วารสารครุศาสตร์
ปีที่ 43 ฉบับที่ 4 (ตุลาคม-ธันวาคม 2558) หน้า 100-000

คิดนอกกรอบ
Think out of the Box

วรวรรณ เหมชะญาติ

เหยื่อ: เด็กคือนักดื่มหน้าใหม่
Victims: Child is new drinkers

การศึกษาและงานวิจัยจำนวนมากนำเสนอพิษภัยและผลกระทบจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่เกินขนาดว่าส่งผลต่อสุขภาพ ครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม ข้อมูลสนับสนุนเหล่านี้เปิดเผยให้เห็นถึงเส้นทางการเติบโตอย่างรวดเร็วของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่สัมพันธ์กับชีวิตมนุษย์อย่างเหนียวแน่น หากพิจารณาประวัติศาสตร์ของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประเทศต่างๆ จนถึงปัจจุบันจะพบว่า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่ได้เป็นเพียงสินค้าบริโภคทั่วไป แต่มีความผูกพันเชื่อมโยงกับชีวิตของมนุษย์ไว้อย่างคาดไม่ถึง หากมองอย่างผิวเผิน การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในผู้ที่มีอายุต่ำกว่าเกณฑ์เริ่มปรากฏว่าเป็นปัญหาสำคัญระดับประเทศได้อย่างกว้างขวางอาทิ

ประเทศสหรัฐอเมริกาในแต่ละปี ผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 21 ปี (ต่ำกว่าเกณฑ์การอนุญาต) เสียชีวิตจากการดื่มในรูปแบบของอุบัติเหตุจราจร การฆาตกรรมและการฆ่าตัวตาย จากผลการศึกษาเรื่อง Monitoring the Future (MTF) ในปี ค.ศ. 2005 พบว่า 3 ใน 4 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมากกว่า 2 ใน 3 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และประมาณ 2 ใน 5 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนี้ ยังพบอีกว่าร้อยละ 11-29 ของนักเรียนดังกล่าวมีการดื่มหนัก (binge drinking) อย่างน้อย 1 ครั้งในช่วง 2 อาทิตย์ก่อนหน้าการสำรวจ

ผลการศึกษายังแสดงให้เห็นว่า อายุที่เริ่มดื่มต่ำลงเรื่อยๆ จากในปี ค.ศ. 1965 พบผู้ดื่มมีอายุ 17.5 ปี และในปี ค.ศ. 2003 พบผู้ดื่มมีอายุลดลงเป็น 14 ปี ซึ่งผู้ที่เริ่มดื่มก่อนอายุ 15 ปี มีความเสี่ยงที่จะติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นถึง 4 เท่า วัยรุ่นอายุระหว่าง 12-17 ปี จึงมักเป็นกลุ่มเสี่ยงที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับการดื่มแอลกอฮอล์ทั้งๆ ที่อายุยังไม่ถึงเกณฑ์ และพบอีกว่าหากผู้ปกครองบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่ว่าจะเป็นแบบครั้งคราวหรือเป็นประจำย่อมส่งผลกระทบอย่างมากต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของบุตร ในทางตรงกันข้ามหากผู้ปกครองไม่ดื่มเลย บุตรก็มีแนวโน้มที่จะไม่ดื่มเลยเช่นกัน

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 139 12/28/15, 11:53 AM

ประเทศไทย ข้อมูลจากองค์การอนามัยโลกพบว่า คนไทยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงเป็นอันดันที่ 40 ของโลก และเป็นอันดับที่ 3 ของเอเชีย เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ยังเป็นต้นเหตุของการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุจราจรถึงร้อยละ 90 โดยมีผู้เสียชีวิต 26,000 คนต่อปี ส่วนใหญ่เป็นเยาวชน ซึ่งก่อให้เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจปีละไม่ต่ำกว่า 150,000 ล้านบาท หนังสือรายงานสถานการณ์การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบของประเทศไทยปี 2556 ระบุว่า คนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บริสุทธิ์เฉลี่ย 7.1 ลิตรต่อคนต่อปี เท่ากับเบียร์ 61 ขวด ไวน์ 1 ขวด สุรากลั่น 18 ขวดรวมกัน โดยในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาพบว่าร้านขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีจำนวนเพิ่มขึ้นกว่าเดิม 120,000 ร้าน ทำให้ผู้ซื้อเข้าถึงการบริโภคได้ง่ายส่วนมากซื้อหาได้จากร้านขายของชำ ส่วนสัดส่วนการดื่มของเพศชายในวัยผู้ใหญ่และสูงอายุมีอัตราลดลงแต่กลับเพิ่มมากขึ้นในเพศหญิงและกลุ่มวัยรุ่นหญิงเฉลี่ยร้อยละ 1 ต่อปี ขณะที่กลุ่มครัวเรือนที่มีรายได้ต่ำกลับมีค่าใช้จ่ายเพื่อซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสัดส่วนมากขึ้นกว่ากลุ่มครัวเรือนที่มีรายได้สูง นอกจากนี้ เอกสารโครงการรณรงค์งดเหล้าเข้าพรรษา 2551 สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า เรื่องลูกติดเหล้า มรดกจากคุณแม่นักดื่ม ยังพบว่า การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำขณะที่คุณแม่ตั้งครรภ์จะส่งผลให้ลูกมีโอกาสติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในอนาคตได้มากกว่าเด็กธรรมดาถึง 4 เท่า กล่าวคือ ถ้าแม่ไม่ดื่ม โอกาสที่ลูกในครรภ์จะเติบโตเป็นนักดื่มมีเพียงร้อยละ 2.8 แต่ถ้าแม่ดื่มโอกาสที่ลูกในครรภ์จะเกิดมาติดเหล้าถึงร้อยละ 10.3 และเมื่อลูกโตขึ้น ลูกจะยิ่งดื่มมากขึ้นเรื่อยๆ ตามพฤติกรรมการดื่มของผู้เป็นแม่ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากการลอกเลียนแบบการดื่มแอลกอฮอล์ของผู้ใกล้ชิดกระบวนการเรียนรู้นี้เกิดจากการที่เด็กแปรสภาพสิ่งที่เห็นและจำได้ออกมาเป็นการกระทำหรือแสดงพฤติกรรมที่เหมือนหรือใกล้เคียงตัวแบบ

ตัวอย่างข้อมูลข้างต้นนอกจากจะสะท้อนให้เห็นถึงสภาพและปัญหาของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีผลกระทบในระดับประเทศแล้ว ยังชี้ให้เห็นถึงประเด็นสำคัญเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบซึมซับประสบการณ์ของเด็กที่คาดไม่ถึงได้อย่างชัดเจน ขัดแย้งอย่างยิ่งกับความพยายามในการรณรงค์ของหน่วยงานรัฐเพื่อให้ลด ละ เลิกการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยเฉพาะในช่วงเทศกาลสำคัญของปีที่แสดงให้เห็นถึงมุมมองเดิมๆ ในการพุ่งเป้าไปสู่การแก้ไขปัญหานักดื่มโดยตรงที่ยังคงไม่สามารถตอบโจทย์การสร้างสำนึกความรับผิดชอบต่อสังคมของคนกลุ่มนี้ได้การปรับฐานความคิดใหม่ในการรณรงค์อาจต้องมุ่งความสำคัญไปสู่กลุ่มเด็กช่วงปฐมวัยให้มากขึ้นเพราะเป็นช่วงของการเรียนรู้ด้วยอายตนะหก (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) และจิตใต้สำนึกซึ่งทำงานอยู่ตลอดเวลาการเรียนรู้ในลักษณะนี้เกิดขึ้นอย่างค่อยเป็นค่อยไปด้วยการซึมซับพฤติกรรมผ่านความสัมพันธ์จากบุคคลที่ตนเองรักและจากประสบการณ์ที่พบเห็นในชีวิตประจำวันอย่างเป็นธรรมชาติบทความนี้ ต้องการนำเสนอมุมมองความคิดที่ท้าทายในการแก้ปัญหาการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผ่านเลนส์ที่เรียกว่า จิตใต้สำนึก

16 §¥πÖ°°√Oſ 139-147 140 12/28/15, 11:53 AM

จากการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ใน 11 ประเทศ ได้แก่ ไทย จีน เกาหลี ญี่ปุ่น สหรัฐอเมริกา สหราชอาณาจักร สวีเดน เยอรมัน ออสเตรเลีย อิสราเอล และประเทศในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในโครงการพัฒนาสื่อหนังสือเพื่อการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยในระดับจิตใต้สำนึกเพื่อป้องกันพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ ผลการวิจัยจากการศึกษาเอกสารช่วยให้เห็นเบื้องหลังความสัมพันธ์อันลึกซึ้งระหว่างการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กับชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตายมากขึ้นประเด็นเหล่านี้อาจเป็นเหตุผลสำคัญที่ช่วยปรับมุมมองการรณรงค์ของหน่วยงานรัฐเพื่อให้ลด ละ เลิก การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สู่ความสำเร็จได้ รายละเอียดในแต่ละประเด็นสรุปได้ดังนี้

1. แยกไม่ออกจากวิถีชีวิต

การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถือเป็นวัฒนธรรมที่แยกไม่ออกจากวิถีชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตายและยกระดับกลายเป็นประเพณีการดื่มและหล่อหลอมเป็นวัฒนธรรมอย่างหนึ่งในประวัติศาสตร์ของชาติมาจนถึงปัจจุบัน ร่องรอยของการดื่มปรากฏทั้งในเรื่องเล่าและพิธีกรรมต่างๆ มาช้านาน และส่งต่อกิจกรรมการดื่มที่มีความละเอียดอ่อนและมีความหมายที่ลึกซึ้งแตกต่างกันในแต่ละประเทศ พื้นฐานความเชื่อและศรัทธาก็เป็นอีกประการหนึ่งที่ส่งผลกระทบอย่างชัดเจนต่อพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนในประเทศนั้นๆ ประเทศในทวีปเอเชียส่วนใหญ่ (ไทย จีน เกาหลี ญี่ปุ่น) ถือว่าเป็นประเทศของนักดื่มตัวยง เนื่องจากพื้นฐานความเชื่อมุ่งเน้นในเรื่องของการสร้างความสัมพันธ์เชิงสังคมวัฒนธรรม การดื่มจึงเป็นเรื่องปกติของครอบครัวที่ขาดไม่ได้ ตัวอย่างเช่น

บางประเทศมีกฎระเบียบทางสังคมที่ยกย่องอาหารและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตประจำวันตั้งแต่ระดับครัวเรือนไปจนถึงระดับประเทศชาติ ถือกันว่าเป็นสัญลักษณ์ที่ผูกพันที่ผู้คนมีต่อกัน เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถูกใช้เป็นทั้งเครื่องดื่มเสริมอาหารและเครื่องปรุงอาหารในครัวเรือน เพื่อแก้กลิ่นคาวปลาและเนื้อสัตว์ เพิ่มความหอมของอาหารและยืดอายุการถนอมอาหารประเภทเนื้อสัตว์

บางประเทศมีธรรมเนียมปฏิบัติเกี่ยวกับกิจกรรมการดื่มมีความหมายลึกซึ้งแตกต่างกัน ได้แก่ การแสดงความยินดีในงานแต่งงาน การช่วยปกป้องให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่น การสัญญาว่าจะรักและผูกพันตลอดไป การฉลองครอบรอบวันเกิดของผู้สูงอายุ การอวยพรให้กิจการรุ่งเรืองก้าวหน้า การล้างโรคภัยไข้เจ็บของปีหน้าออกไป เป็นต้น

บางประเทศให้คุณค่าว่าเป็นสรรพคุณทางยา ช่วยบำรุงหัวใจให้แข็งแรง กระตุ้นระบบการไหลเวียนของโลหิตและระบบการเผาผลาญอาหาร เสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน เพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของระบบย่อยอาหาร ชะล้างพิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย การผสม

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 141 12/28/15, 11:53 AM

เหล้ากับยาบางประเภทช่วยรักษาและป้องกันโรคต่างๆ ลดความเผ็ดร้อนของตัวยา ช่วยให้ตัวยาดูดซึมเข้าสู่กระแสโลหิตและอวัยวะต่างๆ ได้ดี

พฤติกรรมการดื่มข้างต้นจึงทำให้เด็กเล็กๆ เห็นพ่อแม่สมาชิกในครอบครัวและสังคมรอบข้างดื่มเป็นประจำ การดื่มจึงเป็นหนึ่งในกิจวัตรประจำวันที่ได้รับการปลูกฝังด้วยการซึมซับประสบการณ์มาตั้งแต่เยาว์วัย นอกจากนี้ ทุกทวีปยังเชื่อว่า การดื่มส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดี เครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงเหมาะกับการบริโภคของในทุกเพศและทุกช่วงวัย

2. ยกระดับการผลิตเพื่อการบริโภคของเด็ก

การปรับเปลี่ยนผลิตภัณฑ์รูปแบบใหม่เป็นการยกระดับผลิตภัณฑ์เพื่อขยายตลาดสู่นักดื่มหน้าใหม่ได้เป็นผลสำเร็จบริษัทยักษ์ใหญ่ที่ผลิตเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในหลายประเทศมีการปรับเปลี่ยนผลิตภัณฑ์รูปแบบใหม่ โดยเริ่มตั้งแต่การพัฒนาความซับซ้อนของกรรมวิธีในการผลิตและความหลากหลายของวัตถุดิบที่ใช้ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์มีรสชาติ สี กลิ่น และชื่อเรียกแตกต่างกันไปตามกรรมวิธีในการผลิตและวัตถุดิบที่ใช้ในการผลิต กรรมวิธีหลักๆ ที่ใช้ในการผลิต ได้แก่ การหมัก การกลั่น ซึ่งแต่ละประเทศก็ได้พัฒนากรรมวิธีในการผลิตให้มีความซับซ้อนมากขึ้นแตกต่างกันไป โดยมีเป้าหมายในการคงอัตลักษณ์ของเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของประเทศตนเอง ส่วนวัตถุดิบที่ใช้ในการผลิตก็คือ ผลิตผลทางการเกษตรของประเทศนั้นๆ การนำวัตถุดิบที่มีในท้องถิ่นมาผสมผสานกันก่อให้เกิดรสชาติของเครื่องดื่มใหม่ๆ ที่มีความหลากหลายยิ่งขึ้น วัตถุดิบที่ใช้ ได้แก่ ผลไม้ (องุ่น แอปเปิล มะนาว ส้ม ทับทิม) ธัญพืช (ข้าวบาร์เลย์ ข้าวมอลต์ ข้าวจ้าว ข้าวเหนียว ข้าวฟ่าง มันฝรั่ง มันสำปะหลัง) สมุนไพร (โสม ใบของต้นเบญจมาศ ใบสน กิ่งสนอ่อน เกสรของดอกสน ไผ่) และดอกไม้ (ดอกกุหลาบ ดอกเชอรี่ ดอกบัว ดอกเบญจมาศ) ผลิตภัณฑ์รูปแบบใหม่นี้กลายเป็นสินค้าที่นิยมซื้อหาเพื่อเป็นของฝากสำหรับบุคคลอันเป็นที่รัก

นอกจากนี้ การปรับเปลี่ยนผลิตภัณฑ์รูปแบบใหม่เพื่อตอบสนองความต้องการเฉพาะตามกระแสสังคมปัจจุบันก็ได้รับการยอมรับมากยิ่งขึ้น ตัวอย่างเช่น ญี่ปุ่นผลิตเบียร์สู่ตลาดสำหรับคนกลัวอ้วนซึ่งกลายเป็นอีกทางเลือกหนึ่งของผู้บริโภค เบียร์สูตรใหม่นี้เป็นเบียร์ที่ปราศจากน้ำตาลและมีคาร์โบไฮเดรตต่ำกว่าเบียร์รูปแบบเดิมๆ ทั้งนี้เพื่อตอบสนองกลุ่มลูกค้าที่หันมาห่วงใยสุขภาพมากขึ้น อย่างไรก็ตาม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่ได้ผลิตมาเพื่อการบริโภคของผู้ใหญ่เท่านั้น แต่ยกระดับการผลิตเพื่อการบริโภคของเด็กด้วย เช่น เบียร์และไวน์สำหรับดื่มในงานสังสรรค์ เพียงแต่ไม่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์เท่านั้นเอง บางครั้งผู้ผลิตได้เพิ่มสารอาหารที่เป็นประโยชน์ลงไปด้วย ได้แก่ โอเมก้า 3 DHA แม้วัตถุประสงค์ของการผลิตจะตั้งใจหลีกเลี่ยงการอยากลองดื่มของเด็กๆ แต่คงปฏิเสธไม่ได้ว่า การซึมซับพฤติกรรมการดื่มตั้งแต่วัยเยาว์จากคนรอบข้างนำไปสู่การปลูกฝังการเห็นคุณค่าในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 142 12/28/15, 11:53 AM

ของเด็กเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ปัจจุบัน เครื่องดื่มประเภทนี้เป็นที่นิยมในงานฉลองหรืองานรื่นเริงต่างๆ ของเด็กเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ผลิตภัณฑ์รูปแบบใหม่เหล่านี้จึงนำมาซึ่งความนิยมชมชอบในหมู่นักดื่มหน้าใหม่วัยเยาว์เป็นวงกว้างในหลายประเทศ โดยเฉพาะทวีปเอเชียที่มีแนวโน้มการดื่มของเด็กเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่ทวีปอื่นลดลง

ลดพฤติกรรมเสี่ยงเริ่มได้ตั้งแต่ช่วงปฐมวัย

การลดพฤติกรรมเสี่ยงในการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กอันเนื่องมาจากสาเหตุดังกล่าวข้างต้นต้องเริ่มกับเด็กตั้งแต่ช่วงปฐมวัย เนื่องจากพฤติกรรมการดื่มถือเป็นวัฒนธรรมที่แยกไม่ออกจากวิถีชีวิตในหลายประเทศทั่วโลก การรณรงค์เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงจึงเป็นทางเลือกใหม่ที่นิยมในการสร้างจิตสำนึกความรับผิดชอบแก่นักดื่มหน้าใหม่ทั้งหลาย ข้อสังเกตที่น่าสนใจประการหนึ่งคือ หลักการที่ใช้ในการลดพฤติกรรมเสี่ยงล้วนสนับสนุนแนวคิดการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว ซึ่งมีวิธีการดังนี้

1) การสร้างสัมพันธภาพอันดีในครอบครัวเป็นจุดเริ่มต้นของการลดพฤติกรรมเสี่ยงทุกประเภท นำมาซึ่งแนวปฏิบัติที่สอดคล้อง เช่น การเป็นตัวแบบที่ดี การหาช่วงเวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน ลักษณะของกิจกรรมที่มีทางเลือกหลากหลายและตอบสนองต่อความต้องการของทุกช่วงวัย การให้ข้อมูลเพื่อเป็นฐานความคิดของผู้ปกครองด้านพฤติกรรมเสี่ยง การสร้างฐานข้อมูลสำหรับพ่อแม่เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการสื่อสารกับลูกโดยแบ่งเนื้อหาและวิธีการสื่อสารให้เหมาะสมตามช่วงวัยต่างๆ การจัดทำโปรแกรมการถามตอบเพื่อสร้างภูมิต้านทานให้ลูกได้รู้เท่าทันสื่อโฆษณาต่างๆ

2) การใช้หลักทางศาสนาเป็นเครื่องมือในการหล่อหลอมการทำความดี โดยเริ่มต้นจากการเป็นตัวแบบที่ดีของสมาชิกในครอบครัวและในชุมชนที่แวดล้อมเด็ก สำหรับประเทศที่มีอัตราการรู้หนังสือในระดับสูงมุ่งรณรงค์เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงโดยการสร้างเจตคติที่ดีต่อตนเองของเด็กควบคู่ไปกับเจตคติพื้นฐานในการปฏิเสธสารแปลกปลอม

ตัวอย่างวิธีการที่ประเทศต่างๆ นำมาใช้เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยง เช่น รัฐบาลของประเทศสวีเดนใช้วรรณกรรมเด็กเป็นเครื่องมือในการสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่เด็กตั้งแต่ช่วงปฐมวัย โดยการส่งเสริมสำนักพิมพ์ในการจัดพิมพ์วรรณกรรมเด็กที่มีคุณภาพสูง ไม่เน้นการสอนตรงไปตรงมา แต่บอกผ่านเหตุการณ์ต่างๆ ของตัวละครในเรื่อง เน้นการเขียนจากมุมมองของเด็ก สะท้อนความสัมพันธ์ของเด็กกับผู้ใหญ่ในลักษณะของการสอดแทรกให้ผู้ใหญ่ช่วยเหลือเด็กในการต่อสู้กับความอยุติธรรมต่างๆ และแนวคิดที่ว่า ครอบครัวพร้อมที่จะร่วมเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นเสมอ หรือในประเทศสหราชอาณาจักรที่กำลังเกิดการรณรงค์ให้พ่อแม่เลี้ยงลูกโดยปลอดแอลกอฮอล์ตลอดวัยเด็กจนกระทั่งถึงอายุ 15 ปี โดยแนะนำว่า พ่อแม่ไม่ควรให้ลูกดื่มหรือจิบแอลกอฮอล์แม้แต่เล็กน้อยในมื้ออาหารหรือในงานเลี้ยง เพื่อหลีกเลี่ยงการส่งสารให้เด็กเล็กๆ

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 143 12/28/15, 11:53 AM

สับสนว่า แอลกอฮอล์เป็นเรื่องต้องห้ามหรือไม่ หรือหากเด็กเรียกร้องขอดื่มเองก็ให้พ่อแม่ถือโอกาสให้ข้อมูลอย่างถูกต้องแก่ลูกว่า แอลกอฮอล์ส่งผลเสียต่อร่างกายและก่อปัญหาอย่างไร ดังนั้นจึงมีหลายประเทศเห็นตรงกันว่า การลดพฤติกรรมเสี่ยงต้องเริ่มต้นจากสังคมระดับจุลภาค (ครอบครัว) ของเด็กไปสู่สังคมระดับมหภาค

3. ป้องกันโดยปลูกฝังเจตคติที่ดีต่อตนเอง

รัฐบาลในหลายประเทศให้ความสำคัญกับการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกินขนาดโดยทำให้การเข้าถึงเป็นเรื่องยากมากขึ้น การป้องกันจึงแบ่งออกเป็นระดับบุคคล ระดับสังคม และระดับสิ่งแวดล้อม อย่างไรก็ตาม โรงเรียนยังคงเป็นหน่วยงานหลักในการให้ความรู้และสร้างกระบวนการเข้าใจตนเอง อีกทั้งยังร่วมมือกับองค์กรต่างๆ เพื่อพัฒนาทักษะทางวิชาการแก่เด็ก รูปแบบการให้ข้อมูลด้านพิษภัยของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประเทศส่วนใหญ่ถูกปรับเปลี่ยนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น บางประเทศดำเนินการโดยลดอายุของกลุ่มเป้าหมายลงมาอยู่ในช่วงปฐมวัย มุ่งปรับเปลี่ยนการให้ข้อมูลแบบข้อเท็จจริงเป็นการปลูกฝังเจตคติที่ดีต่อตนเองควบคู่ไปกับการสร้างพื้นฐานพฤติกรรมสุขภาพคือ ฝึกให้เด็กรู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตน สื่อที่ใช้ในการส่งทอดข้อมูลจึงเป็นการสนับสนุนให้ผู้ใหญ่ตอบสนองเด็กด้วยการยอมรับและเข้าใจอารมณ์ที่หลากหลายของเด็ก ทั้งนี้เพื่อช่วยให้เด็กเรียนรู้ที่จะเข้าใจท่าทีและตอบสนองอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้อย่างเหมาะสม ด้วยวิธีการที่ปลอดภัย ซึ่งเป็นกระบวนการหนึ่งที่เข้าถึงเด็กเล็กๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. ต้องรู้เท่าทันยุทธศาสตร์

การสร้างภาพลักษณ์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของผู้ผลิตเป็นยุทธศาสตร์ที่ผู้บริโภคต้องรู้เท่าทันแม้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะมีโทษและส่งผลกระทบอย่างเป็นรูปธรรมตั้งแต่ระดับบุคคลจนถึงระดับประเทศ หรือมีแนวคิดในการควบคุมการเข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างเข้มงวดก็ตาม แต่เครื่องดื่มแอลกอฮอล์เหล่านี้ไม่ใช่สินค้าธรรมดาทั่วไป การไม่รู้เท่าทันธุรกิจประเภทนี้อาจส่งผลให้ครู ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กหลงใหลไปกับกิจกรรมทางการตลาดและการโฆษณาในรูปแบบต่างๆ ทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งผู้ผลิตมีความพยายามอย่างมากในการสร้างภาพลักษณ์ผลิตภัณฑ์ของตนให้ติดอยู่ในใจของผู้บริโภค รูปแบบของกิจกรรมเพื่อสังคมเป็นรูปแบบหนึ่งที่พบเห็นมากในปัจจุบัน เช่น การให้ทุนการศึกษา การแจกถุงยังชีพช่วยผู้ประสบอุทกภัย การเปิดค่ายสอนฟุตบอลสำหรับเด็ก ค่ายเยาวชนเพื่อการเรียนรู้ กิจกรรมอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม เป็นต้น สุดท้ายก็เป็นการกระทำเพื่อมุ่งประโยชน์ทางการค้ากับกลุ่มนักดื่มหน้าใหม่ที่จะเป็นเป้าหมายต่อไปในอนาคต

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 144 12/28/15, 11:53 AM

การมองปัญหาของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบเดิม โดยมุ่งทุ่มเทงบประมาณและพละกำลังในการสร้างจิตสำนึกความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมในระดับเหตุผล สำหรับกลุ่มนักดื่มอาจเป็นเรื่องของการลงทุนที่ไม่คุ้มกับความเหนื่อย การปรับมุมมองใหม่ให้รู้เท่าทันการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต้องเจาะลึกให้ถึงจิตใต้สำนึกของเด็ก คนทั่วไปอาจคิดว่า เรื่องของการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเรื่องที่ยังไกลตัวเด็ก ไม่เกี่ยวข้องกับเด็กช่วงปฐมวัย หรือเด็กช่วงปฐมวัยนี้ยังเล็กเกินไปที่จะเรียนรู้และเข้าใจสิ่งเหล่านี้ แต่ไม่เป็นความจริง เด็กควรจะเรียนรู้ว่าอะไรดีกับตัวเองและอะไรไม่ดีกับตัวเอง โดยนำเสนอให้เห็นว่า ร่างกายของเด็กเป็นสิ่งที่ควรจะรักษาดูแลและเด็กสามารถพัฒนาตนเองไปในทางที่พึงประสงค์ได้ ในขณะเดียวกัน การสื่อสารของเด็กช่วงปฐมวัยก็ควรจะอยู่ในบรรยากาศที่ทำให้เด็กได้ใช้อายตนะหกและจิตใต้สำนึกในการเรียนรู้ด้วย

นิทาน: ภูมิคุ้มกันความเสี่ยง

การใช้สื่อเพื่อการรณรงค์เป็นทางเลือกหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ให้เด็กเรียนรู้ได้ โดยผู้ผลิตนิทานต้องปรับเนื้อหาสาระและรูปแบบให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ของเด็กและสื่อสารกับจิตใต้สำนึกของเด็กได้การผลิตหนังสือนิทานเพื่อพัฒนาภูมิคุ้มกันพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงเป็นแนวทางแก้ไขหนึ่งที่สอดคล้องกับธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็กช่วงปฐมวัยเป็นอย่างยิ่ง และควรยกเลิกการนำเสนอเนื้อหาในนิทานที่เกี่ยวกับโทษภัยของแอลกอฮอล์อย่างชัดเจน เพื่อให้ความรู้เด็กหรือเพื่อให้เด็กรู้สึกกลัว เพราะนั่นอาจเหมาะกับเด็กโตมากกว่า เนื่องจากเด็กโตเริ่มคิดด้วยเหตุผลได้ แยกแยะและวิเคราะห์สิ่งต่างๆ เป็น แต่เด็กช่วงปฐมวัยยังทำตามอารมณ์ความรู้สึกของตนเองอยู่มาก หนังสือนิทานจึงต้องเปลี่ยนมาเน้นภาพที่ไม่น่ากลัว ไม่มีข้อความที่ทำให้เด็กรู้สึกว่า ถูกควบคุม ถูกบังคับ หรือสั่งห้าม เพราะจิตใต้สำนึกไม่รับรู้เรื่องการสั่งห้ามนั้น ภาพที่ใช้ต้องเป็นคำซ้ำๆ ข้อมูลที่เด็กควรได้รับควรเป็นข้อมูลที่แสดงให้เด็กรู้ว่า ชีวิตของตนมีสิ่งที่น่าสนใจ น่าเรียนรู้มากมายกว่าการไปทำพฤติกรรมบางอย่างที่ทำให้ตนรู้สึกแสบจมูก แสบตา ลมหายใจมีกลิ่น ทำให้เสื้อผ้าเหม็น ทำให้ตนไม่สบาย แข็งแรงได้น้อยลง ขาดโรงเรียน และไม่เป็นที่รักของเพื่อน ต้องไม่ลืมว่า หนังสือนิทานของเด็กช่วงปฐมวัยเป็นหนังสือแห่งความประทับใจและความเบิกบานของเด็ก หากเป็นเรื่องที่อ่านสนุกและชอบ หนังสือจะมีพลังต่อการเรียนรู้ของเด็กอย่างกว้างขวาง จะทำให้เด็กเปิดรับเนื้อหาที่สอดแทรกอย่างเต็มใจ ผู้เขียนขอนำเสนอข้อสังเกตของหนังสือนิทานเพื่อพัฒนาภูมิคุ้มกันพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดังนี้

1. ด้านเนื้อหา

1.1 เสริมสร้างความภาคภูมิใจในการเป็นตัวของตัวเอง คุณสมบัติดีๆ ที่ตนมีแม้จะแตกต่างจากผู้อื่น โดยไม่หวั่นต่อคำท้าทายเพื่อให้เด็กมีภูมิคุ้มใจในสิ่งยั่วยุภายนอกที่อาจมาหว่านล้อมให้ตัวเองไม่สบายใจ

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 145 12/28/15, 11:53 AM

1.2 เสริมสร้างทักษะให้เด็กรู้จักปฏิเสธต่อสิ่งหรือการกระทำที่ไม่เหมาะสมอย่างฉลาด โดยเสนอทางเลือกอื่นที่จะทำงานร่วมกับเพื่อนได้โดยไม่เสียน้ำใจเพื่อน

1.3 เสริมสร้างให้เด็กตระหนักในภัยของสิ่งมึนเมาต่างๆ หรือภัยที่เกิดจากการไม่รู้จักครองสติของตน

1.4 ส่งเสริมให้เด็กรู้จักรักษาดูแลร่างกายให้แข็งแรง สดชื่น เพื่อทำสิ่งดีๆ ในชีวิตได้อย่างคล่องแคล่วและมีความสุข ทั้งยังอาจดูแลผู้อื่นได้ด้วย

1.5 ส่งเสริมให้เด็กตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง เรียนรู้ที่จะใช้เหตุผลในการพิจารณาการกระทำที่ดีและไม่ดีที่อาจส่งผลต่อตนและคน/สังคมรอบข้าง รวมทั้งเรียนรู้ที่จะอยู่กับผลของการกระทำของตน

1.6 ส่งเสริมให้เด็กรู้จักอารมณ์และวิธีการจัดการกับอารมณ์ที่หลากหลายเหล่านั้น โดยเฉพาะอารมณ์เชิงลบที่สร้างความอึดอัดให้แก่เด็ก เช่น โกรธ เสียใจ น้อยใจ ผิดหวัง ไม่ได้อย่างใจ ทั้งนี้เพื่อให้เด็กเห็นตัวอย่างในการจัดการกับอารมณ์เชิงลบเหล่านั้นโดยไม่ทำร้ายตนเองหรือระบายอารมณ์ลบสู่ผู้อื่น

1.7 ปลูกฝังให้เด็กเคารพในสิทธิเสรีภาพของตนเองและผู้อื่น อดทนต่อความแตกต่างที่หลากหลายของคนในสังคมได้ เพื่อรู้จักการรักษาสิทธิ์ของตนหากถูกก้าวก่าย และไม่เอาเปรียบผู้อื่น

1.8 ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมให้เด็ก จรรโลงจิตใจให้เด็กใฝ่ในความดี ความงามและความจริง ไม่หวั่นไหวต่อสิ่งฟุ้งเฟ้อ โดยสอดแทรกเนื้อหาแบบอ้อมๆ อย่างแนบเนียน หลีกเลี่ยงเนื้อหาแบบยัดเยียดหรือสอนตรงเกินไป

1.9 ส่งเสริมการทำกิจกรรมเกี่ยวกับครอบครัวและกิจกรรมในครอบครัวที่ทำร่วมกันอย่างมีความสุข โดยเฉพาะความสุขง่ายๆ จากเรื่องเล็กน้อยประจำวัน โดยไม่จำเป็นต้องเป็นครอบครัวที่สมบูรณ์พร้อมแบบครอบครัวในอุดมคติเสมอไป เพื่อให้เด็กรู้สึกว่า ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ตาม ครอบครัวคือความสุข ความปลอดภัยและที่พึ่งพิงอันอบอุ่นเสมอ อันเป็นการปลูกฝังให้เด็กไม่อยากแสวงหาความสุขนอกบ้านซึ่งอาจมีอันตรายอันยากที่จะคาดเดา

1.10 ส่งเสริมให้เด็กตระหนักรู้ว่า ชีวิตเป็นสิ่งมีค่า ทั้งชีวิตตนเองและชีวิตผู้อื่น เพื่อให้เด็กคิดทำแต่สิ่งที่ดีๆ ใช้ชีวิตอย่างมีประโยชน์และมีคุณค่าทั้งแก่ตนและแก่สังคมโลก

2. ด้านการใช้ภาษา โดยการแต่งนิทานเป็นคำกลอน ใช้คำคล้องจองสั้นๆ เนื้อหากระชับเข้าใจง่าย จดจำง่าย มีจังหวะภาษาที่สนุกสนาน หรือเป็นเพลงง่ายๆ ที่อ่านหรือร้องเล่นได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ เพื่อปลูกฝังให้เด็กรับรู้ถึงสุนทรียะและความงามทางภาษา ซึ่งส่งผลให้เด็กสนใจอยากอ่านเล่มอื่นๆ ต่อไป

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 146 12/28/15, 11:53 AM

3. ด้านการใช้งาน

3.1 เป็นหนังสือที่ทำให้เด็กอยากทำท่าทางตามตัวละคร อยากเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสนุกสนาน เพื่อให้สอดคล้องกับการเรียนรู้ตามวัยที่เหมาะสม ไม่ใช่เรียนรู้จากการอ่านเพียงอย่างเดียว

3.2 ชวนให้เด็กได้จินตนาการผ่านการใช้ประสาทสัมผัสต่างๆ เพื่อกระตุ้นอายตนะทั้ง 5 ของเด็กอย่างชวนประทับใจ สอดคล้องกับหลักการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย

3.3 กระตุ้นให้เด็กอยากลงมือกระทำ อยากสร้างสรรค์ผลงานด้วยตนเอง เพื่อปลูกฝังให้เด็กมีแรงจูงใจในการทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองจนประสบความสำเร็จ และรู้จักภาคภูมิใจในผลงานของตน

3.4 เป็นหนังสืออะไรก็ได้ที่เด็กสนใจ ไม่จำเป็นต้องเป็นเรื่องเกี่ยวกับการห้ามโดยตรง แต่อาจมีภาพหรือสัญลักษณ์การห้ามหรือลด ละ เลิกแทรกอยู่ในภาพหลักของหนังสือ เพื่อให้เด็กได้สังเกตเห็นเอง ซึ่งสอดคล้องกับธรรมชาติของเด็กที่ชอบสังเกตสิ่งเล็กๆ น้อยๆ นั่นเท่ากับเป็นการสื่อสารกับเด็กโดยตรง เพราะจิตใต้สำนึกสามารถรับรู้สิ่งแวดล้อมได้ทั้งหมด

การสร้างภูมิคุ้มกันพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผ่านการใช้หนังสือนิทานลักษณะดังกล่าว มุ่งที่จะสื่อสารกับจิตใต้สำนึกของเด็กเป็นสำคัญ เพราะจิตประเภทนี้เป็นจิตที่อยู่เหนือระดับเหตุผล เป็นจิตใจที่บันทึกข้อมูลจากประสบการณ์ทุกอย่างที่ผ่านเข้ามาในชีวิตโดยไม่มีการเลือก ไม่ลบทิ้ง จึงจดจำทั้งเรื่องดีและไม่ดีไว้ในใจจนเกิดเป็นนิสัยและลักษณะของแต่ละบุคคล หากต้องการสร้างลักษณะนิสัยของเด็กในอนาคตที่รู้เท่าทันการบริโภคสิ่งมอมเมาต่างๆ แนวคิดนี้ก็เป็นอีกแนวคิดหนึ่งที่ท้าทายการแก้ปัญหาการเพิ่มขึ้นของนักดื่มหน้าใหม่หรือเหยื่อในวันนี้

รายการอ้างอิง

สายฤดี วรกิจโภคาทร และคณะ. (2557). *การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย: พลังจิตใต้สำนึกและหนังสือภาพเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันพฤติกรรมเสี่ยง.* โครงการพัฒนาสื่อหนังสือเพื่อการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยในระดับจิตใต้สำนึกเพื่อป้องกันพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์. สนับสนุนโดยสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้าและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. (อัดสำเนา)

สายฤดี วรกิจโภคาทร และคณะ. (2557). *โครงการพัฒนาสื่อหนังสือเพื่อการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยในระดับจิตใต้สำนึกเพื่อป้องกันพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์.* สนับสนุนโดยสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้าและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. (อัดสำเนา)

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 147 12/28/15, 11:53 AM

Cheng, Y.C. (2007). *Future developments of educational research in the Asia-Pacific region: Para.*

Murphy, J. (2557). *Power of your subconscious mind.* สืบค้นวันที่ 3 กรกฎาคม 2557. จาก https://books.google.co.th/

ผู้เขียน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วรวรรณ เหมชะญาติ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร 10330
อีเมล:worawan.h@chula.ac.th

16 §¥πO°°√Oſ 139-147 148 12/28/15, 11:53 AM