



72
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



114 ซอยสุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-259-6172

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

ข่าวจากหนังสือพิมพ์กรุงเทพธุรกิจ ฉบับประจำวันที 26 เดือนกรกฎาคม พ.ศ.2564 หน้า 11 มูลค่าข่าว 720,528.-

‘สื่อรักให้พักเหล้า’ พลังสื่อเล็กๆ แต่สร้างความเปลี่ยนแปลงที่ไม่เล็ก



นับเป็นเวลา 18 ปี ที่ชื่อของ “งดเหล้าเข้าพรรษา” ถูกพูดถึงในสังคมไทยเป็นประจำในทุกปี ซึ่งเกิดจากความสำนึกของการนำทุนทางศาสนามาประยุกต์ใช้ เพื่อสร้างค่านิยมใหม่ให้กับสังคมไทย ให้หันมาลด ละ เลิกจากการดื่ม ลดอบายมุข เพื่อดูแลสุขภาพให้ห่างไกลแอลกอฮอล์ เป็นเวลาอย่างน้อยปีละ 3 เดือน ปัจจุบันได้กลายเป็นกิจกรรมหลักที่ทุกภาคส่วนให้ความสำคัญและมีความเข้มข้นเพิ่มมากขึ้นทุกปี

และแม้ปีนี้ งดเหล้าเข้าพรรษาจะยังอยู่ในช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 แต่ก็ไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อการเดินทาง เพราะมีการปรับเปลี่ยนให้เข้ากับสถานการณ์ ด้วยแนวคิด “สื่อรักให้พักเหล้า ลดเสี่ยง เลี่ยงโควิด” ที่เป็นการนำทุนสังคมอีกรูปแบบมาเป็นสื่อขับเคลื่อนให้คนไทยงดดื่มเหล้าได้ตลอด 3 เดือน

สสส สร้างความรัก

สื่อรักให้พักเหล้า เป็นการต่อยอดจากแนวคิดโครงการ “โพธิสัตว์น้อยลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้า” โครงการที่เห็นเห็นว่า

“เด็กและเยาวชน” เปรียบเสมือนเป็นสื่อสีขาวที่มีพลังในการชักจูงใจพ่อแม่ได้เป็นอย่างดี ปีนี้โครงการจึงเน้นการพัฒนาแกนนำรุ่นเล็ก มาเป็นแม่เหล็กในการขับเคลื่อน

ดร.สุปรียา อุดยานนท์ ผู้จัดการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) กล่าวว่า การทำงานรณรงค์งดดื่มแอลกอฮอล์ของ สสส.ที่ผ่านมา เป็นการขับเคลื่อนงานในเชิงวัฒนธรรม งานเชิงความคิดและทัศนคติ ควบคู่ไปกับการผลักดันด้านนโยบายและกฎหมาย เพื่อเป็นการปลูกฝังแนวคิดใหม่ให้สังคม ให้มีค่านิยมด้านสุขภาพเชิงบวก

โดยเป้าหมายหลักของกิจกรรมปีนี้ คือ การเปลี่ยนจากเด็กที่เคยเป็นเหยื่อหรือผู้ได้รับผลกระทบจากแอลกอฮอล์มาเป็นผู้ทำหน้าที่เสมือนสื่อกลางที่คอยส่งเสริมให้ผู้ปกครองลด ละ เลิกเหล้า แทน

“เรามุ่งเน้นไปที่กลุ่มสมาชิกในครอบครัว เนื่องจากในช่วงสถานการณ์โควิด-19 เป็นช่วงที่เด็กต้องอยู่บ้านมากขึ้น และได้เห็นผู้ใหญ่ดื่มมากขึ้น เราอยากมุ่งความสนใจไปที่ผลกระทบจากการดื่มสามารถส่งผลเสียต่อครอบครัวมากมาย

ที่สำคัญโครงการปีนี้ นอกจากลดปัจจัยเสี่ยงในครอบครัวแล้ว ยังเป็นการสร้างเสริมประสบการณ์ และภูมิคุ้มกันให้แก่เด็กและเยาวชนในการที่จะเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ได้อย่างดี

งานส่วนหนึ่งคือการให้เยาวชนมีส่วนร่วมในการรณรงค์ ลูกขึ้นมาเป็นส่วนหนึ่งของการแก้ไขปัญหา เพราะเชื่อว่าจะทำให้เกิดความยั่งยืนกว่า

“เรามองว่าพลังของคลื่นลูกใหม่มีความสำคัญ เราจะเป็นหน่ออ่อน ที่เราสามารถสร้างพฤติกรรมตั้งต้นให้กับเยาวชนไทย ปลูกฝังค่านิยมวัฒนธรรมความเชื่อที่สามารถส่งผลต่อพฤติกรรมในอนาคต และยังเป็นเกราะป้องกันด้านต่างๆ ไม่เพียงปัญหาสุขภาพกาย แต่ยังรวมถึงมิติอื่นๆ ด้วย” ผู้จัดการ สสส.เอ่ย

งดเหล้า ลดเสี่ยง ลดภาระ ลดรายจ่าย

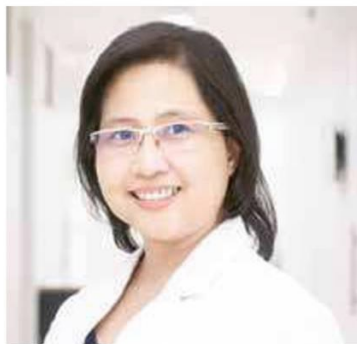
“ในสถานการณ์แพร่ระบาดโควิด-19 เราเชื่อว่าการจัดรณรงค์งดดื่มในโครงการนี้จะเป็นอีกหนึ่งแนวทางที่ช่วยลดความเสี่ยงและช่วยลดภาระของระบบการแพทย์การรักษายิ่งได้

ที่กำลังแบกรับภาระหนักอย่างยิ่งได้อีกทาง”

คำบอกเล่าของ **วีระ วัชรปรานี**



ดร.สุปรดา อุดยานนท์



รศ.พญ.รัศมน กัลยาศิริ



กาญจนา สิริธน์ชัยกุล

ผู้จัดการสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) ภายใต้การสนับสนุนของ สสส. กล่าวถึงเป้าหมายการทำงานปีนี้

งดเหล้าเข้าพรรษา เป็นโครงการที่ได้ริเริ่มโดย สคล. และ สสส. ตลอดจนภาคีเครือข่ายหลากหลาย ที่ร่วมกันพัฒนาขยายนวัตกรรมการรณรงค์งดดื่มในหลากหลายรูปแบบ และจากการรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษาปี 2563 ที่ผ่านมา กับภาคีเครือข่ายชุมชน 392 แห่งทั่วประเทศ ช่วยให้สามารถทำให้ประหยัดเงินได้ถึง 21 ล้านบาท พร้อมอีกผลสำเร็จที่เกิดขึ้นคือ ครอบครัวชุมชนมีความสุขมากขึ้น

ผศ.ดร.พ.อุดมศักดิ์ แซ่โง้ว

แห่งศูนย์วิจัยปัญหาสุรา เผยถึงข้อมูลจากการสำรวจการดำเนินโครงการงดเหล้าเข้าพรรษาที่ผ่านมา โดยมีการประมาณการณ่ว่าปีที่แล้วมีผู้ดื่ม 24 ล้านคน มีคนงดเหล้าเข้าพรรษา ได้ 50.4% ที่ตอบเข้าร่วมงดเหล้าเข้าพรรษา และมีประมาณ 30% จากผู้ดื่มทั้งหมดงดได้จนครบหรืองดได้ตลอดเทศกาล ซึ่งเหตุผลที่เลือกงดเหล้า 30% ระบุว่า เป็นกิจกรรมที่ทำเป็นกิจวัตรในช่วงเข้าพรรษาอยู่แล้ว นอกจากนั้นยังมองว่าการพักดื่มจะช่วยฟื้นฟูสุขภาพ หรือบางรายครอบครัวขอให้งดและบ้างกลัวโควิด-19

“จากการสำรวจพบว่า 40% ตั้งใจจะงดต่อ เพราะรู้สึกว่าการงดเหล้าแล้วรู้สึกว่ามีสุขภาพดีขึ้น ลดรายจ่าย ลดปัญหาในครอบครัว ซึ่งโดยเฉพาะสามารถประหยัดเงินได้ 500-5,000 บาท ในช่วงสามเดือนบางรายสูงถึงสองหมื่นบาท”

ผศ.ดร.พ.อุดมศักดิ์ กล่าว

สำหรับการขยายผลมาสู่ “สื่อรักให้พักเหล้า” กิจกรรมตอบรับชีวิตวิถีใหม่สโตร์



นิวนอร์มอลในปีนี้เป็นภาระกระตุ้นเตือนใจให้เลิกดื่มเพื่อคนที่รัก

“ปีนี้ เราปรับแนวทางกิจกรรม โดยเน้นที่การทำงานกับคนกลุ่มเล็ก หรือคนในครอบครัว จึงนำแนวคิดโครงการโพสิทีฟน้อยลูกขอให้พ่อแม่เลิกเหล้า ซึ่งจะเป็นการทำงานร่วมกับเครือข่ายด้านการศึกษา นั่นคือโรงเรียนที่จะหนุนเสริมให้เด็กๆ เขียนจดหมายเชิญชวนพ่อแม่ให้เลิกเหล้าโดยช่วงเข้าพรรษาปีที่ผ่านมามีพ่อแม่ โรงเรียนมากกว่าพันห้าร้อยแห่งที่เข้าร่วมโครงการ” ชีระเอ้ย

ชีระเชื่อว่าการรณรงค์ครั้งนี้จะทำให้ประโยชน์หลายระดับ เพราะทั้งประโยชน์แก่เด็กเองที่ได้สร้างภูมิคุ้มกัน ประโยชน์ต่อครอบครัวที่จะใช้โอกาสนี้ในการสร้างความสุขในครอบครัว และประโยชน์ในการสร้างลดความเสี่ยงทางสุขภาพของคนในสังคมได้

อย่าดื่มให้ลูกเกิน

มีการวิจัยชี้ชัดว่า ครอบครัวที่มีคนดื่มจะทำให้เด็กเริ่มดื่มเร็วกว่าครอบครัวที่ไม่ดื่ม ซึ่งในเรื่องนี้ รศ.พญ.รัศมน กัลยาศิริ ผู้อำนวยการศูนย์ปรึกษาเพื่อการเลิกสุรา และการเสพติดทางโทรศัพท์ 1413 อธิบายถึงสถิติการเพิ่มขึ้นนักดื่มหน้าใหม่วัย 15-19 ปี ว่ามีแนวโน้มดื่มสุราเพิ่มขึ้นต่อเนื่อง โดยในปี 2550 พบว่ามีเริ่มดื่ม 12.9% แต่ในปี 2558 เพิ่มขึ้นถึง 19.4% ซึ่งยังมีแนวโน้มผันตัวเป็นผู้ดื่มประจำ

“ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ ยังระบุว่าสาเหตุของการเริ่มเม้าส่วนใหญ่จะดื่มตามเพื่อนหรือสังคม ตลอดจนสื่อการตลาดต่างๆ แต่อีกประเด็นสำคัญที่ไม่ควรมองข้ามคือการดื่มในครอบครัว”

รศ.พญ.รัศมน เผยถึงข้อมูลการวิจัยในออสเตรเลีย ที่พบว่ากลุ่มที่เข้าถึงสุรา มีครอบครัวหรือผู้ปกครองเป็นคนเริ่มให้เด็ก และพบว่าเด็กเหล่านี้มีโอกาสดื่มหนักในคราวเดียวสูง และมีโอกาสเพิ่มที่จะติดสุรา 2-2.5 เท่า ส่วนในสหรัฐ พบว่าการมีผู้ใหญ่ในบ้านที่ดื่มเป็นปัจจัยเสี่ยงให้เด็กมีแนวโน้มเริ่มการดื่ม และดื่มหนัก รวมถึงการใช้บุหรี่และสารเสพติด ขณะที่ในอังกฤษมีงานวิจัยระบุว่า การที่ผู้ปกครองมีฐานะทางสังคมต่ำ การศึกษามารดาต่ำ หรือใช้สารเสพติด จะสัมพันธ์อย่างยิ่งที่เด็กมีการใช้แอลกอฮอล์ในอนาคตก

“สำหรับในไทย มีการเก็บข้อมูลโดยการสุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในไทยควบคู่กับผู้ปกครอง 15,578 คน หรือ 7,789 คู่ ในปี 2561-2562 ต่อเนื่องสองปี พบว่าเด็กอายุประมาณ 12 ปี เริ่มมีการดื่มหรือทดลองแอลกอฮอล์ถึง 32% และจาก

การติดตามในปีที่ 2 ปรากฏว่าเราพบเด็กกลุ่มเดิม มีประสบการณ์เพิ่มเติมเพิ่มขึ้น ถึง 47% แสดงว่าหนึ่งปีผ่านไป เราได้เพิ่มนักตีหม่าใหม่อีก ในด้านปริมาณความถี่ก็เพิ่มขึ้นเช่นกัน

“ผู้ปกครอง” จึงมีอิทธิพลไม่น้อย แม้จะอยู่ในระดับอ่อน เพราะสื่อและการโฆษณาต่างๆ มีส่วนส่งเสริมมากกว่าคือในระดับกลาง แต่วิจัยชี้ว่าหากได้รับอิทธิพลจากทั้งสองแหล่งขึ้นไปจะส่งผลมีโอกาสติดสุราขึ้นในระดับรุนแรง

แต่อีกข้อมูลที่น่าสนใจคือ บุคคลแรกที่หยิบยื่นแก้วแรกให้เด็กเริ่มดื่ม คือผู้ใหญ่ในครอบครัวนั่นเอง

“เด็กจะรู้สึกว่าคุณใหญ่ ซึ่งเป็นผู้ที่เขาไว้วางใจ หยิบยื่นให้ จึงเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ปกติหรือถูกต้อง กลายเป็นสิ่งที่เขาคิดว่าต้องใช้แอลกอฮอล์เวลาเขอยากดื่ม” รศ.พญ.รัศมนกสอ

“การเห็นผู้ปกครองดื่มทำให้เด็กรู้สึกว่าการดื่มเป็นเรื่องธรรมดา” รศ.พญ.รัศมนกสอ “ดังนั้น แม่เด็กอยู่ในบ้านก็รับความเสี่ยงได้ การส่งเสริมให้เด็กปฏิเสธที่จะดื่มในบ้าน เป็นสิ่งที่ควรทำ”

ทำไมถึงเป็น “โพธิ์สัตว์น้อย”

โครงการโพธิ์สัตว์น้อย ลูกขอพ่อแม่ เลิกเหล้า เป็นการใช้เครื่องมือสำคัญผ่านกิจกรรมต่างๆ อาทิ “ที่สอนน้อง” และใช้ลูกหรือเยาวชนมาเป็นพลังสำคัญให้พ่อแม่เลิกเหล้า อาทิ การเขียนจดหมายสื่อรัก ปลุกพลังให้ของขวัญจากใจพ่อแม่ เป็นต้น

ผศ.ดร.มนตา ตัญย์เมธากร จาก ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ให้ข้อมูลว่า แนวคิดการจัดกิจกรรมนี้มีหัวใจหลักคือการให้เด็กทำความดีแลกกับการที่พ่อแม่ไม่ดื่มเหล้า ซึ่งผลจากการดำเนินงานพบว่ากิจกรรมมีพ่อแม่ผู้ปกครองลงจนถึงดื่มไปเลย โดย 84% ยอมรับว่ายังช่วยลดค่าใช้จ่ายในครอบครัว และเด็กเยาวชนแกนนำเหล่านี้ยังขยายผลเป็นจิตอาสาไปช่วยระดับครอบครัว โรงเรียน ชุมชน ช่วยเหลือผู้อื่น “โครงการนี้คือความภูมิใจในตัวเองของเด็ก และส่งผลต่อการเรียนที่ดี รวมถึงภาพลักษณ์โรงเรียนดีขึ้น นอกเหนือจากสุขภาพร่างกายดีขึ้น และเป็นการเชื่อมความสัมพันธ์ที่ดีกับครูและผู้ปกครอง”

กาญจนา สิริรัตนชัยกุล คุณครู โรงเรียนวัดโสมนัส กรุงเทพมหานคร เป็นอีกหนึ่งต้นแบบที่ส่งพลังจากการขับเคลื่อนโครงการนี้ ซึ่งแรงบันดาลใจสำคัญเกิดจากได้ทราบสถานการณ์นักเรียนของเธอเอง

“เราถามเด็กตอนเคารพธงชาติตอนเช้าว่าผู้ปกครองคนไหนดื่มเหล้าบ้าง พบว่ามีเกือบ 70-80% ที่เดียว เราก็คิดว่าลูกศิษย์เรามีพ่อแม่ดื่มเหล้าเยอะขนาดนี้เลย พอให้เขาออกมาเล่าหน้าเสาธง เขาก็เล่าว่าครอบครัวมีทั้งทะเลาะกันถึงขั้นรุนแรง บางรายผู้ปกครองก็ประสบอุบัติเหตุเพราะดื่มเหล้า”

หลังจากอ่านคู่มือเฝ้าระวังว่าจะทำได้ง่าย เพราะมีคู่มือวิธีการบอกให้หมด จึงเริ่มลงมือทำ

“กิจกรรมที่ประทับใจคือการเขียนจดหมาย เราได้เข้าไปมีส่วนร่วม ได้ไปบ้านผู้ปกครองเลย เห็นเขาส่งจดหมายให้พ่อ เขาก็กอดลูกบอกว่าจะเลิก พอช่วงเปิดเทอมมาเราก็ถามนักเรียน เขาก็บอกว่าหลังจากนั้นพ่อไม่ดื่มอีกเลย”

ลงมือทำคือคำตอบ

“ไม่มีพ่อแม่คนไหนไม่รักลูก” เสียงจาก

ครูดา พนารัตน์ ครูโรงเรียนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดสมุทรปราการ เธอเป็นอีกแกนนำที่ผลักดันโครงการต่อเนื่อง ครูดาเฉลยถึงเคล็ดลับความสำเร็จของโครงการที่เธอทำมาตลอด 5 ปีว่าโรงเรียนที่เธอสอนเป็นโรงเรียนขยายโอกาส เมื่อมีความคิดริเริ่มโครงการนี้ด้วยตัวเอง จึงเริ่มจากการส่งเสริมให้เด็ก ป.1 ในโรงเรียน เป็นสื่อให้กับพี่มัธยมที่เริ่มกำลังจะเข้าสู่การนักดื่ม ด้วยการเป็นพี่เลี้ยงถ่ายทอดโทษและพิษภัยจากการดื่มเหล้า

“เราเริ่มดำเนินโครงการที่สอนน้องทำชั้นตอนตามคู่มือ โดยให้พี่ มัธยมเป็นคนไปสอนน้อง ป.1 ซึ่งทำให้เขาเรียนรู้ซึมซับจากเรื่องที่เขาสอนไป และสุดท้ายเขาประกาศว่าจะไม่ดื่มอีก ส่วนน้อง ป.1 ก็จะมีหน้าที่ไปถ่ายทอดให้พ่อแม่ผู้ปกครองเลิกดื่มต่ออีกที”

“เราจะบอกเด็กว่า การจะเลิกดื่มได้มันเป็นเรื่องยากนะ ดังนั้นเป็นหน้าที่ของลูกที่จะช่วยให้กำลังใจพ่อแม่ เด็กเขาก็จะมีวิธีของเขาที่ไม่เหมือนกันในการที่จะจูงใจพ่อแม่ ซึ่งเรามองว่าสุดท้ายผลลัพธ์ที่ได้

จากกิจกรรมนี้คือ คุณภาพชีวิตของเด็กนักเรียนเราที่ดีขึ้น และพ่อแม่บางรายจากที่ไม่เคยสนใจ ไม่เคยสอนการบ้าน ไม่ทำอาหารเช้างก็เปลี่ยนเป็นใส่ใจมากขึ้น ทำให้เราเชื่อมั่นเปลี่ยนได้ ซึ่งคำตอบคือการลงมือทำ”

ด้านตัวแทนพ่อผู้ยอมแพ้ใจลูกสาวเมื่อขอร้องให้เลิกเหล้า “คุณพ่อหนุ่ม” เอ่ยถึงความรู้สึก หลังลูกสาว “น้องแอปเปิ้ล” เขียนจดหมายมาขอให้เลิกดื่มว่า

“เรารู้สึกสงสารเขา เลยตัดสินใจเลิกนี้ไม่ได้ดื่มมาสัปดาห์แล้วครับ ข้อดีประหยัดค่าเหล้าไปได้วันละ 120 บาท ส่วนที่บ้านก็ดีขึ้นมากทุกคนที่เราเลิกได้ แล้วสุขภาพก็ดีขึ้น”

ส่วนเสียงสะท้อนจากเหล่าเยาวชนทูตโพธิ์สัตว์น้อย อย่าง **ดช.ไตรวุฒิ สุดใจ** นักเรียนชั้น ป.6 เล่าว่าที่สนใจโครงการนี้เพราะอยากให้พ่อแม่เลิกเหล้า

“ผมเขียนจดหมายให้พ่อแม่ เขาก็อ่านแล้วบอกอยากเลิก แม้วันนี้จะยังไม่เลิกแต่ก็เลิกกินน้อยลงเยอะมาก ตอนนี้พ่อแม่เอาเงินที่กินเหล้ามาออมเงินได้ถึงสองพันกว่าบาทครับ”

เช่นเดียวกับ **สามเนตรณ ยุทธ** **คุณยศย์** ที่บอกกับเราว่า ตอนเรียนอยู่ชั้นประถมปีที่ 3 ทางบ้านมีปัญหาทางการเงิน เพราะพ่อติดเหล้ามาก และพ่อแม่ทะเลาะกันตลอด พอได้มีโอกาสรู้จักกิจกรรมนี้จึงเข้าร่วมทันที

“ตอนแรกผมไม่รู้ว่าจะจดหมายที่เราเขียนไปถึงบ้านตอนไหน กลับไปถึงบ้านพ่อแม่นั่งรอ เขาก็ถามว่าอยากให้เลิกเหล้าหรือ เราก็บอกใช่ เขาก็รับปากบอกจะเลิกซึ่งเราดีใจมาก” เขากล่าวพร้อมรอยยิ้ม

หากถามถึงความสำเร็จ น่าจะกล่าวได้ว่าสิ่งที่โครงการนี้พิสูจน์ให้เห็น คือ พลังแห่งความรักสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในสังคมได้