

สอนเด็กอายุ 5 - 12 ปี

ให้รู้จักดูแลเนื้อตัวร่างกาย Ep.1

1. ทำให้เด็กเห็นว่าคุณเต็มใจพร้อมจะคุยเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ตอบคำถามให้ตอบแบบตรงไปตรงมา
- 2.ชวนให้พูดถึงความรู้สึกที่ตัวเองไม่สบายใจของตัวเอง เช่น "ขอไปใหม่เวลาถูกจิกจี้" "เวลาเพื่อนมารังแกทำให้เจ็บตัวรู้สึกขังใจ"
- 3.สนับสนุนให้เด็กคอยสังเกตสีหน้าของเพื่อน ระหว่างเล่นด้วยกัน ว่าทุกคนรู้สึกสนุกและอยู่ในอารมณ์เดียวกัน
- 4.หากลูกมาเล่าว่าโดนแกล้งหรือทะเลาะกับเพื่อน ถามเด็กว่า "ถ้าย้อนกลับไปได้นานอยากจะทำอะไรกับเรื่องตอนนั้น"
- 5.สอนให้รู้ว่าการกระทำของเราส่งผลต่อคนอื่น เช่น หากเห็นคนอื่นพูดเสียงดัง หรือทำสิ่งที่ไม่ดีควรบอกคนอื่น

ให้ชวนเด็กคุยว่าการกระทำของคนนั้นคิดว่า จะเกิดผลอะไรตามมาได้บ้าง

โครงการนี้เป็นรูปแบบกลไกภายในหน่วยงาน เพื่อส่งเสริมการสื่อสารเชิงบวกในครอบครัวสำหรับเป็นแนวทางในการดำเนินงาน

สอนเด็กอายุ 5 - 12 ปี

ให้รู้จักดูแลเนื้อตัวร่างกาย Ep.2

- 6.เตือนเด็กเสมอว่าความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่กำลังเกิดขึ้นเป็นเรื่องธรรมชาติ เพราะทุกคนต้องโตขึ้น
- 7.สอนให้แยกแยะการใช้คำพูดที่ทำให้ตัวเองปลอดภัย ระหว่างเล่นกับเพื่อนเมื่อต้องการต่อรอง ปฏิเสธ โดยหาคำตอบที่เข้าใจตรงกัน
- 8.สอนให้หยุดพักระหว่างเล่น เพื่อคอยดูว่าแต่ละคนยังรู้สึกปลอดภัย อยากเล่นต่อไหม โดยให้เด็ก "ขอเวลานอก" บ่อยๆ เพื่อไม่ให้ปล่อยเด็กเล่นจนลืมนั่ง
- 9.อย่าล้อเด็กเรื่องการคบเพื่อนเพศตรงข้าม และถ้าถามแล้วลูกไม่ตอบ รอให้เด็กพร้อมก่อน อย่าไปคาดกันเอาคำตอบ
- 10.สอนให้หาโอกาสช่วยเหลือคนอื่นเมื่อทำได้ เช่น เก็บถุง ขนมหักทั้งบนถนนใส่ถุงขยะ นั่งเบียดๆ ไม่รบกวนหรือทำเสียง ดังในสถานที่ที่ทุกคนกำลังทำงาน

เปิดประตูหัวใจให้คนที่ถือของเต็มมือ เป็นต้น

โครงการนี้เป็นรูปแบบกลไกภายในหน่วยงาน เพื่อส่งเสริมการสื่อสารเชิงบวกในครอบครัวสำหรับเป็นแนวทางในการดำเนินงาน