



**แนวทาง
การสร้างเสริมสุขภาพะ
ในโรงเรียนด้วย
กระบวนการ
พัฒนาคุณธรรม**

แนวทางการสร้างเสริม สุขภาพในโรงเรียน ด้วยกระบวนการ พัฒนาคุณธรรม

พิมพ์ครั้งที่ 1 พฤษภาคม 2562 จำนวน 7,800 เล่ม

ผู้เขียน

รองศาสตราจารย์ ปภัสวดี วีรภิตติ

รูปเล่ม

นายวัฒนสินธุ์ สุวรรรัตนานนท์

พิมพ์ที่

บริษัท สหมิตรพรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด

สงวนสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ.2537

จัดพิมพ์ภายใต้โครงการติดตามการดำเนินงานของโครงการสร้างเสริมสุขภาพใน
สถานศึกษาด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม ในพื้นที่จังหวัดพะเยาและจังหวัดสุรินทร์
โดยได้รับการสนับสนุนจากกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ห้ามผลิตเพื่อจำหน่ายในรูปแบบใดๆ แต่สามารถผลิตเพื่อเป็นวิทยาทานได้ โดยทำ
จดหมายขออนุญาตมายังกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (โครงการ
สร้างเสริมสุขภาพในสถานศึกษาด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม)

คำนำ

หนังสือฉบับนี้ เกิดจากการทำงานของผู้ทรงคุณวุฒิของมูลนิธิยุวสถิรคุณที่ปรับปรุงพัฒนา “กระบวนการพัฒนาโรงเรียนคุณธรรม” มาใช้กับแนวคิดสร้างเสริมโรงเรียนสุขภาวะของกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และพัฒนาขึ้นเป็น “กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม” ได้เริ่มต้นนำไปใช้ในโรงเรียนในพื้นที่จังหวัดพะเยาและจังหวัดสุรินทร์เป็นพื้นที่แรก โดยมีคณะผู้ทรงคุณวุฒิทำหน้าที่ให้ความรู้ความเข้าใจในกระบวนการดังกล่าว และนิเทศติดตาม ให้คำปรึกษา คำแนะนำ แก่คณะกรรมการบริหารโครงการที่นิเทศอาสา และ ลงพื้นที่ติดตามเยี่ยมชมการปฏิบัติงานของโรงเรียนเพื่อรวบรวมแนวปฏิบัติจริงในพื้นที่ ผลสำเร็จและปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น และ ปัจจัยความสำเร็จของการนำกระบวนการไปใช้

จากผลของการติดตามการดำเนินงานของโครงการสร้างเสริมสุขภาวะในสถานศึกษาด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม ในพื้นที่จังหวัดพะเยาและจังหวัดสุรินทร์ โดยได้รับการสนับสนุนจากสสส. จึงนำข้อมูลเหล่านั้นมาพัฒนาปรับปรุงให้เหมาะสมในการใช้งานจริง และ สะดวกในการนำไปขยายผลในสถานศึกษาทุกประเภท ทุกระดับ เพื่อการพัฒนาสุขภาพของเยาวชนในวัยเรียนทั่วประเทศ

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.เกษม วัฒนชัย ซึ่งเป็นผู้ริเริ่มพัฒนา “กระบวนการพัฒนาโรงเรียนคุณธรรม” และได้อนุญาต

ให้ สสส.นำกระบวนการโรงเรียนคุณธรรมมาปรับปรุงพัฒนาใช้ในการ
เสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียน

ขอขอบคุณคณะกรรมการบริหารโครงการ ที่มณฑลอาสา
วิทยากร ผู้บริหารและครู นักเรียนของโครงการสร้างเสริมสุขภาวะใน
โรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมในพื้นที่จังหวัดพะเยาและจังหวัด
สุรินทร์ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนากระบวนการนี้ และ ขอขอบคุณ
ในความร่วมมือของส่วนราชการของจังหวัดพะเยาและจังหวัดสุรินทร์
หน่วยงานสาธารณสุข ภาคเอกชน ชุมชน ที่ให้การสนับสนุนอย่างดี

โครงการติดตามการดำเนินงานของโครงการสร้างเสริมสุขภาวะ
ในสถานศึกษาด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม ในพื้นที่จังหวัดพะเยาและ
จังหวัดสุรินทร์ ปีพ.ศ.2559-2561 ขอกราบขอบพระคุณและขอขอบคุณทุกท่าน
มา ณ โอกาสนี้ด้วย

รองศาสตราจารย์ ปภัสวดี วีรภิตติ หัวหน้าโครงการ



สารบัญ

1. ความเป็นมาของการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม	7
2. แนวทางการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม	15
1. หลักการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม	15
2. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม	17
ขั้นตอนที่ 1 การสร้างการรับรู้ และการยอมรับ	17
ขั้นตอนที่ 2 การสร้างครูแกนนำและนักเรียนแกนนำ	19
ขั้นตอนที่ 3 การกำหนดคุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน	20
ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดวิธีการบรรลุ คุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน	23
ขั้นตอนที่ 5 ลงมือปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมาย การเปลี่ยนแปลง	26
ขั้นตอนที่ 6 สร้างกลไกการขับเคลื่อนงาน เสริมสร้างสุขภาพในโรงเรียน	27
3. ตัวชี้วัดของกระบวนการพัฒนาคุณธรรม เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน	29
4. การนิเทศติดตามการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน	31
3. ผลสำเร็จของโครงการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม	35



ความเป็นมาของการสร้างเสริมสุขภาพ ในโรงเรียนด้วยกระบวนการ พัฒนาคุณธรรม

การสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม เป็นนวัตกรรมการรวมตัวของกระบวนการสำคัญสองประการ ได้แก่ 1) กระบวนการสร้างเสริมโรงเรียนสุขภาพของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และ 2) กระบวนการพัฒนาโรงเรียนคุณธรรมของมูลนิธิยุวสถิรคุณ (มยส.) โดยในเดือนมิถุนายน 2559 สสส.ได้ขออนุญาตประธานมูลนิธิยุวสถิรคุณ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.เกษม วัฒนชัย ขอนำกระบวนการพัฒนาโรงเรียนคุณธรรม มาใช้ใน “โครงการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมตามแนวทางของมูลนิธิยุวสถิรคุณ” โดยมีกรอบความคิดในการพัฒนากระบวนการใหม่เพื่อส่งเสริมงานสุขภาพในโรงเรียน โดย

การนำเป้าหมายสำคัญของโรงเรียนคุณธรรมของมูลนิธิยุวสถิรคุณ ที่ได้
อัญเชิญพระราชกระแสรับสั่งของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร
มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ที่ว่าให้โรงเรียน “**ช่วยสร้าง
คนดีให้บ้านเมือง**” ผสมกับยุทธศาสตร์ของสสส.ที่มุ่งพัฒนาโรงเรียน
สุภาพะ เพื่อสร้างเสริมให้ “**ผู้เรียนเป็นสุข**” เข้าไว้ด้วยกัน และพัฒนา
ขึ้นเป็น “**กระบวนการสร้างเสริมสุภาพะในโรงเรียนด้วยกระบวนการ
พัฒนาคุณธรรม**” โดยในปีพ.ศ.2559-2561 สสส.ได้สนับสนุนการ
ดำเนินงานตามกระบวนการนี้ขึ้นครั้งแรกในพื้นที่จังหวัดพะเยา เขต1 และ
เขต2 และพื้นที่จังหวัดสุรินทร์

โครงการสร้างเสริมสุภาพะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนา
คุณธรรมตามแนวทางของมูลนิธิยุวสถิรคุณ ได้รับความร่วมมือจาก
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพะเยา เขต 1 เขต 2 และ
องค์การบริหารส่วนจังหวัดสุรินทร์ ซึ่งมีโรงเรียนและสถานศึกษา
เข้าร่วมโครงการรวมประมาณ 400 แห่ง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริม
สนับสนุนให้โรงเรียน/สถานศึกษามีการเสริมสร้างสุภาพะตามเป้าหมาย
สุภาพะของ สสส. และดำเนินงานแต่ละขั้นตอนด้วยกระบวนการพัฒนา
คุณธรรมของมูลนิธิยุวสถิรคุณจนประสบผลสำเร็จ ประกอบกับในช่วงปี
พ.ศ.2559 ดังกล่าว กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศนโยบายให้โรงเรียน/
สถานศึกษาทุกแห่งพัฒนาเป็นโรงเรียนคุณธรรม กระแสการพัฒนา
โรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม จึงเป็นที่สนใจกว้างขวาง
มากขึ้น

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับ
สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ



สำนักงานสถิติแห่งชาติ และภาคีการพัฒนาหลายองค์กร ได้ร่วมกันจัดทำ
บัญชีประชาชาติด้านความอยู่ดีมีสุขของประเทศมาตั้งแต่แผนพัฒนา
เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ.2540-2544) มีการปรับปรุง
พัฒนาและนำมาใช้จนถึงปัจจุบัน เห็นว่า ความอยู่ดีมีสุขในชีวิตครอบครัว
และชุมชนของประเทศที่มีความเจริญก้าวหน้า ควรให้ความสำคัญ 5 เรื่อง
ได้แก่ 1) คนในครอบครัวและชุมชนมีความรักความสามัคคี 2) ความรุนแรง
และปัญหาในครอบครัวหรือชุมชนลดลง 3) คนในชุมชนรู้จักและมีความ
ไว้วางใจซึ่งกันและกัน 4) เด็ก คนพิการ ผู้สูงอายุ และผู้ด้อยโอกาสที่
ถูกทอดทิ้งมีจำนวนลดลง 5) คนในครอบครัวหรือชุมชนมีกิจกรรมร่วมกัน
ในการส่งเสริมความอยู่ดีมีสุข สสส. จึงได้กำหนดทิศทาง เป้าหมาย
ยุทธศาสตร์ระยะ 10 ปี (พ.ศ.2555-2564) และ กำหนดเป้าหมายไว้
10 ประการ ได้แก่

- 1) ลดอัตราการสูบบุหรี่ของคนไทย
- 2) ลดอัตราการดื่มสุราของคนไทย
- 3) ลดอุบัติเหตุการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในหญิงตั้งครรภ์
- 4) เพิ่มอัตราการบริโภคผักและผลไม้อย่างเพียงพอ
- 5) เพิ่มการมีกิจกรรมทางกายประจำของคนไทย อายุ 11 ปี
ขึ้นไป
- 6) ลดความชุกของภาวะน้ำหนักตัวเกินและโรคอ้วนในเด็ก
- 7) ลดอัตราการตายจากอุบัติเหตุทางถนน
- 8) เพิ่มสัดส่วนของคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปที่มีความสุขในการ
ดำรงชีวิต
- 9) เพิ่มสัดส่วนของครอบครัวอบอุ่น

10) เพิ่มชุมชนท้องถิ่นเข้มแข็ง

โดยแต่ละเป้าหมายได้กำหนดตัวชี้วัด สถานการณ์เป้าหมาย และ แหล่งข้อมูล เพื่อวัดความสำเร็จไว้ด้วย

นโยบายเรื่องการส่งเสริมโรงเรียนสุภาพวะของ สสส. มาจากแนวคิดที่ว่า โรงเรียนเป็นองค์กรยุทธศาสตร์ในการพัฒนาเด็กและเยาวชนของประเทศให้มีคุณลักษณะตามที่สังคมคาดหวัง และ มีการพัฒนาโรงเรียนตามกรอบแนวคิดด้านสุภาพวะของ สสส. ใน 4 มิติ คือ ภาวะแห่งความสุขอันสมบูรณ์ทั้ง กาย ใจ สังคม และ ปัญญา ในระยะเวลาที่ผ่านมา สสส. ได้ดำเนินงานร่วมกับภาคีหลักต่างๆ เพื่อมุ่งหวังให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการสร้างเสริมสุภาพวะ ให้แก่เด็กและเยาวชนทุกกลุ่ม ทั้งในและนอกโรงเรียน ซึ่งการสร้างเสริมสุภาพวะผ่านโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน เป็นช่องทางที่ สสส. เล็งเห็นความสำคัญและให้การสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง โดยมีองค์ประกอบของโรงเรียนสุภาพวะมี 5 องค์ประกอบ คือ 1) ผู้เรียนเป็นสุข 2) โรงเรียนเป็นสุข 3) สภาพแวดล้อมเป็นสุข 4) ครอบครัวเป็นสุข 5) ชุมชนเป็นสุข ทั้ง 5 องค์ประกอบมีความเกี่ยวเนื่องและส่งผลซึ่งกันและกัน โรงเรียนสุภาพวะจึงต้องมีเป้าหมายเพื่อสร้างเสริมให้ “ผู้เรียนเป็นสุข” โดยการปรับสภาพ ลดปัจจัยเสี่ยง จัดโครงสร้างและระบบต่างๆ ของโรงเรียน สภาพแวดล้อม ครอบครัว และ ชุมชนเป็นพื้นที่ปลอดภัย และส่งเสริมสุภาพวะของผู้เรียน ทั้งด้านกาย ใจ สังคม และ ปัญญา

เมื่อนำเป้าหมายของโรงเรียนสุภาพวะที่มุ่งสร้างเสริมให้ “ผู้เรียนเป็นสุข” มาพิจารณาร่วมกับวัตถุประสงค์ของกระบวนการพัฒนาโรงเรียน



คุณธรรม ที่มุ่งให้นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทิศทางที่พึงประสงค์ มุ่งให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเอง รู้จักสร้างคุณค่าในตัวนักเรียนเอง การตระหนักในคุณธรรมจริยธรรมจะช่วยเสริมสร้างพฤติกรรมที่ดี ที่ถูกต้องตามระเบียบวินัยของโรงเรียนจะส่งผลให้นักเรียนมีความสุขสบายใจ ไม่วิตกกังวลในการเรียนรู้ ช่วยให้นักเรียนเกิดความสุข และ ประสบผลสำเร็จในการเรียนและการใช้ชีวิต กระบวนการพัฒนาคุณธรรมจึงเป็นกระบวนการที่มุ่งสร้างเสริมพฤติกรรมที่ดี โดยใช้ความตระหนักในคุณธรรมจริยธรรมมาช่วยกระตุ้นจิตสำนึกให้เลือกประพฤติกิจกรรมที่ดี ที่ถูกต้อง ดังนั้น เมื่อโรงเรียนมุ่งสร้างสุขภาวะในโรงเรียน โรงเรียนก็ใช้ความตระหนักในคุณธรรมจริยธรรมมาช่วยกระตุ้นจิตสำนึกให้นักเรียนเลือกประพฤติปฏิบัติกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างสุขภาวะที่ดี โรงเรียนก็จะก้าวสู่แนวทางเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนอย่างได้ผลดี จะเห็นว่า โรงเรียนสามารถนำแนวคิดด้านคุณธรรมจริยธรรมมาใช้สร้างสุขภาวะในโรงเรียนได้จริงโดยใช้กระบวนการพัฒนาคุณธรรมเป็นแนวปฏิบัติจนได้รับผลสำเร็จ โครงการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม จึงเป็นโครงการที่มุ่งให้เกิดสุขภาวะในโรงเรียน ให้นักเรียนมีสุขภาวะที่ดี ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และ ปัญญา โดยใช้กระบวนการพัฒนาคุณธรรม ที่มุ่งสร้างการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียน มาเป็นเครื่องมือในการทำงานให้บรรลุผลสำเร็จ โรงเรียนจึงได้รับประโยชน์ ทั้งด้านเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีในโรงเรียน และการสร้างเสริมคุณธรรมจริยธรรมในโรงเรียน อีกด้วย

การดำเนินงานของโครงการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม มีโครงสร้างของกลุ่มงานอยู่ 4 ส่วน ประกอบด้วย

1. งานบริหารโครงการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนฯ

ดำเนินงานโดยคณะกรรมการบริหารโครงการ ซึ่งทำหน้าที่ จัดทำแผนงาน แผนงบประมาณ แผนปฏิบัติงาน สื่อสารสร้างความเข้าใจกับโรงเรียน จัดทำคู่มือ จัดทำเครื่องมือ จัดฝึกอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับกระบวนการนิเทศติดตามงาน กำกับการดำเนินงานจนงานแล้วเสร็จ และ ประเมินผลงาน เสนอรายงานต่อ สสส. รวมทั้งการประสานงานกับส่วนราชการของจังหวัด และภาคเอกชนที่เกี่ยวข้อง

2. งานส่งเสริมกระบวนการปฏิบัติงานในโรงเรียน

ดำเนินการโดย ทีมนิเทศอาสาของโครงการ ซึ่งทำหน้าที่ วางแผนส่งเสริมการปฏิบัติงานระดับโรงเรียน จัดทำเครื่องมือเพื่อใช้ในงานนิเทศติดตามโรงเรียน ลงพื้นที่นิเทศติดตามการดำเนินงานภายในโรงเรียน ให้ความรู้ความเข้าใจแก่โรงเรียนเกี่ยวกับการปฏิบัติงานตามกระบวนการพัฒนาคุณธรรมที่ส่งผลให้เกิดสุขภาวะที่ดีในโรงเรียน ให้คำปรึกษา คำแนะนำในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และ ประเมินผลสำเร็จของการดำเนินงานของโรงเรียน รวมทั้ง ให้คำปรึกษา คำแนะนำต่อคณะกรรมการบริหารโครงการตามความเหมาะสม

3. หน่วยปฏิบัติงาน ได้แก่ โรงเรียน

ซึ่งทำหน้าที่ลงมือปฏิบัติตามแผนที่โครงการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนฯ กำหนดไว้ ร่วมคิด ร่วมแก้ปัญหา ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่น่าสนใจ นำเสนอผลงาน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสร้างเครือข่ายการปฏิบัติงานตามที่วางแผนไว้



4. **งานติดตามให้คำปรึกษาแก่ผู้เกี่ยวข้องของโครงการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียน** ดำเนินการโดยคณะทำงานติดตามที่ได้รับมอบหมายจาก สสส. ทำหน้าที่ ให้คำปรึกษาแก่คณะกรรมการบริหารโครงการ ทีมนิเทศอาสาของโครงการ โรงเรียนที่ได้ไปเยี่ยมชมนาน ให้คำแนะนำในการพัฒนางานของโครงการให้ประสบผลสำเร็จ และ จัดทำข้อเสนอแนะต่อ สสส. เพื่อใช้ในการขยายผลต่อไป

โรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียน เป็นกลุ่มโรงเรียนที่สมัครใจเข้ามาร่วมพัฒนา “**กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม**” เพื่อประโยชน์ในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน โดยมีทีมที่ปรึกษาร่วมคิด ร่วมทำ และ ตอบสนองนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการด้านพัฒนาโรงเรียนคุณธรรมได้อีกด้วย

อนึ่ง คำว่า “โรงเรียน” ในกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมฉบับนี้ หมายรวมถึง โรงเรียนและสถานศึกษาทุกประเภทที่สนใจนำกระบวนการนี้ไปใช้เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีในสถานศึกษา

หลักการและกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพในสถานศึกษาด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม



หลักการ

สร้างเสริมสุขภาพ
ในสถานศึกษา
ด้วยกระบวนการ
พัฒนาคุณธรรม

- ▶ 1. ทำทั้งโรงเรียน
- ▶ 2. ทำจากล่างขึ้นบน
- ▶ 3. ทำอย่างมีส่วนร่วม
- ▶ 4. ทำอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ

1. การวางแผน
2. การสร้างการมีส่วนร่วม
3. การส่งเสริมสนับสนุนเสริมแรง
4. การนิเทศภายใน
5. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้
6. การประเมินผล
7. การถอดบทเรียน
8. การประชาสัมพันธ์

สร้างกลไกการขับเคลื่อน สู่เป้าหมายการเปลี่ยนแปลง

ลงมือปฏิบัติ เพื่อบรรลุเป้าหมาย การเปลี่ยนแปลง

กำหนดวิธีการ เพื่อบรรลุเป้าหมาย การเปลี่ยนแปลง

1. โครงงานคุณธรรม (ผู้บริหาร ครู นร.)
2. แบบอย่างที่ดีซึ่งกันและกัน
3. สภาพแวดล้อมเอื้อต่อการพัฒนาสุขภาพ
4. บูรณาการสุขภาพ และคุณธรรมในการเรียนการสอน

กระบวนการ

สร้างเสริมสุขภาพ
ในสถานศึกษา
ด้วยกระบวนการ
พัฒนาคุณธรรม

สร้างการรับรู้ และการยอมรับ

สร้างครูแกนนำ นักเรียนแกนนำ

กำหนดเป้าหมาย การเปลี่ยนแปลง ของโรงเรียน

(คุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน)

คุณธรรม เป้าหมาย	พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก		
	ผู้บริหาร	ครู	นักเรียน

1. มีกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพในสถานศึกษา
ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมทั้งโรงเรียน
2. มีกลไกและใช้โครงงานคุณธรรมเป็นเครื่องมือ
3. พฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น
4. พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลง

KPI

5. เกิดกระบวนการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน
6. มีองค์ความรู้ / นวัตกรรมด้านสร้างเสริมสุขภาพ
ในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม
7. เป็นแหล่งเรียนรู้ด้านสร้างเสริมสุขภาพ
ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม

ปวีสิต วิริภคิต สสส.





แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะ ในโรงเรียนด้วยกระบวนการ พัฒนาคุณธรรม

แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมที่จำเป็นต้องทำความเข้าใจให้กระจ่างชัดเจนก่อนเริ่มดำเนินงาน ได้แก่ ความเข้าใจในหลักการ กระบวนการที่นำมาใช้ ตัวชี้วัดในการประเมินผลสำเร็จ และ การนิเทศติดตามเพื่อสนับสนุนการปฏิบัติงาน ทั้ง 4 ประการจะช่วยให้โรงเรียนดำเนินงานเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนได้จนบรรลุผลสำเร็จ

1. หลักการสร้างเสริมสุขภาวะ ในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม

กระบวนการพัฒนาคุณธรรม ได้กำหนดหลักการสำคัญไว้ 4 ประการ เพื่อมุ่งให้โรงเรียนประสบผลสำเร็จใน

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนไปในทิศทางที่ดีขึ้น และ ช่วยให้
เกิดความยั่งยืนในการพัฒนานักเรียนให้ เติบโตไปพร้อมกับมีอุปนิสัย
ที่ดั่งามติดตัวไปตลอดจนเป็นวิถีชีวิตที่ดั่งามของนักเรียนเอง

เมื่อนำกระบวนการพัฒนาคุณธรรมมาใช้ในการสร้างเสริม
สุขภาวะในโรงเรียน จึงคงใช้หลักการสำคัญ 4 ประการเช่นเดียวกัน
หลักการพัฒนาคุณธรรมทุกข้อเหล่านี้ จะช่วยให้โรงเรียนประสบความสำเร็จ
สำเร็จในการสร้างเสริมพฤติกรรมด้านเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีที่สุดที่โรงเรียน
พึงประสงค์ และช่วยให้เกิดความยั่งยืนในการพัฒนาสุขภาพของนักเรียน
ใน 4 มิติ คือ ภาวะแห่งความสุขอันสมบูรณ์ทั้ง กาย ใจ สังคม และ
ปัญญา การสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนจำเป็นต้องทำทั้งโรงเรียน
ต้องร่วมมือกันทำ และทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ จึงจะเกิด
สุขภาวะขึ้นในโรงเรียนอย่างยั่งยืนได้ หลักการทั้ง 4 ข้อจะช่วยนำทางให้
โรงเรียนดำเนินงานอย่างมั่นใจ และมุ่งไปสู่ความสำเร็จได้อย่างยั่งยืน โดย
มีหลักการ ดังนี้

1. เป็นกระบวนการที่ต้องทำทั้งโรงเรียน (ผู้บริหาร ครู นักเรียน)
2. ให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของ
นักเรียนเป็นหลัก การดำเนินงานตามกระบวนการนี้จึงทำ
จากล่างขึ้นบน (Bottom Up) เป็นการพิจารณานำความสนใจ
ความต้องการของนักเรียนจากระดับล่าง ขึ้นมาเป็นระดับ
นโยบายของโรงเรียน
3. โรงเรียนต้องทำอย่างมีส่วนร่วม ให้โอกาสทุกคนมีส่วนร่วม
ในการปฏิบัติงาน รวมทั้งผู้ปกครอง และชุมชน
4. โรงเรียนต้องทำอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ พยายามผนวกไว้
ในการเรียนรู้ทุกประเภทของโรงเรียน



2. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วย กระบวนการพัฒนาคุณธรรม

กระบวนการนี้มุ่งให้โรงเรียนรู้จักใช้กระบวนการพัฒนาโรงเรียนคุณธรรม เป็นกระบวนการสร้างการเรียนรู้ด้านสุขภาวะ มุ่งให้นักเรียนรู้จักฝึกฝนตนเองผ่านกระบวนการแต่ละขั้นตอนและกิจกรรมโครงการคุณธรรม เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปสู่การมีสุขภาวะที่ดี เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านสุขภาวะของนักเรียนให้เพิ่มขึ้น โดยมีครูผู้บริหาร และนักเรียนทุกคนในโรงเรียนร่วมกันดำเนินงานทั้งโรงเรียน กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม ประกอบด้วยขั้นตอน 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างการรับรู้ และการยอมรับ

ขั้นตอนแรกของกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม จัดว่าเป็นขั้นตอนที่สำคัญมาก เพราะตามหลักการพัฒนาคุณธรรมกำหนดให้ “ต้องทำทั้งโรงเรียน” ดังนั้น จึงจำเป็นต้องให้ทุกคนรับรู้และเข้าใจกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม โรงเรียนต้องมีแนวทางให้ทุกคนรับรู้และเข้าใจกระบวนการ เช่น

1. จัดให้มีการประชุมร่วมกันระหว่าง ผู้บริหารโรงเรียน ครู อาจารย์ นักเรียน ผู้ปกครอง ผู้เกี่ยวข้องและผู้มีส่วนได้เสีย เพื่อสร้างความตระหนักและความเข้าใจในการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีในโรงเรียน ผลดีของการมีสุขภาพที่ดีของทุกคนในโรงเรียน การลดปัญหาความเสี่ยงต่างๆ การป้องกันอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นแก่นักเรียน เป็นต้น

2. กระตุ้นสร้างการรับรู้อย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่เริ่มต้นชี้แจงแนวคิดในการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพะในโรงเรียน การนำกระบวนการพัฒนาคุณธรรมมาใช้เป็นเครื่องมือ เป้าหมายที่โรงเรียนต้องการ แนวปฏิบัติที่โรงเรียนกำหนดไว้ ผลดีที่โรงเรียนคาดหวัง โดยใช้การสื่อสารหลากหลายช่องทาง ทั้งรูปแบบเป็นทางการ และไม่เป็นทางการ การใช้โซเชียลมีเดีย (social media) เป็นต้น
3. สร้างการรับรู้ให้แก่บุคคลภายนอก เช่น ชุมชน ส่วนราชการ ภาคเอกชน ให้เข้าใจวัตถุประสงค์ของการเสริมสร้างสุขภาพะในโรงเรียนและแนวทางเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาโรงเรียน เช่น หน่วยงานด้านสาธารณสุข โรงพยาบาล สถานประกอบการ เป็นต้น

การเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการ กระบวนการอย่างกระจ่างชัดเจน จะช่วยให้เกิดการยอมรับ และสมัครใจที่จะปฏิบัติตามกระบวนการ วิธีการ และขั้นตอนต่างๆ การดำเนินงานตามขั้นตอนในการสร้างเสริมพฤติกรรมไปสู่สุขภาพะที่ดีให้แก่นักเรียนและผู้เกี่ยวข้องในโรงเรียน จะเป็นไปตามแผนและความต้องการของแต่ละโรงเรียน ผลสำเร็จของการมีสุขภาพะที่ดี จึงจะเกิดขึ้นกับนักเรียน ครู ผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครอง และ ชุมชนได้อย่างที่คาดหวังไว้



ขั้นตอนที่ 2 การสร้างครูแกนนำและนักเรียนแกนนำ

ผู้บริหารโรงเรียนต้องให้ความสำคัญกับการคัดเลือกครูแกนนำ เพื่อเข้ารับการฝึกอบรม กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม แกนนำที่ผ่านการฝึกอบรมแล้วจะเป็นวิทยากรของโรงเรียน ทำหน้าที่จัดฝึกอบรมเพื่อนครูและนักเรียนแกนนำ และร่วมเป็นทีมงานหลักในการพัฒนางาน และ สร้างการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วน เพื่อช่วยให้การดำเนินงานเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม สำเร็จตามเป้าประสงค์ของโรงเรียนได้ โดยมีวิธีการ เช่น

1. โรงเรียนพิจารณาความเหมาะสมของผู้ที่จะรับคัดเลือกเป็นแกนนำ เมื่อผ่านการอบรมตามหลักสูตรของโครงการฯ แล้ว ต้องมอบหมายงาน ให้โอกาสในการปฏิบัติงานตามที่ได้รับ การอบรมมา ร่วมวางแผน ร่วมปฏิบัติ ประเมินความก้าวหน้า และ ประเมินผลร่วมกัน และ ร่วมเป็นแบบอย่างที่ดีในการรักษาสุขภาพตนเอง
2. การคัดเลือกแกนนำควรพิจารณาจากผู้ที่มีสุขภาพดี มีภาวะผู้นำ มีทัศนคติที่ดีต่อการรักษาสุขภาพและการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีในโรงเรียน และเป็นที่ยอมรับของสมาชิกในโรงเรียน
3. เตรียมสร้างแกนนำรุ่นต่อไป เพื่อส่งต่อภารกิจกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมไปยังรุ่นต่อรุ่นอย่างต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ 3 การกำหนดคุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน

คุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน คือเป้าหมายที่ทุกคนร่วมกันกำหนดขึ้น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านสุขภาวะที่ดีตามที่ทุกคนต้องการ คุณธรรมอัตลักษณ์ที่ดีสามารถแก้ปัญหาด้านสุขภาวะในโรงเรียนได้จริง โรงเรียนจะรวบรวมปัญหาด้านสุขภาพของนักเรียนและบุคลากรของโรงเรียนไว้อยู่แล้ว ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะเป็นประเด็นเริ่มต้นในการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียน ข้อมูลด้านสุขภาพของนักเรียน ตั้งแต่เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง โรคประจำตัว พฤติกรรมการกินอาหาร ความสะอาด จนถึง ปัญหาการสวมหมวกกันน็อค การใช้ยาเสพติด การตั้งครุภักดิ์วัยเรียน เป็นต้น โรงเรียนต้องนำข้อมูลเหล่านี้มาระดมความคิด คัดเลือกปัญหาสำคัญที่ต้องการให้นักเรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปสู่สุขภาวะที่ดี คุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียนจะต้องได้มาจากการประชุมระดมความคิดของแต่ละกลุ่มบุคคล ได้แก่ กลุ่มนักเรียน กลุ่มครู และกลุ่มผู้บริหาร ทุกกลุ่มมุ่งแก้ไขประเด็นปัญหาที่แต่ละกลุ่มได้ค้นพบจากการระดมความคิด

กลุ่มนักเรียนต้องนำปัญหาด้านสุขภาพของนักเรียนมาระดมความคิด เพื่อคัดเลือกปัญหาสำคัญที่ต้องการปรับปรุงแก้ไข นำปัญหาที่คัดเลือกไว้มาพิจารณาหาสาเหตุ แล้วตัดสินใจเลือกสาเหตุที่แท้จริงมาพิจารณากำหนดวิธีแก้ไขเพื่อลด/เลิกสาเหตุนั้นๆ โดยกำหนดเป็นพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกด้านสุขภาวะ และ กำหนดคุณธรรมเป้าหมายเพื่อเป็นหลักยึดทางจิตใจ ที่ช่วยให้มุ่งมั่นในการประพฤติปฏิบัติพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกด้านสุขภาวะข้อนั้นๆ กลุ่มครู และ กลุ่มผู้บริหาร จะดำเนินการในทำนองเดียวกัน แล้วนำผลการระดมความคิดของทุกกลุ่มมาพิจารณาร่วมกัน เพื่อกำหนดเป็นคุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน



คุณธรรมอัตลักษณ์ประกอบด้วย **คุณธรรมเป้าหมาย และ พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกด้านสุขภาวะ** ของทั้ง 3 ฝ่าย (นักเรียน ครู ผู้บริหาร) นำมาเขียนรวมไว้ในตารางคุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน

(ตัวอย่าง) ตารางคุณธรรมอัตลักษณ์สร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน

คุณธรรม เป้าหมาย	พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก		
	ผู้บริหาร	ครู	นักเรียน
ความ รับผิดชอบ	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริม สนับสนุน ให้นักเรียนปลูกพืช ผักสวนครัว - รับประทานผักทุก มื้อ แปร่งพินอย่างน้อย น้อยวันละ 2 ครั้ง จัดรายการ อาหารกลางวัน ที่มีคุณภาพ 	<ul style="list-style-type: none"> - ส่งเสริม สนับสนุนให้ นักเรียนปลูก พืชผักสวนครัว - รับประทานผัก ทุกมื้อแปร่งพิน วันละอย่าง น้อย 2 ครั้ง 	<ul style="list-style-type: none"> - ปลูกพืชผัก สวนครัว - รับประทานผัก ทุกมื้อ แปร่ง พินอย่างน้อย วันละ 2 ครั้ง
ความ มีวินัย	<ul style="list-style-type: none"> ทำกิจกรรมทางกาย เพิ่มขึ้นเพื่อส่งเสริม สุขภาพ - ไม่สูบบุหรี่ - ไม่ดื่มสุรา 	<ul style="list-style-type: none"> ทำกิจกรรมทาง กายเพิ่มขึ้น เพื่อ ส่งเสริมสุขภาวะ - ไม่สูบบุหรี่ - ไม่ดื่มสุรา 	<ul style="list-style-type: none"> - ออกกำลังกาย เป็นประจำ - สม่่าเสมอ - ไม่รับประทาน ขนมกรุบกรอบ
ความ พอเพียง	<ul style="list-style-type: none"> - รับประทานผัก ผล ไม้ อาหารที่เป็น ประโยชน์และมี ปริมาณพอเหมาะ - ลดปริมาณอาหาร หวานมัน เค็ม 	<ul style="list-style-type: none"> - รับประทานผัก ผลไม้ อาหาร ที่เป็นประโยชน์ และมีปริมาณ พอเหมาะ - ลดปริมาณ อาหาร หวาน มัน เค็ม 	<ul style="list-style-type: none"> - รับประทาน อาหารใน ปริมาณพอ เหมาะ - ลดปริมาณ อาหารหวาน มัน เค็ม

หลักสำคัญของการกำหนดคุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียน คือ การแปลงคุณธรรมเป้าหมายให้เป็นจริยธรรมหรือพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก **กรณีโรงเรียนมีเป้าหมายมุ่งสร้างเสริมสุขภาวะให้เกิดขึ้นในโรงเรียน “พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก” จะเป็นพฤติกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะ** การระดมสมองเพื่อค้นหา “พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกด้านสุขภาวะ” จะพิจารณาจากปัญหาสำคัญด้านสุขภาวะของนักเรียน ครู บุคลากร ที่ต้องการแก้ไข หรือพิจารณาจากพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกที่ต้องการส่งเสริมให้เกิดขึ้นในโรงเรียน พฤติกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะ เช่น ปัญหาสำคัญด้านสุขภาวะของโรงเรียน ได้แก่ นักเรียนไม่รับประทานผัก พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก จะเป็น “รับประทานผักทุกมื้อ” คุณธรรมเป้าหมายที่ใช้เป็นหลักยึด เช่น ความมีวินัย เป็นต้น จำนวนพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกจะมีมากน้อยตามความเหมาะสมและสอดคล้องกับสาเหตุของปัญหาสุขภาวะของโรงเรียน ควรคำนึงถึงปริมาณมากน้อยของจำนวนพฤติกรรมที่นักเรียนปฏิบัติได้จริง คุณธรรมเป้าหมายที่มีการระบุพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกไว้ด้วย จะเรียกรวมว่า **“คุณธรรมอัตลักษณ์”** และตารางคุณธรรมอัตลักษณ์จะเป็นเป้าหมายในการปฏิบัติงานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียน

โรงเรียนอาจกำหนดคุณธรรมเป้าหมายไว้ 3 ประการ/รอบปี เพื่อความกระชับในการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมายได้จริง สามารถติดตามประเมินความก้าวหน้าของงานได้อย่างสะดวกรวดเร็ว ช่วยให้เห็นภาพการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนชัดเจน และ ประเมินผลสำเร็จได้ชัดเจนมากขึ้น เมื่อครบรอบปีและประเมินผลการปฏิบัติงานแล้ว ควรทบทวน “คุณธรรมอัตลักษณ์” ใหม่ให้เหมาะสม อาจคงคุณธรรมเป้าหมายไว้ตามเดิม แต่ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก หรือ



ปรับปรุงเปลี่ยนแปลง ทั้งคุณธรรมเป้าหมาย และพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก
ก็ได้

ในกรณีที่โรงเรียนเป็น “โรงเรียนคุณธรรม” ตามประกาศ
นโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ โรงเรียนย่อมมีคุณธรรมอัตลักษณ์ของ
โรงเรียนคุณธรรมอยู่แล้ว โรงเรียนสามารถนำคุณธรรมอัตลักษณ์ของ
โรงเรียนคุณธรรม มาใช้ได้ โดยเพิ่มเติมพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกด้านสุขภาวะ
เพิ่มขึ้น ทั้งนี้ ให้พิจารณาตามความเหมาะสมของโรงเรียน เนื่องจาก
เป็นการปฏิบัติงานด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมเดียวกัน โรงเรียนจึง
สามารถกำหนดพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกด้านโรงเรียนคุณธรรมและด้าน
ส่งเสริมสุขภาวะไปพร้อมกันได้

ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดวิธีการบรรลุคุณธรรมอัตลักษณ์ ของโรงเรียน

คุณธรรมอัตลักษณ์ที่โรงเรียนกำหนดไว้จะทำหน้าที่เป็นเป้าหมาย
ของการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน วิธีการที่ช่วยให้บรรลุเป้าหมาย
ได้แนะนำไว้ 4 วิธีการ ได้แก่ 1) การจัดทำโครงการคุณธรรม ซึ่งจะเป็น
โครงการคุณธรรมที่ช่วยให้เกิดสุขภาวะที่ดีในโรงเรียน 2) การเป็นแบบ
อย่างที่ดีซึ่งกันและกัน ร่วมกันประพฤติปฏิบัติพฤติกรรมที่ดี เพื่อสุขภาพที่
ดีของทุกคน 3) การจัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนที่เอื้อต่อการเสริมสร้าง
สุขภาวะที่ดีในโรงเรียน และ 4) การบูรณาการความรู้เรื่องคุณธรรม
เป้าหมายและสุขภาวะเข้าไว้ในการเรียนรู้ รวมทั้ง วิธีการอื่นๆ ที่โรงเรียน
ได้พิจารณาตามความเหมาะสมในการนำมาใช้เพิ่มเติมตามความต้องการ
ของโรงเรียนอีกด้วย โดยมีข้อแนะนำ ดังนี้

1. **การจัดทำโครงการคุณธรรม** ควรให้ความสำคัญกับการออกแบบโครงการคุณธรรมที่ต้องสอดคล้องกับคุณธรรมอัตลักษณ์ของโรงเรียนที่กำหนดไว้ จึงสามารถแก้ปัญหาสถานะของนักเรียนและเสริมสร้างสุขภาวะตรงตามเป้าหมายที่ต้องการได้ วิธีการแก้ไขต้องสอดคล้องกับสาเหตุที่เกิดขึ้น เช่น นักเรียนคันศรัษะ ต้องหาสาเหตุที่แท้จริงเกิดจากนักเรียนมีเหงา หรือ นักเรียนสกปรกไม่ชอบสระผม โครงการคุณธรรมต้องแสดงวิธีการแก้ไขปัญหาตามสาเหตุที่เกิดขึ้นจริง เช่น การใช้ยาแก้คันเหงา หรือ กำหนดเวลาการสระผม รวมทั้งให้มีกิจกรรมสร้างความตระหนักในการรักษาความสะอาด การติดตามตรวจผลการปฏิบัติงาน เป็นต้น

ประเด็นสำคัญมากในการจัดทำโครงการคุณธรรม คือ ต้องเป็นโครงการที่นักเรียนคิด นักเรียนเลือก นักเรียนทำ โดยมีครูเป็นที่ปรึกษา เปิดโอกาสให้เด็กคิดวิเคราะห์ ค้นหาวิธีการแก้ปัญหา ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ตามความสามารถ ความสนใจ ความถนัด ยึดหลักการมีส่วนร่วม และไม่ก่อให้เกิดผลกระทบทางลบต่อคุณภาพชีวิต วิธีการนี้จะส่งผลให้นักเรียนเกิดความรู้สึกความเป็นเจ้าของ จึงให้ความใส่ใจอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ จนเกิดเป็นวิถีปฏิบัติที่ดี ส่งผลให้นักเรียนมีสุขภาพดีตามที่โรงเรียนต้องการ

2. **การเป็นแบบอย่างที่ดีซึ่งกันและกัน** นักเรียน ครู ผู้บริหาร ต้องร่วมกันประพฤติปฏิบัติพฤติกรรมที่ดี เป็นแบบอย่างที่ดีซึ่งกันและกัน กลไกสำคัญในการสร้างแบบอย่างที่ดี คือ การสร้างแรงจูงใจและแรงกระตุ้นในการเสริมสร้างสุขภาวะใน



- โรงเรียนอย่างต่อเนื่อง ร่วมกันรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
เคารพให้เกียรติซึ่งกันและกัน ปฏิบัติอย่างเต็มใจ สนุกกับ
กิจกรรม และมีมิตรภาพที่ดีต่อกัน เพื่อสุขภาพที่ดีของทุกคน
3. **การจัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนที่เอื้อต่อการเสริม
สร้างสุขภาพที่ดีในโรงเรียน** จัดสภาพแวดล้อมทาง
กายภาพภายในโรงเรียนให้มีบรรยากาศร่มรื่น สะอาด
ปลอดภัย สวยงาม สบายตา มีป้ายแสดง “คุณธรรมอัต
ลักษณ์ของโรงเรียนด้านสุขภาพ” อย่างชัดเจน ควรจัด
กิจกรรมให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเสนอความคิดเห็นและ
ร่วมพัฒนาสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน

การจัดสภาพแวดล้อมทางสัมพันธภาพเป็นส่วนสำคัญ
ในการสร้างสุขภาพทางจิตใจของทุกคนในโรงเรียนด้วย โดย
จัดกิจกรรมสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและนักเรียน ครูรัก
และเมตตาลูกศิษย์ นักเรียนรักและเคารพครู เพื่อนๆ รัก
และให้เกียรติกันสามัคคีกัน รุ่นพี่-รุ่นน้องมีสัมมาคารวะกัน
ผู้บริหารใช้หลักธรรมาภิบาล บุคลากรมีสัมพันธภาพที่ดี
ต่อกัน เพื่อให้ทุกคนในโรงเรียนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
ตลอดจนส่งต่อไปถึงผู้ปกครองและชุมชนตามโอกาสที่
เหมาะสม

4. **การบูรณาการความรู้เรื่องคุณธรรมเป้าหมายและ
สุขภาพเข้าไว้ในการเรียนรู้** การฝึกอุปนิสัยที่ดี ฝึก
พฤติกรรมที่ดี จำเป็นต้องใช้เวลา โรงเรียนจึงควรจัดกิจกรรม
ให้นักเรียนฝึกตลอดเวลาจนติดเป็นนิสัย โดยสร้างความ
ตระหนักให้ครูผู้สอนให้ครูเห็นความสำคัญของการรักษา

สุขภาพ และบูรณาการเข้าไว้ในวิชาที่สอน ทั้งคุณธรรม เป้าหมายและสุขภาพะ(พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก) โดยกำหนด ไว้ในแผนจัดการเรียนรู้ คุณลักษณะที่พึงประสงค์ และ แผนรายหน่วย เป็นต้น นอกจากนี้ อาจบูรณาการเข้าไว้ใน โครงการงาน/กิจกรรมต่างๆ เพราะ ทุกกิจกรรมของโรงเรียน จำเป็นต้องคำนึงถึงสุขภาพและความปลอดภัยอยู่เสมอ

ขั้นตอนที่ 5 ลงมือปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายการเปลี่ยนแปลง (ตามคุณธรรมอัตลักษณ์ของ โรงเรียน)

การลงมือปฏิบัติเป็นขั้นตอนที่สำคัญที่สุด หลังจากที่ได้คุณธรรม อัตลักษณ์ของโรงเรียนและกำหนดแนวทางการพัฒนาแล้ว โรงเรียนต้อง เร่งลงมือปฏิบัติทันที และต้องกระตุ้นสร้างการมีส่วนร่วมจากทุกฝ่าย เพื่อ ให้เกิดการปฏิบัติทั้งโรงเรียน โดยอาจนำ “หลักการทรงงาน” ของ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร มาใช้ เช่น “ทำอย่างมีความสุข” “ทำตามลำดับขั้นตอน” เพื่อเป็นหลักคิดในการลงมือปฏิบัติ

ประกาศเจตนารมณ์ในการเสริมสร้างสุขภาพะในโรงเรียนร่วมกัน โดยยึดคุณธรรมอัตลักษณ์เป็นเป้าหมายในการลงมือปฏิบัติ วางแผน ปฏิบัติ กำกับติดตามการปฏิบัติและประเมินผลสำเร็จร่วมกัน



ขั้นตอนที่ 6 สร้างกลไกการขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาพ ในโรงเรียน

กระบวนการพัฒนาคุณธรรมได้แนะนำกลไกที่ช่วยสนับสนุนให้โรงเรียนประสบความสำเร็จในการเสริมสร้างสุขภาพในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม มีดังนี้

- 1. กำหนดเป็นนโยบายชัดเจนที่จะสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน** ประกาศให้ทุกคนทราบนโยบายและแนวปฏิบัติในการเสริมสร้างสุขภาพในโรงเรียน จัดทำแผนปฏิบัติของโรงเรียน แต่งตั้งคณะทำงาน มอบหมายงานให้ครูแกนนำ จัดแบ่งภาระงานรับผิดชอบให้ทั่วถึง เป็นต้น
- 2. สร้างการมีส่วนร่วม** ผู้บริหารโรงเรียนต้องคำนึงถึงผู้มีส่วนได้เสียทุกกลุ่ม ควรให้ทุกกลุ่มมีโอกาสมาร่วมงาน ร่วมให้ข้อมูล ให้คำแนะนำ ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหา ร่วมชื่นชมความสำเร็จ รวมทั้ง การสร้างเครือข่ายการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน การมีส่วนร่วมของครอบครัว และ ชุมชน
- 3. ส่งเสริมสนับสนุนและเสริมแรง** ผู้บริหารเยี่ยมชมให้กำลังใจผู้ปฏิบัติงาน จัดสรรงบประมาณสนับสนุนตามความจำเป็น ชมเชย ให้เกียรติ การเสริมแรงเชิงบวกช่วยให้การขับเคลื่อนงานเป็นไปอย่างอบอุ่น เป็นกันเอง เกิดสุขภาพจิตดี และเพิ่มแรงบันดาลใจในการปฏิบัติงานได้
- 4. นิเทศติดตามภายในโรงเรียน** แต่งตั้งคณะทำงานนิเทศติดตามภายในโรงเรียน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้คำปรึกษา คำแนะนำ และกระตุ้นให้เกิดการมีส่วนร่วมทั้งโรงเรียน ติดตามประเมินผลความก้าวหน้า และประเมินผลความสำเร็จ

อนึ่ง การดำเนินงานของโครงการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมที่ได้รับงบประมาณจาก สสส. จะมีเทศบาลมาเยี่ยมชมงานของโรงเรียน ให้ความรู้ความเข้าใจในกระบวนการที่ปฏิบัติ รับฟังปัญหาอุปสรรค แนะนำแนวทางแก้ไข ให้คำปรึกษา คำแนะนำ เพื่อให้โรงเรียนประสบความสำเร็จในการเสริมสร้างสุขภาวะ อีกด้วย

5. **แลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน** จัดให้มีการประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภายในโรงเรียน และ/หรือส่งผู้แทนโรงเรียนเข้าร่วมการประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่มีการจัดขึ้นภายนอก นำเสนอโครงการคุณธรรมที่เด่น กระบวนการขั้นตอนที่ประสบความสำเร็จเพื่อเป็นองค์ความรู้ในการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดี และตัวอย่างที่ดีของโรงเรียน
6. **ประเมินผล** โรงเรียนมีคุณธรรมอัตลักษณ์เป็นเป้าหมายของการปฏิบัติงาน มีโครงการคุณธรรม และกิจกรรมต่างๆ เพื่อฝึกอุปนิสัยที่ดีของนักเรียนแล้ว จำเป็นต้องประเมินผลการปฏิบัติงาน ประเมินความก้าวหน้าในการปฏิบัติงาน หรือประเมินผลเมื่อสิ้นสุดกิจกรรมเป็นไปตามความพร้อมของโรงเรียน แต่จำเป็นต้องประเมินผลสำเร็จ เพื่อนำมาผลที่ได้มาปรับปรุงงานต่อไป โดยใช้ตัวชี้วัดของกระบวนการพัฒนาคุณธรรมประกอบการประเมินผลได้
7. **ถอดบทเรียนความสำเร็จ ปัญหาและอุปสรรค** โรงเรียนควรทบทวนประสบการณ์การเรียนรู้การเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนที่ได้ดำเนินการมาอย่างต่อเนื่อง โดยทบทวนสิ่ง



ที่ได้ปฏิบัติ ผลสำเร็จที่ได้ ปัญหาอุปสรรคในการปฏิบัติงาน บัณฑิตที่ทำให้สำเร็จ เป็นต้น เพื่อนำบทเรียนที่ถอดมาใช้ ในการตัดสินใจดำเนินการต่อไป รวมทั้งนำไปเผยแพร่เป็น องค์ความรู้ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีในโรงเรียนได้

8. **ประชาสัมพันธ์เผยแพร่ผลงานโรงเรียน** การขยายผลการ เสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนจะเป็นประโยชน์แก่โรงเรียนใกล้เคียง ช่วยให้รู้แนวปฏิบัติงานเสริมสร้างสุขภาวะ เป็น คุณูปการแก่นักเรียนและเยาวชนในโรงเรียนทั่วประเทศ การ ประชาสัมพันธ์ให้ครอบครัวและชุมชนทราบ จะช่วยพัฒนา สุขภาพของประชาชนในประเทศให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น

3. ตัวชี้วัดของกระบวนการพัฒนาคุณธรรม เพื่อการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน

ในการประเมินผลการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วย กระบวนการพัฒนาคุณธรรม จะใช้ตัวชี้วัดของกระบวนการพัฒนาคุณธรรม จำนวน 7 ตัวชี้วัด ดังนี้

ตัวชี้วัด	หลักฐาน/ร่องรอย/ลักษณะที่พบ
1. ใช้กระบวนการพัฒนาคุณธรรมในการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน	<ul style="list-style-type: none"> - ครู นักเรียน ผู้บริหารและบุคลากรทราบแผนการเสริมสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม - มีภาพความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครู นักเรียน ผู้บริหาร กรรมการสถานศึกษา และ ผู้ปกครอง - ครูและนักเรียนมีสุขภาพดี มีความสุข ยิ้มแย้ม แจ่มใส ทักทายได้ต่อกันอย่างมีสัมมาคารวะ - สภาพแวดล้อมของโรงเรียนสะอาด ปลอดภัย ร่มรื่น น่าเรียน
2. ใช้โครงการคุณธรรม/กิจกรรมเป็นเครื่องมือในการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน	<ul style="list-style-type: none"> - ครู นักเรียน ผู้บริหาร แบ่งงานรับผิดชอบการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม - มีโครงการคุณธรรม/กิจกรรมคุณธรรมที่แต่ละคนมีส่วนร่วมลงมือปฏิบัติเพื่อสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน
3. พฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น	<ul style="list-style-type: none"> - ครู นักเรียน ผู้บริหาร มีวินัยในการรักษาสุขภาพที่ดี - ครู นักเรียน ผู้บริหาร มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ตามที่กำหนดไว้ในคุณธรรมอัตลักษณ์ด้านการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน
4. พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลง	<ul style="list-style-type: none"> - ครู นักเรียน ผู้บริหาร ลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลง
5. เกิดกระบวนการมีส่วนร่วม	<ul style="list-style-type: none"> - บรรยากาศในโรงเรียนทุกภาคส่วนร่วมมือกัน ครู นักเรียน ผู้บริหาร ร่วมกันปฏิบัติงาน เพื่อบรรลุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ตามที่กำหนดไว้ในคุณธรรมอัตลักษณ์ด้านการสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน



ตัวชี้วัด	หลักฐาน/ร่องรอย/ลักษณะที่พบ
6. มีองค์ความรู้ และมีการบูรณาการความรู้ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะไว้ในชั้นเรียน	- มีองค์ความรู้/นวัตกรรมด้านการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนที่เผยแพร่ได้ และ/หรือ มีแผนการเรียนรู้ด้านการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนไว้ในชั้นเรียน
7. เป็นแหล่งเรียนรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม	- โรงเรียนมีความพร้อมในการเป็นแหล่งเรียนรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม

4. การนิเทศติดตามการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน

การนิเทศติดตามโรงเรียนคุณธรรม เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง ที่ช่วยให้เกิดความสำเร็จในการ พัฒนาโรงเรียนคุณธรรม ดังนั้น การสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม จึงใช้วิธีการนิเทศติดตามให้คำปรึกษาแก่โรงเรียนในการปฏิบัติงานเช่นเดียวกัน มีหลักการและแนวทางดำเนินงาน ดังนี้

4.1 หลักการนิเทศติดตามการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน

- 1) เยี่ยมชม กระตุ้นส่งเสริม เสริมแรงให้กำลังใจโรงเรียน ให้สามารถดำเนินการได้ตามเป้าหมายผลผลิตที่ต้องการ
- 2) ติดตาม ให้คำแนะนำ คำปรึกษาอย่างกัลยาณมิตร
- 3) ให้คำปรึกษาหารือด้านวิชาการตามที่โรงเรียนต้องการ

4.2 บทบาทของนิเทศอาสา

- 1) สร้างความตระหนักและกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วย กระบวนการพัฒนาคุณธรรม เพื่อมุ่งให้เกิดสุขภาวะที่ดีในโรงเรียน
- 2) กระตุ้นให้เกิดแรงบันดาลใจ และทัศนคติเชิงบวก (success attitude) ต่อการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม
- 3) ให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติงานตามกระบวนการของการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม และตัวชี้วัดที่นำมาใช้
- 4) สร้างขวัญกำลังใจในการพัฒนาไปสู่โรงเรียนที่มีการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วย กระบวนการพัฒนาคุณธรรม
- 5) สนับสนุนโรงเรียนให้สามารถเริ่มต้นกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม ภายใต้บรรยากาศของความร่วมมือทั่วทั้งโรงเรียน โดยผู้บริหาร ครู และนักเรียนร่วมกันกำหนดเป้าหมายที่ต้องการไปให้ถึง ซึ่งได้แก่ พฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก และคุณธรรมเป้าหมาย (คุณธรรมอัตลักษณ์)
- 6) ให้คำปรึกษา คำแนะนำในประเด็นต่างๆ อาทิ
 - แนวทางการขับเคลื่อนไปสู่โรงเรียนที่มีการสร้างเสริมสุขภาวะด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม



- การกำหนดแผนงานและแผนปฏิบัติการของโรงเรียนที่ส่งเสริมการสร้างโรงเรียนที่มีการเสริมสร้างสุขภาวะด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมอย่างเหมาะสม
- การสร้างเครื่องมือและกลไกในการพัฒนาโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม
- การสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการพัฒนาโรงเรียน
- การสร้างการมีส่วนร่วม และการสร้างเครือข่ายความร่วมมือ
- การนิเทศภายใน
- การแก้ไขปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาโรงเรียนในการเสริมสร้างสุขภาวะด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม
- การประเมินผลระหว่างดำเนินการ และประเมินผลเมื่อครบรอบปี รวมทั้งการนำผลการประเมินไปใช้ประโยชน์
- การถอดบทเรียน
- การรายงานผลการดำเนินงาน
- การเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์
- การรายงานความก้าวหน้า
- การยกระดับความสำเร็จ และการขยายผลออกไปในวงกว้าง
- การพัฒนาศักยภาพของโรงเรียนให้สามารถเป็นแหล่งเรียนรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม

4.3 เป้าหมายการนิเทศติดตามโรงเรียน

- 1) เพื่อขับเคลื่อนการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมทั้งโรงเรียน ให้บรรลุผลสำเร็จ
- 2) ครูได้รับคำแนะนำในการออกแบบและจัดการเรียนรู้เชิงบูรณาการความรู้ด้านสุขภาวะ และเป็นต้นแบบที่ดีของนักเรียน
- 3) นักเรียนแสดงออกถึงพฤติกรรมพึงประสงค์ด้านสุขภาวะที่ชัดเจนเป็นรูปธรรมสม่ำเสมอ
- 4) ผู้บริหารและครูเป็นผู้นำในการเปลี่ยนแปลง และเป็นแบบอย่างที่ดีด้านการรักษาสุขภาพ และการสร้างสุขภาวะในโรงเรียน
- 5) พฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านสุขภาวะของนักเรียนเป็นไปตามคุณธรรมอัตลักษณ์ในภาพรวมเพิ่มขึ้น
- 6) เกิดกระบวนการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรมจากทุกภาคส่วน
- 7) มีองค์ความรู้/นวัตกรรมที่ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม





ผลสำเร็จของโครงการ สร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม

สสส.ได้เริ่มดำเนินการโครงการสร้างเสริมสุขภาวะ
ในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม ในพื้นที่จังหวัด
พะเยา ในช่วงกันยายน 2559-พฤษภาคม 2561 โดย
ดำเนินการร่วมกับสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา
พะเยา เขต 1 เขต 2 และต่อมาในช่วง เมษายน 2560 -
พฤศจิกายน 2561 ได้ดำเนินการร่วมกับองค์การบริหาร
ส่วนจังหวัดสุรินทร์ ในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ ซึ่งมีโรงเรียนและ
สถานศึกษาเข้าร่วมโครงการรวมประมาณ 400 แห่ง จาก
รายงานการติดตามการดำเนินงานของโครงการสร้างเสริม
สุขภาวะในโรงเรียนฯ พบว่า

1. โรงเรียนส่วนใหญ่สามารถพัฒนางานสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนอย่างได้ผลดีมาก มีการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนที่ถูกต้องตามกระบวนการพัฒนาคุณธรรม และได้ผลสำเร็จดีมาก มีโรงเรียนส่วนน้อยที่เข้าใจกระบวนการบางเรื่องยังไม่ชัดเจน แต่สามารถพัฒนางานสร้างเสริมสุขภาวะได้ผลบ้างแล้ว

กลุ่มโรงเรียนที่พบว่า มีผลการดำเนินงานดี จะมีคุณธรรมอัตลักษณ์ตามแนวทางสร้างเสริมสุขภาวะ และมีโครงการคุณธรรมเพื่อแก้ปัญหาสุขภาวะของนักเรียน ที่มีความสอดคล้องกับคุณธรรมอัตลักษณ์ที่โรงเรียนกำหนด โดยเป็นการดำเนินงานร่วมกันของผู้บริหาร คณะครู และนักเรียน ซึ่งพบว่านักเรียนแกนนำของโรงเรียนบางแห่งสามารถอธิบายขั้นตอนการปฏิบัติงานได้อย่างดี ครูแกนนำที่มีความสนใจ ได้บูรณาการโครงการคุณธรรมเข้ากับการเรียนการสอนตามหลักสูตรได้บ้าง นอกจากนี้การบริหารงานโครงการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนฯ มีการจัดการได้ผลดี แทบทุกโรงเรียนยอมรับว่ามีความพึงพอใจกับการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน ด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม นักเรียนและครูได้รับประโยชน์อย่างมาก ทั้งต่อตนเองและครอบครัว จึงมีความประสงค์จะขอจัดทำโครงการอย่างต่อเนื่องอีก เพื่อให้โรงเรียนมีระบบที่รักษาในการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน อีกระยะหนึ่ง

2. นักเรียนและครูตระหนักในคุณค่าของการดูแลรักษาสุขภาพ การออกกำลังกาย การรับประทานผัก และอาหารที่เป็นประโยชน์ สามารถมองเห็นการเปลี่ยนแปลงได้ชัดเจน นักเรียนเองมีความเข้าใจจริงในการมีสุขภาพที่ดี เห็นคุณค่าของการเปลี่ยนแปลงตนเอง เช่น มีน้ำหนักรลดลง ชอบออกกำลังกาย รับประทานผักและผลไม้เพิ่มขึ้น



3. นักเรียนตั้งใจปฏิบัติตนเองด้านการดูแลรักษาสุขภาพ การรักษาความสะอาด การออกกำลังกาย การรับประทานผัก เพราะนักเรียนเป็นผู้เสนอโครงการคุณธรรมเองภายใต้การดูแลของครู จึงยินดีปฏิบัติตามและชักชวนเพื่อนให้ทำตาม จึงได้ผลอย่างรวดเร็ว และสนุกสนานที่ได้ทำกิจกรรมที่ต้องการ แม้แต่เด็กประถมศึกษาดอนต้น ก็พอใจตนเองที่สามารถแปร่งฟันได้ทุกวันหลังอาหาร รู้สึกภูมิใจที่ตัวเองเป็นคนมีวินัยในตนเอง

4. นักเรียนแกนนำสนใจทำโครงการคุณธรรมอย่างมาก เพราะครูให้โอกาสเป็นคนคิดออกแบบโครงการคุณธรรม เป็นคนปฏิบัติเอง ประเมินเอง มีความภูมิใจในโครงการคุณธรรม เป็นผลงานของตนเองและเพื่อนๆ นักเรียนร่วมมือช่วยเหลือ แบ่งงานกัน ทำให้เกิดความรักโรงเรียนและภูมิใจในโรงเรียนของตนเอง

5. ปัญหาสำคัญของโรงเรียนที่กำหนดการแก้ไขเป็นพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวกด้านสุขภาวะในตารางคุณธรรมอัตลักษณ์ ได้รับผลสำเร็จอย่างดีมาก กลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมที่ดีมากขึ้น ปรับปรุงตนเองได้ดี โรงเรียนเริ่มมีแนวทางช่วยเหลือนักเรียนได้ชัดเจนขึ้น ประการสำคัญคือ นักเรียนตระหนักในความสำคัญของการรักษาสุขภาพเป็นอย่างมาก ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เห็นชัดเจนในระยะเวลาสั้นๆ

6. ครูได้ปรับปรุงตนเองให้มีสุขภาพดีขึ้น ได้ร่วมกิจกรรมกับนักเรียน เป็นตัวอย่างที่ดีของนักเรียน เช่น สามารถลดน้ำหนักเป็นตัวอย่างให้นักเรียน ร่วมออกกำลังกายกับนักเรียน

7. ครูมีการรวมกลุ่มเพื่อหารือประเด็นวิชาการเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาวะร่วมกันอย่างเป็นระบบ (PLC) แต่ยังมีจำนวนประเด็นน้อยเรื่อง

8. ครูแกนนำที่ได้รับการฝึกอบรมสามารถดำเนินงานอย่าง
เข้าใจดี และประสานงานกับนิเทศอาสาอย่างดีมาก ให้ความร่วมมือใน
การนำเสนอปัญหา ยินดีรับฟังคำแนะนำ และนำไปปฏิบัติตาม

9. เวทีการจัดประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับโครงการคุณธรรม
ด้านสุขภาวะ ได้รับความสนใจเป็นอย่างดี ทุกคนรับว่าเป็นประโยชน์ และ
เกิดเครือข่ายโรงเรียนสุขภาวะขึ้นหลายกลุ่ม

10. โรงเรียนมีความภาคภูมิใจ ที่สามารถดำเนินงานเสริมสร้าง
สุขภาวะในโรงเรียนได้ผลดี อัตราการบริโภคผักของนักเรียนเพิ่มขึ้น เพิ่ม
กิจกรรมออกกำลังกายมากขึ้น เห็นแนวทางลดปัญหาน้ำหนักเกินของ
นักเรียนและครู บรรยากาศในโรงเรียนมีความสามัคคีกัน มีสัมพันธภาพ
ที่ดีมากขึ้น

11. โรงเรียนส่วนมากที่ดำเนินการสร้างเสริมสุขภาวะตาม
กระบวนการพัฒนาคุณธรรม ส่วนมากทำอย่างครบขั้นตอนและได้ผลดี
มีน้อยแห่งมากที่ยังทำได้พอใช้ สาเหตุส่วนใหญ่มาจาก ครูแกนนำเปลี่ยน
หรือย้ายโรงเรียน ครูที่ได้รับการฝึกอบรมไม่ได้เป็นแกนนำ ผู้บริหารยังไม่
เข้าใจกระบวนการอย่างแท้จริง เป็นต้น

12. สภาพแวดล้อมของโรงเรียนได้รับการปรับปรุงให้เหมาะสมให้
นักเรียนทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะ เช่น มีสถานที่แปร่งพื้นที่สะอาด
มีสนามเด็กเล่น มีสนามกีฬา มีห้องออกกำลังกาย มีโรงอาหารที่สะอาด
มีบรรยากาศที่ดีขึ้น งดการจำหน่ายขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลม หรือ น้ำหวาน
ในโรงเรียน

13. หน่วยงานด้านสาธารณสุขของตำบล อำเภอ ที่มาร่วมดูแล
สุขภาพของนักเรียนกับโรงเรียน มีกำลังใจที่จะทำงานกับโรงเรียนต่อ
เพราะเห็นผลความก้าวหน้าทางด้านสุขอนามัยไปในทิศทางที่ดีขึ้น



14. ผู้บริหารโรงเรียนส่วนใหญ่ให้ความสนใจ และยินดีดำเนินงานพัฒนาเป็นโรงเรียนสร้างเสริมสุขภาวะด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม เพราะเห็นประโยชน์ที่เกิดขึ้นจริงกับนักเรียนและครู ผู้บริหารโรงเรียนที่สมัครใจเข้าโครงการฯ จะดำเนินงานอย่างได้ผลดี จะคอยติดตามงาน ให้กำลังใจ ช่วยแก้ไขปัญหา จึงทำให้งานประสบความสำเร็จ

15. ความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน ครู ผู้บริหาร มีความสัมพันธ์ที่ดีขึ้น มีความใกล้ชิดกันมากขึ้น เพราะมีกิจกรรมทำร่วมกันทั้งครูและนักเรียน ในโครงการคุณธรรม

16. กลุ่มผู้ปกครอง ชุมชน และ หน่วยงานสาธารณสุข เข้ามาให้ความช่วยเหลือ ทั้งด้านการฝึกอบรมให้ความรู้เฉพาะเรื่อง การฝึกปฏิบัติของนักเรียน การให้ทุนสนับสนุน และ ลงแรงช่วยซ่อมแซมสถานที่ต่างๆ บรรยากาศภายในโรงเรียนมีความเอื้อเฟื้อกัน มีกลุ่มผู้ปกครอง ครอบครัวยุติธรรม และ ชุมชน เข้ามาร่วมงานและให้ความช่วยเหลือเพิ่มขึ้น

17. การบริหารจัดการโครงการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน ซึ่งดำเนินการโดยคณะกรรมการบริหารโครงการประสบผลสำเร็จอย่างมาก คณะกรรมการบริหารให้ความสำคัญกับการดำเนินงานพัฒนาโรงเรียนเสริมสร้างสุขภาวะฯ เป็นอย่างมาก เป็นการรวมตัวกันของกลุ่มผู้บริหารโรงเรียนและผู้ทรงคุณวุฒิในพื้นที่ ริเริ่มและดำเนินงานโรงเรียนสร้างเสริมสุขภาวะอย่างมุ่งมั่นจนประสบความสำเร็จ ประการสำคัญ มีนิเทศอาสา ซึ่งมีความรอบรู้เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาคุณธรรมอย่างมาก ได้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษา ให้การสนับสนุนการปฏิบัติงานของคณะกรรมการบริหารโครงการอย่างสม่ำเสมอ จึงทำให้งานพัฒนาไปอย่างมีประสิทธิภาพ

18. นิเทศอาสาซึ่งผ่านการฝึกอบรมจากโครงการฯ มีความตั้งใจทำงานจริงจัง ลงพื้นที่นิเทศโรงเรียน และนำประเด็นมาหารือ เพื่อ

ปรับปรุงงานอย่างสม่ำเสมอ นิเทศอาสา มีส่วนสำคัญในการให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ เสริมแรงให้กำลังใจ และติดตามดูแลให้โรงเรียนในความรับผิดชอบสามารถดำเนินการอย่างถูกต้อง สอดคล้องตามกระบวนการ และครบถ้วนตามเป้าหมาย

19. ปัญหาอุปสรรคที่พบในโครงการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน ที่พบค่อนข้างมาก เช่น

19.1 ในช่วงต้นๆ ของโครงการฯ โรงเรียนหลายแห่งมีความเข้าใจสับสนเรื่องโรงเรียนคุณธรรมกับกระบวนการพัฒนาคุณธรรมที่ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน จึงไม่นำปัญหาด้านสุขภาวะของโรงเรียนมาใช้ในการกำหนดพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก และไม่นำปัญหาด้านสุขภาวะของโรงเรียนมาเป็นประเด็นในการคิดออกแบบโครงการคุณธรรม แต่นิเทศอาสาได้ให้คำแนะนำ และปรับปรุงแก้ไขได้ในช่วงปลายภาคการศึกษาแรก

19.2 ในช่วงต้นของโครงการฯ ครูแกนนำยังไม่สามารถอธิบายความสัมพันธ์ของคุณธรรมกับสุขภาวะให้นักเรียนเข้าใจได้ ยังมีนักเรียนที่ไม่เข้าใจกระบวนการพัฒนาคุณธรรมชัดเจน แต่สามารถทำกิจกรรมด้านการเสริมสร้างสุขภาวะได้อย่างดี

19.3 ครูส่วนมากยังขาดทักษะในการออกแบบกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาวะที่ดี



- 19.4 โรงเรียนบางแห่ง ยังไม่สามารถกระจายงานให้ทั่วถึง ทั้งโรงเรียน และมีโรงเรียนน้อยแห่งมากที่สามารถ บูรณาการงานเสริมสร้างสุขภาวะไว้ในชั้นเรียน
- 19.5 โรงเรียนขนาดเล็กมักจะมีอุปกรณ์กีฬา อุปกรณ์ออกกำลังกายไม่เพียงพอเหมาะสมกับจำนวนนักเรียน
- 19.6 วิธีการส่งเสริมให้ผู้ปกครอง ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมกับการเสริมสร้างสุขภาวะในโรงเรียนยังมีน้อย และไม่หลากหลาย การสร้างความมีส่วนร่วมกับผู้ชุมชนยังไม่กว้างขวาง
- 19.7 ผู้บริหารโรงเรียนบางแห่ง มอบงานให้ผู้ได้บังคับบัญชา กำกับดูแลงานสร้างเสริมสุขภาวะแทน จึงไม่มีการนิเทศติดตามภายใน และ ไม่มีส่วนร่วมในการดำเนินงานของโรงเรียนเพียงพอ

จากผลสำเร็จของโครงการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียน ระยะที่ 1 (พ.ศ. 2559-2561) ในพื้นที่จังหวัดพะเยาและจังหวัดสุรินทร์ จะเป็นแรงบันดาลใจให้โรงเรียนที่สนใจ เสาะหาเครื่องมือในการพัฒนาสุขภาพของนักเรียน และสร้างสุขภาวะที่ดีในโรงเรียน จะสนใจนำ “กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม” นี้ไปใช้กระตุ้นความสนใจในการรักษาสุขภาพที่ดีของนักเรียน ครู และบุคลากรในโรงเรียน รวมทั้ง สร้างการมีส่วนร่วมให้ผู้ปกครอง ครอบครัว และชุมชนได้อีกด้วย

คณะกรรมการติดตามโครงการสร้างเสริมสุขภาพ
ในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม
ในพื้นที่จังหวัดพะเยา และจังหวัดสุรินทร์ ระยะที่ 1 ปี พ.ศ. 2559-2561

1. รองศาสตราจารย์ปภัสวดี วีรภิตติ หัวหน้าโครงการ
2. นายนพพร สุวรรณรุจิ รองหัวหน้าโครงการ
3. นางฉลวยลักษณ์ สิ้นประเสริฐ นักวิชาการ
4. นางสาวสยวไลย ไชคมาเสริมกุล นักวิชาการ

คณะกรรมการติดตามโครงการสร้างเสริมสุขภาพ
ในโรงเรียนด้วยกระบวนการพัฒนาคุณธรรม
ในพื้นที่จังหวัดพะเยา และจังหวัดสุรินทร์ ระยะที่ 2 ปี พ.ศ. 2562 -2563

1. รองศาสตราจารย์ปภัสวดี วีรภิตติ หัวหน้าโครงการ
2. นายนพพร สุวรรณรุจิ รองหัวหน้าโครงการ
3. นางฉลวยลักษณ์ สิ้นประเสริฐ นักวิชาการ
4. นายชำนาญ ม่วงศรีศักดิ์ นักวิชาการ

