



Teaching methods

นพ.ธรณินทร์ กองสุข
MD, M.Sc, M.Econ
Dip., psychiatry
10 มค 2567

“หลักสูตรฝึกอบรมที่จัดทำและดำเนินการโดยไม่เชื่อมโยง
ระบบบริการสุขภาพใดๆ อาจไม่สามารถแก้ไขปัญหา
สุขภาพและเป็นความสูญเปล่า。”

– *Thorarin kongasuk*

6 Feb 2017

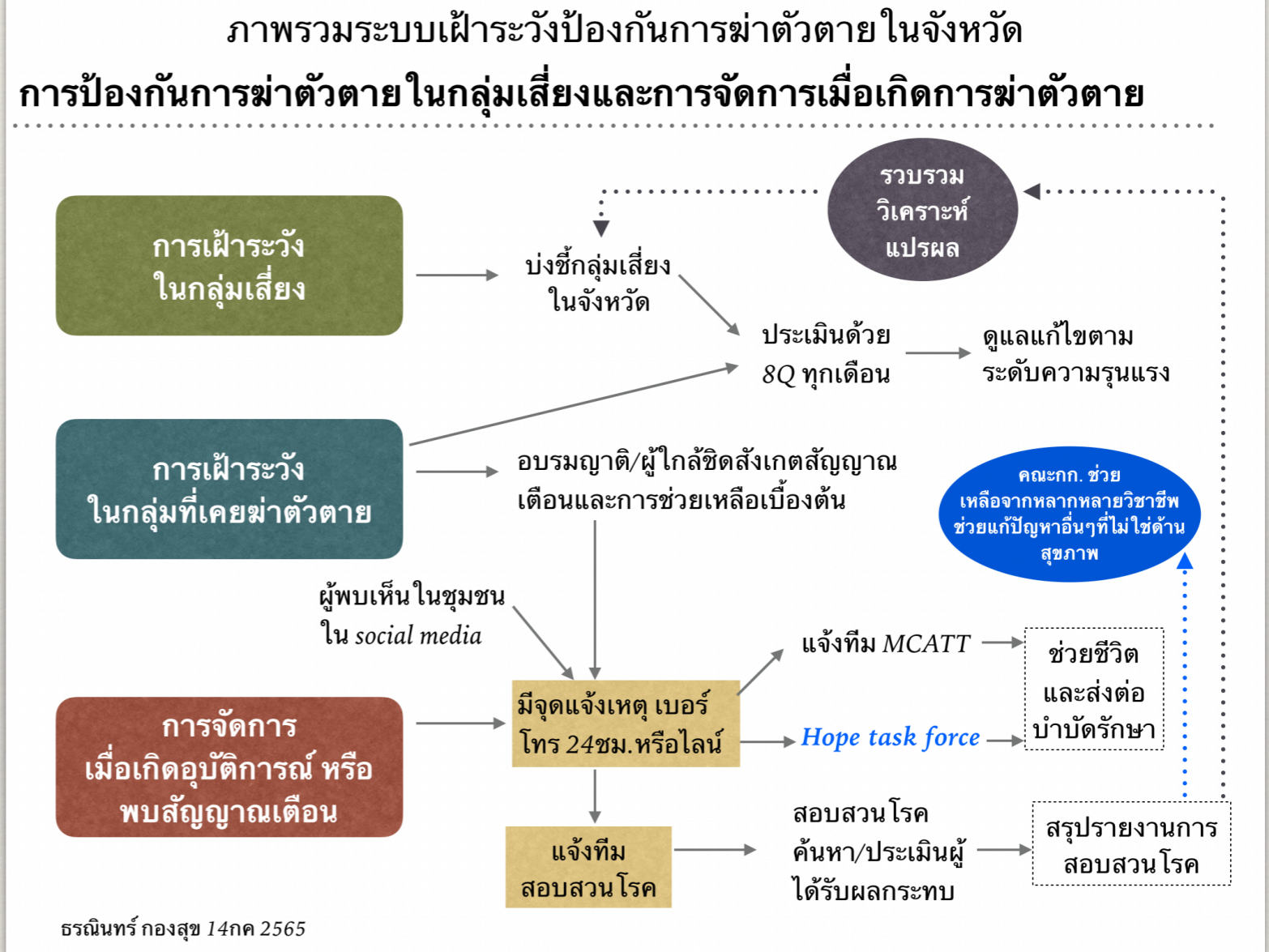
“หลักสูตรฝึกอบรมด้านสุขภาพ
ควรมีวัตถุประสงค์หลักที่สำคัญคือ
พัฒนาศักยภาพของผู้ปฏิบัติงานในระบบให้สามารถ
ปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพจนบรรลุเป้าหมาย
ของการมีระบบบริการสุขภาพนั้นๆ.”

–Thorarin Kongsuk

6Feb2017

วัตถุประสงค์ของหลักสูตรฝึกอบรมแนวใหม่

“พัฒนาสมรรถนะของ
ผู้ปฏิบัติงานในระบบ
ให้สามารถปฏิบัติ
กิจกรรมที่กำหนดไว้
ในระบบ
ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
จนบรรลุเป้าหมายของ
การมีระบบบริการ
สุขภาพ นั้นๆ.”



↑
สมรรถนะของผู้ปฏิบัติงาน (KAS)

ขยายความ: วัตถุประสงค์ของหลักสูตรฝึกอบรมแนวใหม่

ตัวอย่างเช่น

ในระบบเฝ้าระวังป้องกันการฆ่าตัวตายในจังหวัด เป้าหมายคือ ลดการฆ่าตัวตายในกลุ่มเสี่ยง และลดการฆ่าตัวตายซ้ำและฆ่าตัวตายสำเร็จ ในกลุ่มที่เคยฆ่าตัวตาย

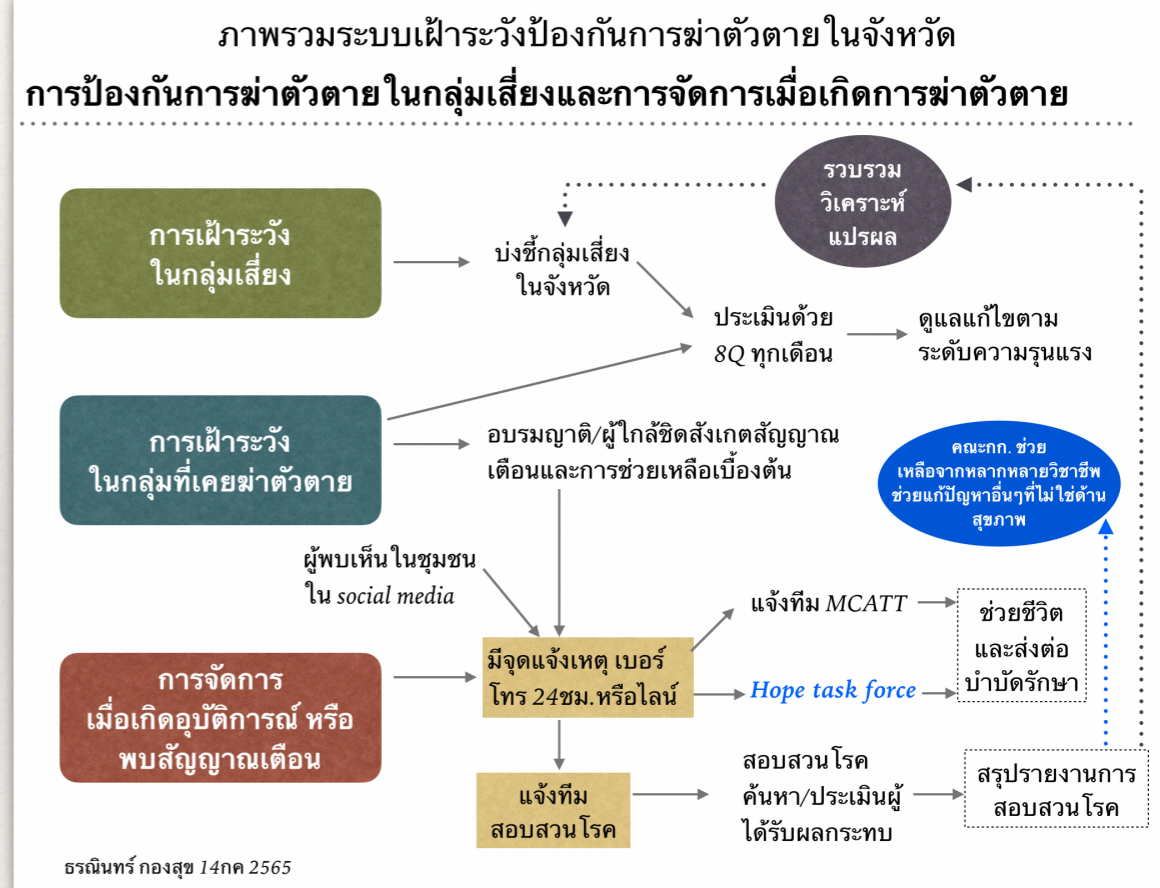
กิจกรรมในระบบประกอบด้วย :

- ผู้รับผิดชอบงานป้องกันการฆ่าตัวตายในจังหวัดร่วมกับ รพจ และ ศูนย์สุขภาพจิตนำข้อมูล รง506S มาวิเคราะห์เพื่อกำหนด กลุ่มเสี่ยงที่ต้องเฝ้าระวังและกำหนดมาตรการป้องกันแก้ไข ปัญหาฆ่าตัวตายในจังหวัด
- พยาบาลใน รพช/รพท/รพศ- ติดตามประเมินกลุ่มเสี่ยงและผู้ที่เคยฆ่าตัวตาย ด้วย 8Q แล้ว ดูแลช่วยเหลือตามระดับความรุนแรงที่ประเมินได้
- ญาติ ผู้ใกล้ชิด เพื่อนบ้าน อสม คนในชุมชนของกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มที่เคยฆ่าตัวตายสังเกต สัญญาณเตือนและให้การช่วยเหลือเบื้องต้น
- เมื่อพบสัญญาณเตือนหรือการกระทำรุนแรงต่อตนเอง ให้เข้ายับยั้งช่วยเหลือและแจ้งจุดแจ้งเหตุฆ่าตัวตาย เพื่อประสานกู้ชีพ ทีมMCATT ไปช่วยชีวิตและส่งต่อบำบัดรักษา
- แจ้งทีมสอบสวนโรคไปรวบรวมข้อมูลแล้วสรุปรายงานส่งให้คณะกรรมการหรือทีมสุขภาพจิต ต่างๆเพื่อวางแผนช่วยเหลือและนำไปวิเคราะห์เพื่อวางแผนแก้ไขต่อไป

หลักสูตรฝึกอบรมแนวใหม่จึงควรมีดังนี้

1. หลักสูตรอบรมผู้รับผิดชอบงานป้องกันการฆ่าตัวตายในจังหวัดร่วมกับ รพจ และ ศูนย์สุขภาพจิต ในการวิเคราะห์และใช้ประโยชน์จากข้อมูล รง506S เพื่อกำหนดกลุ่มเสี่ยงและมาตรการป้องกันแก้ไขปัญหาฆ่าตัวตาย
2. หลักสูตรอบรมการใช้8Q การแปลผลและการช่วยเหลือตามความรุนแรง
3. หลักสูตรการสอบสวนกรณีฆ่าตัวตาย
4. หลักสูตรอบรมญาติและผู้ใกล้ชิดของกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มที่เคยฆ่าตัวตายให้สามารถสังเกต สัญญาณเตือนรวมถึงวิธีการช่วยเหลือเบื้องต้น
5. หลักสูตร Family counseling , couple counseling, PST, MI-SI

• ลดการฆ่าตัวตาย



ธรรมนูญ กองสุช 14กค 2565

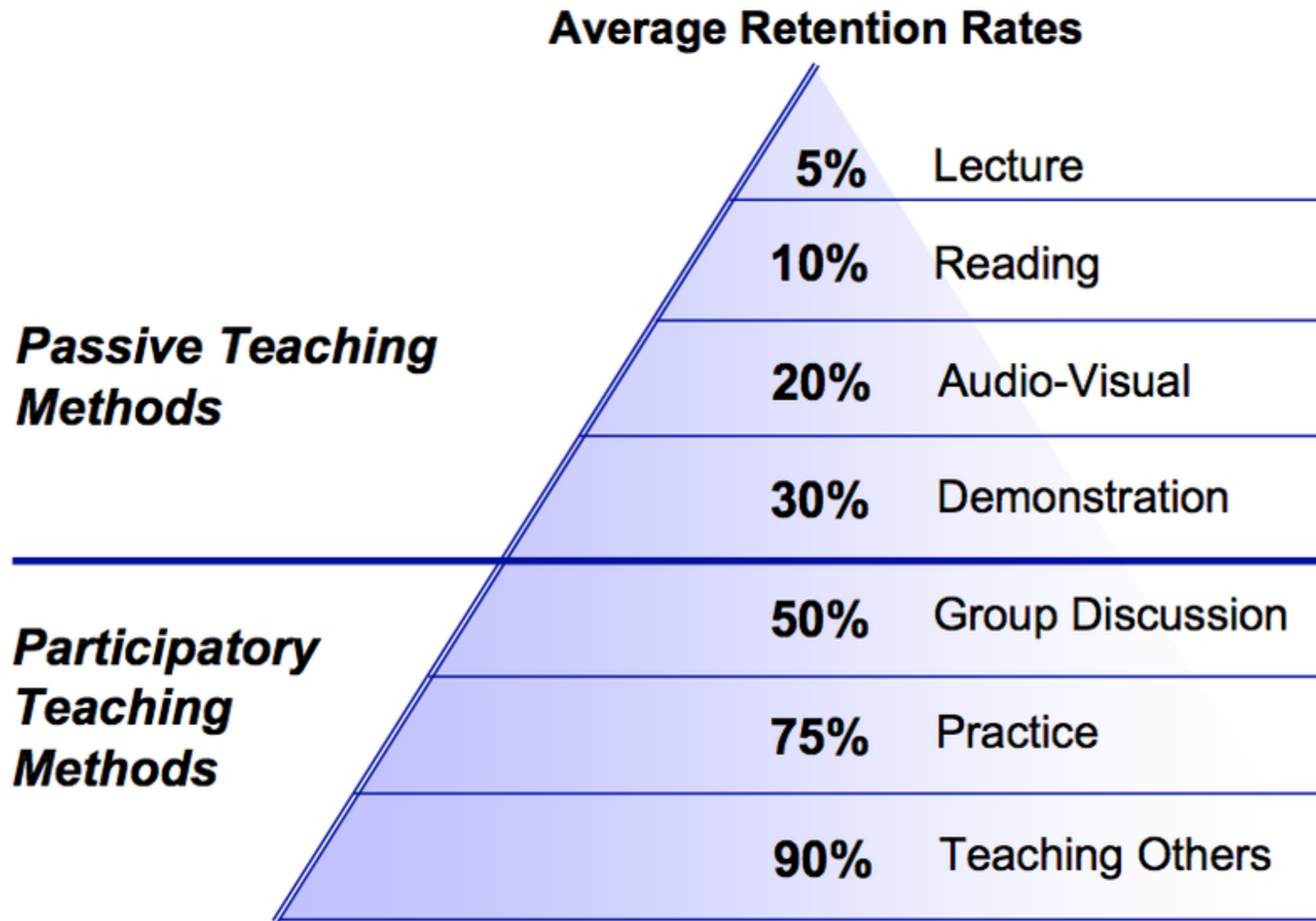
สมรรถนะของผู้ปฏิบัติงาน
(KAS)

Lecture, Lecture and Lecture

- ❖ เป็นการง่ายสำหรับผู้สอนที่จะพูดหรือบรรยายตลอดชั่วโมงเรียน ... แต่ไม่เกิดการเรียนรู้ที่ดี
- ❖ ควรหากิจกรรมอื่นเพิ่มเติม เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติหรือเรียนรู้จากการสอน



The Learning Pyramid*



*Adapted from National Training Laboratories. Bethel, Maine

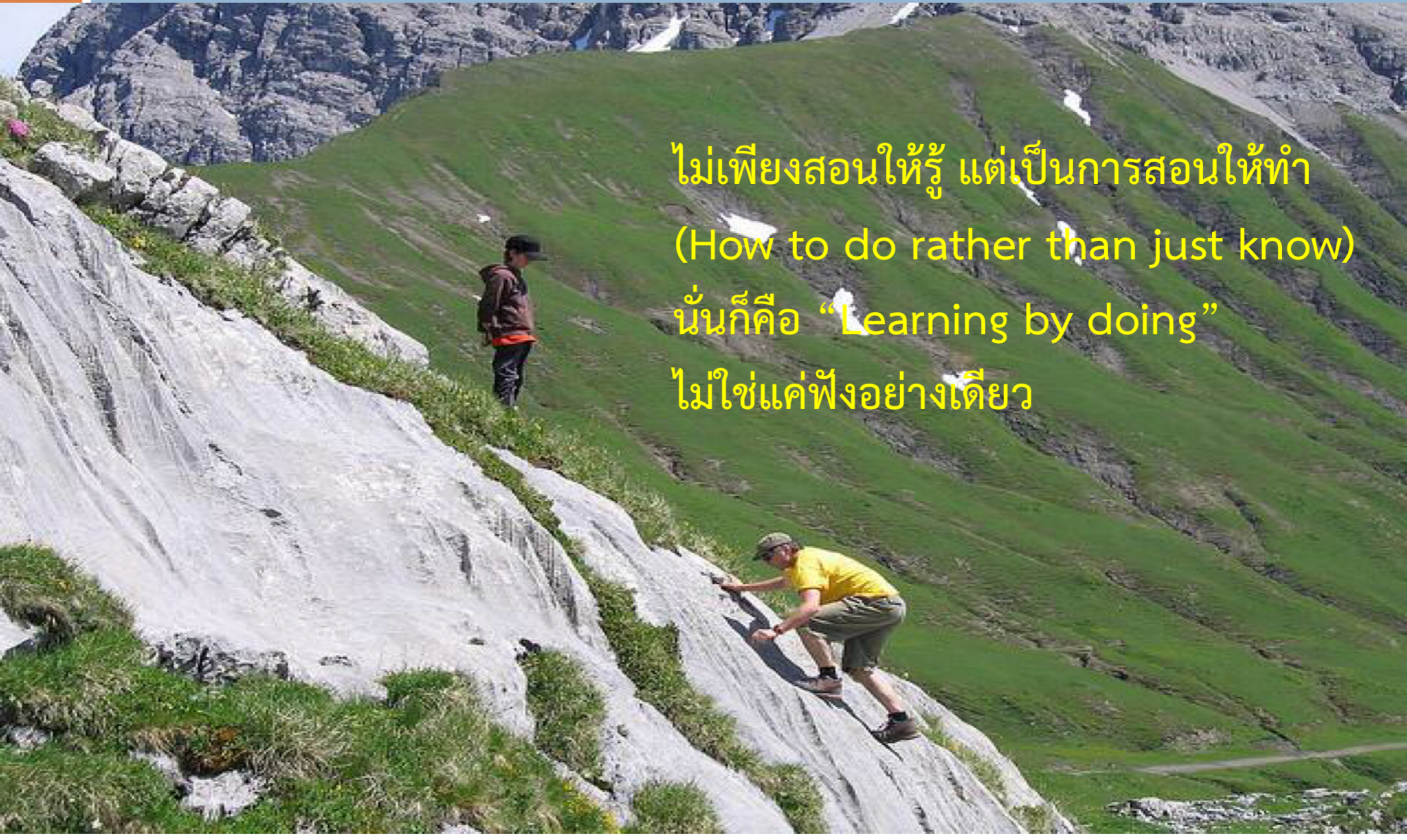
Table 1-1. Learning Recall Related to Type of Teaching Activity

TYPE OF TEACHING ACTIVITY	PERCENTAGE OF MATERIAL RECALLED	
	After 3 Hours	After 3 Days
Verbal (one-way) lecture	25%	10–20%
Written (reading)	72%	10%
Visual and verbal (illustrated lecture)	80%	65%
Participatory (role play, case study, practice, etc.)	90%	70%

Adapted from: Dale 1969.

หัวใจของการฝึกอบรมด้านสุขภาพจิต

ไม่เพียงสอนให้รู้ แต่เป็นการสอนให้ทำ
(How to do rather than just know)
นั่นก็คือ “Learning by doing”
ไม่ใช่แค่ฟังอย่างเดียว



บทบาทที่สำคัญของผู้สอน

ผู้สอนคือผู้อำนวยความสะดวกให้เกิดการเรียนรู้
จนผู้เรียนเกิด KAS

- ❖ K: Knowledge
- ❖ A: Attitude
- ❖ S: Skill



การสอนให้เกิดการเรียนรู้

การเรียนรู้แบ่งเป็น 3 โดเมน :

- ❖ **Knowledge:** What we know (also known as the cognitive learning domain)
- ❖ **Skills:** What we do or perform (also known as the psychomotor learning domain)
- ❖ **Attitudes:** How we feel about what we know and do (also known as the affective learning domain)



ประเภทของการสอนตามวัตถุประสงค์

1. การสอนให้เกิดความรู้ (Knowledge)
2. การสอนให้เกิดหรือปรับเปลี่ยนเจตคติ (Attitude)
3. การสอนให้เกิดทักษะ (Skill)



การสอนที่ดี

1. สำรวจความรู้เดิมก่อนเรียน
2. ทำให้ผู้เรียนเล็งเห็นความสำคัญของการเรียนการสอนในแต่ละครั้ง
3. ชัดเจน แจ่มแจ้ง (ได้ยิน ได้เห็น ได้ปฏิบัติหรือสัมผัส)
4. Active learning
5. Giving feedback
6. ตระหนักถึงความแตกต่างของบุคคล
7. สร้างแรงจูงใจที่จะเรียน



การสอนให้เกิด Knowledge

หลักการสำคัญ

- ❖ คำถามก่อนวางแผนการสอน "ถ้าขาดความรู้ส่วนนี้ ผู้เรียนจะไม่สามารถปฏิบัติงานนั้นได้ ใช่หรือไม่?" ถ้าคำตอบคือ ไม่ ... ก็ไม่ต้องสอนหรือพูดถึงประเด็นนั้นเลย
- ❖ ความรู้หรือข้อมูลความจริงมีความยากง่ายในการทำความเข้าใจแตกต่างกัน ดังนั้นจึงควรเลือกวิธีการสอนให้เหมาะสมกับความรู้หรือข้อมูลความจริงแต่ละอย่าง

รูปแบบการสอน

- บรรยาย
- กำหนดหนังสือ/เอกสาร/ใบงานให้อ่านแล้วอภิปราย
- ชมวิดีโอทัศน์แล้วอภิปรายหรือให้ซักถามเพิ่มเติม
- กำหนดหัวข้อให้ค้นหาในห้องสมุดหรืออินเทอร์เน็ตแล้วมาอภิปรายและซักถามเพิ่มเติม

การสอนให้เกิด/ปรับเปลี่ยน Attitude

Fact

- ❖ เจตคติไม่ถูกปรับเปลี่ยนได้ง่ายๆ
- ❖ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเจตคติผู้เรียนทุกคน ด้วยการสอนวิธีเดียว
- ❖ เจตคติสามารถปรับเปลี่ยนได้ โดยวิธีเหล่านี้ ได้แก่ 1) การให้ข้อมูลที่สัมพันธ์โดยตรงกับเจตคติ 2) การยกตัวอย่างหรือยกบุคคลต้นแบบ 3) การเล่าหรือแสดงประสบการณ์ 4) ให้มีการอภิปราย 5) การแสดงบทบาทสมมติ (role-play exercises)

ขั้นตอนการสอน

1. ให้สิ่งชวนคิด ที่เป็นสิ่งเร้าซึ่งจูงใจอย่างเข้มข้นมาช่วยให้สามารถดึงอารมณ์ความรู้สึกที่เชื่อมโยงเจตคติ เช่น กำหนด ประเด็นอภิปราย, ยกตัวอย่าง, เล่าประสบการณ์ชีวิต, แสดงตัวอย่างสมมุติ (อาจเล่าเรื่องหรือวิดีโอ)
2. ชักจูงให้ร่วมอภิปราย โดยเน้นให้แสดงความรู้สึกและเจตคติ
3. สรุป โดยวิทยากร ให้เชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์ของการสร้างหรือปรับเปลี่ยนเจตคติ

การสอนให้เกิด Skill

ขั้นตอนการสอน

1. บรรยายอธิบายให้ทราบความจำเป็น วิธีใช้ และข้อจำกัดหรือข้อควรระวังของทักษะที่จะสอน
2. สาธิต / แสดงทักษะ (แสดงสดหรือวิดีโอ)
3. ฝึกปฏิบัติทักษะและfeedback (มีหลายรูปแบบ เช่น Triad group, small group)
4. นำเสนอผลการฝึกปฏิบัติ (โดยวิทยากรประจำกลุ่มหรือตัวแทนของกลุ่ม)
5. สรุป โดยวิทยากร และเพิ่มเติมแก้ไขการปฏิบัติทักษะที่พบข้อผิดพลาดกันมากในขณะฝึกปฏิบัติ



Feedback

- ❖ Feedback ที่ดี ควรประกอบด้วย 4 parts
 1. การชมเชย / สนับสนุน ในสิ่งที่ทำได้ดี
 2. การระบุถึงมาตรฐาน เช่น ผ่าน / ไม่ผ่าน, แจ่มเป็นคะแนน, แจ่มเป็นระดับ (พอใช้ / ดี / ดีมาก)
 3. บอกข้อผิดพลาดหรือ โอกาสพัฒนา
 4. ข้อเสนอแนะวิธีที่จะแก้ไขข้อผิดพลาด



ตัวอย่าง การสอนการใช้ 2Qplus,9Q,8Q

1. บรรยาย / อธิบายให้ทราบความจำเป็น วิธีใช้และข้อจำกัดหรือข้อควรระวังของการใช้2Qplus,9Q,8Q
2. สาธิต / แสดงการใช้2Qplus,9Q,8Qโดยวิทยากร (แสดงสดหรือVCD)
3. ฝึกปฏิบัติทักษะและfeedback (ใช้รูปแบบ small group กลุ่มละ 6-8คน ให้1คนแสดงบทบาทเป็นผู้ป่วย โรคซึมเศร้า อีก1คน เป็นผู้สัมภาษณ์ด้วย 2Qplus,9Q,8Q ที่เหลือเป็นผู้สังเกต จะเปลี่ยนทดลองฝึกแสดงบทบาทมากกว่า1คู่ก็ได้ ...มีวิทยากรกลุ่ม 1-2คน ทำหน้าที่อธิบายบทบาทและแนะนำรวมทั้ง feedback การใช้ 2Qplus,9Q,8Q หลังแสดงบทบาท ... ถ้ามีเวลาสามารถฝึกแบบ triad เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้ฝึกให้ครบทุกคน)
4. นำเสนอผลการฝึกปฏิบัติ (โดยวิทยากรประจำกลุ่มหรือตัวแทนของกลุ่ม)
5. สรุป โดยวิทยากร และเพิ่มเติม / แก้ไขการปฏิบัติทักษะที่มีข้อผิดพลาดกันมากขณะฝึก