

Research article

Evaluation of 'The School Health Literacy and Happiness on Nutrition' Project, 2019

Oraphun Pakmontri^{1*}

*¹Regional Health Center 11 Nakhonsrithammarat, Department of health, Ministry of Public Health,
Nakhonsrithammarat province*

ABSTRACT

The school health literacy and happiness project builds on the health promoting school initiated by the Department of Health, aiming to strengthen health education and promotion in schools. Objective: This study evaluated the project performance on nutrition, clean and safe drinking water, and four learning behaviors. The CIPP Model (consisted of 4 components: context, inputs, process and products), was used as the framework to assess the project performance. Data were collected during January and February 2019, using a non-participatory observation and review of project's documents. Eighteen schools from 7 provinces (Chumphon, Ranong, Pang-Nga, Phuket, Krabi, Surat Thani, and Nakhon Si Thammarat) of the 11th regional health promoting center were purposively selected. Main findings: Context: school principals, teachers, students, school committee, and community were well aware of and participated in building the new project components into the existing health promoting schools. The transition was smooth with strong support and participation of the community, and has a potential for scaling up. Inputs: all schools were aware of the policy and made efforts to move from health promoting schools to become health literacy schools. Some weaknesses included nutrition literacy, food hygiene and safe drinking water. Better performed schools can serve as a learning model. Process: Comparing schools having the same level of inputs and competency, different approaches were used and resulted in innovations. Experiences were shared at the School Health Literacy and Happiness Exhibits. 'Best Practices' were shared and recommended for adaptation to suit the differences in the contexts and environment of the schools. Products: all 18 schools were comparable in their outcomes. Aspects required improvement included: anthropometric assessment and coverage of height and weight measurements, high obesity rate (especially in the city area), canteen management to meet food sanitation standard, namely, health check-up of food providers, waste management, quality checking of drinking water, and lastly, classroom environment to promote learning behaviors. Recommendations: keys to successful health literacy include deep understanding, interactive communication, decision to change behaviors, and ability to transfer the acquired knowledge. One possibility is to integrate health literacy activities into the existing boy scout or girl guide programs, recognizing that support and facilitation be suitable to student's age.

Key words: Health Literacy, Health Promotion School, CIPP model

Received: 7 August 2020

Accepted: 5 November 2020

Available online: 20 December 2020

*Corresponding author's email: hpc.11oraphun@gmail.com



บทความวิจัย

ประเมินผลโครงการโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดีมีความสุข ด้านโภชนาการ พ.ศ. 2562

อรพรรณ ภัคมนตรี^{1*}

¹ศูนย์อนามัยที่ 11 เมืองนครศรีธรรมราช กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข จังหวัดนครศรีธรรมราช

บทคัดย่อ

โครงการโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดีมีความสุขตามนโยบายของกรมอนามัยเพื่อการพัฒนาต่อยอดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินผลการดำเนินงานและผลกระทบของโครงการโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดีมีความสุขด้านโภชนาการและสุขภาพอาหารและน้ำ วิธีการวิจัย วิจัยเชิงพรรณนา ใช้การสังเกตโดยไม่มีส่วนร่วม และวิเคราะห์เอกสารสรุปผลงานโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดีมีความสุข โดยประเมินด้านโภชนาการ อาหาร น้ำดื่ม สะอาดปลอดภัย และพฤติกรรมการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากโรงเรียนในโครงการโรงเรียนรอบรู้จำนวน 18 โรงเรียน ใน 7 จังหวัดของพื้นที่เขต 11 (ชุมพร ระนอง พังงา ภูเก็ต กระบี่ สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยวิเคราะห์เนื้อหาตามกระบวนการประเมิน CIPP Model ที่ประกอบด้วย บริบท (Context) ปัจจัยนำเข้า (Input) กระบวนการ(Process) และผลผลิต (Product) โดยประเมินงานระหว่างเดือน มกราคม – กุมภาพันธ์ 2562 ผลการประเมิน พบว่า ด้านบริบท (Context) ผู้บริหาร คณะครูนักเรียน คณะกรรมการสถานศึกษาและชุมชน ตระหนักและเข้าถึงการเข้าร่วมการพัฒนาสร้างรอยเชื่อมกับโรงเรียน ส่งเสริมสุขภาพสู่โรงเรียนรอบรู้สุขภาพดีมีความสุขอย่างกลมกลืน โดยต่อยอดจากการเรียนรู้สู่ความรู้ด้วยฐานเดิมในการสร้างชุมชนเข้มแข็ง การมีส่วนร่วมของชุมชน ทำให้สามารถส่งเสริมให้เกิดความรอบรู้ในระดับจุลภาค และมีแนวโน้มจะพัฒนาสู่ระดับมหภาคได้ ด้านปัจจัยนำเข้า (Input) ทุกโรงเรียนทราบถึงนโยบายการพัฒนาสุขภาพผู้เรียนตามแนวทางของโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสู่โรงเรียนรอบรู้ด้านสุขภาพ ปี 2562 บางโรงเรียนมีจุดอ่อนที่ต้องเรียนรู้จากจุดเด่นของโรงเรียนอื่น จุดอ่อนที่พบคือ ระดับความรอบรู้ทั้งด้านโภชนาการ อาหารและน้ำดื่มสะอาดปลอดภัย ด้านกระบวนการ (Process) จากปัจจัยนำเข้าที่เท่ากัน การพัฒนาศักยภาพแต่ละโรงเรียนมีรูปแบบที่แตกต่างกัน เกิดเป็นนวัตกรรมและ Best Practice ที่นำไปเผยแพร่ในมหกรรมโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดีมีความสุข เพื่อนำไปปรับตามบริบทและสิ่งแวดล้อมของพื้นที่ ด้านผลผลิต (Product) ทั้ง 18 โรงเรียนสามารถพัฒนาทั้ง 10 องค์ประกอบไปในทิศทางเดียวกัน แต่มีองค์ประกอบที่ต้องปรับปรุง ได้แก่ การประเมินและความครอบคลุมของการประเมินภาวะโภชนาการ พบปัญหาเด็กอ้วนที่สูงกว่าเกณฑ์โดยเฉพาะในเขตเมือง ด้านสุขภาพอาหาร พบว่า ยังไม่ได้มาตรฐานในด้านโครงสร้างโรงอาหาร การตรวจสุขภาพผู้สัมผัสอาหาร การจัดการขยะ การตรวจสอบคุณภาพน้ำดื่มและจัดบรรยากาศในชั้นเรียนให้เกิดพฤติกรรมเรียนรู้ ข้อเสนอแนะต่อระดับนโยบาย (กรมอนามัย) ปัจจัยสำคัญของความรอบรู้ คือ การเข้าถึง เข้าใจ การได้คำตอบ แลกเปลี่ยน การตัดสินใจเปลี่ยนพฤติกรรม และการส่งต่อความรู้ ทางเลือกหนึ่งคือการบรรจุเนื้อหาและองค์ประกอบสำคัญของความรอบรู้ด้านสุขภาพลงในหลักสูตรอบรมลูกเสือและเนตรนารีเพราะสอนการมีวินัยในตนเองอยู่แล้วโดยสนับสนุนอย่างเหมาะสมกับช่วงวัยของเด็ก

คำสำคัญ: ความรอบรู้ด้านสุขภาพ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ กรอบประเมิน CIPP

*Corresponding author's email: hpc.11oraphun@gmail.com

บทนำ

สังคมไทยมีความรอบรู้ด้านสุขภาพภายในปี พ.ศ. 2569 (Health Literate Thai Society by 2026) ได้ถูกกำหนดขึ้นในปี 2560 Road map ช่วงที่ 2 ที่เข้าสู่ยุทธศาสตร์ส่งเสริมการเจริญเติบโตแข็งแรง สูงดีสมส่วน ในวัยเรียน Health Literate School จนกระทั่ง ในปี 2562 ได้เริ่มมีการพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่ ลงสู่ภาคการศึกษาภายใต้โครงการโรงเรียนรอบรู้ สุขภาพดี มีความสุข

การสร้างความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) เป็นทักษะใหม่ที่สำคัญและจำเป็นในการสร้างพฤติกรรมสุขภาพ ส่งเสริมให้ประชาชนพัฒนาขีดความสามารถในระดับบุคคลเพื่อการรักษาสุขภาพของตนเองอย่างยั่งยืน กระบวนการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพด้วย วีเซฟ (V – shape) แบบจำลอง V – shape มี 6 องค์ประกอบ คือ การเข้าถึง การเข้าใจ การตอบโต้ซักถามและแลกเปลี่ยน การตัดสินใจ การเปลี่ยนพฤติกรรม และการบอกต่อมากกว่าการสอนให้รู้¹ ในขณะที่แนวคิดหลักการขององค์การรอบรู้ด้านสุขภาพได้ถูกวางรากฐาน ความเท่าเทียมของการเข้าถึงหลักการยังอยู่ในวงจำกัดเพียงบางกลุ่ม กรมอนามัยจึงได้พัฒนากรอบการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพในทุกกลุ่มวัย เพื่อดำเนินการควบคู่กับการส่งเสริมสุขภาพในระบบสุขภาพต่างๆ 4 ระบบ ได้แก่ การส่งเสริมสุขภาพตนเอง การป้องกันโรคด้วยตนเอง การคัดกรองและเลือกรับผลิตภัณฑ์สุขภาพ และการจัดบริการสุขภาพด้วยกระบวนการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ การเข้าถึง/เข้าใจ/ตัดสินใจ/และบอกต่อ ในทุกช่วงวัยของประชาชน ตั้งแต่เกิดจนตายตามกรอบ 3 มิติ 4 ประเด็น และการขับเคลื่อนความรู้ด้านสุขภาพของสังคมไทย ในปี 2579² กรอบการพัฒนาได้กล่าวถึงระบบสุขภาพไว้ได้ชัดเจน ทุกช่วงวัยสามารถนำไปใช้ได้ และเส้นทางที่นำความรู้ด้านสุขภาพเข้าสู่วิถีชีวิตที่มั่นคงควรต้องเริ่มจากการปลูกฝังตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล

การเข้าสู่โรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข หลังจากมีการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพมาได้ระยะหนึ่งโรงเรียนจำนวนไม่น้อยได้รับรู้แนวทางการส่งเสริมสุขภาพและนักเรียนได้เรียนรู้วิถีชีวิตในการสร้างพฤติกรรมสุขภาพ จนเกิดเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร ร้อยละ 1.96 ระดับทอง ร้อยละ 58.04 ระดับเงินร้อยละ 16.06 และระดับทองแดง ร้อยละ 11.92³ และเข้าสู่ยุคของโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข มีความมุ่งมั่นว่านักเรียนจะมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม นำไปปฏิบัติได้ เป็นตัวบ่งชี้เป้าประสงค์ 2 ด้าน คือ 1) นักเรียนมีวินัย และความรู้ด้านสุขภาพ โดยประกอบด้วย 1.1 นักเรียนเข้าถึงบริการคัดกรองภาวะเสี่ยงด้านสุขภาพ 1.2 นักเรียนมีความตระหนักรู้และเข้าใจในการแก้ไขภาวะเสี่ยงด้านสุขภาพ 1.3 คุณภาพการพัฒนาให้นักเรียนได้รับการดูแลด้านโภชนาการและทันตสุขภาพอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ ป.1 ถึงป.6 และ 2) โรงเรียนเป็นแหล่งสร้างวินัยและความรอบรู้ด้านสุขภาพ ประกอบด้วย กระบวนการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้นักเรียน โดยได้รับความร่วมมือของโรงเรียนตั้งแต่ผู้บริหารสถานศึกษา คณะครู บุคลากร นักเรียน คณะกรรมการสถานศึกษา ผู้ปกครอง หน่วยงานสาธารณสุข หน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพนักเรียนเข้าร่วมมือกันพัฒนาโรงเรียนให้เป็นโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข (HAPPINESS Health Literate School) ทุกโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการจะมีคู่มือการดำเนินงานโครงการโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข และมาตรฐานโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข เป็นแนวทาง ในการพัฒนาอย่างละเอียด ซึ่งในคู่มือและมาตรฐาน จะมีประเด็นด้านโภชนาการ ด้านอาหาร และน้ำดื่มสะอาดปลอดภัย ด้านพฤติกรรมกรเรียนรู้ และด้านอื่นๆ เช่น ด้านทันตสุขภาพวัยเรียน ด้านการออกกำลังกาย ด้านบุหรี่ยาเสพติด ด้านสามาธารณะ ผ่านเกณฑ์มาตรฐาน HAS และด้าน



สุขภาพาสสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกำกับไว้อย่างละเอียด

ปัจจุบันความเชื่อเกี่ยวกับการประเมินโครงการได้เปลี่ยนไป “การประเมินเพื่อการปรับปรุงมิใช่เป็นการประเมินเพื่อพิสูจน์จับผิด” ดังนั้นนักประเมินผลต้องตระหนักในบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบของตนเองในการประเมินสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และยังช่วยให้เกิดภาพลักษณ์ที่ดีในมุมมองหรือในความคิดของผู้บริหารหรือผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานที่ได้รับการประเมิน ซึ่งนำไปสู่ความเข้าใจที่ถูกต้องและความร่วมมือในการให้ข้อมูลต่างๆ ในสิ่งที่ได้รับการประเมิน การประเมินโครงการมีความสำคัญและจำเป็นในการพัฒนาการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ การประเมินจะทำให้ทราบจุดอ่อน จุดแข็ง และจุดที่องค์กรควรได้รับการพัฒนา ปรับปรุงแก้ไขได้ทันที่⁴ เช่นเดียวกันกับการเยี่ยมเสริมพลัง ที่มุ่งเน้นการเก็บสิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพด้านต่างๆ มาสู่การถ่ายทอดสู่สาธารณะในหลากหลายช่องทาง

จากสื่อและข้อมูลด้านโภชนาการ ด้านอาหาร และน้ำดื่มสะอาดปลอดภัย และด้านพฤติกรรมการเรียนรู้ ที่ปรากฏมีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับความรู้ด้านสุขภาพในวัยเรียนเพียงบางมุมเท่านั้น ในขณะที่ปัญหาโภชนาการในโรงเรียนก็ยังคงสูงขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะปัญหาเด็กอ้วน ดังนั้นการประเมินผลโครงการในระยะเริ่มต้นจึงมีความจำเป็น รวมทั้งรูปแบบการประเมินโครงการก็มีความสำคัญ รูปแบบที่ได้รับความนิยมในการประเมินโครงการคือรูปแบบซีบี (CIPP Model) เป็นการประเมิน 4 ด้าน คือ 1) การประเมินด้านบริบทเป็นการประเมินความต้องการที่อยู่ภายนอกโครงการ มีผลต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวของโครงการ 2) การประเมินด้านปัจจัยการนำเข้าเป็นการประเมินทรัพยากรที่จำเป็นที่จะนำมาใช้ในการดำเนินโครงการว่ามีความเป็นไปได้ มีความเพียงพอหรือไม่ 3) การประเมินด้านกระบวนการเป็นการประเมินการบริหารโครงการการจัดกิจกรรมต่างๆ

ของโครงการ การนำปัจจัยนำเข้าของโครงการมาใช้อย่างเหมาะสมหรือไม่ กิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้นบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการหรือไม่ 4) การประเมินด้านผลผลิตเป็นการประเมินผลที่ได้จากโครงการว่าเป็นไปตามวัตถุประสงค์หรือไม่⁴

การศึกษานี้จึงมีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องผลการดำเนินงานโครงการโรงเรียนรอบรู้ สุขภาพดี มีความสุข เพื่อนำมาเปรียบเทียบกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ว่าได้ผล ด้านโภชนาการ ด้านอาหารและน้ำดื่ม และด้านพฤติกรรมการเรียนรู้ และ 2) เพื่อรวบรวมผลกระทบที่เกิดจากการดำเนินงานโครงการโรงเรียนรอบรู้ สุขภาพดี และมีความสุข ด้านโภชนาการ ด้านอาหารและน้ำดื่ม และด้านพฤติกรรมการเรียนรู้

วิธีการศึกษา

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อประเมินผล โครงการโรงเรียนรอบรู้ สุขภาพดี มีความสุข พ.ศ.2562 ด้านโภชนาการ ด้านอาหาร และน้ำดื่มสะอาดปลอดภัย และด้านพฤติกรรมการเรียนรู้ โดยใช้กระบวนการประเมินแบบ CIPP Model และจากการสังเกตโดยไม่มีส่วนร่วม กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาได้แก่โรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการจำนวน 18 โรงเรียนจาก 7 จังหวัด ในพื้นที่เขต 11 (ชุมพร ระนอง พังงา ภูเก็ต กระบี่ สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช) และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง จากโรงเรียนทั้งหมดที่เข้าร่วมโครงการ

ขอบเขตและแนวทางการศึกษา

การศึกษานี้มีขอบเขตของการศึกษาประกอบด้วยขอบเขตการศึกษาด้านเนื้อหาและขอบเขตการศึกษาในด้านพื้นที่ และประชากร มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ประเมินผล เมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงานโครงการ โดยประเมินในด้านต่าง ๆ ดังนี้ 1) การประเมินสภาวะแวดล้อม 2) การประเมินปัจจัยเบื้องต้น 3) ประเมินกระบวนการ และ 4) การประเมินผลผลิต

2. ขอบเขตด้านพื้นที่และประชากร

ประชากร ประกอบด้วย ผู้บริหารสถานศึกษา คณะครู บุคลากร นักเรียน คณะกรรมการสถานศึกษา ผู้ปกครอง หน่วยงานสาธารณสุข หน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และ NGO

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือ 1) แบบสังเกต บันทึกข้อมูลเกี่ยวกับ พฤติกรรม ลักษณะการปฏิบัติงาน สภาพแวดล้อม บรรยากาศการจัดการเรียนการสอน และ 2) การทดสอบ โดยการใช้ปฏิบัติจริง

ผลและวิจารณ์ผลการศึกษา

ผลการวิจัย สามารถแยกเป็นประเด็นได้ดังต่อไปนี้คือ

1) **ด้านบริบท** ผู้บริหาร คณะครู และนักเรียน ที่สมัครเข้าร่วมโครงการมีความกระตือรือร้น ที่จะดำเนินโครงการตามนโยบายที่ได้ฝึกอบรม ทุกโรงเรียนศึกษามาตรฐานการพัฒนาโรงเรียนรอบรู้สุขภาพ มีความสุข มาอย่างดี มีการแสดงออกเชิงสัญลักษณ์ที่หลากหลายตามบริบทของตนที่พบเห็นได้ทุกโรงเรียน คือการมีส่วนร่วมพร้อมใจกันดำเนินกิจกรรมและสร้างนวัตกรรมที่บ่งบอกถึงความรอบรู้ได้ในระดับหนึ่ง มีการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า โดยการสร้างและประดิษฐ์อุปกรณ์การเรียนการสอนจากสิ่งที่มีอยู่ในท้องถิ่น การเปิดโอกาสให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมทั้งกำลังกาย กำลังทรัพย์ และภูมิปัญญา ความพร้อมที่เกิดขึ้นและเห็นได้ชัดคือการเข้าร่วมกิจกรรมในการรับการประเมินที่เต็มพร้อมจากทุกฝ่ายนอกจากฝ่ายท้องถิ่นที่มีมาทุกโรงเรียน บางแห่งจะพบว่า

นายอำเภอร่วมรับการเยี่ยมเสริมพลังด้วยเช่นกัน การเยี่ยมเสริมพลังเป็นการประเมินที่สามารถเห็นบริบทของชุมชนได้อย่างชัดเจน ทั้งในรูปความเข้มแข็งของชุมชน และระดับบุคคล ดังเช่น การศึกษาผลของการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วยความดันโลหิตสูงที่โรงพยาบาลท่าโรงช้าง อำเภอพุนพิน จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า การเสริมพลังให้ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงจะทำให้พฤติกรรม การดูแลตนเองดีขึ้น ได้

2) **ด้านปัจจัยนำเข้า** การกำหนดกิจกรรมโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข ถูกกำหนดโดยคู่มือการดำเนินงานโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข และเอกสารประกอบการอบรมโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข โปรแกรมเยี่ยมเสริมพลัง และการจัดชี้แจงนโยบาย มีผู้บริหาร คณะครู นักเรียน และ แกนนำชุมชน ส่งตัวแทนเข้าร่วมรับนโยบาย ฝึกอบรม ให้ความร่วมมือในการฝึกปฏิบัติในทุกฐาน ทุกกิจกรรมด้วยความตั้งใจ มีการตีความของความรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับที่แตกต่างกัน บางโรงเรียนเป็นเพียงบทบาทของครูในการกำกับให้เกิดกิจกรรม บางแห่งนักเรียนสามารถดำเนินกิจกรรมได้สมบูรณ์ มีการแสวงหาเทคโนโลยีใหม่ๆ มาใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการ มาใช้ในการกำหนดอาหารกลางวัน ทำให้ผู้เรียนไม่ได้ฝึกวิธีคิดวิเคราะห์ด้วยตัวเองเนื่องจากมีโปรแกรมสำเร็จรูป และมีผู้เรียนบางกลุ่มเท่านั้นที่มีโอกาสได้ใช้ มีการใช้สื่อการเรียนการสอนสมัยใหม่จากอินเทอร์เน็ต ในบางโรงเรียนเกี่ยวกับด้านอาหารและโภชนาการ และการอ่านฉลากอาหารจากขนมที่ผู้เรียนซื้อกินเป็นประจำ จากรายงานการอบรมแกนนำนักเรียน โดยผู้เรียนมีส่วนร่วมและจัดฐานพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพโดยปฏิบัติจริง ด้านโภชนาการ การออกกำลังกาย การอ่านฉลาก การทดสอบสารปนเปื้อนในอาหาร และทันตสุขภาพ ที่ผู้เรียนสามารถนำฐานและสาธิตให้เพื่อนนักเรียนเข้าใจและปฏิบัติได้ (การนำเสนอผลงาน งานมหกรรมสร้างคุณค่านวัตกรรมสุขภาพเด็กวัยเรียน วัยรุ่น ภาคใต้ ปี 2562 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 1 กระบี่



3) **ด้านกระบวนการ** การบริหารจัดการเพื่อตอบสนองการรอบรู้ ของคณะครู นักเรียน และชุมชน โดยจัดให้มีการถ่ายทอดนโยบาย กิจกรรมสำคัญ ๆ ลงสู่ทุกระดับ เพื่อให้รับรู้ ในแบบแผนเดียวกัน มีการกำหนดบทบาท หน้าที่แก่ผู้เกี่ยวข้องอย่างทั่วถึง เช่น การจัดอบรมครูและนักเรียนให้มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง และส่วนรวม การกำหนดบทบาทหน้าที่ให้แก่คณะกรรมการแต่ละด้านเพื่อรองรับภาระกิจในแต่ละองค์ประกอบ โรงเรียนทั้ง 18 โรงเรียนต่างเข้าใจดีว่า โรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุขนั้นยังยึดแนวความคิดการมีส่วนร่วมของนักเรียน บุคลากรในโรงเรียน ผู้ปกครอง คณะกรรมการโรงเรียนและชุมชน และแนวทางการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพทั้ง 10 องค์ประกอบ นั่นคือ 1) นโยบายของโรงเรียนที่กำหนดทิศทางการดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพ 2) การบริหารจัดการในโรงเรียน การจัดองค์กรและระบบบริหารงาน 3) โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน โดยโรงเรียนกำหนดแผนงานโครงการหรือกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่วมกันระหว่างโรงเรียนและชุมชน 4) การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ จัดสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้อยู่ในสภาพที่ถูกสุขลักษณะและเอื้อต่อการเรียนรู้การส่งเสริมสุขภาพกาย จิต สังคมรวมถึงการป้องกันโรคและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นต่อนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน 5) บริการอนามัยโรงเรียน โดยจัดบริการสุขภาพขั้นพื้นฐาน เช่น เฝ้าระวังภาวะสุขภาพ การตรวจสุขภาพ การรักษาพยาบาลเบื้องต้นสำหรับทุกคนในโรงเรียน การมีและใช้เครื่องชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง 6) สุขศึกษาในโรงเรียน โดยจัดกิจกรรมเผยแพร่ความรู้ พัฒนาทักษะสุขภาพ และทักษะชีวิต ที่นำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมต่อการมีสุขภาพดี มีแก่น้ำ แปรงสีฟันเป็นของตนเองนำมาโรงเรียนทุกวัน 7) โภชนาการและอาหารปลอดภัย ส่งเสริมให้นักเรียนมี ภาวะการเจริญเติบโตสมวัย ได้รับอาหารครบ 5 หมู่ สามารถเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ได้รับนมจืดทุกวัน การเก็บ

รักษาคุณภาพนม ระหว่างรอแจกจ่ายให้นักเรียนเก็บในภาชนะที่เหมาะสม ไม่มีจุลินทรีย์หรือรื้อรังเก็บรักษาในอุณหภูมิที่เหมาะสม มีเครื่องวัดอุณหภูมิที่ใช้การได้ประจำโรงเรียน โรงอาหารได้มาตรฐานสุขาภิบาลโรงอาหารในโรงเรียน 30 ข้อ นอกจากนี้ในการเข้าฐานฝึกปฏิบัติ มีการมุ่งเน้นให้นักเรียนคิดอายุตนเองที่ถูกต้องบอก ปี เดือน วัน ได้ ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และเทียบกราฟแสดงการเจริญเติบโต และบอกภาวะโภชนาการของตนเองและเพื่อนได้ รู้ปริมาณที่ควรได้รับอาหารแต่ละกลุ่มใน 1 วันเช่นผักใน 1 มื้อ การได้รับเกลือเสริมไอโอดีน เมนูอาหารลดหวาน มัน เค็ม วิธีการทดสอบสารปนเปื้อนในอาหารแต่ละประเภท รวมถึงการเลือกซื้ออาหารในชีวิตประจำวัน และการล้างภาชนะ 3 ตอนได้ 8) การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ โรงเรียนมีสถานที่และอุปกรณ์ส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนมีสภาพพร้อมใช้งานและปลอดภัย การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวทางกายตอนเช้าหน้าเสาธง การดัดแปลงวัสดุเหลือใช้ให้เป็นอุปกรณ์ออกกำลังกาย 9) การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม ครูประจำชั้นคัดกรอง ระบุปัญหา เฝ้าระวังกลุ่มเสี่ยงและช่วยเหลือเบื้องต้นโดยเฉพาะรายที่มีปัญหาซับซ้อน และ 10) การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน บุคลากรในโรงเรียนได้รับการประเมินสุขภาพอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

4) **ด้านผลผลิต** พบว่าโรงเรียนที่เข้าร่วมมีความพร้อมและทั้งด้านทรัพยากร บุคลากรและนักเรียนดำเนินกิจกรรมที่เหมาะสม นักเรียนได้รับการพัฒนาตามความเหมาะสมของแต่ละช่วงชั้น โดยชั้น ป.5-6 เป็นแกนนำในการนำชั้น ป. 3-4 ร่วมทีมปฏิบัติ เพื่อช่วยเหลือ ชั้น ป.1-2 หากแต่ยังพบว่านักเรียนยังได้รับการเฝ้าระวังทางโภชนาการไม่ครบ การบรรลุตัวบ่งชี้เป้าประสงค์ 2 ด้าน คือ 1) นักเรียนมีวินัย และความรอบรู้ด้านสุขภาพ โดยประกอบด้วย 1.1) นักเรียนเข้าถึงบริการคัดกรองภาวะเสี่ยงด้านสุขภาพ 1.2) นักเรียนมีความตระหนักรู้และเข้าใจในการแก้ไขภาวะเสี่ยงด้าน

สุขภาพ 1.3) คุณภาพการพัฒนา นักเรียนได้รับการดูแลด้านโภชนาการและทันตสุขภาพอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ ป.1 ถึงป.6 และ 2) โรงเรียนเป็นแหล่งสร้างวินัยและความรอบรู้ด้านสุขภาพ ประกอบด้วยกระบวนการสร้างความรอบรู้ ด้านสุขภาพจึงยังต้องพัฒนาต่อไป

โดยภาพรวมของการพัฒนาความรู้สุขภาพดี มีความสุข ไม่ว่าจะเป็นด้านใด ภาพที่สะท้อนออกมาคือ ส่งผลในด้านบวกเพิ่มขึ้นมาเรื่อยๆ แต่เดิมนั้นการให้ความรู้ทางโภชนาการผ่านการเรียนการสอนแบบอ่านท่องจากตำราผู้เรียน โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนชายและกลุ่มนักเรียนที่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หากปรับเปลี่ยนวิธีสอนมาใช้สื่อออนไลน์ ที่มีเนื้อหาที่น่าสนใจจะสามารถพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้เพิ่มขึ้น และจากผลวิจัยโปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพศึกษาโดยการจัดการเรียนรู้แบบใช้คำถามเพื่อการสร้างเสริมพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์พบว่าการใช้คำถาม ประกอบกับการสอนที่หลากหลาย การใช้สื่อต่างๆ และข่าวสารจากเหตุการณ์ปัจจุบันส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมเกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้ดีขึ้น ดังนั้นจึงควรนำไปประยุกต์ใช้ในการสอนสุขภาพศึกษาในเรื่องอื่น จากงานวิจัยของ ชลดา อาณี และคณะ (2560)⁶ และจากงานวิจัยของ สุธี สฤณศิริ⁷ ที่ชี้ให้เห็นว่าภาวะโภชนาการเกินและภาวะโภชนาการขาดยังเป็นปัญหาของเด็กวัยเรียนที่ควรเน้นการส่งเสริมสุขภาพโดยให้ความรู้ด้านโภชนาการและการรับประทานอาหาร รวมถึงจัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในแต่ละกลุ่มแก่นักเรียน รวมทั้งการติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง ย่อมส่งผลต่อการพัฒนาสู่ความรู้สุขภาพดี และมีความสุขในทุกๆ ด้านได้ ขณะเดียวกันการพัฒนาโรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข ด้านโภชนาการ ปี 2562 อันเป็นปีเริ่มต้นของโครงการโรงเรียนรอบรู้ ซึ่งเป็นเหมือนปีแห่งการวางรากฐาน ปีแห่งการสร้างและพัฒนาเครื่องมือ ปีแห่งค้นหาต้นแบบของการ

จัดการเรียนรู้ และเรียนลัดเพื่อให้ได้เครื่องมือที่ดีต่อการสร้างความรอบรู้

สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้จะเห็นได้ว่าความรู้ด้านสุขภาพที่สมบูรณ์ เกิดจากความเข้าใจในรายละเอียดของโครงการและทักษะของคนในโครงการ รวมถึงการสื่อสารที่ดี จะเป็นความสำคัญลำดับต้นๆ ที่จะกำหนดความสำเร็จของโครงการความสามารถในการกำหนดแนวปฏิบัติที่ต้องการสร้างความสำเร็จ การจัดเตรียมปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อความสำเร็จของโครงการให้พร้อม เช่น เตรียมทีม กำหนด Project Manager และทีมงานให้เข้าใจองค์ความรู้และทักษะในการบริหารโครงการ กำหนดกระบวนการในการยืนยันรายละเอียดในโครงการให้มีความชัดเจนก่อนเริ่มโครงการ จะส่งผลให้โครงการมีโอกาสประสบความสำเร็จมากขึ้น รูปแบบการถ่ายทอดเทคโนโลยีและองค์ความรู้ในทุกด้านที่เหมาะสมกับผู้เรียนสามารถกระทำได้หลากหลายรูปแบบ แต่รูปแบบที่ส่งผลต่อการเกิดความรู้คือการปฏิบัติจริงและได้รับการยกย่องให้เป็นแกนนำจะสามารถดึงศักยภาพในตัวผู้เรียนออกมาได้ เนื้อหาสาระในรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพแต่ละช่วงชั้น สามารถพัฒนาให้ผู้เรียนมีความแตกฉาน หากผู้สอนใช้กระบวนการที่ถูกต้องกับการพัฒนาให้เกิดความรู้ทางสุขภาพ

ข้อเสนอแนะต่อหน่วยงานในระดับนโยบาย : (กรมอนามัย) สิ่งสำคัญของความรู้ คือการเข้าถึง เข้าใจ โต้ตอบ ชักถามแลกเปลี่ยน ตัดสินใจ เปลี่ยนพฤติกรรม และบอกต่อ แต่ละขั้นตอนของเด็กนักเรียนจึงต้องสนับสนุนให้เหมาะสมกับช่วงวัย โดยทางเลือกหนึ่งคือ การบรรจุเนื้อหาที่เหมาะสมลงในหลักสูตรอบรมกิจกรรมในโรงเรียน เพราะส่วนหนึ่งของความรู้คือการมีวินัยในตนเอง

ในระดับพื้นที่: แบบแผนและกระบวนการจัดการเรียนการสอนต้องสร้างแกนนำนักเรียนในแต่ละช่วงชั้น พัฒนาภาวะผู้นำให้เด่นชัด มีเวทีให้



นักเรียนแสดงออก เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออกทั้งแบบเดี่ยวและแบบกลุ่ม จัดให้มีการพบปะ ทำกิจกรรมส่งเสริมความรอบรู้ทั้งภายในและภายนอกมีแบบประเมินตนเองที่สามารถเชื่อมโยงภาพรวมได้ทุกระดับ (Platforms Digital) รวมทั้งติดตามประเมินผลอย่างเป็นระบบ และเผยแพร่ภาพเชิงบวกเพื่อสร้างพลังการขับเคลื่อนให้เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

เอกสารอ้างอิง

1. วชิระ เพ็งจันทร์, ชะนวนทอง ธนสุกาญจน์
แนวคิด หลักการขององค์การรอบรู้ด้านสุขภาพ
2561: 8: สำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรม
อนามัย 4.0; กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
2561.
2. ชะนวนทอง ธนสุกาญจน์, วิมล โรมา, มุกดา
สำนวนกลาง, แนวคิด หลักการขององค์การรอบรู้
ด้านสุขภาพ. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข,
2561.
3. วันชัย เยี่ยงกุลเชาวน์, คู่มือการดำเนินงาน
โรงเรียนรอบรู้สุขภาพดี มีความสุข. ศูนย์อนามัยที่
11 นครศรีธรรมราช, 2561.
4. เซาว์ อินไย การประเมินโครงการ, สำนักพิมพ์
แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2553: 126-127.
5. ไพเราะ กลิ่นนิริฏ์ ผลของการเสริมสร้างพลัง
อำนาจต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย
ความดันโลหิตสูงของโรงพยาบาลท่าโรงช้าง
อำเภอพุนพิน จังหวัดสุราษฎร์ธานี. วารสาร
พัฒนาสุขภาพชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น,
2558; 3(2):213-30.
6. ชลดา อาณี กรันทรรัตน์ บุญช่วยธนาสิทธิ์ ประเสริฐศักดิ์ ภายนาคา. ประสิทธิผลของโปรแกรม
การสร้างเสริมความรอบรู้ทางสุขภาพโดยการ
จัดการเรียนรู้แบบใช้คำถามเพื่อสร้างเสริม
พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ใน
นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัด
นนทบุรี. Kasetart Educ Rev. 2560;
32(2):137-44.
7. สุธี สฤทธิศิริ ภาวะโภชนาการของนักเรียนใน
โรงเรียน เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร. J
Public Health. 2012; 42(1):78-89.