



หนังสือนิทานชุด
“อ่านอุ่นรัก”
สำหรับเด็กอายุ 4-6 ปี



ไก่ย่างแสนอร่อย

เรื่อง ปรีดา ปัญญาจันทร์
ภาพ โกศล ทองด้วง

หนังสือเล่มนี้ เป็นหนึ่งในหนังสือนิทานชุด "อ่านอุ่นรัก" ในโครงการหนังสือนิทาน สร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดสำหรับเด็กปฐมวัย ของสำนักงาน ป.ป.ส. ที่จัดทำขึ้น เพื่อเป็น หนึ่งในกระบวนการเตรียมพร้อมพลเมืองรุ่นใหม่ให้มีภูมิคุ้มกันชีวิต สามารถดำรงชีวิต ได้อย่างปลอดภัยในสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ต้องเผชิญสิ่งเร้า มากมาย รวมทั้งยาเสพติดที่เป็นอันตรายต่อตนเองและสังคม

ในโครงการนี้ สำนักงาน ป.ป.ส. เริ่มเสริมสร้างภูมิคุ้มกันตั้งแต่เด็กปฐมวัย โดย เลือกใช้หนังสือนิทานซึ่งมีเนื้อหา เรื่องราว และการเล่าเรื่องอยู่บนพื้นฐานทักษะ สำคัญของ "ความสามารถของสมองในการบริหารจัดการชีวิต" (การคิดเชิงบริหาร = Executive Functions ; EFs) ซึ่งเป็นการทำงานของสมองที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ความคิด การตัดสินใจ ส่งผลการกระทำของเรา เพื่อเป็นรากฐานสำคัญที่จะปูทาง สร้างภูมิคุ้มกันชีวิตให้เด็กรู้เท่าทัน และรับมือกับความเปลี่ยนแปลงได้ทุกรูปแบบต่อไป

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

EFs ประกอบด้วย 5 ทักษะ

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

..เมื่อไม่ได้ตั้งใจ สิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปอย่างที่คิด

เด็กที่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและปรับตัวได้ง่าย จะมีความทุกข์น้อยกว่า มีความสุขมากกว่า การไม่ยึดติด จะทำให้เด็กมีมุมมองใหม่ๆ ในการจัดการกับเรื่องต่างๆ ได้ดีกว่า

ในโลกที่เปลี่ยนแปลงรวดเร็ว

การยอมรับความเปลี่ยนแปลง คือ หนึ่งในปัจจัยสำคัญของความสำเร็จแห่งชีวิต

เด็กๆ ที่เติบโตเป็นคนยืดหยุ่นปรับตัว

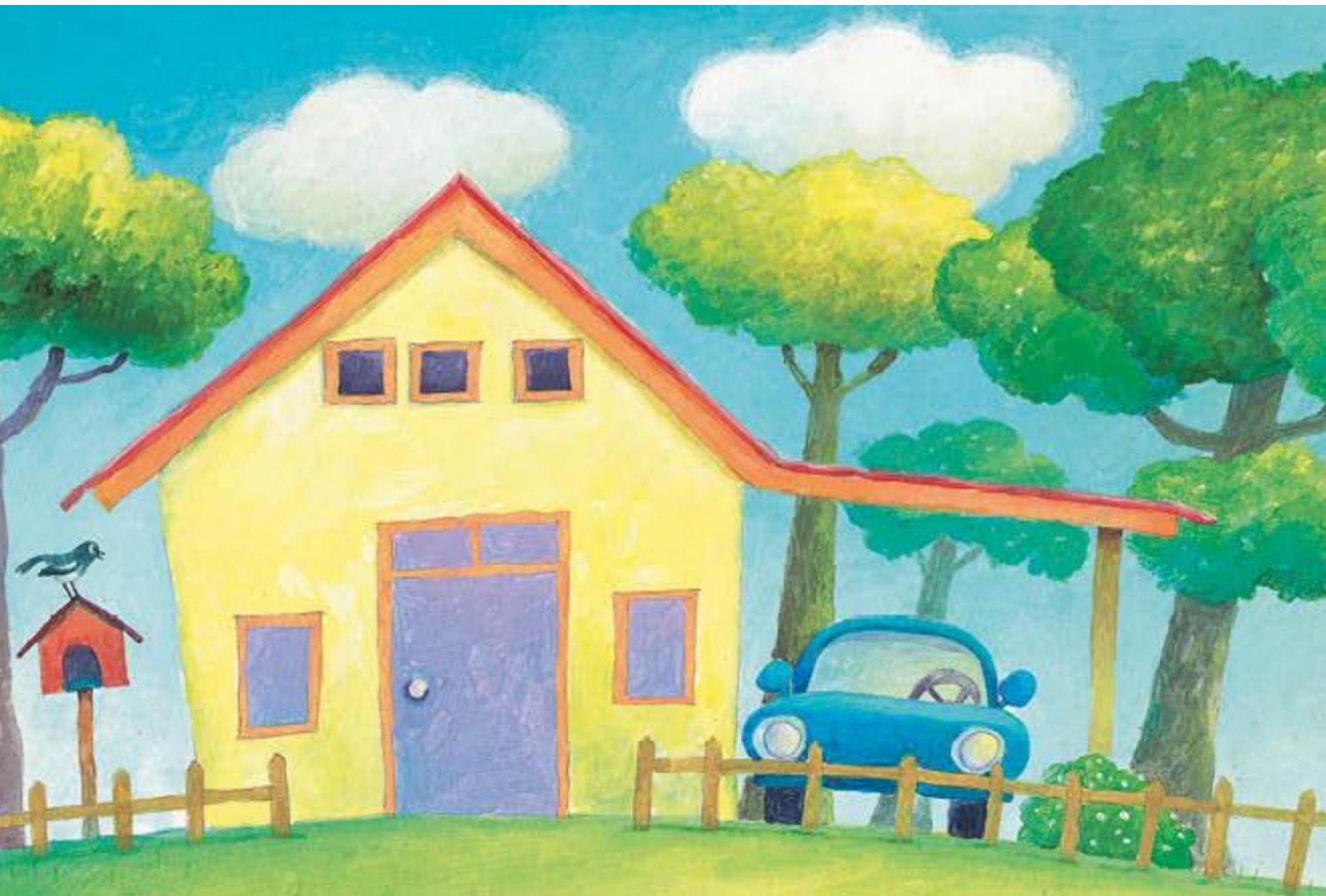
ยอมไม่พบทางตัน

พวกเขาจะสามารถหาทางเลือกใหม่ๆ ที่ดีกว่าให้แก่ชีวิตได้เสมอ

ไถ่อย่างแสนอร่อย



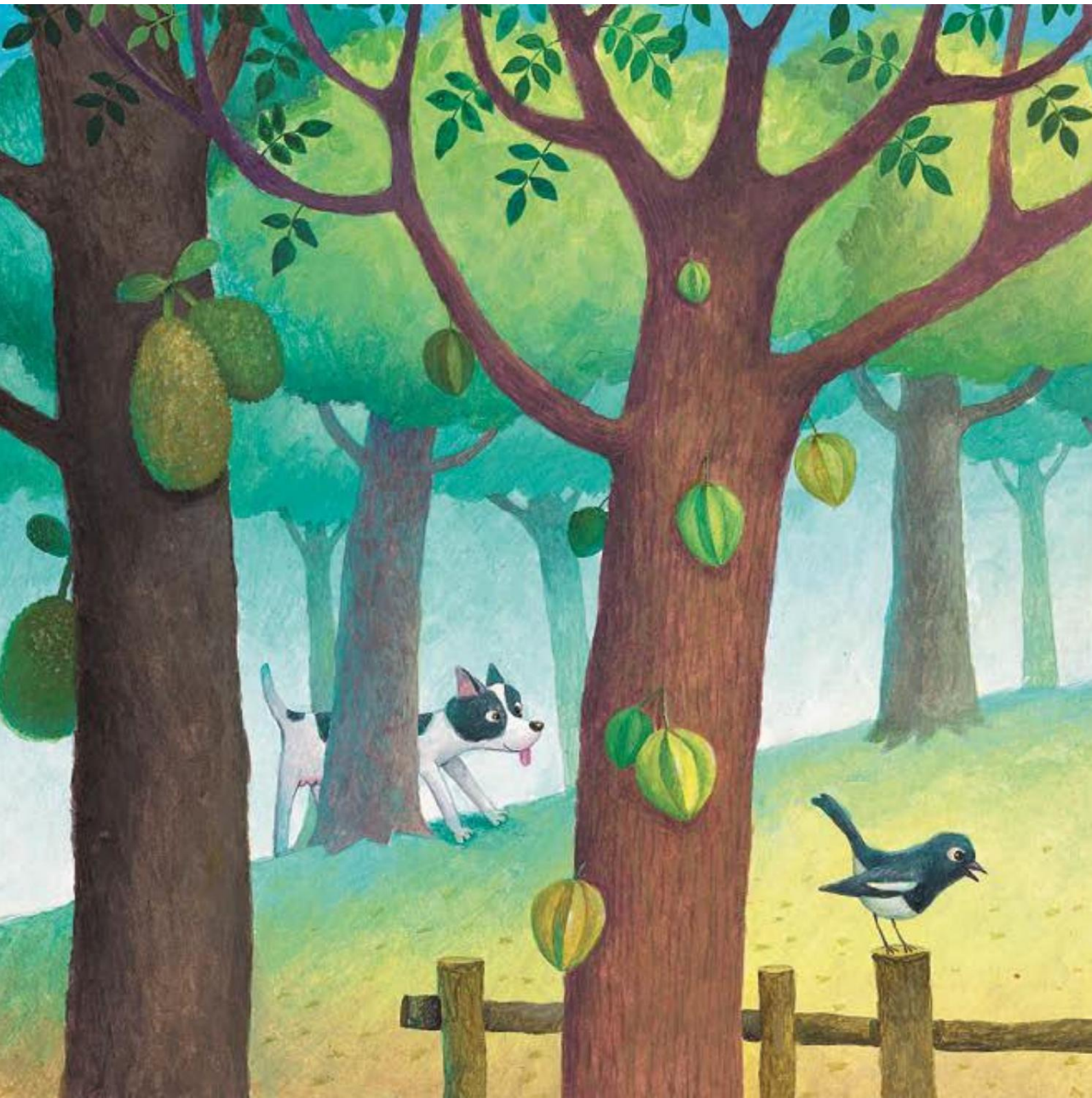
เรื่อง ปรีดา ปัญญาจันทร์
ภาพ โกศล ทองด้วง



วันนี้เป็นวันเสาร์...
ข้าวปั้น น้อยหน้า และปั้นปั้น
เตรียมตัวไปเล่นในสวน

เตรียมไก่อ่างแสนอร่อยไปเป็นเสบียงด้วย
“ถือดีๆ นะ ไก่อ่างแสนอร่อย”





เดินมาไม่นาน ข้าวปั้นก็พุดขึ้น
“หยุดกินไก่อีกก่อนเถอะ หอมจิ้ง
น้ำลายไหลแล้ว”



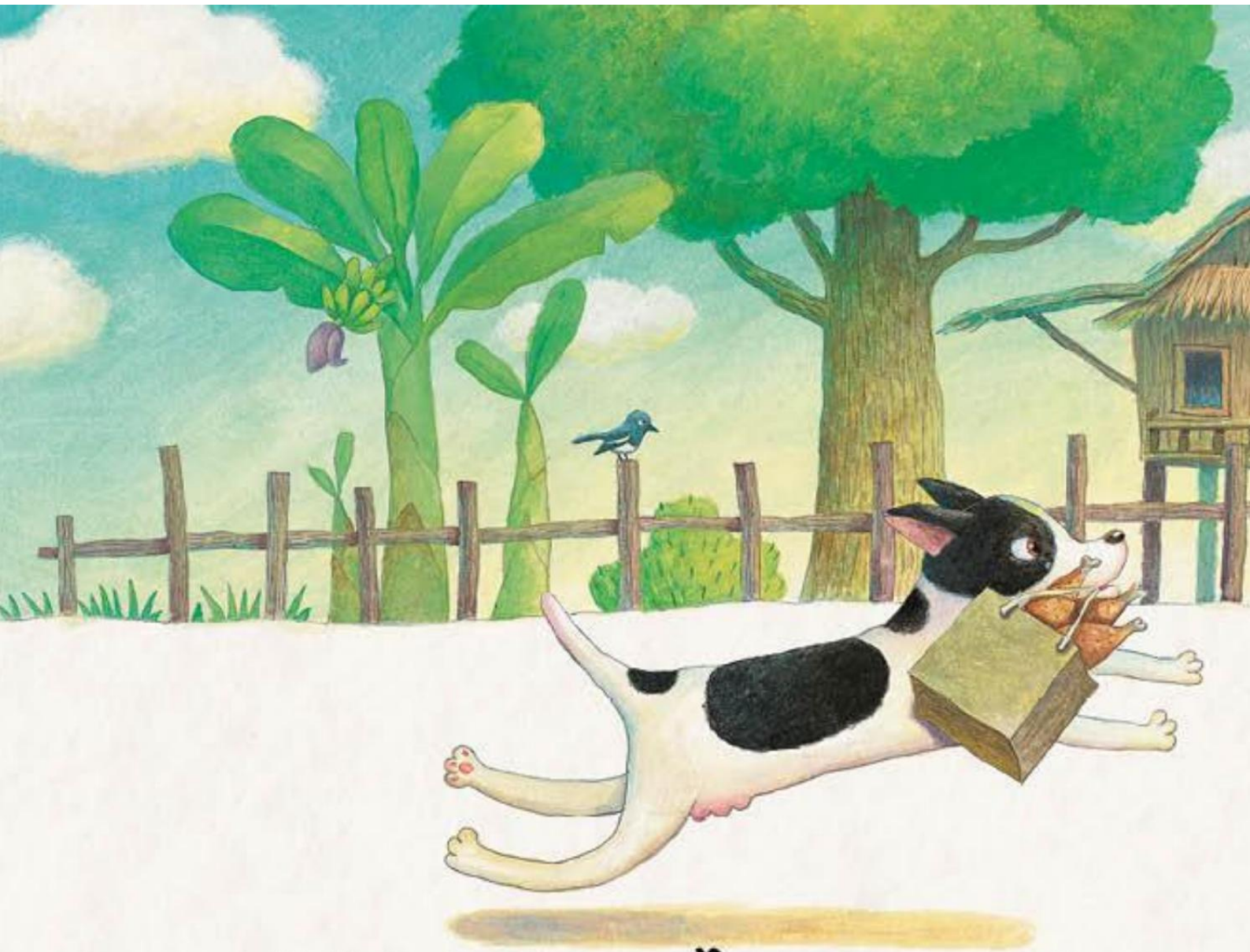


ทำมันได้นั่นเอง

เจ้าต่างก็แย่งไก่อย่างแสนร่อยจากมือ
แล้ววิ่งแฉับจากไปทันที







“เอ๊ย เจ้าต่าง...เอาไก่อ่างคีนมานะ”
ข้าวปั่นตะโกนลั่น ริ่งไล่กวอดเจ้าต่างไปติดๆ
น้อยหน้ากับปั่นปั่นรีบวิ่งไล่กวอดเจ้าต่างไปด้วย





เจ้าต่างวิ่งเร็วรี่ มีเด็กๆ วิ่งไล่ตาม
เจ้าต่างวิ่งมุดกองฟาง เด็กๆ ตามไม่ลดละ

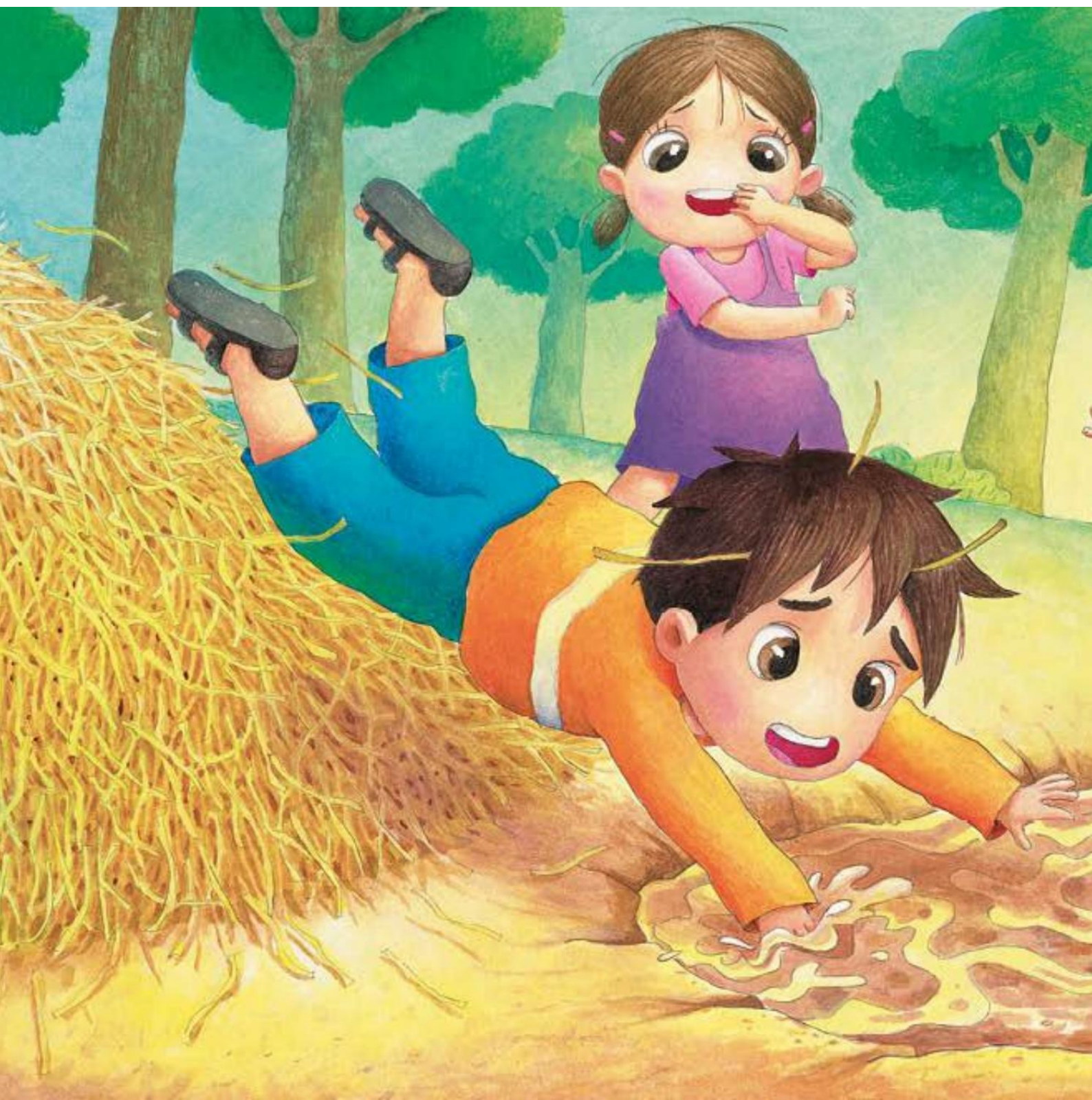
“เจ้าต่างหายไปไหนแล้ว

ไถ่อย่างแสนอร่อยของเรา หหมดแน่”

ทั้งสามคนวิ่งถลาตามเจ้าต่าง
เข้าไปในกองฟาง แต่ก็หาไม่เจอ







เด็กๆ หกล้มหกหลุกอยู่ข้างกองฟาง







ข้าวปั้นลูกขึ้นก่อนใคร
หันซ้ายหันขวามองหาเจ้าต่าง
“โน่น โน่น มันอยู่ตรงโน้น ตามไปเร็ว”



สามสหายรีบวิ่งและมุดรั้วตาม...

“ฮ้า มันคาบไก่ย่างแสนอร่อยมาให้ลูกหมา”
ลูกหมากินไก่ย่างอย่างเอร็ดอร่อย
เด็กๆ สงสารลูกหมา จึงชวนกันกลับออกมา



วันรุ่งขึ้น ปันปัน น้อยหน้า และข้าวปั้น
พากันมุดหัวเข้ามาอีกครั้ง
คราวนี้...มีไก่ย่างแสนอร่อยมาฝากลูกหมาด้วย



กิจกรรมท้ายเล่ม

- ผู้ใหญ่ลองเปลี่ยนสภาพแวดล้อมใหม่ๆ ในบ้านหรือในห้องเรียน เช่น เปลี่ยนที่วางจานข้าว เปลี่ยนกิจกรรมไปจากแผนที่ตกลง ฯลฯ เมื่อเด็กเจอสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป หรือไม่ถูกใจ ผู้ใหญ่ต้องคอยอธิบายให้เด็กยอมรับ
- ให้เด็กได้ออกไปเล่นในที่ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ผู้คนใหม่ๆ อธิบายให้เด็กเกิดความคุ้นเคย
- ให้เด็กทำกิจกรรมที่ไม่เคยทำบ้าง

เทคนิคการอ่านนิทาน

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





หนังสือนิทานชุด “อ่านอุ่นรัก”

