

# มาล้างมือกันเถอะ



สื่อชุดเรื่องเล่าทางสังคมเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กออทิสติก

5

# มาล้างมือกันเถอะ



ร่วมสร้างสรรค์ โดย

สถาบันราชานุกูล

ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค)

สถาบันการ์ตูนไทย มูลนิธิเด็ก

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน



NECTEC  
a member of NSTDA



สสส  
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย



แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มีบทบาทหน้าที่ในการประสานกลไก นโยบาย และปัจจัยขยายผลจากทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม และภาคเอกชนให้เอื้อต่อการขับเคลื่อน การสร้างเสริมพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านให้เข้าถึงเด็ก เยาวชน และครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงหนังสือ และกลุ่มที่มีความต้องการพิเศษ

## คณะกรรมการกำกับทิศทาง แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

### กลุ่มแผนงานสื่อสร้างสรรค์เพื่อสุขภาวะในแผนสื่อสารสุขภาวะ และสื่อสารการตลาดเพื่อสังคม

ที่ปรึกษา	อาจารย์มานิจ สุขสมจิตร	นพ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์	
ประธาน	รศ.จุมพล รอดคำดี		
กรรมการ	รศ.ประภาภัทร นิยม	อาจารย์สุรินทร์ กิจนิตย์ชีว์	อาจารย์ชูชัย ฤดีสุขสกุล
	ดร.ชฎามาศ ฐะเศรษฐกุล	รศ.ดร.อุบลรัตน์ ศิริยุวศักดิ์	รศ.ดร.วิลาสินี อดุลยานนท์
	นายมานพ แยมอุทัย	นางมัทนา ถนอมพันธ์ุ	
เลขานุการ	นางสาวเข็มพร วิรุฬราพันธ์ุ	นางสุดใจ พรหมเกิด	นายदनัย หวังบุญชัย
ผู้ช่วยเลขานุการ	นางญาณี รัชต์บริรักษ์		

ผู้จัดการแผนงานฯ นางสุดใจ พรหมเกิด

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการ และกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมให้เกิดพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านเพื่อสังคมสุขภาวะกับเราได้ที่นี่

### แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

424 หมู่บ้านเงาไม้ ซอยจรัญสนิทวงศ์ 67 แยก 3 ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

โทรศัพท์ : 0-2424-4616-7 โทรสาร : 0-2881-1877 E-mail : info@happyreading.in.th website : http://www.happyreading.in.th

Facebook : http://www.facebook.com/happy2reading Twitter : http://www.twitter.com/happy2reading

สื่อชุดเรื่องเล่าทางสังคมเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กออกัสติก

5

## มาล้างมือกันเถอะ

พิมพ์ครั้งที่ 1 : มกราคม 2556 จำนวนพิมพ์ : 500 เล่ม บรรณาธิการ : สุดใจ พรหมเกิด

เรื่อง : ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค) ภาพประกอบ : ธัญลักษณ์ ก่อวณิชกุล ออกแบบรูปเล่ม : ผดุง บุญศิริ

กองบรรณาธิการ : ยวดี งามวิทย์โรจน์, วิลาสินี ดอนเงิน, ชุติมา พุกกลิ่น, คณิดา แอดตาล, วิไล มีแก้วสุข, จุฑาพร ยอดศรี

ประสานงานการผลิต : พวงผกา แสนเขื่อนสี

จัดพิมพ์และเผยแพร่ : แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

424 หมู่บ้านเงาไม้ ซอยจรัญสนิทวงศ์ 67 แยก 3 ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

โทรศัพท์ : 0-2424-4616-7 โทรสาร : 0-2881-1877 E-mail : info@happyreading.in.th website : http://www.happyreading.in.th

Facebook : http://www.facebook.com/happy2reading Twitter : http://www.twitter.com/happy2reading

พิมพ์ที่ : แปลนพรินทร์ตั้ง จำกัด โทรศัพท์ : 0-2277-2222



ทุกคนล้างมือก่อนกินอาหาร





และล้างมือหลังเข้าห้องน้ำ



พ่อก็ล้างมือ แม่ก็ล้างมือ คุณครูก็ล้างมือ





ทุกคนล้างมือ  
โดยถูสบู่จนมือสะอาด

ล้างสบู่ออก  
ด้วยน้ำ

และเช็ดมือ  
ให้แห้ง



ผมก็ล้างมือ

โดยถูสบู่จนมือสะอาด



ล้างสบู่ออก

ด้วยน้ำ



และเช็ดมือ

ให้แห้ง





พ่อ แม่ และคุณครูชมว่า มือของผมสะอาด



ต่อไป ผมจะล้างมือทุกครั้งก่อนกินอาหาร





และล้างมือหลังเข้าห้องน้ำ

โครงการอ่านเพื่อการเรียนรู้และสร้างเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กออทิสติก

## มุมผู้ปกครอง-ผู้ดูแลเด็ก

หนังสือเรื่องเล่าทางสังคม (Social Story) เป็นหนังสือที่ใช้สำหรับการอ่านร่วมกันระหว่างผู้ดูแลเด็กออทิสติก ซึ่งอาจเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู พยาบาล หรือนักวิชาชีพ กับเด็กออทิสติก โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กออทิสติกที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ในสังคม ให้รู้จักการแสดงทักษะทางสังคมที่เหมาะสม ผ่านเรื่องราวต่างๆ ในหนังสือที่ส่งเสริมความคิดเชิงบวกให้กับเด็กออทิสติก ด้วยการอธิบายถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในสังคม ทักษะและการแสดงพฤติกรรมตอบสนองที่เหมาะสมต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ความคาดหวังและการตอบสนองของคนในสังคม เช่น การพัฒนาปฏิสัมพันธ์ที่เหมาะสมกับผู้อื่น การแสดงมารยาทที่ถูกต้องในสังคม ตลอดจนการทำกิจวัตรประจำวันที่เหมาะสม เป็นต้น





## เรื่องเล่าทางสังคม (Social Story) เครื่องมือสำคัญในการสร้างทักษะทางสังคมเพื่อเด็กออทิสติก

### รูปแบบของเรื่องเล่าทางสังคม

เรื่องเล่าทางสังคมสามารถจัดทำได้หลากหลายรูปแบบ อาทิ รูปแบบหนังสือ เช่น

นิทานสั้นๆ พร้อมภาพถ่ายประกอบ  
ภาพสัญลักษณ์ประกอบการอธิบาย  
หนังสือภาพ  
หรืออาจบันทึกในแผ่น CD DVD  
ทำเป็นภาพการ์ตูนเคลื่อนไหว (Animation)



### การสร้างสรรค์ การเขียนเรื่องเล่าทางสังคม

ควรเขียนในมุมมองของเด็ก  
ภาษาและคำศัพท์ที่ใช้ต้องเหมาะกับช่วงวัยของเด็ก  
ภาพที่ใช้ประกอบ ควรสื่อความที่สอดคล้องกับภาษา  
ที่ใช้อธิบายให้เด็กเข้าใจได้ง่าย

### วิธีการเขียนเฉพาะของเรื่องเล่าทางสังคม

เรื่องเล่าทางสังคมจะมีรูปแบบประโยคใน 6 ลักษณะ คือ

- 1. ประโยคพรรณนา (Descriptive Sentences)** จะอธิบายสถานการณ์ว่า ใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ และทำไม เช่น เสียงกระดิ่งดังขึ้นเพื่อให้นักเรียนหยุดเล่น นักเรียนจะเข้าแถวและเดินกลับเข้าไปเรียนในห้องเรียน
- 2. ประโยคมุมมอง (Perspective Sentences)** จะบอกหรืออธิบายความรู้สึกของเด็กและผู้อื่น โดยเฉพาะความรู้สึกหรือการตอบสนองของผู้อื่นในสถานการณ์นั้นๆ เช่น ครูมีความสุขที่เห็นนักเรียนเข้าแถวและเดินเข้าห้องเรียนอย่างเรียบร้อย

- 3. ประโยคชี้แนะ (Directive Sentences)** จะแนะนำเด็กว่าควรทำอะไร พูดอย่างไรในสถานการณ์นั้นๆ เช่น เมื่อกระดิ่งดังขึ้น ฉันจะหยุดเล่นและเดินเงียบๆ เข้าห้องเรียนพร้อมกับเพื่อนๆ เมื่อเข้าห้องเรียนฉันจะไปนั่งที่โต๊ะเรียนและตั้งใจฟังครูสอน

- 4. ประโยคควบคุม (Control Sentences)** จะเขียนในมุมมองของเด็กเพื่อช่วยกระตุ้นให้สามารถจดจำข้อมูลและเข้าใจสิ่งที่ควรปฏิบัติในสถานการณ์นั้นๆ เช่น ฉันจำได้ว่าเมื่อกระดิ่งดังขึ้น แสดงว่าเวลาพักหมดลงแล้ว ฉันจะหยุดเล่นและเดินไปเข้าห้องเรียนพร้อมกับเพื่อนๆ

- 5. ประโยคบอกถึงความรู้สึกร่วมกัน (Cooperative Sentences)** เป็นประโยคที่ผู้อื่นจะปฏิบัติกับเด็ก เช่น ครูชมว่าฉันเป็นเด็กดี ที่ฉันไปเข้าแถวและเดินเข้าห้องเรียนพร้อมกับเพื่อนๆ อย่างเรียบร้อย

- 6. ประโยคยืนยัน (Affirmative Sentences)** จะเน้นถึงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เป็นสิ่งที่สำคัญ เช่น การเดินเข้าห้องเรียนอย่างเรียบร้อย เป็นสิ่งที่ดีที่นักเรียนควรทำ





## จะใช้เรื่องเล่าทางสังคมให้ได้ผลได้อย่างไร

เมื่อผู้ดูแลเด็กออทิสติกพบเห็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ วิธีการหนึ่งที่ผู้ดูแลสามารถนำมาใช้เพื่อปรับพฤติกรรมของเด็กออทิสติกได้ คือ การสร้างหนังสือเรื่องเล่าทางสังคมร่วมกับเด็ก เพื่อพัฒนาทักษะสังคมที่ถูกต้อง จากนั้นจึงนำหนังสือ มาอ่านร่วมกันกับเด็กในโอกาสและเวลาที่ใช้ร่วมกันเป็นประจำ

การอ่านหนังสือด้วยกันนั้นอาจทำได้หลังจากเกิดพฤติกรรมนั้น หรือจะอ่านด้วยกันในช่วงเวลาต่างๆ เช่น ตอนเช้าหรือก่อนนอน หรือช่วงเวลาที่ทำกิจกรรมร่วมกัน โดยต้องอ่านด้วยกันอย่างสม่ำเสมอจนกระทั่งเด็กสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมตามเรื่อง ที่อ่านได้

## วิธีชวนเด็กอ่านเรื่องเล่าทางสังคม

### 1. สร้างความสนใจให้เด็กก่อนอ่าน

- ให้เด็กมีส่วนร่วมเลือกหนังสือเรื่องเล่าทางสังคม โดยเรื่องที่เลือกจะต้องชี้แนะให้เด็กเลือก เรื่องเล่าทางสังคมอย่างน้อย 1 เรื่อง
- อ่านตอนที่เด็กอารมณ์ดี

### 2. ระยะเวลาที่ใช้ในการอ่าน

- ใช้เวลาอ่านเรื่องละ ไม่เกิน 10 นาที
- ใน 1 วัน จะอ่านกี่ครั้งก็ได้

### 3. ความต่อเนื่อง

- ควรอ่านทุกวัน
- ควรอ่านต่อเนื่องอย่างน้อย 2 - 4 สัปดาห์ ต่อ 1 เรื่อง



## 4. วิธีอ่านเรื่องเล่าทางสังคม

- ชวนเด็กนั่งข้างๆ หรือนั่งตรงข้าม นอนอ่านด้วยกัน ก็ได้ตามความสะดวก
- ชี้ชวนให้เด็กดูภาพเพื่อโยงความสนใจ หรือจับมือเด็กชี้ที่ภาพ หรือบอกให้เด็กชี้ที่ภาพ ไม่ชี้ที่ตัวหนังสือถ้าเด็กยังอ่านหนังสือเองไม่เป็น
- เสียงที่อ่านไม่ควรเบาเกินไปหรือดังเกินไป ทำเสียงสูงต่ำบ้างเพื่อกระตุ้นความสนใจ
- ในเด็กที่พูดได้หรือพูดได้เล็กน้อย อาจกระตุ้นให้เด็กพูดหรือออกเสียงตาม หรือทิ้งคำพูดสุดท้ายให้เด็กได้พูดต่อคำตามเนื้อเรื่อง
- หมั่นสังเกตว่าเด็กให้ความสนใจ มีสมาธิ จดจ่อกับการอ่านมากน้อยเพียงใด
- ให้เด็กมีส่วนร่วมในการช่วยพลิกหน้าหนังสือ

## 5. การติดตามผล

- ให้สังเกตว่าเด็กให้ความสนใจ มีสมาธิ/จดจ่อกับการอ่านมากน้อยเพียงใด
- สังเกตพฤติกรรมเด็กขณะที่กำลังอ่านร่วมกันว่าเด็กให้ความร่วมมือในขณะอ่านมากน้อยเพียงใด
- สังเกตเป้าหมายพฤติกรรมที่เราต้องการ ว่ามีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีเกิดขึ้นหรือไม่
- บันทึกการอ่านลงในแบบฟอร์มทุกครั้งที่ย่าน
- นำบันทึกการอ่านและเรื่องที่ย่านไปให้แพทย์ดูด้วย เมื่อแพทย์นัดตรวจครั้งต่อไป



## แบบบันทึกการอ่านหนังสือนิทาน เรื่องเล่าทางสังคม (Social Story) สำหรับผู้ปกครอง

**คำชี้แจง** หลังจากที่ท่านอ่านหนังสือนิทานให้เด็กฟังแล้ว กรุณาระบุข้อมูลตามความเป็นจริง

- เรื่องที่ชวนเด็กอ่าน :** เลือกเติมหมายเลขหนังสือที่อ่านให้เด็กฟัง (ดูหมายเลขจากหน้าปกหนังสือ) เช่น  
ผมแปรงฟันทุกวัน : กรอกหมายเลข 1 / สวัสดิ์ : กรอกหมายเลข 2 / ผมไปตัดผม : กรอกหมายเลข 3 / ทิ้งขยะที่ไหน : กรอกหมายเลข 4 / มาล้างมือกันเถอะ : กรอกหมายเลข 5 / เก็บรองเท้าที่ไหน : กรอกหมายเลข 6 / ผมนั่งรอได้ : กรอกหมายเลข 7
- ผู้ที่ชวนเด็กอ่าน :** กรอกบุคคลที่อ่านหนังสือให้เด็กฟัง เช่น พ่อ แม่ พี่ ป้า น้า อา
- เวลาที่ชวนเด็กอ่าน :** กรอกเวลาที่ท่านอ่านหนังสือให้เด็กฟัง
- การประเมินการตอบสนองของเด็กขณะที่ชวนอ่านหนังสือ :** ประเมินเป็นระดับบ่อยครั้ง บางครั้ง และไม่เคยเลย  
ในพฤติกรรมที่เด็กตอบสนองตามความรู้สึของท่าน เช่น  
ถ้าเด็กมองภาพที่เราชี้ให้ดู : เด็กให้ความร่วมมือ พยายามทำตามเมื่อกระตุ้นตลอดเวลา กรอก **บ่อยครั้ง**  
ถ้าเด็กมองภาพที่เราชี้ให้ดู : เด็กให้ความร่วมมือ พยายามทำตามเมื่อกระตุ้นบ้างเป็นบางครั้ง กรอก **บางครั้ง**  
ถ้าเด็กไม่มองภาพที่เราชี้ให้ดู, ไม่มีท่าที่สนใจ ฯลฯ : ไม่ให้ความร่วมมือ และไม่ทำตามเมื่อกระตุ้น กรอก **ไม่เคย**
- การเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็น :** ประเมินว่าเปลี่ยนแปลง และ ไม่เปลี่ยนแปลง ถ้าเปลี่ยนแปลง อธิบายว่าเปลี่ยนแปลงอย่างไร



รายการประเมิน	วันที่					
1. เรื่องที่ชวนเด็กอ่าน						
2. ผู้ที่ชวนเด็กอ่าน						
3. ช่วงเวลาที่ชวนเด็กอ่าน						
4. การตอบสนองของเด็กขณะที่อ่าน (บ่อยครั้ง / บางครั้ง / ไม่เคยเลย)						
- มองดูภาพตามที่เราชี้ให้ดู/ให้ความร่วมมือพยายามทำตามเมื่อกระตุ้น						
- ออกเสียงอ่านตาม/ให้ความร่วมมือ พยายามทำตามเมื่อกระตุ้น						
- ช่วยพลิกหน้าหนังสือ/ให้ความร่วมมือ พยายามทำตามเมื่อกระตุ้น						
- มีท่าที่สนใจ/สนุกสนาน/ยิ้ม/หัวเราะ ฯลฯ						
- เด็กไม่มีท่าที่สนใจ ถึงจะกระตุ้น ก็แสดงท่าทางขัดชิน ร้องไห้ หงุดหงิด						
5. การเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็น หลังการชวนอ่าน เช่น						
- ให้ความร่วมมือทำกิจกรรมดีขึ้น						
- ไม่เปลี่ยนแปลงเลย						
- อื่นๆ						

บันทึกเพิ่มเติม



## ผู้อ่านชุดเรื่องเล่าทางสังคมเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กออทิสติก

### ที่ปรึกษาโครงการฯ

แพทย์หญิงพรรณพิมล วิปุลากร  
คุณวาทนีย์ พันธชาติ

คุณสุดใจ พรหมเกิด

ผู้อำนวยการสถาบันราชานุกูล  
ผู้อำนวยการฝ่ายวิจัยประยุกต์ บริการทดสอบ  
และประเมินเทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวก  
ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค)  
ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน  
ผู้จัดการสถาบันการ์ตูนไทย มูลนิธิเด็ก

### คณะทำงาน

#### สถาบันราชานุกูล

คุณพนิดา รัตนไพโรจน์ คุณณัฐชนก สุวรรณานนท์ คุณเบญจวรรณ รัญเสวะ คุณชุตีวรรณ แก้วไสย

#### ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค)

คุณอลิสา สุวรรณรัตน์ คุณสาธิตา มุกดา

#### สถาบันการ์ตูนไทย มูลนิธิเด็ก

คุณสิทธิศักดิ์ เจียมพจมาน คุณพวงผกา แสนเชื่อนสี คุณชญชนัญ เอี่ยมชื่น คุณผดุง บุญศิริ

#### แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

คุณชุตีมา พุกกลิ่น คุณคณิตา แอตาล



# มอบความสุขทุกครั้งด้วยหนังสือ



สามารถดาวน์โหลด หนังสือเรื่องเล่าทางสังคม (Social Story)

[www.rajanukul.com](http://www.rajanukul.com)

<http://astec.nectec.or.th>

[www.happyreading.in.th](http://www.happyreading.in.th)

ร่วมสร้างสรรค์ โดย



NECTEC  
a member of NSTDA



สสส  
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย  
www.sss.or.th



พิมพ์ด้วย SOY INK หมึกปลอดสารพิษ  
ไม่ใช่ระบบเคลือบขก เพื่อร่วมกันดูแลโลก