



สำนักงาน ป.ป.ส.

หนังสือนิทานชุด  
“อ่านอุ่นรัก”  
สำหรับเด็กอายุ 0-3 ปี

# เมี้ยว เมี้ยว...

## มา มา จะพาไปหาแม่



เรื่อง ปรีดา ปัญญาจันทร์  
ภาพ พันธุ์แก้ว คูหรัถนพิศาล

หนังสือเล่มนี้ เป็นหนึ่งในหนังสือนิทานชุด "อ่านอุ่นรัก" ในโครงการหนังสือนิทานสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดสำหรับเด็กปฐมวัย ของสำนักงาน ป.ป.ส. ที่จัดทำขึ้น เพื่อเป็นหนึ่งในกระบวนการเตรียมพร้อมพลเมืองรุ่นใหม่ให้มีภูมิคุ้มกันชีวิต สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัยในสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ต้องเผชิญสิ่งเร้ามากมาย รวมทั้งยาเสพติดที่เป็นอันตรายต่อตนเองและสังคม

ในโครงการนี้ สำนักงาน ป.ป.ส. เริ่มเสริมสร้างภูมิคุ้มกันตั้งแต่เด็กปฐมวัย โดยเลือกใช้สื่อหนังสือนิทานซึ่งมีเนื้อหา เรื่องราว และการเล่าเรื่องอยู่บนพื้นฐานทักษะสำคัญของ "ความสามารถของสมองในการบริหารจัดการชีวิต" (การคิดเชิงบริหาร = Executive Functions ; EFs) ซึ่งเป็นการทำงานของสมองที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ความคิด การตัดสินใจ ส่งผลต่อการกระทำของเรา เพื่อเป็นรากฐานสำคัญที่จะปูทางสร้างภูมิคุ้มกันชีวิตให้เด็กรู้เท่าทัน และรับมือกับความเปลี่ยนแปลงได้ทุกรูปแบบต่อไป

EFs เป็น "ทักษะ" ที่ไม่สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยการท่องจำ แต่ต้องพัฒนาผ่านประสบการณ์ กิจกรรม หรือแบบฝึกหัดที่เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง การฝึกให้เด็กเล็กมีทักษะ EFs จะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดได้เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

## EFs ประกอบด้วย 5 ทักษะที่สำคัญ

- ความจำที่นำมาใช้งาน (Working Memory)
- การยับยั้งชั่งใจ คัดกรอง (Inhibitory Control)
- การควบคุมอารมณ์และพฤติกรรม (Emotional and Behavior Control)
- การยืดหยุ่นทางความคิด ปรับตัวง่าย (Cognitive Flexibility/Shift)
- การวางแผนและจัดการกับสิ่งต่างๆ (Planning/Organizing)

### ปัจจัยความสำเร็จของชีวิตนั้น

ส่วนหนึ่งมาจากความสามารถในการวางแผน

กับการจัดการชีวิตและการงานตามแผนอย่างมีขั้นตอน เป็นเหตุเป็นผล

และ อีกส่วนหนึ่งมาจากจิตใจมุ่งมั่น ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค กล้าคิด กล้าเผชิญปัญหา

เด็กๆ ที่ได้ลงมือทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองอยู่เสมอ จะเรียนรู้การวางแผน รู้ขั้นตอนการทำงาน

ได้ฝึกคิดค้นแก้ปัญหา ล้มแล้วลุกได้

และเมื่อทำสำเร็จ เขาย่อมเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองนี้เอง คือภูมิคุ้มกันสำคัญไม่ให้เขาพลาดตกลงไปในหลุมพรางใดๆ ในชีวิตข้างหน้า

...มาให้โอกาสเด็กๆ ได้ลงมือทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองกันมากๆ เกิด

เมี้ยว เมี้ยว...  
มา มา จะพาไปหาแม่



เรื่อง ปรีดา ปัญญาจันทร์  
ภาพ พันธุ์แก้ว คูห์รัตนพิศาล



“เหมียว เหมียว เหมียว”  
เสียงลูกแมวร้องหาแม่





“เหมียว เหมียว มา มา”



“จะพาไปหาแม่”



แก้มใส่อุ้มลูกแมวทั้ง 3 ตัว  
แต่อุ้มไม่ไหว แก้มใส่จะทำอย่างไรดีนะ







แก้มใส่อุ้มลูกแมวใส่กล่องทีละตัว ทีละตัว  
แต่ลูกแมวปีนออกจากกล่อง  
แก้มใส่อุ้มลูกแมวใส่กล่อง ลูกแมวปีนออกจากกล่อง  
แก้มใส่อุ้มลูกแมวใส่กล่องอีก ลูกแมวก็ปีนออกจากกล่องอีก



“อ้าว อย่าออกไปสิ  
เมี้ยว เมี้ยว มา มา จะพาไปหาแม่”





“อย่าปิ่นหนีสิ  
เมี้ยว เมี้ยว มา มา จะพาไปหาแม่”



“อ้าว กล่องคว่ำเลข ทำยังไงดี”







“ใส่กล่องใหญ่อย่างนี้ ปีนออกไปไม่ได้แล้ว”



“เมี้ยว เมี้ยว มา มา จะพาไปหาแม่”  
แก้มใสดีใจ ค่อยๆ อุ้มลูกแมวใส่กล่องใบใหญ่  
แล้วพาไปหาแม่





“บรี้น บรี้น...เมี้ยว เมี้ยว  
ลูกแมวมาแล้ว แม่แมวอยู่ไหนเอ่ย”



แม่แมวดีใจที่ได้เห็นลูกแมว  
ลูกแมวดีใจที่ได้กินนมแม่  
แก้มใสก็ดีใจที่ได้พาลูกแมวมหาแม่  
เมี้ยว เมี้ยว เมี้ยว...



### กิจกรรมท้ายเล่ม

ให้เด็กมีโอกาสลงมือทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเองจนสำเร็จ เช่น การพับเสื้อ ช่วยงานบ้าน รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น เมื่อเผชิญอุปสรรคก็คอยให้กำลังใจ และให้โอกาสแก้ไข

### เทคนิคการอ่านนิทาน

1. ผู้ใหญ่ต้องอ่านก่อนที่จะอ่านให้เด็กฟัง
2. ทำความเข้าใจเนื้อหา และอารมณ์ของเรื่อง
3. อ่านออกเสียงอย่างมีชีวิตชีวา โดยมีหลักดังนี้ ออกเสียงดัง/ออกเสียงเบา/ออกเสียงเร็ว/ออกเสียงช้า/ออกเสียงสูง/ออกเสียงต่ำ/เจียบหรือหยุดเว้นวรรค
4. อ่านทุกตัวอักษรหรือทุกคำ เพื่อเด็กจะได้ซึมซับภาษาวรรณกรรมจากนิทาน





หนังสือนิทานชุด “อ่านอุ่นรัก”

