



FRIEND CONNER

เพื่อนใจวัยหิน

รายงานผลการดำเนินงาน โครงการ Friend Conner
สร้างเด็กและเยาวชนต้นแบบ รู้ รัก สามัคคี และสำนึกความเป็นไทย
เด็กอวด (ทำ) ดี รุ่นที่ ๒
โดยทีม Power Putri จังหวัดปัตตานี





แบบรายงานผลการดำเนินงาน

โครงการสร้างเด็กและเยาวชนต้นแบบ รู้ รัก สามัคคี และสำนึกความเป็นไทย

1. ชื่อทีม Power Putri จังหวัดปัตตานี

โครงการ Friend Conner - ศูนย์เพื่อนใจวัยทีน

2. สถานที่ดำเนินการ ศูนย์อบรมจริยธรรมประจำมัสยิดนูรุลสุตา กลาซอ ตำบลราตาปันยัง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี

3. ผู้รับผิดชอบโครงการ (สมาชิกในทีม)

- (1) นางสาวซูเฟียณี อามะ
- (2) นางสาวนุรฮายาตี อาแว
- (3) นางสาวยัสมี อาแว

4. วัตถุประสงค์โครงการ

- (1) เพื่อส่งเสริมให้มีการสร้างความตระหนักรู้ด้านปัญหาสุขภาพจิต
- (2) เพื่อสร้างพื้นที่ปลอดภัย สามารถรองรับการเข้ามาทำกิจกรรมของเด็ก เยาวชน และครอบครัวของชุมชน

5. เป้าหมาย หรือผลลัพธ์ของโครงการที่กำหนดไว้

- (1) ชุมชนมีแกนนำเยาวชน ที่มีความสามารถในการรับฟังปัญหา มีทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และสามารถประสานส่งต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ตามความเหมาะสม
- (2) เด็ก เยาวชน และผู้ปกครอง มีความรู้ความเข้าใจและมีความตระหนักในปัญหาสุขภาพจิต
- (3) มีพื้นที่ปลอดภัยในการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ของเด็กและเยาวชนในชุมชน

6. ระยะเวลาดำเนินการ

ตั้งแต่วันที่ 28 เดือนตุลาคม พ.ศ. 2566 ถึงวันที่ 17 เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2567

7. ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน (อธิบายโดยระบุขั้นตอนว่าทำอะไร ที่ไหน กับใคร อย่างไร ในช่วงเวลาใด)

ลำดับที่	ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	ระยะเวลา
1	ลงพื้นที่สำรวจสภาพปัญหาและความต้องการ โดยการเข้าพบผู้นำชุมชน ผู้นำศาสนา สุ่มสำรวจความเห็นจากเด็ก เยาวชน ผู้ปกครอง และผู้สูงอายุในชุมชน ถึงความต้องการเฉพาะและความเป็นไปได้ในการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรม	ตุลาคม 2566
2	สมาชิกทีม Power Putri อบรมพัฒนาศักยภาพทีมฯ ในการให้คำปรึกษา การดำเนินกิจกรรมของศูนย์ฯ โดยนักจิตวิทยา จากศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 ณ ห้องประชุม Bellinis Café อำเภอเมือง จังหวัด	28 ตุลาคม และ 3 พฤศจิกายน 2566

ลำดับที่	ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	ระยะเวลา
	ปัตตานี และอบรมทักษะการเป็นกระบวนกร โดยเจ้าหน้าที่ส่งเสริมสุขภาพ จากองค์การแพทย์ไร้พรมแดนประเทศไทยและนักศึกษาปริญญาโท สาขาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผ่านระบบออนไลน์โปรแกรม Microsoft Teams	
3	ประชาสัมพันธ์การดำเนินกิจกรรมของศูนย์ ในห้วงเวลาของการรณรงค์สัปดาห์สุขภาพจิตแห่งชาติ โดยการแจกสื่อแผ่นพับ แนะนำวิธีการแสกน QR Code เพื่อทำแบบประเมินความเครียดผ่านระบบออนไลน์ และปิดป้ายประชาสัมพันธ์ตามบ้าน นอกจากนี้ยังมีการประสานขอความอนุเคราะห์ วิทยากร สื่อบอร์ดเกม และอุปกรณ์ที่จำเป็น จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย, สถาบัน Life Education Thailand, สถาบันการศึกษาปอเนาะอุสมานี (ลิบบานาต), ที่ทำการผู้ใหญ่บ้าน	15 ตุลาคม – 3 พฤศจิกายน 2566
4	ดำเนินการให้คำปรึกษา โดยการรองรับผู้รับการปรึกษาโดยสมัครใจ (Walk in) และแอปพลิเคชันไลน์ รวมถึงสังเกตผู้เข้าร่วมจากกิจกรรม “เสาร์นี้พี่ชวนเล่น” ของศูนย์เพื่อนใจวัยทีนที่จัดขึ้นทุกวันเสาร์ จำนวนทั้งหมด 14 ครั้ง และเสนอช่องทางบริการให้คำปรึกษาสำหรับผู้สนใจ	4 พฤศจิกายน 2566 – 16 กุมภาพันธ์ 2567
5	จัดอบรมผู้ปกครองประเด็นสุขภาพจิตฯ ในหัวข้อ “แนวทางการเลี้ยงดูบุตรหลานในอิสลามและการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัว” ณ อาคารอเนกประสงค์ มัสยิดนุรุลฮูดา บ้านกลาขอ ตำบลราตาปันยัง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี เพื่อให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักรู้ในการดูแลบุตรหลานให้มีสุขภาพจิตที่ดี โดยมีการนำหลักคำสอนอิสลามมาบูรณาการ	26 มกราคม 2567
6	ติดตามผลการดำเนินกิจกรรมของโครงการ ภายหลังจากจัดกิจกรรมทุกครั้ง โดยการสรุปผลการจัดกิจกรรม ถอดบทเรียน เพื่อนำมาปรับแผนการดำเนินกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบทผู้เข้าร่วม สภาพอากาศ เวลา และปัจจัยอื่นๆ เป็นต้น	4 พฤศจิกายน 2566 – 16 กุมภาพันธ์ 2567
7	สรุปผลการดำเนินโครงการและส่งรายงาน โดยการรวบรวมข้อมูลการดำเนินกิจกรรม ที่เคยถูกบันทึกจากแหล่งต่างๆ เช่น Google Doc., Google Sheet, Group Line เป็นต้น มาผลิตเป็นเอกสารรายงานผลการดำเนินโครงการ และวิดิทัศน์สรุปโครงการ	17 – 29 กุมภาพันธ์ 2567

8. งบประมาณดำเนินการ จำนวน 31,000 บาท

งบประมาณที่ได้รับของโครงการ/กิจกรรม จำนวน 30,000.- บาท

ใช้ไปจำนวน 30,029 บาท คงเหลือ จำนวน 971 บาท
ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากแหล่งทุนอื่น (ถ้ามี) ระบุ อาจารย์ที่ปรึกษา
โดยมีรายการค่าใช้จ่ายต่าง ๆ มีดังนี้

ลำดับที่	รายการค่าใช้จ่าย (ระบุพอสังเขป)	จำนวนเงิน (บาท)
1	ค่าวิทยากร ท่านละ 1,000 บาท/ครั้ง จำนวน 3 ท่าน	3,000
2	ค่าอาหารกลางวัน มื้อละ 50 บาท x 12 มื้อ x 4 คน	2,400
3	ค่าอาหารว่าง มื้อละ 20 บาท x 4 มื้อ x 100 คน	8,000
4	ค่าเช่าห้องประชุมและอุปกรณ์ วันละ 100 บาท x 4 ครั้ง	400
5	ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม	6,648
6	ครุภัณฑ์	1,963
7	ผลิตสื่อ	6,416
8	เปิดเตล็ด	1,202
	รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	30,029

9. บุคคล หน่วยงาน หรือเครือข่ายที่ให้ความร่วมมือและมีส่วนร่วมในการดำเนินการ

- ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 5 ตำบลราตาป็นยัง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี
- ผู้นำศาสนา(อิหม่าม) มัสยิดนุรุลฮูดา กลาซอ ตำบลราตาป็นยัง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี
- โรงเรียนตาดีกานูรุลฮูดา กลาซอ ตำบลราตาป็นยัง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี
- นักจิตวิทยา ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
- นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
- สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย
- สถาบัน Life Education Thailand
- สถาบันการศึกษาปอเนาะอุสมานี (ลิบบานาต)

10. ผลสำเร็จและประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการดำเนินโครงการ

10.1 ประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมโครงการ

(1) ผู้เข้าร่วมมีความรู้ ความเข้าใจ ด้านการจัดการอารมณ์ ผ่อนคลายความเครียด มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนบ้าน

(2) ผู้เข้าร่วมมีแนวทางปฏิบัติที่ดีในการอยู่ร่วมกันในครอบครัว มีความสัมพันธ์เชิงบวกที่เข้มแข็ง และแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

10.2 ประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม

(1) ชุมชนมีแกนนำเยาวชน ที่มีความเข้าใจด้านสุขภาพจิตและสามารถดูแลช่วยเหลือเพื่อนวัยเดียวกันในลักษณะ Peer to Peer Support ได้

- (2) ชุมชนมีพื้นที่ปลอดภัยในการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์สำหรับเด็กและเยาวชน
- (3) คนในชุมชนมีความตระหนักรู้ด้านสุขภาพจิต สามารถรู้รับปรับตัวเพื่อลดปัญหาสุขภาพจิตทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และชุมชน
- (4) ผู้นำชุมชนมีความตื่นตัวและให้ความสำคัญในการดูแลพลเมืองของชุมชนให้รู้สึกปลอดภัย และมีแนวทางในการส่งเสริมให้พลเมืองของชุมชนมีความตระหนักรู้ด้านสุขภาพจิตมากขึ้น
- (5) ชุมชนบ้านกลางขอ สามารถเป็นพื้นที่น่านำร่องในการดำเนินกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านสุขภาพจิตที่ดีแก่ผู้คนในชุมชนและชุมชนรอบข้างได้
- (6) สังคมมีทรัพยากรบุคคลและพื้นที่ที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านคุณภาพชีวิตเพิ่มขึ้น

11. ผลงานหรือผลผลิตที่สามารถนำไปต่อยอดหรือพัฒนาในระยะต่อไป

ผลผลิตเชิงปริมาณ :

มีจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมดตามตารางสรุปดังนี้

เดือน	จำนวน (ราย)	เพศ		ช่วงอายุ(ปี)		
		ชาย	หญิง	7 - 12	13 - 18	19 ขึ้นไป
ตุลาคม 2566	5	1	4	0	3	2
พฤศจิกายน 2566	35	6	29	24	9	2
ธันวาคม 2566	29	5	24	22	7	0
มกราคม 2567	112	23	89	55	5	52
กุมภาพันธ์ 2567	54	2	52	10	32	12
รวม	235	37	198	111	56	68

มีการจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยทีน จำนวน 1 แห่ง เพื่อรองรับการจัดกิจกรรมที่สามารถส่งเสริมให้เด็ก เยาวชน และผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมของศูนย์ เพื่อส่งเสริมให้คนในชุมชนมีความตระหนักรู้ด้านสุขภาพจิต มีสุขภาวะที่ดี และคาดว่าจะจะเป็นประโยชน์ต่อจัดกิจกรรมในลักษณะอื่นๆ ให้แก่เด็กและเยาวชนในอนาคต

ผลผลิตเชิงคุณภาพ :

- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกผ่อนคลาย รู้สึกดีต่อตนเอง เข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง มีแนวทางในการจัดการความเครียด จัดการอารมณ์ มีความตระหนักรู้ในการดูแลสุขภาพจิตตนเองและครอบครัว มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น
- สมาชิกทีม มีทักษะในการฟังอย่างตั้งใจ ซึ่งเป็นพื้นฐานที่ดีในการเป็นผู้ให้คำปรึกษาในเบื้องต้น สมาชิกทีมสามารถจัดกระบวนการกลุ่ม เพื่อส่งเสริมความตระหนักรู้ด้านสุขภาพจิตได้อย่างมั่นใจ มีความสามารถในการทำงานเป็นทีม มีจิตอาสาและทำประโยชน์เพื่อชุมชน
- โครงการฯ สามารถสร้างแรงบันดาลใจให้แก่ผู้เข้าร่วม ที่พร้อมจะเป็นอาสาสมัครแกนนำเยาวชนรุ่นใหม่ในชุมชน เพื่อเตรียมสานต่อกิจกรรมต่อไปในชุมชน

- ผู้นำชุมชน มีความตระหนักรู้ เรื่องความเป็นอยู่ของคนในชุมชน ให้ความสำคัญกับการมีสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจที่ดี และพร้อมสนับสนุนทุกกิจกรรมของชุมชน
- ชุมชนบ้านกลางขอ เป็นชุมชนที่เล็กที่สุดและเข้าถึงการพัฒนาจากหน่วยงานภายนอกน้อยที่สุดในตำบลราตาปันยัง แต่สามารถเป็นชุมชนที่ขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตได้ ซึ่งเกิดจากการร่วมมือร่วมใจของผู้นำชุมชน ผู้นำศาสนา ชาวบ้านทุกช่วงวัย

12. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการ รวมถึงวิธีการที่ใช้ในการแก้ไขปัญหา

ปัญหาและอุปสรรค	วิธีการแก้ไขปัญหา
เนื่องจากช่วงเวลาในการจัดกิจกรรม จะตรงกับช่วงเวลาของสมาชิกทีมต้องอ่านหนังสือสอบ TGAT, TPAT, A-LEVEL เพื่อนำคะแนนสอบเข้ามหาวิทยาลัย ทำให้การแบ่งสรรเวลาค่อนข้างเป็นไปได้ยาก เพราะยังคงกังวลว่าจะกระทบกับหลายส่วน	สมาชิกทีม ได้ลดการจัดกิจกรรมช่วงระหว่างเตรียมสอบฯ และจะเริ่มจัดกิจกรรมถี่ขึ้น เมื่อมีเวลามากขึ้น เพื่อให้สามารถดำเนินกิจกรรมให้เป็นไปตามแผน
สถานที่ในการจัดกิจกรรมค่อนข้างเป็นสถานที่แคบ เก่า และทรุดโทรมจากการไม่ถูกใช้งานมานาน จึงจำเป็นต้องอาศัยการทำความสะดวก สบายหลังคา รั่ว เพราะสถานที่ที่เลือกนี้ เป็นสถานที่เดียว ที่จะสามารถเชิญชวนน้องๆ และเพื่อนๆ มาใช้บริการได้	สามารถนำข้อจำกัดด้านสถานที่ เสนอต่อผู้ใหญ่ในพื้นที่ให้เห็นถึงความสำคัญในการจัดกิจกรรม ให้แก่ลูกหลานในชุมชน อาจไม่ได้เป็นสถานที่ใหม่มาก แต่อาจจะมีการปรับปรุงซ่อมแซมบ้างตามความเหมาะสม
ข้อจำกัดด้านอุปกรณ์ในการทำกิจกรรม คือ มีเพียงไอแพด 1 เครื่องและสมาร์ทโฟนสมาชิกทีมคนละ 1 เครื่อง จะมีความยากลำบากหากต้องพิมพ์งานหรือสร้างสรรค์งานอย่างที่ต้องใช้แล็ปท็อป และไม่มีปริ้นเตอร์	สมาชิกทีมใช้ Google doc., Google sheet เพื่อร่วมเขียนรายงานกิจกรรม รายงานการประชุม รายงานสรุปค่าใช้จ่ายทุกครั้งในระบบออนไลน์ ที่สมาชิกทุกคนสามารถเข้าถึงได้ผ่านสมาร์ทโฟนของตนเอง แล้วมีอาจารย์ที่ปรึกษาคอยจัดรูปแบบรายงานให้มีความเรียบร้อยด้วยแล็ปท็อปของอาจารย์
คนในชุมชนยังไม่ให้ความร่วมมือเท่าที่ควร เนื่องจากคนในชุมชนอาจจะยังมีกำแพงทางใจกันระหว่างกันในระดับผู้ใหญ่ด้วยตนเอง	สมาชิกในทีมสามารถรับฟังเสียงสะท้อนจากผู้เข้าร่วมและผู้ใหญ่ต่อการจัดกิจกรรมของทีม เพื่อสังเคราะห์หาแนวทางในการดำเนินงานต่อ และสำรวจประเด็นข้อห่วงกังวลของผู้ใหญ่ นำมาเป็นประเด็นนำเสนอต่อผู้ใหญ่ในพื้นที่ เพื่อกำหนดแนวทางการจัดกิจกรรมให้มีความเหมาะสมต่อไป

13. ข้อเสนอแนะในการพัฒนาโครงการต่อไป

- ควรมีการตรวจเยี่ยมบ้านแต่ละหลังในชุมชนเดือนละ 1 ครั้ง เพื่อคัดกรองความเครียด คัดกรองภาวะซึมเศร้า และเฝ้าระวังภัยที่จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้คนในชุมชน

- ควรส่งเสริมให้มีการจัดตั้งคณะทีมงานชุดใหม่ ที่มีจิตอาสา พร้อมเรียนรู้การดำเนินโครงการในชุมชน เพื่อสานต่อเจตนารมณ์การทำงานของศูนย์เพื่อนใจวัยทีน และหางบประมาณสนับสนุนให้สามารถดำเนินงานอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน
- การพิจารณารับคณะทีมงานชุดใหม่ที่จะเข้ามาดำเนินกิจกรรมของศูนย์ฯ ควรเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาไม่เกินชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 หรือกำลังศึกษานอกระบบ เพื่อให้มีเวลาในการดำเนินกิจกรรมอย่างเต็มที่ และไม่เป็นการรบกวนเวลาเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัย
- เสนอแนะให้มีการจัดกิจกรรมในรูปแบบออนไลน์ เช่น เกมตอบคำถามเกี่ยวกับความรู้ด้านสุขภาพจิต ผ่าน Line, Facebook การโพสต์รูปหรือข้อความเพื่อรณรงค์ป้องกันปัญหาสุขภาพจิต เป็นต้น เพื่อให้โครงการสามารถเข้าถึงผู้เข้าร่วมกิจกรรมในจำนวนมากขึ้นและสร้างผลลัพธ์ที่ดีในวงกว้าง

14. จัดทำสื่อเพื่อนำเสนอผลการดำเนินงานในรูปแบบต่าง ๆ เช่น Infographic หรือ วิดิทัศน์ความยาวไม่เกิน ๕ นาที (ถ้ามี)

ท่านสามารถแสกนเพื่อดูไฟล์เอกสาร, Infographic หรือ วิดิทัศน์ ได้ที่ QR Code ด้านล่างนี้



(ลงชื่อ)..... ซูเฟียนณี หัวหน้าทีม

(นางสาวซูเฟียนณี อามะ)

29 กุมภาพันธ์ 2567

(ลงชื่อ)..... นุรฮายาตี สมาชิกในทีม (ลงชื่อ)..... ยัสมี สมาชิกในทีม

(นางสาวนุรฮายาตี อาแวน)

29 กุมภาพันธ์ 2567

(นางสาวยัสมี อาแวน)

29 กุมภาพันธ์ 2567

(ลงชื่อ)..... สรุทธ ผู้รับรอง

(นายสรุทธเสาะห์ อาแวน)

29 กุมภาพันธ์ 2567

หมายเหตุ

- การจัดส่ง File “แบบรายงานผลการดำเนินงาน” ให้บันทึกเป็น File .pdf หากมีภาพประกอบหรือ Clip เพื่อใช้แนบประกอบการนำเสนอ สามารถ Upload ภาพประกอบและ Clip พร้อม File .pdf “แบบรายงานผลการดำเนินงาน” ไปยัง dekd.season2@gmail.com
- กำหนดการส่งเอกสาร “แบบรายงานผลการดำเนินงาน” ภายในวันที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗