



ประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี

วิราวรรณ สว่างแจ้ง พย.บ.¹

นงนภัทร รุ่งเนย ค.ด.²

(วันรับบทความ: 17 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2567/ วันแก้ไขบทความ: 17 มีนาคม พ.ศ.2567/ วันตอบรับบทความ: 25 มีนาคม พ.ศ.2567)

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและวัดหลังการทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้และค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนหลังทดลองใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติด กลุ่มตัวอย่างเลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาในจังหวัดเพชรบุรี จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด 3) แบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติด และ 4) โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชน ใช้ระยะเวลาทดลอง 4 สัปดาห์ ประกอบด้วย กิจกรรมเสริมสร้างความตระหนักรู้คุณค่าของตนเองและผู้อื่น การพัฒนาความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การส่งเสริมการจัดการกับอารมณ์และความเครียด การพัฒนาทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และการประเมินผลลัพธ์ เครื่องมือวิจัยผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามเท่ากับ 0.67-1.00 ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติดเท่ากับ .69 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดเท่ากับ .86 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที (Paired t-test)

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตช่วยให้นักเรียนมีความรู้และพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดเพิ่มขึ้น ดังนั้นโรงเรียนร่วมกับบุคลากรทีมสุขภาพควรนำโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนที่พัฒนาขึ้นไปใช้เพื่อป้องกันและลดปัญหาการใช้สารเสพติดในโรงเรียน

คำสำคัญ: โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต การใช้สารเสพติด นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

¹ผู้ชำนาญการพิเศษพยาบาล 7 สถานีภาคใต้ที่ 8 เพชรบุรี สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์สภากาชาดไทย

²ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราญบุรีธานี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

²ผู้ประพันธ์บรรณกิจ E-mail: nongnaphat@bcnsurat.ac.th Tel: 065-6619354



The Effectiveness of a Life Skills Development Program on Knowledge and Substance Abuse Prevention Behavior of Students at an Educational Opportunity Expansion School in Phetchaburi

Wirawan Sawangjang B.N.S.¹

Nongnaphat Rungnoi Ph.D.²

(Received Date: February 17, 2024, Revised Date: March 17, 2024, Accepted Date: March 25, 2024)

Abstract

The purpose of this quasi-experimental research with a one-group, pretest-posttest design was aimed to compare the difference in the mean scores for knowledge and substance abuse prevention behavior of students before and after participating in the life skills development program. The sample was selected by purposive sampling and consisted of thirty secondary school students studying in grades 1-3 at the educational opportunity expansion school in Phetchaburi province. Research instruments consisted of the: 1) demographic data questionnaires, 2) drugs prevention knowledge test, 3) drugs prevention behavior questionnaire, and 4) life skills development program. The four-week trial period consisted of activities to increase value awareness of oneself and others, developing knowledge about the dangers and prevention of substance abuse, developing analytical thinking skills, decision making and creative problem solving, dealing with emotions and stress, developing skills in building relationships with others, and evaluating results. The instruments were validated by experts and were found to have an index of item objective congruence (IOC) of 0.67-1.00. Reliability was tested using Kuder-Richardson (KR-20) and Cronbach's alpha coefficients, which were .69 and .86, respectively. Data were analyzed using descriptive statistics, including: frequencies, percentages, averages and standard deviations, and paired t-tests.

The research results found that the experimental group had statistically significantly higher mean scores for knowledge and substance abuse prevention behaviors than before the experiment ($p < 0.05$). These findings show that using life skills development programs helps students improve their knowledge and substance abuse prevention behavior. Therefore, schools, together with healthcare providers, should implement the developed program to prevent and reduce substance abuse use in schools.

Keywords: life skills development program, substance abuse, secondary school student

¹Specialist Nurse 7, Red cross station 8th, Thai red cross relief and community health bureau annual

²Assistant Professor, Boromarajonani College of Nursing Suratthani, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok institute

²Corresponding author, E-mail: nongnaphat@bcnsurat.ac.th Tel: 065-6619354



บทนำ

สารเสพติดเป็นปัญหาสำคัญที่มีผลกระทบต่อสังคมทุกระดับอย่างกว้างขวาง ทั้งด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ปัญหายาเสพติด อาชญากรรม เศรษฐกิจ ภาพลักษณ์และความมั่นคงของประเทศ สำหรับรายงานสถานการณ์โลกฉบับปี ค.ศ. 2022 ของสำนักงานว่าด้วยยาเสพติดและอาชญากรรมแห่งสหประชาชาติ (United Nations Office on Drugs and Crime; UNODC) พบว่า ในปี ค.ศ. 2020 ประชากรทั่วโลก อายุ 15 - 64 ปี ใช้สารเสพติด 284 ล้านคน ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 26 จากช่วงทศวรรษที่ผ่านมา¹ คือ ในปี ค.ศ. 2010-2013 มีประชากรใช้สารเสพติดจำนวน 226-246 ล้านคน โดยสารเสพติดที่พบหลัก ได้แก่ กัญชา โอปิออยด์ แอมเฟตามีน เอ็กซ์ตาซี (ยาไอซ์)² ขณะที่ผลสำรวจของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) เกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สารเสพติดของประชาชนอายุ 18 - 65 ปี ในประชาชน 20 จังหวัดทั่วภูมิภาคของประเทศไทย ระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2564 ถึง มกราคม พ.ศ. 2565 พบว่า ประชาชนจำนวน 6.24 ล้านคน (คิดเป็นความชุกร้อยละ 14 ของประชากร) ใช้สารเสพติดผิดกฎหมายในรอบปีที่ผ่านมาและสูงกว่าผลสำรวจปี พ.ศ. 2563 ถึง 3.17 ล้านคน และหลังจากถอดกระท่อมออกจากบัญชีสารเสพติดประเภท 5 พบว่า ร้อยละ 11.30 ใช้ใบกระท่อมแบบเคี้ยวสดเพื่อสันทนาการ ร้อยละ 1.70 ใช้น้ำต้มใบกระท่อมไม่ผสมสารอื่น ร้อยละ 3.60 ใช้น้ำต้มใบกระท่อมผสมสารอื่น และร้อยละ 4.30 ใช้กัญชาเพื่อสันทนาการ³ และจากการสำรวจเกี่ยวกับกัญชาที่ปลดจากบัญชียาเสพติดในปี พ.ศ. 2565 ของศูนย์การศึกษาปัญหาการเสพติดพบว่า ร้อยละ 24.90 ใช้กัญชาเพื่อการนันทนาการ และ เยาวชนอายุต่ำกว่า 20 ปี ใช้กัญชาแบบสูบสูงขึ้น 10 เท่าจากร้อยละ 1-2 เป็นร้อยละ 9.70 ภายในระยะเวลา 3 ปี โดยร้อยละ 10 ของผู้ที่ตอบว่าเคยใช้กัญชามีอาการทางกาย ได้แก่ วิงเวียน ใจสั่น เหงื่อแตก และร้อยละ 1.50 มีอาการทางจิต เช่น หนูแว่ว เห็นภาพหลอน⁴ นอกจากนี้ข้อมูลของกรมสุขภาพจิตในปี พ.ศ. 2564 พบปัญหาผู้ป่วยจิตเวชที่ติดแอมเฟตามีนมากกว่าหนึ่งแสนห้าหมื่นคนและติดสารเสพติดอื่นมากกว่า 2 แสนคน และจำนวนเกือบครึ่งหนึ่งของผู้ป่วยเป็นผู้ก่อปัญหาความรุนแรงด้วย⁵ รัฐบาลตระหนักถึงปัญหาและผลกระทบดังกล่าวจึงกำหนดนโยบาย มาตรการและแนวทางแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยยกระดับการมีส่วนร่วมของภาคสังคมและชุมชนในการแก้ปัญหายาเสพติดทั้งการป้องกันการปราบปราม บำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยา รวมถึงการป้องกันการเสพติดซ้ำโดยเน้นการดูแลสุขภาพผู้ป่วยแบบบูรณาการเพื่อลดอันตรายจากการใช้สารเสพติดและให้ผู้ใช้สารเสพติดดำรงชีวิตอยู่โดยไม่รบกวนสังคม⁶ อย่างไรก็ตามแม้รัฐบาลจะพยายามปราบปรามและป้องกันแก้ไขและมีบทลงโทษรุนแรงต่อผู้ค้าและผู้จำหน่าย แต่ปัญหายาเสพติดยังพบได้ทั่วไปในประเทศไทยทั้งในเมืองและชนบท และส่งผลต่อเยาวชนไทยซึ่งนำไปสู่การก่อปัญหาที่รุนแรงเกิดความแตกแยกในครอบครัว ชุมชนและสังคม

ผลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนไทยจำนวน 46,000 ราย เกี่ยวกับปัญหายาเสพติดในชุมชน ปี พ.ศ. 2566 เมื่อเทียบกับ พ.ศ. 2565 พบว่า ร้อยละ 25.80 ให้ข้อมูลว่าพบเห็นหรือทราบว่าในชุมชนหรือหมู่บ้านมีปัญหาเสพติดเพิ่มขึ้น และร้อยละ 36 ระบุว่าปัญหาเหมือนเดิม ร้อยละ 14 พบเห็นผู้เสพติดหรือติดสารเสพติด และร้อยละ 47.90 ระบุว่าผู้ที่มียาเสพติดเกี่ยวข้องกับปัญหายาเสพติดมากที่สุด นอกจากนี้พบว่าร้อยละ 4.90 พบปัญหาการใช้สารเสพติดในเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี⁷ และจากข้อมูลสถิติของสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.) รายงานว่าในปี พ.ศ. 2564 มีคดีสารเสพติดมากกว่าหนึ่งแสนสามหมื่นคดี ซึ่งกลุ่มเยาวชนมีสัดส่วนเข้าไปเกี่ยวข้องมากที่สุด ปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชนมีหลายประการ ทั้งจากสถานภาพทางครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้าง อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนที่ชักจูงจนเกิดความอยากรู้อยากลอง พฤติกรรมลอกเลียนแบบจากกลุ่มเพื่อนหรือผู้ปกครอง รวมถึงสภาพแวดล้อมในชุมชน สื่อออนไลน์ต่าง ๆ และระดับการศึกษาที่ทำให้เยาวชนขาดความรู้ความเข้าใจและขาดทักษะในการป้องกันการเสพติดอย่างถูกต้อง⁸ ผลการวิจัยที่ผ่านมาพบว่า อิทธิพลด้านดาราศาสตร์สื่อต่าง ๆ เป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษามากที่สุด รองลงมา คือ สิ่งแวดล้อมในโรงเรียน และทัศนคติเกี่ยวกับยาเสพติด⁹ เมื่อพิจารณาปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดของจังหวัดเพชรบุรี จากการประเมินสถานการณ์ของสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดภาค 7 และศูนย์ปฏิบัติการต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติดจังหวัดเพชรบุรี ศูนย์บัญชาการติดตามสถานการณ์อำเภอและส่วนราชการที่เกี่ยวข้องในจังหวัดเพชรบุรี¹⁰ พบว่าปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดมีแนวโน้มการแพร่ระบาดสูงขึ้นในทุกอำเภอ โดยเฉพาะในพื้นที่เขตเมืองและชุมชนหนาแน่น รวมทั้งพื้นที่รอยต่อใกล้เคียงที่มีสถานบริการและแหล่งมั่วสุมต่าง ๆ จำนวนมาก ซึ่งกระบวนการบังคับใช้กฎหมายและการบำบัดรักษาในระบบต่าง ๆ ยังมีช่องว่าง



ทำให้เกิดผู้กระทำความผิดซ้ำ จึงก่อให้เกิดผู้เสพสารเสพติดรายใหม่มีจำนวนเพิ่มขึ้น โดยสารเสพติดที่พบแพร่ระบาดในพื้นที่จังหวัดเพชรบุรีมากที่สุด คือ แอมเฟตามีน และมีแนวโน้มพบในโรงเรียนเพิ่มขึ้น กล่าวได้ว่า ปัญหายาเสพติดในเยาวชนเป็นประเด็นเร่งด่วนที่ทีมสุขภาพควรตระหนักถึงความสำคัญและร่วมมือกับโรงเรียนในการแก้ไขปัญหาดังกล่าว

สถานีกาชาดที่ 8 เพชรบุรี สังกัดสำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย มีภารกิจในการให้บริการทางการแพทย์และสาธารณสุข การช่วยเหลือผู้ประสบภัยอย่างครบวงจร การพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนตามยุทธศาสตร์ของสภากาชาดไทยจึงตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาและผลกระทบจากสารเสพติดในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะในเยาวชนซึ่งมุ่งเน้นให้เด็กและเยาวชนมีความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะชีวิตในการป้องกันสารเสพติด เป็นการเสริมสร้างทักษะส่วนบุคคลทักษะทางสังคมอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติด จากการปฏิบัติงานในพื้นที่โรงเรียนในเขตความรับผิดชอบของสถานีกาชาดที่ 8 เมื่อพิจารณาปัญหายาเสพติดในโรงเรียน พบว่าเริ่มมีการใช้สารเสพติดในวัยเด็กเพิ่มขึ้น และยังไม่มียุทธศาสตร์ที่ส่งเสริมสร้างความร่วมมือระหว่างโรงเรียนกับหน่วยบริการสุขภาพในการดูแลแก้ไขปัญหายาเสพติดที่ชัดเจน

จากการศึกษางานวิจัยที่ผ่านมาพบว่ามีเพียงส่วนน้อยที่มีการวิจัยทดลองเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติดในวัยเรียน เช่น การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติดหรือบุหรี่ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาเพียงส่วนน้อย¹⁰⁻¹³ แต่ไม่พบการติดตามประเมินพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดต่อเนื่องและกระบวนการที่ส่งเสริมให้มีเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติด ซึ่งบุคคลที่ชักชวนให้เยาวชนลองใช้ยาเสพติดในครั้งแรก คือ เพื่อน รองลงมาคือ ความอยากรู้อยากลอง มีประสบการณ์การใช้ยาเสพติดเอง เพื่อนจึงเป็นบุคคลสำคัญและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของนักเรียนมาก การส่งเสริมให้เพื่อนมีส่วนร่วมในการช่วยป้องกันการใช้สารเสพติดจึงเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยลดปัญหาในเยาวชน เมื่อพิจารณาการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตในการป้องกันการใช้สารเสพติดในโรงเรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560 พบว่า มีรายวิชาที่มีสาระการเรียนรู้เกี่ยวกับการป้องกันการใช้สารเสพติด แต่ยังพบอุปสรรคการใช้สารเสพติด เช่น บุหรี่ กระท่อม ของนักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาดังกล่าวในปี พ.ศ. 2566 ร้อยละ 13.04¹⁴ กล่าวได้ว่า การป้องกันการใช้สารเสพติดในโรงเรียนเป็นประเด็นสำคัญของจังหวัดเพชรบุรีที่ต้องแก้ไขเร่งด่วน

ผู้วิจัยในฐานะพยาบาลวิชาชีพตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันการใช้สารเสพติดให้แก่เด็กและเยาวชนโดยเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นซึ่งเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ จึงได้พัฒนาโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหายาเสพติดในเยาวชนสำหรับในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี โดยประยุกต์ใช้แนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติดของกลุ่มงานส่วนป้องกันสารเสพติด ในกลุ่มเยาวชน เป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรม ประกอบด้วยกิจกรรมเพื่อพัฒนาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียน ซึ่งจะช่วยให้ นักเรียนมีความรู้และสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติดได้ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหายาเสพติดในเยาวชนต่อความรู้และพฤติกรรม การป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนหลังทดลองใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหายาเสพติดในเยาวชน
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนหลังทดลองใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหายาเสพติดในเยาวชน



สมมติฐานการวิจัย

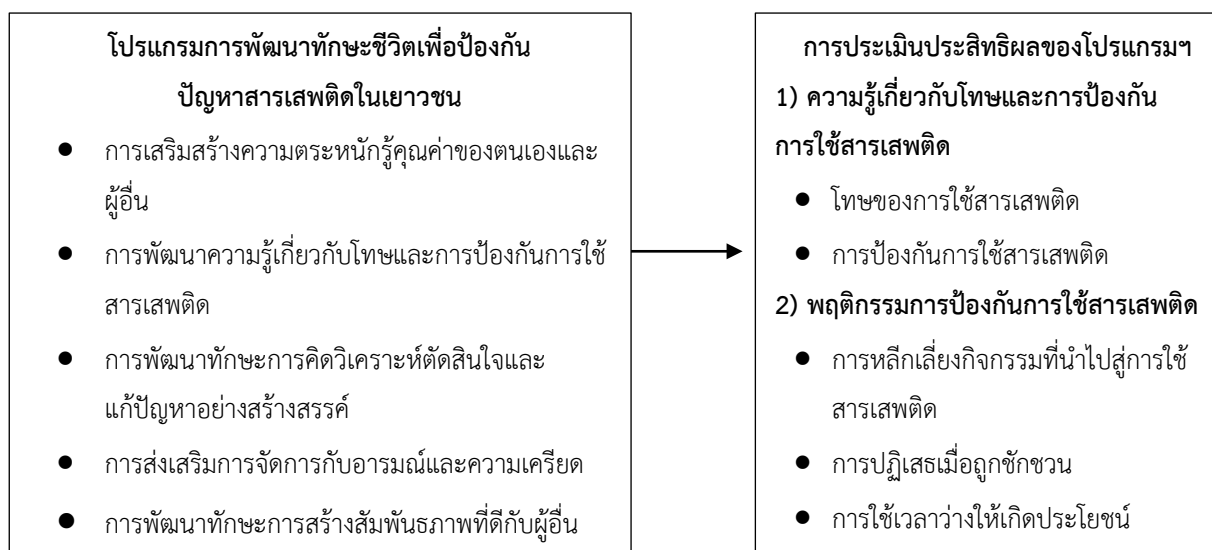
1. คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชนสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชนสูงกว่าก่อนการทดลอง

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ประชากรที่ศึกษา ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 ของโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ในจังหวัดเพชรบุรี คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดโดยสุ่มแบบง่ายได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ดำเนินการทดลองใช้โปรแกรมฯ เป็นเวลา 4 สัปดาห์ ระหว่างวันที่ 10 มกราคมถึงวันที่ 6 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2567

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้ใช้แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันปัญหาสารเสพติดของส่วนป้องกันยาเสพติดในกลุ่มเยาวชน สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดและสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด¹⁵ การป้องกันปัญหายาเสพติดในโรงเรียน^{16,17} และการเรียนรู้โดยใช้เกม (Game-based learning)¹⁸ เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ซึ่งการเรียนรู้โดยใช้เกม เป็นเทคนิคที่กระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจการเรียนรู้ ต้องการมีส่วนร่วมในการเรียนภายใต้บรรยากาศที่ผ่อนคลาย สนุกสนานเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน ได้ฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร การทำงานร่วมกับผู้อื่น ความรับผิดชอบและการเคารพ กฎกติกาหรือผลแพ้ชนะอย่างมีเหตุผล ในขณะที่ผู้เรียนได้เรียนรู้เนื้อหาสาระสำคัญและได้ฝึกทักษะต่าง ๆ ที่สอดแทรกอยู่ในเกม ได้แก่ การพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันสารเสพติด เป็นการเสริมสร้างทักษะส่วนบุคคลและทักษะทางสังคมอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติด ได้แก่ การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การพัฒนาความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด การคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งเยาวชนจะสามารถป้องกันการใช้สารเสพติดได้โดยการหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่นำไปสู่การใช้สารเสพติด การปฏิเสธเมื่อถูกชักชวน และสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง (One group pretest-posttest design) วัดตัวแปรเปรียบเทียบก่อนทดลองและหลังทดลอง ใช้ระยะเวลาทดลอง 4 สัปดาห์

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี จำนวน 46 คน ประกอบด้วย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 จำนวน 16, 17 และ 13 คน ตามลำดับ

ขนาดกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี จำนวน 30 คน ได้จากการคำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ G^* power analysis¹⁹ จากการศึกษาวิจัยใกล้เคียงที่ผ่านมาเรื่องผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ตำบลลิสาณ อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์^{10,20} มีค่า effect size เท่ากับ 0.55 อำนาจการทำนาย เท่ากับ 0.85 ระดับนัยสำคัญ .05 แบบ One tailed คำนวณได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 คน และป้องกันการสูญหายและความไม่สมบูรณ์ของข้อมูลจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 20²¹ รวมทั้งหมด 30 คน การได้มาของกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling)

เกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion criteria) ประกอบด้วย 1) ไม่มีประวัติการใช้สารเสพติด 2) ไม่มีข้อจำกัดของการสื่อสาร 3) ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยและได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง และ 4) ไม่มีโรคประจำตัว

เกณฑ์การยุติการเข้าร่วมวิจัย คือ ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ครบ หรืออาสาสมัครไม่สบายใจในการเข้าร่วมกิจกรรมต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย ข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียน จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ผลการเรียนเฉลี่ยสะสม รายรับเฉลี่ยต่อวันที่นักเรียนได้รับจากผู้ปกครอง สถานภาพทางครอบครัว การอยู่พักอาศัยของนักเรียน

2) แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง¹⁵ ประกอบด้วย แบบทดสอบแบบตอบถูกผิด จำนวน 10 ข้อ เพื่อประเมินด้านความรู้เรื่องโทษของสารเสพติด และการป้องกันการสารเสพติด ทั้งหมด 10 ข้อ กำหนดให้ผู้เลือกตอบได้ 2 คำตอบ ได้แก่ ใช่ และไม่ใช่ เกณฑ์การประเมินผล ถูก 1 คะแนน ผิด 0 คะแนน การแปลผลความรู้เรื่องโทษและการป้องกันการสารเสพติด มีคะแนนเฉลี่ย ตั้งแต่ คะแนนเฉลี่ย 0-5.99 แสดงถึงการมีความรู้เรื่องโทษและการป้องกันการสารเสพติดที่ไม่ดี คะแนนเฉลี่ย 6.00-6.99 แสดงถึงการมีความรู้เรื่องโทษและการป้องกันการสารเสพติดปานกลาง คะแนนเฉลี่ย 7.00-7.99 แสดงถึงการมีความรู้เรื่องโทษและการป้องกันการสารเสพติดที่ดี และคะแนนเฉลี่ยมากกว่าหรือเท่ากับ 8.00 แสดงถึงการมีความรู้เรื่องโทษและการป้องกันการสารเสพติดที่ดีมาก²²

3) แบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติด ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง¹⁵ เป็นแบบสอบถามประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 15 ข้อ แบ่งเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรม 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการปฏิเสธคำชักชวน ด้านการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และด้านการหลีกเลี่ยงจากสิ่งเสพติด กำหนดให้ผู้เลือกประมาณค่าได้ 4 ระดับ คือ 4= ปฏิบัติทุกครั้ง 3 = ปฏิบัติบ่อยครั้ง 2= ปฏิบัติบางครั้ง 1= ไม่ปฏิบัติเลย การแปลค่าความหมายของคะแนน²² ดังนี้

การแปลผล

คะแนนเฉลี่ย 3.51 – 4.00 หมายถึงมีพฤติกรรมการป้องกันการสารเสพติดอยู่ในระดับดีมาก

คะแนนเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึงมีพฤติกรรมการป้องกันการสารเสพติดอยู่ในระดับดี

คะแนนเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึงมีพฤติกรรมการป้องกันการสารเสพติดอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 0 – 1.50 หมายถึงมีพฤติกรรมการป้องกันการสารเสพติดอยู่ในระดับน้อย



ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชน ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง¹⁵⁻¹⁸ ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ การเสริมสร้างความตระหนักรู้คุณค่าของตนเองและผู้อื่น การพัฒนาความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การส่งเสริมการจัดการกับอารมณ์และความเครียด การพัฒนาทักษะการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และการประเมินผลลัพธ์ โดยจัดกิจกรรมครั้งละ 2 ชั่วโมง จำนวน 3 ครั้ง และติดตามประเมินผลในสัปดาห์ที่ 4 หลังจัดกิจกรรม จำนวน 2 ชั่วโมง รวมจำนวน 8 ชั่วโมง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ประกอบด้วย การตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหา (Content validity) ของโปรแกรม ที่พัฒนาขึ้นและแบบทดสอบและแบบสอบถาม โดยใช้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 3 ท่าน และนำมาคำนวณดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ (Index of item objective congruence: IOC) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์เท่ากับ 0.67-1.00 และตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด โดยคำนวณค่า (Kuder-Richardson 20: KR 20) ได้เท่ากับ .69 และแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดคำนวณค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86 ปรับปรุงแก้ไขก่อนนำมาใช้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังจากได้รับการรับรองจริยธรรมจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราญบุรีธานี ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดชี้แจงอาสาสมัครและผู้ปกครอง ให้อาสาสมัครและผู้ปกครองลงนามในหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย (Inform consent form) ก่อนเก็บข้อมูล หลังจากนั้นจึงดำเนินการทดลองตามโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นโดยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การเตรียมการ ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตดำเนินการวิจัยถึงผู้อำนวยการโรงเรียน และขอความยินยอมจากผู้ปกครองและนักเรียน และประสานงานกับครูประจำชั้นในการนัดวันเวลาจัดกิจกรรม
2. การทดลอง ประเมินความรู้และพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดก่อนเริ่มการทดลองโดยผู้วิจัยแจกแบบทดสอบและแบบสอบถามให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ตอบภายในเวลา 20-25 นาที จัดกิจกรรมให้ความรู้และพัฒนาทักษะชีวิตตามโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย การจัดกิจกรรมจำนวน 4 ครั้ง แบ่งเป็น 6 ขั้นตอน โดยจัดกิจกรรมครั้งละ 2 ชั่วโมง จำนวน 3 ครั้ง และติดตามประเมินผลในสัปดาห์ที่ 4 หลังจัดกิจกรรม จำนวน 2 ชั่วโมง รวมจำนวน 8 ชั่วโมง ดังนี้

ตารางที่ 1 การจัดกิจกรรมให้ความรู้และพัฒนาทักษะชีวิตตามโปรแกรม

ลำดับที่	ขั้นตอน	รายละเอียดกิจกรรม	จำนวนชั่วโมง
สัปดาห์ที่ 1	1. การเสริมสร้างความตระหนักรู้คุณค่าของตนเองและผู้อื่น	กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของฉัน เสริมสร้างความตระหนักรู้ในคุณค่าตนเอง ครอบครัว และสังคม	1 ชั่วโมง
	2. การพัฒนาความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด	กิจกรรมที่ 2 รู้ทันสารเสพติด ให้ความรู้เรื่องประเภทของสารเสพติด โทษของสารเสพติด และการป้องกันสารเสพติด	1 ชั่วโมง



ลำดับที่	ขั้นตอน	รายละเอียดกิจกรรม	จำนวนชั่วโมง
สัปดาห์ที่ 2	3. การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์	กิจกรรมที่ 3 รู้เท่าทันสื่อ ชัวร์ก่อนแชร์ ฝึกวิเคราะห์ข่าว	1 ชั่วโมง
		กิจกรรมที่ 4 ปฏิเสธอย่างไร พัฒนาทักษะการหลีกเลี่ยงกิจกรรมนำไปสู่การใช้สารเสพติดและทักษะการปฏิเสธ	1 ชั่วโมง
สัปดาห์ที่ 3	4. การส่งเสริมการจัดการกับอารมณ์และความเครียด	กิจกรรมที่ 5 สร้างสุข สร้างสรรค์ พัฒนาทักษะการจัดการกับความเครียดและการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	1 ชั่วโมง
		5. การพัฒนาทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น	กิจกรรมที่ 6 รักกันไว้เถิด กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน เปิดโอกาสในการซักถามเสริมแรงทางบวกเพื่อส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรม การป้องกันการใช้สารเสพติดอย่างต่อเนื่อง พร้อมทั้งติดตามผลผ่านครูประจำชั้น
สัปดาห์ที่ 4	6. การประเมินผลลัพธ์	กิจกรรมที่ 7 เรียนรู้สู่ความสำเร็จ สรุปบทเรียนและประเมินผลลัพธ์ ค้นหาปัญหา และอุปสรรคในการจัดการตนเอง หาแนวทางแก้ไข	2 ชั่วโมง

3. การประเมินผล ประเมินผลลัพธ์เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมในสัปดาห์ที่ 4 ตามตัวแปรที่กำหนด ได้แก่ การประเมินความรู้
เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติดและการประเมินพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติด โดยผู้วิจัยแจกแบบทดสอบ
และแบบสอบถามด้วยตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

- ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่และร้อยละ
- คะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติด วิเคราะห์โดยใช้การทดสอบค่าที่
แบบ Paired t-test

จริยธรรมการวิจัย

การวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราษฏร์ธานี
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก เลขที่ 2023/17

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชายและเพศหญิงสัดส่วนเท่ากัน คือ ร้อยละ 50 ช่วงอายุ
11 ปี ที่มีจำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 36.70) รองลงมา คือ อายุ 14 ปี (ร้อยละ 30) ส่วนใหญ่เรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 40)
รองลงมา คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (ร้อยละ 36.70) มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ≤ 2.0 มากที่สุด ร้อยละ 26.70 ได้รับค่าใช้จ่ายต่อวัน
จากผู้ปกครองความถี่สูงสุด คือ 31 – 50 บาท (ร้อยละ 33.30) รองลงมา มากกว่าหรือเท่ากับ 100 บาท (ร้อยละ 30) นักเรียน
ร้อยละ 50 บิดา - มารดา อยู่ด้วยกัน และร้อยละ 50 พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา



2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมการป้องกันการใช้อาหารเสพติดก่อนทดลองและหลังทดลองใช้โปรแกรมที่พัฒนาขึ้น รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมการป้องกันการใช้อาหารเสพติดของนักเรียนก่อนและหลังการทดลอง (n= 30)

ความรู้และพฤติกรรมการป้องกัน การใช้สารเสพติด	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t-test	p-value
	Mean	S.D.	Mean	S.D.		
ความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้อาหารเสพ ติด						
1. โทษของสารเสพติด	5.20	1.37	6.80	0.76	5.05	<.001
2. การป้องกันการใช้อาหารเสพติด	2.07	1.01	2.83	0.37	3.51	<.001
ภาพรวม	7.27	2.03	9.63	0.87	5.27	<.001
พฤติกรรมการป้องกันการใช้อาหารเสพติด						
1. การปฏิเสธการชักชวน	2.59	0.96	3.98	0.06	7.79	<.001
2. การหลีกเลี่ยงจากสารเสพติด	2.60	0.86	3.73	0.40	6.42	<.001
3. การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	2.40	0.85	2.67	0.66	1.70	0.100
ภาพรวม	2.53	0.74	3.46	0.28	7.29	<.001

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยคะแนนความรู้ของนักเรียนก่อนการทดลองอยู่ในระดับดี (Mean= 7.27, S.D. = 2.03) และหลังการทดลองอยู่ในระดับดีมาก (Mean= 9.63, S.D. = 0.87) และคะแนนเฉลี่ยโดยรวมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t=5.27, p <.05$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า คะแนนเฉลี่ยรายด้านหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งสองด้าน ($t=5.05, t=3.51$ ตามลำดับ $p <.05$) คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการใช้อาหารเสพติดของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองอยู่ในระดับดี (Mean=2.53, S.D. = 0.74 และ Mean=3.46, S.D. = 0.28 ตามลำดับ) และคะแนนเฉลี่ยโดยรวมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t=7.29, p <.05$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมด้านการปฏิเสธการชักชวนและด้านการหลีกเลี่ยงจากสารเสพติดหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งสองด้าน ($t=7.79, t=6.42$ ตามลำดับ $p <.05$) ส่วนพฤติกรรมด้านการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($t=1.70, p >.05$)

การอภิปรายผล

จากผลการวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้ หลังการทดลองใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชนสำหรับกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 เป็นเวลา 4 สัปดาห์ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้อาหารเสพติดและพฤติกรรมการป้องกันการใช้อาหารเสพติดสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานที่กำหนดไว้ การที่คะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมการป้องกันการใช้อาหารเสพติดหลังการทดลองเพิ่มขึ้นอธิบายได้ว่า การจัดกิจกรรมตามโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นใช้แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันปัญหาสารเสพติด¹⁵ และการป้องกันปัญหาสารเสพติดในโรงเรียน^{16,17} ซึ่งมีเนื้อหา กระบวนการและกลวิธีการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้แบบร่วมมือ (Cooperative learning) ในกลุ่มย่อยสอดคล้องกับหลักการจัดการเรียนรู้แบบ Active learning ตามแนวทางการสร้างสรรค์ทางปัญญา (Constructivism)²³ ประกอบด้วย การพัฒนาความรู้ความเข้าใจ การเสริมสร้างความตระหนักรู้ในตนเอง



การคิดวิเคราะห์และตัดสินใจ และมีการแบ่งกลุ่มย่อยให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติในสถานการณ์สมมติ พร้อมทั้งมีสื่อการเรียนรู้ที่น่าสนใจ ทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจที่ดี โดยผู้วิจัยในฐานะผู้สอนเป็นผู้แนะนำกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ มีบรรยากาศของการมีส่วนร่วมที่ดี นักเรียนจึงกล้าซักถามและแสดงความคิดเห็น ทำให้มีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาและปฏิบัติพฤติกรรมได้ดีขึ้น ขณะเดียวกันสอดคล้องกับผลการวิจัยที่ผ่านมาพบว่า การมีหลักสูตรการเรียนรู้ที่ชัดเจน การลดปัจจัยเสี่ยงและสร้างปัจจัยเสริม พฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดในโรงเรียนจะช่วยลดปัญหาการใช้สารเสพติดในนักเรียนได้เพิ่มขึ้น²⁴ การพัฒนาทักษะชีวิต ตามโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นนับเป็นโปรแกรมการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย การเสริมสร้างทักษะส่วนบุคคลและทักษะทางสังคมเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติด ถือเป็นปัจจัยสำคัญในการป้องกันการใช้สารเสพติด และโปรแกรมมีสาระการเรียนรู้ที่ช่วยให้นักเรียนสามารถจัดการกับอารมณ์และความเครียดซึ่งช่วยให้นักเรียนสามารถนำไปใช้ในการป้องกันการใช้สารเสพติดได้ดีขึ้น

การเรียนรู้โดยใช้เกมช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่ดี¹⁸ ซึ่งจากการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นนักเรียนได้แข่งขันตอบคำถามและแบ่งกลุ่มร่วมกันฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์ เช่น กิจกรรมรู้เท่าทันสื่อ ชัวร์ก่อนแชร์ หรือกิจกรรมปฏิเสธอย่างไรรวมทั้งกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน นำไปสู่การพัฒนาทักษะการหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่นำไปสู่การใช้สารเสพติดได้ดี เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติดเพิ่มขึ้นในระดับดีมากทั้งด้านโทษของสารเสพติดและการป้องกันการใช้สารเสพติด ส่วนด้านพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติด ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดสูงกว่าก่อนทดลองนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับการวิจัยของธีรวัฒน์ พงศ์ภานุพัฒน์ และคณะ¹⁰ และศุภวิทย์ สนสุผล และคณะ¹³ ซึ่งพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาพบว่า นักเรียนมีทักษะชีวิตที่ดีขึ้นและสามารถนำความรู้ไปปฏิบัติเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดได้ และเกรียงไกร พึ่งเชื้อ และคณะ²⁵ พบว่า การพัฒนาความสามารถในการคิดบริหารจัดการตนเองเป็นเวลา 1 เดือน ช่วยให้นักเรียนป้องกันการใช้สารเสพติดได้เพิ่มขึ้น อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดด้านการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์พบว่า ค่าเฉลี่ยด้านการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานที่กำหนดไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างอยู่ในวัยรุ่นตอนต้นซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านสรีระและมีพัฒนาการสุ่วัยหนุ่มสาว ทำให้ชอบเข้าสู่สังคม สนใจเพื่อนและต้องการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ซึ่งในวัยนี้มักทำกิจกรรมตามกลุ่มเพื่อนและอาจใช้เวลาว่างไม่เกิดประโยชน์²⁵ ดังผลการวิจัยที่ผ่านมาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมักใช้เวลาว่างไปกับการเล่นเกมอินเทอร์เน็ตและการเที่ยวเตร่รวมทั้งการมั่วสุมกับวัยรุ่นรวมทั้งหมกมุ่นเรื่องเพศ⁸

สรุปผลการวิจัย

โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชน ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดการเรียนรู้โดยใช้เกม และแนวคิดการป้องกันการใช้สารเสพติดในโรงเรียน ซึ่งมีกิจกรรมการเรียนรู้ที่เป็นขั้นตอน และมีการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับโทษของสารเสพติด การป้องกันการใช้สารเสพติด และกิจกรรมพัฒนาทักษะการหลีกเลี่ยง การปฏิเสธ การรู้เท่าทันสื่อและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อเยาวชน จึงควรนำโปรแกรมนี้นำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมและเยาวชนต่อไป

ข้อจำกัดของงานวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและวัดหลังการทดลอง เนื่องจากโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ซึ่งเป็นหน่วยตัวอย่างที่เลือกศึกษามีจำนวนนักเรียนน้อย และเป็นโรงเรียนที่อยู่ในความรับผิดชอบของสถานีกาชาดที่ 8 เพชรบุรี เพียงแห่งเดียว ทำให้ไม่สามารถทดลองแบบมีกลุ่มเปรียบเทียบได้ ข้อค้นพบอาจมีผลต่อการอ้างอิงไปยังกลุ่มประชากร



ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยพบว่า ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเพื่อให้การประยุกต์ใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชนเกิดประสิทธิผลมากที่สุด ดังนี้

1. ผู้บริหาร อาจารย์ของโรงเรียน และพยาบาลที่ดูแลงานอนามัยโรงเรียนควรร่วมมือกันในการวางแผนสนับสนุนการนำโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้ในการดูแลนักเรียนในโรงเรียน
2. เนื่องจากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนยังมีการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์น้อย การส่งเสริมให้ครอบครัวหรือผู้ปกครองมีส่วนร่วมจะช่วยให้นักเรียนสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เพิ่มขึ้น ดังนั้นควรศึกษาวิจัยต่อยอดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาสารเสพติดในเยาวชน โดยส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพิ่มขึ้น และติดตามผลลัพธ์ในระยะยาว

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทยและบุคลากรสภากาชาดไทยทุกท่านที่อนุมัติให้ดำเนินโครงการวิจัยและอำนวยความสะดวกในการจัดทำเอกสารต่าง ๆ ขอขอบคุณ นักวิชาการสาธารณสุข กลุ่มงานยุทธศาสตร์และแผนงาน นักวิชาการสาธารณสุข กลุ่มงานสุขศึกษา พยาบาลวิชาชีพ งานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจแก้ไขและให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ในการสร้างเครื่องมือวิจัยให้สมบูรณ์

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนเทศบาล 2 วัดพระทรง (สุทิวีเทศบาลอุ้มถ้ำ) ที่อนุญาตให้ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลการวิจัยในเขตโรงเรียนที่ท่านรับผิดชอบ และขอบคุณอาจารย์และนักเรียนทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลในการวิจัยในครั้งนี้ทำให้การวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

References

1. United Nations Office on Drugs and Crime. World Drug Report 2022 highlights trends on cannabis post-legalization, environmental impacts of illicit drugs, and drug use among women and youth [Internet]. 2023 [cited 2024 Feb 5]. Available from: <https://www.unodc.org/unodc/frontpage/2022/June/unodc-world-drug-report-2022-highlights-trends-on-cannabis-post-legalization--environmental-impacts-of-illicit-drugs--and-drug-use-among-women-and-youth.html>.
2. United Nations Office on Drugs and Crime. Chapter I status and trend analysis of illicit drug markets [Internet]. 2015 [cited 2024 Feb 5]. Available from: https://www.unodc.org/documents/wdr2015/WDR15_Chapter_1.pdf.
3. Thai Health Resource Center. Project to survey attitudes and behavior regarding substance use [Internet]. 2024 [cited 2024 Mar 16]. Available from: <https://resourcecenter.thaihealth.or.th/media/B4D2>. (in Thai)
4. Hfocus. The Center for the study of addiction studies reveals that children under 20 years of age have increased their use of smoked marijuana 10 times in 3 years [Internet]. 2023 [cited 2024 Feb 5]. Available from: <https://www.hfocus.org/content/2022/12/26694>. (in Thai)
5. Institute for Population and Social Research, Mahidol University. Substance abuse in the community: How to control it [Internet]. 2023 [cited 2024 Feb 5]. Available from: [https://www.thaihealthreport.com/th/situation_ten.php?id=216&y=2566&bm=.](https://www.thaihealthreport.com/th/situation_ten.php?id=216&y=2566&bm=) (in Thai)



6. Bureau of information office of the permanent secretary of MOPH. Join Thai forces to stop the danger of substance abuse [Internet]. 2023 [cited 2024 Feb 5]. Available from: <https://goodhealth.moph.go.th/?url=pr/detail/2/02/193702>. (in Thai)
7. The national statistical office. Executive summary survey of public opinions in the implementation of the action plan under the policy and the national plan on preventing, suppressing and solving drug problems in fiscal year 2023 [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 16]. Available from: https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2023/20231004110423_58942.pdf. (in Thai)
8. Jandaeng B. The factor affected to the risk behavior to build the narcotic of high school education student at the beginning Dongluang wittaya School Dongluang District Mukdahan Province. [Master of Public Administration]. Maha Sarakham: Rajabhat Maha Sarakham University; 2017. (in Thai)
9. Operation Center to Fight Drugs, Phetchaburi Province. Situation of substance abuse. [Internet]. 2022 [cited 2024 Jan 18]. Available from: <https://phetchaburi.go.th/stspb/stsjpb4.html>. (in Thai)
10. Phongphanupat T, Bonkhunthod P, Rungtanakiat P, Prasongkul N, Saengngam T, Munluan K. Effects of life skill development program for drug addiction prevention of secondary school students in I-San subdistrict, Mueang District, Buri Ram Province. Medical Journal of Srisaket Surin Buriram Hospital. 2022;37(3):559-68. (in Thai)
11. Saksurakarn W, Effectiveness of applied life skill program for promoting health behavior to prevention substance abuse among students. Journal of Health Science. 2015;24(4):616-9. (in Thai)
12. Ponpichai W, Uieng J. Social support from the family, social skill and preventive behavior on drug among the youth in Maifad subdistrict Sikao district, Trang province. Trang: Rajamangala University of Technology Sivijaya; 2018. (in Thai)
13. Sonsupol S, Chanthamolee S, Suwan P. The Effectiveness of a program for modifying addictive substance prevention behaviors in secondary school students in Buriram Province. Rommayasan. 2018;16(1):207-24. (in Thai)
14. Thai red cross relief and community health bureau annual, Red cross station 8 Phetchaburi. Summary of the situation of drug use in schools. Phetchaburi; 2022. (in Thai)
15. Office of the Narcotics Control Board. Be smart say on to trugs. Bangkok: Onpa; 2021. (in Thai)
16. Office of the Narcotics Control Board. National policies and plans on preventing, suppressing and solving drug problems. Bangkok: Office of the Narcotics Control Board; 2024. (in Thai)
17. NIDA. Principles of substance abuse prevention for early childhood: A research-based guide. [Internet]. 2016 [cited 2024 Feb 5]. Available from: Principles of Substance Abuse Prevention for Early Childhood (nih.gov).
18. Qian M, Clark KR. Game-based Learning and 21st century skills: a review of recent research. Comput Human Behav. 2016;63:50-8.



19. Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner A. G* Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behav Res Methods*. 2007;39(2):175-91.
20. Cohen J. A power primer. *Psychological bulletin*. 1992;112(1):155.
21. Polit DF, Beck CT. *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice* 11th eds. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2021.
22. Best JW, Kahn JV. *Research in Education* 10th ed. Pearson Education; 2016.
23. ARIK S, Yilma Z . The Effect of Constructivist Learning Approach and Active Learning on Environmental Education: A Meta-Analysis Study. *IEJEE-Green*. 2020;10(1):44-8.
24. Agabio R, Trincas G, Floris F, Mura G, Sancassiani F, Angermeyer MC. A systematic review of school-based alcohol and other drug prevention programs. *Clin Pract Epidemiol Ment Health*. 2015;11 (Suppl 1 M6):102-12.
25. Peungchuer K, Pattrawiwat K, Langka W. The effectiveness of executive function program as a protective factor for substance use among youth. *Journal of Educational Research Faculty of Education Srinakharinwirot University*. 2020;14(1):211-29. (in Thai)