

# หากคุณมีปัญหา ในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก...



มาสนุกกับการเลี้ยงเด็กโดยไม่ใช้วิธีการลงโทษทางร่างกายกันเถอะ

ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กจังหวัดคานากาวา

# บทนำ

**“การลงโทษทางร่างกายกับเด็กนั้นห้ามทำใช่หรือไม่”**

ใช่ มีการแก้ไขกฎหมายห้ามใช้วิธีการลงโทษทางร่างกายในการเลี้ยงเด็กแล้ว

**“แต่ฉันกังวลว่าถ้าเราไม่ตีเด็กให้รู้ตัวเวลาเขาทำอะไรผิด**

**เขาจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคตได้ไหม”**

เราเข้าใจความรู้สึกนั้นดี อย่างไรก็ตาม การลงโทษทางร่างกาย

จะส่งผลด้านลบต่อการเติบโตของเด็ก

**“แล้วฉันจะทำอย่างไรดี ฉันเป็นคนรักเด็ก**

**แต่ก็มีความกังวลเกี่ยวกับการเลี้ยงเด็ก”**

การเลี้ยงเด็กทุกวันนี้ลำบากมากๆ

เราหวังว่าเอกสารฉบับนี้จะช่วยให้คำแนะนำในการเลี้ยงเด็กโดย

ไม่ต้องใช้วิธีการลงโทษทางร่างกาย

นอกจากนี้ เราจัดทำด้วยความตั้งใจเพื่อตอบสนองความกังวลของผู้ปกครองให้มากที่สุด

ในที่นี้ เราจะแนะนำครอบครัว 4 คนที่อยู่ในระหว่างการเลี้ยงเด็ก

ขอให้คุณลองเปรียบเทียบกับ การเลี้ยงเด็กของคุณ

และมาดูกันว่าคุณกำลังอบรมเลี้ยงดูเด็กแบบไหนอยู่

แนะนำตัวละคร.....2P

การ์ตูนเรื่อง “วันหนึ่งของครอบครัว” .....3P

มาสนุกกับการเลี้ยงเด็กโดยไม่ใช้วิธีการลงโทษทางร่างกายกันเถอะ.....11P

ศูนย์ให้คำปรึกษาด้านต่างๆ.....13P

# แนะนำตัวละคร



**คุณพ่อ มาโมรุ อายุ 30 ปี**

เป็นพ่อที่พยายามจะตั้งใจเลี้ยงลูก แต่มักยุ่งกับงานจนไม่มีเวลาพูดคุยกับลูกมากนัก มีปัญหาเกี่ยวกับลูกชาย ฮารุโตะ ซึ่งมีความกระตือรือร้น บางครั้งมีการทะเลาะกันดุๆ หรือดบตี



**คุณแม่ อิกุโยะ อายุ 28 ปี**

เป็นแม่ที่สดใสและใจดี เมื่อมีอายุได้ 1 ขวบ เธอได้เอาไปเข้าเรียนที่โรงเรียนเตรียมอนุบาลเพื่อจะกลับไปทำงานอีกครั้ง แต่เธอมักจะหงุดหงิดเพราะแม้แต่ยุ่งอยู่กับการดูแลลูก การดูแลบ้าน และงานของเธอ



**ลูกชายคนโต ฮารุโตะ อายุ 4 ขวบ**

เป็นเด็กผู้ชายที่มีความกระตือรือร้นในการไปเรียนที่โรงเรียนเตรียมอนุบาล ชอบเล่นนอกบ้าน แต่ยังจัดระเบียบสิ่งต่างๆ ได้ไม่ดีนัก



**ลูกสาวคนโต เม อายุ 1 ขวบ**

เป็นเด็กผู้หญิงเรียนที่โรงเรียนเตรียมอนุบาลแห่งเดียวกับฮารุโตะ กำลังเรียนรู้คำศัพท์ และมีความน่ารักที่ชอบเดินเตาะเตาะตามฮารุโตะ และเลียนแบบท่าทางของพี่ชาย

# ① เก็บข้าวของ

ทำไมทิ้งของ  
เกลื่อนกลาดขนาดนี้...

ถึงเวลาอาหารว่างแล้ว  
ทำไมยังไม่เก็บอีก?

ไม่เอา  
ผมจะเล่นต่อ

แม่... ขนมน...



**เก็บเดี๋ยวนี้  
เลยนะ!**

**ไม่จูน  
แม่ทิ้งหมดนะ!!**

ทำไมผมโดน  
คนเดี๋ยวลอดเลย...  
เมก็ไม่เห็นจะเก็บ...

อะ หนมน...



ลองคิดๆดู  
ฮาร์โตะยังคงแค่ 4 ขวบ  
เก็บคนเดียวก็คงไม่ไหวมั้ง



ครับบบ



เก็บของง



แม่ขอโทษที่เสียงดังนะ  
เดี๋ยวแม่ช่วยจะ เก็บเสร็จแล้ว  
เดี๋ยวไปทานขนมด้วยกันนะ



ประเด็นสำคัญ

แม่ตะโกนว่าออกไปโดยไม่ตั้งใจ แต่ดูเหมือนเธอก็ได้ลองคิดย้อนกลับไป และบอกเหตุผลในการเก็บข้าวของ ฯลฯ คงจะดีไม่น้อยหากได้คอยจับตาดูลูกไปพร้อมกับช่วยเขาเก็บข้าวของ

## ② ทำด้วยตัวเอง!

เฮ้!?

วันนี้มีประชุม  
ต้องรีบออกจากบ้าน  
เร็วกว่าปกติ

ผมยังไม่ได้  
ใส่ถุงเท้าเลย

รีบเลยลูก  
ให้แม่ช่วยไหม?

ไปกันเถอะ  
คะแม่

ไม่!  
ผมจะ  
ใส่เอง!

ว่าแต่ที่  
ผอ. โรงเรียนเตรียมอนุ  
บาลพูดที่  
โรงเรียนวันก่อน...

ขอให้รับฟัง “ความรู้สึกอยากทำ  
อะไรเอง” ของเด็กๆ ด้วยนะคะ

เสร็จแล้ว!

พยายามจนทำได้  
เยี่ยมมากเลยลูก

แม่ครับ  
ผมใส่เอง  
คนเดียวได้ด้วย

ประเด็นสำคัญ

ช่วงเวลาที่ผู้ดูแลตอนเช้าแม่จะลำบาก แต่การรับฟัง “ความรู้สึกอยากทำ  
อะไรเอง” ของเด็ก และการรอคอยจะช่วยส่งเสริมความรู้สึกสำเร็จของเด็ก  
และนำไปสู่การเรียนรู้ด้วยความรู้สึกที่ดีด้วย

# ③ อันตราย!



คุณแม่  
ต้องไป  
ทำงาน  
ในวันหยุด  
วันเสาร์ที่ฝน  
ตก...



ต้องให้ออกก็ครั้ง  
ว่าห้ามกระโดดบน  
โซฟา!



แฉง





ไม่ว่ามันจะอันตรายแค่ไหน  
แต่การตีฮาร์โตะนั้นมัน...

แฉงง

ผมขอโทษครับพ่อ

พอกี้  
ขอโทษที่ตี  
นะลูก

แฉงง

เพราะถ้าลูกตก  
ลงมาชนเม  
เมจะได้รับบาดเจ็บ  
ลูกจึงควรเลิกกระโดด  
โซฟานะ

เอาไว้ใช้งาน  
ให้มีความสุขใน  
ห้องนะลูก

งั้นพ่อ  
อ่านหนังสือ  
นี้หน่อย

ประเด็นสำคัญ

ถ้าผู้ใหญ่ยังตระหนักว่าเป็นสิ่งไม่ดี ก็ควรที่จะขอโทษแบบฟอคนนี้  
คงจะดีถ้าเรารู้จักอธิบายง่ายๆ ให้เด็กเข้าใจถึงเหตุและผลของอันตราย

# ④ แม่รู้สึกไม่สบาย...



รู้สึกปวดเมื่อยร่างกาย ปวดหัว...  
ตื่นไม่ไหวแน่ๆ ทำยังไงดี...

พ่อก  
ไปทำงาน  
วันหยุดหึสบดีที่  
แสน  
เหน็ดเหนื่อย...

เฮ้อ  
พอกก็ไม่ยู่สินะ...

แม่

แม่ หลบหนอย  
ที่จะห่มผ้าให้แม่



เดี๋ยวติดต่อบริษัท  
ขอลาหยุด..  
ให้ใครสักคนช่วย  
ไปส่งที่โรงเรียนได้ไหม...

แม่  
โอเคไหมครับ

แม่ ตื่นเร็ว

อี.. อืมม  
ไม่เป็นไร



คุณผู้จัดการใช้ไหมคะ?  
วันนี้ฉันป่วย  
อยากจะขอลาพักผ่อนนะคะ...

ศูนย์ช่วยเหลือ  
ครอบครัวใช้ไหมคะ?  
คือฉันติดใจ  
แต่ฉันอยากจะรบกวนให้  
ช่วยไปส่งลูกตอนเช้าค่ะ...

เข้าใจแล้วครับ  
ขอโทษ  
ไว้นะครับ

ได้เลยค่ะ

ก่อนอื่นให้ลองถามคุณ○○จากศูนย์ช่วยเหลือครอบครัว  
ที่ขอให้ช่วยไปรับลูกตอนเย็น

คุณแม่เป็น  
ยังไงบ้างคะ?

ขอบคุณมากค่ะ  
ดีขึ้นมากแล้วค่ะ  
ขอบคุณนะคะ

เย็น  
วันนั้น...

ทั้งคู่สนุกสนาน  
กันมากเลยล่ะ

ประเด็นสำคัญ

หากเกิดเหตุอะไรขึ้นกับผู้ใหญ่ จนไม่สามารถดูแลเด็กได้  
ควรมีคนที่ดูแลเด็กแทนคุณได้ หรือขอความช่วยเหลือ  
ในกรณีฉุกเฉินเพื่อความปลอดภัย

## มาสนุกกับการเลี้ยงเด็กโดยไม่ใช้วิธีการลงโทษทางร่างกายกันเถอะ

การ์ตูนเรื่อง “วันหนึ่งของครอบครัว” เป็นอย่างไรบ้าง?

มีฉากที่พ่อและแม่เผลอตะโกนดุด่าด้วยเสียงดัง หรือบางครั้งก็ตบตี

ทั้งนี้ ไม่มีใครที่จะสามารถเลี้ยงลูกอย่างสมบูรณ์แบบได้ สิ่งที่ดีของครอบครัวนี้คือ เมื่อ

พวกเขาารู้ตัวว่าทำผิดพลาด พวกเขา ก็จะขอโทษเด็ก

และเปลี่ยนวิธีการตอบสนอง เมื่อเด็กๆ ได้เห็นว่าพ่อแม่พยายามเพื่อพวกเขา ก็จะเกิดความรักที่ลึกซึ้งขึ้น และได้เรียนรู้ว่าทุกคนเติบโตมาท่ามกลางความผิดพลาดแน่นอนว่าการตอบสนองจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับอายุ นิสัย และสถานการณ์ เด็กๆ เติบโตขึ้นทุกวัน ในขณะที่พ่อแม่ก็เติบโตไปด้วยกันทุกวันเช่นกัน บางครั้งอาจต้อง

ขอความช่วยเหลือจากคนรอบข้างบ้าง

และสนุกกับการเลี้ยงเด็กๆ ในแบบของคุณ

อย่างไรก็ตาม สำหรับผู้ปกครองทุกคน การเลี้ยงเด็กอาจทำให้เจออะไรๆ เป็นครั้งแรก เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเกิดความกังวล ลำบาก

ในช่วงเวลาเช่นนั้น ขอให้ลองนึกถึงการตูนเรื่อง “วันหนึ่งของครอบครัว”

คอลัมน์

### ทำไมไม่ควรลงโทษทางร่างกาย?

ตามเอกสารของกระทรวงสาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการ เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่ไม่เคยถูกลงโทษทางร่างกาย เด็กที่ถูกลงโทษทางร่างกายจากพ่อแม่จะ “ไม่สามารถฟังได้อย่างมีสมาธิ” “ไม่สามารถรักษาสัญญา” “ไม่สามารถจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้” “ไม่มีความอดทน” “แสดงอารมณ์ความรู้สึกได้ไม่ดี” และ “ไม่สามารถทำกิจกรรมเป็นกลุ่มได้” ซึ่งแนวโน้มดังกล่าวเป็นผลมาจากการวิจัย

นอกจากนี้ เด็กอาจคุ้นเคยกับความเจ็บปวด จึงเพิ่มความรุนแรงเพื่อให้ได้ผลเช่นเดียวกับทุกๆ ครั้ง หลายกรณีนำไปสู่หนทางที่ไม่ดี

## คุณกำลังทำสิ่งเหล่านี้หรือไม่?

สิ่งเหล่านี้ส่วนเป็นการลงโทษทางร่างกาย

- พุดเตือน 3 ครั้งแล้วแต่ยังไม่ฟัง จึงตบแก้ม
- ให้อ่านหนังสือเป็นเวลานานๆ เพราะไปเล่นชกกับของสำคัญ
- เด็กไปทำร้ายเพื่อน จึงทำร้ายเด็กในลักษณะเดียวกัน
- เด็กเอาของมาจากคนอื่น จึงตีกันเด็ก
- ไม่ให้ทานอาหารเย็น เพราะไม่ยอมทำการบ้าน
- กัดผ้าชีวรงค์บนใบหน้าเด็ก เพราะไม่ยอมทำความสะอาด

สิ่งนี้เป็นการกระทำที่ทำร้ายจิตใจเด็ก

- พุดติดตลกบางอย่างเช่น “ทำไมไม่เกิดมาเลย” หรือสิ่งที่ปฏิเสธการมีอยู่ของเด็ก
- เปรียบเทียบกับพี่น้องเพื่อเป็นข้ออ้างสร้างแรงจูงใจให้เด็ก

จาก “มาเผยแพร่การเลี้ยงเด็กโดยไม่ใช้วิธีการลงโทษทางร่างกายกันเถอะ!”

เราตั้งใจจริงที่จะสนับสนุนการเติบโตของบุตรหลานรวมถึงการเลี้ยงเด็กของคุณ โปรดอย่าลังเลที่จะติดต่อเราหากคุณมีปัญหาใดๆ เช่น “เด็กไม่ฟังสิ่งที่คุณพูด” “ชอบเล่นของมีคม” หรือ “ต้องการคนรับฟังปัญหาในการเลี้ยงเด็กของคุณ” แม้เพียงการพูดคุยก็อาจช่วยให้คุณรู้สึกเบาลงได้

ในหน้าถัดไป เราได้รวบรวมศูนย์ให้คำปรึกษาในด้านต่างๆที่คุณสามารถขอคำปรึกษาได้ ไม่เพียงแต่องค์กรเหล่านี้เท่านั้น แต่ยังมีโรงเรียนเตรียมอนุบาลและศูนย์สนับสนุนการเลี้ยงเด็กที่คุณสามารถใช้บริการได้



## ศูนย์ให้คำปรึกษาด้านต่างๆ

### ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กจังหวัดคานากาวา

ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก	โทรศัพท์	พื้นที่รับผิดชอบ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก นกลาง	0466-84-1600	เขตฟูจิซาวะ เขตชิคาซากิ เขตซามุคาวะ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก ชิระสึกะ	0463-73-6888	เขตชิระสึกะ เขตฮาคาโนะ เขตอิเซฮาระ เขตโออิโซ เขตนิโงะนิยะ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กที่ นที่คามาคุระ มิอุระ	046-828-7050	เขตคามาคุระ เขตซุชิ เขตมิอุระ เขตฮายามะ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก โอดาวาระ	0465-32-8000	เขตโอดาวาระ เขตมินามิอะชิกะระ เขตนาากาอิ เขต โออิ เขตมัตสึตะ เขตยามากิตะ เขตโคเซ เขตฮาโกเน่ เขตมานาซึ เขตยูกาวาระ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก อะสึกิ	046-240-6430	เขตอะสึกิ เขตเอมินะ เขตซามะ เขตโอคาวะ เขตคิโยกาว่า
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กที่ นที่ยามาโตะ ฮายาสะ	0466-81-8066	เขตยามาโตะ เขตฮายาสะ

### ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กของรัฐบาลท้องถิ่นอื่นๆภายในจังหวัด

ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก	โทรศัพท์	พื้นที่รับผิดชอบ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก นกลางโยโกฮาม่า	045-260-6510	เขตสึริมิ เขตคานากาว่า เขตนิชิ เขตนากะ เขตมินามิ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กที่ นที่ตะวันออก	045-331-5471	เขตโยโคกาเบะ เขตอาซาฮิ เขตอิซึมิ เขตเซตานิ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กที่ นที่ใต้	045-831-4735	เขตโคนัน เขตอิโซโกะ เขตคานาซาว่า เขตโทสึกะ เขตซากาเอะ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กที่ นที่เหนือ	045-948-2441	เขตโคโซคุ เขตมิโคริ เขตฮาโอบะ เขตซึซึกิ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก เขตคาวาซากิตอนใต้	044-542-1234	เขตคาวาซากิ เขตไซไว เขตนากาฮาระ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กที่ นที่กลาง	044-877-8111	เขตทาคาสึ เขตมียามาเอะ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็กที่ นที่เหนือ	044-931-4300	เขตทามะ เขตอาซาโอะ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก ซากามิฮาระ	042-730-3500	เขตซากามิฮาระ
ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก โยโคสุกะ	046-820-2323	เขตโยโคสุกะ

### หมายเลขโทรศัพท์ให้คำปรึกษาต่างๆ

โทรศัพท์ให้คำปรึกษา	โทรศัพท์	หมายเหตุ
เด็กและครอบครัว หมายเลข 110	0466-84-7000	9:00 - 20:00
สายด่วนสิทธิมนุษยชน / เด็ก	0466-84-1616	9:00 - 20:00 (สำหรับเด็กเท่านั้น / การแจ้งเตือนเท่านั้น)
ฝ่ายดูแลการละเมิด ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก	189 (ฟรี)	ตลอด 24 ชั่วโมง
ฝ่ายให้คำปรึกษาเฉพาะ ศูนย์ให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก	0120-189-783 (ฟรี)	

## ช่องทางการติดต่อส่วนเทศบาล

เทศบาล	แผนกที่รับผิดชอบ	สายตรงไปยัง ส่วนให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก
ธีระสิทธิ์	แผนกเด็กและครอบครัว (ศูนย์เด็กและครอบครัว)	0463-21-9843
เขตคามาศระ	ศูนย์เด็กและครอบครัว (ห้องปรึกษาเกี่ยวกับเด็กและครอบครัว)	0467-23-0630
เขตฟูจิวาระ	แผนกเด็กและครอบครัว (ศูนย์เด็กและครอบครัว)	0466-50-3569
เขตโอดาวาระ	ฝ่ายสนับสนุนเด็กและผู้เยาว์	0465-46-6763
เขตชิคาซากิ	แผนกให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงเด็ก	0467-81-7170
เขตซุชิ	แผนกสนับสนุนการเลี้ยงเด็ก (ศูนย์เด็กและครอบครัว)	046-873-1111 ตัวแทน
เขตมิอุระ	แผนกเด็ก ศูนย์ให้คำปรึกษาผู้ปกครองอินาคะบงโกะ	046-882-1111 ตัวแทน
เขตฮาดานะ	แผนกสนับสนุนเด็กและครอบครัว (โทรเพื่อขอคำปรึกษา)	0463-82-5273 0463-84-7800
เขตอะสึกิ	ศูนย์เด็กและครอบครัว (สายด่วนสำหรับปรึกษา)	046-221-0181
เขตยามาโตะ	แผนกการเลี้ยงเด็กสูงสุด (ศูนย์เด็กและครอบครัว)	046-260-5618
เขตอิเซฮาระ	แผนกให้คำปรึกษาเด็กและครอบครัว	0463-94-4642
เขตเอบินะ	แผนกให้คำปรึกษาการเลี้ยงเด็ก	046-235-4825
เขตซามะ	แผนกกิจการเด็กและครอบครัว	046-252-8026
เขตมินามิอะชิการะ	แผนกเด็ก	0465-73-8072
เขตอายะสะ	แผนกส่งเสริมสุขภาพ	0467-77-1133
เขตฮายามะ	แผนกพัฒนาการเด็ก	046-876-1111 ตัวแทน
เขตซามุคาวะ	แผนกสนับสนุนการเลี้ยงเด็ก	0467-74-1111 ตัวแทน
เขตโออิโซ	แผนกสนับสนุนการเลี้ยงเด็ก (ศูนย์สนับสนุนการเลี้ยงเด็ก)	0463-71-3377
เขตนิโนะมิยะ	แผนกการเลี้ยงเด็ก / อนามัย	0463-71-7100
เขตนาโคะ	แผนกสวัสดิการ	0465-81-5548
เขตโอฮิมางิ	แผนกอนามัยการเลี้ยงเด็ก	0465-83-8012
เขตมัตสึตะ	แผนกอนามัยการเลี้ยงเด็ก	0465-84-5544
เขตยามะคิตะ	แผนกสวัสดิการ	0465-75-3644
เขตโคเซ	แผนกเด็ก	0465-84-0327
เขตฮาโกเน่	แผนกสนับสนุนการเลี้ยงเด็ก	0460-85-9595
เขตมานะซุรุ	แผนกสวัสดิการ	0465-68-1131 ตัวแทน
เขตยูกาบาระ	แผนกสนับสนุนเด็ก ศูนย์สนับสนุนการดูแลเด็ก (Utsunomiya)	0465-20-4940

เขตโอคาวะ	แผนกสนับสนุนการเลี้ยงเด็ก	046-285-6932
เขตคิโยกาวะ	แผนกสุขภาพและสวัสดิการเด็ก	046-288-3861





ปรึกษาเด็กและครอบครัวจังหวัดคานากาว่า หมายเลข 110 ผ่านทาง LINE



**LINE**

กรุณาเพิ่มเพื่อนใน  
**LINE**

คุณสามารถขอคำปรึกษาได้ฟรีโดยไม่เปิดเผย  
ตัวตน (แสดงเพียงชื่อที่ลงทะเบียนและรูปโปร  
ไฟล์ใน LINE)  
[ช่วงเวลาให้บริการ] (ไม่รวมช่วงสิ้นปีและปีใหม่)  
วันจันทร์ ถึง วันเสาร์ เวลา 9.00 - 21.00 น.

▶ Other Languages



English 英語	中国語 中国語	한국·조선어 韓國·朝鮮語	Español スペイン語	Português ポルトガル語
Tagalog タガログ語	ภาษาไทย タイ語	Tiếng Việt ベトナム語	ភាសាខ្មែរ カンボジア語	ພາສາລາວ ラオス語

監 修 子どもの虹情報研修センター 川崎二三彦  
日本女子大学名誉教授 鶴養美昭  
武蔵野大学看護学部 中板育美  
作成・発行 神奈川県児童相談所  
デザイン・印刷 有限会社 湘南グッド