

บทความวิจัย

ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะ เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

Effects of an Information-Motivation-Behavioral Skills Program for Alcohol Drinking Prevention among Female Adolescents

Received: May 19, 2021

Revised: Jun 15, 2021

Accepted: Jul 6, 2021

กัญญ์กุลณัช รัมศิริ พย.ม. (Kankunlanad Ramsiri, M.N.S.)¹

พรนภา หอมสินธุ์ ปร.ด. (Pornnapa Homsin, Ph.D.)²

รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ ปร.ด. (Rungrat Srisuriyawet, Ph.D.)³

บทคัดย่อ

บทนำ: การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และส่งผลกระทบต่อหลายด้านตามมา ทั้งสุขภาพกาย จิตใจ และสังคม

วัตถุประสงค์การวิจัย: เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

ระเบียบวิธีวิจัย: การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่ม วัดผลสามช่วงเวลา คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 แบ่งเป็น กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละ 30 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมซึ่งพัฒนาขึ้นตามแนวคิด Information-Motivation-Behavioral skill (IMB Model) จำนวน 4 ครั้ง แต่ละครึ่งห่างกัน 1 สัปดาห์ เก็บข้อมูลโดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน t-test และ Repeated measure ANOVA

ผลการวิจัย: พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปผล: ผลของการให้ข้อมูลที่เฉพาะเจาะจง และการสร้างแรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอ ร่วมกับการได้รับการพัฒนาทักษะที่ตรงกับความต้องการ ทำให้วัยรุ่นหญิงมีความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น

ได้รับทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์จากศูนย์วิจัยปัญหาสุรา (ศวส.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

¹พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ภาควิชาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
E-mail: kankunlanad1988@gmail.com

²Corresponding author รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
E-mail: phomsin09@gmail.com

³รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา E-mail: rungrat@buu.ac.th
Department of Community Nursing, Faculty of Nursing, Burapha University, Chonburi, Thailand

ข้อเสนอแนะ: ผลการศึกษาเป็นแนวทางแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีประสิทธิภาพของวัยรุ่นหญิงไทยต่อไป

คำสำคัญ: แนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสารสร้างแรงจูงใจและพัฒนาทักษะ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัยรุ่นหญิง

Abstract

Introduction: The number of alcohol drinking among female adolescents trends to increase and there are a number of affects, including physical, mental, and social.

Research objectives: This study aimed to examine the effects of an Information-Motivation-Behavioral skill (IMB Model) on alcohol drinking prevention among female adolescents.

Research methodology: This study used a quasi-experimental design with nonequivalent control group pre-test post-test and followed up for 4 weeks. Sample consisted of female students in grade 9 of middle school. Then, 30 participants were assigned to the experimental group and 30 to the control group. The experimental group received a program based on an IMB Model. The intervention procedures were conducted once a week for 4 weeks. Data were collected using a set of self-administered questionnaires. Data were analyzed using percentage, mean, standard deviation, t-test, and repeated measure ANOVA.

Result: Among the participants in the experimental group, knowledge of drinking, drinking refusal attitudes, perceived drinking refusal self-efficacy, and drinking refusal intention were found to be significantly improved between baseline, post-test, and four-week follow-up ($p = .01$). At follow-up, between-group significant differences of knowledge of drinking, drinking refusal attitudes, perceived drinking refusal self-efficacy, and drinking refusal intention were found ($p = .05$)

Conclusion: Providing the specific information, embedded motivation, and skill development that meet the needs could increase knowledge of drinking, drinking refusal attitudes, perceived drinking refusal self-efficacy, and drinking refusal intention for female adolescents.

Implications: Study results could be a guideline for stakeholders by applying this program for female adolescents to help them avoid alcohol abuse.

Keywords: Information-motivation-behavioral skill model, alcohol drinking, female adolescent

บทนำ

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถือเป็นปัญหาสำคัญระดับโลก พบว่า เยาวชนอายุ 15-19 ปี ทั่วโลกเป็นนักดื่มร้อยละ 26.5 ซึ่งคิดเป็น 1 ใน 4 ของจำนวนเยาวชนทั้งหมด¹ ประเทศไทยก็เช่นเดียวกัน จากผลการสำรวจพฤติกรรมการดื่มสุราของเยาวชนในปี พ.ศ. 2559 พบว่ากลุ่มเยาวชน อายุ 15-19 ปี สัดส่วนนักดื่มปัจจุบันเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 17.5 ในปี พ.ศ. 2550 เป็นร้อยละ 25.6 ในปี พ.ศ. 2559 ซึ่งในภาพรวมเยาวชนหญิงมีแนวโน้มที่จะเป็นนักดื่มสูงขึ้น โดยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 13.1 ในปี พ.ศ. 2550 เป็นร้อยละ 24.1 ในปี พ.ศ. 2559 ซึ่งเป็นการเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 11.0 ในระยะเวลาเพียง 9 ปี เพิ่มขึ้นร้อยละ 1.1 ต่อปี² การที่วัยรุ่นมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อให้เกิดผลกระทบหลายด้านตามมา โดยมีผลต่อพัฒนาการทางสมอง ทำให้สมาธิ ความจำลดลงส่งผลต่อปัญหาด้านการเรียน ด้านสุขภาพจิต เช่น ภาวะซึมเศร้า นำไปสู่การทำร้ายตนเอง เพิ่มความเสี่ยงในการติดแอลกอฮอล์เมื่ออายุมากขึ้น และยังส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เช่น การใช้สารเสพติด การทะเลาะวิวาท การเกิดอุบัติเหตุ และการได้รับบาดเจ็บ ที่สำคัญในวัยรุ่นหญิงส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ภาวะพร่องสารธาตุสังกะสีที่นำไปสู่ปัญหาต่างๆ ในปัจจุบันประมาณ พ.ศ. 2561 จึงได้กำหนดยุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาระบบสุขภาพคนไทย โดยในกลุ่มเด็กวัยรุ่นให้มุ่งเน้นการเตรียมเยาวชนให้มีความพร้อมทั้งทางด้านจิตใจ ทักษะชีวิต และความรู้พื้นฐานโดยผลักดันให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการพัฒนาเยาวชนให้ห่างไกลจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และยาเสพติด⁴

การศึกษาเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชนหญิงมีจำนวนจำกัดมาก และพบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่ม การถูกชักชวนให้ดื่ม และทัศนคติต่อการดื่มเป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชนหญิง⁵⁻⁷ แนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (IMB Model) เป็นแนวคิดที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่ง Fisher และ Fisher เชื่อว่าการที่บุคคลจะเริ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมขึ้นอยู่กับ การให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และ

พัฒนาทักษะที่ตรงกับความต้องการ โดยมีกระบวนการก่อนทำกิจกรรม คือการค้นหาข้อมูล เพื่อค้นหาความจริงว่ากลุ่มเป้าหมายมีระดับความรู้ แรงจูงใจ ทักษะและพฤติกรรมป้องกันโรคอย่างไร ซึ่งนำไปสู่การจัดกิจกรรม คือ 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) เป็นการให้ความรู้ในส่วนที่ขาดที่เฉพาะเจาะจงกับปัญหาของกลุ่มเป้าหมาย จะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง 2) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ทั้งแรงจูงใจส่วนบุคคลและแรงจูงใจทางสังคม เพื่อให้เกิดแรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอ ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนให้บุคคลมีทัศนคติที่ดี จะนำไปสู่การเพิ่มศักยภาพในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และ 3) การพัฒนาทักษะที่ตรงกับความต้องการ (Behavior skills) ที่จะช่วยให้บุคคลเกิดความมั่นใจและประสบความสำเร็จในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และหลังทำกิจกรรมต้องมีการประเมินความรู้ แรงจูงใจ ทักษะและพฤติกรรมการป้องกันโรค⁸

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่า มีการพัฒนาโปรแกรมที่ใช้การให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะจำนวนไม่มากในกลุ่มวัยรุ่น โดยส่วนใหญ่พบว่าเป็นโปรแกรมเพื่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การติดเชื้อ HIV การป้องกันโรคเอดส์ และการรับมือการบุกรุกทางไซเบอร์และการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาพบว่าโปรแกรมต่าง ๆ ดังกล่าวสามารถปรับเปลี่ยนการรับรู้ทัศนคติ ความตั้งใจ และพฤติกรรมของวัยรุ่นไปในทางที่เหมาะสมได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่อย่างไรก็ตามโปรแกรมดังกล่าวไม่ได้มีการนำกระบวนการทั้งหมดตั้งแต่ขั้นการค้นหาข้อมูล ขึ้นดำเนินการจัดกิจกรรม และขั้นประเมินผลมาใช้ อีกทั้งยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์⁹⁻¹³

ในการศึกษานี้ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์ใช้แนวคิด IMB Model ทั้ง 3 ขั้นตอนเริ่มตั้งแต่ 1) ขั้นตอนการค้นหาข้อมูล (Elicitation) 2) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม (Intervention) และ 3) ขั้นตอนการประเมินผล (Evaluation) ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้เกี่ยวกับการดื่ม ทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่ม การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่ม ตลอดจนมีความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งยอมส่งผลโดยตรงต่อการกระทำพฤติกรรมต่อไป

เนื่องจากความตั้งใจที่จะบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นตัวทำนายพฤติกรรมได้ดีที่สุดเพราะเป็นความพร้อมที่นำไปสู่การปฏิบัติ¹⁴ ผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่บุคลากรสาธารณสุข ครู และผู้ที่เกี่ยวข้องในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีประสิทธิภาพของวัยรุ่นหญิงไทยต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัย

โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง ที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิด IMB Model ของ Fisher และ Fisher⁸ ทั้ง 3 ขั้นตอน เริ่มต้นตั้งแต่ขั้นตอนที่ 1 การค้นหาข้อมูล ศึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความเข้าใจในสถานการณ์ ความรู้ แรงจูงใจ ทักษะพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร ขั้นตอนที่ 2 การจัดกิจกรรม โดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ แรงจูงใจ และพัฒนาทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด ดังนี้ 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร โดยการให้ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ สถานการณ์ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบ การป้องกันการดื่ม และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) การสร้างแรงจูงใจ ทั้ง 2 ระดับ คือ 2.1) แรงจูงใจส่วนบุคคล (Personal motivation) โดยการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 2.2) แรงจูงใจทางสังคม (Social motivation) โดยการเสริมสร้างแรงจูงใจจากการมีส่วนร่วมของเพื่อนต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และจากศิลปิน-ดาราวัยรุ่นที่มีชื่อเสียง พุดจูงใจ เชิญชวนให้ไม่ดื่ม และ 3) การพัฒนาทักษะ โดยการฝึกปฏิบัติทักษะที่ตรงกับความต้องการ เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำไปสู่ตัวแปรตามซึ่งเป็นขั้นตอนที่ 3 การประเมินผล โดยประเมินความรู้ ทัศนคติ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังทำกิจกรรม กระบวนการดังกล่าวจะส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนความรู้ ทัศนคติ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ตลอดจนความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์

2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์

สมมติฐานการวิจัย

1. กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

2. กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่ม วัดผลสามช่วงเวลา คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองเสร็จทันที และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนหญิงที่

กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอสรรคบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี 2 แห่งที่มีบริบทและสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน ขนาดกลุ่มตัวอย่างคำนวณโดยใช้ค่าขนาดอิทธิพลของผลงานวิจัยที่ทดลองของงานวิจัยที่ผ่านมา¹⁵ มากำหนดขนาดตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูป (Power table)¹⁶ ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 25 คนต่อกลุ่ม แต่เพื่อป้องกันการสูญหายระหว่างการทดลอง ผู้วิจัยจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 20¹⁷ ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 30 คน รวม 60 คน โดยมีเกณฑ์ที่กำหนดในการเข้าร่วมการศึกษา (Inclusion criteria) ดังนี้ 1) ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยกเว้นการทดลองดื่ม 1 แก้วหรือ 1 กระป๋องเท่านั้น 2) ไม่เจ็บป่วยด้วยโรคที่ทำให้มีข้อจำกัดในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 3) ไม่มีปัญหาด้านการเรียนรู้ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายแบบการจับสลากแบบไม่ใส่คืน โดย 1) สุ่มเลือกโรงเรียนมา 2 โรงเรียน ได้โรงเรียนแห่งที่ 1 เป็นกลุ่มทดลองและโรงเรียนแห่งที่ 2 เป็นกลุ่มเปรียบเทียบ 2) โรงเรียนแห่งที่ 1 และโรงเรียนแห่งที่ 2 สุ่มเลือกห้องเรียนมาโรงเรียนละ 2 ห้อง นักเรียนทั้งหมดทำแบบคัดกรองการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3) สุ่มนักเรียนที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด กลุ่มตัวอย่างหากมีจำนวนไม่เพียงพอตามที่ได้คำนวณไว้ ทำการสุ่มเลือกเพิ่มที่ละหนึ่งห้องจนกว่าจะได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างครบตามที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง เป็นการปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีแบบแผน 4 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที 4 สัปดาห์ เพื่อส่งเสริมความรู้ ทักษะ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง ที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิด IMB Model ของ Fisher และ Fisher⁸ ประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การค้นหาข้อมูล เพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความเข้าใจในสถานการณ์ ความรู้ แรงจูงใจ ทักษะพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร ขั้นตอนที่ 2 การจัดกิจกรรมโดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ แรงจูงใจ และพัฒนา

ทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด ดังนี้ 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร 2) การสร้างแรงจูงใจ 2 ระดับ คือ 2.1) แรงจูงใจส่วนบุคคล และ 2.2) แรงจูงใจทางสังคม และ 3) การพัฒนาทักษะ

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่พักอาศัยในปัจจุบัน ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน และสถานภาพของครอบครัว

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง จำนวน 18 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความคิดเห็นว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยต่อการไม่ดื่ม ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง ตามแนวคิดของ Webber¹⁸ ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ 1) ด้านความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) 2) ด้านความรู้สึก (Affective) และ 3) ด้านปฏิบัติ (Behavioral) ทั้งหมดจำนวน 20 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความมั่นใจของตนเองในการปฏิเสธการดื่มในสถานการณ์ต่าง ๆ วัดโดยแบบสอบถามของ Young และคณะ¹⁹ โดยมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.93 จำนวน 14 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นแบบประเมินเจตนาที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในระยะเวลา 1 ปี 5 ปีข้างหน้า และเมื่อมีเพื่อนสนิทชวนให้ดื่ม โดยปรับจากแบบวัดของ Ford และคณะ²⁰ โดยมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.91 จำนวน 3 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง ได้แก่ แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา เท่ากับ 0.80 และ 1.00 ตามลำดับ สำหรับแบบสอบถามการรับรู้ความ

สามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ผ่านการพัฒนามาแล้วจึงไม่ได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และจากนั้นตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยการนำแบบสอบถามความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ไปทดลองใช้กับนักเรียนหญิงที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน และคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามได้เท่ากับ .82, .88, .91 และ .85 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา รหัสจริยธรรมที่ G-HS 073/2563 วันที่ได้รับการรับรองจริยธรรม วันที่ 27 ตุลาคม 2563 และก่อนเข้าร่วมโปรแกรมผู้วิจัยได้รับความยินยอมทั้งจากกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง เป็นลายลักษณ์อักษร การเข้าร่วมการวิจัยเป็นไปด้วยความสมัครใจ สามารถปฏิเสธที่จะตอบแบบสอบถามหรือถอนตัวออกจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบต้อสิทธิประการใด ๆ และไม่จำเป็นต้องบอกเหตุผล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

กลุ่มทดลอง

1. ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการเขตพื้นที่การศึกษา เขตที่ 18 จังหวัดชลบุรี และผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อขออนุญาตและขออนุญาตทำการวิจัย เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองโดยใช้แบบสอบถาม โดยกลุ่มตัวอย่างกำหนดรหัส (Code) ประจำตัวของตนเอง ให้กลุ่มตัวอย่างนั่งทำแบบสอบถามในห้องเรียน

2. ดำเนินการตามโปรแกรมที่คำนึงถึงความปลอดภัยจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 โดยการจัดกิจกรรมทั้งในชั้นเรียน (ครั้งที่ 1-2) ที่คำนึงถึงการเว้นระยะห่างทางสังคม และสวมหน้ากากอนามัย และการจัดกิจกรรมผ่านออนไลน์ ผ่านโปรแกรม Line Group (ครั้งที่ 3-4) มีกระบวนการ ดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) การค้นหาข้อมูลจัดกิจกรรม “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” เป็นการจัดกิจกรรมในชั้นเรียน 50 นาที แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ

10 คน ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำประชุมย่อยให้กลุ่มตัวอย่างได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในประเด็นต่าง ๆ เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อประเมินความรู้ แรงจูงใจ และทักษะที่ตรงกับความต้องการในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

กิจกรรมครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2) จัดกิจกรรม “เหล่าอยากเล่า” เป็นการจัดกิจกรรมในชั้นเรียน 50 นาที ผู้วิจัยให้ข้อมูลความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ สถานการณ์ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบ การป้องกันการดื่ม และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการบรรยายประกอบวีดิทัศน์

กิจกรรมครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 3) “พลังแห่งแรงจูงใจ” เป็นการจัดกิจกรรมออนไลน์ผ่าน Line Group 50 นาที เป็นการสร้างแรงจูงใจส่วนบุคคล โดยการเสริมสร้างทัศนคติในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ให้กลุ่มตัวอย่างดูวีดิทัศน์ข่าวเกี่ยวกับผลกระทบที่ตามมาจากการดื่ม และให้กลุ่มตัวอย่างแสดงความรู้สึก มุมมอง ความคิด ร่วมกันแลกเปลี่ยนถึงผลกระทบที่เกิดขึ้น และการเสริมสร้างแรงจูงใจทางสังคมจากการมีส่วนร่วมของเพื่อนโดยการให้เพื่อนที่มีทักษะในการพูด นำเสนอวิธีการหลีกเลี่ยงการดื่ม และพูดโน้มน้าวให้วัยรุ่นหญิงเกิดแรงจูงใจและมีทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่ม ต่อจากนั้นให้ชมวีดิทัศน์ข่าวศิลปิน-ดาราวัยรุ่นที่มีชื่อเสียงร่วมรณรงค์ เชิญชวน “ลด ละ เลิก เหล้า” และสร้างพันธะสัญญาใจ โดยให้กลุ่มตัวอย่างเขียนคำมั่นสัญญาเป็นข้อความสะท้อนถึงความมุ่งมั่นที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และนำรูปหัวใจมาประกอบรวมกันเป็นอัลบั้มของ Line Group

กิจกรรมครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 4) “ทำเป็น ทำได้ ห่างไกลแอลกอฮอล์” เป็นการจัดกิจกรรมออนไลน์แบ่งเป็น Line Group ห้องย่อยจำนวน 3 ห้อง ๆ ละ 10 คน ผู้วิจัยจัดกิจกรรมครั้งละ 1 ห้อง ห้องละ 50 นาที เพื่อพัฒนาทักษะที่ตรงกับความต้องการเพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยผู้วิจัยบรรยายและสาธิตหลักการในการเสริมสร้างทักษะที่จำเป็นต่าง ๆ ได้แก่ ทักษะปฏิเสธ ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการจัดการความเครียด ด้วยสื่อการสอนและวีดิทัศน์ และให้กลุ่มตัวอย่างฝึกปฏิบัติทักษะต่าง ๆ โดยการสาธิตย้อนกลับผ่านการแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่าง ๆ

ที่ถูกเพื่อนชักชวนให้ดื่ม โดยการจับคู่กัน ผลัดกันชักชวนและปฏิบัติภารกิจดื่ม โดยแต่ละคู่คิดสร้างสรรค์สถานการณ์ต่าง ๆ ที่ถูกกดดันให้ดื่มและใช้ทักษะต่าง ๆ ในการหลีกเลี่ยงการดื่มจนประสบความสำเร็จ และนำเสนอกลุ่มทีละคู่ จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคในการฝึกทักษะและใช้ทักษะต่าง ๆ

3. ขึ้นประเมินผล เก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองเสร็จทันที และภายหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 8) โดยใช้แบบสอบถามชุดเดียวกับก่อนการทดลอง

กลุ่มเปรียบเทียบ ได้รับการเรียนการสอนตามปกติ และมีขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมดังนี้

1. เข้าพบกลุ่มเปรียบเทียบเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัย

2. เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองโดยใช้แบบสอบถาม โดยกลุ่มตัวอย่างมีรหัส (Code) ประจำตัวของตัวเอง เช่นเดียวกันกับกลุ่มทดลอง

3. เก็บรวบรวมข้อมูลในสัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 8 โดยให้กลุ่มเปรียบเทียบทำแบบสอบถามเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง

4. หลังสิ้นสุดการวิจัยไม่เกิน 1 เดือนจัดกิจกรรมตามโปรแกรมให้กับกลุ่มเปรียบเทียบผ่านระบบออนไลน์ตามความสมัครใจ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบใช้สถิติอ้างอิง ได้แก่ t-test และ Repeated measure ANOVA

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่พักอาศัยในปัจจุบัน ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน และสถานภาพของครอบครัวไม่แตกต่างกันโดยในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 14.8 มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากกว่า 3 ร้อยละ 76.7 ($\bar{X} = 3.4$, $SD = 0.48$) และ 86.7 ($\bar{X} = 3.3$, $SD = 0.42$) ตามลำดับ พักอาศัยอยู่กับ

บิดาและมารดาร้อยละ 70.0 และ 56.7 ตามลำดับ มีค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวันอยู่ในช่วง 51-100 บาท คิดเป็นร้อยละ 63.3 ($\bar{X} = 70.7$, $SD = 22.11$) และร้อยละ 70.0 ($\bar{X} = 73.7$, $SD = 22.05$) ตามลำดับ และสถานภาพของครอบครัวส่วนใหญ่มีบิดามารดาอยู่ร่วมกันร้อยละ 66.7 และ 60.0 ตามลำดับ

2. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบและภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะเวลาของการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยไม่คำนึงถึงเวลา พบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$, $< .01$, $< .05$ และ $< .05$ ตามลำดับ) และเมื่อพิจารณาอิทธิพลร่วมระหว่างกลุ่มกับเวลา (Group*Time interaction) ก็มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) แสดงว่าโปรแกรมมีผลต่อตัวแปรตามแตกต่างกัน นั่นคือเมื่อเวลาผ่านไปกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการวัดทั้ง 3 ช่วงเวลาแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ ($p < .001$) ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการวัดทั้ง 3 ช่วงเวลาไม่แตกต่างกัน และมีคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ ($p < .001$)

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA (n = 60)

| ตัวแปร | แหล่งความแปรปรวน | SS | df | MS | F |
|---|---------------------------|---------|------|--------|-----------|
| ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ | ระหว่างกลุ่ม | | | | |
| | กลุ่ม (Group) | 170.14 | 1 | 170.14 | 11.68** |
| | ความคลาดเคลื่อน | 845.26 | 58 | 14.57 | |
| | ภายในกลุ่ม | | | | |
| | เวลา (Time) | 75.01 | 2 | 37.51 | 13.97 |
| | กลุ่มและเวลา (Group*Time) | 104.14 | 2 | 52.07 | 19.39*** |
| ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ | ระหว่างกลุ่ม | | | | |
| | กลุ่ม (Group) | 785.42 | 1 | 785.42 | 8.71a** |
| | ความคลาดเคลื่อน | 5231.36 | 58 | 90.20 | |
| | ภายในกลุ่ม | | | | |
| | เวลา (Time) | 26.18 | 1.74 | 15.05 | .81 |
| | กลุ่มและเวลา (Group*Time) | 771.24 | 1.74 | 443.46 | 23.78a*** |
| การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ | ระหว่างกลุ่ม | | | | |
| | กลุ่ม (Group) | 888.89 | 1 | 888.89 | 5.99a* |
| | ความคลาดเคลื่อน | 8609.56 | 58 | 148.44 | |
| | ภายในกลุ่ม | | | | |
| | เวลา (Time) | 227.41 | 1.69 | 134.22 | 7.41 |
| | กลุ่มและเวลา (Group*Time) | 458.01 | 1.69 | 270.31 | 14.93a*** |
| ความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ | ระหว่างกลุ่ม | | | | |
| | กลุ่ม (Group) | 69.69 | 1 | 69.69 | 5.48* |
| | ความคลาดเคลื่อน | 738.29 | 58 | 12.73 | |
| | ภายในกลุ่ม | | | | |
| | เวลา (Time) | 40.71 | 2 | 20.36 | 14.98 |
| | กลุ่มและเวลา (Group*Time) | 40.31 | 2 | 20.16 | 14.83*** |
| | ความคลาดเคลื่อน | 157.64 | 116 | 2.72 | |

SS = Sum Squares; df = degree of freedom; MS = Mean Square

a = Greenhouse-Geisser correction was used to reduce type I error (ความแปรปรวนไม่เป็น compound symmetry)

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

อภิปรายผลการวิจัย

1. ความรู้เกี่ยวกับการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) พบว่ากลุ่มตัวอย่างรับรู้ถึงสถานการณ์การตี เข้าใจว่าสาเหตุของการตีมาจากหลายปัจจัยทั้งจากตนเองและจากสิ่งแวดล้อม และรับทราบถึงผลกระทบจากการตีโดยทั่วไป แต่ยังขาดความรู้ถึงผลกระทบทางด้านร่างกายที่เกิดจากกลไกการออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ และไม่มีความรู้เกี่ยวกับกฎหมายการตี จากผลการประเมินที่ได้นำไปสู่การจัดกิจกรรมโดยให้ความรู้เกี่ยวกับการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ ซึ่งจากผลการวิเคราะห์แบบสอบถามเป็นรายข้อพบว่า มีความรู้เกี่ยวกับการตีโดยตอบถูกต้องร้อยละ 70 ถึงร้อยละ 96.7 จำนวน 12 ข้อ จาก 18 ข้อ อย่างไรก็ตาม วิทยุรณรงค์ยังมีความเข้าใจไม่ค่อยถูกต้องเกี่ยวกับช่วงอายุที่ห้ามจำหน่ายสุรา ระดับแอลกอฮอล์ในเลือดขณะขับขีผลกระทบบของแอลกอฮอล์ต่อการเจริญเติบโต และการออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา^{9-11,21}

2. ทิศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยที่ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) พบว่าส่วนใหญ่รับรู้ในแง่บวกของการไม่ตีและรับรู้ในแง่ลบต่อการตี แต่ยังมีความคิดเห็นว่าการไม่ตีเป็นข้อจำกัดต่อการใช้ชีวิต และนำผลจากการประเมินที่ได้ไปสู่การจัดกิจกรรมการเสริมสร้างแรงจูงใจทั้งแรงจูงใจส่วนบุคคลและแรงจูงใจทางสังคม การสร้างแรงจูงใจส่วนบุคคล พบว่ากลุ่มตัวอย่างตระหนักและรับรู้ถึงผลลัพธ์ที่แตกต่างระหว่างการตีและไม่ตี การวิเคราะห์แบบสอบถามเป็นรายข้อ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับรู้ถึงผลกระทบต่าง ๆ จากการตีทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านความรู้สึก และด้านปฏิบัติ อีกทั้งเมื่อเปิดโอกาสให้แต่ละคนได้แลกเปลี่ยนเรื่องราวต่าง ๆ จากประสบการณ์ตรงของตนเอง มีข้อเสนอแนะที่สะท้อนให้เห็นถึงความตระหนักถึงผลเสียจากการตีและเกิดแรงจูงใจที่จะไม่ตี กระบวนการสร้างแรงจูงใจทางสังคม

โดยให้เรียนรู้จากเพื่อน และศิลปิน-ตรา และการสร้างพันธะสัญญาใจ พบว่าข้อความที่กลุ่มตัวอย่างเขียนสะท้อนให้เห็นถึงการรับรู้ว่ามีพ่อแม่ เพื่อน และศิลปินที่ตนชื่นชอบไม่เห็นด้วยกับการตี เกิดความมุ่งมั่นที่จะไม่ตี และทำให้เกิดการกระตุ้นเตือนเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา^{9-11,21}

3. การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการตีเครื่องตีแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) โดยจากการจัดกิจกรรมค้นหาข้อมูลพบว่าทักษะสำคัญที่กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการและจะช่วยให้สามารถหลีกเลี่ยงการตีได้สำเร็จ คือทักษะการปฏิเสธ การตัดสินใจ และการจัดการความเครียด นำผลจากการประเมินที่ได้ไปสู่การจัดกิจกรรมโดยการฝึกปฏิบัติทักษะดังกล่าว ด้วยการสาธิตและสาธิตย้อนกลับผ่านการแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่าง ๆ ทำให้กลุ่มตัวอย่างกล้าแสดงออกและมีความมั่นใจในการฝึกปฏิบัติมากขึ้น อีกทั้งการได้นำไปใช้ในสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวัน ทำให้วิทยุรณรงค์มีทักษะต่าง ๆ ดังกล่าวเกิดความมั่นใจในตนเองที่จะหลีกเลี่ยงการตีได้สำเร็จตามมา และจากการวิเคราะห์รายข้อ พบข้อมูลที่น่าสนใจคือ ความมั่นใจจะมีมากในสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง โดยจะยังคงไม่ตีแม้ว่าจะกำลังโกรธ รู้สึกหงุดหงิดไม่พอใจ กังวลใจ รู้สึกท้อแท้ เมื่ออยู่ตามลำพัง แต่ถ้าหากสถานการณ์ดังกล่าวเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นด้วยเช่น เมื่ออยู่กับเพื่อนที่กำลังตี ฉลองความสำเร็จหรือชัยชนะ มีคนค้ำยันค้ำยอให้ตี อยู่กับแฟนที่กำลังตี ความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการตีจะลดน้อยลง สะท้อนให้เห็นถึงอิทธิพลของเพื่อนและสังคมที่มีต่อวิทยุรณรงค์ สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา^{9-11,21}

4. ความตั้งใจในการไม่ตีเครื่องตีแอลกอฮอล์

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ตีเครื่องตีแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) เนื่องจากการให้ข้อมูลที่ตรงกับความต้องการทำให้เกิดความรู้เกี่ยวกับการตีที่เฉพาะ

เจาะจงสำหรับวัยรุ่นหญิงและการสร้างแรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอในการหลีกเลี่ยงการดื่มร่วมกับการได้รับการพัฒนาทักษะสำคัญที่ตรงกับความต้องการในการหลีกเลี่ยงการดื่มทำให้วัยรุ่นหญิงมีความตั้งใจในการไม่ดื่ม ซึ่งย่อมส่งผลโดยตรงต่อการกระทำพฤติกรรมต่อไป สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา^{8,14,21}

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

เนื่องจากการศึกษาพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยต่าง ๆ มีแนวโน้มคงที่หรือลดลง การนำโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ในโรงเรียน จึง

ควรมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและมีการกระตุ้นเตือนเป็นระยะ ๆ นอกจากนี้ ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องสามารถนำกิจกรรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงอื่น และควรศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นกลุ่มอื่น ๆ

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคต

การพัฒนาโปรแกรมที่มีการนำสื่อออนไลน์รูปแบบต่าง ๆ เข้ามาใช้อย่างหลากหลายเพิ่มขึ้นอาจจะทำให้ได้รูปแบบโปรแกรมที่มีความสอดคล้องเหมาะสมกับบริบทของวัยรุ่นยุควิถีชีวิตใหม่มากขึ้น

References

1. World Health Organization (WHO). Global status report on alcohol and health 2018. Geneva: World Health Organization; 2018.
2. Usaha J, Wijitkhunakorn P, Saengam D, Phrphetkaew N, Chaengo U, Thaikla K, et al. Facts and Figures: Alcohol in Thailand. Bangkok: Center of Alcohol Studies; 2016. (in Thai).
3. Thamarangsi T. Situation of alcohol consumption and its impacts in Thailand 2013. Bangkok: The Graphico Systems; 2013. (in Thai).
4. Ministry of Public Health Strategy and Planning Division. Twenty-year national strategic plan of public health. Bangkok: Ministry of Public Health; 2018. (in Thai).
5. Hemachayat A, Yodnil S. Factors related to alcohol drinking among female high school student in Amphur Khowkitchakoot Chanthaburi Province. Journal of Education and Social Development 2012;8(1):115-28. (in Thai).
6. Thammawimut A, Phasunon P. Influences of attitude, subjective norm, controlled behavior, and extraversion personality toward alcohol drinking behavior of female students in Western Area Rajabhat Universities. Journal of Educational Silpakorn University 2016;9(1):1533-48. (in Thai).
7. Homsin P, Srisuriyawet R. (2010). Beliefs patterns and factors related to alcohol drinking stages among Thai youths in Eastern Region. The Journal of Faculty of Nursing Burapha University 2010;5(2):28-39. (in Thai).
8. Fisher JD, Fisher WA. Changing AIDS risk behavior. Psychological Bulletin 1992;111:455-74.
9. Suwalak N, Tansakul S, Thirawiwat M, Kaewdamkeng K. Effects of an Information-Motivation-Behavioral skills program for preventing sexual intercourse among tenth grade students. Thai Journal of Health Education 2019;42(1):29-42. (in Thai).
10. Kingmala C, Rawivorakul T, Phowattana A. Effect of a pregnancy prevention program for female adolescents. Journal of Health and Nursing Research 2015;31(3):25-34. (in Thai).

11. Nuntachan N, Ketpiban N, Wisetkul N. Effect of information provision, motivation, and skill development on antiretroviral adherence among youths living with HIV. *Nursing Journal* 2015;42(3): 72-83. (in Thai).
12. Popovac M, Fine P. An intervention using the Information-Motivation-Behavioral Skills Model: Tackling cyberaggression and cyberbullying in South African adolescents. *Reducing Cyberbullying in Schools* 2018; 225-44.
13. Daly P, Pace T, Berg J, Menon U, Szalacha LA. A mindful eating intervention: A theory-guided randomized anti-obesity feasibility study with adolescent Latino females. *Complementary Therapies in Medicine* 2016;28:22-8.
14. Fisher JD, Fisher WA. *The Information-Motivation-Behavioral skills Model of HIV prevention behavior*. New York: Jossey-Bass; 2009.
15. Fungkachorn A. Effect of self-efficacy enhancement on perceived self-efficacy, outcome expectancy and alcohol drinking refusal late secondary school students in BoThong District, Chonburi Province. [Master's thesis]. Chonburi: Burapha University; 2016. (in Thai).
16. Tato R. *Nursing research: Concept of application*. 4th ed. Bangkok: Chulalongkorn University Press; 2018. (in Thai).
17. Lemeshow S, Hosmer D, Kler J, Lwanga S. *Adequacy of sample size in health studies*. Chichester: John Wiley & Son; 1992.
18. Webber AL. *Social psychology*. New York: Harper Perennial; 1992.
19. Young R, Hasking PA, Oei TPS, Loveday W. Validation of the drinking refusal self-efficacy questionnaire revised in an adolescent sample (DRSEQ-RA). *Journal of Addictive Behaviors* 2007;32:862-8.
20. Ford KH, Diamond PM, Kelder SH, Sterling KL, McAlister AL. Validation of scales measuring attitudes, self-efficacy, and intention related to smoking among middle school students. *Psychology of Addictive Behaviors* 2009;23(2):271-78.
21. Espada JP, Orgilés M, Morales A, Ballester R, Huedo-Medina TB. Effectiveness of a school HIV/AIDS prevention program for Spanish adolescents. *AIDS Education and Prevention* 2012;24(6): 500-13.