

รวมบทความ ทารกแรกเกิด การดูแลเด็กทารกให้ดีที่สุด
บทความ

Gen Beta คืออะไร? เข้าใจอนาคต ของเด็กเจนเบตารุ่นใหม่

ส.ค. 20, 2025

9 นาที

เด็ก Gen Beta (เจนเบต้า) จะเติบโตในโลกที่ขับเคลื่อนด้วยเทคโนโลยีและการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว พวกเขาจะเผชิญความท้าทายใหม่ ๆ ในการใช้ชีวิตในสังคมดิจิทัล คุณพ่อคุณแม่และผู้ปกครองจึงต้องเตรียมตัวให้พร้อมในการเลี้ยงดูและพัฒนาทักษะต่าง ๆ เพื่อให้เด็กเจนเบต้าเติบโตอย่างมั่นคงและสามารถก้าวทันโลกอนาคตได้อย่างเต็มที่

สรุป

- Gen Beta คือกลุ่มคนที่เกิดหลังปี 2025 ซึ่งเติบโตท่ามกลางการพัฒนาเทคโนโลยีที่รวดเร็ว และมีความยืดหยุ่นสูง สามารถปรับตัวได้ดีในโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม
- Gen Beta หรือเด็กเจนเบต้าจะมีลักษณะที่แตกต่างจากเด็กรุ่นก่อน มีลักษณะที่เด่นชัด เช่น มีความคุ้นเคยกับเทคโนโลยี ความรับผิดชอบต่อสังคม และความสามารถในการปรับตัว รวมถึงการใส่ใจสิ่งแวดล้อมและสุขภาพจิตที่ดี
- การเลี้ยงดูเด็ก Gen Beta ต้องคำนึงถึงการควบคุมการใช้เทคโนโลยี การสร้างความสมดุลระหว่างโลกออนไลน์และออฟไลน์ และการส่งเสริมทักษะทางอารมณ์และการทำงานร่วมกัน พ่อแม่ควรกำหนดกฎการใช้เทคโนโลยี สร้างกิจกรรมที่สนับสนุนการออกไปสัมผัสโลกจริง และเสริมสร้างความปลอดภัยในโลกออนไลน์พร้อมสอนลูกดูแลสิ่งแวดล้อม

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- Gen Beta คืออะไร?
- Gen Beta เกิดช่วงเวลาไหน?
- ลักษณะเด่นของ Gen Beta
- ความท้าทายในการเลี้ยงดู Gen Beta สำหรับคุณพ่อคุณแม่มือใหม่
- เคล็ดลับการเลี้ยงดู Gen Beta
- บทบาทของคุณพ่อคุณแม่ในการเตรียม Gen Beta สู่ออนาคต

Gen Beta คืออะไร?

Gen Beta คือกลุ่มคนรุ่นใหม่ที่เกิดตั้งแต่ปี 2025 เป็นต้นไป ซึ่งแตกต่างจากเจนเอชอื่น ๆ พวกเขาเติบโตขึ้นท่ามกลางความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ปัญญาประดิษฐ์ (AI) รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ส่งผลต่อ พัฒนาการสมองแต่ละช่วงวัย ทำให้เด็กเจนเบต้ามีแนวโน้มที่จะปรับตัวเก่ง มีความยืดหยุ่น มีจิตสำนึกทางสังคม ใส่ใจสิ่งแวดล้อม และมีแนวคิดในการใช้ชีวิตอย่างยั่งยืน

Gen Beta เกิดช่วงเวลาไหน?

Gen Beta คือกลุ่มคนรุ่นใหม่ที่เกิดระหว่างปี 2025-2040 ซึ่งแตกต่างจาก Gen Alpha ที่เกิดระหว่างปี 2010-2024 โดย Gen Alpha เติบโตในยุคที่เทคโนโลยีดิจิทัลกำลังพัฒนา ขณะที่ Gen Beta จะเติบโตในยุคที่เทคโนโลยีเหล่านี้เข้ามามีบทบาทเต็มทีในชีวิตประจำวัน เช่น ปัญญาประดิษฐ์ (AI) เด็ก Gen Beta จะต้องเผชิญกับปัญหาสิ่งแวดล้อมและการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศที่รุนแรงขึ้น พวกเขาจะต้องปรับตัวให้พร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งจากสภาพอากาศ การเมือง สังคม และเทคโนโลยี ซึ่งจะช่วยให้มีทักษะการปรับตัวและการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

ลักษณะเด่นของ Gen Beta

ด้วยการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในโลกปัจจุบัน หลายคนเชื่อว่า เด็กในรุ่นเจนเบต้าจะมีลักษณะที่แตกต่างจากรุ่นก่อน ๆ โดยเฉพาะการเติบโตในโลกที่มีการพัฒนาเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว ซึ่งส่งผลต่อพัฒนาการสมองแต่ละช่วงวัย ลักษณะเด่นของ Gen Beta ได้แก่

- **คุ้นเคยกับเทคโนโลยีตั้งแต่เด็ก:** เด็ก Gen Beta เติบโตมากับเทคโนโลยีล้ำสมัย เช่น ปัญญาประดิษฐ์ (AI) และสามารถใช้งานได้อย่างเป็นธรรมชาติตั้งแต่อายุยังน้อย
- **มีความรับผิดชอบต่อสังคม:** เด็ก Gen Beta จะใช้สื่อสังคมออนไลน์และเครื่องมือสื่อสารที่ทันสมัยในการสร้างความสัมพันธ์และเชื่อมต่อกับคนจากหลากหลายวัฒนธรรมและภูมิภาค
- **ความสามารถในการปรับตัวและยืดหยุ่น:** การเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในด้านสภาพอากาศ การเมือง สังคม และเทคโนโลยี จะทำให้เด็ก Gen Beta มีทักษะในการปรับตัวและสามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- **ใส่ใจสิ่งแวดล้อม:** เด็ก Gen Beta เติบโตในช่วงเวลาที่ปัญหาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศเป็นเรื่องสำคัญ ซึ่งจะทำให้พวกเขามีความรับผิดชอบในการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน และใส่ใจในสิ่งแวดล้อม
- **ให้ความสำคัญกับสุขภาพจิต:** Gen Beta เติบโตขึ้น ในสภาพแวดล้อมที่ให้ความสำคัญกับสุขภาพจิต เนื่องจากคนรุ่น Millennials และ Gen Z ได้พูดถึงเรื่องนี้อย่างเปิดเผย ทำให้เด็ก Gen Beta เข้าใจในอารมณ์ของตนเองและสามารถเข้าถึงการช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตได้ง่ายขึ้น

ความท้าทายในการเลี้ยงดู Gen Beta สำหรับคุณพ่อคุณแม่มือใหม่

การเลี้ยงดูเด็ก Gen Beta อาจเป็นความท้าทายสำหรับคุณพ่อคุณแม่มือใหม่ เนื่องจากโลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นเทคโนโลยี สิ่งแวดล้อม หรือแนวคิทางสังคม ดังนั้น การปรับตัวของคุณพ่อคุณแม่และการเลี้ยงดูที่เหมาะสมจึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยเฉพาะการดูแลพัฒนาการสมองแต่ละช่วงวัย เพื่อส่งเสริมให้ลูกเติบโตอย่างมีสุขภาพดีทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ปัจจัยที่คุณพ่อคุณแม่ควรคำนึงถึงในการเลี้ยงดู Gen Beta ได้แก่

- **ควบคุมการใช้เทคโนโลยีอย่างปลอดภัย**

ตั้งกฎการใช้งาน พูดคุยกับลูกเรื่องการสื่อสารและการโพสต์ออนไลน์อย่างมีความรับผิดชอบ อธิบายผลกระทบ และสอนให้ระมัดระวังก่อนแชร์ข้อมูลใด ๆ ส่งเสริมให้ลูกแจ้งคุณพ่อคุณแม่หากพบสิ่งไม่เหมาะสม พร้อมสร้างวินัยในการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม

- **ใช้เทคโนโลยีและสื่อให้เกิดประโยชน์**

เด็ก Gen Beta เติบโตในยุคที่มีความรวดเร็วในเทคโนโลยี การสอนให้ลูกใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพและในทางที่ดีจะช่วยให้พวกเขาเติบโตอย่างมีประสิทธิภาพ คุณพ่อคุณแม่ควรให้ความสนใจและตรวจสอบอยู่เสมอ สอนให้ลูกใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์และอินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัย เริ่มจากการคัดกรองคอนเทนต์ที่ลูกสามารถเข้าถึงได้ และหมั่นสังเกตว่าลูกดูอะไร เมื่อพบสิ่งที่ไม่เหมาะสม ต้องอธิบายเหตุผลให้เข้าใจว่าทำไมถึงไม่ควรเข้าถึง

- **ความสมดุลโลกออนไลน์และออฟไลน์**

การใช้เวลาออนไลน์ช่วยให้ลูกเรียนรู้และแสดงความคิดสร้างสรรค์ แต่ควรผสมผสานกับกิจกรรมออฟไลน์ เช่น การเล่นกลางแจ้งและทำกิจกรรมครอบครัว สนับสนุนให้ลูกทำกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการทั้งร่างกายและจิตใจ ควบคู่กับการใช้เทคโนโลยี เพื่อให้ลูกเติบโตอย่างสมดุลในทุกด้านของชีวิต

- **ทักษะทางอารมณ์ ความเห็นอกเห็นใจและการทำงานร่วมกัน**

ในยุคที่เทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญ ทักษะทางอารมณ์ ความเห็นอกเห็นใจ และการทำงานร่วมกันเป็นทักษะที่จำเป็นมากขึ้น คุณพ่อคุณแม่ควรช่วยให้ลูกเรียนรู้การเข้าสังคมควบคู่ไป

กับการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม โดยคำนึงถึงพัฒนาการสมองแต่ละช่วงวัย เพื่อให้ลูกสามารถใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างความรู้และเชื่อมโยงความสัมพันธ์ไม่ใช่ทำให้เด็กแยกตัวออกจากสังคม



เคล็ดลับการเลี้ยงดู Gen Beta

เมื่อ Gen Beta เติบโตขึ้น คุณพ่อคุณแม่ควรให้ความสำคัญกับการสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับลูก เพราะการเชื่อมโยงระหว่างมนุษย์ไม่สามารถแทนที่ด้วยเทคโนโลยีได้ เคล็ดลับเหล่านี้จะช่วยให้การเลี้ยงลูกเป็นไปในทิศทางที่ดี เช่น

- **ตั้งกฎการใช้หน้าจอ สร้างเวลาคุณภาพ**

กำหนดกฎการใช้หน้าจอที่เหมาะสมกับครอบครัว เช่น ห้ามใช้มือถือระหว่างมื้ออาหาร หรือ วันอาทิตย์ปลอดหน้าจอและใช้เวลาร่วมกันผ่านกิจกรรมง่าย ๆ เช่น เล่นเกมกระดานหรือเล่านิทาน เพื่อเสริมสร้างความผูกพันในครอบครัว

- กระตุ้นให้เด็กออกไปสัมผัสโลกภายนอก

การสำรวจธรรมชาติเป็นสิ่งสำคัญ เด็ก ๆ ควรได้มองเห็น สัมผัสโลก และรับรู้สิ่งรอบตัวด้วยประสบการณ์ตรง แทนที่จะพึ่งพาเทคโนโลยีเพียงอย่างเดียว

- เสริมสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์

คุณพ่อคุณแม่ควรให้ความสำคัญกับความปลอดภัยของลูกในโลกดิจิทัล การติดตามข่าวสารและอัปเดตข้อมูลเกี่ยวกับเทรนด์และเครื่องมือต่าง ๆ จะช่วยปกป้องและแนะนำลูกได้อย่างมีประสิทธิภาพในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

- สอนให้ลูกดูแลสิ่งแวดล้อม

เด็ก Gen Beta จะเติบโตมาพร้อมกับความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมที่มากขึ้น คุณพ่อคุณแม่ควรสอนให้ลูกใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า และดูแลโลกด้วยวิธีง่าย ๆ เช่น การรีไซเคิล ลดขยะ

- ให้ความสำคัญกับความพยายาม

สอนให้ลูกเข้าใจว่าการเรียนรู้เป็นเรื่องของความพยายาม ไม่ใช่แค่ความสำเร็จ สนับสนุนให้พวกเขาทดลองทำสิ่งใหม่ ๆ เรียนรู้จากความผิดพลาด และไม่ยอมแพ้ เมื่อลูกได้รับคำชมเรื่องความตั้งใจและความพยายาม พวกเขาจะพัฒนาตัวเองและเติบโตอย่างมั่นใจ

บทบาทของคุณพ่อคุณแม่ในการเตรียม Gen Beta สู่นาคต

การเตรียมเด็กเจนเบต้าให้พร้อมสำหรับอนาคตเป็นเรื่องสำคัญ เนื่องจากโลกในอนาคตจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว คุณพ่อคุณแม่ควรช่วยเสริมทักษะต่าง ๆ เพื่อให้ลูกพร้อมรับมือกับโอกาสและความท้าทายในอนาคต ดังนี้

- เตรียมลูกให้พร้อมสำหรับอาชีพในอนาคต

ให้ความสำคัญกับการสอนทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การทำงานร่วมกัน และการสื่อสาร แนะนำกิจกรรม STEM: Science (วิทยาศาสตร์) , Technology (เทคโนโลยี) , Engineering (วิศวกรรม) , Mathematics (คณิตศาสตร์) ตั้งแต่เนิ่น ๆ และส่งเสริมให้ลูก

รักในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

- **ดูแลลูกปลอดภัยจากโลกออนไลน์**

สอนลูกให้เข้าใจเรื่องความเป็นส่วนตัว การเลือกรับชมเนื้อหาที่เหมาะสมกับวัย และการป้องกันจากการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ ควบคู่กับการสอนให้รู้จักแยกแยะข่าวปลอมและการหลอกลวง พร้อมทั้งติดตามกิจกรรมออนไลน์ของลูกอย่างใกล้ชิดโดยไม่รุกรานความเป็นส่วนตัวจนเกินไป

- **สร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างพ่อแม่ลูก**

ให้ความสำคัญกับเวลาคุณภาพร่วมกัน พูดคุยอย่างใกล้ชิด แสดงความรักที่ไม่มีเงื่อนไข เป็นผู้ฟังที่ดี และทำให้ลูกรู้สึกว่าพวกเขามีค่า

- **ส่งเสริมพัฒนาการสมองของลูกด้วยโภชนาการที่เหมาะสม**

สำหรับพ่อแม่ยุค Gen Beta การเลือกโภชนาการที่ดีตั้งแต่วันแรกของชีวิตลูกไม่ใช่แค่เรื่องสุขภาพ แต่เป็นการวางรากฐานสมองให้พร้อมเรียนรู้และเติบโตในโลกอนาคต ช่วงขวบปีแรกเป็นเวลาสำคัญที่สมองทารกเติบโตเร็วและตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นได้ดี โภชนาการที่ดีในช่วงนี้จึงช่วยเสริมสร้างโครงสร้างและการทำงานของสมองในระยะยาว นมแม่ถือเป็นแหล่งโภชนาการที่ดีที่สุด อุดมด้วยสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมถึง แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน (Alpha-lac Sphingomyelin) ที่ช่วยสร้างปลอกหุ้มเส้นใยประสาท ทำให้สัญญาณประสาทส่งผ่านได้เร็วขึ้น เชื่อมโยงข้อมูลได้อย่างมีประสิทธิภาพ สารอาหารนี้ยังช่วยส่งเสริมทักษะสมอง เช่น การทำงานที่รวดเร็วของสมอง (FAST Processing Brain) , สมองที่คิดพลิกแพลง (FLEXIBLE Brain) และ สมองมีสมาธิ (Brain FOCUS) ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับการเรียนรู้และการพัฒนาในอนาคต

การเลี้ยงลูก Gen Beta อาจไม่ใช่เรื่องง่าย แต่เป็นโอกาสที่ดีในการสร้างอนาคต โดยการเข้าใจลักษณะเฉพาะของเด็กในเจนเบต้าและปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงของโลก คุณพ่อคุณแม่ควรให้ความรักและการสนับสนุน เพื่อให้ลูกเติบโตอย่างมีความสุขและพัฒนาการที่สมดุล ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ซึ่งการส่งเสริมพัฒนาการในแต่ละด้านอย่างเหมาะสมจะช่วยให้เด็กมีทักษะในการเผชิญกับโลกที่เปลี่ยนแปลงและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่พร้อมรับมือกับความท้าทายในอนาคต คุณแม่สามารถศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับพัฒนาการในแต่ละช่วงวัยได้ที่ โปรแกรม Baby Development เช็คพัฒนาการลูกน้อยแต่ละช่วงวัย

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่่มือใหม่

- วิธีการเลี้ยงลูกให้อารมณ์ดี ให้ลูกเติบโตอย่างมีความสุข
- วิธีเลี้ยงลูกให้ฉลาด สมองไว ตั้งแต่แรกเกิด ถึง 6 ปี
- ตอบข้อสงสัย เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

อ้างอิง:

1. A Year-by-Year Guide to the Different Generations , parents
2. Generation Beta Will Be Immersed in Tech and AI From Birth—Here What Psychologists Think About Them , parents
3. Who Is Generation Alpha? , parents
4. วิธีดูแลบุตรหลานให้ปลอดภัยบนโลกออนไลน์ , unicef
5. “Media Literacy” ทักษะสำคัญของเด็กในยุคดิจิทัล , กรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
6. What Will Generation Beta's Lives Look Like? This Survey Offers Some Startling Predictions , parents
7. 7 Parenting Tips for Raising Generation Beta Kids , parenting.firstcry
8. มารู้จัก ทักษะ STEM มีติดตัวทำไม? สำคัญแค่ไหนต่อการพัฒนาประเทศ? , สำนักงานสภาพัฒนาการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรมแห่งชาติ (สอวช.)

อ้างอิง ณ วันที่ 30 มีนาคม 2568

แชร์ตอนนี้