

“เยาวชนกลุ่มเสี่ยง”

การติดยาเสพติดถือเป็นโรคภัยร้ายแรงอย่างหนึ่ง
ที่เป็นโรคเรื้อรัง รักษาให้หายขาดได้ยาก
มักจะติดซ้ำแล้วซ้ำอีก ส่งผลกระทบกระเทือนต่อร่างกาย ต่อวิถีชีวิต
ต่อครอบครัว ต่อสังคม ฯลฯ อีกมากมาย
ทั้งนี้กลุ่มคนที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติดที่สุด ได้แก่

เด็กและเยาวชน



สำนักงานพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด
สำนักงาน ป.ป.ส. เขตที่ 5 ถนนดินแดง แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร 10400 โทรศัพท์ 0-2247-0901-19 โทรสาร 0-2245-9083
ปีที่พิมพ์ พ.ศ. 2554 หมายเลขเอกสารเผยแพร่ 1-15-2554

2.

เด็กและเยาวชน เป้าหมาย ของกระบวนการ ยาเสพติด

เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่มีลักษณะเอื้อต่อการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด
ทั้งปัจจัยจากตนเอง คือ เป็นวัยที่ต้องการเรียนรู้ อยากลอง เป็นวัยที่ต้องการ
เรียกร้องความสนใจ ต้องการค้นหา - สร้างตัวตนสร้างการยอมรับ มีแรงผลักดัน
ทางอารมณ์สูง ทำให้เกิดภาวะทางอารมณ์ เช่น น้อยใจ เศร้าใจ คับข้องใจ ฯลฯ
ได้ง่าย ขณะเดียวกัน ก็กล้าเสี่ยง กล้าทำสิ่งท้าทาย นอกจากนี้ บรรดานักค้า
ยาเสพติดต่างมองว่า เยาวชนส่วนใหญ่มีเงินซึ่งพ่อแม่และผู้ปกครองให้มาอยู่ใน
กระเป๋าเสมอ จึงมีความมั่นใจว่าการค้ายาเสพติดให้กับเยาวชนนั้นจะทำให้มี
ลูกค้าอยู่เสมอ จากสถิติด้านยาเสพติดพบว่า เด็กและเยาวชนที่เข้าไป
เกี่ยวข้องกับยาเสพติดเริ่มมีอายุน้อยลง ดังนั้น จึงจำเป็นต้องหาวิธีที่จะต้องเรียนรู้
วิธีป้องกันยาเสพติดในเด็กและเยาวชน เพื่อจะได้สามารถร่วมมือกันปกป้อง
พวกเขาจากปัญหานี้

ใคร คือ กลุ่มเสี่ยง

หากเราจะนิยามคำว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะหมายถึง
เด็กและเยาวชนที่มีลักษณะพฤติกรรม ทักษะดี ค่านิยม
โอกาสและเงื่อนไขปัจจัยในการใช้ชีวิตที่มีโอกาส หรือแนวโน้ม
ที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมากกว่าบุคคลอื่น หรือ
ตกอยู่ในสภาวะการณ์ที่มีแนวโน้มเข้าสู่การติดยาเสพติด
มากกว่าบุคคลอื่น

5. - 6.



อะไร คือ

ปัจจัยทางลบ หรือ ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเลื่อมต่อการใช้ยาเสพติด

ปัจจัยทางบวก หรือ ปัจจัยที่ช่วยป้องกันการใช้ยาเสพติด

ปัจจัยทางลบ	ปัจจัยทางบวก
- อยู่ในครอบครัวที่มีสมาชิกใช้หรือติดยาเสพติด - อยู่ในครอบครัวแตกแยก ทะเลาะเบาะแว้ง - ไม่ได้อยู่กับครอบครัว (อาศัยอยู่ตามหอพัก/บ้านเช่า ตามลำพัง หรือ กับเพื่อน) - แสวงหาความสนุกสนานเที่ยวเตร่/มั่วสุม ตามสถานบันเทิง สถานบริการ - ว่างงาน เตรียเตร่อยู่ในชุมชน มั่วสุมในลักษณะที่ก่อความเดือดร้อนให้ผู้อื่น - อยู่ในกลุ่ม/แก๊งค์ที่มีพฤติกรรมใช้ความรุนแรง ทำลายสิ่งคม เช่น ซิงรถ ทำลายสาธารณสมบัติยกพวกตีกัน เป็นต้น - ไม่ชอบโรงเรียน ขาดเรียน หนีเรียน หยุดเรียนก่อนวัยอันควร - ไม่มีจิตผูกพันกับคนอื่น ชุมชน โรงเรียนหรือสังคมแวดล้อมใกล้ชิด - ซื่ออายุเกินไป หรือประเมินคุณค่าตนเองต่ำ - เอาแต่ใจ ควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ ก้าวร้าว เข้ากับผู้อื่นไม่ได้ - ขาดทักษะชีวิต แก้ปัญหาไม่เป็น - คบเพื่อนที่ติดยาเสพติด - 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

3. - 4.

สาเหตุแห่ง ความเสี่ยง

เด็กและเยาวชนแต่ละคนมีโอกาสจะเกิดพฤติกรรมเสี่ยง
ไม่เท่ากัน ซึ่งมีปัจจัยมาจาก

พันธุกรรม

พันธุกรรม คือ ลักษณะพื้นฐานทางอารมณ์
ของเด็ก ซึ่งสังเกตได้ตั้งแต่แรกเกิด ปัจจัย
ทางพันธุกรรมที่ทำให้เด็กมีโอกาสเสี่ยงได้มาก
ได้แก่

- ขาดการยับยั้งชั่งใจตนเอง
- อารมณ์ไม่สม่ำเสมอ ขึ้นๆ ลงๆ
- อารมณ์เสียได้ง่าย
- การแสดงออกรุนแรงเวลาอารมณ์เสีย
- สมาธิสั้น
- ขมมาก
- ก้าวร้าว
- เด็กมีปัญหาการเรียนเฉพาะด้าน
- เด็กมีปัญหาในทักษะสังคม

ครอบครัว/ การเลี้ยงดู

ปัญหาครอบครัวทำให้เด็กและเยาวชนได้รับ
การเลี้ยงดูไม่ถูกต้อง อาจทำให้เกิดปัญหาทาง
จิตใจกับอารมณ์เด็กได้ง่าย เด็กที่เครียด หงุดหงิด
ซึมเศร้า ได้แก่

- ทอดทิ้ง
- ทารุณกรรม ใช้ความรุนแรง
- ไม่สม่ำเสมอ
- ตามใจมากเกินไป ขาดกฎเกณฑ์

ปัญหาทางจิตใจของเด็กจะแสดงออกเป็นพฤติกรรมเสี่ยง
ต่างๆ ได้เพื่อให้ตนเองเบี่ยงเบนอารมณ์มาสู่เรื่องที่คุ้นเคย
สนุกสนาน

เพื่อน

เด็กและเยาวชนจะผูกพันกับเพื่อนๆ มาก เมื่อ
อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงจะเลียนแบบ
พฤติกรรมที่เสี่ยงนั้นโดยไม่รู้ตัว หากบางคนไม่มีเพื่อน เหวง ขาด
ความรู้สึกเป็นที่ยอมรับของคนอื่น ก็อาจมีพฤติกรรมเสี่ยงเพื่อ
ชดเชย หรือเรียกร้องความสนใจ

7. - 8.



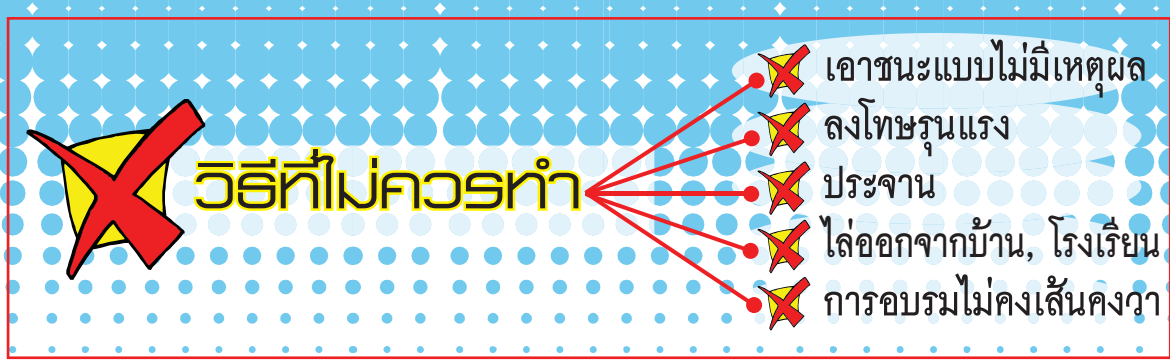
การเผชิญหน้า กับเด็กและเยาวชน

มีความสัมพันธ์ที่ดี

แต่มีท่าทีที่หนักแน่นและจริงจัง
บางครั้งต้องลงมือทำร่วมกับเด็ก
และเมื่อเด็กทำพฤติกรรมที่ดี
ควรให้ความสนใจต่อเด็กทันที

มีการสื่อสารได้เข้าใจใช้เหตุผล

ควรทำอย่างตรงไปตรงมา ใช้คำพูดที่ง่ายแต่สั้น
ไม่ยืดเยื้อหาโอกาสได้แสดงความคิดเห็น
และความรู้สึกออกมาทางคำพูดหรือท่าทางได้
การลงโทษควรระมัดระวัง
และไม่ควรลงโทษโดยใช้อารมณ์



วิธีที่ไม่ควรทำ

- เอาชนะแบบไม่มีเหตุผล
- ลงโทษรุนแรง
- ประจาน
- ไล่ออกจากบ้าน, โรงเรียน
- การอบรมไม่คงเส้นคงวา

วิธีที่แนะนำให้ทำ

มีการกระตุ้นให้คิดและรู้สึก

- ได้ด้วยตนเองถึง
- ข้อดี ข้อเสีย ของการกระทำ หรือไม่กระทำ
- ปัญหาของการกระทำหรือไม่กระทำนั้น
- วิธีแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสี่ยง

ปล่อยให้เกิดการยอมรับ จากภายใน

- รู้สึกว่าเป็นความคิดและ
การตัดสินใจโดยตนเอง
- ไม่รู้สึกว่าถูกบังคับให้ยอมรับ

กระตุ้นให้เห็นเป้าหมาย ในอนาคต

การให้แรงจูงใจทางบวกอย่างเหมาะสม เช่น

- การยกย่อง/ชมเชย/ให้รางวัล อาจเป็นการกอด ยิ้ม ฯลฯ
- ไม่จำเป็นต้องรางวัลเป็นสิ่งของเสมอไป
- กระตุ้นให้ชมตัวเองได้
- การให้รู้จักจุดดีจุดเด่นของตนเอง

ทุกฝ่ายต้องร่วมใจกัน
ช่วยเหลือและนำทาง
เพื่อเยาวชนของเรา...



การพัฒนาเด็กและเยาวชนที่เหมาะสมกับช่วงอายุต่างๆ เพื่อให้เกิดภูมิคุ้มกันยาเสพติด

(ข้อมูลเบื้องต้นจาก คู่มือการป้องกันการศึกษาเสพยาเสพติดระบบจิราสา สำหรับประเทศไทยของ นพ.ทรงเกียรติ ปิยะ)

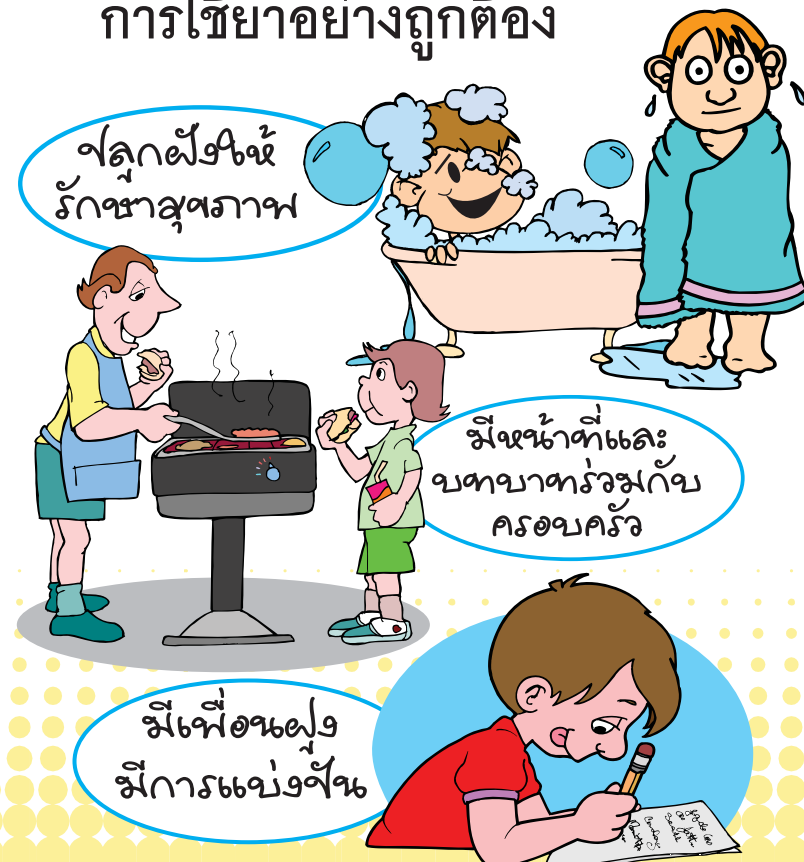
วัย ก่อนอนุบาล

- 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 เท่าที่จะเข้าใจได้ เช่น อันตรายจากการสูบบุหรี่ เหล้า ยาเสพติด การใช้ยาอย่างถูกต้อง



วัย 9-11 ขวบ

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



วัย 12-14 ขวบ

เป็นช่วงที่เริ่มมีความเสี่ยงต่อยาเสพติดมาก

- ใช้แนวทางอบรมเช่นเดียวกับวัยที่ผ่านมา
- แนะนำวิธีจัดการกับอารมณ์ และความเครียด
- รู้จักตนเองให้มากขึ้น และเข้าใจใส่ดูแลร่างกายตนเอง ค้นหาเรื่องสร้างสรรค์ที่ตนเองชอบ พัฒนาความถนัดของตนเอง ปลุกฝังให้รู้จักรักศักดิ์ศรี มองหาจุดดีของตนเอง และส่งเสริมให้กำลังใจเพื่อให้เกิดความเคารพในคุณค่าของตนเอง
- รู้จักเคารพสิทธิ ให้เกียรติผู้อื่น และรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้ที่ด้อยกว่า



วัย 15-18 ขวบ

เป็นช่วงที่เริ่มมีความเสี่ยงต่อยาเสพติดมาก

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

