แนวทางการส่งเสริม
อาสาสร้างสุขให้เด็ก
สำหรับการปฏิบัติงานของบุคลากรในสถานรองรับ



สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

มูลนิธิสุขภาพไทย

ผลลัพธ์สุขภาวะของเด็ก
เกิดจากความร่วมมือของบุคลากร
และอาสาสมัคร

สารบัญ

1. เปลี่ยนวิธีคิด ชีวิตเด็กเปลี่ยน (Mindset) **6**

- การพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก คือ การพัฒนามนุษย์ 7
- ภายใต้ข้อจำกัด อาสาสมัครช่วยเติมเต็มชีวิตเด็กได้ดี 10
- ตัวอย่างกิจกรรมอาสาสมัคร พลังสร้างสรรค์เพื่อเด็ก 12

2. อาสาสมัคร คือพลังไร้ขีดจำกัด **14**

- อาสาคือใคร ทำไมต้องเป็นอาสา 1 ต่อ 1 15
- ประสบการณ์งานอาสาสร้างสุขให้เด็ก 16
- คุณสมบัติอาสาสมัคร 18
- รับอาสาสมัครทำอย่างไร 19
- ประเภทงานอาสาสมัคร 19
- ปฐมนิเทศ จุดเริ่มต้นของความสำเร็จ 20
- เริ่มนับหนึ่งงานอาสา ทำอย่างไร 22
- เสริมพลัง เพื่อการเรียนรู้และพัฒนา 26
- ข้อปฏิบัติ กฎ กติกา มารยาท 28
- การเตรียมสถานที่และสภาพแวดล้อมสำหรับกิจกรรม 30

3. งานสำเร็จได้ด้วยการบริหารจัดการและการเรียนรู้ 31

- ทำงานเป็นทีม มีคณะกรรมการประจำบ้าน 32
- แต่งตั้งผู้ประสานงานอาสาสมัครประจำบ้าน 33
- สร้างคณะทำงานอาสา (Core team) 34
- พัฒนาศักยภาพอยู่เสมอ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง 35
- สร้างเป้าหมายพัฒนาเด็กด้วยข้อมูลพัฒนาการของเด็ก 36
- ติดตามและประเมินผลด้วยหลักการเรียนรู้และพัฒนา 38

การสนับสนุนงานอาสาสมัคร เริ่มจากการส่งเสริมให้บุคลากรทุกระดับมีทัศนคติด้านบวกและมีวิธีคิดที่เหมาะสมในการทำงานอาสาสมัครจนประสบผลสำเร็จ ดังนั้น **“แนวทางการส่งเสริมอาสาสร้างสุขให้เด็ก”** นี้ จึงเป็นเสมือนคู่มือการบริหารจัดการงานอาสาสมัคร ที่ผ่านประสบการณ์ทำงานจริงเป็นเวลากว่า 10 ปี และได้จัดการความรู้ด้านงานอาสาสมัครไว้อย่างเป็นระบบ ซึ่งจะช่วยหน่วยงานต่างๆ นำไปปรับประยุกต์ใช้ให้อาสาสมัครได้แสดงพลังเพื่อช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็กจนสัมฤทธิ์ผล และช่วยลดความผิดพลาดในการทำงานให้กับบุคลากรในสถานรองรับและสถานคุ้มครองด้วย

“เราจะเปลี่ยนแปลงอะไรไม่ได้เลย
ถ้าเราไม่เปลี่ยนความคิดของเราก่อน”
“We cannot change anything
if we cannot change our thinking.”
-Santosh Kalw

1 เปลี่ยนวิธีคิด ชีวิตเด็กเปลี่ยน (Mindset)

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก คือ การพัฒนามนุษย์

1

พัฒนามนุษย์ กับ พัฒนาทรัพยากรมนุษย์

ในหนังสือ “พัฒนามนุษย์ กับ พัฒนาทรัพยากรมนุษย์” โดย (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวว่า.... คำว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ นี้ น่าจะแตกต่างจากคำว่า การพัฒนามนุษย์ สองคำนี้ไม่เหมือนกันทีเดียว ..... แต่ก่อนนี้เราไม่มีคำว่าทรัพยากรมนุษย์ คำนี้เกิดขึ้นมาเพื่อสนองความคิดในการพัฒนาเศรษฐกิจ ดังนั้นจะต้องเข้าใจให้ดีว่า คำว่าทรัพยากรมนุษย์นั้น เป็นการมองมนุษย์ในฐานะทรัพยากร คือเป็นทุน เป็นปัจจัย ในการที่จะนำมาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม

ส่วนการพัฒนามนุษย์โดยมองคนในฐานะเป็นมนุษย์ มีความหมายว่า มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ของเขาเอง ชีวิตมนุษย์นั้นมีจุดหมาย จุดหมายของชีวิตคือ ความสุข อิสรภาพ ความดีความงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคลเราต้องให้ความสำคัญว่าเราจะพัฒนามนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์อย่างไร พร้อมกับที่อีกด้านหนึ่ง เขาก็จะเป็นทรัพยากร เป็นทุน เป็นปัจจัยที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม

งานพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็กและเยาวชน จึงควรส่งเสริมและทำความเข้าใจเรื่องการพัฒนามนุษย์ อันมีจุดมุ่งหมายร่วมกันทั้งเด็กและผู้ใหญ่ คือ **ความสุข ความเอื้ออาทร** และ **ความมีสุขภาวะทั้ง 4 มิติ** ได้แก่ **กาย ใจ สังคม และปัญญา**

1. สุขภาวะด้านกายภาพ นอกจากการเจริญเติบโตทางกาย และมีสุขภาพทางกายที่ดีแล้วห่างไกลโรคภัยไข้เจ็บ และควรคำนึงถึงความเกี่ยวข้องกับวัตถุสิ่งของ การบริโภคต่างๆ ว่าเด็กควรมีการพัฒนาไปในทางใด เช่น รู้จักกินที่เป็นประโยชน์ ไม่ใช่เพื่อความอร่อยเท่านั้น รู้ใช้สิ่งของรวมถึงปัจจุบันรู้ใช้เทคโนโลยีต่างๆ รอบตัว เพื่อประโยชน์เพื่อพัฒนาทางกาย ไม่ใช่เพื่อความโก้เก๋ หมกมุ่น อวดฐานะ เป็นต้น

2. สุขภาวะด้านจิตใจ เป็นเรื่องที่สำคัญมาก ควรส่งเสริมพัฒนาให้มนุษย์มีคุณธรรมความดีมีเมตตากรุณาต่อกัน จะนำไปสู่สิ่งดีงามมากมาย เช่น การมีน้ำใจช่วยเหลือทั้งมนุษย์และสรรพสัตว์ การมีจิตอาสา การมีความกตัญญู มีความซื่อสัตย์สุจริต ฯลฯ และควรส่งเสริมการมีจิตใจที่เข้มแข็งมีความเพียรพยายาม มีความรับผิดชอบ มีความตั้งมั่นแน่วแน่ไม่ท้อถอยในการทำงานหรือการเรียน และยังหมายถึงส่งเสริมให้เรียนรู้และเข้าใจความสุขที่พบได้ง่ายๆ ใกล้ตัว เช่น ความสุขจากการให้ทำความดี ความสุขจากมิตรภาพ การได้ปลูกต้นไม้ ชมความงามของศิลปะและธรรมชาติ ก็จะช่วยให้จิตใจสดชื่น เบิกบาน ไม่เครียด เป็นต้น

3. สุขภาวะด้านสังคม คือการส่งเสริมพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนมนุษย์ ทั้งสัมพันธ์กับพ่อแม่พี่น้อง เพื่อน ครูอาจารย์ รวมถึงความสัมพันธ์และการอยู่รวมกันกับผู้คนอื่นๆ รู้จักการปฏิบัติตัวที่ดีที่เหมาะ มีความเข้าใจว่าในการเคารพซึ่งกันและกัน มีการพูดจาและการคบเพื่อนที่ดี การรู้จักกฎ กติกา มารยาท รวมถึงการมีท่าทีและทัศนคติที่ถูกต้องในการแสดงออก ในการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความหลากหลายแตกต่าง การช่วยพัฒนาสังคม รวมถึงการดูแลทรัพย์สมบัติสาธารณะ เป็นต้น

4. สุขภาวะด้านปัญญา นอกจากส่งเสริมพัฒนาวิชาความรู้ที่เรียนตามระบบการศึกษาปกติแล้ว ควรมุ่งส่งเสริมการเรียนรู้จากประสบการณ์ จากสิ่งต่างๆ รอบตัวโดยการฝึกฝนให้รู้จักสืบค้นหาความรู้ความจริง รู้จักการแก้ไขปัญหา ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง และยังหมายถึงการส่งเสริมให้ลดความโกรธ ความเกลียดชัง ความเห็นแก่ตัวต่อกันเพื่อช่วยกันสร้างเสริมสันติสุขของโลกด้วย

2. ภายใต้ข้อจำกัด อาสาสมัครช่วยเติมเต็มชีวิตเด็กได้ดี

โดยปกติสถานรองรับและสถานคุ้มครอง มีภารกิจพื้นฐานคล้ายๆ กัน คือ ให้การเลี้ยงดูเด็กครบถ้วนด้านปัจจัยสี่ อาหาร เสื้อผ้า บ้านพักอาศัย และการรักษาพยาบาล มีพี่เลี้ยงคอยดูแล มีนักพัฒนาการจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการตามช่วงวัย และช่วยแก้ไขปรับปรุงพัฒนาการของเด็กๆ ในแต่ละรายที่มีปัญหาแตกต่างกันไป รวมถึงงานด้านสังคมสงเคราะห์มากมาย เช่น การเตรียมเด็กคืนสู่ครอบครัวเดิม หรือเตรียมความพร้อมเด็กก่อนส่งไปอยู่ในครอบครัวทดแทน ฯลฯ

ชีวิตเด็กทุกคนมีความปรารถนาเหมือนกัน แม้ว่าเด็กในสถานรองรับจะมาจากที่แตกต่างกัน

ผ่านประสบการณ์การพลัดพราก แยกจากครอบครัวหรือผู้เลี้ยงดูที่คุ้นเคย ฯลฯ เด็กจึงต้องเรียนรู้ที่จะปรับตัว เพื่อหาความมั่นคงปลอดภัยจากผู้เลี้ยงดู ซึ่งวิธีการของเด็กแต่ละคนจะแตกต่างกันไปตามอายุ ปัจจัยทางกายภาพ และประสบการณ์เดิม ว่าจะทำอย่างไรให้ผู้เลี้ยงดูสนใจ จะตอบสนองต่อผู้เลี้ยงดูแต่ละคนที่ผลัดเปลี่ยนกันมาดูแลเขาอย่างไร

ถ้าเด็กได้รับการตอบสนองจากผู้เลี้ยงดูคนใหม่อย่างเหมาะสม สม่ำเสมอ พึ่งพิงได้ ไม่ผิดหวัง เด็กจะสบายกาย สบายใจ และจะเริ่มสร้างความผูกพัน ให้ความไว้วางใจกับผู้เลี้ยงดู เด็กจะเริ่มมั่นใจว่าเขาไม่ถูกทอดทิ้งแต่เป็นที่รักและชื่นชมของผู้ใหญ่ รู้สึกตัวเองมีคุณค่า เมื่อเด็กมีความมั่นใจและพัฒนาความไว้วางใจในผู้ใหญ่ได้ เด็กก็พร้อมที่จะเรียนรู้ พัฒนาต่อไปตามวัย ทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์และสติปัญญา และพัฒนาสู่การควบคุมอารมณ์ของตัวเอง เข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น รู้เหตุรู้ผล ไว้วางใจผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่ช่วยให้เขาสามารถรับมือกับความเปลี่ยนแปลง และเติบโตได้อย่างเหมาะสม

ด้วยข้อจำกัดของจำนวน “แม่” หรือพี่เลี้ยงต่อจำนวนเด็กในสถานรองรับ ทำให้การส่งเสริมความมั่นคงทางอารมณ์และกระบวนการพัฒนาที่เหมาะสมเป็นไปอย่างยากลำบาก เนื่องจากการสนองตอบความต้องการด้านต่างๆ ของเด็กในวัยเด็กเล็กนั้น จำเป็นต้องอาศัยทั้งเวลาและความใกล้ชิด ฉะนั้น การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ในลักษณะตัวต่อตัว ที่จะสามารถซึมซับ ถ่ายทอดความรู้สึก สีหน้า น้ำเสียง อารมณ์ ระหว่างกันและกันได้จึงมีความสำคัญยิ่ง การดำเนินงานด้านอาสาสมัครมองหาผู้ใหญ่ที่มีเวลาเข้ามาช่วยดูแลเด็กในลักษณะตัวต่อตัวอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง

จึงช่วยสร้างความมั่นคงทางจิตใจให้แก่เด็ก และส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์และความคิดให้สมวัยบนรากฐานความผูกพันของเด็กที่มีต่อผู้ใหญ่ได้เป็นอย่างดี

3. ตัวอย่างกิจกรรมอาสาสมัครพลังสร้างสรรค์เพื่อเด็ก

เด็กต้องการการเอาใจใส่ การได้รับการกระตุ้นหรือกิจกรรมสร้างสรรค์มีส่วนอย่างมากในการส่งเสริมการเจริญเติบโตสมวัย และยังมีส่วนช่วยแก้ไขพัฒนาการเด็กบางประการได้ เช่น เด็กที่เงียบให้กลับมาพูดสื่อสารมากขึ้น เด็กที่ลุกเดินล่าช้าให้มีกำลังขาที่แข็งแรงขึ้น เป็นต้น ตัวอย่างกิจกรรมที่อาสาสมัครในสถานรองรับ ดังนี้

1. ช่วยนวดสัมผัสเด็กเล็ก 6-12 เดือน ช่วยกระตุ้นกล้ามเนื้อมัดเล็กมัดใหญ่ทั้งช่วยผ่อนคลายให้เด็กมีความสุข และอารมณ์ดีนอนหลับลึกขึ้น
2. ช่วยป้อนข้าว หัดเดิน กอด แสดงความรักความอบอุ่นและฝึกการทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง



3. กิจกรรมนันทนาการ และเกมต่างๆ ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อ การทรงตัว ประสาทสัมผัสมือกับตา ช่วยด้านจิตใจให้รู้จักอดทน ฝึกการอดคิว ความอดทน ทั้งยังเรียนรู้การเล่นเป็นทีม สร้างความสัมพันธ์ ทำตามกฎกติกา รู้แพ้รู้ชนะ ฝึกการสื่อสาร กระตุ้นจินตนาการ และประโยชน์อื่นๆ อีกมากมาย
4. การสอนอ่านเขียนหนังสือ สอนการบ้าน รวมถึงการเล่านิทานให้ฟัง
5. การใช้ศิลปะช่วยพัฒนาการเด็ก อาจเป็นการสอนวาดภาพ ปั้นดินน้ำมัน ฯลฯ
6. การพาไปทัศนศึกษา (ขออนุญาตจากผู้บริหารเป็นครั้งคราว)



หากฉันไม่สามารถทำสิ่งที่ยิ่งใหญ่ได้
ฉันก็จะทำสิ่งเล็กๆ ให้ดีที่สุดได้
"If I cannot do great things,
I can do small things in a great way,"
-Dr.Martin Luther King Jr.

2 อาสาสมัคร คือพลังไร้ขีดจำกัด

1. อาสาคือใคร ทำไมต้องเป็นอาสา 1 ต่อ 1

อาสาสมัคร คือ ทุกคนทุกเพศทุกวัย ขอให้มีอายุ 18 ปีขึ้นไปก็สามารถเป็นอาสาสมัคร ที่กลายมาเป็นพี่ชายพี่สาว ลุงป้าน้าอา หรือแม้แต่ปู่ย่าตายายให้กับเด็กได้ทุกคน ขอให้จัดสรรเวลาได้อย่างต่อเนื่องในระยะเวลาหนึ่ง

มีพื้นฐานรักและเข้าใจธรรมชาติเด็ก สามารถอยู่กับเด็กๆ ได้เป็น เวลานาน และสนใจปัญหาของเด็ก ทุกคนจึงมีส่วนในการดูแลและคุ้มครองเด็กของเราได้

อาสา 1 ต่อ 1 *หมายถึง*

การทำงานอาสาสมัคร 1 คน ดูแลเด็กเพียง 1 คนเท่านั้น ในชีวิตปกติเด็กจะมีสภาพแวดล้อมอยู่เป็นครอบครัวย่อมมีใครที่ใกล้ชิดผูกพันเป็นการเฉพาะ แต่ด้วยข้อจำกัดของการเลี้ยงดูเด็กในสถานรองรับ มีแม่ประจำตึกเพียงไม่กี่คน และการมีผู้คนมากหน้าหลายตาเข้ามาในชีวิตเด็ก ทำให้เด็กๆ เคยชินกับการ “ไม่มีใครเป็นของฉัน” และ “ฉันก็ไม่ได้เป็นของใคร” เด็กๆ ขาดการเรียนรู้ในความรักและความผูกพัน ดังนั้น อาสาสมัครจะช่วยสร้างประสบการณ์ที่ดีสาหรับเด็กให้มีความมั่นใจอย่างเต็มเปี่ยมว่า “เขามีคนที่รักเขา” ดูแลเอาใจใส่อย่างเต็มที่และสม่ำเสมอ ซึ่งเป็นรากฐานของการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านอื่นๆ ต่อไป

2. ประสบการณ์งานอาสาสร้างสุขให้เด็ก

อาสาสมัครสร้างสุขให้เด็ก ไม่มีค่าตอบแทนใดๆ งานอาสาสมัครคล้าย “งานบุญ” การลงมือช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันแล้ว “ได้บุญ” ใครทำย่อมประจักษ์ได้พบกับความสุขสำราญใจ ได้พัฒนาหรือแก้ไขเปลี่ยนแปลงตนเองด้วย ดั่งคำพูดของอาสาสมัครบางคนว่า *“เราพัฒนาไปพร้อมๆ กันทั้งป้าและหลาน”*

นางปริยรัตน์ ทองฉิม อาสาสมัครสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี ในโครงการจิตอาสาพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาและคุณภาพชีวิตเด็กในสถานรองรับ มูลนิธิสุขภาพไทย ตั้งแต่ปี 2561 (ปัจจุบันยังคงเป็นอาสา) กล่าวว่า

“เด็กๆ มีความสุข เราก็มีความสุข เมื่อกายและใจของเราที่มีพรหมวิหาร 4 เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เป็นเครื่องพิสูจน์ในการมาเป็นอาสาที่มีความสุขกลับไปทุกครั้งที่มาทำกิจกรรม”

“การช่วยเหลือเกื้อกูลเด็กๆ ที่ประสบทุกข์
โดยไม่คำนึงถึงประโยชน์ส่วนตน
คนเหล่านี้มีพื้นเพต่างกัน แต่สิ่งหนึ่งที่เหมือนกันคือ
จิตใจที่เปี่ยมด้วยความรัก”

พระไพศาล วิสาโล

นางสุปราณี วิบูลย์ลักษณากุล อาสาสมัครสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านศรีธรรมราช ในโครงการจิตอาสาพัฒนาสุขภาวะทางปัญญา และคุณภาพชีวิตเด็กในสถานรองรับ มูลนิธิสุขภาพไทย ตั้งแต่ปี 2568 (ปัจจุบันยังคงเป็นอาสา) กล่าวว่า

"วันนี้พี่ดีใจมาก น้องส่งเสียงทักทายเรียกชื่อพี่ก่อน น้องชอบเดินสำรวจธรรมชาติ น้องก็สนใจกับสภาพแวดล้อมต่างๆ ชอบเรียนรู้ จับสิ่งต่างๆ รอบตัว ชอบแกล้งพี่อาสา น้องมีความกล้ามากขึ้น ดูมีความมั่นใจ ให้ลองอะไรใหม่ๆ ก็กล้าทำโดยทันที และมาเลี้ยงน้องที่นี่ทำให้ตัวเราเข้าใจลูกที่บ้านเรามากขึ้น"

นางสาวผานิดา ทรงเจริญ อาสาสมัครสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนรังสิต ในโครงการจิตอาสาพัฒนาสุขภาวะทางปัญญา และคุณภาพชีวิตเด็กในสถานรองรับ มูลนิธิสุขภาพไทย ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม 2569 (ปัจจุบันยังคงเป็นอาสา) กล่าวว่า

"น้องเริ่มสื่อสารและพูดได้เป็นคำมากขึ้น เช่น ไหนๆ เริ่มเลียนเสียงตามที่พี่สอน เช่น จิ๊บๆ อารมณ์ดีมาก ยอมเข้ามาเล่นกับเพื่อนที่ห้องศูนย์การเรียนรู้แล้ว เริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นมากขึ้น ทำตามคำสั่งได้ ไม่งอแงเลย เริ่มจำพี่อาสาได้เวลาออกจากบ้านก็เดินออกมาหาพี่อาสาได้เลย"

3. คุณสมบัติอาสาสมัคร

1. มีเวลาทำกิจกรรมกับเด็ก สัปดาห์ละเพียง 1 ครั้งๆ ละประมาณ 3 ชั่วโมง ต่อเนื่อง 2-3 เดือน (8-12 ครั้ง) หรือนานกว่านี้ได้
2. มีความอดทน เข้าใจเด็ก พร้อมแบ่งปันความรัก และเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็ก
3. ยอมรับในเงื่อนไข ข้อตกลง กติกาของการเป็นอาสาสมัคร เช่น ไม่สามารถเลือกเด็กที่ดูแล แต่ต้องขึ้นกับการพิจารณาของเจ้าหน้าที่ และจะดูแลน้องคนเดิมทุกครั้ง ตรงต่อเวลาในการรับ-ส่งน้อง ฯลฯ
4. มีใจเปิดกว้าง มีทัศนคติที่ดี มีความเคารพต่อการอยู่ร่วมกัน พร้อมแลกเปลี่ยนและยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างในการทำงานอาสาสมัคร เพื่อช่วยกันพัฒนางานอาสาให้ดีขึ้น
5. มีอายุไม่ต่ำกว่า 18 ปี

4. รับอาสาสมัครทำอย่างไร?

ปัจจุบันการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพในโลกสังคมออนไลน์ (Social Media) ทำได้สะดวกสามารถประกาศรับอาสาสมัครผ่านช่องทางต่างๆ เช่น Facebook, Line, Website และยังลงข่าวสารให้สื่อมวลชนช่วยประชาสัมพันธ์ได้อย่างกว้างขวาง

ขั้นตอนการรับสมัคร

1. กรอกข้อมูลในใบสมัคร แนบสำเนาบัตรประชาชน รูปถ่าย 2 ใบ
2. นัดสัมภาษณ์หรือพูดคุยระหว่างเจ้าหน้าที่และอาสา
3. เข้าร่วมการปฐมนิเทศ เพื่อเรียนรู้งานอาสา รู้จักวิธีการดูแลเด็ก เรียนรู้สิทธิเด็ก และข้อปฏิบัติต่างๆ
4. นัดหมายเริ่มงานอาสาสมัคร

5. ประเภทงานอาสาสมัคร

จากประสบการณ์การทำงานอาสาสมัคร สามารถแบ่งได้ 2 ประเภท ได้แก่

1. **อาสาสมัครดูแลเด็ก** ที่มาประจำสัปดาห์ละ 1 ครั้งๆ ละประมาณ 3 ชั่วโมง เพื่อเป็นเพื่อนเล่นทำกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ สอนหนังสือ กิจกรรมเรียนรู้งานอาชีพ (เด็กโต) ฯลฯ โดยอาสาสมัครประเภทนี้จะเริ่มจากอาสาสมัครระยะสั้น 2-3 เดือน (ต่อเนื่องอย่างน้อย 8-12 ครั้ง) และอาสาสมัครระยะยาว หมายถึง

กลุ่มอาสาสมัครระยะสั้นที่ทำงานอาสาสมัครต่อเนื่องนานกว่า 5 เดือนขึ้นไป (ปัจจุบันมีอาสาสมัครทำงานต่อเนื่องมากกว่า 10 ปี)

2. **อาสาสมัครช่วยงานในสถานรองรับ** คือ การเปิดรับอาสามาช่วยเหลืองานบางสิ่งบางอย่าง เช่น อาสาช่วยทำความสะอาดบริเวณบ้านพักอาศัยของเด็ก อาสาเป็นวิทยากรบรรยายความรู้ อาสาซ่อมเครื่องใช้ไฟฟ้าหรือซ่อมบำรุงอุปกรณ์ต่างๆ เป็นต้น

6. ปฐมนิเทศ จุดเริ่มต้นของความสำเร็จ

ก่อนเริ่มงานอาสาทุกครั้งต้องจัดการปฐมนิเทศ โดยใช้เวลาครึ่งวันหรือหนึ่งวันก็ได้ เนื่องจากจะเป็นการได้พบเห็นอาสาครั้งแรก และเป็นการสื่อสารทำความเข้าใจเนื้อหาสาระสำคัญอย่างน้อย 3 ประเด็น คือ

1. การเตรียมความพร้อม รู้จักสถานที่ รู้จักเด็ก รู้บทบาทหน้าที่การเป็นอาสาสมัคร
2. อบรมความรู้เกี่ยวกับการดูแลเด็ก การส่งเสริมพัฒนาการเด็ก สิทธิเด็กที่ต้องตระหนักและฟังประสบการณ์การดูแลเด็กจากอาสาสมัครรุ่นก่อนๆ
3. เรียนรู้กฎ กติกา มารยาท ในการเป็นอาสาสมัคร และการอยู่ร่วมกัน

วันปฐมนิเทศจะมีการพูดคุยซักถามอย่างละเอียดระหว่างอาสาและเจ้าหน้าที่ ซึ่งจะทำให้ตัดสินใจได้ว่า “เรา” พร้อมเป็นอาสาดูแลเด็กหรือไม่? ซึ่งจะมีผลต่อ การจับคู่ระหว่างเด็กและอาสาสมัคร ซึ่งเจ้าหน้าที่จะทำการคัดกรองอาสาสมัครแต่ละราย โดยดูจากความพร้อม และความสามารถของอาสาสมัคร

ตัวอย่างกำหนดการวันปฐมนิเทศ

เวลา	ระยะเวลา (นาที)	กิจกรรม
08.30-09.00 น.	30	ลงทะเบียน
09.00-09.30 น.	30	กล่าวเปิดและต้อนรับอาสาสมัคร โดยผู้ปกครองสถานรองรับ แนะนำโครงการจิตอาสาพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาและคุณภาพชีวิตในสถานรองรับ
09.30-09.50 น.	20	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
09.50-10.05 น.	10	พักรับประทานอาหารว่าง
10.00-10.40 น.	40	รู้และเข้าใจสถานสงเคราะห์และสิทธิเด็ก
10.40-11.00 น.	20	ลงพื้นที่เยี่ยมชมสถานที่ในการทำกิจกรรม
11.00-11.15 น.	15	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
11.15-11.45 น.	30	แลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานอาสาสมัครในสถานรองรับ
11.45-12.00 น.	15	ข้อควรปฏิบัติในการเป็นอาสาสมัคร และนัดหมายทำกิจกรรม
12.00-13.00 น.	60	รับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน
13.00-14.00 น.	60	คัดกรองอาสาสมัคร เพื่อประเมินอาสาสมัครรายบุคคล (พูดคุยเฉพาะเจ้าหน้าที่)

กำหนดการมีการปรับเปลี่ยนความเหมาะสม เมื่ออาสาสมัครเริ่มทำกิจกรรมวันแรก จะทบทวนแนวทางการเป็นอาสาสมัครอีกครั้ง

7. เริ่มนับหนึ่งงานอาสา ทำอย่างไร?

โดยปกติสถานรองรับจะมีรายชื่อเด็กที่พร้อมจะให้อาสาสมัครช่วยดูแลจะดำเนินการพิจารณา “จับคู่เด็กกับอาสาสมัคร” ซึ่งจะปรึกษาหารือเบื้องต้นกับสหวิชาชีพโดยยึดประโยชน์สูงสุดของเด็ก จึงหลีกเลี่ยงการเลือกเด็กเองตามใจชอบ

วิธีการจับคู่เด็กกับอาสาสมัคร

1. พี่เลี้ยงประจำตึก นักสังคมสงเคราะห์ ครูพัฒนาการ พยาบาล และเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้อง จะนำรายชื่อเด็กที่ต้องการให้อาสาสมัครช่วยส่งเสริมพัฒนาการมาหารือร่วมกัน โดยค้นหาศักยภาพหรือพัฒนาการของเด็กทั้งด้านดีและด้านที่ต้องช่วยส่งเสริม เพื่อให้อาสาสมัครมีแนวทางในการส่งเสริมศักยภาพและพัฒนาเด็กแต่ละรายได้อย่างเหมาะสมและถูกวิธี
2. สถานรองรับจะนำข้อมูลเด็กเบื้องต้น เช่น ชื่อ อายุ พัฒนาการ อุปนิสัย โรคประจำตัว และพัฒนาการหรือศักยภาพของเด็กที่ต้องการให้ช่วยส่งเสริมมาให้อาสาสมัครรับทราบ และวางเป้าหมายการดูแลเด็กตลอดระยะเวลา 2-3 เดือน

3. การจับคู่เด็กกับอาสาสมัคร โดยสอบถามความสามารถในการดูแลเด็กของอาสาสมัคร เช่น ความถนัดดูแลเด็กอายุกี่ปี อาชีพ และสุขภาพของอาสาสมัคร เพื่อจะได้จับคู่เด็กและอาสาสมัครได้อย่างเหมาะสม

ขั้นตอนที่อาสาสมัครดูแลเด็ก

1. รับ-ส่งเด็กตามระยะเวลาที่กำหนด
2. ส่งเสริมศักยภาพ และพัฒนาการเด็กแบบรายบุคคลและแบบกลุ่ม
3. ค้นหากิจกรรมต่างๆ ที่เหมาะสมแก่เด็ก เพื่อส่งเสริมศักยภาพ และพัฒนาการของเด็ก
4. เขียนสมุดบันทึกความสามารถของเด็ก เขียนการเปลี่ยนแปลงของเด็ก ปฏิสัมพันธ์เปลี่ยนแปลงอย่างไร
5. ถอดบทเรียนการทำกิจกรรม และเชื่อมโยงมิติสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งจัดให้มีวงคุยร่วมกันระหว่างอาสาสมัครและเจ้าหน้าที่ (หลังทำกิจกรรมทุกครั้ง) รวมทั้งมีข้อเสนอในการทำงานในสัปดาห์ต่อไป
6. เสริมความรู้พัฒนาการเด็กแต่ละช่วงวัย และการพัฒนาการด้านสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็ก เช่น การเข้าใจร่างกายตนเอง ความเป็นตัวตน การอยู่ร่วมกับเพื่อน การแบ่งปัน ประมาณ 30 นาที หลังเลิกกิจกรรมอาสา เดือนละ 1-2 ครั้ง

งานอาสาทำได้ไม่ยาก เพียงแค่เราดูแลเด็กคนนั้นเหมือนเป็นลูกหลานของเรา ซึ่งเชื่อมั่นว่าอาสาทุกคน ปรารถนาสิ่งเหล่านี้ตรงกัน ได้แก่

1. ให้เด็กมีความมั่นใจ พัฒนาการต่อเนื่อง ไม่อ่อนแอ ลดการพึ่งพิง

ข้อแนะนำ เร่งทำความรู้จักศึกษานิสัยของเด็กที่ตนดูแล โดยเฉพาะในช่วงแรกไม่ควรขาดหายไป และไม่จำเป็นต้องมีของใดๆ มาให้ เพราะความสม่ำเสมอจะช่วยให้เด็กเกิดความผูกพันและมั่นใจ ให้ความสนใจกับเด็กอย่างเต็มที่ ไม่ปล่อยให้เด็กเล่นตามลำพังหรือเล่นกับเพื่อนโดยไม่อยู่ในสายตาของพี่ สำหรับกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการทางเจ้าหน้าที่จะแนะนำเพิ่มเติม

2. ปฏิบัติต่อเด็กอย่างอ่อนโยน มีความใจเย็น อดทน ไม่ตั้งสมญานามให้น้องหรือตั้งชื่อที่ตอกย้ำปมด้อยของน้อง ไม่ใช้จาน ชาม ช้อน แก้ว ผ้าเช็ดหน้า ร่วมกับน้องคนอื่น หรือแม้แต่กับอาสาสมัครเอง

ข้อแนะนำ ควบคุมอารมณ์ให้มั่นคง ใช้วาจาสุภาพ ใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวลอยู่เสมอแม้เวลาที่เด็กโกรธ เสียใจ หรือมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม และควรเรียกชื่อเล่นของเด็กตามปกติ

3. ระมัดระวังอันตรายที่อาจเกิดกับน้อง

ข้อแนะนำ โดยเฉพาะเด็กเล็กควรระวัง เช่น หยิบของเล็กๆ เข้าปาก นั่งแล้วหงายหลัง หกล้ม เอานิ้วแหย่พัดลมหรือปลั๊กไฟ ฯลฯ

4. กรณีพบความผิดปกติ อาการเจ็บป่วย อุบัติเหตุที่เกิดขึ้น

ข้อแนะนำ ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ทันที และแจ้งพี่เลี้ยงประจำตึกทุกครั้งเมื่อส่งน้อง

5. ไม่ส่งเสริมการกินขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลม หรืออาหารที่ไม่ดีต่อสุขาพ

ข้อแนะนำ ปกติเด็กได้กินอาหารอย่างพอเพียงแล้ว หากจะมีขนมควรเป็นวาระพิเศษและเลือกอาหารที่เป็นประโยชน์ ไม่ควรนำขนมมาฝากทุกครั้ง

6. การส่งน้องกลับเข้าอาคาร ควรเตรียมความพร้อมเด็ก

ข้อแนะนำ ก่อนส่งเด็กกลับควรสร้างบรรยากาศที่สบายๆ แม้เด็กจะไม่เต็มใจและอาจเสียใจ แต่เมื่อถึงบ้านพักขอให้อาสาสมัครลาน้องและรีบกลับ ไม่ควรมีทีท่าลังเล เพราะจะทำให้เด็กเกิดความไม่มั่นคง สับสนในการกลับตึก และอาจเกิดความยากลำบากเมื่ออยู่ในความดูแลของพี่เลี้ยง

7. การดูแลความรู้สึกของเด็กที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกับอาสาสมัคร ในบางกรณีที่มีเด็กในบ้านไม่ได้รับเลือกให้มีพี่อาสาสมัคร เนื่องมาจากอาสาสมัครมีจำกัด เด็กอาจถามว่า *“ทำไมเพื่อนได้ แต่เราไม่ได้”*

ข้อแนะนำ แนวทางของเจ้าหน้าที่คือ อธิบายตามความจริง ไม่สร้างเหตุผลขึ้นมาเอง ออกแบบกิจกรรมอื่นให้เด็กกลุ่มนั้นทำให้เด็กทุกคนยังมี “ประสบการณ์ที่มีความหมาย” ในวันนั้น เช่น พาทำกิจกรรมอื่น

8. เสริมพลัง เพื่อการเรียนรู้และพัฒนา

ถอดบทเรียน/วงคุยร่วมกันระหว่างอาสาสมัครและเจ้าหน้าที่ นับเป็นกระบวนการเรียนรู้และพัฒนางานที่สำคัญ ทั้งการพัฒนาระบบอาสา การอยู่ร่วมกัน และค้นพบวิธีการดูแลเด็กที่ดี ซึ่งเปลี่ยนมุมมองจาก “อาสาสมัครมาช่วยงาน” เป็น “อาสาสมัครหุ้นส่วนเชิงกลยุทธ์” เพราะจากการแลกเปลี่ยนกันนั้นยังนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย นอกจากนี้กระบวนการถอดบทเรียนช่วยให้ทั้งอาสา บุคลากร และผู้เกี่ยวข้องต่างๆ ได้เรียนรู้การเปลี่ยนแปลงด้านในของตนเอง หรือกล่าวได้ว่าเป็นการเติบโตของสุขภาวะทางปัญญา ที่เป็นรากฐานให้ทั้งตนเอง การทำงานที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืนในระยะยาวด้วย

โดยนำหลัก **สุขภาวะทางปัญญา (Spiritual Health)** ที่ส่งเสริมความรู้ความเข้าใจและบ่มเพาะประสบการณ์ให้เกิดทักษะ มาใช้เป็นแนวทางก็จะช่วยให้พัฒนาทั้งตนเองและระบบงานของหน่วยงาน 1) การรู้จักตนเอง รู้ความคิด รู้ความรู้สึก สงบนิ่ง (Being – relationships to self) 2) การได้ลงมือทำไม่เพียงแต่คิด อาจเริ่มทำในสิ่งเล็กๆ ทุกวันด้วยความพากเพียร มีความสุขจากการได้ทำงาน (acting – enabling change) 3) ทำงานร่วมกับคนอื่นที่อาจแตกต่างวัย หรือต่างความคิดได้ง่ายขึ้น (collaborating – social skills) 4) การเห็นอกเห็นใจหรือความห่วงใยกับผู้อื่น รวมถึงการ

เรียนรู้การฟังซึ่งกันและกัน พูดสื่อสารระหว่างกันดีขึ้น (Relating -caring for others and the world) และ 5) มีความคิดที่รอบครอบ หรือมีวิจารณญาณไม่ตัดสินอะไรง่าย คิดรอบครอบขึ้น (Thinking - cognitive) เป็นต้น

การถอดบทเรียน จึงเป็นเสมือนพื้นที่ดูแล เติมพลังใจสำหรับแม่ ผู้ปกครอง และคนทำงาน เป็นพื้นที่ที่ทุกคนได้พูดและรับฟังกัน เพื่อค้นหาว่าอะไรเกิดขึ้น อะไรขาด และอะไรควรเติม เมื่อพบประเด็นที่ยังขาด ไม่เพียงพอ จึงสามารถนำผู้มีความรู้ หรือกระบวนการเข้ามาเติมในระหว่างทางได้

นอกจากการถอดบทเรียนแล้ว **ระบบข้อมูล การส่งต่อและสื่อสารข้อมูลระหว่างอาสาสมัคร เจ้าหน้าที่ และผู้ปกครอง สถานรองรับ**ก็มีความสำคัญเช่นกัน เป็นส่วนช่วยให้การดูแลและพัฒนาเด็กเกิดความต่อเนื่อง เพราะอาสาสมัครได้มีโอกาสใกล้ชิดและทำกิจกรรมกับเด็กในชีวิตประจำวัน จึงสามารถสังเกตเห็นรายละเอียดและการเปลี่ยนแปลงเล็กๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละครั้ง เช่น อารมณ์ของเด็ก เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น วิธีที่อาสาสมัครตอบสนองต่อเด็ก รวมถึงวิธีการหรือกิจกรรมที่ช่วยให้เด็กปรับตัวและมีส่วนร่วมได้ดีขึ้น

การบันทึกและส่งต่อข้อมูลเหล่านี้ให้แก่เจ้าหน้าที่ ผู้ดูแล หรือผู้เกี่ยวข้อง จะช่วยเชื่อมโยงประสบการณ์จากการทำงานของอาสาสมัครเข้ากับการดูแลเด็กในภาพรวม ทำให้ผู้ดูแลมีข้อมูลเกี่ยวกับเด็กที่ละเอียดและหลากหลายมากขึ้น สามารถนำข้อมูลไปใช้ทำความเข้าใจความต้องการของเด็ก วางแผน

การดูแล และปรับกิจกรรมให้เหมาะสมกับเด็กแต่ละคนได้อย่างต่อเนื่อง

การส่งต่อข้อมูลจึงไม่จำเป็นต้องอยู่ในรูปแบบการประชุมหรือการพูดคุยที่เป็นทางการเสมอไป แต่สามารถออกแบบให้เป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรการทำงาน เช่น การบันทึกสั้นๆ การพูดคุยระหว่างส่งเด็กกลับ หรือการสื่อสารผ่านช่องทางที่ทีมงานใช้ร่วมกัน โดยคำนึงถึงความสะดวกของผู้ดูแลและผู้เกี่ยวข้อง เพื่อให้ข้อมูลจากประสบการณ์ของอาสาสมครสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง และช่วยสร้างความต่อเนื่องในการดูแลเด็ก

9. ข้อปฏิบัติ กฎ กติกา มารยาท

การทำงานร่วมกันและการดูแลเด็ก จำเป็นต้องมีการทำความเข้าใจในกฎระเบียบ และข้อตกลงในการอยู่ร่วมกัน

1. สถานรองรับ ควรแจ้งกฎระเบียบประจำบ้านให้ทราบอย่างทั่วถึง
2. การรับเด็กมาดูแลแต่ละครั้ง อาสาสมัครปฏิบัติตามดังนี้
   - ลงชื่อในสมุดอาสาสมัคร
   - แสดงบัตรประจำตัวอาสาสมัครต่อเจ้าหน้าที่ประจำตึกทุกครั้งเมื่อไปรับเด็ก

- ดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ไม่ปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพัง
- รับ-ส่ง เด็กตามเวลาที่กำหนด
- เมื่อเด็กประสบอุบัติเหตุ บาดเจ็บ หรือป่วย ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ประจำตึกทุกครั้ง
- ไม่เข้าไปภายในตึกเด็กทุกตึก หลีกเลี่ยงการเดินดูเด็กตามตึกต่างๆ
- ห้ามนำเด็กออกนอกสถานรองรับ
- ห้ามใช้ความรุนแรงกับเด็กในทุกรูปแบบ
  - ทางร่างกาย: ไม่ตี ไม่หยิก
  - ทางวาจาและอารมณ์: ไม่ตะคอก ไม่ดุ ไม่ใช้คำพูดในเชิงลบที่เป็นการตำหนิเด็ก เช่น นิสัยไม่ดี ขี้เกียจ น่าเกลียด หรือไม่ขู่เด็ก เช่น หากไม่ทำตามจะไม่รัก จะไม่มารับอีกแล้ว ไม่ล้อเลียนหรือหัวเราะเยาะเด็กเหมือนเป็นตัวตลก ฯลฯ
- ไม่เปิดเผยชื่อ-นามสกุล สถานภาพความเป็นเด็กกำพร้า หรือรูปภาพของเด็กในสื่อที่เป็นสาธารณะ เช่น Internet Facebook, Line สิ่งตีพิมพ์ ฯลฯ เพราะเป็นการละเมิดสิทธิส่วนตัวของเด็กและครอบครัวที่แท้จริง
- ไม่พยายามค้นหาที่อยู่หรือครอบครัวเดิมของเด็ก เพราะอาจส่งผลกระทบด้านลบต่อเด็กหรือครอบครัวได้

10. การเตรียมสถานที่และสภาพแวดล้อมสำหรับกิจกรรม

การจัดสถานที่เป็นการเตรียมพื้นที่ให้พร้อมสำหรับกิจกรรม พิจารณาว่าสภาพแวดล้อมเอื้อต่อเป้าหมายการพัฒนาเด็กหรือไม่ เช่น หากต้องการส่งเสริมการเคลื่อนไหว ควรมีพื้นที่ให้เด็กทดลองเคลื่อนไหวอย่างปลอดภัย หากต้องการส่งเสริมภาษาและการสื่อสาร อาจจัดพื้นที่ให้เด็กกับอาสาสมัครสามารถนั่งพูดคุยหรืออ่านนิทานร่วมกันได้

1. เลือกพื้นที่ให้เหมาะกับวัย พัฒนาการ และลักษณะเฉพาะของเด็ก
2. พื้นที่มีความปลอดภัย ไม่มีสิ่งของที่อาจก่อให้เกิดอันตราย
3. จัดพื้นที่ให้เด็กสามารถ เคลื่อนไหว เล่น และมีปฏิสัมพันธ์กับอาสาสมัคร ได้อย่างเหมาะสม
4. เตรียมอุปกรณ์ให้เหมาะกับกิจกรรมและจำนวนเด็ก
5. ลดสิ่งรบกวนที่อาจทำให้เด็กเสียสมาธิหรือรู้สึกไม่ปลอดภัย
6. หากเป็นกิจกรรมแบบ 1 ต่อ 1 ควรจัดพื้นที่ให้เกิด ความเป็นส่วนตัวและความต่อเนื่องของปฏิสัมพันธ์
7. พิจารณาความสะดวกในการดูแลและการเข้าถึงของเด็กที่มีข้อจำกัดด้านการเคลื่อนไหว

3 งานสำเร็จได้ด้วย บริหารจัดการและการเรียนรู้ตลอดเวลา

การส่งเสริมงานด้านจิตอาสาเป็นนโยบายในระดับประเทศ และระดับกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (พม.) เพื่อให้งานอาสาสมัครประสบผลสำเร็จนั้น จำเป็นต้องมีระบบการบริหารจัดการ หรือมีกลยุทธ์ที่สำคัญ ได้แก่

1. ทำงานเป็นทีม มีคณะกรรมการประจำบ้าน

การจัดตั้งคณะกรรมการประจำบ้าน เป็นกลไกประจำสถานรองรับที่มีบทบาทสำคัญในการกำหนดกฎกติกาในการดูแลเด็ก และช่วยกันพัฒนาสนับสนุนให้การทำงานอาสาสมัครก่อประโยชน์อย่างเต็มที่แก่เด็ก ทันต่อสถานการณ์การพัฒนาและแก้ไขปัญหาต่อตัวเด็ก ยังช่วยให้ระบบงานอาสามีความอย่างยั่งยืนด้วย คณะกรรมการประจำบ้านยังมีภารกิจที่สำคัญอื่นๆ เช่น กระบวนการเปิดรับอาสาสมัคร เกณฑ์การคัดกรองอาสาสมัคร ปฐมนิเทศ เสริมศักยภาพ ติดตามสนับสนุนการพัฒนาการเด็ก และถอดบทเรียนการทำงานอาสาสมัคร ฯลฯ

ความสำเร็จไม่ได้เกิดจากการที่คุณทำเพียงครั้งคราว
แต่เกิดจากการลงมือทำอย่างสม่ำเสมอ
Success doesn't come from what you do occasionally.
It comes from what you do consistently.
Marie Forleo:

องค์ประกอบคณะกรรมการมาจากภาคส่วนต่างๆ คือ สถานรองรับ (ผู้ปกครองและบุคลากร) อาสาสมัคร ผู้ทรงคุณวุฒิ (นักวิชาการ) และหน่วยงานภาคประชาสังคมหรือหน่วยงานพัฒนาเอกชนที่ทำงานในพื้นที่ เช่น มูลนิธิสุขภาพไทย สหทัยมูลนิธิ เป็นต้น ควรจัดการประชุม 1-2 เดือน/ครั้ง

2. แต่งตั้งผู้ประสานงานอาสาสมัครประจำบ้าน

ในการทำงานอาสาสมัครซึ่งเกี่ยวข้องกับผู้คนจำนวนมาก เพื่อให้งานมีความคล่องตัว และประสบผลอย่างเต็มที่ ทางสถานรองรับควรแต่งตั้งบุคลากรอย่างน้อย 1 คนให้ทำบทบาทหน้าที่เป็นผู้ประสานงาน เอื้ออำนวยและขับเคลื่อนงานอาสาสมัครให้เป็นประโยชน์ต่อเด็กๆ ได้มากที่สุด การมีผู้ประสานงานยังช่วยเชื่อมโยงข้อมูล กิจกรรม และงานต่างๆ ระหว่างคณะกรรมการประจำบ้านและคณะทำงานอาสา (Core team) และอาสาสมัครแต่ละคนด้วย

3. สร้างคณะทำงานอาสา (Core team)

โดยปกติจะมีอาสาสมัครที่มีความพร้อมและสมัครใจช่วยเหลืองานในลักษณะเป็นแกนอาสา การแต่งตั้งคณะทำงาน (Core team) ซึ่งมีองค์ประกอบ คือ ผู้ประสานงานอาสาสมัครประจำบ้าน แกนนำอาสา 2-3 คน และตัวแทนองค์กรภาคประชาสังคม 1 คน จะช่วยพัฒนางานได้อย่างรวดเร็วและใกล้ชิดกับอาสาและเด็กๆ ซึ่งเป็นผลดีต่อการรับมือกับปัญหาเฉพาะหน้า หรือสามารถทำงานเชิงรุกในการพัฒนาศักยภาพเด็กๆ ได้รวดเร็วเหมาะสม โดยเน้นการประชุมหรือการนัดหารือได้บ่อยๆ เช่น เดือนละ 1-2 ครั้ง และนำผลการทำงานรายงานต่อคณะกรรมการประจำบ้านต่อไป



4. พัฒนาศักยภาพอยู่เสมอ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง

ความรู้ ทักษะ และประสบการณ์เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็กมีอยู่มากมายและเกิดขึ้นตลอดเวลา จึงควรจัดกิจกรรมเสริม และพัฒนาศักยภาพทั้งอาสาและเจ้าหน้าที่เป็นประจำ โดยให้สร้างการมีส่วนร่วมในการกำหนดเนื้อหาการพัฒนาศักยภาพ ซึ่งควรคำนึงถึงการพัฒนาทางด้านวิชาการหรือความรู้ รวมถึงเทคนิค ทักษะต่างๆ ด้วย โดยควรพัฒนาศักยภาพอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง เช่น จิตวิทยาเด็ก ความเข้าใจพัฒนาการเด็กให้สมวัย ของเล่นและศิลปะการกระตุ้นพัฒนาการเด็ก การรับฟังด้วยหัวใจ (Listening with the Heart) การดูแลใจตนเอง (Self-care) กระบวนการเรียนรู้ร่วมกัน (Interactive Action Learning) โดยใช้รูปแบบการฝึกอบรม (workshop) ฯลฯ กิจกรรมเหล่านี้ควรจัดให้เป็นการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่อง ซึ่งช่วยสร้างความสัมพันธ์ระหว่างอาสาสมัครและเจ้าหน้าที่ให้เกิดความร่วมมือกันเพื่อพัฒนาเด็กได้ดียิ่งขึ้นแล้ว ยังช่วยพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาและทักษะชีวิตของอาสาสมัคร เจ้าหน้าที่ ที่จะส่งผลต่อการพัฒนาเด็กด้วย

5. สร้างเป้าหมายพัฒนาเด็กด้วยข้อมูลพัฒนาการของเด็ก

จากการติดตามผลการดำเนินงานอาสาในรอบ 10 กว่าปีของมูลนิธิสุขภาพไทย ซึ่งมีอาสาสมัครมากกว่า 2,000 คน การประเมินผลพบว่า เด็กๆ จำนวนมากที่มีพี่อาสาดูแลจะมีพัฒนาการด้านร่างกาย และอารมณ์ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ทั้งเด็กเล็ก เด็กโต และเด็กพิเศษ เช่น มีพัฒนาการที่ดีขึ้นทั้งทางด้านร่างกาย (ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และการเคลื่อนไหว) สังคม (พฤติกรรม อารมณ์ และการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น) การเรียนรู้ (การพัฒนาตนเองด้านต่างๆ) พี่อาสายังช่วยลดพฤติกรรมไม่เหมาะสมได้ด้วย เช่น การต่อต้าน การเรียกร้องความสนใจ ไม่เล่นกับคนอื่น ก้าวร้าว กัด ตี ทำร้ายตัวเอง หวงของ เป็นต้น

หากสถานรองรับได้ร่วมมือกับอาสาสมัครกำหนดเป้าหมายการพัฒนาให้กับเด็กแต่ละราย และวางแผนการทำงานกับอาสาสมัครให้ชัดเจน ผลลัพธ์ที่ดีเกิดขึ้นได้ไม่ยากเลย

เป้าหมายการพัฒนาเด็กตามช่วงวัย

ช่วงวัย	เป้าหมายหลัก	สิ่งที่อาสาสมัครช่วยได้	สิ่งที่ควรสังเกต
เด็กอ่อน (แรกเกิดถึง 3 ปี)	สุขภาพ/พัฒนาการ/สังคม	สัมผัส เล่น กระตุ้นการเคลื่อนไหวเล่น พูดคุย ฝึกทำสิ่งต่างๆ	การตอบสนอง การเคลื่อนไหว การเข้าสังคม การสื่อสาร
เด็กเล็ก (3-6 ปี)	สุขภาพ/พัฒนาการ/สังคม	ส่งเสริมพัฒนาการตามวัย ทางสังคม ทักษะชีวิต การช่วยเหลือตนเอง	การช่วยเหลือตนเอง การสื่อสาร
เด็กโต (6-18 ปี)	การเรียน/ทักษะชีวิต/สังคม/อารมณ์/วินัย	เรียนรู้ อาชีพ สนทนา	ความรับผิดชอบ การพึ่งตนเอง การสื่อสาร อารมณ์ การเข้าสังคม

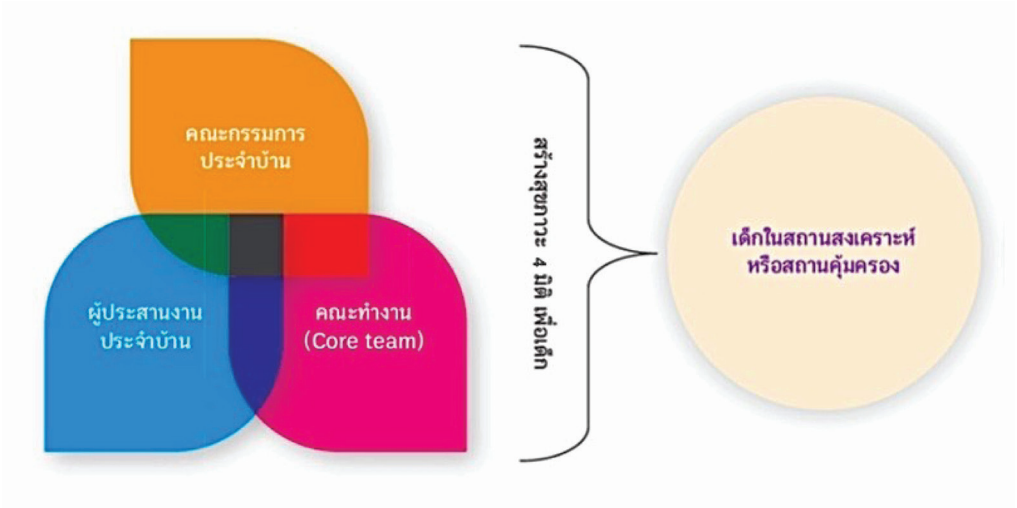
6. ติดตามและประเมินผลด้วยหลักการเรียนรู้และพัฒนา

ในการดำเนินการใดๆ ไม่มีทางที่จะราบรื่นและประสบผลสำเร็จทุกครั้ง งานอาสาสมัครเป็นงานที่ไม่มีเงินเดือนค่าตอบแทนใดๆ มีแต่ความรักเมตตา และความเสียสละของอาสาทุกคน แต่อาสาก็มาพร้อมความมุ่งมั่นมีเป้าหมายต่อตัวเด็ก ต้องการเห็นเด็กเติบโตก้าวหน้าในสุขภาวะทั้ง 4 มิติ การมีเป้าหมาย การระบุผลลัพธ์ด้านต่างๆ ของทั้งตัวเด็ก อาสาและเจ้าหน้าที่ เป็นงานที่ท้าทายและสามารถทำให้เป็นจริงได้ด้วยการจัดให้มีการประชุมติดตามและประเมินผลตามที่วางเป้าหมายและวางแผนไว้ หรือเป็นการสรุปบทเรียน การถอดบทเรียน เป็นประจำ

คณะทำงาน (Core team) ควรจัดประชุมอย่างน้อย 1-2 เดือน/ครั้ง

คณะกรรมการประจำบ้าน ควรจัดประชุมอย่างน้อยปีละ 1-2 ครั้ง โดยให้ตัวแทนอาสาเข้าร่วม

อาสาสมัคร แบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ 1) ติดตามเบื้องต้น ควรจัดประชุมทุกๆ สัปดาห์ โดยการนั่งล้อมวงคุยกันในวงอาสาที่มาปฏิบัติงานในวันนั้นๆ เช่น อาสาประจำวันเสาร์ และ 2) สรุปบทเรียนภาพรวมตามรอบการทำงานอาสา ควรจัดประมาณ 4-6 เดือน/ครั้ง



แนวทางการส่งเสริมอาสาสร้างสุขให้เด็ก เล่มนี้ผ่านกระบวนการถอดบทเรียนการทำงานโครงการ **“จิตอาสาพัฒนาสุขภาวะทางปัญญา และคุณภาพชีวิตเด็กในสถานสงเคราะห์”** ซึ่งมุ่งหมายการสร้างและพัฒนาพื้นที่ในสถานรองรับและสถานคุ้มครอง ให้เกิดกลไกการส่งเสริม สนับสนุนงานอาสาสมัคร ซึ่งการติดตามประเมินผลพบว่า ความร่วมมือของบุคลากรและอาสาสมัคร มีส่วนสำคัญต่อผลลัพธ์การพัฒนาสุขภาวะทั้ง 4 มิติและทักษะชีวิตที่เหมาะสมให้กับเด็กได้อย่างแท้จริง

“ไม่มีอะไรเปลี่ยน
ถ้าคุณไม่ได้เปลี่ยนแปลงอะไร
Nothing changes if nothing
changes.”

สนับสนุนการดำเนินงาน:
กรมกิจการเด็กและเยาวชน (ดย.)
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
จัดพิมพ์: โครงการจิตอาสาพัฒนาสุขภาวะทางปัญญา และคุณภาพชีวิตเด็กในสถานสงเคราะห์
มูลนิธิสุขภาพไทย
เลขที่ 11/1 ซอยงามวงศ์วาน 31 แยก 10 อำเภอเมืองนนทบุรี นนทบุรี 11000
www.thaihof.org Facebook: พลังอาสร้างสุข มูลนิธิสุขภาพไทย
พิมพ์: กันยายน 2569
จัดรูปเล่ม: ชนิสรา นาถนอม