



รายงานการอบรม

โครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้วยความรู้ฐานราก 3 มิติ
(ทักษะสมอง EF –Executive Function,
ตัวตน (Self) และพัฒนาการ 4 ด้าน) เพื่อเสริมสร้าง
ภูมิคุ้มกันยาเสพติด

รุ่นที่ 2 กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น

ระหว่างวันที่ 30 มกราคม – 2 กุมภาพันธ์ 2567

ณ โรงแรมบ้านไทย บูทีค เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร



นายอภิรักษ์ นาคฤทธิ์

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
โรงเรียนเทศบาล ๘ อนุบาลฝันที่เป็นจริง)

โรงเรียนเทศบาล ๘ อนุบาลฝันที่เป็นจริง)

สำนักการศึกษา เทศบาลนครตรัง



รายงานสรุปผลการเข้ารับการอบรม

ข้าพเจ้า นายอภิรักษ์ นาคฤทธิ์ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาเชี่ยวชาญ สังกัด โรงเรียนเทศบาล ๘ (อนุบาลพื้นที่เป็นจริง) เทศบาลนครตรัง จังหวัดตรัง

ได้เข้ารับการฝึกอบรม หลักสูตร โครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้วยความรู้ฐานราก ๓ มิติ (ทักษะสมอง EF - Executive Function, ตัวตน (Self) และพัฒนาการ ๔ ด้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด รุ่นที่ ๒ จัดโดย กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น ระหว่างวันที่ ๓๐ - ๓๑ มกราคม - ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ เป็นเวลารวมทั้งสิ้น ๔ วัน (๒๑ ชั่วโมง)

สถานที่อบรม ณ โรงแรมบ้านไทย บูทีค เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร

จัดโดย กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่นร่วมกับสถาบันรักลูกเลิร์นนิ่งกรุ๊ป

คำสั่ง เทศบาลนครตรัง ๑๙๔๘/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๑๕ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๖

บัดนี้การเข้ารับการฝึกอบรมหลักสูตรดังกล่าวได้เสร็จสิ้นแล้ว จึงขอรายงานสรุปผลการฝึกอบรม ดังนี้

๑. มาตรฐานสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยแห่งชาติ

มาตรฐานด้านที่ ๒ : ครูผู้ดูแลเด็กให้การดูแล และจัดประสบการณ์การเรียนรู้และการเล่นเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย

ตัวบ่งชี้ที่ ๒.๑ การดูแลและพัฒนาเด็กอย่างรอบด้าน

ตัวบ่งชี้ที่ ๒.๓ การส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา ภาษาและการสื่อสาร

ตัวบ่งชี้ที่ ๒.๔ การส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ - สังคม ปลูกฝังคุณธรรมและความเป็น

พลเมืองดี

ตัวบ่งชี้ที่ ๒.๕ การส่งเสริมเด็กในระยะเปลี่ยนผ่านให้ปรับตัวสู่การเชื่อมต่อในชั้นถัดไป

มาตรฐานด้านที่ ๓ : คุณภาพของเด็กปฐมวัย

ตัวบ่งชี้ที่ ๓.๑ เด็กมีการเจริญเติบโตสมวัย

ตัวบ่งชี้ที่ ๓.๒ เด็กมีพัฒนาการสมวัย

ตัวบ่งชี้ที่ ๓.๓ เด็กมีพัฒนาการด้านด้านสังคม คุณธรรม มีวินัยและความเป็นพลเมืองดี

๒. พิธีเปิดการฝึกอบรมโดย

ไม่มีพิธีเปิดการอบรม

๓. วิทยากรการฝึกอบรม



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปนัดดา อนเศรษฐกร



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิริยาภรณ์ อุดมระติ

๔. สรุปสาระสำคัญที่ได้จากการฝึกอบรม

นโยบายและแผนระดับชาติว่าด้วยการพัฒนาครอบครัวในการสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดในเด็ก
ปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗

๑. ปัญหายาเสพติด : ปฏิสัมพันธ์ระหว่างคน ตัวยา และสิ่งแวดล้อม
- คน ขาดความรู้เท่าทัน อยากรู้อยากลอง เลียนแบบ ค่านิยม ครอบครัว ขาดการดูแลรักษา เยียวยา ไร้
ที่พึ่ง ฯลฯ

แนวทางแก้ไข การป้องกันยาเสพติด การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพ
- ยา ได้แก่ ยาเสพติดผิดกฎหมาย สารเสพติดถูกกฎหมาย ยารักษาโรค บุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า แอลกอฮอล์
แนวทางแก้ไข ปรามปรามยาเสพติด การพัฒนาทางเลือก การบังคับใช้กฎหมาย แสวงหาทางเลือก
ทดแทนตัวยา

- สิ่งแวดล้อม ได้แก่ หมู่บ้าน/ชุมชน สถานบันเทิง โซเชียลมีเดีย ขาดพื้นที่เชิงบวก ขาดพื้นที่รักษา
เยียวยา

แนวทางแก้ไข การพัฒนาสิ่งแวดล้อม ลด/ควบคุมปัจจัยเสี่ยง เพิ่มปัจจัยบวก

๒. ยาเสพติดที่แพร่ระบาดในปัจจุบัน

- ยาบ้า ร้อยละ ๗๙.๔๓
- ยาไอซ์ ร้อยละ ๕.๗๑
- เฮโรอีน ร้อยละ ๔.๗๗

๓. การใช้ยารักษาโรคในทางที่ผิด

- ยาแก้ปวด ประเภทกลุ่มสารฝิ่น ได้แก่ ทรามาดอล เมทาโดน โคเคอิน
- ยากล่อมประสาท ยานอนหลับ ได้แก่ ไดอาซีแพม อัลปราโซแลม มิดาโซแลม
- ยากระตุ้นประสาท ได้แก่ เฟนเจอมีน เฟนฟลูรามีน ไดมินอค
- ยาทางการแพทย์อื่น ๆ ได้แก่ โพรเมทาทซีน ไฮดรอกซีซีน โปรโคดีล

๔. สถานการณ์ภาพรวมปี ๒๕๖๖

- สารเสพติดที่ถูกกฎหมายแพร่ระบาดคือ กัญชา ส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มนักเรียน นักศึกษา และอายุต่ำกว่า ๒๕ ปี

- ยาเสพติดที่แพร่ระบาดคือ ยาบ้า
- ยาเสพติดที่เฝ้าระวังคือ เฮโรอีน/ยาในกลุ่ม MDMA/คีตามีน
- ผู้เข้ารับการบำบัดรักษาส่วนใหญ่อายุ ๒๕ - ๒๙ ปี
- ผู้ใช้ยาครั้งแรกส่วนใหญ่อายุ ๑๕ - ๑๙ ปี
- การใช้ยาเสพติด/สารเสพติดแบบผสมผสาน

- การลักลอบจำหน่ายยาเสพติดผ่านสื่อสังคมออนไลน์
- การใช้ยาโรค/กระท่อม ในทางที่ผิด
- พบสัดส่วนคนเข้าบำบัด “เฮโรอีน” เพิ่มขึ้น

๕. กรอบมาตรการป้องกันยาเสพติด ภายใต้นโยบายและแผนระดับชาติว่าด้วยการป้องกัน

ปราบปราม และแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ.๒๕๖๖ – ๒๕๗๐

- การป้องกันยาเสพติดในกลุ่มประชากร ได้แก่ เด็กและเยาวชน แรงงาน กลุ่มเสี่ยง ประชากรทั่วไป
- การป้องกันยาเสพติดพื้นที่หมู่บ้าน/พื้นที่ทางดิจิทัล ได้แก่ หมู่บ้าน/ชุมชน สังคม พื้นที่ทางดิจิทัล

๖. มาตรการป้องกันยาเสพติด

- เป้าหมาย : ประชากรทุกกลุ่มเป้าหมายรู้เท่าทันและมีความปลอดภัยจากยาเสพติด
- ตัวชี้วัดระดับเป้าหมาย : สัดส่วนผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ไม่เกินร้อยละ ๙.๕ ต่อประชากร ๑,๐๐๐

คน

- ตัวชี้วัดระดับแนวทาง : ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจ และสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด , ร้อยละ ๙๒ ของพื้นที่แพร่ระบาดเป้าหมาย ได้รับการป้องกันปัญหายาเสพติดอย่างครบถ้วน

๗. จุดเน้นการดำเนินงาน

- ป้องกันยาเสพติดในเด็กและเยาวชน ทุกช่วงวัย ต่อเนื่อง ปฐมวัย - อุดม
- ให้ความรู้ยาเสพติดผ่านหลักสูตรการเรียนการสอน ควบคู่กิจกรรมทางเลือกเชิงสร้างสรรค์
- ส่งเสริมระบบ กลไกการดูแล ช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา และเฝ้าระวังในสถานศึกษาอย่างต่อเนื่อง
- พัฒนาศักยภาพเครือข่ายเยาวชน สร้างความร่วมมืออย่างหลากหลาย
- เสริมสร้างความร่วมมือผู้ประกอบการ/เครือข่ายแรงงาน ในระบบ/นอกระบบ และส่งเสริมการให้

โอกาสในการทำงาน

- กลุ่มเสี่ยงเข้าสู่วัยแรงงาน เน้นส่งเสริมทักษะทางอาชีพ โดยกลไกหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
 - ให้ความรู้ครอบครัวด้วยสื่อที่เหมาะสม และส่งเสริมกลไกการทำงานในระดับพื้นที่
 - สร้างการรับรู้ ทัศนคติ ประชาสัมพันธ์ เผยแพร่สื่อ ด้วยเนื้อหาเพื่อการป้องกัน ให้รู้เท่าทันยาเสพติด
- ทั้งการเสพและค้า ผ่านสื่อบุคคล หรือสื่อที่ทันสมัยด้วยรูปแบบต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

- กำกับ ติดตาม ประเมินผล

๘. จุดเน้นการดำเนินนโยบายการป้องกันยาเสพติดในสถานศึกษาของประเทศไทย

- นำความรู้ยาเสพติดและทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันยาเสพติดไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอน ในสถานศึกษาตั้งแต่ระดับ และเชื่อมโยงเนื้อหาอย่างเป็นระบบต่อเนื่องทุกช่วงวัย ตั้งแต่ระดับปฐมวัย - อุดมศึกษา

- ส่งเสริมกิจกรรมนอกหลักสูตร กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ ตามความสนใจของผู้เรียน

- จัดการระบบในโรงเรียนให้มีความเข้มแข็งและปลอดภัยจากยาเสพติด ได้แก่ การป้องกัน การค้นหา (ให้โอกาส) การเฝ้าระวัง และการบริหารจัดการ โดยสถานศึกษาดำเนินการอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

๙. เป้าหมายการเสริมภูมิคุ้มกันและป้องกันยาเสพติดด้วยองค์ความรู้ EF

- วางรากฐานสร้างภูมิคุ้มกันชีวิตระยะยาวในเด็กปฐมวัย ผ่านกลไกโรงเรียน และ ศพด.
- ครอบครัwmองค้ความรู้ EF เพื่อเสริมภูมิคุ้มกันและป้องกันยาเสพติดให้แก่บุตรหลานในครอบครัwm
- กลุ่มวัยแรงงาน/หมู่บ้าน ชุมชน มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับ EF
- มอองค้ความรู้/สื่อที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

๑๐. แนวทางการส่งเสริม EF ในสถานศึกษา และ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก
- ครูนำ EF บูรณาการไว้ในแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ตามบริบทและความเหมาะสม
 - กิจกรรมในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียนของครู ล้วนให้โอกาสเด็กได้ส่งเสริม EF ทั้งสิ้น
 - ครูประยุกต์ใช้องค์ความรู้ EF ไปกับสื่อการเรียนการสอนรอบตัว และสามารถสร้างสรรค์สื่อนวัตกรรมที่เหมาะสมกับบริบท
 - การส่งเสริม EF ไม่ได้ป้องกันปัญหาเสพติดเพียงด้านเดียว แต่หมายถึงการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงแบบองค์รวมทุกมิติ
 - ต่อยอด บอกต่อ EF ไปยังพ่อแม่ ผู้ปกครองของเด็ก ช่วยกันฝึกกำลังส่งเสริม EF ให้กับเด็ก ต่อเนื่องทั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน
 - ติดตาม ประเมินผลต่อเนื่อง เป็นระยะ

ความรู้เกี่ยวกับ EF , Self , พัฒนาการ

“ปฐมวัย” ฐานรากของชีวิต ฐานรากของพัฒนาการและการเรียนรู้ที่มั่นคงแข็งแรงเริ่มต้นที่ปฐมวัย การวางรากฐานที่มั่นคงส่งผลต่อการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในวันข้างหน้า

๑. ปัญหาการพัฒนาลูกไทย
 - ผล O – Net ทุกระดับต่ำกว่า ร้อยละ ๕๐ ต่อเนื่อง
 - ผล PISA ๒๐๒๓ คะแนนคณิตฯ วิทยาศาสตร์ การอ่าน ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยและต่ำลงกว่าทุกปี
 - ปี ๒๕๖๑ เด็กไทยรับมือกับ fake news ได้เป็นอันดับ ๗๖ จาก ๗๗ ประเทศทั่วโลก
 - ปี ๒๕๖๓ – ๒๕๖๔ วัยต่ำกว่า ๒๐ ปี ๑๘๓,๙๗๔ คน ร้อยละ ๒๘ มีภาวะเครียดสูง ร้อยละ ๓๒ เสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า ร้อยละ ๒๒ เสี่ยงฆ่าตัวตาย
 - ร้อยละ ๑๘ ของวัย ๑๐ – ๑๙ ปี เป็นโรคซึมเศร้า และมีความเสี่ยงอีก ร้อยละ ๔๔ ถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลืออาจฆ่าตัวตาย ทำร้ายคนอื่น ตักยอก
 - วัยรุ่นหญิงตั้งครรภ์ ๑.๕ แสนคน ทำแท้ง ๓ แสนคนต่อปี
 - ๑๕ – ๑๙ ปี ติดยาเสพติด ๒.๗ ล้านคน เพียง ๓ แสนคนเข้ารับการบำบัด
 - ร้อยละ ๒๘ วัย ๖ – ๑๒ ปี มี IQ ต่ำกว่า ร้อยละ ๒๖ EQ ต่ำกว่าเกณฑ์
 - ๑ ใน ๔ ของวัยเด็ก ๐ – ๕ ปี มีพัฒนาการล่าช้า
๒. ฐานรากของปัญหา ๑ ใน ๓ ไม่สามารถพัฒนาเป็นพลเมืองคุณภาพได้ เด็กไทยส่วนใหญ่ขาดสมรรถนะในการคิดวิเคราะห์ และกำกับตนเอง
 - ครอบครัวอ่อนแอ ได้แก่ หย่าร้าง แหว่งกลาง ค่านิยมผิดในการเลี้ยงลูก ขาดความรู้ทักษะ ใช้มือถือเลี้ยงลูก
 - การศึกษา รับค่านิยมผิด มุ่งตัวชี้วัด แข่งขัน เด็กขาดความสุข ไม่สอดคล้องกับสมอง ครูไม่เข้าใจ
 - ชุมชน สังคม ขาดความรู้ความตระหนัก ความสำคัญของปฐมวัย เทคโนโลยีกระทบปฐมวัย
๓. พายุที่ซัดกระหน่ำไม่มีวันหยุด ‘Never ending storms’ คนที่อยู่ได้จะต้องแข็งแรง ต้องฮีตสู้ ล้มแล้วลุกได้ จิตใจหนักแน่น สมุด EQ ดี เรียนรู้ตลอดชีวิต เปลี่ยนตัวเองได้ครั้งแล้วครั้งเล่า

๔. ตารางแสดงพัฒนาการของมนุษย์ทั้ง ๔ ด้าน ตั้งแต่ในครรภ์ - ๖ ปี

พัฒนาการ	ใน ครรภ์	๐-๑ ปี	๑-๒ ปี	๒-๓ ปี	๓-๔ ปี	๔-๕ ปี	๕-๖ ปี
พัฒนาการด้านร่างกาย							
การพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่							
การพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก							
พัฒนาการด้านอารมณ์จิตใจ							
การควบคุมอารมณ์							
พัฒนาการด้านสังคม							
ความผูกพันไว้ใจ							
ความเป็นตัวของตัวเอง							
ความร่วมมือ							
พัฒนาการด้านสติปัญญา							
ทักษะสมอง EF							
คำศัพท์							
ภาษา							
ตรรกะและคณิตศาสตร์							

๕. EF เกี่ยวข้องกับความสำเร็จของชีวิตอย่างไร

- ทำให้เรามีความคิดยืดหยุ่น ปรับความคิดและพฤติกรรมได้ เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้
- ทำให้เราไม่ผัดขี้ ทบทวนสิ่งที่ทำผิดไปแล้วนำมาปรับปรุงให้ดีขึ้นได้
- ช่วยยับยั้งควบคุมอารมณ์ และกำกับพฤติกรรมให้แสดงออกอย่างเหมาะสม เป็นที่ยอมรับของสังคม
- คาดการณ์ผลที่จะตามมาได้ รู้จักเลือกสิ่งที่ดี - ไม่ดี คิดหน้าคิดหลัง ไม่ทำในสิ่งที่ทำให้เสียใจภายหลัง
- ช่วยให้ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค รู้จักเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นโอกาส ล้มแล้วลุกได้

๖. แผนภูมิความรู้ฐานราก ๓ มิติ ในการพัฒนาเด็ก

ความรู้ฐานรากในการพัฒนาเด็ก Knowledge Foundation for Child Development

พัฒนาการรอบด้าน

- ร่างกาย แข็งแรง คล่องแคล่ว
- อารมณ์จิตใจ เบิกบาน มั่นคง
- สังคม เข้ากับคนได้
- สติปัญญา เข้าใจและใช้ภาษา
- ดี รักเรียนรู้ จดจำ



ทักษะสมอง EF ๙ ด้าน

- จัดจำประสบการณ์ นำมาใช้ได้
- ยับยั้งใจ คิดก่อนทำ
- ยืดหยุ่นเป็น ปรับตัวง่าย
- จดจำ มีสมาธิ
- ควบคุมอารมณ์ได้
- รู้จักประเมินตนเอง
- ริเริ่ม ลงมือทำ
- ตั้งเป้า วางแผน
- มุ่งเป้าหมายให้สำเร็จ

พัฒนาการด้านตัวตน

- รู้จักตนเอง
- เห็นคุณค่าในตัวเอง
- กำกับควบคุมตนเองได้

๗. ธรรมชาติของพัฒนาการ

- พัฒนาการเป็นการเปลี่ยนแปลงไปตามลำดับขั้นอย่างเป็นระเบียบแบบแผน
- พัฒนาการแต่ละขั้น มีช่วงเวลาที่เหมาะสม หากไม่ได้พัฒนาจะย้อนกลับมาทำไม่ได้ หรือ ได้ยากมาก
- พัฒนาการแต่ละขั้นมีหน้าที่เฉพาะของวัย ขั้นแรกมีผลกระทบต่อด้านต่อไป

๘. พัฒนาการตามธรรมชาติของเด็ก

- ๒ ขวบ ชอบปฏิเสธ .. ไม่ ..
- ๓ ขวบ แย่งของเล่นกันแล้วอาละวาด
- ๔ ขวบ ดื้อ ไม่ฟัง
- ๕ ขวบ ผิน ทำเองให้ได้ ไม่ยอมให้ช่วย
- ๖ ขวบ ชอบเล่นแฉ่ง ๆ ไม่คิดถึงความปลอดภัย

๙. การสร้างตัวตน ๓ ขั้นตอน

- ขั้นที่ ๑ สร้างแม่ที่มีอยู่จริง ๖ เดือนแรกเมื่อมีคนที่เราเชื่อใจเด็กตอบสนองได้ทุกอย่างที่เด็กต้องการจะเกิดการสร้างแม่ที่มีอยู่จริง (อาจเป็นแม่ผู้ให้กำเนิด หรือผู้ที่เลี้ยงดูใกล้ชิด)
- ขั้นที่ ๒ สร้างสายสัมพันธ์มีความรักความผูกพันกับผู้เลี้ยงดู ใกล้ชิด
- ขั้นที่ ๓ สร้างตัวตน - Self

๑๐. แนวทางการพัฒนา Self ในเด็กปฐมวัย

- สัมพันธภาพที่สร้างความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย ไว้ใจได้ รับฟังเด็ก
- ให้พื้นที่ เวลาและโอกาสเด็กได้คิด ทำด้วยตัวเอง เด็กสร้าง Self ของตนเองสำเร็จได้ด้วยตนเอง
- ให้โอกาสเด็กได้เรียนรู้และชื่นชม เมื่อเด็กทำได้ดี .. แม้เพียงเล็กน้อย

๑๑. โครงสร้างสมอง ๓ ส่วนของมนุษย์

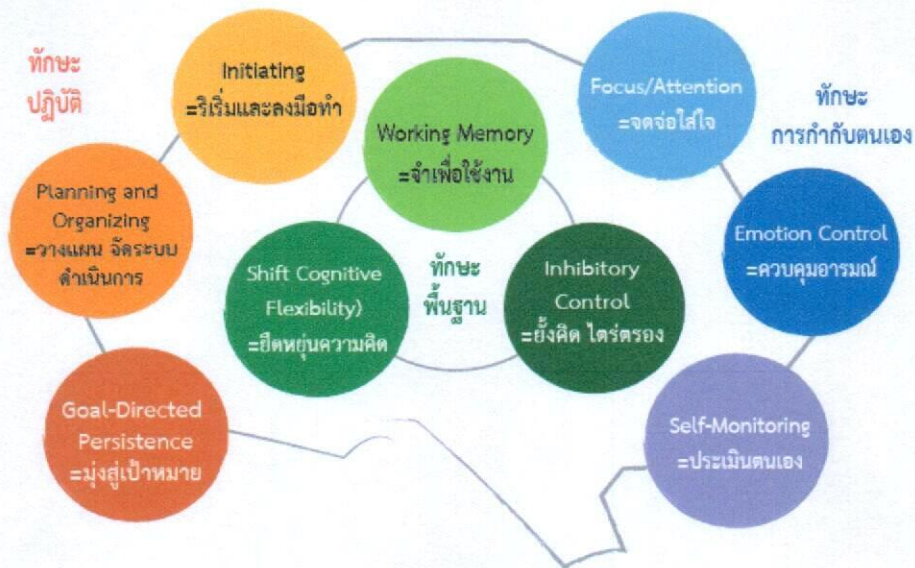


- สมองส่วนเหตุผลเพื่อคิดไตร่ตรอง ควรหรือไม่ควร
- สมองส่วนอารมณ์ เพื่อความพอใจ ชอบหรือไม่ชอบ
- สมองส่วนสัญชาตญาณเพื่อความอยู่รอด สู้ - หนี - จำนวน

๑๒. ทักษะสมอง EF คือแกนของการคิดที่พัฒนาซับซ้อนต่อไปเป็น “เป็นการคิดขั้นสูง”

EF หรือทักษะสมองเพื่อจัดการชีวิตให้สำเร็จ

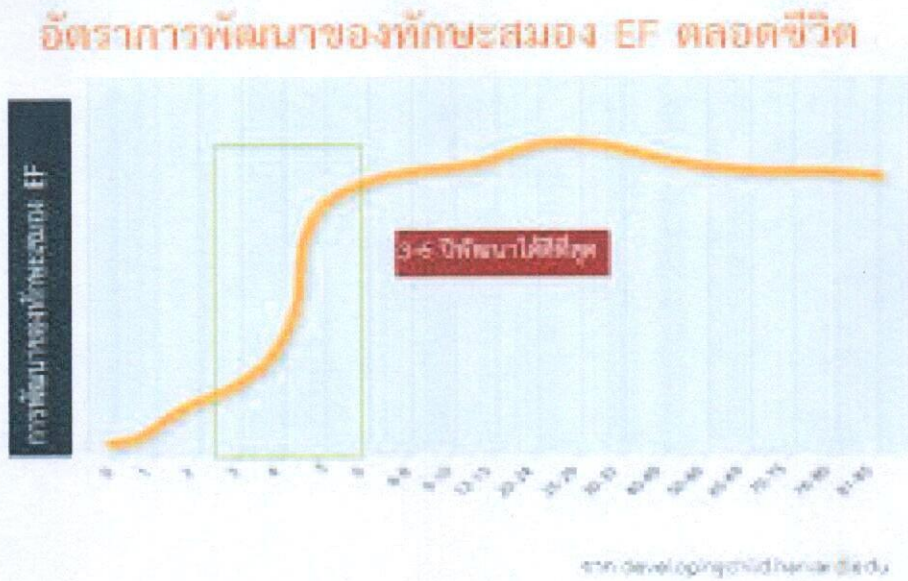
มีองค์ประกอบ 3x3 ด้าน ได้แก่



๑๓. ลักษณะของ EF ปกพร่อง

- มักมีปัญหากับคนอื่น
- ยับยั้งใจจากสิ่งยั่วเย้าไม่ได้
- ล้มแล้วลุกไม่ได้
- ไม่มีเป้าหมาย
- จัดการเวลาไม่เป็น
- วอกแวก ไม่จดจ่อ
- ขาดความมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ
- ไม่กล้าคิด ไม่กล้าทำสิ่งใหม่
- วางไม่เป็น ทำงานไม่เป็นระบบ
- คิดหรือคาดการณ์ไม่ได้
- จัดการความเครียดไม่ได้
- คุมอารมณ์ไม่อยู่
- สุขภาพไม่ดี

๑๔. กราฟแสดงอัตราการพัฒนาของทักษะสมอง EF ตลอดชีวิต

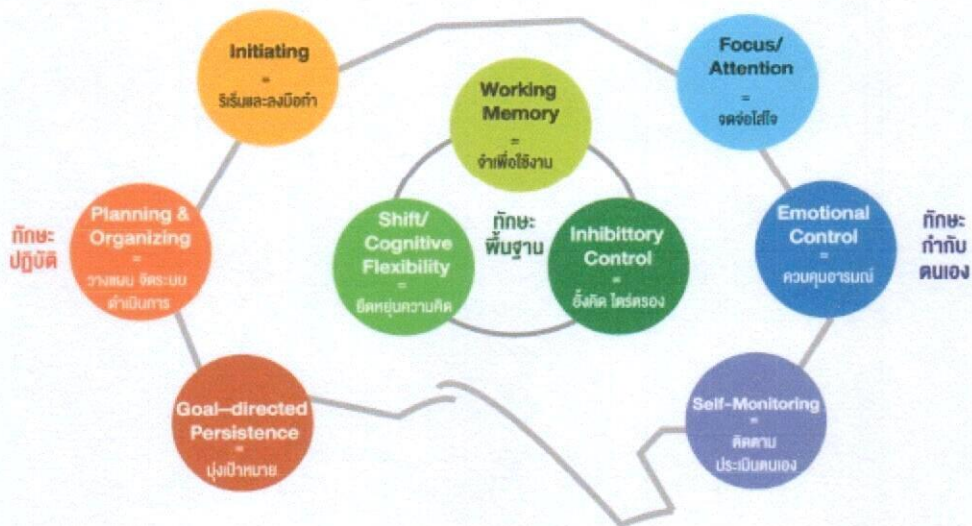


๑๕. แผนภูมิทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ (Executive Functions : EF)

Executive Function (EF)

ทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ

คิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น อยู่กับคนอื่นเป็น มีความสุขเป็น



กลุ่มทักษะพื้นฐาน

- ความจำเพื่อใช้งาน (Working Memory) – การจำข้อมูลและจัดการกับข้อมูล คิดเชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิม และประมวลผลเพื่อนำไปใช้งานต่อ

- การยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control) – หยุดคิดและไตร่ตรองก่อนทำหรือพูด พิจารณาข้อมูลต่าง ๆ และรู้จักชะลอความอยาก
- การยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility) – ปรับความคิดเมื่อเงื่อนไขหรือสถานการณ์เปลี่ยนไป รู้จักคิดนอกกรอบ และเห็นวิธีการรวมทั้งโอกาสใหม่ ๆ

กลุ่มทักษะกำกับตนเอง

- การจดจ่อใส่ใจ (Focus/Attention) – มีสมาธิต่อเนื่อง จดจ่อในสิ่งที่ทำ
- การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) – จัดการกับอารมณ์และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีความมั่นคงทางอารมณ์ ไม่ใช้อารมณ์แก้ปัญหา
- การติดตามประเมินตนเอง (Self-Monitoring) – รู้ว่าตัวเองทำอะไรอยู่ ทบทวนการกระทำและสะท้อนผลการกระทำของตัวเองได้ แก้ไขเมื่อพบข้อบกพร่อง

กลุ่มทักษะการปฏิบัติ

- การริเริ่มและลงมือทำ (Initiating) – มีความคิดริเริ่ม คิดนอกกรอบได้ ตัดสินใจลงมือทำด้วยตัวเอง ไม่ต้องให้ใครเตือน

- การวางแผนและจัดระบบดำเนินการ (Planning and Organising) – ตั้งเป้าหมาย วางแผนเป็นขั้นตอน จัดลำดับความสำคัญ ดำเนินการอย่างเป็นระบบ รู้จักบริหารเวลาและทรัพยากร

- การมุ่งเป้าหมาย (Goal-Directed Persistence) – มีแรงจูงใจและความพยายามเพื่อทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ให้สำเร็จ มีความมุ่งมั่นอดทน พร้อมฝ่าฟันอุปสรรคโดยไม่ย่อท้อ ทนต่อความยากลำบากได้

๑๖. ๖ โอกาสพัฒนา EF เด็กปฐมวัย

- คิด / คิดอิสระ จินตนาการ ฝึกวิเคราะห์ ตัดสินใจ คาดการณ์
- ทำ / ลงมือทำ ฟังตนเอง อิสระ ประสบการณ์จริง
- ทำด้วยกัน / เล่นกับเพื่อน อยู่กับคนอื่น ทำงานเป็นทีม โกรธกัน ดีกัน เอื้อเพื่อช่วยเหลือ จัดการ

ความขัดแย้ง

- ตั้งเป้า วางแผน / ตั้งเป้าหมาย จัดระบบ จัดการเวลา จัดลำดับความสำคัญ
- ทำหาย / ริเริ่มสิ่งใหม่ แก้ปัญหา ลองผิดลองถูก ทำสิ่งที่ยากขึ้น
- ทบทวน / ทบทวนความรู้สึก ทวนความคิด ทวนการกระทำ สรุปการเรียนรู้

การจัดการเรียนการสอนตามแนวทาง EF Guideline เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF

๑. วัตถุประสงค์ ของ EF Guideline

- ใช้เป็นแนวทางในการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF (คิดแผนเก่ง เขียนแผนเร็ว แผนมีคุณภาพ)

- ใช้วิเคราะห์แผนการจัดประสบการณ์เรียนรู้เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF (ประเมินแผนได้ รู้ว่าต้องปรับแก้ตรงไหน ปรับแก้อย่างไร

๒. องค์ประกอบของ EF Guideline

- เป้าหมาย
- วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม
- ขั้นตอน / กระบวนการ
- การประเมินแผนตามแนวทาง EF Guideline

๓. เป้าหมาย – Goals เป้าของ “ครู” ที่ตั้งใจและวางแผนจะสอนนักเรียน
- หลักการเขียนเป้าหมาย = (ครู) + ให้ความรู้ + เรื่อง
ฝึกทักษะ + ด้าน
สร้างเจตคติ + ต่อดตนเอง/ผู้อื่น/สิ่งแวดล้อม
 - ลักษณะของเป้าหมายด้านความรู้ - ความรู้ที่เกิดขึ้นและนำไปใช้ได้ (K) ได้แก่ ข้อเท็จจริง สาร
ข้อมูลต่าง ๆ แนวคิด นิยามต่าง ๆ ตัวอย่าง
 - ประเภทของขยะ
 - สถานที่สำคัญในชุมชน
 - วิธีการล้างมืออย่างถูกต้อง
 - รูปทรงเรขาคณิต วงกลม สามเหลี่ยม สี่เหลี่ยม
 - สิ่งมีชีวิตมีการเจริญเติบโตที่แตกต่างกัน
 - ลักษณะของเป้าหมายด้านทักษะที่ต้องฝึก (S) - ความชำนาญ ความสามารถในการกระทำหรือการ
ปฏิบัติการอย่างใดอย่างหนึ่งอาจเป็นทักษะทางร่างกาย สติปัญญาหรือสังคม เกิดจากการฝึกฝน การกระทำ
บ่อย ๆ ตัวอย่าง
 - ทักษะทางอารมณ์
 - ทักษะทางสังคม
 - ทักษะการสื่อสาร
 - ทักษะการแก้ปัญหา
 - ทักษะความคิดสร้างสรรค์
 - ทักษะการทรงตัว
 - ทักษะการใช้มือประสานสัมพันธ์กัน
 - ทักษะการสังเกตเปรียบเทียบ
๔. วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม
- ตัวอย่าง = “นักเรียน” แสดงพฤติกรรมเฉพาะตามที่ครูที่ตั้งใจและวางแผน
 - หลักการเขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม เช่น นักเรียน + ทำพฤติกรรมเฉพาะเฉพาะที่สามารถ
ประเมินตามเป้าหมายได้
 - ลักษณะวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม (เฉพาะประเมินตามเป้าหมาย)

ความรู้ (knowledge)	ทักษะ (skill)	เจตคติ (attitude)
นักเรียน + กริยา เช่น บอก แสดง วาด (เนื้อหาความรู้ ข้อเท็จจริง)	นักเรียน สามารถ + กริยา	นักเรียน + กริยา เช่น บอก แสดง วาด (เจตคติ ความคิด ความรู้สึก ความเห็นที่มีต่อดตนเอง ผู้อื่น สิ่งแวดล้อม)

ตัวอย่างแผนการจัดการเรียนการสอนตามแนวทาง EF Guideline เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF
ชื่อกิจกรรม ฉันทน์เป็นผีเสื้อ (เด็กอายุ ๔ - ๕ , ๕ - ๖ ปี)

เป้าหมายการเรียนรู้

๑. ความรู้ (knowledge) K - รูปร่าง ลักษณะของผีเสื้อ (ตา ปีก ขา)
๒. ทักษะ (skill) S - ทักษะการฟัง ความคิดสร้างสรรค์ ทำงานร่วมกับผู้อื่น
๓. เจตคติ (attitude) A - ภูมิใจที่ตนมีความคิดสร้างสรรค์ และสร้างสรรค์ผลงานร่วมกับเพื่อนได้

K , A , S = ระบุเป็นพฤติกรรม

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

๑. เด็กบอกรูปร่างลักษณะของผีเสื้อได้ (ตา ปีก ๒ ข้าง ขา ๖ ขา (K)
๒. เด็กสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้ตามคำสั่ง สร้างสรรค์ผลงานได้ด้วยตนเอง และสร้างสรรค์ผลงานร่วมกับเพื่อนได้ (S)
๓. เด็กแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่เกิดขึ้นระหว่างการสร้างสรรค์ผลงานได้ (S)
๔. เด็กบอกความรู้สึกที่ดีที่เกิดขึ้น เมื่อได้สร้างสรรค์ผลงานจนสำเร็จ ทั้งสร้างสรรค์ด้วยตนเองและสร้างสรรค์ร่วมกับเพื่อน (A)

๖ โอกาส พัฒนา EF , พัฒนา SELF

กระบวนการ/ขั้นตอนการจัดประสบการณ์

๑. นำเข้าสู่บทเรียน (ตามวิธีที่ครูเลือก เช่น ร้องเพลง เล่นิทาน สำนวณดอกไม้โรงเรียน)
๒. ครูสนทนากับเด็ก ๆ โดยใช้คำถามเกี่ยวกับลักษณะของผีเสื้อตามที่เด็ก ๆ ได้สังเกตเห็น (อาจเป็นของจริง หรือภาพ)
๓. ให้เด็กเล่นบทบาทสมมติว่าตนเองเป็นผีเสื้อ และเคลื่อนไหว ซ้ำ เร็ว หยุด ตามสัญญาณที่กำหนด
๔. แบ่งกลุ่มเป็น ๘ คน เพื่อประกอบร่างเป็นผีเสื้อหนึ่งตัว จากนั้นแต่ละกลุ่มเคลื่อนไหว ซ้ำ เร็ว หยุด ตามสัญญาณที่กำหนด
๕. (กิจกรรมสร้างสรรค์) แบ่งกลุ่ม ๔ คน แต่ละกลุ่มรับอุปกรณ์ ไม้ไอติม ๒๐ อัน และกระดาษ ๒ แผ่น
๖. โจทย์ นำไม้ไอติมประกอบร่างเป็นผีเสื้อตามจินตนาการบนพื้นที่กระดาษ A๔ สี ๒ แผ่น
๗. เปิดโอกาสให้เด็กได้เดินชม เรียนรู้ แลกเปลี่ยน กับผลงานเพื่อนกลุ่มอื่น ๆ
๘. ชวนเด็กสรุปโดยใช้คำถาม
 - เด็ก ๆ สามารถสร้างสรรค์ผีเสื้อจากไม้ไอติมได้หรือไม่ และใครเป็นผู้สร้างสรรค์ได้สำเร็จ
 - ระหว่างที่เด็ก ๆ สร้างสรรค์ผลงาน เกิดอะไรขึ้นบ้าง เด็ก ๆ เรียนรู้หรือเกิดความรู้สึกอย่างไร
 - เด็กรู้สึกอย่างไรเมื่อสร้างสรรค์ผลงานได้ด้วยตนเอง (ครูอาจเพิ่มเติมคำศัพท์ให้เด็ก ๆ เช่น รู้สึกดีใจ รู้สึกภูมิใจ ตื่นเต้น และรู้สึกอย่างไรที่สามารถสร้างผลงานร่วมกับเพื่อนได้
 - ครูชวนเด็ก ๆ เก็บอุปกรณ์ต่าง ๆ เข้าที่ และนำผลงานกลุ่มจัดแสดงไว้หน้าห้องเรียน

โรงเรียนเทศบาล ๘ (อนุบาลฝันที่เป็นจริง)

ภาคผนวก

แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองในเรื่อง “การจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF + Self + พัฒนาการ” สำหรับครูปฐมวัย (ก่อน – หลัง การอบรม)

คำอธิบาย การทำแบบประเมิน ทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความ ตรงตามความรู้ ความเข้าใจ ของตนเอง

- ☐ มั่นใจอย่างยิ่ง
- ☐ มั่นใจ
- ☐ ไม่แน่ใจ
- ☐ ไม่ค่อยมั่นใจ
- ☐ ไม่มั่นใจอย่างยิ่ง

๑. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ความรู้ ๓ มิติพัฒนาการเด็ก” มีมิติอะไรบ้าง
๒. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่าช่วงปฐมวัยเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดในการสร้างตัวตน (Self) ของเด็ก ซึ่งจะพื้นฐานในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองต่อไป
๓. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า หาก Self ของเด็กไม่แข็งแรง การทำงานของสมองในการคิด ก็จะไม่แข็งแรงไปด้วย
๔. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า การให้เด็กไปทำสิ่งต่างๆสำเร็จด้วยตนเอง จะส่งเสริม Self แก่เด็กปฐมวัย
๕. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า สัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูกับเด็กและรับฟังเด็ก เป็นการส่งเสริม Self ในเด็กปฐมวัย
๖. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า เมื่อเด็กทำดีแม้แต่เพียงเล็กน้อย แล้วผู้ใหญ่มองเห็นและชื่นชม Self ของเด็กจะได้รับการส่งเสริม
๗. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการจำเพื่อใช้งาน” คืออะไร
๘. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการยั้งคิดไตร่ตรอง” คืออะไร
๙. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการยืดหยุ่นความคิด” คืออะไร
๑๐. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการจดจำใส่ใจ” คืออะไร
๑๑. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการควบคุมอารมณ์” คืออะไร
๑๒. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการประเมินตนเอง” คืออะไร
๑๓. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการริเริ่มลงมือทำ” คืออะไร
๑๔. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการวางแผน จัดระบบ ดำเนินการ” คืออะไร
๑๕. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า “ทักษะ EF ด้านการมุ่งเป้าหมาย” คืออะไร
๑๖. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า หากจะส่งเสริมทักษะสมอง EF ในสถานศึกษา จำเป็นต้องมี ๕ องค์ประกอบ อะไรบ้าง
๑๗. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า เพื่อสร้างความผูกพันไว้ใจให้เป็นรากฐานของการพัฒนาทักษะสมอง EF ครูปฐมวัยควรทำอย่างไรบ้าง
๑๘. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยควรจัดกิจกรรมแบบ Active Learning เพื่อให้เกิดทักษะ EF อย่างไร
๑๙. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยควรจัดให้เด็กมีโอกาพัฒนาทักษะสังคม อารมณ์ อย่างไร เพื่อให้เกิดทักษะสมอง EF
๒๐. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยควรจัดสภาพแวดล้อมอย่างไรที่จะส่งเสริมทักษะสมอง EF
๒๑. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า การกิน การนอน และการออกกำลังกาย สำคัญต่อการส่งเสริมทักษะสมอง EF อย่างไร
๒๒. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า โอกาสในการส่งเสริมทักษะสมอง EF มี ๖ โอกาสอะไรบ้าง
๒๓. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยสามารถเพิ่มโอกาสให้เด็กได้ฝึกคิด ผ่านการจัดกิจกรรมต่างๆเพื่อส่งเสริมสร้างทักษะ EF อย่างไร

๒๔. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยสามารถเพิ่มโอกาสให้เด็กได้ได้ลงมือทำสิ่งต่างๆ เพื่อเสริมสร้างทักษะ EF อย่างไร

๒๕. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยสามารถเพิ่มโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมกับเพื่อน เพื่อเสริมสร้างทักษะ EF อย่างไร

๒๖. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยสามารถเพิ่มโอกาสให้เด็กได้ตั้งเป้าหมายแผน เพื่อเสริมสร้างทักษะ EF อย่างไร

๒๗. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยสามารถเพิ่มโอกาสให้เด็กได้ท้าทายตนเอง เพื่อเสริมสร้างทักษะ EF อย่างไร

๒๘. ฉันมั่นใจว่าฉันรู้ว่า ครูปฐมวัยสามารถเพิ่มโอกาสให้เด็กได้ทบทวนสิ่งต่างๆ ที่ทำไปแล้ว เพื่อเสริมสร้างทักษะ EF อย่างไร

๒๙. ฉันมั่นใจว่า ฉันสามารถเป็น “ครูปฐมวัยที่มีอยู่จริง” ของนักเรียนของฉันได้

๓๐. ฉันมั่นใจว่า เมื่อฉันตั้งใจจะจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF ให้แก่เด็กปฐมวัยของฉัน ฉันก็จะมุ่งมั่นทำต่อเนื่องจนสำเร็จได้

คำสั่งไปราชการอบรม



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองการเจ้าหน้าที่ ฝ่ายบุคลากรทางการศึกษา งานบริหารงานบุคคลพนักงานครู

ที่ ดง ๕๒๐๑๓.๔/๔๔๐

วันที่ ๐๙ ธันวาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอส่งสำเนาคำสั่งเทศบาลนครตรัง

เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานการศึกษา ผู้อำนวยการสถานศึกษา โรงเรียนในสังกัดเทศบาลทั้ง ๘ โรงเรียน และผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาเด็กเล็กทั้ง ๒ ศูนย์

พร้อมนี้ กองการเจ้าหน้าที่ ขอส่งสำเนาคำสั่งเทศบาลนครตรัง ที่ ๑๙๔๔/๒๕๖๖

เรื่อง ให้พนักงานเทศบาลเดินทางไปราชการ ลงวันที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๖

จึงเรียนมาเพื่อทราบและแจ้งผู้มีรายชื่อทราบต่อไป

(นายฉัตรชัย ชูผอม)

ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่



คำสั่งเทศบาลนครตรัง

ที่ ๑๙๔๔ / ๒๕๖๖

เรื่อง ให้พนักงานเทศบาลเดินทางไปราชการ

ตามที่ กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด และสถาบัน RLG (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) ได้จัดทำโครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้วยความรู้ฐานราก ๓ มิติ (ทักษะสมอง EF – Executive Functions, ตัวตน (Self) และพัฒนาการ ๔ ด้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด รหัสหลักสูตร ๖๑๑๑๖๑๐๔๐ (ที่ได้รับการรับรองจากคุรุพัฒนา) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ครูปฐมวัยได้รับความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ เกี่ยวกับธรรมชาติการทำงานของทักษะสมอง EF – Executive Functions และได้รับความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ ถึงแนวทางในการวิเคราะห์และสร้างสรรค์แผนการเรียนรู้การสอน ที่ส่งเสริมการพัฒนาของทักษะสมอง EF – Executive Functions ตลอดจนรวมถึงมีทักษะในการวิเคราะห์แผนกิจกรรม สร้างสรรค์กิจกรรมด้วยตนเอง มีทักษะในการปรับปรุงพฤติกรรมเด็กเชิงบวก และมีทักษะประเมินพฤติกรรมเด็กด้วยความเข้าใจต่อธรรมชาติการทำงานในสมองของเด็กเพื่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด นั้น

ดังนั้น อาศัยอำนาจตามข้อ ๘ (๒) ของระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการของเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๕๕ และที่แก้ไขเพิ่มเติมถึง (ฉบับที่ ๔) พ.ศ. ๒๕๖๑ จึงอนุมัติให้พนักงานเทศบาลเข้าร่วมโครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้วยความรู้ฐานราก ๓ มิติ (ทักษะสมอง EF – Executive Functions, ตัวตน (Self) และพัฒนาการ ๔ ด้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด รหัสหลักสูตร ๖๑๑๑๖๑๐๔๐ (ที่ได้รับการรับรองจากคุรุพัฒนา) ในรุ่นที่ ๒ ระหว่างวันที่ ๓๐ มกราคม - ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ ณ โรงแรมบ้านไทย บูทีก เซตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ดังนี้

๑. โรงเรียนเทศบาล ๑ (สังขวิทย์)

(๑) นางปัทมัท วัลลภ ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะรองผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางสาวสรัญญา พลประสิทธิ์ ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ

๒. โรงเรียนเทศบาล ๒ (วัดกะพังสุรินทร์)

(๑) นางพิมพ์ภัทร คล้ายสุวรรณ ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะรองผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางจิตรา สุขลิ้ม ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ

๓. โรงเรียนเทศบาล ๓ (บ้านนาตาล)

(๑) นางสาวกาญจนา สุวรรณยศ ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะรองผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางสาวสิริมล พลิกภัย ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ

๔. โรงเรียนเทศบาล ๔ (วัดมัสยิดมูมิ)

(๑) นายโชติวรรณ มุสิกษะณะ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางสาวพรพรรณ ไร่โพธิ์พงษ์ ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ

๕. โรงเรียน...

๕. โรงเรียนเทศบาล ๕ (วัดควนขัน)

- (๑) นางธัญญากร แพกุล ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ
- (๒) นางจุฑารัตน์ ราชภิรมย์ ตำแหน่ง ครู

๖. โรงเรียนเทศบาล ๖ (วัดตันตยาภิรม)

- (๑) นายสุภาวิชต์ กัญฐสุทธิ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ
- (๒) นางสาววรรณุช ลิ้มมณี ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ

๗. โรงเรียนเทศบาล ๗ (วัดประสิทธิ์ชัย)

- (๑) นางปัญญาชน ชุมคช ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ
- (๒) นางสาวสุนีย์ สุระกุล ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ

๘. โรงเรียนเทศบาล ๘ (อนุบาลพื้นที่เมืองจริง)

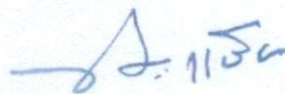
- (๑) นายอภิรักษ์ นาคฤทธิ์ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาเชี่ยวชาญ
- (๒) นางสาวพนารัตน์ ศรีเกตุ ตำแหน่ง ครู

๙. ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลนครตรัง

- (๑) นางทวารรัตน์ สุขสม ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ
รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลนครตรัง
- (๒) นางนิตยา ชูทอง ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ

ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ ๒๙ มกราคม - ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ โดยมีสิทธิเบิกค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
ไปราชการตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการของเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น
พ.ศ. ๒๕๕๕ และที่แก้ไขเพิ่มเติมถึง (ฉบับที่ ๔) พ.ศ. ๒๕๖๑ และระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยค่าใช้จ่าย
ในการฝึกอบรมและการเข้ารับการฝึกอบรมของเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๕๗

สั่ง ณ วันที่ ๑๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๖



(นายสัญญา ศรีวิเชียร)
นายกเทศมนตรีนครตรัง



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองการเจ้าหน้าที่ ฝ่ายบุคลากรทางการศึกษา งานบริหารงานบุคคลพนักงานครู

ที่ ดง ๕๒๐๑๓.๔/๕๖๗

วันที่ ๑๓ ธันวาคม ๒๕๖๖

เรื่อง โครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้วยความรู้ฐานราก ๓ มิติ (ทักษะสมอง EF – Executive Functions, ตัวตน (Self) และพัฒนาการ ๔ ด้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด รหัสหลักสูตร ๖๑๑๑๖๑๐๔๐ (ที่ได้รับการรับรองจากคุรุพัฒนา)

เรียน ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่

๑. เรื่องเดิม

ด้วยจังหวัดศรีสะเกษร่วมมือกับที่จัดการศึกษาระดับปฐมวัยให้ส่งครูผู้สอนระดับชั้นอนุบาลทุกแห่ง โรงเรียนละ ๒ คน ประกอบด้วย ผู้บริหาร/ผู้รับผิดชอบงานวิชาการ ระดับปฐมวัย จำนวน ๑ คน และหัวหน้าสายชั้น/ครูผู้สอนในระดับปฐมวัย จำนวน ๑ คน และอปท.ที่มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็กให้ส่งครูผู้ดูแลเด็ก/ผู้ดูแลเด็กอย่างน้อยแห่งละ ๒ คน เข้าร่วมโครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้วยความรู้ฐานราก ๓ มิติ (ทักษะสมอง EF – Executive Functions, ตัวตน (Self) และพัฒนาการ ๔ ด้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด รหัสหลักสูตร ๖๑๑๑๖๑๐๔๐ (ที่ได้รับการรับรองจากคุรุพัฒนา) ซึ่งกำหนดให้จังหวัดศรีสะเกษเข้าร่วมโครงการในวันที่ ๒ ระหว่างวันที่ ๓๐ มกราคม - ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ ณ โรงแรมบ้านไทย บูทีก เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ทั้งนี้ นายกเทศมนตรีนครต่งได้พิจารณาให้แจ้งโรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในสังกัดเทศบาลนครต่งเข้าร่วมการฝึกอบรมดังกล่าว นั้น (เอกสารแนบ ๑)

๒. ข้อเท็จจริง

โรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในสังกัดเทศบาลนครต่งได้แจ้งรายชื่อ ดังนี้ (เอกสารแนบ ๒)

โรงเรียนเทศบาล ๑ (สังฆวิทย์)

(๑) นางปิณฑิมา วิลเลอ ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะรองผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางสาวสรัญญา พลประสิทธิ์ ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

โรงเรียนเทศบาล ๒ (วัดกะพังสุรินทร์)

(๑) นางพิมพ์ภัทร คล้ายสุวรรณ ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะรองผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางจิตรา สุขลิ้ม ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

โรงเรียนเทศบาล ๓ (บ้านนาตาลวง)

(๑) นางสาวกาญจนา สุวรรณยศ ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะรองผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางสุวิมล หลีกภัย ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ

โรงเรียนเทศบาล ๔ (วัดมิ่งมิถุน)

(๑) นายโชติวรรณ มุสิกษณะ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา

วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ

(๒) นางสาวพรพรรณ รังไพโรจน์ ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ

โรงเรียนเทศบาล ๕...

โรงเรียนเทศบาล ๕ (วัดสวนวัน)

- (๑) นางธัญญากร แพรกุล ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ
- (๒) นางจุฑารัตน์ ราชภิรมย์ ตำแหน่ง ครู

โรงเรียนเทศบาล ๖ (วัดตันตยาภิรม)

- (๑) นายสุภาชิต กันธสุทธิ์ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ
- (๒) นางสาววรรณข ลิ้มณีย์ ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ

โรงเรียนเทศบาล ๗ (วัดประสิทธิ์ชัย)

- (๑) นางปัญจมน ชุมศข ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาชำนาญการพิเศษ
- (๒) นางสาวสุนีย์ สุระกุล ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ

โรงเรียนเทศบาล ๘ (อนุบาลพื้นที่เป็นจริง)

- (๑) นายอภิรักษ์ นาคฤทธิ์ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถานศึกษา
วิทยฐานะผู้อำนวยการสถานศึกษาเชี่ยวชาญ
- (๒) นางสาวพนารัตน์ ศรีเกตุ ตำแหน่ง ครู

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลนครตรัง

- (๑) นางทวารัตน์ สุขสม ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ
รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลนครตรัง
- (๒) นางนิตยา ชูทอง ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

๓.ระเบียบ/กฎหมายที่เกี่ยวข้อง

๓.๑ ระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการของเจ้าหน้าที่
ท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๕๕ และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๔) พ.ศ. ๒๕๖๑ (เอกสารแนบ ๒)

ข้อ ๘(๒) กำหนดว่า ผู้บริหารท้องถิ่นเป็นผู้อนุมัติการเดินทางไปราชการของรองนายก
องค์การบริหารส่วนจังหวัด รองนายกเทศมนตรี รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ที่ปรึกษานายกองค์การ
บริหารส่วนจังหวัด ที่ปรึกษานายกเทศมนตรี เลขานุการนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัด เลขานุการ
นายกเทศมนตรี เลขานุการนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ข้าราชการและพนักงานส่วนท้องถิ่น รวมถึงลูกจ้าง
พนักงานจ้างขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ตลอดจนผู้ที่ผู้บริหารท้องถิ่นสั่งให้ไปปฏิบัติราชการ

๓.๒ ระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมและการเข้ารับการฝึกอบรม
ของเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๕๗ (เอกสารแนบ ๓)

ข้อ ๒๘ (๑) กำหนดว่า การฝึกอบรมที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นหรือหน่วยงานของรัฐ
จัดหรือร่วมกันจัดให้เบิกจ่ายได้เท่าที่จ่ายจริงในอัตราหน่วยงานผู้จัดเรียกเก็บ

๓.๓ หนังสือกระทรวงมหาดไทย ที่ มท ๐๘๐๘.๒/ว ๑๗๙๗ ลงวันที่ ๒ เมษายน ๒๕๖๔
เรื่องหลักเกณฑ์และแนวทางการเบิกจ่ายในการเดินทางไปราชการและการเข้ารับการศึกษาฝึกอบรมขององค์กรปกครอง
ส่วนท้องถิ่น (เอกสารแนบ ๔)

๔. ข้อพิจารณา

เห็นควรพิจารณาดำเนินการ ดังต่อไปนี้

๔.๑ พิจารณานุมัติให้บุคลากรตามข้อ ๒ เข้าร่วมโครงการฯ ดังนี้

๔.๒ หากเห็นชอบตามข้อ ๔.๑ ขอให้โปรดพิจารณาลงนามในคำสั่งให้พนักงานเทศบาล
เดินทางไปราชการ เพื่อเข้ารับการศึกษาฝึกอบรมฯ รายละเอียดตามคำสั่งที่แนบมาพร้อมนี้

๕. ข้อเสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบโปรดนำเรียนนายกเทศมนตรีเพื่อพิจารณา
ตามข้อ ๔.๑ และ ๔.๒

เป็น ปลัดเทศบาล
- เพื่อไปพิจารณาพิจารณา
- เห็นควรทำหนังสือจากเทศบาล
เพื่อโปรดพิจารณา

(นายฉัตรชัย ชูจอม)
ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่
13 SA 106

เพื่อโปรดพิจารณา

(นายวัลลภ ขำขำทอง)
นายกเทศมนตรีนครศรี

14 ธ.ค. 2566

(นายสัญญา ศรีวิเชียร)
นายกเทศมนตรีนครศรี

15 ธ.ค. 2566

(นางสาวฉัตรติมา ตั้งคำ)

นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ

(นางวิยะดา สมแก้ว)

หัวหน้าฝ่ายบุคลากรบริหารการศึกษา
13 ธ.ค. 2566

เกียรติบัตร



กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

ขอแสดงความยินดีไว้เพื่อแสดงว่า

นายอภิรักษ์ นาคฤทธิ

สังกัด เทศบาลนครตรัง จังหวัดตรัง

ได้ผ่านการอบรมโครงการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้วยความรู้ฐานราก ๓ มิติ

(ทักษะสมอง EF - Executive Functions, ตัวตน (Self) และพัฒนาการ ๔ ด้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด

โดยวิทยากรสถาบันรักสุขภาพเสริมพลัง

วันที่ ๒ ระหว่างวันที่ ๓๐ มกราคม - ๒ กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๗

ได้ไว้ ณ วันที่ ๒ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๗

(นายบรรณ ศรีชัยไฉดัย)

อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

ภาพ Power Point ประกอบการบรรยาย

ภาพ Power Point ประกอบการบรรยาย
หัวข้อนโยบายและแผนระดับชาติว่าด้วยการพัฒนาครอบครัวในการสร้าง
ภูมิคุ้มกันยาเสพติดในเด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗

สำนักงาน
Office of the NaCro
Adobe Acrobat for Chrome
view PDFs and use Adobe Acrobat tools in
Chrome by enabling the Acrobat extension
for Google Chrome.
Enable Extension

นโยบายและแผนระดับชาติว่าด้วยการพัฒนาครอบครัวในการ
สร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดในเด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗

ปัญหา ยาเสพติด : ปฏิสัมพันธ์ระหว่างคน ยา และสิ่งแวดล้อม

ยา

- การปราบปรามยาเสพติด
- การพัฒนาทางเลือก
- ยาเสพติดผิดกฎหมาย
- สารเสพติดถูกกฎหมาย
- ยารักษาโรค
- บุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า/แอลกอฮอล์
- การบังคับใช้กฎหมาย
- แสวงหาทางเลือกทดแทน
- ตัวยา ฯลฯ

คน

- การป้องกันยาเสพติด
- การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพ
- ขาดการรู้จักกัน
- อดอยากอยากลอง
- เลื่อนแบบ
- ดำนิยม
- ครอบครอง
- ขาดการดูแลรักษา
- เอชไอวี วัณโรค ฯลฯ

สิ่งแวดล้อม

- ทุนบ้าง/ชุมชน
- สถาบันเชิง
- โซเชียลมีเดีย
- ขาดพื้นที่เชิงบวก
- ขาดพื้นที่รักษา
- เอชไอวี ฯลฯ

ปัญหา ยาเสพติด

- การพัฒนาสิ่งแวดล้อม
- ลด/ควบคุมปัจจัยเสี่ยง เพิ่มปัจจัยบวก

ยาเสพติดที่แพร่ระบาดในปัจจุบัน



ยาบ้า

79.43%



ไอซ์

5.71%



เฮโรอีน

4.77%

กลุ่มยาประเภท Club Drug ได้แก่ ยาอี และ คีตามีน พบการนำยาเสพติดหรือสารเสพติดชนิดอื่นมาผสมในยา เช่น ยาอีผสมยาบ้า หรือ ยาอีผสมไอซ์ เช่น เคเพอร์ Happy Water กาแฟยาอี

การใช้ยารักษาโรคในทางที่ผิด

ยาแก้ปวด ประเภทกลุ่มสารฝิ่น



ทรามาดอล

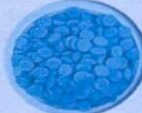


เมทาโดน



โคเดอีน

ยากล่อมประสาท ยานอนหลับ



โดอาซีแพม



อัลปราโซแลม



มิลทาโซแลม

ยากระตุ้นประสาท



เฟนิลเอมีน



เฟนิลเอมีน



เฟนิลเอมีน

ยาทางการแพทย์อื่น ๆ



โปรคลอโรซีน



ไฮดรอกซีซีน



โปรคลอโรซีน

สถานการณ์ภาพรวม ปี 2566

1. สารเสพติดถูกกฎหมายที่แพร่ระบาด คือ กัญชา ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มนักเรียน/นักศึกษา และอายุต่ำกว่า 25 ปี

2. ยาเสพติดที่แพร่ระบาด คือ ยาบ้า

3. ยาเสพติดที่เฝ้าระวัง คือ เฮโรอีน/ยากลุ่ม MDMA/คีตามีน

4. ผู้เข้ารับการบำบัดรักษาส่วนใหญ่อายุ 25 - 29 ปี

5. ส่วนใหญ่ใช้ยาครั้งแรกอายุ 15 - 19 ปี

6. การใช้ยาเสพติด/สารเสพติดแบบผสมผสาน

7. การลักลอบจำหน่ายยาเสพติดผ่านสื่อสังคมออนไลน์

8. การใช้ยารักษาโรค/กระพ้อม ในทางที่ผิด

9. พบสัดส่วนคนเข้าบำบัด "เฮโรอีน" เพิ่มขึ้น



มาตรการป้องกันยาเสพติด

เป้าหมาย : ประชากรทุกกลุ่มเป้าหมายรู้ทันและมีความปลอดภัยจากปัญหายาเสพติด

ตัวชี้วัดระดับเป้าหมาย : อัตราส่วนของผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ไม่เกิน ๔.๕ คน ต่อประชากร ๑,๐๐๐ คน

ตัวชี้วัดระดับแนวทาง : ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมายมีความรู้ ความเข้าใจ และสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด

- ร้อยละ ๘๐ ของพื้นที่เป้าหมายได้ดำเนินการป้องกันปัญหายาเสพติดอย่างครบถ้วน

เด็กและเยาวชน

แรงงาน

ประชากรทั่วไป

กลุ่มเมือง

ครอบครัว

หมู่บ้าน/ชุมชน

สถานศึกษา

พื้นที่ทางดิจิทัล

๑. เสริมสร้างความรู้ ทักษะและป้องกัน ยาเสพติดในเด็กและ เยาวชน

๒. ป้องกันยาเสพติด ในกลุ่มแรงงานตาม ด้วยพลังความร่วมมือของ ผู้ประกอบการและ เครือข่ายแรงงาน

๓. สร้างกระแส ความตื่นตัวใน สังคมไม่เปิดความ ตระหนี่และ อดทนต่อการ ทุจริตใน การป้องกันปัญหายาเสพติด

๔. ป้องกันยาเสพติด ในกลุ่มเมืองด้วย กิจกรรมเชิง สร้างสรรค์และพัฒนา คุณภาพชีวิต

๕. ป้องกัน ยาเสพติดใน ระดับครอบครัว

๖. เสริมสร้างพลัง ในการป้องกัน ยาเสพติดด้วยการ สร้างการมีส่วนร่วม และความเข้มแข็ง ของหมู่บ้าน/ชุมชน

๗. ควบคุมปัจจัย เสี่ยงด้วยการ จัดระเบียบสังคม

๘. พัฒนาระบบเฝ้า ระวังปัญหายาเสพติด ในพื้นที่เชิงสังคม ออนไลน์

๙. พัฒนาระบบ ฐานข้อมูลด้าน ป้องกันยาเสพติด

- หลีกเลี่ยง สถานศึกษาทุกระดับ (ปฐมวัย-อุดม) กิจกรรมนอก หลักสูตร - สื่อความรู้ - บูรณาการเครือข่ายเยาวชน

- ความร่วมมือ นายจ้าง/ผู้ประกอบการ - ความร่วมมือ แรงงานนอกระบบ - พัฒนาศักยภาพ แรงงานในนอกระบบ

- สร้างความ ร่วมมือด้วย/เอกชน - สร้างการรับรู้ (สื่อมวลชน) - สื่อบุคคล

- กิจกรรมสร้างสรรค์ ในกลุ่มสื่อ/บุคคล ช่างเหล็ก/ส่งเสริม ทักษะวิชาชีพ

- ความร่วมมือ หน่วยงานครอบครัว/ กลไก - สร้างความ เข้มแข็งให้ ครอบครัว

- มน/ชช ที่มีปัญหา - พัฒนาศักยภาพ กลไก มน/ชช

- กลไกเฝ้าระวัง - เฝ้าระวัง ควบคุม พื้นที่ เสี่ยง ปัจจัยเสี่ยง - สร้างการมีส่วนร่วม จัดระเบียบ สังคม

- บูรณาการหน่วยงาน - พัฒนาระบบเฝ้า ระวัง - พัฒนาระบบเฝ้า ระวัง - มีส่วนร่วมทุกภาค ส่วน - สร้างความร่วมมือ ปชช.

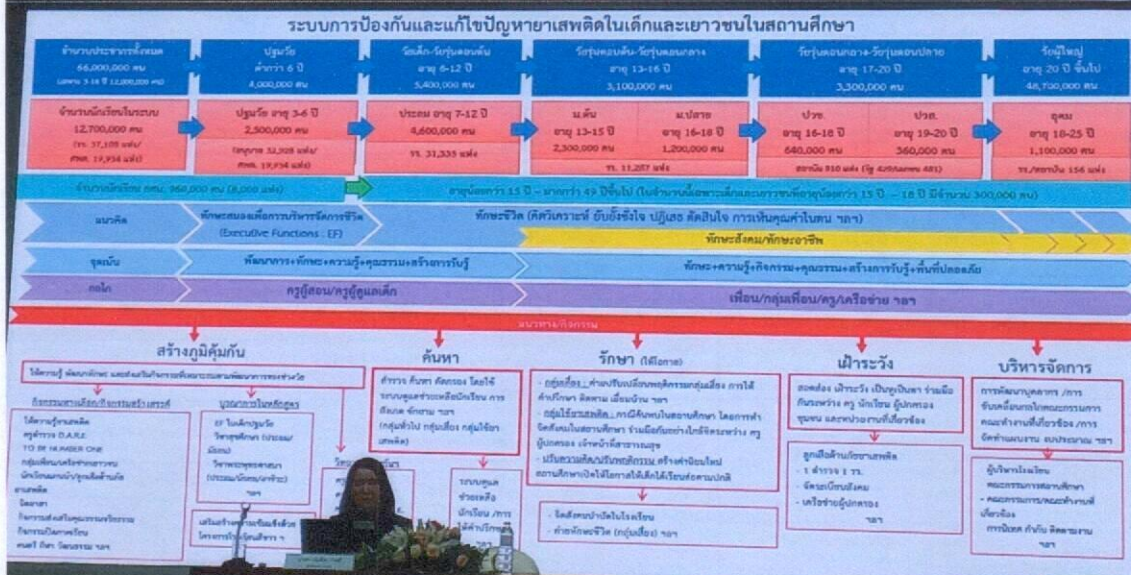
- พัฒนาระบบ/ เชื่อมโยงข้อมูลให้ ประโยชน์

จุดเห็นการดำเนินงาน

- ป้องกันยาเสพติดในเด็กและเยาวชน ทุกช่วงวัย ต่อเนื่อง ปฐมวัย - อุดม
- ให้ความรู้ยาเสพติดผ่านหลักสูตรการเรียนการสอน ควบคู่กิจกรรมทางเลือกเชิงสร้างสรรค์
- ส่งเสริมระบบ กลไกการดูแล ช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา และเฝ้าระวัง ในสถานศึกษาต่อเนื่อง
- พัฒนาศักยภาพเครือข่ายเยาวชน สร้างความร่วมมือหลากหลาย
- เสริมสร้างความร่วมมือผู้ประกอบการ/เครือข่ายแรงงาน ในระบบ/นอกระบบ และส่งเสริมการให้โอกาสในการทำงาน
- กลุ่มเสี่ยงที่เข้าสู่วัยแรงงาน เน้นส่งเสริมทักษะอาชีพ โดยกลไกหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- ให้ความรู้ครอบครัว ด้วยสื่อที่เหมาะสม และส่งเสริมกลไกการทำงาน ครอบครัวในระดับพื้นที่
- สร้างการรับรู้ วรรณคดี ประชาสัมพันธ์ เผยแพร่สื่อ ด้วยเนื้อหาเพื่อการป้องกัน ให้รู้เท่าทันยาเสพติด ทั้งการเสพและค้า ผ่านสื่อบุคคล หรือสื่อที่ทันสมัยในรูปแบบต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย
- กำกับ ติดตาม ประเมินผล

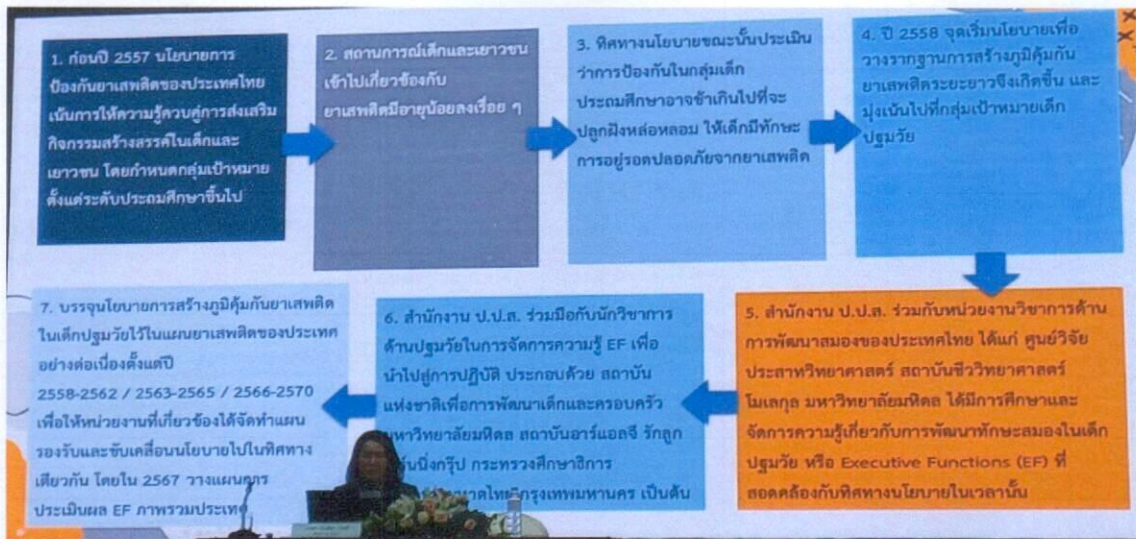
จุดเน้นการดำเนินนโยบายการป้องกันยาเสพติดในสถานศึกษาของประเทศไทย

- นำความรู้ยาเสพติดและทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันยาเสพติดไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอนในสถานศึกษาในแต่ละระดับ และเชื่อมโยงเนื้อหาอย่างเป็นระบบต่อเนื่องทุกช่วงวัยตั้งแต่ระดับปฐมวัย - อุดมศึกษา
- ส่งเสริมกิจกรรมนอกหลักสูตร กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ ตามความสนใจของผู้เรียน
- จัดการระบบในโรงเรียนให้มีความเข้มแข็งและปลอดภัยจากยาเสพติด ได้แก่ การป้องกันการค้นหา การรักษา ดูแล (ให้โอกาส) การเฝ้าระวัง และการบริหารจัดการ โดยสถานศึกษาดำเนินการอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง



การนำความรู้ยาเสพติดและทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันยาเสพติดไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอนในสถานศึกษาในแต่ละช่วงวัย

	ปฐมวัย	ประถม	มัธยม/อาชีว	อุดม
ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันยาเสพติด	ทักษะสมองเพื่อการบริหารจัดการชีวิต Executive Function : EF • ยับยั้งชั่งใจ ควบคุมอารมณ์ • จัดจ่อใส่ใจ ยึดหยุ่น ปรับตัว ฯลฯ	• คิวเวิร์ก • ตัดสินใจ • รู้จักปฏิเสธ • ขอความช่วยเหลือ • แก้ไขปัญหาเบื้องต้น ฯลฯ	• รักและเห็นคุณค่าในตนเอง • สร้างสัมพันธภาพที่ดี • รู้จักปฏิเสธ • แก้ไขปัญหา • รู้เท่าทันข่าวสาร • ปลุกฝังค่านิยม/ทัศนคติ • การมีส่วนร่วม ฯลฯ	เสริมสร้างจิตสำนึก รับผิดชอบต่อสังคม และวิชาชีพ
ความรู้ยาเสพติด	ปลูกฝังทักษะสมองเพื่อวางรากฐานภูมิคุ้มกันยาเสพติดระยะยาว (ไม่ใช่เนื้อหาเสพติดโดยตรง)	• รู้จักยาเสพติด • โทษภัย ผลกระทบ • ด้านร่างกาย สมอง • การใช้ยาเสพติดในทางที่ผิด • ป้องกันตนเองและเพื่อน ฯลฯ	• โทษภัย ผลกระทบ • กฎหมายยาเสพติดเบื้องต้น • ยาเสพติดที่แพร่ระบาด • การดูแลช่วยเหลือ บำบัดรักษา • วิเคราะห์ข้อมูลข่าวสาร เน้นสื่อ โซเชียลมีเดีย • การมีจิตอาสา ฯลฯ	เสริมสร้างการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมป้องกันยาเสพติด (เน้นให้สอดคล้องกับวิชาชีพที่เรียน)

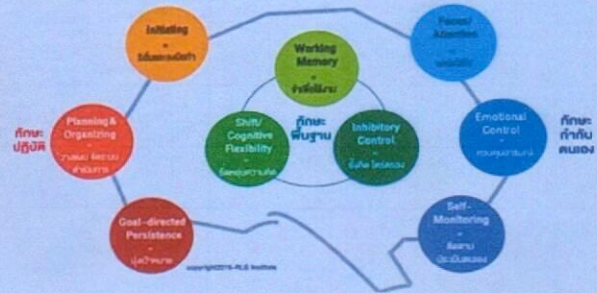


1. การจำเพื่อใช้งาน (Working Memory) คือ ความสามารถในการเก็บประมวล และดึงข้อมูลในคลังสมองของเรายออกมาใช้ตามสถานการณ์ที่ต่อหน้า ช่วยให้เราจัดการอุปสรรค และไม่ให้ทำอะไรผิดพลาดซ้ำอีก
2. การยับยั้งชั่งใจ คิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control) คือ ความสามารถในการควบคุมแรงปรารถนาของตนให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จนสามารถหยุดยั้งพฤติกรรมได้ในเวลาที่สมควร
3. การยืดหยุ่นความคิด (Cognitive Flexibility หรือ Shift) คือ ความสามารถปรับตัวปรับใจ เปลี่ยนทิศทาง มองเห็นทางออกใหม่ๆ ไม่อยู่กับสิ่งเดิม ๆ
4. การใส่ใจจดจ่อ (Focus/Attention) คือ ความสามารถมุ่งความสนใจอยู่กับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่องในช่วงเวลาหนึ่ง โดยไม่วกแวกไปด้นประจักษ์จนไม่ทันภายนอก หรือภายในตอนที่เข้ามาบนกรณ
5. การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) คือ ความสามารถจัดการอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมจัดการกับความเครียด หงุดหงิด และแสดงออกแบบที่ไม่น่ากลัวผู้อื่น
6. การวางแผน และการจัดระบบ (Planning and Organizing) คือ ความสามารถตั้งเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญ จัดระบบดำเนินการเป็นขั้นเป็นตอน
7. การตรวจสอบตนเอง รู้จักตนเอง (Self-Monitoring) คือ ความสามารถประเมินตนเอง ตรวจสอบหาจุดบกพร่องของตนเอง และดูผลจากพฤติกรรมของตนเองที่กระทบต่อผู้อื่น
8. การริเริ่มทำตามที่คิด (Initiating) คือ ความสามารถริเริ่ม สร้างสรรค์แนวทางในการทำสิ่งต่าง ๆ และเมื่อคิดแล้วก็กล้าทำให้ความคิดของตนเองปรากฏขึ้นจริง
9. การพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย (Goal-Directed Persistence) คือ ความสามารถตั้งใจ และมีมุ่งมั่นอดทน เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ไม่ว่าจะเจออุปสรรคใดๆ ก็พร้อมฝ่าฟันจนถึงความสำเร็จ



เป้าหมายการเสริมภูมิคุ้มกันและ ป้องกันยาเสพติดด้วยองค์ความรู้ EF

- *วางรากฐานสร้างภูมิคุ้มกันชีวิตระยะยาวในเด็กปฐมวัย ผ่านกลไกโรงเรียน และ ศพด.
- *ครอบครัwmองค้ความรู้ EF เพื่อเสริมภูมิคุ้มกันและป้องกันยาเสพติดให้แก่บุตรหลานในครอบครัว
- *กลุ่มวัยแรงงาน/หมู่บ้าน ชุมชน ม้องค้ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับ EF
- *ม้องค้ความรู้/สื่อที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย



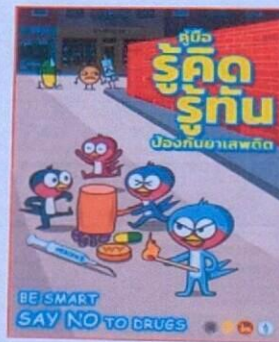
Executive Functions: EF

19

แนวทางการส่งเสริม EF ในสถานศึกษา และ ศพด.

- ❑ คุณครูนำ EF บูรณาการไว้ในแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ตามบริบทและความเหมาะสม
- ❑ กิจกรรมในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียนของคุณครู ล้วนให้โอกาสเด็กได้ส่งเสริม EF ทั้งสิ้น
- ❑ คุณครูประยุกต์ใช้องค์ความรู้ EF ไปกับสื่อการสอนรอบตัว และสามารถสร้างสรรค์สื่อนวัตกรรมที่เหมาะสมกับบริบท
- ❑ การส่งเสริม EF ไม่ได้ป้องกันปัญหาเสพติดเพียงด้านเดียว แต่หมายถึงการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงแบบองค์รวมทุกมิติ
- ❑ ต่อยอด บอกต่อ EF ไปยังพ่อแม่ ผู้ปกครองของเด็ก ช่วยกันฝึกกำลังส่งเสริม EF ให้กับเด็ก ต่อเนื่องทั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน
- ❑ ติดตาม ประเมินผลต่อเนื่อง เป็นระยะ

การนำ EF เชื่อมโยงเข้าสู่หลักสูตรระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา
ในวิชาสุขศึกษา Be Smart Say No to Drugs ...



สาระการเรียนรู้เพศศึกษาในรายวิชาสุขศึกษา ฯ ที่สอดคล้องกับสมรรถนะด้านยาเสพติดและพฤติกรรมทักษะชีวิตในช่วงวัย ประถมศึกษา - มัธยมศึกษา

ระดับ	พฤติกรรมทักษะชีวิต	สมรรถนะด้านยาเสพติด	สาระการเรียนรู้เพศศึกษา	กิจกรรมการเรียนรู้
ป.1	1. คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยง แก้ไขปัญหา 2. สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (รู้จักปฏิเสธ ต่อรอง ฯลฯ)	1. แยกแยะยาเสพติด 2. อธิบายและรู้ได้ยาม 3. หลีกเลี่ยงคนที่ติดเหล้า	1. รู้จักยาเสพติด 2. โภષะกับและอันตรายจากยาเสพติด (เน้นเรื่องร่างกาย) 3. วิธีหลีกเลี่ยงและขอความช่วยเหลือ	1. หนูแยกแยะได้ 2. คนที่ติดเหล้า
ป.2	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยง และแก้ปัญหา	1. แยกแยะยาเสพติด 2. อธิบายและรู้ได้ยาม	1. รู้จักยาเสพติด 2. โภષะกับและอันตรายจากยาเสพติด (เน้นเรื่องสมอง)	1. สมอพิษภัยยาเสพติด 2. บันไดรู้
ป.3	สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (รู้จักปฏิเสธ ต่อรอง ฯลฯ)	1. ประเมินตนเองว่ามีความเสี่ยงหรือไม่ 2. หลีกเลี่ยงจากปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ	1. สาเหตุและปัจจัยเสี่ยง 2. วิธีปฏิบัติเพื่อหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง 3. วิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น 4. ข้าราชการยาเสพติดปัจจุบัน	ชวนคุยบทบาทสมมติ
ป.4	1. สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (รู้จักปฏิเสธ ต่อรอง ฯลฯ) 2. จัดการกับอารมณ์และความเครียด	1. แยกแยะประเภทของพิษอน 2. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน 3. ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันพิษอน 4. นำเสนองานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติด	1. โภષะกับและอันตรายจากยาเสพติด 2. พิษและการปฏิเสธ 3. พิษและการตรวจหาพิษและพิษอนในร่างกาย 4. วิธีการป้องกันพิษอนและพิษอน 5. วิธีหลีกเลี่ยงและขอความช่วยเหลือ	1. วัฏจักรพิษอน 2. เมื่อไหร่ก็ได้
ป.5	1. คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยง และแก้ปัญหา 2. วิเคราะห์คิดวิเคราะห์และแก้ปัญหา (บนพื้นฐานความรู้และเหตุผล)	1. วิเคราะห์ความเสี่ยงที่มีต่อพิษอน 2. รู้จักยาเสพติดในยาเสพติดในยาเสพติด	1. การตรวจหาพิษอนและพิษอน 2. การใช้วิธีหลีกเลี่ยงพิษอน 3. ผลกระทบจากยาเสพติด 4. วิธีการป้องกันพิษอนและพิษอน	1. จี๊ดจ๊าดพิษอน 2. เช็กพิษอน
ป.6	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยง และแก้ปัญหา	1. วิเคราะห์ความเสี่ยงที่มีต่อพิษอน 2. รู้จักยาเสพติดในยาเสพติดในยาเสพติด	1. รู้จักประเภทของยาเสพติด 2. การใช้ยาในการผลิต 3. ยาเสพติดที่มีพิษอน 4. พิษและการปฏิเสธ 5. การปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงพิษอน	1. (เบียร์) กับ DRUGS 2. My Choice

สาระการเรียนรู้เพศศึกษาในรายวิชาสุขศึกษา ฯ ที่สอดคล้องกับสมรรถนะด้านยาเสพติดและพฤติกรรมทักษะชีวิตในช่วงวัย ประถมศึกษา - มัธยมศึกษา

ระดับ	พฤติกรรมทักษะชีวิต	สมรรถนะด้านยาเสพติด	สาระการเรียนรู้เพศศึกษา	กิจกรรมการเรียนรู้
ม.1	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยงและแก้ปัญหา (บนพื้นฐานความรู้และเหตุผล)	1. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน 2. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน (ใช้วิธีทดสอบ)	1. วิเคราะห์ความเสี่ยงที่มีต่อพิษอน 2. ผลกระทบจากการใช้ยาเสพติด 3. การใช้วิธีหลีกเลี่ยงพิษอนและพิษอน	1. เก้าอี้ 2. จักรยาน
ม.2	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยงและแก้ปัญหา (บนพื้นฐานความรู้และเหตุผล)	1. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน 2. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน (ใช้วิธีทดสอบ)	1. กฎหมายยาเสพติดและบทลงโทษ 2. การดูแล ป้า ป๊า ยาเสพติด และโทษ 3. พิษและการปฏิเสธ	1. หนูไม่ติดกับพิษ 2. ปฏิเสธอย่างไร
ม.3	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยงและแก้ปัญหา (บนพื้นฐานความรู้และเหตุผล)	1. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน 2. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน (ใช้วิธีทดสอบ)	1. สาเหตุของพิษอนและพิษอน 2. การใช้ยาในการผลิต	ชวนคุยบทบาทสมมติ
ม.4	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยงและแก้ปัญหา (บนพื้นฐานความรู้และเหตุผล)	1. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน 2. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน (ใช้วิธีทดสอบ)	1. โภષะกับและอันตรายจากยาเสพติด 2. การใช้ยาในการผลิต 3. การใช้ยาในการผลิต	ชวนคุยบทบาทสมมติ
ม.5	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยงและแก้ปัญหา (บนพื้นฐานความรู้และเหตุผล)	1. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน 2. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน (ใช้วิธีทดสอบ)	1. ผลกระทบจากยาเสพติด 2. การใช้ยาในการผลิต 3. การใช้ยาในการผลิต	Campaign "Say No To Drugs"
ม.6	คิดวิเคราะห์ คิดเชื่อมโยงและแก้ปัญหา (บนพื้นฐานความรู้และเหตุผล)	1. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน 2. ตรวจหาพิษจากสารพิษและพิษอน (ใช้วิธีทดสอบ)	1. ผลกระทบจากยาเสพติด (พิษอน สมอง ปวดศีรษะ) 2. การใช้ยาในการผลิต 3. การใช้ยาในการผลิต	Big Brothers พี่ใหญ่ใจดี

การเชื่อมโยง EF จากปฐมวัย ไป ป.1

การเชื่อมโยง EF จากปฐมวัย ไป ป.1

Initiating - Monodah

Working Memory - ฟังและจำ

Inhibitory Control - ควบคุมตัวเอง

Emotional Control - ควบคุมอารมณ์

Self-Monitoring - ตรวจสอบตัวเอง

Goal-directed Persistence - อดทน

Planning & Organizing - จัดการ

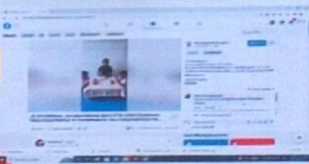
การจำแนกใช้เงิน

การเชื่อมโยง EF จากปฐมวัย ไป ป.1



สื่อ EF ที่มีการพัฒนาและประยุกต์ใช้ต่อเนื่อง ...

สื่อนวัตกรรม/ สื่อเพื่อการ ประยุกต์ใช้



สื่อเพื่อการป้องกันยาเสพติดในกลุ่มเป้าหมายครอบครัว



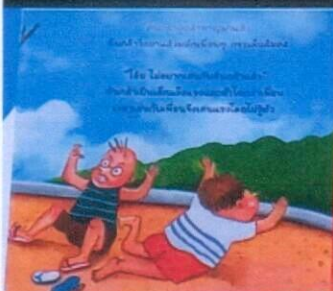
1

สื่อต้นทางเสียง โดยมีเนื้อหาตามหนังสือนิทานชุด "อ่านอุ่นรัก" 5 เรื่อง ประกอบด้วย

- (1) กอด
- (2) เมี้ยว เมี้ยว มา มา จะพาไปหาแม่
- (3) ลูกไม้ขอโทษ
- (4) โกอย่างแสนอร่อย
- (5) ดันกล้า ผู้กล้าหาญ



เผยแพร่ : พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูผู้สอน/ครูผู้ดูแลเด็กเล็ก โรงเรียน สทศ. สทศ. ศูนย์รับเลี้ยงเด็ก
โรงเรียนศึกษาพิเศษ (คนตาบอด) เป็นต้น





ภาพ Power Point ประกอบการบรรยาย
หัวข้อ EF , Self , พัฒนาการ

"ปฐมวัย"
วัยฐานรากของชีวิต

❤️ ➡️

- รากฐานของพัฒนาการและการเรียนรู้
ที่มั่นคงแข็งแรงเริ่มต้นที่ปฐมวัย
- การวางรากฐานที่มั่นคงส่งผลต่อ
การเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ
ในวันข้างหน้า



เป้าหมาย
และขั้นตอน
การเรียนรู้



1. ครูเข้าใจ EF, Self, พัฒนาการ
2. ครูมีทักษะในการวิเคราะห์และจัดทำแผนส่งเสริม EF
3. ครูนำความรู้ไปใช้สังเกต และพัฒนาพฤติกรรมเชิงบวก
4. เกิดเครือข่ายเพื่อนครู EF

Copyright 2013 RLG Institute

ปัญหาการพัฒนาเด็กไทย

○ ผล O-NET ทุกระดับต่ำกว่า 50% ต่อเนื่อง
○ ผล PISA 2023 คะแนนคณิตฯ วิทยาศาสตร์ การอ่าน ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยและต่ำลงกว่าทุกปี

2561 เด็กไทยรับมือ fake news ได้เป็น อันดับ 76 จาก 77 ประเทศทั่วโลก

18% ของวัย 10-19 ปี เป็นโรคซึมเศร้า และมีความเสี่ยงอีก 44% ถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลือ อาจฆ่าตัวตาย ทำร้ายคนอื่น คิดฆ่าตัวตาย

วัยรุ่นหญิงตั้งครรภ์ 1.5 แสนคน ทำแท้ง 3 แสนคนต่อปี

15-19 ปี เสพติด 2.7 ล้านคน เพียง 3 แสนคนเข้ารับการบำบัด

2563-64 วัยต่ำกว่า 20 183,974 คน

28% มีภาวะเครียดสูง

32% เสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า

22% เสี่ยงฆ่าตัวตาย

28% วัย 6-12 ปี IQ ต่ำกว่าเกณฑ์ 26% EQ ต่ำกว่าเกณฑ์

ใน 4 ของเด็กวัย 0-5 ปี มีพัฒนาการล่าช้า

รากของปัญหา

1 ใน 3 ไม่สามารถพัฒนาเป็นพลเมืองคุณภาพได้

เด็กไทยส่วนใหญ่ขาดสมรรถนะในการคิดวิเคราะห์ และกำกับตนเอง

ครอบครัวอ่อนแอ หย่าร้าง, แหว่งกลาง ค่านิยมผิดในการเลี้ยงลูก ขาดความรู้และทักษะ ใช้มือถือเลี้ยงลูก

การศึกษา รับค่านิยมผิด มุ่งตัวชี้วัด แข่งขัน เด็กขาดความสุข ไม่สอดคล้องกับสมอง ครูไม่เข้าใจ

ชุมชน สังคม ขาดความรู้ความตระหนัก ความสำคัญของปฐมวัย เทคโนโลยีกระทบปฐมวัย

yopriceville.com

'Never ending storms'

Yuval Noah Harari

พายุที่ซัดกระหน่ำไม่มีวันหยุด

คนที่อยู่ได้แข็งแกร่ง

- * ต้องอด อด สู้ สัมแล้วลุกได้
- * จิตใจหนักแน่น สมดุล
- * EQ ดี
- * เรียนรู้ตลอดชีวิต
- * เปลี่ยนตัวเองได้ครั้งแล้วครั้งเล่า

Berkeley News

EF เกี่ยวข้องกับความสำเร็จของชีวิตอย่างไร

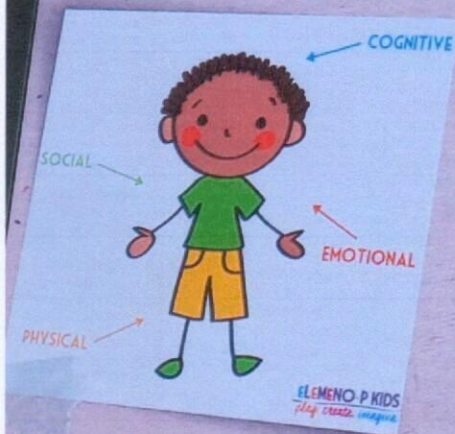
- * คาดการณ์ผลที่จะตามมาได้ รู้จักเลือกสิ่งใดดี - ไม่ดี คิดหน้าคิดหลัง ไม่ทำในสิ่งที่จะทำให้เสียใจภายหลัง
- * ช่วยให้ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค รู้จักเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นโอกาส ล้มแล้วลุกได้

ezer.com

Adele Diamond, (2014)



ธรรมชาติของพัฒนาการ



- * พัฒนาการเป็นการเปลี่ยนแปลงไปตามลำดับขั้นอย่างเป็นระเบียบแบบแผน
- * พัฒนาการแต่ละขั้น มีช่วงเวลาที่แน่นอน (critical period) หากไม่ได้พัฒนาจะย้อนกลับมาทำไม่ได้ หรือ ได้ยากมาก
- * พัฒนาการแต่ละขั้นมีหน้าที่เฉพาะของวัย ขั้นแรกมีผลกระทบต่อนขั้นต่อไป

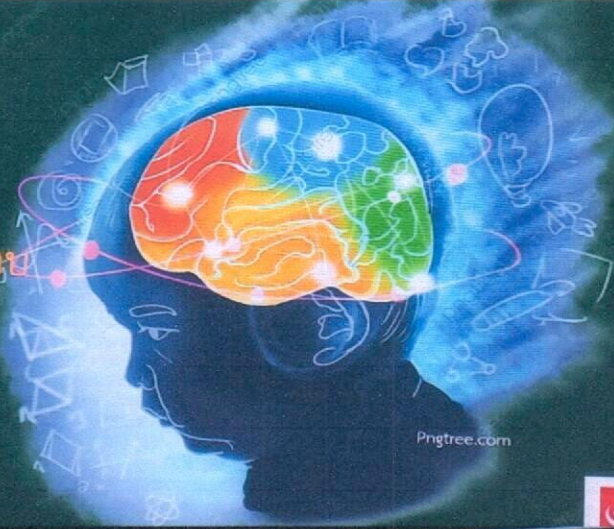
ทำไมต้องปฐมวัย

90%

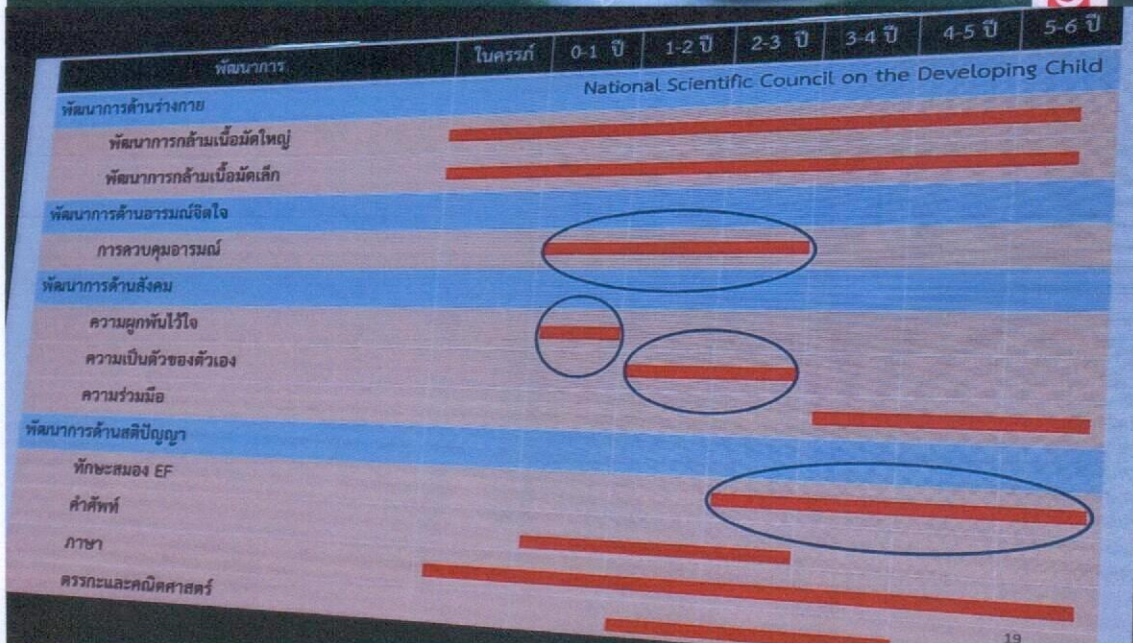
ของสมอง พัฒนา ก่อน 5 ขวบ

Self = ตัวตน

เกิดขึ้น ก่อน 5 ขวบ



Pngtree.com



19

EF เกี่ยวข้องกับความสำเร็จของชีวิตอย่างไร

- * ทำให้เรามีความยืดหยุ่น ปรับความคิดและพฤติกรรมให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไปได้
- * ทำให้เราไม่ทำผิดซ้ำ ทบทวนสิ่งที่ทำผิดไปแล้วนำมาปรับปรุงให้ดีขึ้นได้
- * ช่วยยับยั้งควบคุมอารมณ์ และกำกับพฤติกรรมให้แสดงออกอย่างเหมาะสม เป็นที่ยอมรับของสังคม

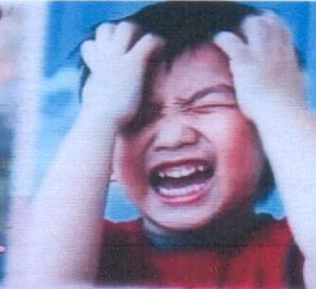
Adele Diamond, (2014)

er.com

พัฒนาการตามธรรมชาติของเด็ก

พฤติกรรมแบบนี้.... ปกติป่าว ???

- 2 ขวบ ชอบปฏิเสธไม่
- 3 ขวบ แย่งของเล่นกัน แล้วอาละวาด
- 4 ขวบ ไม่ฟัง คือ
- 5 ขวบ จะฝืนทำเองให้ได้ ไม่ยอมให้ช่วย
- 6 ขวบ ชอบเล่นแผลงๆ ไม่คิดถึงความปลอดภัย



มิติที่ 2

ด้านตัวตน
(Self)

Self

เป็นความรู้สึกนึกคิดของตนเอง
เป็นการคิด การบอกตนเองว่า
ตนเองเป็นอย่างไร

Self

มาจากการมีปฏิสัมพันธ์
กับคนอื่น

ลองถามตนเองว่า...

ฉันรู้สึกพอใจ
หรือไม่พอใจตัวเอง
ฉันเป็นคนอย่างไร

ฉันประสบความสำเร็จ
หรือล้มเหลว



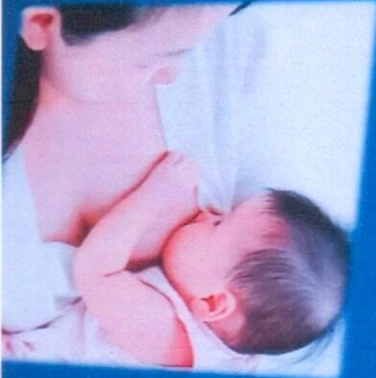
ฉันมองว่าตัวเองมีบุคลิก
หรือลักษณะนิสัยอย่างไร

ฉันคือใคร

ฉันรู้สึกชอบ
หรือไม่ชอบตัวเอง

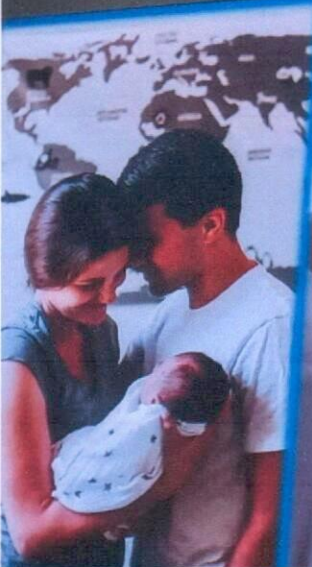
ฉันมองว่าตัวเองเก่ง
หรือไม่เก่ง

กระบวนการสร้างตัวตน3 ขั้นตอน

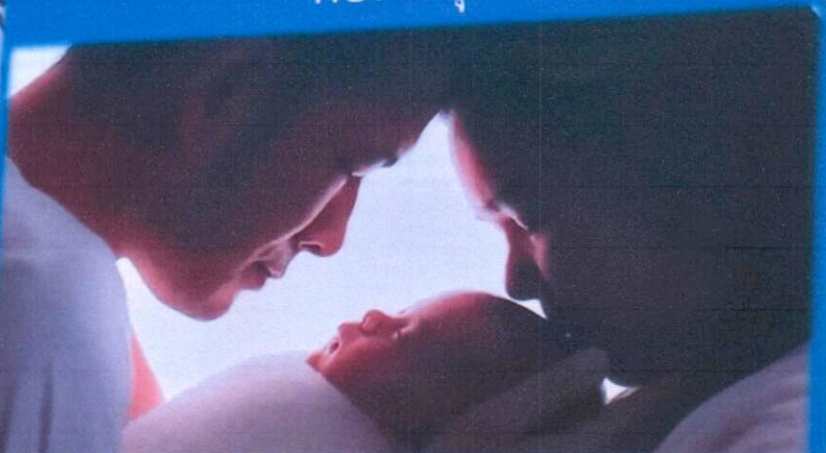


❑ ขั้นที่ 1 'สร้างแม่ที่มีอยู่จริง' ❑

6 เดือนแรก เมื่อมีคนที่มีหัวใจเด็ก
ตอบสนองได้ทุกอย่างที่เด็กต้องการ
จะเกิดการสร้าง แม่ที่มีอยู่จริง
(อาจเป็นแม่ผู้ให้กำเนิด หรือผู้ที่เลี้ยงดู
ใกล้ชิด)



อุ้ม กอด บอกรัก มากที่สุด
คือดีที่สุด



พ่อ แม่ คือ
คนแปลกหน้าคู่แรก
บนโลกนี้ที่ลูกรู้จัก
เป็นคนแปลกหน้า
สองคนแรกที่เขา
จะให้ความไว้วางใจ



Depositphoto.com

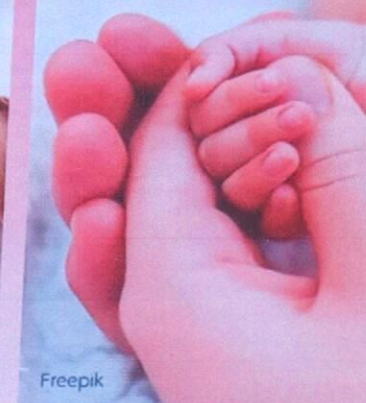
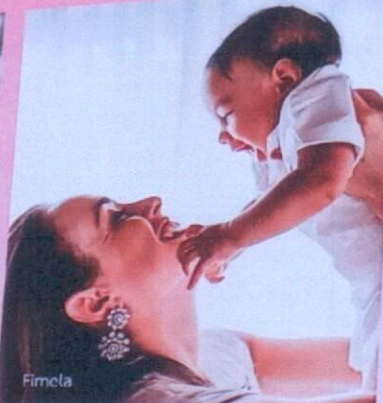
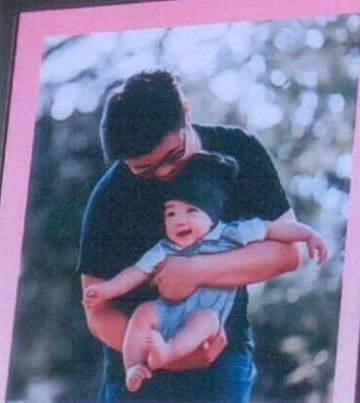
พ่อแม่เป็นส่วนสำคัญ
ในการสร้าง
"ตัวตน" ของเด็ก



♥ ขั้นที่ 2 'ไว้วางใจโลก' ♥

อายุ 8 เดือนเด็กจะสร้างวัตถุที่มีอยู่จริงได้
แม่เป็นวัตถุขั้นที่ 1
วัตถุที่มีอยู่จริงอื่นๆ
เป็นวัตถุขั้นที่ 2

แม่ต้องไว้วางใจได้ก่อน
เด็กจึงจะไว้วางใจโลก
และจะนำไปสู่สายสัมพันธ์ที่แข็งแกร่งกับแม่



ในขั้นนี้ เด็กจะพัฒนาความผูกพันทางอารมณ์
กับพ่อแม่และผู้เลี้ยงดูใกล้ชิด

♥ขั้นที่ 3 สร้างตัวตน -Self ♥

อายุ 2-3 ปี (Autonomy)

ในขั้นนี้เด็กจะมีความสามารถ
ในการแยกแยะตนเองออกจากพ่อแม่ได้
รับรู้ความรู้สึกนึกคิดของตนเอง
ที่มีความแตกต่างจากพ่อแม่



เด็ก 3 ขวบปีแรก

งานสำคัญคือ 'งานสร้างตัวตน'



Self

ตัวตนที่ดี

เป็นฐานที่มั่นของสมอง EF ที่ดี

Self ไม่ดี EF ไม่เกิด



เมื่อใดที่เสีย Self

สมองจะใช้กลไกปกป้อง
ตัวเอง เมื่อนั้น EF หรือ
สมองส่วนเหตุผล
ที่บริหารจัดการอารมณ์
วางแผน ตัดสินใจ
และแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล
จะทำงานไม่ได้เลย



ลองทบทวนกันหน่อย

สถานการณ์ที่

ฉันเคยเสีย Self



สถานการณ์ที่

ฉันทำให้

เด็กเสีย Self ?!



แนวทางการพัฒนา self ในเด็กปฐมวัย



สัมพันธ์ภาพที่สร้าง
ความรู้สึกมั่นคง
ปลอดภัย ไว้วางใจได้
รับฟังเด็ก



ให้พื้นที่ เวลาและโอกาส
เด็กได้คิด ทำด้วยตัวเอง
เด็กสร้าง Self ของตน
สำเร็จได้ด้วยตนเอง



ให้โอกาสเด็กได้เรียนรู้
และชื่นชม เมื่อเด็กทำ
ได้ดี ..แม้เพียงเล็กน้อย

57

เทคนิคเสริมสร้าง SELF ด้วยการ 'ชม 3 ก่อน'

คำชม 3 ก่อน

1. คำชม
2. พฤติกรรม ที่เด็กควรได้รับคำชม
3. คุณลักษณะ ที่ต้องการฝังไว้ในตัวเด็ก



🌟 ทิวแก่มากที่เก็บของเล่นเมื่อเล่นเสร็จแล้ว หนูเป็นเด็กที่มีความรับผิดชอบ

ครูภูมิใจในตัวหนูนะ

👏 แม่ชื่นใจจัง..ที่ลูกรินน้ำมาให้ แม่กำลังหิวน้ำอยู่พอดี แป้งเป็นคนมีน้ำใจ

👏 ว้าว!!!นี่เป็นผลงานที่เยี่ยมมาก..ครูชอบจังเลย เห็นเลยว่าต้นข้าวใช้เวลา
มากกับงานนี้ ต้นข้าวเป็นคนมีความตั้งใจและความพยายามมาก

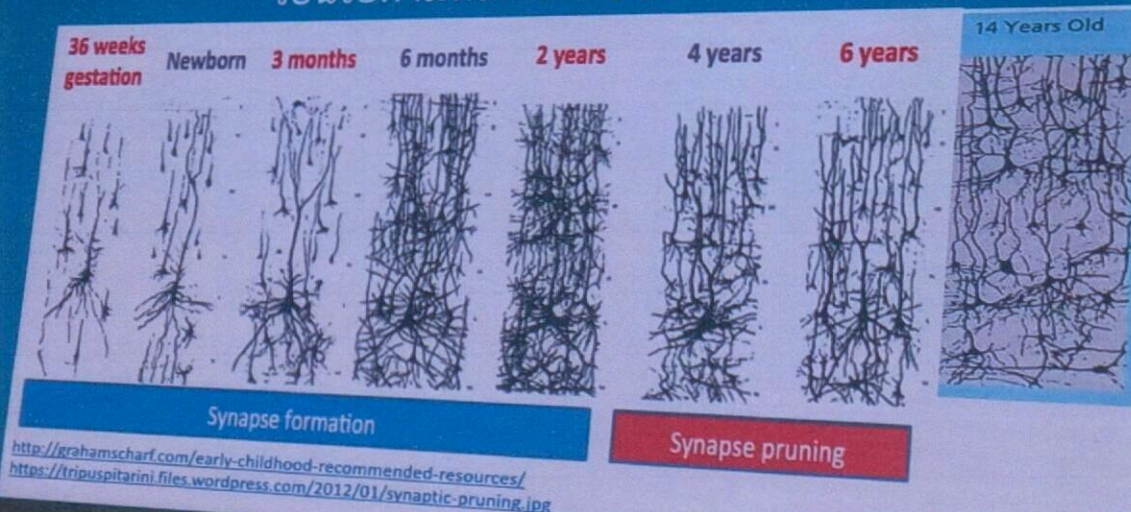


60



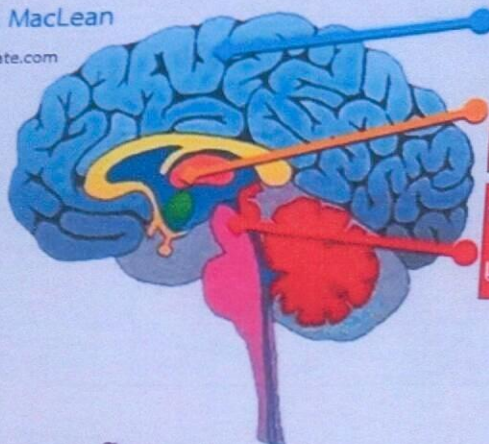
การทำงานของระบบประสาท
อาศัยการติดต่อเชื่อมโยงของเซลล์ประสาท

พัฒนาการของเส้นใยประสาท
เป็นไปตามหลักการ **Use It or Lose It**



Triune Brain

Paul D. MacLean
Researchgate.com



สมองส่วนเหตุผล
เพื่อคิดไตร่ตรอง

ควรหรือไม่ควร

สมองส่วนอารมณ์
เพื่อความพอใจ

ชอบใจหรือไม่ชอบใจ

สมองส่วนสัญชาตญาณ
เพื่อความอยู่รอด

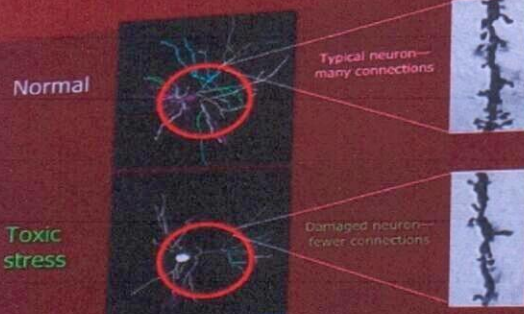
สู้-หนี-จำนน

โครงสร้างสมอง 3 ส่วนของมนุษย์



ภาวะเครียดเรื้อรังสามารถเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของสมองได้

Toxic Stress Changes Brain Architecture



Shenkman 2011

Sources: Radley et al. (2004); Bock et al. (2005)

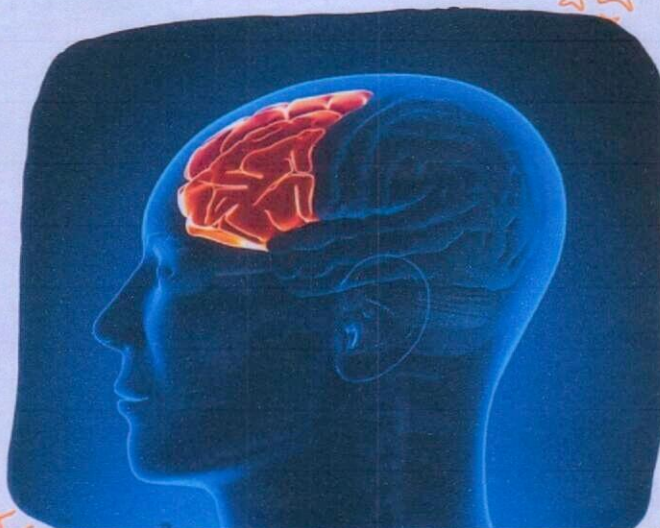
22



มิติที่ 2

ด้านทักษะสมอง EF

WHAT EF



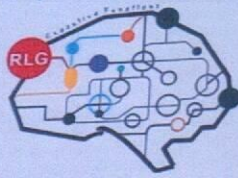
ทักษะสมอง EF

เป็นศักยภาพที่มนุษย์ทุกคนมีมาแต่กำเนิด
แต่ต้องได้รับการฝึกฝนต่อเนื่อง จนเส้นใยสมองเกาะเกี่ยวกัน



Copyright 2016 RLG Institute

“สั้นตอนชุดได้ สั้นตานชุดไม่ได้”



EF - Executive Functions คือ..

สั้นตานดีที่สร้างสรรค์

ทักษะความสามารถในการกำกับความคิด
ความรู้สึกและการกระทำให้ไปสู่เป้าหมาย

ทักษะสมอง EF คือแกนของการคิดที่จะพัฒนาซับซ้อนต่อไปเป็น ‘การคิดขั้นสูง’



✗ กำกับควบคุมตัวเองไม่ได้

✗ ยิ่งใจจากสิ่งชั่วร้ายไม่ได้ “เสพติดง่าย”

✗ มักมีปัญหาเกี่ยวกับคนอื่น

✗ ไม่มีเป้าหมาย

✗ ล้มแล้วลุกไม่ได้

✗ วอกแวกง่าย ไม่จดจ่อ

✗ จัดการเวลาไม่เป็น

EF บกพร่อง

✗ ไม่กล้าคิด ไม่กล้าทำสิ่งใหม่

✗ ขาดความมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ

✗ คิดหรือคาดการณ์ไม่ได้

✗ วางแผนไม่เป็น ทำงานไม่เป็นระบบ

✗ คุมอารมณ์ไม่อยู่

✗ จัดการความเครียดไม่ได้

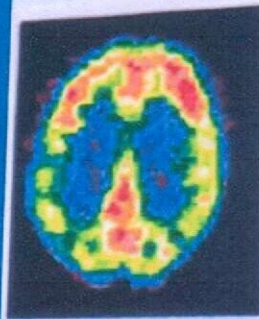
✗ สุขภาพไม่ดี

Stetter and Kalyani Krishnan, Improving Executive Function Skills—An Innovative Strategy that May Enhance Learning for All Children, Today, August 2008

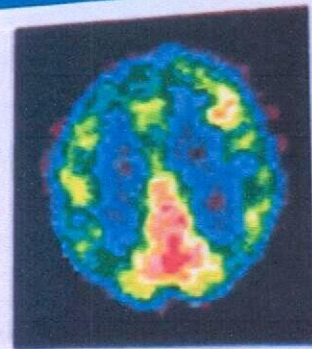


สมองของฆาตกร เปรียบเทียบกับ คนปกติ

สมองส่วนคิดของฆาตกร
ทำงานน้อยกว่ามาก
สมองอารมณ์ของฆาตกร
ทำงานสูงกว่า
และพบว่าการฆาตกรรมซ้ำ
สมองส่วนหน้าทำงานลดลง 11%
(Raine et al, 1999, 2000)



NORMAL



MURDERER

อัตราการพัฒนาของทักษะสมอง EF ตลอดชีวิต



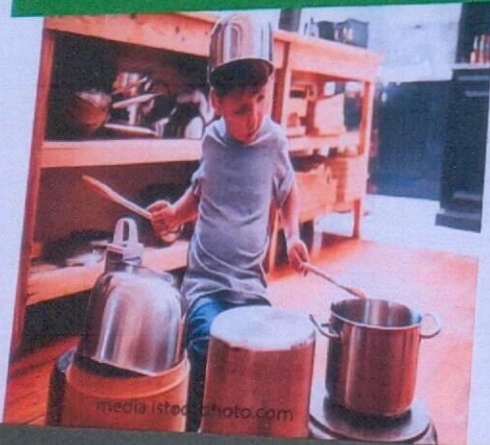
Executive Functions (EF)

ทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ

คิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น อยู่กับคนอื่นเป็น มีความสุขเป็น



3. ยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility)



ความสามารถในการเปลี่ยนวิธีคิด
เมื่อเงื่อนไขเปลี่ยน

กลุ่มทักษะการกำกับตนเอง

Focus/
Attention
=
จดจ่อใส่ใจ

Emotional
Control
=
ควบคุมอารมณ์

Self-
Monitoring
=
ติดตามประเมิน
ตนเอง

4. จดจ่อใส่ใจ (Focus/Attention)

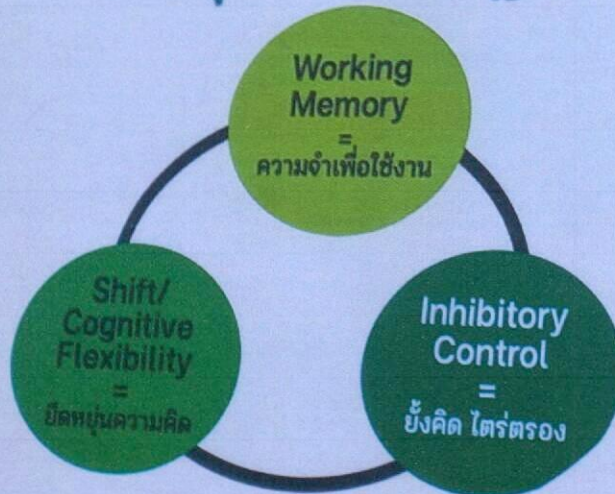
ความสามารถ
ในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
ในช่วงเวลาต่อเนื่อง



[https://www.child-encyclopedia.com/
play-based-learning](https://www.child-encyclopedia.com/play-based-learning)

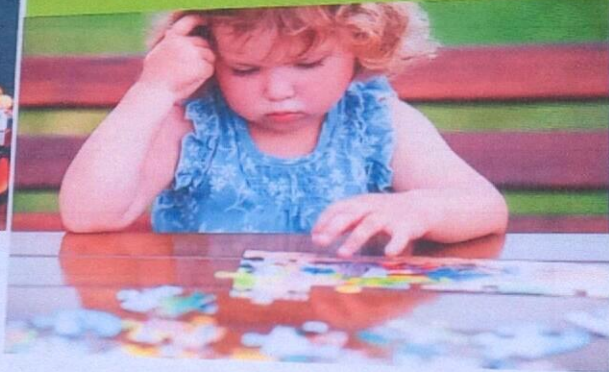
<https://pixabay.co>

กลุ่มทักษะพื้นฐาน



ความสามารถในการจำข้อมูล
ในขณะประมวลผล

1. จำเพื่อใช้งาน (Working Memory)



ข้อค้นพบ : เด็กที่ยับยั้ง/ชะลอความอยากได้

การติดตามเด็กเมื่ออายุ 18 ปี

- ★ มีแนวโน้มเป็นวัยรุ่นที่มีปัญหาสุขภาพน้อย
- ★ มีแนวโน้มติดยาเสพติดและแอลกอฮอล์น้อยกว่า
- ★ เข้ากับเพื่อนได้ดีกว่า
- ★ ได้คะแนนเรียนดีกว่าในระดับต่างๆ

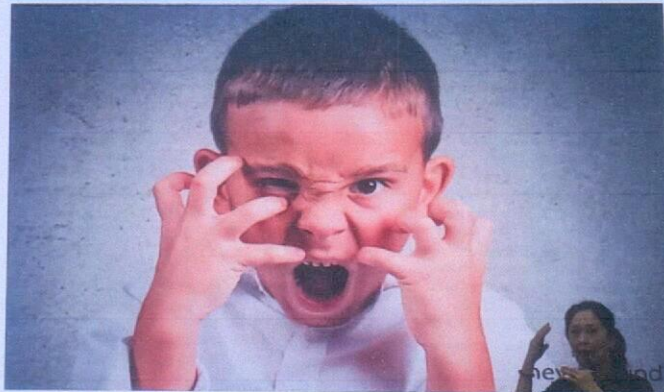
การติดตามเด็กเมื่ออายุ 40 ปี

- ★ มีอาชีพและการเงินมั่นคงกว่า
- ★ มีปัญหาหนี้สินน้อยกว่า
- ★ เป็นโรคซึมเศร้าหรือมีความเครียดน้อยกว่า
- ★ เห็นคุณค่าตนเองมากกว่า
- ★ มีครอบครัวอบอุ่นมากกว่า
- ★ เลี้ยงดูลูกได้ดีกว่า



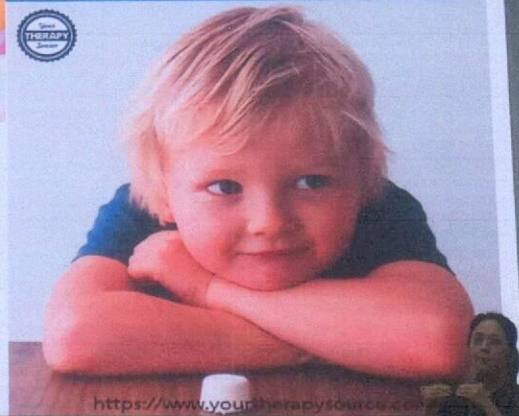
ความสามารถในการ
ควบคุมอารมณ์และแสดงเป็น
พฤติกรรมที่เหมาะสม

5. ควบคุมอารมณ์ (Emotional Control)

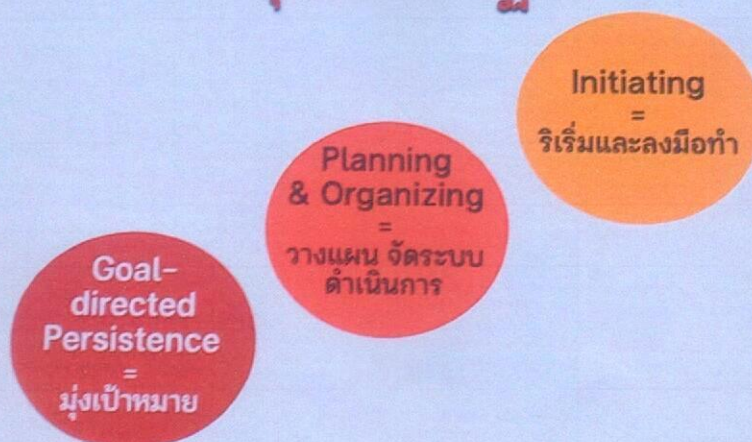


ความสามารถในการทบทวน
ความคิด ความรู้สึก
และผลงานของตนเอง

6. ติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring)



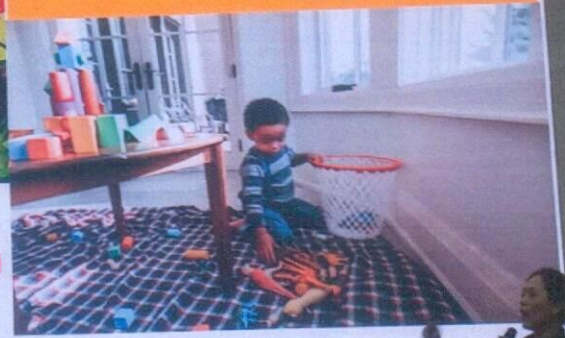
กลุ่มทักษะปฏิบัติ





<https://pixabay.com/>

7. ริเริ่ม - ลงมือทำ (Initiating)



<https://www.istockphoto.com/en/search/2/page?>

เริ่มต้นลงมือทำงานทำงานด้วย**ตนเอง**

8. วางแผน จัดระบบดำเนินการ (Planning/Organizing)

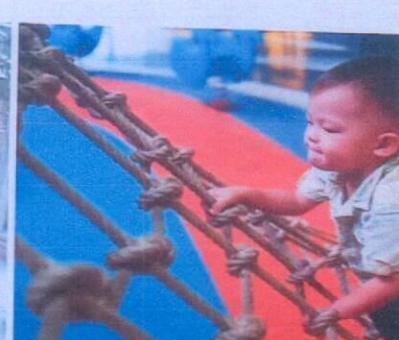
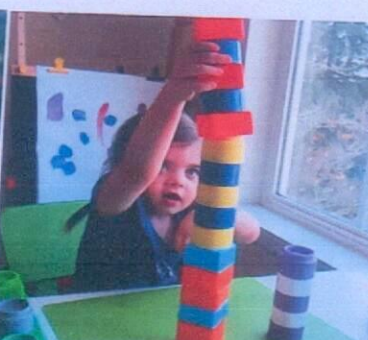
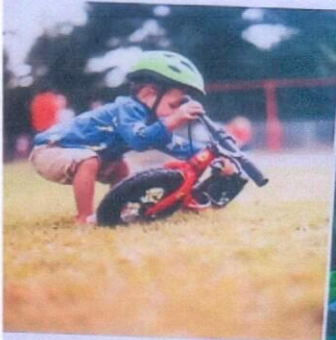


<https://pixabay.com/>

ความสามารถในการ**วางแผน**
ลำดับ เป็นขั้นตอน

9. มุ่งเป้าหมาย (Goal-Directed Persistence)

ความ**พากเพียร** มานะ
ไม่ยอมแพ้ในการเอาชนะอุปสรรค



<https://pixabay.com/>

CLAP & DANCE

EF



Dribble

แลกเปลี่ยนในกลุ่ม

1. “รู้สึกอย่างไร”
2. “เกิด EF และ Self ในขั้นตอนใด”
3. ส่งเสริมพัฒนาการด้านใด

- จำเพื่อใช้งาน
- ยืดหยุ่นความคิด
- ยังคิดได้ตรง
- จัดจ่อใส่ใจ
- ควบคุมอารมณ์
- ติดตามประเมินตนเอง
- ริเริ่มลงมือทำ
- วางแผน
- มุ่งเป้าหมาย

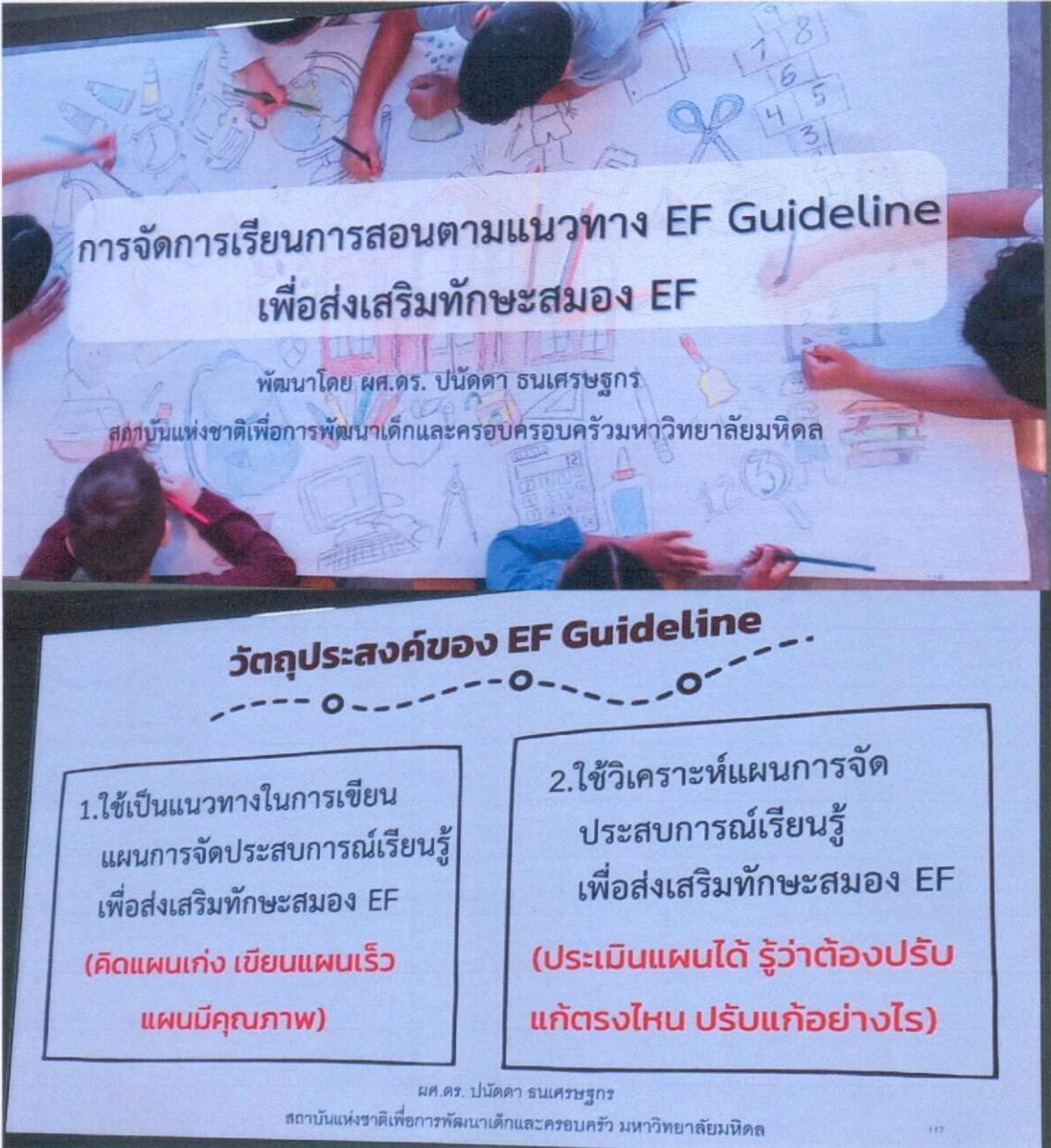
91

คิด	ทำ	ทำด้วยกัน	ตั้งเป้าหมายวางแผน	ท้าทาย	ทบทวน
คิดอิสระ	ลงมือทำ	เล่นกับเพื่อน	ตั้งเป้าหมาย	ริเริ่มสิ่งใหม่	ทวนความรู้สึก
จินตนาการ	ฟังตัวเอง	อยู่กับคนอื่น	จัดระบบ	แก้ปัญหา	ทวนความคิด
ฝึกวิเคราะห์	ทำอิสระ	ทำงานเป็นทีม	จัดการเวลา	ลองผิดลองถูก	ทวนการกระทำ
ตัดสินใจ	ประสบการณ์จริง	โกรธกัน ดีกัน	จัดลำดับสำคัญ	ทำสิ่งที่ยากขึ้น	สรุปการเรียนรู้
คาดการณ์		เอื้อเพื่อช่วยเหลือ			
		จัดการความขัดแย้ง			

6 โอกาสพัฒนา EF เด็กปฐมวัย

Copyright 2016-RIE Institute

ภาพ Power Point ประกอบการบรรยาย
หัวข้อการจัดการเรียนการสอนตามแนวทาง EF Guideline เพื่อส่งเสริม
ทักษะสมอง EF



**การจัดการเรียนการสอนตามแนวทาง EF Guideline
เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF**

พัฒนาโดย ผศ.ดร. ปณิตดา ธนเศรษฐกร
สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

วัตถุประสงค์ของ EF Guideline

1. ใช้เป็นแนวทางในการเขียน
แผนการจัดประสบการณ์เรียนรู้
เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF
(คิดแผนเก่ง เขียนแผนเร็ว
แผนมีคุณภาพ)
2. ใช้วิเคราะห์แผนการจัด
ประสบการณ์เรียนรู้
เพื่อส่งเสริมทักษะสมอง EF
(ประเมินแผนได้ รู้ว่าต้องปรับ
แก้ตรงไหน ปรับแก้อย่างไร)

ผศ.ดร. ปณิตดา ธนเศรษฐกร
สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

นักเรียน" แสดงพฤติกรรมเฉพาะจงตามที่ครูที่ตั้งใจและวางแผน

หลักการเขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

นักเรียน + ทำพฤติกรรมเฉพาะเจาะจง
ที่สามารถประเมินตามเป้าหมายได้

ตัวอย่าง กิจกรรม monster's dance

(เป้าหมาย) วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. (ฝึกทักษะยืดหยุ่น และ วางแผน)
- เด็กๆสร้างเพื่อนรักจากต่างดาว ตั้งชื่อ
คุณลักษณะต่างๆ และร่วมตกลงปรึกษาใน
การจัดวางแผนงานกลุ่ม
2. (รู้ว่าตนเองมีความคิดสร้างสรรค์)
- เด็กๆบอกว่าตนเองเป็นผู้คิดค้นด้วยตนเอง
และมีความคิดสร้างสรรค์ เมื่อครูสอบถาม

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม (เจาะจงประเมินตามเป้าหมาย)

ความรู้ (Knowledge)	ทักษะ (Skill)	เจตคติ (Attitude)
นักเรียน + กริยา เช่น บอก/แสดง/วาด/ เนื้อหาความรู้ ข้อเท็จจริง	นักเรียน สามารถ + กริยา	นักเรียน + กริยา เช่น บอก/แสดง/วาด/ เจตคติ ความคิด ความรู้สึก ความเห็น ที่มีต่อ ตนเอง ผู้อื่น หรือ สิ่งแวดล้อม

1. เป้าหมาย

1.1 ความรู้ที่เกิดขึ้นและนำไปใช้ได้ (K)

ข้อเท็จจริง, สาร, ข้อมูลต่างๆ แนวคิด, นิยามต่างๆ

ตัวอย่าง

- *ประเภทของขยะ
- *สถานที่สำคัญในชุมชน
- *วิธีการล้างมืออย่างถูกต้อง
- *รูปทรงเรขาคณิต วงกลม สามเหลี่ยม สี่เหลี่ยม
- *สิ่งมีชีวิตที่มีการเจริญเติบโตที่แตกต่างกัน

1. เป้าหมาย

1.2 ทักษะที่ต้องฝึก (S)

ความชำนาญ, ความสามารถในการกระทำหรือการปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง อาจเป็นทักษะทางร่างกาย สติปัญญา หรือสังคม เกิดจากการฝึกฝนหรือการกระทำบ่อย

ตัวอย่าง

- *ทักษะทางอารมณ์ *ทักษะทางสังคม
- *ทักษะการสื่อสาร
- *ทักษะการแก้ปัญหา
- *ทักษะความคิดสร้างสรรค์
- *ทักษะการทรงตัว
- *ทักษะการใช้มือประสานสัมพันธ์กัน
- *ทักษะการสังเกตเปรียบเทียบ

ภาพกิจกรรมการอบรม



ถ่ายภาพร่วมกับผู้เข้าร่วมอบรมที่มาจาก อปท.ต่าง ๆ



ถ่ายภาพร่วมกับกัลยาณมิตร กลุ่มเพื่อนผู้ร่วมเดินทางจากเทศบาลนครตรัง

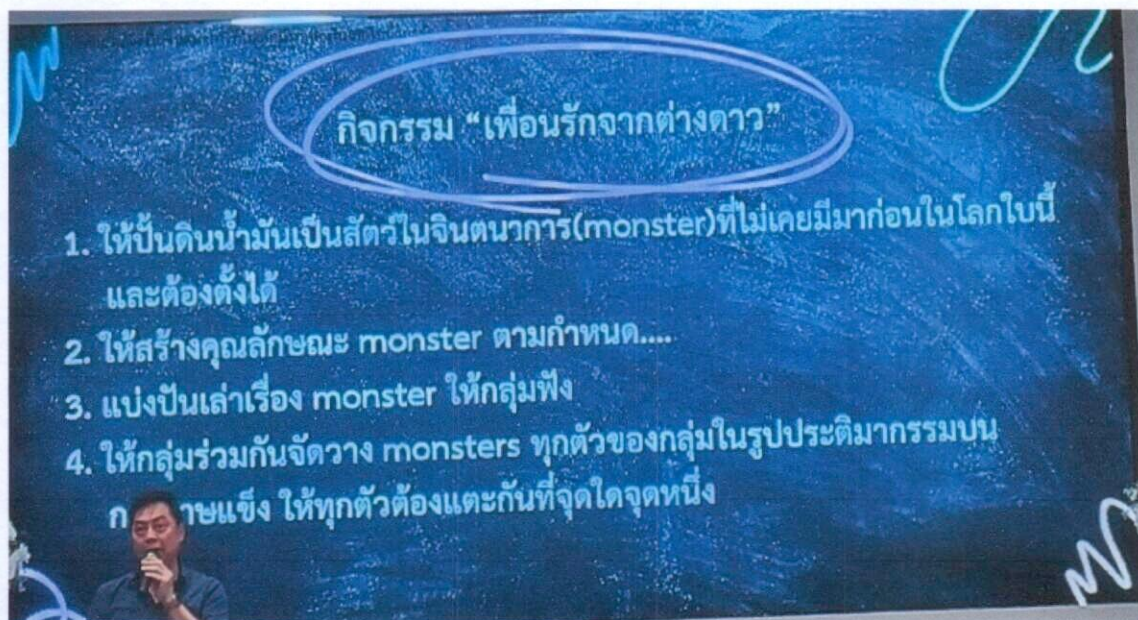


ถ่ายภาพร่วมกับวิทยากร กลุ่มเพื่อนผู้ร่วมเดินทางจากเทศบาลนครตรัง



ครูและผู้บริหารของโรงเรียนเทศบาล ๘ (อนุบาลฝันที่เป็นจริง)
ผู้ได้รับมอบหมายให้เข้าร่วมอบรม





กิจกรรม "เพื่อนรักจากต่างดาว"





ผลงานกลุ่มกิจกรรมสร้างสรรค์ “เพื่อนรักจากต่างดาว”



กิจกรรม Perfect square





ผลงานกลุ่มกิจกรรมการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ตามแนวทาง EF



ผลงานกลุ่มกิจกรรมการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ตามแนวทาง EF

กิจกรรมสร้างสรรค์ ฝึกลือแสนสวย

