

โปรแกรม ฉลาดรัก ฉลาดเลี้ยง (7-day parenting program)

หัวข้อ : มุมมองของวิทยากรโปรแกรมการเลี้ยงดูเด็ก: การพัฒนาวิชาชีพและประสบการณ์ต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตของผู้ปกครองและเด็ก

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568



สรวงสุดา ป้องแก้ว
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน

มุมมองของวิทยากรโปรแกรมการเลี้ยงดูเด็ก: การพัฒนาวิชาชีพและประสบการณ์ต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตของผู้ปกครองและเด็ก

7-DAY PARENTING PROGRAM

1. การยกระดับสมรรถนะวิทยากร (Professional Growth)

"ผู้สอน" เป็น "ผู้นำการเปลี่ยนแปลง" (Change Agent) ,
ภาวะผู้นำและการสื่อสาร ,
การดูแลแบบองค์รวม (Holistic Care): พลังแห่งทีมเวิร์ก: สร้างความภาคภูมิใจและเป้าหมายร่วมกัน
ในทีมวิชาชีพ (Internal Growth) โครงการนี้ช่วยหล่อหลอมให้ที[illegible]ากรเปลี่ยนบทบาทจากผู้
ให้บริการสู่การเป็น "ผู้นำกระบวนการเชิงรุก"
พัฒนาทักษะการสื่อสารรอบด้าน และเกิดความภาคภูมิใจในวิชาชีพผ่านการทำงานเป็นทีม
(Interdisciplinary Team) ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม

2. การเปลี่ยนแปลงในตัวเด็ก (EXECUTIVE FUNCTIONS & SOCIAL-EMOTIONAL SKILLS)

เด็กที่ผ่านกระบวนการมีพัฒนาการที่ดีขึ้น , ทักษะความฉลาดรอบด้านทั้ง 7 มิติ ,
ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving)

หัวข้อ	ก่อนเข้าร่วม (แบบเดิม)	หลังเข้าร่วม (ผ่านกระบวนการวิทยากร)
วิธีการสื่อสาร	สั่งการ / ตำหนิ / บ่น	ฟังอย่างตั้งใจ / สะท้อนความรู้สึก / ใช้ I-Message
การจัดการพฤติกรรม	ลงโทษ / ตี / ขู่	สร้างข้อตกลงร่วม / ใช้ผลลัพธ์ตามธรรมชาติ
บรรยากาศในบ้าน	ตึงเครียด / ห่างเหิน	มีกิจกรรมร่วมกัน / มีความเข้าใจและไว้ใจกัน
ทักษะเด็ก	ทำตามเพราะกลัว	มีทักษะการแก้ปัญหาและควบคุมตนเอง





3. พลังของครอบครัวและชุมชน
(COMMUNITY-BASED LEARNING)

ผู้ปกครองลดความรีบเร่ง ใจเย็นลง
การเรียนรู้จาก "เพื่อนบ้าน" ในชุมชน
ให้ผลลัพธ์ที่ดีกว่าการฟังบรรยายวิชาการ เกิด
ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (SENSE OF OWNERSHIP)
และนำไปใช้ได้จริง



ข้อค้นพบ หลังจากขยายผล 15 อำเภอ 67 โรงเรียน

- กรณีศึกษา (Case Study) ที่เห็นความเปลี่ยนแปลงชัดเจนที่สุด (จากเดิมที่ผู้ปกครองดุลูกบ่อยๆ กลายเป็นใช้แรงเสริมทางบวก
- คะแนนประเมินก่อน-หลัง (Pre-Post Test) ด้านทักษะเด็ก หรือระดับความพึงพอใจของผู้ปกครอง
- การเรียนรู้ในชุมชน เพราะนี่คือหัวใจของการสร้างความยั่งยืน (Sustainability) ที่ความรู้จะไม่หายไปแม้โครงการจะจบลง
- ในปัจจุบัน วิทยากรไม่ได้อยู่แค่ในห้องอบรม แต่ยังทำหน้าที่ในโลกออนไลน์และชุมชน เพื่อให้ความรู้เข้าถึงง่ายขึ้น (Accessibility) โดยเน้นหลักการ "เข้าใจ-เห็นใจ-แก้ไขได้จริง"



ข้อค้นพบสำคัญ (KEY FINDINGS)

- ด้านการพัฒนาเด็ก : เด็กมีพัฒนาการเด่นชัดในด้าน ทักษะสมอง (EF) และ ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) โดยพบว่าเด็กมีความพยายามในการแก้ปัญหา (Grit) สามารถยับยั้งชั่งใจและควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น รวมถึงมีทักษะทางสังคมและการวางแผนที่เป็นระบบ

- ด้านผู้ปกครองและครอบครัว : เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติจากการเลี้ยงดูแบบเร่งรีบ สู่การเข้าใจธรรมชาติและความพร้อมของเด็กรายบุคคล ผู้ปกครองมีทักษะการปรับพฤติกรรมที่หลากหลาย และมีความกล้าในการขอรับคำปรึกษาด้านสุขภาพจิตและพฤติกรรมมากขึ้น

- ด้านกลไกชุมชน : การเรียนรู้แบบ "เพื่อนช่วยเพื่อน" (Peer Learning) ในชุมชนมีประสิทธิภาพสูงกว่าการบรรยายเชิงวิชาการ เนื่องจากสร้างความรู้สึกเป็นเจ้าของความรู้ (Ownership) และสามารถนำไปปรับใช้ในวิถีชีวิตจริงได้อย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะเพื่อความยั่งยืน

ควรส่งเสริมให้เกิดพื้นที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในชุมชนอย่างต่อเนื่อง และถอดบทเรียนจากวิทยากรต้นแบบเพื่อขยายผลไปยังพื้นที่อื่น โดยมุ่งเน้นการสร้าง "ระบบสนับสนุนครอบครัว" แทนการแก้ไขปัญหาที่ตัวเด็กเพียงอย่างเดียว



ผลการดำเนินงาน 7 Day Parenting

ปี 2565

5 โรงเรียน
"นำร่อง 3 อำเภอ"



ผลลัพธ์

- ผู้ปกครองมีทักษะการเลี้ยงดูเด็กเพิ่มขึ้น 46.6%
- เด็กที่เข้าร่วมโปรแกรมมีความฉลาดรอบด้านเพิ่มขึ้น 23.7%
- เจ้าหน้าที่ สธ./ครู มีทักษะกระบวนกรเพิ่มขึ้น 68.0%

ปี 2566

5 + 6 = 11 โรงเรียน
"ขยายผลอำเภอบ่อเกลือ"

KICK OFF

ผลลัพธ์

- ผู้ปกครองมีทักษะการเลี้ยงดูเด็กเพิ่มขึ้น 82.2%
- เด็กที่เข้าร่วมโปรแกรมมีความฉลาดรอบด้าน เพิ่มขึ้น 66.7%
- เจ้าหน้าที่ สธ./ครู มีทักษะ





ปี 2567

11 + 9 Plus
"Nan City MODELs"

Healthy City MODELs

ผลลัพธ์

- โรงเรียนสังกัดเอกชน สพป. และเทศบาล

โปรแกรมฉลาดรัก ฉลาดเลี้ยง (7-Day Parenting Program) จังหวัดน่าน
หลังจากที่ผู้ปกครองและเด็ก เข้าร่วมกิจกรรม 7 day ครบ 3 ครั้ง พบว่า ผู้ปกครองมีทักษะการเลี้ยงดู เพิ่มขึ้น และเด็กมีความฉลาดรอบด้านเพิ่มขึ้น แตกต่างจากก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ลำดับ	ผลลัพธ์	ปี 2565-66	ปี 2567	ปี 2568
1	บุคลากรสาธารณสุข ครู มีความรู้ทักษะในการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิต	64.40	67.00	84.20
2	ผู้ปกครอง มีทักษะการเลี้ยงดูเด็กเพิ่มมากขึ้น	82.20	88.20	80.10
3	นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม มีคุณลักษณะความฉลาดรอบด้านที่เพิ่มขึ้น	66.70	66.80	96.81

จังหวัดน่าน
ปีงบ 2568
"Nan 15 อำเภอ"
67 โรงเรียน

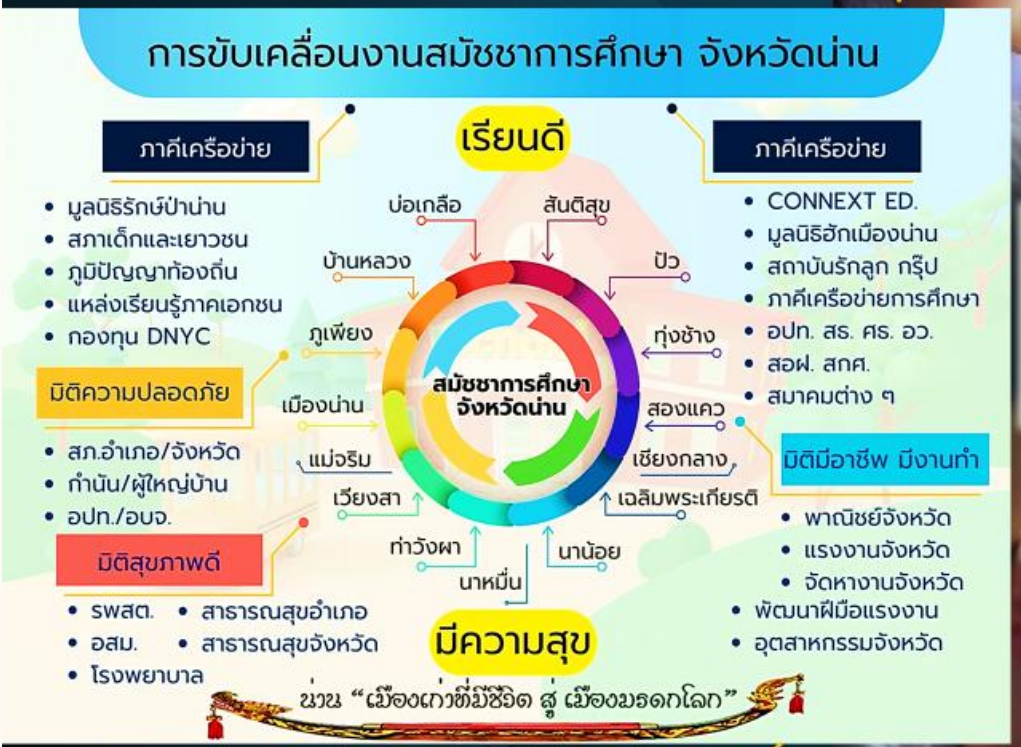
- ✓ ภาคีเครือข่ายที่สำคัญ นายกเทศบาลเมืองน่าน อบจ.น่าน เครือข่ายสาธารณสุขอำเภอ โรงพยาบาล ผู้อำนวยการโรงเรียน สถานศึกษาที่สนใจร่วมกิจกรรม
- ✓ งบประมาณสปสช. ขับเคลื่อนทุกอำเภอ

กระทรวงสาธารณสุข MINISTRY OF PUBLIC HEALTH
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน
Nan Provincial Office of Public Health

ผู้บริหารแจ้งนโยบาย

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน
Nan Provincial Office of Public Health

การขับเคลื่อนงานสมัชชาการศึกษา จังหวัดน่าน



เด็กมีทักษะรอบรู้ด้านสุขภาพ(เก่ง)

- ยกระดับเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพตามมาตรฐานสากล (GSHPS) ทุกรร.
- โรงเรียนมีกิจกรรมทางกายทุกวัน
- นักเรียนแกนนำอย.น้อย / ภัยสุขภาพ

เด็กมีภูมิคุ้มกันด้านจิตใจ(ดี)
7 วันฉลาดรักครอบครัว ฉลาดรอบด้าน
7-day Parenting Program

- โรงเรียน/ครูมีการคัดกรองเฝ้าระวังสุขภาพจิตนักเรียนเบื้องต้นก่อนถึงสธ. ด้วยระบบ School Health Hero

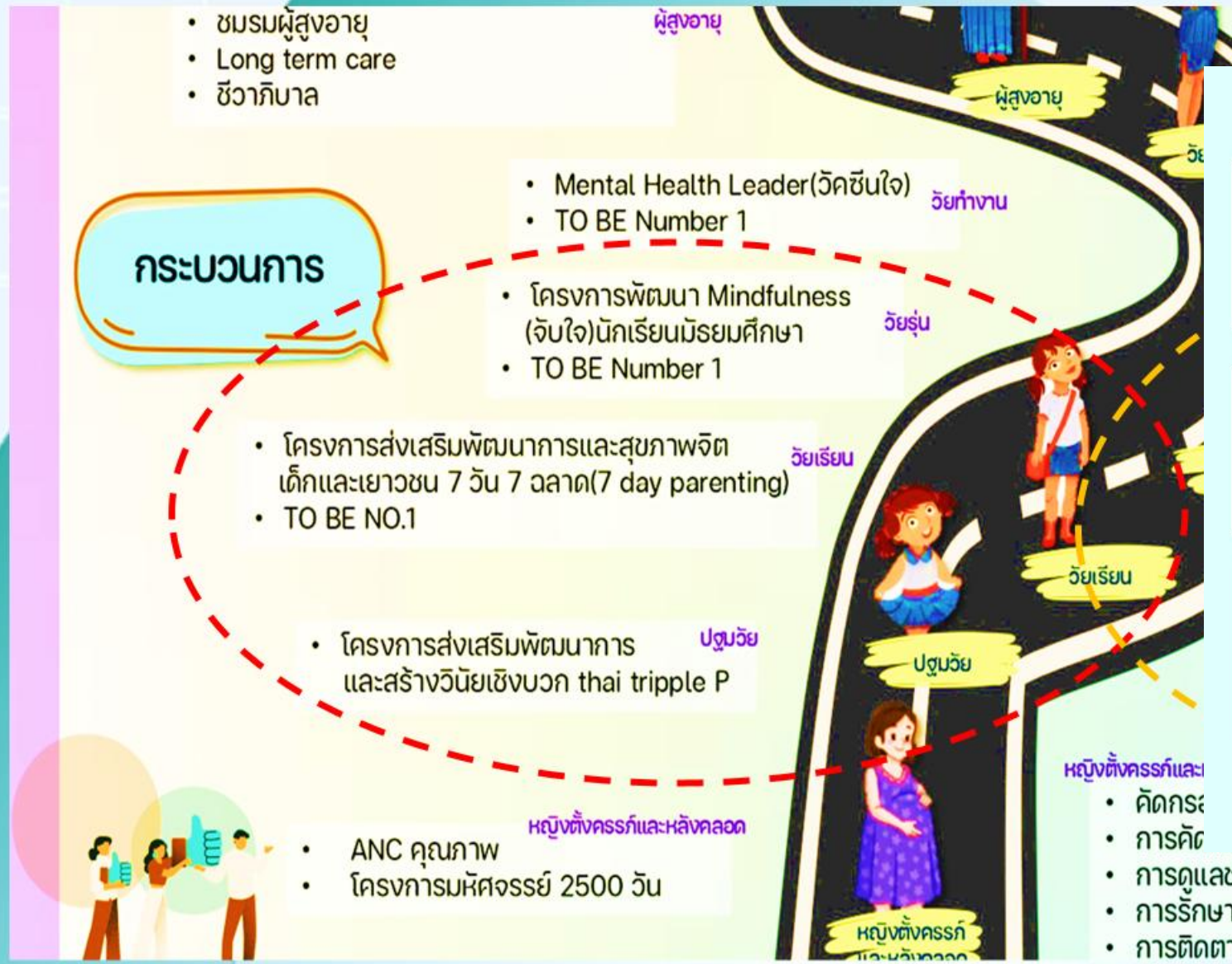
เด็กมีความสุข

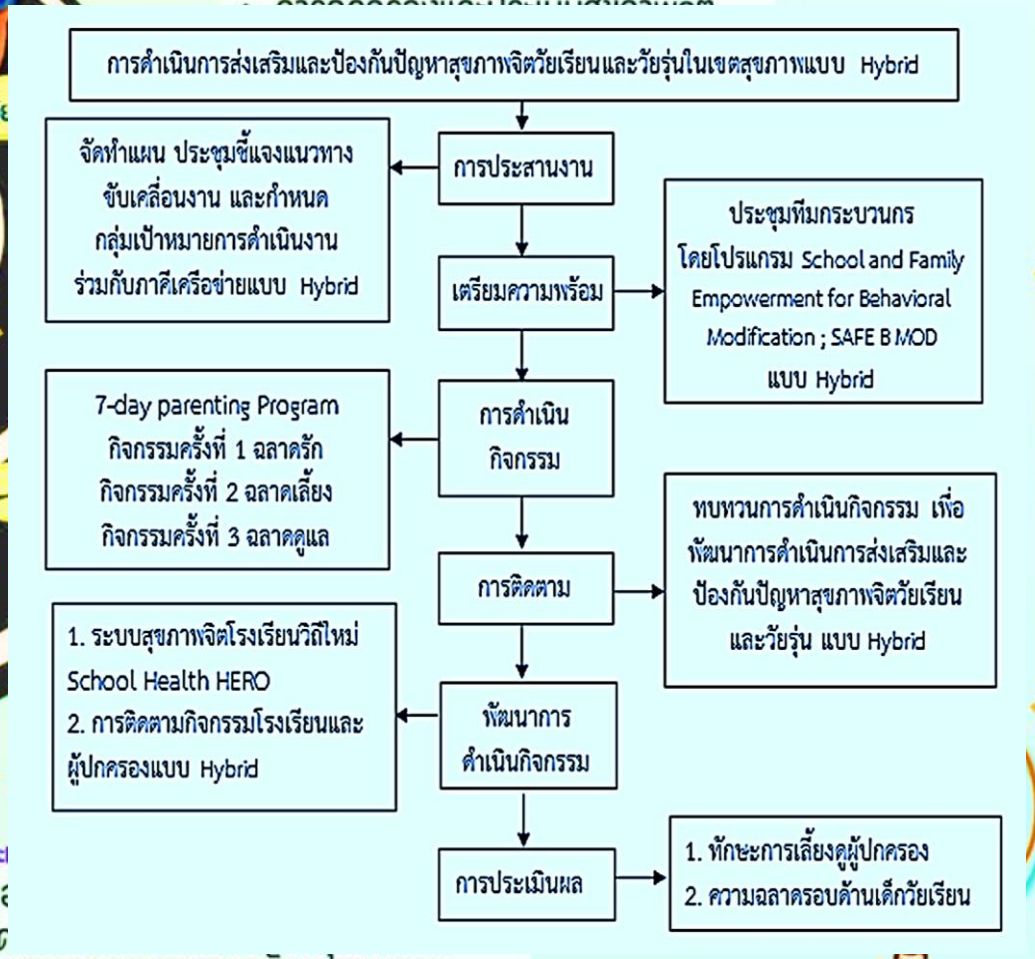
- To Be Number one ทุกอำเภอ
- โรงพยาบาลผ่านเกณฑ์มาตรฐานบริการสุขภาพที่เป็นมิตรสำหรับวัยรุ่นและเยาวชน YFHS

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

ปี 2568 เด็กน่าน - เก่ง – ดี - มีความสุข

แจ้งแผนงานระดับจังหวัดสู่อำเภอ





พัฒนาศักยภาพกระบวนกรครู และสาธารณสุข

พ่อแม่ ผปค.

กิจกรรม 7 Day Parenting เชิงรุกในโรงเรียน



สสอ. / รพ.น่าน / รพช.
สสอ. / รพ.สต.

- แพทย์
- พยาบาลจิตเวช /จนท.ที่รับงานส่งเสริมสุขภาพวัยเรียน งานอนามัยโรงเรียน
- นักจิตวิทยา
- นักสังคมฯ
- นักกิจกรรมบำบัด

ผู้นำกลุ่ม → ผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม



นักเรียน ชั้นป.1

กลุ่มเสี่ยง | กลุ่มปกติ



รพ.จิตเวช
สถาบัน
ศูนย์สุขภาพจิต

พัฒนาโปรแกรมและฝึกอบรม
Coach / Trainer

โรงเรียน **ครู/สพป.**

- นักจิตวิทยา
- ครูแนะแนว
- ครูพุทธศาสนา
- ครู To Be NO.1
- ครูที่มีความพร้อม

ผู้นำกลุ่ม

- ผอ. สพม. / ศึกษานิเทศก์ → ผู้กำกับติดตาม

THANK YOU

