

**กิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอสามง่าม**

1. ชื่อโครงการ โครงการการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุ
2. สอดคล้องกับยุทธศาสตร์และจุดเน้นการดำเนินงาน กรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2567
 - 1.สร้างโอกาสในการเข้าถึงการเรียนรู้อย่างทั่วถึงและเท่าเทียม
 - 2.ยกระดับคุณภาพการจัดการเรียนรู้
 - 3.ส่งเสริมและสนับสนุนการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต
 - 4.พัฒนาระบบการบริหารจัดการและการบริการภาครัฐ
 - 5.ส่งเสริมและสนับสนุนด้านบุคลากร

3. หลักการและเหตุผล

เด็กและวัยรุ่นในประเทศไทยและทั่วโลกกำลังเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพจิตมากขึ้นเรื่อย ๆ ทั้งนี้ปัญหาสุขภาพจิตต้องดูแลติดตามระยะยาว แต่ผู้มีปัญหาส่วนหนึ่งปกปิดไว้ เพราะถูกตีตราว่าเป็นเรื่องน่าอาย ทั้งนี้ การขาดความรู้ ความตระหนักในสุขภาพจิต ปัญหาการตีตรา และขาดแคลนทรัพยากรด้านสุขภาพจิต ทำให้หลายคนพลาดโอกาสได้รับการดูแล เราพบว่าเด็กวัยรุ่นมีความเครียดสูงขึ้น เข้าสังคมลดลง ติดจอและเกมออนไลน์มากขึ้น ปัญหาทะเลาะเบาะแว้งและความรุนแรงในครอบครัว จนนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตและการฆ่าตัวตายในบางราย ซึ่งการส่งเสริมเพื่อการเข้าถึงบริการที่มีคุณภาพและทันที่ที่ เปลี่ยนทัศนคติเชิงลบผ่านการพูดคุย การลดการตีตรา และการสร้างเสริมความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพจิตให้แก่เด็ก วัยรุ่น รวมถึงพ่อแม่ ผู้ปกครองและสังคมโดยรวม กล้าเปิดอกคุยกับเพื่อน ครอบครัว คนที่ไว้ใจ และอีกหลายครั้งพบว่า มีผู้ดูแลและคนใกล้ชิดมาปรึกษาถึงวิธีการรับมือและปรับตัวกับบุคลิกภาพของผู้สูงอายุที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ในความเป็นจริง ผู้ดูแลจำเป็นต้องทำความเข้าใจว่าผู้สูงอายุต้องเผชิญกับปัญหาหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นภาวะความเครียด ความวิตกกังวล ความเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนในร่างกายจากภาวะร่างกายที่เสื่อมถอยด้วยโรคที่เป็นอยู่ ผู้สูงอายุบางคนอาจมีภาวะโรคซึมเศร้าแอบแฝงอยู่อย่างไม่รู้ตัว ซึ่งผู้ดูแลและคนใกล้ชิดต้องหมั่นคอยสังเกตว่าลักษณะการแสดงออกแบบใด ที่เป็นสัญญาณน่าห่วงในเรื่องสุขภาพจิตผู้สูงอายุ

จากความสำเร็จดังกล่าวศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอสามง่าม จึงได้จัดทำกิจกรรมโครงการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

4 .วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

5. เป้าหมาย เชิงปริมาณ

กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 34 คน ดังนี้

- กลุ่มเป้าหมายประชาชนตำบลสามง่าม จำนวน 6 คน
- กลุ่มเป้าหมายประชาชนตำบลกำแพงดิน จำนวน 7 คน
- กลุ่มเป้าหมายประชาชนตำบลรังนก จำนวน 7 คน
- กลุ่มเป้าหมายประชาชนตำบลเนินปอ จำนวน 7 คน
- กลุ่มเป้าหมายประชาชนตำบลหนองโสน จำนวน 7 คน

รวมทั้งสิ้นจำนวน 34 คน

เชิงคุณภาพ กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

๖. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
1. ประชุมวางแผน การดำเนินงาน โครงการ	เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม	ผู้นำชุมชน ครู กศน.ตำบล	5 คน	สกร.ระดับ อำเภอสามง่าม	1 กรกฎาคม 2567	-
2.แต่งตั้ง คณะทำงาน	1.เพื่อมอบหมายหน้าที่ความรับผิดชอบ	ผู้นำชุมชน ครู กศน.ตำบล	5 คน	สกร.ระดับ อำเภอสามง่าม	5 กรกฎาคม 2567	-
3.ประสานงานผู้นำ ชุมชนในเขตพื้นที่	1.เพื่อประสานงานผู้นำชุมชน 2.ประสานการดำเนินงาน	ผู้นำชุมชน ครู กศน.ตำบล	5 คน	สกร.ระดับ อำเภอสามง่าม	8 กรกฎาคม 2567	-
4. เตรียมความพร้อมเอกสารและ การดำเนินงาน	เพื่อจัดเตรียมเอกสารและประสานงานกับผู้เกี่ยวข้อง	ผู้นำชุมชน ครู กศน.ตำบล	5 คน	สกร.ระดับ อำเภอสามง่าม	23 กรกฎาคม 2567	-
5. ดำเนินการ โครงการการจัด การศึกษาเพื่อ พัฒนาทักษะชีวิต ด้านจิตเวชกับวัยรุ่น และผู้สูงอายุ	เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้	-ประชาชน ในเขตพื้นที่	34	สกร.ระดับ อำเภอสามง่าม	26 กรกฎาคม 2567	3,910

	ให้แก่บุคคลในครอบครัว ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม					
6. สรุปผลการ ดำเนินงาน	เพื่อรายงานผลการ ดำเนินงานกับต้นสังกัด	สกร.ระดับ อำเภอสามง่าม	5 คน	สกร.ระดับ อำเภอสามง่าม	30 กรกฎาคม 2567	-

7. วงเงินงบประมาณทั้งโครงการ

แผนงาน : พื้นฐานด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ผลผลิต
ผู้รับบริการนอกระบบ งบดำเนินงาน กิจกรรมการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต รหัส
20334350002002000000 แหล่งของเงิน 6711200 จำนวนเงินทั้งสิ้น 3,910.- บาท
(-สามพันเก้าร้อยสิบบาทถ้วน-) รายละเอียดดังนี้

-ค่าอาหาร 80บาทX34 คน เป็นเงิน 2,720 บาท

-ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม 35บาทX34 คน เป็นเงิน 1,190 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 3,910.- บาท (-สามพันเก้าร้อยสิบบาทถ้วน-)

หมายเหตุ ทุกรายการใช้จ่ายตามที่จ่ายจริง

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาส 1 (ต.ค.66 – ธ.ค. 66)	ไตรมาส 2 (ม.ค.67. – มี.ค. 67)	ไตรมาส 3 (เม.ย.67 – มิ.ย. 67)	ไตรมาส 4 (ก.ค.67 – ก.ย. 67)
ดำเนินการโครงการการจัด การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะ ชีวิตด้านจิตเวชกับวัยรุ่น และผู้สูงอายุ				3,910 26 กรกฎาคม 2567

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางเฉลา	เขียวเงิน	ครู กศน.ตำบลสามง่าม
นายฉัตรชัย	บัณฑิตย์	ครู กศน.ตำบลรังนก
นายสุรเดช	มัจฉินทร์	ครู กศน.ตำบลเนินปอ
นางสาวศศิธร	พู่ระย้า	ครู กศน.ตำบลหนองโสน
นางสาวโสรัฏฐา	สมบุญยอด	ครู กศน.ตำบลกำแพงดิน

10. เครือข่าย

10.1 โรงพยาบาลสามง่าม

10.2 ผู้นำชุมชน/อสม.

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- 11.1 โครงการการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต
- 11.2 โครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชนตำบลสามง่าม
- 11.3 โครงการการศึกษาตามอัธยาศัย

12. ดัชนีชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

12.1 ตัวชี้วัดผลผลิต

- ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

12.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์

- ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ในการพัฒนาทักษะชีวิตตรงตามหลักสูตร
- ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในระดับดีขึ้นไป

13. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

14. การประเมินและติดตามผล

- แบบประเมินความพึงพอใจ
- สรุปรายงานและผลดำเนินงานกิจกรรม

กิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต
กำหนดการโครงการการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุ
วันที่ 26 กรกฎาคม 2567
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอสามง่าม

วันที่ 26 กรกฎาคม 2567

- 08.00-08.30 - รับลงทะเบียน รับเอกสาร
- 08.30-09.00 - พิธีเปิดกิจกรรมฯ ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอสามง่าม
- 09.00-10.30 - รับการอบรมเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่น
วิทยากร โรงพยาบาลสามง่าม
- 10.30-12.00 - รับการอบรมเรื่องความรู้เกี่ยวกับจิตเวชในผู้สูงอายุ
วิทยากร โรงพยาบาลสามง่าม
- 12.00-13.00 - พักรับประทานอาหาร
- 13.00-14.00 - แบ่งกลุ่มระดมความคิดเห็นแนวทางป้องกันด้านจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุ
วิทยากร บุคลากร สกร.ระดับอำเภอสามง่าม
- 14.00-15.30 - สรุปองค์ความรู้และการนำไปใช้โดยการถอดบทเรียน
วิทยากร บุคลากร สกร.ระดับอำเภอสามง่าม
- 15.30-16.00 - ทดสอบความรู้ความเข้าใจ/ประเมินความพึงพอใจ - พิธีปิดโครงการฯ

หมายเหตุ กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

หลักสูตรโครงการการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุ จำนวน 6 ชั่วโมง

ความเป็นมา

เด็กและวัยรุ่นในประเทศไทยและทั่วโลกกำลังเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพจิตมากขึ้นเรื่อย ๆ ทั้งนี้ปัญหาด้านสุขภาพจิตต้องดูแลติดตามระยะยาว แต่ผู้มีปัญหาส่วนหนึ่งปกปิดไว้ เพราะถูกตีตราว่าเป็นเรื่องน่าอาย ทั้งนี้ การขาดความรู้ ความตระหนักในสุขภาพจิต ปัญหาการตีตรา และขาดแคลนทรัพยากรด้านสุขภาพจิต ทำให้หลายคนพลาดโอกาสได้รับการดูแล เราพบว่าเด็กวัยรุ่นมีความเครียดสูงขึ้น เข้าสังคมลดลง ติดจอและเกมออนไลน์มากขึ้น ปัญหาทะเลาะเบาะแว้งและความรุนแรงในครอบครัว จนนำไปสู่ปัญหาด้านสุขภาพจิตและการฆ่าตัวตายในบางราย ซึ่งการส่งเสริมเพื่อการเข้าถึงบริการที่มีคุณภาพและทันที่ที่ เปลี่ยนทัศนคติเชิงลบผ่านการพูดคุย การลดการตีตรา และการสร้างเสริมความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพจิตให้แก่เด็ก วัยรุ่น รวมถึงพ่อแม่ ผู้ปกครองและสังคมโดยรวม กล้าเปิดอกคุยกับเพื่อน ครอบครัว คนที่ไว้ใจ และอีกหลายครั้งพบว่า มีผู้ดูแลและคนใกล้ชิดมาปรึกษาถึงวิธีการรับมือและปรับตัวกับบุคลิกภาพของผู้สูงอายุที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ในความเป็นจริง ผู้ดูแลจำเป็นต้องทำความเข้าใจว่าผู้สูงอายุต้องเผชิญกับปัญหาหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นภาวะความเครียด ความวิตกกังวล ความเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนในร่างกายจากภาวะร่างกายที่เสื่อมถอยด้วยโรคที่เป็นอยู่ ผู้สูงอายุบางคนอาจมีภาวะโรคซึมเศร้าแอบแฝงอยู่อย่างไม่รู้ตัว ซึ่งผู้ดูแลและคนใกล้ชิดต้องหมั่นคอยสังเกตว่าลักษณะการแสดงออกแบบใด ที่เป็นสัญญาณน่าห่วงในเรื่องสุขภาพจิตผู้สูงอายุ

จากความสำคัญดังกล่าว ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอสามง่าม จึงได้จัดทำกิจกรรมโครงการการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

หลักการของหลักสูตร

กิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ก็มีหลักการดังนี้

1. เป็นหลักสูตรที่มีความยืดหยุ่น ด้านหลักสูตร การจัดการกระบวนการเรียนรู้ การวัดและประเมินผล ด้านการจัดการและบริการ โดยเน้นการบูรณาการให้สอดคล้องกับศักยภาพด้านต่าง ๆ 5 ด้าน ได้แก่ ศักยภาพของทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ ศักยภาพของพื้นที่ตามลักษณะภูมิอากาศ ศักยภาพของภูมิประเทศและทำเลที่ตั้ง ศักยภาพของศิลปะ วัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตของประชาชน และศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์ในแต่ละพื้นที่
2. มุ่งพัฒนาคนไทยให้ได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีคุณภาพทั่วถึงและเท่าเทียมกัน สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง และเป็นบุคคลที่มีวินัยเปี่ยมไปด้วยคุณธรรม จริยธรรม มีจิตสำนึก ความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม
3. ส่งเสริมให้มีความร่วมมือในการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่าย
4. ส่งเสริมให้มีการเทียบโอนความรู้และประสบการณ์เข้าสู่หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
5. เน้นการปฏิบัติจริงเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำไปปรับใช้ให้เกิดความปลอดภัยที่มั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน

จุดหมาย

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

กลุ่มเป้าหมาย

1 เป้าหมายเชิงปริมาณ

กลุ่มเป้าหมาย คือ ประชาชนกลุ่มเป้าหมายอำเภอสามง่าม 34 คน ทั้งหมด 5 ตำบล

2 เป้าหมายเชิงคุณภาพ

กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ระยะเวลาเรียน รวม 6 ชั่วโมง

ภาคทฤษฎี 6 ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ 0 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	กระบวนการจัดการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
					ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1	กิจกรรม โครงการการจัด การศึกษาเพื่อ พัฒนาทักษะ ชีวิตด้านจิตเวช กับวัยรุ่นและ ผู้สูงอายุ	เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุเป็นอย่างดี และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแนะนำให้แก่บุคคลในครอบครัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม	รับการอบรมเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่น วิทยากร โรงพยาบาลสามง่าม รับการอบรมเรื่องความรู้เกี่ยวกับจิตเวชในผู้สูงอายุ วิทยากร โรงพยาบาลสามง่าม	รอบรมเรื่องจิตเวชกับวัยรุ่น วิทยากร โรงพยาบาลสามง่าม รับการอบรมเรื่องความรู้เกี่ยวกับจิตเวชในผู้สูงอายุ วิทยากร โรงพยาบาลสามง่าม -แบ่งกลุ่มระดม ความคิดหา แนวทาง ป้องกันด้านจิตเวชกับวัยรุ่นและผู้สูงอายุ	6	-

การจัดกระบวนการเรียนรู้

- ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร , สื่ออิเล็กทรอนิกส์ , สื่ออินเทอร์เน็ต
- ผู้รู้ / การอภิปราย แลกเปลี่ยนเรียนรู้
- ฝึกปฏิบัติจริง

สื่อการเรียนรู้

1. สื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ หนังสือ , เอกสาร , ใบความรู้
2. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ / สื่ออินเทอร์เน็ต

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร
2. การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้

และจบหลักสูตร

การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. มีผลงานที่มีคุณภาพ

เอกสารหลักฐานการศึกษา

1. หลักฐานการประเมินผล
2. ทะเบียนคุมวุฒิปัตร
3. วุฒิปัตร ออกโดยสถานศึกษา

การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรนี้สามารถนำไปเทียบโอนผลการเรียนรู้ออกกับหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ในสาระการประกอบอาชีพวิชาเลือกที่สถานศึกษาได้จัดทำขึ้น