

เด็กเล็ก



กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH

ไม่ยอมใส่หน้ากากอนามัย

ควรทำอย่างไร?



ใส่ให้ดู ★

เด็กวัย 1 ขวบก็สามารถเลียนแบบพฤติกรรมของคุณพ่อคุณแม่ได้ ในกรณีเด็กเล็กๆ ที่ยังไม่เข้าใจเหตุผลด้วย มันฝึกพฤติกรรมปลูกฝัง สุขอนามัยให้เป็นนิสัย

ใส่ให้พี่ตุ๊กตา ★

ถ้าคุณพ่อคุณแม่ใส่ให้เด็กดูแล้ว พวกเขาอาจจะยังไม่ยอม แต่ถ้ากับพี่ตุ๊กตาตัวโปรดคือสิ่งที่เด็กๆ มีไว้เพื่อความอุ่นใจ ก็อาจดึงจุดความสนใจให้เด็กๆ อยากรับเพื่อนสวมหน้ากากอนามัยไปด้วยกัน



เลือกขนาด ลวดลาย ให้เหมาะกับเด็ก ★

เด็กมักปฏิเสธหน้ากากอนามัย เพราะใส่แล้วรู้สึกไม่ดี และหายใจลำบาก ควรปรับสายให้กระชับ โดยให้คลุมจมูกและปากอยู่ ไม่หลุดง่าย ควรเลือกสายพู่ที่มีสีหรือการ์ตูนที่เด็กชอบ เพื่อดึงความสนใจ ให้เขาอยากใส่มากขึ้น

ให้รางวัล ★

เมื่อหนูน้อยยอมสวมหน้ากากแต่โดยดีแล้ว ชมเชยด้วยคำพูด หรือให้ของขวัญรางวัลเพื่อเป็นการกระตุ้นให้พวกเขาอยากสวมในครั้งต่อไป และหากครั้งแรกลูกยังไม่ยอมใส่ไม่ควรดุว่า ลองเริ่มใหม่อีกครั้ง



เล่านิทานเรื่อง ไวรัส ★

เด็กๆ มักมีจินตนาการที่ดี ในการรับฟังเรื่องราวที่มีความสนุกสนาน และตื่นเต้นน่าสนใจ พ่อแม่อาจจะเล่าถึงเรื่องราวความร้ายกาจของเชื้อไวรัส ที่เป็นผู้ร้ายและมีวิธีกำจัดไวรัสได้ให้ลูกฟัง เพื่อให้เขาเกิดความเข้าใจ และพร้อมปกป้องตัวเองตามเรื่องราวในนิทาน