

สมัครด่วน! เพื่อดวงใจพ่อแม่...

เสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “โรงเรียนพ่อแม่ (ใหม่) อย่างไรพอ?”

12 มิย. นี้ 9.00-13.00 น. ที่ ศูนย์เรียนรู้ฯ สศส.

# โรงเรียน

# พ่อแม่ (ใหม่)

# อย่างไรพอ?

<http://www.gotoknow.org/planet/parent>



ความรู้และทักษะการเลี้ยงลูกให้ถูกต้องทางและเท่าทันจะส่งมอบแก่พ่อแม่อย่างง่ายและทั่วถึงได้อย่างไร?



## เข้าโรงเรียนพ่อแม่กันเถอะ

เปิดสอน  
บันทึกประสบการณ์  
ใส่คำสำคัญ โรงเรียนพ่อแม่

[HTTP://WWW.GOTOKNOW.ORG/PLANET/PARENT](http://www.gotoknow.org/planet/parent)

### กลุ่มชุมชนโรงเรียนพ่อแม่บนเครือข่ายGotoKnow.org

ได้รับโอกาสอันดีจาก GotoKnow.org, ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ, สสส. มอบหมายให้จัดสัมมนา

กลุ่มผู้ทำงานโรงเรียนพ่อแม่ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์เรื่อง

“โรงเรียนพ่อแม่(ใหม่)อย่างไรพอ? ในการนี้ชุมชนฯ ได้จัดกิจกรรมเป็น ๓ ส่วนคือ

**ปาฐกถาพิเศษ :** โรงเรียนพ่อแม่(ใหม่)อย่างไรพอ? มุมมองจากราชวิทยาลัย

โดยศ.คลินิกพญ.วินัดดา ปิยศิลป์

**นำเสนอผลงาน** เป็นกรณีตัวอย่างเพื่อเปิดโอกาสให้คนทำงานเสริมพลังพ่อแม่ ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนกันว่า มีวิธีการทำงานดีอะไรบ้าง? ทั้งนี้ได้รับเกียรติจาก ศ.(คลินิก)พญ.วินัดดา ปิยศิลป์และอ.ปรีชวัน จันท์ศิริ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ จุฬาฯ ร่วมวิพากษ์

**กิจกรรมอภิปรายกลุ่มย่อย** เรื่อง “โรงเรียนพ่อแม่ (ใหม่) ในจินตนาการของฉัน” เพื่อระดมความคิดรวบรวมไว้ต่อยอดให้เป็นรูปธรรมต่อไป

สุดท้ายนี้กลุ่มชุมชนโรงเรียนพ่อแม่บนเครือข่าย GotoKnow.org ขอขอบคุณ GotoKnow.org, ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ, สสส.ศ.(คลินิก)พญ.วินัดดา ปิยศิลป์, อ.ปรีชวัน จันท์ศิริ, คุณศศิฑล หงส์ไทย และผู้ร่วมนำเสนอผลงานท่านอื่นๆรวมทั้งผู้เกี่ยวข้องทุกท่านที่ทำให้การจัดกิจกรรมนี้สำเร็จด้วยดี

กลุ่มชุมชนโรงเรียนพ่อแม่บนเครือข่าย GotoKnow.org

<http://www.gotoknow.org/planet/parent>

# กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ โรงเรียนพ่อแม่(ใหม่)อย่างไรพอ?

วันพฤหัสบดีที่ ๑๒ มิถุนายน ๒๕๕๗ ๙.๐๐-๑๓.๐๐น.

ห้องประชุม๔๑๓ ศูนย์เรียนรู้ สสส.

พิธีเปิด ๙.๐๐ น.

ปาฐกถาพิเศษ : โรงเรียนพ่อแม่(ใหม่)อย่างไรพอ? มุมมองจากราชวิทยาลัย

ศ.คลินิก พญ.วินัดดา ปิยะศิลป์

รองประธานราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย

อุปนายกสมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย

ประธานชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย

นำเสนอผลงาน(๑๐นาที ซักถามให้คำแนะนำ๑๐นาที) ผู้วิพากษ์ ศ.คลินิก พญ.วินัดดา ปิยะศิลป์

อ.ปรีชวัน จันทร์ศิริ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ จุฬาฯ

การดำเนินงานโรงเรียนพ่อแม่ในคลินิกเด็กสุขภาพดี รพ.แกทอง

คุณเสาวลักษณ์ ถนอมวงศ์

การใช้สื่อเพื่อสร้างทักษะชีวิตนักเรียนประถมและสื่อเติมเต็มความเข้มแข็งทางใจแก่นักเรียน

มัธยม ๓ อำเภอในจังหวัดระยอง

จอ.ประเชิญ สวัสดิ์ผล

การสนับสนุน โรงเรียนพ่อแม่ในรพ.ชุมชนของศูนย์อนามัยแม่และเด็กเขตนครสวรรค์

คุณศศิชล หงษ์ไทย

กลุ่มสาธิตปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพแม่ที่มีบุตร ๐-๕ ปี เพื่อลดความเครียดและการใช้ความ

รุนแรงทางกายและวาจา

นพ.สมบุรณ์ โทระวารีกาญจน

อภิปรายกลุ่มย่อย "โรงเรียนพ่อแม่ (ใหม่) ในจินตนาการของฉัน"

ปิดเวที รับประทานอาหารกลางวัน ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.

การดำเนินงานโรงเรียนพ่อแม่ในคลินิกเด็กสุขภาพดี รพ.แก่ง



คุณเสาวลักษณ์ ถนอมวงศ์

<http://www.gotoknow.org/blog/wellchild>

การทำงานในคลินิกส่งเสริมสุขภาพเด็กแข็งแรงนอกจากการให้บริการฉีดวัคซีนแล้ว จำเป็นต้องมีกิจกรรมในการส่งเสริมความรู้ ให้พ่อ-แม่และญาติที่นำลูกมาฉีดวัคซีนในแต่ละช่วงวัย

เพื่อให้พ่อแม่เลี้ยงดูลูกได้เหมาะสมตามวัย ส่งผลให้เด็กแข็งแรง เก่ง ดี มีสุข สมใจนึกพ่อแม่ทุกคน

โรงเรียนพ่อแม่ของโรงพยาบาลแก่ง ทำให้สม่ำเสมอมานานแล้ว ได้จัดทำให้เป็นรูปแบบจริงจังมากขึ้นในปี๒๕๕๒

เวลาวันที่ทองของการจัดกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ ก็คือช่วงเวลาที่ผู้ปกครองนำเด็กมาฉีดวัคซีน

เวลาในการทำกิจกรรมกลุ่มในแต่ละครั้งควรใช้เวลานานประมาณ 30 นาที

เป็นเวลาเดียวกับเวลาที่ต้องอยู่โรงพยาบาลเพื่อดูอาการข้างเคียง หลังฉีดวัคซีน

ซึ่งส่วนใหญ่ผู้ปกครองจะให้ความร่วมมือ

การสอนจะมีเนื้อหาตามช่วงวัย ซึ่งถูกแบ่งแยกนัดไว้ ตั้งแต่การฉีดครั้งแรก โดยใช้สื่อจากแหล่งต่างๆรวบรวมเป็นรูปแบบเฉพาะของผู้สอนเอง

หลังจากการทำกิจกรรมก็มีของรางวัลเป็นหนังสือนิทานเพื่อเสริมแรงจูงใจในการทำกิจกรรมในครั้งต่อไป

นอกจากความร่วมมือของผู้ปกครอง ความตั้งใจของผู้ปฏิบัติแล้ว ยังต้องใช้อุปกรณ์สื่อ

ทัศนศึกษา และสถานที่ที่เหมาะสมซึ่งสิ่งเหล่านี้ต้องการการสนับสนุนจากผู้บริหารด้วย

ผลลัพธ์ของโรงเรียนพ่อแม่ที่มีผลต่อเด็ก ยังคงรอคอยการวัดที่ยั่งยืนต่อไป แต่ความ

ร่วมมือ ความพึงพอใจของพ่อแม่ทำให้ผู้ปฏิบัติ ประเมินตนเองได้พอสมควร โดยเฉพาะ

จำนวนเด็กที่มารับบริการและจำนวนพ่อแม่ที่เข้าร่วมเรียนรู้ เพิ่มขึ้นเรื่อยๆจนมีปัญหาใหม่คือ จำนวนเจ้าหน้าที่ที่ให้บริการเริ่มไม่เพียงพออีกแล้ว

การใช้สื่อเพื่อสร้างทักษะชีวิตนักเรียนประถมและสื่อเติมเต็มความเข้มแข็งทางใจแก่นักเรียนมัธยม๓อำเภอในจังหวัดระยอง



จอ.ประเชิญ สุวัศดีผล

<http://www.gotoknow.org/blog/jachurn>

วัยรุ่นอำเภอแกลงมีปัญหาความประพฤติไม่ต่างจากชุมชนอื่น  
คนทำงานที่เกี่ยวข้องกับเด็กในสายงานสาธารณสุขและศึกษาธิการ จับมือกัน  
เพื่อลดปัญหาดังกล่าวด้วยการสร้างความเข้มแข็งทางใจ ในนักเรียนมัธยม  
๙ โรงเรียนในพื้นที่การศึกษาเขตระยอง๒ด้วยสื่อสำเร็จรูป ชุด เติมเต็มความ  
เข้มแข็งทางใจ ที่พัฒนาโดยอาจารย์ นพ.ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล นายแพทย์  
ผู้ทรงคุณวุฒิ กรมสุขภาพจิตและแผนงานสร้างเสริมสุขภาพจิต สสส.  
การดำเนินการในปีการศึกษาแรก ประกอบด้วยการทำความเข้าใจกับผู้บริหาร  
การเตรียมครูผู้ใช้ การจัดหาสื่อ กระจายสื่อให้ทั่วถึง การแลกเปลี่ยนเรียนรู้  
ระหว่างใช้งาน และการติดตามผล ในปีแรกมีการวิจัยเพื่อประเมินการใช้สื่อ  
โดยอาจารย์จากสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดลด้วย  
ปีการศึกษาที่๒มีการใช้สื่อต่อเนื่องในห้องเรียนที่ยังไม่ได้สัมผัสสื่อหรือนักเรียน  
เข้าใหม่ รวมทั้งได้นำสื่อ การ์ตูน เสริมสร้างทักษะชีวิต มาใช้กับนักเรียน  
ประถม๑-๓ จำนวน๘๑โรงเรียนในสังกัด สพป.ระยองเขต๒ด้วย  
ผลการใช้งานแม้ไม่สามารถวัดผลแตกต่างได้ชัดเจนแต่ครูผู้ใช้อย่างมีความรู้สึกที่ดี  
ต่อการใช้สื่อและมีแผนดำเนินการต่อไปอีกอย่างน้อย ๒ปี นอกจากนั้นความ  
ร่วมมือในการดูแลเด็กวัยเรียนของบุคลากรในพื้นที่ที่ดีขึ้นยังส่งผลให้การดูแล  
นักเรียนบางรายที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษมีความมั่นใจได้ว่าทีมจะ  
สามารถดูแลได้ดีขึ้นอีกด้วย

## การสนับสนุน โรงเรียนพ่อแม่ในรพ.ชุมชนของศูนย์อนามัยแม่และเด็กเขต นครสวรรค์



คุณศศิชล หงษ์ไทย

<http://www.gotoknow.org/blog/parentalschool>

การดำเนินการโรงเรียนพ่อแม่ของศูนย์อนามัยที่ 8 เริ่มเมื่อปี 2547 ปีแรกเราเลือกทดลองทำในรพ.สต. 1 แห่ง/1 จังหวัด โดยทางศูนย์อนามัยที่ 8 มีงบประมาณสนับสนุนก็เกิดผลลัพธ์ที่ดีในทุกแห่ง..แต่พอเหตุการณ์ผ่านไป ก็แผ่วลงเรื่อยๆ ขาดความยั่งยืน เพราะงานถูกสร้างขึ้นมาใหม่ ไม่กลมกลืนไปกับงานประจำ แถมอีกบทเรียนที่ได้คือ..น้องคนทำ ไม่มีทีมงานที่ช่วยทำงาน เมื่อมีการโยกย้าย งานก็สลายตามไปด้วย

แต่จากเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่เราจัดขึ้นก็สร้างกระแสได้ระดับหนึ่ง ให้โรงพยาบาลชุมชน นำไปเผยแพร่และทดลอง แต่ทุกอย่างก็ไม่ง่าย..เพราะกลับกลายเป็นการเพิ่มภาระงาน

เมื่อมีโครงการสายใยรัก ทำให้ปรับรูปแบบการนิเทศ เข้าไปในทีมเดียวกัน มีการนำเกณฑ์โรงเรียนพ่อแม่ใส่เข้าไปในเกณฑ์การประเมินโรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัว

หลังนิเทศพบว่าทุกโรงพยาบาลทำได้ตามเกณฑ์ แต่ไม่ได้เอาไปพัฒนาการสอน สิ่งที่เราต้องการเป้าหมายสูงสุด คือ เด็กมีพัฒนาการที่ดี ก็คงไม่ได้

ในฐานะพี่เลี้ยง พยายามมองหาว่าจะช่วยอะไรได้บ้าง ทำสื่อ เพราะหลายรพ.มีสื่อแต่ไม่ไม่น่าสนใจ ผู้รับบริการไม่อ่าน จึงหางบประมาณมาทำสื่อ สื่อสำหรับเจ้าหน้าที่ สื่อสำหรับแจกผู้รับบริการ ปรับความเข้าใจเรื่องเกณฑ์ว่า จะนำมาพัฒนางานอย่างไร ไม่ใช่ทำเพื่อให้ผ่าน ประเมิน จัดช่องทางให้น้องๆ ติดต่อผ่านทางfacebook ทางe-mail และมีโทรศัพท์ให้ติดต่อได้

หลังการนิเทศแต่ละครั้งจะสรุปผลส่งไปให้เพื่อพัฒนาเป็นลายลักษณ์อักษร ให้ผู้บริหารรับทราบ

กลุ่มสาธิตปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพแม่ที่มีบุตร 0-5ปีเพื่อลดความเครียดและ  
การใช้ความรุนแรงทางกายและวาจา



นพ.สมบูรณ์ โทตระวารีกาญจน

<http://www.gotoknow.org/blog/goodparenting>

วัตถุประสงค์ เพื่อทดลองจัดบริการโดยนำรูปแบบกลุ่มปรับพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการจัดการ  
อารมณ์มาใช้ในกลุ่มพ่อแม่ที่มีลูกเป็นเด็กเลี้ยงยาก  
กลุ่มอาสาสมัคร คือ เจ้าหน้าที่รพ.แกลง(๖ คน) หลังสัมภาษณ์เพื่อประเมินความตระหนัก  
รายละเอียดโปรแกรม การจัดการเพื่อปรับพฤติกรรมสุขภาพในรูปแบบกลุ่มปิด แบ่งดำเนิน  
กิจกรรมเป็น ๖ ครั้งตามขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ ครั้งละ 45-60 นาที ดังนี้

ครั้งที่	ขั้นตอนการเปลี่ยนแปลง	กิจกรรม
๑	การทบทวนตนเอง	กลุ่มประเมินรูปแบบความเคยชินของตนเองในการเลี้ยงดูบุตรและ รูปแบบการจัดการอารมณ์เครียด โกรธ ของตนเอง
๒	การสร้างแรงจูงใจ	ให้สมาชิกเข้าศึกษาด้วยตนเองใน Go2change.com จัดเวลาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ หลังดูสื่อ
๓	การจัดทำแผนการเปลี่ยนแปลง	ทำแผนการเปลี่ยนแปลงตนเองโดยใช้แบบบันทึกปรับพฤติกรรมสุขภาพ ลงมือปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ จัดทำบันทึกประจำวันให้บันทึกผล
๔-๖	การแบ่งปันประสบการณ์	เล่าเรื่องราวและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตนเองในการปฏิบัติ ตาม แผนที่วางไว้ และเสริมแรงจูงใจให้เกิดความต่อเนื่อง เปิดโอกาสให้สมาชิกแสดงความชื่นชมและ ให้กำลังใจกัน

ตัวชี้วัดสำคัญคือ จำนวนครั้งในการใช้ความรุนแรง ทางกาย วาจา กับลูกในแต่ละสัปดาห์  
สรุปผลและการเรียนรู้จากกลุ่มสาธิต

จากการสาธิตทำให้เห็นถึงความยากในการปรับพฤติกรรมสุขภาพด้านอารมณ์ ในการประยุกต์  
เพื่อใช้งานจริง ผู้เข้าร่วมจำเป็นต้องมีความมุ่งมั่นและความพร้อมในการเปลี่ยนแปลง ขั้นตอน  
สัมภาษณ์เพื่อประเมินและสร้างความตระหนักในการเปลี่ยนแปลงจึงสำคัญ กระบวนการกลุ่มมี  
อิทธิพลต่อการเสริมพลังให้พยายามปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้

# "โรงเรียนพ่อแม่ (ใหม่) ในจินตนาการของฉัน



ทีมจันทร์ยิ้ม เพื่อพัฒนาเยาวชน

<http://www.gotoknow.org/blog/klaeng>

พ่อแม่จำเป็นต้องเรียนรู้ต่อเนื่อง

เพื่อมีทักษะในการเลี้ยงดูลูกในแต่ละวัยได้ถูกทางและเท่าทัน

การเรียนรู้เรื่องสำคัญพิเศษนี้ ควรเป็นการเรียนรู้ด้วยตนเองตามอัธยาศัย ตามกำลังปัญญา

เปิดกว้างให้พ่อแม่ผู้ปกครอง ทุกฐานะ ทุกระดับการศึกษา

ได้เข้าถึงแหล่งเรียนรู้ที่เหมาะสม ง่าย ใกล้ตัว ทั่วถึง ไม่แพง ฯลฯ

วิชาที่เรียนสามารถเรียนตามลำดับวัยของลูกและความสนใจของพ่อแม่ในขณะนั้น

ในการนี้ควรมีครู(กระบวนกร)หลายรูปแบบเป็นผู้ให้คำปรึกษา

บุคลากรทางการแพทย์สายแม่และเด็กโดยเฉพาะกุมารแพทย์ใกล้ชิดและเป็นที่ไว้วางใจของพ่อแม่เด็กมาก

เพียงแค่บุคลากรเหล่านี้ไม่มีเวลามากพอที่จะช่วยเหลือพ่อแม่ได้ทันและเพียงพอต่อความต้องการ





โรงเรียนพ่อแม่ในฝันของผู้เขียนจึงควรมีสื่อ เครื่องมือ วิธีการ ที่ใช้ง่าย เบาแรง  
ตอบทุกปัญหาที่พบบ่อยๆได้ใช้เรียนรู้ด้วยตนเองหรือมีกระบวนการช่วยเพียงเล็กน้อย  
ก็เพียงพอ

สื่อนี้ควรได้มาตรฐานและไม่มีโฆษณาแอบแฝง รวมทั้งถูกปรับปรุงให้ทันสมัย  
อยู่เสมอ

กระบวนการ ผู้จัดห้องเรียนทั้งในโรงพยาบาลหรือในโรงเรียน ทั้งภาครัฐและ  
เอกชน ควรได้รับการเสริมพลังอย่างต่อเนื่องจากองค์กรไม่แสวงหากำไร ที่มีงบ  
สนับสนุนตามสมควร

การสนับสนุนให้ พ่อแม่ ผู้เลี้ยงดูเข้าถึงแหล่งเรียนรู้และความรู้จำเป็นต้องทำ  
อย่างเป็นระบบ

ระยะแรกพ่อแม่ ผู้เลี้ยงดูเด็กได้รับการเสริมพลังให้อยากเรียนรู้

ต่อมามีมาตรการบางอย่างกระตุ้นให้อยากเรียนรู้

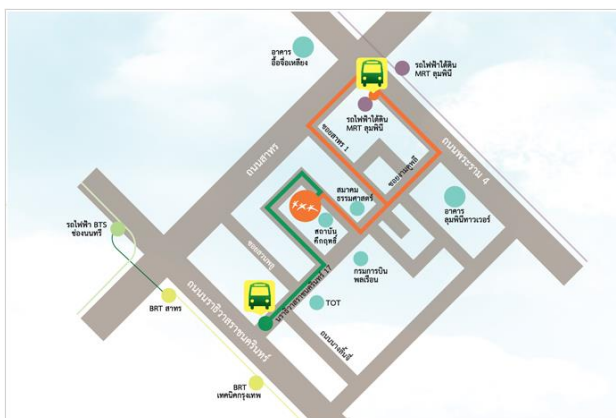
และในที่สุดอาจมีวิธีการบางอย่างบังคับให้ผู้เลี้ยงดูทุกคนต้องเข้าเรียน

เพื่อผลลัพธ์ที่ดีขึ้นต่อเด็กและเยาวชนได้มีโอกาสเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ แข็งแรง

เก่งดี และมีความสุขต่อไป

โรงเรียนพ่อแม่(ใหม่)ในฝันของผู้เขียนมีกรอบความคิดเท่านี้

ท่านล่ะ ฝันไว้อย่างไร? ไปร่วมแลกเปลี่ยนกันในวันประชุม ที่ศูนย์เรียนรู้ฯครับ





# Bloggerในชุมชนโรงเรียนพ่อแม่



<http://www.gotoknow.org/blog/mom>

ดร. จันทวรรณ ปิยะวัฒน์

แม่มีเรื่องเล่า



ดูแลเด็กที่บ้าน ฉบับบ้านๆ  
หิรัญญา คงทองสอาด  
<http://www.gotoknow.org/blog/babypedd>

เมื่อลืมหืมตาดูโลก  
สุปัญญา ฉายาขวลิต  
<http://www.gotoknow.org/blog/hbklang>

การจัดการโรงเรียนพ่อแม่  
เสาวลักษณ์ ถานอมวงศ์  
<http://www.gotoknow.org/blog/wellchild>

<http://www.gotoknow.org/blog/jack>  
ประเชษฐ์ สุวิสต์ผล  
สุขภาวะวัยรุ่นในโรงเรียน



## เมื่อลูกรักเข้าห้องฉุกเฉิน

นุชจรรย์ย์ สิริทิพงษ์ค์

<http://www.gotoknow.org/blog/emerped>

<http://www.gotoknow.org/blog/bsasima>



สื่อสารกับคุณแม่ชาวแกมพูชา  
ศศิมา วงศ์ทางประเสริฐ



น้ำฝน ใจสะอาด  
สุขภาพแม่หลังคลอด

<http://www.gotoknow.org/blog/ppklaeng>



## โรงเรียนพ่อแม่

ศศิชล หงส์ไทย

<http://www.gotoknow.org/blog/parentalschool>



อากาพรรณ ไสภธรรมรักษ์  
มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

<http://www.gotoknow.org/blog/thaibreastfeeding>

เมื่อลูกไม่สบาย  
สายชล ปธานราษฎร์

<http://www.gotoknow.org/blog/pctped>



## เพื่อนพ่อแม่

สมบูรณ์ โทตระวารีกาญจน

<http://www.gotoknow.org/blog/goodparenting>



## เลี้ยงลูกแบบแนวคิดบวก

ชฎาพร รัตนาวีวัฒน์พงศ์

<http://www.gotoknow.org/blog/positivemom>

คุยกับลูกเรื่องธรรม สัจคม ความรู้-ไม่รู้และอื่น ๆ



จิริยา ไวศยารัตน์

<http://www.gotoknow.org/blog/ourson>



พลิกเรื่องเรียนรู้สู่อัจฉริยะ

กมล แสงทองศรีกมล

<http://www.gotoknow.org/blog/kamolss>



โรงเรียนพ่อแม่

GotoKnow

คนทำงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้

ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ

สสส

สำนักงานกองทุนสนับสนุน  
การสร้างเสริมสุขภาพ