



หลักสูตรพัฒนา

# โครงการพัฒนา มนต์เรื่องที่พากษาปีกบินหายเลพติดลอกนกคอก



กรมสุขภาพดี กระทรวงสาธารณสุข

เรื่อง	หลักสูตรพัฒนาศักยภาพครูและแนวในการป้องกันแก้ไขปัญหายาเสพติด ในสถานศึกษา
บรรณาธิการ	มหาเยษฐ์อัมพร เบญจพลพิทักษ์ นางสาวนี้ หัณโนมว
ISBN	974-90164-5-9
พิมพ์ครั้งที่ 1	กุมภาพันธ์ 2545
จำนวนพิมพ์	1,000 เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ 2	เมษายน 2546
จำนวนพิมพ์	1,000 เล่ม
จัดพิมพ์โดย	สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต
พิมพ์ที่	สำนักงานกิจการโรงเรียน องค์การส่งเสริมวิชาการฝ่ายศึกษาธิการ

# คำนำ

ในระยะ 10 ปีที่ผ่านมา มีการพัฒนาหลักสูตรภาษาไทยติดต่อกันอย่างต่อเนื่อง ในสถานศึกษาทำให้ นักเรียนจำนวนไม่น้อยยกเป็นเครื่องของภาษาเฉพาะตัว ตัวของภาษาอย่างรู้สึกของแต่ละคนไม่สามารถหดหู่กันจาก ระหว่างปัญญาภาษาไทยได้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นปัญหาที่รุนแรงและบ่อยครั้งตัวของตัวเองต้องคอมไพล์ยังต้อง

กรมสุขภาพจิตและกรมการแพทย์เป็นหน่วยงานหลักในการรับผิดชอบป้าบัดญี่ปุ่นโดยได้เริ่ม แนะนำการใช้กิจกรรมจิตสังคมป้าบัดญี่ปุ่นแบบสั่นสะเทือนภัยด้วยป้าบัดญี่ปุ่นโปรแกรมแมทริกซ์ (Matrix program) ของมหาวิทยาลัย UCLA ประจำทดสอบรู้สึกเมืองที่พัฒนามาเกือบ 20 ปีซึ่งเป็นโปรแกรม ที่ได้ผลดีและถูกนิยมมาก โดยมีโครงสร้างประกอบด้วยกิจกรรมมากถึง 10 รายการ ที่รับการบ้าบัดญี่ปุ่น (ญี่ปุ่น) และครอบครัว เน้นความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการติดยาเสพติดฯ ที่เกิดจากมองตัวเอง ทักษะการเลิกยา และการป้องกันการกลับไปเสพยาอีก

จากการดำเนินการบ้าบัดญี่ปุ่นการติดยาเสพติดในสถานบัณฑ์การสาธารณสุขในราชอาณาจักรเด่น พบว่าอุปสรรคที่สำคัญประการหนึ่ง คือการขาดความต้องเนื่องในการเข้ารับการบ้าบัดญี่ปุ่น ซึ่งมาจากผู้รับการ บ้าบัดญี่ปุ่น มากสุดและชูใจที่จะเข้ารับการบ้าบัดญี่ปุ่นมาก รวมทั้งอุปสรรคในการเข้ามีส่วนร่วมในการ ตัวของสาเหตุค่า ทำให้การรักษาขาดช่วงและไม่ได้ผลที่เท่าที่ควร ซึ่งเกิดแนวคิดว่าการที่ครุญญี่ปุ่นนักเรียน สามารถจัดกิจกรรมช่วยเหลือกันนักเรียนที่มีปัญหาที่ใช้ยาหรือติดยาเสพติดในระยะเริ่มแรกในโรงเรียนด้วย ตนเองจะช่วยลดภาระการเดินทางจากโรงพยาบาลไปสถานบ้านบัดญี่ปุ่นและสามารถติดตามการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมของนักเรียน และสร้างความท่วาบมือกับผู้ปกครองในการติดตามเฝ้าระวังไม่ให้นักเรียนกลับไป เสพยาอีกได้อย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้มีการเรียนสามารถเลิกยาได้อาหารในที่สุด

สถานบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น กรมสุขภาพจิต จึงได้พัฒนาหลักสูตรพัฒนาศักยภาพเด็ก แนวโน้มในการป้องกันภัยปัญญาเสพติดในสถานศึกษาโดยประยุกต์แนวคิดจากกิจกรรมขั้นตอนของบ้านบัดญี่ปุ่น ให้ครุญี่ปุ่นความเข้าใจแนวคิดที่ฐานะของกิจกรรม มีความเข้าใจในเรื่องยาเสพติด เก็บเงินคดี ที่ดีและต้องการช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาเสพติดฯ สามารถติดต่อการขอรับนักเรียนมาสูญเสีย กลุ่มให้แลกเปลี่ยนฯ รวม ถึงมีทักษะการท่ากิจกรรมกุญแจบ้านบัดญี่ปุ่นที่ใช้ห้องติดยาเสพติดห้องเดียวตัวเดียวในโรงเรียน เพื่อช่วย ลดช่องทางในการป้องกันและแก้ไขปัญญาเสพติดระหว่างห้องห้องบ้านบ้านบัดญี่ปุ่น อันจะนำไปสู่ประโยชน์สูงสุดในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาต่อไป

สถานบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

มกราคม 2545



# สารบัญ

	หน้า
<b>ค่าเนื้อ</b>	3
<b>สารบัญ</b>	5
<b>ความนำ</b>	7
แผนการสอน 1 เรื่อง เอกพัฒนชุดช่วยเหลือปัญหาเรียนเพลิด	19
แผนการสอน 2 เรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด	27
แผนการสอน 3 เรื่อง การป่วยเมินชุดเสพติด	39
แผนการสอน 4 เรื่อง เทคนิคการสร้างบรรจุภัณฑ์การเลิกยา	49
แผนการสอน 5 เรื่อง ปัจจัยการต้านการเสพติดและสิ่งของสู่การเลิกยา	69
แผนการสอน 6 เรื่อง กิจกรรมกลุ่มเพื่อจัดการกับตัวกระตุ้น	97
แผนการสอน 7 เรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา	111
แผนการสอน 8 เรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา	123
แผนการสอน 9 เรื่อง ปัญหาทางจิตใจในชุดเสพติดและการส่งต่อ	131
แผนการสอน 10 เรื่อง ฝึกปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือเด็กเรียนที่ใช้ยาบ้า	137
แผนการสอน 11 เรื่อง การประยุกต์ใช้กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในการช่วยเหลือ นักเรียนที่เสพยาในโรงเรียน	147
<b>ภาคผนวก</b>	151
แบบประเมินหลักสูตรการอบรม	
แบบประเมินผลก่อนและหลังการอบรมครุภาระแนะแนว	152
แบบประเมินผลการช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาการใช้สารเสพติด	
แบบประเมินก่อนเข้ารับบริการ กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน	155
แบบประเมินความพึงพอใจ	158
แบบสรุปการดำเนินการนักเรียนเมื่อถึงนัดการบำบัดตามโปรแกรม	160
แบบติดตามผลการช่วยเหลือ	162
รายงานความคุ้มครองทางกฎหมาย	163
รายงานความคุ้มครองห้ามลักสูตร	163



பாரம்

กรอบความคิด

การใช้สิทธิ์ของนักเรียนได้เพิ่มขึ้นและขยายวงกว้างจนท่าเป็นทั่ว เพื่อเป็นการป้องกันและแก้ไขปัญหา สถานศึกษาได้จัดระบบการคุ้มครองนักเรียนที่มีปัญหาสาระสุภาพดีโดยเดพะ “ยาบ้า” ซึ่งเป็นสารเสพติดที่นักเรียนใช้มากที่สุดของชาติ

ในการอุณหัสดิ์เรียนที่มีพิจารณากระบวนการใช้ข้าวบ้ำ จึงเป็นต้องเริ่มนั่งจากหนวดติดผนังเชิงกลอนน์ โดยศึกษาจากสืบประกอบของการดัดแปลงอาหารเพื่อตัดจันเรือยุคฟุกุชิมะ กล่าวที่ การปฏิรูปดินและการประเมินผล โดยระบบการอุณหัสดิ์เรียนที่มีพิจารณากระบวนการใช้ข้าวบ้ำเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการแก้ไขและพัฒนาประเทศ

โครงการนี้ยังสามารถชี้ให้เห็นว่าการศึกษาด้วยการพัฒนาเรื่องของเรื่องเป็น 2 ส่วนใหญ่ๆ คือส่วนที่เกี่ยวกับกัน  
โครงการและส่วนที่เกี่ยวข้องของคน

ในส่วนของโรงเรียนมีกิจกรรมที่สำคัญ คือการตักขยะและก่ออุปกรณ์เป้าหมาย 3 กลุ่ม ได้

1. นักเรียนทั่วไปที่ไม่มีปัญหา ทำอย่างไรก็จะพัฒนาให้นักเรียนเหล่านี้มีความผันแปรและมีจิตที่เป็นสุข โดยในอนาคตไม่ต้องตกลงเป็นเหตุของปัญหาจากอิทธิพลของเพื่อน ยังมีผลลัพธ์โดยตรง และอิทธิพลของเพื่อนบ้านต่อเด็กนักเรียนด้วย

การพัฒนาที่สำคัญ คือ การสร้างทักษะชีวิตให้มีภูมิคุ้มกันต่อปัญหาต่างๆ ด้วยวิธีการที่หลากหลาย ทั้งกิจกรรมในหลักสูตรหรือเสริมหลักสูตรสำหรับกิจกรรมในหลักสูตรสามารถทำให้เกิดการสร้างทักษะชีวิต ทั่วไป โดยฝ่าทางการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วม ในวิชาต่างๆ และการสร้างทักษะชีวิตของเยาวชนในเรื่อง การใช้ภาษา โดยผ่านวิชาเฉพาะที่เกี่ยวข้อง เช่น วิชาสุขศึกษา จริยธรรม กิจกรรมแนะแนว กิจกรรมโภชนาญา เป็นต้น โดยรวมกันเป็นภาษาอังกฤษเพื่อเตรียมความพร้อมด้านภาษาและด้านอุปกรณ์ทางการเรียน รวมทั้งพัฒนาระบบที่ เป็นปัจจัยทางการเรียน ไม่ว่าจะเป็นแบบทดสอบ

2. พัฒนากลุ่มเรียนที่มีแนวโน้มจะมีปัญหาการใช้ยาบ้ากล่าวคือ นักเรียนที่มีปัจจัยเสื่อม เช่น ครอบครัว ผู้ดูแล อุตสาหพักร อยู่ในสุขภาพที่มีการใช้ยาบ้า การเรียนไม่ดี ฯลฯ การป้องกันโดยการจัดกิจกรรมให้กับนักเรียน กิจกรรมเพื่อเรียนหลักสูตร การจัดทำเพื่อนสนิทให้กับนักเรียน การพบรปภ.เป็นรายบุคคล และการชุมชนศูนย์กับผู้ปกครอง เพื่อให้นักเรียนตระหนักรู้ภัยใกล้ตัวและภัยทักษะในการหลีกเลี่ยงจากปัจจัยเสื่อมและสามารถนำไปใช้ในการตัดสินใจต่อไป เช่น การปรับตัว และพัฒนาระบบที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ตลอด

3. นักเรียนที่มีปัญหาด้าน เขียน เริ่มใช้ภาษา แต่ยังไม่ติดหรือ ติดยากไป เป็นเว่อร์ส่าด้วย และมักมีความซับซ้อนเกินกว่ามีครุประจ้าสัมภาระที่ปรึกษาจะดำเนินการได้ตามลำพัง ควรส่งต่อให้ครุณบานนาห์มทักษะในการแก้ปัญหา ดำเนินการช่วยเหลือให้นักเรียนสามารถเลิกยาไป หรือพึ่งารณาส่งต่อไปในระบบให้บุคลากรที่มีอัตลักษณ์ช่วย เช่น จิตแพทย์ นักจิตวิทยา เพื่อให้การช่วยเหลือ ต่อไป

อย่างไรก็ตาม โครงเรียนไม่สามารถพัฒนาตัวตนเอง โดยต้องอาศัยจากผู้สอนให้ เพื่อจะเปรียบเท่าๆ กับเด็กที่ปราฏในโครงเรียนมักยกไห้ออกจากบัญชีในชั้นมหาน เช่น เด็กคิดเลขเพลิดเพลิน หรือจะฝึกสกิลในการซ้อมนักเรียน นักศึกษาที่การพัฒนาโครงเรียนก็ยังต้องอาศัยผลลัพธ์ของผู้สอน ที่ได้ให้หัวหน้าเด็ก และงานโครงการภารกิจต่างๆ ซึ่งไม่ใช่แค่เรื่องของประมวลมนเท่านั้น แต่รวมทั้งภารกิจปักหมุดและความสำเร็จของเด็ก

ความในสูงชันและอุดจนาทวิทยาการด้านวัฒนธรรมของสุนัขด้วย กลยุทธ์การพัฒนาในภาพรวมทั้งหมดนี้อาจสรุปได้ดังตาราง

กลุ่มเป้าหมาย	จุดมุ่งหมาย	มิติของการ	กลยุทธ์	ผู้ปฏิบัติ
กลุ่มปกติ	ผู้คนที่จะเป็นสูช	ส่องสว่าง	- ก้าวชีวิตทั่วไป - ก้าวชีวิตเฉพาะ	ครูทุกคน
กลุ่มเสื่อง	ปกติ/ผู้ดี	ป้องกัน	- ศักดิ์ศรี - การเป็นที่ปรึกษา	ครูประจำชั้น/ ครูที่ปรึกษา
กลุ่มที่ใช้หัวเรือดีเดียว	ปกติ	แก้ไข	- การให้คำปรึกษา - การจัดทำสูตรฉีด สัตว์บ้านเดือนและ การฟื้นฟู - การวิเคราะห์& ทำแผนพัฒนา สุนัข	ครูแนะแนว& ระบบบริการ เฉพาะ
สุนัข	สุนัขร่วมกัน พัฒนา	การมีส่วนร่วม ของสุนัข	- ความร่วมมือ	ทีมสุนัขลับทันร์

#### กิจกรรมกลุ่มจิตสัมคมบำบัดในการช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้(เสพ)ยาเสพติด

กิจกรรมกลุ่มจิตสัมคมบำบัดในเรียน(หารอบบำบัด) เป็นกิจกรรมช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาเสพติดจาก The Matrix Intensive Outpatient Program ที่พัฒนาโดยเจ้าหน้าที่ ศูนย์ Matrix ของมหาวิทยาลัย UCLA ประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อใช้ปัจจัยรักษาสูตรยากระตุ้นประสาท และเพื่อลดอุบัติในการรักษาด้วยตัวเอง

#### แนวทิศพื้นฐานของกิจกรรมกลุ่มจิตสัมคมบำบัดแบบบูรณาภรณ์ในสถานบริการสาธารณสุข (The Matrix Intensive Outpatient Program)

กิจกรรมจิตสัมคมบำบัดในสถานบริการสาธารณสุขเป็นการนำการวิจัยและข้อค้นพบใหม่ๆ มาใช้ในการรักษา โดยเน้นว่าการติดยาเป็นภาวะที่สมองติดยา ทำให้ต้องป่วยไม่สามารถควบคุมตนเองได้อันเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงในสมองทำให้สมองล่วงอย่าง (Limbic System) ควบคุมสมองส่วนคิด (Cerebral Cortex)

กิจกรรมในโปรแกรมเน้นการให้ความรู้เรื่องวัสดุยาเสพติด การประคับประคองให้ถูดยาสามารถเลิกยาได้สำเร็จ โดยอาศัยหลักการสอน Cognitive behavioral therapy และการเสริมแรงงานบวก โดยมุ่งเน้นให้ผู้ป่วยเรียนรู้ภาระตัวเอง ที่จะช่วยให้สมองฟื้นตัวกลับมาควบคุมสมองฟื้นตัวเองได้ เช่น การจัดการกับหัวใจด้วยทักษะทางกายภาพและการฝึก การหดหู่ความต้องการอาหารจัดจระเบียบชีวิตและการใช้เวลาว่าง เป็นต้น ผลลัพธ์นี้ผู้ติดยาเข้าสู่การฟื้นฟูสมรรถภาพในระยะยาวจนหายขาดจากการติดยา

กระบวนการบำบัดในกิจกรรมนี้ได้ออกแบบมาให้ครอบคลุมและตอบสนองหลากหลายด้านที่การรักษาด้วยยาเสพติดมีอยู่หลายด้านและครอบคลุม โดยมีขั้นตอนกิจกรรมและระยะเวลาในการปัจจัย 16 สัปดาห์ ดังนี้

1. การปรึกษารายบุคคลหรือการบำบัดร่วมกับครอบครัว (Individual Counselling or Conjoint Sessions) เป็นกิจกรรมแรกที่ผู้บำบัด ผู้รับการบำบัด และครอบครัวพบกันเพื่อทำความเข้าใจในการเข้ารับการบำบัดด้วยกิจกรรมเช่นๆ ในโปรแกรม และให้ส่วนรับการหนักแน่นครั้งต่อไปเพื่อเตรียมสร้างความร่วมมือในการบำบัดของผู้รับการบำบัดและครอบครัว รวมถึงเป็นการติดตามผลการบำบัดตลอดโปรแกรมอีกด้วย
  2. กลุ่มฝึกทักษะการเลิกเครื่องเริ่มต้น (Early Recovery Skill Group) เป็นกิจกรรมกลุ่มที่ช่วยให้ผู้รับการบำบัดได้เรียนรู้และฝึกทักษะที่จำเป็นในการเดินทางกลับคืนจากการติดยา ที่เกิดขึ้นในระยะแรกของการเลิกเสพยา ไม่光จากนี้ยังเป็นการแนะนำและเตรียมผู้รับการบำบัดในการเข้าก้าวสู่ช่วงเหตุการณ์ของ รูปแบบต่างๆ ด้วย
  3. กลุ่มฝึกทักษะป้องกันการกลับไปติดยาซ้ำ (Relapse Prevention Skills Group) เป็นกิจกรรมหลักของการบำบัด โดยเน้นการให้ความรู้และฝึกทักษะที่จะป้องกันไม่ให้กลับไปติดยาซ้ำ ให้กำลังใจ ช่วยเหลือและแบ่งปันประสบการณ์ที่ดีแก่กัน
  4. กลุ่มครอบครัวศึกษา (Family Education Group) เป็นกลุ่มที่ผู้รับการบำบัดและครอบครัวเรียนรู้ร่วมกันเกี่ยวกับหัวข้อต่างๆ ในการเลิกเสพยา เช่น กระบวนการติดยา เส้นทางการเลิกยา และการฟื้นฟูสภาพกลับสู่ปกติ เปิดโอกาสให้ผู้รับการบำบัด และครอบครัวแสดงความคิดเห็นความเข้าใจและพร้อมที่จะให้การสนับสนุนซึ่งกันและกัน
  5. กลุ่มช่วยเหลือกันเอง (Self Help Group) หรือกลุ่มสนับสนุนทางสังคม (Social Support Group) กลุ่มช่วยเหลือกันเองเป็นกลุ่มที่ช่วยให้ผู้รับการบำบัดสามารถกลับเข้าสู่สังคมและมีทักษะในการเข้าสู่สังคมต่อไปต่อๆ ไปอย่างปลอดภัย จัดตั้งโดยกลุ่มผู้ที่เคยติดยาเสพติดแต่ได้รับการรักษาให้หายแล้ว สามารถช่วยกันประคับประคายทางจิตใจ ให้กำลังใจ และแนะนำวิธีที่ช่วยให้เลิกยาเสพติดได้ ตลอดจนแนะนำการใช้ชีวิตรากฐานการบำบัด สำหรับกลุ่มนี้สนับสนุนทางสังคม เป็นกลุ่มที่ผู้รักษาหายชุมชนหัดตัวเข้ามานี้เพื่อสนับสนุนการรวมกลุ่มให้ผู้รับการบำบัด ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และสามารถป้อนความคิดเห็นในสังคมได้ กลุ่มนี้สนับสนุนทางสังคมต่อๆ ไป กลุ่มนี้ส่งเสริมอาชีว กลุ่มที่มาด้านยาเสพติด เป็นเดินผู้รับการบำบัดการเลิกยาเสพติด ช่วยเหลือกันเองที่ออกกลุ่มนี้สนับสนุนทางสังคมและเข้าร่วมกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ

การรักษาจะให้ผลหากผู้ป่วยและครอบครัวเข้าร่วมตลอดการรักษา ไม่ใช่จะให้สมัครใจ ก็เป็นดี เช่น ถ้านักเรียนไปรับการรักษาซึ่งสามารถเรียนต่อได้ หรือบังคับ เช่น ผู้ที่ถูกจับและยอมรักษาภายใต้การควบคุมประพฤติ

ความเป็นมาของกิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน

ในปี 2543 ส้านักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิตได้จัดทำคู่มือเกี่ยวกับรวมกงสุ่มช่วยเหลือนักเรียนที่มีพฤติกรรมใช้ยาบ้า สำหรับใช้เป็นแผนงานการดูแลกิจกรรมกงสุ่มในโรงเรียน

ในปี 2544 สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ร่วมมือกับกรมสามัญศึกษา จัดอบรมครุพนักงานครู กลุ่มห้องเรียนและห้องเรียนรับผิดชอบด้านภาษาและคติในโรงเรียน ให้ครุภาระงานแนวคิดที่นิยมสอนการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม เช่น ใช้ภาษาในการพัฒนา กลุ่มในการเรียนรู้และการทำกิจกรรมกลุ่ม เพื่อการเลิกยา และแนวคิดที่นิยมสอนในการประยุกต์ใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อสังคมบ้านต้นในโรงเรียน

จากนั้นอาจารย์วราภรณ์ พงษ์ศิริกุล อารามก์พงษ์ กิตติประพันธ์ และคณะ โรงเรียนวัดโนนกอก หมู่ 1 บ้านทุ่มเทียน หอดดองใช้กิจกรรมกลุ่มตัวกับนักเรียนมีห้องศึกษาในโรงเรียนอย่างจริงจัง สร้างสถานีสื่อภาษาเพื่อเด็กและเยาวชน (ศูนย์ศึกษาฯ) หอดดองใช้กับเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความดูแลของ

สถานพิมพ์และศูนย์ครุภัณฑ์กอบกาญจน์ และได้นำผลการที่กิจกรรมกลุ่มมาสรุปและวิเคราะห์เพื่อปรับปรุง และขัดข้องที่มีผลลัพธ์ดูดี คุ้มค่ากิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดสำหรับครูและนักเรียนให้เข้าใจง่ายพัฒนาไป สอดคล้องกับการนำไปใช้ปฏิบัติจริงในโรงเรียน ในเดือนตุลาคม 2544

### หลักการของกิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน

1. เป็นกิจกรรมกลุ่มที่ฝึกอบรมสั่งสอนและฝึกซ้อมทักษะในการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
2. เน้นการสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียนและออกอาการช่วยเหลือ
3. ให้ข้อมูลชัดเจนและง่ายต่อความเข้าใจในเรื่องของการบำบัดโดยอาศัยหลักการ Cognitive - behavioral therapy
4. เน้นการเตรียมแวดวงเพื่อ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น
5. ปั้นหน้าที่ของพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมด้วยการให้ข้อมูลที่ถูกต้องสำหรับการปรับตัว
6. ให้ข้อมูลที่ส่งเสริมการเลิกเสพติดครอบครัว เพื่อเป็นแนวทางในการรักษา
7. ฝึกอบรมการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาและ
8. มีการตรวจสอบความพึงพอใจตามผล

### รูปแบบและกลไกการช่วยเหลือ

**ลักษณะ :** เป็นกลุ่มกิจกรรมเพื่อเรียนรู้ (group learning) มีครุเป็นผู้นำกลุ่มและนักเรียน มีห้องศึกษาด้านห้องปลากายที่มีพฤติกรรมไม่ดี(เสพ)ฯฯ เป็นสมาชิกกลุ่มจำนวน 8-12 คน โดยมีผู้ปักครื่องเข้าร่วมอย่างน้อย 3 คน

**ระยะเวลา :** จำนวน 17 ครั้ง ๆ ละประมาณ 1 – 2 ชั่วโมง พนักงานประจำส่วนราชการต้องเนื่องกัน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง เป็นเวลา 9 สัปดาห์ ในระหว่างการศึกษา

**สถานที่ :** ห้องเรียนหรือห้องที่เหมาะสมในโรงเรียน

#### องค์ความรู้

กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน ประยุกต์จากองค์ความรู้ดังต่อไปนี้

1. โปรแกรมกลุ่มฝึกทักษะการเลิกยาขณะเริ่มต้น (Early Recovery skill group) ของโปรแกรม Matrix รวม 6 ครั้ง

- 1.1 พัฒนาจิตใจอย่างดี
- 1.2 ตัวกระตุ้นภายนอก
- 1.3 ตัวกระตุ้นภายใน
- 1.4 การทบทวนความคิด
- 1.5 เส้นทางสู่การเลิกยา
- 1.6 ลด ละ เลิก พฤติกรรมก่อเหตุ

2. โปรแกรมกลุ่มป้องกันการลับกลับไปดื่มชา้ำ (Relapse Prevention group) ของโปรแกรมMatrix รวม 2 ครั้ง ดัง

- 2.1 ความไว้วางใจ
- 2.2 การใช้เวลาว่าง

3. โปรแกรมกลุ่มให้ความรู้ครอบครัว (Family Education group) รวม 3 ครั้ง
- 3.1 สัญญาใจ
  - 3.2 บทบาทครอบครัว
  - 3.3 เป้าหมายชีวิต
4. โปรแกรมกลุ่มทักษะชีวิต (Life skill group) รวม 5 ครั้ง ได้แก่
- 4.1 ด้านไม้ชีวิต
  - 4.2 พัฒนาคุณภาพด้านการเรียน
  - 4.3 ทักษะการตัดสินใจ
  - 4.4 ทักษะการปฏิเสธ
  - 4.5 เพื่อนก้าวเพื่อนใหม่

#### **ลำดับสาระสำคัญกิจกรรมกลุ่มจัดตั้งคอมบันด์ในโรงเรียน**

##### **ครั้งที่ 1 สัญญาใจ (ผู้ปกครองเข้าร่วมด้วย)**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้ผู้ปกครอง นักเรียน และครุ ร่วมมือกันในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาบ้าในนักเรียน

##### **ครั้งที่ 2 ด้านไม้ชีวิต**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรับรู้ถึงความไม่ปลอดภัยและอันตรายของการใช้ยาและหลังจากใช้ยา

##### **ครั้งที่ 3 พิษภัยจากยาบ้า**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าตัวกระตุ้นเป็นสาเหตุที่นำไปสู่การใช้ยา และนักเรียนได้รับผลกระทบจากการใช้ยาอย่างไร

##### **ครั้งที่ 4 พิษภัยจากยาบ้า**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าตัวกระตุ้นภายนอกมีอิทธิพลต่อความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของนักเรียน ทำให้กลับไปเสพยา นักเรียนควรรู้จักประเมินความเสี่ยงที่เกิดจากตัวกระตุ้นภายนอก เพื่อยกเว้นและหลีกเลี่ยงการกลับไปเสพยา

##### **ครั้งที่ 5 ตัวการดั่งภายใน**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าตัวกระตุ้นภายในคือภาวะห่าลง ภัยในจิตใจ ซึ่งเป็นสาเหตุการดั่งในนักเรียนหันกลับไปเสพยา การสามารถจัดการกับตัวกระตุ้นทางอารมณ์จะช่วยป้องกันไม่ให้นักเรียนกลับไปเสพยา

##### **ครั้งที่ 6 เหตุนิพนัยการหยุดความคิด**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้หากนิพนัยการหยุดความคิดในรูปแบบต่างๆ เป็นวิธีหนึ่งในการป้องกันและหลีกเลี่ยงจากตัวกระตุ้นและหยุดความชราของการใช้ยา

##### **ครั้งที่ 7 เล่นห้างสู่การเลิกยา**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนสามารถหาวิธีการหลีกเลี่ยงหรือย้ายเหย้ายการ หรือสถานการณ์ต่างๆ ที่กระตุ้นให้เกิดความคิดหรืออารมณ์ ที่ทำให้กลับไปใช้ชา้ำในแพ็คชั่นของยาเสพยา

### **ครั้งที่ 8 ความไว้วางใจ**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าแผนนี้จะเลิกยาได้แล้ว ครอบครัว และเพื่อนๆ ก็อาจจะต้องยอมรับว่า เลิกได้หรือไม่ และการสร้างความไว้วางใจเป็นสิ่งที่ต้องใช้เวลา ความไว้วางใจจะกลับคืนมา ทันอยู่กับ พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความตั้งใจที่ต้องเนื่องด้วยนักเรียน

### **ครั้งที่ 9 บทบาทครอบครัว (ผู้ปกครองเข้าร่วมด้วย)**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้ผู้ปกครองและนักเรียนได้ร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหาการใช้ยาของนักเรียน ร่วมกัน โดยใช้แพตเทิลเมียพิบากาที่ดีด้วย

### **ครั้งที่ 10 ลด ละ เลิก พฤติกรรมส่อแอบแฝง**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนสามารถต่อเคราะห์และตรำหนักกิจกรรมที่สามารถนำไปสู่การใช้ยาอีก เพื่อจะได้ลด ละ เลิกพฤติกรรมเหล่านั้น

### **ครั้งที่ 11 การใช้เวลาว่าง**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนใช้เวลา空อกเหนื้อจากภาระกิจประจำวันและการเรียนเลือก ทำกิจกรรมพักผ่อน ที่สนใจ เพื่อนักเรียนจะไม่ปล่อยเวลาให้ผ่านไปอย่างไร่คุณค่าและอาจนำไปสู่การใช้ยาได้อีก

### **ครั้งที่ 12 พัฒนาตนรองรับการเรียน**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าการรับมือสถานะและในด้านการเรียน จะช่วยให้สามารถแก้ไขปัญหาและพัฒนาตนและได้ดีขึ้น และเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง มีผลในการลดปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้กลับไปใช้ยาอีก

### **ครั้งที่ 13 หักษรการตัดสินใจ**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนมีหักษรในการตัดสินใจ เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ โดยเฉพาะสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การใช้ยาอีก

### **ครั้งที่ 14 หักษรการปฏิเสธ**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนมีหักษรปฏิเสธการขอของกลุ่มเพื่อนเมื่อพบว่าสถานการณ์นั้นเป็นความเสี่ยงต่อการกลับไปใช้ยาอีกได้ โดยทักษะการตัดสินใจพัฒนาภาพไว้ตัว

### **ครั้งที่ 15 เพื่อนเก่า เพื่อนใหม่**

กิจกรรมกลุ่มเพื่อให้นักเรียนได้สำรวจชุดเห็นชอบต่อของตนเองในการตอบเพื่อน รู้จักเด็กและสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่

### **ครั้งที่ 16 เป้าหมายชีวิต (ผู้ปกครองเข้าร่วมด้วย)**

กิจกรรมกลุ่ม (เพื่อให้นักเรียนและผู้ปกครองร่วมกันกำหนดเป้าหมายในชีวิตนักเรียนและหาแนวทางที่จะนำไปสู่เป้าหมาย เพื่อให้นักเรียนมีจุดมุ่งหมายในชีวิต มีความกระตือรือร้นและช่างชุ่งใจ)

### **ครั้งที่ 17 ติดตามผล**

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มทุกคนพิจารณาติดตามที่ต้องเนื่อง ช่วยเหลือกันและกันได้เพื่อ ต่อสู้การ แบบครูจะได้ติดตามและประเมินผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการช่วยเหลือที่เกิดขึ้น โดย กำหนดการติดตามหลังตั้งสุตการชั้นกิจกรรมกลุ่มเป็นเวลา 1, 4 และ 8 เที่ยวนทางค่าต้น

ทั้งนี้ สามารถประยุกต์แนวทางประเพณีผลให้หากพูดภาษาไทยเพื่อแปลในภาษาต่างๆ

## การประยุกต์ใช้กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในการช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้(เสพ)ยาเสพติด

กลุ่มสุขภาพจิตได้ประถูกตั้งให้กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในการช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้(เสพ)ยาเสพติดให้มีความเหมาะสมกับการจัดการเรียนการสอนและสภาพเด็กไทย และเพื่อให้การใช้กิจกรรมกลุ่มจิตบำบัดในการช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาเสพติด เกิดประสิทธิผลอย่างแท้จริง จึงได้จัดทำหลักสูตรการอบรมบุคลากรผู้ใช้กิจกรรมกลุ่มจิตบำบัด ดังนี้

### 1. ขอบข่ายการอบรมหลักสูตร ประกอบด้วยแผนการอบรม 11 แผน

1. เจตคติของผู้ช่วยเหลือปัญหายาเสพติด
2. ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด
3. การประเมินผู้เสพติด
4. เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา
5. ปัจจัยการดั้นการเสพติดและเสพติดและส่วนของการสู้การเสพติด
6. วิธีการดูแลเพื่อชักการกับด้วยการดูแล
7. บทบาทครอบครัวกับการเสพติด
8. การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา
9. ปัญหาทางจิตใจในผู้เสพติดและการส่งต่อ
10. ฝึกปฏิบัติใช้กิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาบ้า
11. การประยุกต์ใช้กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัด ในการช่วยเหลือนักเรียนที่เสพยาในโรงเรียน

### 2. เป้าหมาย เป็นการพัฒนาบุคลากรที่ปฏิบัติงานป้องกันและแก้ไขปัญหารายการเสพติดในสถานศึกษา ให้มีคุณลักษณะ ดังนี้

1. มีความเข้าใจ ทราบผู้เสพติดบทบาทและความในในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหายาเสพติด
2. สามารถคัดกรองนักเรียนที่เสื่อง ใช้และติดยาเสพติด
3. รู้และเข้าใจวิธีการช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้และติดยาเสพติดโดยใช้กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน
4. มีทักษะในการจัดกิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัด แก่นักเรียนที่ใช้และติดยาเสพติดในโรงเรียน

### 3. การนำหลักสูตรไปใช้

#### 3.1 วิทยาการ ได้แก่ บุคลากรสายตรวจสุข หรือ พัฒนาการศึกษา ที่มีความรู้พื้นฐานในด้านต่อไปนี้

1. การปรึกษาเชิงจัดวิทยารายบุคคลและแบบกลุ่ม (Individual counseling, group counseling)
2. การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนหัวข้อกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
3. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับยาบ้า วิธีการติดยา หลักการเลิกยา ปฏิบัติยาของครอบครัวและแนวทางการช่วยเหลือ โดยผ่านการอบรมหลักสูตรพัฒนาศักยภาพหรือแนะนำในการป้องกัน แก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา หรือผ่านการอบรมหลักสูตรจิตสังคมบำบัดแบบผู้ป่วยนอกสำหรับผู้ติดยาบ้า

#### 3.2 ภารกิจการอบรม ได้แก่

1. ศูนย์แนะแนวห้องเรียนที่ปฏิบัติงานแนะแนวในสถานศึกษา
2. ผู้ช่วยฝ่ายปกครองและครุภารต์รับผิดชอบงานสารสนเทศในสถานศึกษา

### 3. บุคลากรสำนักงานสุขภาพจิตโรงเรียน

#### 3.3 วิธีการ

ผู้รับการอบรมสามารถนำไปตั้งค่ามาตรฐานได้เป็นการขยายผลให้กับพื้นที่ทาง หรือบุคลากร ในสถานศึกษา หรือสร้างเครือข่ายการใช้โปรแกรมจิตสังคมบำบัด การนำไปใช้จะต้องมีงานสำนักงานสุขภาพจิตปรับใช้ ให้คล้ายรูปแบบ วิธีการ เช่น การจัดช่วงเวลาการอบรมลับ派ท์ละ 1 ครั้ง หรือ 2 สัปดาห์ต่อครึ่ง หรือจัด เส้าค่าย หรือกระบวนการในแผนพัฒนาบุคลากรจากสถานศึกษา

#### 3.4 แผนการอบรม

1. เรื่อง เดินดินของผู้ช่วยเหลือปัญหายาเสพติด เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
2. เรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด เวลาที่ใช้ 2 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
3. เรื่อง การประมั่นผู้เสพติด เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
4. เรื่อง เกณฑ์ดูแลตัวเองร่วมระหว่างสู่การเด็กษา เวลาที่ใช้ 2 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
5. เรื่อง ปัจจัยภายนอกการเสพติดและเดินทางสู่การเด็กษา เวลาที่ใช้ 1.30 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
6. เรื่อง กิจกรรมกลุ่มเพื่อจัดการกับตัวกระตุ้น เวลาที่ใช้ 2 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
7. เรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเด็กษา เวลาที่ใช้ 2 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
8. เรื่อง การดำเนินชีวิตเพื่อการเด็กษา เวลาที่ใช้ 1.30 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
9. เรื่อง ปัญหาทางจิตใจในผู้เสพติดและการส่งต่อ เวลาที่ใช้ 1.30 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
10. เรื่อง มีปัญหานี้ต้องรับมืออย่างไรเมื่อมีเด็กษาที่ใช้ยาบ้า เวลาที่ใช้ 2 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน
11. เรื่อง การประยุกต์ใช้กิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือเด็กษาที่ใช้ยาบ้าในการช่วยเหลือเด็กษาที่เด็กษา ในโรงเรียน เวลาที่ใช้ 2 ชั่วโมง ขนาดของกลุ่ม 40 คน

## ตารางอบรม

### เรื่อง การป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด ในสถานศึกษา

วัน/เวลา	8.30-9.00	9.00-10.00	10.00-12.00	13.00-14.00	14.00-16.00
วันที่ 1	พิธีเปิด วัฒนธรรมศรี ภูสุวรรณหันน์	พัฒนาศักยภาพ นักเรียนที่ดีอย่าง ยั่งยืน	พัฒนาคุณภาพชีวิตริม เรื่องยาเสพติด	การประเมินผู้เสพติด	ประเมินผล การสร้างแรงจูงใจ ผู้มาเข้าร่วม
วันที่ 2		8.30-10.00	10.00-12.00	13.00-15.00	15.00-16.30
วันที่ 3		ปฏิบัติการด้านการ แพทย์แผนไทยที่ดี และการฝึกอบรม	ฝึกอบรมครุภารกิจ ด้านการป้องกันการลักหลวย ทรัพย์	ฝึกอบรมครุภารกิจ ด้านการป้องกันการลักหลวย ทรัพย์	ประเมินผลการดำเนินการ สืบสานประเพณีชาวบ้าน ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด

### 3.5 แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

หลักสูตรได้แนะนำทางการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการเรียนรู้ด้วยวิธีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมซึ่งมีหลักการดังนี้

#### การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning)

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมคือการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยพื้นฐานสำคัญ ประการแรก คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และประการที่สอง การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์มุ่งเน้นอยู่ที่การให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางความรู้จากประสบการณ์เดิม ก้าวเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีหลักสำคัญ 5 ประการ คือ

1. เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน
2. ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่ท้าทาย อ่าดงต่อเนื่อง และเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า Active Learning

3. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนตัวกับตัว
4. ปฏิสัมพันธ์ที่มีทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่างกว้างขวาง
5. มีการใช้สารโดยการชุมชน หรือการเชื่อม เป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยน การวิเคราะห์และตัดสินใจที่ความรู้

องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

องค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีอยู่ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การสะท้อน ความคิดและถกเถียง เช้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และการทดลองเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

1. ประสบการณ์ (Experience) ผู้สอนช่วยให้นักเรียนนำประสบการณ์เดิมของตนเองมาพัฒนา เป็นองค์ความรู้

2. การสะท้อนความคิดและถกเถียง (Reflex and Discussion) ผู้สอนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง

3. เช้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and Conceptualization) ผู้เรียนจะเกิดความเช้าใจและนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด อาจเกิดขึ้นโดยผู้เรียนเป็นฝ่ายริเริ่มและผู้สอนช่วยเพิ่มเติมเพื่อ ให้สมบูรณ์ หรือในทางกลับกันผู้สอนเป็นผู้นำทางและผู้เรียนเป็นผู้สอนต่อจากความคิดเห็นสมบูรณ์เป็นความคิดรวบยอด

4. การทดลองหรือ ประยุกต์แนวคิด (Experiment / Application) ผู้เรียนนำการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ใหม่ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่างๆ จนก่อเป็นแนวทางการปฏิบัติของผู้เรียนเอง

## องค์ประกอบเหล่านี้สามารถสรุปเป็นภาพรวมดังแผนภาพ



### แผนภาพ องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ความต้องการขององค์ประกอบที่ 4 ประการ จะเป็นไปอย่างผลวัตร โดยเริ่มจากจุดใดจุดหนึ่ง และเดินทางกลับมาที่จุดเดิม ดังนี้ ไม่ว่าจะด้วยการเรียนการสอนซึ่งอาจเริ่มต้นที่จุดใดก็ตาม ก็ได้ แต่สำคัญที่การจัดกระบวนการการให้ครบทุกด้านขององค์ประกอบ

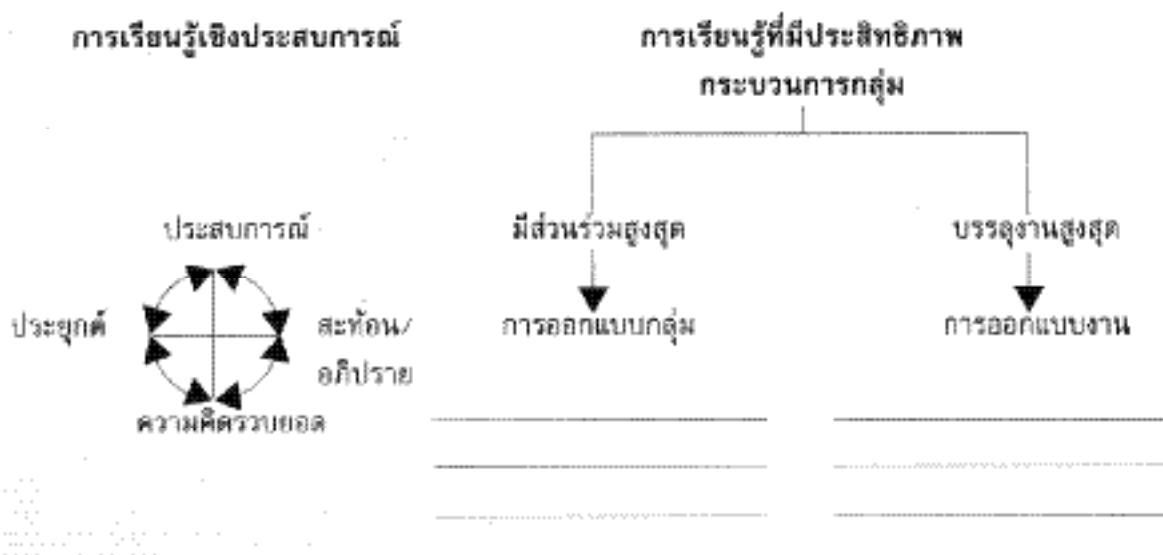
องค์ประกอบของกระบวนการการก่อรุ่มในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีขั้นตอนดังนี้

กระบวนการการก่อรุ่มจะช่วยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม ด้วยการออกแบบก่อรุ่มที่เหมาะสมและช่วยให้บรรลุ งานหรือวัตถุประสงค์ด้วยการออกแบบงานที่เหมาะสม

#### หลักการออกแบบก่อรุ่ม

ประเภท	ข้อบ่งใช้	ข้อจำกัด
กลุ่มที่ไม่มีการจัดบทบาท	มีส่วนร่วมได้จำกัดในเวลาเดือน ๆ มีส่วนร่วมโดยมีความลึกซึ้ง ปานกลาง	ขาดความลึกซึ้ง ขาดการวิเคราะห์ที่ลึกซึ้ง
กลุ่มที่มีการจัดสรรบทบาท	เรียนรู้ความบทบาทที่แตกต่างกัน วิเคราะห์อย่างลึกซึ้ง	ขาดความหลากหลาย ใช้เวลาในการตรวจสอบก่อรุ่ม และท่องเที่ยวน

โดยสรุปการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม อาจสรุปได้ดังนี้



#### 4. การประเมินผล

1. การประเมินผู้วิจัยการอบรมจากหลักสูตรพัฒนาศักยภาพครูและแนวเป็นการตรวจสอบความก้าวหน้า ใน 3 องค์ประกอบดังนี้

- ความรู้ความเข้าใจเรื่องภาษาเด็กติด วิธีการติดยา กลไกการติดยา ปฏิบัติวิชาชีพ ครอบคลุมว่าฝึกการพัฒนาและเล็กษา และการเข้าข่ายเด็ก
- เจตคติต่อสู่ใช้และติดยา สพดต.
- ทักษะการให้การบริการรายบุคคลและแบบบุคคล ในการเข้าข่ายเด็กเรียนที่ใช้และติดสารเสพติด ตามขอบเขตการของหลักสูตร (Pre-Post test)

2. ประเมินผลสำหรับในการจัดกิจกรรมชิ้นสังคมบำบัด ใน การช่วยเหลือผู้เรียนโดยใช้ตัวชี้วัดดังนี้

- 2.1 ความ陌らしさของใน การเข้าร่วมกิจกรรมก่อรูปของผู้เรียน
- 2.2 ปัญหาที่ต้องมี การพูดคุย ที่ไม่ต้อง
- 2.3 ผลการเรียนของนักเรียนต่อที่นั่น
- 2.4 ผลการตรวจสอบความ ไม่เป็นข่าวมีการใช้ยาบ้า
- 2.5 การประเมินโดยใช้แบบประเมิน (คุณค่าคนวาก) เพื่อประเมินผลการช่วยเหลือและ ความพึงพอใจต่อรูปแบบการช่วยเหลือ โดยครูแนะนำสำหรับการดำเนินการเป้าหมายความต่อเรื่อง ของกิจกรรม ตามมาตรฐานพื้นฐานได้

#### 5. ข้อควรระวัง ในการนำหลักสูตรไปใช้

1. ผู้วิจัยการอบรมห่วงใยที่นักเรียนควรรู้ ด้านการบริการรายบุคคลและแบบบุคคล
2. จิตแพทย์วิจัยการอบรมในแพลตฟอร์มต่อไปคราวละ 40-50 คน เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ สูงสุดในการเรียนรู้
3. การประเมินการอบรม อาจใช้วิธีสังเกตการณ์ส่วนร่วมของผู้วิจัยการอบรมในการอภิปราย และฝึกทักษะ
4. กลุ่มเป้าหมายในการอบรมของโรงเรียน ควรประกอบด้วย ผู้ช่วยฝ่ายปกครอง ครูและแนว แหล่งเรียนรู้ ผู้ดูแลเด็กนักเรียนที่ไม่สามารถเดินทางมาได้ในโรงเรียน เนื่องจากความพิเศษในโรงเรียน หรือการบังคับใช้กฎหมายที่ต้องห้ามเดินทางเข้า โรงเรียน ประจำ ก่อนเดินทางมาโรงเรียน ให้ป้องกันความปลอดภัยในโรงเรียน

# แผนการสอน ๑

## เรื่อง เจตคติของผู้ช่วยเหลือปัญหายาเสพติด

( เวลา ๑ ชั่วโมง )

### วัสดุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมรู้สึกเห็นใจนักเรียนที่ใช้ยาเสพติด
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมสามารถอธิบายถึงคุณสมบัติของครุภูมิให้การช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาเสพติด

### สาระสำคัญ

คนส่วนใหญ่ในสังคมมักมองว่าเด็กนักเรียนที่ใช้หัวใจดีด้วยยาเสพติดเป็นนักเรียนที่เก่ง เหลือเชื่อ หากที่จะแก้ไขพฤติกรรมให้ศรีนี้ได้ ทำให้ขาดความตั้งใจจริง และความกลัว更多的是ในการช่วยเหลือ他人 เป็นผลให้การช่วยเหลือขาดปัจจัยที่ขาด การมีเจตคติที่ดี และการเข้าใจถึงความรู้สึกของผู้ใช้ยาเสพติด จึงเป็นสิ่งสำคัญมาก ที่จะนำไปสู่การสร้างสัมพันธ์อันดี เพื่อการช่วยเหลือที่ดีขึ้น

### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เงื่อนไข/สื่อ
ขั้นสำรวจความรู้สึก ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>วิทยากรนำเสนองาน ถึงความคิดเห็นต่อสถานการณ์ปัญหายาเสพติด โดยอาจหันบันดาลความรู้สึกที่ทำให้เป็นหัวใจดีของเด็กๆ</li> <li>วิทยากรถาม “ทำนั้นคิดว่าอะไรเป็นสาเหตุ ที่ทำให้เด็กเรียนใช้หัวใจดีด้วยยาเสพติด” อุบัติ 3-4 คน</li> <li>วิทยากรอ่านบทความ หรือเปิดเบปเปีย “แม่รับ...แม่โตแม้ว” และถามว่า “รู้สึกอย่างไรในเรื่องของยาเสพติด” หรือ “ถ้าหันเป็นคนในเรื่อง จะรู้สึกอย่างไรต่อคนหนึ่ง”</li> <li>อุบัติ 2-3 คน โดยไม่ต้องระบุ</li> </ul>	- บทความ (หรือใช้อุปกรณ์แบบ เสียง)
จัดระบบความคิด ความเชื่อ สื่อท่อนความคิด / อภิปรายกลุ่มย่อย 5-6 คน (10 นาที) ความเห็นควรบอกร กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>แบ่งกลุ่มย่อย 5-6 คน อภิปรายความในงาน ๑</li> <li>วิทยากรถุ่มความ อภิปราย สรุป ดังนี้           <ol style="list-style-type: none"> <li>เปิดโอกาสให้กลุ่มแสดงความรู้สึกเมื่อได้ยินเรื่องปัญหายาเสพติด</li> </ol> </li> </ul>	- ใบงาน ๑  - แผนภูมิ

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เรื่อง	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่ม 3 คน (5 นาที)	2. ปัญหาสะพัดเล่าไปสู่สาธารณะกิจกรรมและ การแก้ไขปัญหาผู้เดียว 1 ราย 9 ชั่วโมง ป้องกันภัยสาธารณะให้มากกว่า 3. เผด็จคิดต่อสู่ใช้อาเสพดิจิทัลเมื่อส่วนสำคัญ ในการซ่อมแซม	- แผ่นໄizi 2
ความตื่นตัวของ กลุ่มใหญ่ (5นาที)	- แบ่งกลุ่มช่วย 3 คน อภิปรายตามประเด็นใน ใบงาน 2	- ใบงาน 2
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่ม 3 คน (10 นาที)	- วิทยากรสู่สาธารณะ 3-4 กลุ่ม อภิปรายสรุป คุณสมบัติครูผู้ช่วยเหลือ นักเรียนที่ใช้ ศาสพดิจิทัล	- ใบความรู้ 1 เรื่อง คุณสมบัติของครู ผู้ช่วยเหลือ
ความตื่นตัวของ กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- แบ่งกลุ่มช่วย 3 คน ร่วมอภิปรายโดยส่วน ตัวของว่ามีคุณลักษณะต่อนักเรียนที่ใช้อาเสพดิจิทัล หรือไม่และยกเป็นต้นหมวดความต้องการ วิธีการจัดการภัยอาเสพดิจิทัลนั้น	
ความตื่นตัวของ กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากรสู่สาธารณะ 3-4 กลุ่ม อภิปรายสรุป เจตคิดต่อสู่ผู้ช่วยเหลือปัญหาอาเสพดิจิทัล โดยถ้าประเด็นสำคัญ คือ การไม่เต็มที่ การไม่เน้นแยกและการยอมรับอย่างไม่มี เงื่อนไข	- ใบความรู้ 2 เรื่อง เจตคิดต่อ ผู้ช่วยเหลือปัญหา อาเสพดิจิทัล

#### สื่อ/อุปกรณ์

- บทความ “แม่ครัวผอมใจแค่ไหน”
- ใบงาน 1, 2
- ใบความรู้ 1 เรื่อง คุณสมบัติของครูผู้ช่วยเหลือ
- 2 เรื่อง เจตคิดต่อสู่ผู้ช่วยเหลือปัญหาอาเสพดิจิทัล
4. แผ่นໄizi 1 เรื่อง เป็นของหลังชีวิตดูดี “องค์ประกอบชีวิตที่จำเป็นสู่การอาเสพดิจิทัล”
- แผ่นໄizi 2 เรื่อง คุณภาพปลูกฝังทางการอาเสพดิจิทัล

#### การประเมินผล

- การสื่อสารรวมในการกิจกรรม
- แนวคิด ความรู้ซึ่งต่อสู้คิดยาที่เปลี่ยนไปทางบวกจากการประยุกต์แนวคิด

## บทความ แม่ครับ...พมโถแล้ว

หลาภคนมอยด์มหัตว์สายตาหาดัก้า หลาภคนมอยด์มหัตว์สายตาสบปะม้า ก หลาภคนมอยด์มหัตว์สายตาสบปะม้า หลาภคนมอยด์มหัตว์สายตาไกรอชีว...กราบทกเรือ แม่คนที่มหัตว์การที่สุก...รัก ที่สุก...บังคับไม่มีมิ้นสายตา พมมีความหมายเดือนเท่ากากาชาดุ ส่าหัวบคนา นี...พ่อแม่องครับ

นาครึ่งมหอยไม่ได้รู้จะคิดถึงสายตาอีกคู่หนึ่งที่มองมหัตว์ความรัก ความเมื่นชู แม่สายตาสุนัข ชลสะจากธีร์ดมไปทางถนนนาน ผับตั้งแต่เมม “ที” พมไปแพ่งงานให้มหัตว์เจ้าหายฝื้นและเข้าห้องน้ำใน นาน...นาน...จึงจะติดต่อมาสักครึ่ง แม่คนอุ่นอยู่กับน้องใหม่อีก 2 คน ที่แม่รู้ไม่เคยมีโอกาสพบเชย สาย ดาวของเมืองท้องเมืองฝ่ามือการเดินโดยอัตโนมัติ ในครอบครัวอุ่นของแม่...ไม่ใช่ครอบครัวที่แพ้นั้ง เอ็นชา...ขอพม พมไม่แยกคิดถึงแม่บอยนัก มันทำให้แม่ต้องอุ่นอยู่กับการหาเงินมาซื้อยา เพื่อตัวเอง รู้สึกเจ็บถูก ๆ ในใจ

พมยังจำความของแม่ ที่แม่รู้ไม่มีโอกาสพบ แม่จำแม่เหลือร้า ให้รู้จะเป็นอะไร แม่ชุดถึง อาชีพໄก์ก่อค่างๆ ซึ่งยากต่อความเข้าใจของแม่ในช่วงเวลาหนึ่น และถูกห้ามออกจากความเป็นจริงในเวลาหนึ่ง...เวลาที่ถูกคนนี้เติบโภจนควรจะเห็นแม่ค้าขายของหน้าที่การงาน แม่ครับ...พมก็ไม่เคยรู้มีคนมาก่อคุณภัยกัน ว่าค้าขายเสียบ้านแม่จะเป็นเช่นนี้...แม่ครับ...พมโถแล้ว...พมเป็นพื้ยดีใช้ชีวิตคนหนึ่ง...เท่าที่นี่ครับ

### ใบงาน 1

#### แผนการสอนเรื่อง เจตคติของผู้ช่วยเหลือปัญหายาเสพติด

แบ่งกลุ่มผู้รับการอบรม 5-6 คน ออกเปรียบเทียบกันในรูปแบบตัวต่อตัวในกลุ่มใหญ่

1. หานุรูสึกอย่างไรต่อชีวิตของแม่
2. อนาคตของ “พม” จะเป็นอย่างไรได้บ้าง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่รือปัจจัยใดบ้าง
3. กลุ่มนี้ความคิดเห็นอย่างไรต่อผู้ติดยาเสพติด
4. ตัว “พม” เคยรักประวัติว่าเลิกยาได้แล้ว และกลับไปเสพติดอีก ครั้ง จำนวนเท่าไร ทุกคนรู้สึก เอื้อมระอาในพฤติกรรมที่ไว้วางใจไม่ได้ ท่านในฐานะผู้ช่วยเหลืออยู่สักอย่างไร

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง เจตคติของผู้ช่วยเหลือปัญหายาเสพติด

นำออกสู่มีวันการอบรม 3 คน อภิปรายประเด็นต่อไปนี้ (เวลา 5 นาที) และส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอในกลุ่มใหญ่

#### ประเด็นอภิปราย

1. ท่านคิดว่าเด็กนักเรียนที่ใช้ยาเสพติด จะได้รับการปฏิบัติแตกต่างกันอย่างไรกับเด็กนักเรียนที่ไม่เคยการเรียนด้วยตัวเอง 2 เป็นพื้นด้วยที่อยู่ในครอบครัวเดียวกัน

2. ท่านคิดว่าครูผู้ช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาเสพติด ควรมีคุณสมบัติอะไร จึงจะทำให้สามารถช่วยเหลือนักเรียนให้พ้นจากภัยของยาเสพติดได้

#### ใบความรู้ 1

(แผนการสอน เรื่องเจตคติของผู้ช่วยเหลือปัญหายาเสพติด)

#### คุณสมบัติของครูผู้ช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้หัวเรือติดยาเสพติด

##### เจตคติที่ดี

- เช้าใจและเห็นใจนักเรียนที่ใช้ยาเสพติดยาเสพติด
- ชอบรับ เช้าใจรวมถึงอนุเชิญเพื่อช่วยเหลือ ทึ่งคุณค่า ศักยภาพของบุคคล
- มีทักษะที่ดีในการมองปัญหาท่าทางการณ์ได้ สามารถอุดหนาศักยภาพของบุคคลที่เกิดขึ้น
- มօด์เป็นศักยภาพของสื่อและตัวเอง ในกรณีจำเป็นจริง เชื่อถือผู้ช่วยเหลือแก้ไขปัญหา

##### บุคลิกภาพเหมาะสม

- ยิ้มแย้ม เป็นมิตร อุ่นบุญญา มั่นคง เป็นตัวอย่างดีเยี่ยม
- การสื่อสารที่มุ่งเน้น
- อุ่นภาคภูมิ เติมใจ ห่วงใยที่จะขอบริรับ ลึกเข้ามายังจิตใจ หน้าบานหนา ลึกซึ้งจริงใจ ฉะเชิงสามารถอุดหนุนและรับการเปลี่ยนแปลงได้ด้วยชั่วมีเหตุผล

##### มนุษยสัมพันธ์ที่ดี

- สร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ มีทักษะในการสื่อสาร รับฟังทั้งเกต เข้าใจความคิด ความรู้สึก ความหมายของสื่อหน้า ท่าทาง คำพูดของผู้อื่น และต้องออก สื่อสารให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจ อยู่ยุ่นใจ มีมนุษย์ใจในการรับคำปรึกษา

##### มีวุฒิภาวะทางอาชญากรรม

- พฤติกรรม ความคิด อารมณ์ซึ่งใจ เหตุการณ์สมกับอายุและบทบาทหน้าที่โดยสอดคล้องกับเวลา สถานการณ์และบุคคล
- สามารถเก็บ และควบคุมอารมณ์ตนเองได้
- มีเหตุผลที่ถูกต้องเหมาะสม รู้จักหาข้อมูลในการพิจารณา วิเคราะห์ ประเมิน ไม่คุ่นคาม ไม่ซึ้ง ตีความรู้สึกนึกคิดของคนอื่น ยึดหลักการปรับเปลี่ยนได้

- มีความอ่อนโยน และความตั้งใจจริงอย่างมากในการช่วยเหลือผู้เรียน

#### **มีธรรมชาติธรรม**

- รับผิดชอบต่องาน บุคคล หน่วยงาน และสังคมที่เกี่ยวข้องในเรื่องและความสามารถ มีคุณธรรม และ愷ามารถ มีคุณธรรม และสามารถรักษาความลับ ไม่มีผลประโยชน์ในการให้คำปรึกษา รักษาลิขสิทธิ์ของ สู่รับค่าปรึกษา

### **ใบความรู้ 2 (สำหรับวิทยากร)**

**(แผนการสอน เรื่องเด็คติชันสูญเสียเหตุปัญญาเสพติด)**

เด็คติที่สูญเสียเหตุปัญหานั้นมีเพื่อสามารถช่วยเหลือบุคคลในปัญหาต่างๆ ได้อย่างมี ประสิทธิภาพ และลดความพยายามต้องการในปัญหาของผู้รับการช่วยเหลือ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญให้ผู้ช่วยเหลือ สามารถเข้าถึงใจของผู้รับการช่วยเหลืออย่างเป็นกลาง (Empathy) และเข้าใจปัญหาได้อย่างถูกต้อง

1. การไม่ตัดสินใจ (Non judgement) คือ การที่ผู้ช่วยเหลือไม่ใช้ความเชื่อ ค่านิยม หรือความ ต้องการของคนผู้อื่นในการทำความเข้าใจ หรือสรุปผลต่อปัญหาหรือความต้องการของผู้รับการช่วยเหลือ โดยไม่พึ่งพิจารณาความเชื่อใจในทำพิจารณาของผู้รับการช่วยเหลือก่อน

2. การไม่แบ่งแยก (Non discrimination) คือ การซักถามให้ดีๆ ของผู้ช่วยเหลือที่มีต่อภาพ เป็นอย่างตั้งต่อไป หรือสถานภาพพื้นฐานต่างๆ ของผู้รับการช่วยเหลือในขณะที่รับฟังผู้รับการช่วยเหลือ

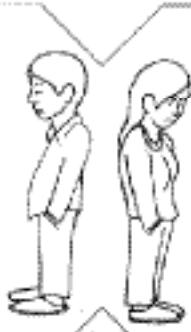
3. การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditioning positive regard) คือ การที่ผู้ช่วยเหลือ ยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขในความมีศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ที่ทางเดียวมีพากเพียบของผู้รับการช่วยเหลือ

## แผนໄส 1

(แผนการสอนเรื่อง เจตคติของผู้ช่วยเหลือปัญหายาเสพติด)  
เบื้องหลังชีวิตของ "แม"

องค์ประกอบของชีวิตที่นำไปสู่การเสพติด

- ปัญหาทางอารมณ์
- การแสดงออก  
ไม่เหมาะสม  
 เช่น เอินชา ห่างเหิน



- ปัญหาทางอารมณ์
- ปัญหาอื่น ๆ

การขยายร่าง



- ปัญหาทางอารมณ์มากขึ้น
  - การแสดงออกไม่เหมาะสมยิ่งขึ้น
- ผลกระทบต่อเด็ก  
มากขึ้น

(พ่อ)

- ผลกระทบต่อเด็ก  
มากขึ้น



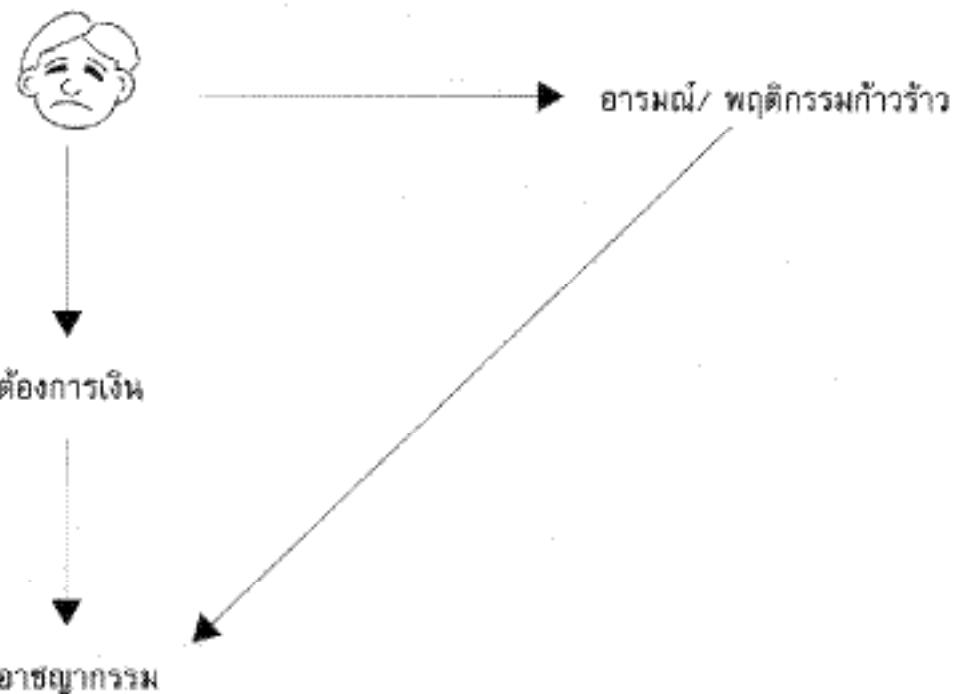
(แม+ครอบครัวใหม่)

- ขาดความรัก ขาดที่พึ่ง
- ปัญหาความเครียดในชีวิต
- สภาพสังคม.....?

เสพติด

## แผนที่ 2

(แผนการสอน เรื่องเด็กต้องซื้อขายเหลือปัญหาทางสีฟัน)  
ดูหมายปลายทางของการเดินทาง



หมายเหตุ

อาจเพิกเฉราหรือเหตุการณ์ที่สะท้อนอาชญากรรมหรือความรุนแรงที่ทำให้เกิดการตระหนึกร้ายแรงในสังคมอันเป็นผลมาจากการติดสารเสพติดของบุคคล ให้เห็นผลกระทบที่มีต่อปัญญา

วิทยากรควรสร้างท่อน้ำให้เห็นว่าการติดจรวจด้วยการลอกจ้านวนผู้เสพติดมีเพียง 1 ราย ที่สามารถป้องกันปัญหาและภาระสูญเสียที่อาจมากมายจนประเมินค่าไม่ได้





## แผนการสอน 2

### เรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด

( เวลา 2 ชั่วโมง )

#### วัสดุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีความรู้เกี่ยวกับประเภทของยาเสพติด การขยายตัวของการเสพติด และองค์ประกอบที่ทำให้เกิดการเสพติด
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีความรู้เกี่ยวกับองค์ประกอบของยาบ้า
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีแนวทางในการป้องกันความเสี่ยงความเข้าใจเรื่องยาเสพติดไปดำเนินการป้องกัน เช่น นักเรียนในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา

#### สาระสำคัญ

การซ้ายเท็จอยู่ใช้หรืออยู่ติดยาเสพติดให้ได้ดีนั้นจำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับยาเสพติดในเรื่องต่าง ๆ ที่สำคัญ ได้แก่ ยาเสพติดที่ใช้ การขยายตัวของการใช้ยาเสพติด โดยเฉพาะอย่างที่ ประกายของยาบ้าและสิ่งของที่ใช้ยาบ้าเพื่อควบบั่นประชากรและว่าการห้ามห้องตันและห้องตาก ห้องน้ำเพื่อประโยชน์ในการซ้ายเท็จความเสี่ยงที่ต้องดูแลไปวางแผนซ้ายเท็จอยู่ใช้หรือติดยาเสพติด รวมทั้งการวางแผนป้องกันแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษาให้มีประสิทธิภาพ

#### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสมการณ์ กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรณ์สนทนาเรื่องปัญหายาเสพติด โดยเฉพาะปัญหายาบ้าในสถานศึกษา โดยนำเสนอสถิติและ datum ถึงข้อบ่ง “ในโรงเรียนของท่าน มีนักเรียนที่มีปัญหารักษาความเสี่ยงยาเสพติดหรือไม่ นักเรียนหล่านี้เป็นคนอะไร”</li> <li>- สัมภาร 2 - 3 คน</li> </ul>	
สะท้อนความคิด/ ยกประยุ แบบกลุ่มละ 3 คน (20 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรณ์สนทนาเรื่องปัญหายาเสพติด โดยนำเสนอสถิติและ datum ถึงข้อบ่ง “ในงาน 1 กลุ่มนี้มีความคิดเห็นในในงาน 1</li> <li>- สุ่มความความเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติดของ สมาชิก 2 - 3 คนในแต่ละชั้นครอบครุกชั้น และอภิปรายร่วมกัน โดยไม่ต้องสรุป</li> </ul>	- ในงาน 1

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
ความตื่นรับยอด กลุ่มใหญ่ (30 นาที)	- วิทยากรบรรยายสรุป ความรู้ความเข้าใจ เรื่องยาเสพติด และความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ ยาบ้า	- ในความรู้ 1 “ประเภท ของยาเสพติด” - ในความรู้ 2 “การขยาย ตัวของยาเสพติด” - ในความรู้ 3 “องค์ประกอบ การเสพติด” - ในความรู้ 4 ยาบ้า - ในความรู้ 5. “สถานศูนย์ ใช้สารเสพติดในวัยรุ่น”
ประยุกต์แนวคิด กลุ่ม 3 คน (15 นาที)	- แบ่งกลุ่ม 3 คน ยกไปร่ายตามประเด็นใน ใบงาน 2 สรุปเพื่อนำเสนอ	- ใบงาน 2
ความตื่นรับยอด กลุ่มใหญ่ (45 นาที)	- วิทยากรสื่อถ่าน 2-3 กลุ่ม - อภิปรายและสรุปกรอบแนวความคิดระบบ ถูมลซึ่งทำให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมใช้ยาบ้า ให้ผู้เข้าอบรมเข้าใจวิธีที่ทำให้พาราปีโตรกันและ ช่วยเหลือผู้เด็กเรียน	- ในความรู้ 6 “กรอบแนว คิดระบบถูมลซึ่งทำให้พาราปีโตรกันและ ช่วยเหลือผู้เด็กเรียน”

### สื่อการสอน

1. ใบงาน 1 “ความเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติด”
2. “แนวทางในการป้องกันนักเรียนจากปัญหายาเสพติด”
2. ในความรู้ 1 “ประเภทของยาเสพติด”
2. “การขยายตัวของยาเสพติด”
3. “องค์ประกอบที่ทำให้เกิดการเสพติด”
4. “ยาบ้า”
5. “สถานศูนย์ใช้สารเสพติดของวัยรุ่น”
6. “กรอบแนวคิดระบบการถูมลซึ่งทำให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมใช้ยาบ้า”

### การประเมิน

1. สังเกตจากการตอบค่าถูกต้องในแบบประเมิน
2. แนวทางป้องกันปัญหายาเสพติดจากการประยุกต์แนวคิดในการนำไปปฏิบัติงานของครูวิบัณฑุ์

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด หวานเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติด

แบบอภิปราย 3 คน ยกป้ายแลกเปลี่ยนประชุมสืบการณ์ความประทับใจไปปี(20 นาที) และส่งตัวบท  
เข้าสูบนอในกลุ่มใหญ่

1. ฉันเข้าใจว่าการดื่มน้ำยาเพื่อคลายเครียดหรือไม่ดี ยกตัวอย่างประสนการณ์ในพื้นที่การศึกษาและบ้าน  
 ดี  ยกกรณีตัวอย่าง.....  
 ไม่ดี  ยกกรณีตัวอย่าง.....
2. ทราบใช้ยาบ้ามากน้อยเพียงใด / ป้องเด็กไทย จึงจะทำให้ปลอดภัย
3. วิธีการเสพติดมีผลต่อการดื่มน้ำยาอย่างไร
4. ยาบ้าทำให้เกิดปัญหาทางจิต ได้หรือไม่ อย่างไร
5. การดื่มน้ำยาทางเดินหายใจมีผลต่อการใช้ยาบ้าอย่างไร
6. ห่านคิดว่าผู้ติดยาบ้ามีจิตใจเช่นไร สามารถเลิกได้ยาบ้าได้ด้วยตนเอง  
 เลิกได้ เพราะ.....  
 เลิกไม่ได้ เพราะ.....

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด แนวทางในการป้องกันนักเรียนจากปัญหายาเสพติด แบ่งกลุ่ม 3 คน อภิปรายในประเด็นต่อไปนี้ให้ได้ชัดชูป(15 นาที) และส่งตัวแทนนำเสนอในกลุ่มใหญ่

1. ทำนองแผนกว่างในการป้องกันและช่วยเหลือนักเรียนจากปัญหายาเสพติดได้อย่างไรบ้าง

---

---

---

2. ปัญหาอุปสรรคในการป้องกันและช่วยเหลือนักเรียนจากปัญหายาเสพติด

---

---

---

3. แนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรค

---

---

---

ใบความรู้ ๑

### (แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องอยาเสพติด)

ประวัติของชาสเปน

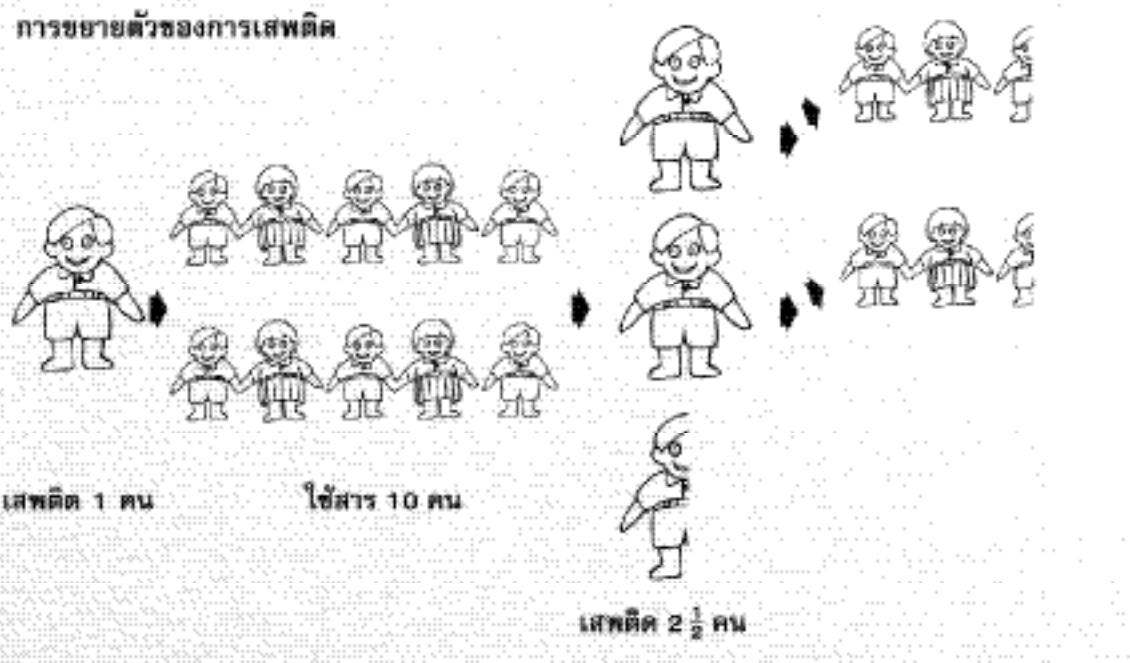
- สารกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง (CNS Stimulants)
    - ♦ แอมเฟตามีน (amphetamines)
    - ♦ โคเคน (cocaine)
    - ♦ คาเฟอีน (caffeine)
    - ♦ นิโคติน (nicotine)
  - สารกดระบบประสาทส่วนกลาง (CNS depressants)
    - ♦ แอลกอฮอล์ (alcohol)
    - ♦ อาلامอนเพลี้ยบ (sedative / hypnotic)
    - ♦ พิม (opium / opiates)
  - สารหลอนประสาท (Hallucinogens LSD, PCP)
  - สารประเภทดูดดม (Inhalants)
  - อื่นๆ (Others)

ใบความรู้ 2

### (แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องภาษาสเปน)

จากการรายงานการศึกษาพบว่า เด็กที่มีภาวะเดฟติค 1 คน จะทำให้บุคลากรใช้เวลาเดฟติคได้เพิ่มขึ้นถึง 10 นาที และใช้เวลาวน 10 นาที นี้จะทำไปปั่นก่อภาวะเดฟติคเพิ่มขึ้นรวมเป็น  $2\frac{1}{2}$  ครั้งและขยายต่อเนื่องไปเรื่อยๆ ดังแผนภาพ

## การขยายตัวของเศรษฐกิจ



ใบความรู้ ๓

(แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องภาษาสเปน)

## องค์ประกอบการสภาพดี



## สารเคมีในสมอง ร่างกาย

#### การเพิ่มผลิตเก็ตจากองค์ประกอบ 3 ประการ ได้แก่

1. สารเคมีในร่างกาย โดยพหุวัยน้ำเริ่มเป็นการกระตุ้นจะออกฤทธิ์ต่อเซลล์สมอง ช่วยให้สมองทำงานดีมาก เนื่องจากนิคานั่นที่ทำให้รู้สึกสบาย แต่หากพิการใช้ชาปอยหรือ แม่น้ำอุ่นใช้จะทำให้การทำงานของสมอง ทนน้อยลง ผู้เดจะรู้สึกซึ้ง และนอนเพลีย จึงต้องการเดพาชานเพื่อให้ร่างกายฟื้นตัวขึ้น และต้อง คืนสมานดูแลกันเรื่อยๆ เพื่อให้ได้ความรู้สึกดีขึ้นหากมีคนที่เห็นรู้สึก
  2. นิสัยความสะอาดนิ่น เด็กจะพยายามล้างทำความสะอาดตัวเองโดยตัวเองก็เป็นที่เหลือท่า เช่น คนติดบุหรี่มักจะหายใจบุหรี่ มากับในเวลาเดินทาง ที่เดินบุญ หรือเมื่อพบเพื่อนที่บุญ ก็จะต้องหายใจมารอบ หมุนเวียนถ้าไม่ดีบุ้ง ให้ด้วยกระบวนการเรียนรู้ของ Pavlov ที่สูบดูน้ำลายไก่เมื่อเห็นอาหาร เมื่อ Pavlov สั่นกระซิ่งพร้อม อาหาร สุนัขจะหัวเสียไก่ เมื่อท้าให้เป็นพี่เลี้ยง ครรจ์เพียงตัวนั้นกระตือโตกว่าเมื่ออาหาร สุนัขก็จะหัวเสีย ให้หมดด้วย
  3. อารมณ์ จิตใจ เรายับรู้บุญหารือมัน และจิตใจมีผลผลลัพธ์นี้ให้เกิดใช้ ในขณะเดียวกัน บุญหารือ ใช้ยากก่อให้เกิดปัญหาด้านจิตใจเช่นเดียวกัน และที่พบเสมอ ก็คือ เด็กที่เสพยาหักมีภาวะอารมณ์ ซึ่งเครียดร่วมด้วยที่ต้องการความเห็นใจ และช่วยเหลือ

## ใบความรู้ 4

(แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด)

### ยาบ้า

ยาบ้าเป็นยาเสพติดประเภทของถูกอีกต่อหนึ่งประเภทที่นิยมใช้มาก

### ประวัติ/ลักษณะ

"ยาบ้า" หรือที่รู้จักกันในชื่อเดิมว่า "ยาบ้า" เป็นสารเสพติดที่มีการระบาดแพร่หลายอย่างรุนแรง จนเป็นปัญหาสำคัญที่สูงความสกปรกสังคมอย่างกว้างขวางทั้งทางตรงและทางอ้อม ยาบ้ามีฤทธิ์กระตุ้นประสาทส่วนกลาง จากผลกระทบของการออกฤทธิ์ที่สำคัญ คือ เมแทบอเมฟีดามีน พับในปริมาณเดลี่ 0.22 มิลลิกรัมต่อเม็ด ซึ่งจัดเป็นยาเสพติดให้โทษประเภท 1 ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ.2522 บางครั้งพบสารออกฤทธิ์เป็น อีเฟฟีน ดอมกันแคเฟอีน นอกจากนี้อาจพบสารประกอบปนอื่นๆ ได้แก่ คลอร์เพนราฟิน เฟโนลีโปรปาราโนลา พาราเซตามอล และฟีฟิน และสารหมู่ เป็นต้น

ลักษณะของยาบ้าที่พบในปัจจุบันนับตั้งแต่ พ.ศ. 2540 เป็นมีคุณภาพแบบ ชนิดเส้นผ่าศูนย์กลาง ประมาณ 6 มิลลิเมตร หนาประมาณ 2.5 มิลลิเมตร หัวหนักเมื่อยาโดยเฉลี่ย 90 มิลลิกรัม เม็ดยาส่วนใหญ่เป็นสีดำ บางครั้งพบเป็นสีเทา หรือสีอ่อนๆ เช่น สีน้ำตาล สีขาว สีน้ำเงินสีเข้มต่างๆ ที่มี "W" บนด้านหนึ่งนอกจากนี้อาจพบสัญลักษณ์อื่นๆ เช่น "M" "99" หรือเป็นมีตราเรือนไม้มีสัญลักษณ์ไทย

### องค์ประกอบของยาบ้า

methamphetamine  
caffeine  
ephedrine  
amphetamine  
heroin

### ฤทธิ์ของยาบ้า ( 그것ที่ยาบ้า)

ยาบ้ามีผลต่อระบบประสาทศูนย์กลางที่มีส่วนในสมอง โดยการไปเปลี่ยนแปลงประสาทศูนย์กลาง สารเคมีในสมอง ได้แก่ dopamine และ norepinephrine การที่มี dopamine ปริมาณเพิ่มขึ้น จะเป็นหลักให้เกิดความรู้สึกพึงพอใจ เพลิดเพลินสูง ส่วน norepinephrine จะเป็นตัวทำให้เกิดการตื่นตัว และการทำงานได้ดี ไว รู้สึกเหน็บหนาว การใช้ยาบ้าปริมาณเล็กน้อยในระยะแรกจะทำให้รู้สึกสบายเกิดการตื่นตัวตลอดเวลา รู้สึกกระปรี้กระเป่าย ทำงานมากกว่าปกติ มีอารมณ์คึกคักของ อุญจาระที่ดี ได้นานโดยไม่ต้องนอน หัวใจเต้นเร็วขึ้น ความตื่นโลหิตเพิ่ม ใจสั่น ผด庚่าห่าทำให้เกิดความเข้าใจผิดว่าบ้าชวยเพิ่มพลังหรือทำให้ความต้องการทางเพศเพิ่มมากขึ้น และในความเป็นจริงแล้วมีผลกระทบที่ดี ผู้เสพจะหลับและอ่อนแหนกกว่าปกติ ถ้าใช้ติดต่อ กันถูกต้องจะทำให้รู้สึกว่ามีการปรับตัว ทำให้ถูกต้อง "เพิ่มพลัง" ลดลง ผู้เสพซึ่งต้องพึ่งพาการรักษาอย่างต่อเนื่อง รับประทานยาบ้าเพื่อให้ได้ผลใกล้เคียงกับครั้งแรก การใช้ปริมาณที่สูงขึ้นทำให้เกิดผลลัพธ์ทางกายภาพร้ายแรง เช่น ปากและมูกแห้ง ร้อนฝืดปาก

แรก หลังไฟฟ้า เมื่ออาหาร ท้องเสียหรือห้องน้ำ หรือออก ก็สั่นตัวแรง ถูกบุหรี่จัดมากต่อหน้า ดื่มน้ำแข็ง ดื่มน้ำร้อน หรือสูบบุหรี่ ล้วนไม่หลับ หลุดหลีด อุณหภูมิ ดูเหมือนจะหายใจวาก

การได้รับยาบ้านๆ ทำให้ร่างกายทุกโครงสร้าง เกิดโรคติดเชื้อได้ช้าลง เชื่องต่อโรคแพ้ง่าย เช่น ภาระ แสงไฟ ความร้อน ตัวได้รับยาในขนาดถูก จะมีฤทธิ์กดประสาท และระบบทางเดินหายใจ ใช้สูง ซัก หอบหืด และ มีโอกาสเสียชีวิตได้ จากเร้นเลือดในสมองมาก หรือหัวใจวาย

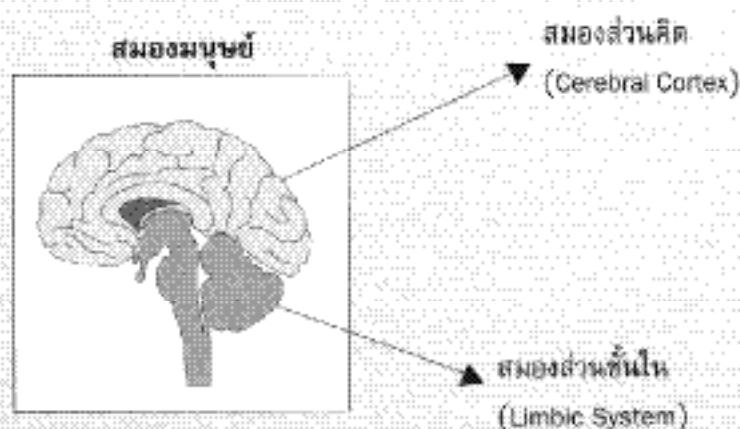
นอกจากนี้ยังมีผลให้เกิดอาการทางจิตและประสาท เช่น สับสน เพ้อ คุกคาม ไม่รู้เรื่อง ได้ยินเสียงแต่ หรือเห็นภาพหลอน อาการที่เกิดขึ้นคล้ายคนเป็นโรคจิตชนิดภาวะประสาท ซึ่งนำไปสู่ปัญหาการปรับตัว และ ความรุนแรงท่าทางได้ บ้าน ลืมความคิดผิดปกติว่าคุณจะทำร้ายตน จึงพยายามป้องกันตัวเองด้วยการทำร้าย ผู้อื่น หรือหนีซุกซ่อนไปลื้อกลัวออกจากบ้าน ลืมความรู้สึกอย่างฝาด้วย เป็นต้น

อาการทางจิตเหล่านี้จะจากไส้เลือดที่ส่งไปให้เป็นผู้คนที่มีประวัติเป็นโรคจิตมาก่อนหรือไม่ โดยทั่วไปอาการเหล่านี้จะหายไปหลังหยุดใช้ยาหลายวัน โดยประมาณจากฤทธิ์ตกตัว ลักษณะนี้ไม่มีอาการ ผิดปกติทางจิต (โรคจิต) มา ก่อน

### สมองของตัวเด็ก

สมองเด็กสามารถได้รับการพัฒนา

การพัฒนาเป็นกระบวนการซึ่งมีอยู่ก่อนที่จะเกิดขึ้น จากการใช้ยาเป็นครั้งคราวถูกการใช้ซ้ำ จนไปสู่ ทุกวันนี้และหลายครั้ง การรับประทานที่เกิดขึ้นกับสมอง 2 ส่วน คือ สมองส่วนหน้าที่เป็นส่วนติด (Cerebral Cortex) และสมองส่วนที่อยู่ข้างใน (Limbic System)



สมองส่วนหน้าที่ (Cerebral Cortex) ทำหน้าที่คิดด้านลักษณะญา ใช้ความคิดแบบมีเหตุผล สมองส่วน ข้างใน (Limbic System) หรือ “สมองส่วนอย่าง” เป็นส่วนควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก ฯลฯ ที่อยู่ในเยื่อ กระเพาะและตุ้นปล่อยสารเคมีต่างๆ ให้ส่องสารเคมีออกมานอกหัวใจ ทำให้เกิดความรู้สึกดี แฉ่ใน ขณะเดียวกันเมื่อใช้ยาบ้าอย่างมาก หรือ จะทำให้สมองส่วนติดถูกทำลาย การใช้ความคิดที่เป็นเหตุผลจะ เสื่อมไป ถูกที่ใช้ยาบ้าซึ่งมักจะส่งผลดีกับความที่ไม่เหมาะสม ลักษณะนี้ก้าวร้าว หลุดหลีด ไม่สามารถควบคุมตนเอง ได้ จึงทำให้มีการใช้ยาเพื่อพักผ่อนอย่างชั่ว ผลกระทบทำอย่างไรทำให้มีอาการทางจิต และเป็นโรคจิตใดในที่สุด

### ผลกรอบจากการใช้ยาเสพติด

1. ทางร่างกาย : พิษจากยาเสพติดต่อการหายใจ  
2. ทางด้านจิตใจ : วิตกกังวล ซึมเศร้า นอนไม่หลับ หลงเมื่อ ระแวง  
3. ทางด้านสังคม : ความจำเสื่อม หลงลืม ไม่มีสมาธิ  
4. ทางด้านสังคม : การเรียนและงานไม่สำเร็จ

### ใบความรู้ 5

(แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด)

### สาเหตุการใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น

การศึกษาต่างๆ พบว่า ช่วงวัยที่มีความเสี่ยงสูงสุดต่อการใช้สารเสพติด ได้แก่ ช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของชีวิต เช่น การเปลี่ยนจากวัยเด็กเข้าสู่วัยต่อของ การเป็นผู้ใหญ่ การเปลี่ยนจากสภาพนักเรียนประกอบไปด้วยความเป็นมืออาชีพ เช่น หัวหน้ากลุ่มศิษย์ คุณครู เป็นต้น ไปสู่ผู้เชี่ยวชาญในอาชีวศึกษา ช่วงวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยแห่งความเสี่ยงสูงสุดช่วงหนึ่ง การศึกษาของสหารชุก เมืองกาฬฯ พบว่า วัยรุ่นมีการเริ่มใช้สารเสพติดครั้งแรกเมื่ออายุประมาณ 12-13 ปี ขณะที่การศึกษาของประเทศไทยพบการใช้สารเสพติดครั้งแรกในช่วงอายุใกล้เดียวกัน สารเสพติดที่ใช้เป็นครั้งแรกมักเป็นสารเสพติดที่ถูกกฎหมาย คือ ถุง หรือบุหรี่ และจะเป็นไปใช้สารเสพติดที่ถูกกฎหมายในภายหลัง โดยผู้ที่ใช้ถุงหรือบุหรี่มีโอกาสใช้สารเสพติดที่ถูกกฎหมายในเวลาต่อมาถูกกว่าถูกไม่ใช้ถุงหรือบุหรี่โดย ตั้ง 65-104 เผ่า ผู้คนนี้ การให้ความสำคัญในการป้องกันการใช้ถุงและบุหรี่ในฐานะที่เป็น “สารเริ่มต้น” (gateway drugs) ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้รับความสนใจจากครอบครัวด้วยเช่นกัน

วัยรุ่นส่วนใหญ่ที่การเริ่มต้นเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ตั้งแต่ความชอบยาเสพติด อย่างมาก แล้วหากวัยรุ่นคนใดมีบุคลิกภาพที่อ่อนแอก หรือไม่สามารถรับมือกับความเครียดในชีวิต ขาดปัญหาส่วนตัว ปัญหาการเรียน ปัญหาครอบครัว ความไม่สงบภายใน ตลอดจนสังคมโดยรวม ก็จะส่งผลต่อสุขภาพจิต ให้วัยรุ่นใช้ยาต่อเนื่องไปเรื่อยๆ เพื่อต้องการหนีความรู้สึกความเครียดชั่วคราว แต่เมื่อไหร่ที่เป็น “ภาระเสพติด” รึ

## ใบความรู้ ๖

(แผนการสอนเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเรื่องยาเสพติด)

### กรอบแนวคิดระบบการศึกษาช่วยเหลือนักเรียนที่มีพิพากกรรมใช้ยาบ้า

ในการศึกษาเรียนที่มีพิพากกรรมการใช้ยาบ้า จ้าเป็นที่จะต้องเริ่มด้วยจากแนวคิดแผนเชิงกลยุทธ์ โดยศึกษาจากองค์ประกอบของการพัฒนาเยาวชนว่า มีอยู่องค์ประกอบอะไรบ้าง นั่ต่อรององค์ประกอบมีอุปสรรค อย่างไร กลยุทธ์ การปฏิบัติและการประเมินผลอย่างไร โดยระบบการศึกษาช่วยเหลือนักเรียนที่มีพิพากกรรมการใช้ยาบ้าเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการแก้ไขและพัฒนาเยาวชน

โรงเรียนสามารถตัดสินใจเลือกศาสตร์การพัฒนาเยาวชนออกเป็น ๒ ส่วนใหญ่ ดัง ล้วนที่เกี่ยวข้องกับ โรงเรียนกับส่วนที่เกี่ยวข้องกับชุมชน

ในส่วนของโรงเรียนฝึกอบรมที่สำคัญ ตามลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย ๓ กลุ่ม ดัง

๑. ในนักเรียนที่ไปที่ไม่มีปัญหา ทำอย่างไรที่จะพัฒนาให้เด็กเหล่านี้มีความมั่นคงและมีชีวิตที่ เป็นสุข โดยในอนาคตไม่ต้องตกเป็นเหยื่อหรือมีปัญหาจากอิทธิพลของเพื่อน อิทธิพลสื่อโฆษณาและอิทธิพล ของสิ่งแวดล้อมในล้านรอบตัว ๆ ที่อยู่รอบตัว

ในนักเรียนเหล่านี้ การพัฒนาที่สำคัญ คือ การสร้างทักษะชีวิตให้มีภารกิจภารกิจและปัญหาต่างๆ ใน ร่างกายโดยการในห้องศูนย์เรียนเพิ่มเติมหลักสูตร สำหรับกิจกรรมในหลักสูตรไม่สามารถดำเนินการได้ทั้งการสร้าง ทักษะชีวิตทั่วไป โดยผ่านการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วมในวิชาต่างๆ และการสร้างทักษะชีวิต ของเยาวชน ในเรื่องการใช้ยาบ้า โดยผ่านวิชาเคมีที่เกี่ยวข้อง เช่น วิชาสุขศึกษา ชีวิตร้อน ทักษะและแนวคิดการ โภชรม บันทัน โปรแกรมนี้สามารถประยุกต์ใช้โดยผู้เชี่ยวชาญงานนักเรียน ถูกออกแบบมาเพื่อทางการศึกษา ตลอดจนหน่วยกิจกรรมที่เป็นปัญหาต่างๆ ในโรงเรียนและครอบครัว

๒. ในนักเรียนกลุ่มเสี่ยงที่มีแนวโน้มจะมีปัญหาการใช้ยาบ้า กล่าวคือ เด็กที่มีปัจจัยเสี่ยง เช่น ครอบครัว แพทย์ อยู่หอพัก อยู่ในชุมชนที่มีการใช้ยาบ้า การเรียนไม่ดี ฯลฯ การป้องกันโดยการจัดกิจกรรม ในห้องเรียนกิจกรรมและชั้นห้องเรียน การหาเพื่อนสนิท การพัฒนาเด็กเป็นรายบุคคล และการพูดประ ชุมกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนทราบนักเรียนภัยใกล้ตัวและภัยทักษะในการหลอกเลี้ยงจากบุคคลที่มีจิตเสื่อมและสามารถบุก ด้วยความปกติ โปรแกรมนี้สามารถประยุกต์โดยผู้เชี่ยวชาญงานนักเรียน ถูกออกแบบมาเพื่อการจัดการกับบุคคลเสี่ยงการปั่น ด้วย และพิพากกรรมที่เป็นปัญหาต่างๆ ดังต่อ

๓. ในนักเรียนที่มีปัญหาตัว เช่น เด็กใช้ยาบ้า หรือไม่ติดห้องเรียน แต่ยังไม่ใช้ยาบ้า ในการนี้ใช้แผนการแก้ไข เป็นเรื่องสำคัญและนักเรียนมีความเข้าใจมากกว่าที่ควรจะรู้ซึ่งจะต้องการให้ความล่าช้า นักเรียนควร ได้รับการส่งต่อให้ความตระหนักรู้ที่มีต่อสิ่งในกระบวนการที่ใช้ปัญหาเด็ก และใช้โปรแกรมจัดลังคอมบานด์ในโรงเรียน เพื่อช่วยเหลือให้นักเรียนสามารถเลิกใช้ยาได้ หรือถ้าต้องไปในระบบให้บริการที่มีผู้เชี่ยวชาญ เช่น ศูนย์ ค่าเรียนภาษา จิตแพทย์ นักจิตวิทยา เพื่อช่วยให้การปั่นเหลือต่อไป

ดังนั้นการศึกษา โรงเรียนเพื่อสาธารณะพัฒนาในล้านรอบตัว โดยห้องเรียนจากชุมชนได้ เพราะบุคคล ตัวเอง รายเด็กที่ปราศจากในโรงเรียนมักจะก่อให้เกิดความเสียหายในชุมชน เช่น เสื้อติดเชื้อเสพติด หรือร้ายสีกลิ่น การชายในชุมชน ผลกระทบจากการพัฒนาโรงเรียนที่อัจฉริยะต้องการพัฒนาชุมชน ทั้งในล้านรอบตัว แผนงาน โครงการ ทรัพยากรต่าง ๆ ซึ่งไม่ใช่แค่เรื่องเดียว แต่รวมทั้งภูมิปัญญาและความสามารถของคนใน ชุมชนและคนรักภารกิจทางวัฒนธรรมของชุมชนตัวเอง กลยุทธ์การพัฒนาในกระบวนการทั้งหมดนี้อาจสรุปได้ ดังในแผนภาพที่ ๑

## แผนภาพที่ ๑

กลุ่มเป้าหมาย	อุตสาหกรรม	มิติของงาน	กลยุทธ์	ตัวบ่งชี้
เด็กปกติ	มนต์คงและเป็นสุข	ส่งเสริม	- หักษ์รีวิวทั่วไป - หักษ์รีวิวนะฬา	ครุภัณฑ์
เด็กกลุ่มเสี่ยง	ปกติ/มนต์	ป้องกัน	- ตัดกรอง - การปืนที่ปรึกษา	ครุประจ้าชั้น/ ครุที่ปรึกษา
เด็กที่ใช้หรือดื่มยา	ปกติ	แก้ไข	- การให้คำปรึกษา - การจัดกลุ่มจิต สังคมบำบัดและ - การล่องต่อ	ครุและหน่วย/ ระบบบริการ เฉพาะ
ผู้ชุมชน	ชุมชนชาวไทย พัฒนา	การฝึกอบรม ชุมชน	- การวิเคราะห์/ ทำแผนพัฒนา ชุมชน	ทีมชุมชนล้มเหลว

### กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดสำหรับช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้และติดยาเสพติด

กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน เป็นกิจกรรมช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้(เสพ)ยาบ้า ซึ่งประยุกต์มาจาก The Matrix Intensive Outpatient Program ที่พัฒนาโดยเจ้าหน้าที่ศูนย์ Matrix ของมหาวิทยาลัย UCLA ประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อให้ป้าบังคับใช้ยาดูแลดูแลผู้ติดยากระดับกลาง เป็นโปรแกรมที่มีผลลัพธ์ในการรักษาติดเสพติดค่าใช้จ่ายต่ำ

#### หลักการของกิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน

1. เป็นกิจกรรมกลุ่มที่มีโครงสร้างและมีคุณภาพมากในการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
2. ผู้นำการสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียนตลอดการช่วยเหลือ
3. ให้สัมมูลบทเรียนและถ่ายทอดความเข้าใจในเรื่องของการบำบัดโดยอาศัยหลักการ Cognitive-behavioral therapy
4. ผู้นำการเตรียมพร้อมร่างกายเพื่อ การบำบัดและปลดปล่อยความไม่สบายที่ติดเชื้อ
5. ปั้นเป้าหมายเพื่อการที่ไม่เหลาและตัวเองการให้สัมมูลที่ถูกต้องสำหรับการปั้นเป้าหมาย
6. ให้สัมมูลที่ส่งเสริมการเลิกเสพและการรักษาตัวเอง เช่นเป็นแนวความร่วมในการรักษา
7. ส่งเสริมการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อฟื้นฟูสภาพจิตใจ
8. ฝึกการตรวจสอบรายละเอียดติดยาเสพติด

สำหรับนักเรียนที่ใช้ยาเสพติดหรือไม่ติดเชื้อแต่เคยใช้ยาเสพติดสามารถใช้กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียนเพื่อช่วยให้นักเรียนเข้าใจตัวกระตุ้นที่ทำให้เกิดอาการอย่างยา รู้จักวิธีที่ดีและหยุดความต้องการที่จะการติดเสพติดอย่างต่อเนื่อง

สำหรับนักเรียนที่ติดยาเสพติดอย่างต่อเนื่องมาตั้งแต่เด็ก หรือนักเรียนที่ได้รับการช่วยเหลือในระบบโรงเรียนแล้วมีแนวโน้มของปัญหาเบื้องต้นที่ต้องดำเนินการทางการแพทย์อุบัติเหตุที่ให้แพทย์วินิจฉัยว่าลักษณะของนักเรียนในรั้วโรงเรียนในทางที่ผิด (Drug Abuse) หรือติดยา (Drug Dependent) หากนักเรียนอยู่ในขั้นติดยาหนักจะทำการรักษาโดยท่านผู้ดูแลจะต้องกลับบ้านไปโรงเรียนท่า

ควรสอนให้เด็กวิชาภาษาไทยไม่ใช่สอนเพียงครุเป็นบุคคลสำคัญที่จะช่วยประคับประคองให้หัวเรียนเลิกยาได้ต่อเนื่องโดยร่วมมือกับผู้ป่วยครอบครัวเด็กทางหน้า

### แนวทางการบำบัดรักษาผู้ติดยาบ้า มีดังนี้

1. การรักษาช่วงระยะ ส่วนใหญ่เป็นการให้ยา\_rักษาควบคุมอาการ เช่น รักษาอาการเครียด หดหู่หรือซึมเศร้า อาการทางจิต

2. การบำบัดทางด้านจิตใจและสังคม เพื่อที่นี่ฟื้นฟูสมองส่วนศีลให้ควบคุมสมองส่วนอยากได้ด้วยกระบวนการพัฒนาให้เข้าใจความต้องการของเด็ก ให้เวลา 4 เดือน ผู้เด็กทราบคร่าว แล้วผู้บำบัดจะมาพบกันทุกอาทิตย์ 3 ครั้ง โดยมีองค์ประกอบหลักของการบำบัดรักษา 4 หัวข้อ ดัง

1. การฝึกหัดใช้ในการเดินทางในระบบเดิมเดิม
2. การป้องกันหัวใจกลับไปใช้ยา
3. การให้ความรู้แก่ครอบครัว
4. สนับสนุนรวมเดือนช่วยเหลือ

### จุดเด่นของโครงการจิตบำบัดสำหรับผู้ติดยาบ้าแบบผู้ป่วยนอก

1. เป็นการรักษาแบบผู้ป่วยนอก(ไป-กลับ) ผู้ป่วยไม่ต้องนอนพักรักษาในโรงพยาบาล ผู้ป่วยที่เป็นนักเรียนหรือทำงานซึ่งสามารถเข้าร่วมโครงการได้

2. เป็นการสอนให้สามารถรับรู้ความต้องการที่หลอกหลอน

3. มีหัวข้อการเรียนรู้ที่เน้นสอนในแต่ละวัน ผู้รับการบำบัดและครอบครัวจะได้รับคู่มือคนละ 1 เล่ม มีเนื้อหาความรู้ที่ยกับสาเหตุของการติดยา ฝึกอบรมให้ผู้รับการบำบัดท่าทุกวันที่มารับการบำบัด

4. มีแนวคิดว่าการติดยาเป็นการเรียนรู้ของเด็กและครอบครัว ดังนั้นกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต้องยกให้ไปถึงครอบครัว โดยทำให้ผู้รับการบำบัดไม่ต้องหานอกกลับไปใช้ยาอีก และคงภาระนี้อย่างต่อเนื่องระหว่างที่ติด ซึ่งจะทำให้สามารถเดินกลับไปได้อย่างดาวรงค์ไป

5. ใช้วิธีการเชิงบวก ไม่ต้านทานผู้รับการบำบัดและครอบครัว แต่ถือว่าความผิดพลาดทุกอย่างคือการเรียนรู้ พยายามทั้งสอนวิธีการเรียนรู้ที่ถูกต้องให้ใหม่

ผู้สนใจติดต่อและปรึกษาขอรับบริการจิตลักษณะรับผู้ป่วยแบบผู้ป่วยนอกได้ที่โรงพยาบาลในสังกัดกรมสุขภาพจิตและโรงพยาบาลประจำจังหวัดทุกแห่ง

\* \* \* \* \*

## แผนการสอน ๓

### เรื่อง การประเมินผู้เชี่ยวชาญ

(เวลา ๑ ชั่วโมง)

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมทราบถึง ปัจจัยเสี่ยงของนักเรียนที่ใช้ยา
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมเข้าใจ ความแตกต่างระหว่างการใช้ยาในทางที่ดี และการติดยาเสพติด
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมรู้วิธีประเมินที่องค์กรของนักเรียนที่ใช้และติดยาเสพติด

#### สาระสำคัญ

การประเมินผู้ที่มีภาวะเสพติด โดยทั่วไปผู้ที่ใช้(เนพ)ยาเสพติด กับผู้ที่ติดยาเสพติด จะมีความแตกต่างกัน ซึ่งผู้ที่ทำการช่วยเหลือจำเป็นต้องทราบ และสามารถประเมินที่องค์กรของบุคคลที่สังเกตุได้ เพื่อประโยชน์ในการช่วยเหลือ ให้ตรงกับภาพปัญหาของนักเรียน นอกเหนือนี้ การทราบถึงปัจจัยเสี่ยงของผู้ใช้ยาเสพติด เป็นองค์ประกอบหนึ่งในการศึกษาของนักเรียนมาก่อนด้วย ซึ่งปัจจัยหนึ่งของนักเรียนก่อนที่จะมีโอกาสใช้หรือติดยาเสพติดได้

#### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสมการณ์ กลุ่มไทยๆ (๕ นาที)	- วิทยากรถาม “อะไรคือปัจจัยที่ทำให้นักเรียนเสี่ยงต่อการติดยาเสพติด” - วิทยากรฟุ่มฝาม ผู้เข้าอบรมประมาณ ๔-๕ คน แบ่งกลุ่มมาชิก ๕-๖ คน ยกไปร่วม ตอบ ในเวลา ๑	
สหกิริความคิด กลุ่มไทยๆ (๑๐ นาที)		- ในเวลา ๑
ความคิดรวบยอด กลุ่มไทยๆ (๑๕ นาที)	- ให้ผู้เข้าอบรมกลุ่มนี้เสนอ ผลสรุปปัจจัยเสี่ยง และ ตักษณ์ของนักเรียนที่เสี่ยงต่อปัญหายาเสพติด ของกลุ่ม และอภิปรายสรุป	- ในความรู้ ๔ แผนพัฒนา ที่ควรได้ “ปัจจัยเสี่ยง ต่อการเสพติด”

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	ที่จัดรวมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากรถาม “ท่านจะสังเกตได้อย่างไรว่า นักเรียนคนไหนใช้หัวขอติดอาเสพติดแล้ว” วิทยากรสุ่ม ถาม 2 - 3 คน	- ในความรู้ 1 เรื่องความผูกพัน ระหว่างการใช้และ การติดยาเสพติด และอาการชาดษา
ความตื่นรับยอด กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	- วิทยากรอภิปรายและบรรยายเรื่อง “ความ ผูกพันระหว่างการใช้ และการติดยาเสพติด” - วิทยากรบรรยายเรื่อง “วิธีการตัดออกของราก เสพติด หรือรักษาให้หาย	- ในความรู้ 2 เรื่อง “วิธี การตัดกรองการ เสพติด” - ในความรู้ 3 เรื่อง “คำแนะนำประเมิน ความเสี่ยงต่อการฟ้า ด้วยยา”
การประชุมต้นแบบ กลุ่มย่อย (5 นาที)	- แบ่งกลุ่มลงมาอธิบ. 5-6 คน อภิปรายสอน ใบงานที่ 2	- ในงาน 2
ความตื่นรับยอด กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากรสุ่มถาม 2-3 กลุ่ม อภิปราย และสรุปถึงอาการชาดษาใน รากเสพติด	- ในความรู้ 5 แนวคิดที่ ควรได้ “อาการ ชาดษา”

### สาระสำคัญ

- 1 ใบงาน 1 บันทึกปัจจัย และพฤติกรรมเสี่ยง
- 2 อาการชาดษา
- 2 ในความรู้ 1 ความผูกพันระหว่างการใช้และการติดยาเสพติด และอาการชาดษา
- 2 วิธีการตัดกรองการเสพติด
- 3 การประเมินความเสี่ยงต่อการฟ้าด้วยยา
- 4 แนวคิดที่ควรได้ ปัจจัยเสี่ยงต่อการเสพติด
- 5 แนวคิดที่ควรได้ อาการชาดษา

### การประเมินผล

- ประเมินจากความเข้าใจที่ถูกต้องในการประเมิน

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง การประเมินผู้เล่นพติด

แบ่งกลุ่มสมาชิก 5-6 คน ให้แต่ละคนบันทึกปัจจัยเสี่ยงของนักเรียนที่ใช้หรือติดยาที่ก้านวัวข้อ ๘ ในแบบบันทึกจากนี้ห่วงกันและรายสูป เพื่อจัดลำดับความสำคัญของปัจจัยเสี่ยงเป็นภาระของกลุ่ม ๕ อันดับ (เวลา 10 นาที) และสังค์วัฒนาเนื้อหาเสนอในกลุ่มใหญ่

#### แบบบันทึกปัจจัยหรือพฤติกรรมเสี่ยง

จะพิจารณาว่า นักเรียนที่ก้านพบว่าใช้หรือติดยาเสพติด มีปัจจัยหรือพฤติกรรมเสี่ยงใดบ้างในชีวิตต่อไปนี้ เรียงตามลำดับจากเสี่ยงมากไปทางเสี่ยงน้อย (เดือนเพียง 5 ลำดับ)

1. สูบบุหรี่ หรือตึ่มสูรา
2. ผลกระทบจากการเสี่ยงมากไปทางเสี่ยงน้อย
3. หนี้เรียก % ขาดเรียกบล็อก
4. ทำทางชีวมหัศจรรย์ แยกตัว
5. กล้าและสองของมากกัน (จากที่เคยเป็นคนเสียงหาย)
6. พ่อแม่แยกทางกัน
7. สมาชิกในครอบครัวที่ระยะกันเป็นประจ้า
8. สมาชิกในครอบครัวติดการพนัน
9. สมาชิกในครอบครัวหรือญาติใกล้ชิดติดยาเสพติด
10. สมาชิกในครอบครัวผลิตหรือขายยาเสพติด
11. ชอบเทือนที่เสพหรือซ้ายยา
12. อื่นๆ ระบุ

สรุป ปัจจัยหรือพฤติกรรมเสี่ยงที่ก้าวแรกที่ก้านเสี่ยง เรียงตามลำดับจากเสี่ยงมากไปทางเสี่ยงน้อย

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง การประเมินผู้ภาวะสเปดิต

#### อาการชาตญาณ

แบ่งกลุ่มสมาชิก 5-6 คน ตามประเภทการสเปดิตที่ใช้ เช่น กะไฟ บุหรี่ หรือนิเกิลทึบหัวเรียนที่ใช้ยาบ้าที่ท่านเคยรู้จัก อภิปรายให้ได้ชัดชูปัจจัยอาการชาตญาณ (เวลา 5 นาที) และส่งหัวหนานำเสนอในกลุ่มใหญ่

สารที่ใช้.....

ของที่เครื่องหมาย ✓ หน้า อาการที่เกิดจากอาการชาตญาณผู้สเปดิต

.....	หลอดหัวใจ	.....	อ่อนแหนง
.....	ร้อนห้อน	.....	นอนไม่ค่อยหลับ
.....	รู้สึกไม่สดชื่น	.....	หัวปอย
.....	อิ่มเครื่อง	.....	ปวดศีรษะกล้ามเนื้อ
.....	กระวนกระวายใจ	.....	มือสั่น
.....	ความจำไม่ดี	.....	เหนื่อยออกมาก
.....	headache	.....	หัวตัน
.....	ไม่มีสมาธิ	.....	คลื่นไส้
.....	ใจเต้น	.....	ปวดบิดในท้อง
.....	ลืมตา หายใจ	.....	ทุบเทือนประสาทหนาแน่น

## ใบความรู้ 1 สำหรับวิทยากรและผู้รับการอบรม

(แผนการสอนเรื่อง การประเมินปัญหาเสพติด)

### ความแตกต่าง ระหว่างการใช้และการดื่มสารเสพติด และอาการยาเสพติด

เมื่อกล่าวถึงปัญหาสารเสพติด ยังมีความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนในเรื่อง “การใช้ยา” และ “การเสพติดยา” ทำให้การพิจารณากระบวนการดูแลรักษาเป็นไปได้ค่อนข้างยาก รวมทั้งอาจทำให้เกิดปัญหาในกระบวนการประเมินผลกิจกรรมการรักษาด้วย

ในช่วงเริ่มต้นของการ “การใช้ยา” นั้น ผู้ใช้อาจไม่มีภาวะเสพติดเกิดขึ้น โดยเฉพาะหากใช้สารที่มีฤทธิ์เสพติดไม่แรง และเพียงการใช้คราวเดียว ฤทธิ์เสพติดที่ทราบนั้นเป็นคราวๆ ก็จะหายไป เกิด “ภาวะเสพติด” ขึ้น

ขณะการอยู่หัวหนี้โดยไม่ตั้งต้านจากกระบวนการที่เกิดขึ้นกับยาเสพติดไว้ ดังนี้

1. **การใช้ยาในทางที่ผิด (Harmful use abuse)** หมายความ การใช้ยาเสพติดในลักษณะที่กล่าวให้เกิด อันตรายต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกาย หรือด้านจิตใจ เช่น ภาระซึมเศร้าจากการที่มีสุขภาพถ้วนดี

2. **การติดสารเสพติด (Dependence Syndrome)** หมายความ ภาวะผิดปกติทางด้านพฤติกรรม สดีปัญญา ความคิดล่าม และระบบประสาทร่างกาย ซึ่งเกิดจากหลังจาก การใช้สารเสพติดช้าๆ และมีอาการ ต่างๆ ดังต่อไปนี้รวมด้วย

1. มีความต้องการอย่างรุนแรงที่จะใช้สารตัวนั้นๆ
2. มีความหากล้าบในการควบคุมการใช้ทั้งปริมาณและความถี่
3. ถึงคงใช้สารนั้นต่อไปทั้งๆ ที่รู้ว่าจะเป็นอันตรายต่อร่างกาย
4. ทนไม่ไหวกับการใช้สารเสพติดมากกว่าการที่ก็ยอมอื่นที่สำคัญกว่า
5. มีอาการตื้อชา คือต้องเพิ่มปริมาณการใช้ เพื่อให้ได้ผลเท่าเดิม
6. เมื่อหยุดใช้ยาจะเกิดอาการขาดยาหรือถอนหายใจ (Physical Withdrawal Stage)

### อาการของ การเลิกใช้ยาหรือยาเสพติด

โดยทั่วไป ผู้ป่วยที่เลิกใช้ยาบังคับการทางร่างกายเพียงเล็กน้อย ต่อ แม้สักหนึ่งสองสามอาทิตย์ ก็จะรู้สึกดีขึ้น แต่เมื่อหยุดใช้ยา ประมาณ 2-3 วัน อาการกลับมาอีก ร่างกายจะดีขึ้น ปวดบีบในท้อง หัวใจ วิงเวียน ย่องแพ้สี อาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นหลังจากขาดยาไปเพียง 2-3 วัน

แม้อารยธรรมไทยมีเทองเตือนอย่าดื่ม แต่ถือใช้จะมีความหวังกับทุกชั่วโมงมาก จากความอ่อนแปรที่เนื่องจากขาดไม้มีแรงหน้าบ้านประจำทาง วิธีการรักษาต่อไป กระสับกระส่าย ความสัมภัย สับสน เช่น ไม่รู้ว่าตนจะอยู่ที่ไหน ปวดศีรษะ มีหวานรู้สึกวันหลับกับหน้าร้อน และถือใช้อาจทุรุ่นหรา จนและอดอาหาร ทำร้ายร่างกายให้กลับคืนได้ ปัญหาที่สำคัญคือ อาจพยากรณ์ผ้าตัวตายให้เพราะภูมิที่ไม่เครื่องจากการขาดยา ความรู้สึกเหล่านี้ลักษณะอยู่เป็นสิบครั้ง ทำให้ผู้เสพติดพยายาม “ขันรากหัวใจ” ไปสู่การดื่มเครื่องดื่มอื่นๆ ให้ลึก เพื่อบำบัดด้วยเชื่อให้หันความห่วงใย กลายเป็นวุญจาร์ที่ไม่สิ่งสุกของกระบวนการเสพติด

อย่างไรก็ตาม ในส่วนที่มุ่งมั่นและมีความพร้อมต่อการเลิกยา อาจพยากรณ์ผ้าตัวน้ำยาหัก กระแทกหัวใจร้าวหน้าได้ และสามารถนำไปสู่การเลิกใช้ยาในที่สุด

## ใบความรู้ 2 สำหรับวิทยากรและผู้รับการอบรม

(แผนการสอนเรื่อง การป้องกันผู้เสพติด)

### วิธีการคัดกรองภาวะเสพติด

การป้องกันเพื่อคัดกรองว่านักเรียนมีปัญหาใช้หรือดื่มยาเสพติด หรือไม่ จึงเป็นต้องใช้ความระมัดระวังและพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนสรุปว่านักเรียนมีปัญหา

วิธีการคัดกรองภาวะเสพติด สามารถป้องกันได้จาก 4 วิธี คือ

#### 1. การสังเกตผู้เสพติด

ใช้เพื่อประเมินหาตัวการเมื่อต้องการตรวจสอบ ซึ่งหาตัวการจะต้องท่องเที่ยงถ่องถึงโอกาสในการเสพติดของวัยรุ่นตามหลักฐานที่มีข้อสนับสนุนมากที่สุด คือ ปัญหาของวัยรุ่นในการสร้างสัมพันธ์กับสังคม สังคมล้อม ปัญหาเหล่านี้ สังเกตได้จากพฤติกรรมเดียบดังต่อไปนี้

- การแสดงออกในชั้นเรียนที่ไม่เหมาะสมทั้งในลักษณะของความเรียนอาจหาก็ไม่ทางานกันข้างหน้า
- ก้าวร้าวหรือรุนแรงมาก
- ผลการเรียนไม่ดี
- การมีความล้มเหลวเกลื่อกับกลุ่มเพื่อนที่มีลักษณะทางบกพร่อง
- การมีความเข้าใจว่า ถ้าใช้สารเสพติดเป็นครั้งเดียวแล้วจะดีมีความเพลิดเพลินหรือสัมภាន
- วัยรุ่นที่สูบบุหรี่หรือดื่มสุรา โดยพบว่าผู้ที่ใช้สุราหรือบุหรี่มีโอกาสใช้สารเสพติดที่มีฤทธิ์มากขึ้น เวลาต่อมาถูกกว่าถูกในสุราหรือบุหรี่โดย ตั้ง 65-104 เท่า ตัวชี้นำการให้ความสำคัญในการป้องกันการใช้สุราและบุหรี่ในฐานะที่เป็น “สารเริ่มต้น” (gateway drugs) ซึ่งเป็นประเด็นหนึ่งที่สมควรได้รับความสนใจ ด้วยเช่นกัน

หมายเหตุ นักเรียนบางคนอาจมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปจนสังเกตได้ แต่หักเรียนบางคนอาจจะมีพฤติกรรมปกติเนื่องจากเพียงรู้สึกตัวในระยะที่ไม่แรก ความไม่พอใจต่อความล้มเหลวและการมองนักเรียนอย่างไม่ดี ซึ่ง มีความสำคัญที่จะสังเกตให้ครุภัณฑ์พิเศษติดตั้งเสียงของนักเรียนก่อนมีปัญหารุนแรงเกินไป

#### 2. การสัมภาษณ์

ใช้เพื่อประเมินนักเรียนที่มีปัญหานี้หรือพฤติกรรมเสพติดในระยะต่อไป ไม่ใช่การประเมินว่านักเรียนมีปัญหาอยู่ในระหว่าง “ใช้” หรือส่วน “เสพติด” โดยแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ประเมินสภาพ “เสพติด” และได้รับความต้องการนักเรียนอย่างที่ไม่ดี

##### 1. CAGE TEST

- C = Have you thought of CUTTING down?  
คุณเคยคิดหรือลดหย่อนจากการใช้ยาเสพติดหรือไม่
- A = Have you been ANNOYED of criticism?  
คุณเคยอารมณ์เสียหรือเกินห่วงพึงการใช้ยาเสพติดของคุณใช้หรือไม่
- G = Have you fell GUILTY of your drug use?  
คุณเคยรู้สึกผิดหรือเสียใจในเรื่องการใช้ยาเสพติดใช่หรือไม่

- E = Have you used of drug EARLY in the day?

คุณใช้ยาเสพติดตั้งแต่เช้าวันไปยังหรือไม่

ถ้าคุณก็มีภาระต้องบว่า “ใช่” ตั้งแต่ 2 ข้อข้างไป จะเป็นสิ่งบ่งบอกว่าอยู่ในภาวะเสพติดจริง 91%

### 2. Two questions test (สูตรสองคำถาม)

- คุณมีปัญหาจากการใช้ยาเสพติดไปยังหรือไม่

- คุณใช้ยาเสพติดภายใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมาไปยังหรือไม่

ถ้าตอบวันที่ 2 คำถาม แสดงถึงยาเสพติดจริง 91.5%

หมายเหตุ การสัมภาษณ์ควรเก็บข้อมูลนี้ด้วยความทึบและซ่อนอยู่ และผู้สัมภาษณ์มีเจตนาที่ต้องรู้สึกว่ามีภาระต้องรับฟังความรู้สึกของผู้เสพติด รวมทั้งสื่อถึงความพยายามที่จะหยุด

### 3. การตรวจปัสสาวะ

ใช้เพื่อประเมินว่าบุคคลนี้มีการใช้ยาเสพติดแล้วพบว่ามีปัจจัย啷ดพูดถึงต่อการเสพติดและเมื่อสัมภาษณ์แล้วพบว่าบุคคลเรียนรู้ความเสี่ยงถูกต่อการเสพติด โดยให้ตรวจภายใน 24 ชั่วโมง หลังการใช้ยาบ้า เมื่อจากสารออกฤทธิ์ เวลาและเวลา มี ลักษณะของการปัสสาวะ ทำให้การใช้สิ่งจราจรสักการะเป็นเครื่องช่วยพยานนัดการเสพติดได้

ช่วงเวลาการเก็บปัสสาวะ จึงควรเก็บปัสสาวะภายในเวลา 24 ชั่วโมง หลังจากเสพติด

### การตรวจพยานนัดเบื้องต้น (Screening Test)

ปัสสาวะที่ให้ผลบวกจากอาการพิษชั้นนี้ มีความเป็นไปได้ว่าจะมีสารออกฤทธิ์ของยาบ้า หรือยาอีดี้สมอ แต่ไม่สามารถยืนยันว่ามีความถูกต้องว่ามีการเสพติด หรืออาจได้จากภาระผ่านการตรวจในชั้นขั้นเบื้องต้น การตรวจพยานนัดเบื้องต้นส่วนใหญ่จะเป็นการตรวจใน ฉุดตรวจ โดยใช้ฉุดทดสอบสำหรับปัสสาวะ ซึ่งมีความสะดวกและไม่ต้องกวนตัวคนไข้ด้วยการหยอดสอดเข้าไป

ความสามารถในการตรวจวัด แบ่งเป็น 2 กลุ่มตามชนิดของยาเสพติดที่มีจำนวนนำไปสู่อุบัติ

1. ให้ผลบวกเมื่อปัสสาวะมีปริมาณมากและเพศามีนตั้งแต่ 500 นาโนกรัม/มิลลิลิตรขึ้นไป

2. ให้ผลบวกเมื่อปัสสาวะมีปริมาณมากและเพศามีนตั้งแต่ 1000 นาโนกรัม/มิลลิลิตรขึ้นไป

สารที่ให้ผลบวกหรือรบกวนการทดสอบ เช่น

ซูโคเดฟเฟรดิน (Pseudoephedrine) เป็นส่วนผสมในยาหวัด หรือยาแก้คัดจมูก

อีเฟเฟรดิน (Ephedrine) เป็นส่วนผสมในยาหวัด หรือยาแก้คัดจมูก

ราโนทีดิน (Ranitidine) เป็นยาลดการหลั่งกรดในกระเพาะอาหาร

ไพรเมทิน (Procaine) เป็นยาที่มีฤทธิ์ระงับความไวร์สิก ที่เรียกว่า “ยาชา”

คลอร์โควิน (Chloroquine) ใช้รักษาโรคมาลาเรีย

ฟานฟลูรามิน (Fenfluramine) ใช้ลดความอ้วนยาห้าห้า (ยาหักห้ามความอ้วน)

ผลที่ได้ในชั้นเบื้องต้นนี้ เป็นเพียงการตรวจพิษชั้นนี้เพื่อการคัดแยกตัวอย่างปัสสาวะที่คาดว่าจะมียาบ้า (สารเสพติดเพลสิน/แอมเฟตามีน อีเฟเฟรดิน) หรือ ยาชา (สารเคมี ที่ เช่น เอ) ออกจากตัวอย่างอื่นๆ เท่านั้น ยังไม่สามารถตรวจงานผลได้จนกว่าจะผ่านการตรวจยืนยันผลที่แน่นอนจากห้องปฏิบัติการ

#### 4. ศึกษาข้อมูลรายบุคคลของนักเรียน

จากรายการนักเรียน หรือแบบรายงานพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งอาจารย์ที่ปรึกษาได้จากการพัฒนาชื่อ ชื่อสกุล พฤติกรรมต่างๆ การเข้าถึงกิจกรรมในชั้นเรียนหรือกิจกรรมอื่นๆ

##### ข้อสังเกต

ภาวะอื่นๆ ที่จำเป็นต้องประเมินร่วมด้วย ได้แก่ อารมณ์ชีมเครัว และภาวะเพื่อส่งต่อการฟื้นตัวด้วย (ถูกรายละเอียดจากแบบประเมินความเสี่ยงต่อการฟื้นตัวด้วย) หากประเมินแล้วพบว่า นักเรียนมีภาวะเสี่ยงต่อการฟื้นตัวด้วย ควรประเมินว่า นักเรียนมีผลกระทบทางที่ไม่ดี ด้วยวิธีใด โน้มหน้าให้นักเรียน ต้องการมีชีวิตอยู่ เสนอตัวเป็นที่ปรึกษา และส่งต่อนักเรียนให้ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตต่อไป

### ใบความรู้ 3 สำหรับวิทยากร

(แผนการสอนเรื่อง การประเมินสู้เสพติด)

การประเมินความเสี่ยงต่อการฟื้นตัวด้วย

#### ตอนที่ 1 ดำเนินการชี้มเครัว

1. นักเรียนมีเรื่องกดดัน หรือคับคั่นใจหรือไม่
2. นักเรียนเคยรู้สึกห้อแท้ เป็น官僚สิ่งหัวใจ หรือไม่

#### ตอนที่ 2 ดำเนินการประเมินภาวะเสี่ยงต่อการฟื้นตัวด้วย

1. คุณรู้สึกเป็นทุกข์เขินไม่อยากมีสิ่งใดดูหรือไม่
2. ขณะนี้นักเรียนมีความต้องการรักษาตัวเองหรือไม่ และเพียงพอหรือไม่ ทำร้ายตัวเองหรือไม่  
(ตัว/พยากรณ์มีอย่าง)

## ใบความรู้ 4

(แผนการสอนเรื่อง การประเพณีไทย)

แนวคิดที่ควรได้

“ปัจจัยเสี่ยงต่อภาวะสุขภาพ”

ประเด็นอภิราย	แนวคิดที่ควรได้
ปัจจัยเสี่ยงและอันตรายของนักเรียนที่เกี่ยวกับการติดยาเสพติด	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ ปัจจัยเสี่ยงต่อการติดยาของนักเรียน ห้องเรียน อุปกรณ์สภาพแวดล้อมที่เกี่ยวกับการติดยาได้แก่<ol style="list-style-type: none"><li>1. คุณพ่อแม่ที่เสพทรัพยากรยา</li><li>2. ผู้อาชญากรรมครอบครัวพ่อแม่หรือญาติโยม</li><li>3. ผู้อาชญากรรมครอบครัวหรือญาติใกล้ชิดติดยาเสพติด</li><li>4. ผู้อาชญากรรมครอบครัวติดการพนัน</li><li>5. ผู้อาชญากรรมครอบครัวที่ขาดงานเป็นประจำ</li><li>6. พ่อแม่แยกทางกัน</li></ol></li><li>◆ สังคมอยู่ๆ ติดการเสพของนักเรียนที่เกี่ยวกับการติดยาได้แก่<ol style="list-style-type: none"><li>1. ผลการเรียน terrible</li><li>2. ถูบุหรี่ หรือดื่มสุรา</li><li>3. หลวมชื่น</li><li>4. ทำภาระซึ่งเครียด มากตัว</li><li>5. หลักปรัชญาเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เช่น ก้าวออกจากหมาก็ยัง ก้าวฯ ที่ก่อนหน้านี้นักเรียนเคยเป็นคนเก็บตัวเรียนฯ ก้าวฯ โดยส่วนปัจจัยเสี่ยงทุกปัจจัยในในงานเป็นปัจจัยที่พบว่ามีกับนักเรียนที่มีภาวะเสพติด</li></ol></li></ul>

## ใบความรู้ 5

(แผนการสอนเรื่อง การประเพณีญี่ปุ่น)

แนวคิดที่ควรได้ “อาการชาดยา”

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
อาการที่เกิดจากอาการชาดยาในญี่ปุ่น	<ul style="list-style-type: none"><li>- อาการชาดยาในแบบประเพณี เป็นอาการชาดยา บ้าในญี่ปุ่นเดตต์ได้ ยกเว้น อาการชูเมะว์ ประสาห หลอน ไม่ใช่อาการชาดยา แต่เป็นผลกระแทก ของยาบ้าต่อระบบประสาทที่เกิดจากการใช้ยา บ้า จำนวนมากเป็นระยะเวลามาก</li><li>ช้อสังเกต อาการชาดยาในแบบประเพณี เป็นทั้งอาการชาดยา และอาการที่เกิดขึ้นหากดูที่ ช้อยาหลังเสพยาใหม่ ได้แก่ ฝือสัน ตัวสัน เหี้ย ออกมาก คลื่นไส้ และปวดปีกในท้อง หากญี่ปุ่นทำการเหล่านี้อาจแสดงให้ว่าญี่ปุ่นอยู่ใน อาการชาดยา หรือเกิดขึ้นเมื่ออาการชาดยาเกิดขึ้น</li></ul>



## แผนการสอน 4

### เรื่อง เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา

(เวลา 2 ชั่วโมง)

#### วัสดุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมและเข้าใจถึงปัจจัยการเสพติดและการเปลี่ยนแปลงวิธีชีวิต
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมและเข้าใจเหตุนิคมและทักษะการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมและเข้าใจข้อตกลงในการรับการช่วยเหลือ
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมดูดซึมบันทึกและทักษะในการกระบวนการให้การปรึกษา

#### สาระสำคัญ

นักเรียนที่เสพติดจะมีความหลากหลายในการเอาชนะใจตนเองเพื่อเลิกเสพติด สาเหตุจากปัจจัยหลายประการ ที่สำคัญก็คือความนอกรอบและปัจจัยภายในตัวนักเรียนเอง ครูที่เข้าใจถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเสพติด รู้วิธีการ กิจกรรม เทคนิคการสร้างแรงจูงใจและทักษะในการปรึกษา จะช่วยให้นักเรียนสามารถปรับเปลี่ยนตนเองนำไปสู่การเลิกเสพติดได้

#### กิจกรรม

องค์ประกอบน/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการสอน กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรกล่าวเข้าสู่กิจกรรมในช่วงประจำวัน ที่ผ่านมาหรือว่าทาง / จิตใจเมื่อไรบ้าง สุ่มถาม 4-5 คน</li> <li>- วิทยากรสรุปเข้าสู่เรื่องของการออกกำลังกาย มีผลต่อสุขภาพกาย / จิตใจอย่างไร</li> <li>- วิทยากรถาม ผู้รับการอบรมมีวิธีออกกำลังวิธีใดบ้าง สุ่มถาม 3-4 คน</li> <li>- วิทยากรแจกแบบประเมินการออกกำลังกายให้ ผู้รับการอบรมประเมินดูก่อน</li> </ul>	
สะท้อนความคิด อภิปราย กลุ่มย่อย 6-8 คน (20 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่มออกห้องระดับการออกกำลังกายดังนี้ ระดับ 1 ออกกำลังกายที่ผ่านมา ระดับ 2 ทำบ้างไม่ทำบ้าง ระดับ 3 ไม่ออกกำลังกายเลย</li> <li>- ให้นักเรียนกลุ่มยกประยุกต์ตามประเด็นในใบงาน 1 ใบงาน 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบบประเมินการออกกำลังกาย</li> </ul>

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เรื่อง	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ความตื่นเต้นของ กลุ่มใหญ่ (40 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ด้วยเทคนิคถ่ายทอดสด</li> <li>- วิทยากรสรุปบรรยายปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงวิธีชีวิต ปัจจัยที่ทำให้สภาพดี และการช่วยเหลือผู้เรียนให้เลิกเสพติดโดยใช้เทคนิคการสร้างแรงจูงใจ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แผ่นใส 1, 2</li> <li>- ในความรู้ 1 ปัจจัย การเปลี่ยนแปลง วิธีชีวิตและปัจจัยที่ทำให้เสพติด</li> <li>- ในความรู้ 2 เทคนิคการสร้างแรงจูงใจ การเลิกยา</li> </ul>
ระดับความตื่นเต้น/ อภิปราย กลุ่มละ 6-8 คน (30 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรนำเสนอ กิจกรรม สัญญาใจ</li> <li>- แบ่งกลุ่มห้อง ให้แต่ละห้องมีภาระตามประเด็นในใบงาน 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ในความรู้ 3 สัญญาใจ</li> <li>- ในงาน 2</li> </ul>
ความตื่นเต้นของ กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ด้วยเทคนิคถ่ายทอดสด</li> <li>- วิทยากรสรุปบรรยายทักษะในการบูรณาการให้การปรึกษา เพื่อสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยาโดยสังเขป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>แผ่นใส 3</li> <li>ในความรู้ 4 ทักษะและเทคนิคพื้นฐานในการให้การปรึกษา</li> </ul>

### สื่อ/อุปกรณ์

- 1 ใบงาน 1, 2
- 2 แบบประเมินการออกกำลังกาย
- 3 ในความรู้ 1 ปัจจัยการเปลี่ยนแปลงวิธีชีวิตและปัจจัยที่ทำให้เสพติด
- 3 ในความรู้ 2 เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา
- 3 สัญญาใจ
- 4 ทักษะและเทคนิคพื้นฐานในการให้การปรึกษา
- 4 แผ่นใส
  - 1 ปัจจัยการเปลี่ยนแปลงวิธีชีวิต
  - 2 เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา
  - 3 เทคนิคและทักษะพื้นฐานในการให้การปรึกษา

### การประเมินผล

1. ความสนใจและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของผู้รับการอบรม
2. การรายงานผลการออกกำลังกายกลุ่มย่อย

**แบบประเมินการออกกำลังกาย**  
**(แผนการสอนเรื่อง เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา)**

ใช่หรือหมาย ✓ และเพิ่มข้อความหากท่านได้ปฏิบัติ

▲ วิธีที่ท่านออกกำลังกาย

▲ กำหนดออกกำลังกาย

- สม่ำเสมอ
- ทำบ้างไม่ทำบ้าง
- ไม่ออกกำลังกายเลย

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่องเทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา

ให้สมາชิกในกลุ่มกิจกรรมแยกเปลี่ยนความติดเท็จในประเพณีไปนี้ (เวลา 15 นาที) และถือเป็นภาระของครู

ระดับการออกกำลังกาย  ระดับ 1  ระดับ 2  ระดับ 3

1. ประเภทการออกกำลังกายที่สมາชิกในกลุ่มปฏิบัติ

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

2. ปัจจัยที่ทำให้เก็บบันทึกได้สม่ำเสมอ

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

3. ปัจจัยที่ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติได้สม่ำเสมอหรือไม่ออกกำลังกายเลย

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่องเทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา

ให้สาขาวิชากลุ่มศิลปะฯ ใช้เวลาสอน 30 นาที และ สังเคราะห์เนื้อหา

ครุภารติทักษะอะไรบ้าง ในกระบวนการให้การปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนเลิกยา

#### ใบความรู้ 1

(แผนการสอนเรื่อง เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเลิกยา)

ปัจจัยการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและปัจจัยที่ทำให้เสพติด

1. ปัจจัยภายนอก สิ่งแวดล้อม บุคคลในครอบครัว เพื่อผลดีด้านลบซึ่ง

2. ปัจจัยภายใน ตั้งแต่บุคลิกภาพ ความตั้ง อารมณ์จิตใจ การรับรู้เรียนรู้ ประสบการณ์ ความเชื่อ ของ แต่ละบุคคล

แม้บุคคลจะรู้ดีว่าการออกกำลังกายเป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อร่างกายและให้ความสำราญกับเรื่องนี้ แต่เมื่อคนจำนวนน้อยนักที่จะออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอได้ทั้งนี้นั้นอยู่กับปัจจัยทางประการข้างต้น ทั้ง ปัจจัยภายนอกและภายใน ทั้งนี้และทั้งนั้นความสำราญที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในการเปลี่ยนแปลงก็คือ กระบวนการการอยู่ในสังคมและครอบครัว ล้วนได้แก่ ความเชื่อมั่นในการกระทำ ความรู้สึกและความไวส์ใจ คือ ตัวเรื่องของการเดินทาง

ในท่านจะเดินทางกันเมื่อคืนราตรีวันที่วันหยุดไม่ใช่วันที่ต้องการ ทำให้อุ่นลงไปสักหน่อย หรืออาจเดินขึ้น เป็นมะเร็งไปด้วยความรัก ที่เป็นอันตราย แต่บุคคลส่วนใหญ่กล้าไปสามารถเดินทางตามความ อยากรู้อยากลองจากสิ่งแวดล้อม และความอยากรู้ของคนเดียว และหากมองถึงปัจจัยเดียวที่เป็นสาเหตุให้เกิดความมุ่งมั่น คือ ความต้องการเดินทาง

ในกระบวนการเดินทางที่เข้มมีเดินทาง นักเรียนถูกใจเรื่องของความต้องการเดินทาง ความต้องการเดินทาง และ ที่ได้รับมอบหมายให้เดินทางแทนที่สมองส่วนตัวโดยส่วนตัว จึงเป็นเรื่องยากที่จะรู้ว่าให้เดินทางไป เดินทางไป ตามทางเดินทางที่ให้เดินทาง แต่ การสร้างแรงจูงใจขึ้นเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้สูงเสียดินให้เดินทางมุ่งมั่น ด้วย ความต้องการเดินทาง ความต้องการเดินทาง และความต้องการเดินทาง แต่หากมองถึงปัจจัยเดียวที่เป็นสาเหตุให้เดินทาง คือ ความต้องการเดินทาง

- สภาพครอบครัวที่มีปัญหา โภคเจดีย์การเดินทางแบบ เช่น การคุมสูตร สูบบุหรี่
- พ่อแม่ที่มีปัญหาด้านจิตเวช ► มีจุดอ่อน
- รูปแบบการเดินทางไปเที่ยวต่างประเทศ สภาพครอบครัวเดียว
- สภาพของนักเรียน เช่น เกเร เด็กอุตสาหกรรม
- บริการจากการอยู่พักกับครอบครัว

ลักษณะเด่นดังต่อไปนี้ จะเป็นสิ่งที่สำคัญให้รับรู้เพื่อการประเมินค่าทางยาเสพติด ดัง

1. สร้างสัมพันธ์กับบุตรที่อยู่รอบตัวให้มาก
2. ผลการเรียนไม่ดี (แต่นักเรียนหลายคนที่ขาดความสนใจ)
3. การหล่อหลอมในสถานที่สาธารณะ เช่น บาร์ แหล่งรวมนักเรียนมีจำนวนไม่น้อยมีลักษณะที่เชิงอาชญากรรมตัว ไม่สูงกับใคร
4. ใกล้ชิดกับกลุ่มนักเสพติด เกม
5. มีลักษณะนรุกษ์กับยาเสพติด

### ปัจจัยที่ปกป้องนักเรียนจากยาเสพติด

- การสร้างความสูญเสียกับครอบครัว
- การสร้างระเบียบวินัยให้กับนักเรียน
- การประสมความสำเร็จในเรื่องเรียนรวมถึงการสนับสนุนความสามารถ ความภาคภูมิใจในด้านอื่นๆ เช่น กีฬา ดนตรี กิจกรรมกีฬามากขึ้น
- สำหรับนักเรียนที่ไม่มีความสูญเสียกับครอบครัว ควรสนับสนุนให้นักเรียนมีหัวใจ หรือศักดิ์ศรี กับลักษณะอื่นๆ เช่น วัฒนธรรม เช่น ฯลฯ
- การยึดถือค่านิยมด้านยาเสพติดแต่เด็ก เช่น ค่านิยมต่อต้านยาเสพติด

หากนักเรียนเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ถือเป็นส่วนติดยาแล้ว จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องสร้างแรงจูงใจอย่างแรงกล้าและพื้นฐานป้องกันป้องให้หัวใจเด็กความเชื่อมั่นที่จะเลิกยาเสพติดอย่างเด็ดขาดให้ได้

## ใบความรู้ 2

(แผนการสอนเรื่อง เทคนิคการสร้างบรรดุจให้สู่การเสพติด)

### ▲ องค์ประกอบในการสร้างบรรดุจไว

1. ดูดซับปฏิคุณ บุคลิกภาพ เหตุผล ความรู้ความเข้าใจ และทักษะในการให้การปรึกษา
2. เทคโนโลยี ที่ใช้ในกระบวนการ
3. เทคนิคกระบวนการให้การปรึกษาเพื่อสร้างบรรดุจไว

### ▲ เทคนิคการสร้างบรรดุจให้สู่การเสพติด

1. สร้างสัมพันธ์กับ ให้นักเรียนเกิดความไว้วางใจ และเห็นว่าครูมีความเห็นใจ และต้องช่วยเหลือนักเรียนอย่างแท้จริงโดย

- ◆ หลักเดียวของการสร้างบรรดุจ (Stigma) ให้กับนักเรียน เช่น ไม่ควรเรียกนักเรียนว่า “ไอซ์ยา”
- ◆ หลักเดียวที่ทำให้เกิดการสร้างบรรดุจ ให้กับนักเรียนว่าเสพติดมาจากลักษณะเด่นของตัวเอง เช่น การแสดงท่าทางร้องไห้ หรือ การไม่ให้ความสนใจ มองเห็นว่าเขาเป็นเด็กไม่ดี

2. ให้ข้อมูลที่ถูกต้อง เกี่ยวกับยาเสพติด โดยประเมินว่า นักเรียนที่ใช้สารเสพติดส่วนใหญ่มักมีความเข้าใจผิดๆ ว่า การใช้ยาเสพติดแสดงถึงความสามารถเห็นใจดี และให้ข้อมูลผลกระทบต่างๆ ที่ต้องรับภาระเช่นไร ที่เกิดจากภาระใช้ยาเสพติด

### 3. ใช้เกณฑ์ 5 Rs

- ◆ Relevances : พยายามพื้นหาว่าอะไรคือสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้นักเรียนเกิดบรรจุอาชีวะ ก้าวสั่งใจในการเลิกยา ซึ่งสิ่งที่ควรรับรู้นั้นอาจเป็น “แผน” ที่เข้าร่วมกับกลุ่มผู้พัน และพร้อมที่จะเลิกยาเพื่อคนที่เข้ารักให้ได้
- ◆ Risks: ให้นักเรียนพิจารณาข้อเสียที่เกิดกับตนเองจากการใช้ยาเสพติด
- ◆ Reward : ให้นักเรียนพิจารณาข้อดีที่จะเกิดกับตนเอง ถ้าเข้ามาสามารถเลิกยาได้
- ◆ Roadblocks : อัจฉริยภาพของสถานการณ์ทางเดิน การที่นักเรียนพบเจอในแต่ละวัน ที่ต้องเผชิญด้วยต่อสถานการณ์ยา จนทำให้นักเรียนพยายามหลบหนีไปตัวเอง และกลับไปใช้ยาอีก หรือการไม่ต่อทานต่อตัวภรรยาที่ไม่พึงประทับน่า หรือทำให้เกิดความทุกข์ใจจนต้องกลับไปใช้ยาอีก
- ◆ Repetition : พยายามถามและเตือนให้ครบทุกจังหวะ อุปสรรค และข้อดึงความตั้งใจ ต่างๆ โดยให้ก้าวสั่งใจ เพื่อชูใจให้เลิกยาอย่างต่อเนื่อง และหลีกเลี่ยงการป่วนๆ หรือตัวหนี้ที่ทำให้นักเรียนหมดกำลังใจ

### ใบความรู้ 3

(แผนการสอนเรื่อง เทคนิคการสร้างบรรจุภัณฑ์สู่การเลิกยา)

#### สัญญาไว

ข้าพเจ้า ต.ช/ต.ถุ./นาย/นาง..... นักเรียนชั้น..... ได้ทดลองในการใช้ยาบ้า แต่ขณะนี้ข้าพเจ้าได้เรียนรู้ว่าการเกี่ยวกับการห้ามกิจกรรมก่อตุมจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน เพื่อตัด ละ เลิกการใช้ยาบ้า โดยฝ่ายอาจารย์เป็นผู้ดูแล ข้าพเจ้าหันว่าห้ามกิจกรรมก่อตุมจิตสังคมบำบัดจะสามารถช่วยให้ข้าพเจ้าหลุดพ้นจากวงจรการใช้ยาอย่างถาวรสิ้นเชิง

ข้าพเจ้ามีความยินดีที่จะเข้าร่วมกิจกรรมจิตสังคมบำบัดด้วยความเต็มใจ พร้อมทั้งให้ความร่วงเมื่อในการดำเนินกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ ดังนี้

1. สอนสอนตัวต่อตัว ของข้าพเจ้าจะเป็นวิทยากรในความลับ
2. ข้าพเจ้าจะเข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ กรณีที่ไม่ได้จะแจ้งล่วงหน้าทุกครั้ง
3. .....
4. .....
5. .....

ข้าพเจ้า นาย/นาง..... ผู้ปักหมุดลง.....  
นักเรียนชั้น..... ให้รับทราบถึงความบริหารงานด้านโรงเรียนที่จะช่วยนักเรียนที่หลงเหลือให้กลับตัวเป็นคนดี โดยการใช้กิจกรรมก่อตุมจิตสังคมบำบัด ข้าพเจ้ายินดีให้ความร่วงเมื่อสนับสนุนให้นักเรียนในห้องเรียนปักหมุดของข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง ตามวัน เวลา ที่ทางโรงเรียนนัดหมาย

(.....)

(.....)

นักเรียน

ผู้ปักหมุด

## ใบความรู้ 4

(แผนการสอนเรื่อง เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเด็กษา)

### หักษะและเทคนิคพื้นฐานในการให้การปรึกษา

การให้การปรึกษาเป็นกระบวนการที่มีขั้นตอนที่ต่อเนื่องเป็นลำดับประกอบด้วยขั้นตอน 5 ขั้น คือ

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างสัมพันธ์ภาพ

ขั้นตอนที่ 2 การลงสถานการณ์ปรึกษา

ขั้นตอนที่ 3 การสำรวจทำความเข้าใจปัญหา สาเหตุ และความต้องการของผู้รับการปรึกษา

ขั้นตอนที่ 4 การวางแผนแก้ไขปัญหา

ขั้นตอนที่ 5 การยุติการปรึกษา

โดยมีหักษะต่างๆ ที่ช่วยให้การดำเนินการในกระบวนการปรึกษารаботว่าด้วย และช่วยให้การปรึกษา เป็นไปอย่างราบรื่น ประยุกต์เวลา และได้ผลมากกว่าการปรึกษาอย่างไม่มีขั้นตอน

### เทคนิคพื้นฐานในการสำรวจปัญหา

#### การฟังและ การสังเกต

##### ◆ หักษะการฟัง

##### ความหมาย

การฟัง คือ การที่ผู้ให้การปรึกษาวับฟังความคิด อารมณ์ ความรู้สึกในปัญหาของผู้รับการปรึกษา ในขณะที่ให้การปรึกษา

##### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้รับนายความคิด อารมณ์ ความรู้สึกที่เป็นปัญหาและได้เรียนรู้ เข้าใจตนเองและสุ่มเสี่ยน สามารถเข้าใจในสิ่งที่เป็นปัญหา ของมัน และแยกแยะความรู้สึกที่บวก และลบของตนเมื่อ รวมทั้งมีการใช้สักยากาเพลิดเพลินใจเดือกดึงแก้ปัญหาด้วยตนเอง
- เพื่อให้ผู้ให้การปรึกษาสามารถเข้าใจระดับความต้องการของปัญหาและแก้ไขตามปัญหาของผู้รับ การปรึกษา
- เพื่อให้ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาเกิดความเข้าใจในปัญหาและกัน

##### แนวทางการใช้หักษะการฟัง

การฟังที่ใช้ได้เป็นการบักษา เป็นการฟังแบบ TWO WAY COMMUNICATION คือ ลักษณะการฟัง อย่างใส่ใจ (ACTIVE LISTENING) คือ ตั้งใจฟังโดยเน้นหูฟังและพยายามที่จะอ่านการปรึกษาที่แสดงออก มา

##### การฟังอย่างใส่ใจ (L-A-D-D-E-R) หมายถึง

L= LOOK มองประสาหานายคน ดึ๊งใจฟัง มีสติ และพยายามจับประเมินสิ่งที่อยู่ในปัญหาของผู้รับ การปรึกษา

A= ASK ซักถามในสุดที่สองข้อในประเดิมปัญหา และแนะนำอย่างมาประมาณประเดิมปัญหาของผู้รับการ ปรึกษา

D- DON'T INTERRUPT ไม่แทรกห้ามข้อคิดจังหวะ ถ้าในกรอบผู้รับการปั้นภาษาดูดีมาก และวากวนใช้การสรุปประเด็นปัจจุบันเป็นช่วงๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจ

D- DON'T CHANGE THE SUBJECT ไม่เปลี่ยนเรื่องให้เกี่ยวข้องทางประเทินบัญชาของผู้รับการสื่อสาร ไม่ต้องประเทินไม่เปลี่ยนเรื่องไปทาง

E- EMOTION ได้จากการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้รับการเปรียบเทียบ Verbal และ Non-verbal

R= RESPONSE แสดงถึงหน้าที่ทางด้านบุคคล

#### ผลที่เกิดจากการใช้ทักษะการฟัง

1. ถ้าถูกให้การปรีกษาพิเศษมากเกินไป การให้การปรีกษาจะขาดการร่วมกันหนาแน่นทางที่จะให้สู้รับการปรีกษาเข้าใจในปัญหา ลางเหตุและความต้องการที่แท้จริง
  2. ถ้าถูกให้การปรีกษาพิเศษอย่างเดียวเป็นการวนรัตเข้าสู่อุดมหายของการให้การปรีกษาอย่างรวดเร็ว ถูรับการปรีกษาไม่มีโอกาสได้ระบายความคิด ความรู้สึกเป็นการตอบสนองถูกให้การปรีกษาหากว่าถูรับการปรีกษานะจะอาจทำให้ไม่ทราบปัญหาที่แท้จริง
  3. เป็นวิธีการที่ถูกให้สู้รับการปรีกษาเข้าใจว่า ถูกให้การปรีกษาค่าธรรมเนียมและสนใจเรื่องราวที่ถูรับการปรีกษาเพด

◆ ห้องน้ำสาธารณะ

לעומת מרגוט

การสังเกต คือ การใช้การมองด้วยตาและรับฟังด้วยหู เพื่อรับรู้เรื่องต่างๆที่ผู้รับการปรึกษาแหล่งของภาษา ทั้ง Verbal และ Non-verbal รวมทั้งความชัดเจนที่เกิดขึ้นในคำสุนทร และจะทำให้เราเข้าใจคนมากขึ้น

วัสดุประดับ

เพื่อให้สูงให้การปรึกษาได้รับรู้สิ่งต่างๆ ที่ผู้รับการปรึกษาแสดงออกมา และมีผลกระทบทางเดลินั้นเป็นค่าพารามิเตอร์ในการปรึกษาปรับรู้เร้าใจและเกิดความกระจາในปัญหาของตนอย่างมากที่สุด

#### แนวทางการใช้ห้องเรียน

1. ผู้ให้การบริกษาควรสังเกต
    - 1.1 ศรีຍาท่าทาง พฤติกรรมผ่าน งานที่ยอมกับการแสวงหาระบบ หรือความคิดที่ไม่ได้เป็นค่าดูด ของผู้รับการบริกษา เช่น หานั่ง การเคลื่อนไหวของมือ สีหน้า สายตา น้ำเสียง ฯลฯ
    - 1.2 คำพูดและภาษาที่ใช้ สังเกตว่าผู้รับการบริกษาถูกเน้นถึงเรื่องราวหรือประเด็นใด ระหว่างเหตุที่เป็นลักษณะ ลักษณะภาษาที่ใช้แสดงความรู้สึกหรือระดับอารมณ์อย่างไร เช่น “ผมเบื่อโลก เมื่อคนรู้ว่าผมติดยาบ้ามันแต่คนรู้เกิดๆ ในเมืองเข้าใจ อย่างหายจะได้รับค่าร้องขอไป”
    - 1.3 ความอัปยัศ
      - ความอัปยัศแบบในค่าดูด เช่น “ผมมีริสต์ที่น่าเบื่อหน่าย วันๆ ไม่ได้อยู่เป็นที่เป็นทางเดียวไปไหน เดี๋ยวไปนี่ ไปดูร่องรอย ไอ้ๆ เป็นๆ แล้วก็เหมือนกัน”

◦ ความสัมมติในพฤติกรรมที่แสดงออกมา เช่นหัวเราะ ทึ้งที่น้ำค้างาอบแก้ม ในเวลาเดียวกัน

◦ ความสัมมติระหว่างค่ามาตรฐานกับพฤติกรรม เช่น

ค่ามาตรฐาน : “ไม่เสียใจหรือเรื่องแค่นี้” (น้ำเสียงกระด้าง ริมฝีปากลิ้น กัดฟันซุก)

ค่ามาตรฐาน : “ดีใจจังที่ได้ไปเที่ยวฉลองวันเกิด” (หน้าตาสด หวานเครา)

#### 1.4 ความสอดคล้องระหว่างค่ามาตรฐานกับพฤติกรรม เช่น

ค่ามาตรฐาน : “ผมต้องไม่ได้ที่จะติดอยู่กับคุณแม่ที่เสียไป” (น้ำค้างา)

ค่ามาตรฐาน : “ผมต้องที่ได้พบคุณในวันนี้” (ยิ้มกระตือรือร้น)

#### 1.5 พฤติกรรมที่แสดงออกมาในระหว่างการเขียน ซึ่งทำให้ถูกให้การปรึกษาเข้าใจ ความหมายของการเขียนของผู้รับการปรึกษาว่าเป็นการเขียนในทางบวกหรือทางลบ

#### 2. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback)

โดยการแปลความหมายพฤติกรรมต่างๆ ที่ผู้รับการปรึกษานำเสนอออกมายังเป็นภาษาพูดตาม ความเหมาะสม เช่น

ผู้รับการปรึกษา : “ไม่เสียใจหรือเรื่องแค่นี้” (น้ำเสียงกระด้าง ริมฝีปากลิ้น กัดฟันซุก)

ถูกให้การปรึกษา : “คุณต้องรู้สึกว่าได้แล้ว แต่ฟื้นเสียง และแนวทางคุณลักษณะที่สอนใจ เมื่อ คุณเริ่งเรื่องนี้”

ผู้รับการปรึกษา : “ผมต้องที่ได้มาปรึกษาปัญหาภัยคุกคาม” (ยิ้มเย็น ลิ้นฟันหลังชี้)

ถูกให้การปรึกษา : “คุณต้องรู้สึกว่าได้แล้ว”

3. สังเกตปฏิกริยาของผู้รับการปรึกษาหลังจากได้รับข้อมูลย้อนกลับ

ในการเมื่อข้อมูลนั้น ถูกต้องหรือตรงประเด็น ผู้รับการปรึกษามักจะสูญเสียตื่นตัวของความสนใจ หล่อเลี้ยง แต่ถ้าข้อมูลไม่ตรงประเด็น หรือ ผู้รับการปรึกษาอาจจะไม่พร้อมที่จะเปิดเผยในเรื่องนั้นๆ เขายังเมื่อย

#### ผลที่เกิดจากการใช้ทักษะการสังเกต

1. เป็นวิธีการแสดงความเข้าใจถึงความคิดและความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาอย่างลึกซึ้ง

2. ทำให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความไว้วางใจในผู้ให้การปรึกษามากขึ้น

3. เปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาได้สูญเสียในสิ่งที่เป็นประเด็นสำคัญๆ

#### ♦ ทักษะการถาม

##### ความหมาย

การถาม คือ การที่ถูกให้การปรึกษาถึงค่าความแห่งผู้รับการปรึกษา เพื่อค้นหาสาเหตุของปัญหา และ เสียงร้าวที่อาจเกิดขึ้นที่ต้องการจะปรึกษา

##### วัตถุประสงค์

1. การถามเป็นการให้โอกาสแก่ผู้รับการปรึกษาของถึงความคิด ความรู้สึก และเรื่องราวต่างๆ ที่ถูกต้องการจะปรึกษา

2. การถามเป็นการสรุปให้ถูกให้การปรึกษาเข้าใจถึงปัญหาของผู้รับการปรึกษามากขึ้น

### แนวทางการใช้ทักษะการอ่าน

1. **ค่าความเปิด** หมายถึง ค่าความที่ก้าวนอกพื้นที่ทางใน การตอบไว้เรียนรู้และกล่าวผู้ตอบเพื่อแสดงผลลัพธ์ที่ได้รับ ที่ศึกษาได้พิสูจน์ว่าเป็นเท่านั้น เช่น มีค่าตอบให้เลือกตอบว่าใช่หรือไม่ใช่ หรือลักษณะค่าความ เป็นค่าความที่ให้ผู้ตอบตอบเพียงล้วนๆ เช่น

“คุณงานนี้ดีมาก”

หรือเป็นค่าความที่ต้องการให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น

“คุณคิดจะบอกหรือไม่บอกผลการสอนกับคุณพ่อคุณแม่”

#### แนวทางการใช้ค่าความปิด ดัง

1. เมื่อต้องการค่าตอบเดียวที่ต้องการให้ยังคงกับปัญหาของผู้รับการปรึกษา

2. เพื่อตรวจสอบความเข้าใจให้ถูกต้องของตน

3. เมื่อต้องการให้เกิดการตัดสินใจ เช่น “ปัญหานี้เป็นปัญหาระดับต่ำ ล้าหรือคุณ ใช่หรือไม่”

โดยที่นำไปแล้วไม่ควรใช้ค่าความปิดมาก เนื่องจากเมื่อเอื้ออำนวยให้ผู้รับการปรึกษาได้เปิดเผย ความจริง และไม่พอใจการให้ถูกต้องความรู้สึกพิเศษของตนของต่างกันช้าช้า ทำให้ได้ขออนุญาต และอาจทำให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความรู้สึก ให้ถูกต้องของตนและกระบวนการให้การปรึกษาจะมีลักษณะเป็น การสัมภาษณ์ได้ชัดขึ้น ไม่ต้องมีเวลาในการตอบและกระบวนการให้การปรึกษาจะเป็นไปตามความต้องการ ของผู้รับการปรึกษา เช่น “เพรากเพรากคุณอุ๊ชิใหม่ คุณจึงกลัว ค่าความลักษณะนี้ ฉันจะเสียเวลาหลักเดือน” เพราะอาจทำให้ผู้ตอบตอบค่าความคาดหวังหมายให้

2. **ค่าความเปิด** หมายถึง ค่าความที่ไม่ได้ก้าวนอกขอบเขตของการตอบ เป็นค่าความที่เปิดโอกาส ให้ผู้ตอบตอบได้อย่างอิสระ ทำให้ให้ได้ชัดขึ้น รายละเอียดของผู้รับการปรึกษาเพิ่มขึ้น ค่าความเปิด ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีโอกาสพูดถึง ความคิด ความรู้สึก และได้รับการฟังที่เป็นปัญหาความ ความท่องการสอนของตน เช่น ค่าความเปิดจะมีลักษณะของค่าความที่ใช้ค่าว่า “อะไร” “อย่างไร” “เพรากเพราก”

ตัวอย่างค่าความเปิดที่ใช้ในการบูรณาการให้การปรึกษา

“เพรากเพรากคุณจึงคิดว่า เพื่อนไม่ชอบคุณ”

“คุณคิดจะทำอย่างไรให้ผลการเรียนดีขึ้น”

#### แนวทางการใช้ค่าความเปิด

1. เพื่อหาข้อมูลในระดับลึก

2. เมื่อต้องการทราบข้อมูล หรือเรื่องราวของผู้รับการปรึกษาเพิ่มขึ้น ซึ่งเจนท์

3. เพื่อติดตามเรื่องในเรื่องลึกทางด้านการสอน และปฏิสัมพันธ์

4. กรณีที่ผู้รับการปรึกษา มีส่วนร่วมในการแผนงาน และต่อราษฎร์ของ

ในการบูรณาการให้การปรึกษา ควรใช้ค่าความเปิดมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อให้โอกาส ผู้รับการปรึกษาได้ถูกต้องความนึกคิดของตนของ

## ◆ การสะท้อนความรู้สึก

### ความหมาย

การจับและสะท้อนความรู้สึก คือ การที่ถูกให้การปรึกษาวับรู้ดึงความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาที่แสดงออกมาโดยภาษาบุคคลและภาษาทางกาย และถูกให้การปรึกษา ทำหัวใจที่ให้ข้อมูลย้อนกลับด้วยภาษาบุคคลที่เหมาะสม ชัดเจน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาตระหนักรึ่งความรู้สึกของตนเอง และสามารถมองเป็นทางออกและได้อ่านชัดเจนอีกครั้ง

### รัตตุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้เข้าใจถึงอารมณ์ความรู้สึกที่เป็นปัญหา จะทำให้เกิดการยอมรับและหาทางแก้ไขปัญหาต่อไป

### ตัวอย่างกลุ่มคำที่แสดงความรู้สึก

โกรธ	ไม่ชอบใจ ไม่พอใจ ไม่ได้อย่างใจ ขัดต่อใจ ไม่ชอบธรรม หุบหือ โกรธ ร้าวตุ๊ย เหตุผล อาฆาต แค้นใจ
กังวล	ลังเลใจ ไม่แน่ใจ สงสัย กังวล กระบวนการใจ มือตัวใจ ล่าบากใจ
อาย	เก็บเงิน กระดาก อับอาย เสียหน้า ประหรา
เหงา	โคลนเดียว เศร้าวซ้ำๆ หลุดพื้น เหงาหงอย อ้าวซ้ำๆ ว้าเหว่ ไว้ค่า
อารมณ์ดี	ดีใจ ภูมิใจ ยิ่มยิ่นใจ บีบ ร่าเริง สนับสนุน กระวนเคระ

### แนวทางการใช้ทักษะการสะท้อนความรู้สึก

1. ถูกให้การปรึกษาต้องใช้ทักษะการฟังอย่างใจ และการตีตกผลักดันร่วมกับการปรึกษา และต้อง เช่น น้ำเสียง ความเร็วในภาษาบุคคล ลิขิตน้ำ แมวตา เป็นต้น เพื่อสามารถดูแลรับรู้ อารมณ์ความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา และถูกออกมานเป็นคำพูดให้ผู้รับการปรึกษารับรู้ได้ถูก ถูกให้การปรึกษาเข้าใจความรู้สึกของเข้า เพื่อเข้าใจให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจชัดเจนในสภาวะรู้สึก ของตนเอง
2. เลือกใช้คำที่ตรงกับความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาหากที่สูญเสียสามารถอธิบายความรู้สึกของผู้รับ การปรึกษาได้อย่างชัดเจน โดยใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย
3. ใช้น้ำเสียงและท่าทางที่ทำให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกอบอุ่นใจรู้สึกว่ามีเพื่อน มีคนหันมาสนใจ
4. การสะท้อนความรู้สึกต้องถือให้ผู้รับการปรึกษารู้ว่า “เราเข้าใจว่าเขารู้สึกยังไง”

#### ตัวอย่างประโยคสำคัญที่ใช้ในการสะท้อนความรู้สึก

ผู้รับการปรึกษา : “เมื่อผมตอบคง ผิดมากหรือ ห่อโทรศัพท์ และอุ้มมาหาก”

ถูกให้การปรึกษา : “ขอบอกว่าที่ตอบแบบนั้น ดูอุ้มหุ้มหุ้ม”

5. ไม่ควรใช้คำว่า “รู้สึก” ให้บ่อยครั้ง ให้ใช้คำว่า “ความรู้สึก” แทนคำพูดภาษาบุคคล และการ สะท้อนความรู้สึก ไม่ควรจะท้ายด้วยประโยค “ใช่ไหมคะ” หรือ “ใช่ไหมครับ”
6. การสะท้อนความรู้สึกที่ผู้รับการปรึกษานอกกว่าไม่ควรอ่านเป็นเพราะๆ ให้การปรึกษาสะท้อน ให้ไม่ครบถ้วน หรือผู้รับการปรึกษาอาจยังไม่ยอมรับความรู้สึกนั้นๆ ที่เป็นได้ แต่ถูกให้การ

ปรึกษาให้ความสนใจและตั้งใจ จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาอย่างเข้าใจง่าย หรืออาจสามารถนำไปใช้ค่าอ้าง เช่น “แล้วจะ ฯ คุณรู้สึกอย่างไร”

### ประเด็นสำคัญเกี่ยวกับการจับและสะท้อนความรู้สึก

#### 1. การจับความรู้สึก

♦ ให้สังเกตนำเรื่องดังนี้ของการชูต และสีหน้าที่แสดงถึงกับเนื้อหาเรื่องราวที่พูดของผู้รับการปรึกษา

♦ สังเกตและใช้กับการสะท้อนของผู้รับการปรึกษา

♦ กำหนดความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา หลังการสังเกต

#### 2. การสะท้อนความรู้สึก

♦ ระบุห้องความรู้สึกที่เกิดขึ้นทันทีในขณะนั้น

♦ เสือกให้คำพูดและประโยคที่เหมาะสม สรุปความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาโดยใช้คำพูดที่ฟังเข้าใจง่าย ตื้นๆ และชัดเจน ท่าทางที่แสดงออกเหมาะสม

♦ ตอบสนองและท้อนความรู้สึกทุกด้าน ไม่จำกัดบนบทเรียน

### ผลที่เกิดจากการใช้หักเมการสะท้อนความรู้สึก

1. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกว่ามีคนเข้าใจและถูกใจ

2. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามองสถานการณ์ต่างอย่างเป็นเจริญมากขึ้น และเข้าใจการผนวกความรู้สึก ของคนอื่นเป็นปัญหาได้ชัดเจนขึ้น

3. เป็นการเสริมสร้างสัมพันธภาพ ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความไว้วางใจ ถูกลึกซึ้งให้การปรึกษาอย่างเป็นธรรมเนียมเพื่อขยายรู้สึกว่าผู้ให้การปรึกษาเข้าใจปัญหาของตน ซึ่งสามารถช่วยรักษาอิทธิพลเดิมๆ

4. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาประเมินความอ่อนไหว

5. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถเข้าใจหรือมองปัญหาที่ชอบปกติแล้วน่าจะเป็น

6. ช่วยให้กระบวนการให้การปรึกษาดำเนินไปได้อย่างราบรื่นไม่ลำบาก

### หักเมการห่วงความ

#### ความหมาย

การห่วงความ เป็นการพูดในลักษณะที่ผู้รับการปรึกษาได้บอกเล่า หรือพูดไปแล้วถือครึ่งหนึ้น โดยไม่การเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของภาษาหรือความรู้สึกที่แสดงออกมาก แต่ไม่มีการพิมพ์ลงหรือใส่ความคิดเห็นของผู้ให้การปรึกษาลงไป ไม่มีการตีความ

### วัสดุประสงค์

1. เพื่อกำชับให้ผู้รับการปรึกษาได้รู้สึกถึงความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ที่มีต่อปัญหาและทำความเข้าใจสาเหตุของปัญหา

2. เป็นการตรวจสอบว่าอ่อนไหวต่อผู้ให้การปรึกษาได้ยินนั้นถูกต้องหรือไม่

### ตัวอย่างของการทวนความมี 2 สักหนึ่ง ต่อ

1. หวานช้ำๆ กดค่าที่ญี่รับการบริการด้วยสูตร โดยไม่มีการเปลี่ยนแปลงภาษา เช่น  
ผู้รับการบริการ : “ติดอันไม่เกล้าที่จะเข้าเรื่องสอบถามให้ฟังทราบ”  
ญี่ให้การบริการ : “คุณไม่เกล้าที่จะเข้าเรื่องการสอบถามให้ฟังทราบ”
2. หวานความหมายสุ่วๆ ญี่ให้การบริการเลือกເຫັນພະປະຕິປະເທົ່ານີ້ວ່າສໍາຄັງມາຫຼຸດກວນຫຼັກ  
ผู้รับการบริการ : “ติดอันไม่เกล้าเข้าเรื่องการสอบถามให้ฟังทราบ พວມຄນອາມດີຈົບ  
ແລະເປັນໂຮງຫຼັງໃຈ ກ່າມຄາຈະດີຄຫວັງ ຈະເກີດອື່ນຫຼາຍ”  
ญี่ให้การบริการ : “คุณไม่เกล้าນອກເວັ້ນກວນຫຼຸດກວນຫຼັກທີ່ມີກວາງ ເພົ່າກວດວ່າເຫຼົາຈະ  
ຈະເປັນຫຼາຍຫຼາຍ”

### แนวทางการใช้หักษ์การทวนความ

1. ญี่ให้การบริการຫวนความหวີ່ໄວ້ໃຫ້ຂອງຊຸດຂອ້ອນກັບແພະສາະສໍາຄັງທີ່ญี่รับการบริการທີ່ສໍອອກ  
ມາ ແລະໄມ້ມີການທີ່ມີເພີມຄວາມດີດເທິນຂອງญี่ໃຫ້ການบริการຂາດໄປ
2. ໃນຂະແໜ່ທີ່ญี่รับการบริการກໍາສັນເສດຖະກວາມຄືດແລະເປັນເພຍອາມຍື່ນແລະຄວາມຮູ້ສຶກ ພູ້ໃຫ້ການ  
บริการອາຍຸແກຣກຄໍາຫຼຸດທີ່ເປັນກວນຫວັນຫາມ ເພະສ່ານສໍາຄັງທີ່ຍື່ນສິ້ນງາ
3. ກວານຫວັນຫາມອາຍຸຮ່າມໝວນຮ່າງສຶກເຂົ້າມາຫຼັງຈະ ທັງໝາຍມີກິດຕິດກຳນົດທີ່ມີກວານຫຼຸດກວນຫຼັກທີ່  
ບໍ່ສໍາຄັນ
4. ກວານຫວັນຫາມເປັນກວານສື່ອສາດີ່ຄວາມໄສໃຈ ແລະກະຕຸ່ນໃຫ້ญี่รับການบริการເປີດແຜນພອນຫາກ  
ຫຼັງ ແລ້ວຄ້າຢູ່ໃຫ້ການบริการຫວັນຫາມຄົດຄອດເວລາ ຈະກ່າໄໝໃຫ້ญี่รับການบริการຮູ້ສຶກອື່ນຫຼັກ ຕັ້ງໜ້າຍາ  
ໃຫ້ກວນຫຼັກແບ່ນຕ່າງໆ ສັບກັນໃນກວານສົນຫາ ແລະຄວາມຮັວງໃນກວານໃຫ້ໜ້າສື່ອງຂະແໜ່ກວນຫວັນຫາມ  
ຫຼັງ

### ผลที่เกิดจาก การใช้หักษ์การทวนความ

1. ອູ້ໃຫ້ຫຼູ້ເປັນກວານກະຕຸ່ນໃຫ້ญี่รับການบริการຫຼຸດຕ່ອໄປ ແລະກ່າໄໝໃຫ້ญี่รับການบริการເປີດແຜນພອນຫາກ  
ແລະຈັດລັບຄວາມສໍາຄັງຂອງປັດທາໄດ້
2. ເປັນກວານລວມສອນວ່າ ญี่ໃຫ້ການบริการໄດ້ຂັ້ນເຊື່ອງຈາກຂອງญี่ຮັບການບໍ່ຮູ້ສຶກທີ່ອື່ນຫຼັກໄໝ ແລະ  
ເຫັນໄສ່ທີ່ญี่ຮັບການບໍ່ຮູ້ສຶກນອກຫຼູ້ຫຼຸດຕ່ອງຖຸກຕ່ອງຫຼູ້ໃໝ່
3. ກ່າໄໝໃຫ້ญี่ຮັບການບໍ່ຮູ້ສຶກເກີດຄວາມຫຼັດເຈັນໃນທີ່ເຫັນຫຼຸດແລະຕ້ອງການບໍ່ຮູ້ສຶກ
4. ກ່າໄໝໃຫ້ญี่ຮັບການບໍ່ຮູ້ສຶກເກີດຄວາມຮູ້ສຶກວ່າຄວາມຍື່ນເປັນທີ່ເຫັນທີ່ຍື່ນຮັບເກີດຄວາມມົບຖຸນໄໝ
5. ຂ່າຍໃຫ້ญี่ຮັບການບໍ່ຮູ້ສຶກໄມ້ພູດຂ້າໃນເລີ່ມທີ່ເຫັນຫຼຸດແລ້ວ

### ♦ หักษ์การสรุปความ

#### ความหมาย

การสรุปความເປັນກວານຮຽນຮັບຮຸມສິ່ນທີ່ເກີດຈົນໄພຮ່າງກວາງກວານໃຫ້ການບໍ່ຮູ້ສຶກ ມີຮູ້ເມືອງບໍາການໃຫ້ການ  
ບໍ່ຮູ້ສຶກໃນປະເທົ່ານີ້ຂອງຫຼຸດຕ່ອງກວາມຄືດຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ญี่ຮັບການບໍ່ຮູ້ສຶກເສື່ອອົກມາຫຼັງຫຼັງຕ້ອງກວາມ  
ກິດຕິດກຳຂອງຫຼັກ ແລ້ວປະມາດເປັນຄໍາຫຼຸດຕ່າງໆໃຫ້ໄໝໃຫ້ຄວາມສໍາຄັງທີ່ຫຼັກ

### วัตถุประสงค์

- เพื่อตรวจสอบความเข้าใจระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาในเรื่องความต้องการความต้องการของผู้รับการปรึกษาที่กำลังสนใจ
- เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาได้พิจารณาประเทินสำหรับความต้องการของผู้รับการปรึกษาที่ตนมี
- เพื่อรับรู้ความต้องการความต้องการของผู้รับการปรึกษาที่ตนมี
- เพื่อนำไปสู่การเปิดเผยในแต่ละประเทินของปัญหาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น
- เพื่อเตรียมผู้รับการปรึกษาให้พร้อมในการให้การปรึกษาในระหว่างต่อไป การใช้ทักษะการสรุปความที่เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถเข้าใจเนื้อหาที่ตนมีความต้องการที่เป็นปัญหา และทำให้เกิดความกระจำแจ้งแจ้งในปัญหา

### แนวทางการใช้ทักษะการสรุปความ

- ในการผู้รับการปรึกษาดูดจาก ผู้ให้การปรึกษาสรุปเป็นค่า และความต้องการความต้องการที่สำคัญที่ผู้รับการปรึกษาได้เล่า หรือแสดงออกมาก่อนเพื่อให้การปรึกษาเป็นไปในทิศทางเดียวกัน มีความชัดเจนในประเทินปัญหาที่สำคัญ
- ก่อนจบการปรึกษาแต่ละครั้ง ต้องมีการสรุปประเด็นต่างๆ ในการให้การปรึกษา
- เมื่อจะถึงการให้การปรึกษาในครั้งต่อไปควรสรุปในสิ่งที่ได้จากการปรึกษาในครั้งก่อนมาเป็นการเรียบเรียงการปรึกษา
- เมื่อทำการปรึกษาหลายครั้ง ในครั้งสุดท้ายต้องสรุปสิ่งต่างๆ ทั้งหมดของการให้การปรึกษา ต้องมีการจัดเรียงครั้งสุดท้าย

### ผลที่เกิดจากการใช้ทักษะการสรุปความ

- ทำให้ผู้รับการปรึกษารับรู้ในประเทินต่างๆ ที่ได้รับมาก
- ทำให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกว่าการปรึกษานี้ได้ผล ได้ประโยชน์น้อยจากการสรุปความช่วยให้ผู้รับการปรึกษานึ่นก้าวหน้า
- การสรุปครั้งสุดท้ายเป็นการย้ำประเทินสำคัญ ซึ่งจะมีผลต่อกระบวนการคิดของผู้รับการปรึกษา หลังจากเสร็จสิ้นการปรึกษา

### ◆ ทักษะการให้ข้อมูล

#### ความสำคัญของการทักษะการให้ข้อมูล

- การให้รับข้อมูลจากผู้ให้การปรึกษาจะทำให้ผู้รับการปรึกษามีความรู้ความเข้าใจเรื่องที่ควรรู้
- ผู้ให้การปรึกษาที่ได้ใช้ทักษะการให้ข้อมูลตามความจำเป็น และความปัญหาของผู้รับการปรึกษาโดยการต่อยอดความรู้ที่เข้าเป็นแก่ผู้รับการปรึกษา จะทำให้ผู้รับการปรึกษามีข้อมูลประกอบการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาได้

### แนวทางการให้ข้อมูล

- ใช้ค่าตามปลายเปิดและการสังเกตควบคู่กันไป เพื่อสำรวจข้อมูลและความรู้เดิมที่ผู้รับการปรึกษามีอยู่
- ประเมินความรู้ของผู้รับการปรึกษาว่ามีความรู้เดิมอย่างไร ขาดข้อมูลอย่างไร

- ให้ข้อมูลโดยการบอกความรู้ที่ผู้รับการบริการต้องการและจ้าเป็นตัวหน้าไปก่อน
- ควรจะสอบถามความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูลที่ผู้รับการบริการได้รับโดยการซักถาม หรือให้ผู้รับการบริการฟังรูป หรือหัวข้อข้อมูลให้ผู้ให้การบริการฟัง

### หักษะการใช้ข้อมูลทางตอน

การให้การบริการเพื่อให้ผู้รับบริการวางแผนแก้ไขปัญหาด้วยตนเองได้นั้น ในบางกรณีถูกให้การบริการมีความจำเป็นต้องพูดถึงข้อมูลทางตอนばかりถ้าหากผู้รับการบริการ เช่น การติดเชื้อเอชสี การติดยาเสพติด เพื่อให้ผู้รับการบริการได้ทราบและได้รู้และตอบแทน หรือเข้ารับการวินิจฉัยอย่างถูกต้อง ข้อมูลทางตอนที่เป็นความจริงต้องถูกสร้างความกระหายกระตือรือร้นให้ผู้รับการบริการอย่างตึง ดูนี้ถูกให้การบริการจึงจำเป็นต้องมีทักษะในการให้ข้อมูลทางตอน ดังนี้คือ

- เตรียมความพร้อมโดยใช้ถ้าสามารถปลายเปิด เช่น การถ่ายรูปภาพและความเสียดต่อการติดยาเสพติด
- ประเมินและเตรียมความพร้อมด้านความรู้ ความรู้สึกโดยการลิ้งเกตคำพูด และภาษาท่าทาง ของผู้รับการบริการ
- บอกข้อมูล ซึ่งที่จะริบให้ผู้รับการบริการทราบ เพื่อผู้รับการบริการมีความพร้อม ด้านความรู้ ความรู้สึก
- และความเข้าใจ เป็นใจ ให้สะท้อนความรู้สึก และป้องเป้า
- เดินทางมาช่วยเหลือ โดยถูกให้การบริการควบคุมเป้าหมายในการช่วยเหลือ เช่น การติดต่อสถานบริการวินิจฉัย หรือหน่วยงานอื่นที่สามารถช่วยเหลือให้ทางผู้รับการบริการได้ หากผู้รับการบริการต้องการ

### ผลที่ได้จากการใช้หักษะการให้ข้อมูล

การใช้หักษะการให้ข้อมูลจะช่วยให้ผู้รับการบริการได้รับความรู้ และข้อมูลที่ดีและอย่างมีประสิทธิภาพและผิดพลาดน้อยลง ในขณะเดียวกันหากไม่มีการใช้หักษะไม่ใช่วางแผนแก้ไขปัญหาที่อาจมีผลทำให้การวางแผนแก้ไขปัญหานั้นไม่สมบูรณ์และ เพราะผู้รับการบริการไม่ทราบถึงแนวทางของตัวตนในเงื่อนไขปัญหาอย่างไร

### เกณฑ์การประเมินการใช้หักษะ

- สังเกตจากผู้รับการบริการมีความพึงพอใจในข้อมูลที่ได้
- ผู้รับการบริการแสดงถึงความต้องการที่อยากทราบถูกให้การบริการอีกในครั้งต่อไป

### ◆ หักษะการเผยแพร่นะ

### ความสำคัญของหักษะการเผยแพร่นะ

- การเผยแพร่นะที่จะให้ผู้รับการบริการทราบแนวทางการปฏิบัติคนที่เหมาะสม
- การเผยแพร่นะที่จะให้ผู้รับการบริการสามารถตรวจสอบแก้ไขปัญหาได้ถูกต้องและแม่นยำ
- ถูกให้การบริการให้การเผยแพร่นะ โดยให้โอกาสที่ผู้รับการบริการได้มีโอกาสพิจารณาตามตัว เสนอแนะน้ำหน้ำหนาและหัวข้อที่จะนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหาของผู้รับการบริการนั้น เหมาะสมและเป็นประโยชน์

### แนวทางการให้ข้อเสนอแนะ

1. ใช้ค่าตามปลายเปิดเพื่อสำรวจว่าผู้รับการบริการไม่สามารถติดตามแนวทางในการปฏิบัติ เช่น ไม่ทราบว่าถ้าจะฝึกอาชีพที่ไหน จะทำอะไรได้บ้าง และฝึกได้ที่ไหน
  2. ใช้ค่าตามปีดเพื่อสำรวจว่าผู้รับการบริการเคยมีประสบการณ์ในการทำงานที่กฎหมายกำหนดให้เป็น ใหม่
  3. ให้การสอบถาม โดยบอกให้รับรู้ปฎิบัติ หรือคุกคามนับสิบหนึ่งปฎิบัติตามประสบการณ์
  4. ตรวจสอบปฎิบัติวิชาโดยตอบของผู้รับการบริการที่ขอเสนอแนะ
  5. กรณีผู้รับการบริการขาดทักษะการฟ้าห้องเสนอแนะไปใช้ อาจมีการซ้อมปฎิบัติโดยผู้ให้การ บริการ และผู้รับการบริการร่วมกันและบางบทบาทสมมติในเหตุการณ์ที่ผู้รับการบริการขาด ความสามารถใช้ที่จะปฏิบัติในสถานการณ์จริง เป็นการเตรียมความพร้อมและเสริมสร้างความ มั่นใจให้ผู้รับการบริการแก้ไขปัญหาที่ขึ้นมาอยู่ได้มากขึ้น

ผลที่ได้จากการใช้หักห้ามการเผยแพร่

การใช้หักமகกาการເສນອແນະຈະຫວາຍໃຫຍ້ຮັບການປັບປຸງໄດ້ການ ແນວກາມປົງປັດຄົນ ຈຶ່ງເປັນກາໄລ້ພຽງກາງໃນການແກ້ປົງຫາໄຫດ້ມອງໃນທະນະເດືອກກັນຫາກໄມ້ການໃຊ້ຫັກມາດກາເສນອແນະ ໃນກາວງາມແນະກີໃຫ້ປົງຫາ ກີ່ອຈາກມີຄວາມກຳໄຕກາວົງແນະກີໃຫ້ປົງຫາກັນໃໝ່ເສັ້ນດູກເອີກ ເພວະຮັບການປັບປຸງໄຟການວ່າດູນເບີ້ງ  
ຄວາມກຳໄຕປົງປັດໂຍດ້ໄວ້ກົງຈະນາຄົມ ແລະເປັນກາເກີໃຫ້ປົງຫາໄດ້ກັນຫາເອົາໄຕ້

#### เกณฑ์การประเมินการใช้ทักษะการสอนแบบ

1. ห้องเกตเวย์รับการปรึกษาร่วมมือระหว่างพ่อแม่ในชื่อเส้นนามเดียวกัน
  2. ผู้รับการปรึกษาอย่างเดียวที่มีความต้องการที่จะยกเว้นพูนให้กับการปรึกษาอีกในครั้งต่อไป

#### ๔. ทักษะการใช้คำอ้อ

בנין גן

การให้กำลังใจเป็นทักษะที่ใช้กันไปอย่างล้านชิ้นต่อ โลกของให้สูญเสียเปรียบเท่าเด็กหรือและความผูกพันกับคน และใช้การยกให้ไปอยู่ทางค่านิยมต่อไปให้ถึงก้าวเมื่อผู้รับการเปรียบเท่าขาดความเชื่อใน วิถี ทั่วไป มองดูตัวเองต้องเกิดพากเพียรจนกว่าไปอยู่ทาง ทักษะการให้กำลังใจต้องอิงจากศักยภาพของผู้รับการเปรียบเท่า ไม่ใช่ทางที่ให้ความรู้ทาง แต่ไม่ใช่ว่าเราต้องให้บทที่ใช้ในสังคมทั่วไป

วันที่ประชุมครั้ง

1. เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับการบริการได้รู้ว่ามีสิ่งที่เข้าใจไม่ได้เช่นถุงปัญหาอยู่คู่เดียว
  2. ช่างให้ผู้รับการบริการรู้สึกว่าเขาเป็นคนก่อการ มีความค่าต่อตนเอง และดังคุณ
  3. ช่วยสนับสนุนการบริการเพื่อทำให้ผู้รับการบริการ

#### แนวทางการใช้ห้องเรียนการใช้กำลังใจ

2. การเข้าบันทึกความรู้สึก หลังจากที่ผู้รับการปรึกษาได้สะฟงความรู้สึกอย่างไร่คือเข้าบันทึกความรู้สึก ผู้ให้การปรึกษาจะหันความรู้สึกเป็นคำพูด เป็น “คุณลับสน” “คุณตั้งใจ” “คุณเป็นหน่วย”
  3. ค้นหาศักยภาพของผู้รับการปรึกษา โดยผู้ให้การปรึกษาจะตั้นให้ผู้รับการปรึกษาได้ชูหัวคุย ถึงศักยภาพของตนเอง ภาระให้อารมณ์ความรู้สึกเช่นๆ ยังมีอะไรที่ทำให้เขารอท่านในสิ่งที่ต้องไป
  4. สนับสนุนศักยภาพหรือการใช้คำพูดเพื่อให้กำลังใจ หลังจากที่ผู้รับการปรึกษาได้พบ ศักยภาพของตนเองแล้ว ผู้ให้การปรึกษาใช้คำพูดแสดงความชื่นชม

ผลที่ได้จากการใช้หักฆ่าการให้กำลังใจ

1. ผู้ให้การบริการรู้ต้นที่การพัฒนาการบริการ มีแนวทางในการพัฒนาอย่างไรให้ผู้รับการบริการ มีกำลังใจในสิ่งที่ได้รับ
  2. ผู้รับการบริการเกิดบรรจงใจ มีกำลังใจในการเดินทางและกล่าวปัญหา ร่วมกันเพื่อผลักดันภาพ

#### ๔. ทักษะการพิจารณาความเสี่ยง

เป็นทักษะที่ใช้ในการตรวจสอบแก้ไขปัญหา ในการนี้ที่ญี่รับการบริโภคก็จะได้มนว吒ทางในการแก้ไขปัญหาแล้ว แม้เบ็ดเตล็ดสัจจะไม่รู้สึกในการตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหา ส่วนความลังเลด้วยล่าม เกิดจากภารกิจที่ญี่รับการปรึกษาไม่สามารถตัดใจหัวใจยอมรับวิธีการแก้ไขปัญหาที่อาจมีอยู่รอบค้านเมื่อออกจากภารกิจ หรือขาดทักษะในการสำรวจทางเดิน ก็ตั้งหนึ่งทักษะการพิจารณาทางเดินจึงใช้ได้ดีเมื่อภารกิจที่รับกวนมาก ถูกอบรมมาแล้ว การให้ญี่รับการปรึกษาให้พิจารณาทางเดินให้สำเร็จ หลักการ ดังนั้น ทำโดยใช้หลักการพิจารณาที่จะเรื่อง หรือที่จะดำเนิน จนเห็นกระซางยังไงว่าดำเนินนั้นๆ มีข้อดีข้อเสียอะไรบ้าง วิธีการที่ญี่ให้การปรึกษาส่วนใหญ่มักเคยเขียนกับการนักให้ญี่รับการปรึกษาพิจารณาที่ข้อดีและข้อเสียของทุกกรณี การด้วยคนเองโดยไม่ได้มีการช่วยเหลือแต่อย่างใด โดยอ้างว่าเป็นการให้โอกาสแก่ญี่รับการปรึกษาในการเลือกดีสินใจเอง หรืออ้างว่าเป็นการให้โอกาสแก่ญี่รับการปรึกษา ในการเลือกดีสินใจเอง หรืออ้างว่าไม่ออกก้าวสำคัญการตัดสินใจของญี่รับการปรึกษา ซึ่งในที่สุดมักจะลงเอยด้วยการตัดสินใจใหม่ได้ หรือความลังเลไม่ตัดก้าวเดียวไป

#### วิธีการใช้หักจากการพิจารณาทางเลือก

ผลของการที่ผู้รับการบริการได้แนวทาง หรือความต้องการในการแก้ไขปัญหาได้แล้วแต่ยังตัดสินใจไม่ได้ ให้การบริการควรใช้วิธีการต่อไปนี้ คือ

- พิจารณาทางเลือกที่หนึ่ง โดยใช้การคิดเชิงบวก การห่วงความและสรุปความ เช่น ใช้คำอธิบายเช่นว่า “ถ้าสมมติคุณตัดสินใจขอกองผลการสอนมาก่อน คิดว่าจะเกิดผลดีอย่างไร” เมื่อยุรับการปรึกษาตอบว่ามีผลดีอย่างไรแล้วถูกให้การปรึกษาอาจสามารถตอบว่า “มีอย่างอื่นดีกว่านะ” ต่อจากนั้นก็อาจใช้การห่วงความ แล้วถามอีกผลเสียต่อไปทำให้เข่นเดือดกันจนกว่าจะได้ค่าตอบแทนแล้วก็ควรใช้การสรุปความ เพื่อให้เกิดความเชื่อใจระหว่างกันอีกครั้งหนึ่ง
  - พิจารณาทางเลือกที่สองโดยอาศัยศาสตร์กระบวนการแบบเดียวกันกับขั้นตอนที่ก่อให้เกิดกระบวนการที่ได้ค่าตอบแทนครบถ้วนเต็มที่ แต่ด้านที่เป็นผลเสียก็ทางเลือกที่หนึ่ง

3. เผยโฉมให้มีการตัดสินใจ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาตัดสินใจตามข้อศึกษาและข้อเท็จจริงที่ได้พิจารณา  
อย่างทั่วถึงเรียบร้อยแล้ว
4. พิจารณาวิธีการแก้ปัญหาที่สามารถจาก การตัดสินใจเดือดเดือด ส่วนใหญ่แล้วเป็นการแก้ไขปัญหา  
ข้อศึกษาของทางเลือกที่ได้ตัดสินใจไปแล้ว

**ผลที่ได้จากการใช้ทักษะการพิจารณาทางเลือก**

1. ผู้รับการปรึกษาได้มีโอกาสได้ร่วมตัดสินใจแก้ปัญหางานของตนเอง โดยใช้เหตุผลมากกว่าใช้  
อารมณ์
2. ผู้รับการปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจวิธีการแก้ไขปัญหา โดยพิจารณาความสามารถและศักยภาพ  
ของผู้รับการปรึกษาเป็นหลัก

**แผ่นใส 1**

**▲ ปัจจัยการบังคับนับถือเชิง**

1. ปัจจัยภายนอก สิ่งแวดล้อม  
บุคคลในครอบครัว  
เพื่อนและคนรอบข้าง
2. ปัจจัยภายใน ลักษณะบุคลิกภาพ  
ความคิด  
อารมณ์จิตใจ  
ควรรับรู้ เรียนรู้  
ประสบการณ์ ความเชื่อ

**▲ ปัจจัยที่ทำให้เห็นเด่น**

อาการเครียดหรือที่มีปัญหาดูดิกรรรมสุขภาพรีต จิตเวช  
รูปแบบการเดือดเดือดที่ไม่เหมาะสม  
ขาดความสัมพันธ์ในครอบครัว

## แผ่นใส 2

### เทคนิคการสร้างแรงจูงใจสู่การเรียนรู้

- องค์ประกอบ คุณลักษณะดีๆ
- เชื่อมโยง กิจกรรม วิธีการ
- เทคนิค การบูรณาการในกระบวนการเรียนรู้

### เทคนิคการสร้างแรงจูงใจ

- 1. สร้างตัวอย่างภาพ
- 2. ให้ข้อมูลที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเดพดีด
- 3. ใช้เทคนิค 5 Rs

Relevances

Risks

Reward

Roadblocks

Repetition

## แผ่นใส 3

### ทักษะและเทคนิคที่นฐานในการให้การปรึกษา

- กระบวนการ
- 1. การสร้างสัมพันธ์ภาพ
  - 2. การสกัดกรองการปรึกษา
  - 3. การสำรวจ ทำความเข้าใจปัญหาสาเหตุ
  - 4. การวางแผนแก้ไขปัญหา
  - 5. การยุติการปรึกษา

ทักษะ

- การฟังและการสื่อสาร

- การอ่าน
- การสะท้อนความรู้สึก
- การทวนความและกระตุ้นความ
- การให้ตัวชี้
- การเสนอแนะ
- การให้กำลังใจ
- การพิจารณาหาทางเลือก





## แผนการสอน 5

### เรื่อง ปัจจัยกระตุ้นการเดพดิคและเส้นทางสู่การเลิกยา

( เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที )

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สูรับการอบรมว่าจะเข้าใจถึงปัจจัยกระตุ้นการเดพดิค และการอยากร้า
3. เพื่อให้สูรับการอบรมว่าจะเข้าใจเกี่ยวกับสิ่งของและการเลิกยา

#### สาระสำคัญ

ตัวกระตุ้นเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดวงจรการติดยาเดพดิคขึ้นในสูญเสียฯ เนื่องจากตัวกระตุ้นจะไปกระตุ้นสมองของสูญเสียฯ ให้มีความติดดึงดาย จนเกิดอาการอยากร้า ซึ่งนำไปสู่การเดพดิค กระบวนการการเลิกยา มี 4 ระยะ

- |                               |                 |
|-------------------------------|-----------------|
| ระยะชาตยา                     | อาการชาตยา      |
| ระยะหุบขยายช่วงแรก            | มีความมั่นใจสูง |
| ระยะฝ่าก้านหง                 | (ระยะฝ่าก้านหง) |
| ระยะปรับแผนการดำเนินชีวิตใหม่ |                 |

ในแต่ละระยะจะมีการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในสมอง ซึ่งมีผลต่อร่างกายและจิตใจ การเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงในระยะต่างๆ ทำให้เข้าใจถึงอาการมากขึ้น มีความพร้อมในการตัดการกับปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น ให้กล่าววิธีทางหลากหลาย จะทำให้ประสมความล้าเรื้อรังในการเลิกยาได้

#### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ จำศูน (5 นาที)	- วิทยากรถาม “อะไรเป็นปัจจัยที่ทำให้นักเรียนที่เดพดิคไม่สามารถหลุดจากวงจรอยากร้าเดพดิคได้” - วิทยากรฟุ่มฟาก 3-4 คน	
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (20 นาที)	- วิทยากรบรรยายถึงตัวกระตุ้น และอาการอยากร้า	- ใบความรู้ 1 (สำหรับวิทยากร) - เรื่องตัวกระตุ้นและอาการ อยากร้า กระบวนการเรียน รู้กับวงจรการเดพดิค ตัว กระตุ้นต่างๆ - แผนที่ 1-14

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เรื่อง	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
สะท้อนความติด/ อภิปราย กลุ่ม 5 คน (10 นาที)	- แบ่งกลุ่มย่อย 5 คนให้ทำกิจกรรมตาม ใบงาน 1	- ใบงาน 1
ความติดรับข้อต กกลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- วิทยากรสุมตาม 2 - 3 กลุ่ม อภิปราย บรรยายสรุปเรื่อง อิทธิพลของ ตัวกระดับกับความหลากหลาย	- ในความรู้ 2 (ส่าหรับ วิทยากร) เรื่องอิทธิพลของ ตัวกระดับกับความ หลากหลาย
ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากรถาม “ ทำอย่างไร นักเรียนจึง จะหันมาใช้ภาษาเดพติด ” - วิทยากรสุมตาม 3-4 คน	- แผ่นໄส 15
ความติดรับข้อต กกลุ่มใหญ่ (25 นาที)	- วิทยากรบรรยายเพื่อสั่งหนทางสู่การเปลี่ยน เส้นทางสู่การเด็กษา, สั่งหนทางสู่การเด็กษาระบบ สำเร็จ	- ในความรู้ 3 ตัวกระดับกับ เส้นทางสู่การเด็กษา, สั่งหนทางสู่การเด็กษาระบบ สำเร็จ - แผ่นໄส 16-24
ประยุกต์แนวคิด กลุ่ม 5 คน (10 นาที)	- แบ่งกลุ่มย่อย 5 คน อภิปรายตาม ประเด็นในใบงาน 2	- ในความรู้ 4(ส่าหรับวิทยา กร) เทคนิคการจัดการกับ ตัวกระดับและเทคนิคการ หยุดความติด - แผ่นໄส 25-26 - ใบงาน 2
ความติดรับข้อต กกลุ่มใหญ่ ( 5 นาที)	- วิทยากรสุมตาม 3-4 กลุ่ม - อภิปราย สรุป	- ในความรู้ 5 (ส่าหรับ วิทยากร) แนวคิดที่ควรได้

### สื่อ/อุปกรณ์

- 1 ใบงาน 1
- 2
- แบบสอบถามเกี่ยวกับตัวกราดทึนการแพทย์
- แบบประเมินความเสี่ยง
- ใบความรู้ 1 ตัวกราดทึนและภาระอย่างมาก, กระบวนการเรียนรู้กับวงจรการแพทย์, ตัวกราดทึน
  - ค่า ๆ
- 2 ตัวกราดทึนกับความอย่างมาก
- 3 ตัวกราดทึนกับเส้นทางสู่การเด็กษา, เส้นทางสู่การเด็กษาจะต้องท้าทาย
- 4 เทคนิคการจัดการกับตัวกราดทึน, เทคนิคการหยุดความคิด
- 5 แนวคิดที่ควรได้
- 6 แผ่นใส 1-26

### การประเมินผล

การมีส่วนร่วมในการอภิปรายและการซักถาม

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง ปัจจัยกระตุ้นการเลพติดและเลี้นทางสู่การเลิกยา

แบ่งกลุ่มผู้เข้ารับการอบรม กลุ่มละ 5 คน ตามประเภทของสิ่งแพทย์ที่ใช้ เช่น กาฬพ บุหรี่ ศูรา ยาสาม หรือใช้ประสนกานมี่จากการที่เคยพบเจอกับเรียนที่ติดยาบ้า ฯลฯ

ยกเวยให้ได้ช้อสูบของกลุ่มนี้ไปร่วมเดินต่อไปนี้ (10 นาที) และส่องด้านหน้าบนในกลุ่มใหญ่

1. ความติดยาบ้า จิตใจ บุคคล สังคม หรือสิ่งแวดล้อมให้ในแบบสอบถามที่เกี่ยวกับตัวกราดทึน การเลพติดต่อไปนี้เป็นตัวกราดทึนที่ทำให้เกิดอาการอย่างมากเสพยาเสพติด

2. นำตัวกราดทึนที่ร่วบรวมให้จากแบบสอบถามเกี่ยวกับตัวกราดทึนการเลพติดมาจัดลำดับความเสี่ยงของการใช้สิ่งแพทย์ ลงในแบบประเมินความเสี่ยง

## แบบสอบถามเกี่ยวกับตัวกระตุ้นการเสพติด

อารมณ์/ความรู้สึก/บุคคล/สิ่งของ หรือภาระแวดล้อมต่างๆ

อาจมีส่วนให้ห้ามต้องการเสพติดที่ห้าม “ดิด”

จะทำเครื่องหมาย X หน้าตัวกระตุ้นที่ทำให้ห้ามต้องการเสพติดเสพติด  
ประเทศของสิ่งเสพติด  บุหรี่  ยาชา  กาแฟ  ยาบ้า  อื่นๆ ระบุ.....  
ความคิด อารมณ์ จิตใจ

กลิ่น	ผ้าช็ดเงา	ถุงกดทิ้ง
โทรศัพท์	สำเนียบมือ	หกุดที่ดีด
ต้องการความเชื่อมั่น / กล้า	ความสุข	อารมณ์เมื่อไร
ถูกวิจารณ์, ถูกดันเมื่อ	ถูกปีนคัน	รู้สึกถูกกดดัน
เครื่อง	ไม่ปลอดภัย	อยากฟ่อนคลาย
สถานะ	ถูกคุกคาม	เสื่อม
ดื่นด้น	อิจฉา	จริง
เหนื่อยล้า	โคลเพ็ปว	รู้สึกลับลับ
ความทึ่งประทับ	ยื้นฟูระบุ	

### บุคคล สิ่งของ หรือสิ่งแวดล้อม

กลุ่มนักกินพืชในทางเดียว	ก่อนมีนักกินพืชในทางเดียว	หลังได้รับเงินพิเศษ
บ้านกันเพื่อน	ระหว่างมีนักกินพืชในทางเดียว	ฝ่านทางเดียว
กินอาหารเพื่อน	ก่อนมีเหล็กสมทันดี	ใจเรียน
บาร์บี	ระหว่างมีเหล็กสมทันดี	สำนักงานของฉะ
เบอร์กิฟ้า	หลังมีเหล็กสมทันดี	ไฟสุ่มเพื่อนร้าว
ถูกพยายามหัว	เมื่อเมื่อเริน	เวลาและวันเดียว
ผับ	หลังจากพบผู้ชายอิจฉาเสพติด	เมื่อน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น
ชุมชนเดิร์บี้	บ้าน/สถานที่ซื้อขายเสพติด	ยืนฟูระบุ.....
บุตร/พบรห้ามกินเพื่อน		
ที่เดียวเสพติดเสพติด		

## แบบประเมินความเสี่ยง

ให้สมาชิกฝ่ายตัวกรองคุณที่รวมรวมได้จากแบบสอบถามถือถือการแพทย์ มาจัดลำดับความเสี่ยงของการใช้อาสเพดิคจากมากไปน้อยลงในตาราง

ความเสี่ยง ตัวกรองคุณ	ใช้งานครั้ง	ใช้บ่อยครั้ง	ใช้ทุกครั้ง
ความคิด อารมณ์ จิตใจ			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
บุคคล สิ่งของ ต้องการต้อง			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

หมายเหตุ หากสมาชิกระบุว่าตัวกรองคุณนั้น ๆ ทำให้ต้องใช้อาสเพดิคทุกครั้งหรือบ่อยครั้งมากกว่า ปัจจัยกรองคุณนั้น ๆ มีความเสี่ยงสูงต่อการแพะ ซึ่งควรหลีกเลี่ยง ความคิด อารมณ์ จิตใจ หรือเหตุการณ์นั้น ๆ เป็น ก่อน หากสมาชิก ระบุว่าตัวกรองคุณนั้น ๆ ทำให้ใช้อาสเพดิคนั้น ๆ ในบางครั้งเท่านั้น และด้วยมีความเสี่ยงน้อยแต่ก็ไม่ควรประมาท หากหลักการของปัจจัยกรองคุณต่างๆ ให้จะเก็บผลตัวทุกที่จะไข่ไม่ทำให้กลับไปเสพช้า

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง ปัจจัยการตั้งน้ำเสพติดและเลี้นทางสุการเลิกยา

แบ่งกลุ่มผู้เข้ารับการอบรม กลุ่มละ 5 คน ออกเป็นรายไม่ต่อเนื่องกันไปให้ได้ชัดเจนและลงตัว ไม่เกิน 10 นาที) และสอดคล้องกับเนื้อหาในกลุ่มใหญ่

1. ทำน้ำดื่มที่น้ำดื่มน้ำแข็งที่ต้องการจำนวนหนึ่งแก้ว ใช้ถ้วยหกช้อนความคิด เมื่อเริ่มมีความคิดถึงการเสพติดได้ อย่างไร
2. ทำน้ำดื่มที่น้ำแข็งที่ต้องการจำนวนหนึ่งแก้ว ใช้ถ้วยหกช้อนความคิด เมื่อเริ่มมีความคิดถึงการเสพติดได้ อย่างไร
3. ถ้าผู้เรียนไม่สามารถใช้ถ้วยหกช้อนได้ ทำน้ำดื่มที่น้ำแข็งที่ต้องการจำนวนหนึ่งแก้ว ใช้ถ้วยหกช้อนความคิด เมื่อเริ่มมีความคิดถึงการเสพติดได้ อย่างไร

## ใบความรู้ 1

### (แผนการสอนรุ่น ปัจจัยการดึงดูดการเรียนและการพัฒนา)

ผู้สอน	เนื้อหา	อุปกรณ์
1. ลักษณะของการ อย่างไร		
1.1 การทดลองของ Pavlov	<p>Pavlov ได้ทดลองให้หมาหารสูบพร้อมกับกระซิบวันเสาร์ให้ฟังและได้ทำสีน้ำยาหารท้าให้หมาสาวาไห้ดู หากหมา Pavlov ให้สีน้ำยาหารต่อไปที่ไม่เคยหาร กุ้งเม็ดจะดูดิน ลักษณะนี้เรียกว่า “การเชื่อมโยง” หรือ “การเรียนรู้” คือการรับรู้และสามารถนำผลลัพธ์ต่อมา ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการศึกษาเรื่องการสอนในห้องเรียน เพื่อสอน เช่น หลักสูตรภาษาไทย เป็นต้น ปฏิรูปภาษาไทยให้เป็นภาษาไทยที่เกิดขึ้นจากการสอนและอบรมโดยผู้สอนเอง ตลอดจนต้นทางการเดินทางกลับประเทศชาติอื่น ภูมิศาสตร์ทางการเดินทางที่ต้องการจะสอนให้ได้</p>	แผ่นไวส์ 1
1.2 การทดลองของนีตี บีร์เพลเซชันและ สมัยนิยม	<p>นีตีบีร์เพลเซชันและสมัยนิยม ได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก ครั้งหนึ่งในปี 1950 นักจิตวิทยา ชีลล์ ฟิลล์เพลเซชัน ได้ทดลองและประดิษฐ์ยาชากาลาร์ก้า ที่สืบสานมาอย่างยาวนานมากกว่า 100 ปี ที่นักจิตวิทยาและนักจิตแพทย์ใช้ในการรักษาโรค</p>	แผ่นไวส์ 2
1.3 การตีอย่าง เดียวและเดียว	<p>การตีอย่างเดียวและการตีอย่างเดียว ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย สำหรับผู้สอนที่ต้องการให้เด็กๆ หัดเขียนตัวอักษร หรือตีตัวอักษรลงบนกระดาษ แต่ต้องระวังว่าเด็กๆ ที่ตีตัวอักษรลงบนกระดาษนั้น อาจจะตีตัวอักษรที่ไม่ถูกต้อง หรือตีตัวอักษรที่ไม่ถูกต้อง ทำให้เด็กๆ ไม่สามารถเขียนตัวอักษรที่ถูกต้องได้</p>	แผ่นไวส์ 3



תַּלְמִידָיו

(แผนการสอนเรื่อง ปัจจัยการตัดสินใจการใช้ผลประโยชน์ส่วนทางสุขภาพส่วนตัวและส่วนทางสุขภาพส่วนทั่วไป)

หัวข้อ	เนื้อหา	อุปกรณ์
น้ำพักน้ำยิก	- อาการเมื่อสิ้นการผ่าตัดที่น้ำดีมาถ่ายเป็นต่อตัวกระตุ้น - ความเสี่ยงติดเชื้อ แผล ศีรษะและกระเพาะอาหาร - ยาปฏิชีวนะที่ส่องทางรากฟันที่กินคราวมีคุณภาพดีกว่าครั้งแรก และการ ติดยาต้องลดลง - ที่พุงที่ซักรากฟัน ซึ่งร้าวสารามากอาจถูกไฟฟ้าช็อกได้ ไฟฟ้ากระแสสูงจะส่งกระแสไฟฟ้าผ่านกระเพาะอาหารเข้าสู่กระเพาะอาหารทันทีที่ติดยาหานกับ ไฟฟ้าอย่างเดียว	แม่ฟัน 15

三  
卷之三

(แผนการสอนเรื่อง ปัจจัยภายนอกที่บังคับใช้ในสิ่งของและการเดินทาง)

หัวข้อ	เนื้อหา	จุดประสงค์
1. ลักษณะที่นักเรียนต้องมีในการเข้าสู่การศึกษา	<p>ตัวกรองคุณภาพ = &gt; ความมั่นคง = &gt; ความสามารถ = &gt; เทคนิคทางวิชา</p> <p>เพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ที่ดีและพัฒนาความสามารถให้สามารถดำเนินการตามมาตรฐานที่ต้องการได้</p> <p>โดยทั่วไป นักเรียนมีความสามารถด้านภาษาอังกฤษอยู่ในระดับกลางถัดไป ไม่สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดี บุคลิกภาพที่ขาดหายไป เช่น การแสดงออกทางกายภาพ ความกระตือรือร้น ความอดทน ความรับผิดชอบ ความรับผิดชอบต่อผู้อื่น ความซื่อสัตย์ เป็นต้น แต่ความสามารถทางภาษาอังกฤษของนักเรียนต่ำกว่ามาตรฐานที่ต้องการ ทำให้ต้องมีการฝึกซ้อมเพิ่มเติม</p> <p>การเข้าสู่การศึกษาที่ดี ต้องมีความสามารถทางภาษาอังกฤษอย่างน้อยระดับดีมาก สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดี สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดีมาก สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดีมาก สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดีมาก</p>	บุคลิกภาพ บุคลิกภาพ 16
2. เนื้อหาที่ต้องการเรียนรู้	<p>เรียนรู้ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย กำหนดเป้าหมาย ประเมินผล ปรับปรุงตัวเอง</p> <p>เรียนรู้ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย กำหนดเป้าหมาย ประเมินผล ปรับปรุงตัวเอง</p> <p>เรียนรู้ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย กำหนดเป้าหมาย ประเมินผล ปรับปรุงตัวเอง</p>	บุคลิกภาพ บุคลิกภาพ 17
3. กระบวนการเรียนรู้	<p>กระบวนการเรียนรู้ที่ต้องการตั้งเป้าหมาย กำหนดเป้าหมาย ประเมินผล ปรับปรุงตัวเอง</p> <p>กระบวนการเรียนรู้ที่ต้องการตั้งเป้าหมาย กำหนดเป้าหมาย ประเมินผล ปรับปรุงตัวเอง</p> <p>กระบวนการเรียนรู้ที่ต้องการตั้งเป้าหมาย กำหนดเป้าหมาย ประเมินผล ปรับปรุงตัวเอง</p>	บุคลิกภาพ บุคลิกภาพ 18
4. คุณลักษณะที่ต้องมีในการเข้าสู่การศึกษา	<p>ตัวกรองคุณภาพ = &gt; ความมั่นคง = &gt; ความสามารถ = &gt; เทคนิคทางวิชา</p> <p>เพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ที่ดีและพัฒนาความสามารถให้สามารถดำเนินการตามมาตรฐานที่ต้องการได้</p> <p>โดยทั่วไป นักเรียนมีความสามารถด้านภาษาอังกฤษอยู่ในระดับกลางถัดไป ไม่สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดี บุคลิกภาพที่ขาดหายไป เช่น การแสดงออกทางกายภาพ ความกระตือรือร้น ความอดทน ความรับผิดชอบ ความรับผิดชอบต่อผู้อื่น ความซื่อสัตย์ เป็นต้น แต่ความสามารถทางภาษาอังกฤษของนักเรียนต่ำกว่ามาตรฐานที่ต้องการ ทำให้ต้องมีการฝึกซ้อมเพิ่มเติม</p> <p>การเข้าสู่การศึกษาที่ดี ต้องมีความสามารถทางภาษาอังกฤษอย่างน้อยระดับดีมาก สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดี สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดีมาก สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดีมาก สามารถเข้าใจภาษาอังกฤษได้ดีมาก</p>	บุคลิกภาพ บุคลิกภาพ 19



## ใบความรู้ 4

### (แผนการสอนเรื่อง ปัจจัยกระตุ้นการแพทย์และเส้นทางสู่การเลิกยา) เกณฑ์การจัดการกับตัวกระตุ้น

สมองของคนซึ่งเคยผ่านการใช้ยาเสพติดมาก่อนจะมีความต้านทานต่อตัวกระตุ้นที่ทำให้เกิดการใช้ยา การใช้ยาเป็นผลมาจากการต้องการชิมกับสิ่งกระตุ้นต่างๆ ตัวกระตุ้นพึงดูแลเป็นสำคัญที่นำไปสู่การเสพยาเสพติด ได้ดังนี้

ตัวกระตุ้น → คิด → อาการอ่อนเพลีย → ใช้ยา (จะเป็นของชำร่วยเข้ามาครอบคลุมว่าสักให้กลับไปใช้ยาอีก)

สิ่งสักดิบที่สุดในการป่านบัตรักษา คือ การหดหุดกระบวนการที่ทำให้เกิดอาการอ่อนเพลีย ที่ต้องทำเป็นอันดับแรก คือ

1. แยกเม็ดชนิดของตัวกระตุ้นที่ส่งผลให้เกิดความต้องหากายของบุคคล
2. หลีกเลี่ยงการเมชิญกับตัวกระตุ้นให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ( เช่น อายุรแพทย์เดินรถ จ้างคนมาก เนื่องจากเมื่อเมื่อเป็นมากมีโอกาสที่จะนำไปใช้ยาเสพติดอีก )
3. วิธีการจัดการกับตัวกระตุ้นได้หลายวิธี ( เช่น การออกกำลังกาย , การเข้าร่วมประชุมกลุ่มผู้ติดยาเสพติดหรือรวมในศิรษะวันศุกร์ )
4. พยายามหดหุดความต้องที่จะนำไปสู่การเสพยาเข้าโดยใช้เกณฑ์การหดหุดความต้องที่จะรักษาให้หมดอย่างเดียว ถึงแม้ต้องใช้เสพยาแล้ว แต่ตัวกระตุ้นต้องมีผลต่อสมอง ทำให้เกิดอาการอ่อนเพลีย เพราะฉะนั้นความต้องที่ต้องการหดหุดยาเสพติดต้องถ่างเที่ยวหนึ่นไม่เพียงพอ ต้องเบี่ยงเบนไปทางพฤติกรรมตัวเอง ซึ่งจะช่วยให้หลีกเลี่ยงเมื่อต้องเจอกับตัวกระตุ้นได้อย่างชัดเจนมากขึ้นและต้องระวังมัตระวังปัจจัยอื่นๆ ที่อาจทำให้กลับไปเสพยาอีก คือ

#### หนบทวนเหตุผลหรือสาเหตุที่ทำให้ต้องกลับไปเสพยา

เมื่อไรก็ตามที่ต้องสินใจขาดหุดหุดติดหรือเสพยา จะต้องยินยอมที่จะปิดเบบเหตุของภารกิจที่ทำให้กลับไปเสพติดคือ ความต้องในเชิงหุดหุดจะต้องถูกตัวกระตุ้นความอ่อนเพลียเสพติดอย่างมีเหตุผลที่มากพอที่จะเออานะ ขอโดยยังคงต้องรักษาในใจที่จะเป็นผู้คนสักดิบดูที่จะนำไปสู่การเสพยาหรือภารกิจที่ด้านมาที่ควรแล้ว ที่ต้องยอมแพ้กับขอต้องต้องทนท่านนี้ แล้วกลับไปเสพยาเข้าอีก

#### สำรวจความคิดที่ทำให้เกิดอาการอ่อนเพลีย

อาการอ่อนเพลียได้เกิดขึ้นอย่างต่อต่อไปตลอดเวลา แต่ไม่ใช่ที่จะพบอยู่รูปแบบของอาการอ่อนเพลียได้ย่างชัดเจน ความคิดที่จะใช้ยาจะเกิดขึ้นที่จะเสียเวลาอยู่โดยที่เราไม่รู้สึกตัว จึงเป็นลักษณะของความพยายามอย่างมากที่จะหุดหุดความคิดเหล่านี้ ถ้าคุณอังหนังหุนหุนที่จะพิจารณาเรื่องการเสพยาต่อไปอีกหน้า กับว่าคุณต้องสินใจเลือกที่จะริบกลับไปติดคื้อ อั้นคิดเรื่องการเสพยามากขึ้นกว่าไอน์อย่างที่จะกลับไปติดคื้อ ก็เพิ่มมากขึ้นเท่านั้น

#### พัฒนากระบวนการที่เกิดขึ้นของโดย อัตโนมัติ

ในระหว่างสภาวะการติดยา ตัวกระตุ้น ความคิด อาการอ่อนเพลียและการมีภารกิจที่ต้องกันอย่างไว้ก่อนโดยปกติแล้วจะเกิดขึ้นเป็นลำดับต่อเนื่อง ดังดังนี้

ตัวกระตุ้น → คิด → อาการออกฤทธิ์ → เสียง

ถูกใจสักดูที่จะจัดการกับกระบวนการทางที่ไม่ได้ทางเรื่อง หรือ การหยุดความคิดไว้ตั้งแต่เริ่มต้นก่อน ที่จะไปถึงขั้นของการออกฤทธิ์ ซึ่งจะทำให้ไม่สามารถควบคุมความมันของตัวเองได้ สักดูที่จะต้องห้าก็คือ ให้รู้เท่าทันความคิดของตัวเองว่าจะเกิดอะไรขึ้นให้เร็วที่สุด

### เทคนิคการหยุดความคิด

กล่าวว่าหยุดความคิด

#### เทคนิคที่ 1 การจินตนาการ

โดยสร้างภาพที่เปิด - ปิดสวิตช์ไฟฟ้าหรือล็อกโทรศัพท์ให้เกิดขึ้นในใจ จินตนาการให้ตัวเองเป็นคนเปิดหรือปิดสวิตช์ไฟฟ้าเพื่อที่จะหยุดความคิดที่จะเสียง จินตนาการภาพอื่นให้เกิดขึ้นมาแทนที่ความคิดเหล่านั้น

#### เทคนิคที่ 2 การติดหนังยาง

ให้เอาหนังยางใส่ข้อมือ เมื่อใดก็ตามที่เริ่มติดธงชาติเดลิคให้ล็อกทันทีของและหยุดกับตัวเองว่า “ไม่” และบลีบลีบไปติดเรื่อยๆ บนแขน

#### เทคนิคที่ 3 การฝึกการผ่อนคลาย

เมื่อรู้สึกว่าตัวรู้สึกหลักพื้น แล้วเป็นระดับในท้อง นั่นคือ อาการออกฤทธิ์ให้ฝึกผ่อนคลายโดยการหายใจเข้าลึกๆ (ให้อาการเข้าให้เต็มปอด) และหายใจออกช้าๆ ทำอย่างนี้ 3 ครั้งจะรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นๆ ได้เมื่อรู้สึกเมื่อการออกฤทธิ์เกิดขึ้นแล้ว

#### เทคนิคที่ 4 ปรึกษาคนที่ช่วยเหลือได้

การมีบอร์โกรสพทัศน์ที่สนับสนุนให้กำลังใจ มีเวลาให้ และสามารถพูดคุยได้เสมอเมื่อต้องการที่อยากรู้ เมื่อเกิดความคิดแบบเดิมๆ และความรู้สึกล้าบอยจากการออกฤทธิ์ ควรให้ผู้ดูแลให้คำแนะนำที่ดี ให้รับฟังแล้วไห้และจะได้รับสนับสนุนและเมื่อในสิ่งที่กำลังคิดซึ่งจะนำไปสู่การเสียหาย

## ใบความรู้ 5

(แผนการสอนเรื่อง ปัจจัยกระตุ้นการแพทย์และเลี้นทางสู่การเด็กษา)  
แนวคิดที่ควรได้

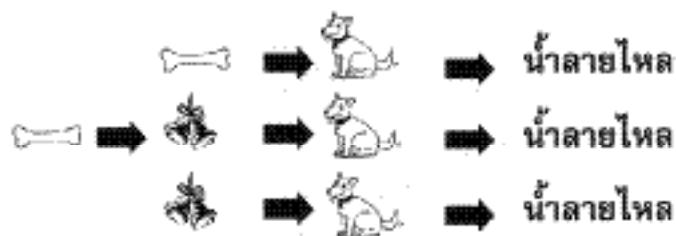
ประเด็นอภิราย	แนวคิดที่ควรได้
1. ท่านศึกว่าผักเรียนที่พึงพอใจในไทยจะใช้รึ หยุดความคิดเพื่อเริ่มคิดถึงการแพทย์อย่างไร	- ผักเรียนส่วนใหญ่ เดือดใช้วิธีการหยุดความคิด ที่ไม่เห็นอกนักแล้วหันกลับไปใช้วิธีการ ปัจจุบันเพื่อสนับสนุน หรือคุ้มครองที่สุด
2. วิธีการที่ใช้นั้นจะได้ผลกับผักเรียนของท่านหรือ ไม่เพียงพอ	- หากผักเรียนเดินทางใช้วิธีหยุดความคิดจะเป็นสิ่งที่ อาจทำให้ยากเพื่อตัวกระตุ้นส่วนในไทยมักเป็น การถูกเพื่อนช่วยให้ใช้รื้า ซึ่งส่วนใหญ่ผัก จะถูกใจเมื่อเข้าใจ
3. ถ้าผักเรียนไม่สามารถใช้วิธีนั้นได้ ท่านศึกว่า ด้วยรูปที่เหมาะสมกับผักเรียนของท่านหรือไม่ อย่างไร	- วิธีการที่ถูกต้องไม่ไปพบค่าวาระตุ้นที่จะทำให้ อย่างเช่นให้ใช้ผลตั้งกับผักเรียนมากกว่า

### แผ่นใส 1

ตัวกระตุ้นและการอิยากรยา

การทดลองของ Pavlov

### ตัวกระตุ้นและการอิยากรยา การทดลองของ Pavlov



ยา  $\rightarrow$  อาการทางร่างกาย  
ยา + สิ่งที่เกี่ยวข้องกับยา  $\rightarrow$  อาการทางร่างกาย  
(ตัวกระตุ้น)  $\rightarrow$  (การอิยากรยา)  
สิ่งที่เกี่ยวข้องกับยา  $\rightarrow$  อาการทางร่างกาย  
(ตัวกระตุ้น)  $\rightarrow$  (การอิยากรยา)

### แผ่นใส 2

### ตัวกระตุ้นและการอิยากรยา



แผ่นใส 5

## กระบวนการเรียนรู้

### ระบบคงการเดพยา

**ตัวกรองด้าน**

- \* งานรื้นเริง
- \* ศิลป์วันหยุด
- \* เพื่อน
- \* ตนเอง
- \* สุรา
- \* โภภาระ
- \* เพื่อน
- \* ลักษณะทางเพศ

ปานกลาง



**การตอบสนองด้าน**

- \* ติดเสียงยา
- \* คาดหวังได้ใช้ยา
- \* มีผลต่อร่างกายเล็กน้อย
- \* ใช้บางโอกาส

แผ่นใส 6

## กระบวนการเรียนรู้

### ระบบห่วงมุ่นกับการเดพยา

**ตัวกรองด้าน**

- สุคสัปดาห์
- เพื่อน
- เครื่องคิด
- เปื่อยหน้า
- วิถีกังวล
- หลังห่างงาน
- ความเหงา

รุนแรง



**การตอบสนองด้าน**

- ติดเรื่องของการเดพยา
- การตอบสนองทางร่างกาย
- ความต้องการทางจิตใจ
- อาการรุนแรง
- เดพบ่ออยชั่น

## กระบวนการเรียนรู้ ระยะวิกฤต

### ตัวกราะด้าน

- \* ทุกอย่างเมื่อ
- \* ทุกเวลา
- \* ที่งาน
- \* ไม่ได้ทำงาน

มีส่วนมาก



### การตอบสนอง

- \* ความคิดเกี่ยวกับยาช้าๆ
- \* ตอบสนองโดยอัตโนมัติ
- \* ติดยาด้านจิตใจที่รุนแรง
- \* การเสพยาโดยควบคุม  
ตนเองไม่ได้

## การเกิดความคิดเกี่ยวกับยาช้าๆ

### ระยะเริ่มต้นใช้ยา



### ระยะของการเดพา



### ระยะหามถ่วงกับยา



### ระยะวิกฤติ



## กระบวนการเรียนรู้ รายวิภาค

第六章

- \* ทุกอาชญากรรม
  - \* ทุกเวลา
  - \* ที่ทำงาน
  - \* ไม่ได้ที่ทำงาน

עכברתא ר' יונתן



ก้าวสู่ความสำเร็จ

- \* ความคิดเกี่ยวกับยาเสพติด
  - \* ตอบสนองโดยอัตโนมัติ
  - \* ดึงยาด้านจิตใจที่รุนแรง
  - \* การเสพยาโดยควบคุม  
ตนเองไม่ได้

## การเกิดความคิดเกี่ยวกับยาช้ำ ๆ

ຮະບອບເរີ່ມຕົ້ນໄຫຍາ



ระบบคุณภาพเชิงพาณิชย์



ຂະໜາດນຳມົງກົດ



ຮະຫວັດ



## ตัวกระตุ้น - คำนิยาม

ตัวกระตุ้น เป็นสิ่งใดก็ตามที่เกี่ยวข้องกับการเสพยา  
ตัวกระตุ้นเหล่านี้ ได้แก่ บุคคล สถานที่ สิ่งของ  
ช่วงเวลาในแต่ละวัน สภาพอารมณ์และการใช้  
ยาเสพติดชนิดอื่น



## เส้นทางสู่การเลิกยา

### ตัวกระตุ้น - บุคคล

- เพื่อนที่เสพยา / ผู้ขายหรือเสียงเรียก
- สัญเสียงบุคคลที่สำคัญในชีวิต
- คู่ควร
- กลุ่มคนที่คุยกันเรื่องเสพยา

ແຜ່ນໄສ 11

# เส้นทางสู่การเลิกยา

## ตัวกระตัน - สถานที่

- สถานที่ขายยา / ถนนที่ขายยา
  - ในห้องลับ / ที่ทำงาน
  - บ้านเพื่อนที่เสพยา
  - มุกถนน

แผนที่ 12

# เส้นทางสู่การเลิกยา

## ตัวกระตุ้น - สิ่งของ

- ◆ อุปกรณ์เสพยา / เงิน
  - ◆ นิตยสาร/ภาพ淫物รักษาด้านทางเพศ
  - ◆ ตนตระหง่านประเทา
  - ◆ ภาพ淫物 / โทรทัศน์ที่เสนอเกี่ยวกับยา
  - ◆ การดื่มสุรา / ยาเสพติดชนิดอื่น

## เส้นทางสู่การเลิกยา

ตัวกระตุ้น - เวลา

- \* ช่วงเวลาที่ไม่มีอะไรทำ
- \* เวลาที่เครียด
- \* หลังทำงาน
- \* วันที่ได้รับเงิน
- \* วันหยุด
- \* ศืนวันศุกร์ / วันเสาร์
- \* วันเกิด / วันฉลอง

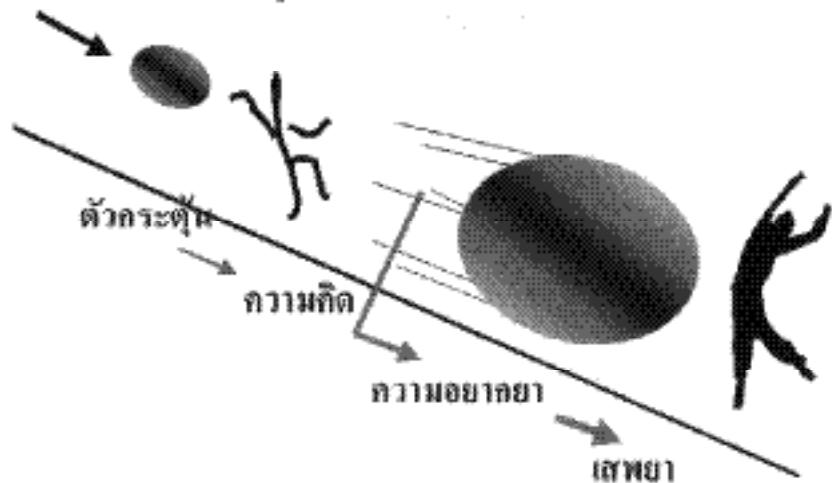
## เส้นทางสู่การเลิกยา

ตัวกระตุ้น - อารมณ์

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| ◆ วิตกกังวล        | ◆ อ่อนเพลีย          |
| ◆ โกรธ             | ◆ เปื่อย             |
| ◆ ความคับข้องใจ    | ◆ ภาวะตื้นเต้นเร้าใจ |
| ◆ ตัวกระตุ้นทางเพศ | ◆ ภาวะห่างเหินทางเพศ |
| ◆ อารมณ์คั่งค้าง   |                      |

แผนที่ 15

## ตัวกระตุ้นและความอ่อนเพลีย



๘.๒๙

แผนที่ 16

## เส้นทางส์การเลี้ยกษา

๘.๒๙

ตัวกระตุ้น → ความคิด → อ่อนเพลีย → เมまい

๘.๒๙

การหยุดยาในช่วงแรก : ระยะหันนีมูน

## เส้นทางสู่การเลิกยา

ช่วงเริ่มต้นเลิกยา : ระยะหันนีมูน

เชื่อมั่นมากเกินไป จนชะล่าใจว่าเลิกยาได้

ขาดสมาร์ต

ความรู้สึกrunแรง

ปัญหาความจำ

อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย

พยายามติดชนิดอื่น

ไม่รู้ว่าอะไรเป็นสิ่งสำคัญที่

ควรทำก่อน

## เส้นทางสู่การเลิกยา

ปัจจัยที่กลับไปใช้ยาในระยะหันนีมูน



- ❖ เชื่อมั่นมากเกินไป ชะล่าใจว่าจะไม่กลับไปใช้ยาอีก
- ❖ ใช้สุรา/ยาชนิดอื่น
- ❖ หยุดการจัดกิจกรรม
- ❖ ต่อต้านพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง
- ❖ กลับไปดำเนินชีวิตเหมือนตอนติดยา
- ❖ ไม่รู้ว่าอะไรเป็นสิ่งสำคัญที่ควรทำก่อน
- ❖ มีอาการระแวงเป็นช่วง ๆ

### ช่วงกลางของการเลิกยา

## การหยุดยาที่ยืดเยื้อ

กลับไปมีพฤติกรรมเดิม  
ไม่มีความสุข  
โกรธ  
เครียดมอง

อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย  
ความคิดไม่ชัดเจน  
แยกตัว  
ปัญหาครอบครัว

อยากยาอีก  
หงุดหงิด  
บังคับตนเองไม่ได้

(ระยะฟ้าวุ่นประสาด)

### เส้นทางสู่การเลิกยา

#### ปัจจัยที่กลับไปเสพยาในระยะฝ้าอุปสรรค

- ปัญหาทางอารมณ์รุนแรงขึ้น
- การเลิกทำกิจกรรมใหม่
- ความขัดแย้งกับผู้อื่น
- พฤติกรรมที่เสื่อมลง
- การใช้สุรา/ยาอื่น
- การอ้างเหตุผลกลับไปเสพยา
- ไม่มีความสุข/ขาดแรงจูงใจ
- ต่อต้านการออกกำลังกาย
- นอนไม่หลับ/ไม่มีกำลัง/อ่อนเพลีย
- ราช渭idge



### ช่วงกลางของการเลิกยา

## การหยุดยาที่ยืดเยื้อ

กลับไปมีพฤติกรรมเดิม  
ไม่มีความสุข  
โกรธ  
เครียดมอง

อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย  
ความคิดไม่ชัดเจน  
แยกตัว  
ปัญหาครอบครัว

อยากยาอีก  
หงุดหงิด  
บังคับตนเองไม่ได้

(ระยะฟ้าวุ่นประสาด)

### เส้นทางสู่การเลิกยา

#### ปัจจัยที่กลับไปเสพยาในระยะฝ้าอุปสรรค

- ปัญหาทางอารมณ์รุนแรงขึ้น
- การเลิกทำกิจกรรมใหม่
- ความขัดแย้งกับผู้อื่น
- พฤติกรรมที่เสื่อมลง
- การใช้สุรา/ยาอื่น
- การอ้างเหตุผลกลับไปเสพยา
- ไม่มีความสุข/ขาดแรงจูงใจ
- ต่อต้านการออกกำลังกาย
- นอนไม่หลับ/ไม่มีกำลัง/อ่อนเพลีย
- ราช渭idge



## เส้นทางสู่การเลิกยา ขาดเป้าหมาย

ปัญหาสัมพันธภาพ  
ความเบื่อ

รู้สึกผิดและอายใจ

## ระยะปรับตัว / ระยะคลี่ด้าย

อาชีพ  
ความไม่พอใจ

มีพยาธิสภาพทางด้าน  
จิตใจเติมหรือเกิดใหม่

## เส้นทางสู่การเลิกยา ปัจจัยกลับไปเสพยาในระยะปรับตัว

- ⇒ ใช้สุรา/ยาอื่น
- ⇒ โครงสร้างในการปรับตัว
- ⇒ ไม่ยอมรับว่าติดยา
- ⇒ หมดแรงจูงใจในการเลิกยาหรือยกเลิกข้อสัญญา
- ⇒ เกิดปัญหาที่เคยเป็นพยาธิสภาพเดิม

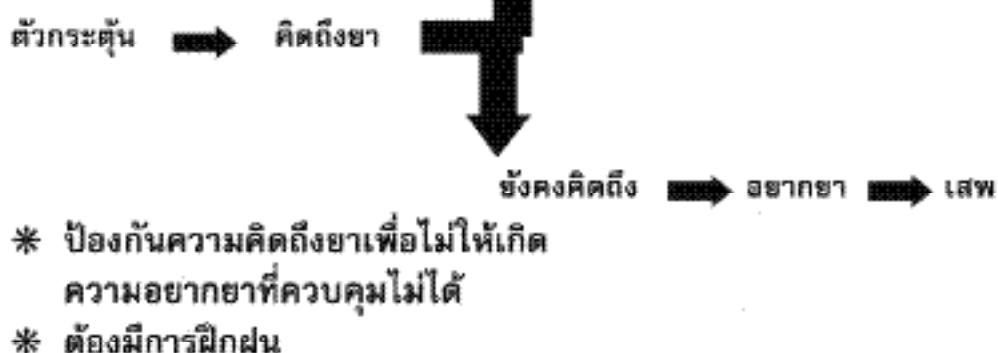


แผนที่ 25

## เส้นทางสู่การเลิกยา

### หลักการสำคัญ : การหยุดความคิด

การหยุดความคิด



แผนที่ 26

## เส้นทางสู่การเลิกยา

### วิธีการหยุดความคิด

- ➡ รับรู้ถึงความคิดที่จะทำให้เสพยา
- ☆ ใช้จินดาการ
- ☆ การเตือนตนเองด้วยการติดหนังยาง
- ☆ ฝึกการผ่อนคลาย
- ☆ ปรึกษาคนที่ช่วยเหลือได้





# แผนการสอน ๖

## เรื่อง กิจกรรมภาษาอุบมเพื่อจัดการกับตัวละครตุน

(เวลา 2 ชั่วโมง)

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีทักษะการจัดกิจกรรมกลุ่มในการช่วยเหลือผู้ใช้ยาเสพติด
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมรู้เหตุผลของการทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อจัดการกับตัวละครตุน และการพูดคุยในการปักษาเสพติด

### สาระสำคัญ

ปัญหาสู่ใช้ยาเสพติดที่ทำให้เลิกยาได้ยากนั้น มีสาเหตุหลักประการที่สืบทอดกันมาต่อเนื่องจากตัวละครตุนที่ทำให้อาสาพยาเสพติดตัวละครตุนภายในและตัวละครตุนภายนอก ให้ลั่นระฆังสู่เยาวชนเสพติดสามารถเรียนรู้เรื่องการจัดการกับตัวละครตุน โดยเฉพาะการดูแลความต้องที่ทำให้อาสาพารามห่วงการได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเรียนรู้เรื่องการจัดการกับตัวละครตุนก็จะเป็นการนำไปสู่ปัญหาการใช้ยาเสพติดต่อไป

### กิจกรรม

องค์ประกอบกลุ่ม/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/ตัวอย่าง
ขั้นรู้ขั้นเห็นใจ ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากร ตามผู้รับการอบรม “การที่ผู้เดียว เสพและเด็กได้อาภิวิธีไม่สามารถเด็กได้ เพราะอะไร”  - ฝึกฝน 2 - 3 คน	- ใบความรู้ 1 ดาว ปรึกษาเพื่อจัดวิทยา แบบกลุ่ม
ความตื่นเต้นของ กลุ่มใหญ่ (35 นาที)	- วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับเรื่อง “การปฏิรักษาเรื่อง จิตวิทยาแบบกลุ่ม”  - ให้ผู้รับการอบรม ทำการฝึกกิจกรรมกลุ่ม โดยที่ วิทยากรผู้สอนเข้าให้ผู้รับการอบรมต้องใช้สูตรกระบวนการ การฟังกลุ่มเพื่อวินิจฉัยที่กระบวนการคร่าวเป็นไป ตามที่ผู้สอนหรือไม่อ่อนไหว	- ใบความรู้ 1 ดาว ปรึกษาเพื่อจัดวิทยา แบบกลุ่ม  - วิธีทัศน์ “กิจกรรม กลุ่มเพื่อจัดการกับ ตัวละครตุน” เวลา 20 นาที
ลงท่อนความตื่น ตัวประกาย กลุ่มละ 4 - 5 คน (15 นาที)	- แบ่งกลุ่มละ 4 - 5 คน เพื่อให้ผู้รับการอบรม วินิจฉัยที่ทำกิจกรรม ความประทับใจในใบงาน 1	- ใบงาน 1

องค์ประกอบ/กลุ่ม/要素	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ความตื่นเต้นของกลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- ฝึกผู้เรียนการตอบรับ 2 - 3 กลุ่ม รายงานในกลุ่มใหญ่ - วิทยากรสรุปการเรียนคร่าวๆ กระบวนการสอนและการกลุ่ม	
ชั้นสอนมือธรรมชาติ ประยุกต์แนวหัวข้อ ฝึกปฏิบัติกลุ่มละ 9-10 คน (40 นาที)	- ให้ผู้รับการอบรมฝึกกลุ่มละ 9 - 10 คน (โดยมีวิทยากรประจำกลุ่มละ 1 คน) เพื่อฝึกทักษะการท้าทายกิจกรรมกลุ่ม ช่วยเหลือผู้เดพอย่างมีประสิทธิภาพในการจัดการกับหัวข้อที่ได้กำหนดให้ในงาน 2 - วิทยากรกลุ่มละ 1 คน ให้ผู้รับการอบรมฝึกหัดจะพร้อมกันให้คำแนะนำและสรุปผลการฝึกปฏิบัติในกลุ่มละ 1 คน ให้กิจกรรมที่สอนด้านการดำเนินกิจกรรมตามลำดับกลุ่ม แบบสังเกต การฝึกกิจกรรมกลุ่ม	- ในงาน 2
ความตื่นเต้นของกลุ่มใหญ่ (20 นาที)	- ให้ผู้รับการอบรมและวิทยากรกลุ่มท่องเที่ยว สามารถพัฒนาศักยภาพในการท้าทายเพื่อชิงชนะเลิศ ผู้เดพอย่างมีประสิทธิภาพ - วิทยากรหลักเสนอการนำเสนอแนวทางการท้าทายกลุ่ม ให้กิจกรรมท่องเที่ยว ให้กลุ่มท่องเที่ยวจากกลุ่มฝึกหัด ท้าทายกิจกรรมกลุ่มอีกด้วยบันทึกในกระดาน ฉบับล่าสุดครับ	- ผู้ฝึกอบรม : กิจกรรม ณ กลุ่มจัดตั้งคอมปาร์ติ ในประเทศไทย

### ตัวอย่างการฝึกหัด

1. ในงาน 1 วิทยากรทั้งหมดทราบการกลุ่ม
2. มีกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. แผนบันทึกสำหรับนักเรียน เรื่องการจัดการกับปัจจัยที่เป็นหัวใจสำคัญ
4. แผนบันทึกการฝึกหัดกลุ่ม
5. แผนบันทึก “กิจกรรมกลุ่ม เพื่อจัดการกับหัวใจสำคัญ”

### การประเมิน

1. ผู้ฝึกสอนการตอบค่าความไม่แน่นอนประมาณ
2. จำนวนนักเรียนที่เข้าใจความสามารถที่มีกิจกรรมกลุ่ม ในในงาน 1
3. ผู้ฝึกสอนประเมินว่ามีความต้องการที่พิเศษในการใช้กิจกรรมที่ “กิจกรรมกลุ่มเพื่อจัดการกับหัวใจสำคัญ”

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง กิจกรรมกลุ่มเพื่อจัดการกับตัวภัยคุกคาม

แบบกิจกรรมชั้น 4 - 5 คน วิธีการสอนการท่องเที่ยวกิจกรรมกลุ่ม จำนวน 15 นาที และ สืบตัวภัยคุกคามที่ไม่เกิดขึ้นในไทย วิเคราะห์และสอนการท่องเที่ยวกิจกรรมกลุ่ม

บทบาทผู้นำกลุ่ม	ทำ	ไม่ทำ	ไม่สนใจ
1. เปิดกิจกรรมนี้ตัว สร้างสัมพันธ์ด้วยการ			
2. ให้สมาชิกเลือกประชุมการณ์ตัวภัยคุกคามของ – ภัยในที่ท่าให้ถูกต้องเพียง			
3. สนับสนุนให้เลือกการปฏิบัติเดินทางต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น			
4. กระตุ้นให้สมาชิกกลุ่ม อภิปราย วิธีปฏิบัติ ของการบังคับ ผลักดัน			
5. สนับสนุนให้กลุ่มลงมือฝึกประชุมการณ์การจัดการกับ ภัยคุกคามที่ไม่ได้คาด			
6. ให้สมาชิกประเมินสถานการณ์ตัวภัยคุกคามที่อาจเกิดใน 2 - 3 ล้านนาที และวิธีการจัดการ			
7. สนับสนุนให้สมาชิกอภิปราย และปฏิบัติ情境เพื่อวิธี การปฏิบัติที่เหมาะสมกับสถานะและภาระของภัยคุกคามได้ จริง			

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง กิจกรรมกลุ่มเพื่อจัดการกับตัวกระตุ้น

#### ฝึกหัดภาษาให้การปรึกษาแบบกลุ่ม

1. แบบทดสอบ 9-10 คน เสือกบทบาทสมมุติ 1 ชุด จาก 2 ชุดต่อไปนี้เพื่อฝึกหัดภาษาให้การปรึกษาแบบกลุ่มการซื่อสัมผัสเด็กเรียนที่ใช้ยาเสพติดในการจัดการกับตัวกระตุ้น

ครู / ผู้นำกลุ่ม	1	คน
นักเรียน	7 - 8	คน
ผู้ดูแลการณ์	1	คน

เวลา 40 นาที

#### บทบาทสมมติ ชุดที่ 1

- ล็อก นักเรียนหญิง ม.2
- หวาน นักเรียนหญิง ม.3
- กีก นักเรียนหญิง ม.3
- วีร์ นักเรียนชาย ม.3
- โซค นักเรียนชาย ม.3
- โน๊ต นักเรียนหญิง ม.2
- วีร์ นักเรียนหญิง ม.2
- สู นักเรียนชาย ม.3
- ผู้นำกลุ่ม ครูและชาวบ้าน

#### บทบาทสมมติชุดที่ 2

- จุก นักเรียนชาย ม.5
- ໂစ นักเรียนชาย ม.5
- หนึ่ง นักเรียนชาย ม.4
- บอย นักเรียนชาย ม.
- ฟี นักเรียนชาย ม.5
- นัก นักเรียนหญิง ม.5
- ฤทธิ นักเรียนหญิง ม.5
- ผู้นำกลุ่ม ครูและชาวบ้าน

#### หมายเหตุ นักเรียนห้อง 2 กลุ่ม มีประสบการณ์การใช้ยาเสพติดมา 2 เดือน - 1 ปี ทุกคนมีปัญหาที่แตกต่างกันไป

2. หลักจากทำบทบาทสมมุตินี้แล้ว ให้สมาชิกฝึกปฏิบัติการปรึกษาแบบกลุ่มตามขั้นตอนดังนี้

- ผู้นำกลุ่ม เปิดห้อง การฟื้นฟื้นที่นักการแพทย์แนะนำต่อ
  - สมาชิกเล่าเรื่องประสบการณ์ตัวกระตุ้นทางนัก - ตัวกระตุ้นหายใจ ในชีวิตประจำวันที่ทำให้เกิดความเสียหาย
  - สมาชิกชี้แจงการปฏิบัติตนต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น
  - สมาชิกกลุ่ม อภิปราย วิธีปฏิบัติและทางบวก ทางลบ ที่เกิดขึ้น
  - สมาชิกกลุ่ม แยกเป็น小组 ประสบการณ์การจัดการกับตัวกระตุ้นที่ใช้ได้ผล
  - สมาชิกทำใบงาน (แบบบันทึกสำหรับนักเรียนการจัดการกับปัจจัยที่เป็นตัวกระตุ้น) ประเมินสถานการณ์ตัวกระตุ้นที่อาจเกิดใน 2 - 3 เดือนหลังหน้าและวิธีการจัดการ และนำเสนอต่อในรายวิธีที่เหมาะสมสำหรับแต่ละคนที่สามารถปฏิบัติได้จริง
  - สมาชิกกลุ่ม ผับ聊聊 ให้กันฟังใจกัน
- ผู้ดูแลการณ์ ควรจะหันหน้าไปทางหน้าและหันหน้ากลับไปทางหลัง ตามแบบลักษณะการณ์ การหันกลับหัว

## บทบาทสมมติ ขดที่ 1

1. อ้อม เป็นนักเรียนหญิง อั้น อ.2 เดຍใช้อานี 4 เดือนที่ผ่านมาสานาหตุเพื่อนชวน อ้อมมีประวัติ ครอบครัว พ่อแม่แยกกันตั้งแต่เมื่อเด็กๆ แล้ว แม่ มีสามีใหม่และมีบุตรอีก 2 คน ครอบครัวมีอาชีพค้าขาย ประวัติการเรียนรู้จะเป็นอย่างไรบ้างคือผลตอนนี้ อ. 2
2. หวาน นักเรียนหญิง อั้น อ.3 ใช้อานีมา 6 เดือนที่ผ่านมา สานาหตุ เพื่อนชวน ประวัติครอบครัว พ่อ แม่อยู่ด้วยกัน พ่อซึ่รกรับจ้าง แม่ขายของตามแหล่งที่ด้อยคนหานั่นไฟฟ้าอยู่บ้าน หวานมีพี่สาว 1 คนและน้องชาย 1 คน ครอบครัวไม่ด้อยคุณพันกัน ประวัติการเรียนหวานเรียนໄอีกมาตั้งแต่เด็ก
3. กิก นักเรียนหญิง อั้น อ.3 ใช้อานีมาเกือบปี สานาหตุอย่างเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ประวัติ ครอบครัวพ่อแม่อยู่ด้วยกันมีฐานะทางครอบครัวดี แต่พ่อเป็นคนเข้มงวด แม่เป็นคนห่อนหอบ ชอบดูด กิกเป็นลูกคนเดียวที่ปัญหาร่วม คือ ชอบแพ้หัวเป็นเด็กผู้ชายมีแพนเป็นนักเรียน หญิง อ. 2 ประวัติการเรียนเคยเรียนดี แต่เริ่มไม่สนใจเรียนหนัก อ. 2 เหตุผลทราบ
4. วิทย์ นักเรียนชาย อั้น อ.3 ใช้อานีมา 1 ปี สานาหตุอย่างท่าทางได้รับความจาก ประวัติครอบครัว พ่อแม่หอบหือทึ่งให้อยู่กับย่าตั้งแต่เด็ก วิทย์ต้องทำงานที่อยู่บ้านและย้ายไปอยู่บ้าน แม่ส่องด้วย เรียน ประวัติการเรียนระหว่างต้นปีก็คงต่อเรียนต่อเรียน แต่ไม่สนใจเรียนหนัก อ. 2 เหตุผลทราบ
5. โซน นักเรียนชาย อั้น อ.3 ใช้อานีมา 1 เดือน สานาหตุอย่างเป็นที่ยอมรับ ประวัติครอบครัว พ่อแม่ มีฐานะทางด้านคุณและเคราะห์ดี แต่ไม่ค่อยมีเวลาให้โซน โซนเป็นลูกคนเดียวที่ปัญหาการ ปรับตัวร่วมด้วย ประวัติการเรียนอยู่ในระดับต่ำต่ำต่ำมาก อั้น เริ่มมีปัญหาการเรียนหนัก อ. 3
6. โน๊ต นักเรียนชาย อั้น อ.2 ใช้อานีมา 3 เดือน สานาหตุเพื่อนชวน ประวัติครอบครัวเป็นเด็ก ต่างด้วยวัย พ่อแม่รับรู้ถึงการอยู่ด้วยกันตั้งแต่โน๊ตมาเรียน กุญแจหาย โดยญาติบ้านถุง - ป้าอุ้ย เป็นคนค่อนข้างเรียบร้อย การเรียนอยู่ในระดับปานกลาง
7. วีดิ นักเรียนชาย อั้น อ. 2 ใช้อานีมา 5 เดือน สานาหตุเพื่อนชวน ประวัติครอบครัวเป็นลูกชาย คนเดียวมีพ่อที่ค่อนข้างเข้มงวด และ คาดหวัง วีดิมีพฤติกรรมคล้ายเด็กผู้หญิง ซึ่งแพ้หัว ปฏิเสธและสังหารมีเรื่องที่เป็นอย่างมาก ประวัติการเรียน เรียนดีมากพอเริ่มมาอ่อนแอลงหน่อย แต่ว่า มีพฤติกรรมเป็นผู้หญิง
8. ลูก นักเรียน อั้น อ.3 ใช้อานี มา 3 เดือน สานาหตุถึงการล่ามหนังสือได้ดีนา่นา ประวัติครอบครัวเป็น ลูกชายคนเดียวมีน้องสาว 1 คน ลูกน้องชาย 1 คน ลูกเป็นเด็กเรียนดีมากตลอดท่าให้ พ่อแม่ คาดหวัง ว่าจะเป็นเด็กป่ายังที่ได้ให้กับน้อง ลูกน้องที่เป็นเด็กนักเรียนด้วยพยาบาลหรือการดับความหนาว ตนเดินทางไป โรงพยาบาลมากหลายที่จะให้ความดีกันหนังสือให้มากกว่าที่เป็น

## บทบาทสมมติ ชุดที่ 2

1. ลูก นักเรียนชาย อายุ ๕ เดือนใช้ภาษาอังกฤษได้บ้างมาก แต่รู้สึกว่าไม่流利 พัฒนาด้านภาษาดีกว่าด้านการคิด ลูกมีน้องสาวอีก ๑ คน อุปนิสัยความสามารถทางด้านความคิดที่ดีกว่าเด็ก อุปนิสัยที่ดี ชอบร้องให้ช่วยเหลือเรื่องน้ำขยับ ประจักษ์กับลูกเป็นคนจัดปลูกต้นไม้และกล้าปฏิเสธเพื่อน จนกระทั่งทำให้ผลการเรียนดูดีขึ้น ลูกเชื่อถือใช้ยาที่อยู่ที่จะทำให้ดีขึ้นมากที่สุด
2. โซ่ นักเรียนชาย อายุ ๕.๕ เดือนใช้ภาษาอังกฤษได้บ้างมาก สามารถสื่อสารจากครุณพี่ที่ออกจากโรงเรียนไปแล้ว โดยมีความสามารถและตัวเข็งอยู่มากแล้ว โดยต้องทำงานพื้นฐานเพื่อหาเงินซื้อเครื่องดื่มน้ำและอาหารไปด้วย การเรียนไม่ดีอยู่ในระดับปานกลาง
3. พนักงาน นักเรียน อายุ ๔.๕ เดือนใช้ภาษาอังกฤษได้บ้างมาก แต่ขาดความต้องการของรับจากเพื่อนๆ หน้าเป็นสูญเสียของพ่อแม่ที่มีฐานะทางสังคมต่ำ หน้าพ่อแม่ต้องดูแลตนเอง แม้กับห้องนอนหน้าไม่ได้ใกล้ชิดมากนักเนื่องจากพ่อนั้นต้องออกงานลังคอมเมสอย่างต่อเนื่อง อายุ ๔ หน้ารู้สึกอย่างมีพิษภัยไม่รู้จะเริ่มต้นอย่างไร จึงหัวใจเดียวที่พ่อน่า ใจใช้มาทำความรู้สึกกับหน้าและลูกสาวให้หน้าผ่อนคลาย
4. นาย นักเรียนชาย อายุ ๕.๔ เดือนใช้ภาษาอังกฤษเป็นสูญเสียเดียว พัฒนาอาจารย์อยู่ในกรุงเทพฯ บ่อยครั้งกับพ่อ ส่วนแม่รับราชการอยู่ต่างจังหวัด ปักหมุด/วันหยุด บ่อยกับพ่อเป็นประจำ บ่อยเป็นเดือนโดยรอบไม่เคยหยุด รึมใช้ภาษาอังกฤษช่วยว่าด้วยหัวใจให้บุตรนี้ ความสุข มีสิ่งใดๆ ก็ตามที่ความคิดเป็นด้วยของตัวเองได้
5. ลูก นักเรียนชาย อายุ ๕.๕ เดือนใช้ภาษาอังกฤษได้บ้างมาก แต่เป็นสูญเสียเดียว พัฒนาด้านภาษาดีกว่าเด็ก อุปนิสัยความต้องการเรียนไม่ดีต่อการที่ “ชั่งเรียน” ก่อให้เกิดความคิดเห็น “ENT” ไม่ดีแบบ “ฯ” เพราะต้องเรียนให้จบ อายุ ๖ ลูกเรียนดีก็เรียนดี ต้องพยายามหาที่สอนให้ดีขึ้น ให้ดีขึ้นมากกว่าเดิม
6. น้า นักเรียนหญิง อายุ ๕.๕ เดือนใช้ภาษาอังกฤษได้บ้างมาก น้าเป็นสูญเสียเดียว พัฒนาด้านภาษาดี นักภาษาดีอยู่กับแม่ชื่อเด็กน้าใหม่และมีลูกกับพ่อเด็ก ๑ คน ชื่อเด็กเป็นเด็ก “ฯ” อายุ ๓ - ๔ เดือนก่อนหน้านี้ พ้อเด็กและลูกหัวหายไปนานไว้กับน้าที่โนนน้อยที่ไม่ถูกบ้านท่าให้กันหัวร้อน ลูกสาวและไฝล่อบาชิใจแต่ก็ไม่กล้าบอกแม่ น้าชื่อ “ฯ” ใจร้ายให้แม่กลับบ้านก่อนจะจะเข้าบ้านหลัง ใจร้ายและร้ายแรงนั้นทำให้ลูกสาวหุ่มเพื่อน “ฯ” ให้ลองใช้ชา
7. ลูก นักเรียนหญิง อายุ ๕.๖ เดือนใช้ภาษาอังกฤษได้บ้าง ๑ เดือนที่ผ่านมา ลูกมีพัฒนาการดีกว่าเด็ก อุปนิสัย มีพัฒนาการดีกว่าเด็ก อุปนิสัย การเรียนดีกว่าเด็ก อุปนิสัย “ฯ” อายุ ๕.๔ ลูกนี้เป็นเด็ก “ฯ” อายุ ๕.๕ เป็นรุ่นพี่ที่ชื่นชมลูกสาว และมีพัฒนาการดีกว่าเด็กห่างจากลูกห้าให้ถูกเครียด และหัวใจ กันบ่อยครั้ง จนเรื่องเด็กบ่นคราวของ “ฯ” ลูกสาวและลูกสาวของห่างจากกัน ลูกชื่อ “ฯ” ใจร้ายใจมาก

**แบบบันทึกสำหรับนักเรียน เรื่องการจัดการกับปัจจัยที่เป็นตัวกราะด้าน  
สีและพื้นที่ใช้**

ให้นักเรียนระบุปัจจัยกระตุ้นและหารือถึงการจัดการกับปัจจัยกระตุ้นที่อยู่เบื้องหลังพื้นที่

ปัจจัยกระตุ้น	วิธีการจัดการ
<p>△ ปัจจัยภายนอก</p> <p>(สถานการณ์ ภัยธรรมชาติ ภัยทางเศรษฐกิจ เนื่องจากภัยธรรมชาติ เช่น พายุ ภัยทางเศรษฐกิจ เช่น ภัยเงินต่างประเทศ)</p>	
<p>△ ปัจจัยภายใน</p> <p>(ภาระหนี้ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ)</p>	

## แบบตัวเก็ตการฝึกกิจกรรมกลุ่ม (สำหรับผู้ดูแลกิจกรรม)

ผู้ดูแลกิจกรรมนี้คาดว่าหัวข้อสอนการท่องเที่ยวกิจกรรมกลุ่ม สรุปและนำเสนอในกลุ่มใหญ่

บทบาทผู้นำกลุ่ม	ทำ	ไม่ทำ	ไม่สนใจ
1. เปิดกลุ่มให้เข้าร่วม สร้างสัมพันธภาพ			
2. ให้สมาชิกแต่ละคนประสมการณ์ตัวกระอุ้นภาระ - ภาระในที่ทำให้ต้องเสียเวลา			
3. สนับสนุนให้เล่าเรื่องการปฏิบัติตามลักษณะสถานการณ์ที่เกิดขึ้น			
4. กระตุ้นให้สมาชิกกลุ่ม อภิปราย วิธีปฏิบัติ ผลลัพธ์	ผลลัพธ์		
5. สนับสนุนให้กลุ่มแยกเป็นกลุ่มประสมการณ์การจัดการกับ ตัวกระอุ้นที่ใช้ได้ผล			
6. ให้สมาชิกประเมินสถานการณ์ตัวกระอุ้นที่อาจเกิดขึ้น 2 - 3 ชั่วโมง และวิธีการจัดการ			
7. สนับสนุนให้สมาชิกกลุ่ม แยกเป็นกลุ่มและเดือกริบ การปฏิบัติให้เหมาะสมกับความต้องและสามารถตอบรับได้ จริง			

## ใบความรู้ 1

(แผนการสอนเรื่อง ต้องการมากถึงเพื่อจัดการกับตัวการดูน)  
การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบบุคคล

### การปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling Psychology)

คือกระบวนการที่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการใช้สื่อสารแบบสองทางระหว่างบุคคลหนึ่งในฐานะผู้ให้การปรึกษาซึ่งทำหน้าที่เชื่อถือว่าตนเป็นผู้รับการปรึกษาได้ดีที่สุด ตลอดจนเข้าใจดีที่สุดที่เป็นปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหานั้นได้ด้วยตนเอง

### การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบบุคคล (Group Counseling)

เป็นกระบวนการที่ผู้คนกลุ่มพันธุภาพระหว่างบุคคลโดยมีผู้นำกลุ่ม (Group leader) ที่ให้น้ำใจเชื่อถือว่าให้สามารถเกิดการเรียนรู้ การให้บัน្តารณาคำแนะนำและการยอมรับ อนุญาต มีความไว้วางใจและเข้าใจเชื่อกันและกัน โดยมีผลให้เกิดความรู้สึกอุ่นและดีความรัก หักพาณอยู่กับกล้าที่จะเน้นย้ำกับปัญหาที่เกิดขึ้นและค้นหาสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตัวของตน เพื่อการเข้าใจตนเองและพยายามการอนุมัติสภาพในตนและที่เมื่อยุ่งฯ ใช้ได้อย่างเต็มที่

### ประโยชน์ของการปรึกษาแบบบุคคล

การปรึกษาแบบบุคคลก่อให้เกิดประโยชน์เป็นอย่างต่อไปนี้

- ช่วยให้บุคคลเป็นแบบอย่างที่ตนหรือ ความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีอยู่ตอนนี้และต่อไป
- ช่วยให้สามารถได้มีโอกาสในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นและเรียนรู้ทักษะทางสังคม
- ช่วยให้สามารถมีการแลกเปลี่ยนการรับรู้เชิงบวกและกันและรับรู้เชิงประโยชน์ของการได้รับชื่อชุบทักกลับจากผู้อื่น

### ความแตกต่างระหว่างการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบบุคคลและการพูดคุย

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบบุคคลมีลักษณะเฉพาะดังนี้

- มีความรับผิดชอบร่วมกัน เมื่อกลุ่มนี้ความไว้วางใจ มีเป้าหมายร่วมกันและนำไปปฏิบัติจริง ให้เข้าใจปัญหาของแต่ละคน กลุ่มบี้ที่ให้โอกาสในการรับฟังความรู้สึกในทุกด้าน อนุรักษ์ บังคับการเลือกเพื่อให้สามารถเกิดความรับผิดชอบในการแก้ปัญหาอย่างดี
- ผู้ช่วยสอน คือ ขั้นที่ 1 สร้างสัมพันธภาพเพื่อให้เกิดความไว้วางใจ  
ขั้นที่ 2 สำรวจและท้าความเห็นให้ปัญหาซึ่งใช้เทคนิคต่าง ๆ เช่น การพื้น การอ่าน การสุ่มความ การส่งท่อนความรู้สึก เป็นต้น  
ขั้นที่ 3 เข้าใจปัญหา สาเหตุของปัญหาและความต้องการ  
ขั้นที่ 4 วางแผนการแก้ปัญหา  
ขั้นที่ 5 ยุติกระบวนการ

## ผู้นำกุ่มซึ่งคอมบ้าบัดที่ศักดิ์ความมีคุณสมบัติ ดังนี้

1. **Knowledge** 1. ต้องมีความรู้เรื่องยาเสพติด ผลของการเสพติดและวิธีการลดอันตราย  
2. ต้องรู้ว่าในการทำกุ่มแต่ละครั้งนั้นต้องอุดประหลังต่อไป เป้าหมายของกุ่มคือ  
อะไร

2. **Attitude** 1. ต้องมีความเชื่อมั่นในวิธีการรักษาของยาเสพติด เพราะถ้าหากไม่รู้ว่ากุ่มมีความ  
ศักดิ์ในการรักษาจะส่งผลการรับรู้ของคนริบกุ่มหรือสูบบุหรี่เป็นการรักษาได้ ต้องมีความเชื่อมั่นในวิธีการ  
ถูกใช้อาจจะเป็นยาเสพติดได้ เนื่องจากการเชื่อเป็นการลดลงถึงหัวใจของผู้นำกุ่มว่าพร้อมที่จะช่วย  
เหลือ และเปิดโอกาสให้เข้ารับตัวอย่างเต็มที่ เชื่อความเชื่อนี้เป็นสิ่งสำคัญมากว่าแพทย์จะทำให้เราไม่แน่  
ใจเพราเดวนไม่ยอมรับใน การเข้าร่วมกุ่มแต่ผู้นำกุ่มต้องไม่สรุปว่าเขานี่เป็นคนปลอมแปลงไม่ได้ เพราะ  
การขาดกุ่มอาจดูดีกว่าแพทย์ รับประทานกัน หรืออาจจะเป็นเพราเดวนที่ภักดีกับการฝึกกุ่ม  
ของผู้นำกุ่มก็ได้

2. มีความอดทน ผู้นำกุ่มต้องไม่รู้สึกเสียความมั่นใจ เพื่อรับกระบวนการรักษา  
กลับไปติดเชื้อ เพราะการกลับไปติดเชื้อจะสูบบุหรี่หัวใจการรักษาบ้าบัด เป็นลักษณะของการรักษา  
ไม่ใช่ความตั้งมั่นเท่า

3. มีความตั้งมั่น ในการนำร่องการรักษา ไม่ใช่เริ่มกัน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด  
ในการรักษาและต้องมีความตั้งมั่นด้วยว่าเกิดอะไรขึ้นในกระบวนการกุ่มและขั้นตอนการรักษา  
ตามที่ได้มาที่ตุ้น

3. **Skills** 1. การกระดับให้ชุด เน้นการตามคำแนะนำหรือยกประเด็น แม้กระนั้นการกระดับให้  
ความรู้กุ่มและการรักษาโดยไม่ต้องมีความรู้ในประเพณี  
2. การเรียน ไม่ประดิษฐ์ที่จำเป็นและสามารถที่ต้องไม่ได้รู้  
3. การศูนย์ประเด็นและศูนย์บริการภาคในทุกๆ ให้กับความรู้ การศูนย์ประเด็นจะช่วย  
ให้ไม่หลักลุกไปทางอื่นบ้างที่เป็นภัยต่อการรักษา  
4. การกินเรื่องราวหรือข้อมูลในกุ่มให้เป็นความอ่อน โดยเฉพาะกับคนอายุต่ำ หรือ  
ผู้สูงอายุ ที่ชอบหาเรื่องให้ร้ายใจกุ่มเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อความต้องการ  
ดังนั้นผู้นำกุ่มต้องรักษาข้อมูล คำพูดของมาเรียไม่เป็นความลับความที่สัมภูติไว้กันมา

## คุณสมบัติของผู้รับการปรึกษา (CL)

1. ตรวจสอบได้ เป็นสิ่งแรกที่จะทำให้ผู้รับการปรึกษาให้ความร่วมมือลดลงการรักษา  
ให้เขารับการรักษาจะทำให้ผู้นำกุ่มต้องหางานหนักและควรเพิ่มความรู้ เพื่อถูกต้องกันพอกัน รักษาที่เกิดขึ้นใน  
กระบวนการรักษา ขณะที่รับคนที่ต้องการรักษา เมื่อเขามีเรื่องใดๆ ก็จะเข้ารับการรักษาบ้านล้วนๆ  
หรือถ้าผู้นำกุ่มและศรีทักษิณรักษาในวิธีการรักษาเดียว ผู้นำกุ่มต้องอธิบายให้ผู้รับการปรึกษาทราบว่ากระบวนการ  
การรักษาเป็นอย่างไร เพื่อเป็นการเตรียมตัวให้ผู้รับการปรึกษาและรับรู้เมืองอุจิช่วงเวลาที่จะต้องการ  
กับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการรักษาได้พร้อม

2. ความสามารถในการสื่อสาร สามารถบังคับหูดูกะทิก บังคับไม่สูดเสียงหูบังคับ  
ปัญหาเรื่องสีปัญญาไม่ต้องทำให้ต้องพยายามทัน ผู้นำกุ่มจะต้องรักษาตัวในประเพณีตัวเอง และหาก  
ผู้รับการปรึกษาไม่รู้จะพูด การพูดภาษาไทยให้ออกภาษาไทยคุ้มค่าทางกุ่มก่อน ให้รับรู้และตัดสินใจร่วมกันระหว่าง

ร่วมมือไม่พูดแต่ถ้าสมาชิกคนอื่น ๆ อนุญาตให้เข้าอยู่ในกลุ่มต่อไปได้ ผู้นำกลุ่มต้องปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่ม และถ้าในกรณีที่สมาชิกบางคนตกลงมาพร้อมกันแล้วต้องแยกให้คนอื่นรู้เรื่องหรือเข้าใจในสิ่งที่เข้ามีอยู่ภายใน

3. บุคลผลที่สัมบูรณ์ทางสังคม การทำภารกิจการมีกลุ่มจิตหัวใจบ้านจ้าเป็นต้องได้รับการสนับสนุน ของผู้ป่วยทางเพศระหว่างการบำบัดจะมีการบันทึกจัดรวมหลายอย่างที่ผู้รับการบำบัดต้องอธิบาย ไปยังบุคคลที่บ้าน ถ้าเขายังคงที่สัมบูรณ์หรือคนที่รักษาอยู่และคนที่เข้ารักษาอาจจะไม่ใช่พ่อแม่ก็ได้ที่จะต้องเข้าใจไปยังบุคคลเหล่านี้จะเป็นถูกๆและสำคัญที่จะทำให้เข้าประสมความล้าใจได้

4. ลักษณะที่ผู้รับการปรึกษาอยู่ด้วย การบังคับรักษาด้วยการควบคุมจากหน่วยงานด้านเด็กและเยาวชน ระบบโรงเรียนหรือ สถานพิនิจจะทำให้ได้รับความร่วมมือมากขึ้น และถ้าผู้รับการบำบัดมารับการบำบัดด้วย ทางแพทย์ควรใจ ถึงจะทำให้ได้รับความล้าใจเรื่อยๆต่อไปในการบำบัด

#### หลักการสำาคัญของการบวนการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้การปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้เรียนรู้ประโยชน์แห่งชาติจากการร่วมตัวนี้

c) หัวใจ 1. Acceptance การยอมรับ ผู้นำกลุ่มต้องเดินทางกลุ่ม ห้ามบรรยายความของกรอบวันให้เกิดขึ้น เกิดการเป็นมิตรกัน ศักดิ์สิทธิ์ความต่อต้านที่จะดูดี มีโอกาสสูง และช่วยให้คนที่รักษาไม่รู้เรื่องพ่อแม่ที่เข้ารักษาได้ เพื่อทำให้บุคคลสามารถของกรอบวันเกิดขึ้น

2. Altruism บรรยายความของกรอบบุนเดิร์กันและกัน การช่วยเหลือกัน การเลือดหยดกัน ในกลุ่มก่อให้เกิดความเห็นอกเห็นใจ ความเป็นพากเดียวกัน สร้างความเห็นใจแรม (Cohesiveness) เพราะที่ผู้นำกลุ่มสอนให้เป็นเช่นกันที่สมาชิกสอนกันและกันที่นี้ถูกออกแบบมาให้ความเห็นอกเห็นใจกัน ทำให้เข้าร่วมรู้สึก กันและกันกว่าจะรับรองของวันมากกว่าการบังคับทางกฎหมาย ผู้นำกลุ่มต้องทำให้ความเห็นใจอยู่หนึ่งนี้ให้เกิดเป็นประโยชน์ในการเป็นศูนย์กลางและของการรับรู้การช่วยเหลือและเมื่อไหร่ก็ตามที่ Cohesiveness ให้เกิดประโยชน์ก็จะดีกับกลุ่ม

3. Hope การบ่มเพาะความหวัง ผู้นำกลุ่มจะต้องบ่มเพาะความหวังขึ้นมาในกลุ่มให้สมาชิกเห็นเป็นญาติของคนอื่นที่ใหญ่และเกิดจากตัวกันไปด้วย สร้างความหวังให้ในหนทางการแก้ปัญหาในแง่มุมที่ต่างกัน ตัวนี้ผู้นำกลุ่มจะต้องรักความหวังขึ้นมาให้เกิดขึ้นในตัวใจเข้ามาตัวเอง ให้เกิดรู้สึกประทับใจหรือเห็นประโยชน์ของการเข้ารักษา เพราะถ้าเข้ามาไม่เกิดความหวังให้เกิดความช้ำกุ่มเสียก็อาจจะดีไม่ “เดียวมันก็เหมือนเดิม” “เดียวก็กลับไปใช้ชีวิต” เพราะฉะนั้นหากพบว่าประตีนใหม่เป็นความอ่อนไหวของสมาชิก จะต้องหันมาบ่มเพาะเพื่อป้องกันความรู้สึกต้นหวัง ความหวังจะเป็นตัวหล่อเลี้ยงให้กับกลุ่มให้ดำเนินต่อไป

c) ปัญญา 4. Spectation ต้องการเปรียบเทียบปัญหาของคนอื่นกับปัญหาของตนเองโดยการคุ้นเคยเข้ากัน หรือลองคนมองไปประตีนต้องกันหน้าไม่ว่าจะใหญ่ก็ร้ายก็เล็กก็หาย โดยผู้นำกลุ่มต้องทำให้เข้าเข้าใจและกระหนนกในปัญหาของคนอื่นมากยิ่งขึ้น

5. Universalization ตัวบทั้งสองกลุ่มจะทำให้สมาชิกมีความรู้สึกว่าคนทุกคนล้วนเป็นปัญหา เขายังไม่ใช่คนที่ใช่กับเขายังไม่ใช่คนที่ดีกับเขายังไม่ใช่คนที่เป็นปัญหา ปัญหาที่เกิดขึ้นจะมีสมาชิกคนใดคนหนึ่งนั้นไม่ได้เกิดขึ้นกับเขายังต้องคนเดียวกันที่เกิดขึ้นกับใครก็ได้โดยไม่เกี่ยวว่า บุคคลและสถานที่ ผู้เข้ามาไม่ต้องนั้นจะเป็นปัญหา ผู้นำกลุ่มจะต้องร่วมความรู้สึกให้เกิดขึ้นว่าปัญหาจัดการได้ด้วยการใช้

คำความช่วยให้เข้าคิด “มาตั้งแต่เด็กนี้แล้วคิดอย่างไรกับปัญหาของตัวเองบ้าง” “เมื่อพึ่งปัญหากองเพื่อนแล้วจะซุกอยู่ไว้กับเพื่อนในปัญหาเรื่องนี้” ผู้ฝึกอบรมต้องกระตุ้นและพยายามประเมินให้กับตนเองที่สึกซึ้งกว่าไม่รื่องของปัญญาคือเกิดความมีรู้สึกว่าเขามาไม่ได้อยู่ด้วยคนเดียวในโลก ช่วงลุกและการแยกตัว (Isolation) เนื่องจากผู้ฝึกสอนแพทย์ต้องโดยส่วนมากเวลานี้เป็นปัญหาและยังคงตัวไปทำภาระกรรมห้าม ฯ หรือจัดการปัญหาด้วยตนเองและคิดว่าปัญหานี้เป็นของตัวเองนั้นก็เป็นผลของการลั่วที่ป่วยเช่น เนื่องจากนั้นถ้าเขาก็จะความรู้สึกต่อการแยกตัวขึ้นผู้ฝึกอบรมต้องเข้าใจเห็นว่าจริงๆ แล้วเข้าอยู่ในความต้องการที่ไม่ได้ความทุกข์ยากของคนอื่น ดังนั้น ต้องชูแสดงถึงคุณค่าของวิธีการปัญหาและการอยู่ด้วยกันเป็นเรื่องสำคัญ

6. **Wisdom** ปัญญาเกิดจากการน้ำปัญหาใหม่ ฯ ซึ่งมาทำความเข้าใจและวิเคราะห์ว่าทำไม่ถูกไปเพื่อถูก จนพบว่าเป็นพาระดับความคุ้นเคยเท่านั้น ต้นน้ำประสมการนี้ของคนอื่นก็จะสอนให้คุณมีปัญญามากขึ้น การวิเคราะห์จะช่วยให้เข้าใจค้างคาวของป้ายโดยที่ผู้ฝึกอบรมไม่ต้องบอกว่าต้องหันออก ให้ฟังไม่ใช่ ในที่สุดก็จะได้ข้อคิดกับอย่าง “เออ หนี่อนกันแบบเรา ก็คงต้องแบบนี้ เชื่อว่าผลลัพธ์... ดีกว่าตัวเองเข้มแข็งดูดีกว่าก็ไปแพ้” และเกิดการเรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่

#### ๙. การดำเนินธุรกิจ / วิธีทางค่าเนินซึ่งรับการปรึกษา

7. **Reality Testing** ไม่ใช่ผิดทางเด็ดขาด เมื่อบางคนต้องว่าเดาแล้วก็ ฉลาดที่สุด เมื่อยาแอลัวเข้าสั่งคอมได้ตั้งแต่พูดว่าเข้ามาและไว้บาร์ต่อแล้วไม่รู้จริง ฯ ว่าคืออะไร สามารถก่อความอึน จะเป็นคนบอกว่า จริงๆ แล้วสิ่งที่พูดเวลาตั้งหน้าเป็นความเข้าใจผิด โดยเรียนรู้จากประสบการณ์ ความผิด พากเพียรพยายามศึกษาเรื่องนั้น ฯ ผิดทางเด็ดคอมจะเกิดขึ้นจาก Socialization technique คือเมื่อตนฯ นั้นเริ่มเข้าอกซุ่ม กับคนอื่นได้มากขึ้น รับรู้และให้มากขึ้นจะทำให้เข้าใจว่าไม่ต้องไปหาเพื่อวางแผนและการใช้งานนั้นให้ ผลกระทบต่อไปข้างหน้า ผิดทางเด็ดคอมนี้จะถูกเน้นต่อไปเป็นภาวะที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในกระบวนการกลุ่ม

8. **Ventilation** การระบายอากาศมีหลักสองทางเมื่อเข้าร่วมและกล้ามุคลกับคนที่เข้าไว้ใจที่กลุ่ม ซึ่งถ้าอยู่กับผู้ฝึกอบรมคนเดียวสามารถบางครั้งอาจจะไม่กล้าที่ได้และจะเป็นการต้องการมีคนที่ติดตามและเลิกให้หายให้ผ่อนคลายและเป็นแบบอย่างในการระบายความคับข้องใจมาช่วยท้าให้หายได้ไม่ใช่การระบายความรู้สึกออกมากได้

9. **Interaction** มีพิธีทางเด็ดคอมท้าให้เกิด ปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันช่วยให้รับการปรึกษา กล้าและห่างไกลในสิ่งที่ไม่เคยทำ ให้ต้องหันต่อกรรมในกลุ่มท้าให้เข้ามายึดความมั่นใจและกล้าเปิดเผยตนและกล้าให้ชื่อชื่อของกลับกับสามารถศึกษาเรื่องท้าให้เกิดสัมพันธภาพที่ต้องกันซึ่งกัน ผู้ฝึกอบรมจึงต้องทำให้กลุ่มเกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกให้ได้

#### สรุปบทบาทผู้ฝึกอบรม

1. เริ่มต้น สร้างบูรณาภิสัยพื้นฐาน
2. กำหนดบทบาท กฎบทบาท ปกติการ ประเมิน
3. ใช้ความพยายาม ทักษะ
4. สร้างบรรยากาศ
5. ช่วยให้ผู้มาเข้า ต้องเป้าหมาย
6. ถ้าความต้องการเรื่อง (ให้ชื่อชื่อของกลับ บทบาท สรุป)
7. ลดความตึงเครียด คลายความตื่นตัว

8. ให้สัมมูลเพิ่มเติม และความรู้สึก ประสบการณ์คนที่เป็นประโยชน์
9. ลังเกต ประมีนความรู้สึก หลักการและมาธิก

#### ขั้นตอนการปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อช่วยเหลือผู้เดียวในการจัดการกับตัวกระตุ้น

1. เปิดกลุ่ม แนะนำตน สร้างสัมพันธภาพ
2. ให้สมาชิกเล่าเรื่องประสบการณ์ตัวกระตุ้นภายนอก - ภายในในวิถีประจำวันที่ทำให้ยาก  
เดียว
3. การปฏิบัติต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น
4. กลุ่ม อภิปราย วิธีปฏิบัติ ผลทางบวก - ลบ
5. กลุ่มลงบันทึกประสบการณ์ การจัดการกับตัวกระตุ้นที่เคยใช้ได้ผล
6. สมาชิก ระบุสถานการณ์ตัวกระตุ้นที่อาจเกิดใน 2 - 3 ปีหลังหน้า และวิธีการจะจัดการ
7. นำเสนอ อภิปราย วิธีการที่เหมาะสมกับแต่ละคนที่ปฏิบัติได้จริง
8. กลุ่มนับด้วย ให้กำลังใจ

幸 幸 幸 幸 幸



## แผนการสอน 7

### เรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา

( เวลา 2 ชั่วโมง )

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมทราบถึงปัจจัยที่มีผลต่อความต้องการของครอบครัวต่อผู้ที่เป็นนักเสพติด
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมทราบถึงบทบาทของครอบครัวในการช่วยเหลือผู้ที่เป็นนักเสพติด
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีทักษะการให้การปรึกษาครอบครัวในการสนับสนุนให้นักเสพติดเปลี่ยนแปลงตัวเองได้

#### สาระสำคัญ

ทฤษฎีการมหดลสะมาลิกในครอบครัวมีอิทธิพลต่อการใช้ยาของนักเสพติดซึ่งจะนำไปสู่การเข้าใจและการสนับสนุนของครอบครัวในทางที่เหมาะสมจะช่วยให้นักเสพติดเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ด้วยตัวเอง ดังนั้นควรมีทักษะการปรึกษาครอบครัวเพื่อให้ครอบครัวเข้าใจถึงวิธีการปรึกษาตัวให้เหมาะสมต่างๆ ของการเลิกยา และมีการระดมความคิดเห็น ซึ่งการเลิกยาไปได้ด้วยตัวเอง

#### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
<b>ขั้นรู้ด้วยตนเอง</b> <b>ประسبกรณี</b> <b>จับตุ๊กตา</b> <b>(10 นาที)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>วิทยากรยกตัวอย่างความสำคัญของครอบครัว กับการเสพติด</li> <li>วิทยากรถามค่าตอบ "อาจารย์เคยพบครอบครัวของนักเสพติดมีสภาพแบบนี้อย่างไร" "ครอบครัวส่วนใหญ่มีปัจจัยข้างบ้านไม่เอื้ออำนวยใช้ยาเสพติด"</li> <li>วิทยากรตอบ 2 - 3 คน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ใบความรู้ 1 "ความสำคัญของครอบครัว กับการเสพติด"</li> </ul>
<b>ความตื่นเต้น</b> <b>กลุ่มใหญ่</b> <b>(10 นาที)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>วิทยากรบรรยาย "ปัจจัยที่มีผลต่อการเสพติด"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>แผ่นได 1 "ปัจจัยที่มีผลต่อการเสพติด"</li> <li>ใบความรู้ 2 "ปัจจัยที่มีผลต่อการเสพติด"</li> </ul>

องค์ประกอบน/กตุม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ระยะเวลา กตุมทั้งหมด 5-6 ชั่วโมง (10 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกตุม 5 - 6 คน ยกไปยังห้องประชุมเดี่ยวใน ใบงาน 1</li> <li>- ผู้สอน 2 - 3 กตุม</li> <li>- อภิปราช 8 สรุป</li> </ul>	- ใบงาน 1
ความต้องการของ กตุมใหญ่ (20 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรบรรยาย “บทบาทของครรลองครัวกับ การเล็กษา”</li> <li>- วิทยากรบรรยาย “เทคนิคการให้การปรึกษา ครรลองครัว เพื่อการเล็กษา”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ในคลาสที่ 3 “บทบาท ครรลองครัว กับการเล็ก ษา”</li> <li>- ในคลาสที่ 4 “เทคนิค<sup>*</sup> การปรึกษาครรลองครัว เพื่อการเล็กษา”</li> <li>- แผ่นใจ 2 “เทคนิค<sup>*</sup> การปรึกษาครรลองครัว เพื่อการเล็กษา”</li> </ul>
ประสมการณ์ กตุมใหญ่ (20 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรแจกลงใบงาน 2 และอธิบายให้ผู้รับทราบ อย่างละเอียดถ่องแท้ก่อนการปรึกษาครรลองครัว จากที่อัตตหัศน์</li> <li>- วิทยากรให้ผู้รับทราบรายละเอียดที่หัศน์เรื่อง “หักษณะการให้การปรึกษาครรลองครัว”</li> <li>- แบ่งกตุม 3-4 คนเป็นวงที่ต้องสอนการสำนัก/ หัศน์ตาม ใบงาน 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บทบาทสมมติ/วิธี หัศน์ “หักษณะการให้ การปรึกษาครรลอง ครัว”</li> <li>- ใบงาน 2</li> </ul>
ระยะเวลา กตุม 3-4 ชั่วโมง (5 นาที)		
ความต้องการของ กตุมใหญ่ (5 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้สอนการอินเสอร์ต 2 - 3 กตุม</li> <li>- อภิปราช 8 สรุปขั้นตอน หักษณะการปรึกษา ครรลองครัว</li> </ul>	
ขั้นตอนมือคระทำ ประยุกต์แนวคิด กตุมทั้งหมดตามจำนวน วิทยากร (30 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกตุมตามจำนวนวิทยากร และขอเวลา สมควรและบนบนบทบาทหัศน์ 5 คน ฝึกหักษะ<sup>*</sup> การปรึกษาครรลองครัว ตามเงื่อนไข 3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบงาน 3</li> <li>- แบบบันทึก “หักษะ<sup>*</sup> การปรึกษาครรลองครัว เพื่อการเล็กษา”</li> <li>- สำหรับผู้ที่ไม่เกิดการณ์</li> </ul>
ความต้องการของ กตุมทั้งหมดตามจำนวน วิทยากร (10 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากร ให้ผู้รับทราบการณ์รายชื่อผลการฝึก ตามแบบบันทึก อภิปราช และสรุป ผลการฝึก ใบกตุมทั้งหมด</li> </ul>	

### สื่อ/อุปกรณ์

1. ใบงาน 1
2. “วิธีการที่ทักษะการปั้นกีฬาครอบครัว”
3. ฝึกหัดทักษะการปั้นกีฬาครอบครัว
2. แบบบันทึกทักษะการบริโภคอาหารครัวเพื่อการเด็กษา
3. ใบความรู้ 1 ความสำคัญของการอบครัวกับการล้างยา
2. ปฏิกริยาของเครื่องอบครัวต่อการติดยา
3. บทบาทครอบครัวกับการเด็กษา
4. เทคนิคการปั้นกีฬาครอบครัวกับการเด็กษา
4. แผ่นไฟ 1 ปฏิกริยาของเครื่องอบครัวต่อการติดยา
2. เทคนิคการปั้นกีฬาครอบครัว เพื่อการเด็กษา
5. วิธีทัพน์ ทักษะการปั้นกีฬาครอบครัว

### การประเมินผล

1. การมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. ความสามารถในการใช้ทักษะ

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเด็กษา

แบบกลุ่มย่อย 5 - 6 คน องค์รายให้ได้ชื่อศรุป ตามประเด็นต่อไปนี้ (10 นาที) และศรุปนำเสนอในกลุ่มใหญ่

“ครอบครัว ควรปฏิบัติตัวอย่างไร ซึ่งจะช่วยให้ถูกสามารถเด็กษาแพทย์ได้”

ใบงาน 2

## แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา

“วิเคราะห์ทักษะการให้การปรึกษาครอบครัว”

ให้สماชิกกลุ่มๆละ 3-4 คน วิเคราะห์การฟ้องจากบทบาทสมมติ ที่เป็นไปตามขั้นตอนของเหตุการณ์การให้อาภิปรีกษาครอบครัวหรือไม่ และให้บันทึกลงในแบบบันทึก “พัฒนาการให้อาภิปรีกษาครอบครัว” (5 นาที) และนำเสนอในกลุ่มใหญ่

## “แบบบันทึกหกขั้นตอนการปรึกษาครองครัว”

หัว	ไม่หัว	ไม่มันใจ
⚠️ สั่งสัมพันธ์กับและตรวจสอบการ 1. แนะนำตัวผู้นำบังคับ และวัดดูประสิทธิภาพของงาน ครอบครัว 2. แสดงการยอมรับไม่สำาเร็จให้ครอบครัว 3. ยืนยันให้ครอบครัวให้ความร่วมมือ และให้กำลังใจ ว่าความรู้ และความสามารถของครอบครัวจะช่วย ให้นักเรียนเข้าสู่ระบบได้ 4. ไม่อนุญาตให้ครอบครัวตัวหนี้ หรือกล่าวโทษกัน กันในรูปแบบใดๆ อย่างเป็นทางการ		
⚠️ สำรวจข้อมูลและศักยภาพของครอบครัว ในการ สนับสนุนให้นักเรียนเลิกยา 1. ให้ครอบครัวทบทวนบทบาทหน้าที่ของสมาชิกที่ อาจส่งเสริมให้นักเรียนใช้ยาโดยไม่รู้ตัว 2. สำรวจหัวหน้าห้องหรือครอบครัวต่อไปยังห้องของ นักเรียนและผลกระทบที่เกิดขึ้นกับครอบครัว และ รวมถึงปฏิกรรมของทุกฝ่ายที่มีต่องัน 3. สำรวจศักยภาพของครอบครัวในการสนับสนุนให้ นักเรียนเลิกยาได้		
⚠️ ให้ความรู้แก่ครอบครัว เรื่องสหอพัฒนาเพื่อป้อง กันคดี และฝึกหัดช่วยในการช่วยเหลือให้นักเรียนเลิก ยาได้		
⚠️ ให้ความรู้ครอบครัวเรื่องผัวกระดูนที่ทำให้เด็กติดยา และเลิกยาได้		
⚠️ สนับสนุนให้ครอบครัวค้นหาและหลีกเลี่ยงผัวกระดูน		

## ใบงาน 3

### แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา

“ฝึกหัดภาระให้การปรีกษาครอบครัว” (30 นาที)

เน้นกลุ่มหมายความว่าห่วงวิทยากร และขอเวลาสัมมาร์ตี้ให้สอนวิชาชีพครู 5 คืน ฝึกปฏิบัติภาระ

การให้การปรีกษาครอบครัว ตามกรณีศึกษาที่ให้ หรือกรณีที่ประสาท มาโดยคำแนะนำของบานาหานี้ ดังนี้

#### บทบาทสมมติ

สมาชิกคนที่ 1 เป็น พ่อ

สมาชิกคนที่ 2 เป็น แม่

สมาชิกคนที่ 3 เป็น ครู / ผู้ให้การปรีกษา

สมาชิกคนที่ 4 เป็น นักเรียน

สมาชิกคนที่ 5 เป็น ผู้ต้องเก็บภาระนี้ ลังเก็ตภาระให้การปรีกษาครอบครัว ตามอันดอนในแบบ

บันทึก หักษะการปรีกษาครอบครัวเพื่อการเลิกยาและนำเสนอเสนอการฝึกในกลุ่มใหญ่

#### กรณีศึกษา

นักเรียนวัยรุ่นอายุ 15 ปี ติดยาบ้ามา 2 ปี ปัจจุบันใช้ยาครอบครัวนี้ ดื่ม พุ่ย โกรงมากถึงโดย

เพียงตื้ แต่คาดโทษว่าถ้าถูกกลับไปไม่เหลือใจจะไม่ออกจากบ้าน

## แบบบันทึก “ทักษะการปรีกษาครอบครัวเพื่อการเลิกยา”

(แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา)

### ทักษะการปรีกษาครอบครัวเพื่อการเลิกยา

#### สำหรับผู้ลังเลการปฏิบัติ

	ท้า	ไม่ท้า	ไม่แนใจ
△ สวัสดีพี่น้องภาพและทดสอบบริการ 1. แนะนำตัวว่าชื่อป้าบัด และวัฒนประสมคือของการพยา ครอบครัว 2. ทดสอบการยอมรับไฟฟ้าหินครอบครัว 3. ชื่นชมที่ครอบครัวให้ความร่วมมือ และไฟฟ้าลั่นใจ ว่าความรักและความมุ่งหมายของครอบครัวจะช่วย ให้นักเรียนเขียนเรื่องราวเด็กดีได้ 4. ไม่อนุญาตให้ครอบครัวล้างหน้า หรือกล่าวโทษกัน ว่าใครเป็นคนเหตุ ของปัญหา			
△ สำรวจข้อมูลและศึกษาภาพของครอบครัว ในการ สนับสนุนให้นักเรียนเลิกยา 1. ให้ครอบครัวหันหน้าทวนบนหน้าหันที่ซองสูบซิการ์ที่ อยู่ส่องไฟรุ้มให้นักเรียนใช้ยาโดยไม่รู้ตัว 2. สำรวจที่คุณคิดว่าครอบครัวต่อปัญหาอย่าง นักเรียน และผลกระบวนการที่เกิดขึ้นกับครอบครัว และ รวมถึงปัจจัยทางสังคมที่มีผลกัน 3. สำรวจศักยภาพของครอบครัวในการสนับสนุนให้ นักเรียนเลิกยาได้			
△ ให้ความรู้แก่ครอบครัวเรื่องผลกระทบต่อชาติพื้นปั้น ทักษะ และฝึกหัดใน การเข้ามาเหลือให้นักเรียนเลิก ยาได้			
△ ให้ความรู้ครอบครัวเรื่องตัวกระดุมที่ทำให้เด็กดี และเลิกยาได้			
△ สนับสนุนให้ครอบครัวหันหน้าและหันเข้าสู่กันมากขึ้น			

## ใบความรู้ 1 สำหรับวิทยากร

(แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา)  
เส้นทางสู่การเลิกยา : การปรับโครงสร้างการดำเนินชีวิต

### ความสำคัญของครอบครัวกับการเลิกยา

การที่วัยรุ่นเลิกเป็นนาฬิกาส่องยาเสพติดมีหลากหลายสาเหตุแต่ด้วยสาเหตุหลักคือความสัมภัยที่ไม่ได้ น้อยลง และมักจะพ่ายแพ้ต่อการอยากรู้ของคนที่ให้ต้องกลับไปเสพยาอีก ความเข้าใจและกำลังใจของครอบครัวซึ่งมีความสำคัญที่จะช่วยประคับประหงด ให้วัยรุ่นสามารถเอาชนะ ภาระเปลี่ยนแปลงที่ต้องรับรู้อย่าง อิจใจ และอาจมองถูกในกระบวนการการเลิกยา ในระยะเดียวกันหนอบครัวของอาชีวะสบศรัมอย่างยากลำบาก ที่เพลย์ดิจิทัลที่เปลี่ยนแปลงไปในทางลบของวัยรุ่นเช่นกัน

### แผนที่ 1

(แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา)  
ปฏิกริยาของครอบครัวต่อการติดยา

#### ระยะเริ่มเสพยา

- ครอบครัวยังไม่ทราบ
- ไม่ยอมรับพฤติกรรมที่ผิดปกติในบางครั้ง
- สนใจกับความสำคัญที่ได้จากการเสพยา

#### ระยะที่ยังคงเสพยา

- การพยายามหาสาเหตุ
- ปฏิกริยาตอบสนองที่รุนแรง
- พฤติกรรมที่ตนบันสูญให้กลับไปเสพยาโดยไม่ตั้งใจ

#### ระยะหนทางกุศลเสพยา

- หลีกเลี่ยงปัญหา
- ดำเนินผู้เสพยา
- ดำเนินตนเอง
- รู้สึกตื่นเต้นและหายใจ

#### ระยะวิกฤติ

- การพยายาม
- การรับความรู้สึกที่ไม่ดีต่อผู้ติดยา
- การยอมจำนำมและความหมกหมุ่
- ส่อทำให้ครอบครัวไม่มีเหตุผล

## ใบความรู้ 2 สำหรับวิทยากร

(แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเด็กฯ)

ปฎิกิริยาของครอบครัวต่อการติดยา

ปฎิกิริยาของครอบครัว ในระยะต่อๆ ของการติดยา	คำอธิบาย
<b>ระยะเริ่มเดพ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ครอบครัวยังไม่ทราบ</li> <li>- ไม่ชอบพูดถึงครอบครัวที่ผิดปกติในบ้านของตน</li> </ul>	<p>ระยะนี้พฤติกรรมของผู้เริ่มเดพจะยังไม่เป็นรูปแบบอย่างเด่นได้สักครึ่งชั่วโมงซึ่งไม่ทราบว่าลูกไปเข้า หรือบางครั้งครอบครัวอาจสงสัยถึงพฤติกรรมความไม่รับผิดชอบหรือละเลยในหน้าที่ที่ลูกเคยปฏิบัติ แต่ครอบครัวฝักใฝ่เดินทางไปต่อไปโดยไม่รู้ตัว</p> <p>นอกจากนั้นครอบครัวอาจเชื่อในความล่าเริ่จที่เกิดจาก การเสพยาโดยไม่ตั้งใจ เช่น การที่วัยรุ่นเข้ามาแล้วมีสมาธิในการอ่านหนังสือมากขึ้น หรือทำงานได้ค่อนข้างมากขึ้น</p>
<b>ระยะของการเดพฯ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การแสวงหาคำขอบ</li> <li>- ปฏิกิริยาตอบสนองที่รุนแรง</li> <li>- พฤติกรรมที่สับสนสุนให้กลับไปเสพยาโดยไม่ตั้งใจ</li> </ul>	<p>ระยะนี้ครอบครัวเริ่มทราบปัญหาที่เกิดขึ้นและพยายามหาทางช่วยแก้ปัญหา แต่พฤติกรรมที่เป็นผลจากการเดพฯ ทำให้การช่วยเหลือไม่ประสบความสำเร็จ วัยรุ่นมักกลับไปใช้ยาอีก ครอบครัวจึงอาจวุ่นลุกในการและใช้วิธีรุนแรง เพื่อให้วัยรุ่นหยุดยา หรือครอบครัวอาจมีพฤติกรรมส่องประณีตให้วัยรุ่นกลับไปเสพยาไม่ยอมไม่ตั้งใจ เช่น ให้ความช่วยเหลือห้ามการเดพฯ การห้ามห้อต่อว่า ซึ่งอาจเป็นการคำหานิวัยรุ่นโดยไม่ตั้งใจรวมถึงการหนีปัญหาด้วยการหลบความไม่สงบไปคลองให้วัยรุ่นเผชิญกับปัญหาด้วยตนเองทำให้วัยรุ่นขาดกำลังใจที่จะเลิกยาและคงการเดพฯต่อไป</p>
<b>ระยะหมกมุ่นเดพฯ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- หลอกเลี้ยงปัญหา</li> <li>- ดำเนินผู้เสพฯ</li> <li>- ดำเนินคดีเอง</li> <li>- รู้สึกภัยและตะอยใจ</li> </ul>	<p>ระยะนี้ครอบครัววุ่นลุกมากห่วงในการแก้ปัญหา เริ่มพยายามไม่สนใจปัญหาที่กำลังเกิดขึ้น บางครอบครัวเริ่มตាមนิยมเดพฯอย่างรุนแรง บางครอบครัวอาจล้าหานิสัยเดิมที่ไม่สามารถช่วยเหลือลูกได้ นอกจานี้ยังห้ามให้ครอบครัวและผู้เสพฯวุ่นลุกเดพฯและพยายามในสิ่งที่กำลังเดิน ทิ้งความอ่อนไหวความสามารถควบคุมสถานการณ์ได้</p>
<b>ระยะวิกฤติ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การแยกตัว</li> <li>- การยอมเข้าบ้านและห้อง</li> <li>- ห่มหัวใจ</li> <li>- ข้อกำหนดของครอบครัวที่ไม่เหตุผล</li> </ul>	<p>ระยะนี้ครอบครัวมากยอกตัวจากผู้เสพฯติดหรืออาจเบิกครอบครัวจากลักษณะเพื่อป้องกันตัวเอง บางครอบครัวอาจยอมรับได้ว่าลูกติดยา และก้าวหน้าการดำเนินชีวิตของครอบครัวใหม่ เพื่อรักษาความสงบภายในครอบครัวไว้ เช่น ยอมให้ลูกเดพฯอยู่ไป แต่ห้องอยู่ในสถานที่เป็นสูตรีอย่างไรที่ลูกเดพฯอยู่ เพราะคือลูกตุกติ่งที่ต้องดูแลหรืออาจพากเพียรให้รับรองแพทย์ เพื่อให้ลูกมีโอกาสเรียนหนังสือต่อไป</p>

### ใบความรู้ ๓

(แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา)

บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา

#### บทบาทของสมาชิกครอบครัว

- เข้าใจกลไกการเสพติด ยอมรับข้อจำกัด
- หยุดพฤติกรรมที่ส่งเสริมการใช้สารเสพติด
- ให้ความช่วยเหลือที่ผู้เสพติดต้องการ
- ให้กำลังใจ
- อดทนกับกระบวนการการเลิกเสพยาเสพติด

#### การปฏิบัติตามในการอยู่ร่วมกับผู้ติดยา

- เรียนรู้และยอมรับข้อจำกัดของการใช้ชีวิตร่วมกัน
- เรียนรู้สัญญาณเตือนการกลับไปเสพยาเสพติด
- เรียนรู้เกี่ยวกับตัวกระตุ้นและวิธีการจัดการ
- เรียนรู้สภาวะทางอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ของคนเมือง
- ฝึกการสร้างสัมภัยทางภาพและทักษะการฟื้นฟูตัวเองเมื่อเหตุผล
- มีจุดมุ่งหมายร่วมกัน

#### การปฏิบัติตัวสำหรับสมาชิกครอบครัวในช่วงการเลิกยา

- ช่วงแรกเริ่มต้น - ทำซ้อมสัญญาในการรักษา  
(ระยะสามเดือน) - ยอมรับว่าการติดยาเป็นกระบวนการทางการแพทย์  
ระยะห้าเดือน (ระยะห้าเดือน) - สนับสนุนการหดหาย และช่วย  
- เรียนรู้เกี่ยวกับตัวกระตุ้นและวิธีการไม่ให้ผู้รับการบำบัดหวนกลับไปเสพยา
- ช่วงกลาง - ตัดสินใจว่าคืนต่อไปผู้ติดยาหายใจ  
(ระยะหกเดือน) - เรียนรู้การช่วยเหลือแทนการเข้าช้าผู้ติดยา  
ที่ยังเชื่อ - หากหักใจให้ชี้วิถีของตนอาจมีคุณค่า  
ระยะอุปสรรค) - ฝึกทักษะการฟื้นฟูตัวเองเมื่อเหตุผล
- ช่วงปลาย - เรียนรู้ที่จะยอมรับข้อจำกัดของการปรับตัวอยู่กับผู้ติดยา  
(ระยะปรับตัว) - พัฒนาตนเอง ถูกภาพ การดำเนินชีวิตที่พอตัว  
- สำรวจตนเอง เมื่อผู้ตัวยกกลับไปเสพยา  
- อดทนกับกระบวนการการเลิกยา

## แผ่นໄສ 2

(แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา)

เหตุนิคการปรึกษาครอบครัวเพื่อการเลิกยา

### สร้างสัมพันธ์ภาพและทดสอบบริการ

- แนะนำตัว/วัสดุประยุกต์

- สอบถาม ไม่ล่าหาดี

- ไม่อ่อนญาตให้ครอบครัวที่มาหนีภัย

- ชื่นชม

### สำรวจข้อจำกัดและศักยภาพของครอบครัว

- บทบาทบทบาทครอบครัว

- สำรวจหัวหน้า

- สำรวจศักยภาพ

### ให้ความรู้เพื่อบรรบกับคนดี บรรเทาท้อใจบทบาทครอบครัว และฝึกทักษะการช่วยเหลือวัยรุ่น

- ให้ความรู้ ของการติดยา ตัวกระตุ้นอันดับต้นของยาเสพติด การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น บทบาท

- ที่ครอบครัวต้องช่วยเหลือในระยะเดียวๆ รวมถึงเข้าใจเงื่อนไขทางเดินหายใจ ที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการบำบัด

- แก้ไขพฤติกรรม ด้านลบของครอบครัว

- ฝึกทักษะการสื่อสาร

- ยกประจําเรื่องการสนับสนุนให้วัยรุ่นหลีกเลี่ยงตัวการดื่ม

- ฝึกทักษะการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

## ใบความรู้ 4

(แผนการสอนเรื่อง บทบาทครอบครัวกับการเลิกยา)

เหตุนิคการปรึกษาครอบครัว เพื่อการเลิกยา

### สร้างสัมพันธ์ภาพและทดสอบบริการ

- แนะนำตัวผู้ป่วยและวัสดุประยุกต์ของการพบครอบครัว

- ทดสอบการยอมรับ ไม่ล่าหาดีครอบครัว แม้ครอบครัวอาจเป็นส่วนหนึ่งที่มีลักษณะให้เด็กติดยา

- ชื่นชมที่ครอบครัวให้ความร่วมมือ และไว้ใจต่อไปว่าความรักและความห่วงใยของครอบครัว

- จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถหายใจได้

- ไม่อ่อนญาตให้ครอบครัวต่าหนี้หนี้ก่อภาระให้ครอบครัวเป็นภาระดูดซับปัญหา

### สำรวจข้อจำกัดและศักยภาพของครอบครัว ในการสนับสนุนให้วัยรุ่นเลิกยา

- ให้ครอบครัวบทบาทบทบาทหน้าที่ของสมาชิก ที่อาจส่งเสริมให้วัยรุ่นใช้ยาโดยไม่รู้ตัว เช่น บุคลิกภาพ การแสดงออกทางอารมณ์ของพ่อแม่ การใช้คำหยาด และการสื่อสารที่ไม่ดี ความเจ้าใจที่มีต่ออุตร ความคาดหวัง

- สำราญที่คนคิดของครอบครัวต่อปัญหาของวัยรุ่น และผลกระทบที่เกิดขึ้นกับครอบครัวเมื่อพบว่าวัยรุ่นติดยา โดยใช้ค่าความปลายเปิด และความถี่ของปฏิบัติยาของทุกฝ่ายที่มีต่อัน “เมื่อพบว่าลูกติดยา คุณรู้สึกอย่างไร”  
“แล้วคุณทึ่งอย่างไร เมื่อพบว่าลูกติดยา”  
“เกิดอะไรขึ้นในครอบครัวบ้าง หลังจากลูกติดยา”
- สำราญที่คนคิดของครอบครัวในการสนับสนุนให้วัยรุ่นเลิกยาได้ เช่น ความรักและความเมตตาที่ในครอบครัว (โดยสังเกตจากสิ่งที่พูด ทาง พฤติกรรมของเด็ก ช่องทางการสื่อสาร ภาษา ความเมตตา) และความพร้อมในการช่วยให้วัยรุ่นปรับพฤติกรรมได้

#### **ให้ความรู้แก่ครอบครัวเพื่อปรับทัศนคติ และฝึกหัดจะในการช่วยเหลือให้วัยรุ่นเลิกยาได้**

- ให้ความรู้ครอบครัวเกี่ยวกับตัวกระตุ้นที่ทำให้วัยรุ่นดื่มยา และเลิกยาได้ อีก็พัฒนาต่อไป การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจของวัยรุ่นในระยะหลังๆ ของการเลิกยา บทบาทของครอบครัวที่ต้องปรับตัวและการช่วยเหลือในระยะต่อๆ ๆ ของการเลิกยา รวมถึงเข้าใจถึงค่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการบำบัดดังนี้
  - เข้าใจว่าการกลับไปเสพซ้ำระหว่างการบำบัดไม่ใช่ความล้มเหลวของการรักษาแต่เป็นส่วนหนึ่งของการรับประทานการบำบัด
  - การออกกลับไปเสพซ้ำ เว็บดันและอันสุดให้ก่อนการใช้ยาจริง ซึ่งสามารถทำนายและป้องกันได้ ถ้าผู้เสพทราบมีสัญญาณอันตรายรวมถึงป้องกันตนเองไว้ก่อน และการรู้จักความคุ้มความปลอดภัยนั้นเป็นความรับผิดชอบโดยตรงของผู้เสพเอง
  - การที่ผู้เสพอาจจะเลิกยาได้ผลดีในปัจจุบัน จำเป็นต้องยอมรับความจริงว่าพอกเข้าไปเสพแล้วที่จะอยู่ท่ามกลางสถานการณ์เสี่ยง เพราะการห้ามเข่นเนื้องห้าให้พอกเข้าไปเสพซ้ำได้ถ่ายมาก
  - การออกกลับไปเสพหากว่าการเสพติดอีกน้ำ เช่น บุหรี่หรือเหล้า เนพาราในโอกาสที่เหงหงaise ตัวว่าไม่เป็นไป และจะสามารถควบคุมตัวเองได้ จะทำให้เสี่ยงต่อการกลับไปเสพซ้ำมากเพียงสมองของผู้เสพอาจจะไม่วุ่นจังหวะและจากการงานวิจัยพบว่า การใช้บุหรี่อยู่ติดมากจะกระตุ้นประสาท เช่นโคเคนหรือเมฟเฟดามีโอกาสที่จะกลับไปเสพซ้ำอีก 80% ถึงแม้ผู้เสพไม่ได้กลับมาอีกต่อไป
  - หากหมายเหตุของหัวรุ่งสีไม่ล้นใจในตัวผู้บำบัดหรือกระบวนการรักษาเมื่อกำกับการกลับไปเสพซ้ำระหว่างการบำบัด ให้สามารถครอบครัวของผู้บำบัดพร้อมกับผู้เสพเพื่อชดเชยความเข้าใจแทนการรักษา และช่วยให้เกิดความมั่นใจในการบำบัดมากขึ้น
  - หากผู้เสพกลับไปเสพซ้ำระหว่างรับการบำบัด หมายเหตุของหัวรุ่งสีไม่เข้าเป็นต่อตุ่มหัว เวลาที่หมดให้ผู้เสพ เที่ยงแต่ต้องทนทุกการรบกวนบีบบังคับ ทึ่งท่าทีและลักษณะ ที่อาจมีผลต่อการกลับไปเสพซ้ำและกระตุ้นให้ผู้เสพพยายามปรับปรุงตนของต่อไปเพื่อสามารถต่อสู้ให้ได้

- 1.7 ในระหว่างการพิพากษา แม้ว่าผู้เสพจะต้องการก้าลังใจ จากความไว้วางใจของบุคคลในครอบครัว เพื่อพิสูจน์ว่าผู้เสพดูแลตนอยู่ได้ แต่การแสดงความไว้วางใจโดยปล่อยให้ผู้เสพเดินทางกลับสถานการณ์เดิม เป็นอันตรายและเสี่ยงต่อการกลับไปเสพยาข้ามได้
2. ให้พยานฟ้าผ่านว่าการกี้ไขพุฒิกรรมของตนเองที่อาจส่งเสริมให้ร้ายแรงติดยาโดยไม่รู้ตัว
3. ฝึกหัดในการสื่อสารที่เหมาะสมในครอบครัว
  - ห้ามดำเนินเรื่องล่าวโทษกัน
  - ส่งเสริมให้ครอบครัวมองปัจจัยพันธ์ที่ดีกันในเมืองวอกมาชื่น เช่น มองว่าการที่พ่อแม่ดูเกิดจากความห่วงใยที่ห่อแม่มีต่อสูก ไม่ใช่ความรู้สึกเกี่ยวกับชั้น หรือการที่ลูกเดินหนีจากพ่อแม่ ไม่ใช่สูกไม่เห็นพ่อแม่ แต่เป็นพ่อแม่สูกก้าลังไม่สนใจ และอาจต้องการอยู่เฉยๆ การที่สูกต่ำกว่าพ่อแม่ในขณะที่อยากรา เป็นพ่อแม่ของลูกน้อยสูกมีอำนาจหนึ่งอ่อนโยน ส่วนที่มีเหตุผล ไม่ใช่พ่อแม่สูกไม่เห็นพ่อแม่ เป็นต้น
  - สนับสนุนให้ครอบครัวรู้จักเชื่อมและให้ก้าลังใจกันและกัน โดยหาจุดที่ดีของแต่ละฝ่ายและแสดงความชื่นชมเชิงบวกแก่กันอย่างสร้างไปประจวบ เช่น “แม่ชอบใจพ่อมากจริงๆ ที่ช่วยเป็นดูแลรับส่งสูกไปเข้าห้องสูบ” “พ่อ ดีใจ ที่สูกกลับไปได้ และดีใจเดิกจากมันจริงๆ”
  - สนับสนุนให้มีการสื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพ เช่น หากการที่รู้สึกดีต่อสูก ให้ครอบครัวอย่างเหมาะสม เช่น หากการที่รู้สึกดีต่อสูก ให้ครอบครัวหัน “ใช่เช่น ใช่สูกไม่รักดี” แต่ควรใช้วิธีสอนความรู้สึกของตนและต่อหน้าต่อหน้า เช่น “พ่อแม่รู้สึกดีใจมาก (หยุดหนึ่ง ໂගร) ที่สูกต้องตกเป็นกลางของชา ครัวและล้วนตัวเอง พ่อแม่รู้สึกห้ามไม่ได้ในตอนนี้ แต่พ่อ แม่ขอจากขอร้องสูกว่า เมื่อสูกเกิดความอ邪魔ฯ ให้สูกโทรศัพท์หรือแม่ทันที เรายังได้ช่วยสูกทัน”
4. ฝึกหัดการสนับสนุนให้ร้ายรุนแรงลึกเลื่อนจากตัวกระตุนต่างๆ โดยช่วยร้ายรุนแรงหน้าตัวกระตุนและทำวิธีการที่เป็นไปได้ในการที่พ่อแม่จะช่วยสนับสนุนให้ร้ายรุนแรงลึกเลื่อนจากตัวกระตุนที่อาจทำให้ร้ายรุนแรงไปได้ยากที่สุด
5. ทักษะการให้ก้าลังใจสีกันและกันและให้ก้าลังใจยกัวรุ่น เพื่อช่วยให้ร้ายรุนแรงหายได้
  - แสดงความเข้าใจและเห็นใจในความทุกที่ของกันและกัน
  - หันหน้าตักภัยกันที่ดีชื่นและคนในครอบครัว พยายามโน้มน้าวให้คนตัวเองรู้สึกเมื่อช่วยเหลือให้ร้ายรุนแรงหายได้ และสนับสนุนให้ก้าลังใจสีกันและกัน ว่าทุกคนได้พยายามทำดีที่สุดแล้ว

\* \* \* \* \*

## แผนการสอน ๘

### เรื่อง การดำเนินชีวิตเพื่อการเลิกยา

( เวลา ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที )

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมทราบถึงความจำเป็นของการกำหนดแผนการดำเนินชีวิตประจำวันให้กับนักเรียนที่ใช้(เสพ)ยาเสพติด
- เพื่อให้ผู้รับการอบรม มีทักษะในการกำหนดแผนชีวิตประจำวันร่วมกับผู้เสพยา

#### สาระสำคัญ

นักเรียนที่ใช้ยาบ้าบ่อยครั้ง จะทำให้สหมอง蒼蒼 ห่างเหินทางมิเหตุผลยกกระดาน การใช้หัวนมติดแบบมิเหตุผลเสียไปสูญที่เข้าบ้านนานๆ ซึ่งมักควบคุมด้วยเงื่อนไขได้ การกำหนดห้องประจําวัน จะช่วยให้นักเรียน มีกิจกรรมทดแทนที่เหมาะสมและสามารถลึกเลี้ยงปัจจัยกระตุ้นและความต้องหากายได้

#### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ชั้นรุชัดเด็นดิจิต ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ (๕ นาที)	- วิทยากร ถาม “จากประสบการณ์ที่พบเห็น นักเรียนติดยา ห่านเหินร่า เขามีการใช้ชีวิต ประจำวันเป็นอย่างไรหรือไม่อ่านอะไรบ้าง” - วิทยากรอุ่นตาม ๓ - ๔ คน	
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (๑๕ นาที)	- วิทยากรพยายามถึงเทคนิคต่างๆ ในการเลิกยา เช่น กากหรือลดความต้อง การรู้สึกต้องการกับตัว กระตุ้น วางแผนจัดเรียงและรักษาให้เกิดนิคเทศส่าหนึ้น เพื่อถ้ามีเวลาว่างมากก็นำไป หรือยังดำเนินชีวิต อยู่ในสถานะต่างๆ ที่เพื่อต้องการเสพยาหนึ่งอัน เดียว หรือทำให้กลับไปใช้ยาอีกได้ในที่สุด - วิทยากรบรรยายสรุป “สั่นสะเทือนการเลิกยา: การปรับโครงสร้างการดำเนินชีวิต”	- ในความรู้ ๑ “เล่นหก สุกการเสิกยา: การปรับโครงสร้างการดำเนินชีวิต” - บทบาท ๑ “เล่นหก สุกการเสิกยา: การดำเนินชีวิตที่พอตี” - บทบาท ๒

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เรื่อง	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ระดับความตื้น/ ถึกป่วย กลุ่มชั้น 3 – 4 คน (15 นาที)	- วิทยากรบรรยาย “เทคโนโลยีการกำหนดภาระประจำวัน”  - วิทยากรสาธิต หรือให้สมมติเหตุน รื่อง “การปรึกษาเพื่อกำหนดภาระประจำวัน”  - สมาชิกในเครือข่ายห้องสอนการปรึกษาการ กำหนดภาระประจำวัน ตามใบงาน 1	- ใบความรู้ 2 “เทคโนโลยี การปรึกษาเพื่อ กำหนดภาระประจำวัน”  - วิธีทัศน์การปรึกษา “การปรึกษาเพื่อ กำหนดภาระประจำวัน”  - ใบงาน 1
ชั้นลงมือกระทำ การประยุกต์แนวคิด กลุ่มชั้น 3 คน (40 นาที)	- แบ่งกลุ่มห้อง ฝึกปฏิบัติการปรึกษาเพื่อกำหนด แผนภูมิการประจำวัน ตามใบงาน 2	- ใบงาน 2  - แบบบันทึก “แผน ภูมิการประจำวัน”  - แบบสังเกตการ ปรึกษา
ความตื่นรับยอด กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	- วิทยากรสู่ผู้สอน 3-4 กลุ่ม ถึงเทคโนโลยีการให้ การปรึกษาห้องเรียนที่ติดอยู่ ในการกำหนด ภาระประจำวัน ร่วมหมายความหรือเป็นไปได้ ในทางปฏิบัติหรือไม่ อย่างไร และเน้นถึงความ สำคัญที่ศูนย์ห้องเรียนเข้มแข็งกับการติดตาม ประจำวันของนักเรียนอย่างสม่ำเสมอและ การบันทึก	

### สื่อ/อุปกรณ์

- ใบงาน 1. การวิเคราะห์ขั้นตอนการกำหนดภาระประจำวัน  
2. แผนภูมิการประจำวัน
- แบบบันทึก - แผนภูมิการประจำวันสำหรับผู้ติดต่อแพทย์  
- แบบสังเกตการปรึกษา
- ใบความรู้ 1. เทคนิคการสื่อสาร: การอธิบายความต้องการด้านสุขภาพ  
2. เทคนิคการปรึกษาเพื่อกำหนดภาระประจำวัน
- แบบใบ 1 เทคนิคห้องเรียนของการแพทย์
- แบบภาพ 1 “เงินกลางสู่การแพทย์: การดำเนินธุรกิจที่พอติ”
- วิธีทัศน์ “การปรึกษาเพื่อกำหนดภาระประจำวัน”

### การประเมิน

- การมีส่วนร่วมในการฝึกทักษะ
- ความสามารถในการใช้ทักษะได้อย่างเหมาะสม

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา

แบ่งกลุ่มชั้น 3-4 คน ให้คระห์ชี้นตอนการก้าวหน้าด้วยความ ขาดการแสดงสาบสูตรหรือติดพื้นที่ ตามประเดิมดังนี้

#### การวิเคราะห์ชี้นตอนการปรึกษาเพื่อก้าวหน้าด้วยการประจำวัน

บทบาทผู้นำกลุ่ม	ผู้	ไม่มี	ตรวจสอบไม่ได้
<ol style="list-style-type: none"> <li>ให้ผู้ติดสิ่งเสพติดเข้าอึดอัดกับกรรมประจำวันในแต่ละวัน ของตนอย่างต่อเนื่อง</li> <li>ให้ผู้ติดสิ่งเสพติดประมีนความเสี่ยง ของกิจกรรมประจำวัน ที่อาจทำให้เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดเข้า</li> <li>ให้ผู้ติดสิ่งเสพติดก้าวหน้าด้วยการใหม่ ตั้งแต่คืนนอน จนกระทั่งถึงภาระกิจ และเข้าส่วนในค่ารักษากิจกรรมที่ ก้าวหน้า โดยที่มีการหลีกเลี่ยงจากหัวใจคุณการ เช่น</li> <li>ให้ผู้ติดสิ่งเสพติดประมีนความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ ตาม ตารางประจำวันหนึ่งๆ</li> </ol>			

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา

#### “แผนกิจกรรมประจำวัน”

ให้สมาชิกกลุ่มมาละ 3 คน ก้าวหน้าด้วยบทบาทตามมุ่งเป็น A,B และ C ฝึกปฏิบัติให้การบรึกษาผู้ติดสิ่งเสพติด ในการก้าวหน้าด้วยการประจำวัน ตามแบบบันทึกแผนกิจกรรมประจำวัน สำหรับผู้ติดสิ่งเสพติด เพื่อ ลดความเสี่ยงต่อการใช้ยาและอยู่รายเดียวความเป็นไปได้ของกิจกรรมนั้น และบันทึกข้อมูลลงในแบบบันทึก กิจกรรมประจำวัน (ใช้เวลา 10 นาที)

- A : เป็นครุย์ให้การบรึกษา ตามเกณฑ์ของการบรึกษา 4 ขั้นตอน
- B : เป็นผู้ติดสิ่งเสพติด เช่น บุหรี่ กาแฟ เศรีสอร์ทีน ยาดม ฯลฯ
- C : เป็นผู้ช่วยเก็บรายวัน และรายรายงานผลการฝึกปฏิบัติให้การบรึกษาความแบบสังเกตการณ์ ใบกลุ่มใหญ่

แบบบันทึก

(แผนการสอนเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา)

แผนกิจกรรมประจำวันสำหรับผู้ติดสิ่งเสพติด

วันที่ (กิจกรรมประจำวันที่ปฏิบัติอยู่เดิม)	วันที่ (กิจกรรมประจำวันกำหนดใหม่)
7.00 น. ....	7.00 น. ....
8.00 น. ....	8.00 น. ....
9.00 น. ....	9.00 น. ....
10.00 น. ....	10.00 น. ....
11.00 น. ....	11.00 น. ....
12.00 น. ....	12.00 น. ....
13.00 น. ....	13.00 น. ....
14.00 น. ....	14.00 น. ....
15.00 น. ....	15.00 น. ....
16.00 น. ....	16.00 น. ....
17.00 น. ....	17.00 น. ....
18.00 น. ....	18.00 น. ....
19.00 น. ....	19.00 น. ....
20.00 น. ....	20.00 น. ....
21.00 น. ....	21.00 น. ....
22.00 น. ....	22.00 น. ....
23.00 น. ....	23.00 น. ....
24.00 น. ....	24.00 น. ....
01.00 น. ....	01.00 น. ....
02.00 น. ....	02.00 น. ....

**แบบขันทึก**

(แผนการสอนเรื่อง การดำเนินธุรกิจประจำวันเพื่อการเลิกษา)

**แบบสังเกตการปรึกษา  
เพื่อกำหนดแผนกิจกรรมประจำวัน  
(สำหรับผู้สังเกตการณ์)**

กิจกรรมการปรึกษา	มี	ไม่มี	ตรวจสอบไม่ได้
<ol style="list-style-type: none"> <li>ให้ผู้ติดต่อส่งพัสดุเข้ามาด้วยกิจกรรมประจำวันในแต่ละวัน ของ หน่วยเอนไซม์การรายร่างกาย</li> <li>ให้ผู้ติดต่อส่งพัสดุประจำเดือนความเสื่อม ของกิจกรรมประจำวัน ที่อาจทำให้เสื่อมต่อการใช้ห้องน้ำพัสดุเหล่านี้</li> <li>ให้ผู้ติดต่อส่งพัสดุกิจกรรมประจำเดือน ตั้งแต่เดือนหนึ่ง จนกว่าจะถึงวันเดือนที่จะถึง และเข้ามอนในตารางกิจกรรมที่ ก่อให้เกิด โดยค่าใช้จ่ายในการหลักเลี้ยงจากตัวกรุงศุภุมการ เสพยา</li> <li>ให้ผู้ติดต่อส่งพัสดุประจำเดือนความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ ตาม ตารางประจำวันหนึ่ง</li> </ol>			

## ใบความรู้ ๑

(แผนการสอนเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา)

เนื้อหาที่สู่การเด็กษา : การปรับโครงสร้างการดำเนินชีวิต

### หลักสำคัญ : โครงสร้างการดำเนินชีวิต

- จัดตารางกิจกรรมประจำวันให้อยู่หมัด
- หลีกเลี่ยงตัวกระตุ้น
- หยุดพฤติกรรมล้าวันให้ได้
- หดความวิตกกังวล
- ต่อต้านการดำเนินชีวิตที่คิดยา
- วางแผนที่จะเป็นที่ช่วยให้เลิกยาต่อไปได้

สำหรับการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา ต้องมีองค์ประกอบของกิจกรรมต่างๆ ของชีวิต ที่พอดีเหมาะสมดังนี้ (แผนภาพ ๑)

- การร่วมกิจกรรมบ้านบล็อกหรือกิจกรรมอื่นที่ทำให้เลิกยาได้
- การเรียน การให้ความสำคัญกับการเรียน และสามารถพัฒนาการเรียนไปในทางที่ดีขึ้น จะช่วยให้วัยรุ่นเกิดความภาคภูมิใจในความของและพร้อมที่จะทำกิจกรรมที่ดี ยิ่งๆ มากขึ้น
- การหักผ่อน วัยรุ่นที่หักผ่อนไม่เพียงพอ จะรู้สึกอ่อนเพลียและอาจทำให้หักลับไปเสียชั่วโมงกิจกรรมที่น่าสนใจและเป็นผลดีในระยะแรกก็ตาม
- การใช้เวลาไปสักพักของการพักที่เหมาะสมทำให้วัยรุ่นรู้สึกผ่อนคลายและเกิดความรักความผูกพันซึ่งกันอันเป็นการรักผูกกันอย่างเฉพาะตัวได้เป็นอย่างดี
- การใช้เวลาว่างในสัดส่วนที่พอเหมาะสมเพื่อออกความคิดฟังชั่นที่อาจทำให้หักลับไปเสียชั่วโมงเหตุ อย่างไรก็ตาม ในการดำเนินชีวิต ช่วงกระบวนการการเลิกยา ผู้สูงอายุต้องมีรักษารักษาให้ดี เช่น อารมณ์

“การหาเพื่อนสนิท...มีสัมภาระมาก

เลิกแล้วแต่แฟ้มเมืองเจ้าอาณาที่บ้าน”

“ผอมลงไประบกเพื่อเตรียมครั้งเดียว...และเสานอนอย่าให้แม่”

หรือ พยายามหดสูบศีวะของว่าสามารถเลิกยาได้แล้ว และสามารถจัดการกับศีวะของได้โดยที่ไม่สกัดการณ์เสียง เช่น

“ลองใช้อิทธิพลทำงานได้ดีรึน ใจอยู่บนแผ่นรองไว้ใช้อิทธิพลไม่ติด”

“ตอนนี้จะเปลี่ยนแท็บที่นั่นแล้ว ยังจึงรอจากลูกพะเพื่อคนถ้าอีก”

“ผอมลงอย่าล้าสักหน่อย เพราะจะมีต้องการให้เงิน คงไม่เป็นไร เพราะจะมีความสามารถจัดการด้วยเอง ไม่ให้เสียได้”

“ผอมคิดว่าจะสามารถอยู่ในกรุ่มที่นอนที่เสียให้หมดลงไม่ติด”

“ผอมต้องเหลือไว้ให้ไม่เสีย”

การทดสอบด้วยการห้ามยาเส้นนี้ จะทำให้รู้สึกผิด เสียสูญด้วยการกลับไปใช้ชั่วโมงให้มากโดยเฉพาะ ในช่วงสั้นนี้มุน ที่ผู้สูงอายุ มักเข้าใจผิดว่าตนเองสามารถเลิกยาได้แล้ว

## ใบความรู้ 2

(แผนการสอนเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา)

เทคนิคการปรึกษาเพื่อการกำหนดภาระกรรมประจำวัน

- ให้ผู้ติดเสพติดเล่าถึงภาระประจำวันในแพลตฟอร์ม ตามของค่าและราคาระยะหัวใจ
- ให้ผู้ติดเสพติดประเมินความเสี่ยง ของภาระประจำวันที่อาจทำให้เสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติดซ้ำ
- ให้ผู้ติดเสพติดกำหนดภาระกรรมใหม่ ตั้งแต่เดือนหน้าจนกระทั่งภาระก็จะ และเขียนลงในตารางที่จดหมายประจำหน้า โดยคำนึงถึงภาระหลักเสี่ยงจากตัวภาระตุ้นการเสพติด
- ให้ผู้ติดเสพติดประเมินภาระเป็นไปได้ในการปฏิบัติความ ภาระประจำวันหน้า

หมายเหตุ

ในการพูดกันครึ่งต่อไป ให้ผู้ติดเสพติดยกภาระของภาระที่มีอยู่มาประทับตีกับข้อห้องจากปั้นภาระประจำวันแล้ว ว่าสามารถได้เข้าไปเก็บข้อมูลกับตัวภาระดูแลที่ทำให้กลับไปเสพติดหรือไม่

## แผนที่ 1

(แผนการสอนเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเลิกยา)

เหตุผลหรืออ้างของภาระเสพติด

- ภาระของคนเดียว ตั้งแต่นี้...
- หนี้สินได้แล้วจนสามารถมาให้ที่บ้าน...
- หน้ออกจากบ้านเพื่อนบ้านเครื่องเสียง และเข้ากับเสียงบ้านของบ้านให้หมด...

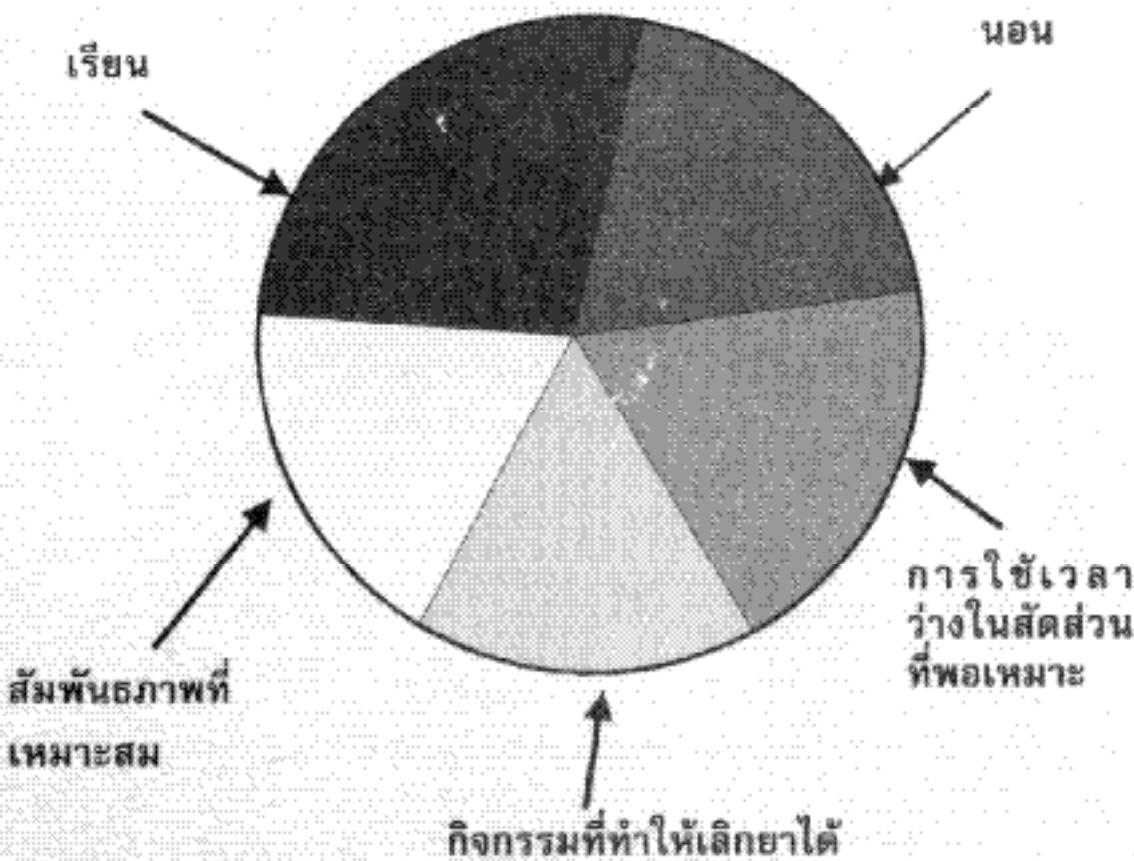
### แผนภาระต้องหัดสอนบทที่ 2

- หน้ออกจากบ้านเพื่อนที่ให้ทำงานเดือน...
- หน้ออกจากบ้านเพื่อนนักศึกษาและครอบครัวเพื่อเข้ามาร่วมมือ...
- หน้ออกการเดินเรียนเรียนรู้และความคิดที่ว่างมาตรฐานการศึกษานี้ดีกันอย่างไรอีก...
- หน้ออกจากบ้านเพื่อท่องเที่ยวและกลางวัน...
- หน้ออกจากบ้านเพื่อไปรับภาระ...

แผนภาพ 1

(แผนภาพแสดงเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการเรียนรู้)

เส้นทางสู่การเรียนรู้ : การดำเนินชีวิตที่พอเพียง



## แผนการสอน ๙

### เรื่อง ปัญหาทางจิตใจในผู้เดพติดและการส่งต่อ

( เวลา ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที )

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมรู้จักปัญหาทางจิตใจที่เป็นมาตรฐานให้เกิดการเดพติด
- เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมรู้จักปัญหาทางจิตใจที่เป็นผลของการเดพติด

#### สาระสำคัญ

การอบรมนักเรียนปัญหาทางจิตใจที่แฝงอยู่ภายในได้ปัญหาการเดพติด และปัญหาทางจิตใจอันเป็นผลจากการเดพติด จะช่วยให้ครูสามารถเข้าใจองค์ประกอบที่ขับเคลื่อนของปัญหา สามารถตัดสินใจ ช่วยเหลือเบื้องต้นและส่งต่อให้กับครุภารกิจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

#### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประเด็นการณ์ กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>วิทยากรกล่าวนำเรื่องลึกซึ้งทั่ว ๆ ไปของนักเรียนที่ใช้ยาเดพติด</li> <li>วิทยากรถาม “หัวนี้คือว่าการใช้ยาเดพติดกับปัญหาทางจิตใจมีความเกี่ยวข้องกันหรือไม่ อ่านไว้”</li> <li>สุ่มถาม 2-3 คนโดยไม่ต้องตอบ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ใบความรู้ ๑ สังฆะ พัชราไปขอตัวนักเรียนที่ใช้ยาเดพติด</li> </ul>
จะท่อนความตื้น / อภิปราย กลุ่มละ (20 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>แบ่งกลุ่ม ๕-๘ คนลงบิปรายความประทับใจในงาน ๑</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ใบงาน ๑</li> </ul>
ความตื่นตัวบนยอด กลุ่มใหญ่ (35 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>เลือกตัวแทนจากหนึ่งกลุ่มรายงานและกรอกใบรายงานชื่อ ๑ รายรวมชื่อครุป และอภิปรายเพิ่มเติม จากกลุ่มใหญ่</li> <li>เลือกตัวแทนจากหนึ่งกลุ่มรายงานและกรอกใบรายงานชื่อ ๒ รายรวมชื่อครุปและอภิปรายเพิ่มเติมจากกลุ่มใหญ่</li> <li>วิทยากรบรรยายอย่างสรุป ปัญหาทางจิตใจกับการเดพติดและปัญหาสุขภาพจิตในผู้เดพติดและภาระสังคม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ใบความรู้ ๒ ปัญหาทางจิตใจกับการเดพติด</li> </ul>

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เรื่อง	วิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประยุกต์แนวคิด ชั้นที่ 2 ถึง (10 นาที)	- ให้เด็กเขียนตัว 2 บนกระดาษ “อาการหรือ ความดีดีของตัวเองที่ต้องได้รับการชื่นชม”	
ความตื่นเต้นของ กลุ่มไทย (15 นาที)	- วิทยากรผู้มา 3-4 ท่าน และบรรยายสรุปหมาย ใบความรู้ 3 “ปัญหา สุขภาพกายจิตที่ควร ระวัง”	

### สื่อ/อุปกรณ์

- ใบงาน 1
- ใบงานที่ 1 ลักษณะที่นำไปสู่นักเรียนที่ใช้ภาษาพื้นเมือง
- ปัญหางานจิตใจในสูญเสียด้านครอบครัวและการฟื้นฟู
- ปัญหางานจิตใจที่ควรระวัง

### การประเมิน

- สังเกตความสนใจในสื่อและกิจกรรมและการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่มของ
- สังเกตจากการตอบคำถามในหัวข้อและประเมิน
- จากภาระรายงานหลักของแต่ละกลุ่ม

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง ปัญหางานจิตใจในผู้เสพติดและการส่งต่อ

ชั้นศึกษา 4-6 หนึ่งปีรายภาคบرمเดือนต่อไปนี้ ให้เด็กๆ 20 นาที และนำไปสู่ใน  
กลุ่มไทย

- ปัญหางานจิตใจที่เกิดจากปัญหางานจิตใจ
  - จากประสบการณ์ของท่านปัญหางานจิตใจที่เคยมีความรุนแรงมากจากปัญหางานจิตใจ  
ลักษณะไข้บ้า
  - ท่านมีแนวทางพัฒนาตัวปัญหางานจิตใจต่อ 1. อย่างไร
- ปัญหางานจิตใจที่ทำให้เกิดปัญหางานจิตใจ
  - จากประสบการณ์ของท่าน ปัญหางานจิตใจที่เคยมีความรุนแรงมากจากปัญหางานจิตใจ  
ลักษณะไข้บ้า
  - ท่านมีแนวทางพัฒนาตัวปัญหางานจิตใจในสื่อ 2. อย่างไร

## ใบความรู้ 1

(แผนการสอนเรื่อง ปัญหาทางจิตใจในสูญเสียและภัยคุกคาม)  
ลักษณะทั่วไปของนักเรียนที่ใช้อาเพกติก

นักเรียนที่ใช้อาเพกติกส่วนใหญ่ มักจะมีพฤติกรรมเสื่อมดังต่อไปนี้

- การแสดงออกในชั้นเรียนที่ไม่เหมาะสม เช่น เสียงมาก หรือก้าวกระโจนแรง ๆ
- พฤติกรรมเรียนไม่ดี
- การพัฒนาสัมพันธ์ใกล้ชิดกับกลุ่มเพื่อนที่มีลักษณะทางเพศ
- การมีหัวใจเชื่อไว้ก่อนใช้อาเพกติกเป็นสูญที่เป็นข้อเด่นของกลุ่มนักเรียนที่ใช้อาเพกติก

## ใบความรู้ 2

(แผนการสอนเรื่อง ปัญหาทางจิตใจในสูญเสียและภัยคุกคาม)

### ปัญหาทางจิตใจกับการแพทย์

การติดยาเสพติดได้นั้นจะต้องอาศัยองค์ประกอบทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และด้านการสังคมเป็นที่ยอมรับกันว่าสาเหตุที่สำคัญที่สุดคือในส่วนของตัวผู้ติดยาเสพติดเองคือ ที่นิสูรุณเดิม บุคคลลักษณะของบุคคลคนนี้ ซึ่งมักจะเป็นคนที่ไม่มั่นใจในตนเอง และชอบพึงพาคนอื่น ไม่ค่อยมีความอ่อนแหน่ง ความกังวลหรือไม่สบายใจและไม่สามารถอยู่คน旁ห้อย หายใจลำบากโดยปัญหาเรื่องที่สูดเครื่องดื่มและยาที่สูดโดยไฟค่านึงต้องผลเสียที่จะตามมาในภายหลัง ต้องการเพื่อความพอดีสบายนี้ เนื่องจากน้ำเงินน้ำนม บุคคลเหล่านี้มีอยู่สักพักว่างานให้เวลาพำนัชพ่ายแพ้เสพติดเข้าไปให้สบายนี้เข้าไปทันทีเมื่อเข้าสู่สภาวะที่ขาดความมั่นคง ความต้องการที่จะเข้าสู่สภาวะที่ดีไม่ได้สำเร็จก็จะกระตุ้นให้ต้องพยายาม

ถือส่วนใหญ่ที่พบได้ไม่ใช่ ดัง ความนักหักห้ามห้ามที่ผ่านมาการและการเข้าไปยังโรคทางจิตเวช หลักๆ นี้ด้วย ไม่ว่าจะเป็น โรคสมองเสื่อม โรคการเรียนรู้บกพร่อง โรคซึมเศร้า โรคประสาท ก่ออาชญากรรมที่มีการใช้อาเพกติกเพื่อให้ด้วยสบายนี้เข้า บางคนใช้เพื่อให้ก็จะมีความพอดีที่สามารถทำให้เข้าสังกัดกับกฎหมายของประเทศได้ เป็นการลดความเจ็บใจจากการที่ตัวเองไม่ประสบความสำเร็จในการปรับตัว สร้างฐานะทางสังคม ถือเป็นการรักษาปัญหาทางอารมณ์และจิตใจในทางที่ดีด้วยทางการรักษาทางจิตวิทยา ไม่ว่าจะด้วยการรักษาด้วยยา หรือ การแพทย์

สาเหตุที่นักเรียนต้องการใช้อาเพกติก อาจมารากความเสื่อมดี ที่เกี่ยวกับผลของการที่มีอยู่ร่วางกาย เช่น ต่อเรื่องอาหารเพลิง ความสะอาดของร่างกาย อาการรู้สึกไม่สบายร่างกายที่หัวใจให้พ้นจากโรค หรือความทุกษ์ ทุกทาน

สาเหตุที่รุ่งเรืองมาตั้งแต่古以來 ประการนี้ ดัง อาการความเครียดครัวเรือนที่ไม่เป็นสุข มีความซับซ้อน หรือ ปัจจัยปัจจุบันอย่างเช่นความลักในครอบครัวถูกหลอกไปเสพติดเจ้า หรือใช้อาเพกติกเป็นทางออกของชีวิต

หากต้องการความช่วยเหลือคนนั้นให้ด้วย วิทยาธรรม ประเพณี กฎหมายที่ดี ช่องทางชุมชนที่ส่วนบุคคล เผวิมหรือตัวของคนนั้นให้ด้วย วิทยาธรรม ประเพณี กฎหมายที่ดี ช่องทางชุมชนที่ส่วนบุคคล ให้เป็นไปตามกฎหมาย ตลอดจนความต้องการที่อยู่ในกรอบความดีทางศีลธรรมที่ดีความสำเร็จไม่ใช่

ในการศึกษาบัญชีทางบัญชีและการใช้บัญชีเพื่อตั้งรับ มีความจำเป็นที่จะต้องพิจารณาเมื่อปัจจัยหน่วยประการล้วนกันที่สำคัญ คือ เงื่อนไขของเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม เว็บไซต์ของบุคคล และเรื่องกฎหมายเช่นเดียวกัน เพื่อสามารถดำเนินการตามเหตุการณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

#### ปัญหาด้านการพัฒนาในภูมิภาคติดอาชญากรรมเชิงทางเพศ

การเดินทางในอนาคตฯ หรือใช้ยาเป็นระยะเวลาก่อนหน้า อาจจะเป็นส่วนหนึ่งให้เกิดอาการทางรังสีได้ อาการทางด้านนี้จะจากยาใช้ยา จะเกิดได้โดยไม่จำเป็นว่าผู้ที่จะมีประวัติเป็นโรคจิตมาก่อน

ถ้าการทางด้านที่เกิดขึ้น สามารถเป็นได้ด้วยมาตรการเป็นไปอย่างจัดเจ้าจริงทั่วทุกมิติของการรุนแรงต่อขั้นเริ่มของการรับรู้ความเป็นธรรม ผู้ติดรวมไปยังไม่สามารถส่งารงชีวิตอยู่ของมนต์ภัยอุบัติอ่อนแหน ทั่วไปในสังคม ให้มีอาการรบกวนเล็กๆ น้อยๆ อาจทำอย่างเด็ดขาดเจ็บปวดพอดัน หรือเกิดศรั้นแบบที่จะเป็นคื่นอยู่ไป เป็นแบบเรื้อรังก็ได้

ลักษณะเป็นห้าสีภาพจิตร์ที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงการจัดแนวก่อรากได้ดังนี้

1. ความมีคุณภาพดีต้านความคิด มีความมีคุณภาพดีทั้งในรูปแบบและเนื้อหาความคิดเปลี่ยนจากเรื่องหนึ่งไปอีกเรื่องหนึ่งอย่างรวดเร็ว ความคิดไม่ต่อเนื่อง มีความเชื่อบางอย่างโดยไม่มีรากฐานของความเป็นจริง หลงใหลศักดิ์สิทธิ์ความบลังภัย ติดตัวคนเป็นญี่ปุ่นมา
  2. ความมีคุณภาพดีต้านอารมณ์ มีอารมณ์เฉยเมย หัวเราะร้องไห้โดยไม่รู้เหตุผล อารมณ์แปรปรวน ศรีษะเครื่องร้าวเรี้ยดีบุกตี หรือซึมเศร้า ไม่ไหวร่าย อารมณ์เปลี่ยนแปลงเร็ว
  3. ความมีคุณภาพดีต้านพฤติกรรม ไม่สนใจคนรอบตัว เรื่องแต่งกาย การดูแลสุขอนามัย ไม่อาบน้ำ ไม่ล้างเสื้อผ้า เก็บเศษอาหาร และลิ้งที่ไม่สมควรกิน เช่นเศษอาหาร หัวราก หัวเส้น หัวรากผักชี หัวอุดูกาลกหานี่หานน ๆ ช้อนไม่หยุดครุย ผูกคล้องเตียง หัวเราะร้องไห้ นอนเดียว โยกตัวเอง หลีกเลี่ยงการมีสัมพันธ์ทางเพศกับผู้อื่น นอนกลางวัน ดื่นกากังคิน
  4. ความมีคุณภาพดีต้านการรับรู้ มีอาการประสาทแพ้สอน เป็นการรับรู้ที่เกิดขึ้นโดยไม่มีตัวกระตุ้น ทุกว่าว ภาษาและประสาททางกายภาพ ได้แก่หินแปลกร้า ประสาททางกายภาพ ผิวหนังและรู้สึกไม่ชัดเจนให้เกิดขึ้น ประสาททางกายภาพการเห็น เพิ่มหรือลดเป็นอยู่ อาการรับรู้ทางหู ตา และบุหงาที่เปลี่ยนไป ทุกตัวกรรวงเปลี่ยนแปลงตามไป สามารถคำนึงถึงว่าจะทำ ปกติอย่างไร เช่น ไม่สนใจหนทาง การดูแลความสะอาด ไม่อาบน้ำ ไม่ล้างเสื้อผ้า เช่นเดียวกัน หัวรากผักชี หัวรากผักชี ช้อนไม่หยุดครุย ผูกคล้องเตียง หัวเราะร้องไห้คุณเดียว หลีกเลี่ยงการมีสัมพันธ์ทางเพศกับคนอื่น นอนกลางวัน ดื่นกากังคิน

การซ่อมแซม

- สืบท่องเพื่อรับรู้การตรวจจากหน่วยงานด้านสุขภาพจิตและจิตเวชเพื่อวินิจฉัย และให้การรักษาเมื่อที่เหมาะสมสมควรใน

### ใบความรู้ ๓

(แผนการสอนเรื่อง ปัญหาทางการจิตในผู้เดพติดและการสื่อสาร)

ปัญหาสุขภาพภายใน จิตที่ควรสังเวย

1. ผู้เรียนที่มีความคิดเห็นตัวเอง พยายามจะตัวตัวอย่าง หรือเบียดเบี้ยนให้ตัวเอง
2. ผู้เรียนที่มีอาการของโรคซึม ซึ่งได้แก่ การได้ยินเสียงแหวว เห็นภาพหลอน หวานระนง ความคิดเดาเกิดรูปแบบ พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงจนไม่สามารถดำเนินชีวิตอย่างปกติสุภาพได้
3. ผู้เรียนที่ตั้งครรภ์ หรือหญิงตั้งครรภ์ที่ไม่เหมาะสม
4. ผู้เรียนที่มีผลการแพทย์โดยไม่สามารถอ่านได้และอาจเกิดจากภาวะแพทย์ที่รุนแรง เช่น ไม่สามารถเขียน ซึ่งอาจบញ្ជາให้ผู้อื่นทราบบ้านเด็กจากผู้เชื้อชาติ หรืออยู่ในครอบครัว สังคมลักษณะที่ไม่เอื้ออำนวยต่อความต้องยา หรือมีบุคลิกเป็นผู้จัดหน้าเช่น เป็นต้น
5. ผู้เรียนที่มีปัญหาการนอนรุนแรง เช่น ชิมเครว่า หยดหัวใจ หรือวิเศษกันดู ก้าวร้าว ควบคุมอารมณ์ความรู้สึกไม่ได้
6. ผู้เรียนที่ถูกทางด้านการเงิน หักห้ามรักษา ใช้ไฟ หรือห้ามแพทย์
7. ผู้เรียนที่ประสบเหตุการณ์รุนแรงในชีวิต เช่น การฆ่าลูกนร กระซิบหัน อุบัติเหตุที่มีการรุกรานเช่นรุนแรง
8. ปัญหาการเรียน ปัญหายาเสพติด และปัญหาดุลยกรรมอันน่าทึ่นตา ที่รุนแรง

๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗



## แผนการสอน 10

### เรื่อง ฝึกปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาบ้า ( เวลา 2 ชั่วโมง )

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ครูทราบแนวทางการจัดกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาบ้าในโรงเรียน
2. เพื่อให้ครูสามารถทำกิจกรรมเพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาบ้าในโรงเรียนได้

#### สาระสำคัญ

การเรียนรู้ที่จำเป็นคือที่ผู้เรียนมีความร่วมและตื่นตัวเพื่อปฏิบัติจริง เช่นเดียวกันกับการเรียนรู้เรื่องการจัดกิจกรรมกลุ่มโปรแกรมจิตสังคมบำบัดของผู้รับการอบรมฯ ที่ควรมีการฝึกปฏิบัติ เพื่อให้ผู้รับการอบรมได้รับประสบการณ์ตรงที่แนวทางการจัดกิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัด และเกิดความมั่นใจในการดำเนินการในโรงเรียน

#### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ขั้นรู้ด้วยตนเอง ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยาการนำเสนอเรื่องการ โครงการอยู่ร่วมแบบ การจัดกิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน	- ในครั้งที่ 1 กิจกรรมกลุ่มจิตสังคม บำบัดในโรงเรียน - ครั้งที่ 2 : กิจกรรม กลุ่มจิตสังคมบำบัด ในโรงเรียน
ประยุกต์การณ์ กลุ่มใหญ่ (25 นาที)  ระยะเวลา ก่อตั้ง 3 นาที	- อาจารย์ที่ปรึกษา เรื่อง การทำกิจกรรมกลุ่มบำบัด ล่าหัวบัวรุ่นที่มีพฤติกรรมใช้ยาบ้า	- วิธีทัศน์ การทำกิจกรรม กิจกรรมบำบัดล่าหัวบัว รุ่นที่มีพฤติกรรมใช้ยาบ้า
สรุปความคิด / อภิปราย (15 นาที) ก่อตั้ง 3 นาที	- แบ่งกลุ่มสืบสานประเพณีใบชา 1	- ในสถานที่
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	- กลุ่ม 2 - 3 กลุ่ม - อภิปราย - สรุป - วิทยากรนำหัวหนากิจกรรม กลุ่มและสรุป	- ในครั้งที่ 2 บทบาทผู้นำกลุ่ม และ สมาชิกกลุ่ม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เรื่อง	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ชั้นเรียนการท่องเที่ยว ประชุมแผนพัฒนา กลุ่มละ 6-8 คน (50 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่มของ กลุ่มละ 6 - 8 คน ฝึกปฏิบัติสถาน ในงาน 2 โดยมีวิทยากรกลุ่มของผู้สอนมาฝึกอบรม</li> <li>- ฝึกกลุ่ม ฝึกปฏิบัติและศูนย์ห้องห้องการท่องเที่ยว</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ในงาน 2</li> <li>- ผู้สอน (ผู้เรียน) : บริการกลุ่มจัดสร้างคอม ปิวเตอร์ในโรงเรียน</li> </ul>
ความติดรวมบอยด์ กลุ่มละ 6 คน (10 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ให้การอบรมเชิงนำเสนอการฝึกภาษา เพื่อเตรียมร่าง ข้อเสนอแนะร่วมแบบห้องกลุ่ม</li> <li>- หมายเหตุ ในการฝึกที่นี้วิชาภาษาไทยเพียงพอ อาจเพิ่มจำนวน บทเรียนในกลุ่มเป็น 8 - 10 คนได้</li> </ul>	

### สื่อ/อุปกรณ์

1. ในภาค 1. การฝึกอบรมทักษะภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษ
2. การฝึกปฏิบัติ กิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 7 เวลา 1 ชั่วโมงสู่การเลิกษา
2. ในภาคที่ 2. 1. กิจกรรมกลุ่มจัดห้องบ้านในโรงเรียน
2. บ้านภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษ
3. วิธีพัฒนา ภาษาที่เกี่ยวกับภาษาญี่ปุ่นจัดห้องบ้าน สำหรับเด็กญี่ปุ่นที่มีพุทธิกรรมใช้ภาษาบ้าน
4. ผู้สอน : กิจกรรมกลุ่มจัดห้องบ้านในโรงเรียน
5. ผู้มีพักเรียน : กิจกรรมกลุ่มจัดห้องบ้านในโรงเรียน

### การประเมิน

1. การประเมินรวมในกิจกรรม
2. ความสามารถในการใช้ภาษาที่เกี่ยวข้องทางภูมิศาสตร์

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง ฝึกปฏิบัติภารกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนใช้ภาษา การวิเคราะห์บทบาทผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม

หน่วยที่ ๓ หน่วยที่ ๔ ร่วมกันเรียนหาบทบาทผู้นำและสมาชิกกลุ่ม (๑๕ นาที) ครุปและฝ่านานา  
ในกลุ่มใหญ่

#### แบบวิเคราะห์บทบาทผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม

กิจกรรม	ทำ	ไม่ทำ	ไม่สนใจ
<b>บทบาทผู้นำกลุ่ม</b>			
๑. เริ่มเข้ากลุ่มหรือการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิก			
๒. ขับฟื้นสมาชิกอย่างไรให้ดี			
๓. สร้างบรรยายภาพให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัยเมื่อรวมไว้			
๔. สนับสนุนให้สมาชิกแสดงออกถึงความต้องการใน ความคิดของตนและฟัง			
๕. ช่วยให้สมาชิกเข้าใจตนเอง เช่น ใจร้าย			
๖. ช่วยให้สมาชิกตั้งเป้าหมายให้กับตนเอง			
๗. ช่วยทำซ้อมให้กระจำ			
๘. ช่วยสอนความรู้และภารกิจในกลุ่ม			

#### แบบวิเคราะห์บทบาทผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม

กิจกรรม	ทำ	ไม่ทำ	ไม่สนใจ
<b>บทบาทสมาชิก</b>			
๑. ต้องการให้สมาชิกเก็บราย			
๒. ไม่ต้องการมีความรู้ คำพูดของผู้อื่น			
๓. ให้สัมภានต่อสมาชิกกลุ่มในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้ดีขึ้น			
๔. รักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม			

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง ฝึกปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนใช้ยาบ้า

- แบ่งกลุ่มห้อง ๖ - ๘ คน ให้สู่รับการอบรม ๑ หัวหน้าท่านผู้ที่ “ครุเชฟเฟ่น” ในการดำเนินกิจกรรม สมาชิกที่เหลือรับบทบาทผู้สอนคือเป็น “นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียน” หัวหน้ากลุ่มตามอธิการของกลุ่ม ครั้งที่ ๗ ในสูตรเม็ดควบ(นักเรียน) : กิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียน (๕๐ นาที)

- วิทยากรกลุ่มห้องห้ามภัยป่วย วันเวลาที่เข้าห้องและสูบ (๑๐ นาที)

\*หมายเหตุ ในการที่วิทยากรกลุ่มห้องห้ามภัยป่วยให้สู่รับการอบรม ๑ หัวหน้าที่ลังเลกิจกรรมและอยู่ป่วยร่วมกันในกลุ่มมาก

#### ใบความรู้ ๑

##### (แผนการสอนเรื่อง ฝึกปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาบ้า) กิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียน

กิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียน เป็นกิจกรรมช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาบ้าซึ่งประยุกต์ มาจาก The Matrix Intensive Outpatient Program ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ได้พัฒนามาเกือบ 20 ปี โดย เจ้าหน้าที่ศูนย์ Matrix แห่งมหาวิทยาลัย UCLA ประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อให้บ้านพักเด็กฯ ดูแลอย่างดี ลุตติค่าการดูแล ประมาณ ๒๐๐๐๐ ดอลลาร์โดยเดือนละราบ้าในแบบถ้วนหนอก และผลลัพธ์ที่ดีในการรักษาตัว แต่ต้นทุนต้อง

ลดลงอย่างต่อเนื่อง ทำให้กิจกรรมกลุ่มห้องห้ามภัยป่วยให้สามารถดำเนินการได้ตามกำหนดเวลาที่กำหนดไว้ ไม่ต้องเดินทางไปโรงเรียนและนักเรียน องค์ประกอบที่สำคัญในกิจกรรมกลุ่มช่วยเหลือนักเรียนมีดังนี้

๑. การปรึกษารายบุคคล (Individual Counselling) หรือการบำบัดรายบุคคล (Individual Session) เป็นกิจกรรมแรกที่ผู้ป่วย ผู้รับการบำบัดและครอบครัวพบกันเพื่อทำความเข้าใจก่อนเข้ารับการบำบัดต่อไปกิจกรรมอื่น ๆ ในโปรแกรม และการพบกันครั้งต่อครั้ง ไปจนถึงการบริษัทรายบุคคลจะเป็น การเสริมสร้างความร่วมมือในการบำบัดของผู้รับการบำบัดและครอบครัว และเป็นการติดตามผลการบำบัดตลอดโปรแกรม

๒. กิจกรรมกลุ่ม ฝึกทักษะการเด็กออกจากเบื้องต้น (Early Recovery Skill Group) และฝึกทักษะ ป้องกันการกลับไปเสพยาซ้ำ (Relapse prevention Skills Group) เป็นการช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้และฝึกทักษะที่จำเป็นในการเรียนรู้สูตรเดือนและเข้าใจการเด็กพัฒนาและดูแลตัวเอง ที่เกิดขึ้นในการดูแลเด็กฯ ให้ ความรู้และทักษะที่ได้จะป้องกันไม่ให้ลักษณะกลับไปใช้ยาซ้ำ ผลของการนี้ก็จะช่วยให้เด็กฯ ใจดีและเปลี่ยนไปสู่ประสบการณ์ที่ดีมากขึ้น กิจกรรมมีจำนวน ๑๗ ครั้ง ลักษณะ ๒ ครั้ง/อาทิตย์ ๑-๒ ชั่วโมงเป็นเวลา ๙ สัปดาห์และครึ่ง

๓. กลุ่มครอบครัวศึกษา (Family Education Group) เป็นกิจกรรมที่นักเรียนและครอบครัว เรียนรู้ร่วมกันเกี่ยวกับหัวข้อต่าง ๆ ในการเด็กเสพยา และให้ทำความเข้าใจกันเพื่อสนับสนุนให้นักเรียนและครอบครัวเข้าใจกันมากขึ้น กิจกรรมมีจำนวน ๓ ครั้งและแนวทางรวมในการเข้ากลุ่มชั้น ๒

## รูปแบบและกลวิธีการช่วยเหลือ

**ลักษณะ :** เป็นกลุ่มกิจกรรมเพื่อเรียนรู้ (group learning) มีครุเป็นผู้พากลุ่มและนักเรียน  
ผู้อบรมที่สามารถเรียนรู้อย่างมีพัฒนาการให้กับกลุ่มจำนวน 8-12 คน โดยมีผู้ดำเนินการช่วย  
ร่วมอย่างน้อย 3 คน

**ระยะเวลา :** ประมาณ 17 ครั้ง ๆ ละประมาณ 1 - 2 ชั่วโมง พบรับและฝึกอบรมต่อเนื่องกัน  
ต่อๆ กัน 2 ครั้ง เป็นเวลา 9 สัปดาห์ ในระหว่างการฝึกอบรม

**สถานที่ :** ห้องเรียนหรือห้องที่เหมาะสมในโรงพยาบาล

### องค์ความรู้

กิจกรรมกลุ่มนี้จะสอนป้าบังในโรงพยาบาล ประยุกต์จากองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

1. โปรแกรมกลุ่มฝึกหัดและการเลิกยาต่อเนื่อง (Early Recovery skill group) ของโปรแกรม Matrix รวม 6 ครั้ง

- 1.1 พัฒนาจิตใจ
- 1.2 ตัวกระตุ้นภาระบด
- 1.3 ตัวกระตุ้นภาระใจ
- 1.4 อาการบุพเพเวณ
- 1.5 เส้นทางสู่การเด็กษา
- 1.6 ยา ยาเสพติด ภัยต่อธรรมชาติและสังคม

2. โปรแกรมกลุ่มป้องกันการกลับไปติดยาเสพติด (Relapse Prevention group) ของโปรแกรม Matrix รวม 2 ครั้ง คือ

- 2.1 ความไว้วางใจ
- 2.2 การใช้เวลาว่าง
3. โปรแกรมกลุ่มที่ความรู้ครอบคลุม (Family Education group) ละ 3 โปรแกรม Matrix รวม 3 ครั้ง

- 3.1 ศักยภาพ
- 3.2 บทบาทครอบครัว
- 3.3 เป้าหมายชีวิต

4. โปรแกรมกลุ่มทักษิณ (Life skill group) รวม 5 ครั้ง ได้แก่
  - 4.1 ค่านิยมชีวิต
  - 4.2 พัฒนาค่านิยมท่าทางการเรียน
  - 4.3 ทักษิณการตัดสินใจ
  - 4.4 ทักษิณการปฏิเสธ
  - 4.5 เพื่อนรัก เพื่อนใหม่

## ค้าด้วยสาระสำคัญกิจกรรมกลุ่มจัดตั้งคอมบ้าบัดในโรงเรียน

### ครรชที่ 1 สัญญาใช้ (ผู้ปกครองเข้าร่วมด้วย)

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้สู่บุคคลภายนอกเรียน และครุ ร่วมมือกันในการปั้นเป็นพหุคิจกรรมการใช้ยาบ้าในเด็กเรียน

### ครรชที่ 2 ต้นไม้และธารน้ำ

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้เด็กเรียนรู้ถึงความบันเทิงของหนอน悠久ที่เกิดก่อพาร์เชื้อมาและจากไส้เลือด

### ครรชที่ 3 พิษภัยจากยาบ้า

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าตัวกระตุ้นเป็นส่วนใหญ่ที่นำไปสู่การใช้ยา และนักเรียนได้รับผลกระทบจากการใช้ยาอย่างไร

### ครรชที่ 4 พิษภัยจากยาบ้า

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าตัวกระตุ้นภาระของลิขิตพัฒนาการตัวเดียว ความรู้สึกและพฤติกรรมของนักเรียน ทำให้เกิดกลับไปเพลพยายาม นักเรียนควรรู้จักประมีนความเสี่ยงที่เกิดจากตัวกระตุ้นภาระของลิขิต ที่จะนำไปสู่ภัยจากการกลับไปเพลพยายาม

### ครรชที่ 5 ตัวกระตุ้นภัยใน

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าตัวกระตุ้นภัยในคือภาระตัวเอง ภาระในจิตใจ ภาระเป็นภาระตัวนักเรียนที่นักเรียนที่กลับไปเพลพยายาม ภาระตัวเองที่ต้องการเก็บตัวกระตุ้นภาระภาระตัวเองซึ่งกันไม่ใช่นักเรียนที่ไปเพลพยายาม

### ครรชที่ 6 เทคนิคการหยุดความติด

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าการหยุดความติดในชีวิตประจำตัว เป็นวิธีพื้นในการป้องกัน และหลีกเลี่ยงจากตัวกระตุ้นภาระตัวเองที่จะต้องการให้หาย

### ครรชที่ 7 เผนาหายจากการเสียดาย

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนสามารถหาวิธีการหลีกเลี่ยงหรือแก้ไขเหตุการณ์ ที่มีสถานการณ์ต่างๆ ที่กระตุ้นให้เกิดความคิดเห็นอย่างมีแต่โทษ ที่ทำให้กลับไปใช้ยาซ้ำไปหมดของการใช้ยา

### ครรชที่ 8 ความไว้วางใจ

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าไม่ใช่แค่ความไว้วางใจได้แล้ว ความบริโภค และเพื่อนๆ ก็อาจจะข้อห้ามสักข้อ แล้วให้ห้ามไว้ และการอยู่ร่วมความไว้วางใจเป็นตัวที่ต้องใช้เวลา อาจจะไว้วางใจจะกลับคืนมา ถ้าไม่ไว้วางใจจะกลับคืนมา ทุกจิตร์ที่แสดงออกถึงความตั้งใจที่ต้องมีอยู่อย่างแน่นอน

### ครรชที่ 9 บทบาทครอบครัว (ผู้ปกครองเข้าร่วมด้วย)

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้สู่บุคคลภายนอกเรียนให้ร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหาการให้ยาของนักเรียน รวมกัน โดยให้แพทย์ฝ่ายมนุษยศาสตร์ชี้แจง

### ครรชที่ 10 ยา ยา เสือ หยดติดกรรมมือและหนัง

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนสามารถรับรู้ความที่ยาและหนังก็เป็นพหุคิจกรรมที่สามารถนำไปสู่การใช้ยาซ้ำอีก เพื่อยุติให้ยา ยา เสือหยดติดกรรมมือและหนัง

### ครรชที่ 11 การใช้เวลาว่าง

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนใช้เวลาอย่างหนักจากการใช้เวลาในการใช้เวลาและภาระการเรียนที่มาก

ทำกิจกรรมต่อๆ กันไป เพื่อนักเรียนจะได้ลองเวลาใช้สานไปประกอบไว้ดูแลค่าน้ำใจของไปในสู่การใช้ชีวิต

#### ครรชที่ 12 พัฒนาคนเด็กนักเรียน

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าการรับฟังของผู้อื่นในห้องเรียน จะช่วยให้สามารถสนับสนุนไป ปัญหานัดพัฒนาคนเด็กนักเรียน และเกิดความรู้สึกความภูมิใจให้กับตนเอง มีผลในการทดสอบปัจจัยเมืองที่จะทำให้กลับไปใช้ชีวิตรักษา

#### ครรชที่ 13 หักษ์การตัดสินใจ

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการตัดสินใจ ไม่ต้องแข่งขันกับสถานการณ์ทางๆ โดยเฉพาะสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การใช้ชีวิตรักษา

#### ครรชที่ 14 หักษ์การปฏิเสธ

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนมีทักษะปฏิเสธการรบกวนของกลุ่มเพื่อนไม่พบทางสถานการณ์นี้ ความเสียหายจากการกลับไปใช้ชีวิตรักษาได้ โดยที่สามารถรักษาสิ่งที่มีประโยชน์ไว้ได้

#### ครรชที่ 15 เพื่อนเก่า เพื่อนใหม่

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจความต่างและดูดด้วยตนเองของเพื่อนเพื่อพัฒนาสถานการณ์นี้ สร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่

#### ครรชที่ 16 เป้าหมายชีวิต (ถูปกรดของเข้าร่วมศรีวิช)

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนและถูปกรดของรวมกันก้าวหน้าเป้าหมายในชีวิทนักเรียนและหากันหากาที่จะไปถึงเป้าหมาย เพื่อให้นักเรียนมีสุขมุ่งหมายในชีวิต ฝึกอบรมการตัดสินใจและนิยามชีวิต

#### ครรชที่ 17 ศีลอดมด

กิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มทุกคนมีความตื่นเต้นที่ต้องเนื่อง ช่วงเหลือกันและกันให้มีอิสระ การแสดงออกให้ตัวเองและประมูลนักการบล็อกน้ำเพื่อพัฒนาศีลอดมด ฝึกอบรมจากการช่วยเหลือที่เกิดขึ้น โดยฝึกอบรมการตัดสินใจและการตัดสินใจและการจัดการนักเรียนกลุ่มนี้เป็นวงกว้าง 1, 4 และ 8 เพื่อเตรียมตัว

ทั้งนี้ สามารถประยุกต์แผนกวาระเป็นผลให้สามารถช่วยปะแม่ให้กับเด็กในห้องเรียน



## ใบความรู้ 2

(แผนการสอนเรื่อง ข้อปฏิบัติการหมกสูตรช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาบ้า)

### บทบาทของผู้นำสุ่ม\*

การให้คำปรึกษาแบบบุคคล化的ันเป็นปีกษาหายใจได้อย่างล้ำเรื่นนี้ ผู้นำสุ่มต้องพยายามให้ยาเสื่อได้รับภัยสัมภันธ์กันโดยสุ่นนำก่อหนึ่งในให้คำปรึกษาจะเป็นผู้เชื่อถือว่าให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางภาษาในสุ่ม ซึ่งบทบาทของผู้นำสุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษานั้น สามารถสรุปได้ดังนี้

1. การเริ่มต้น ผู้นำสุ่มต้องเตรียมเครื่องไว้ในการต่อสู้ สำหรับบุคคลที่ให้ก่อสูตรปีกษาสัมภันธ์กัน เช่น ผู้นำสุ่มนำตัวเองมาปลาระเบียด สำหรับผู้นำที่ยังไม่ประสบการณ์น้อย อาจเริ่มต้นในการให้คำปรึกษาครั้งแรกด้วยการแนะนำตัวว่าชื่อกันและกัน ให้สามารถรับรู้ความเด่นของตัวของผู้นำ เพื่อศึกษาให้ยาเสื่อได้พัฒนาความรู้สึกรับผิดชอบต่อสุ่ม

2. กำหนดภารกิจของตัวเอง ที่จะกับพอดีกรรมและบทบาทหน้าที่ ซึ่งเป็นบทบาทหน้าที่ของแต่ละคนรวมทั้งผู้นำตัวอื่น

3. มีความตระหนักรู้ความรู้สึกของยาเสื่อ และเข้าใจความรู้สึกของยาเสื่อ การให้การช่วยเหลือให้ก้าวต่อไป ซึ่งเป็นพื้นฐานของการสร้างสัมพันธ์การ

4. สร้างบรรยากาศภายในสุ่ม ให้สามารถรับรู้ความรู้สึกของยาเสื่อ ความไว้วางใจกัน ให้ความเคารพในความต้องการของกันและกัน ลดหนี้ด้วยความหล่อหลอมระหว่างบุคคล ให้สามารถรับรู้ความรู้สึกความดีดูดีและเป็นเจ้าของสุ่ม

5. สร้างตัวเป็นปีกษาให้ยาเสื่อ ชุมชนหมาดของสุ่มหรือ ช่วยให้ยาเสื่อเข้าใจตนเองของ แต่ละตัวอยู่ใน ให้ยาเสื่อปีกษาความรู้สึก และพอดีกรรมที่จะเป็นไปในทางที่ดีและมีเป้าหมาย เมื่อยาเสื่อเห็นประโยชน์ของสุ่ม ยามาเสื่อจะรู้สึกการต้องเป็นปีกษาให้หมดหนทางได้

6. ย้ำเตือนความต้องเนื่อง มหาศุภปันทนธรรมเหตุการณ์สำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา เสื่อมโยนกับการให้คำปรึกษาครั้งใหม่ เพื่อกำให้ก่อประสมการณ์ที่ต้องเนื่องกัน

7. ให้สัมภัติอ่อนกล้า ภาระของกล้าที่ในด้านศ้าชุด การแผลด่องอก และความรู้สึก รวมทั้ง การเปลี่ยนความหมายและการทำความกระช้า เป็นสิ่งที่ผู้นำสุ่มต้องกระตุ้นให้ยาเสื่อกระทำการแก้ไขที่ให้ยาเสื่อได้มีการตรวจสอบ พิจารณาตัวเองที่ขาดชุด หรือที่น่าจะมีความต้องดูแลหรือทดสอบกันอย่างไร ซึ่งจะช่วยให้ยาเสื่อรู้สึกด้วยตนเองตัวเองได้

8. การขอความดึงเครียดเพื่อแสดงความห่วงหัดห่วง ความกลัว ความรู้สึกภาระที่เกิดขึ้นภายในสุ่ม และรับผิดชอบในการดำเนินการด้วยพอดีกรรมบางอย่างที่จะเป็นอันตรายต่อยาเสื่อ ผู้นำสุ่มจะต้องเข้าข้อต่อข้อในภารกิจนี้ เช่น สามารถพูดแทนกัน ข้อดังนี้ ให้เราดูกัน ผู้นำสุ่มที่บ้าน ก่อว่าโภชนาญ อุบลราชธานี กล่าวดังสถานการณ์ ยืนที่ไม่เกี่ยว ลี้ยงกันปะเดินที่ก่อสัมภានาทีเรือยกกลุ่มต่ออยู่กันโดยไม่สนใจกันไม่ไหว

9. ให้สัมภัติเพิ่มเติมความที่เห็นสมควร ผู้นำสุ่มควรแสดงความรู้สึกตัวเอง ประสมการณ์ คำนึงถึงความปลอดภัย เพื่อเห็นว่าจะเป็นประโยชน์ต่อยาเสื่อ นอกจากนี้ผู้นำสุ่มควรเป็นแบบอย่างตัวตัวให้ยาเสื่อเกี่ยวกับบทบาทการณ์ที่เหมาะสมหรือไว้การต่อสู้ ที่จะใช้กับปีกษาของยาเสื่อได้

10. ผู้นำสุ่มต้องคงตัวเดียวและประยุกต์ให้เหมาะสมกับความต้องการของยาเสื่อที่ต้องควรระวังที่สุดที่สุดในสุ่ม อาจจะไม่ใช่เป็นนักภาษาในสุ่ม อาจก่อให้ยาเสื่อต่อสู้ ซึ่ง นี้จะไม่เกิดขึ้นแน่นอน

### บทบาทของสมาชิก\*

Nelson (1973) ได้สรุปบทบาทความของสมาชิกในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ดังนี้

1. ควรเป็นผู้พิจารณาโดยตลอดให้ผู้ชุมชนที่น่วงงานได้และตั้งใจฟังโดยตลอด ขณะที่ฟังควรจับใจความให้ถูกต้อง และควรให้ความสนใจกับสิ่งที่น้ำเสียง และท่าทางอื่น ๆ ของผู้ชุมชนด้วยเพื่อจะได้เข้าใจความรู้สึกของผู้ชุมชน สมาชิกไม่ควรเครียดตัวเองในขณะที่ฟัง เพราะจะทำให้ไม่มีผลมากใน การฟัง
2. ต้องเสริมให้สมาชิกท่านอื่นได้ชุดและแสดงออกอย่างทั่วถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่สมาชิกชุมชนรู้สึกและแสดงในกลุ่ม จะไม่มีการตัดสินว่ามีค่าหรือไม่ค่าแต่อย่างไร และจะเน้นนำการแสดงออกนั้นมาประเป็นสถานที่ ตนเองพอใจหรือไม่ ถ้าไม่พอใจ ก็ต้องพยายามให้ชัดตัวใน การปรับปรุงเบื้องตนบ่อไป
3. สมาชิกควรให้ความสนใจเมื่อกลุ่มอภิปรายปัญหาของผู้ชุมชนนี้ เพื่อรับได้ร่วมกันให้ผู้อื่นนิยมกิจกรรมเข้ามายังตัวเอง เช่น ใจปัญญา และมองเห็นทางในการแก้ปัญหา
4. ควรให้ความสนใจพิเศษ ในเรื่องของความรู้ที่เกี่ยวข้องบุคคลในกลุ่ม หาระบุคคลมักจะไม่เข้าใจตนเอง
5. ควรให้ข้อคิดแก่ผู้ที่กำลังวางแผนปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงตัวเอง
6. ควรกล่าวว่าดี อันดับ หนทางให้ผู้ที่มีความชัดเจนในตัวเองได้มีความเข้าใจในตนเองได้ดีขึ้น
7. ควรให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) เพื่อให้บุคคลสามารถได้ทราบส่วนตัวและส่วนบุคคลร่องรอยของตนเอง ถ้าเป็นการให้ข้อมูลส่วนที่บุคคลร่อง ควรพิจารณาถูกต้องว่า ส่วนบุคคลร่องนั้นสามารถดำเนินการปรับปรุงแก้ไขได้ในปัจจุบันและพิจารณาถือไปต่อว่าเขามีจิตใจพร้อมที่จะรับฟังข้อเสนอแนะของ他人อย่างไร สำหรับวิธีการในการให้ข้อมูลนั้นควรใช้การสื่อสารที่ช่วยให้เข้าใจตรงกันทั้งผู้ฟังผู้ชุมชนและผู้ให้ข้อมูล
8. ควรรักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม ถึงได้ก่อความที่ได้อภิปรายกันในกลุ่มให้สมาชิกทุกคนรู้สึกเป็นความลับ ไม่เผยแพร่ให้ไปพูดคน外กลุ่ม

\* ๙ ๙ ๙ ๙ ๙

\* นุสบา ภารตะพิพัฒน์, ศูนย์การให้คำปรึกษาปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ศูนย์สภาพแวดล้อมภายใน (Matrix program) สถาบันภาษาภาครัฐ สำนักวิชาภาษาไทยและสารสนเทศพัฒนา กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข



## แผนการสอน 11

เรื่อง การป้องกันให้จากการกลุ่มจิตสังคมบ้าบัดในการช่วยเหลือนักเรียนที่เดพยาในโรงเรียน

( เวลา 2 ชั่วโมง )

### วัสดุประสงค์

- เพื่อให้ผู้รับการอบรมทราบถึงองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้การท้าทายกรรมกลุ่มจิตสังคมบ้าบัดในโรงเรียนประสบความสำเร็จ
- เพื่อให้ผู้รับการอบรมสามารถวางแผน/rizyukลักษณะท้าทายกรรมกลุ่มจิตสังคมบ้าบัดไปใช้ในโรงเรียนได้

### สาระสำคัญ

องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้การท้าทายกรรมกลุ่มจิตสังคมบ้าบัดในโรงเรียนประสบความสำเร็จ นือจากการสนับสนุนของผู้บริหาร การประสานความร่วมมือระหว่างครุภักดิ์ฯ รวมถึงการมีแผนการดำเนินงาน และติดตามผลของแต่ละต่อเนื่องสม่ำเสมอ ตารางแผนประจำอุปกรณ์ใช้ การทำท้าทายกรรมกลุ่มจิตสังคมบ้าบัดในโรงเรียนจะช่วยให้ผู้รับการอบรมมีแนวทางการดำเนินงานเพื่อป้องกันเด็กนักเรียนที่ใช้ยาเสพติดในโรงเรียน ดังนี้

### กิจกรรม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สืบ
ประสนการณ์ กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากรถาม “ท่านต้องใจจากกรรมกลุ่มจิตสังคมบ้าบัดในโรงเรียนต้องอะไร” - ผู้สอน 2-3 คน	
สะท้อนความคิด / อภิปราย กลุ่มละ 3-4 คน (15 นาที)	- แบ่งกลุ่มละ 3-4 คน อภิปรายความบังเอิญ ในบ้าน 1	- ในงาน 1
ความตื่นความตื่น กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	- ผู้สอน 2-3 คน วิทยากรนำห้องอภิปราย / ตอบ - บรรยาย “องค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้ การท้าทายกรรมกลุ่มจิตสังคมบ้าบัดในโรงเรียน ประสบความสำเร็จ”	- ใบความรู้ 1 “องค์ ประกอบที่สำคัญที่ทำ ให้ท้าทายกรรมกลุ่มจิต สังคมบ้าบัดในโรงเรียน ประสบความสำเร็จ”
ประยุกต์ด้นวิธี กลุ่มละ 4 (40 นาที)	- แบ่งกลุ่มห้องโรงเรียน ให้อภิปรายความประทับใจ ในใบงาน 2	- ในงาน 2

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ความต้องรับของ กลุ่มไทย (45 นาที)	- ให้ผู้แทนทุกโรงเรียนนำเสนอด้วยภาษา อภิปราย สรุป	

### สื่อ/อุปกรณ์

- ใบงาน 1
- รูปแบบการช่วยเหลือนักเรียนที่ใช้ยาเสพติดในโรงเรียน
- ใบความรู้ 1 องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้การท้าทึงกรรมกลุ่มจิตลังคมบำบัดในโรงเรียน  
ประจำสบคหราเมืองเชียง

### การประเมิน

- การมีส่วนร่วมในกิจกรรม

## ใบงาน 1

### แผนการสอนเรื่อง การประยุกต์ใช้กิจกรรมกลุ่มจิตลังคมบำบัด ในการช่วยเหลือนักเรียนที่เลี้พยาในโรงเรียน

แบ่งกลุ่มนักเรียนการอบรมกลุ่มละ 3-4 คน อภิปรายให้ได้ด้วยสุภาพดี (เวลา 15 นาที) และส่งคำแนะนำเสนอในกลุ่มไทย

- องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้การท้าทึงกรรมกลุ่มจิตลังคมบำบัดในโรงเรียนประยุกต์ความสำเร็จ
- ท่านต้องการทราบว่าการท้าทึงกรรมกลุ่มจิตลังคมบำบัด สามารถนำไปใช้ในโรงเรียนได้หรือไม่

## ใบงาน 2

### แผนการสอนเรื่อง การประยุกต์ใช้กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัด ในการช่วยเหลือนักเรียนที่ເລື່ອພາໄນໂຮງຮັບນ

#### ເຊື່ອງຮູປແບບການຊ່ວຍເຫຼືອນักຮັບຮັບນທີ່ໃຊ້(ເສພ)ຢາໃນໂຮງຮັບນ

ແນ່ນຄຸນຄາມໂຮງຮັບນ ອົກປະກາດ ຄຽມ ດັບກິຈกรรม ວິธີການໃນການຊ່ວຍເຫຼືອນักຮັບຮັບນ ທີ່ໃຊ້ (ເສພ) ພາສະຫຼິດ ຕາມຫົວໜ້ວຕ່ອນໄປນີ້ (ເວລາ 40 ພາທີ) ແລະສ່ວນຫຼັກທັນໄໝເຄີຍກຸ່ມໄຫຍ້

1. ເປົ້າທຳມະຍາ (ກຸ່ມນັກຮັບຮັບນທີ່ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອ)

2. ວິດຖານປະສົງ

3. ສູ່ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອ

4. ກິຈกรรม/ວິธີການ/ຮູປແບບ

5. ຮະບອບເວລາ

6. ການປະສົງຄວາມຮ່າມມືອັນດັບປະກາດທີ່ເກືອຂ້ອງກາຍໃນໂຮງຮັບນ

7. ການປະເມີນຜົດ

8. ຜົດທີ່ຄາດວ່າຈະໄດ້ຮັບ

9. ປັບປຸງຫາ ຖຸປະວາດ ທີ່ອາຊະເກີດຕົ້ນ ແລະແນວຫາກກາງພົກໄສ

## ใบความรู้ 1

(แผนการสอนเรื่อง การป้องกันด้วยการร่วมกู้ภัยฉุกเฉินและการช่วยเหลือผู้ประสบภัยในโรงเรียน)  
“องค์ประกอบของสำนักที่ทำให้การดำเนินการร่วมกู้ภัยฉุกเฉินและการช่วยเหลือผู้ประสบภัยในโรงเรียนประสมความสำคัญ”

### 1. การสั่งสอนหนทางผู้บริหาร

ผู้บริหารโรงเรียนต้องกล้าที่จะเปิดเผย และยอมรับว่าโรงเรียนของตน ผู้นักเรียนที่ใช้เวลาและติดอยู่ที่จ้านวนหนึ่ง ในปัจจุบันนักเรียน และโรงเรียนมีความต้องใจที่จะช่วยเหลือผู้นักเรียน กู้ภัยนี้ โดยสนับสนุนให้เด็กและนักเรียนที่รับผิดชอบดูแลนักเรียนในเรื่องนี้

### 2. มีการประสานความร่วมมือระหว่างฝ่ายปกครอง ศูนย์แนะแนว และครุที่เกี่ยวข้องในการควบคุม อุบัติเหตุและนักเรียนมาเข้ากู้ภัย และช่วยสอนเสริมที่เหมาะสม เมื่อนักเรียนต้องหาดูดโรงเรียน ในบางช่วงเพื่อเข้ากู้ภัยป่าบัง

### 3. มีการวางแผนการจัดทำท้าทายกรรมกู้ภัยและติดตามผล อย่างสม่ำเสมอเพื่อเนื่อง



## UCHMARU

## แบบประเมินก่อนและหลังการอบรมครุภัณฑ์

หลักสูตรพัฒนาศักยภาพครุภัณฑ์ในการป้องกันภัยปัญหาเหล็กในสถานศึกษา

### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

- โปรดตอบค่าตามต่อไปนี้ทุกช่องโดยขอเครื่องหมาย  ลงใน  หรือวางเครื่องหมาย  ใน.....ให้สมบูรณ์
1. เพศ  ชาย  หญิง
  2. โรงเรียน.....จังหวัด.....
  3. สาขาวิชาที่สอนการศึกษา
    - ด้านแนะแนวอาชญากรรม
    - สาขาวิชาระบบ
  4. ห้ามมิโปรดรับการถือเป็น  ครุภัณฑ์ระบุ..... ครุภัณฑ์ของระบุ.....  
 อื่นๆระบุ.....
  5. ห้ามเหลือไว้รับการอบรมเกี่ยวกับเรื่องอุปกรณ์เชิงพาณิชย์และยาเสพติด
    - ไม่เคย
    - เคยเคย

### ตอนที่ 2 ความรู้ที่ได้รับจากการอบรม

กรุณาเครื่องหมาย  หากข้อที่ห้ามหันว่ายกต้อง และการเครื่องหมาย  หากหันหัวไปยกต้อง

1. ฐานทรัพย์การป้องกันภัยปัญหาเหล็กไม่เป็นผลลัพธ์ เมื่อจากภัยเหล็กขาดความตึงใจต่อการรักษา
2. ถือว่าบ้านเดือนเกี่ยวกับภัยปัญหามีต่อ หลักทรัพย์ และภาระภัยในการตรวจสอบตัวผู้ต้องหา
3. หลังการใช้ยาบ้าไปประมาณหนึ่ง ถูกต้องอย่างน้ำที่กระทำต่อสมองลามผ่านๆ ทำให้เกิดภาวะเหงหดได้
4. การหลอกล่อตัวภัยต้องเป็นวิธีการป้องกันภัยปัญหานาฬิกาให้ตัวภัยต้องควบคุมเมื่อเกิดภัยการอย่างเข้มแล้ว
5. หลังการสักษาบ้านฯ ถือเป็นภัยเสพติดไม่อาจรักษาแล้ว สามารถอันดับภัยการรักษาได้
6. การรักษาอย่างอย่างเดียว ด้วยยาคายายเครื่องเป็นวิธีการที่สำคัญที่สุดในการรักษาภัยต้องยาบ้า
7. การบำบัดห้ามจัดตั้งและสังคม เป็นองค์ประกอบที่มีบทบาทประมาณ 25% ในกระบวนการรักษาตัวผู้เสพติดยาบ้า
8. กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัด เป็นรูปแบบที่มีประสิทธิผลสูงสุดในการรักษาภัยเสพติดยาบ้าในประเทศ
9. ครอบครัวต้องร่วมมือตรวจสอบให้ถูก จึงจะตัวผู้เสพติดให้ถูกต้องได้
10. สามารถรักษาให้ความไว้วางใจ ว่าภัยเสพติดจะสามารถลดลงได้ หากเขามีจิตใจดี

### ตอนที่ 3 เอกสารต่อปัญหาสุขภาพจิต และยาเสพติด

กรุณาการเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. หน้าจอจอมือถือและคอมพิวเตอร์ที่อยู่ในห้องนอนบ้านเราเป็นเครื่องมือที่มีพัฒนาการให้กับเด็กและเยาวชน				
2. โรงเรียนควรเป็นผู้รับผิดชอบโดยตรงในการจัดทำเกียรติกรรมก่อนเข้าสู่ชั้นเรียนที่มีปัญหาด้านยาเสพติด				
3. วัยรุ่นที่ติดยาเสพติด มักมีปัญหาครอบครัวที่อยู่อาศัยซ้อน ซึ่งอาจหาก่อการแย่งกันเพื่อพูดตักความไม่ดีให้ได้ฟัง				
4. การซื้อขายเสพติดในวัยรุ่นที่มีปัญหาสุขภาพจิตและยาเสพติดเป็นเรื่องที่ต้องห้าม แม้จะประسنดุจภัยส่าหรีดไม่เกิดทาง				
5. การประสารความร่วมมือกับผู้ปกครองและบุคลากรทางการแพทย์ เป็นความรับผิดชอบโดยตรงของครุภัณฑ์ในการช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีปัญหา				
6. ห้ามมีหัวหนี้ ความเข้าใจเรื่องสุขภาพจิตและยาเสพติดเพื่อเพื่อการซื้อขายให้นักเรียน				
7. การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีปัญหาด้วยวัยให้นักเรียนสามารถตอบรับได้				
8. ปัญหานี้ใช้ส่วนหนึ่งของนักเรียนเป็นเครื่องที่ชากัดการซื้อขายเหลือให้ครุภัณฑ์				
9. ให้กรรมกิจลักษณะบ้านเด็ก สำหรับช่วยเหลือนักเรียนที่พัฒนาการไม่ดี ana สามารถปฏิบัติได้ในโรงเรียน				
10. ห้ามพ่อแม่ของเด็กเมื่อไฟแรงช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิตและยาเสพติดในโรงเรียนของท่านทุกคน				

แบบทดสอบ

ตอนที่ 2 ความรู้ที่ได้รับจากการอบรม

1. X
2. X
3. ✓
4. ✓
5. X
6. X
7. X
8. ✓
9. X
10. X

ตอนที่ 3 เหตุการณ์ที่อปยหาสุขภาพจิตและยาเสพติด

● ข้อค่าตอบเรียงจาก (ข้อ 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10)

เห็นด้วยอย่างถึง	4	คะแนน
เห็นด้วย	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างถึง	1	คะแนน

● ข้อค่าตามเรียงลง (ข้อ 1, 3, 8)

เห็นด้วยมากที่สุด	1	คะแนน
เห็นด้วย	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างถึง	4	คะแนน

**แบบประเมินก่อนเข้ารับบริการ  
กิจกรรมกลุ่มจิตสังคมบำบัดในโรงเรียน**

โรงเรียน.....ชื่อ.....ชั้น.....  
 อายุ.....ปี เพศ  ชาย  หญิง  
 ความดื้อ/ปริมาณที่เลพ.....  
 ปัญหาทางกฎหมาย.....  
 เหตุผลที่ต้องการการบำบัด.....

**ประวัติการใช้สารเสพติด**

1. สารเสพติดที่ใช้ประจำเดือน.....
2. เครื่องใช้เสื่อม..... (วันเดือนปี)
3. เครื่องดื่มเสื่อม.....
4. เสพประ楫าย  ทุกวัน หรือ ..... สักคราที่.....
5. เสพวันละ .....ครั้ง
6. ในรอบ 30 วันที่ผ่านมาใช้สารมากและบ่อยอย่างไร.....
7. ในรอบ 30 วันที่ผ่านมาใช้เงินเพื่อซื้อสารมาเสพ.....
8. ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา นักเรียนเคยหยุดเสพติดก่อนกันนานที่สุด.....เดือน
9. เสพยาโดยวิธี  รูบ  สูบ  ดูด  ดูดเส้น
10. วิธีการให้ข้อมูลที่ถูกในการเสพยา.....
11. ติดว่าลักษณะการเสพ  ใช่  ไม่ใช่
12. เนหะยาตามที่ขอหยุดได้สำเร็จ  ใช่  ไม่ใช่

**เกิดอะไรขึ้นบ้าง**

- |  |   |   |                                       |
|--|---|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> การะแวงกระหาย | <input type="checkbox"/> ตัวคล้ายตัวตาย   | <input type="checkbox"/> บรรยายหลอน       | <input type="checkbox"/> ความจำเสื่อม |
| <input type="checkbox"/> ปวดเมื่อย     | <input type="checkbox"/> ห้องเดิน         | <input type="checkbox"/> หลอกหลอน         | <input type="checkbox"/> น้ำลายไหล    |
| <input type="checkbox"/> อาเจียน       | <input type="checkbox"/> ดับสน            | <input type="checkbox"/> ลืมเหตุ          | <input type="checkbox"/> ลืมได้       |
| <input type="checkbox"/> ไม่寐เบื่อ     | <input type="checkbox"/> กระซับกระซ่าย    | <input type="checkbox"/> รู้สึกอ่อนแพ้ชัย | <input type="checkbox"/> ตื่นเคระหนัก |
| <input type="checkbox"/> ศรีษะร้าว     | <input type="checkbox"/> ใช้สารอันมากขึ้น | <input type="checkbox"/> นอนหลับยาก       | <input type="checkbox"/> อื่นๆ .....  |

13. อดิภัยผลร้ายของสารที่นักเรียนเสพต่อร่างกาย สุขภาพ การเรียน การเงิน ชีวิตรอบตัว หรืออื่นๆ

14. เหตุผลการเข้ามาตอน  ใช่  ไม่ใช่

ถ้าตอบใช่กรุณาระบุและอธิบายการเข้ามา.....

15. ผลจากการใช้สารเสพติด นักเรียนมองว่าเป็นภารกิจ  การเรียน  เพศสัมพันธ์  อื่นๆ .....

### ประวัติครอบครัว

- พ่อแม่ของนักเรียนเคยเดินทาง  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- พี่น้องของนักเรียนเคยเดินทาง  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- มีประวัติการพยาบาลฟันทั้งหมดในครอบครัว  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- มีประวัติอาการชักในครอบครัว  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- อุบัติเหตุ (นาฬิกา)  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- บอกต่อเพื่อนสนิท 1..... 2..... 3.....
- เพื่อนสนิทมีใครได้รับบาดเจ็บ  ไม่ใช่  ดำเนินการ.....
- บอกต่อเพื่อนสนิทที่ไม่ได้รับบาดเจ็บ 1..... 2..... 3.....

### ประวัติสุขภาพ

- นักเรียนมีปัญหาสุขภาพ  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- นักเรียนเคยมีอาการดังต่อไปนี้  
 เจ็บหัวอก  ปวดศรีษะ  
 ไอ  หายใจลำบาก  ปัญหาที่อวัยวะอื่น.....
- นักเรียนเข้าใจว่าปัญหาทางสุขภาพของนักเรียนมาจากสารเสพติด  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- นักเรียนรู้สึกว่าต้องการการรักษา (หากเห็นดีไปจากการรักษาสารเสพติด)  
 ไม่ใช่  ใช่ ดำเนินการรักษาไปอย่างไร.....
- ปัจจุบันมีแพ้อาหารอยู่ด้วย  
 ไม่ใช่  ใช่  
ดำเนินการที่แพทย์..... แพทย์ทราบ..... โรงพยาบาล.....
- กัญชาบุหรี่เป็นสาเหตุของการรักษาที่มากที่สุดในปัจจุบัน  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- ในรอบ 2 ปีที่ผ่านมา นักเรียนเคยรักษาด้วยในเวลาระยะ  ไม่ใช่  ใช่ ดำเนินการรักษาไปอย่างไร.....
- ปัจจุบันนักเรียนมีความพิการ  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- กัญชาบุหรี่เป็นสาเหตุที่เคยได้รับ.....

### ประวัติสุขภาพจิต

- เคยรักษาเป็นผู้ป่วยในโรงพยาบาลจิตเวช  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- นักเรียนเคยด้วยประสาทเส้นประสาทศีรษะด้านซ้ายไป  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- ปัจจุบันนักเรียนรู้สึกซึมเศร้า  ไม่ใช่  ใช่ ระบุ.....
- นักเรียนเคยพยาบาลฟันทั้งหมด  ไม่ใช่  ใช่ ระบุวิธีการและเวลา.....
- บางครั้งนักเรียนพยายามทำร้ายตัวเองหรืออื่น  ใช่  ไม่ใช่
- นักเรียนต้องการมีชีวิตอยู่ต่อไป  ใช่  ไม่ใช่
- บางครั้งให้ข้อมูลแบบงงงวยหรือทึ่งทางภาษา  ใช่  ไม่ใช่

8. นางครึ่นก็เรียนผู้ใดก่อการส์หบดีข้าราชการมาอย่างไร  
□ ไม่ □ ไม่ใช่
9. พักเรียนผู้ใดก่อการส์หบดีข้าราชการมาอย่างไร  
□ ไม่ □ ไม่ใช่
10. พักเรียนระหว่างที่อยู่คิดถึงมีความเป็นศัตรูกับพักเรียน  
□ ไม่ □ ไม่ใช่
11. พักเรียนรักษาภาระงานของท้องที่ของตัวเองต่อไป หรือสอนไม่เหลือ หรือถูกการอื่นๆ รบกวน  
□ ไม่ใช่ □ ใช่ ระบุ.....

## แบบประเมินความพึงพอใจ

วันที่

โรงเรียน

การเดินทางมีดังนี้

เพศ  ชาย  หญิง

อายุ \_\_\_\_\_ ปี

ค่าใช้จ่าย ภาระทางการศึกษาหรือภารกิจของนักเรียนมากที่สุด

เข้ามาไม่ได้
















	1 ไม่พอใจ มากที่สุด	2 ไม่พอใจบ้าง เล็กน้อย	3 ปานกลาง	4 ค่อนข้าง พอใจ	5 พอใจ มาก
1. นักเรียนรู้สึกอย่างไรต่อ คุณภาพการบริการแบบบุคคล ที่ได้รับ	ไม่พอใจ มากที่สุด	ไม่พอใจบ้าง เล็กน้อย	ปานกลาง	ค่อนข้าง พอใจ	พอใจ มาก
2. การป้าบัดที่นักเรียนได้รับ <sup>*</sup> สร้างกับความต้องการของ นักเรียน	ไม่ดี มาก	ไม่ดีพอควร ความ ต้องการ	ไม่มีความ เห็น ด้วย	ค่อนข้าง สร้างความ ต้องการ	สร้างความ ต้องการ มากที่สุด
3. เนื้อหาในแผนกวิชาการ ที่นักเรียนชอบที่สุด การสอนนักเรียน	ไม่ดี มาก	ไม่ดีพอควร ความ ต้องการ	ไม่มีความ เห็น ด้วย	ค่อนข้าง สร้างความ ต้องการ	สร้างความ ต้องการ มากที่สุด
4. นักเรียนรู้สึกอย่างไรต่อ ระยะเวลาของการป้าบัด และความคิดเห็น	ดีนักนิ่ง ดีมาก	ดีนิดเดียว ดีพอ	ดีมาก ดีที่สุด	ดีมาก ดีที่สุด	พอใจ มาก
5. ผลลัพธ์การบริการที่นัก เรียนรู้สึกพึงพอใจ ที่สุด	ไม่พอใจ มากที่สุด	ไม่พอใจบ้าง เล็กน้อย	ไม่ดี มากที่สุด	ค่อนข้าง พอใจ	พอใจ มาก
6. หากห้ามบุคคลที่ดูแลเด็ก เด็กจะ นักเรียนจะกลับมา <sup>*</sup> ร่วมกิจกรรมเช่นเดิมหรือไม่	ไม่ สามารถ	อาจจะไม่ สามารถ	อาจไม่ สามารถ	ค่อนข้าง กลับมา	กลับมา
7. นักเรียนคิดว่าตัวเองนักเรียน เริ่มเข้าสู่การรักษา การ เดินทางบ้านของนักเรียนมีการ เปลี่ยนแปลงอย่างไร	ไม่ต้องมาก ดี	ต้องมาก ดี	ไม่ ดี	ค่อนข้าง ดี	ดีมาก

**ค่าชี้แจง**

กรุณา勾เครื่องหมาย ✓ ในสิ่งที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนต่อบริการบ้านบัตรที่ได้รับ

ลักษณะ  
เข้ามาใช้ที่

เมื่อ	ไม่ดี	พอใช้	ดี	ดีมาก	ยอดเยี่ยม
1. นักเรียนพึงพอใจว่าความ สามารถของครูเป็นอย่างไร					
2. ครูแสดงความรู้สึกเอ้าอ ก เข้าใจและไว้ใจล่องนักเรียน เพียงไร					
3. ครูมีความรู้เกี่ยวกับสาร เพพติดและสุราเพียงไร					
4. ครูให้อธิบายถึงแผนการ เรียนและการนำไปใช้ ปัญหาของนักเรียน					
5. ครูมีความต้องการเวลา เพียงไร					
6. กระบวนการบ้านบัตรทำให้ นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลง ในทางที่ดีขึ้น					

## แบบสรุปการจำหน่ายนักเรียนเมื่อสิ้นสุดการบ้าบัดตามโปรแกรม

### คำชี้แจง

ครูเป็นผู้กรอกแบบสรุปนี้ภายใน 1 สัปดาห์ หลังสิ้นสุดกิจกรรมกลุ่มบ้าบัด  
โรงเรียน

ของนักเรียน

ซึ่งถูกให้การรักษา

วันที่เริ่มต้นการรักษา

วันที่พบกับครัวเรือนท้าย

สถานะการจำหน่าย (ใส่เครื่องหมาย ✓ เพียง 1 ช่อง)

ผ่านไม่ต้องการบ้าบัดโดยสมบูรณ์  หยุดการป่วยด้วยรักษาภายนอก

สาเหตุของการหยุดการบ้าบัดรักษาภายนอก

1. ไม่นำร่วมกิจกรรมบ้าบัดรักษาภายนอกกว่า 2 สัปดาห์ (4 ครั้ง)  6. ทำพิสัยดูดของกลุ่ม

2. ขาดแคลนทุนทรัพย์

7. ถูกจับตุ่ม

3. ถูกดึงด้อยไปยังการรักษาอีก 1

8. ไฟต้องการการรักษา

4. มีการถ่ายถอดห้องนอนอาศัย

9. อีก 1 ราย

5. ปัญหาการเดินทาง

การใช้ยาบ้าและสุรา (30 วันก่อนการพบกับครัวเรือนท้าย)

ยาบ้า  ใช่  ไม่ใช่

สุรา  ใช่  ไม่ใช่

สารเสพติดมิถูกกฎหมายอีก  ใช่  ไม่ใช่

กรุณา勾เลือกหมาย ✓ หากมองค์ประกอบทั้ง 3 ในชีวิตของนักเรียนในขณะนี้ เนื่องจากกับก่อผลวิธีการรักษา

ตัวชี้วัดมาก	ตัวชี้วัดน้อย	คงเดิม	แย่ลง	แย่ลงมาก
การบรรลุผลลัพธ์/การเรียน				
ล้มเหลวภาค/ครอบครัว				
การใช้ยาบ้า				
การใช้สุรา/สารเสพติดกฎหมายอีก 1 รายการ				
ยาบ้าบาน				
ปัญหาทางจิตเวช				
ปัญหาทางกฎหมาย				
พ้ออย่าดี				
สุขภาพกาย				
การควบคุมของค์ประกอบทั้งหมดทั้งตน				

ชื่อเรียนและนามสกุล

ความเชี่ยวชาญ..... รันด์.....

## แบบติดตามผลการช่วยเหลือ

### ค่าใช้จ่าย

ผู้ต้องหาขอติดตามนักเรียนหลังออกจากกระบวนการเรียนรู้

- ครั้งที่ 1 หลังสิ้นสุดบริการ 1 เดือน
- ครั้งที่ 2 หลังสิ้นสุดบริการ 4 เดือน
- ครั้งที่ 3 หลังสิ้นสุดบริการ 8 เดือน

วันที่

เดือน

1. นักเรียนมีการใช้เวลาบ้างจากเดินทางกลับมาหรือไม่  
ใช่ ..... ไม่ใช่ .....
2. นักเรียนมีการใช้จุรา หรือเครื่องเต็มแพลทฟอร์ม ในช่วง 30 วันที่ผ่านมาหรือไม่  
ใช่ ..... ไม่ใช่ .....
3. นักเรียนได้ใช้เวลเพลทที่ต้องกฎหมายอื่น ผลงานของนักเรียนในช่วง 30 วันที่ผ่านมาหรือไม่  
ใช่ ..... ไม่ใช่ .....

ใบอนุญาต (กรอกได้มากกว่า 1 ฉบับ)

4. กิจกรรมเครื่องหมาย ✓ ถือในช่องที่แสดงถึงสภาพผู้ชาย ในชีวิตของนักเรียน

ความสัมพันธ์ในครอบครัว	แม่มาก	แม่น้อย	ป้า/น้า	ปู่	ลี้มาก
การเรียน					
สุขภาพร่างกาย					
สุขภาพจิต					
การซักการกับกิจวัตรในบ้าน					
สถานะทางกฎหมาย เช่น เหตุยกจับบุกรุก หรืออยู่ระหว่างการดำเนินคดี ฯลฯ					

หมายเหตุ : ควรพิจารณาความควรจะบันทึกความพึงพอใจของบุตรหลานหลังออกจากกระบวนการเรียนรู้ให้มากที่สุด

## รายการคณบดีพิพากษาหลักสูตร

1. นางรุ่งเรือง แสงจิตร์พันธ์	ผู้ทรงมุนicipal ศึกษาและอาชีพ การวิชาการ และทุรศศึกษาอิเล็กทรอนิกส์
2. นางสาวไอลดา ชนะภัย	ผู้ทรงคุณวุฒิ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิศึกษา และทุรศศึกษาอิเล็กทรอนิกส์
3. นางสาวราษฎร์ พูลศิลป์กุล	โฉมเรือนรัตน์ โฉมเรือนรัตน์ไก่ฟ้า นางสุนันทา โฉมเรือนรัตน์ไก่ฟ้าห้วยขาว นางสุนันทา
4. นางสาวพชรา ติมประพันธ์	โฉมเรือนรัตน์ไก่ฟ้าห้วยขาว นางสุนันทา โฉมเรือนรัตน์ไก่ฟ้าห้วยขาว นางสุนันทา
5. นางสิมบูรณ์ ประเสริฐ	โฉมเรือนรัตน์ไก่ฟ้าห้วยขาว ผู้ทรงคุณวุฒิศึกษาฯ
6. นางจิตดาวาภา โลกลัน	โฉมเรือนรัตน์ไก่ฟ้าห้วยขาว ผู้ทรงคุณวุฒิศึกษาฯ
7. นางสาวอรุณลักษณ์ พรพัฒน์มุต	โฉมเรือนรัตน์ไก่ฟ้าห้วยขาว ผู้ทรงคุณวุฒิศึกษาฯ
8. นายชลธรศักดิ์ ลักษณ์วงศ์ศรี	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

## รายการคณบดีผู้จัดทำหลักสูตร

1. พญ.อัมพร เบญจกุลพิทักษ์	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
2. พญ.อุรัสยา รัตน์เสถียร	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
3. นางวิสาภา อินทร์อุดม	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
4. นางสาวนันท์ พัฒนาภรณ์	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
5. นางสาวสุกัญญา สุปัจ្យญา	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
6. นางสาววรรณา วิชัย	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
7. นางพันธุ์กุล ธรรมศรีกุลเวช	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
8. นางสาวดวงมาลี ใจกล่อมราษฎร์	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
9. นางสาวรากลักษณ์ ชาติธรรม	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
10. นางสาวนิตยา ชนกธรรมกุล	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
11. นางพัชราภรณ์ ลีกานันดาภรณ์	สำนักหันนາสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต หน่วยศึกษาฯนิเทศฯ กรมสารสนเทศฯ

๑ ๒ ๓ ๔ ๕





## คํากรายการพัฒนาฯ

ในการป้องกันแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา



สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น  
กรมอนามัย  
โทร. 0-2248-1195