



การพัฒนา ศักยภาพ นักเรียนแกนนำ ในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่



สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการ
สาธารณสุข



การพัฒนา ศักยภาพ นักเรียนแกนนำ

ในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่



สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ

คู่มือพัฒนาศักยภาพ

นักเรียนแกนนำในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่

ISBN 978-974-11-0905-6

เรียบเรียงโดย เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่

จัดพิมพ์โดย เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

พิมพ์ครั้งที่ 1 : มกราคม 2551

พิมพ์ครั้งที่ 2 : ปรับปรุงแก้ไข ตุลาคม 2551

พิมพ์ครั้งที่ 3 : ปรับปรุงแก้ไข พฤศจิกายน 2555

จัดพิมพ์/เผยแพร่

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

36/2 ซอยประดิพัทธ์ 10 ถนนประดิพัทธ์

แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทร. 0-2278-1828 โทรสาร. 0-2278-1830

<http://www.ashthailand.or.th> หรือ <http://smokefreeschool.net>

E-mail : info@smokefreeschool.net

สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

พิมพ์ที่ บริษัท นนทพิมพ์ พรินติ้ง จำกัด

คำนำ

จากการที่มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ได้นำเสนอกิจกรรม เพื่อมุ่งเน้นให้เยาวชนมีบทบาทในการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ นับตั้งแต่ปี พ.ศ.2543 เป็นต้นมา ได้แก่ การก่อตั้งชมรมคนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่ โครงการพี่สอนน้อง (Teen As Teacher : TAT) และเครือข่ายเยาวชนนักรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (We Care) ทำให้ครูและนักเรียนที่สนใจกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันในการดำเนินกิจกรรมสร้างค่านิยมไม่สูบบุหรี่ให้แก่เยาวชนคนรุ่นใหม่ เริ่มต้นจากกิจกรรมภายในโรงเรียน การสร้างเครือข่ายการทำงานร่วมกัน และการขยายผลสู่ชุมชน

ประสบการณ์จากการทำงานร่วมกันระหว่างนักเรียนกับนักเรียน และครูกับนักเรียน ในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ ของโรงเรียนสมาชิกเครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ แม้เป็นเพียงกลุ่มเล็กๆ ในสังคม แต่สร้างคุณค่าในการดำเนินชีวิตให้กับเยาวชนที่จะเติบโตเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ จึงได้จัดทำหนังสือ “คู่มือพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่” เพื่อประมวลรูปแบบการพัฒนานักเรียนแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ และเพื่อเป็นแนวทางการประยุกต์ใช้ในโรงเรียนอื่นๆ ต่อไป

การรวบรวมกรณีศึกษาของโรงเรียนสมาชิกเครือข่ายครูฯ ที่ได้ดำเนินการมาแล้วและนำมาสังเคราะห์องค์ความรู้ด้วยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าครู อาจารย์ นักการศึกษา นักสาธารณสุข และ ผู้สนใจจะได้รับประโยชน์จากประสบการณ์เหล่านี้

เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่

กิตติกรรมประกาศ

การจัดทำหนังสือคู่มือพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่
สำเร็จได้โดยการสนับสนุนขององค์กรและบุคลากร ดังต่อไปนี้

1. มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ให้การสนับสนุนด้านงบประมาณและข้อมูลทางวิชาการ
2. ผศ.ดร.มณฑา เก่งการพานิช คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลให้ข้อเสนอแนะ
และบรรณกิจหนังสือคู่มือฯ
3. ครูผู้ดูแลนักเรียนแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ ผู้ให้ข้อมูลประสบการณ์การดำเนินงานพัฒนาศักยภาพเยาวชน ได้แก่
 - นางสาวิมล จันทรเปรมปรุง โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล
 - นางอนงค์ พัวตระกูล โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน
 - นางวราภรณ์ หงษ์ดิลกกุล โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน
 - นางเพียว รุจิโรจน์วงศ์ โรงเรียนสามพรานวิทยา
 - นางเพ็ญทิพย์ มามาก โรงเรียนสุวรรณสุทธารามวิทยา
 - นางสาวฤดีวรรณ มาดีกุล โรงเรียนวัดราชโอรส
 - นางสาวยุพา สุนทรเชี่ยวชาญ โรงเรียนราชวินิตมัธยม
 - นักเรียนแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ทุกคน ผู้ให้การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน
4. ทีมประสานงานของมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ที่ช่วยดำเนินการให้คู่มือเล่มนี้
สำเร็จได้เป็นอย่างดี

จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้
เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่



การพัฒนา ศักยภาพ นักเรียนแกนนำ

ในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่

สารบัญ

คำนำ	(ค)
กิตติกรรมประกาศ	(ง)
สารบัญ	2
การพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่	
• ความเป็นมา	3
• แนวทางการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่กับเยาวชน	5
• โรงเรียนนำเสนอการดำเนินงานพัฒนานักเรียนแกนนำ	10
• ลักษณะและรูปแบบการดำเนินงาน	11
1. วิธีเลือกนักเรียนแกนนำ	11
2. กระบวนการพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำ	12
3. เนื้อหาที่ใช้ในการพัฒนานักเรียนแกนนำ	13
4. รูปแบบของกิจกรรมที่ใช้ในการพัฒนานักเรียนแกนนำ	13
5. เทคนิคการจัดกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ และการพัฒนานักเรียนแกนนำ ให้อยู่ยืน	14
6. จุดเด่นของการดำเนินงาน	16
7. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงาน	16

ความเป็นมา

เยาวชน เป็นบุคคลที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ เยาวชนจึงเป็นเป้าหมายสำคัญในการเปลี่ยนแปลงให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามการปฏิรูปการศึกษาชาติ

แต่ในขณะเดียวกันเยาวชนก็เป็นกลุ่มเป้าหมายทางการตลาดที่สำคัญของบริษัทบุหรี่ในการคงไว้ ซึ่งผลประโยชน์มหาศาลของบริษัทบุหรี่ ดังปรากฏในเอกสารของบริษัทอาร์เจเรย์โนลด์ ผู้ผลิตบุหรี่ยี่ห้อหนึ่ง กล่าวว่า

“ในช่วง 50 ปีที่ผ่านมา ผู้สูบบุหรี่ที่อายุน้อยเป็นปัจจัยสำคัญในการเพิ่ม หรือ ลดยอดขายของบริษัทบุหรี่ทุกยี่ห้อ และบริษัทของเราจะอยู่รอด และทำกำไรหรือไม่นั้น ในระยะยาวเราต้องทำให้ส่วนแบ่งการตลาดในกลุ่มลูกค้าวัยรุ่นเพิ่มขึ้น....เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ดังกล่าวเราต้องออกบุหรี่รุ่นใหม่ที่ยังคงไว้ซึ่งรสนิยมของลูกค้าวัยรุ่น” (มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่ 1: 2543)

จากคำกล่าวเหล่านี้ จำเป็นอย่างยิ่งที่เยาวชนคนรุ่นใหม่ต้องรู้เท่าทันและไม่ตกเป็นเหยื่อค่านิยมที่บริษัทบุหรี่สร้างขึ้น

สถานการณ์การสูบบุหรี่เป็นครั้งคราวของเยาวชนไทยอายุ 11-14 ปี ในปี พ.ศ.2549 เปรียบเทียบกับปี พ.ศ.2547 พบว่าร้อยละของการเปลี่ยนแปลงอัตราการสูบบุหรี่เท่ากับ 0.28 และ 0.07 ตามลำดับ ซึ่งหมายความว่า เยาวชนอายุ 11-14 ปี มีแนวโน้มอยากทดลองสูบบุหรี่เพิ่มมากขึ้น และหากไม่ดำเนินการสกัดกั้นอย่างจริงจัง เยาวชนกลุ่มนี้จะกลายเป็นผู้สูบบุหรี่ประจำในที่สุด และแสดงแนวโน้มปัญหาของเยาวชนไทยในปัจจุบันที่จะเห็นเด่นชัดเกี่ยวกับผลกระทบต่อสุขภาพของเยาวชนอันเกิดปัญหาการสูบบุหรี่ของเยาวชน

ดังนั้นการดูแลเยาวชนไม่ให้ตกเป็นเหยื่อของบุหรี่ จึงเป็นภารกิจที่สำคัญของบุคคลทุกองค์กรที่มีส่วนเกี่ยวข้องที่ต้องช่วยกัน รวมทั้งกลุ่มเยาวชนด้วยตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรงเรียนซึ่งเป็นสถาบันที่ใกล้ชิดกับเยาวชนมากพอๆ กับสถาบันครอบครัว

ครูจึงถูกคาดหวังให้มีบทบาทหน้าที่ในการดูแลช่วยเหลือ และพัฒนานักเรียนให้มีพัฒนาการด้านความรู้ ความคิด จิตใจ และทักษะการดำเนินชีวิตที่ปลอดภัยจากบุหรี่

เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ (ครป.) ตระหนักถึงการดำเนินงานควบคุมการบริโภคยาสูบเพื่อให้โรงเรียนปลอดบุหรี่ 100% จึงได้มีปฏิบัติการภารกิจที่ทำทลายด้วยการส่งเสริมศักยภาพเยาวชนให้มีส่วนร่วมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ ทั้งนี้เพราะเห็นถึงความจำเป็นยิ่ง ในการสร้างค่านิยมเยาวชนคนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่

แนวทางการรณรงค์ การไม่สูบบุหรี่ กับเยาวชน

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (2543 : 9) ได้สรุปรวบรวมแนวทางในการจัดกิจกรรมกับเยาวชน เพื่อมุ่งเน้นให้เยาวชนเกิดค่านิยมไม่สูบบุหรี่ จากประสบการณ์ในต่างประเทศ ดังต่อไปนี้

1. การให้การศึกษา

การให้การศึกษากับเด็กนักเรียนตั้งแต่วัยเด็กเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นยิ่ง วิธีการที่ให้เยาวชนเข้าใจปัญหาสุขภาพอย่างน่าสนใจ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพควรใช้รูปแบบในการจับกลุ่มคุยและให้นักเรียนค้นคว้าด้วยตนเอง

2. การพัฒนาทักษะและบุคลิกภาพ

วัยรุ่นเป็นวัยที่ได้รับอิทธิพลอย่างมากจากสิ่งแวดล้อม การสร้างภูมิคุ้มกันจึงเป็นสิ่งจำเป็นจะต้องนำมาใช้ก่อนที่เด็กจะถูกชักจูงให้ติดบุหรี่ ดังนั้นจึงต้องชักชวนและสนับสนุนให้เยาวชนมีส่วนร่วมในการทำงานรณรงค์ไม่สูบบุหรี่

3. ให้ครอบครัวมีส่วนร่วม

โครงการ my body ของประเทศนอร์เวย์ เป็นโครงการที่มีการปรึกษาหารือกันระหว่างครูกับผู้ปกครอง และได้รับการยืนยันว่า การให้พ่อแม่ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในแผนงานสอนเรื่องบุหรี่ มีผลทำให้เยาวชนสูบบุหรี่ลดน้อยลง

4. โรงเรียนปลอดบุหรี่

การห้ามทั้งครูและนักเรียนสูบบุหรี่ในโรงเรียน เป็นการสร้างสิ่งแวดล้อมปลอดบุหรี่ให้กับเยาวชน ดังตัวอย่างโรงเรียนในประเทศฟินแลนด์ พบว่านักเรียนในโรงเรียนที่มีการห้ามสูบบุหรี่ จะสูบบุหรี่น้อยกว่าโรงเรียนที่ไม่มีกฎข้อนี้

5. การเข้าถึงเด็กโดยเครือข่ายนอกระบบโรงเรียน

การส่งข่าวสารทางไปรษณีย์ ไปยังบ้านของนักเรียนโดยตรง นอกจากจะทำให้นักเรียนได้รับข้อมูลแล้ว ยังเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้ร่วมแสดงความคิดเห็น ตอบปัญหา และทำกิจกรรมต่างๆ รวมทั้งเกิดการกระตุ้นให้เกิดการพัฒนาการรับรู้ สร้างทัศนคติ และปรับพฤติกรรมให้ถูกต้องเหมาะสมได้

6. การเข้าถึงเด็กโดยใช้สื่อมวลชน

สื่อมวลชนเป็นสื่อที่เข้าถึงเด็กได้มากที่สุด และช่วยลดการสูบบุหรี่ได้โดยสื่อมวลชนจะต้องพยายามเสนออย่างสม่ำเสมอและบ่อยๆ เพื่อให้เห็นว่า ผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ คือ ผู้ที่มีบุคลิกดี การสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่สังคมไม่ยอมรับ มีโทษภัยอันตรายต่อสุขภาพ อีกทั้งควรสนับสนุนและให้กำลังใจผู้ที่ต้องการเลิกสูบบุหรี่ และควรเน้นข้อมูลเรื่องความทุกข์ทรมานจากการติดบุหรี่ เป็นต้น

ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคของสหรัฐอเมริกา (U.S. Centers for Disease Control and Prevention : CDC) ได้ให้แนวทางในการดำเนินกิจกรรมรณรงค์ไม่สูบบุหรี่และการสร้างนโยบายปลอดบุหรี่ในโรงเรียนให้ประสบความสำเร็จดังนี้ (มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่, โรงเรียนปลอดบุหรี่, 2551:3)

1. ต้องให้ความรู้ถึงผลที่เกิดขึ้นจากการสูบบุหรี่ทันทีที่สูบ

รวมทั้งสร้างความเข้าใจเรื่องอันตรายของบุหรี่ที่เกิดขึ้นในระยะสั้น และระยะยาว เช่น บุหรี่ทำลายบุคลิกภาพ โดยเฉพาะผู้หญิงเน้นผลกระทบด้านความสวยงาม เป็นต้น

2. ต้องหาเทคนิคในการเปลี่ยนแปลงค่านิยมของสังคมเรื่องการสูบบุหรี่

และเปลี่ยนแปลงความคิดที่ยอมรับว่าการสูบบุหรี่เป็นเรื่องธรรมดาในสังคม ต้องทำให้วัยรุ่นเข้าใจว่าความเท่ หรือ การเป็นที่ยอมรับของเพื่อนฝูงต้องเป็นคนไม่สูบบุหรี่

3. ต้องให้วัยรุ่นเข้าใจถึงสาเหตุของการเริ่มสูบบุหรี่

เช่น เหตุผลของการอยากเป็นผู้ใหญ่ โดยต้องนำเสนอให้วัยรุ่นเข้าใจถึงความสำเร็จ หรือ เป้าหมาย ในชีวิตในทิศทางของคนที่ไม่สูบบุหรี่

4. เตรียมสื่อรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ให้พร้อม

เพราะสื่อจะช่วยให้เยาวชนตระหนักถึงอันตราย และปัญหาการสูบบุหรี่ และช่วยลบล้างข้อมูล ข่าวสารต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการประชาสัมพันธ์ของบริษัทบุหรี่ โดยสื่อที่ใช้จะต้องเป็นสื่อที่มี ผลต่อวัยรุ่นด้วย

5. สร้างทักษะการปฏิเสธบุหรี่

และพัฒนาทักษะรณรงค์ไม่สูบบุหรี่กับวัยรุ่นให้มาก

6. พัฒนาศักยภาพเยาวชนในด้านต่าง ๆ

เช่น การกล้าแสดงสิทธิของผู้ไม่สูบบุหรี่ การสร้างความมั่นใจในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ซึ่ง จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถหลีกเลี่ยงไม่เกี่ยวข้องกับบุหรี่ และไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการสูบบุหรี่

นอกจากนี้ CDC เสนออีกว่า กิจกรรมที่ให้การศึกษเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาการ สูบบุหรี่ ซึ่งจะช่วยป้องกันและลดปัญหาการสูบบุหรี่ในเยาวชนได้ดียิ่งขึ้นนั้น ควรจะให้แก่เยาวชนตั้งแต่ ก่อนระดับมัธยมศึกษา แต่เด็กในระดับมัธยมศึกษา ควรได้รับข้อมูลและคำแนะนำเกี่ยวกับอันตรายของ การสูบบุหรี่อย่างสม่ำเสมอ และในลักษณะการถ่ายทอดจากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง โดยการเรียนรู้จาก บุคคลในวัยเดียวกันหรือใกล้เคียงกัน

กิจกรรมรณรงค์ไม่สูบบุหรี่กับเยาวชนที่มีประสิทธิภาพ จะต้องเหมาะสมกับวัย และมีการส่งเสริมให้ มากขึ้นตามระดับชั้น และให้มีกิจกรรมรณรงค์ไม่สูบบุหรี่มากยิ่งขึ้นเมื่ออยู่ในระดับมัธยมปลาย

จะเห็นได้ว่าการรณรงค์สร้างค่านิยมไม่สูบบุหรี่ในเยาวชน เป็นกิจกรรมที่ต้องทำอย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ โดยให้ความสำคัญกับการมีบทบาทของเยาวชนในการดูแลเยาวชนด้วยกัน

ดังนั้นการสร้างเยาวชนให้เป็นนักรณรงค์เพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ จึงเป็นกลยุทธ์หนึ่งที่มีความ สำคัญยิ่งในการดำเนินงานควบคุมการบริโภคยาสูบ ซึ่งสอดคล้องกับรายงาน เรื่อง How to Empower Youth to be Tobacco Control Advocates ของ Southeast Asia Tobacco Control Alliance : SEATCA ที่ นำเสนอในการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ความจริงของอุตสาหกรรมบุหรี่ยับโปรแกรมการป้องกันเยาวชน จากการสูบบุหรี่ ณ ปีนัง ประเทศมาเลเซีย เมื่อวันที่ 19 -20 เมษายน พ.ศ.2547

โดยได้กล่าวถึงวิธีสร้างนักรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียน ดังนี้

นำเสนอในการประชุมเชิงปฏิบัติการ
เรื่อง ความจริงของอุตสาหกรรมบุหรีกับโปรแกรมการป้องกันเยาวชนจากการสูบบุหรี
ณ ปีนัง ประเทศมาเลเซีย
เมื่อวันที่ 19 -20 เมษายน พ.ศ.2547
โดยได้กล่าวถึงวิธีสร้างนักรณรงค์ไม่สูบบุหรีในโรงเรียน

1. **การให้นักเรียนมีบทบาทใน
การสร้างรูปแบบกิจกรรมรณรงค์ไม่สูบบุหรี**

โดยควรถามนักเรียนว่ากิจกรรมรณรงค์ไม่สูบบุหรีรูปแบบใดที่เหมาะสมกับเขา และสามารถเข้าถึงกลุ่มวัยรุ่นด้วยกันได้ กิจกรรมนี้ไม่ควรจำกัดเฉพาะเด็กที่ไม่สูบบุหรี แต่ควรให้นักเรียนกลุ่มเสี่ยงเข้าร่วมกิจกรรมด้วย ที่สำคัญควรเปิดโอกาสให้เยาวชนได้ทำกิจกรรมอย่างอิสระตามความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริง

2. **การฝึกอบรมเยาวชนให้มีความรู้
ความสามารถในการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี**

เพื่อฝึกอบรมให้เยาวชนเป็นผู้นำหรือจัดเวทีให้ได้แสดงออกในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี ทั้งนี้เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์การเป็นนักรณรงค์ให้กับเยาวชนให้มากที่สุด

3. **หลีกเลี่ยงการบรรยายหรือ
การสร้างข้อห้ามต่างๆ กับนักเรียน**

ในการดำเนินกิจกรรม ควรทำให้เยาวชนรู้สึกว่าเป็นการทำงานที่อยู่บนพื้นฐานความรับผิดชอบเช่น ผู้ใหญ่ ความเป็นผู้ใหญ่จะช่วยให้เยาวชนรู้สึกว่าตนพร้อมต่อการทำาน นอกจากนี้ควรเพิ่มเติมข้อมูลเกี่ยวกับมาตรการการควบคุมการบริโภคยาสูบ เพื่อให้เยาวชนมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการรณรงค์ไม่สูบบุหรีได้ดียิ่งขึ้น

4. **มีการประเมินผลกิจกรรม**

เพราะการประเมินเป็นตัวบ่งชี้ถึงความคิด และพฤติกรรมของเยาวชนที่เปลี่ยนแปลงไป

แนวทางการดำเนินงานรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่กับเยาวชนข้างต้นเป็นบทเรียนจากประสบการณ์ของต่างประเทศ ซึ่งมีคุณค่าต่อการนำมาประยุกต์ใช้ในโรงเรียนของประเทศไทย เพราะครูผู้ดำเนินกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียนต่างพยายามแสวงหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการสร้างค่านิยมไม่สูบบุหรี่ในเยาวชน

ดังนั้นจากการสนับสนุนของมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในการพัฒนาศักยภาพเยาวชนให้มีบทบาทมากขึ้นในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ จึงได้โอกาสในการนำยุทธวิธีต่างๆ เหล่านี้ ไปทดลองปรับใช้ในโรงเรียนต่างๆ

อาทิเช่น โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์” กรุงเทพมหานคร เป็นโรงเรียนแรกที่น่า “โครงการพี่สอนน้อง” ไปทดลองใช้ในโรงเรียน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2542 ซึ่งประสบความสำเร็จและดำเนินการอย่างต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน

ต่อมาเมื่อมีการตั้งเครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ (ครป.) ครูผู้ปฏิบัติงานพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่มาอย่างต่อเนื่อง ต่างมีความคิดเห็นตรงกันว่า ควรสรุปบทเรียนการทำงานพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ เพื่อเป็นแนวทางในการเรียนรู้ร่วมกัน และเป็นประโยชน์ให้โรงเรียนต่างๆ นำไปประยุกต์ใช้

โรงเรียนนำเสนอ การดำเนินงานพัฒนา นักเรียนแกนนำ

โรงเรียนที่เป็นสมาชิกเครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ (ครป.) ที่ได้นำเสนอการดำเนินงานพัฒนานักเรียนแกนนำรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ มีจำนวน 7 โรงเรียน ได้แก่

- โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล กรุงเทพมหานคร
- โรงเรียนสามพรานวิทยา นครปฐม
- โรงเรียนวัดราชโอรส กรุงเทพมหานคร
- โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหवादจวนอุปถัมภ์” กรุงเทพมหานคร
- โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร
- โรงเรียนสุวรรณสุทธารามวิทยา กรุงเทพมหานคร
- โรงเรียนราชวินิตมัธยม กรุงเทพมหานคร

ดูรายละเอียดกรณีศึกษาของแต่ละโรงเรียนได้ที่ www.smokefreeschool.net

ลักษณะและรูปแบบ การดำเนินงาน

ลักษณะและรูปแบบของการดำเนินงานพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ ในครั้งนี้เป็นผลลัพธ์จากการประชุมครูผู้ดูแลนักเรียนแกนนำ เพื่อระดมความคิดเห็นแลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงาน และสรุปบทเรียนจากประสบการณ์การดูแลนักเรียนแกนนำฯ

ผลการสังเคราะห์ข้อมูลการดำเนินงานพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ ปรากฏดังนี้

1. วิธีเลือกนักเรียนแกนนำฯ

นักเรียนแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ หมายถึง นักเรียนที่ดำเนินกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ด้วยจิตอาสาอย่างต่อเนื่อง ด้วยความคาดหวังจากนักเรียนแกนนำ ทำให้การรับสมัครนักเรียนแกนนำฯ ในแต่ละโรงเรียนจะกำหนดคุณสมบัติของนักเรียนแกนนำฯ ตามบริบทของโรงเรียน โดยภาพรวมทุกโรงเรียนได้กำหนดคุณสมบัติของนักเรียนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมเป็นนักเรียนแกนนำฯ ดังนี้

1. เป็นนักเรียนอาสาสมัคร **สนใจทำกิจกรรมรณรงค์**เพื่อการไม่สูบบุหรี่
2. เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย **ทั้งหญิงและชาย** ส่วนใหญ่เริ่มต้นที่ชั้น ม.4

เนื่องจากต้องใช้เวลาพัฒนานักเรียนอย่างต่อเนื่อง และนักเรียนสามารถร่วมทำกิจกรรมได้มากกว่าระดับชั้นอื่น

นอกจากนี้**บางโรงเรียนกำหนดเงื่อนไขของการเป็นนักเรียนแกนนำฯ** เพิ่มเติม ดังนี้

1. ต้องเป็นผู้ไม่สูบบุหรี่
2. พร้อมที่จะเสียสละเวลาร่วมกิจกรรมรณรงค์อย่างต่อเนื่อง
3. เป็นผู้รักษาหรือปฏิบัติตามระเบียบวินัยของโรงเรียน

ในขณะที่บางโรงเรียนไม่กำหนดเงื่อนไขการเป็นนักเรียนแกนนำฯ แต่ครูที่ปรึกษาจะคอยดูแลนักเรียนให้ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน เช่น การแต่งกายเรียบร้อย ไว้ผมถูกระเบียบ ฯลฯ การให้ความสำคัญกับการปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนแกนนำจะเป็นผู้นำการจัดกิจกรรมรณรงค์จึงจำเป็นต้องเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียนคนอื่น

2. กระบวนการพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ

กระบวนการที่ครูใช้ในการพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ ได้แก่

1. กระบวนการมีส่วนร่วมของนักเรียนแกนนำฯ

ได้แก่ การเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการวางแผนงาน ออกแบบกิจกรรม ดำเนินงาน และประเมินผลงาน

2. เทคนิคแม่แบบ

ได้แก่ การสร้างแรงจูงใจนักเรียนแกนนำในการรณรงค์ โดยส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้จากบุคคลตัวแบบที่มีความสามารถซึ่งอาจเป็นเพื่อนวัยเดียวกัน นักเรียนรุ่นพี่ทั้งในและนอกโรงเรียน หรือเป็นบุคคลที่เป็นแบบอย่างในการพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ ได้ เช่น ครู

3. การฝึกปฏิบัติซ้ำ

หมายถึง การส่งเสริมให้นักเรียนแกนนำฯ ได้หมั่นฝึกฝนทักษะความสามารถด้านการแสดงออกในการรณรงค์ เช่น การพูดหน้าชุมชน การเป็นผู้นำกิจกรรมนันทนาการ และการเป็นวิทยากรสอนน้อง เป็นต้น

4. การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการให้ขวัญกำลังใจ

มีความจำเป็นต่อการพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจ ความรู้สึกเชื่อมั่นในการเป็นผู้นำ และการเห็นคุณค่าในตนเอง

5. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในลักษณะเครือข่าย

เป็นกระบวนการที่มีความสำคัญด้านการเปิดโลกทัศน์ให้แก่นักเรียนแกนนำฯ

3. เนื้อหาที่ใช้ในการพัฒนานักเรียนแกนนำฯ

นักเรียนแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ มีความจำเป็นต้องเรียนรู้ข้อมูลต่างๆ ก่อนดำเนินกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ และควรพัฒนาตนเองให้รอบรู้ ชัดเจน ทันสมัยอยู่เสมอ ซึ่งมีเนื้อหาที่นักเรียนแกนนำฯ ควรเรียนรู้เป็นพื้นฐาน ดังต่อไปนี้

1. ความรู้เรื่องบุหรี่ เช่น กลยุทธ์บริษัทบุหรี่ การคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ การควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบรวมถึงพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่และพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2535 เป็นต้น
2. เทคนิคการพูดหน้าชุมชนหรือพูดในที่สาธารณะ
3. คุณลักษณะของผู้นำ และ ผู้ตาม
4. เทคนิคการผลิตสื่ออุปกรณ์ เช่น ป้ายนิเทศ สื่อ pop up ฯลฯ
5. กิจกรรมนันทนาการ เช่น การแสดงท่าทางประกอบเพลง การเล่นเกม ฯลฯ
6. การทำงานเป็นทีม
7. เทคนิคการเป็นวิทยากรสอนน้อง

4. รูปแบบของกิจกรรมที่ใช้ในการพัฒนานักเรียนแกนนำฯ

กิจกรรมที่ใช้ในการพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ มีหลากหลายกิจกรรม ทั้งในรูปแบบกิจกรรมที่มีความจำเป็นต้องดำเนินการในการพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ มีดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมจัดค่ายอบรมนักเรียนแกนนำฯ

แบบไม่ค้างคืนหรือแบบค้างคืน (1-3 วัน) กรณีค่ายแบบค้างคืน ที่นักเรียนได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มจะสามารถสร้างความรู้สึกผูกพันระหว่างนักเรียนแกนนำฯ ได้มากกว่าแบบไม่ค้างคืน

2. กิจกรรมพี่สอนน้อง

ได้แก่ นักเรียนแกนนำฯ จัดกิจกรรมขยายผลสอนน้องในโรงเรียน และ โรงเรียนประถมศึกษาใกล้เคียง

3. กิจกรรมการคิดสร้างงานรณรงค์โดยเยาวชน

เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนแกนนำมีส่วนร่วมในกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ให้มากที่สุด เช่น การผลิตสื่อหุ่นจำลองแสดงโรคที่เกิดจากบุหรี่ การจัดประกวดโรงเรียนปลอดบุหรี่ การจัดทำสติกเกอร์ติดรถตู้โรงเรียน การจัดทำหุ่น cos play ในการเดินรณรงค์ปลอดบุหรี่ เป็นต้น

(หุ่น cos play คือ การแต่งตัวหรือการแสดงท่าทางเลียนแบบตัวการ์ตูน)

5. เทคนิคการจัดกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ และการพัฒนานักเรียนแกนนำฯ ให้ยั่งยืน

จากประสบการณ์การทำงานของครูผู้ดูแลนักเรียนแกนนำทั้ง 7 โรงเรียน มีข้อค้นพบในการดำเนินงานรณรงค์เพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ และพัฒนานักเรียนแกนนำฯ ให้ยั่งยืน ดังนี้

1. ควรจัดค่ายอบรมนักเรียนแกนนำ

อย่างสม่ำเสมอต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี

โดยสามารถเลือกนักเรียนแกนนำรุ่นพี่ที่มีลักษณะโดดเด่นด้านการเป็นผู้นำ กล้าแสดงออก ร่วมเป็นวิทยากร เพื่อสร้างแรงจูงใจผู้เข้ารับการอบรมจากการเห็นตัวอย่างที่ดี สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่สนุกสนานจากกิจกรรมนันทนาการ และเป็นการสื่อสารระหว่างเยาวชนคนรุ่นเดียวกัน

2. ควรสนับสนุนให้นักเรียนทุกคนในโรงเรียน

มีส่วนร่วมในกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่

เช่น การประกวดออกแบบสติกเกอร์ติดรถตู้รับส่งนักเรียน การประกวดห้องเรียนปลอดบุหรี่ เป็นต้น เพราะจะทำให้ นักเรียนทุกคนรู้สึกเป็นเจ้าของกิจกรรมร่วมกัน มิใช่เป็นของกลุ่มผู้สนใจเล็ก ๆ กลุ่มหนึ่งเท่านั้น

3. **ควรจัดกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่
อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอทุกภาคเรียน**

มีใช้เฉพาะวันงดสูบบุหรี่โลกเท่านั้น

4. **ควรประชาสัมพันธ์ผลงานเยาวชนในการรณรงค์
โรงเรียนปลอดบุหรี่ ให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับแก่ชุมชน**

ซึ่งสามารถทำได้หลายวิธีแตกต่างกันไปในแต่ละโรงเรียน เช่น ประชาสัมพันธ์ในวารสารโรงเรียน เว็บไซต์โรงเรียน การประชุมผู้ปกครอง การร่วมกิจกรรมกับชุมชน หรือ การจัดกิจกรรม youth forum ของ we care เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อสร้างความรู้สึกรับการยอมรับจากสังคม ให้แก่นักเรียนแกนนำ และ สร้างความรู้สึกเชื่อมั่นในศักยภาพของเยาวชนในการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่

5. **ควรสร้างเครือข่ายการดำเนินงานโรงเรียนปลอดบุหรี่
ทั้งในและนอกโรงเรียน**

เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้และสนับสนุนช่วยเหลือกัน เช่น เครือข่ายห้องเรียน เครือข่ายโรงเรียน และ เครือข่ายครู เป็นต้น

6. **ควรเปิดโอกาสให้นักเรียนแกนนำฯ ได้แสดงศักยภาพ
ด้านการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่อย่างสร้างสรรค์
ต่อเนื่องสม่ำเสมอ**

เช่น การจัดกิจกรรมฐานความรู้สื่อน้อง การแสดงกิจกรรมหน้าเวทีเสารง การเดินรณรงค์ ฯลฯ ทั้งนี้เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์การทำงาน และความรู้สึกผูกพันกับงานรณรงค์ให้แก่นักเรียนแกนนำฯ

7. **ควรเปิดโอกาสให้นักเรียนแกนนำฯ มีส่วนร่วมใน
การคิดสร้างงานและดำเนินกิจกรรมด้วยศักยภาพของเยาวชน**

โดยครูเป็นผู้เอื้ออำนวยและชี้แนะบางกรณี การกระทำเช่นนี้สร้างความรู้สึกรับผิดชอบในการทำงาน ความรู้สึกสนุกกับงานและความสุขที่ได้ทำงานให้แก่นักเรียนแกนนำ เช่น การออกแบบหลักสูตรค่าย และการคิดกิจกรรมสร้างสรรค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ เป็นต้น

8. การสร้างขวัญและกำลังใจให้นักเรียนแกนนำฯ

เช่น ครูชื่นชมจุดเด่นของนักเรียนแกนนำเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่ม การเอาใจใส่สอบถามความรู้สึก การมอบเกียรติบัตรเชิดชูเกียรติ การประกาศเกียรติคุณหน้าเสาธง และการจัดกิจกรรมสังสรรค์เฮฮาในบางโอกาสให้กับนักเรียนแกนนำ ฯ เป็นต้น

9. ครูผู้ดูแลนักเรียนแกนนำควรจัดประชุมเพื่อให้ข้อมูลย้อนกลับ

ภายหลังจากเสร็จสิ้นภารกิจในแต่ละกิจกรรม เช่น ศึกษาผลการประเมินกิจกรรมจากแบบสอบถามร่วมกัน สนทนากลุ่มเพื่อทบทวนงาน นักเรียนแกนนำฯ ประเมินตนเอง ประเมินเพื่อน และประเมินกิจกรรม โดยครูมีบทบาทในการสื่อความหมายด้านบวก เพื่อสร้างความรู้สึกภาคภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองให้นักเรียนแกนนำฯ

6. จุดเด่นของการดำเนินงาน

เมื่อได้ดำเนินงานรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ โดยเน้นให้เยาวชนมีบทบาทในการรณรงค์ พบว่าจุดเด่นของการดำเนินงาน คือ การคิดสร้างงานรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่โดยเยาวชน สื่อสารด้วยเยาวชนเพื่อเยาวชน ครูที่ปรึกษาเป็นเพียงผู้เอื้ออำนวยความสะดวกดำเนินงาน ทำให้มีกิจกรรมรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ที่ตรงใจเยาวชนและสร้างค่านิยมไม่สูบบุหรี่

7. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงาน

บรรยากาศในการทำงานรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ของแต่ละโรงเรียนมีความแตกต่างกันตามบริบทของแต่ละโรงเรียนแต่เมื่อดำเนินงานพัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ มีปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานที่คล้ายคลึงกันดังนี้

1. ครูในโรงเรียนมองเห็นความสามารถของนักเรียนแกนนำฯ แล้วมอบหมายงานอื่นให้ทำเพิ่มเติม ทำให้นักเรียนแกนนำฯ มีภาระงานมากขึ้น มีปัญหาด้านการจัดแบ่งเวลาปฏิบัติงาน และไม่สามารถทุ่มเทให้กับงานรณรงค์ได้อย่างเต็มที่
2. โรงเรียนมีกิจกรรมที่หลากหลาย นักเรียนแกนนำฯเองให้ความสนใจในกิจกรรมหลายอย่างในขณะเดียวกัน ทำให้เป็นนักเรียนรณรงค์ชั่วคราว คือไม่สามารถทุ่มเทหรือเกาะติดงานรณรงค์ได้
3. นักเรียน ครู ผู้บริหาร และผู้ปกครองเน้นความสำคัญของการพัฒนาผู้เรียนด้านวิชาการมากกว่าการทำกิจกรรมนอกชั้นเรียน

ลักษณะและรูปแบบของการดำเนินงาน
พัฒนาศักยภาพนักเรียนแกนนำฯ ในครั้งนี้
เป็นผลลัพธ์จากการประชุมครูผู้ดูแลนักเรียน
แกนนำ เพื่อระดมความคิดเห็นแลกเปลี่ยน
ประสบการณ์การทำงาน และสรุปบทเรียน
จากประสบการณ์ การดูแลนักเรียนแกนนำ
ในการรณรงค์ฯ



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

36/2 ซอยประดิพัทธ์ 10 แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทร. 0-2278-1828 โทรสาร. 0-2278-1830

www.smokefreeschool.net Email : info@smokefreeschool.net

ติดตามความเคลื่อนไหวผ่าน Facebook ได้ที่ <http://www.facebook.com/SmokeFreeSchool>

เผยแพร่ เดือนตุลาคม 2555