวเอง ทักษะเรื่องเพศที่ถูกต้อง การรักษาสัมพันธ์ภายในครอบครัว

5 35) ส่งเสริมให้บุคลากรที่ทำงานด้านเด็ก เยาวชน และครอบครัว มีจำนวนมากขึ้นให้พอเพียง
 6 และให้มีความรู้ ทักษะ และแนวปฏิบัติที่สอดคล้องกับบริบทของครอบครัวและชุมชน

7 36) ส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม สมองและสุขภาพตามความต้องการของครอบครัว

8 37) สนับสนุนการมีส่วนร่วมของครอบครัว ผู้ดูแลสุขภาพ และชุมชน

9 38) เพิ่มความรู้ ทักษะ ให้ครอบครัว โดยมีกิจกรรมปกป้อง และส่งเสริมสุขภาพ จัดบริการที่
 10 ความจำเป็นการดูแลสุขภาพ สนับสนุนให้ครอบครัวประสบความสำเร็จ เน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลาง คำนึงถึงความ
 11 ต้องการและความวิตกกังวลของครอบครัว เข้าใจภูมิหลัง ค่านิยม ความเป็นพื้นบ้าน และรูปแบบสื่อสารการเลี้ยงดู
 12 เสริมพลังการมีส่วนร่วมและการตัดสินใจของครอบครัวในวิธีการเลี้ยงดูเด็ก เน้นความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ
 13 ประสิทธิภาพ ผลกระทบ และความพึงพอใจ

14 39) ส่งเสริมการจัดการศึกษา อบรม และเรียนรู้ของสถาบันศาสนา และสถาบันทางสังคม ทั้ง
 15 การศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย

16 **1.1.4 เด็กวัย 13 - 17 ปี**

17 1) กลยุทธ์และข้อเสนอแนะทั่วไป ต่อยอดจาก เด็กวัย 6 - 12 ปี

18 2) ส่งเสริมเยาวชนให้มีความรู้และมีทักษะสามารถใช้ชีวิตในทางที่ถูก ให้รู้ทิศทางของตนเอง คือ
 19 รู้ว่าตัวเองมีเอกลักษณ์เป็นอย่างไร รู้ว่าโตขึ้นจะทำงานอะไร หาเลี้ยงชีพแบบไหน รู้วิธีสร้างสัมพันธ์กับเพศตรง
 20 ข้ามอย่างถูกต้อง เป็นวัยรุ่นที่มีทิศทางที่ถูกต้อง เมื่อเป็นวัยรุ่นที่มีทิศทางที่ถูกต้อง ก็จะไม่เป็นวัยรุ่นที่ทำร้ายตนเอง
 21 และไม่เสพสุขด้วยความเร็ว เช่น ยาเสพติด เกมส์ หรือเพศสัมพันธ์ ให้เรียนรู้ครอบครัวศึกษา เพศศึกษา พฤติกรรม
 22 อนามัยเจริญพันธุ์ และสุขภาวะทางเพศที่เหมาะสมและปลอดภัย การเตรียมความพร้อมที่จะเป็นพ่อแม่ทั้งด้านรายได้
 23 จิตใจ รวมทั้งปรัชญาการมีลูก และการเลี้ยงดูลูก

1 3) ส่งเสริมให้มีนักแนะแนวมืออาชีพ อย่างทั่วถึงทุกเขตการศึกษา และเพิ่มคนทำงานด้านเด็ก
 2 เยาวชน และครอบครัวให้เพียงพอ เพื่อช่วยสร้างกิจกรรมพัฒนาเด็ก เยาวชน และครอบครัว เพื่อ ป้องกันแก้ไขปัญหา
 3 เด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหา ทั้งในโรงเรียน ครอบครัว และชุมชน

4 4) มุ่งเน้นการสืบค้นและจัดระบบข้อมูลของกลุ่มเด็กที่ไม่อยู่ในโรงเรียนภาคบังคับ (เด็กออก
 5 กลางคัน) ในทุกพื้นที่ ควบคู่กับการสนับสนุนความช่วยเหลือตามจำเป็นอย่างทั่วถึงเพื่อให้ได้รับการคุ้มครอง และ
 6 พัฒนา อาทิ การศึกษานอกระบบ การศึกษาตามอัธยาศัย การมีงานทำทั้งระบบ (ฝึกอาชีพ พัฒนาฝีมือแรงงาน จัดหา
 7 งาน คุ้มครองแรงงาน การประกอบอาชีพอิสระ)

8 5)พัฒนาคุณภาพเด็ก ให้มีนิสัยดีและมีความสามารถที่พอเพียง เช่นนิสัยการเคารพ วินัย อดทน
 9 ศรัทธามั่นคงในศาสนา นิสัยการรักษาสุขภาพ ความเป็นคนซื่อตรง มีความรับผิดชอบ ไม่โอ้อวด ไม่มีมารยา ความ
 10 เป็นผู้ไม่ประมาท ความเป็นผู้มีปัญญารอบรู้ทั้งทางโลก และทางศาสนา นิสัยใฝ่รู้ สามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง และ
 11 แสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สามารถสื่อสาร คิด วิเคราะห์ แก้ปัญหา ริเริ่มสร้างสรรค์ มีจิตสาธารณะ
 12 คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวม ทำงานเป็นกลุ่มได้ มีศีลธรรม (กรณี ศาสนาพุทธ) ปฏิบัติตามหลักศาสนา มีคุณธรรม
 13 (คุณธรรม คือ ความดี มุ่งถึงความดีมีเกิดขึ้นในจิต เช่น ความกตัญญู ความมีเมตตา เป็นต้น) จริยธรรม มีค่านิยม
 14 จิตสำนึกและภูมิใจในความเป็นไทย ก้าวทันโลก พัฒนาตนเองให้เป็นคนคุณภาพ มีทักษะ มีความรู้พื้นฐานที่จำเป็น
 15 มีสมรรถนะ มีความรู้ สามารถทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ มีโอกาสเรียนรู้เท่าเทียม เสมอภาค มีค่านิยมที่ถูกต้อง มี
 16 จิตสำนึก และมีความภูมิใจในความเป็นไทย ยึดมั่นในการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรง
 17 เป็นประมุข รังเกียจการทุจริตต่อต้านการซื้อสิทธิ์ขายเสียง เรียนรู้ตลอดชีวิต มีทักษะและการดำรงชีวิตอย่าง
 18 เหมาะสมโดยใช้วิถีชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สามารถปรับตัวรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง

19 6)บูรณาการความรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความคิดสร้างสรรค์
 20 สังกม และความเป็นมนุษย์ ลงในหลักสูตรการเรียนการสอน

21 7)ในเด็ก 13-17 ปี นอกจากฝึกทักษะการทำงานเป็นทีม และ ฝึกทักษะต่างๆ ควรกำหนด
 22 เป้าหมายของ

23 **ทักษะพื้นฐาน (basic requirements)** ของเด็กที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาอย่างชัดเจนทั้ง
 24 ประเทศ ได้แก่ ทักษะสำหรับการออกไปดำรงชีวิตในโลกในศตวรรษที่ 21 ที่เปลี่ยนไปจากศตวรรษที่ 20 และ 19

1 โดย ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ที่สำคัญที่สุด คือ ทักษะการเรียนรู้ (Learning Skill) และนวัตกรรม สารวิชาหลัก
 2 (Core Subjects) ประกอบด้วย ภาษาแม่ และภาษาสำคัญของโลก ศิลปะ คณิตศาสตร์ การปกครองและหน้าที่พลเมือง
 3 เศรษฐศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ โดยสอดแทรกทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 เข้าไปในทุกวิชาแกน
 4 หลัก ดังนี้ ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ต้องมีความรู้เกี่ยวกับโลก (Global Awareness) ความรู้เกี่ยวกับการเงิน
 5 เศรษฐศาสตร์ ธุรกิจ และการเป็นผู้ประกอบการ (Financial, Economics, Business and Entrepreneurial Literacy)
 6 ความรู้ด้านการเป็นพลเมืองที่ดี (Civic Literacy) มีทักษะสังคมและความเป็นมนุษย์ ความรู้ด้านสุขภาพ (Health
 7 Literacy) ความรู้ด้านสิ่งแวดล้อม (Environmental Literacy) ทักษะด้านการเรียนรู้และนวัตกรรม จะเป็นตัวกำหนด
 8 ความพร้อมของนักเรียนเข้าสู่โลกการทำงานที่มีความซับซ้อนมากขึ้นในปัจจุบัน ได้แก่ ความริเริ่มสร้างสรรค์และ
 9 นวัตกรรม การคิดอย่างมีวิจารณญาณและการแก้ปัญหา การสื่อสารและการร่วมมือ ทักษะด้านสารสนเทศ สื่อ และ
 10 เทคโนโลยี เนื่องด้วยในปัจจุบันมีการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารผ่านทางสื่อและเทคโนโลยีมากมาย ผู้เรียนจึงต้องมี
 11 ความสามารถในการแสดงทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณและปฏิบัติงานได้หลากหลาย โดยอาศัยความรู้ในหลาย
 12 ด้าน ดังนี้ ความรู้ด้านสารสนเทศ ความรู้เกี่ยวกับสื่อ ความรู้ด้านเทคโนโลยี ทักษะด้านชีวิตและอาชีพ ในการ
 13 ดำรงชีวิตและทำงานในยุคปัจจุบันให้ประสบความสำเร็จ นักเรียนจะต้องพัฒนาทักษะชีวิตที่สำคัญดังต่อไปนี้ ความ
 14 ยืดหยุ่นและการปรับตัว การริเริ่มสร้างสรรค์และเป็นตัวของตัวเอง ทักษะสังคมและสังคมข้ามวัฒนธรรม การเป็น
 15 ผู้สร้างหรือผู้ผลิต (Productivity) และความรับผิดชอบเชื่อถือได้ (Accountability) ภาวะผู้นำและความรับผิดชอบ
 16 (Responsibility) ทักษะของคนในศตวรรษที่ 21 ที่ทุกคนจะต้องเรียนรู้ตลอดชีวิต คือ การเรียนรู้ 3R x 7C 3R คือ
 17 Reading (อ่านออก), (W)Riting (เขียนได้อย่างเข้าใจ, และ (A)Rithematics (คิดเลขเป็น) 7C ได้แก่ Critical Thinking
 18 and Problem Solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมี วิจารณ์ญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา) Creativity and
 19 Innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์ และนวัตกรรม) Cross-cultural Understanding (ทักษะด้านความเข้าใจความ
 20 ต่างวัฒนธรรม ต่าง
 21 กระทบกัน) Collaboration, Teamwork and Leadership (ทักษะด้านความร่วมมือ การทำงานเป็นทีม และภาวะ
 22 ผู้นำ ในเด็กที่ถูกฝึกทักษะการทำงานเป็นทีมเยอะ เด็กต้องฝึกทักษะต่างๆมากมาย ก็จะเป็นผู้ที่สามารถประกอบตัวได้
 23 ดีในสังคม)Communications, Information, and Media Literacy (ทักษะด้านการสื่อสาร สารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)
 24 Computing and ICT Literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์ และเทคโนโลยี สารสนเทศและการสื่อสาร) Career and
 25 Learning Skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้) ทักษะการจัดการ ทักษะการใช้เหตุผล ทักษะด้านดนตรีและ
 26 ศิลปะ ฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ ว่ายน้ำเป็น จักรยานเป็น ใช้คอมพิวเตอร์สัมผัสไทย/

1 อังกฤษได้ ร้องเพลง เล่นดนตรี เล่นกีฬา ใช้ภาษาต่างประเทศอย่างน้อยหนึ่งภาษา มีการเตรียมอาชีพหลังจบ
 2 การศึกษา สนใจสิ่งแวดล้อม และ รู้และเข้าใจเรื่องธรรมชาติของร่างกาย เพศศึกษา เป็นต้น ซึ่งจะต้องมีมาตรฐาน
 3 และการประเมินที่เหมาะสม หลักสูตรการเรียนการสอนที่เหมาะสม การพัฒนาครูในศตวรรษที่ 21 สภาพแวดล้อมที่
 4 เหมาะต่อการเรียนรู้

5 8) การฝึกทักษะการใช้ชีวิต โดยมีหลักสูตรครอบครัวศึกษา หลักสูตรเพศศึกษา ให้เหมาะสมและ
 6 ปลอดภัยตามช่วงวัย ฝึกทักษะการสร้างสัมพันธภาพกับเพศตรงข้าม และทักษะทางสังคมที่ถูกต้อง โดย
 7 สร้างอัตลักษณ์ทางเพศ อัตลักษณ์ทางสังคม ที่ถูกต้อง

8 9)ผลิตและพัฒนาครู คณาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษาทั้งระบบ ให้สามารถสร้างการเรียนรู้
 9 ได้อย่างมีคุณภาพและมาตรฐาน และให้มีคุณธรรม และมีคุณภาพชีวิต พัฒนาให้ครู และคณาจารย์ ให้เป็นผู้อำนวยให้
 10 ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ พัฒนาวิชาชีพครู ให้เป็นวิชาชีพที่มีคุณค่ามีระบบ กระบวนการผลิต และพัฒนาครู คณาจารย์
 11 และบุคลากรทางการศึกษาที่มีคุณภาพมาตรฐาน เหมาะสมกับเป็นวิชาชีพชั้นสูง สามารถดึงผู้คนเก่งและดี มีใจรัก
 12 มาเป็นครู มีปริมาณเพียงพอ และสามารถจัดการเรียนการสอนได้อย่างมีคุณภาพ สามารถพัฒนาตนเองและแสวงหา
 13 ความรู้อย่างต่อเนื่อง มีสภาวะวิชาชีพที่เข้มแข็ง บริหารจัดการตามหลักธรรมาภิบาล ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

14 10) ส่งเสริมการสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูก หรือผู้ดูแลเด็ก เช่น ในชีวิตประจำวัน พ่อ แม่
 15 หรือผู้ดูแลเด็กได้ทำสิ่งเหล่านี้ให้ครบถ้วน คือ รู้จักลูก เชื่อมโยงผูกพันกับลูก ดูแลเอาใจใส่อารมณ์ของลูก ตอบสนอง
 16 ทางอารมณ์อย่างเหมาะสม เป็นที่พึ่งทางจิตใจของลูก

17 11) ส่งเสริมให้พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก และครอบครัวเข้าใจ ลำดับพัฒนาการของเด็ก และสามารถ ฝ้า
 18 สังเกตและสนับสนุนเด็กให้ดีที่สุดทุกช่วงของพัฒนาการ ให้เด็กได้รับความรัก ความอบอุ่น เรียนรู้ที่จะไว้วางใจ
 19 สิ่งแวดล้อม (Trust) ได้รับการสร้างสายสัมพันธ์กับพ่อแม่ หรือบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต ได้พัฒนาการสร้าง
 20 ตัวตน (SELF)และได้รับการฝึกวินัย โดยให้ความรู้กับลูกมากกว่าออกคำสั่ง เป้าหมายที่สำคัญในการฝึกวินัยรุ่น คือ
 21 ให้เด็กมีวินัยในตนเอง ทำความเข้าใจกับพฤติกรรมของวัยรุ่น ถึงแม้จะไม่เห็นด้วย ใช้วิธีลงโทษเฉพาะสถานการณ์ที่
 22 ร้ายแรงจริงๆ ระวังดะวังคำพูด ไม่ตั้งกฎเกณฑ์มากเกินไป หนักแน่นและสม่ำเสมอในการฝึกระเบียบวินัย สำหรับ
 23 วัยรุ่นผู้ปกครองไม่ควรออกคำสั่งอยู่อย่างเดียว ควรเจรจาปรองดองกัน ควรฟังลูก อย่าคอยแต่ตัดสินลงโทษ แต่
 24 ผู้ปกครองควรเป็นคนตัดสินปัญหาในตอนสุดท้าย ในการออกกฎระเบียบหรือตัดสินปัญหาต่าง ๆ นั้น ผู้ปกครอง

1 จำเป็นจะต้องแสดงถึงสิทธิอำนาจของผู้ปกครองด้วยเช่นกัน อย่างลัวที่จะแสดงให้เด็กเห็นว่า ในฐานะผู้ปกครอง คุณ
 2 มีสิทธิที่จะควบคุมเด็กแต่จงทำอย่างหนักแน่นและมีเหตุผล ไม่ใช่โดยใช้อารมณ์และเป็นเผด็จการ ไม่ใช่ใช้อารมณ์
 3 รุนแรงในขณะที่เผชิญหน้ากับเด็ก พยายามปฏิบัติต่อเด็กเหมือนผู้ใหญ่ อย่าคุกคามหรือทำให้เด็กรู้สึกเสียหน้า
 4 ผู้ใหญ่ควรเป็นตัวอย่างที่ดี ถ้าเด็กมีปัญหาที่ผู้ใหญ่จัดการไม่ได้ ควรจะปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ พยายามให้แรงเสริมเชิง
 5 บวก (positive reinforcement) พยายามฝึกวินัยแบบเดียวกันทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน

6 12) ส่งเสริมการพัฒนานักส่งเสริมพัฒนาการเด็ก เยาวชน และครอบครัวในชุมชนให้เพิ่มมากขึ้น

7 13) เด็กได้รับการดูแลตามแนวทางการดูแลเด็กที่ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย

8 แนะนำ โดยการประเมินสุขภาพและปัญหาทั่วไป ประเมินจิตใจ อารมณ์ สังคม ครอบครัวของเด็กและผู้ปกครอง
 9 และการเลี้ยงดูเด็ก (อาจใช้แบบประเมินต้นทนชีวิต ในช่วงอายุ 12-25 ปี) ตรวจร่างกายตามระบบ ติดตามเฝ้าระวัง
 10 พัฒนาการ (developmental surveillance) ตรวจคัดกรองพัฒนาการ (developmental screening) ตามอายุที่กำหนด
 11 ได้รับวัคซีน ผู้เลี้ยงดูได้รับการแนะนำ เรื่อง การเลี้ยงดู ปัญหาที่พบตามวัย การส่งเสริมนิสัยที่ดี การป้องกัน
 12 อุบัติเหตุและลดความเสี่ยง ได้รับโอกาสให้ถามข้อสงสัย ได้รับการชื่นชมและให้กำลังใจ ตามแนวทางการดูแลเด็ก
 13 ที่ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทยแนะนำ เช่น การตรวจคัดกรองความเข้มข้นของเลือด โดยระดับฮีมา
 14 โคริต ในช่วงอายุ 11-25 ปี ตามข้อแนะนำ **วัยรุ่นตอนต้น ควร ประเมินพฤติกรรมเสี่ยง** โดยซักถามวัยรุ่นตามลาพัง
 15 เกี่ยวกับ บรรยากาศและความสัมพันธ์ในบ้าน การกินอาหาร การเรียนหรือการทำงาน กิจกรรมและเพื่อน การใช้ยาหรือ
 16 สารเสพติด พฤติกรรมทางเพศ อารมณ์และความรู้สึกเศร้า ความรู้สึกอยากฆ่าตัวตาย ความรุนแรง และความปลอดภัย
 17 (HEEADSSS : Home, Eating, Education/Employment, Activity and friends, Drugs, Sexuality, Suicidal
 18 ideation/mood, Safety and violence)

19 **การคัดกรองเพิ่มเติมในกลุ่มเสี่ยง** ตรวจค่าความเข้มข้นเลือด เพื่อหาภาวะซีด ในวัยรุ่นหญิงที่มี
 20 ประจำเดือนหรือขาดอาหารหรือทานมังสวิวัติ วัดระดับไขมันในเลือด หรือทดสอบวัน โรค (PPD skin test) ในกรณี
 21 ที่มีข้อบ่งชี้ ตรวจหาโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ ในกรณีที่เคยมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน ตกขาวผิดปกติ หรือมี
 22 ข้อบ่งชี้ **วัคซีน** ทบทวนตารางการให้วัคซีนพื้นฐาน และ ฉีดให้กรณีที่ยังได้ไม่ครบ ฉีดวัคซีน คอตีบ บาดทะยัก
 23 (dT)หรือคอตีบ บาดทะยัก ไอกรนชนิดไร้เซลล์ (Tdap) และให้ซ้ำทุก 10 ปี เสนอวัคซีนทางเลือก เช่น วัคซีนป้องกัน
 24 โรคสุกใส ในกรณีที่ยังไม่เคยเป็นโรค และยังไม่เคยได้รับวัคซีน วัคซีนป้องกันโรคมะเร็งปากมดลูกหรือป้องกันการ
 25 ติดเชื้อเอชพีวี

1 คำแนะนำ การเลี้ยงดู ให้ผู้ปกครองทำความเข้าใจพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น โดยวัยรุ่นมีการ
 2 เปลี่ยนแปลงของร่างกายและพัฒนาการทางเพศอย่างชัดเจนทำให้วัยรุ่นมีความกังวลเรื่องรูปร่าง หน้าตา รวมทั้งเรื่อง
 3 การมีประจำเดือนหรือฝันเปียกได้ พ่อแม่ควรรับฟัง เข้าใจความรู้สึกของลูกวัยรุ่น และอธิบายให้วัยรุ่นเข้าใจ ชื่นชม
 4 พ่อแม่ที่ปรับวิธีการเลี้ยงให้เหมาะกับวัยรุ่นและเป็นแบบอย่างที่ดี เป็นที่ปรึกษาและชี้แนะวัยรุ่นได้เหมาะสม

5 สนับสนุนเรื่องการพัฒนาความคิด การแก้ปัญหา การเรียน ความสามารถรอบด้านและการทำกิจกรรมต่างๆ
 6 ขามว่าง ส่งเสริมให้แสดงความคิดเห็นของตนเอง ปลูกฝังการมีจิตสาธารณะ ปรับกติกายในบ้านให้เหมาะสมกับวัยรุ่น
 7 มอบงานที่เหมาะสมให้รับผิดชอบ

8 **ส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี** นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ประมาณ 8-9 ชม.ต่อวัน
 9 อาหารให้ครบ 5 หมู่ และได้รับแคลเซียมเพียงพอ 1000-1300 มก.ต่อวัน รวมทั้งได้พลังงานเพียงพอต่อความต้องการ
 10 ของร่างกาย โดยวัยรุ่นหญิงควรได้ 1600-1800 กิโลแคลอรีต่อวัน ส่วนวัยรุ่นชายควรได้ 1800-2200 กิโลแคลอรีต่อวัน
 11 ออกกกำลังกายสม่ำเสมอทุกวันหรือมีกิจกรรมที่ออกแรงอย่างน้อย 1 ชม.ต่อวัน ใช้เวลากับคอมพิวเตอร์ สื่อดิจิทัล
 12 ทุกประเภท ไม่เกิน 2 ชม.ต่อวัน สนับสนุนช่วยเหลือด้านการเรียน ให้แบ่งเวลาเรียนให้เหมาะสม เน้นการจัดการ
 13 ความเครียด พบทันตแพทย์ปีละ 2 ครั้ง

14 **แนวทางลดความเสี่ยง** งดหรือหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับผู้ที่
 15 มีความเสี่ยงเรื่องเพศให้แนะนำวิธีป้องกันการตั้งครรภ์และการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์
 16 งดหรือหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และใช้สารเสพติดทุกชนิด กรณีที่ใช้ยาคุมกำเนิดให้ลดการใช้และป้องกัน
 17 ภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้ หลีกเลี่ยงสถานการณ์อันตรายต่อการถูกทำร้าย หรือถูกล่วงละเมิด ฝึกการปฏิเสธ
 18 และการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าในสถานการณ์ที่เสี่ยงสูง ไม่ใช้ความรุนแรงเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริมการปฏิบัติตามกฎ
 19 จราจร สวมหมวกนิรภัยหรือคาดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้งที่ใช้รถ ให้เบอร์ติดต่อแก่วัยรุ่นกรณีมีข้อสงสัย

20 **วัยรุ่นตอนกลาง (15-17 ปี)** ควรสอบถามอาการตามระบบ การเจริญเติบโตและพัฒนาการตาม
 21 วัย ความเครียด การเปลี่ยนแปลงภายในครอบครัว **ประเมินพฤติกรรมเสี่ยง** ควร ชักถามวัยรุ่นตามลำพัง เกี่ยวกับ
 22 บรรยากาศและความสัมพันธ์ในบ้าน การกินอาหาร การเรียนหรือ การงาน กิจกรรมและเพื่อน การใช้ยาหรือสารเสพ
 23 ติด พฤติกรรมทางเพศ อารมณ์และความรู้สึกเศร้า ความคิดอยากฆ่าตัวตาย ความรุนแรงและความปลอดภัย
 24 (HEEADSSS : Home, Eating, Education/Employment, Activity and friends, Drugs, Sexuality, Suicidal
 25 ideation/mood, Safety and violence)

26 **การคัดกรองเพิ่มเติมในกลุ่มเสี่ยง** ตรวจค่าความเข้มข้นเลือดเพื่อหาภาวะซีด ในวัยรุ่นหญิงที่มี
 27 ประจำเดือนหรือขาดอาหารหรือทานมังสวิรัต วัณโรค ไข้ฉี่ในเลือด หรือทดสอบวินโรค (PPD skin test) ในกรณี

1 ที่มีข้อบ่งชี้ ตรวจสอบโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ ในกรณีที่เคยมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน ตกขาวผิดปกติหรือมี
 2 ข้อบ่งชี้ เสนอวัคซีนทางเลือก เช่น วัคซีนป้องกันโรคสุกใส ในกรณีที่ยังไม่เคยเป็นโรค หรือยังไม่เคยได้รับวัคซีน
 3 วัคซีนป้องกันโรคมะเร็งปากมดลูกหรือป้องกันการติดเชื้อเอชพีวี

4 **คำแนะนำ การเลี้ยงดู** ให้ผู้ปกครองทำความเข้าใจพัฒนาการของวัยรุ่น รับฟัง เข้าใจความคิด
 5 ความรู้สึกของลูกวัยรุ่น ชื่นชมพ่อแม่ที่ปรับวิธีการเลี้ยงดูวัยรุ่นได้ เป็นที่ปรึกษาและชี้แนะวัยรุ่นได้เหมาะสม
 6 ส่งเสริมให้วัยรุ่นแสดงความคิดเห็นของตนเอง มีจิตสาธารณะและทำกิจกรรมต่างๆเพื่อสังคม ปรับกติกาในบ้านให้
 7 เหมาะสมกับวัยรุ่น มอบงานที่เหมาะสมให้รับผิดชอบ สนับสนุนการเรียนอย่างต่อเนื่อง พุดคุยเกี่ยวกับแผนการเรียน
 8 ในอนาคต สนับสนุนเรื่องการพัฒนาความคิด การแก้ปัญหา การเรียน ความสามารถรอบด้านและการทำกิจกรรม
 9 ต่างๆ ยามว่าง ปรับกติกาในบ้านให้เหมาะสมกับวัยรุ่น มอบงานที่เหมาะสมให้รับผิดชอบ **ส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี** การ
 10 นอนหลับให้เพียงพอ ประมาณ 8-9 ชม.ต่อวัน อาหาร ให้ครบ 5 หมู่ และได้รับแคลเซียมเพียงพอ 1000-1300 มก.ต่อ
 11 วัน รวมทั้งได้พลังงานเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย โดยวัยรุ่นหญิงควรได้ 1600-1800 กิโลแคลอรีต่อวัน ส่วน
 12 วัยรุ่นชายควรได้ 1800-2200 กิโลแคลอรีต่อวัน ออกกำลังกายสม่ำเสมอทุกวันหรือมีกิจกรรมที่ออกแรงอย่างน้อย 1
 13 ชม.ต่อวัน ใช้เวลากับคอมพิวเตอร์ สื่อผ่านจอ ไม่เกิน 2 ชม.ต่อวัน สนับสนุน ช่วยเหลือด้านการเรียน ให้แบ่งเวลา
 14 เรียนให้เหมาะสม แนะนำจัดการความเครียด พบทันตแพทย์ ปีละ 2 ครั้ง **แนวทางลดความเสี่ยง** งดหรือหลีกเลี่ยง
 15 การมีเพศสัมพันธ์ ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงเรื่องเพศให้แนะนำวิธีป้องกันการตั้งครรภ์และ
 16 การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ที่นำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน งดหรือหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์และใช้
 17 สารเสพติดทุกชนิด กรณีที่ใช้อยู่แนะนำให้ลดการใช้และป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้ หลีกเลี่ยง
 18 สถานการณ์อันตรายต่อการถูกทำร้าย หรือถูกล่วงละเมิด ฝึกทักษะการปฏิเสธและการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าใน
 19 สถานการณ์ที่เสี่ยงสูง ไม่ใช้ความรุนแรงเพื่อแก้ปัญหา
 20 ปฏิบัติตามกฎหมายจราจร สวมหมวกนิรภัยหรือคาดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้งที่ยังขี่

21 14) เด็กที่มีพัฒนาการไม่สมวัยให้ได้รับการส่งต่อเพื่อดูแลต่อเนื่องตามมาตรฐาน

22 15) เด็กที่มีความเสี่ยงต่อปัญหาอึดิว ปัญหาการเรียน ให้ได้รับการดูแลต่อเนื่องตามเกณฑ์ที่

23 กำหนดมาตรการ - parenting educations

24 16)เสริมสภาพแวดล้อมในการสอนพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครอบครัว ให้เลี้ยงดูตั้งแต่ที่บ้านจนถึง

25 โรงเรียน ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างเต็มศักยภาพ เช่น การฝึกการใช้กล้ามเนื้อ และระบบประสาท
 26 รับรู้พื้นฐาน การพัฒนาเพื่อให้เด็กมีตัวตนที่แข็งแรง สร้างความผูกพันและ ไว้วางใจ ฝึกการทำงานเป็นทีม และ
 27 ฝึกทักษะต่างๆ ที่เป็นพื้นฐาน (basic requirements) ของเด็กที่ระดับประถมศึกษา ตั้งแต่ กล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก

1 การเขียน การวาดรูป การช่วยเหลือตัวเอง ภาษา การสื่อสาร การอ่าน เชาว์ปัญญา อารมณ์ คุณธรรม ทักษะ
 2 สังคม การปฏิบัติตามกฎระเบียบ การมองตัวเอง ทักษะเรื่องเพศที่ถูกต้อง ทักษะการคิด วิเคราะห์ และแก้ปัญหา
 3 ความเชื่อมั่นและภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการรักษาสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อน ทักษะการรักษาสัมพันธภาพใน
 4 ครอบครัว การมีเป้าหมายในชีวิต การห่างไกลอบายมุข และสิ่งเสพติดฯ

5 17) ส่งเสริมให้บุคลากรที่ทำงานด้านเด็ก เยาวชน และครอบครัว มีจำนวนมากขึ้นให้พอเพียง
 6 และให้มีความรู้ ทักษะ และแนวปฏิบัติการสอดคล้องกับบริบทของครอบครัวและชุมชน

7 18) ส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม สมองและสุขภาพตามความต้องการของครอบครัว

8 19) สนับสนุนการมีส่วนร่วมของครอบครัว ผู้ดูแลสุขภาพ และชุมชน

9 20) เพิ่มความรู้ ทักษะ ให้ครอบครัว โดยมีกิจกรรมปกป้อง และส่งเสริมสุขภาพ จัดบริการที่
 10 ความจำเป็นการดูแลสุขภาพ สนับสนุนให้ครอบครัวประสบความสำเร็จ เน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลาง คำนึงถึงความ
 11 ต้องการและความวิตกกังวลของครอบครัว เข้าใจภูมิหลัง ค่านิยม ความเป็นพื้นบ้าน และรูปแบบสื่อสารการเลี้ยงดู
 12 เสริมพลังการมีส่วนร่วมและการตัดสินใจของครอบครัวในวิธีการเลี้ยงดูเด็ก เน้นความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ
 13 ประสิทธิภาพ ความปลอดภัย และความพึงพอใจ

14 21) ส่งเสริมการจัดการศึกษา อบรม และเรียนรู้ของสถาบันศาสนา และสถาบันทางสังคม ทั้ง
 15 การศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย

16 22) ส่งเสริมให้มีการหาบททวนในกรณีของเด็กที่มีปัญหาการเรียน โดยการหาสาเหตุ ตามแนวทาง
 17 การดูแลเด็กตามวัย โดยใช้การประเมินสุขภาพและปัญหาทั่วไป เช่น ปัญหาการเลี้ยงดู ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญ การ
 18 ตรวจร่างกาย ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู การคัดกรอง สายตา การได้ยิน โรคสมาธิสั้น โรค
 19 บกพร่องทางการเรียนรู้ (Learning Disability) โรค Autistic ภาวะปัญญาอ่อน (Mental Retardation) การตรวจค่า
 20 ความเข้มข้นของเลือด อาจวัดระดับตะกั่ว ในกรณีที่มีข้อบ่งชี้ พร้อมกับให้มีการส่งต่อถ้าพบความผิดปกติ และมี
 21 กระบวนการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล

22 **1.1.5 เยาวชน 18 - 25 ปี**

23 1) กลยุทธ์และข้อเสนอแนะทั่วไป ต่อยอดจาก เด็กวัย 6 - 12 ปี และ เยาวชน อายุ 13-17 ปี

1 2) สนับสนุนการจัดการศึกษาทางเลือกทุกระดับ ทั้งสายสามัญและสายอาชีพ และส่งเสริมอาชีพ
 2 นอกระบบการศึกษาที่หลากหลายตามความต้องการของสังคมและเศรษฐกิจ และมีการพัฒนาให้เป็นมืออาชีพ
 3 รวมถึงการเรียนรู้ต่อเนื่องตลอดชีวิต

4 3) ส่งเสริมอาชีพเกษตรกรรมที่มีความสัมพันธ์เชิงพาณิชย์และอุตสาหกรรมแก่เด็กและเยาวชน
 5 รวมทั้งการปลูกฝังคุณค่าการรักษาพันธุ์พืช พันธุ์สัตว์ของไทย เช่น โครงการยุวเกษตร

6 4) สนับสนุนให้พัฒนากระบวนการสอบคัดเลือกเพื่อเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาโดย
 7 พิจารณาจากการบำเพ็ญประโยชน์ และการมีจิตอาสาต่อครอบครัว ชุมชนอย่างต่อเนื่องให้เป็นองค์ประกอบสำคัญ
 8 ด้วย

9 5) กำหนดเป้าหมายของทักษะพื้นฐาน (basic requirements) ของเด็กที่จบการศึกษาระดับ
 10 มัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างชัดเจนทั้งประเทศ ได้แก่ ทักษะการเรียนรู้และนวัตกรรม ทักษะในการคิด และ
 11 สร้างสรรค์ ทักษะชีวิตและการทำงาน ทักษะด้านสารสนเทศ สื่อ และเทคโนโลยี ทักษะการจัดการ ทักษะการใช้
 12 เหตุผล ทักษะด้านดนตรีและศิลปะ ฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ความเข้มแข็งทางจิตใจ ให้เรียนรู้เกี่ยวกับโลก ความรู้
 13 ด้านการเงิน ความรู้ด้านการเป็นพลเมืองที่ดี สังคม และ ความเป็นมนุษย์ ความรู้และทักษะด้านสุขภาพ ความรู้และ
 14 ทักษะด้านสิ่งแวดล้อม ทักษะในการอ่านออกเขียนได้อย่างเข้าใจ คิดเลขได้ ว่ายน้ำเป็น จักรยานเป็น ใ้
 15 คอมพิวเตอร์สัมผัสไทย/อังกฤษได้ ร้องเพลง เล่นดนตรี เล่นกีฬา ใช้ภาษาต่างประเทศอย่างน้อยหนึ่งภาษา มีการ
 16 เตรียมอาชีพหลังจบการศึกษา สนใจสิ่งแวดล้อม และ รู้และเข้าใจเรื่องธรรมชาติของร่างกาย เพศศึกษา เป็นต้น ซึ่ง
 17 จะต้องมีมาตรฐานและการประเมินที่เหมาะสม หลักสูตรการเรียนการสอนที่เหมาะสม การพัฒนาครูในศตวรรษที่ 21
 18 สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้

19 6) ฝึกทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพศตรงข้าม และทักษะทางสังคมที่ถูกต้อง โดยสร้างอัต
 20 ลักษณ์ทางเพศอัตลักษณ์ทางสังคม ที่ถูกต้อง

21 7) เยาวชนเด็กได้รับการดูแลตามแนวทางการดูแลเด็กที่ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย
 22 แนะนำ โดยการประเมินสุขภาพและปัญหาทั่วไป ประเมินจิตใจ อารมณ์ สังคม ครอบครัวของเด็กและผู้ปกครอง
 23 และการเลี้ยงดูเด็ก (อาจใช้แบบประเมินต้นทุนชีวิต ในช่วงอายุ 12-25 ปี) ตรวจร่างกายตามระบบ ติดตามเฝ้าระวัง
 24 พัฒนาการ (developmental surveillance) ตรวจคัดกรองพัฒนาการ (developmental screening) ตามอายุที่กำหนด

1 ได้รับวัคซีน ผู้เลี้ยงดูได้รับการแนะนำ เรื่อง การเลี้ยงดู ปัญหาที่พบตามวัย การส่งเสริมนิสัยที่ดี การป้องกัน
 2 อุบัติเหตุและลดความเสี่ยง ได้รับโอกาสให้ถามข้อสงสัย ได้รับการชื่นชมและให้กำลังใจ ตามแนวทางการดูแลเด็ก
 3 ที่ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทยแนะนำ เช่น การตรวจคัดกรองความเข้มข้นของเลือด โดยดูระดับฮีมา
 4 โคริต ในช่วงอายุ 11-25 ปี ตามข้อแนะนำ

5 **ประเมินพฤติกรรมเสี่ยง** ควรซักถามวัยรุ่นตามลาพัง เกี่ยวกับ บรรยากาศและความสัมพันธ์ใน
 6 บ้าน การกินอาหาร การเรียนหรือ การงาน กิจกรรมและเพื่อน การใช้ยาหรือสารเสพติด พฤติกรรมทางเพศ อารมณ์
 7 และความรู้สึกเศร้า ความคิดอยากฆ่าตัวตาย ความรุนแรงและความปลอดภัย (HEEADSSS : Home, Eating,
 8 Education/Employment, Activity and friends, Drugs, Sexuality, Suicidal ideation/mood, Safety and violence)

9 **การคัดกรองเพิ่มเติมในกลุ่มเสี่ยง** ตรวจค่าความเข้มข้นเลือด เพื่อหาภาวะซีด ในวัยรุ่นหญิงที่มี
 10 ประจำเดือนหรือขาดอาหารหรือทานมังสวิรัต (อย่างน้อย 1 ครั้ง ถ้ายังไม่เคยทา) วัณโรคระดับไขมันในเลือด ระดับ
 11 ตะกั่ว หรือทดสอบวัณโรค (PPD skin test) (อย่างน้อย 1 ครั้ง ถ้ายังไม่เคยทา) ตรวจหาโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์
 12 ในกรณีที่เคยมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน ตกขาวผิดปกติหรือมีขี้บ่งชี้ **วัคซีน** เสนอวัคซีนทางเลือก เช่น วัคซีน
 13 ป้องกันโรคสุกใส ในกรณีที่ยังไม่เคยเป็นโรคหรือยังไม่เคยได้รับวัคซีน วัคซีนป้องกันโรคมะเร็งปากมดลูกหรือ
 14 ป้องกันการติดเชื้อเอชพีวี

15 **คำแนะนำการเลี้ยงดู** ให้ครูและผู้ปกครองทำความเข้าใจพัฒนาการของวัยรุ่นตอนกลาง โดยวัยรุ่น
 16 มักเริ่มมองเพศตรงข้ามหรือมีการคบเพื่อนต่างเพศแล้ว รวมทั้งชอบลองผิดลองถูกซึ่งส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงได้
 17 ชื่นชมพ่อแม่ที่ปรับวิธีการเลี้ยงดูวัยรุ่นได้ เป็นที่ปรึกษาและชี้แนะวัยรุ่นได้เหมาะสม ส่งเสริมให้วัยรุ่นแสดงความ
 18 คิดเห็นของตนเอง มีจิตสาธารณะและทำกิจกรรมต่างๆเพื่อสังคม ปรับกติกาในบ้านให้เหมาะสมกับวัยรุ่น มอบงาน
 19 ที่เหมาะสมให้รับผิดชอบอย่างเป็นรูปธรรม สนับสนุนการเรียนอย่างต่อเนื่อง พุดคุยเกี่ยวกับแผนการเรียนในอนาคต
 20 สนับสนุนเรื่องการพัฒนาความคิด การแก้ปัญหา การเรียน ความสามารถรอบด้านและการทำกิจกรรมต่างๆ ยามว่าง
 21 ปรับกติกาในบ้านให้เหมาะสมกับวัยรุ่น มอบงานที่เหมาะสมให้รับผิดชอบ

22 **ส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี** การนอนหลับให้เพียงพอ ประมาณ 8-9 ชม.ต่อวัน อาหาร ให้ครบ 5 หมู่
 23 และได้รับแคลเซียมเพียงพอ 1000-1300 มก.ต่อวัน รวมทั้งได้พลังงาน เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย โดย
 24 วัยรุ่นหญิงควรได้ 1600-1800 กิโลแคลอรีต่อวัน ส่วนวัยรุ่นชายควรได้ 1800-2200 กิโลแคลอรีต่อวัน ออกกำลังกาย
 25 สม่ำเสมอทุกวันหรือมีกิจกรรมที่ออกแรงอย่างน้อย 1 ชม.ต่อวัน ใช้เวลากับคอมพิวเตอร์ สี่ผ่านจอ ไม่เกิน 2 ชม.ต่อ
 26 วัน สนับสนุน ช่วยเหลือด้านการเรียน ให้แบ่งเวลาเรียนให้เหมาะสมและแนะนำการวางแผนการเรียนต่อรวมทั้ง
 27 แนะนำวิธีการจัดการความเครียด พบทันตแพทย์ ปีละ 2 ครั้ง

1 **แนวทางลดความเสี่ยง** จดหรือหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับผู้ที่
 2 มีความเสี่ยงเรื่องเพศให้แนะนำวิธีป้องกันการตั้งครรภ์และการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ จดหรือหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่
 3 ดื่มแอลกอฮอล์และใช้สารเสพติดทุกชนิด กรณีที่ใช้อยู่แนะนำให้ลดการใช้และป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น
 4 ได้ หลีกเลี่ยงสถานการณ์อันตรายต่อการถูกทารุณ หรือถูกล่วงละเมิดทางเพศ ฝึกทักษะการปฏิเสธและการแก้ปัญหา
 5 เฉพาะหน้าในสถานการณ์ที่เสี่ยงสูง ไม่ใช้ความรุนแรงเพื่อแก้ปัญหา ปฏิบัติตามกฎหมาย จรรยาบรรณนิรภัยหรือคาด
 6 เข็มขัดนิรภัยทุกครั้งที่ใช้

7 **มาตรการการพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชนในภาพรวม**

8 1) ส่งเสริมให้พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก และครอบครัวเข้าใจ ลำดับพัฒนาการของเด็ก และสามารถ ฝ้าสังเกต
 9 และสนับสนุนเด็กให้ดีที่สุดทุกช่วงของพัฒนาการ เด็กทารกขวบปีแรก ต้องเรียนรู้ที่จะไว้วางใจสิ่งแวดล้อม (Trust)
 10 วิธีเลี้ยงให้มีสิ่งที่เรียกว่า ไว้วางใจ ทำได้ด้วยการเลี้ยงลูกวัยทารกอย่างดีที่สุด นั่นคือ อุ้มให้นม เลี้ยงทารกด้วยการให้
 11 นมแม่ อุ้มกอด เล่นด้วย คอยดูแลเวลาเขาหนาวหรือร้อน คอยดูแลเวลาเขาถูกมดกัดแมลงไต่ คอยร้องเพลงให้ฟัง อ่าน
 12 หนังสือให้ฟัง ฯลฯ ให้เด็กได้รับความรัก ความอบอุ่น เด็กจึงจะเรียนรู้ที่จะไว้วางใจสิ่งแวดล้อม (Trust) ให้เด็กได้รับ
 13 การสร้างสายสัมพันธ์ (attachment) กับพ่อแม่ หรือบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต เมื่อความผูกพันแข็งแรง สาย
 14 สัมพันธ์แน่นหนา เด็กจะพัฒนาตัวตนของตนเองขึ้นมา และมีตัวตนของตนเอง (SELF) และได้รับการฝึกวินัยตั้งแต่
 15 ช่วงวัยทารก จากการที่ผู้เลี้ยงดูค่อยๆ ปรับกิจวัตรประจำวันให้เป็นเวลา และตอบสนองต่อความต้องการของเด็กอย่าง
 16 เหมาะสม ในขวบปีที่ 2 ควรฝึกเด็กให้ทำกิจวัตรประจำวันให้เป็นเวลาแต่ยืดหยุ่นได้ตามสมควร และควรเริ่มจำกัด
 17 ขอบเขตในเรื่องความปลอดภัย แต่ก็ต้องให้โอกาสเด็กในการเล่นอิสระในสถานที่ที่เหมาะสม วินัยและความ
 18 รับผิดชอบ ที่เราอยากได้ควรเกิดจากการเลี้ยงดูที่ดีตั้งแต่สามขวบปีแรก ไม่ใช่มาเคร่งครัดเอาเมื่อเด็กโต ควรมาจาก
 19 ภายใน ซึ่งเกิดได้ด้วยองค์ประกอบที่สำคัญสองประการ คือ เรื่อง สายสัมพันธ์ (attachment) และ การฝึกให้ลูกมีวินัย
 20 และคุณธรรม เริ่มตั้งแต่ขวบปีแรก พ่อแม่ให้รู้ว่า “จะไม่ได้ทุกอย่างที่ต้องการ” ให้เรียนรู้ การรอคอย การอดทน การ
 21 รู้จักยับยั้งชั่งใจเป็นส่วนสร้าง self control ฉะนั้น จึงต้องใช้เวลากับเด็กให้เพียงพอ เด็กอายุ 12-16 เดือน สามารถ
 22 รับรู้ ในสิ่งที่ผู้เลี้ยงดูบอก และคาดหวัง เชื่อฟัง และทำตามคำสั่งได้ สามารถพูดบอก เตือนตนเอง (private speech)
 23 การเจริญของภาษาและคำพูด เป็นส่วนสำคัญในการควบคุมพฤติกรรม การสร้างคุณธรรมเริ่มด้วย มีความสัมพันธ์ที่
 24 ดีต่อกันระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ มีความชื่นชม ไว้วางใจผู้ใหญ่ สอนอบรม moral Intelligence ให้เด็กมีความฉลาด

1 ทางคุณธรรม ประพฤติตนอยู่ในขอบเขตของศีลธรรม มีจริยธรรม เป็นที่รักของผู้อื่น อยู่กับผู้อื่นได้ดี เด็กเรียนรู้
 2 จากการสังเกต พบเห็น ได้ยินจากผู้คนรอบข้าง ที่ตนรัก ใ้วางใจและนิยมชมชอบ ในวิธีการประพฤติปฏิบัติ
 3 คำพูด การกระทำ การแสดงออก ค่านิยม ฯลฯ และปฏิบัติตาม ดังนั้นผู้ใหญ่ต้องเป็นแบบอย่างที่ดี ให้เด็กมี
 4 ประสบการณ์ที่ดี ผ่านตัวอย่าง คำพูด เรื่องราว คำบอกเล่า นิทาน หนังสือ รูปภาพ สื่อ ฯลฯ ศิล 5 เป็นสิ่งที่จำต้อง
 5 ปฏิบัติกันเป็นนิสัย เพราะศีลคือความเรียบร้อยและความปกติ ศีลนำความร่มเย็นเป็นสุขต่อบุคคลและหมู่คณะ สิ่ง
 6 สำคัญที่สุดที่ต้องสร้างให้เด็ก คือ มีความสุขภายในได้จิตสงบ มีความมั่นคงทางจิตใจ ภูมิใจในความสำนึกที่ตน
 7 กระทำและคุณงามความดีที่ตนมีการสร้างความเป็นมนุษย์ ที่สมบูรณ์ต้องต้องได้รับการวางรากฐานตั้งแต่สามขวบปี
 8 แรก ถ้าลูกๆจะทำอะไรไม่ดีแล้วรู้จักระลึกถึงคำสอนพ่อแม่ เปรียบเสมือนเด็กเดินเตาะเตาะไปห่าก้าวแล้วรู้จักหันมาดู
 9 พ่อแม่ เช่นนี้จึงเกิดวินัยจากภายในเป็นปฐม และ ประการที่สอง คือ การฝึกให้ลูกมีวินัย และคุณธรรม ตั้งแต่ขวบปี
 10 แรก พ่อแม่ให้รู้ว่า“จะไม่ได้ทุกอย่างที่ต้องการ” ให้เรียนรู้ การรอคอย การอดทน การรู้จักยับยั้งชั่งใจเป็นส่วนสร้าง
 11 self control ฉะนั้น จึงต้องใช้เวลากับเด็กให้เพียงพอ การฝึกให้ลูกต้องช่วยทำงานบ้านเล็กๆน้อยๆตั้งแต่พอทำได้ ้วย
 12 เด็กเล็กเขาารู้สึกสนุกกับทุกเรื่อง ยินดีและยินยอมทำทุกเรื่องที่พ่อแม่ร้องขอ พวกเขาสนุกสนานได้ตลอดเวลาอีกด้วย
 13 ถ้าพ่อแม่ เล่นทำงานบ้าน ไปด้วยกับเขา เมื่อเด็กโตขึ้นพูดแสดงเหตุผลให้ชัดเจน เช่น ห้ามทำเพราะอะไร วินัยใน
 14 การทำงานและความรับผิดชอบต่อชีวิตและบ้านของตนเองจึงเริ่มก่อกำเนิดตั้งแต่เล็ก เมื่อโตขึ้นเป็นเด็กโตและก่อน
 15 พันวัยรุ่น เด็กทุกคนต้องฝึกทักษะ ที่สำคัญสองประการ ประการที่หนึ่ง คือ “ ต้องทำในสิ่งที่ต้องทำแม้ว่าจะไม่
 16 อยากทำ ” เช่น ไม่อยากเรียน ไม่อยากท่องหนังสือ ไม่อยากสอบ ก็ต้องทำแม้ว่าจะไม่อยาก ประการที่สอง คือ “ มี
 17 ความสามารถถอนตัวเองออกจากความสนุกและสิ่งเย้ายวน ” เช่น แม้งานเลี้ยงรื่นเริงจะสนุกสนานเพียงไร แต่ถ้า
 18 ตนเองมีอะไรต้องรับผิดชอบก็ต้องกลับไปทำ แม้ว่าหนุ่มหล่อสาวงามตรงหน้าจะนำพิศวาสมาไม่น้อยเพียงไร ก็ต้อง
 19 รู้จักหยุดหรือป้องกันตัวให้ปลอดภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ต้องได้รับการ
 20 วางรากฐานตั้งแต่สามขวบปีแรก

21 2)ปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนมีความผูกพันกับครอบครัว ภาคภูมิใจในความเป็นไทย และสำนึกรักบ้าน
 22 เกิด มีคุณธรรม จริยธรรม ยึดมั่นในหลักคำสอนทางศาสนา มีความพอเพียง มีสำนึกความเป็นพลเมือง มีวิถี
 23 ประชาธิปไตย เคารพสิทธิผู้อื่น รู้จักคิดอย่างมีเหตุผล มีจิตสาธารณะ รักสิ่งแวดล้อม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่าง
 24 ปลอดภัย มีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน และประเทศชาติ

1 3) ส่งเสริมและเปิดโอกาสให้เด็กได้ค้นพบตนเอง โดยรู้ความต้องการ ความถนัด และศักยภาพของ
2 ตนเองอย่างแท้จริง

3 4) พัฒนาระบบการเรียนรู้ให้เด็กและเยาวชนมุ่งมั่นพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง มีทักษะและเจตคติที่ดี
4 ต่อการทำงาน มีศักดิ์ศรี และความภาคภูมิใจในการทำงานสุจริต โดยเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม เพื่อให้เกิดความรู้ที่
5 ผสมผสานกับประสบการณ์ตรง และสามารถจัดระบบการจัดการความรู้ของตนเองอย่างรอบด้าน

6 5) เตรียมความพร้อมเด็กและเยาวชนให้เข้าสู่การเป็นประชาคมอาเซียน โดยส่งเสริมการต่อยอดทาง
7 การศึกษา วัฒนธรรมท้องถิ่น วัฒนธรรมร่วมสมัย และเชื่อมโยงถึงวัฒนธรรมโลก โดยเน้นพัฒนาทักษะด้านภาษา
8 และการเตรียมตัวสู่ตลาดแรงงานอย่างมีคุณภาพ

9 6) พัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถเลือกรับเทคโนโลยีนำมาพัฒนายกระดับ
10 ความรู้ การเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีงามในครอบครัว และสามารถเชื่อมต่อกับเครือข่ายภายนอกอย่างสร้างสรรค์

11 7) พัฒนาเด็กและเยาวชน เพื่อเป็นเพื่อนให้คำปรึกษา (Youth Counsellor) ในสถานศึกษา และนอก
12 สถานศึกษา ให้ครบทุกห้องเรียน และทุกชั้นเรียน เพื่อเชื่อมโยงเป็นที่ปรึกษากับคนทำงานด้านเด็ก และบริการให้
13 การปรึกษาสำหรับ เด็ก เยาวชน และครอบครัว

14 8) พัฒนาศูนย์ให้การปรึกษาสำหรับเด็ก เยาวชน และครอบครัว ทั้งในสถานศึกษา นอกสถานศึกษา ใน
15 ชุมชนในสถานบริการสาธารณสุข ในหน่วยงาน ในองค์กร และใน สื่ออิเล็กทรอนิกส์ เช่น ทางโทรศัพท์ Website
16 Face book Line และช่องทางอื่นๆ

17 มาตรการเสริมสร้างความเข้าใจในปัญหาและความต้องการของเด็กและเยาวชน

18 1) ส่งเสริมให้พ่อแม่ และผู้เลี้ยงดูเด็ก รวมถึงผู้ดูแลเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ทั้งภาครัฐ เอกชน มี
19 ความรู้ ความเข้าใจพัฒนาการของเด็ก และได้รับการฝึกให้มีทักษะ มีทัศนคติในการทำหน้าที่เลี้ยงดูเด็กให้เหมาะสม
20 ตามความจำเป็นและความต้องการ โดยเฉพาะความสัมพันธ์เชิงบวก

21 2) สนับสนุนให้ชุมชน สังคม ภาครีเครือข่ายเข้าใจปัญหาและความต้องการของเด็กและเยาวชน สามารถ
22 แก้ปัญหา หรือจัดบริการสวัสดิการสังคมให้สอดคล้องกับความต้องการของเด็กและเยาวชนอย่างสร้างสรรค์ รวมถึง
23 การทำหน้าที่เฝ้าระวังดูแลทั้งกาย จิต และพฤติกรรมตั้งแต่ยังเล็ก

24 มาตรการเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อเด็กและเยาวชน

- 1) พัฒนาศักยภาพของครอบครัวแบบองค์รวม ให้เรียนรู้ถึงบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิก
พัฒนาทักษะชีวิต ทักษะการสื่อสาร สร้างความสัมพันธ์ ลดความรุนแรงในครอบครัว พ่อแม่ผู้ปกครองทำตนให้เป็น
แบบอย่างที่ดี
- 2) สร้างบุคคลต้นแบบ (ผู้นำทางความคิด) และชุมชนต้นแบบที่เป็นแบบอย่างที่ดี
- 3) สนับสนุนให้มีอาชีพผู้นำกิจกรรม (youth leader) อาสาสมัครผู้นำกิจกรรมสำหรับเด็กและพี่เลี้ยง
(mentor)
- 4) สนับสนุนแหล่งเรียนรู้อย่างต่อเนื่องทั้งระดับท้องถิ่น และชุมชน ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ห้องสมุด
พิพิธภัณฑ์ ศูนย์การเรียนรู้ ศูนย์เทคโนโลยีและสารสนเทศ ศูนย์กีฬา ศูนย์วัฒนธรรมและศิลปะ เป็นต้น
- 5) ส่งเสริมและสนับสนุนให้องค์กรปกครองท้องถิ่น จัดระบบเฝ้าระวังและเตือนภัยทางสังคมและ
วัฒนธรรม เพื่อป้องกันเด็กและเยาวชนมิให้ตกอยู่ในสภาวะเสี่ยงที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการที่ไม่พึงประสงค์
- 6) เพิ่มบทบาทให้องค์กรปกครองท้องถิ่น จัดพื้นที่และกิจกรรมให้เด็กและเยาวชนสามารถใช้เวลาว่าง
เพื่อแสดงออกทางความคิด และศักยภาพในเชิงสร้างสรรค์ ที่เหมาะสมกับช่วงวัยของเด็กและเยาวชน
- 7) ส่งเสริม พัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ และบทบาทสื่อมวลชนในการพัฒนาเด็กและเยาวชน
เพื่อสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต และให้เป็นพื้นที่ปลอดภัยและสร้างสรรค์ โดยผลิตและเผยแพร่สาระ
สร้างสรรค์ต่าง ๆ อาทิ การส่งเสริมสุขภาพจิต การสืบสานวัฒนธรรม กิจกรรมสร้างสรรค์ของเด็กและเยาวชน ฯลฯ
รวมทั้งให้เด็กและเยาวชนมีส่วนร่วมในการผลิตและเผยแพร่สื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์
- 8) ส่งเสริมความปลอดภัยในการดำรงชีวิตประจำวันของเด็กและเยาวชน โดยมุ่งลดอุบัติเหตุ
อาชญากรรม และความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน

มาตรการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน

- 1) ส่งเสริม สนับสนุน ให้เด็กและเยาวชน มีจิตอาสาต่อชุมชนอย่างต่อเนื่องให้เป็นองค์ประกอบสำคัญ
เทียบเท่าความรู้ทางวิชาการเฉพาะด้าน
- 2) ส่งเสริม สนับสนุน การรวมกลุ่มของเด็กและเยาวชน และการดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสร้าง
คุณค่าต่อตนเองและสังคมอย่างเป็นระบบ

1 3) พัฒนาระบบการสื่อสารระหว่างกลุ่มองค์กรเด็กและเยาวชน โดยสนับสนุนให้เกิดเวทีแลกเปลี่ยน
2 เรียนรู้ในทุกระดับอย่างต่อเนื่อง

3 4) สนับสนุนการยกย่องเชิดชู เด็กและเยาวชน กลุ่มเด็กและเยาวชนที่มุ่งมั่นเป็นนักกิจกรรมด้านต่าง ๆ
4 ทั้งด้านวิชาการ การกีฬา ศิลปะ วัฒนธรรม การนำหลักทางศาสนามาปฏิบัติ เช่น อดทน อดออม พากเพียรพยายาม
5 และการมีจิตสาธารณะ ให้มีบทบาทในสังคมอย่างต่อเนื่องทุกปี

6 ยุทธศาสตร์ที่ 2 การคุ้มครองและพัฒนาเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ และเด็กพิเศษ เป้าประสงค์ เด็กและ
7 เยาวชนที่มีความต้องการการคุ้มครองพิเศษและเด็กพิเศษ ได้รับการคุ้มครองและพัฒนาทั้งกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์
8 สังคม เต็มตามศักยภาพ

9 2.1 มาตรการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว

10 2.2 มาตรการพัฒนาบริการพื้นฐานที่จำเป็นและมีคุณภาพให้เข้าถึงเด็ก

11 2.3 มาตรการพัฒนาบุคลากรด้านเด็ก

12 2.4 มาตรการปรับปรุงและบังคับใช้กฎหมาย กฎ ระเบียบที่เกี่ยวกับเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ

13 2.5 มาตรการพัฒนาระบบข้อมูล องค์กรความรู้ กลไกของรัฐ และชุมชน

14 2.6 มาตรการระดมสรรพกำลังเพื่อช่วยเหลือเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ

15 2.7 มาตรการเฉพาะกลุ่ม เช่น เด็กกำพร้า

16 ยุทธศาสตร์ที่ 3 ส่งเสริมและสนับสนุนความเข้มแข็งของภาคีเครือข่ายให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กและเยาวชน

17 3.1 มาตรการส่งเสริมสภาเด็กและเยาวชนทุกระดับให้เข้มแข็ง

18 3.2 มาตรการส่งเสริมบทบาทของภาคีเครือข่ายเพื่อมีส่วนร่วมพัฒนาเด็กและเยาวชน

19 ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาระบบบริหารจัดการในการคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน เป้าประสงค์ มีการ
20 คุ้มครองและการพัฒนาเด็กและเยาวชนที่เป็นเอกภาพ ทำให้การดำเนินงานด้านเด็กและเยาวชนมีประสิทธิภาพ

21 4.1 มาตรการพัฒนาการบริหารจัดการในการคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน

- 1 4.2 มาตรการเสริมสร้าง โอกาสและการเข้าถึงระบบสวัสดิการสังคม ระบบบริการ และระบบคุ้มครอง ทั้ง
- 2 ทางด้านสาธารณสุข การศึกษา อาชีพ และสังคม แก่เด็กและเยาวชนทุกกลุ่มอย่างเท่าเทียมและทั่วถึง โดยเฉพาะที่อยู่ใน
- 3 ในพื้นที่ห่างไกลและทุรกันดาร
- 4 4.3 มาตรการพัฒนาระบบ และกลไกป้องกันเด็กและเยาวชนจากปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ อาทิ เรื่องยาเสพติด เรื่อง
- 5 ทางเพศ สถานบริการ ร้านเกม หอพัก ร้านขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์