

คู่มือวิทยากร

โครงการ บ้านสีขาว



WM430.5.F2

๖๙๒๕๓

มวป

ณ.๕

โรงพยาบาลรัตนุรักษ์
กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

คำนำ

คู่มือวิทยากรบ้านสีขาวเล่มนี้ได้จัดทำขึ้น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการนำครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมตามยุทธศาสตร์ ครอบครัวเป็นหลัก ชุมชนเป็นฐานของการแก้ไขปัญหายาเสพติด ด้วยยุทธวิธีให้เจ้าของปัญหาตัวจริงได้เข้ามาจัดการแก้ปัญหาของตัวเอง ซึ่งก็จะทำให้สามารถเกิดการเปลี่ยนแปลงไปพร้อมกันทั้งตัวบุคคล ครอบครัว และชุมชน จะมีผลทำให้เกิดความยั่งยืนในการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ที่กล่าวว่า ครอบครัวดีจะเข้ามามีส่วนร่วมกับการป้องกันและบำบัดรักษา แต่คำถามถามว่าร่วมอย่างไรร่วมในระดับแค่ไหน จึงจะสามารถช่วยให้เกิดการแก้ไขปัญหาหรือเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีได้ การวิเคราะห์คู่มือเล่มนี้จึงได้พยายามดำเนินการอย่างเป็นขั้นเป็นตอน เริ่มจากค้นหาปัญหา โดยพบว่าคนเราจะมีชีวิตอยู่ในครอบครัวอย่างมีความสุขที่สุด หรืออย่างทุกซะหมดที่สุดก็ได้ ปัจจัยที่ส่งผลถึงพฤติกรรมของบุคคลเริ่มต้นจากครอบครัว ไม่ใช่เพียงความขัดแย้งภายในจิตใจของบุคคลเท่านั้น ภายในครอบครัวเราจะมีกลไกบางอย่างที่สร้างบุคคลขึ้นมา ความใกล้ชิดหรือเห็นห่าง ความรักหรือความเกลียดชัง การฟุ่มเฟือยหรือการทอดทิ้ง การสื่อสารที่ชัดเจนหรือกำกวม การเป็นตัวของตัวเองหรือถูกควบคุมให้ทำตามคำสั่งเสมอ ซึ่งเป็นกระบวนการที่เกิดในความสัมพันธ์ของพ่อ แม่ ลูก สำหรับในครอบครัวที่ลูกมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาจะมองเห็นภาพความสัมพันธ์ชัดเจน จากนั้นเป็นการกำหนดความต้องการและสั่งวิเคราะห์เป็นชุดแผนการสอน โดยใช้กรอบแนวคิดทุก าระบบกับการดูแลผู้ป่วย โดยเฉพาะให้ความสำคัญกับระบบครอบครัวเป็นบริบทที่สำคัญของผู้ป่วย เน้นการทำหน้าที่ของครอบครัว 6 ด้าน คือ การแก้ปัญหา การควบคุมพฤติกรรม การตอบสนองทางอารมณ์ ความผูกพันทางอารมณ์ บทบาทหน้าที่ของทุกคนในครอบครัว และการอยู่ร่วมกันภายในครอบครัว

คณะผู้จัดทำมีความเชื่อว่า ส่วนหนึ่งของคู่มือเล่มนี้จะช่วยให้ผู้อ่านได้เข้าใจ และสามารถให้ความช่วยเหลือครอบครัวได้ในระดับหนึ่ง โดยอ่านประกอบกับทฤษฎีพื้นฐานสำหรับวิทยากร ร่วมกับการแสวงหาประสบการณ์ โดยลงมือปฏิบัติจริงกับครอบครัวที่มาขอรับความช่วยเหลือ ซึ่งก็จะส่งผลให้ท่านรู้จักและเข้าใจครอบครัวของตนเองมากขึ้น

คณะผู้จัดทำ

สารบัญ

หน้า

คำนำ

บทที่ 1 หลักสูตรบ้านสีขาว

1

บทที่ 2 กิจกรรมหลักสูตร

4

❖ โทษและพิษภัยของยาบ้า : ภัยและฤทธิ์ของยาบ้า

4

❖ สายใยรัก

18

❖ สื่อภาษาพาสุขใจ

24

❖ ที่พึ่งทางใจ

33

❖ การสร้างบ้านสีขาว

38

❖ แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัวต่อการป้องกันและการบำบัดรักษา

44

❖ กิจกรรมอำลา

46

❖ ข้อพึงระวังในการนำหลักสูตรไปใช้

48

บทที่ 3 หลักสูตรการอบรมวิทยากร

49

❖ โครงการอบรมวิทยากรหลักสูตรบ้านสีขาว

49

❖ วิเคราะห์ลำดับขั้นตอนแต่ละแผนการสอน

56

❖ แบบประเมินผู้เข้ารับการอบรม โครงการบ้านสีขาว

63

บรรณานุกรม

71

รายชื่อคณะทำงาน

72

นางวิภากรณ์ มณฑา

นางสาวเพลินดา เทียงตรง

นางบรรจงจิตต์ พันธุ์ทอง

นางสาวนิภา ณีสกุล

นางฉวีวรรณ ปัญญาบุญ

นางสาวสุกมา แสงเดือนฉาย

นางสาวสำเนา มากแบน

นายชาญยุทธ์ แสนปากดี

นางสาวศศิธร มอญญะ

หลักการและเหตุผล

ปัญหาเสพติดเป็นปัญหาสังคมที่ร้ายแรง ความรุนแรงและการขยายตัวของปัญหาเพิ่มมากขึ้นตามการเปลี่ยนแปลงของสภาพเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ซึ่งในปัจจุบันสังคมไทยประสบกับปัญหาทางสภาวะเศรษฐกิจเสื่อมถอย จึงก่อให้เกิดการปรับตัวของสถาบันครอบครัวทุกคนต้องดิ้นรนหารายได้เพิ่มขึ้น การใช้เวลาว่างอยู่ร่วมกันน้อยลง เยาวชนส่วนใหญ่จึงถูกล่อลวงให้เข้ามาเกี่ยวข้องกับปัญหาเสพติดเพิ่มมากขึ้น

โดยพบว่าเยาวชนที่ติดยาเสพติด มักมีพื้นฐานทางครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ หรือมีปัญหาในครอบครัว การขาดความรักความอบอุ่น โดยนักวิชาการหลายท่านมองว่าการติดยาเสพติดเป็นผลจากการแสวงหาความสมดุลใหม่ เพื่อที่จะลดความเครียดที่เกิดขึ้นของสมาชิกในครอบครัวซึ่งในขณะนี้มีการรณรงค์ทางสื่อมวลชน โดยมีสมมติฐานว่าครอบครัวที่อบอุ่นจะช่วยป้องกันเยาวชนให้ปลอดภัยจากยาเสพติดได้ ประเด็นปัญหาคือ คำว่าครอบครัวอบอุ่นนั้นเป็นอย่างไร อบอุ่นมากน้อยแค่ไหนที่จะมีประสิทธิผลในการต้านการแพร่ระบาดของยาเสพติด และจะสร้างครอบครัวอบอุ่น และเข้มแข็งสำหรับต่อต้านยาเสพติด ที่เป็นรูปธรรมได้อย่างไร

ตามความเชื่อของทฤษฎีครอบครัวเชิงระบบ (Family System Theory) นั้น เชื่อว่าระบบบิดามารดา (Parent subsystem) ซึ่งเป็นระบบย่อยระบบหนึ่งในครอบครัวนั้น มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการสร้างสภาวะความอบอุ่นในครอบครัว

โรงพยาบาลธัญญารักษ์ ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของครอบครัวที่มีผลต่อปัญหาการติดยาเสพติด มิใช่ให้การบำบัดรักษาเฉพาะผู้ติดยาเสพติดเท่านั้น อีกทั้งครอบครัวยังได้ถูกวางให้เป็นเป้าหมายหนึ่ง ในการป้องกันการติดยาเสพติด อันได้แก่ การป้องกันระดับครอบครัว ระดับโรงเรียน และระดับชุมชน

ในการนี้ โรงพยาบาลธัญญารักษ์ จึงได้จัดโครงการ บ้านสีขาว ขึ้นเพื่อให้บิดา - มารดา ได้มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับโทษพิษภัยของยาเสพติด ตระหนักถึงความสำคัญของบทบาทหน้าที่ที่ควรพึงมีต่อสมาชิกในครอบครัว ในแนวทางของการป้องกัน ส่วนในกรณีที่พบปัญหาขึ้นแล้ว บิดา - มารดา สามารถยอมรับและมีส่วนร่วมในการดำเนินการในขั้นตอนของการบำบัดรักษาได้อย่างถูกต้อง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้บิดา - มารดา และผู้ปกครองของผู้ติดยาเสพติดมีความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการป้องกันและการบำบัดรักษายาเสพติด
2. เพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างครอบครัวและโรงพยาบาล
3. เพื่อให้ครอบครัวผู้ติดยาเสพติดเป็นที่ปรึกษาซึ่งกันและกัน
4. เพื่อให้ครอบครัวผู้ติดยาเสพติดสามารถเฝ้าระวังการติดยาเสพติดทั้งในระดับครอบครัว และระดับชุมชนได้
5. พัฒนาศักยภาพการทำหน้าที่ของครอบครัว เพื่อลดอัตราการติดยาเสพติดซ้ำ

ตารางการอบรมหลักสูตร บ้านสีขาว

วันที่ 1 ของการอบรม

เวลา	08.30 - 09.00 น.	ลงทะเบียน
		พิธีเปิดการอบรม
	09.00 - 10.00 น.	กลุ่มสัมพันธ์
	10.00 - 12.00 น.	โทษพิษภัยของยาเสพติด
	12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหาร
	13.00 - 14.30 น.	สายใยรัก ภูมิคุ้มกันต้านยาเสพติด
	14.30 - 16.00 น.	สื่อภาษาพาสุขใจ

วันที่ 2 ของการอบรม

เวลา	09.00 - 10.30 น.	ที่พึ่งทางใจในบ้าน
	10.30 - 12.00 น.	การสร้างบ้านสีขาว
	12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหาร
	13.00 - 15.00 น.	แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัวต่อ การป้องกันและการบำบัดรักษา
	15.00 - 16.00 น.	กิจกรรมอำลา

แผนการสอนบ้านสีขาว ประกอบด้วย 6 แผนการสอน

1. แผนการสอนความรู้เรื่อง ภัยในสังคม
2. แผนการสอนเจตคติ ครอบครัวเป็นสุข
3. แผนการสอนเจตคติ สายใยรัก

4. แผนการสอนเจตคติ ที่พึงพอใจ
5. แผนการสอนทักษะ สื่อภาษาพาสใจ สารเพื่อสร้างสุขใจ
6. แผนการสอนทักษะ การสร้างบ้านสีขาว

ในแต่ละแผนการสอนมีวัตถุประสงค์ที่จะให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับทั้งความรู้ ส่งเสริมทัศนคติที่ดี และมีทักษะในด้านต่าง ๆ

หลักการและวิธีการอบรม

หลักการอบรม

1. เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ซึ่งความรู้ที่ได้ถือเป็นวิธีการของกลุ่มผู้เข้ารับการอบรม
2. ใช้กระบวนการอบรมแบบมีส่วนร่วม
3. ใช้เทคโนโลยีที่ง่ายเหมาะสม หลักสูตรประกอบด้วยแผนการสอน ใบความรู้สำหรับวิทยากรใบงาน ซึ่งแจ้งสำหรับการทำกลุ่มแนวทางสรุปสำหรับวิทยากรใช้หลังการอภิปรายกลุ่มย่อย และบทสวดสำหรับการฝึกทักษะ

การเรียนการสอน

1. ใช้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของผู้เข้ารับการอบรม เพื่อรวบรวมประสบการณ์เดิมของผู้เข้ารับการอบรมเป็นองค์ความรู้
2. การอภิปรายกลุ่ม โดยการมอบหมายประเด็นหรือหัวข้อการพูดคุยให้ผู้เข้ารับการอบรมได้คิดวิเคราะห์โต้แย้งและหาข้อสรุป
3. การบรรยาย เป็นการสรุปยอดความคิดให้ผู้เข้ารับการอบรมได้เป็นการรวบรวมหรือความหมายของเรื่องนั้น ๆ

แผนการสอนเรื่อง

โทษและพิษภัยของยาบ้า : ภัยและฤทธิ์ของยาบ้า

เวลาที่สอน 1 ชม.

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถอธิบาย

1. โทษและพิษภัยของยาเสพติด
2. สาเหตุของการเสพยาเสพติด
3. ธรรมชาติของผู้ติดยาเสพติด
4. จำแนกและคัดกรองลักษณะของผู้เสพยาเสพติดได้
5. โรคแทรกซ้อนจากการเสพยาเสพติด

สาระสำคัญ :

ยาเสพติดเป็นภัยร้ายแรงและมีอยู่ทุกแห่ง ทุกสถานที่ในสังคม แต่เป็นภัยที่สามารถป้องกันได้ ยาเสพติดที่ระบาดอย่างแพร่หลายและรุนแรงในหมู่เยาวชนในปัจจุบัน คือ ยาบ้า โทษและพิษภัยของยาบ้าจะมีทั้งต่อตัวผู้เสพ ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ปัจจัยที่เป็นสาเหตุให้ติดยาเสพติด มี 3 อย่าง คือ ยาและฤทธิ์ของยา ตัวผู้เสพและสิ่งแวดล้อม ผู้ติดยาเสพติดส่วนใหญ่จะมีลักษณะทางพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก บุคลิกภาพและจิตใจที่ไร้พลัง ลักษณะสำคัญของการเสพติด คือ การใช้ยาและสารติดต่อกัน ไม่สามารถหยุดได้เอง แม้จะมีปัญหาจากการเสพยาแล้วซ้ำอีก ทั้งร่างกาย ความรู้สึกนึกคิด พฤติกรรม จะมีอาการติดยาและเมื่อหยุดยาจะเกิดอาการถอนยา โรคแทรกซ้อนจากการเสพยาเสพติดจะมีทั้งทางร่างกายและจิตใจ

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ PL/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน (การออกแบบงาน)	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ - กลุ่ม 2 คน (5 นาที)	- ตั้งคำถาม “ยาเสพติดเป็นภัยที่สามารถป้องกันได้หรือไม่ ให้ออกเหตุผลประกอบ” - รวบรวมความคิดเห็น/นำอภิปราย/สรุป - กล่าวถึงยาเสพติดที่แพร่หลายในหมู่เยาวชน คือ ยาบ้า	- แผ่นใส
สะท้อนความคิด - กลุ่มย่อย 5 - 6 คน (10 นาที)	- แจกใบงานที่ 1 โดยตั้งคำถามให้อภิปราย “โทษและพิษภัยของยาเสพติด ”	- ใบงานที่ 1 โทษและพิษภัยของยาเสพติด ที่มีต่อผู้เสพ/ครอบครัว/ชุมชนหรือสังคม/ประเทศชาติ
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- ให้ผู้แทนแต่ละกลุ่มนำเสนอ - รวบรวมความคิดเห็น/เพิ่มเติม/สรุป - สุ่มเรียกผู้เข้ารับการฝึกอบรมให้สรุปความรู้ที่ได้	- ใบความรู้ที่ 1 โทษและพิษภัยของยาเสพติด สรุปสั้น ๆ เนื้อหาที่อบรม
ประสบการณ์ - กลุ่ม 2 คน (5 นาที)	- นำเข้าสู่บทเรียน โดยตั้งคำถามให้อภิปราย “ คิดว่าเยาวชนติดยาเสพติดเพราะอะไร ”	
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- รวบรวมความคิดเห็น/นำอภิปราย/สรุป	- ใบความรู้ที่ 2 ปัจจัยที่เป็นสาเหตุให้ติดยาเสพติด

องค์ประกอบ PL/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน (การออกแบบงาน)	เนื้อหา/สื่อ
สะท้อนความคิด - กลุ่มย่อย 5 – 6 คน (10 นาที)	- ตั้งคำถาม “สังเกตได้อย่างไร ว่าคนไหนติดยาเสพติด”	- ใบงานที่ 2 การสังเกตผู้ติดยาเสพติด
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที) สะท้อนความคิด - กลุ่มย่อย 5 – 6 คน (10 นาที)	- รวบรวมความคิดเห็น/ นำอภิปราย/สรุป - ตั้งคำถาม “อันตรายหรือโรค แทรกซ้อนจากการเสพยาบ้า คืออะไรบ้าง ”	- ใบความรู้ที่ 3 ลักษณะของผู้ติดยาเสพติด และการจำแนกผู้เสพยาบ้า - ใบความรู้ที่ 4 โรคแทรกซ้อนของการ เสพยาบ้า
สรุปอภิปราย - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- รวบรวมความคิดเห็น/ นำอภิปราย/สรุป - สุ่มเรียกผู้เข้ารับการอบรมให้สรุป ความรู้ที่ได้	สรุปสั้น ๆ เนื้อหาที่อบรม

ใบความรู้ที่ 1

โทษและพิษภัยของยาเสพติด

1. โทษต่อจิตใจผู้เสพ ได้แก่

1.1 วิตกกังวล ขาดสมาธิในการทำงาน ซึมเศร้า กังวล เลื่อนลอยหรือฟุ้งซ่านทำงานไม่ได้ อยู่ภาวะมึนเมาตลอดเวลา และอาจเป็นโรคจิตได้ง่าย

1.2 บุคลิกภาพ ขาดความสนใจในตัวเอง ทั้งความประพฤติ ความสะอาดและ สติสัมปชัญญะ มีอาการปฏิกิริยาแปลก ๆ เปลี่ยนไปจากเดิม

2. โทษต่อร่างกายผู้เสพ คือ

2.1 สุขภาพทรุดโทรม เพราะระบบอวัยวะต่างๆ ของร่างกายถูกพิษยาทำให้เสื่อมลง น้ำหนักตัวลด ผิวคล้ำซีด

2.2 เกิดโรคแทรกซ้อน เนื่องจากความต้านทานต่อโรคน้อยกว่าปกติ ทำให้ติดเชื้อโรคได้ง่าย เจ็บไข้ได้ง่าย และรุนแรงได้มากและรักษายาก

2.3 เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย เช่น หกล้ม รถชน ถูกกระแทกกระแทกต่างๆ เพราะการควบคุมทางกล้ามเนื้อและประสาทบกพร่อง ใจลอย ทำงานด้วยความประมาท และเสี่ยงต่ออุบัติเหตุอยู่ตลอดเวลา

2.4 โทษที่ร้ายแรงมาก คือเกิดอาการขาดยา จะคลุ้มคลั่งถึงขั้นอาละวาด เมื่อหิวมีอาการอยากยาเสพติดและหายาไม่ทัน เริ่มด้วยการนอนไม่หลับ น้ำตาไหล เหงื่อออก อาเจียน ท้องเดิน กล้ามเนื้อกระตุก กระวนกระวายและในที่สุดจะมีอาการเหมือนคนบ้า เป็นบ่อเกิดแห่งอาชญากรรม

3. โทษต่อครอบครัว

3.1 ความรับผิดชอบต่อครอบครัวและญาติพี่น้องหมดสิ้นไป ไม่สนใจที่จะดูแลครอบครัว เกิดปัญหาทะเลาะวิวาทในครอบครัว

3.2 ทำให้เสียทรัพย์สิน เงินทอง ที่จะต้องหามาซื้อยาเสพติด จนจะไม่มีใช้จ่ายอย่างอื่นและต้องเสียเงินรักษาตัวเอง เพื่อเลิกยาเสพติด

3.3 ทำงานบกพร่องไม่ได้เลื่อนขั้นเงินเดือน หรือถูกออกจากการงาน หรือร้ายแรงที่สุดคือ อาจถูกดำเนินคดีทางกฎหมายทำให้ต้องเสียทรัพย์สิน

3.4 สูญเสียความสามารถในการหาเลี้ยงครอบครัว การสูญเสียทรัพย์สิน หน้าที่การงาน และปัญหาทางร่างกายและจิตใจจะส่งผลนำมาซึ่งความหายนะสู่ครอบครัวและญาติพี่น้อง

4. โทษต่อสังคมและเศรษฐกิจ

4.1 เนื่องจากเป็นคนมีปัญหาต่างๆ มากมาย มีความประพฤติกเล็ดและบุคลิกลักษณะเสื่อมจนเป็นที่รังเกียจของสังคม ถูกกีดตันจากปัญหารอบด้าน มีโอกาสเป็นเหยื่อของการก่ออาชญากรรม รวมทั้งถูกผลักดันให้ประกอบกิจที่ผิดศีลธรรม เพื่อแลกเปลี่ยนกับสิ่งเสพติด เช่น ต้องพูดผิด ต้องขโมย ต้องกลายเป็นอาชญากรแสวงหาเงินซื้อยาเสพติดเพื่อคลายความอยาก จู้จี้จ้าน ภาวะต่างๆ เหล่านี้ล้วนแต่เป็นการทำลายอนาคต ทำลายชื่อเสียงของตนเองและวงศ์ตระกูล

4.2 ก่อปัญหาอุบัติเหตุอันตรายต่างๆ ต่อตนเองและผู้อื่นได้ง่าย

4.3 ถ่วงความก้าวหน้าของสังคม ชุมชน โดยเป็นการระต่อประชาชนที่ต้องเสียภาษีรายได้ มาปราบปราม บำบัดรักษาแก่ผู้ติดยาเสพติดอยู่ตลอดเวลา

4.4 สูญเสียแรงงานโดยไร้ประโยชน์ บั่นทอนประสิทธิภาพของผลผลิต ทำให้รายได้ของชาติกระทบกระเทือน เป็นการสูญเสียทางเศรษฐกิจของชาติ

5. โทษที่ก่อให้เกิดแก่ส่วนรวมและประเทศชาติ

ผู้ติดยาเสพติดให้โทษ จะถูกพิพากษาเหล่านั้นครอว่าจนก่อให้เกิดโทษร้ายแรงต่าง ๆ ใต้นับตั้งแต่ร่างกายและชีวิตของตนเอง ทรัพย์สินสมบัติทั่วไป ตลอดจนเป็นภาระและภัยอันตรายต่อผู้อื่นที่แวดล้อมอยู่ในชุมชน และผลร้ายก็สะท้อนมาถึงประเทศชาติอันเป็นส่วนรวม รัฐต้องมีภาระในการป้องกันปราบปรามและให้การรักษาแก่ผู้ที่ติดยาเสพติดให้โทษ โดยใช้ทั้งบุคลากรและเงินงบประมาณแผ่นดินที่เก็บได้จากภาษีอากรความมั่นคงของประเทศชาติถูกระทบกระเทือนเอกราชอธิปไตย เสี่ยงอยู่ในอันตราย เศรษฐกิจทรุด ประชาชนเดือดร้อน เพราะเหตุอาชญากรรม การป้องกันประเทศอ่อนแอเพราะสูญเสียพลังงานไปกับผู้ติดยาเสพติดให้โทษเหล่านี้ซึ่งเป็นเรื่องที่น่าเป็นห่วง

ใบความรู้ที่ 2 ปัจจัยที่เป็นสาเหตุให้ติดยาเสพติด

แบ่งเป็น 3 ปัจจัย

1. ยาและฤทธิ์ของยา ซึ่งมีผลกระทบต่อร่างกาย และจิตใจ ทำให้ผู้เสพเกิดการติดถ้าใช้อย่างสม่ำเสมอจนติด ร่างกายจะเกิดสภาพความเคยชิน
2. ตัวผู้เสพ มนุษย์ทุกคนย่อมมีความบกพร่องในร่างกายและจิตใจไม่มากนักน้อย ผู้เสพยาบ้าอาจมีสาเหตุเกี่ยวข้องกับ
 1. สภาพร่างกาย
 2. สภาพจิตใจ การเลี้ยงดูของบิดามารดา
3. สิ่งแวดล้อม อยู่ในแหล่งค้ายาบ้า บ้านขาดความอบอุ่น

ใบความรู้ที่ 3 ลักษณะของผู้ติดยาเสพติด

การเสพติด คือ มีความต้องการที่ต้องเสาะหาหาเสพ แม้ว่าจะเกิดผลเสียแก่ร่างกาย จิตใจ หรือสังคม จำแนกเป็น 2 ลักษณะ

1. การติดทางจิตใจ เป็นความรู้สึกพอใจ เรียกว่า อาการอยากยา

2. การติดทางร่างกาย เป็นอาการของร่างกายที่ปรับตัวต่อสารเกิดการติดยา หากหยุดยาหรือลดยาจะมีอาการถอนยา

ธรรมชาติของผู้ติดยาเสพติด

1. พฤติกรรม หย่อนความรับผิดชอบ ไม่มีระเบียบวินัย อภัยให้กับตนเองเสมอ
2. ความคิด วุ่นเวียน ในขอบเขตจำกัด ไม่กล้าเผชิญปัญหา
3. ความรู้สึก ด้อยและน้อยค่า หุนหันพลันแล่น ไม่ค่อยจัดการกับความรู้สึกตนเอง
4. บุคลิกภาพ อ่อนไหว ติดเพื่อน ไม่มั่นใจตนเอง
5. จิตใจและพลังใจ อยู่ในระดับต่ำ

เกณฑ์การวินิจฉัยภาวะเสพติดของ DSM-IV

ต้องพบอย่างน้อย 3 ข้อ ใน 7 ข้อ ในระยะเวลาใดๆ ก็ได้ภายในเวลา 12 เดือน

1. การติดยา - ต้องใช้ยาจำนวนมากขึ้น เพื่อให้ได้ผลจากสารเสพติดติดมาก

เท่าเดิม

- ถ้าใช้ยาจำนวนเท่าเดิม จะได้ผลน้อยกว่าแต่ก่อน

2. เกิดอาการถอนพิษยา
3. มักจะใช้สารเสพติดในจำนวนและระยะเวลามากกว่าที่ตั้งใจไว้เดิม
4. ไม่สามารถลดหรือควบคุมการใช้สารเสพติดได้ด้วยตนเอง
5. ใช้เวลาส่วนมากไปกับกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับสารเสพติด
6. การงาน การเรียน สังคม หรือกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างเสื่อมถอยลงหรือสูญเสีย
7. ยังใช้สารเสพติดนั้นต่อไป แม้จะทราบว่าทำให้เกิดปัญหา

ใบความรู้ที่ 4

โรคแทรกซ้อนของการเสพยาเสพติด

1. โรคแทรกซ้อนทางด้านจิตใจ ระยะแรกจะยังวินิจฉัยไม่ได้แน่นอนจนกว่าจะหมดฤทธิ์ยา และหมดระยะถอนพิษยาเสียก่อน โดยทั่วไปครร 2 - 4 สัปดาห์
2. โรคแทรกซ้อนทางร่างกาย ที่พบบ่อยได้แก่ ภาวะทางโภชนาการเจริญเติบโตไม่สมวัย ถ้าเสพยาโดยการฉีดจะทำให้ติดได้เร็วขึ้น

ใบงานที่ 1

แบ่งกลุ่ม 5 - 6 คน ให้สมาชิกในกลุ่มระดมสมอง ระบุนิโทษและพิษภัยของยาบ้าที่มีต่อ
ตัวผู้เสพ ครอบครัว ชุมชนหรือสังคมและประเทศชาติ ลงในตารางข้างล่างนี้ (5 นาที)

ผลของยาบ้า	โทษและพิษภัยของยาบ้า
1. ตัวผู้เสพยาบ้า	1..... 2..... 3.....
2. ครอบครัวผู้เสพยาบ้า	1..... 2..... 3.....
3. ชุมชน / สังคม	1..... 2..... 3.....
4. ประเทศชาติ	1..... 2..... 3.....

ใบงานที่ 1

แบ่งกลุ่ม 5 - 6 คน ให้สมาชิกในกลุ่มระดมสมอง ระบุนโยบายและพันธกิจของยาบ้าที่มีต่อ
ตัวผู้เสพ ครอบครัว ชุมชนหรือสังคมและประเทศชาติ ลงในตารางข้างล่างนี้ (5 นาที)

ผลของยาบ้า	โทษและพันธกิจของยาบ้า
1. ตัวผู้เสพยาบ้า	1..... 2..... 3.....
2. ครอบครัวผู้เสพยาบ้า	1..... 2..... 3.....
3. ชุมชน / สังคม	1..... 2..... 3.....
4. ประเทศชาติ	1..... 2..... 3.....

ใบงานที่ 2

แบ่งกลุ่ม 5 - 6 คน ให้สมาชิกในกลุ่มระดมสมอง ตอบคำถาม จะสังเกตได้อย่างไรว่าคนไหนติดยาเสพติด (5 นาที)

สิ่งที่จะสังเกต	ลักษณะ
1. พฤติกรรม	1..... 2..... 3.....
2. ความคิด	1..... 2..... 3.....
3. ความรู้สึก	1..... 2..... 3.....
4. บุคลิกภาพ	1..... 2..... 3.....
5. จัดใจและพลังใจ	1..... 2..... 3.....

แผนการสอนเรื่อง โทษและพิษภัยของยาบ้า: การบำบัดรักษายาบ้า

เวลาที่สอน 1 ชม.

จุดประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม

1. รู้และเข้าใจ เกี่ยวกับโทษพิษภัยของยาบ้า
2. อธิบายวิธีการบำบัดรักษาแบบมาตรฐาน
3. อธิบายบทบาทหน้าที่ของผู้ที่เกี่ยวข้องในการบำบัดรักษาผู้เสพยาบ้า
4. ปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัวในการบำบัดรักษาผู้เสพยาบ้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ

และประสิทธิผล

สาระสำคัญ

อาการถอนพิษยา หมายถึง อาการที่เกิดขึ้นเมื่อหยุดสารเสพติด อาการถอนพิษของยาบ้า แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะแรกหลังหยุดยาทันที ระยะถอนพิษยา และระยะสงบ การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด ชนิดยาบ้า มี 2 วิธี คือ การบำบัดรักษาแบบผู้ป่วยนอก และแบบผู้ป่วยใน แบบผู้ป่วยใน ควรจะใช้วิธีการบำบัดรักษาแบบมาตรฐานซึ่งมี 4 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนเตรียมการก่อนการรักษา ขั้นตอนพิษยา ขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ และขั้นตอนติดตามหลังรักษา ซึ่งในแต่ละขั้นตอนครอบครัวควรมีส่วนร่วมด้วยความเข้าใจและใกล้ชิด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ PL/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน (การออกแบบงาน)	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ - กลุ่ม 2 คน (5 นาที)	- นำเข้าสู่บทเรียน โดยให้ผู้เข้ารับ การอบรม เล่าถึงประสบการณ์ที่ เคยพบเกี่ยวกับอาการของยาของ ผู้เสียชีวิต	
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (5 นาที) ประสบการณ์ (5 นาที)	- นำอภิปราย/รวบรวม ความคิดเห็น/เพิ่มเติม/สรุป - แบ่งกลุ่ม ระดมสมอง โดยยกกรณี ศึกษาในชุมชนที่สามารถเลิก ยาเสพติดได้ และเลิกไม่ได้ เพราะอะไร	- ใบความรู้ที่ 1 อาการถอนพิษยาของยาบ้า - ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	- กลุ่มนำเสนอ/รวบรวม ความคิดเห็น/เพิ่มเติม/สรุป	- ใบความรู้ที่ 2 การบำบัดรักษายาเสพติด
สะท้อนความคิด - กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- ตั้งคำถาม “การรักษาแบบ ผู้ป่วยนอก/ผู้ป่วยในจะดี ถ้า.....	- สรุปสั้น ๆ
ประสบการณ์ - กลุ่ม 5 คน (5 นาที)	- ตั้งคำถาม “บทบาทหน้าที่ของ ครอบครัวในการบำบัดรักษายาบ้า ให้ได้ผลในแต่ละวิธี แต่ละขั้นตอน ควรเป็นอย่างไร	- ใบงานที่ 2
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- กลุ่มนำเสนอ/นำอภิปราย/ เพิ่มเติมสรุป	
สะท้อนความคิด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- สุ่มถาม “เด็กสามารถเลิกยาบ้า ได้.....ถ้า.....	

ใบความรู้ที่ 1

อาการถอนพิษยาของยาบ้า

อาการถอนพิษยา หมายถึง อาการที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ป่วยหยุดสารเสพติด

อาการถอนพิษยาของยาบ้า แบ่งออกเป็น 3 ระยะ

1. ระยะแรกหลังหยุดยาทันที (Crash) ประมาณ 9 ชั่วโมง จนถึง 4 วัน จะรู้สึกไม่มีความสุข (dysphoria) เครียด หงุดหงิด กระวนกระวาย หรือมีอาการซึมเศร้า และมีอาการอยากยาบ้า บางรายก็อาละวาด ต่อมาจะเริ่มมีอาการ อ่อนเพลีย เมื่อขี้ล้า รู้สึกง่วงนอน หิวมาก อาการอยากยาจะค่อยๆ ลดลงๆ
2. ระยะถอนพิษยา (withdrawal) ถัดจากระยะแรก ประมาณ 10 สัปดาห์ ยังมีอาการ เครียด อ่อนเพลียอยู่บ้าง การนอนหลับและอารมณ์จะค่อยๆ กลับเข้าสู่ภาวะปกติยังมีการอยากยามาก เป็นพักๆ ถ้ามีสิ่งกระตุ้น เช่น เพื่อนพูดชักชวน หรือเห็นผู้อื่นเสพ
3. ระยะสงบ (Extinction) ระยะเวลาไม่นานอน อาจใช้เวลาเป็นเดือนๆ หรือหลายปี หลังจากหยุดยา ระยะนี้จะมีอาการเหมือนคนปกติ เว้นแต่จะมีอาการอยากยาเป็นพักๆ หรือมีอาการอยากยาเมื่อมีสิ่งกระตุ้น ดังนั้นจึงพบได้ว่าผู้ป่วยบางรายที่เลิกได้เป็นปีๆ ก็ยังหวนกลับมาเสพใหม่ได้อีก

ใบความรู้ที่ 2

วิธีการบำบัดรักษายาบ้า

วิธีการบำบัดรักษา แบบมาตรฐาน (Classical Method) มี 4 ขั้นตอน

1. ขั้นเตรียมการก่อนการรักษา (Pre - admission)
2. ขั้นถอนพิษยา (Detoxification)
3. ขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ (Rehabilitation)
4. ขั้นติดตามหลังรักษา (After care)

ขั้นเตรียมการก่อนรักษา

เป็นระยะแรกของการรักษา เพื่อให้ผู้ป่วยได้มีโอกาสเตรียมตัว เตรียมใจ จัดการกิจธุระให้เรียบร้อย ให้เข้ารับการรักษได้ครบตามระยะเวลาอย่างต่อเนื่องและไม่ขาดตอน รวมทั้งให้คำแนะนำจูงใจผู้ป่วยให้เห็นความสำคัญของการรักษา

ชั้นถอนพิษยา มี 2 แบบ

1. แบบผู้ป่วยนอก สะดวกในเรื่องสถานที่ ค่าใช้จ่าย ต้องหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่นำไปสู่การติดยา

2. แบบผู้ป่วยใน ข้อบ่งชี้ ใช้ในรายที่ใช้ปริมาณมาก ๆ มีแนวโน้มที่จะหยุดยาไม่ได้ หรือเคยรับการรักษาแบบผู้ป่วยนอกหลายครั้งแล้วยังไม่ได้ผล

การถอนพิษยาบ้าไม่มียาทดแทนโดยตรง จะให้การรักษาตามอาการ

ชั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ

เป็นระยะที่แก้ไขปรับปรุงความประพฤติ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เป็นการฟื้นฟูสมรรถภาพชีวิตที่สมบูรณ์ ทั้งสภาพร่างกายและจิตใจ ตลอดจนความพร้อมที่จะออกสู่สังคมภายนอก โดยใช้หลัก 2 ประการ คือ

1. การช่วยเหลือ การพึ่งตนเองของผู้ป่วย
2. การใช้อิทธิพลของกลุ่มพัฒนาคุณภาพชีวิต
 - กลุ่มบำบัด
 - งานบำบัด
 - การแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
 - ครอบครัวสัมพันธ์

ชั้นติดตามหลังรักษา

เพื่อป้องกันการติดซ้ำ ช่วยปรับการดำรงชีวิต และสภาวะแวดล้อมของผู้ป่วยหลังรักษา เป็นการเสริมกำลังใจ และแนะแนวทางในการแก้ปัญหาต่างๆ

ใบงานที่ 1

ให้ผู้เข้ารับการอบรมแบ่งกลุ่มย่อย (5 - 8 คน) แล้วยกกรณีศึกษาที่พบเห็นในชุมชน
ในรายที่สามารถเลืกยาบ้าได้ และเลืกไม่ได้ว่าเพราะอะไร โดยใส่เหตุผลลงในช่องข้างล่างนี้ (5 นาที)

เหตุผลที่เลืกยาเสพติดได้	เหตุผลที่เลืกยาเสพติดไม่ได้
1.....	1.....
2.....	2.....
3.....	3.....
4.....	4.....
5.....	5.....

ใบงานที่ 2

ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม แบ่งกลุ่มย่อย (5 - 6 คน) ระดมสมองและระบุบทบาทหน้าที่ของครอบครัวในการบำบัดรักษาผู้ติดยาบ้า

วิธีการรักษา/ขั้นตอน	บทบาทหน้าที่ของครอบครัว
1. ขั้นตอนเตรียมการก่อนรักษา	1..... 2..... 3.....
2. ขั้นตอนพิชยา	1.....
2.1 การรักษาแบบผู้ป่วยนอก	2..... 3.....
2.2 การรักษาแบบผู้ป่วยใน	1..... 2..... 3.....
3. ขั้นตอนฟื้นฟูสมรรถภาพ	1..... 2..... 3.....
4. ขั้นตอนติดตามหลังรักษา	1..... 2..... 3.....

แผนการสอนเรื่อง สายใยรัก (ความผูกพันทางอารมณ์)

เวลา 1 ชม. 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม

1. ฟื้นฟูความรู้สึกที่ดีที่เคยมีต่อบุตรหลานที่เสียยาเสพติด
2. ฝึกทักษะการสร้างความรักความผูกพันและความสุขในชีวิตประจำวัน

สาระสำคัญ

สายสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของลูกอย่างมาก การแสดงออกถึงความห่วงใย เอื้ออาทรต่อกัน เปิดเผย เห็นอกเห็นใจ และไว้วางใจกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว โดยผู้เป็นพ่อแม่ต้องมีการสร้างความรักความผูกพันให้เกิดขึ้นในครอบครัว มีความประทับใจและความรู้สึกที่ดีเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว พ่อแม่จึงต้องรู้จักสร้างความสุขให้เกิดขึ้นในบ้าน จะทำให้แต่ละคนรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเป็นตัวของตัวเอง เคารพในความแตกต่างของผู้อื่น สามารถมีสัมพันธ์ภาพที่มีประสิทธิภาพกับบุคคลภายนอกได้อย่างกว้างขวาง

กิจกรรมการเรียนการสอน

องค์ประกอบ PL/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ - กลุ่ม 5 - 6 คน (10 นาที)	แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 6 คน - นำเข้าสู่บทเรียนโดยใช้เทคนิค ผ่อนคลายเพื่อให้ผู้รับการ อบรมเกิดความรู้สึกสงบ - สร้างความรู้สึกโดยใช้เทคนิค จินตนาการถึงภาพประทับใจ ในอดีต “ให้พ่อแม่คิดถึง ประสบการณ์ในครอบครัวช่วง ที่มีความสุข”	- ใบงานที่ 1

องค์ประกอบ PI./กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
สะท้อนความคิด/อภิปราย - กลุ่ม 5 - 6 คน (30 นาที)	- แบ่งกลุ่มอภิปรายในประเด็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะคิดถึงภาพประทับใจในอดีต - วิทยากรนำอภิปรายและสรุปแนวคิดตามใบความรู้ที่ 1 - 5	- ใบงานที่ 2 - สรุปใบความรู้ที่ 1 - 5
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (30 นาที)	- ให้กลุ่มอภิปรายประเด็นความรู้สึกที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นเมื่อถูกติดยาเสพติดและมีความหวังอย่างไรที่จะให้ความรู้สึกดี ๆ เกิดขึ้นในครอบครัว	- ใบความรู้ที่ 6
ประยุกต์แนวคิด - กลุ่ม 5 - 6 คน (20 นาที)	- มอบหมายงานให้กลุ่มนำวิธีการที่จะทำให้ความรู้สึกดี ๆ ที่เคยมีต่อลูกยังคงอยู่จะทำอย่างไร - สุ่มกลุ่มนำเสนอ - วิทยากรนำอภิปราย/สรุปแนวคิดแต่ละประเด็น	- ใบความรู้ที่ 6

ใบความรู้ที่ 1

ในการดำเนินชีวิตของแต่ละครอบครัว โดยทั่วไป จะต้องมีความสุขและความทุกข์ ทุกรอบครัว แต่โดยปกติแล้วมนุษย์เรามักจะเลือกภาพแห่งความสุข และยอมรับว่าสิ่งนี้เป็นของเราได้มากกว่า แต่เมื่อมีความทุกข์เกิดขึ้น สิ่งแรกที่เราารู้สึกคือ เป็นสิ่งที่ไม่ดี ไม่อยากยอมรับ พยายามผลักดันให้ออกไปอยู่ไกลตัวมากที่สุด แต่เมื่อเราพยายามผลักดัน ก็ดูเหมือนจะยิ่งทำให้ความทุกข์นั้น เข้าใกล้ตัวเรามากยิ่งขึ้น การยอมรับ และถึงความทุกข์นั้นมาหาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกัน น่าจะเป็นทางออกที่ดีที่สุด

ใบความรู้ 2

อารมณ์ เป็นสภาวะทางจิตใจที่มีผลมาจากการตอบสนองต่อตัวกระตุ้น

ใบความรู้ที่ 3 สติในอารมณ์

สติ (awareness) คือ การ “รู้” สามารถบอกออกมาว่า รู้อะไร กำลังทำอะไรอยู่ เช่น กำลังนั่ง ก็บอกได้ว่า “กำลังนั่ง” กำลังพูดก็รู้ว่า “กำลังพูด” ด้านอารมณ์ก็สามารถบอกได้ว่าตนเอง กำลังมีอารมณ์เช่นไร กำลังโกรธ ก็บอกว่า “โกรธ”



ใบความรู้ที่ 4

การมีสติ รู้อารมณ์ (Self - awareness)

1. การมีสติตลอดเวลา
2. การรับรู้ความเป็นจริงของตนเอง
3. การแสวงหาความหมายของชีวิต

ใบความรู้ที่ 5

จัดการ...กับอารมณ์ (Managing Emotions)

การจัดการกับอารมณ์ของตนเองอย่างเหมาะสม

1. ตระหนักว่าตน คือ ผู้รับผิดชอบอารมณ์ตนเอง
2. แยกข้อเท็จจริงออกจากการตีความหมาย
3. บอกตนเองว่ากำลังรู้สึกอย่างไร
4. ให้อารมณ์ส่งเสริมการคิดของตน

ใบความรู้ที่ 6

การสร้างความสุข

กระบวนการพัฒนาความสุข

หลักการ : สุขง่าย ทุกข์ยาก ไม่ยึดติดในความสุข - ทุกข์

สุขง่าย —▶ สุขในชีวิตประจำวัน

ทุกข์ยาก —▶ ทุกข์เฉพาะที่จำเป็น

ไม่ยึดติด —▶ สุขหรือทุกข์เป็นภาวะชั่วคราว

ใบงานที่ 1

ให้แบ่งกลุ่ม 5 - 6 คน ปฏิบัติตามวิทยาการ

ใบงานที่ 2

จากกลุ่มเดิม ระดมสมอง อภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1. ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะที่คิดถึงภาพประทับใจในอดีต
2. ความรู้สึกที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นเมื่อลูกติดยาเสพติด
3. เปรียบความรู้สึกทั้ง 2 ด้านดูว่า พ่อแม่มีความหวังอย่างไรบ้างที่จะให้ความรู้สึกดี ๆ เกิดขึ้นในครอบครัวอีก
4. ผู้แทนกลุ่มรายงาน

ใบงานที่ 3

ในกลุ่มเดิมให้ช่วยระดมสมองร่วมกันว่า จะมีวิธีอย่างไรที่จะทำให้ความรู้สึกดี ๆ ที่มีต่อลูกยังคงมีต่อไป

แผนการสอนเรื่อง สื่อภาษาพาสุขใจ

เวลา 1 ชม. 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมตระหนักถึงความสำคัญของการสื่อสารที่เหมาะสม
2. เพื่อฝึกทักษะการสื่อสารระหว่าง บิดา - มารดา - บุตร

สาระสำคัญ

การที่ครอบครัวขาดความสุขเกิดจากสาเหตุหลายประการ ปัจจัยที่ทำให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัวได้มากที่สุด คือ การสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว ดังนั้นถ้าสมาชิกในครอบครัวมีทักษะการสื่อสารที่เหมาะสมก็จะช่วยเพิ่มพูนความสุข และลดความขัดแย้งในครอบครัวได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- วิทยากรนำเข้าสู่บทเรียน ทุกวันนี้ทุกคนแสดงความรัก ความผูกพัน ความเอื้ออาทร กันระหว่างสามีภรรยา กันอย่างไรบ้าง ระหว่าง พ่อ แม่ ลูก กันอย่างไรบ้าง - สุ่มถาม 3 - 4 คน	- ใบความรู้ที่ 1
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- วิทยากรสรุป องค์ประกอบของ การสื่อสาร	

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ (10 นาที) ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (5 นาที) สะท้อน/อภิปราย - กลุ่ม 3 - 4 คน (15 นาที) ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที) ประสบการณ์ - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- วิทยากรถามผู้เข้ารับการอบรมในกรณีที่เกิดความขัดแย้งขึ้นในครอบครัว คุณมักจะแสดงออกอย่างไร? - วิทยากรสุ่มถาม 10 คู่ - วิทยากรนำคำตอบที่ได้มาประมวลแล้วตั้งข้อสังเกตที่เขาส่งออก - วิทยากรบรรยายเรื่องการสื่อสาร - วิทยากรให้ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละกลุ่มทำแบบฝึกหัดเรื่อง การสื่อสาร (กลุ่มละ 1 ชุด) - วิทยากรเฉลย และสรุปรูปแบบการสื่อสารที่วัยรุ่นต้องการ - วิทยากรสุ่มถามประสบการณ์เดิมของผู้เข้ารับการอบรมที่เคยให้ในการเตือนลูกและผลกระทบที่เกิดขึ้นและบรรยายเรื่อง เทคนิคการเตือน - วิทยากรเสนอบทสาธิตการเตือน - วิทยากรสุ่มถามผู้เข้ารับการอบรม 5 คน ให้ผู้เข้ารับการอบรมอภิปรายว่า	- ใบความรู้ที่ 2 - แบบฝึกหัดเรื่อง การสื่อสาร - บทสาธิตการเตือน

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
การประยุกต์ใช้ - กลุ่ม 3 คน (20 นาที)	1. ท่านคิดอย่างไรต่อวิธีการเตือนของพ่อ 2. ท่านคิดว่าลูกจะรู้สึกอย่างไร 3. ท่านคิดว่าวิธีการอื่นจะได้ผลหรือไม่ - วิทยากรสรุปการอภิปรายของผู้เข้ารับการอบรม - ให้ผู้เข้ารับการอบรมฝึกการเตือน	- ใบงานที่ 1 เรื่อง ฝึกทักษะการเตือน

ใบความรู้ที่ 1

องค์ประกอบของการสื่อสารในครอบครัวและทักษะพื้นฐาน

การพูดคุยกันหรือการสื่อสารกันนั้น ทั้ง 2 ฝ่ายที่พูดคุยกัน นอกจากจะสื่อกันด้วยคำพูดแล้ว ยังอาศัยสิ่งที่ไม่ได้เป็นคำพูดส่วนของภาษาท่าทาง เช่น

- การสบตา จะทำให้พูดจากันเข้าใจง่ายขึ้น การสบตายังช่วยให้ทั้ง 2 ฝ่าย รับอารมณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างพูดคุย

- สีหน้า สีหน้าที่รับฟังหรือยิ้มแย้มแจ่มใส ย่อมดีกว่าการแสดงสีหน้าเฉยเมยหรือบึ้งตึง นอกจากนี้การสังเกตสีหน้าฝ่ายคู่สนทนา ทำให้ทราบความรู้สึกได้ว่าเขากำลังโกรธ กังวล น้อยใจ เสียใจ ฯลฯ ซึ่งจะทำให้เราเลือกที่จะพูดจากับเขาได้เหมาะสม

- ท่าทาง ท่าทางที่แสดงออกซึ่งการรับฟังและทำให้คู่สนทนาอยากพูดคุยด้วย ได้แก่ การผงกศีรษะรับฟัง การโน้มตัวเข้าหา คนที่ใช้อารมณ์จะแสดงอีกลักษณะหนึ่ง เช่น กลอดอก ถีนตัวแข็ง ฯลฯ

- การสัมผัส เช่น การจับมือ จับต้นแขน การโอบกอด จะให้ความรู้สึกเข้าใจ อบอุ่น รักใคร่ สนับสนุน เป็นอย่างดี

- ระยะห่าง การพูดคุยจะดีขึ้นหากทั้ง 2 ฝ่าย พูดคุยในระยะใกล้กัน การพูดคุยในระยะห่างจะทำให้ต้องใช้เสียงดัง และไม่มีการสบตากัน จะทำให้เกิดความเข้าใจผิดได้ง่าย

การสื่อสารที่จำเป็นต้องใช้องค์ประกอบของภาษาท่าทางทั้ง 5 ประกอบกันเป็นส่วนช่วยร่วมกับทักษะพื้นฐานที่ครอบครัวควรได้เรียนรู้ คือ

1. การบอกความรู้สึกนึกคิดของตนเอง ทำให้อีกฝ่ายเข้าใจถูกต้องว่าเรารู้สึกอย่างไร
2. การถามและรับฟังความคิดเห็นของอีกฝ่ายหนึ่ง
3. การแสดงความชื่นชมและขอบคุณ

ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง การสื่อสาร

ความหมาย

การสื่อสาร เป็นการส่งข้อมูลข่าวสารจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง การสื่อสารอาจทำให้เกิดความพอใจ หรือไม่พอใจก็ได้ แต่เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้คนมีปฏิสัมพันธ์กัน

ลักษณะของการสื่อสาร

การสื่อสารทางบวก ทำให้ผู้รับพอใจ ภูมิใจ เช่น การชื่นชม ยอมรับ มอง สบตา จับมือ พูดคุยด้วยความเป็นมิตร การให้สิ่งที่ต้องการ ฯลฯ

การสื่อสารทางลบ ทำให้ผู้รับเสียใจ รู้สึกด้อยน้อยคุณค่า เช่น การพูดดูด่าว่ากล่าว ประชดประชัน เปรียบเทียบกับผู้อื่น ทำที่ดูหมิ่น หรือมีการให้แต่เป็นว่า เล็กไปด้วย ฯลฯ

การสื่อสารที่ไม่ตรงไปตรงมา เป็นการแสดงออกอย่างหนึ่ง แต่มีความคิดและความรู้ อีกอย่างหนึ่งซ่อนอยู่ เป็นลักษณะไม่จริงใจ ไม่ซื่อสัตย์ เช่น แสดงท่าทีคำพูดเหมือนชื่นชม แต่ตอนท้าย ดุจะสับสน หรือมีความไปทางลบ เช่น

ผลของการสื่อสารที่เหมาะสม

เป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และเป็นปัจจัยในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างบุคคลในครอบครัว และเป็นแนวทางให้เรียนรู้ที่จะปรับตัวในสังคมต่อไป ในทางกลับกันถ้าได้รับการสื่อสารทางลบอยู่เสมอ จะทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจ น้อยใจ และไม่ร่วมมือในคำตักเตือน บางครั้งมีการต่อต้าน เรียกร้องความสนใจจากผู้อื่นแทน ซึ่งเกิดปัญหาอื่นๆ ได้ เช่น หนีออกจากบ้าน ถูกชักจูงเข้ากลุ่มเสี่ยงต่างๆ ติดยาเสพติด มีวุ่นวายกับกลุ่มอันธพาล ฯลฯ

เทคนิคการเตือนจะไม่ได้ผล เมื่อ.....

1. พ่อแม่ ไม่รู้จักการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง
2. มีความเข้าใจผิดในเรื่องอำนาจของพ่อแม่ ทำให้เกิดความเคยชินกับการใช้อำนาจและ
นึกคิดกับการใช้อำนาจที่ไม่เหมาะสม เช่น ช่มชู้ ตำหนิ ใช้เสียงดัง
3. พ่อแม่ ที่ต้องการเอาชนะลูก ทำให้ไม่ยอมรับความผิด
4. พ่อแม่ ที่ไม่ยืดหยุ่น
5. พ่อแม่ ที่ยอมลูก กลัวลูกไม่รัก
6. พ่อแม่ ที่ไม่เคยตั้งกฎเกณฑ์กับลูก ไม่มีระเบียบวินัย ตามใจลูก

แบบฝึกหัดเรื่องการสื่อสาร

ข้อความ	ชนิดการสื่อสาร	เหตุผล
1. อากาศเริ่มหนาวแล้วใส่เสื้อหนาวนะลูก	ทางบวก	เป็นความห่วงใย
2. สมน้ำหน้าอยากเที่ยวเก่งๆ ถูกดูเสียบ้างก็ดี	ทางลบ	เป็นการทั้บถม
3. ไม่อาบน้ำ ซักตากชั้นแน่ไปอาบน้ำเถอะ	ทางลบ	เป็นการขู่ให้กลัว
4. คุณนี่ลายมือสวยจริงใช้มือเขียนหรือเท้าเขียน	เคลือบแฝง	พูดเหมือนชมเชยแต่แท้จริงต้องการตำหนิ
5. เธอจะน่ารักมากถ้าหยุดพูดบ้าง	เคลือบแฝง	พูดเหมือนชมเชยแต่แท้จริงต้องการตำหนิ
6. เธอนี้ถ่ายรูปขึ้นนะดูสวยน่ารักจริง ๆ	ทางบวก	ชมเชย
7. เหนื่อยไหมจะ เหนื่อยนักพักก่อนนะ	ทางบวก	เห็นอกเห็นใจ
8. แม่วันนี้หนูสอนการบ้านน้องหนูเก่งนะแม่นะ	เคลือบแฝง	อยากให้แม่ชมเชยตนเอง

ข้อความ	ชนิดการสื่อสาร	เหตุผล
9. ตุ่มหูเธอสวยเด่นใหญ่พอกับ กระดิ่งเนาะ	เคลือบแฝง	พูดเหมือนชมเชยแต่แอบแฝง การประชดประชัน
10. เพื่อนลูกนี่นิสัยดีอยู่หรอก เสียอย่างเดียวเลวมากกว่าดี	เคลือบแฝง	พูดเหมือนชมเชยแต่แท้จริง ต้องการตำหนิ

ใบความรู้ที่ 3 เทคนิคการเตือน

ก่อนเตือน	ขณะเตือน	หลังเตือน
1. สังเกตอารมณ์ของผู้เตือนและผู้ถูกเตือน 2. จัดการกับอารมณ์ไม่พึงพอใจของพ่อแม่เสียก่อน	1. สื่อความรู้สึกปัจจุบันของตนต่อพฤติกรรม ณ ขณะนั้นของลูก 2. ให้ข้อเสนอแนะในสิ่งที่พ่อแม่ต้องการให้เปลี่ยนหลายๆทางเลือกโดยอย่าให้เสียประโยชน์ของผู้ถูกเตือนมากนัก	1. รับฟังและยอมรับทางเลือกของลูก และให้ความมั่นใจแก่การตัดสินใจปฏิบัติของลูก 2. ติดตามดูอยู่ห่างๆ ว่าลูกปฏิบัติตามข้อตกลงหรือไม่ และคอยเตือนเป็นครั้งคราว 3. ชมเชยเมื่อลูกปฏิบัติได้เหมาะสมหลังการเตือน
ข้อคิด 1. พี่ตระหนักร่วมว่าพ่อแม่เป็นพวกเดียวกัน 2. ครอบครัวควรมีการกำหนดกฎเกณฑ์หรือข้อตกลงในการปฏิบัติร่วมกันที่เรียกว่า กฎครอบครัว เช่น ข้อห้าม : พฤติกรรมที่ขัดต่อกฎหมาย ศีลธรรม ข้อพึงหลีกเลี่ยง : การไม่กลับบ้าน กลับบ้านดึก ฯลฯ	1. อย่าด่วนสรุปว่าการกระทำของลูกนั้นชั่วหรือเลว 2. ห้ามตำหนิหรือประจาน 3. การเตือนควรใช้ปัญญา ซึ่งมีลักษณะ ดังนี้ - พูดจากใจจริง ไม่โกหก - กล้ายอมรับความจริง - ใช้ถ้อยคำอ่อนหวาน น่าฟัง - เกิดประโยชน์ต่อผู้ฟัง - คำพูดถูกกาลเทศะ - คำพูดต้องประกอบด้วย ความเมตตา	1. ให้โอกาสลูกตัดสินใจเลือกวิธีการปฏิบัติเอง

บทสาธิต เรื่อง การเตือน

ตัวละคร 2 คน ลูกสาวกับแม่
สถานการณ์ ลูกสาวชอบสะสมรูปดารานักร้องไว้เต็มห้อง

แม่ ลูกน่าจะเลิกเก็บรูปของดารานักร้องพวกนี้เสียที เพราะมันรกห้องเหลือเกิน
ลูกสาว ไม่เห็นรกตรงไหนเลย สวยดีออกจะตายไปแม่
แม่ วัน ๆ ไม่เห็นลูกจะทำอะไรเลย
ลูกสาว แล้วแม่จะให้ทำอะไรล่ะคะ
แม่ ก็ช่วยแม่ทำงานบ้านบ้าง ไม่ใช่เอาแต่สะสมรูปพวกนั้น
ลูกสาว

ที่เหมาะสม

แม่ แม่ไม่สบายใจเลยที่เห็นลูกสนใจแต่รูปดารานักร้องพวกนี้ จนติดเอาไว้เต็มห้อง
ลูกสาว ก็หนูชอบนี่คะ
แม่ แม่อยากให้ลูกเอาเวลาไปช่วยแม่ทำงานบ้านบ้าง
ลูกสาว ค่ะแม่

จบ.....

ฝึกทักษะการเตือน

แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 3 - 4 คน ให้แต่ละกลุ่มเลือกฝึกทักษะการเตือน 1 ข้อ โดยให้สมมติเป็นตัวละคร 2 คน และเป็นผู้สังเกตการณ์ 1 - 2 คน ให้ผู้สังเกตการณ์ประเมินว่าเทคนิคการเตือนที่ใช้มีความเหมาะสมหรือข้อดีข้อเสียประการใด และสลับให้ทุกคนได้เล่นจนครบทุกบทบาท

- | | |
|-----------------|---|
| 1. ตัวละคร 2 คน | ลูกชายกับพ่อ พ่อเป็นฝ่ายเตือน |
| สถานการณ์ | ลูกชายกลับบ้านดึกบ่อยๆ เพราะชอบไปนั่งคุยอยู่กับบ้านเพื่อน |
| 2. ตัวละคร 2 คน | ลูกสาวกับแม่ แม่เป็นฝ่ายเตือน |
| สถานการณ์ | ลูกสาวชอบสวมเสื้อผ้ารัดรูป |
| 3. ตัวละคร 2 คน | ลูกสาวกับแม่ |
| สถานการณ์ | ลูกสาวใช้เงินจับจ่ายซื้อของที่ไม่น่าเป็น |

แผนการสอนเรื่อง ที่ฟังทางใจ (การตอบสนองทางอารมณ์)

เวลา 1 ชม. 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนความรู้สึกระหว่างกัน
2. เพื่อปรับเปลี่ยนทัศนคติที่ไม่ดีของพ่อแม่ที่มีต่อลูกที่ติดยาเสพติด
3. ฝึกทักษะการเข้าใจผู้อื่น

สาระสำคัญ

การปรับเปลี่ยนความเข้าใจและความต้องการระหว่าง บิดา - มารดาผู้ปกครอง และตัวเด็ก จะทำให้ความเข้าใจถึงความต้องการของกันและกันดีขึ้นมาก อันจะเป็นประโยชน์ในการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ สร้างเสริมความไว้วางใจ ความเข้าใจที่ทุกคนโดยเฉพาะเด็กเสพยาเสพติดย่อมต้องการที่ฟังทางใจ ต้องการกำลังใจจากพ่อแม่ เพื่อต่อสู้กับฤทธิ์ของยาเสพติด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- วิทยากรนำเข้าสู่บทเรียน ♦ ทุกครอบครัวสามารถที่จะหาความสุขได้จากที่ไหนบ้าง ♦ ครั้งสุดท้ายครอบครัวได้มีการร่วมทำกิจกรรมอะไรกันบ้างที่ทำให้เป็นสุขมากที่สุด - วิทยากรสุ่มถามจากกลุ่ม 3 - 4 คน	- สื่อเทพเล่าเรื่อง
สะท้อน/อภิปราย - กลุ่มใหญ่ (30 นาที)	- จากเทพ/กรณีตัวอย่าง - จาก การแสดงบทบาทสมมติ พ่อ แม่ ลูก - วิทยากรให้ผู้เข้ารับการอบรม อภิปรายร่วมกันว่าที่ผ่านมา มักจะคิดต่อลูกอย่างไร	- กรณีตัวอย่าง - ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (20 นาที) ประยุกต์แนวคิด - แบ่งกลุ่ม 6 คน (30 นาที)	- วิทยากรสรุปแนวคิดที่ได้จากกลุ่ม - ให้ผู้เข้ารับการอบรมแบ่งกลุ่ม และช่วยกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็น - แนวทางในการเป็นที่พึงพอใจ	- ใบความรู้ที่ 1 - ใบงาน - ใบความรู้ที่ 2 - 4

ใบความรู้ที่ 1

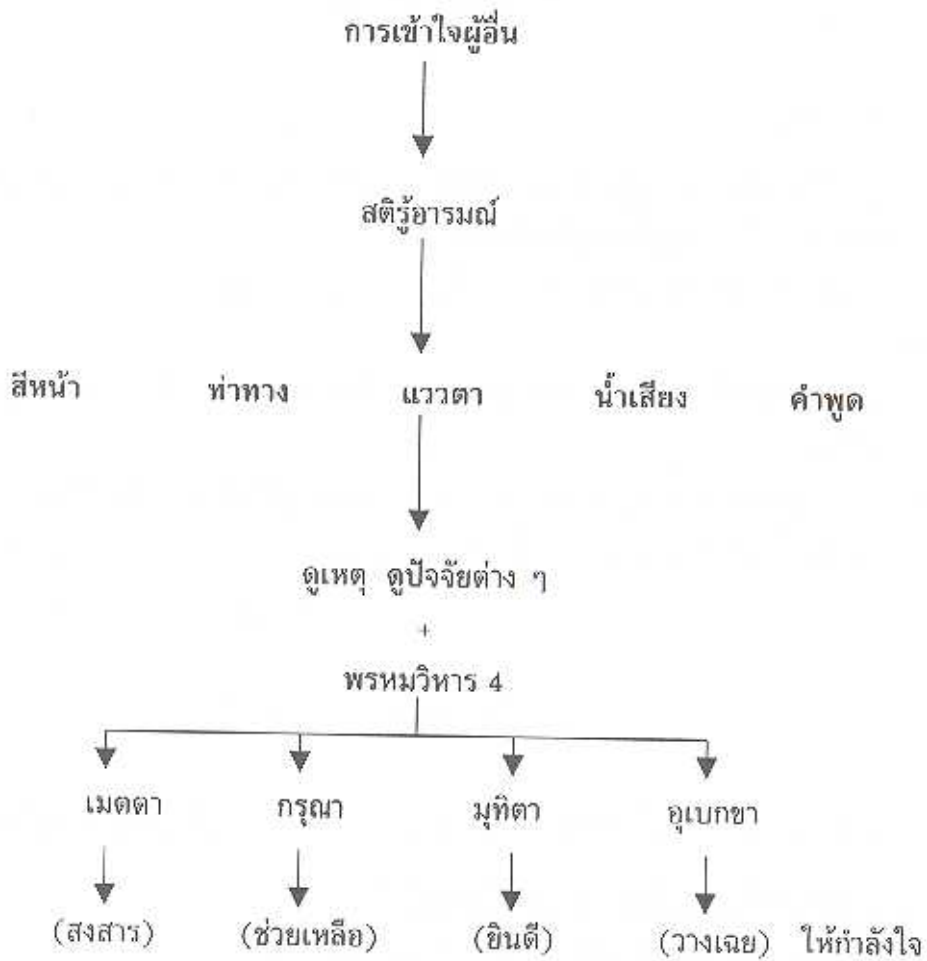
ที่พึ่งทางใจภายในบ้าน

ครอบครัวที่อบอุ่น เป็นครอบครัวที่ทุก ๆ คนภายในบ้านสามารถที่พูดคุยปรึกษาหารือกันได้ ภายในบ้าน ส่วนใหญ่จะพบว่าสมาชิกแต่ละคนจะมีความใกล้ชิดสนิทสนมกันไม่เท่ากันทุกคน บางครอบครัวลูกชายจะใกล้ชิดกับแม่มาก บางครอบครัวลูกชายจะใกล้ชิดกับพ่อมาก หรือบางครั้งลูกจะไม่ค่อยมีโอกาสได้ใกล้ชิดกับทั้งพ่อและแม่ เนื่องจากตอนวัยเด็กไปอาศัยอยู่กับญาติ ทำให้รู้สึกใกล้ชิดกับญาติมากกว่า เมื่อโตขึ้นต้องกลับมาอยู่กับพ่อและแม่ทำให้วางตัวไม่ถูก พ่อแม่เองก็ไม่รู้จะปฏิบัติต่อลูกอย่างไร เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นมักจะโทษว่าตนเองไม่ได้เป็นคนเลี้ยง แต่แท้จริงแล้วทุกคนมีส่วนในการทำให้เกิดปัญหาร่วมกันทั้งนั้น คนในครอบครัวจะต้องสามารถที่จะเป็นที่พึ่งให้กันและกันให้ได้ โดยจะต้องแสดงบทบาทของ

- ความไว้วางใจกัน
- ความเป็นมิตรต่อกัน
- ความเป็นพวกเดียวกัน
- การต่อสู้เพื่อกันและกัน

สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้สมาชิกภายในบ้านรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่อสมาชิกคนอื่น ๆ และจะยินดีที่จะเข้ามาเพื่อแสวงหาแนวทางการแก้ปัญหาาร่วมกัน

ใบความรู้ที่ 2



ใบความรู้ที่ 3

การฝึกทักษะการเข้าใจผู้อื่น

1. อ่านอารมณ์ และความรู้สึก
2. เอาใจเขามาใส่ใจเรา
3. ตอบสนองให้สอดคล้อง

ใบความรู้ที่ 4

การมองโลกในแง่ดี

หลักการมองโลกในแง่ดี

1. การมองโลกในแง่ดีทุกคนต้องมีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในสิ่งที่เราได้คิดอย่างรอบคอบดีกว่าจะกลัวว่าล้มเหลวแล้วไม่ทำหรือคิดอะไร
2. เห็นสิ่งดีท่ามกลางสิ่งที่ไม่ดี โดยคิดว่าทุกอย่างต้องมีทั้งดีและเลว พยายามมองให้เห็นสิ่งที่ดีให้ได้
3. เห็นโอกาสในอุปสรรค เมื่อพบอุปสรรคให้พยายามคิดหาวิธีการแก้ไขปัญหาหลาย ๆ วิธี แล้วเลือกวิธีที่ดีที่สุด
4. มองความล้มเหลวว่าเป็นประสบการณ์ โดยคิดว่ายังดีที่มีโอกาสได้เรียนรู้
5. ได้รู้จักความล้มเหลว เพื่อนำไปปรับปรุงตนเอง

ใบงานที่ 1

แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายจากกรณีตัวอย่าง เพื่อพิจารณาว่า

1. เด็กหาที่พึ่งได้อย่างไรจากกรณีศึกษา
2. ถ้าคุณเป็นพ่อ แม่เด็กในกรณีตัวอย่าง คุณจะทำอย่างไร
3. จากกรณีศึกษาดังกล่าวข้างต้น จะนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างไร

แผนการสอนเรื่อง การสร้างบ้านสีขาว

เวลาสอน 1 ชม. 30 นาที

จุดประสงค์ของการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม

ฝึกทักษะการทำหน้าที่ครอบครัวด้านการแก้ปัญหา การควบคุมพฤติกรรมและบทบาท ที่เหมาะสมของแต่ละคนในครอบครัว

สาระสำคัญ

บิดา-มารดา หรือผู้ปกครอง มีหน้าที่ในการดูแลบุตร-ธิดา ให้มีพัฒนาการตามวัยอย่างเหมาะสม แต่ละครอบครัว จะมีพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดู ทักษะ การศึกษา ประสบการณ์ต่างๆ แตกต่างกัน หล่อหลอมเลี้ยงดูบุตร - ธิดา ให้เติบโตขึ้น โดยพบว่าบางครอบครัวบุตร - ธิดา มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ บางครอบครัวมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไป บิดา - มารดา จะมีแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาดังๆ ของบุตร - ธิดา วัยรุ่นซึ่งเป็นระยะช่วงต่อที่ชีวิตอาจพลิกผันได้อย่างไรบ้าง เพื่อครอบครัวจะได้เป็นสุข บ้านจะได้เป็นบ้านสีขาว

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ PL/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
ขั้นรู้ชัดเห็นจริง ความคิดรวบยอด - กลุ่ม 5 - 6 คน (15 นาที)	- วิทยานำเข้าสู่บทเรียน โดยกล่าวว่าทุกบ้านล้วนมีปัญหา แต่แตกต่างกัน มีวิธีแก้ปัญหา - แบ่งกลุ่ม 5 คน โดยใช้กลุ่มช่วยกันแก้ปัญหาของผู้เข้ารับการฝึกอบรมที่อยู่ในกลุ่มแต่ละคน แล้วเลือกปัญหา 1 ปัญหาที่น่าสนใจ นำเสนอให้ที่ประชุมทราบ พร้อมแนวทางการแก้ปัญหา	- จัดวิทยากรประจำกลุ่ม กลุ่มละ 1 คน ทำหน้าที่ให้คำปรึกษา - ใบงานที่ 1 - ใบความรู้ที่ 1 การแก้ปัญหา

องค์ประกอบ PL/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
สะท้อนความคิด/อภิปราย - กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	- ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอ ปัญหา และแนวทางการแก้ไขปัญหา - ทำอภิปราย/เพิ่มเติม	
ประสพการณ์ - กลุ่ม 5 คน (10 นาที)	- จากปัญหาของแต่ละครอบครัว ขอให้แต่ละกลุ่มช่วยกันสรุปวิธี การอยู่ร่วมกับวัยรุ่น	
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอ - ทำอภิปราย/เพิ่มเติม/สรุป	- ใบความรู้ที่ 2 - การทำหน้าที่ครอบครัว 3 ด้าน และ - ใบความรู้ที่ 3 - วิธีอยู่ร่วมกับวัยรุ่น
ประสพการณ์ - กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	- วิทยากรนำเสนอกรณีศึกษา จาก VDO เรื่องขอเพียง ความเข้าใจ	- VDO
สะท้อนความคิด/อภิปราย - แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน (15 นาที)	- ให้แต่ละกลุ่มวิเคราะห์ปัญหาที่ เกิดขึ้นใน VDO ตามใบงาน ที่ 3	- ใบงานที่ 3

ใบงานที่ 1

แบ่งกลุ่ม 5 - 6 คน ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยถึงปัญหาและการแก้ปัญหาของแต่ละครอบครัว แล้วเลือก 1 ปัญหาที่น่าสนใจ นำเสนอให้ที่ประชุมทราบ พร้อมแนวทางการแก้ปัญหา

ใบงานที่ 2

เกมส์ 9 จุด

แบ่งกลุ่ม 5 - 6 คน ให้แต่ละกลุ่มลากเส้นตรง 4 เส้น ให้ผ่านจุดทั้ง 9 จุด โดยไม่ยกปากกาและเส้นแต่ละเส้นต่อเนื่องกัน



ใบงานที่ 3

แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน จากการดูวิดีโอ ให้ท่านระดมสมองในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

1. ปัญหาที่เกิดขึ้นคืออะไร

.....

.....

.....

2. อะไรคือสาเหตุของปัญหา

.....

.....

.....

3. การทำหน้าที่ของทุกคนในครอบครัวด้านการแก้ปัญหา การควบคุมพฤติกรรมและบทบาท

พ่อ.....

แม่.....

ลูกชาย

การทำหน้าที่	การแก้ปัญหา	การควบคุมพฤติกรรม	บทบาท
บ้าน			
พ่อ			
แม่			
ลูกชาย			

ใบความรู้ที่ 1

การแก้ปัญหา

การแก้ปัญหา หมายถึง ความสามารถของครอบครัวในการแก้ไขปัญหาดังต่อไปนี้ ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม ทำให้ครอบครัวดำเนินไปได้ และปฏิบัติหน้าที่ด้านต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

แนวทางในการแก้ไขปัญห โดยยึดหลัก อริยสัจ 4 คือ

1. ทุกข์ ได้แก่ ตัวปัญหา จะต้องทราบว่าปัญหาคืออะไร
2. สมุทัย ได้แก่ สาเหตุของปัญหา จะต้องหาสาเหตุของปัญหาให้ได้
3. นิโรธ ได้แก่ แนวทางในการแก้ปัญหา ครอบครัวจะต้องร่วมกันหาทางเลือกต่าง ๆ ในการแก้ไขปัญห
4. มรรค ได้แก่ มีทางเลือกที่ได้มาใช้ในการแก้ไขปัญหานั้น

การแก้ปัญหามี 5 ขั้นตอน

1. กำหนดปัญหา และค้นหาสาเหตุของปัญหา
2. กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหา
3. วิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก
4. ตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด
5. แก้ไขข้อเสียของทางเลือก

ใบความรู้ที่ 2

การควบคุมพฤติกรรม หมายถึง วิธีการที่ครอบครัวควบคุม หรือจัดการกับพฤติกรรมของสมาชิก การควบคุมพฤติกรรมเป็นสิ่งที่จำเป็นทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกประพฤติตนอยู่ในขอบเขตอันเหมาะสม ไม่ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น หมายถึง ลักษณะ แบ่งออกเป็น 3 แบบ

1. การควบคุมพฤติกรรมแบบเข้มงวด
2. การควบคุมพฤติกรรมแบบยืดหยุ่น
3. การควบคุมพฤติกรรมแบบมุ่งเหยียง

บทบาทหน้าที่ของบุคคลในครอบครัว หมายถึง แบบแผนพฤติกรรมที่สมาชิกประพฤติต่อกันซ้ำ ๆ เป็นประจำ แบ่งออกเป็น บทบาทพื้นฐาน ได้แก่ พ่อ แม่ ลูก ซึ่งควรจะมีหน้าที่ในแต่ละบทบาท ซึ่งควรทำหน้าที่ของตนเองให้ชัดเจน เหมาะสม

ใบความรู้ที่ 3 วิธีการอยู่ร่วมกับลูกวัยรุ่น

เท่านั้น

1. พยายามสร้างกฎเกณฑ์ให้น้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ และเข้มงวดเฉพาะกับกฎเกณฑ์นั้น ๆ
2. รับฟังความคิดเห็นของวัยรุ่นด้วยความสนใจสนทนารอบคอบ
3. จงให้เวลาในการพูดคุยและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับวัยรุ่น
4. เคารพความคิดเห็นส่วนตัวของวัยรุ่นตามสมควร
5. จงมีความอดทนยอมรับข้อผิดพลาดของลูกวัยรุ่น
6. อย่ากลัวการยอมรับความผิดพลาดของตัวเอง
7. เมื่อวัยรุ่นประสบความสำเร็จต้องชมเชยเขาอย่างจริงใจ
8. จงหลีกเลี่ยงการตำหนิตติเตียน
9. ในกรณีที่ลูกวัยรุ่นมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม
10. จงทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูก
11. สร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในบ้าน

แผนการสอน

แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัวต่อการป้องกันและการบำบัดรักษา

เวลา 2 ชั่วโมง

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในการหาแนวทางร่วมกันของครอบครัวต่อการป้องกันและการมีส่วนร่วมในการบำบัดรักษา

สาระสำคัญ

ครอบครัวถือเป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญมากที่สุดในการที่จะช่วยป้องกันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับเด็กวัยรุ่น โดยเฉพาะกับครอบครัวมีความเข้าใจปัญหาต่างๆ ได้มากเท่าไรก็จะสามารถรองรับและร่วมในการช่วยกันแก้ปัญหาในด้านต่างๆ ได้

กิจกรรมการเรียนการสอน

องค์ประกอบ PL/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ (6 คน)	- วิทยากรนำเข้าบทเรียนโดยถามผู้เข้ารับการอบรมว่าตลอดระยะเวลา 2 วันที่อยู่ด้วยกันมา คิดว่าสามารถที่สรุปแนวทางการมีส่วนร่วมในการป้องกันและการบำบัดรักษาได้อย่างไร - นำเสนอต่อกลุ่มใหญ่ที่ละกลุ่มวิทยาสรุปลิงที่ได้รับของแต่ละกลุ่ม	- ใบงานที่ 1

องค์ประกอบ PI./กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประยูกต์ (6 คน)	- วิทยากรให้กลุ่มร่วมกันพิจารณาว่าคำว่า บ้านสีขาว มีลักษณะอย่างไร ประกอบด้วยอะไรบ้าง - วิทยากรให้สมาชิกทุกคนร่วมกันค้นหาแนวความคิดร่วมในการดำเนินการในการแก้ไขปัญหาย่างต่อเนื่อง	- ใบงานที่ 2 - แนวทางการจัดตั้งชมรมรวมพลังสร้างบ้านสีขาว

การจัดตั้งชมรมรวมพลังสร้างบ้านสีขาว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกที่เข้ารับการอบรมเมื่อผ่านการอบรมกลับไปแล้ว ยังเครือข่ายการติดต่อประสานงาน เป็นที่ปรึกษาให้กันและกัน
2. เพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหาร่วมกันในกรณีที่บางครอบครัวยังคงมีปัญหาอยู่
3. เพื่อพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดำเนินการแก้ไขปัญหาลงพื้นที่ที่ประสบความสำเร็จและในกรณีที่ยังมีปัญหา
4. สำหรับในครอบครัวที่ประสบผลสำเร็จสามารถเป็นพี่เลี้ยง และเป็นกำลังใจให้กับครอบครัวผู้ตกตลึงเสียดใจอื่น ๆ ได้

ใบงานที่ 1

แบ่งกลุ่มๆละ 5-6 คน ระดมสมองสรุปแนวทางการมีส่วนร่วมในการป้องกันและการบำบัดรักษาได้อย่างไร

การป้องกัน	การบำบัดรักษา
1.....	1.....
2.....	2.....
3.....	3.....
4.....	4.....

ใบงานที่ 2

- แบ่งกลุ่มๆ ละ 5 - 6 คน ระดมสมองร่วมกันพิจารณา
- แจกแผ่นใส กลุ่มละ 1 แผ่น พร้อมปากกา

1. ให้อาจารย์บ้าน และอธิบายส่วนประกอบของบ้านในความคิดเห็นว่าบ้านต้องประกอบด้วยอะไรบ้าง หลังจากผ่านการฝึกอบรมแล้ว

2. นำเสนอพร้อมทั้งอธิบายความหมายที่ประกอบกันเป็นบ้านในความคิด

กิจกรรมอำลา

“การให้และการรับความประทับใจ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างครอบครัวกับเยาวชนที่ติดยาเสพติด
2. เพื่อเสริมสร้างกำลังใจให้กับครอบครัวและเยาวชนในการร่วมกันแก้ไขปัญหายาเสพติด
3. ช่วยให้สัมพันธภาพที่ดีระหว่างครอบครัวและเยาวชนที่ติดยาเสพติดแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

ความคิดรวบยอด

การให้และการปรับความประทับใจ จะทำให้เกิดความเข้าใจและสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกัน ของครอบครัวกับผู้ติดยาเสพติด ก่อให้เกิดพลังกายและพลังใจที่เข้มแข็ง ซึ่งจะนำไปสู่การร่วมกันแก้ไข ปัญหาเสพติด

วิธีดำเนินการ

1. วิทยากรผู้นำกลุ่มแจกกระดาษที่ตัดเป็นรูปหัวใจให้กับเยาวชนและพ่อแม่ ผู้ปกครอง คนละ 1 ชิ้น
2. ให้เยาวชนและพ่อแม่ ผู้ปกครอง เขียนบอกความรู้สึกและสิ่งที่ตนอยากได้รับ เช่น เยาวชนอยากให้อาบน้ำ ผู้ปกครองปฏิบัติอย่างไรกับตน และพ่อแม่ ผู้ปกครองอยากให้บุตรปฏิบัติอย่างไร กับตน
3. ให้เยาวชนนำหัวใจที่ตนเขียนบอกความรู้สึกและสิ่งที่อยากได้รับ ไปมอบให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง พร้อมทั้งบอกกล่าวสิ่งที่ตนเขียนก่อนมอบหัวใจด้วย สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครองก็นำหัวใจของตน ให้บุตร พร้อมทั้งบอกกล่าวสิ่งที่ตนเขียนให้บุตรทราบด้วยเช่นกัน
4. วิทยากรผู้นำกลุ่มของอาสาสมัครตัวแทนของกลุ่มพ่อแม่ ผู้ปกครอง มา 1 ท่าน เพื่ออ่าน บทกลอนของแม่ที่มอบให้ลูก “บทกลอนใครทำแม่เข้าใจ”
5. วิทยากรกลุ่มทุกท่านร่วมร้องเพลง “ใครหนอ” มอบให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และเยาวชน จากนั้นให้พ่อแม่ ผู้ปกครองทุกท่านร่วมร้องเพลง “คำมั่น” มอบให้กับบุตร และเยาวชนทุกคน ร้องเพลง “แม่” ให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง (ระหว่างร้องเพลง “แม่” อาจให้เยาวชนมอบดอกไม้หรือ พวงมาลัยให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครองด้วย)
6. วิทยากรกลุ่มส่งพ่อแม่ ผู้ปกครอง และเยาวชน ให้เดินทางกลับบ้านโดยสวัสดิภาพ

ข้อพึงระวังในการนำหลักสูตรไปใช้

1. คุณสมบัติของวิทยากร

1. ต้องมีความรู้ ความเข้าใจและสามารถใช้วิธีการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วมได้อย่างถูกต้อง จึงจะสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้สูงสุด ซึ่งเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้เข้ารับการอบรม

2. มีความรู้ เจตคติ ทักษะ และประสบการณ์ในการดูแลผู้เสพยาเสพติด และหรือมีความรู้ ความเข้าใจ ในการดูแลผู้เสพยาเสพติดเป็นอย่างดี

3. มีความรู้ ความเข้าใจ ทฤษฎีระบบ และระบบครอบครัว สามารถถ่ายทอดเนื้อหาวิชาให้ผู้เข้ารับการอบรมมีเจตคติที่ดีต่อผู้เสพยาเสพติด ซึ่งจะนำไปสู่การนำไปใช้ที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

2. ทุกคนควรตระหนักว่า ครอบครัว คือ สถาบันบำบัดผู้เสพยาเสพติดที่ดีที่สุด และนักบำบัดผู้เสพยาเสพติดที่ดีที่สุด คือ พ่อ - แม่ ผู้ปกครองที่มีความเข้าใจ ยอมรับการแก้ไขและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองเจ้าหน้าที่สาธารณสุข หรือ ครู - อาจารย์ คือ ผู้สนับสนุนเป็นกำลังใจให้กับ ผู้เสพยาเสพติดและครอบครัว

3. พ่อ - แม่ ผู้ปกครอง หรือผู้เกี่ยวข้องในการดูแลผู้เสพยาเสพติด ต้องยอมรับ ให้อภัยอดทนและมีความพยายามในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เสพยาเสพติดที่ต้องใช้ระยะเวลา ซึ่งบางครั้งผู้เสพยาเสพติดอาจกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำ และต้องเชื่อมั่นว่าการเสพยาเสพติด สามารถแก้ไขได้

4. ความไว้วางใจ การให้เกียรติ และกำลังใจ เป็นปัจจัยสำคัญในการป้องกันและลดการเสพยาเสพติดซ้ำ

โรงพยาบาลอภัยภูธร กรมการแพทย์

1. ใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
2. วิเคราะห์สถานการณ์ในพื้นที่
3. วิเคราะห์ความต้องการของผู้เข้ารับการอบรมและลูกค้าในพื้นที่รับผิดชอบ
4. นำเสนอรูปแบบการนำครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด

5. ให้ความรู้ในการสร้างหลักสูตร
6. ฝึกทักษะการนำหลักสูตรต่าง ๆ ไปใช้
7. อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น & ข้อเสนอแนะในการนำหลักสูตรไปใช้

6. ระยะเวลาที่ใช้ในการอบรม 3 วัน

7. เนื้อหาหลักสูตรประกอบด้วย

ความรู้ (Cognitive domain)	= 4.5 ชม.
เจตคติ (Affective domain)	= 6 ชม.
ทักษะ (Psychomotor domain)	= 8.5 ชม.
(รายละเอียดตามตารางการอบรมที่แนบ)	

8. งบประมาณ

เป็นงบประมาณของโรงพยาบาลธัญญารักษ์ ซึ่งจะเป็นการจัดอบรมให้สำหรับบุคลากรภายในโรงพยาบาลเอง และงบประมาณจากหน่วยงานภายนอกที่ขอให้โรงพยาบาลธัญญารักษ์เป็นผู้ดำเนินการจัดอบรมให้

● ค่าตอบแทนวิทยากรกลุ่ม ชม.ละ 300 บาท X 18 ชม.ชม.ละ 2 คน	= 10,800 บาท
● ค่าอาหารกลางวัน/อาหารว่าง 150 บาท X 3 วัน X 40 คน	= 18,000 บาท
● ค่าที่พัก (สำหรับบุคลากรที่มาจากต่างจังหวัด) 450 บาท X 40 คน X 2 วัน	= 36,000 บาท
● ค่าจัดทำเอกสาร (คู่มือวิทยากรและค่าใช้จ่ายเบ็ดเตล็ด)	= 5,000 บาท
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	= 69,800 บาท
(หกหมื่นเก้าพันแปดร้อยบาทถ้วน)	

9. การประเมินผล

- ความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรมก่อนและหลังการอบรม
- หลักสูตรที่ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละรุ่นสร้างขึ้นเพื่อไปดำเนินการในพื้นที่ของตนเอง
- การนำหลักสูตรไปใช้ในพื้นที่ยัง

10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ เจตคติ & ทักษะในการดูแลผู้สูงอายุเสพติดในเชิงบูรณาการแบบองค์รวม
2. ได้หลักสูตรบ้านสีขาวที่เหมาะสมกับพื้นที่ของผู้เข้ารับการอบรม
3. ได้เครือข่ายการนำบ้ดรักษาผู้สูงอายุเสพติด การเฝ้าระวัง และการติดตามประเมินผล

ตารางการอบรมวิทยากร
หลักสูตรบ้านสีขาว

วันที่ เวลา	09.00 – 10.00 น.	10.30 – 12.00 น.	12.00 – 13.00 น.	13.00 – 14.30 น.	14.30 – 16.00 น.
1	กลุ่มสัมพันธ์	วิเคราะห์สถานการณ์ ปัญหาเกษตร	พักรับ ประทาน อาหาร กลางวัน	โครงสร้างหลักสูตรและ การใช้คู่มือบ้านสีขาว	ทฤษฎีระบบและ ระบบครอบครัว
2	การจัดทำแผนการสอน	ฝึกสอนแผนการสอน - แผนการสอนโทษพิษภัยยาเสพติด		ฝึกสอนแผนการสอนเจตคติ - สายใยรัก ภูมิปัญญาเสพติด	ฝึกสอนแผนการสอนเจตคติ - ที่พึ่งทางใจภายในบ้าน
3	ฝึกสอนแผนการสอน ทักษะ - สื่อภาษาพาสู่ใจ	ฝึกสอนแผนการสอน ทักษะ - การสร้างบ้านสีขาว		ฝึกสอนแผนการสอน แนวทางการมีส่วนร่วม	อภิปรายทั่วไป

หมายเหตุ : เวลา 10.30 น. และ 14.30 น. พักรับประทานอาหารว่าง

แผนการอบรมความรู้แบบมีส่วนร่วม

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ประสบการณ์ จับคู่	ผู้สอนตั้งคำถามโดยใช้ใบชี้แจงให้ผู้เรียนได้นำเสนอหรือแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน
สะท้อน/อภิปราย กลุ่มย่อย 5 – 6 คน	แบ่งกลุ่มผู้เรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ทำกิจกรรมตามใบงาน คือ อภิปรายตามประเด็นและเวลาที่กำหนดแล้วตัวแทนนำเสนอผลการอภิปราย
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ผู้สอน สรุปผลการนำเสนอของผู้เรียนแต่ละกลุ่ม และบรรยายตามความคิดรวบยอด
การประยุกต์แนวคิด กลุ่มย่อย 5 – 6 คน	แบ่งกลุ่มผู้เรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ทำกิจกรรมตามใบชี้แจง มอบหมายให้ผู้เขียนช่วยกันทำกิจกรรม ที่เป็นการประยุกต์ความรู้ เช่น เขียนคำขวัญ เขียนแผน โครงการ ฯลฯ

แผนการอบรมเจตคติแบบมีส่วนร่วม

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ขั้นสร้างความรู้สึก ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่	ผู้สอนนำเสนอสื่อ / กิจกรรม เพื่อสร้างความรู้สึกให้ผู้เรียนรู้ ร่วมกับเรื่องที่น่าเสนอ เช่น วิดีทัศน์ เพื่อสร้างความรู้สึก เห็นใจไม่รังเกียจ หรือเกมช่วยกันแก้ปัญหาช่วยเหลือกัน
ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ สะท้อนความคิด/อภิปราย กลุ่มย่อย 5 – 6 คน	ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียนให้แต่ละกลุ่มทำกิจกรรมตามใบงานคือ อภิปรายประเด็นที่ทำให้เกิดความคิดเห็นหรือความรู้สึกที่ แตกต่างกัน
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ตัวแทนกลุ่มย่อยแต่ละกลุ่มนำเสนอผลการอภิปรายซึ่งจะได้ ความคิด ความเชื่อและความรู้สึกที่หลากหลาย วิทยากรสรุป สิ่งที่ได้จากกลุ่มย่อยและบทความเพิ่มเติม
ทดลอง / ประยุกต์ กลุ่มย่อย 5 – 6 คน	ผู้เรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันทำกิจกรรมที่เป็นการประยุกต์ความคิด รวบยอดของเจตคติที่เกิดขึ้น เช่น ช่วยกันเขียนคำขวัญ เชิญชวน หรือรณรงค์การจัดบอร์ดการเขียนบทความเชิญชวน ต่าง ๆ

แผนการอบรมทักษะแบบมีส่วนร่วม

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ขั้นรู้ชัดเห็นจริง ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ผู้สอนบรรยายเนื้อหาที่จำเป็นในระยะเวลาสั้น ๆ
ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่	ผู้สอนนำเสนอกรณีศึกษา หรือสถานการณ์จำลองที่เกี่ยวข้องกับทักษะที่สอน
สะท้อนความคิด / อภิปราย กลุ่มย่อย 5 - 6 คน	แบ่งกลุ่มผู้เรียน ทำกิจกรรมตามใบงาน เช่น ให้อยู่ด้วยกัน วิเคราะห์ขั้นตอนการฝึกทักษะ
ขั้นลงมือกระทำ กระชุกต์แนวคิด กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มย่อย	ผู้เรียนอาจใช้กลุ่ม 3 คน หมุนเวียนกันฝึกทักษะตามใบชี้แจงของผู้สอน หรืออาจใช้กลุ่มย่อยแสดงบทบาทสมมติ/ ฝึกซ้อมบทบาทและมีการประเมินกันในกลุ่ม
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ภายหลังการฝึกผู้สอนประเมินผลการฝึกของแต่ละกลุ่มแล้วสรุปเป็นความคิดรวบยอดนำไปปฏิบัติในสถานการณ์จริง

วิเคราะห์ลำดับขั้นตอนแต่ละแผนการสอน
แผนการสอนความรู้
โทษพิษภัยของยาเสพติด

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ประสบการณ์	วิทยากร ตั้งคำถาม • ยาเสพติดเป็นพิษภัยที่สามารถป้องกันได้หรือไม่ • โทษพิษภัยของยาเสพติด • สาเหตุของการติดยาเสพติด • การบำบัดรักษา
ความคิดรวบยอด	วิทยากรบรรยาย • โทษพิษภัยของยาเสพติด • ปัจจัยที่เป็นสาเหตุของยาเสพติด • การบำบัดรักษา
สะท้อนความคิด / อภิปราย	แบ่งกลุ่มผู้เข้ารับการอบรม อภิปราย ประเด็น • จะสังเกตได้อย่างไรว่า บุตร – หลาน ติดยาเสพติด • ลักษณะของผู้ติดยาเสพติด
การประยุกต์แนวคิด	แบ่งกลุ่มผู้เข้ารับการอบรมกลุ่มละ 5 – 6 คน ทำกิจกรรมตาม ใบงาน “บทบาทหน้าที่ของครอบครัวในการบำบัดรักษา”

แผนการสอนเจตคติ
สายใยรัก

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ขั้นสร้างความรู้สึก ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่	วิทยากร กระตุ้นความรู้สึกของผู้เข้ารับการอบรม โดยใช้หลัก Imagining Technique โดยให้นักภาพที่ประทับใจในอดีต ภาพที่เสียในในปัจจุบัน
ขั้นจัดระบบความคิด ความเชื่อ สะท้อนความคิด / อภิปราย กลุ่มย่อย 5 - 6 คน	วิทยากรแบ่งกลุ่มให้แต่ละกลุ่มอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้ 1. ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะที่คิดถึงภาพประทับใจในอดีต 2. ความรู้สึกที่ไม่ดีเกิดขึ้นเมื่อลูกติดยาเสพติด 3. เปรียบเทียบความรู้สึก 2 ด้าน
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	วิทยากรให้ตัวแทนกลุ่มย่อยนำเสนอผลการอภิปราย วิทยากรสรุปสิ่งที่ได้จากกลุ่มย่อย และเพิ่มเติม
ทดลอง / ประยุกต์	วิทยากรให้แต่ละกลุ่มร่วมกันคิดถึงวิธีการที่จะทำให้ความรู้สึก ดี ๆ ที่เคยมีต่อบุตร - หลาน กลับคืนมาได้อย่างไร

แผนการสอนทักษะ (สื่อภาษาพาสใจ)

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ขั้นรู้ชัดเห็นจริง ความคิดรวบยอด (10 หน้า) กลุ่มใหญ่	• วิทยากรบรรยายเนื้อหาที่จำเป็น โดยเฉพาะความสำคัญของการสื่อสารภายในบ้าน องค์ประกอบของการสื่อสาร ลักษณะสำคัญของการสื่อสาร ชนิดของการสื่อสาร
ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่	• วิทยากรบรรยายถึงลักษณะสำคัญของบุคคลที่ขัดขวางการสื่อสารภายในบ้าน ได้แก่ ลักษณะ • เจ้ากี้เจ้าการ • ข่างตำหนิ • เจ้าอารมณ์ • ขอมตาม วิทยากรตั้งคำถามถึงโดยทั่ว ๆ ไป คุณพ่อ คุณแม่ที่เข้ารับการอบรมจะมีลักษณะเด่นด้านไหน ซึ่งจะเป็นสาเหตุให้เกิดการสื่อสารทางเดียว คือ ตู, ต่า, ว่า, กล่าว, สอน, ต้อง...โดยส่วนใหญ่จะไม่ฟังความคิดเห็น หรือเหตุผลของอีกฝ่ายหนึ่ง • วิทยากรยกตัวอย่างสถานการณ์ ตามใบงาน เช่น เมื่อลูกกลับบ้านดึก จะมีวิธีพูดคุยกับลูกอย่างไร
สะท้อนความคิด / อภิปราย กลุ่มย่อย 5 - 6 คน	• วิทยากรให้ผู้เข้ารับการอบรมแบ่งกลุ่ม ทำกิจกรรมตามใบงาน ให้ช่วยกันวิเคราะห์ขั้นตอนของการสื่อสาร
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	• วิทยากรบรรยายขั้นตอนของการสื่อสารภายในบ้านที่มีปัญหามากที่สุด คือเรื่อง ทักษะการเตือนวิทยากรบรรยายขั้นตอนของทักษะการเตือน

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
ชั้นลงมือกระทำ ประยุกต์แนวคิด กลุ่ม 3 คน ฝึกกลุ่มย่อย	ผู้เรียนอาจใช้กลุ่ม 3 คน หมุนเวียนกันฝึกทักษะ ตามใบชี้แจง ตามสถานการณ์จำลอง • ลูกกลับบ้านดึก • ลูกใช้เงินฟุ่มเฟือย • ลูกสาวสวมเสื้อยัดรูป	
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ภายหลังการฝึก ผู้สอนประเมินผลการฝึกของแต่ละกลุ่ม สรุปเป็นความคิดรวบยอดนำไปปฏิบัติในสถานการณ์จริง	ใบความรู้ ทักษะการเตือนจะไม่ได้ผลถ้า

**แผนการสอนเจตคติ
ที่ฟังทางใจภายในบ้าน**

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ขั้นสร้างความรู้สึก : กระตุ้นความรู้สึก ประสบการณ์ : การเปิดเผยตนเอง	ผู้สอนนำเสนอ สถานการณ์จำลอง หุ่นครอบครัว โดยให้สมาชิกผู้ที่ติดยาเสพติดเล่าถึงครอบครัวและ ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว โดยใช้วิธีของ Satir Model ซึ่งเป็นการแสดงภาพประกอบระยะห่างของแต่ละคนในครอบครัว
ขั้นจัดระบบความคิด ความเชื่อ สะท้อนความคิด / อภิปราย	ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียน ให้แต่ละกลุ่มทำกิจกรรมตามใบงาน คือ อภิปรายประเด็น เด็กหาที่ฟังทางใจได้จากที่ไหน
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ตัวแทนกลุ่มแต่ละกลุ่มนำเสนอ วิทยาการสรุปสิ่งที่ได้จากกลุ่มย่อยและบทความเพิ่มเติม
ทดลอง / ประยุกต์ กลุ่มย่อย 5 - 6 คน	ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำกิจกรรม “บทบาทของพ่อ แม่ กับการเป็นที่ฟังทางใจภายในบ้าน”

**แผนการสอนทักษะ
(การสร้างบ้านสีขาว)**

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ขั้นรู้ชัดเห็นจริง ความคิดรวบยอด กลุ่มย่อย 5 – 6 คน	• วิทยากรนำเข้าสู่บทเรียน โดยกล่าวนำว่าทุกบ้านล้วนมีปัญหาแต่แตกต่างกันที่วิธีแก้ และแบ่งกลุ่มทดลองแก้ปัญหา • วิทยากรบรรยายถึงแนวทางการแก้ปัญหาซึ่งมีความสำคัญมากต่อบทบาทหน้าที่ของครอบครัว
ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่	• วิทยากรนำเสนอกรณีศึกษาจาก VDO เรื่อง ขอเพียงความเข้าใจ
สะท้อนความคิด/อภิปราย แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน	• แบ่งกลุ่มผู้เรียน ทำกิจกรรมตามใบงานโดยให้ช่วยกันวิเคราะห์ ถึง • ปัญหาที่เกิดขึ้นใน VDO • สาเหตุของปัญหา • การทำหน้าที่ของทุกคนในครอบครัวในด้านการแก้ปัญหา การควบคุมพฤติกรรมและบทบาท
ขั้นลงมือกระทำ ประยุกต์แนวคิด แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน	• แบ่งกลุ่มผู้เรียน ฝึกทักษะตามใบงาน วิธีการอยู่ร่วมกับลูกวัยรุ่น
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	• ภายหลังการฝึก ผู้สอนประเมินการฝึก สรุปเป็นความคิดรวบยอดนำไปปฏิบัติในสถานการณ์จริง

แผนการสอนทักษะ
แนวทางการมีส่วนร่วมของครอบครัวต่อการป้องกันและ
การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด

องค์ประกอบการเรียนรู้/กลุ่ม	กิจกรรม
ขั้นรู้ชัดเห็นจริง ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ผู้สอนบรรยายถึง ความสำคัญของการมีส่วนร่วมของครอบครัวต่อการแก้ไขปัญหายาเสพติดในเยาวชน
ประสบการณ์ กลุ่มย่อย 5 - 6 คน	ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มเล่าถึง ประสบการณ์ที่บุตรหลานติดยาเสพติด จนกระทั่งนำเข้ารับรักษา แล้วพบปัญหาอะไรบ้าง ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอ
สะท้อนความคิด / อภิปราย กลุ่มย่อย 5 - 6 คน	แบ่งกลุ่มผู้เรียน ทำกิจกรรมตามใบงาน “ครอบครัวควรมีส่วนร่วมอย่างไรบ้าง” กับ ● การป้องกันการติดยาเสพติด ● การบำบัดรักษาบุตรหลานที่ติดยาเสพติด
ขั้นลงมือกระทำ ประยุกต์แนวคิด กลุ่มย่อย 5 - 6 คน	แบ่งกลุ่มผู้เรียน ทำกิจกรรมตามใบงาน เมื่อท่านกลับไปบ้านแล้วสิ่งท่านจะต้องทำคืออะไรบ้าง (ให้รวบรวมความรู้ที่ได้ทั้งหมดลอกมานำเสนอ)
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	ผู้สอนประเมินแล้วสรุปเป็นความคิดรวบยอดนำไปปฏิบัติในสถานการณ์จริง แล้วนัดพล รายงานผลปัญหาที่ยังคงค้างหาแนวทางแก้ไขร่วมกัน ภายหลังอีก 1 เดือน

แบบประเมินผู้เข้ารับการอบรม โครงการบ้านสีขาว

ชื่อผู้ปกครอง.....เกี่ยวข้องกับ.....

ที่บุตรหลาน.....ตึก.....

1. ครอบครัวของท่านเข้ารับการอบรมครั้งนี้กี่คน

- ☐ 1 คน
☐ 2 คน
☐ มากกว่า 2 คน

2. ท่านมีอายุ

- | | | |
|---|-------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ น้อยกว่า 20 ปี | ☐ 20 - 24 ปี | ☐ 25 - 29 ปี |
| ☐ 30 - 34 ปี | ☐ 35 - 40 ปี | ☐ 40 ปี ขึ้นไป |

3. ศาสนา

- | | |
|---------------------------------|---|
| ☐ พุทธ | ☐ คริสต์ |
| ☐ อิสลาม | ☐ อื่น ๆ ระบุ..... |

4. อาชีพ

- | | | |
|------------------------------------|---|--------------------------------|
| ☐ รับราชการ | ☐ รัฐวิสาหกิจ | ☐ เอกชน |
| ☐ รับจ้าง | ☐ อื่น ๆ ระบุ..... | |

5. ครอบครัวมีรายได้.....บาท/เดือน

- | | |
|---|---|
| ☐ เพียงพอ มีเหลือเก็บ | ☐ พอกิน พอใช้ |
| ☐ ไม่เพียงพอ มีหนี้สิน | ☐ อื่น ๆ ระบุ..... |

6. ระดับการศึกษา

- | | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| ☐ ประถมศึกษา | ☐ มัธยมศึกษา | ☐ ปวช. |
| ☐ ปวส. | ☐ ปริญญาตรี | ☐ สูงกว่าปริญญาตรี |

7. ความสัมพันธ์กับผู้เสพยาเสพติด

- ☐ บิดา ☐ มารดา
☐ อื่น ๆ ระบุ.....

8. ผู้เสพยาเสพติดอาศัยอยู่กับ

- ☐ บิดา - มารดา ☐ บิดา ☐ มารดา
☐ อื่น ๆ ระบุ.....

9. จำนวนพี่น้องร่วมบิดา - มารดา เดียวกันกับผู้เสพยาเสพติดกี่คน

- ☐ 1 คน ☐ 2 คน ☐ 3 คน
☐ 4 คน ☐ 5 คน ☐ มากกว่า 5 คน

10. จำนวนพี่น้องต่างบิดา - มารดา เดียวกันกับผู้เสพยาเสพติดกี่คน

- ☐ ไม่มี ☐ 1 คน ☐ 2 คน
☐ 3 คน ☐ 4 คน ☐ 5 คน
☐ มากกว่า 5 คน

11. ลักษณะครอบครัวของผู้เสพยาเสพติด

- ☐ ครอบครัวที่มีแต่ พ่อ แม่ ลูก ☐ ครอบครัวที่มี พ่อ แม่ ลูก และญาติร่วมกัน
☐ ครอบครัวที่มีแต่ พ่อ - ลูก ☐ ครอบครัวที่มีแต่ แม่ - ลูก
☐ ผู้เสพยาเสพติดอาศัยอยู่กับญาติ ☐ อื่น ๆ ระบุ.....

12. บุตร - หลาน ของท่านติดยาเสพติดประเภทใด

- ☐ ยาม้า ☐ เฮโรอีน ☐ กัญชา
☐ กาว ☐ อื่น ๆ ระบุ.....

13. อายุของผู้เสพยาเสพติด

- ☐ ต่ำกว่า 14 ปี ☐ 15 - 19 ปี ☐ 20 - 24 ปี
☐ 25 - 29 ปี ☐ มากกว่า 29 ปี ขึ้นไป

14. ระยะเวลาที่เสพยาเสพติด

☐ น้อยกว่า 1 ปี

☐ 1 - 2 ปี

☐ 2 - 4 ปี

☐ มากกว่า 4 ปี

15. ปัจจุบันผู้เสพยาเสพติดกำลังศึกษาอยู่หรือไม่

☐ กำลังศึกษาอยู่

☐ ในระบบปกติ

☐ ประถมศึกษา

☐ มัธยมศึกษา

☐ ปวช.

☐ ปวส.

☐ อื่น ๆ ระบุ.....

☐ ในระบบ กศน. ระดับชั้น.....

☐ ไม่ได้ศึกษาแล้วนาน.....ปี

16. สาเหตุที่ผู้เสพยาเสพติดเข้ารับการบำบัดรักษา

☐ สมัยใจ

☐ จาก บิดา - มารดา

☐ จากทางโรงเรียน

☐ อื่น ๆ ระบุ.....

17. ผู้เสพยาเสพติดเคยเข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดมาแล้ว.....ครั้ง

☐ รักษาที่ ร.พ.ธัญญารักษ์.....ครั้ง

รักษาแบบผู้ป่วยนอก.....ครั้ง

รักษาแบบผู้ป่วยใน.....ครั้ง

☐ รักษาที่อื่น.....ครั้ง

ระบุสถานที่.....

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เรื่องโทษพิษภัยของยาเสพติด

คำชี้แจง อ่านข้อความแล้วกรุณาใส่เครื่องหมาย 3 ลงหน้าข้อความที่ท่านเห็นว่าถูก หรือใส่
เครื่องหมาย X ลงหน้าข้อความที่ท่านเห็นว่าผิด

-1. ผู้ติดยาเสพติดเมื่อหยุดเสพยาจะมีการอยากยา
-2. ปัจจัยหลักที่เป็นสาเหตุให้ติดยาเสพติด คือ ยาเสพติด และสิ่งแวดล้อม
-3. เมื่อบุคคลในครอบครัวติดยาเสพติด ทำให้เกิดความเดือดร้อนในครอบครัว
-4. การเสพยาบ้าอาจทำให้เกิดโรคจิตประสาทได้
-5. บุหรี่และสุราจัดเป็นสารเสพติด ที่ทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกายน้อย
-6. ยาเสพติดมีผลเสียต่อตัวผู้เสพ ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ
-7. การเสพยาเสพติดมีผลทำให้ความต้านทานของร่างกายลดลง จึงทำให้ติดเชื้โรคง่ายขึ้น.
-8. ผู้ที่เสพยาบ้าทุกคนต้องส่งเข้าบำบัดรักษาที่โรงพยาบาลจึงจะหายขาด
-9. ผู้ที่เสพยาบ้าจะต้องได้รับการดูแลทั้งร่างกายและจิตใจควบคู่กันไป
-10. พ่อแม่หรือบุคคลใกล้ชิดในครอบครัวมีส่วนสำคัญต่อการเลิกยาบ้าได้

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเจตคติการดูแลบุตร – หลาน

อันดับ	ข้อความ	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
1.	ถ้าบุตร-หลานของท่านเสพยาบ้าเพียง 1 - 2 ครั้ง ไม่จำเป็นต้องส่งโรงพยาบาล			
2.	เมื่อลูก-หลานของท่านอยู่ในระยะวัยรุ่น พ่อและแม่ ควรมีความรู้เรื่องวัยรุ่นด้วย			
3.	พ่อแม่และผู้ปกครองควรใช้เรื่องราวในอดีตที่ลูก ตีดยาเสพติดมาเป็นบทเรียนสอนลูกเพื่อป้องกันการ ติดซ้ำ			
4.	ลูกควรต้องทำตามความต้องการของพ่อแม่ทุก อย่าง			
5.	บ้านสีขาว เป็นบ้านที่ประกอบด้วยความรัก ความ อบอุ่น การให้อภัย ให้โอกาสการยอมรับซึ่งกัน และกัน			

ตอนที่ 4 แบบสอบถามทักษะการปฏิบัติภายในครอบครัว

ลำดับ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยเลย
1.	เมื่อทราบว่าบุตร – หลานของท่านติดยาเสพติด ควรพูดกับลูกว่า “ลูกโตแล้วควรที่จะมีความรับผิดชอบมากกว่านี้”			
2.	เมื่อท่านพบว่าลูกกลับบ้านดึก คำพูดที่เหมาะสม คือ “ช่วงนี้แม่รู้สึกว่าคุณกลับบ้านดึกบ่อยครั้ง แม่เป็นห่วง แม่อยากให้ลูกกลับบ้านเร็วกว่านี้”			
3.	การโอบกอดลูกบ่อย ๆ จะทำให้ลูกได้ใจ (เหลือ)			
4.	การได้พูดคุยกันในระหว่างบุคคลในครอบครัว จะเป็นวิธีการแก้ไขปัญหาคิดได้ดีที่สุด			
5.	ในครอบครัวของท่านจะมีการตั้งกฎครอบครัว สำหรับการลงโทษบุตรหลานอย่างชัดเจน			

ตอนที่ 5 ความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม

	ระดับความพึงพอใจ		
	ดีมาก	ปานกลาง	น้อย
1. ความคิดเห็นที่มีต่อการจัดการอบรม 1.1 ความเหมาะสมของวิทยากร • สื่อสารเข้าใจ • มีความเป็นกันเอง • มีความรู้ความสามารถ • ให้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์และเสนอแนะ สิ่งต่าง ๆ 1.2 เวลาที่ใช้ในการเรียนการสอน 1.3 บรรยากาศในการอบรม 1.4 ท่านมีโอกาสแสดงความคิดเห็นได้เต็มที่ 1.5 ท่านมีความเห็นว่าควรมีการจัดการอบรมเช่นนี้อีก 1.6 การอบรมครั้งนี้มีประโยชน์กับท่านมาก 1.7 เนื้อหาวิชา มีประโยชน์ต่อการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน			
2. ความคิดเห็นที่มีต่อสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ 2.1 สถานที่ที่ใช้ในการจัดอบรม 2.2 โสตทัศนูปกรณ์ 2.3 เอกสารประกอบการอบรม 2.4 ระยะเวลาการอบรม (2 วัน) 2.5 อาหาร / เครื่องดื่ม			

3. ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

ตอนที่ 6 แบบประเมินการทำหน้าที่ในครอบครัว

ข้อความต่อไปนี้ตรงกับครอบครัวของคุณมากน้อยเพียงใด กรุณา x ลงในช่องที่ตรงกับความจริงมากที่สุด

	ไม่ตรง เลย	ตรง เล็กน้อย	ตรง ปานกลาง	ตรง มากที่สุด
1. สมาชิกในครอบครัวช่วยกันแก้ปัญหาส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นในบ้าน				
2. คุณรู้สึกมีอิสระและเป็นตัวของตัวเอง				
3. คนในครอบครัวสามารถทำผิดได้โดยไม่มีการลงโทษ				
4. เมื่อมีปัญหา มักมีการปรึกษากันว่าจะแก้ปัญหาอย่างไร				
5. ทุกคนในครอบครัวมีงานบ้านที่ต้องรับผิดชอบ				
6. แต่ละคนในครอบครัวแสดงความรู้สึกดี / ไม่ดีต่อกันอย่างเปิดเผย				
7. คนในครอบครัวจะสนใจคุณก็ต่อเมื่อเรื่องนั้นเป็นเรื่องสำคัญสำหรับเขา				
8. ทุกคนสามารถพูดกันตรงไปตรงมา ไม่อ้อมค้อม				
9. ครอบครัวของคุณไม่เคยขาดสิ่งจำเป็น เช่น อาหาร เสื้อผ้า ยา ฯลฯ				
10. ครอบครัวของคุณต่างคนต่างอยู่				
11. ครอบครัวของคุณเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน ได้เป็นอย่างดี				
12. ครอบครัวของคุณไม่ยึดถือกฎเกณฑ์ใด ๆ				
13. ทุกคนมักจะพูดกันตรง ๆ แทนที่จะพูดผ่านอีกคนหนึ่ง				
14. แต่ละคนปฏิบัติหน้าที่ของตนได้อย่างไม่ขาดตกบกพร่อง				
15. ในครอบครัวของคุณใครจะทำอะไรก็ได้ตามใจชอบ				

	ไม่ตรง เลย	ตรง เล็กน้อย	ตรง ปานกลาง	ตรง มากที่สุด
16. เมื่อสมาชิกในครอบครัวทำในสิ่งที่คุณไม่ชอบ คุณกล้าจะบอกเขา				
17. ผู้ใหญ่ในครอบครัวออกคำสั่ง ควบคุม เด็กมาก เกินไป				
18. คุณระบายความทุกข์ใจให้คนในครอบครัวไม่ได้				

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต (2543) คู่มือการฝึกอบรมแบบมีส่วนร่วม กระทรวงสาธารณสุข
- โรงพยาบาลอภัยภูธร (2542) ผลปฏิบัติงานโรงพยาบาลอภัยภูธร กรมการแพทย์ กระทรวง
สาธารณสุข
- สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ (2540) การพัฒนาครอบครัว
อุทุมพร ตรังสมบัติ (2540) จัดบำบัดและทำให้คำปรึกษาครอบครัว ภาควิชาจิตเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- Allen, K.M. (1996). Nursing Care of The addicted client Philadelphia : Lippincott.