

วิธีการดำเนินงาน

1. ตั้งคณะกรรมการทำงานด้านการรณรงค์ป้องกันแก้ไขปัญหาคอขวดในโรงเรียน

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1) ครูผู้ดำเนินงานเข้าพบผู้บริหารโรงเรียน เพื่อชี้แจงสภาพปัญหาของนักเรียนและบุคลากรที่คอขวด รวมถึงบทบาทหน้าที่ของโรงเรียนในการปฏิบัติตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535

2) ครูผู้ดำเนินงานทำคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการทำงานด้านการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียนเสนอต่อผู้บริหารโรงเรียน เพื่อลงนามในคำสั่งโดยระบุหน้าที่ของแต่ละฝ่ายอย่างชัดเจน

3) จัดประชุมคณะกรรมการเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การดำเนินงาน เปิดโอกาสให้คณะกรรมการมีส่วนร่วมในการวางแผนปฏิบัติงาน

4) กำหนดวาระการประชุมของคณะกรรมการดำเนินงานโดยใช้วงจร PDCA (วางแผนร่วมกัน ทำงานร่วมกัน ตรวจสอบ/ประเมินผลร่วมกัน-ปรับปรุง/พัฒนาร่วมกัน) อย่างต่อเนื่องตลอดทั้งปี ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำเนินงาน

- ผู้บริหารโรงเรียนเห็นความสำคัญและให้การสนับสนุนนโยบายโรงเรียนปลอดบุหรี่

- มีกฎหมายกำหนดให้โรงเรียนเป็นสถานที่ปลอดบุหรี่ 100%

- มีครูที่เห็นความสำคัญและมีความมุ่งมั่นที่จะดูแลเยาวชนให้ปลอดบุหรี่

ข้อสังเกต/ปัญหาและอุปสรรค

- คณะทำงานรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ โรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งของคณะทำงาน แก้ไขปัญหาหาเสพติด ไม่ได้แยกออกมาเป็นเรื่องการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่โดยเฉพาะ ทำให้ความเข้มข้นการรณรงค์ลดน้อยลงไป

- โดยส่วนใหญ่คณะทำงานที่ดำเนินการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่จะจัดกิจกรรมรณรงค์เฉพาะช่วงวันงดสูบบุหรี่โลก และวันต่อต้านยาเสพติด

- แม้ว่าจะมีคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงาน แต่ในทางปฏิบัติครูจำนวนน้อยที่ปฏิบัติงานอย่างจริงจัง ทำให้ทีมงานที่จะดำเนินการด้านรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ทำได้ยาก

2. ประกาศนโยบายโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1) จัดกิจกรรมประกาศนโยบายโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ ณ เวทีหน้าเสาธงโรงเรียน หรือหอประชุม โดยการมอบป้าย “โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย” ให้กับผู้อำนวยการโรงเรียน ทั้งนี้สามารถดำเนินการได้ทุกช่วงเวลาของปีการศึกษา

2) ประกาศนโยบายโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายในที่ประชุมครูจากอีเมลล์ ประชุมผู้ปกครองวันปฐมนิเทศ

- ให้ผู้ปกครองรับทราบลงนามรับทราบนโยบายและมาตรการ
- คัดกรองนักศึกษาในกลุ่มที่สูบบุหรี่และกลุ่มเสี่ยง ประชุมให้คำแนะนำชี้แจงนโยบาย
เป้าหมาย จัดกิจกรรมรอบรู้เรื่องบุหรี่กับตัวเอง จัดกิจกรรมเสวนาเรื่องบุหรี่กับสุขภาพดีมีสุข เพื่อ
แลกเปลี่ยนการเรียนรู้

3) จัดกิจกรรมเพื่อให้บุคลากรของโรงเรียนมีส่วนร่วมในวันประกาศนโยบาย

- ให้ครูและนักศึกษาลงนามในปฏิญาณว่าจะไม่ยุ่งเกี่ยวกับบุหรี่และสารเสพติดทั้งหมด
- ให้นักศึกษากล่าวคำปฏิญาณตนว่าจะไม่ยุ่งกับบุหรี่

4) จัดประกวดคำขวัญเพื่อนำมาใช้ในวันประกาศนโยบาย

- สร้างคำขวัญ เช่น เทอย่างมีคุณค่า ไม่พึ่งพาบุหรี่

ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำเนินงาน

- ผู้บริหาร โรงเรียนตระหนักความสำคัญของการประกาศนโยบายโรงเรียนปลอดบุหรี่

ตามกฎหมาย

- ได้รับความร่วมมือจากบุคลากรทุกฝ่ายทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน
- มีการประสานงานที่ดีกับผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน
- นักศึกษามีส่วนร่วมในกิจกรรมประกาศนโยบายโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

กฎหมาย

ข้อสังเกต/ปัญหาและอุปสรรค

- ผู้บริหารและคณาจารย์บางท่านยังมีความเข้าใจคลาดเคลื่อนว่าการประกาศนโยบายโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย จะประกาศได้ก็ต่อเมื่อไม่มีผู้สูบบุหรี่ในโรงเรียนเลย จึงยังไม่กล้าประกาศนโยบาย เพราะยังมีผู้ที่สูบบุหรี่ในโรงเรียนแต่ความจริงแล้วการประกาศนโยบายจะเป็นการทำข้อตกลงร่วมกันทุกฝ่ายในโรงเรียน ต่อไปนี้ผู้ที่ยังไม่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้จะไม่สูบบุหรี่ในบริเวณโรงเรียนอีกต่อไป ซึ่งจะช่วยให้โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ได้ง่ายขึ้น ซึ่งการไม่ประกาศนโยบายและยังปล่อยให้มีการสูบบุหรี่ในโรงเรียนต่อไป จะเกิดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและความรู้สึกของบุคคลที่ไม่สูบบุหรี่ซึ่งจะได้รับผลเสียต่อสุขภาพอนามัยและอื่น ๆ อีกมากมาย

3. ทิศปาย “โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่” ในจุดที่เด่นชัด

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1) ทิศปาย “โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย” ในจุดที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน เช่น ประตูโรงเรียน รั้วโรงเรียน อาคาร 2, 3, 4

ข้อความการรณรงค์ตามห้องเรียน ห้องพักครู ห้องน้ำ จุดที่มองเห็นชัดเจน โดยนำนักศึกษาที่สูบบุหรี่มาร่วมกิจกรรมเพื่อให้นักศึกษาได้ตระหนักถึงการรณรงค์

2) จัดทำป้ายไว้นิลหรือป้ายผ้า ขนาดใหญ่ที่มีข้อความ “โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย” ซึ่งสามารถนำไปใช้ได้หลายโอกาส เติมนรณรงค์ในแต่ละสัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง โดยนำนักศึกษาที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง กลุ่มสูบบุหรี่ทำกิจกรรมบริเวณสี่แยกบางนา ตลาดบางนา และทางโรงเรียนจะให้ความสำคัญกับนักศึกษาเหล่านี้มากเป็นพิเศษ

4. ติดสติ๊กเกอร์ รณรงค์การไม่สูบบุหรี่ตามสถานที่ต่าง ๆ

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1) ติดสติ๊กเกอร์เขตปลอดบุหรี่ สติ๊กเกอร์รณรงค์ไม่สูบบุหรี่ ตามประตูห้องเรียน ห้องทำงาน สำนักงาน ห้องน้ำ หอประชุม โรงอาหาร รวมถึงรถรับ-ส่งของโรงเรียน

2) นำสื่อรณรงค์ของมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่มาเป็นแบบขยาย จัดทำเป็นแผ่นป้ายไว้นิลขนาดใหญ่ ติดไว้ในบริเวณโรงเรียนในตำแหน่งที่เห็นเด่นชัด

ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำเนินงาน

- ขอกการสนับสนุนสื่อ สติ๊กเกอร์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่จากหน่วยงานมูลนิธิเพื่อการไม่สูบบุหรี่หรือกระทรวงสาธารณสุข

5. ประชาสัมพันธ์ “โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย”

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1) ประชาสัมพันธ์เสียงตามสายในโรงเรียนเพื่อเน้นย้ำความสำคัญของนโยบาย พร้อมสอดแทรกความรู้ที่เกี่ยวกับบุหรี่อย่างสม่ำเสมอ

2) ทำให้บุคลากร นักศึกษาจดจำและซึมซับนโยบายนี้ โดยการทำให้บุคลากร เจ้าหน้าที่ นักศึกษา เห็นข้อความหรือรูปภาพที่สื่อถึงนโยบายนี้สม่ำเสมอ

- จัดทำข้อความและรูปภาพ “โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย” ขึ้นแสดงที่หน้าจอคอมพิวเตอร์ (Desktop) ทุกเครื่องในโรงเรียน

3) จัดทำจดหมายข่าวสารถึงผู้ปกครองเพื่อแจ้งให้ทราบถึงนโยบายนี้ รวมถึงขอความร่วมมือให้ปฏิบัติตาม

4) แจ้งให้ชุมชนที่มาใช้บริการสถานที่ของโรงเรียนได้ทราบถึงนโยบายและทำข้อตกลงกับผู้ให้บริการว่าผู้ที่เข้ามาในสถานศึกษาต้องงดสูบบุหรี่ในบริเวณโรงเรียน

5) เติมนรณรงค์ในชุมชนโดยถือแผ่นป้าย “โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย” รวมถึงแผ่นพับเผยแพร่โทษและพิษของบุหรี่

ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำเนินงาน

- มีการประสานงานที่มีประสิทธิภาพกับผู้เกี่ยวข้องทั้งในและนอกโรงเรียน

ข้อสังเกต/ปัญหาและอุปสรรค

- บุคลากรบางส่วนของโรงเรียนยังสูบบุหรี่ จึงทำให้ไม่สามารถประชาสัมพันธ์ได้เต็มที่ว่าโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ 100% ตามกฎหมาย

- โรงเรียนขาดการประชาสัมพันธ์เรื่องโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่อย่างต่อเนื่อง

- โรงเรียนขาดเทคนิคการประชาสัมพันธ์ที่มีประสิทธิภาพและไม่มีแบบที่แปลกใหม่ที่เข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย

ข้อเสนอแนะ

- ควรมีกิจกรรมและสื่อที่น่าสนใจหลากหลาย เช่น มาสคอต กลองยาว วงดุริยางค์ ในการเดินขบวนรณรงค์ ประชาสัมพันธ์โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

- ควรส่งเสริมให้นักศึกษาแกนนำมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์ โดยมุ่งสู่กลุ่มเป้าหมาย

ข้อมูลข่าวสาร

6. บูรณาการความรู้ เรื่องบุหรี่และสุขภาพในรายวิชาต่าง ๆ และกิจกรรมอื่น ๆ

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1) บูรณาการความรู้เรื่องบุหรี่และสุขภาพเข้าสู่กลุ่มสาระการเรียนรู้ต่าง ๆ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

- ให้นักศึกษาสืบค้นเรื่องบุหรี่หรือนักศึกษาที่สูบบุหรี่สืบค้นจากอินเทอร์เน็ตแล้วนำมาเขียนบทความ

- ให้นักศึกษาทำเครื่องมือสื่อทดลองเรื่องสูบบุหรี่ในรายวิชาวิทยาศาสตร์ วิชากิจกรรม (นำนักศึกษาที่สูบบุหรี่มาทดลอง) เพื่อสร้างโมเดลให้ขบวนการสูบ และอันตรายที่เกิดต่ออวัยวะภายในร่างกาย

- วาดรูปการ์ตูน

- ให้วาดภาพรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ติดประชาสัมพันธ์

- แต่งเพลงรณรงค์บุหรี่

- เรียนรู้บุหรี่ในรายวิชาพลศึกษา

2) บูรณาการกับกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียน เช่น ทำบุญตักบาตร วันครู วันขึ้นปีใหม่ วันเข้าพรรษา

3) ตั้งศูนย์เรียนรู้เรื่องบุหรี่ในโรงเรียน

4) ประสานงานร่วมมือกับมูลนิธิเพื่อการไม่สูบบุหรี่ โรงพยาบาลทหารเรือ สรรพาวุธ โรงพยาบาลชัยภูมิ ปทุมธานี

ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำเนินงาน

- ครูตระหนักในปัญหาของการสูบบุหรี่และให้ความร่วมมือในการบูรณาการการเรียนการสอนเกี่ยวกับโทษและพิษภัยของบุหรี่

- หาบุคคลที่อยู่ในเขตชุมชนหรือมีความรู้ความสามารถในการเลิกบุหรี่มาเป็นวิทยากรให้ความรู้

ข้อสังเกต/ปัญหาและอุปสรรค

- ครูไม่เห็นความสำคัญของการบูรณาการความรู้เกี่ยวกับบุหรี่

- การจัดการเรียนรู้เรื่องบุหรี่อย่างเต็มรูปแบบมีน้อย

ข้อเสนอแนะ

- ควรสร้างความตระหนักในปัญหาการสูบบุหรี่ของนักศึกษาให้กับครูในโรงเรียน

- สนับสนุนให้นักศึกษานำความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ไปทำโครงการ เช่น โครงการรณรงค์เพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ โครงการสุขาปลอดบุหรี่

- จัดตั้งชมรมด้านการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (WeCare) เพื่อการรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่ต่อเนื่องตลอดปีในโรงเรียนอรรถวิทย์พัฒนวิชาการ

7. ส่งเสริม นักศึกษามีส่วนร่วมในกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1) จัดอบรมแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่

2) จัดทำทะเบียนแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่

3) เปิดโอกาสให้นักศึกษาแกนนำรณรงค์โรงเรียนปลอดบุหรี่เป็นวิทยากรอบรม นักศึกษาแกนนำรุ่นน้อง และจัดกิจกรรมขยายผลพี่สอนน้อง ทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน

4) ตั้งชมรมเพื่อการไม่สูบบุหรี่

5) ให้นักศึกษาจัดกิจกรรมสร้างกระแสนโยบายโรงเรียนปลอดบุหรี่ สร้างความตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่ บริเวณหน้าเสาธงเคารพธงชาติ

6) เปิดโอกาสให้นักศึกษาทั้งโรงเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ โดยสอดแทรกประเด็นที่เกี่ยวกับนโยบายโรงเรียนปลอดบุหรี่ การสร้างความตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่

7) การเดินรณรงค์แจกเอกสารความรู้ทั้งในและนอกโรงเรียน โดยแต่งชุดและใส่หน้ากากผีเพื่อเตือนให้รู้เท่าทันพิษบุหรี่

8) จัดให้มีการรณรงค์เพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่

- จัดทำโครงการ “สุขาน่าใช้ปลอดภัยจากควันบุหรี่” โดยนักศึกษากลุ่มแกนนำ หรือกลุ่มที่สูบบุหรี่

ปัจจัยที่เอื้อต่อการดำเนินงาน

- โรงเรียนมีแกนนำหรือสถานักศึกษาที่พร้อมจะทำกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

- โรงเรียนประสานงานกับหน่วยงานภายนอก ในการส่งเสริมให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

ข้อเสนอแนะ

- เปิดโอกาสให้นักศึกษารวมกลุ่มจัดทำชมรม ทำงานด้านการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่
- เปิดโอกาสให้นักศึกษามีส่วนในการวางแผน แสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ
- ครูที่ปรึกษาให้คำแนะนำนักศึกษาในการทำกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่
- สนับสนุนให้นักศึกษาได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การจัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่
- ให้ขวัญและกำลังใจนักศึกษาในการทำกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เช่น มอบเกียรติบัตรหรือโล่รางวัล

8. การช่วยให้นักศึกษาให้เลิกสูบบุหรี่

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

- 1) ประชุมวางแผนคณะทำงาน
- 2) คัดกรองและรวบรวมรายชื่อนักศึกษากลุ่มเสี่ยงและกลุ่มที่สูบบุหรี่ โดยอาจารย์ที่ปรึกษา
- 3) ประชุมนักศึกษาที่สูบบุหรี่ ให้ความรู้ในการเลิกสูบบุหรี่ เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้เปิดใจเข้าร่วมโครงการเลิกบุหรี่ หรือใครที่ยังเลิกไม่ได้จะทำอย่างไร จะลดหรือค่อย ๆ ลด โดยมีเป้าหมายชีวิต
- 4) อบรมแกนนำและหัวหน้าห้องทุกห้อง เพื่อดูแลและสอดส่องพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษา
- 5) อบรมนักศึกษาแกนนำ เพื่อเป็นสายลับ สายสืบ ติดตามนักศึกษาที่กำลังเลิกสูบบุหรี่
- 6) จัดกิจกรรมเยาวชนสังกัดกันการแพร่ระบาดของบุหรี่ และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เพื่อให้คำปรึกษานักศึกษาที่ต้องการเลิกบุหรี่
 - จัดทำคลินิกให้คำปรึกษาคนที่ต้องการเลิกบุหรี่
- 7) จัดกิจกรรมเวทีเสวนาบุหรี่ พิชัยภัย อันตรายต่อสุขภาพ โดยกลุ่มเสี่ยง กลุ่มที่สูบบุหรี่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้นักศึกษาู้และตระหนัก กระตุ้นให้นักศึกษาเลิกสูบบุหรี่ โดยเชิญวิทยากรจากภายนอกและภายในที่มีความรู้ และวิทยากรที่สามารถเลิกบุหรี่ได้ หรือนักศึกษาที่สามารถเลิกบุหรี่ได้เป็นแบบอย่างเพื่อการไม่สูบบุหรี่
- 8) ครูให้คำปรึกษานักศึกษาที่สูบบุหรี่และจัดทำรายงานเป็นวิจัยในชั้นเรียน หรือนำข้อมูลมาเสนอในกลุ่มเพื่อน ๆ
 - จัดค่ายธรรมะให้กับนักศึกษาที่อยากเลิกบุหรี่
- 9) ติดตามนักศึกษาที่กำลังเลิกสูบบุหรี่อย่างใกล้ชิด โดยจัดกิจกรรมเพื่อให้นักศึกษามาพบครู ทั้งเช้า กลางวัน เย็น

- มีกิจกรรมให้นักศึกษา โดยทำดีเพื่อพ่อและตนเอง เก็บงาน ขยะ ในช่วงตอนเช้า กลางวัน เย็น

- เล่นกีฬาช่วงพักหรือหลังเลิกเรียน

10) เปิดโอกาสให้นักศึกษาที่กำลังเลิกบุหรี่เข้ามามีส่วนร่วมในการแข่งขันกีฬา เพื่อ ประเมินผลการเลิกบุหรี่

11) ประสานผู้ปกครองเพื่อช่วยกันดูแลพฤติกรรมและขอความร่วมมือในการดูแล นักศึกษาที่กำลังเลิกสูบบุหรี่

12) นักศึกษาที่ทำความดีหรือสามารถเลิกบุหรี่ได้ มีการปรับคะแนนที่ถูกตัดไป เช่น ถูก ตัดคะแนนจากการสูบบุหรี่ 5 คะแนน แต่งกายผิดระเบียบ 5 คะแนน แต่ถ้านักศึกษาสามารถทำความดี ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สามารถเลิกบุหรี่ได้ คะแนนที่ทำความดีจะไปหักล้างคะแนนที่ถูกตัดได้

13) ปรับสภาพแวดล้อมโดยเฉพาะห้องสุขาของโรงเรียน จากสภาพที่ทึบทำให้โปร่ง สว่างดูจากภายนอกได้ง่าย

14) ใช้มาตรการในการให้นักศึกษาที่สูบบุหรี่นำเงินมาออมไว้ เพื่อใช้ในกิจกรรมที่เป็น ประโยชน์หรือออมไว้สิ้นปีปันผล

- ดูแลนักศึกษาที่สูบบุหรี่โดยการจัดตั้งชมรมพัฒนาศักยภาพเยาวชน แนววิถีเพื่อปลอดบุหรี่ โดยให้นักศึกษาที่สูบบุหรี่นำเงินที่จะซื้อบุหรี่มาหยอดกระปุกทุกวัน เพื่อนำมาเป็นเงินออมปันผลสิ้น ปี (ครู 1 คน ดูแลนักศึกษาที่สูบบุหรี่ 5-8 คน ดูแลติดตามหรืออาจมีแกนนำ 1-2 คน คอยช่วยเหลือ ดูแลติดตามผล)

15) จัดตั้งหน่วยสายลับ สายลับ หรือจับบัดดี้ให้นักศึกษาดูแลกัน

- จัดโครงการสายลับจับควันบุหรี่ โดยนักศึกษา ปวช.3 ปวส.2 ดูแลให้นักศึกษารุ่นน้อง เป็นสายลับ

- จัดกิจกรรม 1 คำถาม 1 คำลงใจ 1 ข้อเสนอแนะ

- พันธสัญญา โดยจัดหาคัดดีเป็นพี่เลี้ยงให้แก่นักศึกษาที่สูบบุหรี่เพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

- นักศึกษาที่ถูกจับได้จะถูกตัดคะแนนตามปกติ และจะต้องบำเพ็ญประโยชน์ และเป็นสายลับ

รายงานนักศึกษารายอื่นที่สูบบุหรี่ในห้องน้ำ

16) สร้างกำลังใจให้แก่นักศึกษาในการเลิกสูบบุหรี่ เช่น

- ขอความร่วมมือจากครูทุกคนในโรงเรียนช่วยสร้างเสริมกำลังใจให้นักศึกษามีความมั่นใจ ว่าสามารถเลิกบุหรี่ได้

- มีวิธีการช่วยนักศึกษาให้เลิกบุหรี่ ดังนี้

- สํารวจนักศึกษาที่สูบบุหรี่

- ศึกษา นักศึกษาเป็นรายบุคคลว่ามีปัจจัยใดที่ผลักดันให้มีพฤติกรรมสูบบุหรี่

- ให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
- วิเคราะห์หาแนวทางในการช่วยเหลือ ด้วยวิธีที่หลากหลายโดยยึดหลักการเข้าถึง เข้าใจ และเข้าข้าง รวมทั้งขอความร่วมมือจากผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น เพื่อน แฟน ครูที่นักศึกษาสนิทด้วย ในการดูแลให้กำลังใจ

17) จัดตั้งชมรม คลินิก หรือประสานงานกับหน่วยงานของรัฐบาล เอกชน ในการช่วยเหลือให้เลิกสูบบุหรี่ เช่น

- จัดตั้งชมรมคนอยากเลิกบุหรี่ โดยการรวมตัวกันของนักศึกษาที่อยากเลิกบุหรี่ ให้สมาชิกชมรมช่วยกันทำสื่อรณรงค์ให้ความรู้เกี่ยวกับพิษภัยของบุหรี่ และขยายผลสู่เพื่อน รุ่นน้อง และชุมชน

- จัดคลินิกช่วยนักศึกษาให้เลิกสูบบุหรี่ โดยนิมนต์พระมาเป็นผู้ให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 1 วัน มีการใช้สมุนไพรและหมากฝรั่งเข้าช่วย

- ประสานงานกับหน่วยงานทางด้านสาธารณสุข เพื่อจัดกิจกรรมบำบัดบุหรี่

- เปิดคลินิกช่วยนักศึกษาให้เลิกบุหรี่ในโรงเรียนร่วมกับโรงพยาบาล

- ประสานกับมูลนิธิเพื่อการไม่สูบบุหรี่ จัดทำกิจกรรมช่วยนักศึกษาให้เลิกการสูบบุหรี่

ในโรงเรียน

- จัดอบรมนักศึกษากลุ่มเสี่ยงเพื่อช่วยในการเลิกบุหรี่

- ประสานงานกับสาธารณสุข สถานีอนามัย มาให้ความรู้ ตรวจสอบสุขภาพช่วยนักศึกษา

ให้เลิกบุหรี่

18) ให้นักศึกษาที่สูบบุหรี่ทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ เช่น

- กำหนดมาตรการในการดูแลนักศึกษาที่สูบบุหรี่ โดยให้บำเพ็ญประโยชน์ เช่น ทำความสะอาดห้องพยาบาล ห้องน้ำ พร้อมพูดคุยให้คำแนะนำในขณะที่นักศึกษาบำเพ็ญประโยชน์

- ให้นักศึกษาที่จับได้จะถูกบันทึกการตัดคะแนน แล้วให้นักศึกษาทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์เป็นเวลา 1-2 อาทิตย์ ตามความเหมาะสม ทำความสะอาดภายในบริเวณโรงเรียน รดน้ำต้นไม้ จัดป้ายนิเทศเพื่อสร้างจิตสำนึก

19) ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน

- นักศึกษาที่สูบบุหรี่ในโรงเรียนหรือนอกโรงเรียนในชุดนักศึกษา ถูกจับได้จะถูกตัดคะแนนความประพฤติ 5-10 คะแนน แจ้งผู้ปกครองรับทราบ บำเพ็ญประโยชน์ 1 สัปดาห์

- นักศึกษาที่สูบบุหรี่ในโรงเรียนถูกจับได้ครั้งที่ 2 จะถูกตัดคะแนนความประพฤติ 5-10 คะแนน แจ้งผู้ปกครองและเชิญผู้ปกครองรับทราบ และผู้ปกครองจะต้องนำนักศึกษาไปบำบัดบุหรี่ให้ครบตามกำหนด ในระหว่างที่บำบัดจะต้องบำเพ็ญประโยชน์ในโรงเรียน 1-2 สัปดาห์

- นักศึกษาที่สูบบุหรี่ในโรงเรียนหรือนอกโรงเรียน ที่ถูกจับได้ครั้งที่ 3 จะถูกตัดคะแนนความประพฤติ 5-10 คะแนน และให้นักศึกษาพักการเรียน 1 สัปดาห์ หรือจนกว่าจะเห็นสมควร เมื่อสามารถเลิกบุหรี่ได้ให้แจ้งสำนักกิจการนักศึกษาทราบ เพื่อให้มาเรียนตามปกติและติดตามผลนักศึกษาที่สูบบุหรี่ต่อไป

- หากนักศึกษาคนไหนสมัครใจเข้าร่วม โครงการเลิกบุหรี่ และสามารถเลิกบุหรี่ได้ นักศึกษาจะได้รับการพิจารณาในสถานะที่สามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ คะแนนที่ถูกตัดไปแล้วก็จะหายไป สุดท้ายสิ้นปีการศึกษาเมื่อจบหลักสูตรนักศึกษาก็จะได้รับใบประกาศนียบัตรการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเมื่อจบการศึกษา

20) ใช้มาตรการทางการศึกษาในการดูแล ติดตาม และสกัดกั้นนักศึกษาที่สูบบุหรี่

- มีการติดตามนักศึกษาที่เลิกสูบบุหรี่จนจบการศึกษา โดยมีสมุดรายงานประจำตัว ซึ่งครูจะบันทึกพฤติกรรมที่สังเกตพบ เช่น มีกลิ่นบุหรี่

- ใช้มาตรการสกัดกั้นนักศึกษาที่สูบบุหรี่ในโรงเรียน โดยให้คัดลายมือว่า “โรงเรียนปลอดบุหรี่ 100%” ลงในสมุด 1 เล่ม

- มีมาตรการดูแลนักศึกษาที่สูบบุหรี่ในโรงเรียนหรือนอกโรงเรียน คือ หากพบว่าสูบบุหรี่จะตักเตือน และตัดคะแนน 5-10 คะแนน แจ้งผู้ปกครองรับทราบ บำเพ็ญประโยชน์ 1 สัปดาห์

- หากพบครั้งที่ 2 จะถูกตัดคะแนน 5-10 คะแนน แจ้งผู้ปกครองและเชิญผู้ปกครองมานำตัวนักศึกษาไปบำบัด บำเพ็ญประโยชน์ 1 สัปดาห์

- หากพบครั้งที่ 3 จะถูกตัดคะแนน 5-10 คะแนน เชิญผู้ปกครองมาทำหนังสือทัณฑ์บน พักการเรียน 1 สัปดาห์

ข้อสังเกต/ปัญหาและอุปสรรค

- นักศึกษาไม่ตระหนักในพิษภัยของบุหรี่และขาดแรงจูงใจในการเลิกบุหรี่

- นักศึกษาขาดต้นแบบที่ดีในการเลิกบุหรี่ เนื่องจากยังมีครูและผู้ปกครองที่สูบบุหรี่

- นักศึกษาไม่มีวิธีการปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนให้สูบบุหรี่

- บุหรี่หาซื้อได้ง่ายในรอบ ๆ บริเวณ โรงเรียน

- สภาพแวดล้อมในชุมชนยังมีคนที่สูบบุหรี่มาก ทำให้นักศึกษายอมรับค่านิยมการสูบบุหรี่

- นักศึกษาที่สูบบุหรี่ขาดการดูแลสนับสนุนจากผู้ปกครองอย่างจริงจัง เนื่องจากผู้ปกครองไม่มีความรู้หรือเวลาในการดูแลติดตามการเลิกสูบบุหรี่ของนักศึกษา

- ผู้รักษากฎหมายไม่ให้ความสำคัญกับมาตรการการควบคุมการบริโภคยาสูบ

ข้อเสนอแนะ

- ควรสร้างความตระหนักในพิษภัยบุหรี่ให้กับนักศึกษา

- ควรสร้างแรงจูงใจในการเลิกบุหรี่ให้กับนักศึกษา

- ควรเสริมสร้างทักษะในการปฏิเสธให้กับนักศึกษา เพื่อป้องกันไม่ให้จำนวนนักศึกษาที่สูบบุหรี่เพิ่มจำนวนมากขึ้น
- ควรเพิ่มการณรงค์ขอความร่วมมือให้กับนักศึกษา เพื่อสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีที่จะเอื้อให้นักศึกษาที่สูบบุหรี่หรืออยากเลิกสูบบุหรี่

9. ขยายผลการณรงค์สู่ผู้ประกอบการนักศึกษา ชุมชน

วิธีการดำเนินงาน ดังนี้

- 1) ส่งเสริมให้นักศึกษารณรงค์บ้านและชุมชนเป็นเขตปลอดบุหรี่
 - 2) นักศึกษาเดินรณรงค์และแจกเอกสารความรู้เรื่องบุหรี่และสุขภาพในชุมชน
 - 3) บูรณาการกับกิจกรรมและประเพณี
 - จัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในกิจกรรมวันแม่ วันปัจฉิมนิเทศ วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา วันอาสาฬหบูชา การแข่งขันกีฬาภายใน ฯลฯ
 - 4) จัดกิจกรรมเสียงตามสายในโรงเรียน
- ข้อสังเกต/ปัญหาและอุปสรรค
- ผู้ปกครองส่วนใหญ่ไม่ให้ความสำคัญในการดูแลป้องกันบุตรหลานจากการไม่สูบบุหรี่
 - ผู้ปกครองเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีในการสูบบุหรี่
- ข้อเสนอแนะ
- ให้ข้อมูลความรู้แก่นักศึกษา ผู้ปกครอง เพื่อให้เกิดความตระหนักของพิษภัยบุหรี่
 - ยกย่อง ชมเชย นักศึกษา ผู้ปกครองที่สามารถเลิกบุหรี่ได้