

# การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคลในการป้องกัน การใช้สารเสพติดของวัยรุ่นหญิง

## The Model Development of Internal Factors Promotion to Protect Drug Substances Abuse of Female Adolescents

สุภาวดี นายาว\*, ณัฐกฤตา ศิริโสภณ, กรณพรัตน์ บุญช่วยธนาสิทธิ์

Supawadee Nayaw\* Nutthakritta Sirisoporn, Karuntharat Boonchauythanasit  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน, กรุงเทพมหานคร, ประเทศไทย 10900  
Faculty Education, Kasetsart University, Bang Khen, Bangkok, Thailand 10900

### บทคัดย่อ

ในการวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคลในการป้องกันการนำสารเสพติดของวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง โดยมีขั้นตอนการพัฒนารูปแบบดังนี้ ทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ศึกษาสำรวจ (Pilot study) เส้นทางสู่การติดสารเสพติดของวัยรุ่นในประเทศไทย

ศึกษาจากบริบทจริง โดยสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญ ครู พ่อแม่ ผู้ปกครองและวัยรุ่นหญิง นำผลจากการวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูล มาয়กร่างรูปแบบฯ นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญวิพากษ์และประเมินรูปแบบ หลังจากนั้นปรับปรุง และจัดทำรูปแบบซึ่งรูปแบบที่ได้ มีองค์ประกอบดังนี้ 1) หลักการของรูปแบบ 2. วัตถุประสงค์ของรูปแบบฯ 3. ผู้ใช้กิจกรรม 4. กลุ่มเป้าหมาย 5. เนื้อหาของรูปแบบฯ 6. กิจกรรม Trust 7. การประเมินผลสัมฤทธิ์ของรูปแบบฯ ซึ่ง เรียกว่ารูปแบบว่า POInT In Trust Me Model ผลการประเมินรูปแบบภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก มีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมอยู่ที่ 3.9 (คะแนนเต็ม 5 คะแนน) ประเมินคู่มือและการดำเนินกิจกรรมตามรูปแบบ อยู่ในระดับดีมาก มีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมอยู่ที่ 3.71 (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)

**คำสำคัญ:** พัฒนารูปแบบ, การป้องกันการนำสารเสพติด, วัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง

### Abstract

The objective of the research was to developed the model for internal factors promotion to protect drug substances abuse of female adolescents. The step to create the model were review literature, pilot study about how to adolescents exposed to illicit drugs in Thailand, field study by In-depth interview expertise in branch illicit drugs prevention and treatment, parents and teachers. Moreover did focus group in high risk female adolescents after that analyzed data to do draft model. Evaluated standard of the model by 10 expertise. The name of the model was "POInT In Trust Me Model" Components of the model were Principle of the model = P, Objective of the model = O, Instructor = In, Target group = T, Information /Content of the model = In, Trust activity = Trust and Model evaluation = Me Standard of the model was very good (mean = 3.9, Total 5 scores) and performance manual was very good (mean = 3.71, Total 5 scores)

**Keywords;** Developed the model, Drug substances abuse prevention, High risk female adolescents

Corresponding Author: \*E-mail: supawadeenayaw@yahoo.com

วันที่รับ (received) 11 ธ.ค. 61 วันที่แก้ไขเสร็จ (revised) 2 ม.ค. 61 วันที่ตอบรับ (accepted) 5 ม.ค. 62

## บทนำ

วัยรุ่นหญิงใช้สารเสพติดเพิ่มมากขึ้น จากสถิติผู้ป่วยเข้ารับการรักษาสารเสพติด ในปี 2555 พบว่า เป็นวัยรุ่นหญิงร้อยละ 12.7 และในปี 2559 พบเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 13.47<sup>1</sup> และเพศหญิงมีส่วนของการเสพยาไอซ์เพิ่มมากขึ้น ในปี 2556 พบร้อยละ 20.8 และในปี 2557 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 24.2<sup>2</sup> เพศหญิงเข้าสู่สารเสพติดในอายุที่ลดลง ผลกระทบจากการใช้สารเสพติดในวัยรุ่นหญิง ทำให้มีความผิดปกติของฮอร์โมนเพศ ประจำเดือนผิดปกติ สมอญถูกทำลาย ระบบความจำและการคิด มีเหตุมีผลลดลง มีอารมณ์แปรปรวน การบำบัดรักษามีความซับซ้อน ใช้ระยะเวลานาน และอัตราการเสพยาเสพติดซ้ำสูงกว่าเพศชาย<sup>3,4</sup> สาเหตุของการเข้าสู่สารเสพติดในวัยรุ่นหญิง มีความแตกต่างเพศชาย ส่วนมากเพศหญิงเข้าสู่สารเสพติด เพราะมีทัศนคติที่ติดต่อสารเสพติด<sup>5,6,7</sup> คิดว่ายาบ้า/ยาไอซ์ ทำให้รูปร่างสวย ผิวขาว ผอม ลดน้ำหนัก คลายเหงา คลายเครียด ประกอบอาชีพได้นานขึ้น<sup>8,9,10</sup> ทำให้ดูดี มั่งคั่ง ร่ำรวย<sup>11</sup> ในทางตรงกันข้าม ถ้าเพศหญิงมีทัศนคติเชิงลบต่อสารเสพติด จะเป็นปัจจัยป้องกันการเสพยาเสพติด นอกจากนี้เพื่อนใกล้ชิดมีอิทธิพลมากในการชักจูงเข้าสู่วังวนของยาเสพติด<sup>6,8</sup> และสามารถพยากรณ์การเสพยาเสพติดได้ร้อยละ 16.10<sup>14,15</sup> ประเทศไทยยังไม่มีโปรแกรมเฉพาะที่จำแนกตามเพศและวัย ไม่มีโปรแกรมสำหรับวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง แต่เป็นโปรแกรมที่ใช้ป้องกันสารเสพติดในวัยรุ่นในภาพรวมทั้งเพศชายและเพศหญิง เช่น โปรแกรมการป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา โครงการ D.A.R.E. เป็นต้น รูปแบบฯไม่สามารถแก้ไขปัญหาดังตรงประเด็นเท่าที่ควร ดังนั้นการพัฒนารูปแบบการป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยงในครั้งนี้ จึงเป็นการพัฒนารูปแบบที่เริ่มจากการค้นหาปัญหาของวัยรุ่นหญิง จากวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง ผู้เชี่ยวชาญ ผู้มีส่วนได้เสีย และประเมินความต้องการของหญิงกลุ่มเสี่ยง โดยได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทางด้านพฤติกรรมศาสตร์ ได้แก่ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (The Theory of Planned Behavior)<sup>16</sup> เข้ามาเป็นทฤษฎีหลักในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพราะสาเหตุของการเข้าสู่สารเสพติดในวัยรุ่นหญิงสอดคล้องกับทฤษฎี ในด้านทัศนคติต่อพฤติกรรมการใช้สารเสพติด การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการใช้และไม่ใช้สารเสพติด การควบคุมตนเองในการไม่ใช้สารเสพติด ซึ่งส่งผลต่อความตั้งใจในการไม่ใช้สารเสพติด

คำถามการวิจัย รูปแบบการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคลในการป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่นหญิงควรเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคลในการป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง

วิธีดำเนินการวิจัย มี 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การกำหนดโครงสร้างของรูปแบบ (Structured Model) 2) การประเมินรูปแบบ (Model Evaluation) 3) การปรับปรุงรูปแบบ (Improve Model) 4) การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

1. การกำหนดโครงสร้างของรูปแบบ (Structured Model)

1.1. การค้นหาปัญหา (Problem identification) เป็นการวิเคราะห์ปัญหา และสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยงเข้าไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติดประเภท ยาบ้า/ยาไอซ์ จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (Review literatures) ทั้งในและต่างประเทศ 2) การศึกษานำร่อง (Pilot study) เส้นทางสู่การติดสารเสพติดของวัยรุ่นในประเทศไทย จากการสัมภาษณ์เชิงลึกวัยรุ่นหญิงที่ติดสารเสพติด จำนวน 10 คน มีอายุ 17-22 ปี ในเดือน มีนาคม พ. ศ. 2559

1.2. การกำหนดวัตถุประสงค์เฉพาะของรูปแบบ (Specific learning objective เป็นการกำหนดจุดมุ่งหมายของการเรียนรู้ เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้วัยรุ่นหญิงเข้าสู่สารเสพติด และส่งเสริมปัจจัยเชิงป้องกันสารเสพติดให้มีความเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น

1.3. การคัดเลือกทฤษฎีหลักเพื่อใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Selected the theory) เป็นขั้นตอนการพิจารณาเลือกทฤษฎีที่มีความเกี่ยวข้องกับเหตุปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่นหญิงมีโอกาสเสี่ยงสูงต่อการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด และเกี่ยวข้องกับเหตุปัจจัยเชิงป้องกันสารเสพติดในกลุ่มวัยรุ่นหญิง

1.4. การกำหนดกลยุทธ์ในการจัดกิจกรรม (Created strategy) โดยการวิเคราะห์ สังเคราะห์ กลยุทธ์แนวทางและวิธีการป้องกันสารเสพติดในวัยรุ่นหญิง จากการทบทวนวรรณกรรม การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ด้านการป้องกันและบำบัดรักษายาเสพติด จำนวน 6 คน สัมภาษณ์ครูที่มีประสบการณ์ด้านการป้องกันสารเสพติดติดต่อกันอย่างน้อย 5 ปี ในจังหวัดปทุมธานี รวม 5 คน (5 สถานศึกษา) และผู้บริหารสถานศึกษา จำนวน 1 คน การสัมภาษณ์ พ่อ แม่/ผู้ปกครองวัย

รุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง จำนวน 5 ครอบครัว สันทนา กลุ่มกับวัยรุ่น  
หญิงกลุ่มเสี่ยง (Focus group) จำนวน 10 คน

1.5. ยกร่างรูปแบบฯ (Draft model) โดยนำผล  
จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูล จากบททวนงานวิจัยที่  
เกี่ยวข้อง การศึกษานำร่อง และการศึกษาจากบริบทจริง  
มาประมวลผล และเลือกทฤษฎีหลักที่จะนำมาประยุกต์ใช้  
ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

2. ขั้นตอนการประเมินรูปแบบ นำรูปแบบไปให้ผู้  
เชี่ยวชาญประเมิน ผู้เชี่ยวชาญด้านการป้องกันและบำบัดรักษา  
ยาเสพติด จำนวน 4 คน ด้านจิตวิทยาวัยรุ่นจำนวน 3 คน  
ด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จำนวน 2 คน และด้านการศึกษา  
จำนวน 1 คน รวมทั้งหมด 10 ท่าน ประเมิน 5 ด้าน ได้แก่  
1) ด้านความถูกต้อง เป็นการประเมินความน่าเชื่อถือ ได้นี้อา  
ครบถ้วน 2) มาตรฐานด้านความเป็นประโยชน์ 3) มาตรฐาน  
ด้านความเหมาะสม เป็นการประเมินความเหมาะสมด้าน  
จริยธรรม จารัตประเพณี และกฎหมาย 4) มาตรฐานด้านความ  
เป็นไปได้ เป็นการประเมินความเป็นไปได้ในการปฏิบัติงานจริง  
และเป็นการประเมินการตอบสนองความต้องการของผู้ใช้รูปแบบ และ 5) มาตรฐานด้านความเป็นป็นนัย นอกจากนี้ยังมีการ  
ประเมินคู่มือการใช้รูปแบบ 2 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านขอบข่ายเนื้อหา  
ในคู่มือ เช่น แนวคิดและโครงสร้างของรูปแบบ ขั้นตอนการ  
จัดการเรียนรู้ การดำเนินการ การประเมินและสรุปผล เป็นต้น  
2) ด้านภาพรวมของคู่มือ ได้แก่ เนื้อหาที่มีความชัดเจนเข้าใจง่าย

การใช้ภาษาถูกต้อง ความสอดคล้องเชื่อมโยงของขั้นตอน ความ  
น่าเชื่อถือ และคุณค่า เป็นต้น

3. ขั้นตอนการปรับปรุงรูปแบบ เป็นขั้นตอนที่  
รวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ที่ได้จากข้อเสนอแนะ ความ  
คิดเห็น จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 10 ท่าน นำมาต่อยอด ปรับปรุง  
พัฒนารูปแบบให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

4. การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง การปฏิบัติต่อ  
กลุ่มตัวอย่างสอดคล้องกับจริยธรรมการวิจัย ที่ได้รับการ  
พิจารณาและรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการ  
ศึกษาวิจัยด้านการแพทย์และสาธารณสุขในคน จังหวัดปทุมธานี  
หมายเลขรับรอง: PPHO-REC 2560/006 ให้การรับรองวันที่  
10 พ.ย. 2560 วันหมดอายุรับรอง 9 พ.ค. 2561 และหมายเลข  
รับรอง: PPHO-REC 256/012 ให้การรับรองวันที่ 10 พ.ค. 2561  
วันหมดอายุรับรอง 9 พ.ย. 2561

### ผลการวิจัยในขั้นของการพัฒนารูปแบบ

1. การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง (เกณฑ์การ  
คัดเลือกรงานวิจัย เป็นงานวิจัยที่ตีพิมพ์ ในฐาน TCI ฐาน 1 และ  
2 หรือ ฐานข้อมูลในระดับนานาชาติ เช่น Science Direct,  
Scopus เป็นต้นเกี่ยวข้องกับการป้องกันสารเสพติดในวัยรุ่น  
ตีพิมพ์ไม่เกิน 10 ปี) พบปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้สารเสพติด  
ในวัยรุ่น (รายละเอียด ตามตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 วิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการใช้สารเสพติดของวัยรุ่น

| No | Attitude     | Subjective<br>Norm (friend) | Self-control | Stress | Intention | Family | Reference |
|----|--------------|-----------------------------|--------------|--------|-----------|--------|-----------|
| 1  | ✓            | ✓                           | ✓            | ✓      |           | ✓      | 13        |
| 2  | ✓<br>p<0.001 | ✓                           | ✓            | ✓      |           | ✓      | 5         |
| 3  | ✓            | ✓                           | ✓            | ✓      |           |        | 8         |
| 4  | ✓            | R2 16.10 ✓                  | ✓            |        |           |        | 6         |
| 5  | ✓            | ✓                           | ✓            | ✓      |           |        | 10        |
| 6  | ✓<br>p<0.05  |                             |              |        |           |        | 7         |
| 7  |              | ✓                           |              |        |           | ✓      | 21        |
| 8  |              | ✓                           |              |        |           | ✓      | 9         |

|    |                           |                                     |  |  |  |   |    |
|----|---------------------------|-------------------------------------|--|--|--|---|----|
| 9  |                           | ✓<br>p<0.05<br>R <sup>2</sup> 16.10 |  |  |  | ✓ | 14 |
| 10 | ✓<br>Negative<br>ORs=0.35 | ✓                                   |  |  |  | ✓ | 12 |

ตารางที่ 1 (ต่อ)

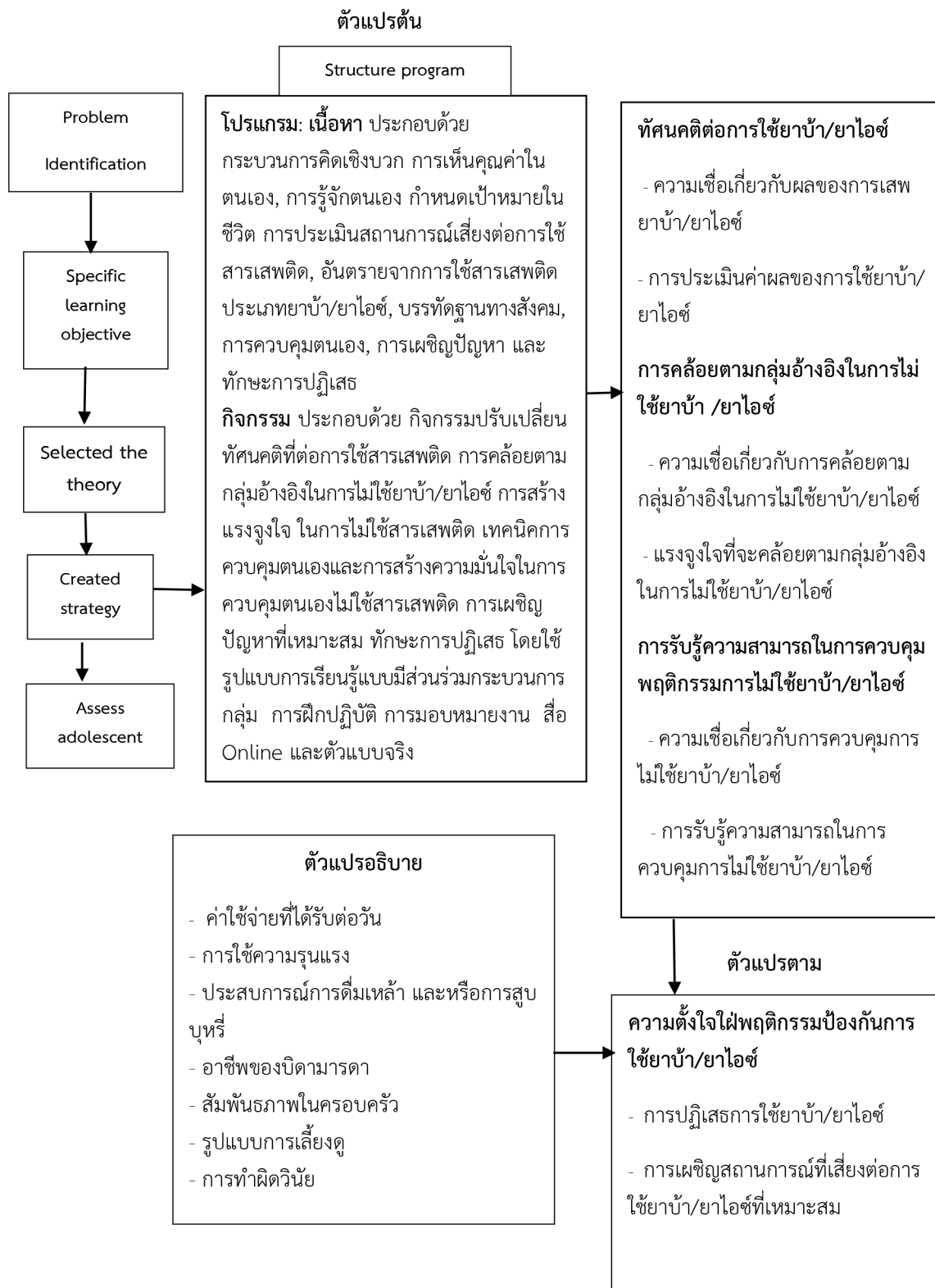
| No  | Attitude | Subjective<br>Norm (friend) | Self-control          | Stress                  | Intention     | Family        | Reference |
|-----|----------|-----------------------------|-----------------------|-------------------------|---------------|---------------|-----------|
| 11  | ✓        | ✓                           | ✓                     |                         |               | ✓             | 15        |
| 12  | ✓        | ✓<br>Peer use               |                       |                         | ✓<br>ORs=0.36 | ✓             | 11        |
| 13  | ✓        | ✓                           |                       |                         |               |               | 22        |
| 14  |          |                             |                       | ✓<br>Aor =<br>2.4 - 6.9 |               |               | 23        |
| 15  | ✓        |                             | ✓<br>ORs = 2.08, 2.58 |                         |               | ✓<br>OR = .93 | 24        |
| 16  |          |                             | ✓                     |                         |               |               | 25        |
| รวม | 11       | 12                          | 8                     | 5                       | 1             | 9             |           |

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า การคล้อยตาม  
เพื่อนมีความเกี่ยวข้องกับการใช้สารเสพติดมากที่สุด พบจำนวน  
12 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 70 รองลงมาเป็นทัศนคติต่อสารเสพติด  
พบจำนวน 11 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 60 การควบคุมตนเอง  
พบจำนวน 8 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 50

วิเคราะห์ข้อมูลจากศึกษานำร่อง พบว่า ปัจจัยที่ทำให้  
วัยรุ่นหญิงเพิ่มโอกาสเสี่ยงในการใช้สารเสพติด ได้แก่ ทัศนคติ  
ต่อการใช้สารเสพติด เช่น การใช้สารเสพติด ทำให้ขาว ผอม สวย  
ช่วยคลายเครียด เป็นต้น ขาดการรับรู้ถึงความคาดหวังและ  
ความต้องการของบิดามารดา และเพื่อนที่ไม่ใช้สารเสพติด เมื่อ  
มีความเครียด และมีปัญหาความขัดแย้งกับเพื่อน หรือบิดา  
มารดา/ผู้ปกครอง การถูกยั่วยุ หรือสบประมาท มักจะไม่  
สามารถกำกับควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้

การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ การสัมภาษณ์ครู สัมภาษณ์  
บิดา มารดา/ผู้ปกครอง จากการสนทนากลุ่มกับวัยรุ่นหญิงกลุ่ม  
เสี่ยง ถึงแนวทางหรือวิธีการที่ต้องนำมาพัฒนารูปแบบ พบว่า  
การพัฒนารูปแบบต้องเข้าใจบริบทและภูมิหลังของวัยรุ่นหญิง  
กลุ่มเสี่ยง มีสร้างความไว้วางใจ ฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์  
ของตนเมื่อเจอกับความเครียด ไม่ให้สิ้นไหวไปกับสิ่งยั่วยุ  
หรือคล้อยตามเพื่อน ควรให้วัยรุ่นหญิงตระหนักถึงผลกระทบ  
ให้มากๆหากเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ให้มองเห็นคุณค่า  
ในตน

## กรอบแนวคิดในการวิจัย



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

จากข้อมูลข้างต้น พบว่าปัจจัยเหล่านั้น สอดคล้องกับทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior)<sup>16</sup> จึงได้ยกร่างรูปแบบฯ โดยคำนึงถึงวัตถุประสงค์ของรูปแบบองค์ประกอบของรูปแบบ ประโยชน์ที่จะได้รับการการนำรูปแบบไปประยุกต์ใช้ และความยากง่ายในการนำรูปแบบไปใช้ในการพัฒนารูปแบบในครั้งนี้ได้ รูปแบบที่เรียกว่า พอยท์ อิน ทรัส มี (POInT In Trust Me) ซึ่งย่อมาจากองค์ประกอบของรูปแบบ 7 องค์ประกอบ ดังนี้ 1. หลักการของรูปแบบ (Principle of the model = P) 2. วัตถุประสงค์ของรูปแบบ (Objective = O) 3. ผู้ใช้กิจกรรม (Instructor = In) 4. กลุ่มเป้าหมาย (Target group = T) 5. เนื้อหา (Information/content = In) 6. กิจกรรม TRUST (Trust activity = Trust) 7. การประเมินผล (Model evaluation = Me)

**1. หลักการของรูปแบบ** ยึดหลักการของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ถ้าหากวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง มีทัศนคติที่ถูกต้องต่อพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติด มีการประเมินถึงผลเสียของการใช้สารเสพติด รับรู้ถึงความต้องการ ความคาดหวังของ พ่อ แม่/ ผู้ปกครองและเพื่อนที่ดี ที่ไม่ต้องการให้วัยรุ่นหญิงใช้สารเสพติดและรับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมตนเองในการไม่ใช้สารเสพติด จะส่งผลต่อความตั้งใจไม่พฤติกรรมในการป้องกันใช้สารเสพติดในปัจจุบันและอนาคต

**2. วัตถุประสงค์ของรูปแบบ** เพื่อให้วัยรุ่นหญิงมีทัศนคติเชิงลบต่อยาบ้าและยาไอซ์ รับรู้ถึงความคาดหวังและความต้องการของบิดา มารดา/ผู้ปกครอง และเพื่อนที่ไม่ใช้สารเสพติด ที่ไม่ต้องการให้วัยรุ่นหญิงใช้สารเสพติด และมีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมตนเองไม่ให้ใช้สารเสพติด เพื่อให้เกิดความตั้งใจที่จะไม่ใช้สารเสพติดในปัจจุบันและอนาคต

**3. ผู้ใช้กิจกรรม** ได้แก่ ครูสุศึกษา ครูแนะแนว และนักวิชาการสาธารณสุข/พยาบาล ที่รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียน

**4. กลุ่มเป้าหมาย** วัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในสถานศึกษาของรัฐ

**5. เนื้อหา ยาไอซ์หรือ** คริสตัลเมทแอมเฟตามีน (Crystal methamphetamine) และ ยาบ้า หรือเมทแอมเฟตามีน (methamphetamine) เป็นยาเสพติดที่ออกฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาท ทำให้สารสื่อประสาทที่สำคัญในสมองคือ โดพามีน (Dopamine) หลั่งออกมามากกว่าปกติ บางครั้งทำให้ถุงบรรจุโดพามีนแตก ทำให้เซลล์สมองถูกทำลาย ทำให้

ความจำเสื่อม มีอาการหวิวว่ว ประสาทหลอน หวาดระแวง คลุ้มคลั่ง อาละวาด มีภาวะซึมเศร้าได้ บางครั้งอาจฆ่าตัวตายได้

**6. กิจกรรม TRUST “TRUST”** ย่อมาจาก T = True Love R = Respect U = Utility S = Self-Control T = Think positive /Positive thinking

T = True Love ; การมองเห็นคุณค่าของตนเอง รักตนเอง รักพ่อแม่/ผู้ปกครอง ไว้ใจเพื่อนที่ดี

R = Respect; เพิ่มการยอมรับนับถือตนเอง มองเห็นข้อดีและศักยภาพของตนเอง เคารพสิทธิ์ของตนเองและผู้อื่น

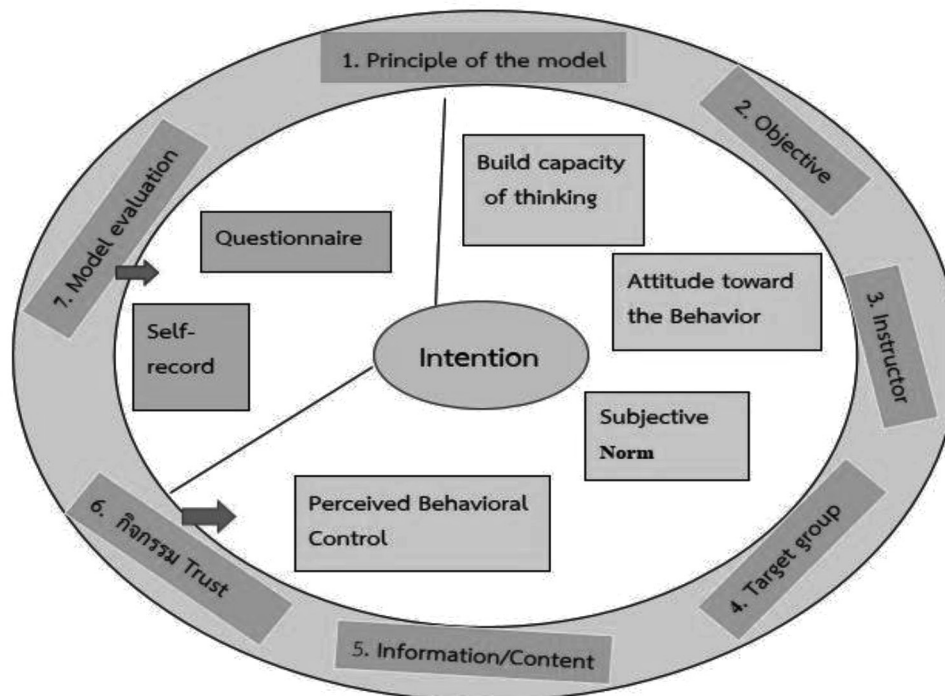
U = Utility; มีทัศนคติที่ถูกต้องต่อยาบ้า/ยาไอซ์ ให้เห็นประโยชน์ที่จะได้รับหากป้องกันตนเองให้ห่างไกลสารเสพติด

S = Self-Control; การควบคุมตนเองเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ที่กดดัน ความคับข้องใจ ที่อาจชักนำให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด T = Think positive or positive thinking เป็นการมองสิ่งต่างๆ รอบตัวอย่างเข้าใจ การมองโลกในแง่บวก

กิจกรรม ประกอบด้วย 6 แผนกิจกรรม ดังนี้ แผนที่ 1) ประติมากรรมหนึ่งเดียว เพื่อให้วัยรุ่นหญิง มีความเข้าใจตนเองและบุคคลรอบข้างและมีการปรับเปลี่ยนวิธีการคิดเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ที่กดดัน 2) หวาดเสียวกับชีวิต เพื่อให้วัยรุ่นหญิงสามารถประเมินความเสี่ยงต่อการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติดด้วยตนเองได้ 3) แม้แต่คิดอาจพลาด เพื่อให้วัยรุ่นหญิงมีทัศนคติเชิงลบต่อสารเสพติด 4) ฉลาดรู้เท่าทัน พ่อแม่รักฉันกว่าใคร เพื่อให้วัยรุ่นหญิงรับรู้ถึงความต้องการ ความคาดหวังของพ่อแม่ หรือผู้ปกครองและเพื่อน ที่ไม่ต้องการให้วัยรุ่นหญิงใช้สารเสพติด 5) สร้างเสริมพลังใจพลังปัญญา เพื่อให้วัยรุ่นหญิง มีทักษะในการเผชิญปัญหา การจัดการกับอารมณ์โกรธและอารมณ์เครียด 6) กล้า Just Say No เพื่อให้วัยรุ่นหญิงมีทักษะในการเผชิญปัญหาและทักษะการปฏิเสธ ระยะเวลาการจัดกิจกรรม แผนละ 90- 120 นาที รวมทั้งหมด 10 ชั่วโมง

ผลการประเมินโมเดลทฤษฎีในภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก มีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมอยู่ที่ 3.9 (คะแนนเต็ม 5) และผลการประเมินคู่มือและการดำเนินกิจกรรมตามโมเดลทฤษฎีอยู่ในระดับดีมาก มีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมอยู่ที่ 3.71 (คะแนนเต็ม 5) ประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 10 คน

### POInT In Trust Me Model



ภาพที่ 1 แสดงองค์ประกอบของรูปแบบการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคลในการป้องกันการ  
การใช้สารเสพติดของวัยรุ่นหญิง

#### สรุปและอภิปรายผล

รูปแบบที่ได้จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ได้รูปแบบที่เรียกว่า “POInT In Trust Me” กระบวนการที่ได้มาซึ่งรูปแบบนี้ได้จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ การศึกษานำร่องในผู้ติดสารเสพติดที่เป็นวัยรุ่นหญิง เพื่อหาสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นหญิงเข้าไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด ประกอบกับการหาข้อมูลเชิงวิชาการจากผู้เชี่ยวชาญและครูเพื่อหากลยุทธ์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ข้อมูลจากพ่อแม่/ผู้ปกครอง และวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง เพื่อประเมินความต้องการและออกแบบการจัดกิจกรรม โดยนำหลักทฤษฎีทางด้านพฤติกรรมศาสตร์ มาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ภายใต้บริบทของสังคม และวัฒนธรรมไทย รูปแบบที่ได้มามีจุดเด่นในด้านการพัฒนาศักยภาพด้านกระบวนการคิด (Build capacity of thinking) เช่น การสร้างความไว้วางใจ ซึ่งเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญที่จะทำให้วัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยงหรือผู้ที่มีปัญหาด้านพฤติกรรมเปิดใจและให้ความร่วมมือในกิจกรรมการเรียนรู้ 26 การคิดเชิงบวก และการคิดนอกกรอบ ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ไม่มีในทฤษฎี TPB นอกจากนี้มีการฝึกปฏิบัติในเรื่องการจัดการความโกรธ การจัดการความเครียด การประเมินสถานการณ์เสี่ยง ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ทุกกิจกรรม การออกแบบกระบวนการเรียน

การสอน ได้ประยุกต์มาจาก ADDIE Model<sup>18</sup> เริ่มจากการทบทวนวรรณกรรม การศึกษานำร่อง การวิเคราะห์ข้อมูลจากบริบทจริง และจากการสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้อง การเลือกทฤษฎีที่นำมาประยุกต์ใช้ หลังจากนั้นได้ออกแบบการเรียนรู้ทั้งในด้านการกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ สื่อต่างๆ รวมทั้งรูปแบบกิจกรรม และพัฒนาขั้นตอนต่างๆ ทั้งในด้านเนื้อหา และกลยุทธ์การจัดกิจกรรม พร้อมทั้งมีการประเมินผลรูปแบบและกิจกรรมรูปแบบที่ได้มีส่วนที่คล้ายกับ โครงการ P.A.T.H.S.<sup>19</sup> ซึ่งเป็นโครงการเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาด้านพฤติกรรมของวัยรุ่นในเรื่อง การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น การจัดการอารมณ์ การสร้างจิตสำนึกในการเป็นคนดี และคล้ายรูปแบบการป้องกันพฤติกรรมสารเสพติดของวัยรุ่น<sup>7</sup> ในด้านการปรับเปลี่ยนทัศนคติของวัยรุ่นต่อสารเสพติด แต่แตกต่างกันในด้านกลยุทธ์ เพราะในงานวิจัยรูปแบบการป้องกันพฤติกรรมสารเสพติดของวัยรุ่น เปลี่ยนทัศนคติด้วยการกระตุ้นด้านการสื่อสารของนักวิจัยชุมชน ซึ่งกลุ่มเป้าหมายไม่ได้จำแนกวัยรุ่นตามระดับความเสี่ยง และความแตกต่างจากการพัฒนาโปรแกรมการป้องกันการใช้สารเสพติดที่ทำวิจัยในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นประเทศไต้หวัน<sup>20</sup> เพราะงานวิจัยดังกล่าวมีการนำทักษะ Life skill ประยุกต์ใช้เต็มรูปแบบ และใช้เวลาทำนาน 4 สัปดาห์ แต่ POInT In Trust Me Model ใช้เวลาทำ

กิจกรรมเพียง 10 ชั่วโมง มีความสะดวกในการนำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมาย ขั้นตอนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไม่ซับซ้อน ใช้งบประมาณในการดำเนินกิจกรรมน้อย แต่การดำเนินกิจกรรมผู้จัดกิจกรรมควรเป็นบุคคลคนเดียว หรือกลุ่มเดียวกันตลอดหลักสูตร เพื่อให้เกิดความเข้าใจในกลุ่มเป้าหมาย กระบวนการเรียนรู้ที่เป็นระบบและต่อเนื่อง

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. การพัฒนารูปแบบในครั้งนี้ พัฒนาภายใต้บริบททางสังคมและสิ่งแวดล้อม จังหวัดปทุมธานี ดังนั้นการนำรูปแบบไปประยุกต์ใช้ ควรมีบริบทของสังคม และสิ่งแวดล้อมที่ใกล้เคียงกัน เช่น จังหวัดในเขตปริมณฑล, พื้นที่กึ่งเขตเมือง หรือเขตอุตสาหกรรม และใช้กับวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยงที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

2. เพื่อให้การนำรูปแบบไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด ควรใช้ในกลุ่มขนาดเล็ก จำนวนอยู่ระหว่าง 8-16 คน เพื่อให้ผู้นำกลุ่มได้สังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และกระตุ้นสมาชิกกลุ่มให้เกิดการเรียนรู้อย่างทั่วถึง

3. รูปแบบนี้ใช้สำหรับการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ทักษะต่อการใช้สารเสพติด การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ถึงการควบคุมพฤติกรรมตนเอง ความตั้งใจไม่พฤติกรรมในการป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยงเท่านั้น

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

1. การพัฒนารูปแบบในครั้งต่อไป ควรนำปัจจัยด้านครอบครัวและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เข้ามาใช้ในการรูปแบบร่วมด้วย

2. ควรมีการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคลสำหรับวัยรุ่นชายกลุ่มเสี่ยง เพื่อให้มีความเฉพาะกับกลุ่มเป้าหมายมากขึ้น

3. ควรมีการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมปัจจัยภายในตัวบุคคล สำหรับเด็กในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ในกลุ่มเสี่ยง จำแนกเพศชาย และหญิงเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันด้านการป้องกันสารเสพติดก่อนเข้าสู่วัยรุ่น

### References

1. Thanyarak Institute. Number and percentage of drug addicts patients. Fiscal year report 2016.

2. Bureau of Drug Prevention and Solution Department Office of the Narcotics Control Board. Concept of drugs prevention among high risk adolescents. 1<sup>st</sup> ed. Bangkok; 2009. (in Thai)
3. National Institute on Drug Abuse. Drugs, Brains, and Behavior: The Science of Addiction; 2014.
4. National Institute on Drug Abuse. "Drug Facts: Substance Use in Woman." Substance Use in Woman 2015;1-4.
5. Watthanakrom S, Moonsart S, Neesakul N, Tomornsak P, Wiriya G, Punchaboot S. Drugs situation and Factors influence to take drugs among students in secondary school in Pathumthani province. Thanyarak Institute; 2009. (in Thai)
6. Pimpuang P, Kanato M. Drugs Resistance among Junior High School in Muang District of Pattani Province. Journal of Education. Prince of Songkla University. Pattani Campus 2016; 27 (1): 137- 146. (in Thai)
7. Intasit S, Waraengsiri B. Development of Drugs Abuse Prevention Model for Adolescence. The 12<sup>th</sup> Khonkhaen University Graduate Research Conference 2011; 82-94. (in Thai)
8. Nilbub S, Suriyajai P, Deepunya R, Chaipichitpan N, Margan S, Meesil W. Drugs addict process: The effect to health and family of drug addicts (Club Drugs). Thanyarak Institute. Department of Medicine. Ministry of Public Health; 2012. (in Thai)
9. Kongpet C. Factor Influences Narcotic Addition in Female Student, Kalasin Province. Community development dissertation. Faculty of Medicine. Khonkaen University 2011; 54-61. (in Thai)
10. Chirawatkul S, Saito AS, Boonruang P, Srirahat J, Kongkerd T. Being a Male Drug User and Female Drug User: Meaning of Drugs Use. Journal of Psychiatric Association Thailand 2013; 58(4): 407-420. (in Thai)

11. Scull et al. Adolescents' Media-related Cognitions and Substance Use in the Context of Parental and Peer Influences. *Journal Youth Adolescence* 2010; 39(9): 981-998
12. Chen HJ, Balan S, Price RK. Association of Contextual Factors with Drug Use and Binge Drinking among White, Native American, and Mixed-Race Adolescents in the General Population. *Journal Youth Adolescence* 2012; 41(11): 1426-1441.
13. Rachachan S, & Meekhun S. Life Phenomena of Amphetamine abuse youth. *Journal of Education and Social development*. 2010; 6 (1): 81- 94. (in Thai)
14. Suksang S, Tamcharean R, Sangkapan J. Factors That Influence Substance use Risk Behaviors of Middle School Students of Songkhla Province; 2015 (in Thai)
15. Hawkins JD, Catalano RF, Miller JY. Risk and Protection Factors for Alcohol and Other Drug Problems in Adolescent and Early Adulthood: Implication for Substance Abuse Prevention. *Psychological Bullitin*. 2016; 112 (1): 64-105.
16. Ajzen, I. Constructing a TpB Questionnaire: Conceptual and Methodological Considerations. 2006
17. Wattanaburanon A. Development Research of Love Model for Enhancing Comprehensive Humanization: A Research Program for Higher Education Students. 1<sup>st</sup> ed. Bangkok; 2016. (in Thai)
18. Penney, T. ADDIE Model in Safety Training, how does yours measure up!. Terry Penney on linkedin; 2016.
19. Shek DL,Yu L. Prevention of Adolescent Problem Behavior:Longitudinal Impact of the Project P.A.T.H.S. in Hong Kong. *The Scientific World Journal* 2012; 1: 1-13.
20. Huang CM et al. Integrating Life Skills into a Theory-Based Drug-Use Prevention Program: Effectiveness among Junior High Students in Taiwan. *Journal of School Health* 2012; 82 (7): 328-335.
21. Anunthasan D. Alternative : Goverment Teachers' Opinions towards Anti-Drug Policy Based on Sufficiency Economy : A Case study of Petpitayakom school in Phetchabun Province; 2011. (in Thai)
22. Sattler S et al. Evaluating the drivers of and obstacles to the willingness to use cognitive enhancement drugs: the influence of drug characteristics, social environment, and personal characteristics. *Substance Abuse Treatment and Policy*. BioMed Central. Germany. 2014.
23. Wu P. et al.The Relationship between Anxiety Disorders and Substance Use Among Adolescents in the Community: Specificity and Gender Differences. *Journal Youth Adolescence*. 2010; 39 (2): 177-188.
24. Hale DR, Viner RM. The correlates and course of multiple health risk behavior in adolescence. Hale and Viner *BMC Public Health* 2016; (16): 458-470.
25. Carlo G et al. The Longitudinal Relationships between Rural Adolescents' Prosocial Behaviors and Young Adult Substance Use. *Journal Youth Adolescence* 2011; 40: 1192-1202.
26. Wongpanarak N and Chaleoykitty S. The Role of Nurse in Addiction Counseling. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2560; 19 (1): 16-23. (in Thai)