

คู่มือการดำเนินงาน
โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด
TO BE NUMBER ONE
ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี

ฉบับปรับปรุง ปี ๒๕๕๒



กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ชื่อหนังสือ

คู่มือการดำเนินงาน
โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด
TO BE NUMBER ONE
ฉบับปรับปรุง ปี ๒๕๕๒

ISBN

จัดพิมพ์โดย

สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐
กันยายน ๒๕๕๒

พิมพ์ครั้งที่ ๑

จำนวนพิมพ์

พิมพ์ที่

เล่ม
บริษัท โอ-วิทย์ ประเทศไทย จำกัด



คำนำ

คู่มือการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ฉบับนี้จัดทำขึ้น เพื่อเป็นแนวทางการดำเนินงานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (TO BE NUMBER ONE) ในทุกละหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี สำหรับเครือข่ายและสมาชิก TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ

อนึ่ง กิจกรรมและแนวทางการดำเนินงานในคู่มือฉบับนี้ ถือว่ามีความ สมบูรณ์ถูกต้องและเป็นปัจจุบันที่สุด ณ ขณะนี้ แต่อาจมีการเปลี่ยนแปลง ภายหลัง เนื่องจากกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ต้องมี การปรับเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์และความต้องการ ของวัยรุ่นและเยาวชน ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายหลักของโครงการ หากมี ข้อสงสัยหรือต้องการคำชี้แจงเพิ่มเติม กรุณาติดต่อสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ถนนติวานนท์ นนทบุรี โทรศัพท์ ๐ ๒๕๕๐ ๘๕๖๗, ๐ ๒๕๕๐ ๘๑๘๗ และ ๐ ๒๑๔๙ ๕๕๓๐

ท้ายนี้ ขอขอบคุณเครือข่ายและสมาชิก TO BE NUMBER ONE ทุกท่าน ที่ร่วมกันดำเนินงานรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างเข้มแข็ง และต่อเนื่อง สมดังพระปณิธานของทุกละหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์ในการดำเนินงานแก่เครือข่ายและสมาชิก TO BE NUMBER ONE ทั้งในจังหวัดภูมิภาคและกรุงเทพมหานคร และส่งผลให้การรณรงค์ป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติดภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE เกิดประสิทธิภาพ มีความมั่นคงต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไป



สารบัญ

หน้า

คำนำ

ความเป็นมา	๑
หน่วยงานรับผิดชอบ	๑
ชื่อโครงการและความหมาย	๓
วัตถุประสงค์โครงการ	๓
เป้าหมาย	๔
หลักการดำเนินงาน	๔
แนวทางการดำเนินงาน	๗
บทบาทหน้าที่ของหน่วยงานหลัก	๙
ยุทธศาสตร์การดำเนินงาน	๑๖
กิจกรรมสำคัญ	๒๗
การจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE	๔๖
การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น (TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER)	๕๑
การจัดค่ายเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจสำหรับแกนนำ (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR LEADERS)	๖๕
การจัดค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE คู่ความเป็นหนึ่ง (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR MEMBERS)	๖๘
การสมัครสมาชิก TO BE NUMBER ONE	๗๓

การจัดเก็บข้อมูลและการรายงานผล	๗๘
สาระสำคัญที่ต้องทำความเข้าใจ	๘๐
ภาคผนวก	๘๙
- การสนับสนุนจากโครงการ TO BE NUMBER ONE	๙๑
- การสมัครรับนิตยสาร TO BE NUMBER ONE	๙๓
- Website TO BE NUMBER ONE	๙๖
- เนื้อเพลง TO BE NUMBER ONE	๙๙
- ผลิตภัณฑ์ TO BE NUMBER ONE	๑๐๑
- รายชื่อผู้รับผิดชอบและหมายเลขโทรศัพท์	๑๐๓







ความเป็นมา

“ยาเสพติด” ปัญหาสำคัญระดับชาติที่รัฐบาลถือเป็นนโยบายที่ต้องเร่งดำเนินการแก้ไขอย่างจริงจัง ทั้งนี้เพราะปัญหายาเสพติดที่มีการระบาดในทุกพื้นที่ของประเทศไทยได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นทุกขณะ ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งด้านการเมืองและความมั่นคงของประเทศ

ตั้งแต่ปี ๒๕๔๒ เป็นต้นมา สภาพปัญหายาเสพติดเปลี่ยนแปลงไปจากที่เป็นอยู่ในอดีตอย่างสิ้นเชิง จากเดิมที่ “เฮโรอีน” เป็นปัญหาสำคัญที่ตำรวจต้องเร่งปราบปรามให้สิ้นซากกลายเป็น “ยาบ้า” หรือสารเมทแอมเฟตามีน ที่กำลังระบาดตั้งแต่ระดับครอบครัว โรงเรียน ชุมชน สังคมและประเทศจากข้อมูลการสำรวจพบว่า มีเยาวชนจำนวนกว่า ๖ แสนคน หลงเข้าสู่วังวนของยาบ้า และจากสถิตินักโทษเด็ดขาดของกรมราชทัณฑ์ที่ถูกจำคุกอยู่ตามทัณฑสถานทั่วประเทศ สำรวจ ณ วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๔๓ มีจำนวนรวมทั้งสิ้น ๑๓๗,๓๔๔ คน ในจำนวนนี้เป็นนักโทษคดียาเสพติดเกินกว่าครึ่งคือประมาณ ๘๗,๙๖๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๔.๐๕ และในจำนวนนักโทษเด็ดขาด คดียาเสพติดเหล่านี้มีจำนวนมากถึง ๒๗,๔๙๙ คน หรือคิดเป็นร้อยละ ๓๑.๒๖ ของนักโทษคดียาเสพติดที่ต้องโทษในคดีเสพหรือครอบครองและทั้งเสพและครอบครอง

ทุกกระท่อมหมึกอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทยเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มขนาดใหญ่ เพราะมีจำนวนถึง ๒๑ ล้านคน และเป็นกลุ่มที่มีคุณค่าอย่างยิ่งต่อการพัฒนาประเทศ นอกจากนี้ยังถือเป็นกลุ่มที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติดสูง เนื่องจากเป็นวัยที่ต้องการเรียนรู้ในสิ่งต่างๆ แต่ยังขาด



วุฒิภาวะทางอารมณ์ที่ดีพอ รวมทั้งต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย และจิตใจ จึงทรงพระกรุณาธิคุณรับเป็นองค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติด ซึ่งปัจจุบันได้ใช้ชื่อเพื่อให้ง่ายต่อการรณรงค์ว่า โครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ภายในประเทศให้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ โดยความร่วมมือและรวมพลังจากภาครัฐและเอกชน กระตุ้นและปลุกจิตสำนึก ของปวงชนในชาติให้มีความรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักว่าการที่จะ เอาชนะปัญหายาเสพติดมิใช่น้ำที่ของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือองค์กรใด องค์กรหนึ่ง แต่ทุกคนในชาติจะร่วมแรงร่วมใจกันเป็นพลังของแผ่นดินที่จะ ต่อสู้และเอาชนะปัญหายาเสพติดให้ได้โดยเร็ว โดยทรงมีพระประสงค์มุ่งเน้น การรณรงค์ในกลุ่มเป้าหมายหลัก คือ วัยรุ่นและเยาวชน โดยกลวิธีสร้าง กระแสการแสดงพลังอย่างถูกต้องโดยไม่ขัดแย้งกับยาเสพติด การเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางจิตให้แก่เยาวชนในชุมชน จัดระบบการบำบัดรักษารองรับ ภายใต้โครงการ “ใครติดยา ยกมือขึ้น” ทั้งนี้เพื่อคืนคนดีสู่สังคมและป้องกัน การกลับมาเสพติดซ้ำ ตลอดจนการสร้างเครือข่ายสมาชิกและชมรม **TO BE NUMBER ONE** เพื่อร่วมกันรณรงค์และจัดกิจกรรมป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นเสมือนการเติมสิ่งที่ดีให้กับชีวิต เพื่อให้เกิดค่านิยมของการ **เป็นหนึ่งใน โดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติด** ดังพระราชดำรัสในวโรกาส การแถลงข่าว เปิดตัวโครงการ “TO BE NUMBER ONE” เมื่อวันที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๔๕ ณ ห้องประชุมกระทรวงสาธารณสุข ความว่า **“กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE จะเบนความสนใจจากการหาความสุขชั่วคราวชั่วคราว จากยาเสพติด อยากให้โครงการนี้สำเร็จด้วยดี แต่จะทำคนเดียวไม่ได้ จึงขอความร่วมมือจากทุกคน”**

ดังนั้น โครงการ TO BE NUMBER ONE จึงเริ่มดำเนินงานมาตั้งแต่ ปี ๒๕๔๕ จนถึงปัจจุบัน โดยมีกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้รับ



มอบหมายทำหน้าที่เลขานุการโครงการเพื่อเป็นแกนกลางในการประสานความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน

ความหมายและคำขวัญ

คำขวัญโครงการ TO BE NUMBER ONE คือ **“เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด”**

ความหมาย คือ การเป็นหนึ่งใน ทุกคนเป็นได้ เพราะทุกคนต่างมีดีอยู่ในตัวเอง หากค้นพบสิ่งที่ตัวเองชื่นชอบ สนใจและมีความถนัด สามารถฝึกฝนและทำจนเป็นผลสำเร็จได้ ทำแล้วมีความสุข มีความเชื่อมั่นและมีความภาคภูมิใจ

วัตถุประสงค์โครงการ

๑. เพื่อสร้างกระแสค่านิยมและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจในกลุ่มเยาวชนไม่ให้อยู่เกี่ยวกับยาเสพติด
๒. เพื่อพัฒนาศักยภาพและคุณภาพเยาวชนให้เป็นคนรุ่นใหม่ที่มีเชื่อมั่นและภาคภูมิใจในตนเอง
๓. เพื่อสนับสนุนเยาวชนและชุมชนให้จัดกิจกรรมสร้างสรรค์โดยการสนับสนุนของสังคม
๔. เพื่อสร้างความเข้าใจและยอมรับผู้มีปัญหาเสพติด โดยให้โอกาสกลับมาเป็นคนดีของสังคม
๕. เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มประชาชนและเยาวชนทั่วไป





เป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายหลัก

วัยรุ่นและเยาวชนอายุ ๖ - ๒๔ ปี

กลุ่มเป้าหมายรอง

ประชาชนทั่วไป

หลักการดำเนินงาน

การดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง บนพื้นฐานความเข้าใจธรรมชาติ พัฒนาการ ความต้องการ ความสนใจและพฤติกรรมเฉพาะของวัยรุ่น กล่าวคือ ช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงชีวิตระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่งเพราะมีการเปลี่ยนแปลงอันซับซ้อนทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญาและสังคม โดยด้านร่างกาย จะมีอัตราการเจริญเติบโตของร่างกายเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว สัดส่วนต่างๆ ของร่างกายเปลี่ยนแปลงไปสู่การเป็นผู้ใหญ่ ด้านอารมณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและรุนแรง เป็นวัยที่มีความรู้สึกรุนแรง ไม่ว่าจะเป็นความโกรธ ความรัก ความอิจฉาริษยา บางครั้งมีความเชื่อมั่นในตัวเองสูงไม่เชื่อฟังใคร บางครั้งก็เกิดความกังวลใจและรู้สึกหดหู่ มีความอยากรู้อยากเห็น ต้องการความเป็นอิสระ มีจินตนาการและความเพ้อฝันสูง เพราะลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นเป็นเช่นนี้ จึงเข้ากับบุคคลต่างวัยยาก วัยรุ่นจึงเกาะกลุ่มกันได้ดีมากกว่าวัยอื่นๆ เพราะเข้าใจและยอมรับกันได้ง่าย ด้านสติปัญญา เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นร่างกายมีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ส่งผลให้เซลล์สมองได้รับการพัฒนาทำให้วัยรุ่นมีความสามารถในการคิดอ่านมากขึ้น มีความจำดีสามารถใช้ความคิดของตนได้อย่างเป็นเหตุเป็นผลและลึกซึ้ง แต่จะขาดความรอบคอบและการยับยั้งชั่งใจ ตลอดจนขาดประสบการณ์ ความชำนาญ และคุณภาพ



เมื่อเทียบกับความคิดของผู้สูงวัย **ด้านสังคม** พัฒนาการ จะเปลี่ยนแปลงไปตามร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ที่สำคัญคือ **สังคมกลุ่มเพื่อนร่วมวัย** การคบเพื่อนร่วมวัยเป็นพฤติกรรมสังคมที่สำคัญยิ่งต่อจิตใจของเด็กวัยรุ่น เพราะสามารถร่วมสุขร่วมทุกข์กันได้และเข้าใจปัญหาของกันและกันดีกว่าคนต่างวัย ซึ่งมีความคับอกคับใจต่างกัน กลุ่มยังสนองความต้องการทางสังคมด้านต่างๆ ซึ่งเด็กต้องการมากในขณะนี้ เด็กที่เข้ากลุ่มมีความจงรักภักดีต่อกลุ่ม ยอมรับเอาค่านิยม ความเชื่อ ความสนใจของกลุ่มด้วยความเต็มใจ และสนิทสนมกับเพื่อนร่วมกลุ่มแน่นแฟ้น การรวมกลุ่มทำให้เด็กมีความรู้สึกอบอุ่นใจ กล้าแสดงความคิดเห็นผู้ใหญ่ ต่อต้านกรณีที่เขาเห็นว่าไม่ยุติธรรม การชักนำให้วัยรุ่นรวมกลุ่มกันเพื่อปฏิบัติกิจกรรมที่วัยรุ่นชอบนั้น ทำได้ง่ายมากกว่าวัยอื่นๆ ทั้งหมด ดังนั้นการจัดกิจกรรมหรือชมรมต่างๆ ที่สร้างสรรค์จึงเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมเพื่อสนองความต้องการของเด็กในด้านการเข้ากลุ่ม และเรียนรู้พฤติกรรมสังคมที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ **การนับถือวีรบุรุษ** เป็นการแสวงหาแบบอย่างเพื่อดำเนินชีวิตอย่างผู้ใหญ่ นอกจากความเปลี่ยนแปลงทั้ง ๔ ด้านแล้ว วัยรุ่นยังมีธรรมชาติความต้องการ ความสนใจ และพฤติกรรมซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะ ได้แก่ ความต้องการความรักในทุกรูปแบบในฐานะที่เป็นผู้ให้และผู้รับ ความต้องการความสนุกสนานเพลิดเพลิน ความต้องการ ความเป็นอิสระ ความต้องการได้รับการยกย่อง ต้องการมีชื่อเสียง ความต้องการมีปรัชญาชีวิตหรือมีอุดมคติของตนเอง ความต้องการเกี่ยวกับเรื่องเพศ โดยมากมักเป็นวัยที่มีความรักแบบหลงใหลใฝ่ฝัน ความต้องการประสบการณ์ใหม่ๆ ส่วนมากเป็นความอยากรลองและอยากเรียนรู้ในสิ่งแปลกใหม่ที่ตนเองไม่เคยกระทำมาก่อน ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง อยากพึ่งพาตนเองได้ มีความฝันและมีจุดหมายในอนาคต สนใจช่วยเหลือบุคคลอื่น สนใจกิจกรรมสร้างสรรค์ที่เป็นของใหม่และมีประโยชน์



ซึ่งจากพื้นฐานความเข้าใจ และการยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง
ข้างต้น นำไปสู่หลักการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE ดังนี้

๑. ส่งเสริมการแสดงความสามารถ กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก
และช่วยสร้างเสริมความภาคภูมิใจ
๒. ใช้สื่อ ดนตรี กีฬา ในการเข้าถึงเยาวชน และกระตุ้นให้เยาวชน
เข้ามารวมกลุ่มกัน
๓. สร้างความรู้และทักษะในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด
ซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญ สำหรับเยาวชนในชุมชนให้ปลอดภัยจาก
ปัญหายาเสพติด
๔. “เพื่อนช่วยเพื่อน”
๕. สร้างศูนย์รวมให้วัยรุ่นรวมกลุ่มกัน ทำกิจกรรมที่สนใจ สร้างสรรค์
และเกิดสุข
๖. สร้างเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ที่มีศักยภาพ จะทำให้การ
ดำเนินป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ
ต่อเนื่องและยั่งยืน

โดยการดำเนินงานภายใต้ ๓ ยุทธศาสตร์หลักคือ

๑. การรณรงค์ปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกัน
และแก้ไขปัญหายาเสพติด
๒. การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน
๓. การสร้างและพัฒนาเครือข่ายเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายา
เสพติด

เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย “วัยรุ่นและเยาวชนมีกระแสนิยม **การเป็นหนึ่ง
โดยไม่พึ่งยาเสพติด**” ตลอดจนวัยรุ่นและเยาวชนมีภูมิคุ้มกันทางจิตใจ
สามารถดำรงความเข้มแข็งในการต่อต้านยาเสพติด เพื่อป้องกันปัญหาการ
แพร่ระบาดของยาเสพติด”



แนวทางการดำเนินงาน

“การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดให้หมดจากสังคมไทย ไม่สามารถดำเนินงานให้สำเร็จได้ด้วยการทำงานขององค์กรใดองค์กรหนึ่ง แต่ทุกองค์กร ทุกฝ่ายต้องช่วยกันและการรวมตัวกันของผู้ที่มีความตั้งใจที่จะไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด จะทำให้เกิดพลังในการร่วมกันป้องกันปัญหายาเสพติดอย่างเข้มแข็ง”

พระดำรัสทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี

เพื่อสนองพระดำรัสขององค์ประธานโครงการฯ โครงการ TO BE NUMBER ONE จึงกำหนดแนวทางการดำเนินงานโดยใช้วิธีบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน โดยมีหน่วยงานหลัก ได้แก่ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย กระทรวงแรงงาน กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงยุติธรรม กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด และกรุงเทพมหานคร

การดำเนินงาน ใช้วิธีบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ระดับประเทศ ประกอบด้วยคณะกรรมการ ๒ ชุด ได้แก่

๑. คณะกรรมการอำนวยการโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดระดับประเทศ โดยมีทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเป็นองค์ประธานคณะกรรมการฯ และผู้บริหารจากหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ทั้งหน่วยงานหลักและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง



เป็นกรรมการ ซึ่งมีอำนาจหน้าที่พิจารณาและให้ความเห็นชอบแผนงาน โครงการและกิจกรรมการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ควบคุม กำกับและดำเนินกิจกรรมต่างๆ ตามแผนงานหรือโครงการนั้นๆ โดยมี อธิบดีกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ทำหน้าที่เลขานุการคณะกรรมการ อำนวยความสะดวกการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

๒. คณะอนุกรรมการบูรณาการโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ประกอบด้วย อธิบดีกรมสุขภาพจิตเป็นประธานและ ผู้แทนจากหน่วยงานหลักที่เกี่ยวข้องเป็นคณะอนุกรรมการ เพื่อประสาน การดำเนินงานในระดับปฏิบัติให้เป็นไปตามนโยบาย แผนงานและโครงการ

ระดับพื้นที่

ในจังหวัดภูมิภาค กระทรวงมหาดไทยได้ให้ความเห็นชอบ จัดตั้งคณะกรรมการโครงการ TO BE NUMBER ONE ระดับจังหวัด เพื่อร่วมกันรณรงค์ป้องกันและแก้ไขยาเสพติดอย่างเข้มแข็งและจริงจัง โดย ผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นประธาน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเป็นเลขานุการ ประกอบด้วยผู้แทนจากหน่วยงานและเครือข่ายที่เกี่ยวข้องภายในจังหวัด เป็นคณะกรรมการมีหน้าที่รับผิดชอบดูแลโครงการ ทั้งการจัดทำแผนและ งบประมาณเพื่อสนับสนุนการดำเนินกิจกรรม TO BE NUMBER ONE ของ จังหวัด

กรุงเทพมหานคร

กรุงเทพมหานครได้จัดตั้งคณะกรรมการอำนวยการโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกรุงเทพมหานครขึ้น ๑ ชุด ประกอบด้วย ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานครเป็นประธาน ปลัดกรุงเทพมหานครเป็นรองประธาน



ผู้อำนวยการสำนักงานที่รับผิดชอบด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดของกรุงเทพมหานครเป็นเลขานุการ คณะกรรมการประกอบด้วย ผู้อำนวยการเขต ทั้ง ๕๐ เขต กองต่างๆ และเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในกรุงเทพมหานครทั้งภาค รัฐบาลและภาคเอกชน มีหน้าที่รับผิดชอบโครงการ ทั้งการจัดทำแผนและงบประมาณ เพื่อสนับสนุนการดำเนินกิจกรรม TO BE NUMBER ONE ของ กรุงเทพมหานคร ให้สอดคล้องกับนโยบายแผนงานและโครงการที่คณะกรรมการ อำนวยการระดับประเทศเป็นผู้กำหนด

บทบาทหน้าที่ของหน่วยงานหลัก

กระทรวงมหาดไทย

๑. จัดตั้งงบประมาณเพื่อร่วมสนับสนุนกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามพระดำริขององค์ประธานโครงการ
๒. กำหนดแนวทางและนโยบายในการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดภูมิภาค ตามแนวทางโครงการ TO BE NUMBER ONE
๓. จัดตั้งและสนับสนุนการดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชนภูมิภาคทั่วประเทศ
๔. จัดให้มีการประกวดจังหวัด TO BE NUMBER ONE และ ชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชนภูมิภาคระดับจังหวัด เพื่อให้ได้ผลงานและตัวแทนจังหวัด/ชมรม ดีเด่น ส่งเข้าประกวด ระดับภาคและระดับประเทศ



๕. จัดและสนับสนุนให้มีกิจกรรมด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหา ยาเสพติดในจังหวัดและชุมชนทั่วประเทศตามยุทธศาสตร์ และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๖. ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดประกวดผลงาน / กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งระดับภาคและระดับประเทศ

กระทรวงแรงงาน

๑. จัดตั้งงบประมาณเพื่อร่วมสนับสนุนกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามพระดำริขององค์ประธานโครงการ
๒. จัดตั้งและสนับสนุนการดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานประกอบการทั่วประเทศ
๓. จัดให้มีการประกวด ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานประกอบการระดับจังหวัดและระดับเขตในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ได้ผลงานและตัวแทนชมรมดีเด่น ส่งเข้าประกวดระดับ ภาคหรือเขตและระดับประเทศ
๔. จัดและสนับสนุนให้มีกิจกรรมด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดให้แก่กลุ่มลูกจ้าง / พนักงานในสถานประกอบการ ทั่วประเทศตามยุทธศาสตร์และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๕. ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดประกวดผลงาน / กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งระดับภาคและระดับประเทศ



กระทรวงศึกษาธิการ

๑. จัดตั้งงบประมาณเพื่อร่วมสนับสนุนกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามพระดำริขององค์ประธานโครงการ
๒. จัดตั้งและสนับสนุนการดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษาทั่วประเทศ
๓. จัดให้มีการประกวด ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษาระดับจังหวัดและระดับเขตในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ได้ผลงานและตัวแทนชมรมดีเด่น ส่งเข้าประกวดระดับภาคหรือเขตและระดับประเทศ
๔. จัดและสนับสนุนให้มีกิจกรรมด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดให้แก่เยาวชนในสถานศึกษาทั่วประเทศตามยุทธศาสตร์และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๕. ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดประกวดผลงาน / กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งระดับภาคและระดับประเทศ

กรุงเทพมหานคร

๑. จัดตั้งงบประมาณเพื่อร่วมสนับสนุนกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามพระดำริขององค์ประธานโครงการ
๒. กำหนดแนวทางและนโยบายในการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ในกรุงเทพมหานครตามแนวทาง โครงการ TO BE NUMBER ONE



๓. จัดตั้งและสนับสนุนการดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา สถานประกอบการ และชุมชนในเขตกรุงเทพมหานคร ทั้ง ๕๐ เขต
๔. จัดให้มีการประกวด ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา สถานประกอบการ และชุมชนในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ได้ผลงานและตัวแทนชมรมดีเด่น ส่งเข้าประกวดระดับภาค และประเทศ
๕. จัดและสนับสนุนให้มีกิจกรรมด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในเขตกรุงเทพมหานครทุกเขต ตามยุทธศาสตร์และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๖. ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดประกวดผลงาน / กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งระดับเขตและระดับประเทศ

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

๑. จัดตั้งงบประมาณเพื่อร่วมสนับสนุนกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามพระดำริขององค์ประธานโครงการ
๒. กำหนดแนวทางและนโยบายเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้สอดคล้องกับนโยบายแผนงานโครงการระดับประเทศ
๓. จัดตั้งและสนับสนุนให้มีกิจกรรมด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในส่วนที่เกี่ยวข้องตามยุทธศาสตร์และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๔. ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดประกวดผลงาน / กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งระดับภาคและระดับประเทศ



กระทรวงยุติธรรม

๑. จัดตั้งงบประมาณเพื่อร่วมสนับสนุนกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามพระดำริขององค์ประธานโครงการ
๒. กำหนดแนวทางและนโยบายเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้สอดคล้องกับนโยบายแผนงานโครงการระดับประเทศ
๓. จัดตั้งและสนับสนุนให้มีกิจกรรมด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในส่วนที่เกี่ยวข้องตามยุทธศาสตร์และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๔. จัดและสนับสนุนให้มีกิจกรรมด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกรุงเทพมหานครตามยุทธศาสตร์และแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๕. ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดประกวดผลงาน / กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งระดับภาคและระดับประเทศ

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ปปส.)

๑. สนับสนุนงบประมาณเพื่อการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามแนวทางพระราชทานขององค์ประธานโครงการฯ
๒. กำหนดแนวทางและนโยบายเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้สอดคล้องกับนโยบายแผนงานโครงการระดับประเทศ



๓. ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดประกวดผลงาน / กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE
๔. ประสานความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมโครงการ TO BE NUMBER ONE ในส่วนที่เกี่ยวข้อง

กระทรวงสาธารณสุข

๑. ประสานความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ โดยมีกรมสุขภาพจิตเป็นเลขานุการ
๒. สนับสนุนงบประมาณเพื่อการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE ตามแนวทางพระราชทานขององค์ประธานโครงการ
๓. มอบหมายกรมสุขภาพจิตและสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ให้คำปรึกษาแนะนำทางด้านการบริหาร จัดการ และด้านวิชาการ ในการจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจ วัยรุ่น / วัยทำงาน ในจังหวัด ชุมชน สถานศึกษา และสถานประกอบการทั่วประเทศ
๔. ผลิตและพัฒนาองค์ความรู้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหา ยาเสพติดตามยุทธศาสตร์ และแนวทางของโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยกรมสุขภาพจิต และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
๕. ให้กรมสุขภาพจิตสนับสนุนวิทยากร คู่มือ และสื่อต่างๆ แก่ หน่วยงานและเครือข่ายสมาชิกทั่วประเทศ



๖. ให้กรมสุขภาพจิตเป็นแกนกลางในการรณรงค์และจัดกิจกรรมเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในโครงการ TO BE NUMBER ONE ระดับภาคและระดับประเทศ ตามแนวทางพระราชทานขององค์ประธานฯ
๗. จัดประชุมคณะกรรมการอำนวยการโครงการ TO BE NUMBER ONE และคณะอนุกรรมการบูรณาการโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นประจำทุกปี
๘. ให้กรมสุขภาพจิตประสานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจัดระบบข้อมูลและรวบรวมข้อมูลเพื่อจัดทำรายงานตามแนวทางพระราชทานขององค์ประธานโครงการฯ
๙. หน้าที่อื่นๆ ตามที่องค์ประธานโครงการฯ ทรงพระราชทานมอบหมาย



ยุทธศาสตร์การดำเนินงาน

“การดูแลป้องกันเยาวชนให้ห่างไกลยาเสพติด ต้องพยายามสร้างมาตรการทางสังคม ในการที่จะช่วยป้องกันปัญหาเสพติดในวัยรุ่น เนื่องจากยาเสพติดได้เข้ามาชักจูงหรือครอบงำวัยรุ่นได้ง่าย เพราะทัศนคติที่ถูกปลูกฝังในเด็กเยาวชนว่าแฉ่หรือเปลา่ เมื่อเสพยาแล้วก็จะแฉ่ จะเท่ จะเป็นแมน จะเป็นคนกล้า การทำทายกันแบบนี้ทำให้เด็กมีค่านิยมที่ผิดไป เมื่อมีค่านิยมที่ผิด ก็ต้องเปลี่ยนค่านิยมใหม่ เปลี่ยนทัศนคติใหม่”

“ในการแก้ปัญหาเสพติดสำหรับเยาวชนนั้น ต้องสร้างภูมิคุ้มกันอย่างเข้าใจถึงจิตใจ ความต้องการของเขา เพราะบางครั้งการเกิดปัญหาเสพติดก็มาจากหลายสาเหตุ เราต้องสร้างค่านิยมใหม่ ต้องสร้างความมั่นใจให้เขารู้สึกดีกับตัวเอง ให้เขาได้สนุกโดยพยายามหากิจกรรมต่างๆ มาใช้ เช่น ดนตรี กีฬา สิ่งเหล่านี้ทำให้คนมีสังคม มีร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพจิตดี เป็นสิ่งที่คนรุ่นใหม่ควรมาร่วมด้วยกัน”

“การป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดให้หมดจากสังคมไทย ไม่สามารถดำเนินการให้สำเร็จได้ด้วยการทำงานขององค์กรใดองค์กรหนึ่ง แต่ทุกองค์กร ทุกฝ่ายต้องช่วยกัน และการรวมตัวกันของผู้ที่มีความตั้งใจที่จะไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด จะทำให้เกิดพลังในการร่วมกันป้องกันปัญหาเสพติดอย่างเข้มแข็ง”

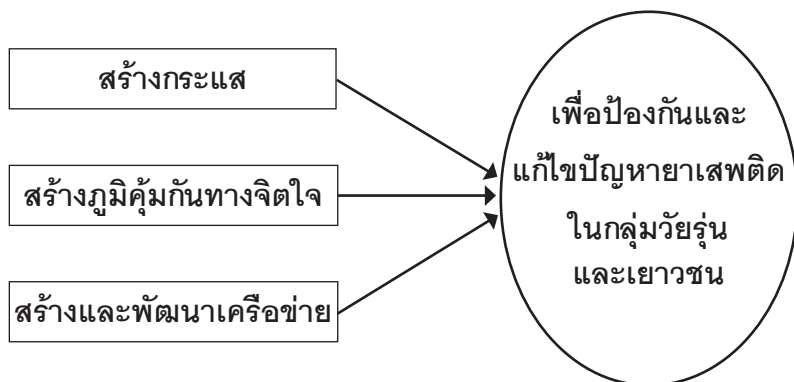
พระดำรัสพูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี



เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE สนอง
พระดำริขององค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE จึงได้กำหนด
ยุทธศาสตร์การดำเนินงานเพื่อมุ่งสู่ความสำเร็จและสนองพระปณิธาน ดังนี้

ยุทธศาสตร์

๑. การรณรงค์ปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกัน
และแก้ไขปัญหายาเสพติด
๒. การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน
๓. การสร้างและพัฒนาเครือข่ายเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญห
ยาเสพติด





ยุทธศาสตร์ที่ ๑

การรณรงค์ปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกัน
และแก้ไขปัญหายาเสพติด

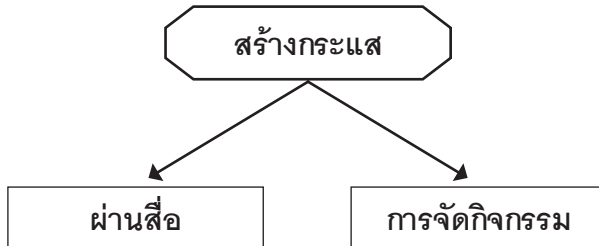
จากพระดำรัสต่อไปนี้ “บางครั้งการเกิดปัญหายาเสพติดมาจากหลายสาเหตุ จึงต้องสร้างค่านิยมใหม่ สร้างความมั่นใจให้เขารู้สึกดีกับตัวเอง ให้เขาได้สนุก โดยพยายามหากิจกรรมต่างๆ มาใช้ เพราะสิ่งเหล่านี้ทำให้คนมีสังคม มีร่างกาย แข็งแรง มีสุขภาพจิตดี และไม่ไปเกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติด” ได้นำไปสู่การกำหนดวัตถุประสงค์ในยุทธศาสตร์ที่ ๑ คือ

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อสร้างกระแสนิยมในกลุ่มเยาวชนไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด
๒. เพื่อสนับสนุนให้เยาวชนและชุมชนได้จัดกิจกรรมสร้างสรรค์ โดยการสนับสนุนของสังคม
๓. เพื่อสร้างความเข้าใจและยอมรับผู้มีปัญหายาเสพติด และให้โอกาสกลับมาเป็นส่วนหนึ่งของสังคม
๔. เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันสารเสพติดในกลุ่มเยาวชนและประชาชนทั่วไป



วิธีดำเนินการ



ใช้การรณรงค์และประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อและกิจกรรม โดยเฉพาะกิจกรรมด้านดนตรี กีฬา ศิลปะและอื่นๆ ที่วัยรุ่นและเยาวชนชื่นชอบและให้ความสนใจ ทั้งนี้เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายหลักซึ่งเป็นวัยรุ่นและเยาวชนได้ง่าย

การรณรงค์โดยการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อ

๑. สื่อวิทยุโทรทัศน์ ได้แก่

- ผลิตและเผยแพร่รายการ TO BE NUMBER ONE VARIETY สัปดาห์ละ ๑ ตอนๆ ละ ๖๐ นาที ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทย หรือสถานีโทรทัศน์แห่งชาติทุกวันเสาร์ เวลา ๒๐.๓๐-๒๑.๓๐ น.
- ผลิต และเผยแพร่รายการ TO BE NUMBER ONE VARIETY สัปดาห์ละ ๒ ตอนๆ ละ ๖๐ นาที ทางสถานีวิทยุ FM 101MHz Radio Report One ทุกวันเสาร์ และอาทิตย์ เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น.
- ผลิตสปรอดวิทยุและโทรทัศน์



๒. สื่อนั่งสื่อกัมพู
๓. สื่อนิทรรศการ
๔. สื่อบ VCD DVD และ VDO
๕. สื่อบัญลักษณ์ ได้แก่ เข้ม TO BE NUMBER ONE นิตยสาร
TO BE NUMBER ONE เพลง TO BE NUMBER ONE
สายรัดข้อมือ ฯลฯ
๖. ผลิต และจำหน่ายผลิตภัณฑ์ของโครงการ เช่น เสื้อ กระเป๋า
ถุงเท้า รองเท้า อุปกรณ์ เครื่องเขียน เป็นต้น

การรณรงค์โดยการจัดกิจกรรม

- องค์ประธานโครงการเสด็จเยี่ยมติดตามผลการดำเนินงาน
โครงการ เสด็จเปิดชมรม และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น / วิทยาลัย
ในจังหวัดภูมิภาคและเขตกรุงเทพมหานคร
- จัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา สถาน
ประกอบการและชุมชนทั่วประเทศ เพื่อให้ดำเนินกิจกรรม
ตลอดปี
- จัดการแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEEN AEROBICS
THAILAND CHAMPIONSHIP 2008
- จัดประกวดผลงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE
ระดับจังหวัด ระดับภาค และระดับประเทศ
- จัดงานมหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ประจำปี
- จัดนิทรรศการ คอนเสิร์ต และกิจกรรมอื่นๆ เนื่องในโอกาส
พิเศษต่างๆ
- จัดประกวดกิจกรรมสร้างสรรค์ และพัฒนา EQ สำหรับ
กลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน



ยุทธศาสตร์ที่ ๒ การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน

“เยาวชนส่วนใหญ่ที่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดมักมีปัญหาทางด้านจิตใจที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองในทางที่เหมาะสมได้ ดังนั้นการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชนจึงเป็นการป้องกันปัญหายาเสพติดที่ตรงที่สุด”

จากพระดำรัสข้างต้นโครงการ TO BE NUMBER ONE จึงได้กำหนดยุทธศาสตร์การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน โดยการถ่ายทอดความรู้และฝึกทักษะให้แก่แกนนำเยาวชนทั้งในและนอกสถานศึกษา เพื่อให้สามารถจัดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ให้แก่เพื่อนเยาวชนและสมาชิก TO BE NUMBER ONE ให้มีสุขภาพจิตที่ดีมีจิตใจที่เข้มแข็ง อันจะเป็นการป้องกันปัญหายาเสพติดในอนาคต

รูปแบบการดำเนินงาน

๑. การจัดกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้แกนนำเยาวชนสามารถเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เพื่อนเยาวชน ซึ่งจะช่วยป้องกันปัญหายาเสพติดในชุมชนในอนาคต
๒. เพื่อให้แกนนำเยาวชนสามารถจัดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เพื่อนเยาวชนในชุมชนได้อย่างเหมาะสม



๓. เพื่อให้แกนนำเยาวชนได้รับการเสริมสร้างทักษะในการช่วยเหลือเพื่อนเยาวชนให้มีกำลังใจที่เข้มแข็งสามารถดูแลตัวเองให้ปลอดภัยจากยาเสพติด
๔. เพื่อพัฒนาศักยภาพและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่สมาชิก TO BE NUMBER ONE

วิธีดำเนินการ

๑. จัดค่ายพัฒนาแกนนำอาสาสมัคร TO BE NUMBER ONE (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR LEADERS) สำหรับสมาชิกแกนนำในชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
๒. จัดค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE ฐานความเป็นหนึ่ง (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR MEMBERS) สำหรับสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา ในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น และในชุมชน กรุงเทพมหานครและภูมิภาค โดยองค์ประธานเสด็จทรงปิดค่าย และประทานเกียรติบัตร
๓. ผลิตและพัฒนาเทคโนโลยีการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน
๔. สนับสนุนองค์ความรู้และสื่อในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน



๒. การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น (TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER)

การตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เป็นกิจกรรมหนึ่งของชมรม TO BE NUMBER ONE ซึ่งแกนนำอาสาสมัคร (เยาวชน) ประจำศูนย์จะเป็นผู้บริหาร จัดการ จัดกิจกรรม และให้บริการต่างๆ ภายในศูนย์ เป็นกิจกรรมซึ่งจัดบริการให้กับสมาชิก TO BE NUMBER ONE ที่เข้ามาในศูนย์เท่านั้น หากกิจกรรมใดก็ตามที่จัดขึ้นนอกศูนย์ จะดำเนินการโดยชมรม TO BE NUMBER ONE ซึ่งบริหารจัดการโดยคณะกรรมการชมรม (ดูรายละเอียดในการจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น)

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้วัยรุ่นที่มีปัญหา หรือต้องการความช่วยเหลือได้รับคำปรึกษาแนะนำที่ถูกต้องเหมาะสมจากผู้เชี่ยวชาญ หรือเพื่อนอาสาสมัครที่ผ่านการอบรม
๒. เพื่อให้วัยรุ่นได้รับประสบการณ์ และเพิ่มพูนทักษะจากการฝึกแก้ปัญหาและพัฒนา EQ ทั้งด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน
๓. เพื่อให้วัยรุ่นได้มีโอกาสดูแลเวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยเข้าร่วมกิจกรรมที่สร้างสรรค์และเสริมสร้างความสุขให้กับตนเอง ด้วยการฝึกทักษะด้านดนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ จากผู้เชี่ยวชาญ
๔. เพื่อให้โอกาสแก่วัยรุ่นได้มีสถานที่ที่เหมาะสมและเป็นที่ยอมรับจากทุกฝ่ายในการทำกิจกรรมที่สนใจร่วมกัน
๕. เพื่อให้วัยรุ่นกลุ่มหนึ่งที่มีความสามารถ เข้ารับการอบรมเป็นอาสาสมัครให้คำปรึกษาเพื่อนช่วยเพื่อน



การดำเนินงาน

๑. จัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในสถานศึกษา
๒. จัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในสถานประกอบการ
๓. จัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในศูนย์การค้า (เฉพาะเมืองใหญ่ที่มีสถานที่เหมาะสม) เช่น ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในศูนย์การค้าแฟชั่นไอส์แลนด์ ซีคอนสแควร์ ฟิวเจอร์พาร์ครังสิตและเดอะมอลล์บางแค ซึ่งทั้ง ๔ แห่ง กรมสุขภาพจิตเป็นผู้รับผิดชอบดำเนินงาน โดยจัดหาแกนนำอาสาสมัครมาเป็นผู้บริหารจัดการ

การสนับสนุน

กรมสุขภาพจิต เป็นผู้ผลิตและพัฒนาสื่อเทคโนโลยีในการจัดตั้งและดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น รวมทั้งสนับสนุนวิทยากร องค์ความรู้ ตลอดจนคู่มือและสื่อที่เกี่ยวข้องทุกประเภท



ยุทธศาสตร์ที่ ๓
การสร้างและพัฒนาเครือข่ายเพื่อการป้องกันและแก้ไข
ปัญหายาเสพติด

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อพัฒนาศักยภาพสมาชิกเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ผู้ปฏิบัติงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE และผู้เกี่ยวข้อง ให้สามารถดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้อย่างเข้มแข็งและมีประสิทธิภาพ
๒. เพื่อผลิตและพัฒนาองค์ความรู้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE สำหรับเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ
๓. เพื่อให้สมาชิกเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ในการทำงานซึ่งกันและกัน อันจะนำไปสู่การขยายผลและพัฒนาประสิทธิภาพการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างยั่งยืน
๔. เพื่อให้สมาชิกเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ มีกำลังใจ มีความผูกพันพร้อมที่จะช่วยเหลือกัน ร่วมแรงร่วมใจกันทำงานภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างจริงจังต่อเนื่อง ซึ่งจะทำให้เกิดเป็นพลังแผ่นดินอย่างแท้จริง



การดำเนินงาน

๑. พัฒนาระบบการจัดเก็บและรายงานข้อมูลการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE
๒. พัฒนาช่องทางการติดต่อสื่อสารระหว่างเครือข่ายสมาชิก TO BE NUMBER ONE และผู้ปฏิบัติงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE และผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่
 - Website www.tobenumber1.net 1 และ www.tobefriend.in.th
 - นิตยสาร TO BE NUMBER ONE ราย ๓ เดือน (ปีละ ๔ ฉบับ)
 - ตอบจดหมายผ่านรายการ TO BE NUMBER ONE VARIETY ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทยหรือสถานีโทรทัศน์แห่งชาติทุกวันเสาร์ เวลา ๒๐.๓๐- ๒๑.๓๐ น.
๓. พัฒนาองค์ความรู้ในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาเสพติดภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE สำหรับเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ได้แก่ คู่มือการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE คู่มือการประกวดกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE คู่มือการจัดตั้งและดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น คู่มือการจัดตั้ง และดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ตลอดจนองค์ความรู้ในการดำเนินงานและกิจกรรมต่างๆ
๔. ประสานงานและสนับสนุนการประกวดชมรม/จังหวัด TO BE NUMBER ONE ดีเด่นระดับจังหวัด
๕. ประสานความร่วมมือในการเป็นเจ้าภาพจัดงานมหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ประจำปี
๖. จัดอบรม ประชุม สัมมนา เพื่อพัฒนาคุณภาพสมาชิกเครือข่าย
๗. ส่งเสริมและสนับสนุนการขยายเครือข่ายชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นให้ครอบคลุมทั่วประเทศ



กิจกรรมสำคัญ

กิจกรรมการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE ประกอบด้วย

๑. การจัดมหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ระดับภาค / ประเทศ
๒. การผลิตและเผยแพร่รายการวิทยุและโทรทัศน์
๓. การจัดกิจกรรมการประกวด
๔. การผลิตสื่อสัญลักษณ์ประจำโครงการ
๕. การผลิตและจำหน่ายผลิตภัณฑ์ในโครงการ
๖. การแต่งตั้งและจัดประชุมคณะกรรมการอำนวยการโครงการ
๗. การแต่งตั้งและจัดประชุมคณะกรรมการบูรณาการโครงการ
๘. การจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE
๙. การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น (TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER)
๑๐. การจัดค่าย TO BE NUMBER ONE สำหรับแกนนำ (TO BE NUMBER ONE FOR LEADERS)
๑๑. การจัดค่าย TO BE NUMBER ONE สำหรับสมาชิก (TO BE NUMBER ONE FOR MEMBERS)

หมายเหตุ : กิจกรรมที่ ๘ - ๑๐ ให้ดูรายละเอียดตามหัวข้อในสารบัญ



การจัดการมหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE ระดับประเทศ

“การจัดประกวดกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ก็เพราะต้องการ ก่อให้เกิดความรักความผูกพันระหว่างผู้ที่ทำงานในโครงการร่วมกัน เปิดโอกาสการเรียนรู้ และได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน อันจะทำให้มีการพัฒนางานในโครงการฯ ให้มั่นคง ก้าวหน้า มีประสิทธิภาพต่อเนื่องและยั่งยืน และเป็นการแสดงเจตนารมณ์ร่วมกันว่าเรา仍将ทำงานร่วมกันอยู่และจะทำต่อไป เพื่อความปลอดภัยของประเทศไทย”

พระดำรงศุลภระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี

ในวโรกาสเสด็จเป็นองค์ประธานการประกวดมหกรรม TO BE NUMBER ONE ระดับภาค (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ) ประจำปี ๒๕๕๑ ณ โรงแรมโซฟิเทล ราชอาณัติ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น วันที่ ๒๑ มีนาคม ๒๕๕๑

งานมหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE กำหนดจัดขึ้นในวันต่อต้านยาเสพติดโลก ในวันที่ ๒๖ มิถุนายน เป็นประจำทุกปี รูปแบบของงานนอกจากมีการประกวดผลงานและการแสดงนิทรรศการของจังหวัดและชมรม TO BE NUMBER ONE ประเภทต่างๆ แล้ว ยังมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดผ่านทางกิจกรรมต่างๆ อีกมากมาย ผู้เข้าร่วมงานประกอบด้วย ผู้บริหาร และสมาชิก TO BE NUMBER ONE จากหน่วยงานหลักทั่วประเทศ ได้แก่ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงแรงงาน กระทรวงยุติธรรม กระทรวงการพัฒนาสังคม



และความมั่นคงของมนุษย์ กรุงเทพมหานคร สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด และกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงพระกรุณาเสด็จเปิดงานและพระราชทานรางวัลด้วยพระองค์เองเป็นประจำทุกปี

การดำเนินโครงการกว่า ๗ ปี ที่ผ่านมา ได้ใช้กลยุทธ์สำคัญประการหนึ่ง คือ การจัดประกวดผลงานในโครงการ เพื่อกระตุ้นการดำเนินงานของจังหวัดและชมรม TO BE NUMBER ONE กว่า ๓ แสนแห่งทั่วประเทศ ให้เข้าร่วมเสนอผลงานและแสดงนวัตกรรมที่พัฒนาจากความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของสมาชิก เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์การดำเนินงาน และสร้างกระแสที่เอื้อต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ตามแนวทางโครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้การประกวดผลงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ในวันนี้ ได้พัฒนารูปแบบของจังหวัดและชมรม TO BE NUMBER ONE ดีเด่นระดับประเทศเพื่อต่อยอดให้เป็นต้นแบบระดับเงิน ระดับทอง และระดับเพชร เป็นการขยายผลและก้าวไปสู่มาตรฐานการดำเนินงานโครงการที่สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในการศึกษาคุณานเพื่อการพัฒนาต่อไป

ผู้รับผิดชอบ

๑. ผู้รับผิดชอบหลัก

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมสุขภาพจิต ในฐานะผู้จัดและผู้ประสานความร่วมมือ

๒. ผู้รับผิดชอบร่วม

๒.๑ กระทรวงมหาดไทย

๒.๒ กระทรวงศึกษาธิการ



- ๒.๓ กระทรวงแรงงาน
- ๒.๔ กระทรวงยุติธรรม
- ๒.๕ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
- ๒.๖ กรุงเทพมหานคร
- ๒.๗ สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

วัตถุประสงค์

- ๑. เพื่อกระตุ้นการดำเนินงานของจังหวัดและชมรม TO BE NUMBER ONE ให้เกิดความเข้มแข็งและต่อเนื่อง
- ๒. เพื่อเปิดโอกาสให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์การดำเนินงานด้านการป้องกันปัญหายาเสพติดในกลุ่มสมาชิกและเครือข่าย
- ๓. เพื่อพัฒนารูปแบบและแนวทางการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE
- ๔. เพื่อพัฒนาจังหวัดและชมรม TO BE NUMBER ONE
- ๕. เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจแก่สมาชิกและเครือข่ายผู้ปฏิบัติงานด้านการป้องกันปัญหายาเสพติด

กลุ่มเป้าหมาย

- ๑. คณะกรรมการอำนวยการ คณะอนุกรรมการบูรณาการ คณะกรรมการระดับจังหวัด คณะกรรมการ ชมรม TO BE NUMBER ONE และแกนนำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
- ๒. สมาชิก TO BE NUMBER ONE จากทั่วประเทศ



๓. หน่วยงานจากภาครัฐและเอกชนที่ดำเนินงานด้านการป้องกัน
ปัญหาเสพติดภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE
ทั้งจากสถานศึกษา สถานประกอบการ และชุมชนทั่วประเทศ
๔. ผู้บริหารและผู้สนับสนุนการดำเนินงานโครงการ TO BE
NUMBER ONE

การดำเนินงาน

๑. จัดประกวดผลการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE รอบชิงชนะเลิศระดับภาคและระดับประเทศ รวม ๖ ประเภท
ได้แก่

- ๑.๑ จังหวัด TO BE NUMBER ONE ต้นแบบและดีเด่น
หน่วยงานเจ้าภาพ กระทรวงมหาดไทย
- ๑.๒ ชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชนภูมิภาค ต้นแบบ
และดีเด่น
หน่วยงานเจ้าภาพ กระทรวงมหาดไทย
- ๑.๓ ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา ต้นแบบ
และดีเด่น
หน่วยงานเจ้าภาพ กระทรวงศึกษาธิการ
- ๑.๔ ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานประกอบการ
ขนาดใหญ่ ต้นแบบและดีเด่น
หน่วยงานเจ้าภาพ กระทรวงแรงงาน
- ๑.๕ ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานประกอบการ
ขนาดเล็ก-กลาง ต้นแบบและดีเด่น
หน่วยงานเจ้าภาพ กระทรวงแรงงาน

๑.๖ ชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชนกรุงเทพมหานคร
ต้นแบบและดีเด่น

หน่วยงานเจ้าภาพ กรุงเทพมหานคร

๒. ระยะเวลา

ระดับภาค จัดขึ้น ๕ ภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคใต้ ภาคตะวันออก
เจียงเหนือ ภาคกลางและภาคตะวันออกเฉียงเหนือและกรุงเทพมหานคร กำหนด
จัดช่วงเดือน มกราคม - มีนาคม ของทุกปี

ระดับประเทศ จัดที่กรุงเทพมหานครทุกวันที่ ๒๖ มิถุนายน
ซึ่งตรงกับวันต่อต้านยาเสพติดโลก

๓. การพิจารณาตัดสิน

ระดับภาค พิจารณาตัดสินจากการนำเสนอผลงานบนเวที
เพื่อคัดเลือกประเภทละ ๓ รางวัลเข้าชิงชนะเลิศระดับประเทศ

ระดับประเทศ พิจารณาตัดสินจากการนำเสนอผลงานบนเวที
การจัดบุณิหารศการและเพิ่มการแสดงความสามารถของสมาชิกบนเวที
เฉพาะสำหรับประเภทจังหวัด

๔. รูปแบบ

๔.๑ จัดแสดงบุณิหารศการผลงาน TO BE NUMBER
ONE ของแต่ละประเภทที่เข้าประกวด

๔.๒ จัดเวทีแยกเพื่อการนำเสนอผลงาน ๖ ประเภท ๖ เวที

๔.๓ จัดกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้และบันเทิง อาทิ ฝึกพัฒนา
EQ ฝึกทักษะทางด้านดนตรี กีฬา ศิลปะกับดาราศาสตร์และ
ศิลปินมีชื่อเสียง การแสดงความสามารถของสมาชิก
บนเวที และการแสดงคอนเสิร์ต เป็นต้น



- ๔.๔ จัดพิธีการ พระราชทานรางวัลแก่ผู้ชนะการประกวดแต่ละประเภท โดยทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เสด็จเป็นองค์ประธาน
- ๔.๕ รายละเอียดของการประกวด โปรดดูในคู่มือการประกวดกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE

การผลิตและเผยแพร่รายการวิทยุและโทรทัศน์

วัตถุประสงค์

๑. สร้างกระแสการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ตามแนวทางการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE
๒. เพื่อนำเสนอผลงานโครงการ TO BE NUMBER ONE เผยแพร่แก่สาธารณชนให้เป็นที่รู้จักและเข้าใจกว้างขวางมากยิ่งขึ้น
๓. เพื่อเป็นช่องทางการสื่อสารและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสมาชิกทั่วประเทศผ่านทางสื่อโทรทัศน์และวิทยุ

กลุ่มเป้าหมาย

สมาชิก TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ โดยเฉพาะวัยรุ่นและเยาวชนและครอบครัว



รายการ TO BE NUMBER ONE Variety ทางสถานีวิทยุ

วัตถุประสงค์

๑. สร้างกระแสการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดตามแนวทางการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE
๒. เพื่อเผยแพร่ข่าวสารกิจกรรมและผลงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้เป็นที่รู้จักและเข้าใจกว้างขวางมากยิ่งขึ้น
๓. เพื่อเป็นช่องทางสื่อสารและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสมาชิกทั่วประเทศ ผ่านทางสื่อวิทยุรวมทั้งส่งเสริมภาพลักษณ์ที่ดีต่อหน่วยงาน

กลุ่มเป้าหมาย

สมาชิก TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศและครอบครัว โดยเฉพาะวัยรุ่นและเยาวชน

แนวคิด

เพื่อให้เครือข่าย TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศได้มีช่องทางการติดตามและรับรู้ความก้าวหน้าเคลื่อนไหวและความก้าวหน้าของโครงการ ตลอดจนสามารถติดต่อ พูดคุย สอบถามข้อมูลได้ทันที



รายละเอียดรายการ

- รูปแบบ เป็นรายการสดแบ่งออกเป็น ๒ ช่วง ดังนี้

ช่วงแรก ประชาสัมพันธ์ Up Date ข่าวกิจกรรมและผลงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE เช่น เล่าเรื่องราวความก้าวหน้าเกี่ยวกับผลงานและกิจกรรมต่างๆ ในโครงการ เปิดรับสมัครสมาชิก ประชาสัมพันธ์ผลิตภัณฑ์ในโครงการ เปิดสายพูดคุยและตอบจดหมายสมาชิก TO BE NUMBER ONEที่กำลังรับฟังรายการ

ช่วงที่ ๒ เปิดสายรับโทรศัพท์จากสมาชิกผู้ฟังรายการ เพื่อพูดคุยและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินกิจกรรมในโครงการ และตอบจดหมายสมาชิก TO BE NUMBER ONE

- เวลาออกอากาศ ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ทางสถานี FM 101 MHz. RADIO REPORT ONE



รายการ TO BE NUMBER ONE Variety ทางสถานีโทรทัศน์แห่งประเทศไทย

แนวคิด

เป็นรายการโทรทัศน์ที่จะเป็นสื่อกลางระหว่างสมาชิกโครงการ TO BE NUMBER ONE เยาวชนและประชาชนทั่วไป นำเสนอเนื้อหาในรูปแบบโดนใจคนรุ่นใหม่ ที่มีความหลากหลายแบบ Variety Edutainment ปลุกกระแสการต่อต้านยาเสพติด สร้างแบบอย่างที่ดีแก่เยาวชนคนรุ่นใหม่ และประชาชนทั่วไปมีความเข้าใจในการดำเนินกิจกรรมของโครงการ เสริมสร้างกิจกรรมในหมู่สมาชิกและสร้างเครือข่ายในการป้องกันปัญหาเสพติดตามแนวพระปณิธานขององค์ประธานในการส่งเสริมเยาวชนและคนรุ่นใหม่ให้ "ให้เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด"

รายละเอียดรายการ

- รูปแบบ แบ่งเวลาออกเป็น ๓ ช่วงๆ ละ ๑๕ นาที ดังนี้

๑. ช่วงที่ ๑ Talk to the Princess ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงตอบจดหมายสมาชิกที่ส่งถึงรายการผ่านช่องทางต่างๆ เช่น จดหมาย ไปรษณีย์บัตร อีเมล โดยทูลกระหม่อมทรงคัดเลือกจดหมายและทรงตอบคำถามทั้งหมดด้วยพระองค์เอง โดยเนื้อหาของจดหมายที่จะนำมาออกรายการ เช่น จดหมายถามคำถาม, ปรัชญาปัญหา, แสดงความคิดเห็น และเล่าเรื่องราวประสบการณ์ส่วนตัว ทั้งนี้โดยมีศิลปิน หรือดาราวัยรุ่น ซึ่งเป็นตัวแทนของเยาวชนผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนมาทำหน้าที่นำข้อความในจดหมายขึ้นกราบทูลเพื่อทรงตอบ

๒. ช่วงที่ ๒ ประกอบด้วย

- TO BE NUMBER ONE GUY เป็นเวทีแสดงความสามารถของสมาชิกในรูปแบบต่างๆ ทั้งในรูปแบบของกลุ่มสมาชิกหรือเฉพาะ



บุคคล เพื่อสื่อว่า “พวกเขาหรือเธอเป็นหนึ่งได้” ด้วยกิจกรรมที่เป็นประโยชน์และไม่ข้องเกี่ยวกับยาเสพติด เช่น มายากล, เล่นดนตรี, Dance, เต้น, B-Boy และมวยไทย เป็นต้น

- TO BE NUMBER ONE NEWS นำข่าวสาร / เรื่องราวที่เป็นสาระความรู้ต่างๆ เช่น เทคโนโลยี, แฟชั่น, ดนตรี, ศิลปะ, กีฬา และเรื่องราวต่างๆ ที่วัยรุ่นสนใจเป็นความเคลื่อนไหวทันสมัย ล่าสุด มานำเสนอโดยสอดแทรกสาระความรู้และมุมมองที่น่าสนใจ

๓. ช่วงที่ ๓ ประกอบด้วย

- TO BE NUMBER ONE IDOL นำเสนอแบบอย่างที่ดีต้นแบบของคนรุ่นใหม่ โดยนำเสนอเรื่องราวหลากหลายของบุคคล ซึ่งเป็นที่ชื่นชอบของเยาวชน วัยรุ่นและอยู่ในวัยใกล้เคียงกัน เช่น ศิลปิน ดารา นักกีฬาหรือผู้มีชื่อเสียงในแวดวงต่างๆ ในรูปแบบ Variety Talk ผ่านการนำเสนอกิจกรรมที่เขาเหล่านั้นชื่นชอบ ทั้งดนตรี, กีฬา, ศิลปะ และวิชาการ เป็นต้น เพื่อสร้างแบบอย่างและแรงบันดาลใจที่ดีแก่เยาวชนคนรุ่นใหม่ในการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์และสามารถนำไปปฏิบัติตามได้

- TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER เป็นการนำเสนอผลงานของกลุ่มสมาชิกในสถานศึกษา สถานประกอบการและชุมชนทั้งในรูปของชมรมและศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น TO BE NUMBER ONE รวมถึงกิจกรรมการประกวดต่างๆ ที่โครงการ TO BE NUMBER ONE จัดขึ้น หรือโครงการอื่นๆ ที่สมาชิก TO BE NUMBER ONE เข้าร่วมและประสบความสำเร็จ เพื่อให้เพื่อนๆ สมาชิกและประชาชนทั่วไปได้ร่วมรับทราบความก้าวหน้าของโครงการ

• เวลาออกอากาศ ทุกวันเสาร์ เวลา ๒๐.๓๐ - ๒๑.๓๐ น. ทางสถานีโทรทัศน์แห่งประเทศไทย (ช่อง ๑๑)



การจัดกิจกรรมการประกวด

กิจกรรมการประกวดในโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นกิจกรรมสำหรับเยาวชนและวัยรุ่น มีการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง และพัฒนาให้ทันสมัยตามความสนใจของกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งเป็นเยาวชนอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นในระยะเวลาต่อไปอาจมีกิจกรรมใหม่ๆ เกิดขึ้นนอกเหนือจากที่ปรากฏอยู่ในคู่มือเล่มนี้ได้

กิจกรรมสำคัญ และเป็นที่น่าสนใจ จัดขึ้นเป็นประจำทุกปี ได้แก่

๑. การประกวดผลงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ประจำปี ระดับภาค และระดับประเทศ เริ่มประมาณเดือนกุมภาพันธ์ และสิ้นสุดวันชิงชนะเลิศในงานมหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE วันที่ ๒๖ มิถุนายน ซึ่งตรงกับวันต่อต้านยาเสพติดสากล โดยองค์ประธานโครงการเสด็จประพาสรางวัล ทุกประเภท

๒. การประกวด TO BE NUMBER ONE DANCERCISE สำหรับเยาวชนที่ชื่นชอบ และสนใจกิจกรรมการเต้นเป็นทีมๆ ละ ๑๒-๒๐ คน จัดขึ้นเป็นประจำทุกปี เริ่มแข่งขันระดับภาคประมาณเดือนพฤศจิกายน และชิงชนะเลิศระดับประเทศเดือนมกราคม โดยองค์ประธานโครงการเสด็จประพาสรางวัล

๓. การประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL ประจำปี ริเริ่มดำเนินงานประมาณปี ๒๕๕๓ หรือ ๒๕๕๔ โดยหลักกรมอบจังหวัดจัดการประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL ระดับจังหวัด จำนวน ๒ คน เป็นหญิงและชายอายุไม่เกิน ๒๒ ปี พิจารณาจากผลการเรียน การประพฤติปฏิบัติตน เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น มีมนุษยสัมพันธ์ดี บุคลิกภาพดี กล้าคิด กล้าแสดงออก มีภาวะผู้นำที่เหมาะสม มีทักษะหรือความสามารถพิเศษในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง



โครงการจะพิจารณากรอบ หรือเกณฑ์การตัดสินส่งให้จังหวัดพิจารณาคัดเลือก
ระดับภาค และระดับประเทศ โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นผู้จัด
การประกวดสำหรับรายละเอียดกรณาดูในคู่มือการประกวดกิจกรรมโครงการ
TO BE NUMBER ONE

การผลิตสื่อสัญลักษณ์ประจำโครงการ

สื่อและสัญลักษณ์โครงการ TO BE NUMBER ONE มีหลายประเภท
ที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์ และสร้างความภาคภูมิใจให้กับสมาชิกทั่วประเทศ
มีดังนี้

๑. เข็มสัญลักษณ์ TO BE NUMBER ONE เป็นพระรูปองค์ประธาน
โครงการ ทรงประทานแบบ และเลือกสัญลักษณ์เลข ๑ เพื่อหลอมรวมสมาชิก
สู่ความเป็นหนึ่ง ด้วยความภาคภูมิใจในตนเองและอุดมการณ์ “เป็นหนึ่งโดยไม่
พึ่งยาเสพติด”

๒. CD เพลง TO BE NUMBER ONE มี ๒ Version คือเพลง TO BE
NUMBER ONE และเพลงไม่มีอะไรไกลเกินฝัน ทรงขับร้องโดยองค์ประธาน
โครงการ จัดทำโดยบริษัท GMM แกรมมี่

๓. นิตยสาร TO BE NUMBER ONE ออกเป็นประจำทุก ๓ เดือน
ปีละ ๔ ฉบับ คือ ฉบับประจำเดือนมกราคม - มีนาคม, เมษายน - มิถุนายน
กรกฎาคม - กันยายน และตุลาคม - ธันวาคม สมาชิกได้ที่
กองบรรณาธิการนิตยสาร TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต
กระทรวงสาธารณสุข ตำบลตลาดขวัญ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี
โทร ๐ ๒๑๔๙ ๕๕๓๐, ๐ ๒๕๙๐ ๘๒๘๔ หรือซื้อได้ที่ร้านซีเอ็ดบุ๊ค
เซ็นเตอร์ ร้านนายอินทร์ เป็นต้น



๔. รายการโทรทัศน์ TO BE NUMBER ONE Variety ทางสถานีโทรทัศน์แห่งประเทศไทย NBT ทุกวันเสาร์ เวลา ๒๐.๓๐ - ๒๑.๓๐ น.

๕. รายการวิทยุ TO BE NUMBER ONE Variety ทางสถานี FM ๑๐๑ ทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ เวลา ๑๗.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.

๖. Website TO BE NUMBER ONE มี ๒ Website ดังนี้

๖.๑ Website www.tobenumber1.net สามารถเข้าเยี่ยมชมผ่าน Website ของกรมสุขภาพจิต www.dmh.go.th ได้

๖.๒ Website www.tobefriend.in.th สามารถเข้าเยี่ยมชมผ่าน Website www.tobenumber1.net ได้

๗. สัญลักษณ์ TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER เครือข่าย ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ จะใช้ป้ายชื่อศูนย์ ด้วยรูปแบบและสัญลักษณ์เดียวกัน เพื่อสื่อความหมายเป็นสมาชิกของ โครงการ TO BE NUMBER ONE ในทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี

ผลิตภัณฑ์ และจำหน่ายในโครงการ TO BE NUMBER ONE

อาทิ เสื้อยืด เสื้อแจ็กเก็ต กระเป๋าเป้ กระเป๋าสะพาย ถุงเท้า รองเท้า หมวก สายรัดข้อมือ เป็นต้น หาซื้อได้ที่สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข โทร ๐ ๒๑๔๙ ๕๕๓๐ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทั่วประเทศ ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นฟิวเจอร์ พาร์ค รังสิต โทร ๐ ๒๙๕๕ ๐๐๑๑ ต่อ ๑๔๙๖ - ๗ ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นแพชั่นไอส์แลนด์ ๐ ๒๘๗๗ ๖๒๕๖ - ๘ ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นซีคอนสแควร์ โทร ๐ ๒๘๖๔ ๑๗๒๑, ๐ ๒๗๒๑ ๘๓๑๕ และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นเดอะมอลล์บางแค โทร ๐ ๒๔๕๔ ๔๖๙๗, ๐ ๒๔๕๔ ๔๗๐๙, ๐ ๒๔๕๔ ๔๗๘๑, ๐ ๒๔๕๔ ๕๑๐๕



การแต่งตั้งและจัดประชุมคณะกรรมการอำนวยการ โครงการ TO BE NUMBER ONE

โครงการ TO BE NUMBER ONE ใช้วิธีดำเนินงานโดยการบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ระดับประเทศ มีคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการอำนวยการโครงการประกอบด้วย ผู้บริหารระดับสูงจากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน โดยมี ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงพระกรุณาฯ ิคุณรับเป็นองค์ประธาน รายละเอียดคำสั่งประกอบด้วย

๑. ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา องค์ประธานกรรมการ
สิริวัฒนาพรรณวดี
๒. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข รองประธานกรรมการคนที่ ๑
๓. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหม รองประธานกรรมการคนที่ ๒
๔. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย รองประธานกรรมการคนที่ ๓
๕. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรม รองประธานกรรมการคนที่ ๔
๖. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ รองประธานกรรมการคนที่ ๕
๗. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงแรงงาน รองประธานกรรมการคนที่ ๖
๘. รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการพัฒนาลังคม รองประธานกรรมการคนที่ ๗
และความมั่นคงของมนุษย์
๙. รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการ กรรมการ
๑๐. รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข กรรมการ
๑๑. ปลัดกระทรวงกลาโหม กรรมการ
๑๒. ปลัดกระทรวงการพัฒนาลังคม กรรมการ
และความมั่นคงของมนุษย์



๑๓. ปลัดกระทรวงมหาดไทย	กรรมการ
๑๔. ปลัดกระทรวงยุติธรรม	กรรมการ
๑๕. ปลัดกระทรวงแรงงาน	กรรมการ
๑๖. ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ	กรรมการ
๑๗. ปลัดกระทรวงสาธารณสุข	กรรมการ
๑๘. ปลัดกรุงเทพมหานคร	กรรมการ
๑๙. ผู้บัญชาการทหารบก	กรรมการ
๒๐. ผู้อำนวยการสำนักงานประมาณ	กรรมการ
๒๑. เลขาธิการคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน	กรรมการ
๒๒. อธิบดีกรมประชาสัมพันธ์	กรรมการ
๒๓. อธิบดีกรมการปกครอง	กรรมการ
๒๔. อธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน	กรรมการ
๒๕. เลขาธิการคณะกรรมการป้องกัน และปราบปรามยาเสพติด	กรรมการ
๒๖. ผู้บัญชาการตำรวจแห่งชาติ	กรรมการ
๒๗. กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ บริษัท อ.ส.ม.ท. จำกัด (มหาชน)	กรรมการ
๒๘. ผู้อำนวยการสถานีโทรทัศน์ไทยทีวีสีช่อง ๓	กรรมการ
๒๙. ผู้อำนวยการสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง ๕	กรรมการ
๓๐. ผู้อำนวยการสถานีโทรทัศน์สีกองทัพบกช่อง ๗	กรรมการ
๓๑. ผู้อำนวยการสถานีโทรทัศน์แห่งประเทศไทยช่อง ๑๑	กรรมการ
๓๒. ผู้อำนวยการสถานีโทรทัศน์ทีวีไทย	กรรมการ
๓๓. กรรมการผู้จัดการใหญ่ บมจ. ทูม คอร์ปอเรชั่น	กรรมการ



- | | |
|--|----------------------------|
| ๓๔. ประธานกรรมการ
บริษัท เจ เอส แอล โกลบอล มีเดีย จำกัด | กรรมการ |
| ๓๕. ประธานกรรมการ บริษัท จี เอ็ม เอ็ม แกรมมี่ จำกัด
(มหาชน) | กรรมการ |
| ๓๖. ประธานกรรมการ บริษัท มีเดีย ออฟ มีเดียส์ จำกัด
(มหาชน) | กรรมการ |
| ๓๗. พลเอกบวร งามเกษม | กรรมการ |
| ๓๘. นายปราชญ์ บุญยวงศ์วิโรจน์ | กรรมการ |
| ๓๙. อธิบดีกรมสุขภาพจิต | กรรมการและเลขานุการ |
| ๔๐. รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต
ที่ได้รับมอบหมาย | กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๔๑. หม่อมหลวงยุพดี ศิริวรรณ | กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |

การจัดประชุม โดยพระราชาธิบายขององค์ประธานโครงการฯ ทรงโปรดให้จัดประชุมคณะกรรมการอำนวยการโครงการปีละครั้ง ประมาณเดือนกุมภาพันธ์ - มีนาคม ของทุกปี เพื่อทรงประทานแนวทางการดำเนินงานประจำปีและเพื่อติดตามผลดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ในความรับผิดชอบของหน่วยงานหลัก ๘ กระทรวง ได้แก่ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงแรงงาน กระทรวงยุติธรรม กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ปปส.) และกรุงเทพมหานคร

หมายเหตุ หน่วยงานหลัก ๘ กระทรวง มีส่วนร่วมในการสนับสนุนงบประมาณ เพื่อดำเนินกิจกรรมโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (TO BE NUMBER ONE) ในภาพรวมของประเทศ



การแต่งตั้งและจัดประชุมคณะกรรมการบูรณาการ โครงการ TO BE NUMBER ONE

ระดับประเทศ คณะกรรมการอำนวยการโครงการรณรงค์ป้องกันและ
แก้ไขปัญหายาเสพติด (TO BE NUMBER ONE) ได้แต่งตั้งคณะกรรมการ
บูรณาการโครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อให้ทำหน้าที่เป็นผู้รับผิดชอบ
ดำเนินงาน และประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ผู้แทน
จากส่วนราชการต่างๆ ดังนี้

- | | |
|---|-------------------------------|
| ๑. อธิบดีกรมสุขภาพจิต | ประธานคณะกรรมการ
บูรณาการฯ |
| ๒. รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต | รองประธาน |
| ๓. ผู้แทนกระทรวงยุติธรรม | อนุกรรมการ |
| ๔. ผู้แทนกระทรวงมหาดไทย | อนุกรรมการ |
| ๕. ผู้แทนกระทรวงกลาโหม | อนุกรรมการ |
| ๖. ผู้แทนสำนักนายกรัฐมนตรี | อนุกรรมการ |
| ๗. ผู้แทนสำนักงานตำรวจแห่งชาติ | อนุกรรมการ |
| ๘. ผู้แทนกระทรวงศึกษาธิการ | อนุกรรมการ |
| ๙. ผู้แทนกระทรวงแรงงาน | อนุกรรมการ |
| ๑๐. ผู้แทนกระทรวงการพัฒนาสังคม
และความมั่นคงของมนุษย์ | อนุกรรมการ |
| ๑๑. ผู้แทนสำนักงานคณะกรรมการ
ป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ปปส.) | อนุกรรมการ |



๑๒.ผู้แทนกรุงเทพมหานคร

อนุกรรมการ

๑๓.ผู้แทนสำนักงานตำรวจแห่งชาติ

อนุกรรมการ

๑๔.ผู้แทนกรมสุขภาพจิต

เลขานุการคณะ

อนุกรรมการบูรณาการฯ

การจัดประชุม คณะอนุกรรมการบูรณาการโครงการมีมติเห็นชอบให้จัดประชุมโดยวาระปกติเดือนละ ๑ ครั้ง ยกเว้นกรณีพิเศษ หรือเร่งด่วนสามารถนัดประชุมได้ตามภารกิจและส่วนใหญ่คณะอนุกรรมการบูรณาการจะร่วมเป็นคณะกรรมการติดตามประเมินผลการดำเนินงาน TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศด้วย เพื่อคัดเลือกชมรมแต่ละประเภทให้ได้รับรางวัลดีเด่น หรือต้นแบบประจำปี



การจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE

ชมรม TO BE NUMBER ONE เป็นชมรมที่รวบรวมคนดี คนเก่ง และคนที่มีอุดมการณ์ที่จะสร้างกิจกรรมดีๆ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดร่วมกัน สามารถจัดตั้งขึ้นได้ทั้งในสถานศึกษา สถานประกอบการ และชุมชน โดยชมรมในสถานศึกษาสมาชิก ได้แก่ นักเรียน นักศึกษาในสถานศึกษานั้นๆ ชมรมในสถานประกอบการสมาชิก ได้แก่ พนักงาน/ลูกจ้างในสถานประกอบการนั้นๆ ชมรมในชุมชน สมาชิก ได้แก่ เด็กและเยาวชนตลอดจนประชาชนทั่วไปในชุมชนนั้นๆ

หลักเกณฑ์การตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE

♦ องค์ประกอบในการดำเนินงานของชมรม TO BE NUMBER ONE ประกอบด้วย ๓ ก ได้แก่

๑. คณะกรรมการ หมายถึง กลุ่มบุคคลที่ได้รับการแต่งตั้งอย่างน้อย ๕ คน เพื่อเป็นกรรมการชมรม ประกอบด้วย

- ประธาน	๑	ตำแหน่ง
- รองประธาน	๑	ตำแหน่ง
- เลขานุการ	๑	ตำแหน่ง
- กรรมการ	๓	ตำแหน่งขึ้นไป
- เภรัญญิก	๑	ตำแหน่ง

และจะต้องมีการประชุมปรึกษาหารือร่วมกันในการจัดทำแผนงานโครงการ งบประมาณ และกิจกรรมของชมรม อย่างน้อย ๒ ครั้งต่อปี



คณะกรรมการ ได้จาก

- ๑) การคัดเลือก
- ๒) การเลือกตั้ง
- ๓) อาสาสมัคร

ตัวอย่างการแบ่งคณะกรรมการ เช่น

๑. ฝ่ายจัดหาทุน
๒. ฝ่ายกิจกรรม
๓. ฝ่ายประชาสัมพันธ์
๔. ฝ่ายรับเรื่องราวร้องทุกข์
๕. ฝ่ายสอดส่องดูแลและประเมินผล

หมายเหตุ การแบ่งฝ่ายของคณะกรรมการขึ้นอยู่กับความต้องการ/ดุลยพินิจของแต่ละชมรม

๒. กิจกรรมชมรม หมายถึง “การทำอะไรก็ได้ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น” เป็นสิ่งที่ชมรมจัดขึ้นเพื่อสมาชิกภายในชมรม หรือ มอบหมายสมาชิกเข้าร่วมดำเนินการกับหน่วยงาน/องค์กรภายนอก การนับจำนวนตามเกณฑ์ที่วัดว่าชมรมดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องให้นับรวมกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกไม่น้อยกว่า ๓ ครั้ง/ปี ที่สำคัญต้องเป็นกิจกรรมที่สนับสนุนให้สมาชิกใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เกิดความภาคภูมิใจ และมองเห็นคุณค่าของตนเอง อันเป็นหนทางห่างไกลยาเสพติด รวมทั้งให้โอกาสและสนับสนุนการคืนคนดีสู่สังคมของสมาชิก “ใครติดยาถมมือขึ้น” กิจกรรมภายใน เช่น การจัดกีฬา การจัดประกวดต่างๆ การจัดนิทรรศการ ฯลฯ ส่วนกิจกรรมภายนอก เช่น การไปร่วมเดินรณรงค์โครงการเพื่อสังคมต่างๆ การไปช่วยทำความสะอาด เก็บขยะ ทาสีกำแพงวัด หรือดูแลผู้สูงอายุ เป็นต้น



กิจกรรมของชมรมต่างจากกิจกรรมของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เพราะกิจกรรมของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นจัดได้เฉพาะภายในศูนย์และเพื่อสมาชิกที่มาใช้บริการที่ศูนย์ภายใต้กรอบ ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา และพัฒนา EQ เท่านั้น

การจัดกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกชมรม ดำเนินการตามยุทธศาสตร์หลัก ๓ ยุทธศาสตร์ของโครงการ ได้แก่

๒.๑ กิจกรรมในยุทธศาสตร์ที่ ๑ การสร้างกระแส เช่น

- การรับสมัครสมาชิกชมรม
- ประชาสัมพันธ์ชมรม
- จัดกิจกรรมดนตรี, กีฬา, การประกวดกิจกรรมสร้างสรรค์ ต่างๆ
- การตรวจหาสารเสพติด
- เข้าร่วมกิจกรรมในวันสำคัญต่างๆ ร่วมกับภาครัฐ
- จัดแข่งขันกีฬาภายในและ หรือ กับหน่วยงานภาครัฐ/เอกชน และชุมชน
- สนับสนุนทุนการศึกษา/อุปกรณ์ แก่ สถานศึกษา/ชุมชน ฯลฯ
- ร่วมกับชุมชนในการดูแลสิ่งแวดล้อม

๒.๒ กิจกรรมในยุทธศาสตร์ที่ ๒ การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต เช่น

- การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น / ศูนย์เพื่อนใจวัยทำงาน
- การอบรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด
- การทำบุญทางศาสนา / ฟังเทศน์
- การจัดกิจกรรมที่ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น ฝึกอาชีพ เพื่อหารายได้



- ๒.๓ กิจกรรมในยุทธศาสตร์ที่ ๓ การสร้างและพัฒนาเครือข่าย เช่น
- สนับสนุนวิทยากร (อบรมให้ความรู้), เงินทุนและอุปกรณ์ แก่ชุมชนและสถานศึกษา ฯลฯ ในการจัดตั้ง ชมรม TO BE NUMBER ONE / ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
 - เป็นพี่เลี้ยง/ที่ปรึกษาในการจัดตั้ง ชมรม TO BE NUMBER ONE แก่ชมรมอื่น
 - สนับสนุนวิทยากรในการอบรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด
 - เปิดโอกาสให้ผู้ผ่านการบำบัดยาเสพติดเข้ามาทำงานได้ ฯลฯ

หมายเหตุ การจัดกิจกรรมแต่ละครั้งอาจจัดอยู่ได้ในหลายยุทธศาสตร์ หรือ อาจอยู่ในยุทธศาสตร์ที่ต่างกันในแต่ละครั้งที่จัด ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ ในการจัดแต่ละครั้ง

๓. กองทุน หมายถึง กรรมการและสมาชิกร่วมดำเนินการจัดตั้งกองทุน เพื่อนำเงินรายได้หมุนเวียนใช้จ่ายในชมรม ซึ่งเป็นแนวทางสู่ความยั่งยืนของ ชมรม รวมถึงทรัพย์สินของชมรมด้วย

ซึ่งหมายถึง สิ่งใดสิ่งหนึ่งดังต่อไปนี้

- ๑) เงินซึ่งได้จากการบริจาค การจัดกิจกรรมเพื่อหาทุน หรือได้รับ สนับสนุนจากภาครัฐหรือเอกชนต่างๆ
- ๒) ทรัพย์สิน
 - ประเภทไม่สามารถเคลื่อนย้ายได้ เช่น ห้องประกอบกิจกรรม ชมรม สถานที่ที่ได้รับการอนุญาตให้ใช้ในกิจกรรมของชมรม เป็นต้น
 - ประเภทสามารถเคลื่อนย้ายได้ เช่น โต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ สำนักงาน คอมพิวเตอร์ อุปกรณ์กีฬา ดนตรี ศิลปะ เป็นต้น



ตัวอย่างแหล่งที่มาของกองทุน

๑. งบประมาณสนับสนุนจากสถานศึกษา/สถานประกอบการ
๒. งบประมาณสนับสนุนจากภาครัฐราชการ
๓. การระดมทุน เช่น
 - ค่าสมัครสมาชิก
 - การปลูกไม้ประดับพืชผักสวนครัวจำหน่าย
 - เงินรางวัลจากการประกวด
 - การบริจาคของสมาชิกและผู้สนับสนุน
 - จำหน่ายผลิตภัณฑ์ TO BE NUMBER ONE
 - จำหน่ายผลิตภัณฑ์ที่สมาชิกรนำมาฝากจำหน่าย
 - จำหน่ายสินค้าตามเทศกาลต่างๆ เช่น วาเลนไทน์, ปีใหม่ ฯลฯ



การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น (TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER)

กรอบแนวคิด

ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เป็นกิจกรรมหนึ่งของชมรม TO BE NUMBER ONE ที่มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง เน้นการช่วยเหลือดูแลสมาชิกและพัฒนาสมาชิกให้มีคุณภาพและมีความสุข การดำเนินงานภายใต้แนวคิด “**ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ**” ทั้งจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อาศัยกระบวนการกลุ่มให้เกิดความสนุก พร้อมกับการพัฒนาทักษะต่างๆ อาทิ การควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม (ดี) มีความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา แสดงออกได้อย่างเหมาะสม และมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (เก่ง) มีความภาคภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต มีความสงบสุขทางใจ และสามารถดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข (สุข) รวมทั้งจัดบริการเพื่อให้โอกาสสำหรับการแสดงออกถึงพลังสร้างสรรค์ที่มีอยู่ของวัยรุ่นในสถานศึกษาเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต และป้องกันแก้ไข ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่นเชิงรุกในพื้นที่ที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาวัยรุ่นได้ง่าย

วัตถุประสงค์

เพื่อให้วัยรุ่นและเยาวชน

1. ที่มีปัญหา หรือต้องการความช่วยเหลือ ได้รับคำปรึกษา แนะนำ ที่ถูกต้องเหมาะสมจากผู้เชี่ยวชาญ หรือเพื่อนอาสาสมัครที่ผ่านการอบรม



๒. ได้รับประสบการณ์ และเพิ่มพูนทักษะจากการฝึกแก้ปัญหาพัฒนา EQ ทั้งด้วยตนเอง และจากกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน
๓. ได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยเข้าร่วมกิจกรรมที่สร้างสรรค์และเสริมสร้างความสุขให้กับตนเอง ด้วยการฝึกทักษะด้านดนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ จากอาสาสมัคร ผู้เชี่ยวชาญแต่ละด้าน
๔. ได้มีสถานที่ที่เหมาะสมและเป็นที่ยอมรับจากทุกฝ่ายในการทำกิจกรรมที่สนใจร่วมกัน รวมทั้งกิจกรรมที่จะเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวและระหว่างสมาชิกในชุมชน
๕. ที่มีความสามารถเข้ารับการอบรมเป็นอาสาสมัครให้คำปรึกษาเพื่อนช่วยเพื่อน

กลุ่มเป้าหมาย

วัยรุ่นและเยาวชน อายุ ๑๐ - ๒๔ ปี โดยจำแนกเป็นอาสาสมัคร/แกนนำ และสมาชิกศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นที่มาใช้บริการในศูนย์ และครอบครัว

หลักการ

การดำเนินงานในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นยึดหลัก “คิดและดำเนินงานโดยเยาวชน เพื่อเยาวชน” ดังนั้นการบริหารจัดการภายในศูนย์ฯ จึงเป็นหน้าที่ความรับผิดชอบของแกนนำ อาสาสมัครประจำศูนย์ฯ ซึ่งมีจำนวนประมาณแต่ละ ๓๐ คน เพื่อผลักดันเปลี่ยนหมุนเวียนมาปฏิบัติหน้าที่ภายในศูนย์วันละ ๓ คน โดยการปฏิบัติหน้าที่จะต้องไม่เกิดผลกระทบต่อการเรียน



การดำเนินงาน มีองค์ประกอบ ๒ ส่วน คือ

๑. ผู้ให้บริการ การดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นนั้น อาสาสมัครประจำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นที่ผ่านการอบรมตามหลักสูตรการดำเนินงานในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นของกรมสุขภาพจิต ให้มีความรู้ ความสามารถด้านการให้คำปรึกษา การจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อให้เยาวชนได้ฝึกคิดแก้ปัญหา พัฒนา EQ และการบริหารจัดการด้านอื่นๆ ภายในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น จะเป็นผู้รับผิดชอบบริหารจัดการและดำเนินกิจกรรมต่างๆ ในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นภายใต้การควบคุมดูแลของที่ปรึกษา ซึ่งอาจประกอบด้วย อาจารย์ ที่ปรึกษาศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เจ้าหน้าที่เขตพื้นที่การศึกษา บุคลากรสาธารณสุข และ/หรือบุคลากรองค์กรอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องในแต่ละจังหวัด โดยแบ่งหน้าที่ของผู้ให้บริการเป็นผู้จัดการศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นและอาสาสมัครประจำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น ดังนี้

- ผู้จัดการศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น มีหน้าที่ความรับผิดชอบ
 - หน้าที่ด้านบริหาร ได้แก่ เป็นผู้นำในการจัดทำแผนการดำเนินงานภายในศูนย์ทั้งแผนงาน แผนกิจกรรมและแผนเงิน, มอบหมายงานแก่บุคลากรในทีม, จัด ตกแต่ง ปรับปรุงสถานที่ จัดบริการภายในศูนย์ให้เป็นไปตามความต้องการ และจัดทำทะเบียน ตรวจสอบ วัสดุ ครุภัณฑ์ ภายในศูนย์
 - หน้าที่ด้านบริการ ร่วมให้บริการในกิจกรรมต่างๆ ตามที่กำหนดในแผนปฏิบัติงาน และบันทึกข้อมูลในการดำเนินงานทั้งเชิงปริมาณ และคุณภาพ ตามแบบฟอร์มที่กำหนด



- แก่นนำอาสาสมัครประจำศูนย์ฯ มีหน้าที่ความรับผิดชอบ
 - ร่วมจัดทำแผนงาน แผนกิจกรรม และแผนเงิน
 - ปฏิบัติงานตามกิจกรรมในตารางปฏิบัติงาน
 - สรุป / บันทึกข้อมูลการปฏิบัติงาน / จัดทำรายงานตามแบบฟอร์มที่กำหนด
 - งานอื่นๆ ที่ได้รับมอบหมาย
- บทบาทของเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น (ทั้งผู้จัดการและแก่นนำ อาสาสมัครประจำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น)
 - เป็นที่พึ่งพาทางใจ คอยปรับทุกข์ และให้คำปรึกษา
 - คอยให้กำลังใจ ช่วยเหลือเพื่อน
 - สนับสนุนให้เพื่อนได้รับการพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม
 - สนับสนุนให้เพื่อนได้เรียนรู้ด้วยตนเอง
 - จัดกิจกรรมสร้างสรรค์ต่างๆ ที่เพื่อนสนใจ
 - สร้างบรรยากาศภายในศูนย์ฯ ให้เป็นมิตรและอบอุ่น
- คุณสมบัติของเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
 - มีความสมัครใจ ที่จะทำงานเพื่อส่วนรวม
 - มีภาวะความเป็นผู้นำและอดทน
 - รักในการทำงานเป็นทีม มีทักษะในการทำงานเป็นทีม
 - เป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ ได้รับการยอมรับจากเพื่อนสมาชิก



๒. กิจกรรมบริการ

คือ

๒.๑ บริการให้คำปรึกษา (Counseling) มีบริการใน ๒ ลักษณะ

- บริการปรึกษาเป็นรายบุคคล หรือรายกลุ่ม (Walk in)
- บริการปรึกษาทางโทรศัพท์ (Phone in)

ตัวอย่างบริการให้คำปรึกษา

- บริการปรึกษาเป็นรายบุคคล / รายกลุ่ม
- แลกเปลี่ยนความคิดเห็น / แก้ปัญหาพร้อมกัน
- บริการปรึกษาทางโทรศัพท์ (Phone in)
- Hot line สายด่วน
- Web Board / post กระดาน Internet
- เขียนใส่กล่อง (OA Technique) / ตู้รับคำปรึกษา
- เป็นจดหมาย (ปิดบังชื่อ /นามแฝง) / จดหมาย

๒.๒ บริการฝึกคิดแก้ปัญหาพัฒนา EQ บริการด้วยกิจกรรม

๒ ลักษณะ คือ

๒.๒.๑ กิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self Study) เช่น เรียนรู้จากโปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ หนังสือ และแบบประเมิน เป็นต้น

๒.๒.๒ กิจกรรมกลุ่ม (Group Activities) เช่น กิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ), กิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต, การเล่านิทาน, วาดภาพ, ของเล่น มุมหนังสือ, กิจกรรมสืบสานภูมิปัญญาท้องถิ่น ประเพณี วัฒนธรรม เป็นต้น



๒.๓ บริการจัดกิจกรรมเสริมทักษะเชิงสร้างสรรค์เพื่อสร้างสุข

ให้แก่นำ อาสาสมัครประจำศูนย์เพื่ออำนวยความสะดวกในการสำรวจความต้องการ / ความสนใจของสมาชิกในชมรม TO BE NUMBER ONE เพื่อนำมาจัดบริการสร้างสุขขึ้นภายในศูนย์ อาทิ กิจกรรมทางด้าน ดนตรี กีฬา ศิลปะ พัฒนาบุคลิกภาพ เกมสันทนาการ กิจกรรมพัฒนาด้านภาษา พัฒนาด้านอาชีพ กิจกรรมใดที่สมาชิกต้องการเพิ่ม หรือเปลี่ยนแปลง ก็ให้ดำเนินการปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม วิทยากรที่ให้ความรู้อาจเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ที่มีความสามารถในแต่ละด้านและเป็นที่ยอมรับ และหรือร่วมด้วยวิทยากรภายนอกที่เป็น IDOL ของสมาชิก เช่น ศิลปิน ดารา นักร้อง นักแสดง นักเขียน นักแต่งเพลง พิธีกร นาง-นายแบบ DJ VJ เป็นต้น

วันเวลาให้บริการ

๑. ให้แต่ละแห่งเป็นผู้กำหนดวัน เช่น ให้บริการทุกวันรวมทั้งเสาร์ - อาทิตย์ หรือ เว้นเสาร์ - อาทิตย์ เป็นต้น

๒. ให้แต่ละแห่งเป็นผู้กำหนดเวลา จะเป็นช่วงเดียว ๒ ช่วง หรือ ๓ ช่วง

เช้า ๐๗.๓๐ - ๐๘.๓๐ น.

กลางวัน ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

เย็น ๑๕.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.



ตัวอย่างตารางให้บริการในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในห้างสรรพสินค้ากรุงเทพมหานคร
TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นฟิวเจอร์พาร์ รังสิต
ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2551

โทร. 0-2958-0011 ต่อ 1496 - 7 โทรสาร 0-2958-5395

วันเวลา	10.00-11.00	11.00-12.30	12.30-14.00	14.00-16.00	16.00-17.30	17.30-19.00
จันทร์	แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยตนเอง			แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	ขวด ขายหัวเราะ วาดการ์ตูน	ก้อง นิติ ร้องเพลง
อังคาร	แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยตนเอง			แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	เต๋ ดราคอนไฟร์ พิธีกรและการพูด	อ๊อ แทนคุณ ภาษาจีน
พุธ	แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยตนเอง			แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	เอเอ ปัญญาพล (6) กลม นพพล (13, 21) เจมิ บูเฮอร์ (27)	นุ้ย เกศริน เต้น
พฤหัสบดี	แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยตนเอง			แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	P.J. แคท (7, 14) P.J.B (21, 26) นักจัดรายการวิทยุ	ชินโนะ B - Boy
ศุกร์	แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยตนเอง			แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	เฮเลน เต้น (1, 8) พิม Jazz dance (15, 22) หลิว มั่นสวี่ เต้น (29)	เปี้ยก พลพรรครักเอเย ตีกอล์ฟ
เสาร์		แพทริค ภาษาฝรั่งเศส	เอกพล ภาษาญี่ปุ่น	แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	ม่อน แต่งเพลงแร็ป (2, 9) สมชาย มายากล (16, 23)	สถาบัน สุรยุทธ คุณ วุฑู
อาทิตย์		ชูชาน ภาษาเกาหลี	ใช้ เชนน์ เทควันโด	แก้ปัญหาพัฒนา EQ ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	พีแนนซี่ English (3) พีไปตอง English Conversation (10, 17, 24)	บรีส พลพรรครักเอเย กีตาร์



ประเภทของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น

๑. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในห้างสรรพสินค้ากรุงเทพมหานคร ๕ แห่ง
ดำเนินการโดย กรมสุขภาพจิต ได้แก่

- ศูนย์การค้ามาบุญครอง (อยู่ระหว่างปิดปรับปรุง)
- ศูนย์การค้าแฟชั่นไอส์แลนด์
- ศูนย์การค้าซีคอนสแควร์
- ศูนย์การค้าฟิวเจอร์พาร์ค รังสิต
- ศูนย์การค้าเดอะมอลล์ บางแค

๒. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในสถานศึกษาจำเป็นต้องมีเพราะเป็นตัวชี้วัด
ของชมรม TO BE NUMBER ONE

๓. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นทำงานในสถานประกอบการไม่จำเป็นต้องมี
หากกิจกรรมของชมรมมีความชัดเจนและมีประโยชน์เพียงพอต่อสมาชิก
ชมรมอยู่แล้ว

๔. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในชุมชนไม่ต้อง มีไม่เป็นตัวชี้วัดของชุมชน
TO BE NUMBER ONE

๕. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในห้างสรรพสินค้าในจังหวัดภูมิภาค หากมี
ความพร้อมก็สามารถทำได้ ไม่เป็นตัวชี้วัดสำหรับจังหวัด TO BE NUMBER
ONE



สถานที่และการตกแต่งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น

- พื้นที่ในอาคารที่มีขนาดไม่น้อยกว่า ๑๐๐ ตารางเมตร
- ควรเป็นห้องสี่เหลี่ยมผืนผ้า โถง ระบายอากาศ หรือติดแอร์
พื้นที่กระเบื้องยาง
- ติดกระจกสูงประมาณ ๒ เมตรด้านยาวของห้อง เพื่อให้สมาชิก
ได้เห็นภาพตนเองในการพัฒนาทักษะ พัฒนา EQ และพัฒนา
บุคลิกภาพอย่างมีประสิทธิภาพ
- อุปกรณ์และการตกแต่งศูนย์เท่าที่จำเป็นดังตัวอย่าง

ข้อสังเกต

๑. ควรเลือกสถานที่ที่วัยรุ่นและเยาวชนสามารถมาใช้บริการ
ได้สะดวก ถ้าให้ดีควรอยู่ชั้นล่าง

๒. เพื่อเปลี่ยนและสร้างบรรยากาศใหม่ที่ผ่อนคลาย และ
อิสระในสถานศึกษาควรหลีกเลี่ยงการใช้ห้องดนตรี ห้องกีฬา และห้อง
ศิลปะสำหรับช่วงเวลาสร้างสุขการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะด้านดนตรี กีฬา
ศิลปะ ควรอยู่ในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เพียงแต่ต้องบริหารจัดการเรื่องเวลาใน
การใช้พื้นที่ให้เหมาะสม

๓. บรรยากาศของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เน้นความเป็นเพื่อน
ความเป็นอิสระ ความรู้สึกเป็นเจ้าของสถานที่ และความภาคภูมิใจในทุก
กิจกรรมถูกจัดขึ้นสำหรับวัยรุ่นอย่างแท้จริง โดยยึดหลัก “เพื่อนดูแลเพื่อน ”

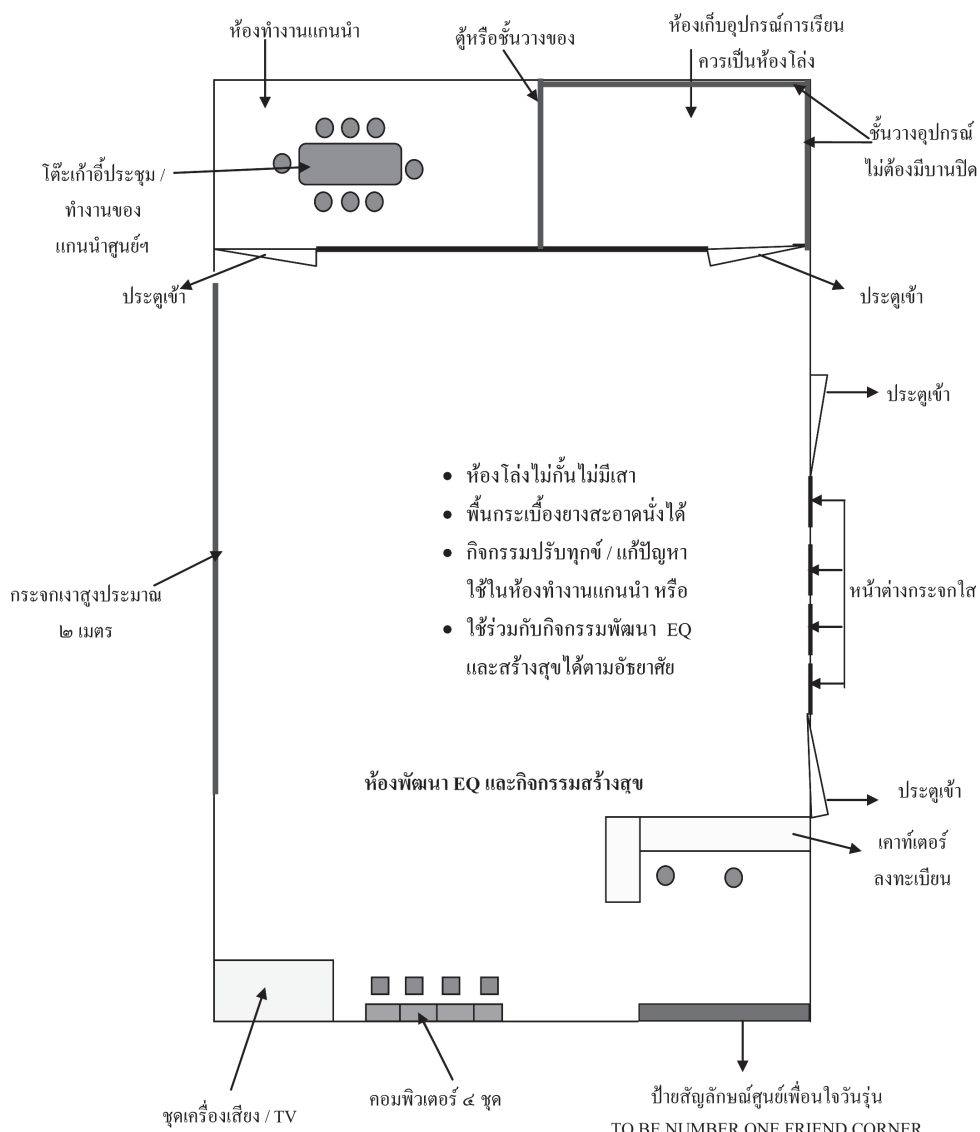


หมายเหตุ : การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในสถานประกอบการเรียกชื่อ “ศูนย์เพื่อนใจวัยทำงาน” ส่วนแผนงาน แผนกิจกรรม และแผนเงินให้เป็นไปตามบริษัทของสถานประกอบการ เพราะสมาชิกชมรมที่มาใช้บริการในศูนย์ฯ เป็นพนักงานและมีเกณฑ์เฉลี่ยอายุที่สูงกว่า สำหรับหลักการและวิธีดำเนินงานต้องให้คิดและบริหารจัดการ โดยพนักงานซึ่งผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนมาปฏิบัติหน้าที่โดยไม่กระทบต่อการทำงาน

: ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น TO BE NUMBER ONE ไม่เหมาะสมกับเด็กชั้นประถมเพราะหลักการดำเนินกิจกรรมของศูนย์ เน้นให้นักเรียน นักศึกษา หรือเยาวชนเป็นผู้บริหารจัดการ (ผู้อำนวยการ และอาจารย์ เป็นที่ปรึกษาและให้การสนับสนุน)

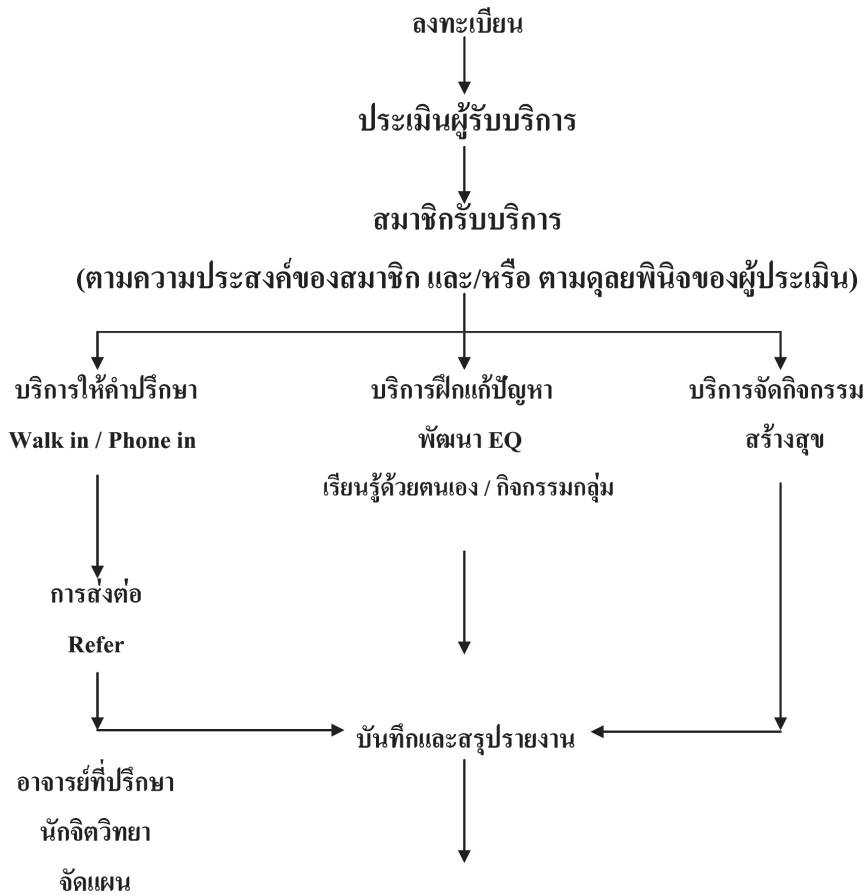


ตัวอย่างการจัดศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น





แผนผังการบริการในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น



รวบรวมเป็นผลงานของชมรม TO BE NUMBER ONE



หลักเกณฑ์การอบรมอาสาสมัครประจำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น

สถานศึกษา

- แกนนำอาสาสมัครแต่ละแห่งควรมีไม่น้อยกว่า ๓๐ คน เพื่อให้สามารถลัดเปลี่ยนหมุนเวียนมาปฏิบัติหน้าที่ให้บริการ ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ ตามตารางที่จัดไว้โดยไม่เกิดผลกระทบต่อการเรียน ทั้งนี้ควรเฉลี่ยจำนวนแกนนำมาจากระดับต่างๆ ดังนี้

ระดับมัธยมศึกษา : ม. ๖ = ๕ - ๑๐ คน

ม. ๕ = ๑๐ คน

ม. ๔ = ๑๐ คน

ระดับอุดมศึกษา : ปี ๔ = ๕ - ๑๐ คน

ปี ๓ = ๑๐ คน

ปี ๒ = ๑๐ คน

ปี ๑ = ๕ คน

- แต่ละจังหวัดหรือเขตไม่จำเป็นต้องอบรมแกนนำทุกโรงเรียน หรือทั้งจังหวัดทั้งเขต ควรเลือกเฉพาะโรงเรียนที่มีความพร้อม เพื่อยืนยันคุณภาพ และความสำเร็จและให้เป็นแม่ข่าย

- การอบรมไม่จำเป็นต้องจัดทุกปี เพราะรุ่นพี่ ม.๖ สามารถถ่ายทอดวิธีการทำงานสู่รุ่นน้อง โดยเรียนรู้จากการทำงานร่วมกัน

การสนับสนุนจากกรมสุขภาพจิต

- กรมสุขภาพจิตสนับสนุน วิทยากร สื่อและสัญลักษณ์ต่างๆ ของโครงการ



- กรมสุขภาพจิตจะจัดอบรมวิทยากรหลักสูตรการดำเนินงาน
ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นและชมรม TO BE NUMBER ONE ให้กับบุคลากรที่
รับผิดชอบโครงการ TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดและในเขตกรุงเทพ-
มหานคร เพื่อให้ทำหน้าที่จัดอบรมแกนนำในจังหวัดต่อไป

สถานประกอบการ

- การคัดเลือกแกนนำ อาสาสมัครประจำศูนย์เพื่อนใจวัยทำงาน
ให้เป็นไปตามความสมัครใจ และสมาชิกยอมรับ

- ผู้บริหาร/เจ้าของกิจการ ซึ่งไม่ใช่พนักงาน ควรเป็นที่ปรึกษา
และผู้สนับสนุนตามหลักการของศูนย์ฯ



การจัดค่ายเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจสำหรับแกนนำ (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR LEADERS)

การจัดค่าย TO BE NUMBER ONE

ในโครงการ TO BE NUMBER ONE แบ่งค่ายออกเป็น ๒ ประเภท คือ

๑. ค่ายพัฒนาแกนนำเยาวชน (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR LEADERS)
๒. ค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE ๑ คน ๑ ความเป็นหนึ่ง (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR MEMBER)

๑. ค่ายพัฒนาแกนนำเยาวชน (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR LEADERS)

เนื่องจากโครงการ TO BE NUMBER ONE เน้นการดูแลช่วยเหลือวัยรุ่นและเยาวชนไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด โดยยึดหลักการทำงานในลักษณะ “เพื่อนช่วยเพื่อน” ในชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER จึงต้องมีแกนนำเยาวชนที่ได้รับการอบรมและฝึกพัฒนาทักษะที่จำเป็นเพื่อให้การดูแลช่วยเหลือเพื่อนสมาชิก TO BE NUMBER ONE ในด้านให้คำปรึกษา แก้ปัญหา และมีความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนา EQ และสร้างความสุขให้กับเพื่อนสมาชิกอย่างเหมาะสม การสร้างแกนนำเยาวชนโดยการจัดค่าย จึงมีความสำคัญมาก เยาวชนที่ได้รับการคัดเลือกให้เป็นแกนนำ ทุกคนต้องผ่านหลักสูตรค่ายพัฒนาแกนนำ เพื่อไปปฏิบัติหน้าที่



ในชมรม TO BE NUMBER ONE หรือศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ภายใต้มาตรฐานเดียวกันของโครงการ TO BE NUMBER ONE แม้หน้าที่ความรับผิดชอบของแกนนำเยาวชนในชมรม อาจไม่จำเป็นต้องทำกิจกรรมภายใต้กรอบปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา และพัฒนา EQ แต่ในหลายๆ ชมรม โดยเฉพาะในสถานศึกษา คณะกรรมการชมรม หรือแม้แต่ประธานชมรมฯ ก็มักเป็นผู้จัดการศูนย์ฯและแกนนำศูนย์ฯ ร่วมด้วย ดังนั้น ค่ายพัฒนาแกนนำเยาวชน จึงเหมาะสำหรับเยาวชนกลุ่มเป้าหมายที่สมัครใจจะปฏิบัติหน้าที่ทั้งในฐานะคณะกรรมการชมรม TO BE NUMBER ONE และแกนนำศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้แกนนำเยาวชนทั้งในชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น

- ได้รับการฝึกและพัฒนาทักษะความเป็นผู้นำทั้งด้านบริหารและบริการ
- สามารถให้ความช่วยเหลือดูแลเพื่อนสมาชิกในด้านให้คำปรึกษาและแก้ปัญหา
- สามารถจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อการพัฒนา EQ ให้กับเพื่อนสมาชิก
- สามารถจัดกิจกรรมสร้างสุขให้สอดคล้องกับความต้องการของเพื่อนสมาชิก
- สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีและถ่ายทอด ค่านิยม ความเป็นหนึ่ง (Somebody) โดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติด ให้แก่เพื่อนสมาชิก
- สามารถสร้างและขยายเครือข่ายแกนนำเยาวชนจากรุ่นสู่รุ่น โดยการเรียนรู้จากการทำงานร่วมกัน



กลุ่มเป้าหมาย

วัยรุ่นและเยาวชนที่มีคุณสมบัติพร้อมเป็นแกนนำด้วยความสมัครใจ
จำนวนรุ่น/ครั้งละไม่เกิน ๘๐ คน

ระยะเวลา ๓ วัน

การดำเนินงาน

๑. ใช้หลักสูตรพัฒนาแกนนำของโครงการ TO BE NUMBER ONE
กรมสุขภาพจิต
๒. เน้นการเรียนรู้และพัฒนาทักษะความเป็นผู้นำ ทั้งด้านบริหารและ
บริการ
๓. กระบวนการเรียนรู้ให้แกนนำมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน
ทางจิตใจให้กับตนเองและเพื่อนสมาชิก ด้วยกิจกรรมพัฒนา EQ
๔. ให้แกนนำได้รับความรู้และเข้าใจสาระสำคัญของโครงการ TO BE
NUMBER ONE อย่างถูกต้อง
๕. เป็นการฝึกทักษะด้านการให้คำปรึกษา (Counselling) และจัด
กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนา EQ ให้กับเพื่อนสมาชิกได้อย่างเหมาะสม
๖. วิทยากรค่าย ควรเป็นผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน เช่น การให้คำปรึกษา
การพัฒนา EQ การละลายพฤติกรรมโดยเฉพาะการจัดกิจกรรม
สร้างสุข ต้องให้แกนนำเรียนรู้และเข้าใจ



ค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE สู่ความเป็นหนึ่ง (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR MEMBERS)

ผู้รับผิดชอบ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ความเป็นมา

เนื่องจากโครงการ TO BE NUMBER ONE ได้ดำเนินการจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในห้างสรรพสินค้าในกรุงเทพมหานครขึ้น เพื่อเป็นศูนย์รวมในการบริการแก่สมาชิกอย่างเต็มรูปแบบ ซึ่งสมาชิกผู้มาใช้บริการส่วนใหญ่จะมาจากกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ดังนั้นเพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิก TO BE NUMBER ONE ในส่วนภูมิภาค ได้เข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นอย่างเต็มรูปแบบเช่นเดียวกับบริการของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในห้างสรรพสินค้าในกรุงเทพมหานคร ตลอดจนได้รับการพัฒนาทักษะชีวิต พัฒนา EQ พัฒนาบุคลิกภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ได้เพื่อน และได้ประสบการณ์จากการเรียนรู้ ซึ่งจะช่วย **เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจและพัฒนาไปสู่ความเป็นหนึ่งที่เหมาะสมกับตนเอง** โครงการ TO BE NUMBER ONE จึงได้จัดค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE สู่ความเป็นหนึ่ง (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR MEMBERS) ขึ้น โดยรับสมัคร/คัดเลือกสมาชิกค่ายจากสมาชิก TO BE NUMBER ONE จังหวัด ภูมิภาคและกรุงเทพมหานคร ทั่วประเทศ โดยมุ่งเน้นให้สมาชิกมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมค่ายในช่วงปิดเทอม เพื่อพัฒนาพัฒนาทักษะชีวิต พัฒนา EQ พัฒนาบุคลิกภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม



ได้เพื่อนและได้ประสบการณ์จากการเรียนรู้ เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจและพัฒนาไปสู่ความเป็นหนึ่งที่เหมาะสมกับตนเอง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนสมาชิก TO BE NUMBER ONE

๑. ได้รับการฝึกฝนทักษะในการช่วยเหลือเพื่อนและผู้อื่นด้านการให้คำปรึกษา
๒. ได้เรียนรู้เรื่องการพัฒนาบุคลิกภาพสำหรับวัยรุ่น
๓. ได้เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนา EQ ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต
๔. ได้เรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนสมาชิก
๕. มีโอกาสเข้าถึงกิจกรรมที่ทำแล้วตนเองและผู้อื่นเกิดความสุข ทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง กล้าคิด กล้าทำ และกล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ

กลุ่มเป้าหมาย

เยาวชนสมาชิก TO BE NUMBER ONE อายุระหว่าง ๑๒ - ๒๔ ปี โดยแบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม ประกอบด้วย

• เยาวชนสมาชิก TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดภูมิภาค โดยมีคุณสมบัติ ดังนี้

- อายุ ๑๐ - ๒๔ ปี
- เป็นสมาชิก TO BE NUMBER ONE
- มีสุขภาพแข็งแรง สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้



- ผู้ปกครองอนุญาต
- จังหวัดและสถานศึกษาคัดเลือกตามความเหมาะสม

• เยาวชนสมาชิก TO BE NUMBER ONE ในเขตกรุงเทพมหานคร จาก

- ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เดอะมอลล์ บางแค, พิวเจอร์ปาร์ครังสิต, ซีคอนสแควร์ และแพชั่นไฮส์แลนด์
- โรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร

โดยมีคุณสมบัติ ดังนี้

- อายุ ๑๐ - ๒๔ ปี
- เป็นสมาชิก TO BE NUMBER ONE FRIEND
- เป็นสมาชิกมากกว่า ๖ เดือนขึ้นไปและใช้บริการศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นเป็นประจำ
- เคยเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของทางโครงการ เช่น การถ่ายโฆษณา รับเสด็จออกรายการ ฯลฯ
- มีสุขภาพแข็งแรง สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้
- ผู้ปกครองอนุญาต

รูปแบบค่าย

๑. กิจกรรมค่าย

ค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE สู่ความเป็นหนึ่ง (TO BE NUMBER ONE CAMP FOR MEMBERS) ดำเนินการตามรูปแบบศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น โดยยึดเยาวชนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ให้เยาวชนสมาชิก



TO BE NUMBER ONE ได้ร่วมแสดงออก แลกเปลี่ยน เรียนรู้และฝึกทักษะ
ต่างๆ ผ่านกิจกรรม ซึ่งทำร่วมกัน ประกอบด้วย

๑. กิจกรรมฝึกและพัฒนาทักษะการให้คำปรึกษา ทั้ง
รายบุคคล และรายกลุ่ม
๒. กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)
เช่น กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทั้งในและนอกสถานที่ กิจกรรม
การเรียนรู้จากชีวิตและประสบการณ์จริงของ IDOL
เพื่อปรับเปลี่ยนค่านิยมและทัศนคติของเยาวชน
๓. กิจกรรมพัฒนาบุคลิกภาพสำหรับวัยรุ่น เช่น ฝึกมารยาท
การเข้าสังคม การแต่งตัวให้เหมาะสมตามวัยและ
กาลเทศะ ฝึกการพูด การเดิน การยืน การไหว้ ฝึกว่ายน้ำ
ร่ำวง สี่ลาคฯ
๔. กิจกรรมสร้างสุข เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต เช่น เรียน
ภาษาอย่างมีความสุข เรียนเต้น ร้องเพลง พิธีกร บ๊วย
เทควันโด เรียนวาดรูป และเรียนการแสดง เป็นต้น

๒. ความพิเศษของค่าย

ทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี
องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE เสด็จเป็นองค์ประธานในพิธี
ปิดค่าย ทรงพระกรุณาฯ ถอดพระเนตรกิจกรรมผลงานของเยาวชนในค่าย
และทรงพระราชทานเกียรติบัตรแก่สมาชิกค่ายทุกคน



ประโยชน์ที่ได้รับ

๑. มีโอกาสเรียนรู้และพัฒนาตนเองในช่วงปิดภาคเรียน
๒. ใช้เวลาว่างอย่างสร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพกายและจิตใจ
๓. มีทัศนคติและโลกทัศน์ที่ดีและกว้างยิ่งขึ้น
๔. สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในเชิงบวก เช่น ความกล้าแสดงออก ความเชื่อมั่น ความเข้าใจและยอมรับผู้อื่น ความรับผิดชอบ การทำงานเป็นทีม ความอดทน ความมุ่งมั่นตั้งใจและความพยายาม
๕. มีสังคม มีเพื่อนเครือข่ายสมาชิกจากทั่วประเทศ มีความสามัคคี
๖. มีกำลังใจ มีแรงบันดาลใจที่จะกลับไปสานต่อในสิ่งที่ต้องการ



การสมัครสมาชิก TO BE NUMBER ONE

หลักเกณฑ์การสมัครสมาชิก

- นักเรียน / นักศึกษา ทั่วประเทศ
 - สนใจสมัครสมาชิกได้ที่ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษาของตนเอง
 - มีใจเต็มร้อย พร้อมร่วมกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด และช่วยเหลือเพื่อน
 - ไม่จำกัดอายุ
- เยาวชนนอกสถานศึกษาและประชาชนทั่วไป
 - สนใจสมัครสมาชิกได้ที่ชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชน / เขต / จังหวัดที่อาศัยอยู่ (หรือภูมิภาค สมัครได้ที่ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด / กรุงเทพมหานครสมัครได้ที่ สำนักงานเขต)
 - มีใจเต็มร้อย พร้อมร่วมกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด ช่วยเหลือเพื่อนและชุมชน
 - ไม่จำกัดอายุ



สิทธิประโยชน์ของสมาชิก

๑. สามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของชมรม หรือโครงการ TO BE NUMBER ONE เช่น เข้าค่ายพัฒนาแกนนำ / ค่ายพัฒนาสมาชิก เป็นต้น
๒. ได้รับเข็ม TO BE NUMBER ONE และสื่อต่างๆ ของโครงการ
๓. ผู้เสพ / ผู้ติดในโครงการใครติดยาขมื่อขึ้น สามารถเข้ารับการบำบัดรักษาฟรีได้ที่โรงพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุขทั่วประเทศ
๔. ได้รับบัตรสมาชิกเพื่อรับสิทธิส่วนลดสินค้าที่เข้าร่วมโครงการ

หน้าที่ของสมาชิก

๑. เป็นแกนนำในการหาสมาชิกเข้าร่วมโครงการ เพื่อสร้างเครือข่ายสมาชิกในการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดให้กว้างขวางมากขึ้น
๒. เข้าร่วมกิจกรรมกับชมรมในการรณรงค์โครงการอย่างต่อเนื่อง
๓. สอดส่องดูแลเพื่อนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงให้ห่างไกลยาเสพติด
๔. ทำหน้าที่คอย “ปรับทุกข์ - ผูกมิตร” และเป็นกำลังใจให้เพื่อนที่เสพ หรือติดยากลับตัวเป็นคนดี เพื่อให้ก้าวสู่สังคมได้อย่างมั่นใจ
๕. ให้คำปรึกษา แนะนำ และช่วยเหลือกรณีเพื่อนเสพ หรือติดยา
๖. ประพฤติปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เพื่อนสมาชิก
๗. รู้จักแบ่งเวลา และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์



ประโยชน์ของการเป็นสมาชิก

๑. ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของชมรม หรือของโครงการ TO BE NUMBER ONE อาทิ การอบรม ประชุม สัมมนา และการรณรงค์ต่างๆ เป็นต้น
๒. ได้รับเอกสารแผ่นพับ โปสเตอร์ จุลสาร ข้อมูล ความก้าวหน้าเกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE จากชมรม และกรมสุขภาพจิต รวมทั้งความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในโครงการ TO BE NUMBER ONE
๓. ได้รับการสนับสนุนวิทยากร ผลิตภัณฑ์ สื่อและสัญลักษณ์ต่างๆ เมื่อมีการจัดกิจกรรมในโครงการ จากกรมสุขภาพจิต
๔. ได้เพื่อนสมาชิกร่วมโครงการที่เป็นเครือข่ายจากทั่วประเทศ



หมายเลขบัตรประชาชน ---

ใบสมัครสมาชิก TO BE NUMBER ONE (นักเรียน นักศึกษา)

ชมรม TO BE NUMBER ONE ชมรม

สถานศึกษา.....จังหวัด.....

ประวัติส่วนตัวสมาชิก

ชื่อ.....นามสกุล..... อายุ.....ปี

เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้.....

.....

ระดับการศึกษา

ระดับชั้น ☐ ประถมฯ ☐ อาชีวศึกษา

☐ มัธยม ฯ ☐ อุดมศึกษา/ปริญญาตรี

☐ สูงกว่าปริญญาตรี

☐ อื่นๆ.....

เหตุผลที่เข้าร่วม ☐ ต้องการเข้ารับการบำบัดรักษาในชมรม “ใครคิดยา ขกมือขึ้น”

ชมรม ☐ ต้องการร่วมรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

☐ อื่น ๆ.....

.....

.....

(ลายมือชื่อ)



หมายเลขบัตรประชาชน -



ใบสมัครสมาชิก TO BE NUMBER ONE (ประชาชนทั่วไป)

ชมรม TO BE NUMBER ONE

สถานที่ทำงาน.....จังหวัด.....

ประวัติส่วนตัวสมาชิก	
ชื่อ.....นามสกุล..... อายุ.....ปี	
เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง	
สถานภาพ ☐ โสด ☐ สมรส ☐ ม่าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่	
ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้.....	
การศึกษาขั้นสูงสุด	อาชีพ
ระดับชั้น ☐ ประถมฯ ☐ อาชีวศึกษา ☐ มัธยม ฯ ☐ อุดมศึกษาปริญญาตรี ☐ สูงกว่าปริญญาตรี ☐ อื่นๆ.....	☐ รับราชการ ☐ รัฐวิสาหกิจ ☐ เอกชน ☐ อื่นๆ.....
เหตุผลที่เข้าร่วม ☐ ต้องการเข้ารับการบำบัดรักษาในชมรม “ใครคิดยา ขกมือขึ้น” ชมรม ☐ ต้องการร่วมรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ☐ อื่น ๆ.....	
<div style="text-align: right;">..... (ลายมือชื่อ)</div>	



การจัดเก็บข้อมูลและรายงานผล

จังหวัดภูมิภาค

๑. การจัดเก็บและรวบรวมข้อมูล ให้เก็บรายละเอียดข้อมูลผลการดำเนินงาน เช่น ทะเบียนสมาชิก, ทะเบียนชมรม, ทะเบียนศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น และผลการดำเนินงานไว้ที่จังหวัด โดยส่งข้อมูลให้สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดเป็นศูนย์กลางในการจัดเก็บและรวบรวมข้อมูลให้แต่ละจังหวัดเป็นผู้กำหนดแนวทางของตนเองตามความเหมาะสม

๒. การรายงานผลสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเป็นศูนย์กลางการรายงานผลในภาพรวมของจังหวัด โดยการรายงานผลโครงการ TO BE NUMBER ONE ประกอบด้วย

๒.๑ รายงานผลตามตัวชี้วัดของสำนักตรวจราชการ กระทรวงสาธารณสุข โดยรายงานผ่านทางระบบ E - Inspection ทุกเดือน

๒.๒ รายงานผลตามแบบรายงานข้อมูล TO BE NUMBER ONE โดยรายงานผ่านทางสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ปีละ ๒ ครั้ง ในเดือนธันวาคมและมิถุนายนเพื่อรวบรวมเป็นภาพรวมผลการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ภาพรวมทั้งประเทศ

หมายเหตุ : กระทรวงมหาดไทย กระทรวงแรงงาน กระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวงยุติธรรม สามารถกำหนดให้มีระบบรายงานตรงของหน่วยงานในความรับผิดชอบได้ขอเพียงข้อมูลโครงการต้องตรงกัน



กรุงเทพมหานคร

๑. การจัดเก็บและรวบรวมข้อมูลให้เก็บรายละเอียดข้อมูลผลการดำเนินงาน เช่น ทะเบียนสมาชิก, ทะเบียนชมรม, ทะเบียนศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น และผลการดำเนินงานไว้ที่สำนักงานเขต และส่งข้อมูลให้สำนักอนามัยเป็นศูนย์กลางในการจัดเก็บและรวบรวมข้อมูลของกรุงเทพมหานคร สำหรับระบบการจัดเก็บและรวบรวมให้กรุงเทพมหานครเป็นผู้กำหนดรูปแบบและจัดระบบตามความเหมาะสม

๒. การรายงานผล สำนักงานเขต เป็นศูนย์กลางการรายงานผลในภาพรวมของแต่ละเขต โดย

- จัดส่งข้อมูลให้สำนักอนามัยเพื่อรวบรวมเป็นผลการดำเนินงานภาพรวมของกรุงเทพมหานคร
- รายงานผล ตามแบบรายงานข้อมูล TO BE NUMBER ONE ผ่านทางสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ปีละ ๒ ครั้ง ในเดือนธันวาคมและมิถุนายนเพื่อรวบรวมผลการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ภาพรวมทั้งประเทศ



สาระสำคัญที่ต้องทำความเข้าใจ

๑. ชื่อโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นภาษาไทย คือ “โครงการ
รณรงค์ป้องกันและแก้ไข ปัญหายาเสพติด”
๒. คำขวัญที่ถูกต้องคือ “เป็นหนึ่งในไม่พึ่งยาเสพติด”
๓. องค์ประกอบของชมรม TO BE NUMBER ONE คือ ๓ ก. ได้แก่
กรรมการ กองทุน และกิจกรรม
๔. องค์ประกอบของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น TO BE NUMBER ONE
FRIEND CORNER คือ ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ
๕. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในสถานศึกษาจำเป็นต้องมีเพราะเป็นตัวชี้วัด
คุณภาพ ความสำเร็จ และความยั่งยืน
๖. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นเป็นกิจกรรมหนึ่งของชมรม TO BE NUMBER
ONE บริการปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ จะต้อง
จัดขึ้นเพื่อสมาชิกที่มาใช้บริการภายในศูนย์เท่านั้น ไม่จัดนอกศูนย์ฯ
ถ้าจัดจะถือเป็นกิจกรรมของชมรม TO BE NUMBER ONE ไม่ใช่
ของศูนย์ฯ
๗. กิจกรรมของชมรม TO BE NUMBER ONE หมายถึง กิจกรรมใดๆ
ก็ได้ที่ทำแล้วเกิดประโยชน์ ต่อตัวสมาชิกและผู้อื่น เช่น การรณรงค์
ป้องกันปัญหาอุบัติเหตุ สมาชิก TO BE NUMBER ONE สามารถ
ไปร่วมกิจกรรมรณรงค์ได้ในนามชมรม TO BE NUMBER ONE
(ไม่ใช่สมาชิกศูนย์)



๘. สมาชิกศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น คือ สมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ที่มาใช้บริการภายในศูนย์ สมาชิกชมรมที่ไม่มาใช้บริการในศูนย์ก็มีสถานภาพเป็นเพียงสมาชิกชมรมเท่านั้น
๙. ชมรม TO BE NUMBER ONE บริหารจัดการโดยคณะกรรมการชมรม จำนวนคณะกรรมการขึ้นอยู่กับความต้องการ ประกอบด้วยประธานกรรมการ กรรมการ (กี่คน กี่ฝ่ายก็ได้) เภรัญญิก เลขานุการ เป็นต้น
๑๐. ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น/วัยทำงานบริหารจัดการโดยผู้จัดการศูนย์ฯ และแกนนำอาสาสมัครประจำศูนย์ รวมกันประมาณ ๓๐ คน เพื่อผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนมาปฏิบัติหน้าที่ในการให้บริการและจัดกิจกรรม สำหรับสมาชิก ตามวัน เวลา ที่กำหนดไว้เป็นรายเดือน ในตารางกิจกรรม
๑๑. ตารางกิจกรรมของชมรม TO BE NUMBER ONE คณะกรรมการชมรมเป็นผู้กำหนดและให้เป็นไปตามแผนงานประจำเดือน/ปี อาจจัดกิจกรรมเพียงเดือนละครั้งหรือปีละ ๓ - ๔ ครั้งก็ได้ ขึ้นอยู่กับความต้องการและความพร้อมของสมาชิกชมรมและคณะกรรมการร่วมกันพิจารณา
๑๒. ตารางกิจกรรมของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นเป็นตารางกิจกรรมที่ชัดเจนล่วงหน้า อาจเว้นบางวัน หรือจัดทุกวัน แต่ต้องจัดเป็นประจำตลอดทั้งเดือน เพื่อให้สมาชิกศูนย์สามารถวางแผนและเลือกเข้ารับบริการตามความสนใจและทุกกิจกรรมสามารถปรับเปลี่ยนได้หากสมาชิกร้องขอ



๑๓. ห้องชมรม TO BE NUMBER ONE ไม่ต้องมีขนาดใหญ่เพราะเป็นเพียงห้องปฏิบัติงานจัด ประชุมกรรมการชมรม และเป็นศูนย์กลางในการติดต่อ ประสานงานระหว่างสมาชิกชมรม
๑๔. ห้องศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นขนาดมาตรฐาน คือ ๑๐๐ ตารางเมตรขึ้นไป เพราะเป็นห้องที่ให้บริการ พัฒนา EQ กลุ่มพัฒนาบุคลิกภาพ และจัดกิจกรรมสร้างสุข ซึ่งจำเป็นต้องใช้พื้นที่กว้างขวางพอสมควร (โปรดดูภาพตัวอย่างการจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น)
๑๕. ประธานและคณะกรรมการชมรม TO BE NUMBER ONE สามารถเป็นผู้จัดการและแกนนำ ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นร่วมด้วยได้ แต่ต้องแยกหน้าที่ความรับผิดชอบให้ชัดเจน ไม่สับสนในบทบาท และการทำงานระหว่างชมรมกับศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
๑๖. การนำเสนอผลงานที่หวังว่าพูดในนามชมรมฯ หรือศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นและกิจกรรมนั้นๆ เป็นกิจกรรมของชมรมหรือเป็นกิจกรรมภายในศูนย์ แต่ทุกกิจกรรมถือเป็นผลงานในภาพรวมของชมรม TO BE NUMBER ONE ของหน่วยนั้นทั้งสิ้น
๑๗. งบประมาณของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น ชมรม TO BE NUMBER ONE เป็นผู้จัดหาสนับสนุน เพราะคณะกรรมการชมรม TO BE NUMBER ONE เป็นผู้ควบคุม กำกับ ดูแล ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น ทุกรายๆ คือ ชมรม TO BE NUMBER ONE เป็นผู้จัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น เพื่อให้เป็นกิจกรรมที่สามารถพัฒนาคุณภาพสมาชิก TO BE NUMBER ONE ได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน และกิจกรรมนั้นๆ ได้แก่ การปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา และพัฒนา EQ เท่านั้น แตกต่างจากกิจกรรมของชมรมซึ่งกว้างขวางกว่า



๑๘. โครงการ TO BE NUMBER ONE มีความเป็นมา มียุทธศาสตร์ มีแนวทางการดำเนินงาน คำขวัญ กิจกรรม สื่อและสัญลักษณ์ ซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง การจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE จึงควรมีความชัดเจนในเรื่องขององค์ประกอบต่างๆ
๑๙. ศูนย์เพื่อนใจวัยทำงานเป็นชื่อเรียก TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER ในสถานประกอบการ หากชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานประกอบการมีกิจกรรมที่เด่น ต่อเนื่อง เป็นประจำตลอดทั้งปี มีประโยชน์ต่อสมาชิก สามารถพัฒนา สมาชิกได้ ก็ไม่จำเป็นต้องมีศูนย์เพื่อนใจวัยทำงาน ควรมีต่อเมื่อ สมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE มีความต้องการและ มีความพร้อมที่จะดำเนินการเท่านั้น (ไม่ใช่ตัวชี้วัดสำหรับการประกวด ผลงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานประกอบการ)
๒๐. การรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นเรื่องยาก ยากทั้ง การทำงานและการวัดความสำเร็จ ที่ผ่านมาฝ่ายบำบัดรักษาและ ปรามปรามได้ทุ่มเทงบประมาณเพื่อการนี้มาโดยตลอด แต่ผู้เสพ ผู้ติดยา ผู้ขาย ก็ยังไม่ลดลง การหันมาเน้นการป้องกันในกลุ่มเสี่ยง โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญของ ชาติในอนาคตย่อมดีกว่าไม่ทำอะไรเลย การมุ่งแก้ที่ปลายเหตุ อย่างเดียวคงไม่สามารถช่วยให้ปัญหายาเสพติดเบาบางลงได้ และอาจเพิ่มจำนวนผู้เสพ ผู้ติดยา ผู้ขาย มากกว่าเดิม อีกหลายเท่า หากเราไม่ช่วยกันดึงกลุ่มเสี่ยงให้พ้นออกมาจากสถานการณ์ รอบๆ ตัวเขาเหล่านั้น ยุทธศาสตร์การรณรงค์ด้วยกิจกรรมต่างๆ สื่อต่างๆ ในโครงการ TO BE NUMBER ONE ก็เพื่อสร้างกระแส



ให้วัยรุ่นและเยาวชนเปลี่ยนทัศนคติและค่านิยมเดิมๆ ที่คิดว่า ยาเสพติดเป็นของเท่ หรือช่วยแก้ปัญหาได้ มา In Trend กับ คำขวัญที่ว่า “เป็นหนึ่งในได้โดยไม่พึ่งยาเสพติด” ถ้ากระแสนี้แรงขึ้นเรื่อยๆ แฉขยายไปในกลุ่มวัยรุ่นอย่างกว้างขวาง ทุกคนก็อยาก มุ่งมั่นสู่ความเป็นหนึ่ง เพราะความหมายของความเป็นหนึ่งใน โครงการ TO BE NUMBER ONE คือ ความรู้สึกเป็น Somebody มีอะไรให้ทำ ให้เลือก มีโอกาส มีเพื่อน มีสังคม มีความสุข ได้รับการยอมรับ โครงการ TO BE NUMBER ONE จึงจัดกิจกรรม หลากหลายที่เข้าถึงธรรมชาติของวัยรุ่น อาจดูไม่มีสาระกับเรื่อง ดนตรี กีฬา ศิลปะ ร้อง เล่น เต้น รำ ที่ดูแค่เปลือกนอกเหมือน ไม่มีประโยชน์ เมื่อเทียบกับการศึกษาเล่าเรียนภายในห้องเรียน ซึ่งส่วนใหญ่จะเน้นด้านวิชาการ แต่กิจกรรมต่างๆ ในโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นเพียงกิจกรรมที่โครงการใช้เป็น สื่อกลางดึงดูดเด็กวัยรุ่นให้เข้าร่วมโครงการ แก่นของโครงการ คือ ให้อายุรุ่นกลุ่มเสี่ยงหันมาใช้ เวลาว่าง ให้เป็นประโยชน์ ขอนั่นว่า เวลาว่าง ดังนั้นส่วนใหญ่จึงเป็นกิจกรรมเสริมทักษะทางด้าน จิตใจ อารมณ์ และสังคม แต่โดยที่ธรรมชาติของวัยรุ่นจะชื่นชอบ และสนใจในกิจกรรมที่ทำแล้วมีความสุข จึงปรากฏว่าสมาชิก TO BE NUMBER ONE จำนวนมาก เป็นเด็กวัยรุ่นทั่วๆ ไปที่มาร่วมกิจกรรมต่างๆ ด้วย การที่เด็กทั่วไปและเด็กกลุ่มเสี่ยง (ซึ่งเราไม่รู้แน่ชัดว่าคนไหนบ้าง) มาร่วมกิจกรรมในโครงการ ด้วยกัน ถือเป็นความสำเร็จสูงสุด เพราะทำให้เกิดการโน้มนำกัน ในหมู่สมาชิก เด็กที่ไม่มีเพื่อน ซ้ำร้าย ไม่กล้าแสดงออก เรียนอ่อน



ขาดโอกาส ไม่เคยเข้าสังคม EQ ต่ำก็จะมีการเรียนรู้ มีเพื่อน และมีสังคม

๒๑. มีผู้ที่ยังไม่เข้าใจแนวทางและการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE อยู่อีกจำนวนมาก โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ใหญ่ที่มีแนวคิดและมุมมองแตกต่างจากวัยรุ่นและเยาวชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายหลักของโครงการ สาเหตุอาจมาจากความคาดหวังของผู้ใหญ่ในตัวเองสูงเกินไป ส่วนหนึ่งยึดความคิดและความต้องการและประสบการณ์ของตนเอง เป็นเกณฑ์ในการพิจารณาและตัดสินพฤติกรรม การกระทำ หรือการแสดงออกของเด็กด้วยวัยและธรรมชาติของเด็ก และเยาวชนวัยรุ่น ควรต้องให้โอกาสได้ใช้เวลาว่างทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นบ้าง โดยเฉพาะเพื่อน ๆ เพราะวัยนี้ต้องการเพื่อนมาก โครงการ TO BE NUMBER ONE พยายามจัดกิจกรรมที่วัยรุ่นสนใจ เพื่อดึงเพื่อนกลุ่มที่คิดเหมือนกัน ชอบเหมือนกัน มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ทักแซ่ด้านต่างๆ ด้วยกัน ย่อมดีกว่าให้เด็กไปแสวงหาเองจากสภาพแวดล้อมปัจจุบัน ซึ่งค่อนข้างเสี่ยง ยิ่งหากเด็กอยู่ในกลุ่มเสี่ยงอยู่แล้ว ยิ่งต้องคิดกิจกรรมที่จะดึงดูดพวกเขาเข้ามาก่อน การจะเสริมสร้างและสนับสนุนเรื่องอื่นๆ ที่ผู้ใหญ่คิดว่าจะเป็นประโยชน์ ค่อยสอดแทรกเข้าไปภายหลัง และดีที่สุด ควรผ่านทางกิจกรรมที่เด็กๆ สนใจและชื่นชอบ เด็กจะเรียนรู้กระบวนการพัฒนา EQ และกระบวนการดำเนินชีวิตในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ไม่รู้สึกลัวถูกบังคับ ถูกสอน อาจกล่าวได้ว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE มุ่งเน้นการจัดกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ทางด้านพัฒนาอารมณ์ จิตใจ และ



สังคมให้เด็กมากกว่า ส่วนด้านวิชาการที่จัดไว้เด็กจะให้ความสนใจตามเพื่อนๆ เช่นในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น ซึ่งดำเนินการโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ไม่ได้ใช้ชื่อว่า ศูนย์การเรียนรู้ ศูนย์ให้คำปรึกษา หรือ ศูนย์ป้องกันแก้ไขปัญหายาเสพติด แต่ใช้ชื่อเป็นเชิงบวก เพื่อสื่อสารให้รู้ว่า สำหรับเด็กทุกๆ คน มีบริการหลายด้าน เลือกได้ ถ้าเด็กรู้สึกว่าจะเลือกได้ มีเพื่อนเรียนก็จะเลือกเรียนตามเพื่อน ดังนั้นความรู้ทางวิชาการที่จัดไว้ภายในศูนย์ ก็มีผู้สนใจเรียนรู้เช่นกัน เช่น ด้านคณิตศาสตร์ ด้านภาษา และด้านวิทยาศาสตร์ เป็นต้น สำหรับเด็กเรียนไม่น่าเป็นห่วง กลุ่มนี้ย่อมสนใจใฝ่เรียนอยู่แล้ว ผู้ใหญ่ต้องเข้าใจว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้ความสำคัญกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มทั่วไปที่ขาดโอกาสเข้าถึงกิจกรรมทุกด้าน ลักษณะกิจกรรมของโครงการจึงยึดความสนใจ และความต้องการของเด็กเป็นหลัก เป้าหมายของโครงการ คือ ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยมุ่งเน้นการพัฒนา และเสริมทักษะเด็กให้เป็นคนดี มีจิตใจเข้มแข็ง สามารถดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากยาเสพติด และความคาดหวังที่ตามมา คือให้เขาสามารถดูแลช่วยเหลือเพื่อนได้ตามกรอบ ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา และพัฒนา EQ

๒๒. ปัญหาที่ในแต่ละสถานศึกษามีชมรมต่างๆ อยู่แล้ว เช่น ศิลปะ ดนตรี กีฬา นาฏศิลป์ วิทยาศาสตร์ ภาษาอังกฤษ ฯลฯ การตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นขึ้นอีก จะซ้ำซ้อนหรือไม่ ชมรม TO BE NUMBER ONE ซึ่งดูแลศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นสามารถเชิญเพื่อนๆ ที่มีทักษะจากชมรมต่างๆ



มาเป็นวิทยากรให้กับสมาชิกภายในศูนย์ฯ ได้ การเป็นสมาชิก ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น และเรียนรู้กิจกรรมร่วมกันภายในศูนย์ เพื่อให้ เกิดความเป็นหนึ่ง ทำทุกกิจกรรมร่วมกันในนามสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ไม่แบ่งแยกว่าใครต้องอยู่ชมรมไหน ดังนั้นสถานศึกษาสามารถบริหารจัดการต่อไปตามเดิม โดยจัดตั้ง ชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นเพิ่ม หรือ จะยุบรวมชมรมต่างๆ ไว้ ชมรม TO BE NUMBER ONE เพียง หนึ่งเดียวขึ้นอยู่กับความสมัครใจ และการบริหารจัดการของแต่ละสถานศึกษาไม่ถือเป็นการซ้ำซ้อน

๒๓. สมาชิกสภาเยาวชน และสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE จะปฏิบัติตนอย่างไร เพราะมีหมวด ๒ ไป การบริหารจัดการชมรม TO BE NUMBER ONE และศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นมีแนวทางการดำเนินงาน มียุทธศาสตร์ มีกรอบแนวคิด และวิธีการรวมทั้ง บทบาทหน้าที่ชัดเจนอยู่แล้ว เพียงแต่สมาชิกต้องเข้าใจ และ ชัดเจนในบทบาทหน้าที่ของหมวดแต่ละใบ ไม่สับสนและปะปนกัน ในเวลาที่ต้องนำเสนอผลงาน

๒๔. โครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่ได้รับงบประมาณสำหรับ จัดสรรเพื่อดำเนินงานของจังหวัด ชุมชน สถานศึกษา และสถาน ประกอบการ กิจกรรมในโครงการต้องเป็นกิจกรรมในภาพรวม ของประเทศ การสนับสนุนที่ทำได้ คือ รางวัลตอบแทนผู้ที่มีผลงาน โครงการ TO BE NUMBER ONE ดีเด่นระดับประเทศ รางวัล ต้นแบบระดับเงิน ทอง และเพชร รวมทั้งการจัดประกวดต่างๆ ในระดับประเทศ เพื่อกระตุ้นการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในภาพรวม





ກາລະພັນ







การสนับสนุนจากโครงการ TO BE NUMBER ONE

- ◆ สนับสนุนสื่อสัญลักษณ์สำหรับการรณรงค์สร้างกระแสในพื้นที่
 - เพิ่มสัญลักษณ์ TO BE NUMBER ONE
 - บัตรสมาชิก TO BE NUMBER ONE พร้อมคู่มือ
 - เอกสาร/สื่อต้นแบบในการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ เช่น CD เพลง ภาพกิจกรรม
- ◆ สนับสนุนสื่อเทคโนโลยี
 - คู่มือการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE
 - คู่มือการประกวดกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE
 - สื่อเทคโนโลยีการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต ได้แก่
 - คู่มือการจัดค่ายกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตให้แก่เยาวชนในชุมชน (TO BE NUMBER ONE CAMP)
 - คู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตให้แก่เยาวชนในชุมชน ได้แก่ ต้องทำ, ควรทำ และน่าทำ
 - องค์ความรู้สำหรับแกนนำเยาวชน ได้แก่ Happy Happy กิจกรรมสร้างสุข และ “ฟัง” เพื่อน “พูด”
 - องค์ความรู้การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตสำหรับเยาวชน ได้แก่ เพื่อนช่วยเพื่อน, สานสายใยหัวใจ, สะท้อนภาพใส สะท้อนใจวัยทีน, สอนวัยรุ่นไม่วุ่นอย่างที่คิด วัยใสเข้าใจรัก, เคล็ด (ไม่) ลับการออกเดท,



๑๐๐ Question Answers เรื่องเพศล้วนๆ, ติดยา
ตกเทรนด์ และ Diary TO BE NUMBER ONE

- เทคโนโลยีและองค์ความรู้ในการดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
 - คู่มือการจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
 - คู่มือการดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในสถานศึกษา
 - คู่มือสำหรับอาสาสมัครศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น ได้แก่ คู่มือการจัดกิจกรรม “ฝึกคิด พัฒนา EQ” และคู่มืออาสาสมัครแกนนำเยาวชนศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น





การสมัครนิตยสาร TO BE NUMBER ONE

โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้จัดทำนิตยสาร TO BE NUMBER ONE ราย ๓ เดือน เพื่อเป็นสื่อกลางระหว่างองค์ประธานและสมาชิก จำหน่ายในราคาเล่มละ ๕๐ บาท (ไม่รวมค่าจัดส่ง)

การสมัครเป็นสมาชิกนิตยสาร

ติดต่อที่กองบรรณาธิการนิตยสาร TO BE NUMBER ONE สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ถนนติวานนท์ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐ โทรศัพท์ ๐๒-๕๙๐-๘๒๔๔, ๐๒-๕๙๐-๘๔๑๑, ๐๒-๕๙๐-๘๑๘๗ โทรสาร ๐๒-๑๔๙-๕๕๓๑ หรือกรอกใบสมัครสมาชิกนิตยสาร TO BE NUMBER ONE และชำระเงินตามรายละเอียดในใบสมัครสมาชิกนิตยสาร TO BE NUMBER ONE ตามตัวอย่าง (โดยสามารถ Download ใบสมัครได้จาก www.tobenumber1.net)



ใบสมัครสมาชิกนิตยสาร TO BE NUMBER ONE

ขั้นตอนการสมัครสมาชิก 1.กรอกใบสมัคร 2.ชำระเงิน 3. ส่งใบสมัครพร้อมหลักฐานการชำระเงิน

☐ สมัครใหม่

☐ ต่ออายุสมาชิก

ข้อมูลสมาชิก (เพื่อข้อมูลที่ชัดเจน โปรดกรอกรายละเอียดด้วยตัวบรรจงหรือใช้การพิมพ์)

☐ สมัครทั่วไป ชื่อ-นามสกุล _____

☐ สมัครในนาม หน่วยงาน / สถานศึกษา / อื่นๆ(โปรดระบุ) ชื่อหน่วยงาน _____

ที่อยู่จัดส่งนิตยสาร ผู้รับนิตยสาร ชื่อ - นามสกุล _____ ฝ่าย/แผนก _____ ชั้น _____ ห้อง _____

เลขที่ _____ หมู่ที่ _____ หมู่บ้าน/อาคาร _____ ตรอก/ซอย _____ ถนน _____

แขวง/ตำบล _____ เขต/อำเภอ _____ จังหวัด _____ รหัสไปรษณีย์ _____

โทรศัพท์(มือถือ) _____ โทรศัพท์ที่ทำงาน/บ้าน _____ แฟกซ์ _____

ที่อยู่ในการออกใบสำคัญรับเงิน

(กรณีที่อยู่ในการจัดส่งนิตยสารและที่อยู่ออกใบสำคัญรับเงินไม่ตรงกัน กรุณาระบุด้วยว่าต้องการให้จัดส่งใบสำคัญไปที่อยู่ใด)

☐ ไม่ต้องการใบสำคัญรับเงิน

☐ ต้องการใบสำคัญรับเงินในนาม _____

ความประสงค์สมัครสมาชิก นิตยสารออกเป็นราย 3 เดือน ราคาที่แจ้งรวมค่าจัดส่งเรียบร้อยแล้ว

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ 1ปี (4 เล่ม) ราคา 300 บาท | ☐ 1ปี (8 เล่ม) ราคา 520 บาท | ☐ 1ปี (12 เล่ม) ราคา 740 บาท |
| ☐ 1ปี (16 เล่ม) ราคา 1,000 บาท | ☐ 1ปี (20 เล่ม) ราคา 1,150 บาท | ☐ 1ปี (24 เล่ม) ราคา 1,350 บาท |
| ☐ 1ปี (28 เล่ม) ราคา 1,650 บาท | ☐ 1ปี (32 เล่ม) ราคา 1,850 บาท | ☐ 1ปี (36 เล่ม) ราคา 2,050 บาท |
| ☐ 1ปี (40 เล่ม) ราคา 2,300 บาท | ☐ 1ปี (44 เล่ม) ราคา 2,500 บาท | ☐ 1ปี (48 เล่ม) ราคา 2,700 บาท |
| ☐ 1ปี (52 เล่ม) ราคา 2,900 บาท | ☐ 1ปี (56 เล่ม) ราคา 3,100 บาท | ☐ 1ปี (60 เล่ม) ราคา 3,350 บาท |
| ☐ 1ปี (64 เล่ม) ราคา 3,550 บาท | ☐ 1ปี (68 เล่ม) ราคา 3,750 บาท | ☐ 1ปี (72 เล่ม) ราคา 4,000 บาท |

พิเศษ สมัครสมาชิกนิตยสาร 1 ปี 80 เล่มขึ้นไป (ส่งครั้งละ 20 เล่ม) **ฟรีค่าจัดส่ง**



วิธีการชำระเงิน

○ ธนาคัต/คั้วเลกเงิน เลขที่.....จำนวนเงิน.....บาท

สั่งจ่าย ไปรษณียันนทบุรี 11000 ในนาม บรรณาธิการนิตยสาร TO BE NUMBER ONE

(กรุณาแนบใบสมัครมาพร้อมกับซองธนาคัต)

○ โอนเงินผ่านธนาคาร จำนวนเงิน.....บาท วันที่โอน.....สาขาที่โอน.....

ชื่อบัญชี โครงการ TO BE NUMBER ONE ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขางมวงคั้วาน

บัญชีสะสมทรัพย์ เลขที่บัญชี 319 – 2 – 84570 – 4

(กรุณาส่งหลักฐานการชำระเงิน ระบุชื่อ – นามสกุล และเบอร์ติดต่อ พร้อมใบสมัครทางแฟกซ์ที่เบอร์ 02-149-5531 หรือทางไปรษณีย)

สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ถนนคั้วานนท์ อำเภอเมือง

จังหวัดนันทบุรี 11000 โทรศัพท์ 02-590-8284 , 02-590-8187 , 02-590-8411 โทรสาร 02-149-5531

หมายเหตุ : เมื่อชำระเงินและส่งใบสมัครสมาชิกเรียบร้อยแล้ว ภายใน 3 สัปดาห์ สมาชิกจะได้รับใบสำคัญรับเงิน
ซึ่งแยกจากการส่งนิตยสาร



Website TO BE NUMBER ONE

ประกอบด้วย ๒ Website ดังนี้

◆ Website www.tobenumber1.net ประกอบด้วย

- องค์ความรู้เกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE
- การประชาสัมพันธ์โครงการ TO BE NUMBER ONE
- ข่าวสารและความเคลื่อนไหวของโครงการ TO BE NUMBER ONE
- การถามตอบคำถามจากสมาชิก/เครือข่าย TO BE NUMBER ONE และผู้สนใจ
- ภาพถ่ายภาพกิจกรรมต่างๆ ในโครงการ TO BE NUMBER ONE
รายละเอียด/บุคลากรสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE

หมายเหตุ สามารถเข้าเยี่ยมชมผ่าน Website ของกรมสุขภาพจิต
www.dmh.go.th

◆ Website www.tobefriend.in.th ประกอบด้วย

- องค์ความรู้เกี่ยวกับศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
- ข่าวสารและความเคลื่อนไหวของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
- การประชาสัมพันธ์ ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น
- การถามตอบคำถามจากสมาชิก/อาสาสมัครศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นและผู้สนใจ
- ภาพถ่ายภาพกิจกรรมในศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น ในห้างสรรพสินค้ากรุงเทพมหานคร
- ตารางกิจกรรมของศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น ในห้างสรรพสินค้ากรุงเทพมหานคร

หมายเหตุ สามารถเข้าเยี่ยมชมผ่าน Website www.tobenumber1.net ได้

A decorative graphic featuring a stylized, light gray floral and vine motif. The design includes several flowers of varying sizes and swirling vines. In the bottom left corner, there is a small red cross symbol.

A decorative graphic featuring a stylized, light gray floral and vine motif. The design includes several flowers of varying sizes and swirling vines. In the bottom left corner, there is a small red cross symbol.

www.tobefriend.in.th

สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Back Forward Stop Home Search Favorites

Address http://www.tobefriend.in.th/

หน้าหลัก | ประเด็น | ถาม-ตอบ | ข่าวประชาสัมพันธ์ | ส่วนประกอบอื่น

Friend Corner

Thank you for visiting :
คุณสมชาย

update : 29/12/2008

TO BE NUMBER

NEW ผลการแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE 2009 ระดับภาค

TO BE 1 Friend Corner

.... TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER

“โครงการทูบีนัมเบอร์วัน” ซึ่งจับมือของศูนย์วิจัยการพัฒนา EQ ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนไทย ได้ทำโครงการนี้มาตั้งแต่ปี 2547 เพื่อส่งเสริมและพัฒนา EQ ขึ้นใน เยาวชนไทยให้สูงขึ้น โดยโครงการนี้จะมีผลต่อ EQ ของเด็กไทย 2547 ที่ผ่านมามีเด็กไทยที่เข้าโครงการนี้แล้ว 2547 คน ซึ่งได้มีผลคะแนน EQ เพิ่มขึ้น 10-15% ซึ่งโครงการนี้จะมีผลต่อ EQ ของเด็กไทย 2547 ที่ผ่านมามีเด็กไทยที่เข้าโครงการนี้แล้ว 2547 คน ซึ่งได้มีผลคะแนน EQ เพิ่มขึ้น 10-15% ซึ่งโครงการนี้จะมีผลต่อ EQ ของเด็กไทย 2547 ที่ผ่านมามีเด็กไทยที่เข้าโครงการนี้แล้ว 2547 คน ซึ่งได้มีผลคะแนน EQ เพิ่มขึ้น 10-15%

ประเภท : ข่าว เพื่อเป็นเกียรติแก่ทีมที่ชนะเลิศการแข่งขัน TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER ในระดับภาค

Back to Top

© 2001-2004 Department of Mental Health, Thailand.

Contact WebMaster

สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
ถนนพหลโยธิน แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 11000. โทร. 0 590-8411, 02 590-8186

javascript:forget0;



เพลง TO BE NUMBER ONE

(Version ๑)

.....
มีก็เส้นทาง ที่คิดจะไป ขอให้ตามหัวใจไป
ไม่ว่าฝันเธอ จะไกลแค่ไหน คงต้องจริงซักวัน
มีจุดหมายใด ที่คิดจะเป็น เป็นอย่างใจเธอต้องการ
มีก็เรื่องราว ที่เธอคิดทำ ขอให้ทำให้ลอง
ด้วยสองมือ และด้วยหัวใจ ตามฝันจนกว่าจะเจอ
เมื่อทุกอย่าง อยู่ที่ตัวของเธอ ทำให้เป็นไปอย่างเธอต้องการ
ชีวิตมีเรื่องราว ตั้งมากมาย ให้ค้นให้เล่าเรียนให้ทำ
มุ่งไปให้ไกล ให้ถึงปลายทาง เพื่อความฝัน เพื่อความเป็นหนึ่ง

.....
เธอจงมั่นคง อย่าหลงไปลอง ความสุขเพียงแค่เลื่อนกลาง
มันจะรักษา ให้เธอหลงทาง ทางที่เคยตั้งใจ
ด้วยสองมือ และด้วยหัวใจ ตามฝันจนกว่าจะเจอ
เมื่อทุกอย่าง อยู่ที่ตัวของเธอ ทำให้เป็นไปอย่างเธอต้องการ
ชีวิตมีเรื่องราว ตั้งมากมาย ให้ค้นให้เล่าเรียนให้ทำ
มุ่งไปให้ไกล ให้ถึงปลายทาง เพื่อความฝัน เพื่อความเป็นหนึ่ง

.....ดนตรี.....

ทูปี นัมเบอร์วัน ทูปี นัมเบอร์วัน

ทูปี นัมเบอร์วัน ทูปี นัมเบอร์วัน



เพลง TO BE NUMBER ONE

(Version ๑)

.....
ขวากหนาม นั้นเป็นเพียงเครื่องทดสอบ

อย่าไปยอมแพ้ แค่อขอให้เธออดทนไว้

ความฝัน ต้องไม่ปล่อยให้มันเลือนหายไป

ไม่มีอะไรที่ไกลเกินฝัน.....จงมั่นใจ

TO BE NUMBER ONE TO BE NUMBER ONE

อยากยืนจุดนั้นก้าวเข้าไปอย่าหวั่นไหว

TO BE NUMBER ONE TO BE NUMBER ONE

สักวันที่ฝันนั้นจะกลายเป็นจริง

อยากให้ตอบตัวเองว่าชอบเป็นอะไร หาตัวเองให้เจอ

แบบไหนนะที่เธอต้องการ สานและต่อและเติมความฝัน

ใฝ่รู้จริงจังและทำอย่างตั้งใจ ให้ถึงปลายทางที่เธอได้วางไว้

เมื่อชีวิตเธอั้น ไม่ได้เป็นของใคร ก็จงทำมันให้ดี

อุปสรรคนานาไม่ช้าก็ผ่านไป ถ้าหัวใจเธอแกร่ง

เข้มแข็งพร้อมรับมือทุกอย่าง ตั้งสติให้ดีเอาไว้

อย่าแพ้อะไรง่ายดายไปซะก่อน อย่าให้ใครมองว่าเราไม่เอาไหน

อยากให้เขายอมรับ อยากให้เขาสนใจ พิสูจน์ด้วยตัวของเธอ

ไม่มีอะไรที่จะไกลเกินฝัน สักวันที่ฝันนั้นจะกลายเป็นจริง

.....



ผลิตภัณฑ์ TO BE NUMBER ONE

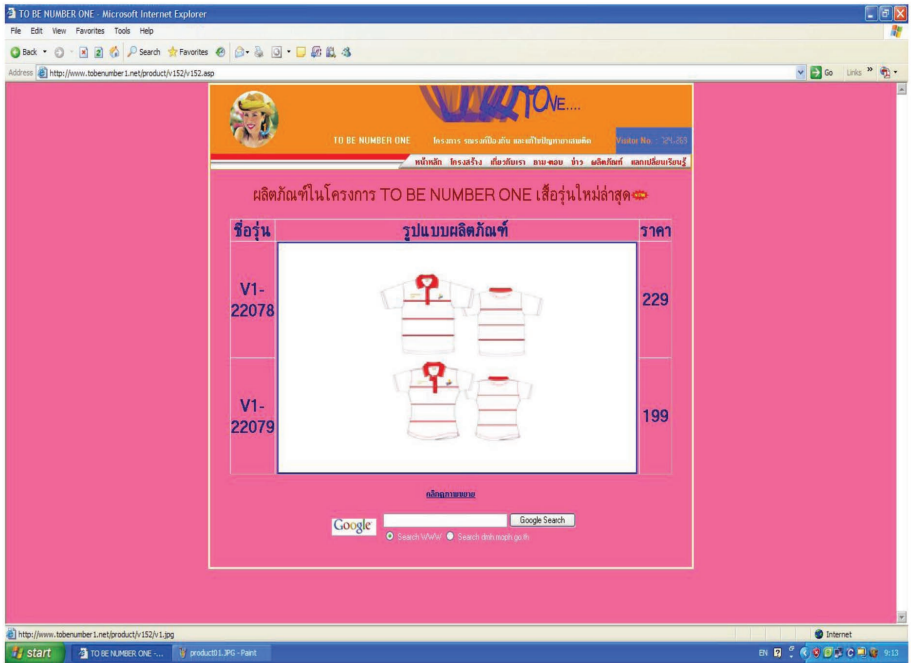
ผลิตภัณฑ์ TO BE NUMBER ONE ประกอบด้วย เสื้อ ผลิตภัณฑ์กีฬา เครื่องเขียน กระเป๋าเงิน / เป้ สายรัดข้อมือ ฯลฯ

โดยสามารถสั่งซื้อได้ที่สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต โทรศัพท์ ๐๒-๕๙๐-๘๒๘๔ โทรสาร ๐๒-๕๙๙-๐๙๓๘ และ ๐๒-๑๔๙-๕๕๓๑

และสามารถดูรายละเอียดผลิตภัณฑ์ได้จาก Website

www.tobenumber1.net





รายชื่อผู้รับผิดชอบและหมายเลขโทรศัพท์

ลำดับ	เรื่อง	รายชื่อผู้รับผิดชอบ	หมายเลขโทรศัพท์
๑	ที่ปรึกษาสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE	หม่อมหลวงยุพดี ศิริวรรณ	๐๒-๕๕๐-๘๒๕๔
๒	ผู้อำนวยการสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE	นางศศิยา ทุมเสน	๐๒-๕๕๐-๘๘๘๘
๓	การจัดกิจกรรมรณรงค์ในโครงการ	คุณอรพรรณ สุวรรณะบุณย์	๐๒-๕๕๐-๘๔๑๐
๔	การจัดกิจกรรมรณรงค์ในพื้นที่/จังหวัด	คุณอรพรรณ สุวรรณะบุณย์	๐๒-๕๕๐-๘๔๑๐
๕	การขอสนับสนุนสื่อการณรงค์ / เพิ่มสัญลักษณ์ ฯลฯ	คุณวาสนา บุญโฮม	๐๒-๕๕๐-๘๑๘๘
๖	การขอสนับสนุน VCD เพลง, ฎปกิจกรรม ฯลฯ	คุณฉัตรชัย บุญโฮม	๐๒-๕๕๐-๘๑๘๘
๗	รายละเอียดการประกวดกิจกรรมในโครงการ - การแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEEN AEROBICS THAILAND CHAMPIONSHIP - การประกวดจังหวัด/ชมรม TO BE NUMBER ONE	คุณนาฏชาวดี บุญศิริชัย	๐๒-๕๕๐-๘๒๕๕
๘	การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตและค่านิยมงานศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น - การขอสนับสนุนสื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต และสื่อการจัดตั้งและดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น - การขอสนับสนุนวิทยากรอบรมอาสาสมัครศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น	คุณอรพรรณ สุวรรณะบุณย์	๐๒-๕๕๐-๘๔๑๐
๙	ข้อมูลสมาชิก/ชมรม	คุณเนตรชนก บัวเล็ก	๐๒-๕๕๐-๘๘๘๘
๑๐	ตัวชี้วัดของโครงการ	คุณพนัสนิธิ ลิทธิณรงค์, คุณอรอนงค์ ศรีทอง คุณสุมาลี หวະสุวรรณ, คุณทิพาทิพย์ แสนทวี คุณปัทมา พวงเจริญ, คุณพนัสนิธิ ลิทธิณรงค์	๐๒-๕๕๐-๘๒๕๕ ๐๒-๕๕๐-๘๒๕๕ ๐๒-๕๕๐-๘๒๕๕
		คุณเนตรชนก บัวเล็ก	๐๒-๕๕๐-๘๕๖๗
		คุณเนตรชนก บัวเล็ก	๐๒-๕๕๐-๘๕๖๗



ลำดับ	เรื่อง	รายชื่อผู้รับผิดชอบ	หมายเลขโทรศัพท์
๑๑	Website TO BE NUMBER ONE	คุณเนตรชนก บัวเล็ก	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๑๘๗
๑๒	การจัดตั้งและดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา	คุณศุภิตา พนมสน	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๘๘๘
๑๓	การจัดตั้งและดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานประกอบการ	คุณเนตรชนก บัวเล็ก	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๑๘๗
๑๔	การจัดตั้งและดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชนภูมิภาค	คุณนาฏชาวดี บุญศิริชัย	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๒๕๗
๑๕	การจัดตั้งและดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชนกรุงเทพมหานคร	คุณอรุณวรรณ สุวรรณะบุณย์	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๔๑๐
๑๖	นิตยสาร TO BE NUMBER ONE	คุณจรรุญ โปธิสรศักดิ์	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๒๘๔
		คุณธิติมา ปิ่นกลาง	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๑๘๘
๑๗	ผลิตภัณฑ์ TO BE NUMBER ONE	คุณนภาพน สุขเกษม	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๒๘๔
		คุณสุติมา รุ่งเรืองแจ่ม	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๑๘๘
๑๘	การจัดซื้อจัดจ้าง	คุณวัชรวิ ศะสุปะ	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๑๘๒
๑๙	งานบุคลากร	คุณกัทสนีย์ กุ่มกัตต์	๐๒ - ๕๕๐ - ๘๑๘๑



“โครงการทูบีนัมเบอร์วันมีความก้าวหน้ามาก
สิ่งที่ทำนั้น พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงปลื้มมาก
ทรงมีรับสั่งเมื่อปลายปี เมื่อครั้งเข้าเฝ้าฯว่า ทรงปลื้มมาก
เพราะมีหลายฝ่ายมีคนจากหลายวงการเข้ามาช่วยกัน
เพราะเห็นว่าเป็นสิ่งที่ดี สิ่งที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรับสั่ง
จะตั้งใจทำโครงการทูบีนัมเบอร์วัน ไปเรื่อยๆ
และจะพยายามทำให้ดีที่สุด พยายามให้มีสมาชิกมากขึ้น”

พระดำรัสในทูลกระหม่อมมหิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี
งานเปิดตัวนิตยสาร TO BE NUMBER ONE
ณ สยามดิสคัฟเวอรีเซ็นเตอร์ กรุงเทพมหานคร
๒๔ มกราคม ๒๕๔๙

