

การทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ในโรงเรียนมัธยมศึกษา

สุนิดา ปรีชาวงษ์^{1*} นัยนา วงศ์สายตา²
หริสร์ ทวีพัฒนา³ สรตน์ แก้วคำ³

¹ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

²พันธุ์หญิง อาจารย์พยาบาล ภาควิชาการพยาบาลเบื้องต้น วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

³นักวิชาการ ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ มหาวิทยาลัยมหิดล

บทคัดย่อ

การทบทวนงานวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์และสรุปเนื้อหาองค์ความรู้เกี่ยวกับการควบคุมยาสูบในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาในประเทศไทย คัดเลือกงานวิจัยและวิทยานิพนธ์โดยศึกษาย้อนหลัง 5 ปี คือตั้งแต่ พ.ศ. 2549 ถึง พ.ศ. 2553 ผลการศึกษาพบว่า งานวิจัยเกี่ยวกับการควบคุมยาสูบในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาในประเทศไทย จำนวน 52 เรื่อง เกือบทั้งหมดเป็นการศึกษาอิสระ / วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทหรือปริญญาเอก แบ่งได้เป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ พฤติกรรมการสูบบุหรี่และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง การป้องกันการสูบบุหรี่ และโปรแกรมการส่งเสริมการเลิกบุหรี่ ปัจจัยทางจิตสังคมที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ของนักเรียน ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ การรับรู้ผลกระทบของการสูบบุหรี่ การรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ประโยชน์ รวมทั้งแรงสนับสนุนทางสังคม การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับบุหรี่จากสื่อและหลักสูตรหรือนโยบายเกี่ยวกับการสูบบุหรี่เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสูบบุหรี่ นอกจากนี้ยังพบว่า การศึกษาด้านการส่งเสริมการเลิกบุหรี่ยังมีค่อนข้างจำกัด การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง การประยุกต์แนวทางการรับรู้ความสมรรถนะแห่งตน อีกทั้งการติดตามช่วยเหลือให้เลิกสูบบุหรี่อย่างใกล้ชิดเป็นกลวิธีที่ช่วยโปรแกรมการส่งเสริมการเลิกบุหรี่ยังมีประสิทธิภาพ ในอนาคตการศึกษาควรมุ่งเน้นไปที่บทบาทของครอบครัวและเครือข่ายทางสังคมในการป้องกันและส่งเสริมการเลิกบุหรี่ รวมทั้งการพัฒนาวิธีการที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น

คำสำคัญ: การทบทวนวรรณกรรม / การควบคุมยาสูบ / โรงเรียน / บุหรี่

* Corresponding author: ผศ.ดร.สุนิดาปรีชาวงษ์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
email: psunida@gmail.com

A Review of Studies Related to Smoking in High Schools

Sunida Preechawong,^{1*} Naiyana Wongsaita,²
Haris Taweepatana,³ Sarattani Kaewkham³

¹Assistant Professor Faculty of Nursing, Chulalongkorn University

²Instructor The Royal Thai Army Nursing College

³Technical Officer Tobacco Control Research and Knowledge Management Center (TRC)

Abstract

The purpose of this literature review is to analyze and summarize body of knowledge regarding tobacco control in high schools in Thailand. The samples were the published and unpublished research studies from 2006 – 2010. Fifty-two studies were considered appropriate for this review. The results indicated that the majority of research studies were master thesis. These studies can be categorized into three groups: smoking behaviors and related factors; smoking prevention; and smoking cessation intervention. This review also found that psychosocial factors related to smoking include attitudes towards smoking, health locus of control, perceived benefit of smoking, and perceived susceptibility. Moreover, information about smoking from media and tobacco control curriculum in schools also influence on smoking behaviors of students. A limited number of smoking cessation studies suggested group counseling with person-centered approach, applying self-efficacy theory, and close follow-up as effective strategies to promote smoking cessation. The role of family and social networks in promoting cessation need to be explored. Also, further research needs to include more intervention studies to demonstrate the effectiveness of smoking cessation program for adolescent populations.

KEY WORDS: LITERATURE REVIEW / TOBACCO CONTROL / HIGH SCHOOLS

* Corresponding author: Dr. Sunida Preechawong, Faculty of Nursing, Chulalongkorn University
email: psunida@gmail.com

ความสำคัญของปัญหา

การสูบบุหรี่ในเยาวชนเป็นปัญหาที่สำคัญของการสาธารณสุขไทยเนื่องจากบุหรี่ยังเป็นยาเสพติดชนิดแรกที่เยาวชนเสพติดและยังเป็นสื่อเข้าไปสู่สิ่งเสพติดอื่นที่ร้ายแรงกว่า การเริ่มสูบบุหรี่เมื่ออายุน้อยทำให้กลายเป็นผู้ใหญ่ที่ติดบุหรี่สูงและเลิกบุหรี่ยาก มีโอกาสเกิดการเจ็บป่วยได้มากกว่าคนที่เริ่มสูบบุหรี่ในวัยผู้ใหญ่ จากรายงานการวิเคราะห์สถานการณ์การควบคุมการบริโภคยาสูบของประเทศไทย พบว่า อัตราการสูบบุหรี่ของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปในรอบ 20 ปีที่ผ่านมา มีอัตราการสูบลดลงตลอด โดยในปี พ.ศ. 2554 มีอัตราการสูบร้อยละ 21.36 แต่แนวโน้มการสูบบุหรี่ในกลุ่มเยาวชนมีอัตราเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในช่วงอายุ 15-18 ปี ซึ่งเท่ากับร้อยละ 9.2 สูงกว่า 10 ปีที่แล้วคือในปี พ.ศ. 2544 ซึ่งมีอัตราการสูบเพียงร้อยละ 6.4 และพบเยาวชนเริ่มสูบบุหรี่อายุดำสุดที่ 6 ปี ส่วนกลุ่มอายุ 19-24 ปี มีอัตราสูบบุหรี่ลดต่ำสุดในปี พ.ศ. 2547 อยู่ที่ร้อยละ 20.9 และเพิ่มสูงขึ้นเป็น ร้อยละ 22 ในปี พ.ศ. 2554 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า กลุ่มเยาวชนมีแนวโน้มจะสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น¹

ประเทศไทย โดยกระทรวงสาธารณสุข ได้จัดทำแผนยุทธศาสตร์การควบคุมยาสูบแห่งชาติ พ.ศ. 2555-2557 ซึ่งสอดคล้องกับกรอบอนุสัญญาการควบคุมยาสูบ องค์การอนามัยโลก (World Health Organization,

Framework Conventional on Tobacco Control: WHO FCTC) โดยมีจุดมุ่งหมายสูงสุดเพื่อลดอัตราการบริโภคยาสูบของประชาชน ลดปริมาณการบริโภคยาสูบต่อหัวประชากร และทำให้สิ่งแวดล้อมปลอดจากควันบุหรี่ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน² ซึ่งแผนยุทธศาสตร์การควบคุมยาสูบแห่งชาติ มียุทธศาสตร์หลัก ได้แก่ การป้องกันมิให้เกิดผู้บริโภคยาสูบรายใหม่ การส่งเสริมให้ผู้บริโภคลดและเลิกใช้ยาสูบ การสร้างสิ่งแวดล้อมให้ปลอดควันบุหรี่ การสร้างเสริมความเข้มแข็งและพัฒนาขีดความสามารถในการดำเนินงานควบคุมยาสูบของประเทศ

ยุทธศาสตร์การป้องกันนักสูบหน้าใหม่เป็นยุทธศาสตร์ที่ภาคีเครือข่ายควบคุมยาสูบของประเทศไทยให้ความสำคัญ ทั้งนี้เนื่องจากตระหนักในปัญหาการสูบบุหรี่ของเด็กและเยาวชน และแนวโน้มที่เพิ่มมากขึ้น อย่างไรก็ตาม การขับเคลื่อนแผนยุทธศาสตร์สู่การปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพนั้น จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยหลายประการ ซึ่งรวมถึงข้อมูลและหลักฐานเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ของเด็กและเยาวชนในสถานศึกษา โดยการรวบรวมองค์ความรู้และข้อมูลที่ได้จากงานวิจัยนำมาดำเนินการเรียบเรียงอย่างเป็นระเบียบขั้นตอน และสังเคราะห์ข้อมูล เป็นที่คาดหวังว่า ผลจากการทบทวนวรรณกรรมในครั้งนี้จะช่วยทำให้เห็นภาพข้อเท็จจริงของสถานการณ์การ

ควบคุมยาสูบในสถานศึกษาอย่างชัดเจนและครอบคลุม ซึ่งจะเกิดประโยชน์สูงสุดในการนำองค์ความรู้เหล่านั้นมาเป็นแนวทางในการบริหารจัดการอย่างเหมาะสม และนำมาใช้ในการปรับปรุง พัฒนา และถ่ายทอดสู่การปฏิบัติการควบคุมการบริโภคยาสูบในกลุ่มเยาวชนในสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์

บทความนี้เป็นการทบทวนงานวิจัยเพื่ออธิบายสถานการณ์การวิจัยด้านพฤติกรรม การสูบบุหรี่ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ การป้องกันการสูบบุหรี่ และการส่งเสริมการเลิกบุหรี่ในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาในประเทศไทย

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเชิงเอกสารนี้ใช้การทบทวนวรรณกรรมโดยทำการศึกษาจากวิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม การสูบบุหรี่ในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในประเทศไทยจากฐานข้อมูลฉบับเต็มของมหาวิทยาลัยต่างๆ โดยใช้คำค้นคือ การควบคุมยาสูบ การสูบบุหรี่ และการเลิกสูบบุหรี่ และจำกัดการค้นให้แคบลง ด้วยการกำหนดเลือกเฉพาะงานวิจัยที่ตีพิมพ์ระหว่างปี พ.ศ. 2549-2553 และงานวิจัยที่ได้รับการสนับสนุนจากศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) โดยได้งานวิจัยที่

เกี่ยวข้องทั้งหมด 52 เรื่องซึ่งเป็นไปเกณฑ์การคัดเลือกที่กำหนด ได้แก่

1. กลุ่มตัวอย่างของรายงานวิจัยแต่ละเรื่องต้องเป็นเด็ก วัยรุ่นหรือเยาวชนในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษา
2. เป็นงานวิทยานิพนธ์ระดับบัณฑิตศึกษา หรือรายงานวิจัย หรือบทความวิจัยที่มีการเผยแพร่ในวารสารทางวิชาการ และสามารถเข้าถึงได้ผ่านทางฐานข้อมูลฉบับเต็มของมหาวิทยาลัย ทั้งนี้รายการวิจัยดังกล่าวมีการเผยแพร่เป็นภาษาไทยหรือภาษาอังกฤษ
3. เป็นงานวิจัยที่ดำเนินการแล้วเสร็จ และ/หรือได้รับการตีพิมพ์ในช่วงปี พ.ศ. 2549– 2553

ผลการวิจัย

จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีงานวิจัยเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาในประเทศไทยตั้งแต่ปี พ.ศ.2549 จนถึงปี พ.ศ.2553 จำนวน 52 เรื่อง เกือบทั้งหมดเป็นการศึกษาอิสระ/วิทยานิพนธ์ระดับบัณฑิตศึกษา โดยแยกเป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ/พรรณนา จำนวน 37 เรื่อง และงานวิจัยเชิงทดลอง จำนวน 15 เรื่อง โดยงานวิจัยเชิงสำรวจ/พรรณนาสามารถจำแนกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ 1) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่จำนวน 28 เรื่อง และ 2) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการป้องกัน

การสูบบุหรี่จำนวน 6 เรื่อง ส่วนงานวิจัยเชิงทดลองสามารถจำแนกได้ 2 กลุ่ม คือ 1) ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเลิกบุหรี่ จำนวน 4 เรื่อง และ 2) ประสิทธิภาพของโปรแกรมการป้องกันการสูบบุหรี่ จำนวน 11 เรื่อง โดยมีข้อค้นพบดังนี้

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่และการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียน

จากการทบทวนงานวิจัยทั้งหมดเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ของนักเรียนในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษา พบว่าปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ของนักเรียนสามารถแบ่งออกเป็น กลุ่มปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม โดยปัจจัยนำ ได้แก่ เพศ อายุ ทัศนคติ ความเชื่อ อำนาจในตนเอง การรับรู้ผลกระทบของการสูบบุหรี่ การรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ประโยชน์ ปัจจัยเสริม ได้แก่ เพื่อน ครอบครัว บุคคลที่ประทับใจหรือเคารพ และแรงสนับสนุนทางสังคม และ ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ สื่อและหลักสูตรหรือนโยบายเกี่ยวกับการสูบบุหรี่

ปัจจัยนำ

เพศ เป็นตัวแปรส่วนบุคคล ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในเยาวชน มีหลักฐานเชิงประจักษ์จำนวนพอสมควรซึ่งมีระเบียบการวิจัยคล้ายคลึงกันและใช้เครื่องมือวิจัยที่ปรึบมาจากแบบสอบถามการสำรวจการสูบบุหรี่ในเยาวชนในโครงการเฝ้าระวังของ

องค์การอนามัยโลก (Global Youth Tobacco Survey, GYTS) ได้ศึกษาพฤติกรรม การสูบบุหรี่ในเยาวชนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย และอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ในจังหวัดต่างๆ อาทิ จังหวัดระนอง³ ตรัง⁴ เพชรบูรณ์⁵ และชัยภูมิ⁶ ซึ่งพบผลการวิจัยมีความสอดคล้องกัน กล่าวคือ เพศมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในเยาวชน

ในทำนองเดียวกัน มีการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาวิทยาลัยสังกัดกรมอาชีวศึกษา (ปวช. 1 – 3) เขตภาคใต้ตอนบน พบว่า เพศมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อีกทั้งตัวแปรเพศร่วมกับอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และความคาดหวังในผลลัพธ์ในทางบวกสามารถร่วมอธิบายความแปรผันของการสูบบุหรี่ได้ร้อยละ 35.6⁷

อายุ พบว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในเยาวชน⁶ และมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย⁸ นอกจากนั้นอายุนั้นยังมีความสัมพันธ์กับความตั้งใจที่จะสูบบุหรี่ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นอีกด้วย⁹

ทัศนคติ ในการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลายและอาชีวศึกษา พบว่า

กลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งหนึ่งมีทัศนคติทางลบต่อการสูบบุหรี่¹⁰ ส่วนการศึกษาปัจจัยพยากรณ์ความตั้งใจในการสูบบุหรี่ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดพิษณุโลกพบว่า ความเชื่อเกี่ยวกับผลที่เกิดจากการสูบบุหรี่ ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงเป็นปัจจัยทำนายความตั้งใจในการสูบบุหรี่¹¹ นอกจากนี้ ยังพบว่า ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์เชิงลบต่อการสูบบุหรี่ ทั้งการศึกษาในกลุ่มการศึกษาในกลุ่มอาชีวศึกษา^{12,13} และในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น¹⁴ อีกทั้งยังมีรายงานการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในระยะเริ่มต้นของนักเรียนชายระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ระบุว่านักเรียนที่มีการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ต่ำและมีทัศนคติทางบวกกับการสูบบุหรี่จะมีแนวโน้มที่จะเริ่มต้นสูบบุหรี่¹⁵ สอดคล้องกับการศึกษาของ อุทุมพร ณ นคร¹⁶ ซึ่งพบว่า เจตคติต่อการสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์กับการทดลองสูบบุหรี่ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อย่างไรก็ตาม มีข้อสังเกตว่า งานวิจัยซึ่งศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ได้ให้คำแนะนำคำว่า ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ไว้ค่อนข้างกว้างและใช้เครื่องมือวิจัยที่แตกต่างกัน การนำผลการวิจัยไปใช้จึงค่อนข้างจำกัด

นอกจากตัวแปรทัศนคติแล้ว ยังมีรายงานความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านจิตสังคมกับการสูบบุหรี่ อาทิ การรับรู้สมรรถนะ

แห่งตนและความคาดหวังในผลลัพธ์ในทางลบมีความสัมพันธ์ในเชิงลบกับการสูบบุหรี่ในนักศึกษาอาชีวศึกษา⁷ ในขณะเดียวกัน ปัจจัยความเข้มแข็งในการมองโลกและความผาสุกทางจิตวิญญาณมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและอาชีวศึกษา¹⁷ นอกจากนี้ ยังพบว่า บรรทัดฐานและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเองเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลต่อความตั้งใจที่จะสูบบุหรี่ในอีก 1 เดือนข้างหน้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ⁹

ปัจจัยเสริม

การทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในเยาวชน พบผลการวิจัยที่สอดคล้องกัน คือ การสูบบุหรี่ของบุคคลในครอบครัว เช่น พ่อ แม่ หรือบุคคลใกล้ชิด เช่น เพื่อนสนิท รวมทั้งการพบเห็นนักแสดงสูบบุหรี่ตามสื่อมีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ของเยาวชนอย่างมีนัยสำคัญ^{3, 5-6, 18} นอกจากนี้ยังพบว่า การสอนเกี่ยวกับบุหรี่ในโรงเรียนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชน³

ปัจจัยเอื้อ

การพบเห็นหรือการได้รับสื่อโฆษณาเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ การส่งเสริมการขาย การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับบุหรี่จากสื่อมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชน^{4-6, 13, 18} นอกจากนี้ยังพบว่าเยาวชนบางส่วนเคยได้รับ

แจกบุหรี่ปรีหรือตัวอย่างบุหรืจากตัวแทนบริษัทบุหรื จากการศึกษากของวิลาวณย์ประทีปแก้ว และคณะ¹⁸ รายงานว่าเยาวชนที่เคยได้รับแจกบุหรืมีอัตราการสูบบุหรืร้อยละ 40.6 ซึ่งมากกว่ากลุ่มเยาวชนที่ไม่เคยได้รับแจกบุหรื

อย่างไรก็ตาม จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า กลุ่มตัวอย่างได้รับสื่อเกี่ยวกับการรณรงค์ห้ามสูบบุหรืในสื่อประเภทต่างๆ เช่นเดียวกัน เช่น จากทาง โทรทัศน์ วิทยุ ป้ายโฆษณา เมื่อไปงานแข่งขันกีฬา คอนเสิร์ต งานชุมชน เป็นต้น³ ส่วนภาพและคำเตือนบนของบุหรืก็มีส่วนทำให้เยาวชนไม่อยากรสูบบุหรื 3 อันดับแรก ได้แก่ สูบแล้วเป็นภาพมะเร็งในช่องปาก ควันบุหรืนำชีวิตสู่ความตาย และสูบแล้วเป็นมะเร็งกล่องเสียง⁴ การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับบุหรืมีความสัมพันธ์เชิงลบกับพฤติกรรมการสูบบุหรืของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05¹⁴

ปัจจัยหลักสูตรหรือนโยบายเกี่ยวกับการสูบบุหรืของสถานศึกษา จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรืพบว่า ส่งผลให้ความรู้เรื่องบุหรื เจตคติต่อการสูบบุหรื ความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อการสูบบุหรื เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) โดยนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 มีความรู้เรื่องบุหรื เจตคติ

ต่อการสูบบุหรื และความสามารถด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อการสูบบุหรืมากกว่ามัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยมีข้อเสนอแนะของนักเรียนต่อหลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรืว่า ควรมีการสอนเรื่องบุหรืให้แก่ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยเฉพาะเรื่องโทษและพิษภัย สภาพจิตใจของผู้สูบ และควรแสดงผลเสียของบุหรืให้ชัดเจน รวมทั้งควรจัดให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการปฏิเสธเมื่อมีคนชวนให้สูบบุหรื ส่วนความคิดเห็นของครูต่อหลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรื พบว่า ครูส่วนใหญ่คิดว่าตนเองมีความพร้อมในระดับหนึ่ง ซึ่งยังต้องการอบรมเพิ่มเติมก่อนสอน มีการสนับสนุนเอกสารให้ครูเพื่อจัดให้กับนักเรียนอย่างเพียงพอจะเริ่มสอน และควรมีการจัดทำคู่มือหรือเอกสารแจกให้เด็กอ่านเพิ่มเติม¹⁹

การดำเนินการโรงเรียนปลอดบุหรื โดยการจัดกิจกรรมรณรงค์ประชาสัมพันธ์เพื่อสร้างความรู้และความตระหนักในเรื่องอันตรายโทษและพิษภัยบุหรื มีส่วนสำคัญที่ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ การมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมของนักเรียนแกนนำและนักเรียนแนวร่วมในรูปแบบของ “ชมรมคนรุ่นใหม่ห่างไกลบุหรื” ทำให้เกิดความเข้าใจและมีทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรื ผลเสียที่เกิดขึ้นจากการสูบบุหรืและไม่คิดริเริ่มลองบุหรื²⁰

การศึกษาเกี่ยวกับการเลิกสูบบุหรี่ของนักเรียน

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลิกสูบบุหรี่ของนักเรียน

จากการทบทวนงานวิจัยในช่วงระยะเวลา 5 ปี พบว่า การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลิกสูบบุหรี่ของนักเรียนยังมีค่อนข้างน้อย มีการศึกษาแบบภาคตัดขวางหนึ่งเรื่องซึ่งประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน พบว่า ทักษะคิด การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมสามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ในนักเรียนอาชีวศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้อย่างมีนัยสำคัญ แต่อำนาจในการทำนายค่อนข้างต่ำ คือเพียงร้อยละ 9.8²¹

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเลิกบุหรี่

งานวิจัยที่เกี่ยวกับโปรแกรมการเลิกบุหรี่สำหรับเยาวชน ซึ่งกลุ่มเป้าหมายหลักได้แก่ นักเรียนมัธยมศึกษา ทั้งในระดับมัธยมศึกษาต้นและมัธยมศึกษาปลาย พบว่ามีการนำแนวคิด/ทฤษฎีที่นำมาประยุกต์ใช้ พบว่ามีความหลากหลาย เช่น ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม²² และทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง²³ เป็นต้น โดยตัวแปรผลลัพธ์ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลิกบุหรี่ การเปลี่ยนแปลงขั้นของพฤติกรรมการเลิกบุหรี่ พฤติกรรมการสูบบุหรี่

และพฤติกรรมการเลิกบุหรี่ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ทั้งนี้การศึกษาส่วนใหญ่ให้ผลการวิจัยที่คล้ายคลึงกัน พอสรุปได้ว่า กลุ่มนักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การสูบบุหรี่ดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนในการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อศึกษาประสิทธิผลของหลักสูตรการบำบัดรักษานักเรียนที่สูบบุหรี่ โดยใช้วิธีการบำบัดรักษาตามหลักสูตรของศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด เชียงใหม่ร่วมกับแนวทางเวชปฏิบัติเพื่อรักษาผู้ติดบุหรี่ (Clinical Practice Guideline in Smoking Cessation) มีการจัดกิจกรรมทั้งหมด 20 กิจกรรม ใช้เวลาในการบำบัด 6 สัปดาห์และติดตามผลการดำเนินงานในระยะเวลา 1 เดือน 3 เดือนและ 6 เดือนพบว่า ร้อยละ 55.4 สามารถลดการสูบได้ และร้อยละ 24.0 เลิกสูบบุหรี่ได้²⁴

โดยสรุป กระบวนการที่นำมาใช้ในการส่งเสริมในการเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ คือ การใช้กลวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง และการประยุกต์แนวความคิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง การให้คำแนะนำช่วยเหลือให้เลิกสูบบุหรี่ตามความเหมาะสมของแต่ละบุคคล ซึ่งอยู่ในขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่แตกต่างกัน และควรติดตามนักเรียนที่ร่วมโครงการอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้คำปรึกษาในกรณีที่กลับไปสูบบุหรี่

โปรแกรมการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียน

ประสิทธิผลของโปรแกรมการป้องกันการสูบบุหรี่

จากการทบทวน พบว่า มีงานวิจัยเกี่ยวกับโปรแกรมป้องกันการสูบบุหรี่ในกลุ่มเด็กและเยาวชน จำนวน 9 เรื่อง โดยแนวคิด/ทฤษฎีที่นำมาประยุกต์ใช้ส่วนใหญ่เป็นแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม เช่น แนวคิดการมีส่วนร่วม (participation) การเสริมสร้างพลังอำนาจ/ความเข้มแข็ง (Empowerment) แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health Belief Model) แรงสนับสนุนทางสังคม (Social support) การรับรู้สมรรถนะแห่งตน (Self-efficacy) ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค (Protection Motivation Theory) ทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) และแนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิต ทั้งนี้งานวิจัยบางเรื่องได้ประยุกต์ใช้แนวคิด/ทฤษฎี ตั้งแต่ 2 แนวคิดร่วมกัน เช่น ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคและแรงสนับสนุนทางสังคม²⁵ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน (self-efficacy) และการเห็นคุณค่าในตนเอง²⁶ แนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม²⁷ และการประยุกต์แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม²⁸ นอกจากนี้ ยังมีรายงานการประยุกต์ใช้ระบบจิราสาในการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ระบบจิราสาที่นำมาใช้ใน

การป้องกันการสูบบุหรี่มีการบูรณาการ 3 องค์ประกอบ คือ กลุ่มอาสาสมัครครูฝึกซึ่งเป็นแกนนำในด้านการให้ความรู้ กลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครอง และกลุ่มนักเรียน²⁹

รูปแบบการวิจัยส่วนใหญ่ เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่ม วัดการเปลี่ยนแปลงก่อน – หลังการทดลอง มีเพียง 2 เรื่องที่มีการประเมินก่อน – หลัง และประเมินซ้ำ 1 เดือน^{26, 30} และมีเพียงเรื่องเดียวที่ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม³¹

งานวิจัยที่ได้นำมาทบทวนมีตัวแปรผลลัพธ์ค่อนข้างหลากหลาย ส่วนใหญ่ประเมินผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นในระยะสั้น กล่าวคือ ประเมินการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ทักษะ ทักษะชีวิต หรือการรับรู้ของนักเรียน เช่น ในการวิจัยเชิงกึ่งทดลองของดุขุฎิ บุนนท³² และวิทยา โฉมมงคล³³ ประเมินผลการใช้โปรแกรมการสร้างพลังเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักเรียนในการป้องกันการสูบบุหรี่ จากการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเองการรับรู้อันตรายของการสูบบุหรี่ และความเชื่อในความสามารถด้านการป้องกันการสูบบุหรี่ นอกจากนั้นยังมีการประเมินตัวแปรด้านจิตสังคมอื่นๆ เช่น การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ การรับรู้ความรุนแรงของโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ การรับรู้ประโยชน์และอุปสรรคของการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ความตั้งใจที่จะไม่สูบบุหรี่ มีงานวิจัยเพียง 4 เรื่องที่มีตัวแปรผลลัพธ์เป็นพฤติกรรม

การป้องกันการสูบบุหรี่^{26, 30, 34} และการปฏิบัติตัวในการป้องกันตนเองจากการสูบบุหรี่²⁵

ลักษณะการจัดกิจกรรมส่วนใหญ่เน้นการให้ความรู้เป็นกลุ่มใหญ่ และจัดกิจกรรมเป็นกลุ่มย่อย เนื้อหาในการจัดกิจกรรม ได้แก่ การให้ความรู้เกี่ยวกับอันตรายของการสูบบุหรี่ การพัฒนาความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ การจัดการความเครียด กิจกรรมเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง การให้เห็นต้นแบบ เป็นต้น สื่อที่ใช้ในการทำกิจกรรมเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ พบว่ามีหลายชนิด ดังนี้

1. การให้ความรู้ผ่านสื่อ (แผ่นพับ วิดิทัศน์ คู่มือ) การให้ความรู้ถือเป็นความจำเป็นขั้นพื้นฐานในการต่อยอดกิจกรรมอื่นๆ อีกทั้งเนื้อหาสั้น กระชับ เข้าใจง่าย

2. การแสดงบทบาทสมมติ เป็นกิจกรรมกลุ่มที่ให้กลุ่มเป้าหมายมีส่วนร่วมในการแสดง โดยผู้วิจัย/หัวหน้ากลุ่มกำหนดเรื่องราวและบทแสดงที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับบุหรี่ในมุมมองต่างๆ

3. การจัดนิทรรศการ เป็นกิจกรรมที่ให้ความรู้สอดแทรกด้วยรูปภาพที่สวยงามหรือรูปภาพอันตรายที่เกิดจากการสูบบุหรี่ เพื่อให้ผู้ชมเกิดความหวาดกลัวและเลิกสูบบุหรี่ได้

4. เชิญวิทยากร/ผู้ป่วยด้วยโรคที่เกิดจากบุหรี่มาถ่ายทอดประสบการณ์ ความรู้ เพื่อเป็นตัวอย่างให้กับผู้ที่กำลังคิดจะสูบบุหรี่ มุ่งหวังให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยใช้ความรู้และประสบการณ์จากวิทยากรเป็นแรงกระตุ้น

5. การอภิปรายกลุ่ม โดยผู้วิจัยกำหนดประเด็นหรือสถานการณ์จำลองที่เกี่ยวข้องกับบุหรี่ หลังจากนั้นให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายระดมสมองเกี่ยวกับประเด็นนั้นๆ จนได้ข้อสรุปเป็นกิจกรรมที่กระตุ้นกระบวนการคิดและการกล้าแสดงออก

6. กิจกรรมที่เน้นการสร้างเสริมทักษะชีวิต เน้นให้กลุ่มเป้าหมายเกิดทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตโดยเฉพาะทักษะด้านต่างๆ ที่เกี่ยวกับการป้องกันบุหรี่ ได้แก่ ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการจัดการความเครียด ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา

จากการทบทวนงานวิจัยข้างต้นโดยภาพรวม ผลการศึกษาส่วนใหญ่สรุปได้ว่า หลังการทดลองนักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนการพัฒนาวิธีการในการป้องกันการสูบบุหรี่ โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการและใช้เทคนิคการมีส่วนร่วมของชุมชน AIC (Appreciation-Influence-Control) พบว่า การดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพนั้น โรงเรียนควรเปิดโอกาสให้ฝ่ายต่างๆ ได้แก่ นักเรียน ผู้ปกครอง ครู/

อาจารย์ ผู้นำชุมชน และเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนได้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานแบบเป็นหุ้นส่วนในรูปของเครือข่ายที่มีการทำงานแบบครบวงจรและต่อเนื่อง

เมื่อวิเคราะห์การศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมการป้องกันการสูบบุหรี่ อาจสรุปได้ว่า วิธีการ หรือกระบวนการที่มีประสิทธิภาพในการป้องกันนักเรียนหรือเยาวชนไม่ให้สูบบุหรี่หน้าใหม่/ช่วยลดอัตราการเกิดนักเรียนหน้าใหม่ มีดังนี้

1. กิจกรรมที่เน้นกระบวนการกลุ่มในเรื่องเทคนิคการสื่อสารกับผู้สูบบุหรี่
2. กิจกรรมการให้ความรู้ การอบรม และการให้สุขศึกษาในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับส่วนประกอบของบุหรี่โรค และความรุนแรงของโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ ประโยชน์และอุปสรรคของการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ เทคนิคการปฏิเสธ และการจัดการกับความเครียด
3. กิจกรรมเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานตั้งแต่การค้นหาปัญหา ความต้องการการกำหนดแนวทางการวางแผนในการแก้ไขปัญหา การลงมือปฏิบัติ และการประเมินผล
4. กิจกรรมการสร้างพลังอำนาจ และการเสริมแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักเรียนในการป้องกันการสูบบุหรี่

5. กิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตในด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย

ข้อเสนอแนะจากการทบทวนงานวิจัยในประเด็นที่ยังต้องการคำตอบเพิ่มเติม

จากการทบทวนงานวิจัยพบว่า ยังมีช่องว่างของการวิจัยในสังคมไทยที่ควรมีการศึกษาเพื่อให้การป้องกันและการควบคุมการบริโภคยาสูบในเยาวชนให้มีประสิทธิผล โดยมีประเด็น/ปัญหาการวิจัยที่ควรศึกษามีดังนี้

- ปัจจัยวัฒนธรรม/ศาสนา มีอิทธิพลต่อการไม่สูบบุหรี่ของเยาวชน หรือไม่ อย่างไร
- Social network จะมีอิทธิพลต่อทัศนคติและพฤติกรรมไม่สูบบุหรี่ของเยาวชนหรือมีบทบาทในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ของเยาวชนอย่างไร
- การจัดกิจกรรมลักษณะใดที่มีประสิทธิผลต่อการป้องกันการสูบบุหรี่ในสถานศึกษา
- รูปแบบการจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับการควบคุมยาสูบในโรงเรียนลักษณะใดที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติ และพฤติกรรมไม่สูบบุหรี่ของนักเรียน
- ครอบครัวจะมีส่วนร่วมกับการสถานศึกษาในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ของเยาวชนได้อย่างไร

- เยาวชนและครูมีความคิดเห็นอย่างไรต่อการให้การอุปถัมภ์และการจัดกิจกรรม เพื่อรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจยาสูบ (Corporate Social Responsibility: CSR)

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

เอกสารอ้างอิง

- ศิริวรรณ พิทยรังสฤษฏ์ ประภาพรรณ เอี่ยมอนันต์ บัณฑิต ปันกระจำ และกมลกร สมมิตร. สรุปสถานการณ์การควบคุมการบริโภคยาสูบของประเทศไทย พ.ศ. 2555. กรุงเทพมหานคร: เจริญดีมั่นคงการพิมพ์; 2555.
- สำนักควบคุมการบริโภคยาสูบ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. แผนยุทธศาสตร์การควบคุมยาสูบแห่งชาติ พ.ศ. 2553-2557. นนทบุรี: บริษัทไนท์เอร์ธไซด์ จำกัด; 2551.
- เรณู บุญจันทร์ และคณะ. (2552). พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชน จังหวัดระนอง. (รายงานวิจัย). กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.).
- ฉันทัญดา รอดเดช และคณะ. การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชนในจังหวัดตรัง. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.); 2552.
- สมนึก ธีระภัทรานนท์ และคณะ. การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชนในจังหวัดเพชรบูรณ์. (รายงานวิจัย). กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.); 2552.
- ฉนิษฐ์ชา บุญเสริม และคณะ. การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชนในจังหวัดชัยภูมิ. วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ, 3 (2), 6-14; 2552.
- ปรียาพร ชูเอียด. ปัจจัยคัดสรรที่สัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ของนักศึกษาวิทยาลัยสังกัดกรมอาชีวศึกษาในภาคใต้ตอนบน ประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต สาขาพยาบาลศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2550.
- เนติลักษณ์ รุ่งศิริวัฒนกิจ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบุรี เขต 1 จังหวัดเพชรบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์; 2550.
- Promnuch, P. Factors related to intention to smoke *cigarettes* in secondary school students. (Unpub-lished master thesis). Mahidol University; 2006.
- สมหมาย กล้านรงค์ และคณะ. การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเยาวชนในจังหวัดแม่ฮ่องสอน. (รายงานวิจัย). กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.); 2552.
- รัตนา ธนวัฒน์. การศึกษาปัจจัยพยากรณ์ความตั้งใจในการสูบบุหรี่ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตอำเภอ นครไทย จังหวัดพิษณุโลก. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, มหาวิทยาลัยนเรศวร; 2552.
- กิตติพงษ์ ทองเหลือ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายระดับ

- อาชีวศึกษา จังหวัดสมุทรสงคราม. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์;
2550.
13. ประภาพร โพธิ์ทอง. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ
พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษา โรงเรียน
เซนต์จอห์นโพลีเทคนิค กรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์; 2552.
 14. ลักสินี วรณ ประพันธ์. ปัจจัย ที่มี
ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของ
นักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาในเขตเทศบาลนคร
นครราชสีมา. การศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญา
มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม;
2549.
 15. กมลฤ ฤนามสัจย์ และรัชณี สรรเสริญ. ปัจจัย
ที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในระยะ
เริ่มต้นของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ตราด. วารสารการพยาบาลและการศึกษา. 4
(3): 38-47; 2553.
 16. อุทุมพร ณ นคร. การศึกษาปัจจัยที่มี
ความสัมพันธ์กับการทดลองสูบบุหรี่ของ
นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนชล
ราษฎรอำรุง อำเภอมะเมือง จังหวัดชลบุรี ปี
การศึกษา 2550. (รายงานวิจัย). ชลบุรี:
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรีเขต 1
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ; 2551.
 17. Meesawat, W. Relation-ships between
sense of cohe-rence, spiritual well-
being and smoking behavior in
adolescents. (Unpublished master
thesis). Mahidol University; 2007.
 18. วิลาวรรณ ประทีปแก้ว และคณะ. พฤติกรรม
การสูบบุหรี่ของเยาวชน จังหวัดนนทบุรี.
(รายงานวิจัย). กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและ
จัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.);
2552.
 19. มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์ และคณะ. ผลของการใช้
หลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรี่ในโรงเรียนระดับ
มัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา เขต
กรุงเทพมหานครและปริมณฑล. (รายงานวิจัย).
กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการ
ควบคุมยาสูบ (ศจย.); 2550.
 20. ปกรณ์ วชิรคกุล จิรพันธ์ ชัดชา และอนุชา ถุงคำ.
โครงการร่วมมือร่วมใจเพื่อสร้างโรงเรียนปลอด
บุหรี่ กรณีศึกษา โรงเรียนสูงเม่นชนูปถัมภ์ จังหวัด
แพร่. (รายงานวิจัย).แพร่: สำนักงานสาธารณสุข
จังหวัดแพร่; 2552.
 21. Ungcharoen, R. Predicting cigarette
smoking cessation inten-tion among
vocational education's students Bangkok:
Application of the Theory of Planned
Behavior. (Unpublished master thesis).
Mahidol University; 2009.
 22. ศุภวิมล สนั่นสุผล. การประยุกต์ทฤษฎีขั้นตอนการ
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่มีต่อการเลิกสูบบุหรี่ของ
นักเรียนชายในระดับมัธยมศึกษา. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยราชภัฏ
นครราชสีมา; 2551.
 23. นิรันดรา ไชยพาน. ประยุกต์แนวความคิดการรับรู้
ความสามารถของตนเองตามขั้นตอนการ
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสำหรับโปรแกรมเลิกบุหรี่
ของนักเรียนชายมัธยมศึกษา. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยมหิดล; 2552.
 24. นันทินี วัฒนวรานันต์ และคณะ. ประสิทธิภาพของ
หลักสูตรการบำบัดรักษานักเรียนที่สูบบุหรี่ใน

- สถานศึกษาในจังหวัดเชียงราย. (รายงานวิจัย). กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.); 2552.
25. ราชานนท์ ่วนใจรัก. ผลของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการพัฒนาพฤติกรรมเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัย ขอนแก่น; 2552.
 26. ศิริพร ขวนชาติ. ผลของการใช้โปรแกรมการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองและสมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาพยาบาลศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2551.
 27. เบญจวรรณ กิจควรดี. ประสิทธิภาพของการประยุกต์การสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับ แรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดอุดรธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ , มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2552.
 28. ธนารัตน์ จันตามี. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษา โดยการประยุกต์แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพพร้อมกับแรงสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัย ขอนแก่น; 2551
 29. พรพรรณ โฆสิตสุริยะพันธุ์, มนุญ สถิติไชยพันธ์, และอุบลศรี เสนงาม. การประยุกต์ใช้ระบบจิราสาในการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุโขทัย เขต 1 อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยนเรศวร; 2550.
 30. ดวงกมล มงคลศิลป์. ผลของการใช้กระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ในเด็กวัยรุ่นตอนต้น กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาพยาบาลศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2550.
 31. วรณชนก จันทชุม. การพัฒนากลวิธีในการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนโดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วม: กรณีศึกษาโรงเรียนขยายโอกาสในจังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 12 (1), 94-109; 2549.
 32. ดุษฎี บุณนท. ผลการใช้โปรแกรมการสร้างพลังเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในการป้องกันการสูบบุหรี่ อำเภอศรีสงคราม จังหวัดนครพนม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม; 2550.
 33. วิทยา โฉมมงคล. ผลของการใช้โปรแกรมการสร้างพลังเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในการป้องกันการสูบบุหรี่ อำเภอนาหว้า จังหวัดนครพนม. วารสารสุขภาพประชาชนภาคอีสาน. 22 (8), 17-26; 2551.
 34. ปริญญา จิตอร่าม และคณะ. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจของโรเจอร์สในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสุพรรณบุรี. (รายงานวิจัย). สุพรรณบุรี: วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี; 2553