

ช่วยกันสร้างคนดีให้บ้านเมือง

# ครอบครัว คุณธรรม



ช่วยกันสร้างคนดีให้บ้านเมือง

# ครอบครัวคุณธรรม

พิมพ์ครั้งที่ 1 ตุลาคม 2559 จำนวน 3,000 เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ 2 มกราคม 2560 จำนวน 3,000 เล่ม

## เจ้าของ

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

โดยการสนับสนุนของสำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์

## ที่ปรึกษา

ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์เกษม วัฒนชัย

นายปราโมทย์ โชติมงคล

องคมนตรี และประธานกรรมการมูลนิธิยุวสถิรคุณ

ผู้อำนวยการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

## คณะทำงานฯ

รองศาสตราจารย์ปัทมาวดี วีระภิตติ

นางฉลวยลักษณ์ สิ้นประเสริฐ

นางสาวณิชา มูนจินดา

นางสาวจิตติมา เรืองเดชสุวรรณ

นางสาวชลธิชา หงษ์เวียงจันทร์

รองผู้อำนวยการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

ที่ปรึกษาศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

นักวิชาการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

นักวิชาการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

นักวิชาการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

รูปเล่ม นายวัฒนสินธุ์ สุวรรตานนท์

พิมพ์ที่ บริษัท สหมิตรพรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด

# คำนำ

ชมรมคนรักในหลวง มูลนิธิบุคคลพอเพียง มีเจตนาดีที่จะสร้างระบบครอบครัวคุณธรรมขึ้น โดยมีเป้าประสงค์เพื่อให้ครอบครัวไทยมั่นคง อบอุ่น และเป็นสุข จึงได้หารือกับมูลนิธิยุวสถิรคุณ โดยเฉพาะที่ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม อันมีคุณปราโมทย์ โชติมงคล เป็นผู้อำนวยการศูนย์โรงเรียนคุณธรรมนี้ได้ก่อตั้งขึ้นตั้งแต่ พ.ศ.2557 ได้น้อมเกล้าน้อมกระหม่อมรับปฏิบัติตามพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช

## “ให้โรงเรียนสร้างคนดีให้บ้านเมือง”

ปัจจุบันศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ ได้ทำงานสนองนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ โดยนำเอาหลักการและขั้นตอนการปฏิบัติของโรงเรียนคุณธรรมไปเผยแพร่ให้แก่สถานศึกษาประเภทต่างๆ ในสังกัดของกระทรวงศึกษาธิการ

สำหรับโครงการครอบครัวคุณธรรมนี้ ชมรมคนรักในหลวงจะได้นำเอารูปแบบและแนวปฏิบัติของโรงเรียนไปประยุกต์ใช้สำหรับครอบครัวไทยในจังหวัดต่างๆ เราหวังว่าเมื่อได้ปฏิบัติไปสักระยะหนึ่งจะได้มีการสรุปบทเรียนและปรับปรุงกระบวนการเพื่อจะได้นำไปเผยแพร่ได้อย่างทั่วถึงและเป็นประโยชน์มากยิ่งขึ้น

ศ.เกียรติคุณ นพ.เกษม วัฒนชัย องคมนตรี  
ประธานกรรมการมูลนิธิยุวสถิรคุณ

“

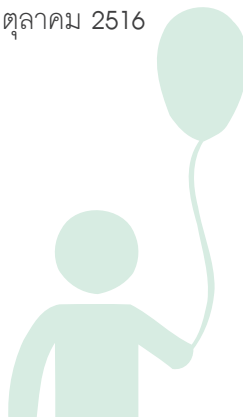
## เด็ก

เป็นผู้ที่ได้รับช่วงทุกสิ่งทุกอย่าง  
ต่อจากผู้ใหญ่  
ดังนั้นเด็กทุกคนจึงสมควร  
และจำเป็นที่จะต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดู  
อย่างถูกต้อง เหมาะสม  
ให้มีศรัทธามั่นคงในคุณงามความดี  
มีความประพฤติเรียบร้อย สุจริต  
และมีปัญญาฉลาดแจ่มใสในเหตุผล

”

พระบรมราชาโฆวาท พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช  
พระราชทานแก่นักเรียน นักศึกษา ครูและอาจารย์

27 ตุลาคม 2516



# รู้จักศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม เป็นหน่วยงานภายใต้มูลนิธิยุวสถิรคุณ ซึ่งจัดตั้งขึ้นเมื่อมกราคม 2557 โดยการสนับสนุนของสำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ มีศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์เกษม วัฒนชัย องคมนตรีเป็นประธานกรรมการมูลนิธิยุวสถิรคุณ

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มีเป้าหมายที่มุ่งน้อมปฏิบัติตามพระราชกระแสรับสั่งของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ซึ่งพระราชทานให้กับคณะองคมนตรี ในการจัดตั้งกองทุนการศึกษา เมื่อปี 2555 ว่า “ให้โรงเรียนสร้างคนดีให้บ้านเมือง” ภารกิจส่วนใหญ่ของศูนย์ฯ จึงดำเนินงานร่วมกับโรงเรียนต่างๆ ในการพัฒนาโรงเรียนเข้าสู่โรงเรียนคุณธรรม เช่น สร้างความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม พัฒนาศักยภาพครู และนักเรียนแกนนำในการจัดกิจกรรมส่งเสริมความดีในโรงเรียน และให้ความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายของโรงเรียน เพื่อให้ผู้ปกครอง ครอบครัว ชุมชน สังคมที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนร่วมกันสร้างคนดีให้บ้านเมือง

## ลักษณะของ ครอบครัวที่ดี



ครอบครัว หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันและใช้ชีวิตร่วมกัน ทำหน้าที่เป็นสถาบันสังคมหลัก เป็นแกนกลาง และเป็นรากฐานสำคัญยิ่งต่อการพัฒนา และดำรงชีวิต ก่อให้เกิดความมั่นคง ทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง เป็นหน่วยย่อยที่สุดที่ให้การอนุบาล ดูแลเลี้ยงดูเด็กตั้งแต่เกิด ให้การศึกษา และอบรม จนโตขึ้นเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม



## ครอบครัวที่ดี

สมาชิกในครอบครัวควรมีชีวิตที่มีความสุขมีสุขภาพดี ทั้งทางกายและจิตใจ ดังนี้

- 1 คนในครอบครัว มีสุขภาพดี รู้จักดูแลสุขภาพอนามัย ทนอยู่อาศัย สะอาดและถูกสุขลักษณะ
- 2 คนในครอบครัวมีความรักใคร่ กลมเกลียว ห่วงใยช่วยเหลือเกื้อกูล มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน รู้จักรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น และร่วมกันแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์
- 3 รู้จักเสียสละไม่เห็นแก่ตัว
- 4 มีความซื่อสัตย์และไว้วางใจกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน
- 5 ทำกิจกรรมร่วมกันอยู่เสมอ เพื่อสร้างความอบอุ่น และความสามัคคีภายในครอบครัว
- 6 สมาชิกในครอบครัว มีความรับผิดชอบ ประกอบอาชีพสุจริต รู้จักประหยัดและอดออม
- 7 หัวหน้าครอบครัวต้องทำตนเป็นแบบอย่าง มีคุณธรรม เลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวให้เป็นคนดี
- 8 หัวหน้าครอบครัวควรถ่ายทอดการเรียนรู้และภูมิปัญญา และส่งเสริมให้ได้รับการศึกษา
- 9 สมาชิกในครอบครัวบำเพ็ญตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม
- 10 สมาชิกในครอบครัว เคารพกฎหมาย เคารพสิทธิของผู้อื่นและสิทธิสาธารณะ รวมทั้งปฏิบัติตามเพื่อส่งเสริมการปกครองในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข



**คุณธรรมจริยธรรม** หมายถึง ภาวะจิตใจที่เมื่อแสดงออกเป็นความประพฤติแล้ว สังคมตัดสินได้ว่าเป็นจริยะที่ดี ถ้าใจเราคิดดี คิดจริงและคิดงาม และประพฤติออกมาดี จริง งาม แสดงว่าคนๆ นั้นมีคุณธรรม แต่ถ้าใจคิดชั่ว คิดไม่จริง (เท็จ) คิดไม่งาม ก็จะมี ความประพฤติชั่ว เท็จ และไม่งาม ซึ่งเราก็จะเรียกว่าคนไม่มีคุณธรรม ดังนั้น สังคมจึงต้อง สร้างเครื่องตัดสินว่า อะไรคือดี จริง งาม

**คุณธรรม** คือ ธรรมที่เป็นคุณหรือสภาพคุณงามความดี เริ่มตั้งแต่ความนึกคิด ความปรารถนา ความตั้งใจ คนที่มีคุณธรรม เมื่อคิดดีแล้ว ย่อมแสดงพฤติกรรมคือคำพูดและการกระทำที่ปรากฏออกมาแล้ว สังคมตัดสินว่า ดี จริง และงาม คนที่ไม่มีคุณธรรม เมื่อคิดชั่วแล้ว ย่อมแสดงพฤติกรรมคือ คำพูดและการกระทำที่ปรากฏออกมาแล้ว สังคมตัดสินว่า เลว เท็จ อัปลักษณ์

**จริยธรรม** แปลว่า ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติหรือศีลธรรม หมายถึงคำพูดและการกระทำ หรือพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก คือเป็นประโยชน์และสร้างความสุข



## คุณธรรมคำคุณไทย

คุณธรรมจริยธรรมที่จำเป็นสำหรับสังคมไทย มี 10 ประการ ดังนี้

**1. ความพอเพียง** หมายถึง การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ได้พระราชทานให้แก่ปวงชนชาวไทย เพื่อให้คนไทยอยู่อย่างมีความสุข ประกอบด้วย 5 เรื่อง เชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบซึ่งต้องกระทำพร้อมกันทุกเรื่อง ดังนี้



ความพอเพียงจึงเป็นจุดรวมของคุณธรรมทั้งหมด

## คุณธรรมคำคุณไทย

2.

**ความเมตตา กรุณา**  
หมายถึงความรักใคร่เอ็นดู  
ปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข  
คิดจะช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์

3.

**ความกตัญญูกตเวทิต**  
หมายถึง ความรู้สึกสำนึก  
ในบุญคุณและการตอบแทน  
บุญคุณ

5. **ความเสียสละ**

หมายถึง การรู้จักแบ่งปัน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมโดยไม่หวังผลตอบแทน

4.

**ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง**  
หมายถึง ความประพฤติที่จริงใจ  
ไม่คดโกง ไม่หลอกลวง ไม่ทำผิดทั้ง  
ต่อหน้าและลับหลัง



6.

### ความมีวินัย

หมายถึง การรู้จักควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติและยึดมั่นในระเบียบแบบแผนข้อบังคับข้อปฏิบัติ

8.

### ความรับผิดชอบ

หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่ด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจ ทั้งที่เป็นภารกิจส่วนตัว และภารกิจทางสังคม จะต้องกระทำให้บรรลุความสำเร็จตามความมุ่งหมายอย่างเต็มความสามารถ และ ยอมรับผล การกระทำทั้งผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้น ทั้งพยายามปรับปรุงการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น

9.

### ความขยัน

หมายถึง ความตั้งใจเพียรพยายามปฏิบัติหน้าที่การทำงานที่สุจริตอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ อดทน ไม่ท้อถอยเมื่อพบอุปสรรค และใช้สติปัญญาแก้ปัญหาจนเกิดผลสำเร็จ

7.

### ความอดทน อดกลั้น

หมายถึง ความมั่นคงหนักแน่นทั้งทางกาย วาจา และใจ โดยไม่ย่อท้อต่อปัญหา

10.

### ความมีสติ

หมายถึง ความระลึกได้ ความไม่เผลอ การคุมจิต ระงับยับยั้งใจไม่ให้เลินเล่อ

## ความสำคัญของการสร้าง ครอบครัวคุณธรรม



**ครอบครัวคุณธรรม** หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันและใช้ชีวิตร่วมกัน ให้การเลี้ยงดู ให้การศึกษา อบรม บ่มเพาะให้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ดีงามจนเป็นนิสัย ช่วยเหลือเกื้อกูล เป็นแบบอย่างที่ดีต่อกัน ตลอดจนให้ความรอบรู้ในการประกอบอาชีพที่ถูกต้อง เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

ครอบครัว เป็นสถาบันหลักที่สำคัญยิ่งในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ดังคำกล่าวที่ว่า “พ่อแม่เป็นผู้แสดงโลกแก่ลูก” (พระพรหมคุณาภรณ์, 2552) “พ่อแม่เป็นครูคนแรกของลูก” ครอบครัวเป็นโรงเรียนขนาดเล็กที่สุดของชาติ แสดงให้เห็นว่า พ่อแม่และครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญที่สุดต่อชีวิตและจิตใจของลูก โดยทำหน้าที่ เป็นทั้ง “ต้นแบบด้านคุณธรรม” และเป็น “ครูคนแรก” ของลูกในบ้าน ซึ่งเปรียบเสมือนโรงเรียนหลังแรกที่อบรมบ่มเพาะคุณธรรมจริยธรรมให้แก่ลูก

ครอบครัวเป็นสิ่งแวดล้อมแรกของชีวิตเด็ก การรับรู้เรื่องราวต่างๆ ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 6 อัน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจของเด็กจะทำให้เด็กคิด ตัดสินใจ และเลือกจะทำหรือไม่ทำ เลือกตัดสินใจว่าจะอะไรสำคัญหรือไม่สำคัญ ซึ่งเด็กจะแสดงออกมาในรูปแบบของ การคิดดี พุดดี ทำดี เด็กจึงรู้จักโลกควบคู่กับคุณธรรมตั้งแต่ต้นของชีวิต

## กระบวนการและปัจจัยความสำเร็จ ในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ในครอบครัวคุณธรรมไทย



มีพ่อ แม่ และครอบครัวเป็นต้นแบบที่ดี ทั้งความคิด คำพูดและการกระทำ ประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี ศรัทธาในความดี ไม่เกี่ยวข้องอบายมุข สมองของเด็กจะเรียนรู้และจดจำ โดยทำตามแบบอย่างที่ได้เห็น และได้ยิน

---



ในครอบครัวมีบุคคลที่เด็กรักและผูกพัน การสอนที่มีการเชื่อมโยงเปรียบเทียบสถานการณ์ต่างๆ ทำให้มีความเข้าใจที่ลึกซึ้ง เด็กจะเกิดความรู้สึกร่วมเห็นอกเห็นใจ เข้าใจได้มากกว่า ประสบการณ์ความมีชีวิตในครอบครัวเดียวกัน จะเป็นฐานการจดจำที่ดีนำไปสู่นิสัยการปฏิบัติที่ดี

---



มีรูปแบบการทำซ้ำ และสม่ำเสมอ ด้วยวิธีการหลากหลายในหลายสถานการณ์ การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมที่ได้ผลดีที่สุด ควรทำตั้งแต่อายุไม่เกิน 6 ปี

## กระบวนการและปัจจัยความสำเร็จ ในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ในครอบครัวคุณธรรมไทย



จัดสภาพแวดล้อมให้ลงมือปฏิบัติในวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน การบ่มเพาะคุณธรรมที่ดีที่สุด คือการกระทำผ่านชีวิตประจำวัน โดยมีพ่อแม่เป็นผู้ชี้แนะและทำให้ดูเป็นตัวอย่าง

---



การให้แรงเสริม ให้กำลังใจ ที่เหมาะสมและสม่ำเสมอ ยืนเคียงข้างร่วมทำกิจกรรมด้วยให้ได้กรู๊สีกอบอุ้ม

---



มีสัมพันธ์ภาพที่ดี ระหว่างสมาชิกในครอบครัว การมีโอกาสมทำกิจกรรมร่วมกัน การกำหนดบทบาทหน้าที่ให้เด็ก ๆ เพื่อฝึกความรับผิดชอบ ความมีวินัย

## 6 ขั้นตอนของการสร้างครอบครัวคุณธรรม



# 6

## ขั้นตอนของการสร้างครอบครัวคุณธรรม

### ขั้นตอนที่

# 1

### สร้างการรับรู้และยอมรับจากทุกคนในครอบครัว ว่า

- 1.1 เราจะร่วมกันคิดปรับปรุงครอบครัวให้ดีขึ้น
- 1.2 เราจะร่วมกันปฏิบัติให้เกิดผลสำเร็จ

### ขั้นตอนที่

# 2

### ระดมความคิดเพื่อจัดทำบัญชีพฤติกรรม 2 บัญชี

- 2.1 ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อจัดทำ บัญชีที่ 1 รวบรวมพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ในรอบ 2 - 3 ปี ที่ผ่านมา เพื่อให้ทุกคนรับรู้ “ข้อบกพร่อง” ของครอบครัว
- 2.2 ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อจัดทำ บัญชีที่ 2 รวบรวมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ต้องการให้เกิดขึ้นในครอบครัวของเราใน 12 เดือนข้างหน้า เพื่อให้ทุกคนรับรู้ถึง “ความปรารถนา” ร่วมกันในการพัฒนาครอบครัวในปีต่อไป



ขั้นตอนที่  
**3**

### ร่วมกันกำหนด “คุณธรรมหลัก”

- 3.1 ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อกำหนด “คุณธรรมหลัก” ที่แต่ละคนเชื่อว่าจะช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในบัญชีที่ 1 และ เพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในบัญชีที่ 2
- 3.2 ให้กำหนด “คุณธรรมหลัก 3 คุณธรรม” โดยเลือกจากคุณธรรมหลักที่ร่วมกันคิดในข้อ 3.1 เพื่อใช้เป็นคุณธรรมหลักของครอบครัว ในการปฏิบัติในรอบปีนี้ เช่น ซื่อสัตย์ รับผิดชอบ และพอเพียง

### แปลงคุณธรรมหลักเป็นแนวปฏิบัติ

ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อ “แปลงคุณธรรมหลัก 3 คุณธรรม” เป็น “แนวปฏิบัติ” ดังตารางตัวอย่าง

ขั้นตอนที่  
**4**

คุณธรรมหลัก	แนวปฏิบัติ		
	พ่อ	แม่	ลูก
ซื่อสัตย์	- เคารพกฎของครอบครัว - ไม่สร้างหนี้	- พูดความจริงเสมอ - ไม่เล่นการพนัน	- กลับบ้านตรงเวลา - ไม่ขาดเรียน
รับผิดชอบ	- ปรับปรุงบ้านให้ปลอดภัย น่าอยู่ - ดูแลค่าใช้จ่ายของครอบครัว	- ใช้จ่ายประหยัด - จัดบ้านสะอาด สบายงาม น่าอยู่	- เก็บของเข้าที่เป็นระเบียบ - ช่วยทำงานบ้านที่มอบหมายให้ครบ
พอเพียง	- ใช้จ่ายประหยัด - จัดการแยกขยะเพื่อเพิ่มรายได้	- ใช้จ่ายที่จำเป็น - ทำบัญชีครัวเรือน	- เก็บออมเงิน - ซ่อมแซมของใช้ส่วนตัว

## ขั้นตอนที่

# 5

## ลงมือปฏิบัติทั้งครอบครัว

- 5.1 ผู้นำครอบครัวประกาศข้อตกลงของครอบครัวที่จะปฏิบัติตามคุณธรรมทั้ง 3 ข้อ ให้ทุกคนรับรู้และถือปฏิบัติ
- 5.2 ต้องมีการประชุมครอบครัวเป็นระยะๆ (อย่างน้อยทุกเดือน) เพื่อทำความเข้าใจและหารือข้อดี หรือ ข้อขัดข้องต่างๆ เพื่อร่วมกันปรับปรุงแก้ไข

## ขั้นตอนที่

# 6

## ประเมินผล

- 6.1 ทุกคนในครอบครัวประเมินผล “พฤติกรรมที่เปลี่ยนไป จากบัญชีที่ 1 และ 2”
- 6.2 ทุกคนในครอบครัวประเมินผลกระทบที่เกิดขึ้นแก่ครอบครัว
  - 1) ความสัมพันธ์รักใคร่ในครอบครัวเพิ่มขึ้น
  - 2) ความสุขความสำเร็จของสมาชิก
  - 3) การลดหนี้ และเพิ่มเงินออม
  - 4) อื่นๆ



## กิจกรรมส่งเสริมความดี

ครอบครัวมีบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง มีความผูกพันทางจิตใจ ชีวิตครอบครัวมีโอกาสของการอยู่ร่วมกัน ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันอยู่เป็นประจำวัน การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมจึงทำได้โดยกำหนดกิจวัตรประจำวันในบ้าน ให้เด็กมีส่วนร่วม ให้เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเองในวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน ทำอย่างสม่ำเสมอ ฝึกฝนให้เกิดความเคยชินจนติดเป็นนิสัย



### กิจกรรมการทำงานบ้าน

ครอบครัวมีบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง มีความผูกพันทางจิตใจ ชีวิตครอบครัวมีโอกาสของการอยู่ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันอยู่เป็นประจำวัน การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมจึงทำได้โดยกำหนดกิจวัตรประจำวันในบ้าน ให้เด็กมีส่วนร่วม ให้เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเองในวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน ทำอย่างสม่ำเสมอ ฝึกฝนให้เกิดความเคยชินจนติดเป็นนิสัย ครอบครัวมีบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง มีความผูกพันทางจิตใจ ชีวิตครอบครัวมีโอกาสของการอยู่ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันอยู่เป็นประจำวัน

การทำงานบ้านเป็นการฝึกความรับผิดชอบตนเองของเด็ก เด็กจะเกิดการเรียนรู้ มีประสบการณ์ แก้ปัญหา ฝึกทักษะ ได้ลองผิดลองถูก เกิดความมั่นใจ และได้รับความสุข จากสิ่งที่ทำ เป้าหมายในการมอบหมายหน้าที่ทำงานบ้าน ไม่ใช่ความสำเร็จ หากแต่เป็นการ ฝึกฝนเด็ก ให้พัฒนาตนเองด้วยคุณธรรมจริยธรรมในความเป็นมนุษย์

ผู้ปกครองควรเป็นต้นแบบด้วยการทำงานบ้านร่วมกันกับเด็ก โดยแบ่งหน้าที่ให้ชัดเจน ทำและติดตามงานอย่างสม่ำเสมอ โดยกำหนดตามเวลาที่เหมาะสม ในระหว่างทำงานบ้าน ร่วมกัน ผู้ปกครองควรสอดแทรกวิธีคิดควบคู่ไปกับการทำงาน ด้วยการชักชวนพูดคุยชี้ให้เห็นต้นแบบด้านคุณธรรมจริยธรรมจากการทำงานร่วมกันของสมาชิกในครอบครัว หลังการทำกิจกรรมร่วมกันเสร็จสิ้น เด็กควรได้รับคำชม และ/หรือ สิทธิพิเศษเสริมหลังจากการทำงานบ้านบ้าง เพื่อให้เด็กเกิดความภูมิใจ และรู้สึกถึงคุณค่าของงานนั้นๆ มากขึ้น



## กิจกรรมการทำการบ้าน

การเรียนรู้และทบทวนการบ้านเป็นกิจกรรมที่เด็กมักหลีกเลี่ยง ไม่ค่อยอยากทำด้วยตัวเอง อยู่บ้านเด็กมักอยากเล่นสนุกสถานที่ไม่เกี่ยวกับการเรียน ดังนั้นการวางแผนกิจกรรมการเรียนรู้ เขียน อ่าน จึงต้องฝึกจนเป็นนิสัย เพื่อสร้างให้เด็กเกิดความอดทน และความมั่นใจ

ผู้ปกครองเป็นต้นแบบช่วยสอนการบ้าน ทบทวนหนังสือ มีสื่อ หนังสือ หรือกิจกรรมเสริม และชี้แนะโดยนำประเด็นคุณธรรมจริยธรรมเข้าเชื่อมโยงกับวิชาการเรียนการสอนเมื่อทำบ่อยๆ โดยกำหนดให้เป็นตารางประจำทุกวัน เด็กจะเกิดความเคยชิน เหมือนเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวัน โดยหลังจากเด็กทำการบ้านเสร็จควรได้รับคำชม และ/หรือสิทธิพิเศษ เพื่อให้เด็กเกิดความภูมิใจกับสิ่งที่ตนทำ



## กิจกรรมเล่นดีมีกติกา

ปัญหาเด็กติดเกม ติดรายการโทรทัศน์เป็นปัญหาใหญ่ของครอบครัว ผู้ปกครองจึงควรกำหนดตารางเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ อย่างเหมาะสมตั้งแต่ต้น โดยผ่านการตกลงร่วมกันระหว่างผู้ปกครองและเด็ก พร้อมการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมด้วย

พ่อแม่ต้องเป็นต้นแบบที่ดี กำหนดตารางการใช้เวลาเป็นประจำ พร้อมสอดแทรกความรู้ด้านคุณธรรมจริยธรรม และควรมีการชมเชยเมื่อเด็กปฏิบัติได้ตามที่กำหนด



## กิจกรรมส่งเสริมระเบียบวินัย

การสร้างระเบียบวินัยและความรับผิดชอบให้กับเด็กทำได้ด้วยการสร้างบรรยากาศของบ้านให้เป็นบ้านที่มีระเบียบ มีความสะอาด ปลอดภัย สวยงาม น่าอยู่ เช่น ฝึกให้เด็กเก็บของเล่นให้เป็นที่ตั้งกฎของบ้านด้านความเป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นต้น

พ่อแม่ต้องเป็นต้นแบบที่ดี มีการเตือนและแนะนำให้ปฏิบัติสิ่งที่ต้องการอย่างสม่ำเสมอ และเด็กควรได้รับคำชม ทั้งนี้ควรมีการบ่มเพาะวิธีคิดควบคู่ไปกับการปฏิบัติ เพื่อให้เด็กเห็นคุณค่า และความสำคัญของความมีระเบียบวินัยและความรับผิดชอบ



## กิจกรรมมืออาหารอึ้งใจ

กิจกรรมการทำอาหารร่วมกัน เป็นกิจกรรมที่ช่วยฝึกคุณธรรมจริยธรรมให้กับเด็กหลายด้าน โดยเริ่มจากการวางแผนการซื้ออาหารของครอบครัว พ่อแม่สอนเรื่องระเบียบวินัยในการจัดเก็บข้าวของในครัว และเมื่อไปจ่ายตลาดพ่อแม่ควรให้คำชี้แนะเรื่องการเลือกซื้อของ พร้อมทั้งสอดแทรกคุณธรรมจริยธรรมเข้าไปด้วย เช่น สินค้าที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ผู้ผลิตต้องมีคุณธรรมจริยธรรม เป็นต้น หลังจากนั้นพ่อแม่และเด็กต้องร่วมกันทำกับข้าว โดยมีการแบ่งหน้าที่ และพูดคุยสอดแทรกเรื่องราวความผูกพันของครอบครัว เช่น ตำราอาหารของคุณยาย เป็นต้น



## กิจกรรมส่งเสริมการแยกขยะ

ความพอเพียงของการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่าที่ทำได้ในครัวเรือน คือ การแยกขยะเพื่อนำกลับมา “รีไซเคิล” ใหม่ หรือการนำไปขาย เพื่อการสร้างรายได้ ส่วนขยะที่ไม่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้จริง ก็ฝึกให้ รู้จักการจัดการที่เหมาะสม เช่น การฝังกลบขยะในครัวเรือน เป็นการสร้าง วินัย และความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม

ทั้งนี้พ่อแม่ควรบ่มเพาะวิธีคิดควบคู่ไปกับการปฏิบัติ ด้วยการชักชวน พูดคุยขณะทำกิจกรรมร่วมกันในประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ขยะกับ เศรษฐกิจ ขยะกับสิ่งแวดล้อม ความพอเพียง การพึ่งตนเอง ที่มาของขยะ ภาวะโลกร้อน ฯลฯ



## กิจกรรมส่งเสริมการประหยัด

การฝึกให้เด็กได้รับทราบค่าใช้จ่ายในบ้าน เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟ ด้วยการดู ใบเรียกเก็บเงินค่าน้ำ ค่าไฟแต่ละเดือนร่วมกัน แล้วประเมินสิ่งต่างๆ ที่ทำให้ค่าใช้จ่ายต่างๆ ของครอบครัวแพงขึ้น ร่วมกันกำหนดเป้าหมายว่า ครอบครัวควรมีค่าใช้จ่ายใดบ้างที่ต้องลดลง และหาหนทางแก้ไขด้วยกัน เป็นการฝึกฝนความมีวินัย และความรับผิดชอบต่อกิจวัตรของตนเอง

พ่อแม่ควรบ่มเพาะวิธีคิดควบคู่ไปกับการปฏิบัติ ด้วยการชักชวนพูด คุยขณะทำกิจกรรมร่วมกันในประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น การใช้ชีวิต แบบพอเพียง การประหยัดพลังงาน เชื่อมโยงกับภาวะโลกร้อน ฯลฯ

# เพลงประกอบกิจกรรมพัฒนาคุณธรรม

## 1. ความบิยคุณธรรส

คำร้อง นาง สุชาวดี ชันโท  
ทำนอง เพลงระบำพื้นเมืองภาคใต้ (ตารีก็บัส)

จริยธรรมกับคุณธรรมนั้นเป็นความนัย (๑)  
คุณธรรมนั้นควรมีไว้ (๑)  
จรรโลงใจถ้วนทั่วทุกนาม  
ล้วนมีในใจคุณค่าคงไว้เพื่อความดิงาม (๑)  
หากแสดงชัดเจนเมื่อไหร่ (๑)  
โปรดจำไว้คือจริยธรรม

## 2. คุณธรรสสร้างคนดี

คำร้อง/ทำนอง นางวราภรณ์ สว่างการ

เราจะสร้างคนดีให้เต็มแผ่นดิน	คุณธรรมนำถิ่นไทยให้สุขชี
เหนือใต้ ออก ตก ล้วนมีคนดี	สองมือนี้คือพลังของเขาวชน
หนึ่งคือพฤติกรรมบ่งชี้	ควรที่สรรสร้างและต่างฝึกฝน
สองคือคุณธรรมเป้าหมายเตือนตน	เราทุกคนนำพาให้รุ่งเรือง



### 3. หกขั้นตอนพัฒนาคุณธรรม

คำร้อง/ทำนอง นางวราภรณ์ สว่างการ

(สร้อย) พวกเราทำเองจากหัวใจ	คิดคราใดร่วมรู้ร่วมทำ
กระบวนการพัฒนาคุณธรรม	โปรดจงจำนั้นมีหกขั้นตอน
หนึ่งยอมรับรู้ได้ทุกคน	สองทำตนหลอมรวมจงคิดก่อน
ฟังประสงค์ ไม่ฟังประสงค์แยกเป็นตอน	กลับมองย้อนสิ่งนี้คือบัญญัติ
สามคือคุณธรรมหลักใหญ่	โปรดจำไว้กำหนดให้ได้จากี้
สี่แปลงคุณธรรมแล้วปฏิบัติดี	ห้าห้องที่ร่วมใจกันทั้งองค์กร
หกสุดท้ายคือการติดตาม	คุณธรรมควรประเมินผลก่อน
จำไว้สำคัญอย่างแน่นอน	มีหกขั้นตอนพัฒนาคุณธรรม
(สร้อย) พวกเราทำเองจากหัวใจ	คิดคราใดร่วมรู้ร่วมทำ
กระบวนการพัฒนาคุณธรรม	โปรดจงจำนั้นมีหกขั้นตอน

### 4. พัฒนาชุมชน

คำร้อง/ทำนอง นางสุชาวดี ชันโท

มา มา มา มาพัฒนาชุมชน พวกเราสุขสันต์ทุกคนมีน้ำใจ  
ช่วยกันร่วมแรงสามัคคีกันไว้ ชุมชนก้าวไกลเพราะคุณธรรมนำพา  
นั้นนนั้นนนั้นนั้นนั้นนนั้นนา

## เรียบเรียงจาก

ศ.เกียรติคุณ นพ.เกษม วัฒนชัย องคมนตรี. (2557). โรงเรียนคุณธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ.

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ.

เขมจิรา เขษฐชัยอมรกุล และคณะ โรงเรียนสตรีศรีสุริโยทัย กรุงเทพฯ มหานคร. (2550). คุณลักษณะของ

ครอบครัวไทยที่พึงประสงค์. [http://www.thaigoodview.com/library/studentshow/2549/m3-4/](http://www.thaigoodview.com/library/studentshow/2549/m3-4/no09-24-32-38/page02.html)

no09-24-32-38/page02.html เข้าถึงเมื่อวันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2559

ศูนย์คุณธรรม (องค์การมหาชน). (2558). ครอบครัวคุณธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ.

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ. (2559). คู่มือวิทยากรการพัฒนาโรงเรียนคุณธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 1.

กรุงเทพฯ.

## ตารางคุณธรรมหลักและแนวปฏิบัติครอบครัว

คุณธรรมหลัก	แนวปฏิบัติ		
	พ่อ	แม่	ลูก

