

สารบัญ

หน้า

ตอนที่ 1

ตระหนักความต้องการพื้นฐาน

เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ปกป้องคุ้มครองเด็กและเยาวชน 8

อย่างไรที่เป็นความรุนแรงต่อเด็ก? 16

ตอนที่ 2

ตอบสนองความต้องการด้านจิตใจ

ความรักและความภาคภูมิใจแก่เด็กและเยาวชน 18

พัฒนาสมองลูกในช่วง 6 ขวบแรก

ให้เจริญเติบโตเต็มศักยภาพ 21

บทบาทหน้าที่ใหม่ของพ่อแม่

และครูที่สำคัญต่อลูก/ศิษย์ 29

ตอนที่ 3

กลยุทธ์ที่ 1	เสริมพลังกรอบความคิดทางบวก	32
กลยุทธ์ที่ 2	พ่อแม่/ครูมองเด็กด้านบวก	35
กลยุทธ์ที่ 3	พ่อแม่/ครูต้องเผชิญอารมณ์ 2 ด้าน	38
กลยุทธ์ที่ 4	รู้ใจตนครองอารมณ์โกรธส่วนตน เพื่อลดการใช้ความรุนแรงต่อเด็ก	40
กลยุทธ์ที่ 5	รู้จักใจเด็ก : อารมณ์โกรธ กลัว ร้องไห้	42
กลยุทธ์ที่ 6	ทักษะสะท้อนความรู้สึกบวก	50
กลยุทธ์ที่ 7	ทักษะเอาชนะความรู้สึกผิดหวังพ่ายแพ้	54
กลยุทธ์ที่ 8	ทักษะเปิดเผยใจ : ฟังลูกวันละ 7-10 นาที	58
กลยุทธ์ที่ 9	ทักษะครองอารมณ์โกรธ “ฉันแทนเธอ”	61
กลยุทธ์ที่ 10	ปลูกฝังวินัย : วางระเบียบปฏิบัติแทนการลงโทษ	64
เอกสารอ้างอิง		71