

หนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตและทักษะทางสังคม (Social Story) เพื่อเด็กออทิสติก

# ไปว่ายน้ำ



ร่วมสร้างสรรค์ โดย

สถาบันราชานุกูล

ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค)

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน



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

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการ และกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมให้เกิดพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านเพื่อสังคมสุขภาวะกับเราได้ที่  
**แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน**  
 424 หมู่บ้านงาไม้ ซอยเจริญสุขนิทวงศ์ 67 แยก 3 ถนนเจริญสุขนิทวงศ์ 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/happyreading **Twitter :** http://www.twitter.com/happy2reading

หนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตและทักษะทางสังคม (Social Story) เพื่อเด็กออทิสติก

## ไปว่ายน้ำ

**พิมพ์ครั้งที่ 1 :** เมษายน 2559 **จำนวนพิมพ์ :** .....เล่ม **บรรณาธิการ :** สุดใจ พรหมเกิด

**เรื่อง :** โครงการหนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตและทักษะสังคม (Social Story) เพื่อเด็กออทิสติก

**ภาพประกอบ :** จีรพงษ์ ทรนคร **ออกแบบรูปเล่ม :** ทักษิณา นาคบำรุง

**กองบรรณาธิการ :** วิลาสินี ดอนเงิน, ชุตติมา พุกกลิ่น, คณิตา แอตาล, วิไล มีแก้วสุข, จันทิมา อินจร, นิตารัตน์ อำนางอนันต์, ดวงดาว ไชยา, จีระนันท์ วงมั้น, นภัทร พิถีภนา, ปณิตดา สังฆทิพย์, หทัยรัตน์ พันดาวงษ์, ตรีมีชี อหามะ

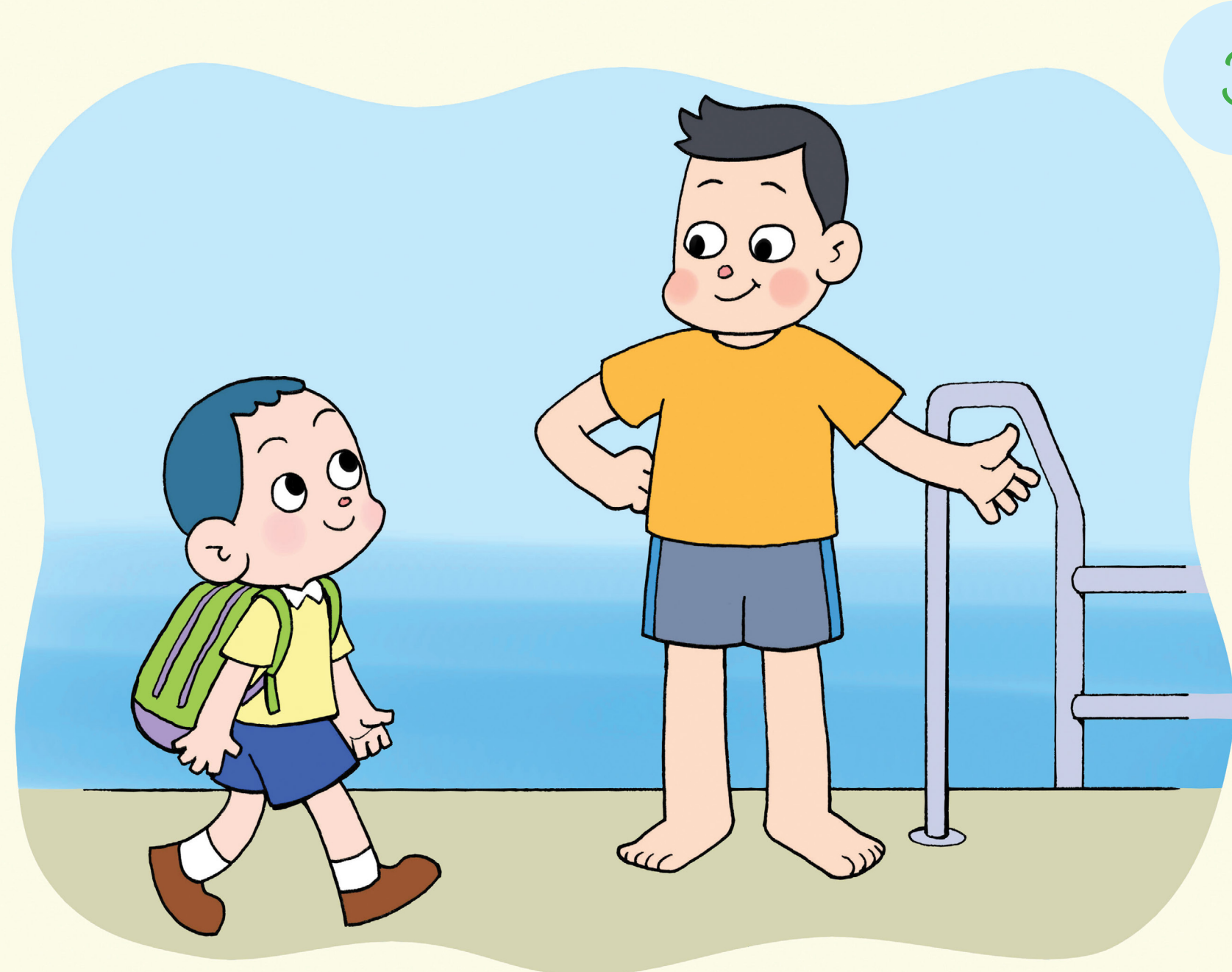
**จัดพิมพ์และเผยแพร่ :** แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

424 หมู่บ้านงาไม้ ซอยเจริญสุขนิทวงศ์ 67 แยก 3 ถนนเจริญสุขนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

**โทรศัพท์ :** 0-2424-4616-7 **โทรสาร :** 0-2881-1877 **E-mail :** happy2reading@gmail.com **website :** http://www.happyreading.in.th

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

**พิมพ์ที่ :** โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด



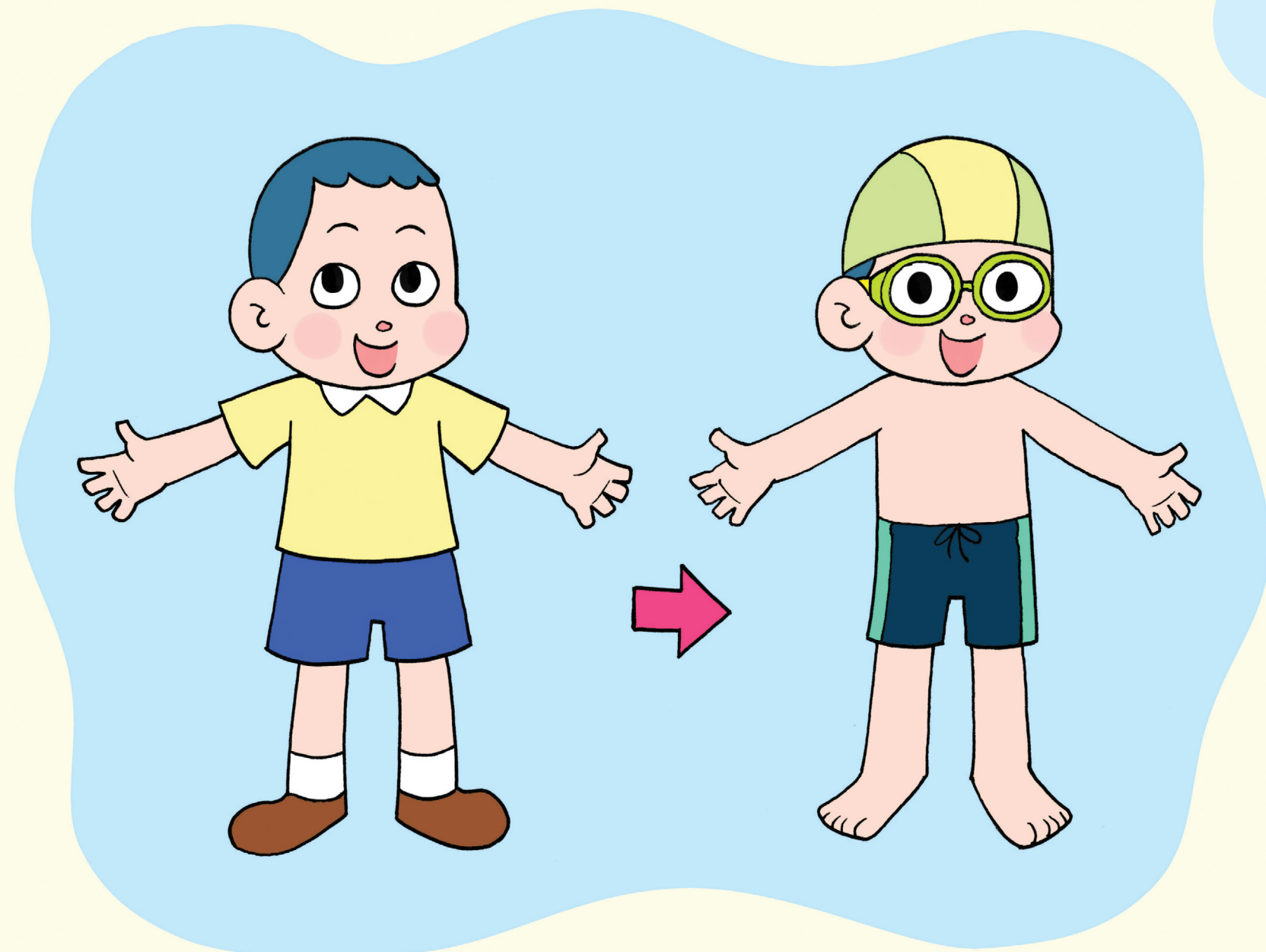
วันเสาร์และวันอาทิตย์

เป็นวันที่ผมไปเรียนว่ายน้ำกับครู





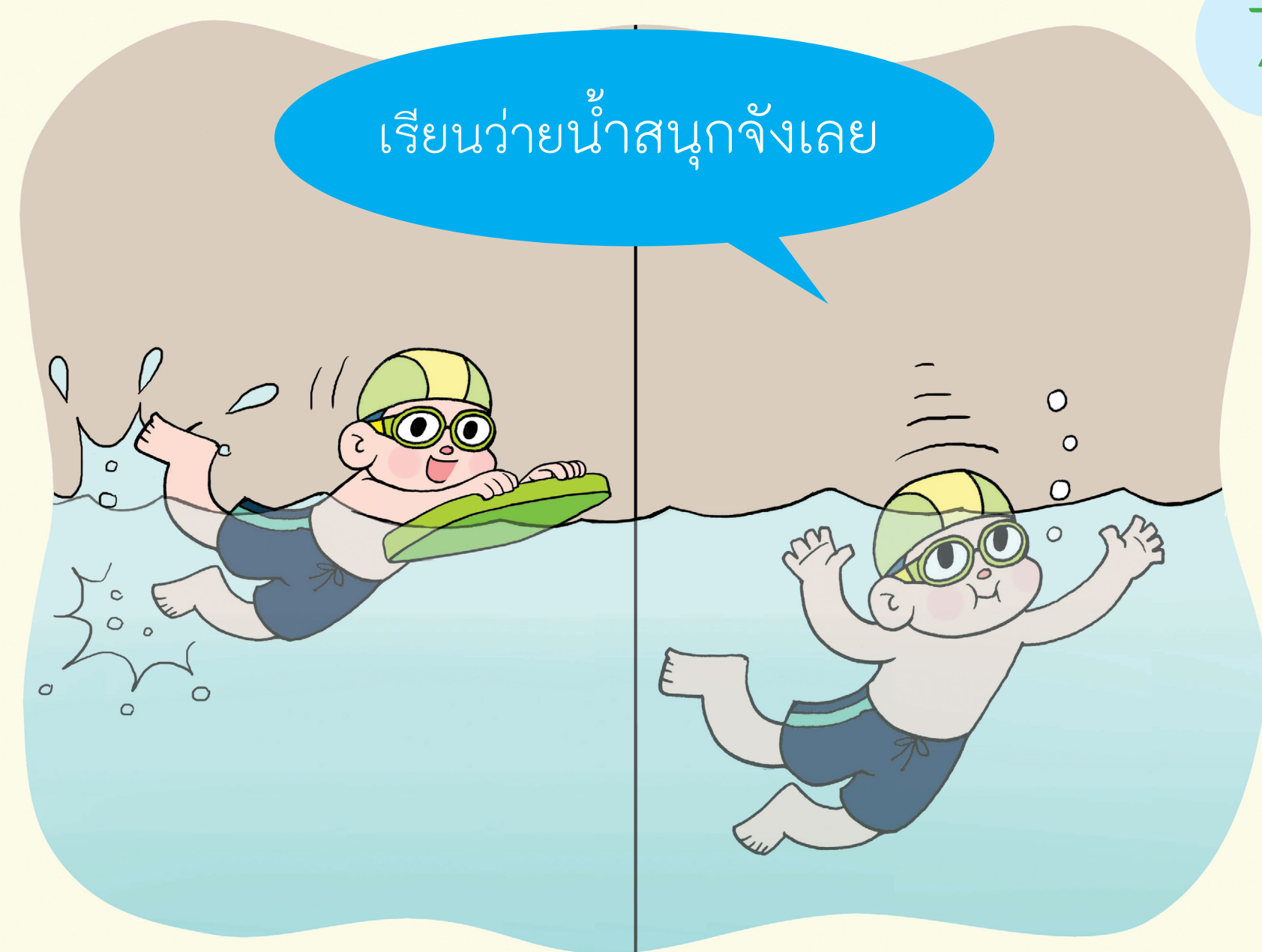
ก่อนไปเรียนว่ายน้ำ ผมจะเตรียม  
กางเกงว่ายน้ำ หมวกว่ายน้ำ แว่นตา ผ้าเช็ดตัว สบู่  
และแชมพูใส่ไว้ในกระเป๋า



ที่สระว่ายน้ำ ผมเปลี่ยนเสื้อผ้ามาใส่กางเกงว่ายน้ำ  
หมวกว่ายน้ำ แว่นตา ผมพร้อมเรียนว่ายน้ำแล้วครับ



ครูสอนให้ผมว่ายน้ำ



ผมฝึกดำน้ำ เป่าลม เกาะโฟมเตะขา  
และทำท่าปลาโลมาตามที่ครูสอน





ครูชมว่าผมเก่งที่ทำท่าว่ายน้ำตามครูได้



เมื่อขึ้นจากสระว่ายน้ำ  
แม่พาผมไปอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนเสื้อผ้า



ต่อไปเมื่อถึงวันเสาร์และวันอาทิตย์ ผมจะเตรียมกางเกงว่ายน้ำ  
หมวกว่ายน้ำ แว่นตา ผ้าเช็ดตัว สบู่และแชมพู  
ใส่ไว้ในกระเป๋า เพื่อไปเรียนว่ายน้ำกับครูอย่างตั้งใจ

โครงการอ่านเพื่อการเรียนรู้และสร้างเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กออทิสติก

## มุมผู้ปกครอง-ผู้ดูแลเด็ก

หนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตและทักษะทางสังคม (Social Story) เพื่อเด็กออทิสติก เป็นหนังสือที่ใช้สำหรับการอ่านร่วมกันระหว่างผู้ดูแลเด็กออทิสติก ซึ่งอาจเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู พยาบาล หรือ นักวิชาชีพ กับเด็กออทิสติก โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กออทิสติกที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ในสังคม ให้รู้จักการแสดงทักษะทางสังคมที่เหมาะสม ผ่านเรื่องราวต่างๆ ในหนังสือที่ส่งเสริม ความคิดเชิงบวกให้กับเด็กออทิสติก ด้วยการอธิบายถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ในสังคม ทักษะและการแสดงพฤติกรรมตอบสนองที่เหมาะสมต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ความคาดหวังและการตอบสนองของคนในสังคม เช่น การพัฒนาปฏิสัมพันธ์ที่เหมาะสม กับผู้อื่น การแสดงมารยาทที่ถูกต้องในสังคม ตลอดจนการทำกิจวัตรประจำวันที่เหมาะสม เป็นต้น





## Social Story เครื่องมือสำคัญในการสร้างทักษะชีวิตและทักษะทางสังคมเพื่อเด็กออทิสติก

### รูปแบบของเรื่องที่จะเล่า

สามารถจัดทำได้หลากหลายรูปแบบ อาทิ

รูปแบบหนังสือ เช่น

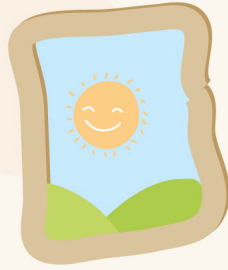
นิทานสั้นๆ พร้อมภาพถ่ายประกอบ

ภาพสัญลักษณ์ประกอบการอธิบาย

หนังสือภาพ

หรืออาจบันทึกในแผ่น CD DVD

ทำเป็นภาพการ์ตูนเคลื่อนไหว (Animation)



### การสร้างสรรค์ การเขียนเรื่องที่จะเล่า

ควรเขียนในมุมมองของเด็ก

ภาษาและคำศัพท์ที่ใช้ต้องเหมาะกับช่วงวัยของเด็ก

ภาพที่ใช้ประกอบ ควรสื่อความที่สอดคล้องกับภาษา

ที่ใช้อธิบายให้เด็กเข้าใจได้ง่าย

### วิธีการเขียนเฉพาะของเรื่องที่จะเล่า

เรื่องเล่าเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตและทักษะทางสังคมจะมีรูปแบบประโยคใน 6 ลักษณะ คือ

#### 1. ประโยคพรรณนา (Descriptive Sentences) จะ

อธิบายสถานการณ์ว่า ใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ และ  
ทำไม เช่น เสียงกระดิ่งดังขึ้นเพื่อให้นักเรียนหยุดเล่น  
นักเรียนจะเข้าแถวและเดินกลับเข้าไปเรียนในห้องเรียน

#### 2. ประโยคมุมมอง (Perspective Sentences)

จะบอกหรืออธิบายความรู้สึกของเด็กและผู้อื่น โดยเฉพาะ  
ความรู้สึกหรือการตอบสนองของผู้อื่นในสถานการณ์นั้นๆ  
เช่น ครูมีความสุขที่เห็นนักเรียนเข้าแถวและเดินเข้า  
ห้องเรียนอย่างเรียบร้อย

#### 3. ประโยคชี้แนะ (Directive Sentences) จะแนะนำ

เด็กว่าควรทำอะไร พูดยังไรในสถานการณ์นั้นๆ  
เช่น เมื่อกระดิ่งดังขึ้น ฉันจะหยุดเล่นและเดินเงียบๆ  
เข้าห้องเรียนพร้อมกับเพื่อนๆ เมื่อเข้าห้องเรียนฉันจะ  
ไปนั่งที่โต๊ะเรียนและตั้งใจฟังครูสอน

#### 4. ประโยคควบคุม (Control Sentences) จะเขียน

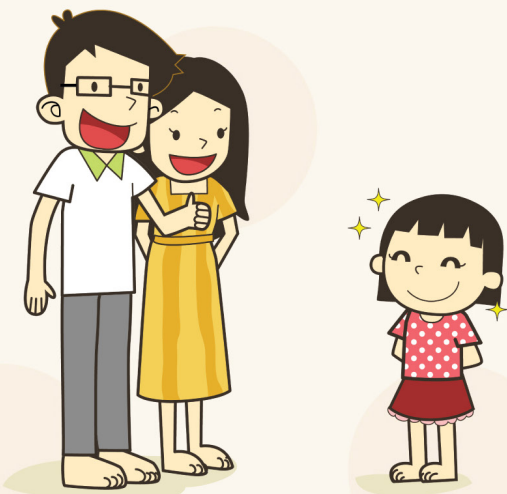
ในมุมมองของเด็กเพื่อช่วยกระตุ้นให้สามารถจดจำข้อมูล  
และเข้าใจสิ่งที่ควรปฏิบัติในสถานการณ์นั้นๆ เช่น ฉันจำได้  
ว่าเมื่อกระดิ่งดังขึ้น แสดงว่าเวลาพักหมดลงแล้ว ฉันจะ  
หยุดเล่นและเดินไปเข้าห้องเรียนพร้อมกับเพื่อนๆ

#### 5. ประโยคบอกถึงความรู้สึกร่วมกัน (Cooperative Sentences)

เป็นประโยคที่ผู้อื่นจะปฏิบัติกับเด็ก เช่น  
ครูชมว่าฉันเป็นเด็กดี ที่ฉันไปเข้าแถวและเดินเข้าห้องเรียน  
พร้อมกับเพื่อนๆ อย่างเรียบร้อย

#### 6. ประโยคยืนยัน (Affirmative Sentences) จะเน้น

ถึงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เป็นสิ่งที่สำคัญ เช่น การเดิน  
เข้าห้องเรียนอย่างเรียบร้อย เป็นสิ่งที่ดีที่นักเรียนควรทำ



## จะใช้หนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตฯ ให้ได้ผลได้อย่างไร

เมื่อผู้ดูแลเด็กออทิสติกพบเห็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม  
ของเด็กเกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ วิธีการหนึ่งที่ผู้ดูแลสามารถ  
นำมาใช้เพื่อปรับพฤติกรรมของเด็กออทิสติกได้ คือ การสร้างหนังสือ  
ชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตฯ ร่วมกับเด็ก เพื่อพัฒนาทักษะสังคม  
ที่ถูกต้อง จากนั้นจึงนำหนังสือฯ มาอ่านร่วมกันกับเด็กในโอกาส  
และเวลาที่ใช้ร่วมกันเป็นประจำ

การอ่านหนังสือด้วยกันนั้นอาจทำได้หลังจากเกิดพฤติกรรม  
นั้น หรือจะอ่านด้วยกันในช่วงเวลาต่างๆ เช่น ตอนเช้าหรือก่อนนอน  
หรือช่วงเวลาที่ทำกิจกรรมร่วมกัน โดยต้องอ่านด้วยกันอย่างสม่ำเสมอ  
จนกระทั่งเด็กสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมตามเรื่อง  
ที่อ่านได้

### วิธีชวนเด็กอ่าน

#### 1. สร้างความสนใจให้เด็กก่อนอ่าน

- ให้เด็กมีส่วนร่วมเลือกหนังสือชุดสร้างเสริม  
ทักษะชีวิตฯ โดยเรื่องที่เลือกจะต้องชี้แนะให้เด็กเลือก  
หนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตฯ อย่างน้อย 1 เรื่อง
- อ่านตอนที่เด็กอารมณ์ดี

#### 2. ระยะเวลาที่ใช้ในการอ่าน

- ใช้เวลาอ่านเรื่องละ ไม่เกิน 10 นาที
- ใน 1 วัน จะอ่านกี่ครั้งก็ได้

#### 3. ความต่อเนื่อง

- ควรอ่านทุกวัน
- ควรอ่านต่อเนื่องอย่างน้อย 2 - 4 สัปดาห์ ต่อ 1 เรื่อง



#### 4. วิธีอ่าน

- ชวนเด็กนั่งข้างๆ หรือนั่งตรงข้าม นอนอ่านด้วยกัน  
ก็ได้ตามความสะดวก
- ชี้ชวนให้เด็กดูภาพเพื่อโยงความสนใจ หรือจับมือ  
เด็กชี้ที่ภาพ หรือบอกให้เด็กชี้ที่ภาพ  
ไม่ชี้ที่ตัวหนังสือถ้าเด็กยังอ่านหนังสือเองไม่เป็น
- เสียงที่อ่านไม่ควรเบาเกินไปหรือดังเกินไป ทำเสียง  
สูงต่ำบ้างเพื่อกระตุ้นความสนใจ
- ในเด็กที่พูดได้หรือพูดได้เล็กน้อย อาจกระตุ้นให้เด็ก  
พูดหรือออกเสียงตาม หรือทิ้งคำพูดสุดท้ายให้เด็ก  
ได้พูดต่อคำตามเนื้อเรื่อง
- หมั่นสังเกตว่าเด็กให้ความสนใจ มีสมาธิ จดจ่อกับ  
การอ่านมากน้อยเพียงใด
- ให้เด็กมีส่วนร่วมในการช่วยพลิกหน้าหนังสือ

#### 5. การติดตามผล

- ให้สังเกตว่าเด็กให้ความสนใจ มีสมาธิ/จดจ่อกับ  
การอ่านมากน้อยเพียงใด
- สังเกตพฤติกรรมเด็กขณะที่กำลังอ่านร่วมกันว่าเด็ก  
ให้ความร่วมมือในขณะที่อ่านมากน้อยเพียงใด
- สังเกตเป้าหมายพฤติกรรมที่เราต้องการ ว่ามีการ  
เปลี่ยนแปลงในทางที่ดีเกิดขึ้นหรือไม่
- บันทึกการอ่านลงในแบบฟอร์มทุกครั้งที่ย่าน
- นำบันทึกการอ่านและเรื่องที่อ่านไปให้แพทย์ดูด้วย  
เมื่อแพทย์นัดตรวจครั้งต่อไป



## แบบบันทึกการอ่านหนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตและทักษะทางสังคม (Social Story) สำหรับผู้ปกครอง

**คำชี้แจง** หลังจากที่ท่านอ่านหนังสือให้เด็กฟังแล้ว กรุณาระบุข้อมูลตามความเป็นจริง

1. **เรื่องที่ชวนเด็กอ่าน** : เลือกเติมหมายเลขหนังสือที่อ่านให้เด็กฟัง (ดูหมายเลขจากหน้าปกหนังสือ) เช่น  
 ผมแปรงฟันทุกวัน : กรอกหมายเลข 1 / สวีตตี้ : กรอกหมายเลข 2 / ผมไปตัดผม : กรอกหมายเลข 3 / ทิ้งขยะที่ไหน : กรอกหมายเลข 4 / มาล้างมือกันเถอะ : กรอกหมายเลข 5 / เก็บรองเท้าที่ไหน : กรอกหมายเลข 6 / ผมนั่งรอได้ : กรอกหมายเลข 7 ฯลฯ

2. **ผู้ที่ชวนเด็กอ่าน** : กรอกบุคคลที่อ่านหนังสือให้เด็กฟัง เช่น พ่อ แม่ พี่ ป้า น้า อา

3. **ช่วงเวลาที่ชวนเด็กอ่าน** : กรอกเวลาที่ท่านอ่านหนังสือให้เด็กฟัง

4. **การประเมินการตอบสนองของเด็กขณะอ่านหนังสือ** : ประเมินเป็นระดับบ่อยครั้ง บางครั้ง และไม่เคยเลย

ในพฤติกรรมที่เด็กตอบสนองตามความรู้สึกของท่าน เช่น

ถ้าเด็กมองภาพที่เราชี้ให้ดู : เด็กให้ความร่วมมือ พยายามทำตามเมื่อกระตุ้นตลอดเวลา กรอก **บ่อยครั้ง**

ถ้าเด็กมองภาพที่เราชี้ให้ดู : เด็กให้ความร่วมมือ พยายามทำตามเมื่อกระตุ้นบ้างเป็นบางครั้ง กรอก **บางครั้ง**

ถ้าเด็กไม่มองภาพที่เราชี้ให้ดู, ไม่มีท่าที่สนใจ ฯลฯ : ไม่ให้ความร่วมมือ และไม่ทำตามเมื่อกระตุ้น กรอก **ไม่เคย**

5. **การเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็น** : ประเมินว่าเปลี่ยนแปลง และไม่เปลี่ยนแปลง ถ้าเปลี่ยนแปลง อธิบายว่าเปลี่ยนแปลงอย่างไร



## บันทึกเพิ่มเติม

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

บันทึกเพิ่มเติม

# หนังสือชุดสร้างเสริมทักษะชีวิตและทักษะทางสังคม (Social Story) เพื่อเด็กออทิสติก

## ที่ปรึกษาโครงการ

แพทย์หญิงพรรณพิมล วิปุลากร  
แพทย์หญิงอัมพร เบญจพลพิทักษ์  
คุณวันทนีย์ พันธชาติ

คุณสุดใจ พรหมเกิด

รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต

ผู้อำนวยการสถาบันราชานุกูล

ผู้อำนวยการฝ่ายอาวุโส สถาบันเทคโนโลยี เพื่อคนพิการและผู้สูงอายุ  
ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค)

ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

## คณะทำงาน

### สถาบันราชานุกูล

คุณพนิดา รัตนไพโรจน์ คุณณัฐชนก สุวรรณานนท์ คุณศิริพรรณ แสนลัง คุณชุตีวรรณ แก้วไสย

### ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค)

คุณอลิสา สุวรรณรัตน์ คุณสาธิตา มุกดา

### แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

คุณชุตีมา ฟูกสิน คุณคณิตา แอตาล คุณนภัทร พิถีภนา

