



“...เด็กคืออนาคตของชาติ ควรได้รับการอบรมบ่มนิสัย
ให้เป็นพลเมืองดีอยู่ในศีลธรรม เคารพต่อกฎหมาย
เมื่อเติบโตใหญ่พลเมืองของประเทศก็จะมีแต่คนดี
และประเทศเจริญก้าวหน้าต่อไปได้...”

พระราชดำรัสในพิธีเปิดศาลคดีเด็กและเยาวชนกลาง
มกราคม พุทธศักราช ๒๕๒๕

คำนำ

“เพื่อนรักของเดชา” เป็นหนังสือในโครงการโรงเรียนคำพ่อสอน จัดทำขึ้นเพื่อเป็นสื่อบูรณาการในการเรียนรู้พิชภัยเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บุหรี่ ไปด้วยการพัฒนาทักษะการอ่านภาษาไทย โดยเริ่มตั้งแต่เด็กๆ ระดับชั้นปฐมวัย ที่ควรได้เรียนรู้เรื่องโทษของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างเหมาะสมและเรียนรู้การประหยัดอดออมไปพร้อมกัน ซึ่งจะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันตั้งแต่วัยเด็ก

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีการแพร่ระบาดอย่างรวดเร็วจากผู้ใหญ่ลุกลามสู่กลุ่มวัยรุ่น กลุ่มเด็กเล็ก โดยพฤติกรรมการดื่มนั้นมีจุดเริ่มต้นจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน จากสื่อโฆษณาต่างๆ ซึ่งเด็กเรียนรู้และจดจำพฤติกรรมดังกล่าวโดยอัตโนมัติ โรงเรียนจึงจำเป็นต้องสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็กๆ ไปพร้อมกับการที่คุณครูให้ความรักอย่างเต็มเปี่ยม และสร้างสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน

หนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นจากแรงบันดาลใจที่ครูใช้นิทานเป็นสื่อในการสอนทั้งด้านพุทธิพิสัยและจิตพิสัย และการจัดกิจกรรมเขียนจดหมายสื่อรักลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้าครบพรรษา ในโครงการโพธิสัตว์น้อยลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้า เด็กๆ ได้เรียนรู้ถึงการเขียนจดหมายสื่อรัก เรียนรู้ถึงโทษและภัยที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เด็กๆ และผู้จัดทำขอมอบเรื่อง **เพื่อนรักของเดชา** เพื่อเป็นสื่อประกอบการเรียนรู้ ให้เด็กๆ เกิดความ

ตระหนักถึงปกป้องตัวเองและช่วยให้คุณพ่อคุณแม่พ้นจาก**ภัยร้ายปีศาจน้ำเมา** (เครื่องดื่มแอลกอฮอล์) ซึ่งจะเป็นภัยคุกคามอันตรายพลั้ง โดยในการใช้หนังสือนี้จะใช้กระบวนการเรียนรู้ ๔ ขั้นตอนของโรงเรียนคำพ่อสอนมาใช้ ซึ่งขอแนะนำอยู่ในหน้าถัดไป

ขอขอบคุณสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่สนับสนุนให้ผู้แต่งมีแรงบันดาลใจนี้



พิมพ์ครั้งแรก : กรกฎาคม ๒๕๖๑

ต้นเรื่อง : นางสาวพนารัตน์ กุลกำพล (ครูตา)
ข้าราชการครูโรงเรียนอนุบาลวัดพิชัยสงคราม สพป.สป. เขต ๑

ที่ปรึกษา : นางสาวอริศา มะหะมาน ผู้จัดการโครงการโรงเรียนคำพ่อสอน
นายณัฐพล นุชอุดม ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลวัดพิชัยสงคราม สพป.สป. เขต ๑

จัดทำโดย : สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) โครงการบูรณาการเพื่อป้องกันแก้ไขปัญหาเหล้า บุหรี่ ผ่านระบบการศึกษา สังกัด สพฐ.

พิมพ์ที่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด สามลดา

สงวนลิขสิทธิ์โดยสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) โครงการบูรณาการเพื่อป้องกันแก้ไขปัญหาเหล้า บุหรี่ ผ่านระบบการศึกษา สังกัด สพฐ. ห้ามลอกเลียนแบบทำซ้ำหรือดัดแปลงเพื่อจัดจำหน่าย โดยมีได้รับอนุญาต แต่สามารถทำซ้ำเพื่อเผยแพร่เป็นวิทยาทาน โดยการขออนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์



ข้อเสนอแนะ
การใช้หนังสือเรื่องเพื่อนรักของเดชา
โดยใช้กระบวนการเรียนรู้ ๔ ขั้นตอน
ตามแนวทางโรงเรียนคำพ่อสอน



ขั้นตอนที่ ๑ ให้ครูรักเด็กให้เด็กรักครู

๑. ครูยิ้มและใช้คำพูดด้านบวกชื่นชมนักเรียนด้วยความจริงใจ เช่น “สวัสดีเด็กๆ ทุกคน วันนี้ทุกคนน่ารักมาก ที่ช่วยกันกวาดห้องเรียนได้สะอาดยอดเยี่ยม ครูขอบคุณเด็กๆ ทุกคนนะ”

(ผลของข้อ ๑ ทำให้เด็กๆ รู้สึกผ่อนคลาย สบายใจก่อนการเรียนรู้ จากคำพูดด้านบวกและการชื่นชม)

๒. ครูขอให้นักเรียนหลับตาเบาๆ นั่งท่าสบายๆ หายใจเข้าออกยาวๆ อย่างอ่อน-คลายสัก ๑๐ ครั้ง และค่อยๆ ลืมตา (ลมหายใจที่ยาวมีผลต่อคลื่นสมอง จิตใจ อารมณ์ และการเรียนรู้)

(ผลของข้อ ๒ ทำให้เด็กๆ มีคลื่นสมองต่ำ ลดความรุนแรง มีสมาธิจดจ่อต่อการเรียนรู้)

๓. จากนั้นครูพานักเรียนพูดพร้อมกันว่า “เราทุกคนเป็นคนดี มีน้ำใจ ตั้งใจเรียน เราชรักคุณครู รักคุณพ่อคุณแม่และเพื่อนๆ ทุกคน พวกเราทุกคนน่ารักจริงๆ นะครับ/คะ ถ้าพวกเราทำอะไรผิดไปเราขออภัยคุณครูด้วยนะ ครับ/คะ พวกเราจะแก้ไขให้ดีขึ้นและเราทำตามคำสอนของในหลวงรัชกาลที่ ๙ คือเว้นขาดจากเหล้า เบียร์ บุหรี่ ยาเสพติดทุกชนิด เพราะเป็นการ

ทำลายชีวิตตัวเอง ขอขอบคุณคุณครูนะครึบ/คะที่รัก ผม/หนู (ครูอาจเขียนข้อความดังกล่าวไว้ที่กระดานก่อน)

(ผลของข้อ ๓ ทำให้พฤติกรรมด้านบวกค่อยๆเกิดขึ้นในตัวเด็กๆ จากการพูดด้านบวกกับตัวเองในเพราะคำพูดด้านบวกเหล่านี้จะลงไปที่จิตใต้สำนึก)

๔. นักเรียนยิ้มและสวัสดีเพื่อนที่อยู่ด้านซ้าย ขวา พูดชื่นชมเพื่อนด้านซ้ายและขวา คนละ ๑ ประโยค เช่น “เธอเป็นคนเก่งที่มีน้ำใจนะ” ครูนำเข้าสู่การเรียนรู้ “เพื่อนรักของเดชา” ครูอาจนำหญ้าดอกขาวมาให้เด็กๆ เห็นของจริง

(ผลของข้อ ๔ ทำให้เด็กๆ รู้สึกได้รับการยอมรับ เคารพซึ่งกันและกัน)

ขั้นตอนที่ ๒ การเรียนรู้

ผลของขั้นตอนที่ ๒ เด็กๆ จะมีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผ่อนคลาย มีจินตนาการ กล้าแสดงออก

ขั้นตอนที่ ๓ คำถามต่อยอดการเรียนรู้

ผลของขั้นตอนที่ ๓ เป็นคำถามปลายเปิดเพื่อให้เด็กกล้าแสดงความคิดเห็นโดยที่ครูและเพื่อนๆ รับฟังอย่างตั้งใจ การเรียนรู้จะกว้างขึ้นจากคำตอบที่หลากหลายของเด็กๆ เขาเกิดความภาคภูมิใจ

ขั้นตอนที่ ๔ ขยายผลความรู้สู่ความดี

ผลของขั้นตอนที่ ๔ เด็กๆ จะเกิดความภาคภูมิใจ ที่ได้นำความรู้จากการเรียนรู้ปฏิบัติจริงไปใช้



ขั้นตอนที่ ๑ ให้ครูรักเด็กให้เด็กรักครู

๑. ครูยิ้มและใช้คำพูดด้านบวกชื่นชมนักเรียนด้วยความจริงใจ เช่น “สวัสดีเด็กๆ ทุกคน วันนี้ทุกคนน่ารักมาก ที่ช่วยกันกวาดห้องเรียนได้สะอาดยอดเยี่ยม ครูขอบคุณเด็กๆ ทุกคนนะ”

๒. ครูขอให้นักเรียนหลับตาเบาๆ นั่งทำสบายๆ หายใจเข้าออกยาวๆ อย่างอ่อน-คลายสัก ๑๐ ครั้ง (ลมหายใจที่ยาวมีผลต่อคลื่นสมอง จิตใจ อารมณ์ และการเรียนรู้) และค่อยๆ ลืมตา

๓. จากนั้นครูพานักเรียนพูดพร้อมกันว่า “เราทุกคนเป็นคนดี มีน้ำใจ ตั้งใจเรียน เราชักคุณครู รักคุณพ่อคุณแม่ และเพื่อนๆ ทุกคน พวกเราทุกคนน่ารักจริงๆ นะครับ/คะ ถ้าพวกเราทำอะไรผิดไปเราขออภัยคุณครูด้วยนะครับ/คะ พวกเราจะแก้ไขให้ดีขึ้นและเราทำตามคำสอนของในหลวงรัชกาลที่ ๙ คือเว้นขาดจากเหล้า เบียร์ บุหรี่ ยาเสพติดทุกชนิด เพราะเป็นการทำลายชีวิตตัวเอง ขอขอบคุณคุณครูนะครับ/คะ ที่รัก ผม/หนู” (ครูอาจเขียนข้อความดังกล่าวไว้ที่กระดานก่อน)

๔. นักเรียนยิ้มและสวัสดีเพื่อนที่อยู่ด้านซ้าย ขวา พูดชื่นชมเพื่อนด้านซ้ายและขวา คนละ ๑ ประโยค เช่น “เธอเป็นคนเก่งที่มีน้ำใจนะ” ครูนำเข้าสู่การเรียนรู้ “เพื่อนรักของเดชา”

ขั้นตอนที่ ๒ การเรียนรู้

(ครูเราให้เด็กๆ อยากรังนิทาน และครูเล่านิทานให้เด็กฟัง)

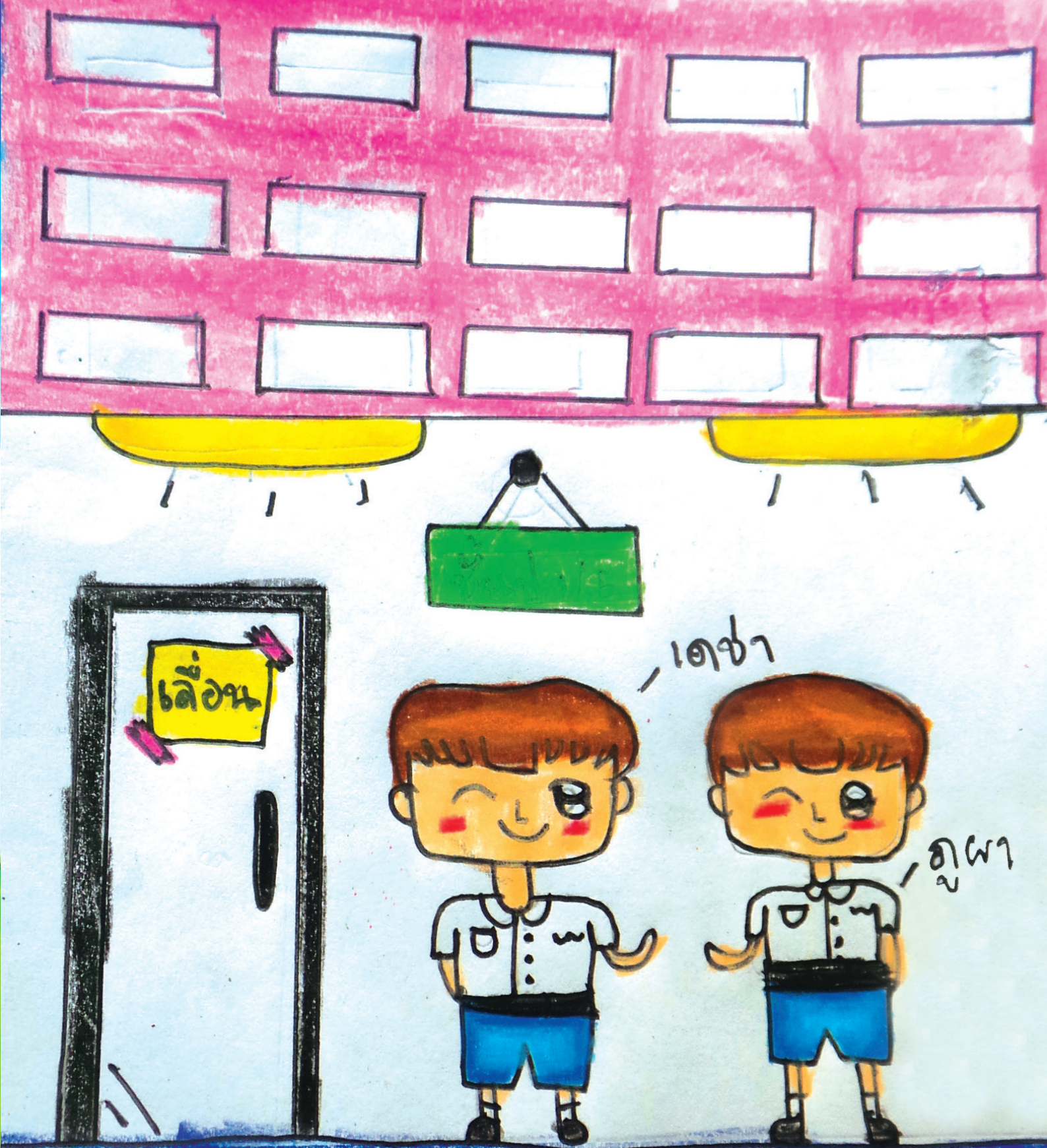
ฟัง เพื่อไม่รัก

 ของเดชา





พ่อ พา เดชา ไป โรงเรียน
พร้อม กับ เพื่อน ๆ ใน หมู่บ้าน



เดชา เป็น นักเรียน
ชั้น ประถมศึกษาปีที่ ๑



โรงเรียน ของ เดชา ชื่อ ว่า
โรงเรียน บ้าน นา ดี



เดชา มี เพื่อน ชื่อ ภูพา



— กุณา

— พ่อดื่มสุราก็แล้วหรือ?

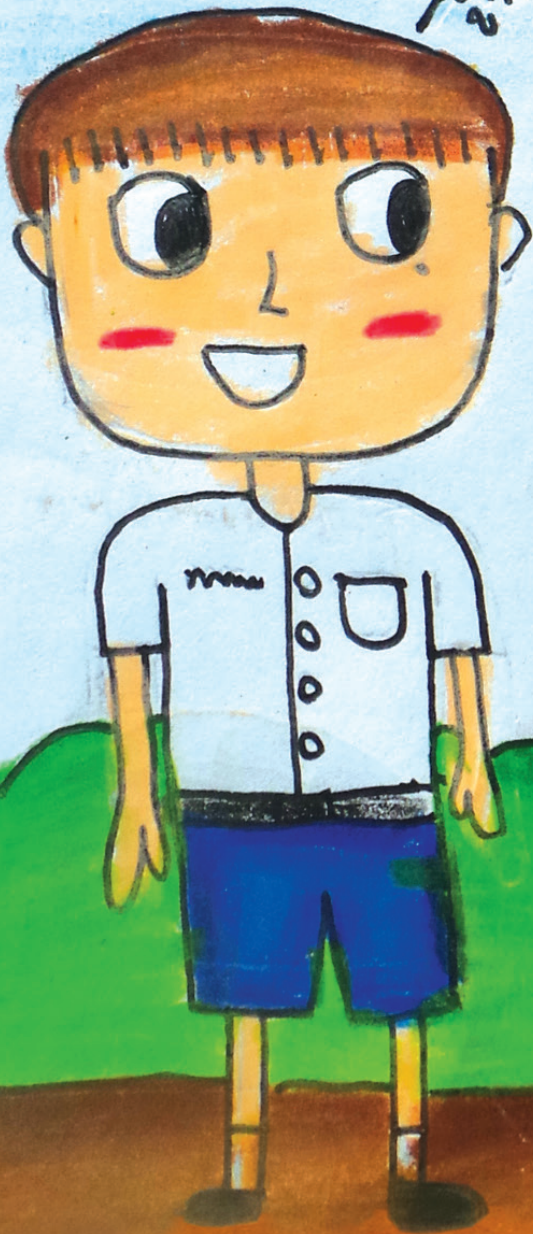


กุณา บอก เตซา
ว่า พ่อ ของเขา ดื่ม สุรา

ฉันมีวิธีทำให้พ่อหายเลิกดื่มสุรา

ภูผา

เดชา



เดชา พูด กับ ภูผา ว่า
มี วิธี ที่ ช่วย ให้ พ่อ ไม่ ดื่ม สุรา



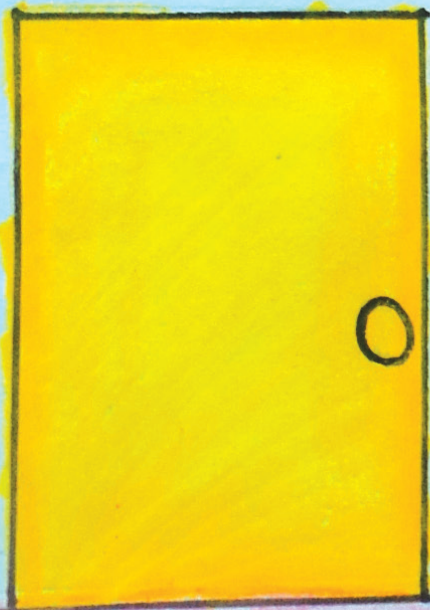
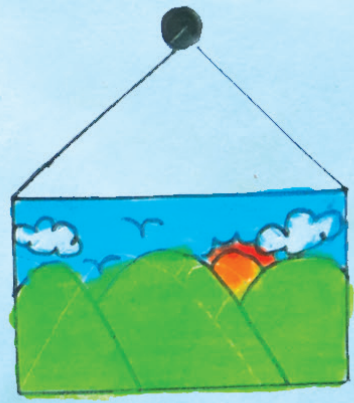
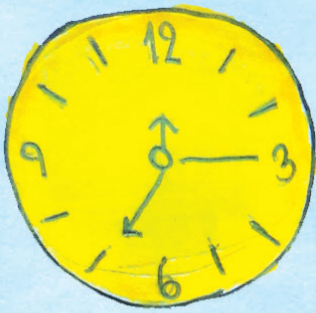
ทำจดหมายไปให้พ่อหน่อย



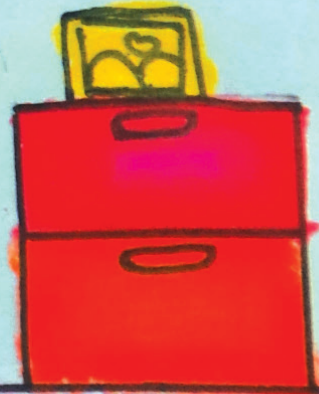
เดชา




เดชา ให้ ภูผา เขียน จดหมาย
ขอ พ่อ ให้ เลิก ดื่ม สุรา



ภุษา
/๑



ภุษา เขียน จดหมาย
ขอ พ่อ ให้ เลิก ดื่ม สุรา
แล้ว นำ จดหมาย ไป ให้ พ่อ



ทำไมพ่อไม่อ่านจดหมาย?

ภูผา

พ่อ ยัง ไม่ อ่าน
จดหมาย ของ ภูผา



พ่อของภูผา



พ่อ เก็บจดหมาย
ของ ภูผา ไว้ใน ลิ้นชัก



พ่อของกูพา

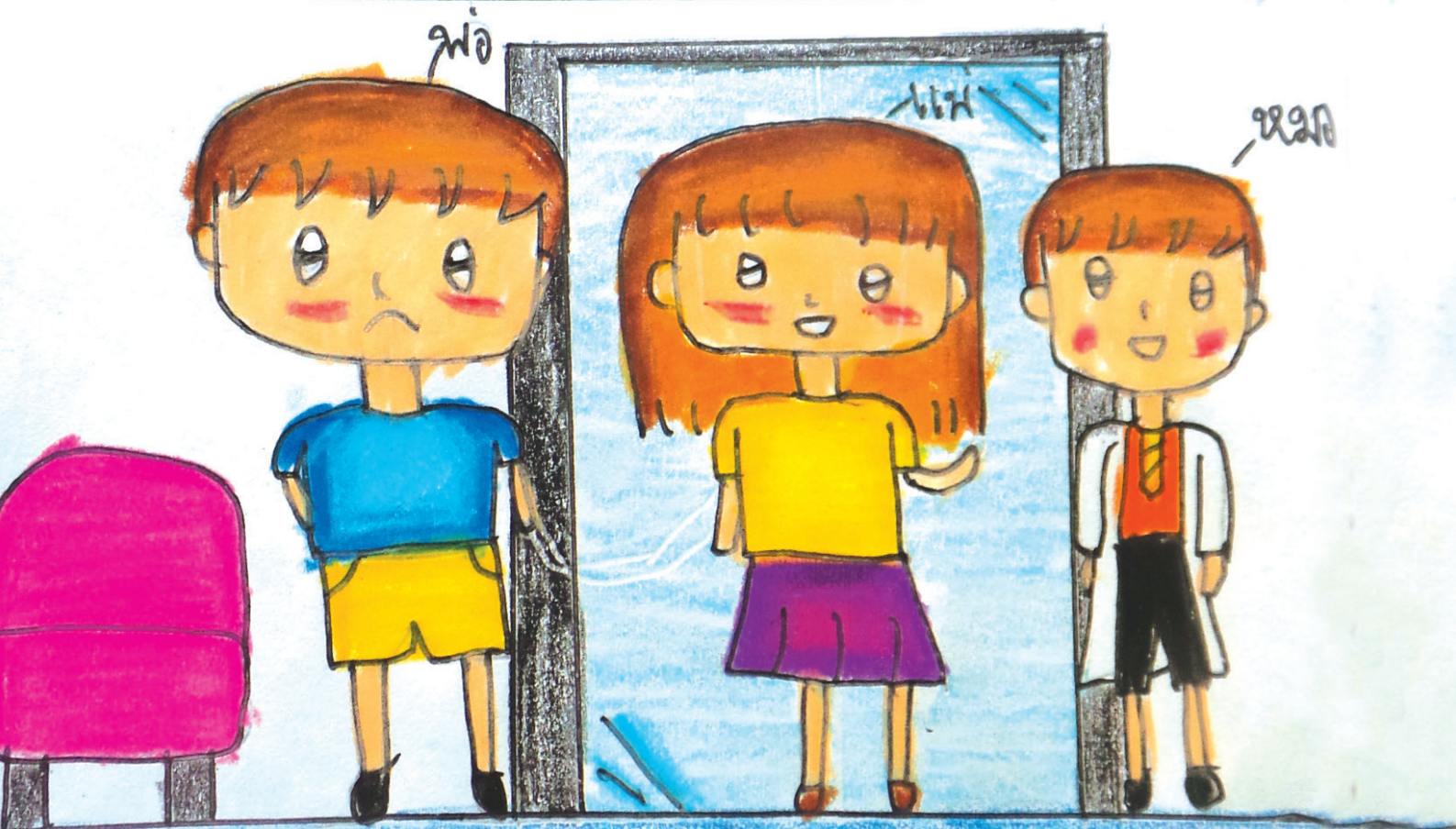
ตอน เย็น พ่อ ดื่ม สุรา ทุกวัน



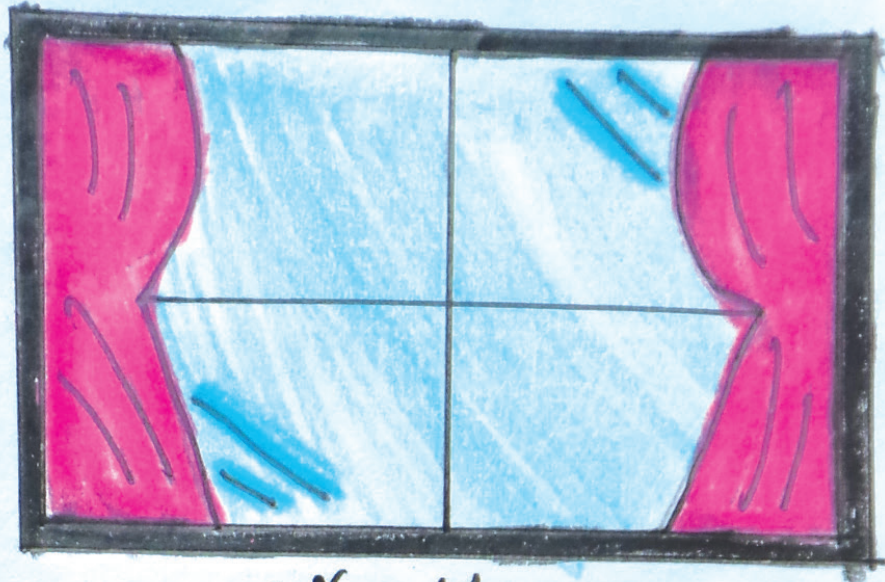
วันหนึ่ง พ่อ ของ ภูผา ป่วย



เรื่องคุณเคิร์ต



แม่ พา พ่อ ไป หา คุณหมอ
ที่ โรงพยาบาล



พ่อ ต้อง อยู่ โรงพยาบาล



แม่

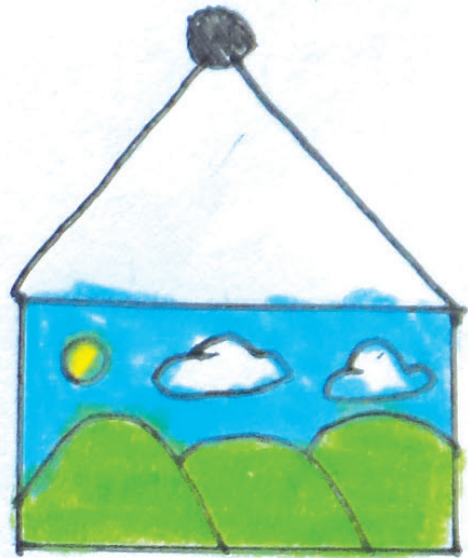


แม่ ชื่นชอบ

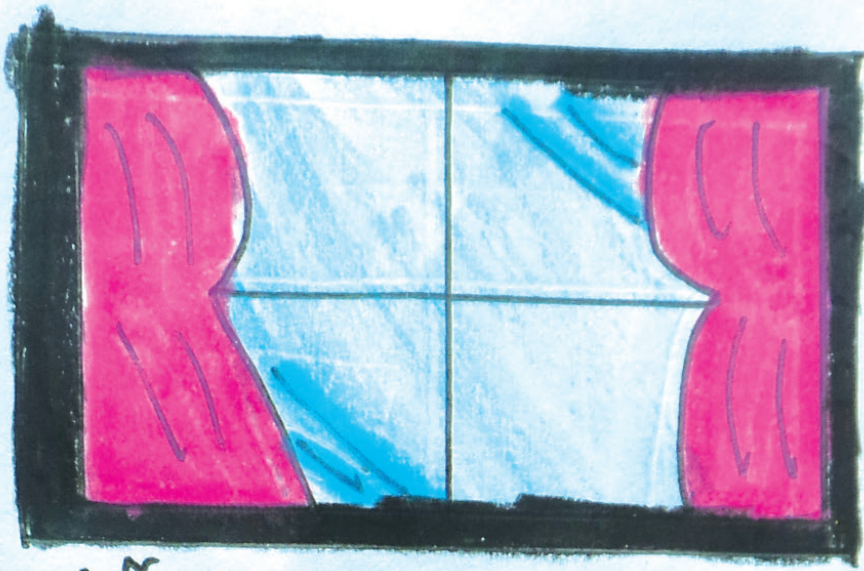
กุหลาบ



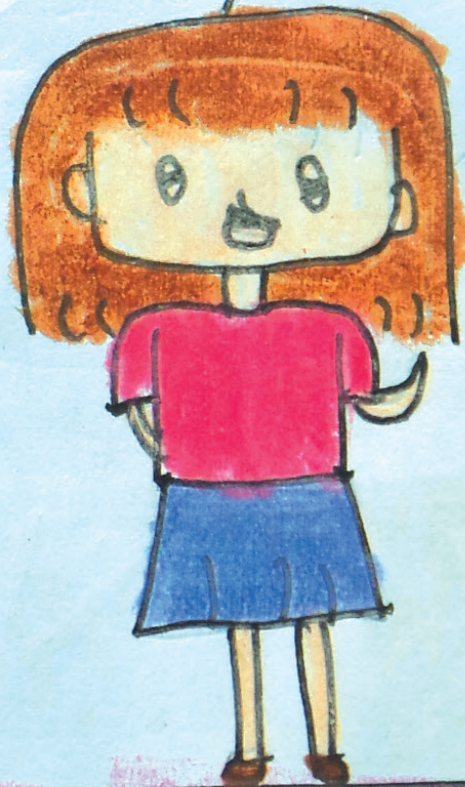
แม่ บอก กุหลาบ ว่า
พ่อ ต้อง พัก รักษา ตัว
อยู่ ที่ โรงพยาบาล นาน



ภูผา คิด ถึง พ่อ มาก



ผู้หญิงที่ตจจนเย็นแม่จะพาไปหาพ่อ



แม่



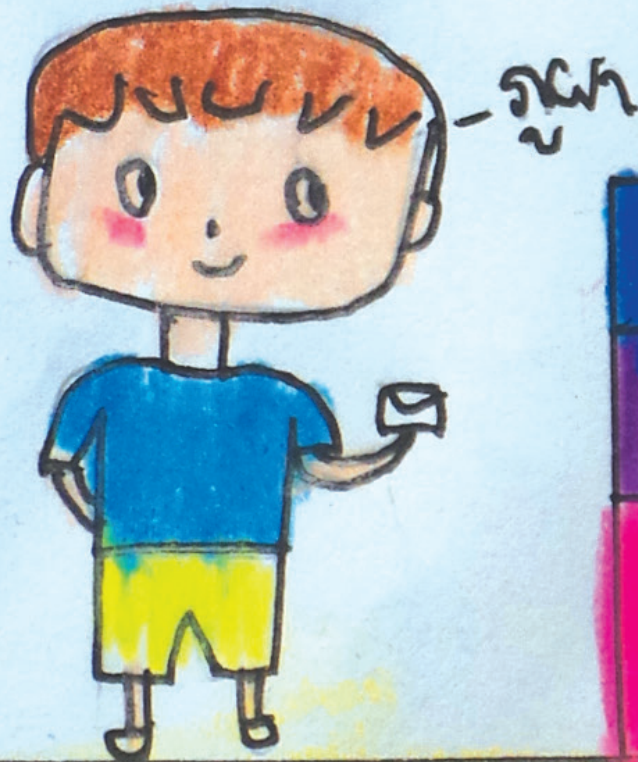
ลูกชาย

เย็นๆ

แม่ บอก ว่า ตอน เย็น
เมื่อ กลับ จาก โรงเรียน
จะ พา ลูกชาย ไป หา พ่อ
ที่ โรงพยาบาล




เอาจดหมายไปให้พ่อดีกว่า

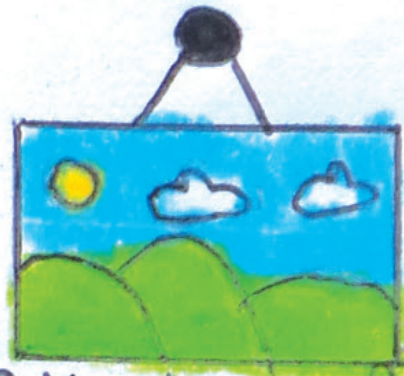


ภูผา นำ จดหมาย ใน ลิ้นชัก
ไป ให้ พ่อ ที่ โรงพยาบาล

พ่อ อ่าน จด หมายถึง ของ ฎหมาย ดัง ๆ ว่า
พ่อ ครับ ผม รักพ่อ มาก
ผม อยาก ให้ พ่อ เลิก ดื่ม สุรา
สุรา ไม่ ดี สุรา จะ ทำให้ พ่อ ป่วย
พ่อ เลิก ดื่ม สุรา เพื่อ ผม ได้ ไหม ครับ



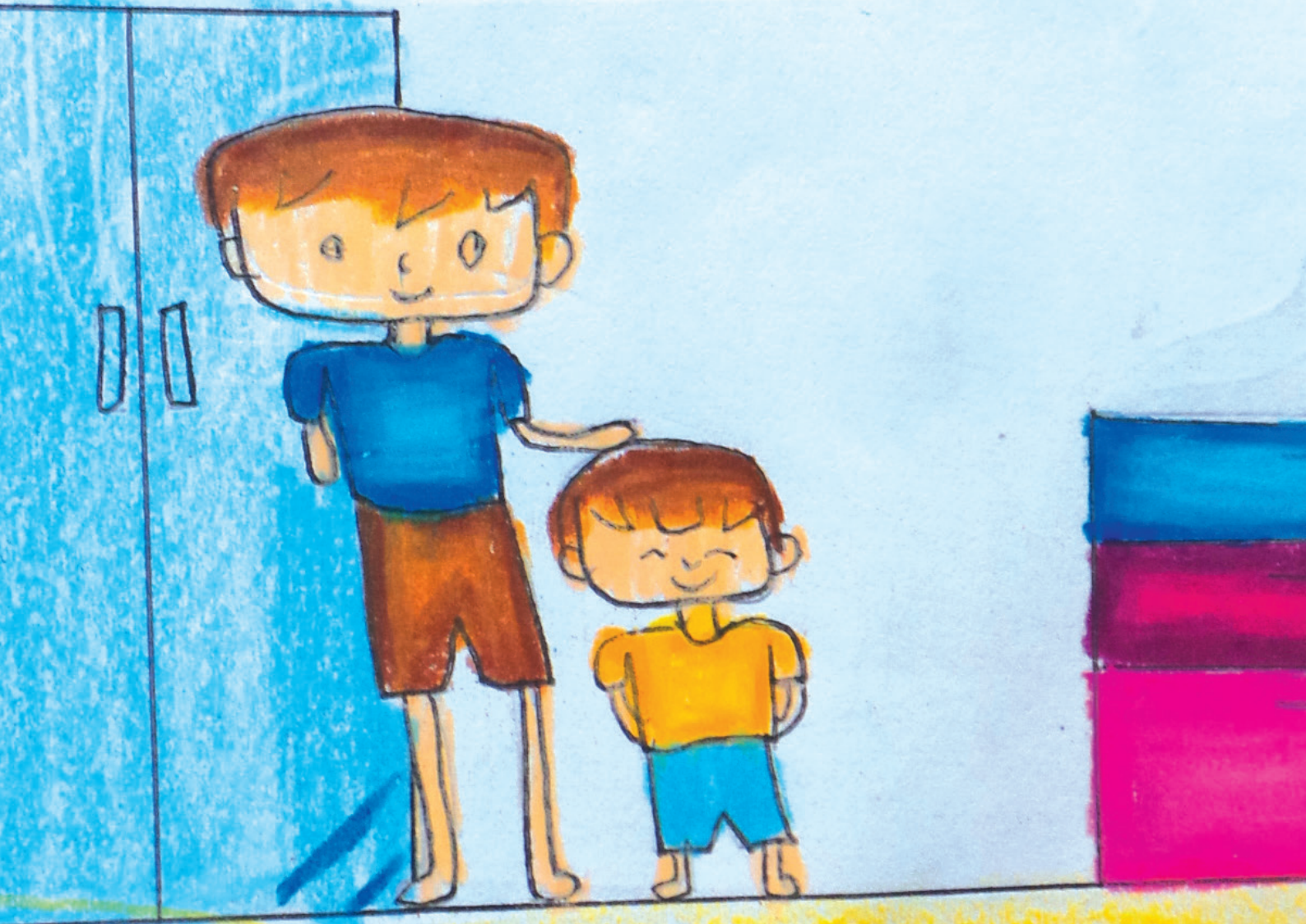
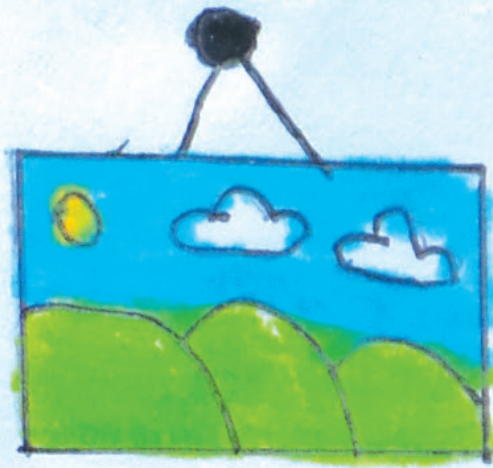
พ่อครับ ผมรักพ่อมาก
ผมอยาก ให้ พ่อ เลิก ดื่ม สุรา
สุรา ไม่ ดี สุรา จะ ทำให้ พ่อ ป่วย
พ่อ เลิก ดื่ม สุรา เพื่อ ผม
ได้ ไหม ครับ



พ่อ ก็ รัก ภูเขา พ่อ จะ เลิก ดื่ม สุรา



พ่อ กอด ภูเขา แล้ว พูด ว่า
“พ่อ ก็ รัก ภูเขา
พ่อ จะ เลิก ดื่ม สุรา”



ภูเขา ยิ้ม กว้าง ด้วย ความ ดีใจ



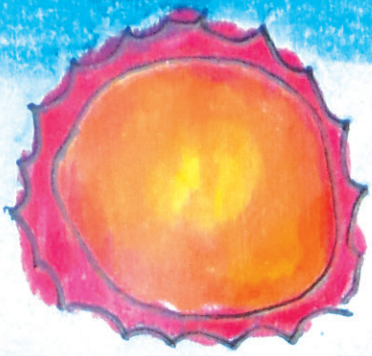
ภูผา บอก แม่ ว่า
พ่อ จะ เลิก ดื่ม สุรา



แม่ ยิ้ม กว้าง ด้วย ความ ดี ใจ



ภุฉา กอด พ่อ แม่ กอด พ่อ
พ่อ กอด ภุฉา พ่อ กอด แม่

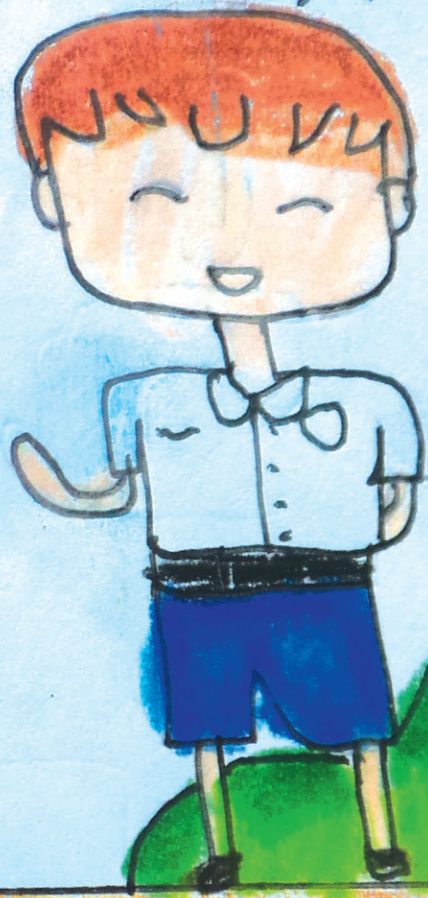


พ่อหายเลิกตี๋มสุรายัง

พ่อเราเลิกตี๋มสุราแล้ว

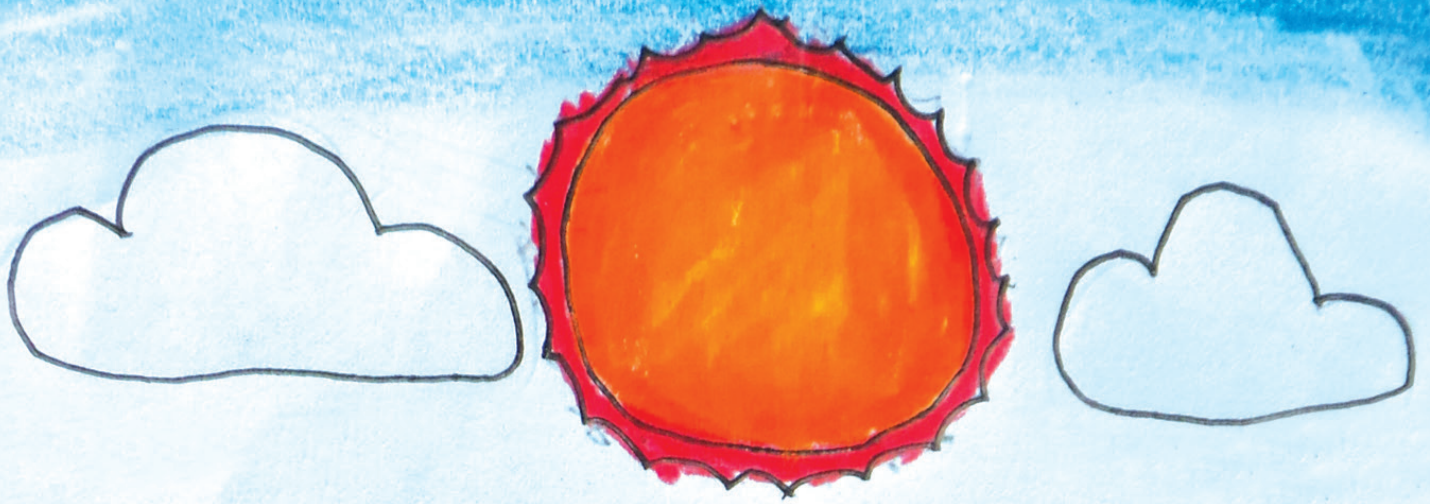


- เตชา

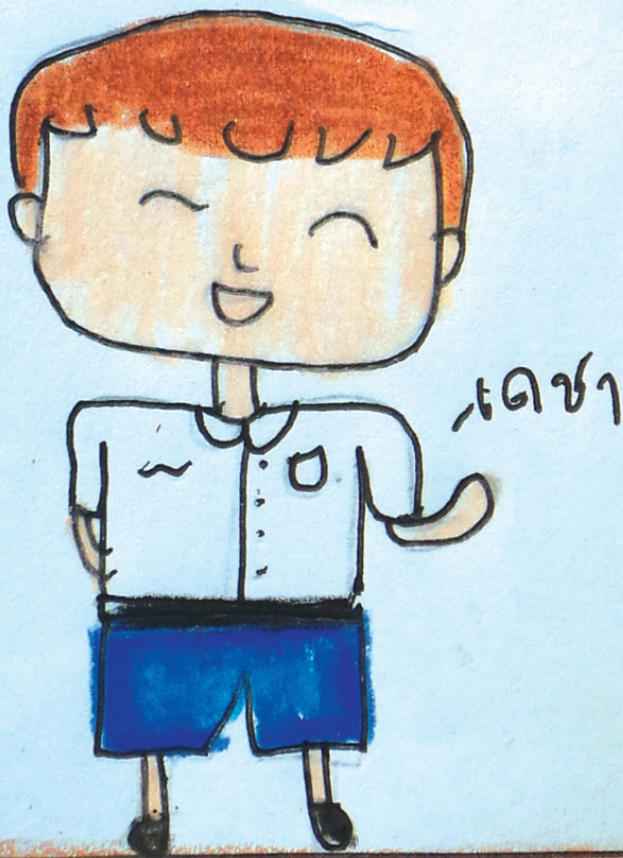


- กุฬา

กุฬา บอก เตชา ว่า
พ่อ เลิก ตี๋ม สุรา



นายเขียนจดหมายให้พ่อเลิกดื่มสุราเพราะความรักจริง



เดชา บอก ภูผา ว่า
จดหมาย และ ความรัก ของ ภูผา
ทำให้ พ่อ เลิก ดื่ม สุรา

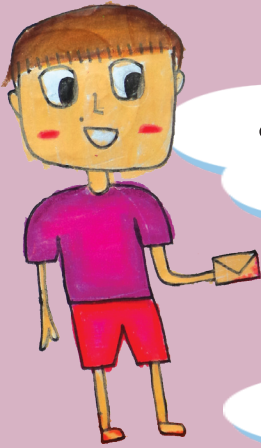


เดชา ดุฎฎา

กำลัง ช่วย พ่อ และ แม่ ปลุกผัก

ขั้นตอนที่ ๓ คำถามต่อยอดการเรียนรู้

เด็กๆ คิดว่า



ทำไม ภูผาจึงเขียนจดหมายให้พ่อ

เพราะอะไรพ่อของภูผาจึงเลิกดื่มสุราได้

ถ้าพ่อของภูผายังดื่มสุราต่อไป
จะเกิดอะไรขึ้นบ้าง



ถ้ามีผู้ใหญ่ในบ้านของเด็กๆ ดื่มสุรา
เด็กๆ จะมีวิธีการอย่างไรที่จะให้ผู้ใหญ่เลิกดื่มสุรา
เพราะอะไร

(ครูรับฟังนักเรียนและกล่าวชื่นชม)

ขั้นตอนที่ ๔ ขยายผลความรู้สู่ความดี



เชิญชวนให้เด็กๆ เขียนจดหมายเพื่อเชิญชวนให้ผู้ปกครองงดดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ในเทศกาลต่างๆ เช่น งดดื่มในทุกๆ วันพระ หรืองดดื่มในช่วงเข้าพรรษา/เขียนจดหมายขอบคุณผู้ปกครองที่ไม่ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์

และให้นักเรียนนำผลงาน (จดหมาย) ออกมาอ่านให้เพื่อนๆ ฟัง (ฝึกความกล้าแสดงออก และ **ครูกล่าวชื่นชม**)

ครูอาจจะเชิญชวนผู้ปกครองให้งดดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ในวันพระหรือในช่วงเทศกาลเข้าพรรษา เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องลด ละ อบายมุข



คนต้นเรื่อง



นางสาวพนารัตน์ กุลกำพล
(ครูตา)

ปริญญาตรี เอกประถมศึกษา
ปริญญาโท บริหารการศึกษา
ปัจจุบันเป็นครู
โรงเรียนอนุบาลวัดพิชัยสงคราม
สพป.สป. เขต ๑

คนวาดภาพ



เด็กชายบุญยกร ขอน้อยกลาง เด็กหญิงณัฐธิดา ดีพร้อม

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕/๓

โรงเรียนอนุบาลวัดพิชัยสงคราม สพป.สป. เขต ๑