

“เยาวชนกลุ่มเสี่ยง”

การศึกษาเพศศึกษาเป็นทรัพยากรอย่างหนึ่งที่เป็นประโยชน์ วิชาให้พหุวิชาได้ยาก นักจิตวิทยาแล้ววิชาอีก ส่งผลกระทบกระเทือนต่อร่างกาย คือวิถีชีวิต ต่อครอบครัว ต่อสังคม ฯลฯ อันมากมาย ทั้งนี้กลุ่มคนที่เสี่ยงต่อการศึกษาเพศศึกษาได้แก่

เด็กและเยาวชน



กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลบึงบัว



เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่มีลักษณะเสี่ยงต่อการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ทั้งปัจจัยจากตนเอง คือ เป็นวัยที่ต้องการเรียนรู้ อยากลอง เป็นวัยที่ต้องการเรียกร้องความสนใจ ต้องการค้นหา - สร้างตัวตนสร้างการยอมรับ มีแรงผลักดันทางอารมณ์สูง ทำให้เกิดภาวะทางอารมณ์ เช่น น้อยใจ เสียดใจ กับตัวเอง ฯลฯ ได้ง่าย ขณะเดียวกัน ก็กลัวเสี่ยง กลัวทำสิ่งผิดๆ นอกจากนั้น บรรดานักค้ายาเสพติดต่างมองว่า เยาวชนส่วนใหญ่มีเงินซึ่งพ่อแม่และญาติปกครองให้มาอยู่ในกระเป๋าสตางค์ จึงมีความมั่นใจว่าหากค้ายาเสพติดให้กับเยาวชนนั้นจะทำให้มีลูกค้าอยู่สม่ำเสมอ จากสถิติด้านยาเสพติดพบว่า เด็กและเยาวชนที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดเริ่มมีอายุน้อยลง ดังนั้น จึงจำเป็นต้องหาวิธีป้องกันยาเสพติดในเด็กและเยาวชน เพื่อจะได้สามารถร่วมมือกับปกป้องพวกเขาจากปัญหานี้

ใคร คือ กลุ่มเสี่ยง

หากเราให้นิยามคำว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะหมายถึง เด็กและเยาวชนที่มีลักษณะพฤติกรรม ทักษะคิด ค่านิยม โอกาสและเงื่อนไขปัจจัยในการใช้ชีวิตที่มีโอกาส หรือแนวโน้มที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมากกว่าบุคคลอื่น หรือตกอยู่ในสถานการณ์ที่มีแนวโน้มเข้าสู่การใช้ยาเสพติดมากกว่าบุคคลอื่น

2.



อะไร คือ

ปัจจัยทางลบ หรือ ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติด

ปัจจัยทางบวก หรือ ปัจจัยที่ช่วยป้องกันการใช้ยาเสพติด

ปัจจัยทางลบ	ปัจจัยทางบวก
- อยู่ในครอบครัวที่มีสมาชิกใช้หรือติดยาเสพติด - อยู่ในครอบครัวแตกแยก หรือทะเลาะเบาะแว้ง - ไม่ได้อยู่กับครอบครัว (อาศัยอยู่ตามหอพัก/บ้านเช่า ตามลำพัง หรือกับเพื่อน) - แสวงหาความสนุกสนานเที่ยวเตร่/มั่วสุม ตามสถานบันเทิง สถานบริการ - ว่างงาน เติร์ดเร่ร่อนอยู่ในชุมชน มั่วสุมในลักษณะที่ก่อความเดือดร้อนให้ผู้อื่น - อยู่ในกลุ่ม/แก๊งค์ที่มีพฤติกรรมใช้ความรุนแรง ทำหายสิ่งของ เช่น ซิงรถ ทำลายสาธารณสมบัติของพวกตน เป็นต้น - ไม่ชอบโรงเรียน ขาดเรียน หนีเรียน หยุดเรียนก่อนวัยอันควร - ไม่มีจิตผูกพันกับคนอื่น ชุมชน โรงเรียนหรือสังคมแวดล้อมใกล้ชิด - ซื้อยาไปใช้ หรือประเมิณคุณค่าตนเองต่ำ - เอาแต่ใจ ควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ ก้าวร้าว เข้ากับผู้อื่นไม่ได้ - ขาดทักษะชีวิต แก้ปัญหาไม่เป็น - คบเพื่อนที่ใช้ยาเสพติด - เคยลองใช้ยาเสพติด	- มีจิตผูกพันกับครอบครัว ญาติ รักพ่อแม่พี่น้อง - สมาชิกในครอบครัวพูดจากันรู้เรื่อง เคลียร์ปัญหาข้อขัดแย้งได้อย่างราบรื่น - อยู่ในครอบครัวที่มีระเบียบกฎเกณฑ์แน่นอน - มีเป้าหมายในชีวิต - มีความรับผิดชอบในครอบครัวในระดับที่เหมาะสม เช่น รับผิดชอบงานบ้าน ช่วยทำงานหารายได้เล็กน้อยแก่ครอบครัว - มีงานอดิเรก กิจกรรมสร้างสรรค์ที่ตนสนใจ เข้าร่วมกิจกรรมที่มีประโยชน์ต่างๆ อยู่เสมอ - ตั้งใจ/ใส่ใจในการเล่าเรียน และมีความสำเร็จในการเรียน - ชอบช่วยเหลือ/มีโอกาสทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ให้สังคม - เห็นคุณค่าของตนเอง - มีทักษะในการจัดการกับอารมณ์ตนเอง สามารถเข้ากับคนอื่นได้ดี - มีทักษะในการแก้ปัญหา และตัดสินใจที่ดี - ระมัดระวัง/รู้จักเลือกในการคบเพื่อน - ปฏิเสธการลองใช้ยาเสพติดอย่างสิ้นเชิง

5. - 6.

3. - 4.

สาเหตุแห่งความเสี่ยง

เด็กและเยาวชนแต่ละคนมีโอกาสที่จะเกิดพฤติกรรมเสี่ยงไม่เท่ากัน ซึ่งมีปัจจัยมาจาก

พันธุกรรม

พันธุกรรม คือ ลักษณะพื้นฐานทางอารมณ์ของเด็ก ซึ่งสังเกตได้ตั้งแต่แรกเกิด ปัจจัยทางพันธุกรรมที่ทำให้เด็กมีโอกาสเสี่ยงได้แก่

- ขาดการยับยั้งชั่งใจตนเอง
- อารมณ์ไม่สม่ำเสมอ ขึ้นๆ ลงๆ
- อารมณ์เสียได้ง่าย
- การแสดงออกรุนแรงเวลาอารมณ์เสีย
- สมาธิสั้น
- ขี้แฉะ
- เด็กมีปัญหาการเรียนเฉพาะด้าน
- เด็กมีปัญหาในทักษะสังคม

สิ่งแวดล้อม

สิ่งแวดล้อม คือ ลักษณะพื้นฐานทางอารมณ์ของเด็ก ซึ่งสังเกตได้ตั้งแต่แรกเกิด ปัจจัยทางพันธุกรรมที่ทำให้เด็กมีโอกาสเสี่ยงได้แก่

- ขาดการยับยั้งชั่งใจตนเอง
- อารมณ์ไม่สม่ำเสมอ ขึ้นๆ ลงๆ
- อารมณ์เสียได้ง่าย
- การแสดงออกรุนแรงเวลาอารมณ์เสีย
- สมาธิสั้น
- ขี้แฉะ
- เด็กมีปัญหาการเรียนเฉพาะด้าน
- เด็กมีปัญหาในทักษะสังคม

ครอบครัว/การเลี้ยงดู

ปัญหาครอบครัวทำให้เด็กและเยาวชนได้รับการเลี้ยงดูไม่ถูกต้อง อาจทำให้เกิดปัญหาทางจิตใจกับอารมณ์เด็กได้ง่าย เด็กที่เครียด หงุดหงิด ขี้แฉะ ได้แก่

- ทอดทิ้ง
- ทารุณกรรม ใช้ความรุนแรง
- ไม่สม่ำเสมอ
- ตามใจมากเกินไป ขาดกฎเกณฑ์

ปัญหาทางจิตใจของเด็กระบุแสดงออกเป็นพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ได้เพื่อให้ตนเองเบี่ยงเบนอารมณ์เข้าสู่เรื่องที่ไม่ดี สนุกสนาน

เพื่อน

เด็กและเยาวชนจะผูกพันกับเพื่อนๆ มาก เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงจะเลียนแบบพฤติกรรมที่เสี่ยงนั้นโดยไม่รู้ตัว หากบางคนไม่มีเพื่อน เหวง ขาดความรู้สึกเป็นที่ยอมรับของคนอื่น ก็อาจมีพฤติกรรมเสี่ยงเพื่อขบเซะ หรือเรียกร้องความสนใจ

การเผยแพร่กับเด็กและเยาวชนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง

วิธีที่ไม่ควรทำ

- เอาชนะแบบไม่มีเหตุผล
- ลงโทษรุนแรง
- ประจาน
- ไล่ออกจากบ้าน, โรงเรียน
- การอบรมไม่ลงผลสัมฤทธิ์

วิธีที่แนะนำให้ทำ

- มีความสัมพันธ์ที่ดี
 - แต่มีที่ที่หนักแน่นและจริงจัง บางครั้งต้องลงมือทำร่วมกับเด็ก และเมื่อเด็กทำพฤติกรรมที่ดี ควรให้กำลังใจต่อเด็กทันที
- มีการกระตุ้นให้คิดและรู้สึกได้ด้วยตนเองถึง
 - ข้อดี ข้อเสีย ของการกระทำ หรือไม่กระทำ
 - ปัญหาของการกระทำหรือไม่กระทำนั้น
 - วิธีแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสี่ยง
- กระตุ้นให้เห็นเป้าหมายในอนาคต
 - ปล่อยให้เกิดการยอมรับจากภายใน
 - รู้สึกว่าเป็นความคิดและการตัดสินใจของตนเอง
 - ไม่รู้สึกว่าถูกบังคับให้ยอมรับ
- การให้แรงจูงใจทางบวกอย่างเหมาะสม เช่น
 - การยกย่อง/ชมเชย/ให้รางวัล อาจเป็นการกอด ยิ้ม ฯลฯ ไม่จำเป็นต้องรางวัลจะเป็นสิ่งของเสมอไป
 - กระตุ้นให้ชมตัวเองได้
 - การให้รู้จักจุดจุดเด่นของตนเอง

การสื่อสารได้เข้าใจใช้เหตุผล ควรทำอย่างตรงไปตรงมา ใช้คำพูดที่ง่ายแต่สั้น ไม่ยึดยัดให้โอกาสได้แสดงความคิดเห็น และความรู้สึกออกมาทางคำพูดหรือท่าทางได้ การลงโทษควรจะมีครั้ง และไม่ควรลงโทษโดยใช้อารมณ์

7. - 8.

การพัฒนาเด็กและเยาวชนที่เหมาะสมกับช่วงอายุต่างๆ เพื่อให้เกิดภูมิคุ้มกันยาเสพติด

(ข้อมูลเบื้องต้นจาก คู่มือการป้องกันการติดยาเสพติดระบบจิราสา สำหรับประเทศไทยของ นพ.ทรงเกียรติ ปิยะภร)

วัย ก่อนอนุบาล

- ฝึกให้รู้ว่าอาหารอะไรที่เป็นประโยชน์ หรือไม่เป็นประโยชน์
- ฝึกให้มีความอดทน รู้จักรอ มีวินัย
- ฝึกให้ไม่เอาแต่ใจตนเอง
- ฝึกให้รู้จักการแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตนเอง



วัย 5-8 ขวบ

- ปลุกฝังให้รักร่างกายตนเอง รู้จักดูแล รักษาสุขภาพ รักษาความสะอาดตนเอง และสิ่งแวดล้อมรอบตัว
- เริ่มฝึกให้ตัดสินใจด้วยเหตุและผล
- ปลุกฝังนิสัยรักการเรียนรู้การอ่าน มีวินัย และความตั้งใจในการศึกษาเล่าเรียน
- ปลุกฝังบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อครอบครัว ให้เริ่มช่วยรับผิดชอบงานในบ้านในบางเรื่อง
- เริ่มให้ข้อมูลเรื่องสิ่งเสพติด เช่น บุหรี่ เหล้า ยาเสพติด เท้าที่จะเข้าใจได้ เช่น อันตรายจากการสูบบุหรี่ เหล้า ยาเสพติด การใช้ยาอย่างถูกต้อง



วัย 9-11 ขวบ

- วางกฎหรือข้อตกลงภายในครอบครัวเกี่ยวกับการห้ามใช้ยาเสพติด และกำหนดบทลงโทษให้เหมาะสม และชัดเจน
- เน้นเรื่องการตัดสินใจด้วยเหตุและผลให้มากขึ้น (โดยผู้ใหญ่ - พ่อแม่ ต้องเป็นตัวอย่าง)
- พูดคุยเรื่องอันตรายของยาเสพติด โดยใช้เรื่องจริงที่เกิดขึ้นเป็นหัวข้อสนทนา
- แนะนำเรื่องการเลือกคบเพื่อน และรู้จักวิธีหรือทางออกที่จะไม่ให้ใครมารังแก
- แนะนำวิธีปฏิเสธยาเสพติด และสิ่งยั่วยุต่างๆ รวมทั้งวิธีแก้ปัญหาเมื่อถูกกดดันจากกลุ่มเพื่อน
- ฝึกให้มีความอดทนที่สร้างสรรค์ และการใช้เวลาว่างให้เหมาะสม ส่งเสริม และให้กำลังใจในการศึกษาเล่าเรียน เริ่มค้นหาสิ่งที่สนใจและมีความถนัด



วัย 12-14 ขวบ

ในช่วงนี้เริ่มมีความเสี่ยงต่อยาเสพติดมาก

- ใช้แนวทางอบรมเช่นเดียวกับวัยที่ผ่านมา
- แนะนำการจัดการกับอารมณ์และความเครียด
- รู้จักตนเองให้มากขึ้น และเอาใจใส่ดูแลร่างกายตนเอง ค้นหาเรื่องสร้างสรรค์ที่ตนเองชอบ พัฒนาความถนัดของตนเอง ปลุกฝังให้รู้จักรักศักดิ์ศรี มองหาจุดดีของตนเอง และส่งเสริมให้กำลังใจเพื่อให้เกิดความเคารพในคุณค่าของตนเอง
- รู้จักเคารพสิทธิ ให้เกียรติผู้อื่น และรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้ที่ด้อยกว่า



วัย 15-18 ขวบ

ในช่วงนี้เริ่มมีความเสี่ยงต่อยาเสพติดมาก

- ใช้แนวทางอบรมเช่นเดียวกับวัยที่ผ่านมา
- แนะนำการดำรงตนในทางที่ดี โดยเน้นเรื่องการมีเป้าหมายชีวิต
- ส่งเสริมให้รู้จักรับผิดชอบตนเอง ทั้งด้านการเรียน ช่วยเหลืองานในบ้านที่สามารถทำได้
- ปลุกฝังให้ทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ต่อส่วนร่วม และต่อสังคม โดยสนับสนุนให้ร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่างๆ



กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลบึงสำโรง