



สำนักงาน ป.ป.ส.

หนังสือนิทานชุด
“อ่านอุ่นรัก”
สำหรับเด็กอายุ 4-6 ปี

ลูกไม้...ขอโทษ

เรื่อง ปรีดา ปัญญาจันทร์
ภาพ กิตติยา ลีครองสกุล / รัมรัฐ ประมาธิกุล



หนังสือเล่มนี้ เป็นหนึ่งในหนังสือนิทานชุด "อ่านอุ่นรัก" ในโครงการหนังสือนิทานสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดสำหรับเด็กปฐมวัย ของสำนักงาน ป.ป.ส. ที่จัดทำขึ้น เพื่อเป็นหนึ่งในกระบวนการเตรียมพร้อมพลเมืองรุ่นใหม่ให้มีภูมิคุ้มกันชีวิต สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัยในสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ต้องเผชิญสิ่งเร้ามากมาย รวมทั้งยาเสพติดที่เป็นอันตรายต่อตนเองและสังคม

ในโครงการนี้ สำนักงาน ป.ป.ส. เริ่มเสริมสร้างภูมิคุ้มกันตั้งแต่เด็กปฐมวัย โดยเลือกใช้สื่อหนังสือนิทานซึ่งมีเนื้อหา เรื่องราว และการเล่าเรื่องอยู่บนพื้นฐานทักษะสำคัญของ "ความสามารถของสมองในการบริหารจัดการชีวิต" (การคิดเชิงบริหาร = Executive Functions ; EFs) ซึ่งเป็นการทำงานของสมองที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ความคิด การตัดสินใจ ส่งผลต่อการกระทำของเรา เพื่อเป็นรากฐานสำคัญที่จะปูทางสร้างภูมิคุ้มกันชีวิตให้เด็กผู้เท่าทัน และรับมือกับความเปลี่ยนแปลงได้ทุกรูปแบบต่อไป

EFs เป็น "ทักษะ" ที่ไม่สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยการท่องจำ แต่ต้องพัฒนามานาน ประสบการณ์ กิจกรรม หรือแบบฝึกหัดที่เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง การฝึกให้เด็กเล็กมีทักษะ EFs จะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดได้เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

EFs ประกอบด้วย 5 ทักษะที่สำคัญ

- ความจำที่นำมาใช้งาน (Working Memory)
- การยับยั้งชั่งใจ ถัดไคร้ครอง (Inhibitory Control)
- การควบคุมอารมณ์และพฤติกรรม (Emotional and Behavior Control)
- การยืดหยุ่นทางความคิด ปรับตัวง่าย (Cognitive Flexibility/Shift)
- การวางแผนและจัดการกับสิ่งต่างๆ (Planning/Organizing)

**เด็กๆ ทุกคนมีธรรมชาติอยากรู้ อยากลอง
ซึ่งบางครั้งอาจเกิดความผิดพลาดขึ้น
เด็กควรได้เรียนรู้ในความผิดนั้น...**

**เพื่อว่าเด็กเรียนรู้ที่จะยับยั้งชั่งใจ คิดไตร่ตรองก่อนทำสิ่งใดๆ ในอนาคต
สามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมตนเองได้ ไม่ให้ทำผิดซ้ำอีก
หรือหากพลั้งเผลอไป ก็เรียนรู้ สำนึก ขอโทษ และหาทางแก้ไขปัญหาได้
พวกเขาจะสามารถหาทางเลือกใหม่ๆ ที่ดีกว่าให้แก่ชีวิตได้เสมอ**

**การเรียนรู้ถูกผิด รู้จักคิดไตร่ตรองเช่นนี้
จะเป็นภูมิคุ้มกันที่แข็งแกร่งของชีวิตพวกเขาตลอดไป**

ลูกไม้...ขอโทษ



เรื่อง ปรีดา ปัญญาจันทร์
ภาพ กิตติยา ลีครองสกุล/ร่วมรัฐ ประมาธิกุล





“ลูกไม่มากินข้าวจะ
แม่เตรียมเอาไว้ให้แล้ว”



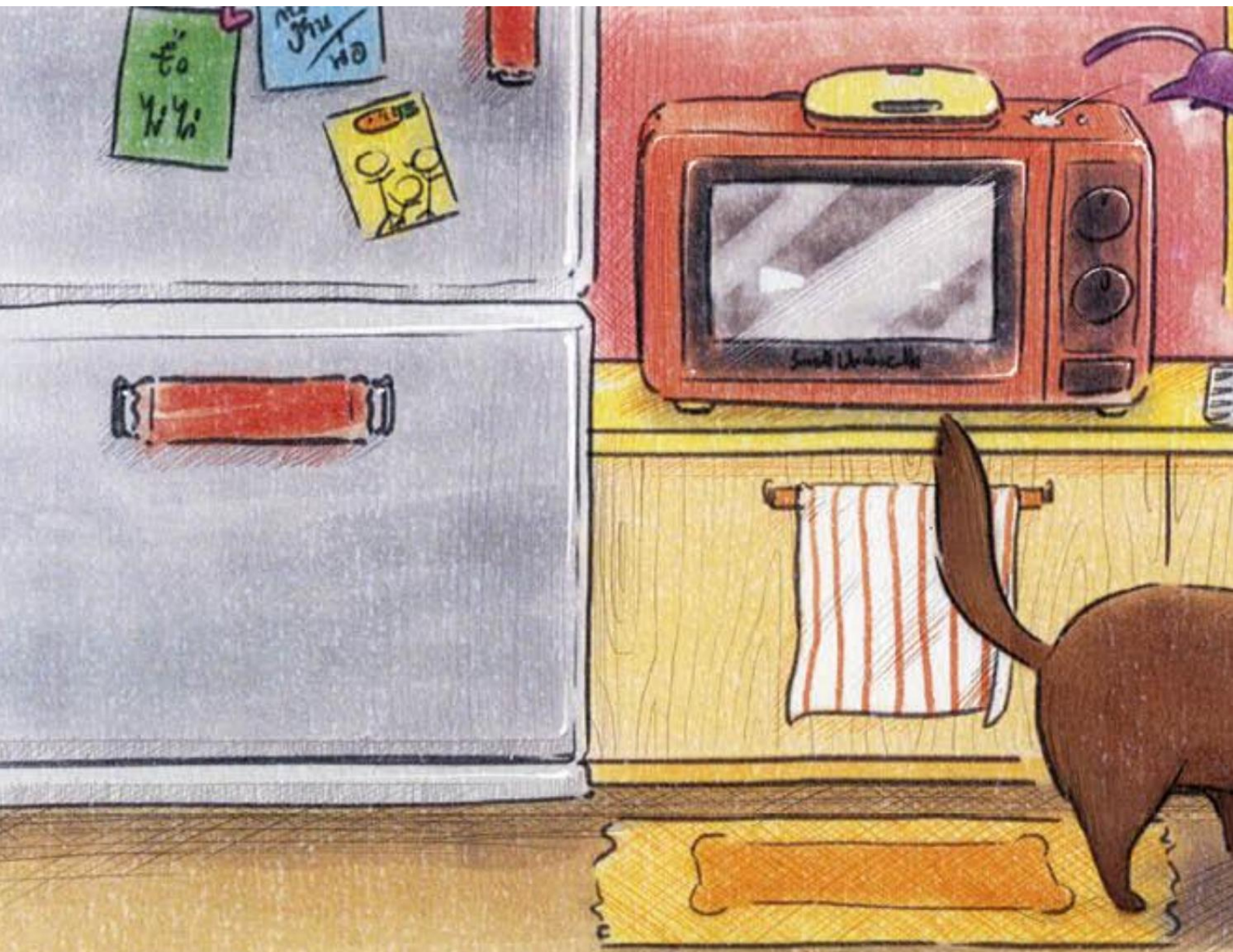


ลูกไม้ยังไม่หิว จึงหาเรื่องเล่นสนุก
ลูกไม้เอาจานข้าวของน้ำตาลไปซ่อน



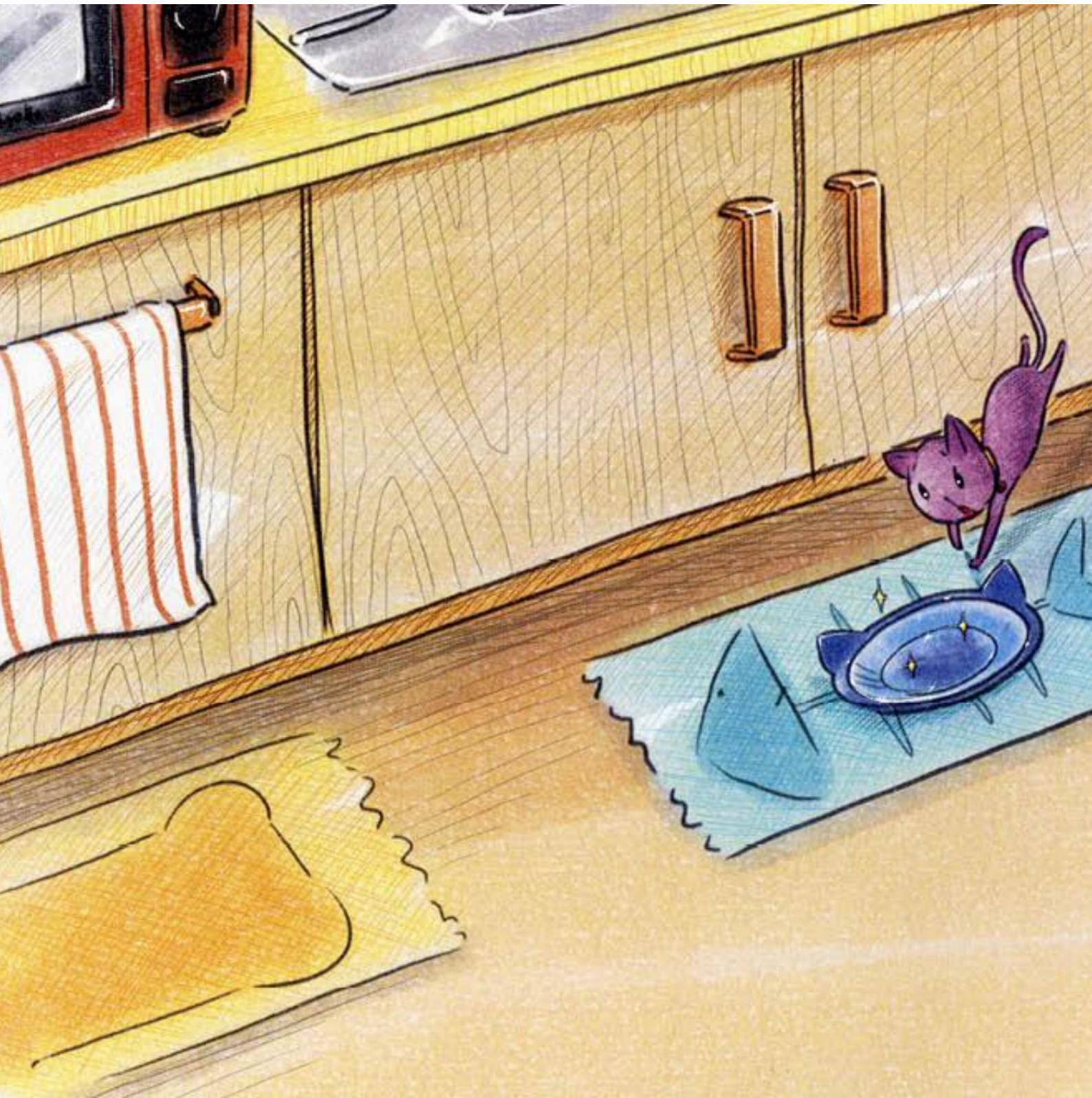


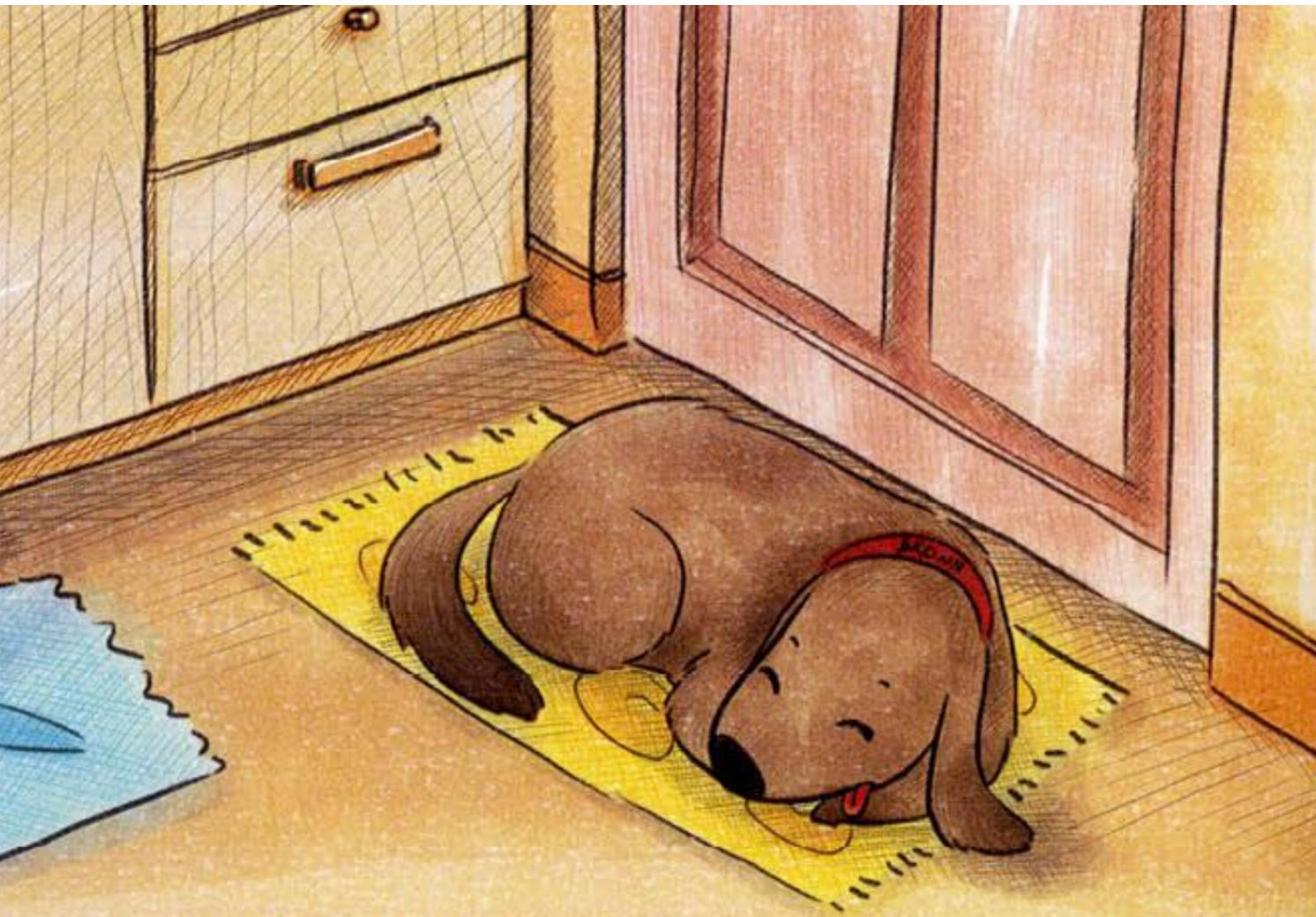
เจ้าน้ำตาลวิ่งวนหาจานข้าว
เอ๊ะ หายไปไหนนะ



น้ำตาลหาจานข้าวไม่เจอ
จึงหันไปกินข้าวของเจ้าเหมียวจนหมดเกลี้ยง



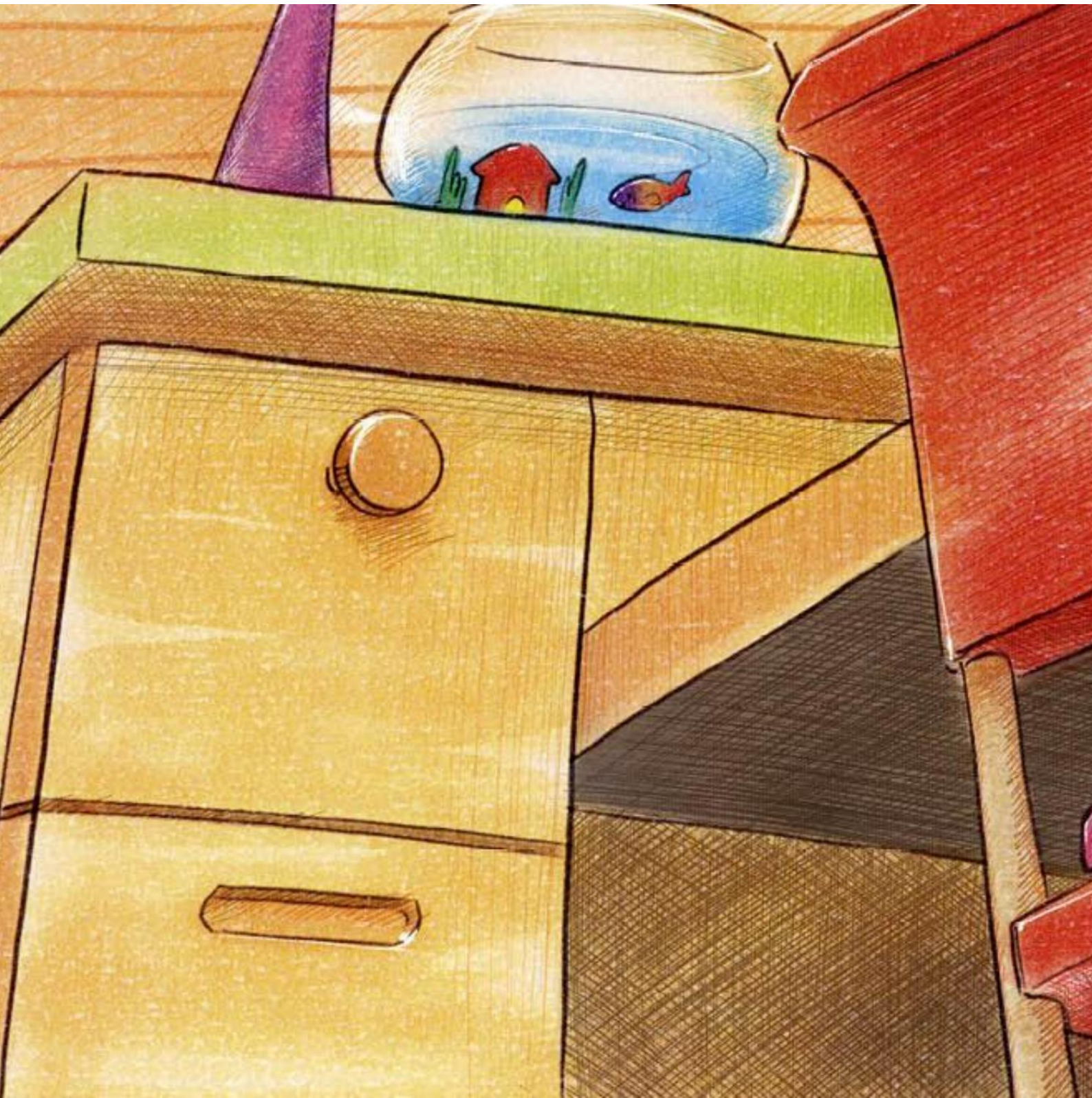


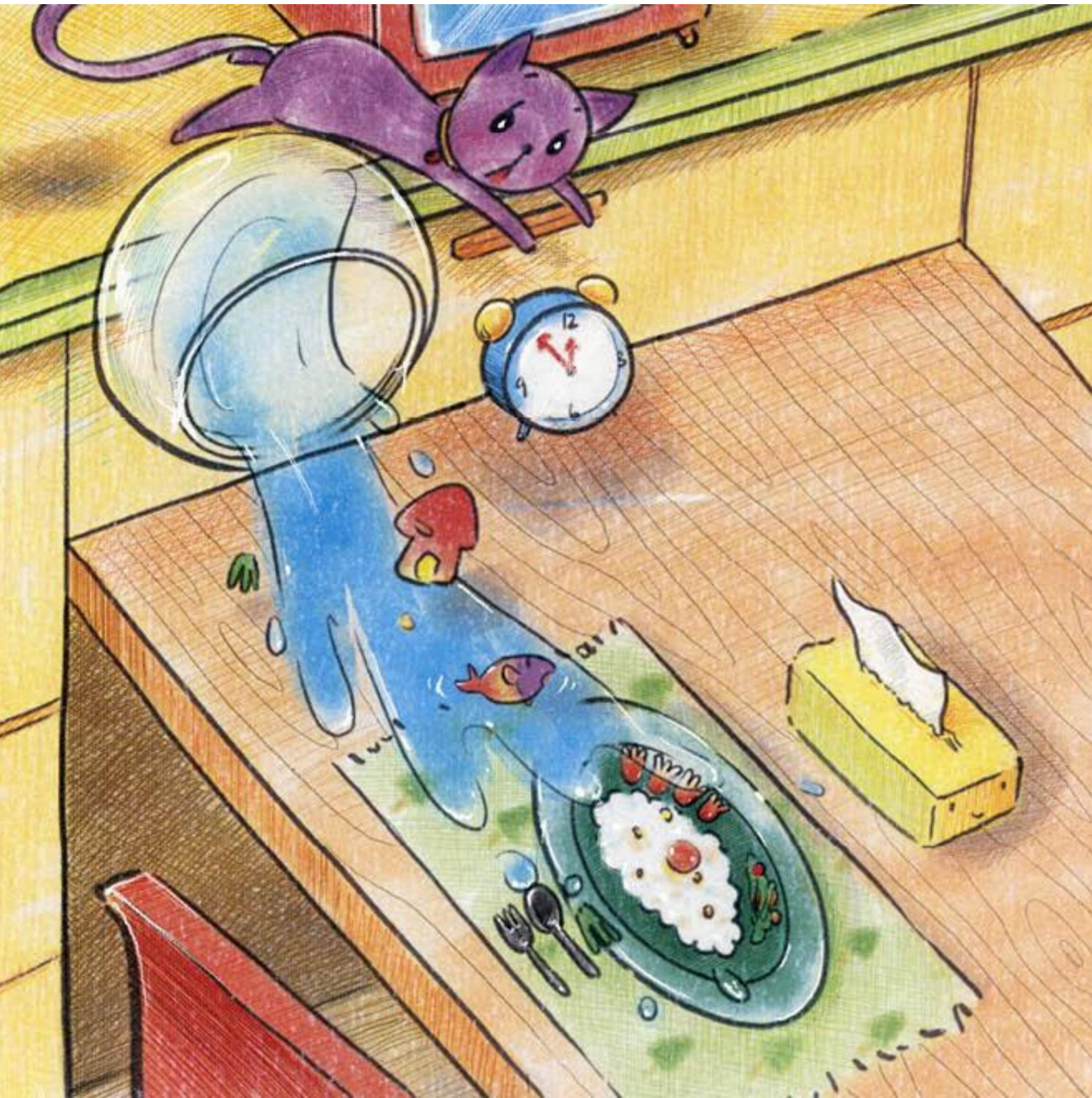


เมี้ยว เมี้ยว เจ้าเหมียวร้องหิวข้าว
แต่ข้าวคลุกปลาของเจ้าเหมียวหมดเกลี้ยง

เจ้าเหมียวเห็นปลาอยู่ในโหล
มันจ้องเป็ง ก่อนกระโดดขึ้นไป
ตั้งใจจะคว้าปลาในโหล

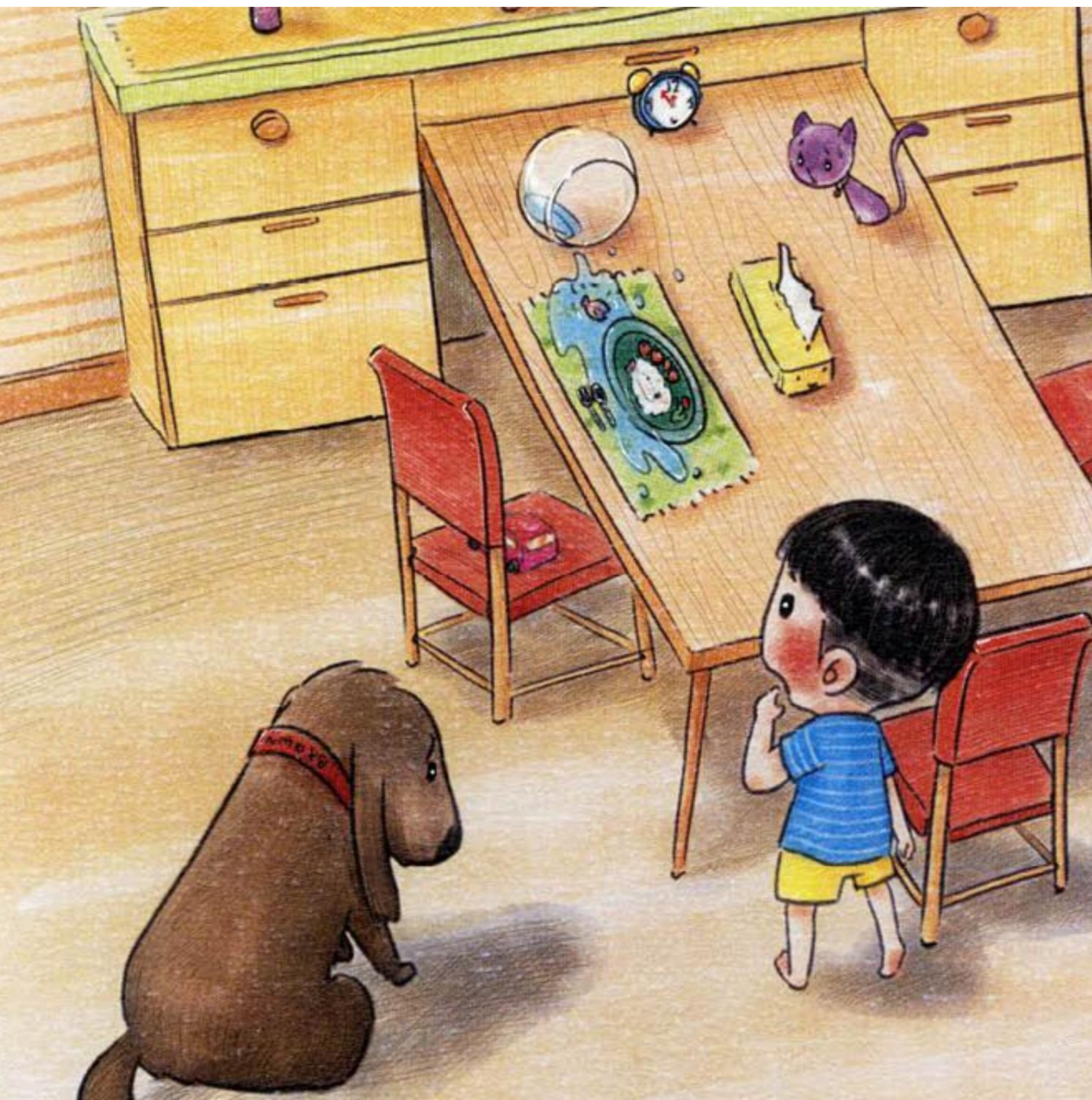


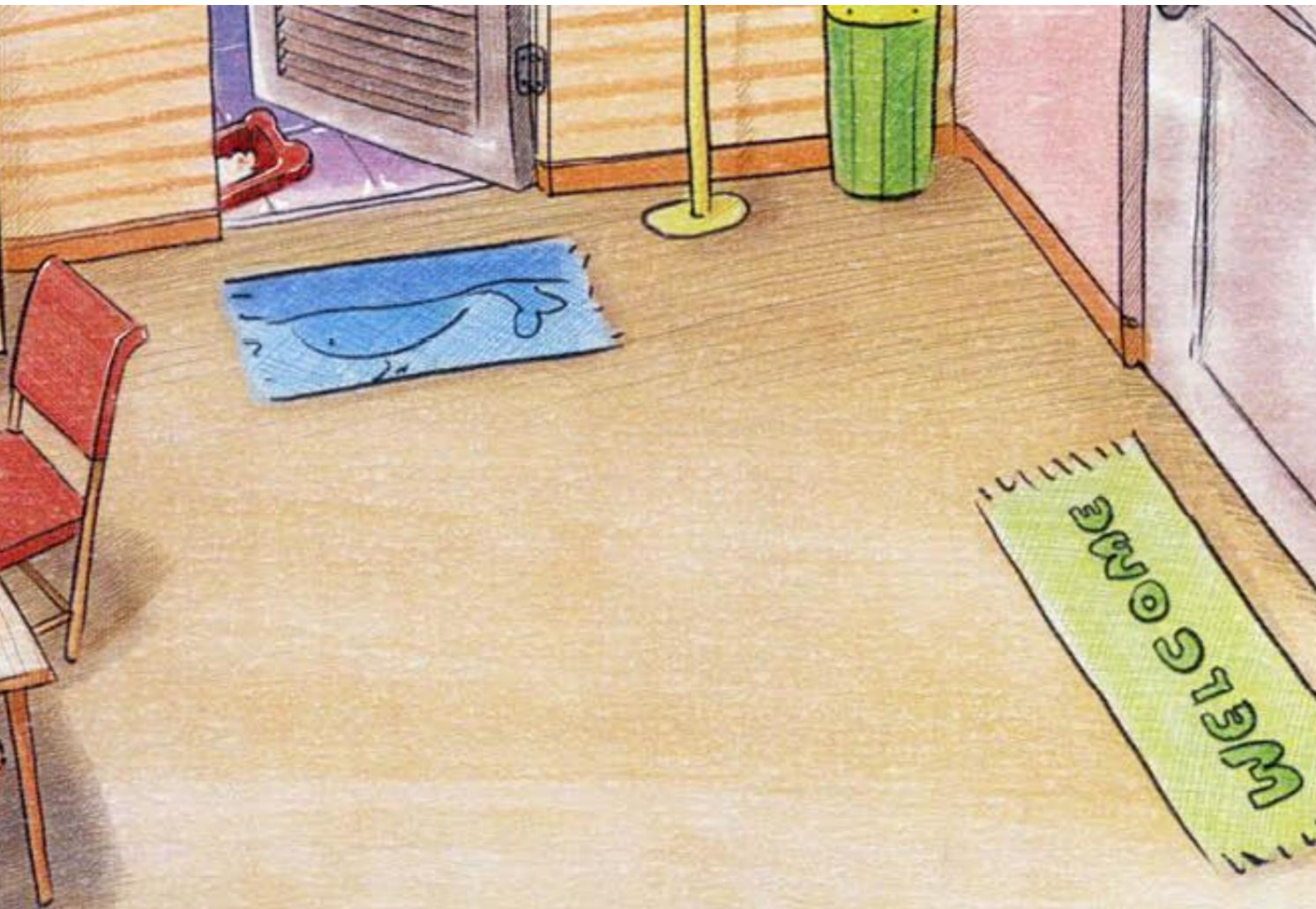




เจ้าเหมียวพลาดทำ
โหลปลาล้มคว่ำ
น้ำหกใส่จานข้าวของลูกไม้



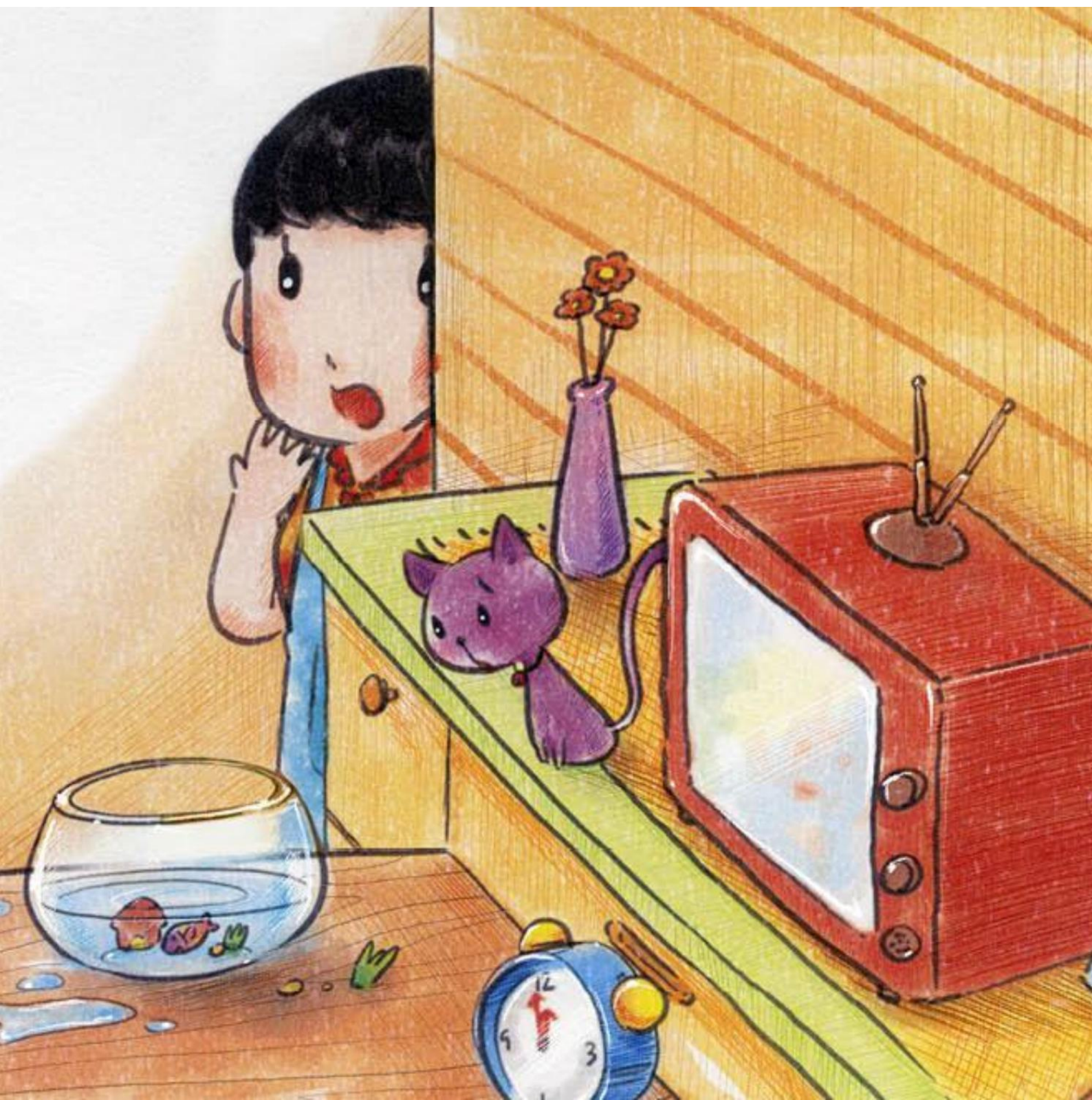




ลูกไม้ยีนหนึ่ง จะทำอย่างไรดี ไม่มีข้าวกินแล้ว
น้ำหกเต็มโต๊ะ เจ้าเหมียวก็ยังไม่ได้กินข้าว
ส่วนเจ้าน้ำตาลยีนคอตก

ลูกไม้ตกใจ รีบจับปลาใส่โหล เต็มน้ำ
หยิบข้าวของน้ำตาล เทใส่จานข้าวของเจ้าเหมียว
แล้วเก็บโต๊ะ เช็ดโต๊ะให้เรียบร้อย





ลูกไม้เสียใจ แม่จึงกอดลูกไม้เอาไว้ แล้วพูดว่า
“ไม่เป็นไรจ้ะ...ลูกไม้เก็บโต๊ะแล้วนี่”



กิจกรรมท้ายเล่ม

- 🐾 มิกตั้งคำถามว่า "ถ้า ... แล้วจะเกิดอะไรขึ้น?" เช่น "ถ้าเด็กเอากระเป๋าสไปเพื่อนไปซ่อน จะเกิดอะไรขึ้น?" "ถ้าแบ่งขนมให้พี่ จะเกิดอะไรขึ้น?" เด็กก็จะเรียนรู้ถึงเหตุและผลที่จะตามมา
- 🐾 เมื่อเด็กทำผิด ผู้ใหญ่ไม่ควรดุค่า แต่ต้องสอนให้เด็กเรียนรู้ว่าสิ่งนั้นไม่เหมาะสมอย่างไร
- 🐾 ผู้ใหญ่ต้องยอมรับการสำนึกผิดของเด็ก และให้อภัย เมื่อเด็กได้รับการยอมรับแล้ว ก็เรียนรู้ที่จะไม่ทำสิ่งนั้นอีก

เทคนิคการอ่านนิทาน

- 🐾 ผู้ใหญ่ต้องอ่านก่อนที่จะอ่านให้เด็กฟัง
- 🐾 ทำความเข้าใจเนื้อหา และอารมณ์ของเรื่อง
- 🐾 อ่านออกเสียงอย่างมีชีวิตชีวา โดยมีหลักดังนี้ ออกเสียงคัง/ออกเสียงเบา/ออกเสียงเร็ว/ออกเสียงช้า/ออกเสียงสูง/ออกเสียงต่ำ/เงิบหรือหยุดเว้นวรรค
- 🐾 อ่านทุกตัวอักษรหรือทุกคำ เพื่อเด็กๆ จะได้ซึมซับภาษาวรรณกรรมจากนิทาน





หนังสือนิทานชุด “อ่านอุ่นรัก”

