



โปรแกรมการบำบัดเฉพาะด้าน
นักสังคมสงเคราะห์
สถานแรกรับเด็กและเยาวชน

สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน
กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม



โปรแกรมการบำบัดเฉพาะด้าน
นักสังคมสงเคราะห์
สถานแรกรับเด็กและเยาวชน

กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
กระทรวงยุติธรรม

คำนำ

จากการที่สภาพสังคมในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งสภาพครอบครัวที่เปลี่ยนจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยวทำให้คนในครอบครัวจะต้องทำงานหาเงินมาจุนเจือครอบครัวโดยเน้นที่เศรษฐกิจมาเป็นอันดับแรก ทำให้คนในครอบครัวไม่มีเวลาให้กันและกัน ส่งผลให้เด็กหรือเยาวชนอยู่กับเพื่อนและสื่ออิเล็กทรอนิกส์เพิ่มมากขึ้น อีกทั้งบุคคลในครอบครัวขาดทักษะการสื่อสาร ขาดความผูกพัน เด็กหรือเยาวชนขาดทักษะในการคบเพื่อน การอยู่รอดในชุมชนและสภาพแวดล้อมที่มีปัญหานี้อาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เด็กและเยาวชนก้าวพลาดกระทำความผิดเข้ามาสู่กระบวนการยุติธรรม ดังนั้นหากเด็กและเยาวชน และครอบครัวได้เรียนรู้การใช้ทักษะในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องก็อาจช่วยลดปัญหาที่มีอยู่ในครอบครัว และตัวเด็กหรือเยาวชนได้ โปรแกรมการบำบัดเฉพาะด้านสำหรับเด็กหรือเยาวชน นี้เป็นโปรแกรมที่ใช้ในสถานแรกรับเด็กและเยาวชน สำหรับเด็กหรือเยาวชนที่มีปัญหาเฉพาะด้านในเรื่องการคบเพื่อน ที่มีปัญหาด้านชุมชนสภาพแวดล้อม และด้านครอบครัว เพื่อให้เด็กหรือเยาวชนได้พัฒนาตนเองมีทักษะในการใช้ชีวิตอย่างถูกต้องเหมาะสมในขณะที่อยู่รับการฝึกอบรมและภายหลังการปล่อยตัวออกไปสู่สังคมภายนอก

(นายฐานิส ศรียะพันธ์)

อธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

๓๐ กันยายน ๒๕๕๗

สารบัญ

โปรแกรมการบำบัดเฉพาะด้าน	หน้า
- ชุมชนและ สภาพแวดล้อม	๑-๑๖
- การคบเพื่อน	๑๗-๓๙
- ครอบครัว	๔๐-๕๗

โปรแกรมบำบัดเฉพาะ ด้านชุมชนและสภาพแวดล้อม

๑.ความสำคัญ

สภาพชุมชนและสภาพแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ส่งผลให้เด็กและเยาวชนกระทำความผิด เช่นการที่ครอบครัวตั้งอยู่ในชุมชนแออัด เป็นแหล่งมั่วสุม ทำให้เยาวชนมีตัวอย่างที่ไม่ดี เช่นการดื่มสุรา การเสพยาเสพติด เที่ยวแหล่งสถานเริงรมย์ และการทำผิดกฎหมายต่าง ทำให้เด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้ เลียนแบบ และส่งผลให้เด็กและเยาวชนกระทำความผิด และเมื่อเด็กและเยาวชนได้กลับไปสู่สังคมแบบเดิมก็จะส่งผลให้เด็กและเยาวชนกระทำความผิดซ้ำได้ ดังนั้น เด็กและเยาวชนกลุ่มนี้จึงควรได้รับการที่เสริมสร้างความรับผิดชอบตนเอง ชุมชนและสังคม เพื่อให้เยาวชนมีทักษะในการหลีกเลี่ยงสภาพแวดล้อมในชุมชนที่ไม่เหมาะสม ทักษะในการปฏิเสธเพื่อนหรือบุคคลรอบข้างที่อาจชักชวนให้เยาวชนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการกระทำความผิด ตระหนักถึงอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตที่เยาวชนต้องพบเจอในชุมชนและสังคม รวมถึงการให้เด็กและเยาวชนตระหนักถึงความรู้สึกห่วงใยชุมชนและสังคมและแสดงความรับผิดชอบต่อสังคมของตนเอง

๒. จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้ตระหนักและมีความรับผิดชอบต่อตนเองและชุมชน พร้อมทั้งมีความสามารถที่จะคิดวิเคราะห์หลีกเลี่ยงสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี ไม่ว่าจะอยู่ในชุมชนที่ไม่เหมาะสมหรือมีสภาพแวดล้อมไม่ดีส่งผลให้เด็กและเยาวชนอาจกระทำความผิดซ้ำได้อีก ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกันการและพัฒนาศักยภาพให้แก่เด็กและเยาวชนจึงควรจัดกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ที่ถูกต้องเหมาะสมให้เด็กและเยาวชนได้มีความรู้สึกรับผิดชอบต่อตนเอง ชุมชน และสังคมอีกทั้งเป็นการฝึกทักษะที่จะหลีกเลี่ยงให้พ้นจากสิ่งยวนยั่วจากชุมชนและสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมได้

๓.วัตถุประสงค์

- ๑.เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสังคม
- ๒.เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตที่เยาวชนต้องพบเจอในชุมชนและสังคม
- ๓.เพื่อให้เยาวชนมีทักษะในการปฏิเสธเพื่อนหรือบุคคลรอบข้างที่อาจชักชวนให้เยาวชนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการกระทำผิด
- ๔.เพื่อให้เยาวชนมีทักษะในการหลีกเลี่ยงสภาพแวดล้อมในชุมชนที่ไม่เหมาะสม
- ๕.เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงความรู้สึกห่วงใยชุมชนและสังคม

๔.คุณสมบัติผู้เรียนรู้

เป็นเด็กและเยาวชนที่ได้รับการประเมินสภาพความเสี่ยงและความจำเป็นที่มีปัญหาทางด้านชุมชนและสภาพแวดล้อม

๕.สาระการเรียนรู้/เนื้อหา

หลักสูตรการเรียนรู้ ๔ เรื่อง ๕ กิจกรรม

เรื่องที่๑ การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องรู้บทบาทหน้าที่ของตนเองที่มีต่อสังคม จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

เรื่องที่ ๒ การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องมีอุปสรรค เมื่อเยาวชนและชุมชน สังคม มีทัศนคติที่ดีต่อกัน จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

เรื่องที่๓ การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล เมื่อเยาวชนตระหนักว่าถูกชวนไปในทางที่คาดว่าจะเกิดผลเสีย หรือ

ผลกระทบในด้านลบติดตามมา

เรื่องที่๔ การเกิดความตระหนักถึงการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนและช่วยกันแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนและสภาพแวดล้อมของตนเอง

๖.ระยะเวลาการเรียนรู้การเข้าโปรแกรม

ระยะเวลา ๑คาบๆละ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

๗.สื่อประกอบการเรียน

Power Point /ใบความรู้

๘.กิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย การบรรยายให้ความรู้ กิจกรรม ใบงาน และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันโดยมีการตอบข้อซักถาม และแสดงความคิดเห็น

๙.การวัดผล ประเมินผล โดยจากการสังเกตการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน รวมถึงความใส่ใจและความสนใจในการตอบข้อซักถาม จากการใบงาน จากแบบสอบถาม

๑๐.ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.เยาวชนมีความตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสังคม

๒.เยาวชนมีความเข้าใจถึงอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตที่เยาวชนต้องพบเจอในชุมชนและสังคมมากขึ้น

๓.เยาวชนมีทักษะในการปฏิเสธเพื่อนหรือบุคคลรอบข้างที่อาจชักชวนให้เยาวชนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการกระทำผิด

๔.เยาวชนมีทักษะในการหลีกเลี่ยงสภาพแวดล้อมในชุมชนที่ไม่เหมาะสม

๕.เยาวชนเกิดความตระหนักถึงความรู้สึกห่วงใยในชุมชนและสังคมเพิ่มมากขึ้น

๑๑. โครงสร้างเนื้อหาโปรแกรม

เนื้อหาหลักสูตรการเรียนรู้ ๔ เรื่อง ๕ กิจกรรม

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการอบรม	สื่อ/ อุปกรณ์	ระยะ เวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
๑. เพื่อให้ เยาวชน ตระหนักถึง ความ รับผิดชอบต่อ สังคม	เรื่องสร้างบ้าน/การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องรู้ บทบาทหน้าที่ของ ตนเองที่มีต่อสังคม จะ ทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่าง มีความสุข	๑. ให้เยาวชนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ ๕-๖ คน แจกอุปกรณ์ ๑ ชุด กระดาษ โปสเตอร์ กระดาษสี กาว ดินสอ ปากกา สี ฯลฯ ๒. ให้เยาวชนสร้างบ้านขึ้นมา ตาม ความคิดเห็นของทุกคนในกลุ่ม ๓. เมื่อสร้างบ้านเสร็จให้เยาวชนทุก คนในกลุ่มช่วยกันพูดคุยถึงวิธีการ ช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม ปัญหา อุปสรรค และวิธีการแก้ไขปัญหาที่ เกิดขึ้นภายในกลุ่ม ๔. ให้แต่ละกลุ่มได้ออกมานำเสนอ ผลงานของตนเอง ๕. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม ตามใบ ความรู้ ๖. ผู้นำกลุ่มสรุปกิจกรรม ๗. ปิดกลุ่ม	กระดาษ โปสเตอร์ กระดาษสี กาว ดินสอ ปากกา สี ฯลฯ ใบความรู้	๕๐ นาที	๑. ความ สนใจใน การเข้า ร่วม กิจกรรม ของเด็ก และ เยาวชน ๒. การมี ส่วนร่วม ในการ แสดง ความ คิดเห็น ของเด็ก และ เยาวชน ๓. จากใบงานของ เยาวชน	
๒. เพื่อให้ เยาวชน ตระหนักถึง ความ รับผิดชอบต่อ สังคม	เรื่องสังคมในฝัน /การใช้ ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องรู้ บทบาทหน้าที่ของ ตนเองที่มีต่อสังคม จะ ทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่าง มีความสุข	๑. ผู้นำกลุ่มกล่าวนำถึงเรื่อง องค์ประกอบของสังคม ประกอบด้วยสถาบันทางสังคมหลาย สถาบัน เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันศาสนา สถาบันพระมหากษัตริย์ เป็นต้น ๒. แบ่งเยาวชนออกเป็นกลุ่ม ๒- ๓ กลุ่ม ให้ทำงานตามใบกิจกรรมที่ ๑ ๓. สุ่มตัวแทนออกมารายงานผลงาน กลุ่มและให้กลุ่มที่มีความแตกต่าง นำเสนอเพิ่มเติม ๔. ให้เยาวชนร่วมกันพูดคุยแสดง ความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม ที่เป็นปัญหาตามใบกิจกรรมที่ ๒	ใบความรู้	๕๐ นาที	๑. ความ สนใจใน การเข้า ร่วม กิจกรรม ของเด็ก และ เยาวชน ๒. การมี ส่วนร่วม ในการ แสดง ความ คิดเห็น	

		๕. สุ่มตัวแทนออกมารายงานผลงานกลุ่มและให้กลุ่มที่มีความแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม ๖. ผู้นำกลุ่มสรุปสภาพสังคมและสภาพแวดล้อมตามความเป็นจริง โดยการหยิบสถานการณ์ในปัจจุบันมาประกอบ เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน ๗. ให้เยาวชนเขียนบรรยายสังคมและสภาพแวดล้อมที่พึงปรารถนาตามความคิดเห็นและความต้องการของเยาวชน ๘. สรุป / ปิดกลุ่ม			ของเด็กและเยาวชน ๓. จากใบงานของเยาวชน	
๓. เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตที่เยาวชนต้องพบเจอในชุมชนและสังคม	เรื่องสังคมดีตรา / การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องมีอุปสรรค เมื่อเยาวชนและชุมชน สังคม มีทัศนคติที่ดีต่อกัน จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข	๑. ผู้นำกลุ่มอ่านบทความเรื่องสังคมดีตรา ๒. ผู้นำกลุ่มตั้งคำถามตามใบงานที่ ๑ - เยาวชนรู้สึกอย่างไร เมื่อได้ฟังบทความเรื่องสังคมดีตรา - ถ้าเยาวชนถูกสังคมดีตราเหมือนในบทความนี้ เยาวชนรู้สึกอย่างไร - ถ้าเยาวชนตกอยู่ในสถานการณ์แบบนี้เยาวชนจะแก้ปัญหาอย่างไร ๓. สุ่มตัวแทนออกมารายงานผลงานและให้เยาวชนคนอื่นที่มีความแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม ๔. ผู้นำกลุ่มสรุปว่าปัญหาหรืออุปสรรคยอมเกิดขึ้นได้กับทุกคน ขอเพียงอย่าท้อ และหาทางรับมือกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ อย่างถูกวิธี เมื่อเยาวชนแก้ปัญหาอย่างถูกต้องและเหมาะสมแล้ว เชื่อว่าอนาคตเยาวชนจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ๖. ปิดกลุ่ม	ใบความรู้	๕๐ นาที	๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน ๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน ๓. จากใบงานของเยาวชน	
๔. เพื่อให้เยาวชนมีทักษะ	เรื่องทักษะการปฏิเสธ/ การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วน	๑. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม ถามเยาวชนเคยปฏิเสธในสถานการณ์	ใบความรู้	๕๐ นาที	๑. ความสนใจใน	

ในการปฏิเสธเพื่อนหรือบุคคลรอบข้างที่อาจชักชวนให้เยาวชนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการกระทำผิด	บุคคล เมื่อเยาวชนตระหนักว่าถูกชวนไปในทางที่คาดว่าจะเกิดผลเสีย หรือผลกระทบในด้านลบติดตามมา	ไต่ถาม ๒. ผู้นำกลุ่มเพิ่มเติมหลักการปฏิเสธตามใบความรู้ ๓. ให้เยาวชนเขียนสถานการณ์จำลอง เรื่องเกี่ยวกับการปฏิเสธ ๔. ให้แต่ละคนออกมานำเสนอผลงานของตนเอง ๕. ผู้นำกลุ่มคัดเลือกเรื่องที่มีทักษะการปฏิเสธครบ และให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติ ๖. ผู้นำกลุ่มและเยาวชนประเมินการแสดงบทบาทสมมติ ๗. เยาวชนตอบคำถามจากใบงาน ๘. ปิดกลุ่ม			การเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน ๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน ๓. จากใบงานของเยาวชน	
๕. เพื่อให้เยาวชนมีทักษะในการหลีกเลี่ยงสภาพแวดล้อมในชุมชนที่ไม่เหมาะสม และ เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงความรู้สึกห่วงใยชุมชนและสังคม	เรื่องชุมชนของฉัน การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล เมื่อเยาวชนตระหนักว่าถูกชวนไปในทางที่คาดว่าจะเกิดผลเสีย หรือผลกระทบในด้านลบติดตามมา	๑. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม สอบถามพูดคุยถึงเรื่องราวสภาพแวดล้อมในชุมชนของเยาวชน ๒. ให้เยาวชนช่วยกันเขียนสถานการณ์จำลองถึงปัญหาในชุมชนของตนเองที่เกิดขึ้น ๓. ให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่เยาวชนจำลองขึ้นมา โดยให้เยาวชนช่วยกันคิดหาทางออกในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยตัวเอง ๔. ผู้นำกลุ่มและเยาวชนประเมินการแสดงบทบาทสมมติ และให้ทุกคนได้ร่วมแสดงความคิดเห็น ว่าสถานการณ์ดังกล่าวเมื่อเกิดขึ้นแล้วสามารถแก้ไขหรือหาทางออกได้เช่นไร เหมาะสมและเป็นไปได้มากน้อยเพียงใด ๕. เยาวชนตอบคำถามจากใบงาน ๖. ปิดกลุ่ม	ใบความรู้	๕๐ นาที	๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน ๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน ๓. จากใบงานของเยาวชน	

เรื่องที่๑ การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องรู้บทบาทหน้าที่ของตนเองที่มีต่อสังคม จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

กิจกรรมที่๑ การสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและชุมชน สังคม : ชุมชนในฝัน

จุดประสงค์การเรียนรู้ ๑. เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสังคม

สาระสำคัญ การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องรู้บทบาทหน้าที่ของตนเองที่มีต่อสังคม จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ๑. ให้เยาวชนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ ๕-๖ คน แจกอุปกรณ์ ๑ ชุด กระดาษโปสเตอร์ กระดาษสี กาว ดินสอ ปากกา สี ฯลฯ

๒. ให้เยาวชนคิดการสร้างชุมชนในฝันขึ้นมา ตามความคิดเห็นของทุกคนในกลุ่ม

๓. เมื่อวางแผนทางชุมชนในฝันเสร็จให้เยาวชนทุกคนในกลุ่มช่วยกันพูดคุยถึงวิธีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม ปัญหา อุปสรรค และวิธีการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม

๔. ให้แต่ละกลุ่มได้ออกมานำเสนอผลงานของตนเอง

๕. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม ตามใบความรู้

๖. ผู้นำกลุ่มสรุปกิจกรรม

๗. ปิดกลุ่ม

การประเมินผล

๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน

๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน

๓. จากใบงานของเยาวชน

ใบงานที่ ๑ กิจกรรมการสร้างควมรับผิดชอบต่อนองและชุมชน สังคม : เรื่องชุมชนในฝัน

วิธีการช่วยเหลือกันในขณะที่ร่วมกันวางแผนทางการสร้างชุมชนในฝัน มีวิธีการอย่างไร

.....

.....

ปัญหา อุปสรรค มีอะไรบ้าง

.....

.....

เมื่อมีปัญหาอุปสรรคมีวิธีการแก้ไ้อย่างไร

.....

.....

ใบงานที่ ๒ กิจกรรมการสร้างความรู้ปัดชอบตนเองและชุมชน สังคม : ชุมชนในฝัน

ให้เยาวชนแต่ละคนเขียนบทบาทหน้าที่ของตนเองขณะเข้าร่วมกิจกรรม ชุมชนในฝัน

ว่าทำอะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้กิจกรรมการสร้างความรู้ความเข้าใจตนเองและชุมชน สังคม : เรื่องชุมชนในฝัน

บทบาทหน้าที่ในการทำงานร่วมกัน ถ้าแต่ละคนสามารถทำงานตามที่ตนเองถนัดจะทำให้งานนั้นง่าย แต่ถ้าไม่สามารถทำงานในสิ่งที่ถนัด แต่สามารถเกื้อกูลช่วยเหลือกันงานก็จะออกมาดี และถ้าคนใดคนหนึ่งในสังคมขาดความรับผิดชอบที่มีต่อหน้าที่และต่อการทำงานร่วมกับคนอื่น เปรียบเสมือนการใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน ถ้าทุกคนรู้บทบาทหน้าที่ของตนเองที่มีต่อสังคมแล้ว จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

กิจกรรมที่ ๒ การสร้างความรู้ความเข้าใจต่อชุมชน สังคมและสภาพแวดล้อม : เรื่องสังคมในฝัน

จุดประสงค์การเรียนรู้ ๑. เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสังคม

สาระสำคัญ การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องรู้บทบาทหน้าที่ของตนเองที่มีต่อสังคม จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ๑. ผู้นำกลุ่มกล่าวนำถึงเรื่ององค์ประกอบของสังคม ประกอบด้วยสถาบันทางสังคม หลายสถาบัน เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันศาสนา สถาบันพระมหากษัตริย์ เป็นต้น

๒. แบ่งเยาวชนออกเป็นกลุ่ม ๒- ๓ กลุ่ม ให้ทำงานตามใบกิจกรรมที่ ๑

๓. สุ่มตัวแทนออกมารายงานผลงานกลุ่มและให้กลุ่มที่มีความแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม

๔. ให้เยาวชนร่วมกันพูดคุยแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่เป็นปัญหาตามใบกิจกรรมที่ ๒

๕. สุ่มตัวแทนออกมารายงานผลงานกลุ่มและให้กลุ่มที่มีความแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม

๖. ผู้นำกลุ่มสรุปสภาพสังคมและสภาพแวดล้อมตามความเป็นจริง โดยการหยิบสถานการณ์ในปัจจุบันมาประกอบ เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน

๗. ให้เยาวชนเขียนบรรยายสังคมและสภาพแวดล้อมที่พึงปรารถนา ตามความคิดเห็นและความต้องการของเยาวชน

๘. สรุป / ปิดกลุ่ม

การประเมินผล

๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน

๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน

๓. จากใบงานของเยาวชน

ใบงานที่ ๑ กิจกรรมการสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสังคมและสภาพแวดล้อม : เรื่องสังคมในฝัน

ให้เยาวชนเขียนบรรยายถึงสภาพสังคม สภาพแวดล้อมที่ดีตามประสบการณ์ของสมาชิกในแต่ละกลุ่ม

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ ๒ กิจกรรมการสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชุมชน สังคมและสภาพแวดล้อม : เรื่องสังคมในฝัน

ให้เยาวชนเขียนบรรยายถึงสภาพสังคม สภาพสิ่งแวดล้อมที่เป็นปัญหาตามประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคน

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ ๓ กิจกรรมการสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชุมชน สังคมและสภาพแวดล้อม : เรื่องสังคมในฝัน

ให้เยาวชนเขียนสังคมและสภาพแวดล้อมที่พึงปรารถนา มีอะไรบ้าง และทำอย่างไรจึงจะทำให้เกิดสังคมในฝัน

.....

.....

.....

.....

.....

เรื่องที่ ๒ การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องมีอุปสรรค เมื่อเยาวชนและชุมชน สังคม มีทัศนคติที่ดีต่อกัน จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

กิจกรรมที่ ๓ การสร้างความรับผิดชอบต่อชุมชน สังคมและสภาพแวดล้อม : เรื่องสังคมดีตรา

จุดประสงค์การเรียนรู้ ๑. เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตที่เยาวชนต้องพบเจอ

ในชุมชนและสังคม

สาระสำคัญ การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชน สังคม ทุกคนต้องมีอุปสรรค เมื่อเยาวชนและชุมชน สังคม มีทัศนคติที่ดีต่อกัน จะทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ๑. ผู้นำกลุ่มอ่านบทความเรื่องสังคมดีตรา

๒. ผู้นำกลุ่มตั้งคำถามตามใบงานที่ ๑

- เยาวชนรู้สึกอย่างไร เมื่อได้ฟังบทความเรื่องสังคมดีตรา
- ถ้าเยาวชนถูกสังคมดีตราเหมือนในบทความนี้ เยาวชนรู้สึกอย่างไร
- ถ้าเยาวชนตกอยู่ในสถานการณ์แบบนี้เยาวชนจะแก้ปัญหาอย่างไร

๓. สุ่มตัวแทนออกมารายงานผลงานและให้เยาวชนคนอื่นที่มีความแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม

๔. ผู้นำกลุ่มสรุปว่าปัญหาหรืออุปสรรคย่อมเกิดขึ้นได้กับทุกคน ขอเพียงอย่าท้อ และหาทางรับมือกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ อย่างถูกวิธี เมื่อเยาวชนแก้ปัญหาอย่างถูกต้องและเหมาะสมแล้ว เชื่อว่าอนาคตเยาวชนจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

๖. ปิดกลุ่ม

การประเมินผล

๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน

๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน

๓. จากใบงานของเยาวชน

กรณีศึกษาเรื่อง สังคมดีตรา

กิจกรรมอุปสรรคในชีวิต

สมคิด เป็นนักโทษชั้นดี จึงได้รับการปล่อยตัวออกมา ก่อนกำหนดปล่อยตัวปกติ สมคิดหวังว่าจะใช้ชีวิต
 อย่างดีที่สุด เพราะเมื่อในเรือนจำ มันขาดอิสระและเหมือนถูกตัดขาดจากสังคมภายนอก ในขณะที่เป็นนักโทษอยู่
 สมคิดได้เรียนหนังสือจนจบชั้น ปริญญาตรี และได้รับคำชมจากผู้คุมเนื่องจากเป็นคนมีน้ำใจและชอบช่วยเหลือ จึง
 ทำให้สมคิดได้รับการปล่อยตัวเร็ว สมคิดหวังว่าเมื่อออกมาแล้วจะออกไปประกอบอาชีพสุจริต และทำงานหาเลี้ยง
 ครอบครัว ซึ่งลำบากมากเมื่อขาดสมคิดซึ่งเป็นหลักของครอบครัว สมคิดตั้งประณิธานกับตัวเองและ
 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เมื่อก่อนออกจากเรือนจำ ทำให้สมคิดออกหางานแต่มันไม่ใช่เรื่องง่ายเลย เนื่องจาก
 สมคิดอายุมากแล้ว และเพิ่งออกจากคุกทำให้งานที่คิดว่าจะทำนั้น ยากขึ้นไปอีก สมคิดเดินทางานอยู่หลายเดือน ก็
 มักถูกปฏิเสธ ด้วยอายุ และผลจากการเพิ่งออกจากคุก แต่สมคิดก็ไม่ย่อท้อ และมุ่งมั่นหางานต่อไป จนกระทั่ง
 สมคิดคิดว่าการใช้วุฒิการศึกษาสูง อาจทำให้บริษัท หรือโรงงานอาจไม่รับเพราะมีคนที่ยจบปริญญาตรีที่ตกงานมาก
 อยู่แล้ว สมคิดจึงเปลี่ยนการเข้าทำงานเป็นวุฒิ ม.๓ แทน ปรากฏว่าสมคิดได้เข้าทำงานแต่ คนที่ทำงานด้วยเมื่อรู้ว่า
 สมคิดเคยต้องโทษมาก่อนก็ตั้งข้อรังเกียจ และคอยจับผิดสมคิดอยู่ตลอดเวลา เวลามานไป ๒ ปี ในระหว่างนั้นมีของ
 หาย สมคิดเป็นคนแรกที่ถูกกล่าวหาว่าเป็นคนทำ ทำให้สมคิดท้อแท้ และหมดกำลังใจ แต่หัวหน้างานมองเห็นว่า
 สมคิดเป็นคนดี และเป็นคนขยันทำงานมีความตั้งใจทำงาน ซึ่งไม่เหมือนคนงานทั่วไป สมคิดจึงได้รับมอบหมายงาน
 สำคัญๆ หลายงาน อยู่มาวันหนึ่ง ผู้จัดการโรงงานเห็นว่าหัวหน้างานซึ่งกำลังเกษียณ จึงเรียกหัวหน้างานมาพูดคุย
 และให้หัวหน้างานเลือกคนงานมาเป็นหัวหน้างานคนใหม่ หัวหน้างานจึงเลือกสมคิด ซึ่งผู้จัดการเห็นดีด้วย จึง
 ประกาศเรียกคนงานมาเพื่อชี้แจงว่า ได้คัดเลือกหัวคนงานคนใหม่คือ สมคิด ซึ่งทุกคนก็เห็นด้วยเพราะสมคิดเป็น
 แบบอย่างที่ดี สมคิดรู้สึกดีใจที่เป็นที่ยอมรับของสังคม สมคิดคิดว่าถ้าวันนั้นที่ท้อแท้แล้วสมคิดลาออกก่อน คงไม่มี
 วันนี้

ใบงานที่ ๑ กิจกรรมการสร้างความรู้สึกรับผิดชอบต่อชุมชน สังคมและสภาพแวดล้อม : เรื่องสังคมดีตรา

ให้เยาวชนตอบคำถามดังต่อไปนี้

เยาวชนรู้สึกอย่างไร เมื่อได้ฟังบทความเรื่องสังคมดีตรา

.....

.....

.....

- ถ้าเยาวชนถูกสังคมดีตราเหมือนในบทความนี้ เยาวชนรู้สึกอย่างไร

.....

.....

.....

- ถ้าเยาวชนตกอยู่ในสถานการณ์แบบนี้เยาวชนจะแก้ปัญหาอย่างไร

.....

.....

.....

เรื่องที่๓ การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล เมื่อเยาวชนตระหนักว่าถูกชวนไปในทางที่คาดว่าจะเกิดผลเสีย หรือผลกระทบในด้านลบติดตามมา

กิจกรรมที่ ๔ การสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและชุมชน สังคม : เรื่องทักษะการปฏิเสธ

จุดประสงค์การเรียนรู้ ๑. เพื่อให้เยาวชนมีทักษะในการปฏิเสธเพื่อนหรือบุคคลรอบข้างที่อาจ

ชักชวนให้เยาวชนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการกระทำผิดตระหนักถึงความ

รับผิดชอบต่อสังคม

สาระสำคัญ การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล เมื่อเยาวชนตระหนักว่าถูกชวนไปในทางที่คาดว่าจะเกิดผลเสีย หรือผลกระทบในด้านลบติดตามมา

- ขั้นตอนการจัดกิจกรรม
๑. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม ถามเยาวชนเคยปฏิเสธในสถานการณ์ใดบ้าง
 ๒. ผู้นำกลุ่มเพิ่มเติมหลักการปฏิเสธตามใบความรู้
 ๓. ให้เยาวชนเขียนสถานการณ์จำลอง เรื่องเกี่ยวกับการปฏิเสธ
 ๔. ให้แต่ละคนออกมานำเสนอผลงานของตนเอง
 ๕. ผู้นำกลุ่มคัดเลือกเรื่องที่มีทักษะการปฏิเสธครบ และให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติ
 ๖. ผู้นำกลุ่มและเยาวชนประเมินการแสดงบทบาทสมมติ
 ๗. เยาวชนตอบคำถามจากใบงาน
 ๘. ปิดกลุ่ม

การประเมินผล ๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน

๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน

๓. จากใบงานของเยาวชน

ใบความรู้กิจกรรมการสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและชุมชน สังคม : เรื่องทักษะการปฏิเสธ

หลักการปฏิเสธมีดังนี้

๑. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ
๒. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
๓. การขอความเห็นชอบและการแสดงการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ เป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน
๔. กรณีเมื่อถูกเข้าชี้ต่อหรือสบประมาท ไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยวิธีดังต่อไปนี้
 - ๔.๑ ปฏิเสธซ้ำโดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกสาเหตุและหาทางเลี่ยงจากเหตุการณ์ไป
 - ๔.๒ การต่อรอง โดยการหากิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน
 - ๔.๓ การผัดผ่อน โดยการขออีกระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

ใบงานกิจกรรมการสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและชุมชน สังคม : เรื่องทักษะการปฏิเสธ ประโยชน์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม “ทักษะการปฏิเสธ”

๑.
๒.
๓.
๔.
๕.

เรื่องที่ ๔ การเกิดความตระหนักรู้ถึงการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนและช่วยกันแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนและสภาพแวดล้อมของตนเอง

กิจกรรมที่ ๕ การสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและชุมชน สังคม : เรื่องชุมชนของฉัน

จุดประสงค์การเรียนรู้ ๑. เพื่อให้เยาวชนมีทักษะในการหลีกเลี่ยงสภาพแวดล้อมในชุมชนที่ไม่เหมาะสม

๒. เพื่อให้เยาวชนตระหนักถึงความรู้สึกห่วงใยชุมชนและสังคม

สาระสำคัญ ให้เยาวชนได้เกิดความตระหนักรู้ถึงการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนและช่วยกันแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนและสภาพแวดล้อมของตนเอง

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ๑. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม สอบถามพูดคุยถึงเรื่องราวสภาพแวดล้อมในชุมชนของเยาวชน

๒. ให้เยาวชนช่วยกันเขียนสถานการณ์จำลองถึงปัญหาในชุมชนของตนเองที่เกิดขึ้น

๔. ให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่เยาวชนจำลองขึ้นมา โดยให้เยาวชนช่วยกันคิดหาทางออกในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยตัวเอง

๕. ผู้นำกลุ่มและเยาวชนประเมินการแสดงบทบาทสมมติ และให้ทุกคนได้ร่วมแสดงความคิดเห็น ว่าสถานการณ์ดังกล่าวเมื่อเกิดขึ้นแล้วสามารถแก้ไขหรือหาทางออกได้เช่นไร เหมาะสมและเป็นไปได้มากน้อยเพียงใด

๖. เยาวชนตอบคำถามจากใบงาน

๗. ปิดกลุ่ม

การประเมินผล

๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชน

๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน

๓. จากใบงานของเยาวชน

ใบงานกิจกรรมการสร้างควมรับผิดชอบต่อนองและชุมชน สังคม : เรื่องชุมชนของฉััน

ประโยชน์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม “ชุมชนของฉััน”

๑.

๒.

๓.

๔.

๕.

โปรแกรมบำบัดเฉพาะด้าน การคบเพื่อน

๑. ความสำคัญ

จากการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่มาจากการเรื่องการคบเพื่อนและการถูกเพื่อนชักชวนให้กระทำความผิด ซึ่งการอยู่ในสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมก็เป็นอีกหนึ่งตัวกระตุ้นให้เด็กและเยาวชนกระทำความผิดได้ ดังนั้นหากเด็กและเยาวชนมีทักษะในการเลือกคบเพื่อนและการจัดการกับตนเองเมื่ออยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ได้เหมาะสมก็จะช่วยลดปัญหาการกระทำความผิดให้กับเด็กและเยาวชนได้ ทั้งนี้การปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนได้มีทักษะในการจัดการดังกล่าวจะช่วยทำให้เด็กและเยาวชนมีวิธีการที่จะจัดการในสถานการณ์ไม่พึงประสงค์ได้ดีขึ้นเป็นการลดปัญหาการกระทำผิดซ้ำให้กับเด็กและเยาวชน

๒. จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้เด็กหรือเยาวชนได้รู้จักเลือกคบเพื่อนและรู้จักการปฏิเสธในสิ่งที่ไม่ดีไม่ถูกต้อง และเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาด้วยตนเองได้

๓. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้ถึงลักษณะนิสัยที่แตกต่างกันและสามารถปรับตัวเข้าหากันได้อย่างเหมาะสม
๒. เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้และเข้าใจในการปฏิเสธและสามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อน เพื่อไปทำในสิ่งที่ตนเองไม่พึงปรารถนาหรือในสิ่งที่ไม่เหมาะสมซึ่งจะช่วยป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงและการเลือกคบเพื่อนที่เหมาะสมได้
๓. เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้มีทักษะในการสื่อสารจัดการกับอิทธิพลกลุ่มเพื่อนในสถานการณ์ต่างได้อย่างเหมาะสมและสามารถรักษาน้ำใจหรือไม่ทำให้เกิดการกระทบกระทั่งกับเพื่อนที่ชวน

๔. คุณสมบัติผู้เรียนรู้

เป็นเด็กและเยาวชนที่ประเมินความเสี่ยงและความจำเป็นด้านเพื่อนอยู่ในเกณฑ์สูงและอาจส่งผลต่อการกระทำผิดซ้ำของเด็กและเยาวชนได้

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหา

- ประกอบด้วยกลุ่มสาระการเรียนรู้ ๓ เรื่อง
- เรื่องที่ ๑ การเรียนรู้ความแตกต่างของแต่ละคน
 - เรื่องที่ ๒ การเรียนรู้ในเรื่องทักษะการปฏิเสธ
 - เรื่องที่ ๓ การจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ

๖. ระยะเวลาการเรียนรู้การเข้าโปรแกรม

ระยะเวลา ๑ คาบๆ ละ ๕๐ นาที/สัปดาห์

๗.สื่อประกอบการเรียน

Power Point /ใบความรู้ /สื่อวีดิทัศน์

๘.กิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย ใบงาน กิจกรรม การบรรยายให้ความรู้ และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ซึ่งกันและกันโดยมีการตอบข้อซักถาม และแสดงความคิดเห็น

๙.การวัดผล ประเมินผล โดยจากการสังเกตการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน รวมถึงความใส่ใจและความสนใจในการตอบข้อซักถาม จากการสัมภาษณ์ จากแบบสอบถาม

๑๐.ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.เด็กและเยาวชนมีทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกเพื่อนหรือบุคคลชวนไปกระทำในสิ่งไม่ดี

๒.เด็กและเยาวชนมีทักษะการสื่อสารและการแก้ไขสถานการณ์ที่ไม่ดีได้อย่างเหมาะสม

๑๑.โครงสร้างเนื้อหาโปรแกรม

เนื้อหา ประกอบด้วย ๓ เรื่อง

เรื่องที่๑ การเรียนรู้ความแตกต่างของแต่ละคน

เรื่องที่๒ การเรียนรู้ในเรื่องทักษะการปฏิเสธ

เรื่องที่๓ การจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ

กิจกรรม ๓ กิจกรรมหลัก ใช้เวลา ๔ คาบ

รายละเอียดของการฝึกอบรม ประกอบด้วย ๓ รายวิชาดังนี้

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการอบรม	สื่อ/อุปกรณ์	ระยะเวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
-เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้ถึงลักษณะนิสัยที่ต่างกันและสามารถปรับตัวเข้าหากันได้อย่างเหมาะสม	กิจกรรมการคบเพื่อน	๑.ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว ๒.ผู้นำกลุ่มเกริ่นนำเข้าสู่บทเรียนโดยพูดถึงเพื่อนและยกตัวอย่างเพื่อนของผู้ในกลุ่มซึ่งมีหลายประเภท และสอบถามเด็กหรือเยาวชนถึงเพื่อนที่คบหา	-Power point	๒๐ นาที	- สังเกต - ใบงาน	ผู้รับผิดชอบ หลักสูตร : นักสังคมสงเคราะห์
เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้	๑.กิจกรรมหลายคนหลายแบบ คนเราทุกคนมีลักษณะนิสัยที่	๑.ผู้นำกลุ่มชี้แจงรายละเอียดกิจกรรม	๑.กระดาษ A ๔ ๒.ดินสอ/ปากกา	๕๐ นาที	-สังเกต	ผู้รับผิดชอบ หลักสูตร : นัก

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการ อบรม	สื่อ/อุปกรณ์	ระยะเวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
ถึงลักษณะนิสัยที่ แตกต่างกันและ สามารถปรับตัว เข้าหากันได้ อย่างเหมาะสม	แตกต่างกัน แม้ในคนเดียวก็ยังมี นิสัยหลายอย่าง เพราะฉะนั้นถ้าเรา ทราบถึงความแตกต่างของแต่ละคน แล้วจะทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับ ผู้อื่นได้	๒.ผู้นำกลุ่มให้ สมาชิกทุกคนในกลุ่ม เขียนลักษณะนิสัย ของตนเองที่ดีและไม่ ดี อย่างละ ๑ ลักษณะนิสัย ตามใบ กิจกรรมที่ ๑ ๓.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิก จับคู่และทำกิจกรรม ตามใบกิจกรรมที่ ๒ ๔.ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทน สมาชิกออกมา รายงานผลการพูดคุย และให้กลุ่มที่มีความ คิดเห็นแตกต่าง นำเสนอเพิ่มเติม ๕.ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป เพิ่มเติม ตามใบ ความรู้ ๖.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิก ทุกคนเขียนรายงาน ความรู้สึกของตนเอง เกี่ยวกับลักษณะนิสัย ของเพื่อนที่เป็นไป ในทางที่ลบที่ตนเอง เคยพบและมีวิธีหรือ แนวทางในการแก้ไข เพื่อลดความขัดแย้ง ๗.ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป	๓.ใบความรู้ ๔.ใบกิจกรรม ๑,๒,๓		-สอบถาม -ใบงาน	สังคมสงเคราะห์

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการ อบรม	สื่อ/อุปกรณ์	ระยะเวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
เพื่อให้เด็กและ เยาวชนได้เรียนรู้ และเข้าใจในการ ปฏิเสธและ สามารถปฏิเสธ การชวนของ เพื่อน เพื่อไปทำ ในสิ่งที่ตนเองไม่ พึงปรารถนาหรือ ในสิ่งที่ไม่ เหมาะสมซึ่งจะ ช่วยป้องกันการ มีพฤติกรรมเสี่ยง และการเลือกคบ เพื่อนที่เหมาะสม ได้	๒.กิจกรรมไม่ตามใจเพื่อน การปฏิเสธเป็นสิทธิของทุกคน การที่สามารถปฏิเสธการชวนของ เพื่อนเพื่อไปทำในสิ่งที่ตนเองไม่เห็น ด้วยได้ผลและเหมาะสมจะช่วยให้ เยาวชนสามารถเลือกคบเพื่อนได้ อย่างเหมาะสม	๑.ผู้นำกลุ่มชี้แจง รายละเอียดกิจกรรม ๒.นำเข้าสู่งิจกรรม โดยให้อาสาสมัคร อ่าน กรณีศึกษาเรื่อง “ คัดสัณนิค ” ๓.ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม พูดคุยถึงข้อดี ข้อเสีย ของการปฏิเสธและ วิธีการของการปฏิเสธ จากใบกิจกรรม ๑ ๔.สุมตัวแทนกลุ่ม ประมาณ ๒ -๓ กลุ่ม ออกมารายงานกลุ่ม และให้สมาชิกที่มี ความคิดเห็นเห็น แตกต่างนำเสนอ เพิ่มเติม ๕.ผู้นำกลุ่มสรุป เหตุผลและความ จำเป็นของการปฏิเสธ ตามสถานการณ์ของ สมาชิกกลุ่ม ๖.แสดงบทบาท สมมติตาม สถานการณ์จำลอง “ เพื่อนชวนไปปล้น ๗.ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม และช่วยกันคิดว่า ถ้า สมาชิกเป็นแดงจะ ปฏิเสธเปียกอย่างไร ๘.สุมตัวแทนกลุ่ม เขียนประโยคปฏิเสธ บนกระดาดโปสเตอร์ ๙.ผู้นำกลุ่มวิเคราะห์ ประโยคปฏิเสธที่ ได้ผลและไม่ได้ผล ๑๐.ผู้นำกลุ่มบรรยาย หลักการปฏิเสธตาม ใบความรู้ “ หลักการ ปฏิเสธ ” ๑๑.มอบหมายแต่ละ กลุ่มฝึกการปฏิเสธ ตามสถานการณ์ที่ กำหนดให้ตามใบ กิจกรรม ๓	๑.กรณีศึกษา เรื่อง “ ไม่น่า เลย ” ๒.สถานการณ์ จำลอง “ เพื่อน ชวนไปดูหนัง หนึ่งวันก่อน สอบ ” ๓.กระดาด โปสเตอร์ ๔.ปากกาเมจิก ๕.ใบความรู้ ๖.ปากกา/ดินสอ ๗.กระดาด A ๔ ๘.ใบกิจกรรม ๑,๒,๓	๑๐๐ นาที	๑.ใบงาน ๒.การสังเกตการณ์ เข้าร่วมกิจกรรม ๓.การมีส่วนร่วม	ผู้รับ ผิด ชอบ หลักสูตร : นัก สังคมสงเคราะห์

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการ อบรม	สื่อ/อุปกรณ์	ระยะเวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
		๑๒.ผู้นำกลุ่มสรุป กิจกรรม				
เพื่อให้เด็กและ เยาวชนได้มี ทักษะในการ สื่อสารจัดการกับ อิทธิพลกลุ่ม เพื่อนใน สถานการณ์ต่าง ได้อย่าง เหมาะสมและ สามารถรักษาน้ำ ใจหรือไม่ทำ ให้เกิดการ กระทบกระทั่ง กับเพื่อนที่ชวน	๓.กิจกรรมอย่างนี้หรืออย่างนั้นดี การสื่อความคิดเป็น พฤติกรรมหนึ่งที่เราสามารถเลือกใช้ ในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้ง โดย จะช่วยให้มีโอกาสมากขึ้นในการ จัดการกับสถานการณ์ได้อย่างมี ประสิทธิภาพ	๑.ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกทุกคน แนะนำตัว ๒.ผู้นำกลุ่มแบ่งกลุ่ม ย่อย กลุ่มละ ๔ – ๕ คน ๓.ให้สมาชิกในกลุ่ม อภิปรายและแสดง วิธีการตอบได้อย่าง ชัดเจนในสถานการณ์ ต่างๆที่กำหนดให้ ๔.ให้สมาชิกในกลุ่ม แต่ละกลุ่มแสดง บทบาทสมมติตามที่ ได้รับ ๕.ทบทวนวิธีพูด โต้ตอบ การกระทำ และผลจากแต่ละ กรณี และแสดง ความเห็นว่าการที่ ใช้ได้ดีแล้วหรือไม่	๑.บัตร สถานการณ์ ๒.ปากกาเมจิก ๓.ใบความรู้ ๔.ปากกา/ดินสอ ๕.กระดาษ A ๔ ๖.ใบกิจกรรม	๕๐ นาที	๑.ใบงาน ๒.การเข้าร่วม กิจกรรม ๓.การกระตือรือร้นใน การทำกิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ หลักสูตร : นัก สังคมสงเคราะห์

กิจกรรมการคบเพื่อน

ลำดับกิจกรรม	กิจกรรม	ระยะเวลา (นาที)
๑.	กิจกรรมหลายคนหลายแบบ	๕๐ นาที
๒.	กิจกรรมไม่ตามใจเพื่อน	๑๐๐ นาที
๓.	กิจกรรมอย่างนี้หรืออย่างนั้นดี	๕๐ นาที

เนื้อหาการบรรยาย/กิจกรรม

กิจกรรมหลายคนหลายแบบ

ระยะเวลา ๕๐ นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้ถึงลักษณะนิสัยที่แตกต่างกันและสามารถปรับตัวเข้าหากันได้อย่างเหมาะสม

สาระสำคัญ

คนเราทุกคนมีลักษณะนิสัยที่แตกต่างกัน แม้ในคนเดียวก็ยังมีนิสัยหลายอย่าง เพราะฉะนั้นถ้าเราทราบถึงความแตกต่างของแต่ละคนแล้วจะทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้

กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
๑. ขั้นสร้างความรู้สึกระส่ำการณ (กลุ่มใหญ่ ๑๐ นาที)	๑. ให้สมาชิกทุกคนเขียนลักษณะนิสัยของตนเองที่ดีและไม่ดีอย่างละ ๑ ลักษณะนิสัยให้จับคู่กันตามหมายเลขที่หยิบขึ้นมาได้	- ใบกิจกรรม ๑
๒. ขั้นจัดระบบความคิด - สะท้อนความคิด (กลุ่ม ๕-๖ คน เวลา ๑๕ นาที) - ความคิดรวบยอด (กลุ่มใหญ่ เวลา ๑๐ นาที) - ประยุกต์แนวคิด (กลุ่มใหญ่ ๑๕ นาที)	๒. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกจับคู่กันและให้สมาชิกแต่ละคนเล่าลักษณะนิสัยที่ดีและไม่ดีของตนให้คู่ทราบโดยสลับกันเล่าตามใบกิจกรรม ๒ ๓. ให้ตัวแทนสมาชิกออกมาบรรยายงานและให้กลุ่มที่มีความคิดต่างมานำเสนอเพิ่มเติม ๔. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้ ๕. ให้สมาชิกเขียนบรรยายความรู้สึกเกี่ยวกับนิสัยของเพื่อนที่เป็นไปในทางที่ไม่ดีที่ตนเองเคยพบและมีวิธีการหรือแนวทางในการแก้ปัญหา เพื่อลดความขัดแย้งอย่างไร	- ใบกิจกรรม ๒ - ใบความรู้ - ใบกิจกรรม ๓

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

๑. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
๒. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มเขียนลักษณะนิสัยของตนเองที่ดีและไม่ดี อย่างละ ๑ ลักษณะ นิสัย ตามใบกิจกรรมที่ ๑
๓. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกจับคู่และทำกิจกรรมตามใบกิจกรรมที่ ๒
๔. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนสมาชิกออกมารายงานผลการพูดคุย และให้กลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่าง นำเสนอเพิ่มเติม
๕. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปเพิ่มเติม ตามใบความรู้
๖. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนเขียนรายงานความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับลักษณะนิสัยของเพื่อนที่เป็นไปในทางลบที่ตนเอง เคยพบและมีวิธีหรือแนวทางในการแก้ไขเพื่อลดความขัดแย้ง
๗. ผู้นำกลุ่มกล่าวปิดกลุ่ม

สื่อการจัดกิจกรรม

๑. กระดาษ A ๔
๒. ดินสอ/ปากกา
๓. ใบความรู้
๔. ใบกิจกรรม ๑,๒,๓

การประเมินผล

๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก
๓. ผลงานในแฟ้มส่วนตัวของสมาชิก

กิจกรรมเสนอแนะ

ให้สมาชิกนำผลงานที่เขียนเรียงความเกี่ยวกับลักษณะนิสัยของเพื่อนที่เป็นไปในทางลบที่ตนเองเคยพบและมีวิธีหรือแนวทางในการแก้ปัญหา เพื่อลดความขัดแย้งมาใส่ในแฟ้มส่วนตัว

ใบกิจกรรมที่ 1

(แผนการจัดกิจกรรม “หลายคนหลายแบบ”)

ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนลักษณะนิสัยของตนเอง 2 ลักษณะ ดังนี้

1. ลักษณะนิสัยที่ดีของตนเอง

2. ลักษณะนิสัยที่ไม่ดีของตนเอง

ใบกิจกรรม 2

(แผนการจัดกิจกรรม “หลายคนหลายแบบ”)

ให้สมาชิกจับคู่กันและสนทนาในประเด็นต่อไปนี้

ประเด็นที่ 1 ลักษณะนิสัยที่ดีและไม่ดีของตนเอง

ประเด็นที่ 2 สาเหตุของการมีนิสัยนั้น

ประเด็นที่ 3 ความรู้สึกต่อการแสดงนิสัยนั้น

ใบกิจกรรม 3

(แผนการจัดกิจกรรม “หลายคนหลายแบบ”)

ให้เขียนบรรยายถึงความรู้สึกเกี่ยวกับนิสัยของเพื่อนที่เป็นไปในทางที่ไม่ดีที่เคยพบและมีวิธีหรือ
แนวทางในการแก้ปัญหาเพื่อลดความขัดแย้งอย่างไร

ชื่อ-สกุล _____

ใบความรู้

(แผนการจัดกิจกรรม “หลายคนหลายแบบ”)

คนเราทุกคนมีลักษณะนิสัยที่แตกต่างกัน แม้แต่คนเดียวก็มีนิสัยที่หลากหลาย ถ้าหากต้องการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขต้องมีการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เช่น คนที่มีลักษณะนิสัยที่สอดคล้องกลมกลืนกัน จะทำให้สัมพันธภาพของบุคคลดำเนินไปด้วยดี เช่น กรณีที่ลักษณะนิสัยแตกต่างกัน อาจก่อให้เกิดความขัดแย้งได้ เช่น คนที่มีลักษณะนิสัยที่ชอบแกล้งแหย่คนที่นิสัยพูดโกหก คนจู้จี้กับคนโมโหง่าย เป็นต้น

เพราะฉะนั้นถ้ามีนิสัยแตกต่างกันควรมีการปรับตัวเข้าหากัน พยายามเข้าใจถึงความคิดและความรู้สึกของคนอื่น จะทำให้เราเข้าใจคนอื่นมากขึ้น และสามารถปรับตัวเข้าหากันได้ง่ายขึ้น

กิจกรรมไม่ตามใจเพื่อน

ระยะเวลา ๑๐๐ นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้และเข้าใจในการปฏิเสธและสามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อน เพื่อไปทำในสิ่งที่ตนเองไม่พึงปรารถนาหรือในสิ่งที่ไม่เหมาะสมซึ่งจะช่วยป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงและการเลือกคบเพื่อนที่เหมาะสมได้

สาระสำคัญ

การปฏิเสธเป็นสิทธิของทุกคน การที่สามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อนเพื่อไปทำในสิ่งที่ตนเองไม่เห็นด้วยได้ผลและเหมาะสมจะช่วยให้เยาวชนสามารถเลือกคบเพื่อนได้อย่างเหมาะสม

กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
๑.ขั้นรู้ชัดเห็นจริงประสบการณ์ (กลุ่มใหญ่ ๑๐ นาที) - สะท้อนความคิด/อภิปราย (กลุ่ม ๕-๖ คน เวลา ๒๐ นาที) -ความคิดรวบยอด (กลุ่มใหญ่ เวลา ๒๐ นาที) -ประสบการณ์ (กลุ่มใหญ่ ๑๐ นาที) - สะท้อนความคิด/อภิปราย (กลุ่ม ๕-๖ คน เวลา ๑๐ นาที)	๑.นำเข้าสู่กิจกรรมโดยอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ คิดสัณนิ ” ๒.ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มพูดคุยถึงข้อดีข้อเสียของการปฏิเสธและสิทธิของการปฏิเสธตามใบกิจกรรมที่ ๑ ๓.สุ่มตัวแทนประมาณ ๒ -๓ กลุ่มรายงานและให้สมาชิกอื่นที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม ๔.ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปเหตุผลและความจำเป็นของการปฏิเสธตามใบความรู้ ๕.ผู้นำกลุ่มเลือกสมาชิกแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง “ เพื่อนชวนไปปล้นหาเงินมาเล่นเกม ” ๖.ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดประโยคปฏิเสธจากบทบาทสถานการณ์จำลองตามใบกิจกรรม ๒	-กรณีศึกษาเรื่อง “ไม่น่าเลย” -ใบกิจกรรม ๑ -ใบความรู้ ๑ -สถานการณ์จำลอง “เพื่อนชวนไปดูหนังหนึ่งวันก่อนสอบ” -ใบกิจกรรม ๒

กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
-ความคิดรวบยอด (กลุ่มใหญ่ เวลา ๑๐ นาที) ๒. ขั้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด (กลุ่ม ๕-๖ คน เวลา ๒๐ นาที)	๗.ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มเขียนประโยคปฏิเสธบนกระดาน โปสเตอร์ ๘.ผู้นำกลุ่มวิเคราะห์ประโยคปฏิเสธที่เหมาะสมและไม่ เหมาะสม ๙.ผู้นำกลุ่มบรรยายหลักการปฏิเสธตามใบความรู้ ๑๐.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งกลุ่มและมอบหมายงานให้ฝึก ปฏิเสธตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ตามใบ กิจกรรม๓	-กระดานโปสเตอร์ -ปากกาเมจิก -ใบความรู้ -ใบกิจกรรม ๓ -กระดาน A ๔ -ปากกา/ดินสอ

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

๑. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
๒. นำเข้าสู่กิจกรรม โดยให้อาสาสมัครอ่าน กรณีศึกษาเรื่อง “คิดสักนิด”
๓. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มพูดคุยถึงข้อดี ข้อเสียของการปฏิเสธและวิธีการของการปฏิเสธ ตามใบ
กิจกรรม ๑
๔. สุ่มตัวแทนกลุ่มประมาณ ๒ -๓ กลุ่มออกมารายงานกลุ่ม และให้สมาชิกที่มีความคิดเห็นเห็น
แตกต่างกันนำเสนอเพิ่มเติม
๕. ผู้นำกลุ่มสรุปเหตุผลและความจำเป็นของการปฏิเสธตามสถานการณ์ของสมาชิกกลุ่ม
๖. แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง “ เพื่อนชวนไปปล้นหาเงินมาเล่นเกม”
๗. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม และช่วยกันคิดว่า ถ้าสมาชิกเป็นแดงจะปฏิเสธเปียกอย่างไร
๘. สุ่มตัวแทนกลุ่มเขียนประโยคปฏิเสธบนกระดานโปสเตอร์
๙. ผู้นำกลุ่มวิเคราะห์ประโยคปฏิเสธที่ได้ผลและไม่ได้ผล
- ๑๐.ผู้นำกลุ่มบรรยายหลักการปฏิเสธตามใบความรู้ “ หลักการปฏิเสธ”
- ๑๑.มอบหมายแต่ละกลุ่มฝึกการปฏิเสธ ตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ตามใบกิจกรรม ๓
- ๑๒.ปิดกลุ่ม

สื่อการจัดกิจกรรม

๑. กรณีศึกษาเรื่อง “ คิดสักนิด”
๒. สถานการณ์จำลอง “เพื่อนชวนไปปล้นหาเงินเล่นเกม”
๓. กระดานโปสเตอร์
๔. ปากกาเมจิก
๕. ใบความรู้
๖. ปากกา/ดินสอ
๗. กระดานA ๔

สถานการณ์จำลอง

(แผนการจัดกิจกรรม เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน ๆ”)

คำแนะนำ : สำหรับผู้นำกลุ่ม สถานการณ์จำลองนี้ใช้สำหรับสมาชิกฝึกประโยชน์พิเศษ ครูควรเตรียมสมาชิกไว้ก่อนชั่วโมงทำกิจกรรม เพื่อฝึกซ้อมบทสนทนาให้คล่อง เมื่อถึงเวลาทำกิจกรรมผู้นำกลุ่มเล่าสถานการณ์ให้สมาชิกทั้งหมดฟัง แล้วเชิญสมาชิกที่เตรียมไว้ออกมาแสดงหน้าชั้น

ตัวละคร สมาชิก 2 คน แสดงเป็นเป๊ยกและแดง

เป๊ยก : เฮ้อ ! เราเบื่อคู่มือหนังสือจังเลย คินนี่พวกเราไปเล่นเกมกันใหม่ที่ร้านปากซอยมีร้านเปิดใหม่

แดง : เราไม่มีเงินเลยจะไปเล่นได้อย่างไร

เป๊ยก : เราก็ไม่มีเงินแต่ไม่เป็นไร เราเคยดูทีวีที่เขาเดินไปแล้วเจอใครก็ปล้นเลย ไม่เห็นตำรวจจับ

เลย

แดง :(แสดงสีหน้าอึดอัด ไม่อยากทำ)แต่ก็อยากเล่นเกม เมื่อเพื่อนๆคนอื่นที่มาคุยอวน

กัน

ใบกิจกรรม1

จากกรณีเรื่อง “คิดสักนิด” สมาชิกคิดเหตุผลจากการดื่มเหล้าและเที่ยวผู้หญิงบริการ ทั้งที่ไม่อยากทำ
แต่ทนการรบกวนและสับสนมาจากรุ่นพี่ไม่ได้

คำแนะนำ ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มร่วมกันอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุปตามประเด็นคำถามข้างล่าง
แล้วส่งตัวแทนรายงาน

1. ถ้าสมาชิกเป็นสมาชิก การปฏิเสธ/รุ่นพี่จะมีข้อดีและข้อเสียอย่างไร

2. สมาชิกมีความคิดเห็นอย่างไรกับการปฏิเสธเพื่อนหรือผู้อื่น เมื่อถูกเพื่อนชวนไปทำกิจกรรมที่ไม่
เห็นด้วยหรือไม่อยากไป

.....สมาชิกกลุ่ม.....

ใบกิจกรรม 2

(แผนการจัดกิจกรรม เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน ๆ”)

จากสถานการณ์จำลองที่สมาชิกได้ดูไปแล้ว ให้สมาชิกรวมกลุ่มกัน 5 -6 คน ช่วยกันคิดว่า ถ้าสมาชิกเป็นแดงจะพูดปฏิเสธเบี่ยงอย่างไร ให้เขียนประโยคปฏิเสธ 1 ประโยคที่สมาชิกคิดว่าจะปฏิเสธได้ผล

บทสนทนาเรื่อง “เพื่อนชวนไปปล้นเพื่อหาเงินไปเล่นเกม”

เปี้ยก : เฮ้อ ! เราเบื่อหนังสือจังเลย คีนี่พวกเราไปเล่นเกมกันไหมที่ร้านปากซอยมีร้านเปิดใหม่

แดง : เราไม่มีเงินเลยจะไปเล่นได้อย่างไร

เปี้ยก : เราก็ไม่มีเงินแต่ไม่เป็นไร เราเคยดูทีวีที่เขาเดินไปแล้วเจอใครก็ปล้นเลย ไม่เห็นตำรวจจับ

เลย

แดง :(แสดงสีหน้าอึดอัด ไม่อยากทำ)แต่ก็อยากเล่นเกม เมื่อเพื่อนๆคนอื่นที่มาคุยอวด

กัน

ถ้าสมาชิกเป็นแดงให้สมาชิกเขียนประโยคปฏิเสธที่คิดว่าจะได้ผลคือ

กลุ่ม.....

กิจกรรม 3

(แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน ๆ”)

คำแนะนำ

1. ให้สมาชิก 4 กลุ่มช่วยกันคิดบทสนทนาเพื่อปฏิเสธการชวนของเพื่อน ตามสถานการณ์ที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย โดยคิดบทสนทนาให้ครบทุกขั้นตอนตามที่ผู้นำกลุ่มได้แนะนำ
2. เขียนบทสนทนาส่งผู้นำกลุ่ม
3. เมื่อได้บทสนทนาแล้ว ให้จับคู่ฝึกปฏิเสธตามบทสนทนาที่คิดขึ้น โดยไม่ต้องดูบทจนครบทุกคนหลังการฝึกแต่ละคู่ให้สมาชิกกลุ่มช่วยเสนอแนะและวิจารณ์ว่าเพื่อนได้ฝึกสนทนาครบทุกขั้นตอนตามบทที่กลุ่มช่วยกันคิดหรือไม่ แต่ละขั้นตอนมีข้อบกพร่องและมีข้อเสนอแนะอย่างไร

กลุ่มที่ 1 ปฏิเสธเพื่อนรุ่นพี่ชวนไปลองดื่มสุรา

กลุ่มที่ 2 ปฏิเสธเพื่อนชวนไปลองสูบบุหรี่

กลุ่มที่ 3 ปฏิเสธเพื่อนชวนไปเที่ยวกลางคืน

กลุ่มที่ 4 ปฏิเสธเพื่อนชวนไปเสพยาบ้า

ใบความรู้ “หลักการปฏิเสธ”

(แผนการจัดกิจกรรม เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน ๆ”)

การปฏิเสธเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของทุกคน สมาชิกสามารถปฏิเสธเพื่อนได้เมื่อเพื่อนชวนไปทำในสิ่งที่ไม่อยากทำ หรือชวนไปทำในสิ่งที่ไม่ดี สมาชิกส่วนใหญ่ไม่กล้าปฏิเสธเพราะกลัวว่าเพื่อนจะโกรธ แต่ถ้าปฏิเสธได้ถูกต้องตามขั้นตอนก็จะทำให้ไม่เสียเพื่อน

การปฏิเสธที่ดีจะต้องปฏิเสธอย่างจริงจัง ทั้งท่าทาง และน้ำเสียงเพื่อแสดงความตั้งใจที่จะปฏิเสธอย่างชัดเจน

ขั้นตอนการปฏิเสธ

1. บอกความรู้สึกเป็นข้ออ้าง ประกอบเหตุผล เพราะการบอกความรู้สึกจะได้แย้งน้อยกว่าการบอกเหตุผลเพียงอย่างเดียว
2. การขอปฏิเสธเป็นการบอกปฏิเสธอย่างชัดเจนด้วยคำพูด
3. การถามความเห็นชอบ เพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวน และควรขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับการปฏิเสธ

ตัวอย่างประโยคปฏิเสธตามขั้นตอนการปฏิเสธ

สถานการณ์ “เพื่อนชวนเดินห้างสรรพสินค้าหลังโรงเรียนเลิก

ขั้นตอน

ตัวอย่างประโยค

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1. บอกความรู้สึก ประกอบเหตุผล | “ฉันไม่สบายใจที่จะต้องกลับบ้านมืดเวลากลับคุณแม่จะห่วง” |
| 2. ขอปฏิเสธ | “ขอไม่ไปดีกว่า” |
| 3. ถามความเห็น/ขอบคุณ ยอมรับ | “เธอคงไม่ว่าอะไรนะ.....ขอบคุณเธอมากที่เข้าใจเรา |

กิจกรรม อย่างนี้หรืออย่างนั้นดี

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้มีทักษะในการสื่อสารจัดการกับอิทธิพลกลุ่มเพื่อนในสถานการณ์ต่างได้อย่างเหมาะสมและสามารถรักษาน้ำใจหรือไม่ทำให้เกิดการกระทบกระทั่งกับเพื่อนที่ชวน

สาระสำคัญ

การสื่อความคิดเป็นพฤติกรรมหนึ่งที่เราสามารถเลือกใช้ในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้ง โดยจะช่วยให้มีโอกาสมากขึ้นในการจัดการกับสถานการณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
๑.ขั้นสร้างความรู้สึกประสบการณ์ (กลุ่มใหญ่ ๕ นาที) ๒.ขั้นจัดระบบความคิด - สะท้อนความคิด/อภิปราย (กลุ่ม ๕-๖ คน เวลา ๑๐ นาที) -ความคิดรวบยอด (กลุ่มใหญ่ เวลา ๑๐ นาที)	๑.นำเข้าสู่กิจกรรมโดยการให้ความรู้ตามใบความรู้ ๒.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔ – ๕ คน ๓.ผู้นำกลุ่มเลือกสมาชิกแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง ๔.สุ่มตัวแทนประมาณ ๒ -๓ กลุ่มรายงานและให้สมาชิกอื่นที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม ๕.ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปเหตุผล	-ใบความรู้ -บัตรสถานการณ์

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

๑. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
๒. ผู้นำกลุ่มแบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ ๔ – ๕ คน
๓. ให้สมาชิกในกลุ่มอภิปรายและแสดงวิธีการตอบโต้อย่างชัดเจนในสถานการณ์ต่างๆที่กำหนดให้
๔. ให้สมาชิกในกลุ่มแต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติตามที่ได้รับ
๕. ทบทวนวิธีพูดโต้ตอบ การกระทำและผลจากแต่ละกรณี และแสดงความคิดเห็นว่าวิธีการที่ใช้ได้ผลดีแล้วหรือไม่

สื่อการจัดกิจกรรม

๑. บัตรสถานการณ์
๒. ปากกาเมจิก
๓. ใบความรู้
๔. ปากกา/ดินสอ
๕. กระดาษ A ๔
๖. ใบกิจกรรม

การประเมินผล

๑. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
๒. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก
๓. ผลงานในแฟ้มส่วนตัวของสมาชิก

ใบความรู้

การจัดการกับอิทธิพลกลุ่มเพื่อน

ในโลกอุดมคติ เพื่อนๆคือ ผู้ที่ยืนหยัดอยู่เคียงข้างและสนับสนุนการตัดสินใจของเพื่อนๆ แต่น่าเสียดายที่เราไม่ได้อยู่ในโลกอุดมคติแบบนั้น และบางครั้งเราอาจพบว่าต้องเผชิญหน้ากับอิทธิพลกลุ่ม ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อเพื่อนคนหนึ่งหรืออาจทั้งกลุ่มกดดันให้เราทำสิ่งที่เราไม่ต้องการทำจริงๆ

การยืนหยัดในสิ่งที่เราเชื่ออาจเป็นเรื่องยากถ้าอยู่ในกลุ่มเพื่อนกลุ่มใหญ่ๆ แต่ถ้าทำได้ เราจะรู้สึกดีกับตนเองและคนอื่นๆก็จะนับถือเรามากขึ้น

ต่อไปนี้เป็นบางวิธีในการพูดว่า “ ไม่ ” เมื่อมีคนขอให้เราทำในสิ่งที่เราไม่อยากทำ

เทคนิค	ตัวอย่าง
พูดเรียบๆ ว่า “ ไม่ ”	“ไม่ละ” หรือ “ไม่ละ ขอบใจ”
พูดไปตรงๆ	“ไม่ละ ขอบใจ ฉันไม่.....”
หาเหตุผล	“ไม่ละ ขอบใจ ฉันกำลังรีบ ต้องไปแล้ว”
ตัดบท	“ไม่ละขอบใจ ไว้คราวหน้า”
เปลี่ยนเรื่อง	พูดว่า “ไม่ละ” แล้วเปลี่ยนไปพูดเรื่องอื่น เช่น “ไม่ละ ขอบใจ เออเนี่ย เมื่อคืนดูการแข่งขันบอลลีเปล่า”
ตัดบท	พูดว่า “ไม่” หลายครั้ง หรือเปลี่ยนวิธีการพูด เช่น “ไม่ละ ขอบใจ” “ไม่ละ” “ไม่ละ ฉันไม่สนใจ”
เดินหนี	พูดว่า “ไม่ละ” แล้วเดินออกมา
เย็นชาใส่	ไม่สนใจคนๆนั้นอีก
หลีกเลี่ยงสถานการณ์	อยู่ให้ห่างจากสถานการณ์ที่อาจถูกกดดัน

บัตรสถานการณ์

(แผนการจัดกิจกรรม “อย่างนี้หรืออย่างนั้นดี”)

สถานการณ์ที่ 1 : เพื่อนรุ่นพี่ชวนท่านไปติดกับเพื่อนต่างโรงเรียน ท่านจะพูดอย่างไร

สถานการณ์ที่ 2 : เพื่อนเยาวชนชวนให้เยาวชนหนีเรียนไปเที่ยวห้างสรรพสินค้า ท่านจะตอบกลับไปอย่างไร

สถานการณ์ที่ 3 : เพื่อนๆชวนไปเที่ยวกลางคืนและชวนเสพยาบ้าท่านจะมีวิธีพูดอย่างไร

สถานการณ์ที่ 4 : ท่านต้องการเงินไปเที่ยวเตร่ มีเพื่อนมาชวนไปขโมยของตามบ้าน ท่านจะมีวิธีการพูดอย่างไร

โปรแกรมบำบัดเฉพาะด้านครอบครัว

๑. ความสำคัญ

ปัญหาของวัยรุ่นในปัจจุบันไม่ได้เป็นเพียงปัญหาส่วนบุคคล ครอบครัว หรือสังคม แต่เป็นปัญหาที่ซับซ้อนเกี่ยวพันกันในหลายมิติ เกิดจากปัจจัยหลายประการ ทั้งจากตัววัยรุ่นเอง และปัจจัยสภาพแวดล้อมภายนอก ตั้งแต่ครอบครัว เพื่อน โรงเรียน สังคม ค่านิยม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ ที่มีผลกระทบต่อกันไปมาอย่างต่อเนื่องและซับซ้อนที่สุด ฉะนั้นครอบครัวจึงควรมีแนวทางในการแก้ไขปัญหามีทักษะในการดูแลพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน รวมถึงการนำวิธีการปรับพฤติกรรมอย่างเหมาะสม ที่ต้องเริ่มด้วยการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับวัยรุ่นก่อน ให้พ่อแม่รู้จักใช้วิธีการด้านบวกในการสร้างความสัมพันธ์กับลูกวัยรุ่น ยอมรับความแตกต่างของวัยรุ่นแต่ละคน ไม่เปรียบเทียบกับคนอื่น ลดปฏิสัมพันธ์เชิงลบ เช่น การพูดบ่นทุกเรื่อง การพูดซ้ำเรื่องในอดีต และลดวิธีการทำโทษทางร่างกายอย่างรุนแรง รวมทั้งความรุนแรงในครอบครัว ให้พ่อแม่สื่อสารกับลูกอย่างชัดเจนกำหนดกฎเกณฑ์ที่พ่อแม่ต้องการอย่างมีเหตุผลและควรเป็นที่ยอมรับของวัยรุ่นด้วยอย่างชัดเจน และปฏิบัติตามได้อย่างสม่ำเสมอ มีแรงเสริมด้านบวกเมื่อวัยรุ่นมีพฤติกรรมเหมาะสม เช่น การให้รางวัลรูปแบบต่างๆ สิทธิพิเศษบางอย่าง และมีการลงโทษด้วยวิธีการที่หนักแน่นจริงจังแต่ไม่รุนแรง เมื่อยังมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ความรักและความเข้าใจจึงเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะเป็นตัวเชื่อมระหว่างเด็กเยาวชนและครอบครัวในการวางแผนทางการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขไม่หวนกลับไปกระทำผิดซ้ำอีก

๒. จุดมุ่งหมาย

เป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างเด็กหรือเยาวชน และครอบครัว เพื่อปรับเปลี่ยนความรู้สึก ความคิดที่มีต่อกันและช่วยกันเสริมสร้างความรักความผูกพันเพื่อปรับเปลี่ยนแก้ไขซึ่งกันและกันพร้อมที่จะยอมรับบทบาท หน้าที่ และพัฒนาระบบของครอบครัว

๓. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ และเสริมสร้างความเชื่อมั่นแก่เด็กหรือเยาวชน และผู้ปกครอง
๒. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีสัมพันธภาพอันดีในครอบครัว
๓. เพื่อวางแผนการดำเนินชีวิตของเด็กและเยาวชนอย่างเหมาะสม
๔. เพื่อให้เด็กและเยาวชน และผู้ปกครองได้เรียนรู้ บทบาทหน้าที่ของครอบครัว และช่วยเสริมสร้างพัฒนาให้เด็กและเยาวชนสามารถปรับเปลี่ยนตนเองไปในทางที่ดีขึ้น

๔. คุณสมบัติผู้เรียนรู้

เป็นเด็กและเยาวชนที่ได้รับการประเมินความเสี่ยงและความจำเป็นในด้านครอบครัวอยู่ในเกณฑ์เสี่ยงสูง

๕. สารการเรียนรู้/เนื้อหาโปรแกรม

ประกอบด้วยกลุ่มสารการเรียนรู้ ๒ ส่วน

ส่วนที่หนึ่ง เป็นการให้ความรู้

ส่วนที่สอง การจัดกิจกรรมครอบครัว

๖. ระยะเวลาการเรียนรู้การเข้าโปรแกรม

ระยะเวลา ๕ ชั่วโมง/๑ วัน

๗.สื่อประกอบการเรียน

/Power Point /ใบความรู้ /สื่อวีดิทัศน์

๘.กิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย ใบงาน กิจกรรม การบรรยายให้ความรู้ และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันโดยมีการตอบข้อซักถาม และแสดงความคิดเห็น

๙.การวัดผล ประเมินผล โดยจากการสังเกตการมีส่วนร่วมของเด็กหรือเยาวชน และผู้ปกครอง รวมถึงความใส่ใจและความสนใจในการตอบข้อซักถาม จากการสัมภาษณ์ ใบงานและ จากแบบสอบถาม

๑๐.ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.เด็กหรือเยาวชน และผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจ และเสริมสร้างความเชื่อมั่นแก่กันและกัน

๒.เด็กและเยาวชนมีสัมพันธภาพอันดีในครอบครัว

๓.เด็กและเยาวชน และผู้ปกครองได้ร่วมกันวางแผนการดำเนินชีวิตของอย่างเหมาะสม

๔.เด็กและเยาวชน และผู้ปกครองได้เรียนรู้ บทบาทหน้าที่ของครอบครัว และช่วยเสริมสร้างพัฒนาให้เด็กและเยาวชนสามารถปรับเปลี่ยนตนเองไปในทางที่ดีขึ้น

๑๑.โครงสร้างเนื้อหา

เนื้อหาของโปรแกรม ประกอบด้วย

รายละเอียดของการฝึกอบรม ประกอบด้วย ๒ ส่วนดังนี้

ส่วนที่ ๑ การบรรยายให้ความรู้เรื่อง

รายวิชาที่ ๑ บทบาทหน้าที่ของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และลูก

รายวิชาที่ ๒ ทักษะในการดูแลลูกวัยรุ่น

ส่วนที่ ๒ การจัดกิจกรรมครอบครัว

รายละเอียดของการฝึกอบรม ประกอบด้วย รายวิชาดังนี้

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการ อบรม	สื่อ/อุปกรณ์	ระยะเวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
-เพื่อให้เด็ก/ เยาวชนและ ผู้ปกครอง เข้าใจถึง วัตถุประสงค์ การจัด กิจกรรม ครอบครัว	๑.การเกริ่นเข้าสู่บทนำ	๑.ผู้นำกลุ่มแนะนำ ตัวและให้สมาชิก แนะนำตัว ๒.ผู้นำกลุ่มอธิบาย รูปแบบขั้นตอน และดำเนิน กิจกรรม	-Power point -ใบงาน -ปากกา	๓๐ นาที	- สังเกต	ผู้รับผิดชอบ หลักสูตร : นัก สั ง ค ม ส ง เ ค ร าะ ห์ กลุ่มบำบัด
- ใ ห้ ผู้ปกครองได้มี ความรู้ความ เข้าใจใน บทบาทและ การดูแลลูกที่ เป็นวัยรุ่น	๒.บรรยายเรื่อง รายวิชาที่ ๑ บทบาทหน้าที่ของ พ่อแม่/ผู้ปกครอง และลูก รายวิชาที่ ๒ ทักษะในการดูแล ลูกวัยรุ่น	๑.ผู้นำกลุ่ม บรรยายตามหัวข้อ วิชา ๒.ให้ผู้ปกครอง และเด็กและ เยาวชนซักถาม ๓.สรุปกิจกรรม	-Power point -กระดาน -ใบงาน -ปากกา	-๒ ชั่วโมง	-สังเกต -สอบถาม	ผู้รับผิดชอบ หลักสูตร : นัก สั ง ค ม ส ง เ ค ร าะ ห์ กลุ่มบำบัด ๑

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการ อบรม	สื่อ/อุปกรณ์	ระยะเวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
-เพื่อให้ ผู้ปกครองและ เด็กหรือ เยาวชนได้ ร่วมกันฝึก ทักษะที่จำเป็น เพื่อสร้าง ความเข้าใจ และพัฒนา	๓.กิจกรรมครอบครัว ประกอบด้วย ๓.๑.กิจกรรมทำอย่างไรดี ๓.๒.กิจกรรมอยากฟังอีก ๓.๓.กิจกรรมการจัดการกับ ความโกรธ	๑.ผู้นำกลุ่มอธิบาย รูปแบบเนื้อหา กิจกรรมและจัด กิจกรรมไปทีละ กิจกรรม ๒.ให้ผู้ปกครอง และเด็กและ เยาวชนได้ฝึก ทักษะตามหัวข้อ	- Power point -ใบงาน -ปากกา	๒ชั่วโมง	-สังเกต -สอบถาม -ใบงาน	ผู้รับผิดชอบ หลักสูตร : นัก สั ง ค ม ส ง เ ค ร าะ ห์ กลุ่มบำบัด

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	เนื้อหาสาระ/หัวข้อวิชา	กระบวนการ อบรม	สื่อ/อุปกรณ์	ระยะเวลา	การประเมินผล	หมายเหตุ
เด็กและ เยาวชนได้ อย่าง เหมาะสม		กิจกรรมที่เตรียม ไว้ ๓.สรุปกิจกรรม และประเมินผล				

เนื้อหาการบรรยาย

รายวิชาที่ ๑ บทบาทหน้าที่ของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และลูก

บทบาทหน้าที่ของพ่อแม่ในครอบครัว

เมื่อภรรยาให้กำเนิดลูกน้อย ก็จะมีบทบาทหน้าที่เพิ่มขึ้น คือบทบาทหน้าที่ของแม่ ในขณะเดียวกัน สามีก็น่าจะเพิ่มบทบาทของพ่อไปพร้อมๆ กันด้วย ในปัจจุบัน พ่อแม่ส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีเวลาอยู่ร่วมกับลูก หรือมีเวลาอยู่ร่วมกับลูกแต่ไม่สามารถใช้เวลาที่มีอยู่ได้อย่างมีคุณภาพ ก็เหมือนกับต่างคนต่างอยู่ ไม่มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ทำให้การอยู่ร่วมกันไม่มีความสุข การที่สมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะพ่อ กับแม่ มีวิธีการหรือจัดกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว อย่างมีคุณภาพ ก็จะทำให้ครอบครัวน่าอยู่ มีชีวิตที่เป็นสุขยิ่งขึ้น พ่อแม่เป็นหน้าที่เลี้ยงดูลูกให้เจริญเติบโตทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมดังนี้

๑. ให้ความรักความอบอุ่น ความมั่นคงปลอดภัย
๒. มีการพูดจาสื่อสารที่ดีต่อกัน
๓. มีการส่งเสริมประสบการณ์ชีวิตให้ลูก ฝึกให้รู้จักช่วยเหลืองานบ้าน ฝึกให้ลูกได้

ตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง

๔. สอนให้ลูกทำความดี มีความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
 ๕. ส่งเสริมให้ลูกได้รับการศึกษาในวัยที่เหมาะสม
 ๖. สิ่งสำคัญที่สุดของช่วงเวลาที่มียุคคุณภาพก็คือ พ่อแม่ต้องทำตัวเป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูกได้เห็น และเลียนแบบได้ ทั้งนี้การอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับระยะเวลาว่าพ่อแม่ต้องอยู่กับลูกยาวนานแค่ไหน แต่ขึ้นอยู่กับว่าพ่อแม่ปฏิบัติ อย่อย่างไรกับลูก หรืออยู่ร่วมกับลูกอย่างไร
- ปัจจัยพื้นฐานของครอบครัวที่ดี

การมีครอบครัวที่สมบูรณ์มีความสุข เป็นความต้องการของมนุษย์ทุกคน การรู้จักวางแผน เพื่อสร้างครอบครัวที่มั่นคง จำเป็นต้องให้ความสำคัญกับปัจจัยพื้นฐานของครอบครัวที่ดี ซึ่งได้แก่ปัจจัย ๔ คือ อาหารที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค แล้วยังมีปัจจัยพื้นฐานอย่างอื่นอีก เช่น การประกอบอาชีพที่มั่นคง การรู้จักประหยัด อดออม การมีสภาพครอบครัวที่สมบูรณ์มีรูปแบบของพ่อแม่ที่ดี เช่น

- มีการแบ่งบทบาทความรับผิดชอบของครอบครัว มีการช่วยเหลือกัน
- มีความยืดหยุ่นโดยเฉพาะเรื่องการดูแลบ้านและการเลี้ยงดูลูก
- มีการสื่อสารที่ดี เพื่อสร้างสัมพันธภาพของความรักความอบอุ่นในครอบครัว มีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เมื่อครอบครัวมีความสุข
- มีความสามารถเลี้ยงดูบุตรให้เติบโตดีตามพัฒนาการได้

บทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของบุคคลในครอบครัวและสังคม

กาญจนา ลุศ

นันท์

หน้าที่ของครอบครัว

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่เล็กที่สุด แต่สำคัญที่สุด เนื่องจากเป็นสถาบันแรกที่สามารถหล่อหลอมและพัฒนาบุคคลต่างๆ ในครอบครัวให้เป็นบุคคลอันพึงประสงค์ของสังคม ซึ่งมีหน้าที่คือ

หน้าที่สร้างสรรค์สมาชิก ครอบครัวมีหน้าที่สร้างสมาชิกใหม่ขึ้นทดแทนสมาชิกเดิมที่จากไป เพื่อสืบวงศ์ตระกูลต่อไป แต่ก็ต้องตั้งอยู่บนความสมดุลกับสังคมถ้ามากเกินไปก็จะทำให้เกิดปัญหาสังคมตามมา

หน้าที่อบรมสั่งสอนระเบียบของสังคม ครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่มีหน้าที่และบทบาทในการอบรมสั่งสอนที่สำคัญที่สุด โดยมุ่งเน้นให้รู้จักค่านิยมพื้นฐานทางวัฒนธรรม การพัฒนาบุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย และการปรับตัวเข้ากับสังคม

หน้าที่ให้ความรักและความอบอุ่น ครอบครัวเป็นแหล่งสำคัญในการให้ความรัก ความอบอุ่นและกำลังใจแก่สมาชิกเพื่อให้สามารถต่อสู้และมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตในสังคมได้

หน้าที่กำหนดสถานภาพ เมื่ออยู่ในครอบครัว สมาชิกทุกคนจะมีสถานภาพที่ถูกกำหนดขึ้นโดยกำเนิด เช่น เพศ เชื้อชาติ ศาสนา เชื้อชาติ สัญชาติ และสถานะในครอบครัวรวมถึงในวงสังคม

หน้าที่ปกป้องคุ้มครองหรือเลี้ยงดูผู้เยาว์ ครอบครัวจะทำหน้าที่ดูแลปกป้องและพัฒนาสมาชิกที่เกิดขึ้นใหม่ ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และให้การศึกษา

หน้าที่ทางเศรษฐกิจ สมาชิกในครอบครัวทุกคนถือเป็นหน่วยการผลิตที่สำคัญ ทุกคนจะต้องทำงานและแบ่งผลผลิตซึ่งกันและกัน เช่น พ่อแม่จะทำมาหากินเพื่อเลี้ยงลูกในวันเด็ก แต่พอในวัยหนุ่มสาวลูกก็จะทำมาหากินเพื่อเลี้ยงดูพ่อแม่

หน้าที่ทางการศึกษา ครอบครัวเป็นแหล่งการศึกษาแห่งแรกของสมาชิก แต่เมื่อถึงวัยต้องรับการศึกษาในโรงเรียน ครอบครัวก็มีหน้าที่ต้องส่งสมาชิกเข้าเล่าเรียนศึกษา โดยต้องให้การสนับสนุนในเรื่องการศึกษา เพื่อให้มีความรู้เพื่อที่สามารถจะประกอบอาชีพได้ในอนาคต

หน้าที่ทางศาสนา ครอบครัวต้องมีหน้าที่ในการปลูกฝังให้เลื่อมใสในศาสนาประจำชาติ และส่งเสริมให้ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของศาสนา เพื่อให้เป็นคนดีของสังคม

หน้าที่ของสามีและภรรยา

ในสภาพสังคมปัจจุบัน สังคมและเศรษฐกิจได้มีการเปลี่ยนแปลงไปมาก ผู้ชายและผู้หญิงจึงล้วนมีบทบาทที่เปลี่ยนแปลงไป จากเดิมที่ผู้ชายเป็นผู้นำครอบครัว ก็เริ่มมีการปรับเปลี่ยนให้ผู้หญิงมีบทบาททัดเทียมกัน ดังนั้นสามีและภรรยาในยุคปัจจุบันจึงควรมีหน้าที่สอดคล้องกับสถานการณ์คือ

ให้การยกย่องซึ่งกันและกัน ให้เกียรติกันตามฐานะอย่างเหมาะสม ดูแลเอาใจใส่ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

ไม่ดูหมิ่นเหยียดหยามทั้งวาจาและท่าทาง ไม่ว่าต่อหน้าหรือลับหลัง ให้คำแนะนำในการปรับปรุงตนเอง และร่วมกันแก้ไขข้อบกพร่องซึ่งกันและกัน

ไม่ประพฤตินอกใจซึ่งกันและกัน ควรมีความซื่อสัตย์และคุณความดีของกันและกัน เพื่อรักษาครอบครัวให้มีความสุขและดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น

ช่วยกันในธุรกิจงานบ้าน ช่วยดูแลทรัพย์สินสมบัติและกิจการงานบ้าน ควรรับผิดชอบภารกิจที่ต้องใช้แรงงาน รวมถึงการช่วยดูแลบุตร

ให้กำลังใจโดยของขวัญหรือของรางวัล ให้ความสำคัญกับโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด วันครบรอบแต่งงานหรือเทศกาลต่างๆ มีของฝากเมื่อเดินทางไปสถานที่อื่นๆ

ร่วมกันจัดการงานบ้านเรือนให้เรียบร้อย แบ่งภารกิจกิจการงานบ้านให้สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีงานเท่าเทียมกัน รวมถึงสร้างบรรยากาศในครอบครัวให้น่าอยู่

เอาใจใส่สงเคราะห์คนใกล้ชิด เอาใจใส่สารทุกข์สุกดิบของคนในครอบครัว รวมถึงญาติพี่น้องทั้งของฝ่ายตนเองและฝ่ายภรรยาให้สม่ำเสมอเท่าเทียมกัน

ช่วยกันรักษาสมบัติไว้ให้ดี รู้จักการใช้สอยเงินทองอย่างประหยัด ไม่ควรใช้จ่ายให้เกินฐานะ ไม่สร้างภาระหนี้สินโดยไม่จำเป็น และหลีกเลี่ยงอบายมุขต่างๆ

ไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง ควรมีความขยันขันแข็งในการทำงานทั้งภายนอกและภายในบ้าน เพื่อความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน เพื่อให้ฐานะครอบครัวมีความมั่นคงมากยิ่งขึ้น

หน้าที่ของบิดามารดาต่อบุตร

คู่สามีภรรยาที่มีความพร้อมและตัดสินใจมีลูกแล้ว จะต้องตระหนักถึงภาระหน้าที่ๆเกิดขึ้นตามมา โดยมีบทบาทใหม่ในการเป็นพ่อและแม่ ซึ่งเป็นหน้าที่ๆสำคัญและมีความรับผิดชอบสูงอันได้แก่

การให้ความเจริญเติบโตทางด้านร่างกายและจิตใจ พ่อแม่มีหน้าที่ต้องให้ความเอาใจใส่ลูกทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ในด้านร่างกายเป็นความจำเป็นในอันดับแรกของชีวิต ในขณะที่ลูกยังช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ พ่อแม่มีหน้าที่ต้องดูแลหาอาหาร เครื่องนุ่งห่มและดูแลยามเจ็บไข้ได้ป่วย ในด้านจิตใจก็ได้แก่การให้ความรู้สึกรับประกันปลอดภัยแก่ลูก สร้างความรู้สึกให้ลูกรู้สึกถึงการเจริญเติบโตด้วยความเป็นมิตร มี

สัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เกิดความสัมพันธ์ที่เหนียวแน่น เกิดความภูมิใจกับสถานภาพของตนเองในครอบครัว

การอบรมสั่งสอน พ่อแม่มีหน้าที่ต้องปลูกฝังให้ลูกสามารถควบคุมตัวเองและปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านการเข้าสังคม มารยาทสังคม การอยู่ร่วมกับผู้อื่นเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้

การเอาใจใส่ พ่อแม่ต้องคอยเอาใจใส่ดูแลลูก เพื่อสังเกตและควบคุมพฤติกรรมของลูกให้ดำเนินไปได้อย่างถูกครรลองคลองธรรมและเป็นที่ยอมรับของสังคม อันได้แก่ ด้านสุขภาพจิต เพราะเด็กบางคนอาจมีความผิดปกติด้านสภาพจิตใจ ด้านความผิดปกติทางเพศซึ่งต้องได้รับการแก้ไข บำบัดเพื่อแก้ปัญหา ด้านการใช้ยาเสพติดเด็กสมัยใหม่จะเข้าถึงได้ค่อนข้างง่ายจึงต้องใช้การสังเกตเพื่อป้องกันปัญหา ด้านการใช้เวลาว่างพ่อแม่ควรต้องแนะนำให้เด็กได้ใช้เวลาว่างตามความถนัดตามความสนใจ ให้คำแนะนำและส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

หน้าที่ความรับผิดชอบของบุตรต่อบิดามารดา

ในช่วงแรกของชีวิตบิดามารดามีหน้าที่ต้องดูแลบุตร แต่ในช่วงท้ายของชีวิตแล้วบุตรก็มีหน้าที่ต้องดูแลบิดามารดาเป็นการตอบแทน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมไทยให้ความสำคัญกับเรื่องนี้มาก ดังนั้นบุตรจึงมีหน้าที่ที่ควรปฏิบัติต่อบิดามารดา คือ

ความกตัญญู บุตรควรต้องดูแลเอาใจใส่บิดามารดาให้เหมือนกับที่บิดามารดาดูแลเอาใจใส่ตน ดูแลให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข หาอุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิต ดูแลยามเจ็บไข้ได้ป่วย

ช่วยเหลือกิจการงานหน้าที่ครอบครัวตามโอกาส บุตรควรต้องช่วยเหลือดูแลภารกิจในบ้านทั้งกิจการของครอบครัว งานอื่นๆ ที่นอกเหนือ เพื่อให้พ่อแม่ได้มีโอกาสพักผ่อนและเป็นการแบ่งเบาภาระ

ดำรงวงศ์ตระกูลของพ่อแม่ให้เจริญ สังคมไทยให้ความสำคัญกับการสืบทอดวงศ์ตระกูลและชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล ดังนั้นบุตรควรต้องรักษาชื่อเสียงและประเพณีตนให้เหมาะสมตามขนบธรรมเนียมประเพณี

เมื่อพ่อแม่ล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศให้ สังคมไทยให้ความสำคัญเรื่องการรำลึกถึงบุญคุณบิดามารดา การทำบุญอุทิศให้ถือเป็นการนึกถึงและตอบแทนบุญคุณอีกทางหนึ่ง และเป็นการแสดงถึงความเคารพอยู่เสมอ

หน้าที่ความรับผิดชอบต่อเครือญาติ

โครงสร้างสังคมไทยเรา ถือเป็นระบบสังคมเครือญาติ ซึ่งมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ทำให้เกิดความเหนียวแน่นและความสัมพันธ์ในเชิงสังคม เช่น ความสัมพันธ์ในฐานะ ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า

อา ความสัมพันธ์ในระบบเครือญาติมักจะเกิดขึ้นจากความเกี่ยวพันทางสายเลือดและความเกี่ยวพันจากการสมรส ซึ่งความเกี่ยวพันดังกล่าวทำให้เกิดเครือญาติและทำให้มีหน้าที่ที่ต้องดูแลรับผิดชอบกันคือ

หน้าที่ทางการเงิน ครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีอาจถูกเป็นที่พึ่งหวังของครอบครัวที่ฐานะทางเศรษฐกิจที่ไม่ดี การให้การช่วยเหลือกันเป็นบางโอกาสทางด้านการเงินจึงเป็นภาระใหม่ที่เกิดขึ้น ซึ่งก็ควรให้การช่วยเหลือการตามสมควรโดยไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนต่อครอบครัวตนเอง

หน้าที่ปรับตัวให้เข้ากับแบบแผนครอบครัวเดิม ครอบครัวแต่ละครอบครัวย่อมมีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน การที่คนต่างครอบครัวกันมาอยู่ร่วมกันย่อมมีความแตกต่างกันในกาปฏิบัติตัวในด้านต่างๆ ทั้งวัฒนธรรม ศาสนา ฐานะทางสังคมเศรษฐกิจ เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาการอยู่ร่วมกัน จึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

หน้าที่การปรับตัวให้เข้ากับญาติ ด้วยความแตกต่างของพื้นฐานครอบครัวทำให้คนเราที่อยู่ร่วมกันต้องปรับตัวเข้าหากัน โดยเฉพาะคู่สมรสใหม่ จำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากันได้กับญาติของทั้ง ๒ ฝ่ายจึงจะทำให้ชีวิตสมรสดำเนินไปได้อย่างราบรื่น ซึ่งเป็นสิ่งที่อาจต้องใช้เวลาในการปรับตัวพอสมควร เนื่องจากญาติพี่น้องจะมีจำนวนมากและมีลักษณะนิสัยใจคอที่แตกต่างกันออกไป

รายวิชาที่ ๒ ทักษะในการดูแลลูกวัยรุ่น

ปัญหาของพ่อแม่ในการเลี้ยงดูวัยรุ่น

๑. ขาดความรู้ ความเข้าใจ ในพื้นฐานการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น ทั้งในเรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางสภาพร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ซึ่งวัยรุ่นนี้มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้หลากหลายรูปแบบ ซึมเศร้า วิตกกังวล ก้าวร้าวรวมทั้งอารมณ์ทางเพศ ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงของจิตใจ เนื่องจากมีความคิดอ่านได้ลึกซึ้งมากขึ้น สังเกตตนเอง สิ่งแวดล้อม เพื่อน ๆ ทำให้วัยรุ่นต้องการค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองในด้านต่าง ๆ รวมทั้งเกิดความต้องการเป็นอิสระติดกับกลุ่มเพื่อนมากขึ้น อาจดูเหมือนเรียกร้องเอาแต่ใจตนเอง ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นยังไม่ค่อยรู้จักความพอดี ไม่รู้จักการประนีประนอม การผ่อนปรนบนพื้นฐานของขอบเขตที่เหมาะสม จะช่วยให้วัยรุ่นเรียนรู้ต่อไปได้ในแนวทางที่เหมาะสม เป็นต้น

๒. ขาดการเตรียมตัวล่วงหน้า ในการพัฒนาทักษะที่พ่อแม่จำเป็นต้องใช้เมื่อลูกเข้าวัยรุ่น ทั้งนี้การเลี้ยงแบบที่พ่อแม่คอยให้ความช่วยเหลือมากเกินไป ทำให้วัยรุ่นไม่ ช่วยตัวเองหรืออาจรำคาญพ่อแม่ หรือถ้าเลี้ยงแบบเข้มงวดก็เท่ากับกันวัยรุ่นให้ห่างออกไป ผู้ที่ฝึกฝนจึงจำเป็นต้องพัฒนารูปแบบ เทคนิคในการฝึกสอนให้เหมาะสมตามวัย ทั้งนี้วัยรุ่นจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนและพัฒนาต่อตามวัยเพื่อเสริมพฤติกรรมที่เป็นต้น

๓. ขาดเป้าหมาย ในการเสริมพัฒนาการของวัยรุ่นในแนวทาง ๑ ซึ่งจะไปช่วยพัฒนาบุคลิกภาพ พ่อแม่หลายคู่ที่ไม่เข้าใจ พยายามที่จะบีบบังคับเฉพาะในเรื่องการเรียนเท่านั้น โดยไม่ให้ความสำคัญที่จะพัฒนาวัยรุ่นในด้านอื่น ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาบุคลิกภาพ เป้าหมายของการฝึกฝนที่ส่งเสริมวัยรุ่น เพื่อให้เกิด พัฒนาการที่ดีในทุกด้าน ซึ่งจะส่งเสริมให้เป็นบุคลิกภาพที่ดีต่อไป

เทคนิคของพ่อแม่ที่เหมาะสมกับวัยรุ่น

๑. รับฟังความคิดเห็น เหตุผล ให้มองโลกในแง่ดี และหาข้อดีในความคิดและเหตุผลของวัยรุ่น ทั้ง ๆ ที่อาจจะไม่ตรงกับความคิดเห็นและเหตุผลของพ่อแม่ก็ตาม

๒. ส่งเสริมความคิด การตัดสินใจ และพฤติกรรมที่ดีให้ชัดเจน

๓. หลีกเลี่ยงการบังคับตรง ๆ โดยเสนอแนะทางออกแบบประนีประนอมโดยที่วัยรุ่นมีส่วนร่วม

๔. เปิดโอกาสให้ทดลอง หัดทำ ฝึกฝนจนเกิดทักษะ ภายใต้ขอบเขตที่เหมาะสม และให้มีความรับผิดชอบ ต่อผลของการกระทำ

๕. ยอมรับในข้อบกพร่องและข้อผิดพลาด ให้โอกาสแก้ตัวใหม่ภายใต้ขอบเขตที่เหมาะสม

๖. เพิ่มคุณภาพการสื่อสาร ๒ ทางในครอบครัว และเรียนรู้ที่จะทำความเข้าใจในความคิด ค่านิยม ความชอบ และอิทธิพลของกระแสสังคมวัยรุ่น เพื่อจะส่งเสริมทำให้การสื่อสารกับวัยรุ่นง่ายขึ้น

เทคนิคของพ่อแม่ที่ไม่เหมาะสมกับวัยรุ่น

๑. จู้จี้ขี้บ่น จุกจิก จ้องจับผิด

๒. ไม่รับฟังเหตุผล หรือทำท่าฟังแต่ไม่ใส่ใจ ยึดความคิดเห็นของผู้ใหญ่เพราะเห็นว่าสำคัญกว่า มีประสบการณ์มากกว่า

๓. ใช้อำนาจ บังคับตรง ๆ

๔. ลงโทษรุนแรง หรือทำให้อับอาย เสียหน้า หรือประจานความผิด หรือความคิดเห็นที่อาจไม่ดีเท่าไรต่อหน้าคนอื่น ทำให้เกิดความรู้สึกอับอาย

๕. ลงโทษไม่รู้จักรอบ ยังพูดถึงความผิดเดิม ๆ ซ้ำซาก หรือฝังใจในความผิดพลาดว่าจะทำผิดซ้ำอีก

การที่พ่อแม่เรียนรู้และสามารถปรับตัว ปรับเทคนิควิธีการที่ใช้ให้เหมาะสมกับวัยของวัยรุ่น เพิ่มคุณภาพการสื่อสาร รวมทั้งคาดหวังความรับผิดชอบจากวัยรุ่น ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น มีความรัก ให้โอกาสฝึกฝน ทั้งหมดที่กล่าวมาจะช่วยทำให้พ่อแม่พัฒนาวัยรุ่นให้อยู่ในทิศทางที่เหมาะสม และวัยรุ่น

เองก็สามารถใช้พลังที่มีอยู่มากมาพัฒนาความสามารถของตนเองต่อไป และสามารถเกื้อกูลคนรอบข้าง ในทางที่สร้างสรรค์

ปัญหาวัยรุ่น

ผศ.นพ.พนม เกตุมาน

๑. ปัญหาทางเพศ

ปัญหาทางเพศ เช่นการมีแฟนในวัยเรียน การมีเพื่อนต่างเพศไม่เหมาะสม การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การทำแท้ง การติดโรคทางเพศสัมพันธ์ ความเปี่ยงเบนทางเพศหรือรักร่วมเพศ เป็นต้น

๒. การใช้โทรศัพท์-อินเทอร์เน็ตนาน

๓. ดื้อ, เกเร, ก้าวร้าว

๔. ใช้สารเสพติด

๕. ไม่ตั้งใจเรียน

๖. หนีเรียน, หนีออกจากบ้าน

๗. อ้วน

๘. คบเพื่อนต่างเพศ, มีแฟน

๙. ขาดความรับผิดชอบ

๑๐. ขโมย, พุดบด

๑๑. ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และวัยรุ่น

๑๒. อารมณ์หงุดหงิด ขึ้นๆลงๆ

๑๓. การพนัน

การดูแลวัยรุ่น

เทคนิค ๓ สร้าง แนวทางพิชิตใจ "ลูกวัยรุ่น"

"ทำไมลูกไม่ยอมออกไปไหนกับเรา" "ทำไมพ่อแม่ถามอะไร ไม่เห็นพูด อะไรๆ ก็เชื่อแต่เพื่อน" "ยิ่งโต ทำไมยิ่งดื้อ สอนอะไรก็เถียง" หลายคำถามข้างต้น เชื่อว่าเป็นความรู้สึกของพ่อแม่หลายคนที่พบว่า ลูกเปลี่ยนไป ซึ่งในหลายรายพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงนั้นเกิดขึ้นเร็วมาก จนพ่อแม่ซึ่งไม่เข้าใจในเรื่องของจิตวิทยาวัยรุ่น ต้องงอแงอึดอัดใจ ด้วยคิดว่าลูกมีพฤติกรรมผิดปกติ และสรุปพฤติกรรมของลูกไปต่างๆ นานา



ในเรื่องนี้ "แพทย์หญิงอังคณา อัญญุมณี" จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น โรงพยาบาลมหารมย์ โดยอธิบายรูปแบบการเปลี่ยนแปลงวัยของเด็กว่า ปกติแล้วเด็กจะมีการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองอย่างเห็นได้ชัดใน ๒ ช่วงคือ

๑. การเปลี่ยนแปลงครั้งแรก คือ ช่วงวัยที่เล็กๆประมาณ ๒-๓ ปี เด็กจะเริ่มช่วยเหลือตัวเองได้แล้ว เช่น เดินได้ วิ่งได้ ไข่มื้อหยิบจับสิ่งต่างๆได้เอง ควบคุมการขับถ่ายได้บ้าง ช่วงนี้เด็กจะลดการพึ่งพาพ่อแม่ และเริ่มแยกออกมาเป็นตัวของตัวเอง หากห้ามไม่ให้ทำอะไรเด็กก็อาจจะสะบัดมือหรือร้องไห้อาละวาด ผู้ใหญ่อาจมองว่าเด็กดื้อรั้น ทั้งที่จริงๆแล้วเด็กกำลังพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง จึงดูเหมือนต่อต้านพ่อแม่ อยากทำอะไรด้วยตัวเอง ซึ่งเป็นพัฒนาการของเด็กตามปกติ

๒. การเปลี่ยนแปลงรอบที่สอง คือ ช่วงที่เด็กกำลังจะเข้าสู่วัยรุ่นประมาณ ๑๑-๑๒ ปี เด็กจะเริ่มเป็นตัวของตัวเองอีกครั้งหนึ่ง มีเหตุผลของตนเองและทำตามที่ตนคิด ต่างจากเดิมที่พ่อแม่บอกอะไรก็เชื่อ นอกจากนี้เด็กยังต้องการอิสระและความเป็นส่วนตัว ไม่ชอบให้พ่อแม่เข้ามาควบคุมจัดการเหมือนแต่ก่อน ซึ่งอาจทำให้ผู้ใหญ่มองว่าเป็นเด็กไม่ดี เถียงคำไม่ตกปาก พอโตแล้วปิกกล้าหาแข็ง เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวถือเป็นเรื่องปกติที่พ่อแม่ต้องเข้าใจและรับมือ มากกว่าจะสรุปว่า ลูกมีปัญหา หรือคิดว่าลูกผิดปกติเมื่อเปรียบเทียบกับลูกของคนอื่นๆ

ถึงกระนั้น จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น บอกต่อว่า คงต้องพิจารณากันจริงๆ ว่า เด็กที่เข้าสู่วัยรุ่นแล้วยังเชื่อฟังทำตามที่พ่อแม่บอกทุกอย่างนั้น เป็นเด็กที่ปกติดีจริงๆ หรือเป็นเด็กที่มีปัญหาบางอย่างแอบแฝงอยู่ เช่น เด็กไม่ไ่คิด เพราะพ่อแม่คิดให้ ตัดสินใจให้หมดทุกอย่าง หรือเด็กคิดแต่ไม่กล้าบอก เพราะกลัวว่าบอกไปแล้วพ่อแม่ก็ไม่ฟังจึงต้องเก็บกดเอาไว้หรือแอบทำโดยไม่ให้พ่อแม่รู้ ซึ่งลักษณะดังกล่าวเป็นสิ่งที่บ่งชี้ว่า เด็กไม่ได้มีการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริง

ในทางตรงกันข้าม เด็กวัยรุ่นที่มีความคิดเห็นขัดแย้งกับพ่อแม่ มีการโต้เถียง ต่อต้านคำสั่งของแม่ บ้างถือเป็นเรื่องปกติที่แสดงถึงการพัฒนาทางความคิดและความเป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริงเพื่อเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต หากพ่อแม่เข้าใจพัฒนาการของลูกวัยนี้ ก็จะไม่เกิดคำถามอย่างเช่นที่ยกตัวอย่างในตอนต้น เพราะคำถามดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า พ่อแม่มองมีความคิด และความคาดหวังที่ไม่ตรงกับความเป็น

จริง และความคิดดังกล่าวอาจจะส่งผลให้พ่อแม่เกิดความผิดหวัง เสียใจ โกรธที่ลูกไม่เป็นอย่างที่ต้องการ ตามมาด้วยคำพูดและการกระทำในทางลบกับลูก ซึ่งเป็นการผลักลูกให้ออกห่างจากพ่อแม่ (ที่รักลูกด้วยใจจริง) และเปิดโอกาสให้บางสิ่งหรือบางคน (ที่ไม่รู้ว่าดีหรือร้าย) เข้ามาใกล้ชิดและมีอิทธิพลกับลูกแทน

"วัยรุ่นยังเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ได้ง่าย เนื่องจากต้องเผชิญและปรับตัวกับหลาย สิ่งทั้งสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไป การเรียนที่หนักขึ้น การเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน ฯลฯ อย่างไรก็ตามใน กรณีที่พ่อแม่พบว่าลูกมีอารมณ์แปรปรวนมากจนถึงระดับที่ไม่สามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติ ก็น่าสงสัยว่ามีโรค บางอย่างร่วมด้วยหรือไม่ เช่น บางช่วงลูกมีอารมณ์เบื่อหน่ายซึมเศร้า ไม่อยากทำอะไร แต่บางช่วงกลับ ครึกครื้นมั่นใจ อยากทำหลายอย่าง โดยอาการเหล่านี้รุนแรงมากจนส่งผลกระทบต่อการศึกษา และก่อให้เกิด ความเดือดร้อนต่อคนรอบข้าง อาจเข้าข่ายของการเป็นโรคอารมณ์สองขั้ว" จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นกล่าว

เทคนิค ๓ สร้าง แนวทางพิชิตใจลูกวัยรุ่น

สำหรับแนวทางในการเลี้ยงดูลูกในช่วงวัยรุ่นนั้น แพทย์หญิงอังคณา แนะนำว่าควรใช้หลัก ๓ สร้าง ในการเชื่อมร้อยใจระหว่างลูกกับพ่อแม่ ในการเลี้ยงดูลูกในแต่ละวัน ดังนี้

สร้างที่ ๑ สร้างความสัมพันธ์ที่ตีบนพื้นฐานของความเคารพนับถือในตัวตนของลูก โดยพ่อแม่ต้อง หมั่นใช้ ๓ “ส” คือ สนุกสนาน สนับสนุน แสดงความรัก

- หากกิจกรรมที่สามารถทำร่วมกับลูกแล้วเกิดความสุขสนุกสนานด้วยกัน หัดหัวเราะให้กับความ ผิดพลาดทั้งของลูกและของตนเอง เพื่อสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย และช่วยดึงเราให้จดจ่อกับปัญหาน้อยลง

- สนับสนุนลูกอยู่เสมอ แม้ลูกจะผิดพลาดล้มเหลว พ่อแม่ต้องไม่ตอกย้ำข้อเสียของลูก แต่ให้ ความสำคัญและส่งเสริมข้อดีในตัวลูก เชื้อมั่นในตัวลูก ให้ลูกมั่นใจว่าลูกเป็นที่รัก เป็นที่ยอมรับของพ่อแม่เสมอ และลูกมีความสามารถเพียงพอที่จะทำสิ่งต่างๆได้

- แม้ลูกจะโตเป็นวัยรุ่นแล้ว ลูกก็ยังต้องการความรักจากพ่อแม่เสมอ เด็กแต่ละคนต้องการ ความรักในรูปแบบที่ต่างกัน บางคนต้องการการสัมผัส บางคนต้องการคำพูด หรือบางคนอาจต้องการของขวัญ การแสดงความรักในแบบที่ลูกต้องการจะช่วยให้ลูกสัมผัสความรักนั้นได้มากกว่าการรักลูกเพียงในใจ

สร้างที่ ๒ สร้างทักษะในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพโดยการคิด -> ฟัง -> พูด

- เวลาพ่อแม่เห็นพฤติกรรมบางอย่างของลูกที่เราไม่ชอบ อย่าเพิ่งรีบตัดสินหรือใช้อารมณ์กับลูก ให้เราคิดก่อนทุกครั้งว่าลูกคงมีเหตุผลบางอย่าง และที่เราไม่ชอบก็เพราะเรามีเหตุผลบางอย่างเช่นกัน การคิด จะช่วยให้เรามีสติ ควบคุมอารมณ์ตัวเองได้ดีขึ้น ช่วยให้เรามีความพร้อมที่จะฟังและพูดกับลูกได้ดีขึ้น

- เมื่ออารมณ์สงบแล้ว ให้เราฟังลูกพูดก่อน อย่าเพิ่งรีบพูดเสียเอง การฟังเพื่อให้เข้าใจลูก ไม่ใช่ เพียงแค่ฟังเรื่องราวที่ลูกเล่าเท่านั้น แต่ต้องฟังลงไปถึงความรู้สึกดีๆของลูกและสะท้อนความรู้สึกของลูก ออกมา

- การพูดกับลูกวัยรุ่นต้องระวังที่จะไม่เป็นการตำหนิหรือดูถูกลูก อาจเริ่มต้นประโยคด้วยความรู้สึกและความคิดของเราเอง เช่น "แม่ไม่สบายใจเลยที่ลูกกลับดึก เพราะแม่หวังว่าจะเกิดอันตรายขึ้นกับลูก"

สร้างที่ ๓ สร้างโอกาสที่ลูกจะได้เรียนรู้การเป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริง

- สร้างบรรยากาศแบบประชาธิปไตยในบ้าน โดยจัดการประชุมในครอบครัวขึ้นอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ลูกมีโอกาสเสนอความคิดเห็นอย่างเต็มที่ โดยที่พ่อแม่พร้อมจะฟัง

- เมื่อเกิดปัญหาขึ้น ควรร่วมกันวิเคราะห์หาสาเหตุทั้งจากตัวลูกและตัวพ่อแม่ด้วย ช่วยกันเสนอทางเลือกต่างๆ ในการแก้ปัญหา วิเคราะห์ผลดีผลเสียที่อาจตามมาจากทางเลือกนั้นๆ หรือหากเป็นการทำข้อตกลง ก็ควรมีการระบุถึงผลที่จะตามมาอย่างชัดเจนหากลูกไม่ปฏิบัติตาม

- ลงมือทำในสิ่งที่ตกลงร่วมกัน และยอมให้ลูกรับผิดชอบกับผลที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง เพื่อให้ลูกจะได้เรียนรู้อย่างแท้จริง

สำหรับพ่อแม่ที่มีลูกวัยรุ่น จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น ฝากทิ้งท้ายว่า แค่ความรัก อาจไม่เพียงพอ ยังต้องมีความเชื่อว่า ลูกพร้อมที่จะดีด้วย เพราะยากที่วัยรุ่นจะเชื่อว่าตนเป็นคนดีและทำสิ่งดีๆ ได้ หากพ่อแม่ยังไม่เชื่อว่าเขาเป็นอย่างนั้น และหากวันนี้ลูกทำสิ่งที่ผิด ก็ไม่ได้หมายความว่าลูกจะผิดไปตลอดทั้งชีวิต สิ่งที่พ่อแม่ต้องมีคือความอดทนและการให้อภัย แม้การดูแลลูกวัยรุ่นจะต้องใช้พลังมากมายที่มีอยู่ในตัวพ่อแม่ ทั้งพลังความรัก พลังความเชื่อมั่น และพลังความหวังที่มีต่อลูก แต่ก็เป็สิ่งที่น่าชื่นใจและคุ้มค่าที่ลูกเราจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต

๒. กิจกรรมครอบครัว

๑. กิจกรรมโลกแตก

กิจกรรมการวางแผนและการแก้ไขปัญหา : ทำอย่างไรดี

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อพัฒนาทักษะในการแก้ไขปัญหาและการตัดสินใจ
๒. ชี้ให้เห็นอุปสรรคในการตัดสินใจ

ขนาดของกลุ่ม

กลุ่มละ ๒-๓ ครอบครัว

ระยะเวลาที่ใช้

๓๐ นาที

อุปกรณ์

- กระดาษ

- ปากกา/ดินสอ

องค์ประกอบการเรียนรู้

ขั้นตอนการทำกิจกรรม

ขั้นสะท้อนความรู้สึกรู้สึก

๑. ให้แต่ละครอบครัวพูดถึงเหตุการณ์จำเป็นที่ต้องตัดสินใจและวิธีการตัดสินใจ

ประสบการณ์

๒. แบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ ๓ ครอบครัว

ขั้นจัดระบบความคิด

๓. ผู้นำกลุ่มอ่านโจทย์เรื่อง จะทำอย่างไรให้แต่ละกลุ่มฟัง ตามใบงาน

สะท้อนความคิด/อภิปราย๔.ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดตัดสินใจแก้ไขปัญหามาจากโจทย์ที่กำหนดไว้

๕.ให้แต่ละกลุ่มหารือกันและตัดสินใจพร้อมทั้งชี้แจงเหตุผลที่

เลือกและ

ปัญหา/อุปสรรคในการคิดหรือการทำงาน

ความคิดรวบยอด

๖.ผู้นำกลุ่มสรุปกิจกรรมตามใบความรู้

ประยุกต์แนวคิด

๗.ให้ผู้ปกครองและเยาวชนช่วยกันคิดวางแผนการในการใช้ชีวิตในขณะ

อยู่

แรกรับและการแก้ไขปัญหาคิดที่จะเกิดขึ้น

ใบความรู้	กิจกรรม : ทำอย่างไรดี
ในการการดำเนินชีวิตของคนเรานั้นมีอุปสรรคมากมาย การมีสติในการใช้ความคิด ประกอบกับการใช้เหตุผลอย่างเหมาะสม ก็จะทำให้เราฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ ไปได้ด้วยดี แต่ในบางครั้งปัญหานั้นอาจเป็นปัญหาใหญ่ที่จะทำให้เราต้องสูญเสียทุกอย่าง หากเราไม่รู้จักวิธีวางแผนและการใช้เหตุผลที่เหมาะสมในการตัดสินใจ การตัดสินใจดังกล่าวอาจนำมาซึ่งความสูญเสียที่จะทำให้เราต้องเสียใจไปตลอดชีวิต	

ใบงานทำอย่างไรดี

ในป่าแห่งหนึ่ง มีคน เสือ วัว ผัก ซึ่งเกิดไฟไหม้ป่าทำให้ต้องอพยพข้ามฝั่งซึ่งมีแม่น้ำลึกกั้นกลางมีเรืออยู่ ๑ ลำ บรรทุกของได้ไม่เกิน ๑ สิ่ง โดยมีคนจะต้องเป็นผู้พาไปกับเรือทุกเที่ยว

เงื่อนไข

เสืออยู่กับวัว เสือจะกินวัว วัวอยู่กับผัก วัวจะกินผัก จะทำอย่างไรจึงจะพาข้ามฝั่งไปได้ทั้งหมดในเวลาอันรวดเร็ว

คำตอบทำอย่างไรดี

คนพาวัวไปก่อน โดยทิ้งเสือไว้กับผักเพราะเสือไม่กินผัก จากนั้น คนกลับมาพาเสือไป อีกฝั่งหนึ่งโดยเอาวัวกลับ และคนพาผักไปทิ้งจากนั้นคนมารับวัวไป ก็จะทำให้ข้ามฝั่งได้โดยปลอดภัย

๒. กิจกรรมทักษะการสื่อสารที่ดี

กิจกรรมการสื่อสาร : อวยกฟังอีก

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อเพิ่มทักษะให้กับผู้ปกครองและเยาวชนในการฟังและพูด
2. เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้ครอบครัว

ขนาดของกลุ่ม

กลุ่มละ ๑ ครอบครัว

ระยะเวลาที่ใช้

๔๐ นาที

อุปกรณ์

-นกหวีด

องค์ประกอบการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

ขั้นสร้างความรู้สึก

๑. ผู้นำกลุ่มให้แต่ละครอบครัวนั่งหันหน้าเข้าหากัน

ประสบการณ์

๒. ผู้นำกลุ่มให้ผู้ปกครองและเยาวชนพูดเรื่องอะไรก็ได้ที่อยากพูดโดยไม่ให้หยุดพูด จนกว่าผู้นำกลุ่มจะให้สัญญาณจึงหยุดพูดได้

ขั้นจัดระบบความคิด

๓. จากนั้นให้ผู้ปกครองเป็นฝ่ายพูดก่อน โดยให้เล่าเรื่องเกี่ยวกับ

สะท้อนความคิด/

“ สิ่งประทับใจในตัวเยาวชนหรือความภูมิใจในตัวเยาวชน ”

อภิปราย

ใช้เวลา ๕ นาที โดยเยาวชนเป็นฝ่ายรับฟังเพียงผู้เดียว ไม่ให้พูด

โต้ตอบ

๔. จากนั้นให้เยาวชนฝ่ายเล่าเรื่องที่ผู้ปกครองพูดทั้งหมดให้ผู้ปกครองฟังและให้ผู้ปกครองเสริมในประเด็นที่เยาวชนพูดตกหล่นไป

๕. ให้เยาวชนเป็นฝ่ายพูดและผู้ปกครองเป็นฝ่ายฟัง โดยให้เยาวชนพูดในเรื่อง “ ความประทับใจในตัวผู้ปกครอง ” ใช้เวลา ๕ นาที เมื่อเยาวชนพูดจนแล้วให้ ผู้ปกครองฝ่ายเล่าเรื่องที่เยาวชนพูดทั้งหมดให้เยาวชนฟัง และให้ให้เยาวชนเสริมในประเด็นที่ผู้ปกครองพูดตกหล่นไป

๖. ผู้นำกลุ่มสุ่มตัวอย่างครอบครัว ให้พูดถึงความรู้สึกในขณะที่มีบทบาทเป็นผู้พูดและในขณะที่มีบทบาทเป็นผู้ฟัง ว่ารู้สึกอย่างไร

ความคิดรวบยอด/

๗. ผู้นำกลุ่มสรุปกิจกรรมตามใบตามความรู้

ประยุกต์แนวคิด

๘. ให้แต่ละครอบครัวได้แสดงความคิดว่าการสื่อสารภายในครอบครัวควรเป็นอย่างไร

ใบความรู้ : กิจกรรม : อายากฟังอีก

บางครั้งคนเรามักมองข้ามความรู้สึกที่ดีๆ ที่เรามีต่อกัน อาจเป็นเพราะมีเรื่องอื่นให้คิดให้ทำหรือมัวมองหาแต่จุดบกพร่องของคนอื่น หากเรามองในมุมมองที่ดี ที่มีต่อกัน และใช้คำพูดที่ดีเป็นกำลังใจให้กันและกัน บางครั้งอาจจะช่วยลดปัญหาที่มีอยู่ ทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน สร้างความรู้สึกที่ดีในการอยู่ร่วมกัน

กิจกรรมเมื่อใจไม่ตรงกัน

จุดประสงค์การเรียนรู้

3. เพื่อเพิ่มทักษะให้กับผู้ปกครองและเยาวชนในการใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์
4. เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้ครอบครัว

ขนาดของกลุ่ม

กลุ่มละ ๑-๓ ครอบครัว

ระยะเวลาที่ใช้

๔๐ นาที

อุปกรณ์

-กระดาษ A๔ -ปากกาเมจิก

องค์ประกอบการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

ขั้นสร้างความรู้สึก

๑. ผู้นำกลุ่มให้แต่ละครอบครัวนั่งเป็นวงกลม

ประสบการณ์

๒. ผู้นำกลุ่มให้ผู้ปกครองและเยาวชนพูดเรื่องถึงสิ่งที่เคยรู้สึกไม่พอใจใครๆ ทำให้เรารู้สึกไม่ดี หรือเหตุการณ์ที่ทำให้เราไม่พอใจโดยแลกเปลี่ยนกัน

ขั้นจัดระบบความคิด

๓. จากนั้นให้ฝ่ายผู้ปกครองพูดก่อน โดยให้เล่าเรื่องเกี่ยวกับ

สะท้อนความคิด/

“ สิ่งที่ยาวจนเคยทำให้รู้สึกไม่พอใจ ” ใช้เวลา ๑๐ นาที

อภิปราย จากนั้นให้ฝ่ายเยาวชนเป็นฝ่ายพูดถึงสิ่งที่ผู้ปกครองเคยทำให้รู้สึกไม่พอใจ

๔. จากนั้นให้ผู้ปกครองและเยาวชนช่วยกันหาสิ่งที่เป็นปัญหาระหว่างกันและช่วยกันคิดหาทางแก้ไขหากเกิดเหตุการณ์ในลักษณะนั้นอีกหรือเมื่อเกิดเหตุไม่พอใจระหว่างกันจะอย่างไร

๕. ให้ฝ่ายผู้ปกครองออกเล่าเหตุการณ์และแนวทางการแก้ไขของแต่ละกลุ่มจนครบทุกกลุ่ม

ความคิดรวบยอด/

๗. ผู้นำกลุ่มสรุปกิจกรรมตามใบความรู้

ประยุกต์แนวคิด

๘. ให้แต่ละครอบครัวได้แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมหรือยกตัวอย่างครอบครัวที่มีวิธีการแก้ไขปัญหาที่ดี

ใบความรู้ : กิจกรรม : เมื่อใจไม่ตรงกัน

ในบางครั้งคนเราไม่สามารถทำอะไรมาตามที่ใจปรารถนาทุกเรื่อง เมื่อสิ่งที่คาดหวังหรือสิ่งที่ประสงค์ไม่เป็นไปตามที่ใจต้องการได้ เราจะต้องกลับมาทบทวนว่าสิ่งที่ต้องการนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญหรือจำเป็นมากน้อยแค่ไหน หากเป็นสิ่งมีความสำคัญและจำเป็นมากเราจะต้องหาแนวทางทางออกที่สามารถทำได้ แต่ถ้าหากไม่สามารถจัดการได้ เราจะต้องพูดคุยกันเพื่อช่วยกันหาทางออกที่เหมาะสมที่สุด การพูดคุยและหาแนวทางร่วมกันอาจได้ทางออกที่ดีกว่าที่จะเหมาะสมกว่าก็ได้