

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ปริญญานิพนธ์
ของ
นรินทร์ นาคอร่าม

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา
พฤษภาคม 2549

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

บทคัดย่อ
ของ
นรินทร์ นาคอร่าม

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา
พฤษภาคม 2549

นรินทร์ นาคอร่าม. (2549). ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการ
เสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินิพนธ์
วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์, รองศาสตราจารย์
จุฑามาศ เทพชัยศรี.

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรม
การเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัด
พระนครศรีอยุธยา ซึ่งทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยได้เลือกมาทำการศึกษามี 4 องค์ประกอบ ได้แก่ ความ
ตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและ
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทาง
การศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กำหนดโรงเรียนที่เป็นกลุ่ม
ตัวอย่างด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง ตามเกณฑ์ข้อตกลงเบื้องต้น ได้กลุ่มทดลอง จำนวน 36 คน
จากโรงเรียนวัดราชบุรณบุรี และกลุ่มควบคุมจำนวน 37 คน จากโรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพ
ยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม
1 สัปดาห์ และหลังการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม 2 สัปดาห์ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย ค่าร้อยละ
ค่าคะแนนเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพ
ยาเสพติด ก่อนและหลังการทดลองมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่าง
บุคคล และด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกัน ส่วนในด้านความ
ตระหนักในตนเอง และด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง หลังการทดลองนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงไป
ในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพ
ยาเสพติด มีทักษะชีวิตในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์
ระหว่างบุคคล และด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกับนักเรียน
กลุ่มควบคุม ส่วนในด้านความตระหนักในตนเอง พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลง
ไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

THE EFFECTIVENESS OF LIFE SKILL DEVELOPMENT PROGRAM FOR
DRUG ADDICTION PREVENTION OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS
IN PHRA NAKHON SRI AYUTTHAYA PROVINCE.

AN ABSTRACT
BY
NARIN NAKARAM

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Science degree in Health Education
at Srinakharinwirot University
May 2006

Narin Nakaram. (2006). *The Effectiveness of Life Skill Development Program for Drug Addiction Prevention of Secondary School Students in Phra Nakhon Sri Ayutthaya Province*. Master Thesis, M.Sc.(Health Education). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Venus Pattamapaspong, Assoc. Prof. Chutamat Tapchaisri.

This quasi-experimental research was designed to study the effectiveness of life skill development program for drug addiction prevention of secondary school students in Phra Nakhon Sri Ayutthaya Province. The selected life skill consisted of the self-awareness, the self-esteem, the interpersonal relationship and communication skill and the decision-making skill of drug addiction.

The samples were Mathayom Suksa II and III students of extensive schools. Thirty six students from Wat Radbamrung School were selected as the experimental group and thirty seven students from Wat Ladpathum Khongkaram School were selected as the control group. Those two schools were selected by purposive sampling.

The data were collected by using questionnaires. Pre-test was made on the experimental group one week before applying the program, then post-test was made two weeks after applying the program. The data were analyzed by using percentage, arithmetic mean, standard deviation, t-test(dependent) and t-test(Independent).

The results were as follow :

1. The experimental group having life skill development program before and after the experiment had no different in the interpersonal relationship and communication skill and the decision-making skill, but the self-awareness, the self-esteem after the experiment changed more positively than before the experiment with statistically significant difference at .05 level.
2. The self-esteem, the interpersonal relationship and communication skill and the decision-making skill between the two groups were not different, but the self-awareness of the experimental group showed more positive result than the control group with statistically significant difference at .05 level.

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

บทคัดย่อ
ของ
นรินทร์ นาคอร่าม

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา
พฤษภาคม 2549

นรินทร์ นาคอร่าม. (2549). ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการ
เสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินิพนธ์
วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์, รองศาสตราจารย์
จุฑามาศ เทพชัยศรี.

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรม
การเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัด
พระนครศรีอยุธยา ซึ่งทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยได้เลือกมาทำการศึกษามี 4 องค์ประกอบ ได้แก่ ความ
ตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและ
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทาง
การศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กำหนดโรงเรียนที่เป็นกลุ่ม
ตัวอย่างด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง ตามเกณฑ์ข้อตกลงเบื้องต้น ได้กลุ่มทดลอง จำนวน 36 คน
จากโรงเรียนวัดราชบุรณบุรี และกลุ่มควบคุมจำนวน 37 คน จากโรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพ
ยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม
1 สัปดาห์ และหลังการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม 2 สัปดาห์ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย ค่าร้อยละ
ค่าคะแนนเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพ
ยาเสพติด ก่อนและหลังการทดลองมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่าง
บุคคล และด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกัน ส่วนในด้านความ
ตระหนักในตนเอง และด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง หลังการทดลองนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงไป
ในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพ
ยาเสพติด มีทักษะชีวิตในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์
ระหว่างบุคคล และด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกับนักเรียน
กลุ่มควบคุม ส่วนในด้านความตระหนักในตนเอง พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลง
ไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

THE EFFECTIVENESS OF LIFE SKILL DEVELOPMENT PROGRAM FOR
DRUG ADDICTION PREVENTION OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS
IN PHRA NAKHON SRI AYUTTHAYA PROVINCE.

AN ABSTRACT
BY
NARIN NAKARAM

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Science degree in Health Education
at Srinakharinwirot University
May 2006

Narin Nakaram. (2006). *The Effectiveness of Life Skill Development Program for Drug Addiction Prevention of Secondary School Students in Phra Nakhon Sri Ayutthaya Province*. Master Thesis, M.Sc.(Health Education). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Venus Pattamapaspong, Assoc. Prof. Chutamat Tapchaisri.

This quasi-experimental research was designed to study the effectiveness of life skill development program for drug addiction prevention of secondary school students in Phra Nakhon Sri Ayutthaya Province. The selected life skill consisted of the self-awareness, the self-esteem, the interpersonal relationship and communication skill and the decision-making skill of drug addiction.

The samples were Mathayom Suksa II and III students of extensive schools. Thirty six students from Wat Radbamrung School were selected as the experimental group and thirty seven students from Wat Ladpathum Khongkaram School were selected as the control group. Those two schools were selected by purposive sampling.

The data were collected by using questionnaires. Pre-test was made on the experimental group one week before applying the program, then post-test was made two weeks after applying the program. The data were analyzed by using percentage, arithmetic mean, standard deviation, t-test(dependent) and t-test(Independent).

The results were as follow :

1. The experimental group having life skill development program before and after the experiment had no different in the interpersonal relationship and communication skill and the decision-making skill, but the self-awareness, the self-esteem after the experiment changed more positively than before the experiment with statistically significant difference at .05 level.
2. The self-esteem, the interpersonal relationship and communication skill and the decision-making skill between the two groups were not different, but the self-awareness of the experimental group showed more positive result than the control group with statistically significant difference at .05 level.

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ปริญญานิพนธ์
ของ
นรินทร์ นาคอร่าม

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา
พฤษภาคม 2549
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ของ
ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคร่วม

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญศิริ จิระเดชากุล)
วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2549

..... ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์
(รองศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์)

..... กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์
(รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบูรณ์ อ่อนมั่ง)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์)

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย

จาก

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กระทรวงสาธารณสุข

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยดีเป็นเพราะผู้วิจัยได้รับความกรุณาอย่างยิ่งจาก
รองศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์
รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์
เรื่อโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง กรรมการสอบปริญญานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์
กรรมการสอบปริญญานิพนธ์ ที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อให้คำปรึกษาแนะนำ และได้กรุณา
ตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการจัดทำงานวิจัยนี้ทุกขั้นตอนทำให้ปริญญานิพนธ์นี้สำเร็จ
สมบูรณ์ ทำให้ผู้วิจัยได้รับประสบการณ์ในการทำงานวิจัยและรู้ถึงคุณค่าของงานวิจัย อีกทั้งท่านยัง
เป็นแบบอย่างของอาจารย์ที่อุทิศสละทุ่มเทให้กับศิษย์และงานด้านวิชาการอย่างไม่เหน็ดเหนื่อย

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านที่ได้ให้ความรู้แก่ผู้วิจัย ในการศึกษาตาม
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษา ซึ่งทำให้ผู้วิจัยเรียนรู้ว่าการศึกษาระดับ
ปริญญาโทของผู้วิจัยนั้นมีได้สิ้นสุดลงเพียงการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้สำเร็จ หากแต่ผู้วิจัยได้
สัมผัสถึงคุณค่าแห่งการเรียนรู้ไม่มีสิ้นสุดที่ถูกจุดประกายให้เกิดขึ้นในระยะเวลา 3 ปีที่ผ่านมา และ
จะต้องนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ต่อประชาชนในสังคม ให้สมคุณค่ากับการเป็นนักศึกษาทางด้าน
วิทยาศาสตร์สุขภาพ

ขอกราบขอบพระคุณท่านผู้ทรงคุณวุฒิ รองศาสตราจารย์ ดร.พรสุข หุ่นนิรันดร์
อาจารย์ ดร.ทรงพล ต่อนี้ อาจารย์ทัศนาก ทอภักดี นายแพทย์ประสิทธิ์ คงเคารพธรรม และ
ร้อยตำรวจเอกหญิง สุดปราณี ศรีโกมุท ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจและแก้ไขเครื่องมือที่
ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง ผู้อำนวยการโรงเรียนวัด-
ลาดปทุมคงคาราม และผู้อำนวยการโรงเรียนลาดบัวหลวง(นิมมลอุทิศ) จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
ที่อนุญาตให้ดำเนินการทดลองวิจัยในโรงเรียน ซึ่งได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี ขอขอบคุณ
นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ปีการศึกษา 2548 ของโรงเรียนทั้ง 3 แห่ง ที่ได้ให้
ความร่วมมือในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณ อาจารย์อนันต์ มาลารัตน์ คุณจินตนา เลื่อมใส คุณอุสา สุริยา และ
เจ้าหน้าที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยาทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ
สนับสนุนข้อมูลและเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวกับยาเสพติดเป็นอย่างดี

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อเสกที่อน นาคอร่าม คุณแม่ปราณี นาคอร่าม
คุณนรินทร์ กมลจิตร พี่ น้อง และเพื่อนๆ ทุกคนที่เป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยตลอดมาและผู้มีพระคุณอีก
หลายท่านที่ผู้วิจัยมิได้กล่าวนามไว้ในที่นี้ ที่ช่วยให้การจัดทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ในที่สุด

นรินทร์ นาคอร่าม

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	5
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	6
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	6
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	9
	สมมุติฐานในการศึกษาค้นคว้า.....	10
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
	เอกสารที่เกี่ยวข้อง.....	11
	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับยาเสพติด.....	11
	ความหมาย.....	11
	ประเภทของยาเสพติด.....	12
	ทฤษฎีการติดสิ่งเสพติด.....	14
	แนวคิด ทฤษฎีและกระบวนการที่นำมาใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	20
	แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต.....	20
	ความสำคัญของทักษะชีวิต.....	26
	ทักษะชีวิตที่ศึกษาค้นคว้า.....	27
	แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม.....	38
	ความหมาย.....	38
	ลักษณะการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม.....	39
	องค์ประกอบในการจัดการให้ความรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม.....	39
	แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	43
	หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	43
	การเรียนรู้เชิงประสบการณ์.....	43
	องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	43

สารบัญ(ต่อ)

บทที่		หน้า
2 (ต่อ)	การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ.....	44
	หลักและวิธีการสอนทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม.....	47
	หลักการสอนความรู้แบบมีส่วนร่วม.....	47
	หลักการสอนเจตคติแบบมีส่วนร่วม.....	48
	การสอนทักษะแบบมีส่วนร่วม.....	53
	วิธีการทางสุศึกษาเพื่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม.....	57
	การใช้คำถาม.....	57
	การอภิปรายกลุ่ม.....	58
	การระดมสมอง.....	59
	การแสดงบทบาทสมมุติ.....	59
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	62
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	62
	งานวิจัยที่เกี่ยวกับยาเสพติด.....	62
	งานวิจัยที่เกี่ยวกับทักษะชีวิต.....	63
	งานวิจัยในประเทศไทย.....	65
	งานวิจัยที่เกี่ยวกับยาเสพติด.....	65
	งานวิจัยที่เกี่ยวกับทักษะชีวิต.....	67
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	71
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	71
	แบบแผนการศึกษาค้นคว้า.....	72
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	75
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	82
	การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	83
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	84
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	88
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	88
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	88

สารบัญ(ต่อ)

บทที่		หน้า
5	สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	102
	สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	102
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	104
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	105
	อภิปรายผล.....	105
	ข้อเสนอแนะ.....	112
	บรรณานุกรม.....	114
	ภาคผนวก.....	122
	ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ.....	123
	ภาคผนวก ข หนังสือขอความอนุเคราะห์.....	125
	ภาคผนวก ค แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียน ระดับมัธยมศึกษา.....	132
	ภาคผนวก ง แผนการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อ ป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา.....	147
	ภาคผนวก จ คุณภาพของเครื่องมือ.....	186
	ภาคผนวก ฉ ภาพถ่ายกิจกรรม.....	191
	ประวัติย่อผู้วิจัย.....	197

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนนักเรียนทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่เข้ารับการบำบัดรักษา ยาเสพติดทุกประเภท ปี พ.ศ. 2535-2540.....	2
2	อายุที่นักเรียนทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่เข้ารับการบำบัดรักษา ยาเสพติดทุกประเภท ปี พ.ศ. 2535-2540.....	3
3	องค์ประกอบของทักษะชีวิตในการป้องกันสารเสพติดตามแนวคิดของ ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ.....	23
4	ข้อบ่งใช้ในการจัดกลุ่มแต่ละประเภท.....	45
5	องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้...	47
6	องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ...	48
7	สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ.....	49
8	องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ....	53
9	สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ.....	55
10	แผนการทดลองโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด....	83
11	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ และชั้นเรียน.....	89
12	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามบุคคลที่ปัจจุบันนักเรียน อาศัยอยู่ด้วยและสถานภาพของบิดามารดา.....	90
13	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามจำนวนพี่น้อง(รวมทั้งตัวนักเรียน) และความสัมพันธ์ภายในครอบครัวของนักเรียน.....	91
14	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการอบรมสั่งสอนของ ผู้ปกครองที่นักเรียนได้รับตั้งแต่วัยเด็กถึงปัจจุบัน.....	92
15	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามผลการเรียน(เกรดเฉลี่ย) ของนักเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา (ภาคเรียนที่ 2/2547) และรายได้ ของครอบครัวต่อเดือน.....	93
16	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเรื่องในชีวิตประจำวัน ที่ทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกเครียด กังวลใจ และบุคคลที่นักเรียน เลือกที่จะปรึกษาเมื่อมีปัญหาไม่สบายใจ.....	94
17	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการมีเพื่อนสนิทของนักเรียนที่มี พฤติกรรมการใช้สารเสพติด.....	95
18	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีเพื่อนสนิทมีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด จำแนกประเภทของสารเสพติดที่ใช้.....	96

บัญชีตาราง(ต่อ)

ตาราง		หน้า
19	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามวิธีการได้รับความรู้เรื่องยาเสพติด จากโรงเรียน.....	97
20	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยา เสพติดภายในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง.....	98
21	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยา เสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง.....	100
22	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยา เสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง.....	101
23	ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดความตระหนักในตนเอง เกี่ยวกับการเสพยาเสพติด.....	187
24	ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	188
25	ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดทักษะการสื่อสารและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล.....	189
26	ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดทักษะการตัดสินใจ เพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด.....	190

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	9
2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต.....	24
3 องค์ประกอบ 4 ประการของกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	44
4 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ.....	49
5 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ.....	54
6 แบบแผนการทดลอง.....	73
7 นักเรียนกลุ่มทดลองใช้เครื่องมือ แบ่งกลุ่มย่อยร่วมกันอภิปราย.....	192
8 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยให้นักเรียนทราบ.....	192
9 นักเรียนกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามทักษะชีวิต.....	193
10 นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามทักษะชีวิต.....	193
11 ผู้วิจัยนำนักเรียนเข้าสู่เนื้อหาการเรียน.....	194
12 นักเรียนร่วมกันอภิปรายกลุ่ม.....	194
13 นักเรียนร่วมกันอภิปรายกลุ่ม.....	195
14 ตัวแทนนักเรียนนำเสนอผลการอภิปรายกลุ่ม.....	195
15 นักเรียนฝึกทักษะการปฏิเสธโดยการแสดงบทบาทสมมติ.....	196
16 ตัวแทนนักเรียนนำเสนอผลการอภิปรายกลุ่ม.....	196

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาทางสังคมที่มีแนวโน้มการแพร่ระบาดมากขึ้นเรื่อยๆ ในทุกประเทศทั่วโลก ซึ่งเป็นปัญหาที่กระทบต่อความมั่นคงและวัฒนธรรมของประเทศชาติมาก เพราะเป็นลักษณะของการทำให้ประชากรของประเทศมีศักยภาพด้อยลง สุขภาพทั้งในด้านร่างกายและจิตใจของผู้ใช้ยาเสพติดทรุดโทรม รัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายในการจัดการแก้ปัญหาสังคมที่มีต้นกำเนิดจากปัญหาเสพติดอีกมากมายที่ตามมา เช่น ปัญหาการก่ออาชญากรรม ปัญหาการค้าประเวณี เป็นต้น ดังนั้นหากประเทศใดยังไม่มียุทธศาสตร์การปฏิบัติที่ชัดเจนในการป้องกันปราบปราม และแก้ไขปัญหการแพร่ระบาดของยาเสพติดที่มีประสิทธิภาพ ย่อมคาดการณ์ได้ว่าประเทศนั้นยังคงต้องเผชิญกับปัญหาการขาดเสถียรภาพทางความมั่นคงและเศรษฐกิจต่อไป ในท้ายที่สุดอาจทำให้เกิดการล่มสลายทางวัฒนธรรมของชาติได้

ประเทศไทยเป็นประเทศที่กำลังประสบปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติด รัฐบาลได้กำหนดนโยบายในการแก้ปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติด และได้ประกาศสงครามขึ้นแตกหักเพื่อต่อสู้เอาชนะยาเสพติด (กระทรวงมหาดไทย. 2546 ก : 12-26, 268) โดยประกาศในวันที่ 31 มกราคม 2546 ได้มอบหมายหน้าที่ และกำหนดให้ทุกฝ่ายดำเนินการอย่างเด็ดขาดและจริงจัง ปฏิบัติงานให้เห็นผลงาน ภายใน 3 เดือน ตั้งแต่วันที่ 1 กุมภาพันธ์ – 30 เมษายน 2546 ซึ่งในช่วงเวลาดังกล่าวรัฐบาลไทย ได้กำหนดแนวทางให้ทุกหน่วยงานทั้งในภาครัฐและภาคเอกชน ร่วมบูรณาการทรัพยากร มวลชน และชุมพลต่าง ๆ ที่มีอยู่ในพื้นที่ เพื่อการทำสงครามขึ้นแตกหักกับยาเสพติดให้ได้ชัยชนะ ค้นหาผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดอย่างละเอียดทุกพื้นที่ของประเทศไทย กวาดล้างเพื่อตัดวงจรผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ผู้ค้า และให้ถือว่าผู้ติดยาเสพติดเป็นผู้ป่วย ตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พุทธศักราช 2545 (กระทรวงยุติธรรม. 2545 : 23) ต้องได้รับการบำบัดรักษาอย่างถูกต้องโดยด่วนที่สุด สนับสนุนการสร้างความเข้มแข็งภายในครอบครัว ชุมชน การแก้ไขปัญหายาเสพติดด้วยการจัดระเบียบทางสังคมและสิ่งแวดล้อม และการใช้ประโยชน์จากข้อบังคับทางกฎหมายเพื่อแก้ปัญหายาอย่างยั่งยืน ส่งผลให้เครือข่ายด้านยาเสพติดและผู้เสพยาเสพติดในประเทศโดยรวมลดน้อยลงในระดับหนึ่ง การดำเนินการดังกล่าวสืบเนื่องจนถึงวันที่ 1 ตุลาคม 2546 รัฐบาลได้ประกาศนิตยหลัง 60 วันเพื่อชัยชนะเหนือยาเสพติด (กระทรวงมหาดไทย. 2546 ข : 83-89) โดยกำหนดปฏิบัติการให้แล้วเสร็จเพื่อสามารถประกาศชัยชนะในการต่อสู้เอาชนะเหนือยาเสพติดอย่างเด็ดขาดได้ ในวันที่ 2 ธันวาคม 2546 เพื่อถวายเป็นราชสักการะแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 เนื่องในมหามงคลวโรกาสวันเฉลิม

พระชนมพรรษา วันที่ 5 ธันวาคม 2546 ในระหว่างการนับถอยหลัง 60 วันนี้ ให้มีการค้นหาผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดอย่างละเอียดทุกพื้นที่ของประเทศซ้ำอีกครั้งหนึ่ง พร้อมทั้งดำเนินการในแนวทางเดียวกับช่วงเวลาที่ผ่านมาเพื่อต่อสู้อาชณะยาเสพติด และเน้นให้ทุกหน่วยงานเร่งรัดการแก้ปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติดในเชิงลึกลงไปในระดับรากหญ้าพื้นฐานของสังคม โดยใช้กลไกทางครอบครัว ชุมชน เพื่อให้เกิดการแก้ปัญหายาเสพติดที่มีความครอบคลุม สมบูรณ์ และมีประสิทธิภาพสูง

จากสถิติในด้านการบำบัดรักษาของกองบำบัดรักษา สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.) ได้รายงานจำนวนนักเรียนทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดทุกประเภท ในปี พ.ศ. 2535-2540 พบว่า มีจำนวนนักเรียนที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดทุกประเภทเพิ่มมากขึ้นทุกปี ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนนักเรียนทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดทุกประเภท ปี พ.ศ. 2535-2540

พ.ศ.	จำนวนนักเรียนที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติด
	ทุกประเภท
2535	1,399
2536	3,084
2537	4,258
2538	5,831
2539	4,660
2540	7,204

ที่มา : สำนักงาน ป.ป.ส. กองบำบัดรักษา (2540 ก.) ข้อมูลผู้เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติด หน้า 1-3.

จากตาราง 1 แสดงว่า จำนวนนักเรียนทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นทุกปี ซึ่งน่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง ในจำนวนนักเรียนที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดทุกประเภทนี้เองหากพิจารณาถึงอายุที่เข้ารับการบำบัดรักษาพบว่า ช่วงอายุที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดมากที่สุด คือ ช่วงอายุ 15-19 ปี ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 อายุที่นักเรียนทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่เข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดทุกประเภท
ปี พ.ศ. 2535-2540

ปี พ.ศ.	2535	2536	2537	2538	2539	2540
ช่วงอายุ (ปี)						
น้อยกว่า 15	194	444	615	934	960	1,675
15-19	1,019	2,253	3,134	4,171	3,137	4,483
20-24	120	242	340	427	256	351
25-29	10	9	10	16	13	37
30-34	1	3	0	3	6	12
35-39	0	0	2	2	1	3
มากกว่า 39	0	0	0	0	1	3

ที่มา : สำนักงาน ป.ป.ส. สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด. (2539, 2540 ข).

ข้อมูลผู้เข้ารับการบำบัดรักษา ปีปฏิทิน 2540 ประเทศไทย. หน้า 1-3.

จากตาราง 2 แสดงว่า ช่วงอายุที่นักเรียนทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่เข้ารับการบำบัดรักษาเสพติดทุกประเภท มากที่สุดคือ ช่วงอายุ 15-19 ปี รองลงมาคือ ช่วงอายุน้อยกว่า 15 ปี และมีแนวโน้มเพิ่มจำนวนมากขึ้นทุกปี หากพิจารณาถึงระดับการศึกษาของผู้ที่เข้ารับการบำบัดรักษาเสพติดจากช่วงอายุดังกล่าว เป็นที่สังเกตได้ว่าส่วนมากจะเป็นนักเรียนที่อยู่ในระดับมัธยมศึกษา และข้อมูลจากกองบำบัดรักษา สำนักงาน ป.ป.ส. พบว่า จำนวนนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่เข้ารับการบำบัดรักษาเสพติดมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทุกปี และมีจำนวนมากกว่านักเรียนในระดับการศึกษาอื่นๆ

สาเหตุที่สำคัญในการแพร่ระบาดของยาเสพติดในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ซึ่งเป็นเด็กและเยาวชนของชาติได้อย่างรวดเร็ว นั้น คือ จากการถูกชักชวนโดยเพื่อน (โสภาก ชูพิกุลชัย ชปิลมันน์ และคณะ. 2533 : บทคัดย่อ) บุคคลที่ชักชวนให้เด็กและเยาวชนลองใช้ยาเสพติดในครั้งแรก คือ เพื่อน รองลงมาคือ ความอยากรู้อยากลองมีประสบการณ์การใช้ยาเสพติดเอง โดยมีแรงจูงใจที่ส่งผลต่อการเสพยาเสพติดที่มีน้ำหนักมากที่สุด คือ การเลียนแบบเพื่อนผู้ใกล้ชิด กรณีรองลงมา คือ การถูกเพื่อนผู้ใกล้ชิดบังคับบเร้าให้ลองเสพ ในระหว่างที่นักเรียนกำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษานั้น เพื่อนจึงมักมีความสำคัญและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของนักเรียนมาก ซึ่งนักเรียนจะมีเพื่อนจำนวนมาก โดยมาจากพื้นฐานครอบครัวที่แตกต่างกันไป อีกทั้งมีความสนใจและทัศนคติแตกต่างกันด้วย ตัวนักเรียนเองก็มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และเริ่มต้นในการเรียนรู้การเปลี่ยนแปลงทางสังคม การปรับให้เข้ากับผู้อื่นได้ เพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเป็น

ผู้ใหญ่ในอนาคต ในสภาวะนี้เองจึงเป็นจุดเปลี่ยนโดยง่ายที่จะถูกชักนำไปสู่การเสพยาเสพติดของนักเรียน ซึ่งอาจมีปัจจัยเอื้อบางประการจากความบกพร่องในครอบครัว (นพพร พานิชสุข, 2528 : บทคัดย่อ) เช่น นักเรียนขาดความรักความอบอุ่น ไม่มีผู้ให้คำปรึกษาชี้แนะที่ดี เป็นต้น ทำให้เกิดความสับสนขาดสิ่งยึดเหนี่ยวทางใจ ขาดแนวทางการประพฤติตนให้เหมาะสม การแพร่ระบาดของยาเสพติดในกลุ่มวัยรุ่นหรือนักเรียนมัธยมศึกษาจึงเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว

ในการดำเนินการตามแนวทางนโยบายของรัฐบาลที่ผ่านมา นั้น ถึงแม้ว่าผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดจะมีแนวโน้มลดลงด้วยกลวิธีและกระบวนการต่างๆ แต่การป้องกันการเสพยาเสพติดในกลุ่มเสี่ยงก็ยังคงมีความจำเป็นอยู่ด้วย เพราะการเสพยาเสพติดสามารถเกิดขึ้นได้ใหม่เสมอในช่วงที่สังคมเข้มงวดจำนวนผู้ใช้ยาเสพติดอาจลดลงได้โดยเร็ว แต่เมื่อใดที่สังคมคลายความใส่ใจหรือความเข้มงวดลดลง กลุ่มเสี่ยงต่อยาเสพติดก็สามารถเข้าสู่วงจรยาเสพติดเพิ่มขึ้นโดยเร็วได้เช่นกัน กลุ่มผู้ใช้ยาเสพติดที่แอบแฝงอยู่ก็อาจกลับมาใช้ยาเสพติดตามปกติดังเดิม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่างๆ ในกลุ่มวัยรุ่นนั้น มีแนวคิดที่น่าสนใจคือ ทักษะชีวิต (Life skills) ขององค์การอนามัยโลก (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2540 ค : 7) ซึ่งได้กล่าวว่า แม้ว่าความรู้ เจตคติ และค่านิยม จะเป็นปัจจัยในการป้องกันพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นปัญหา และมีผลให้บุคคลเกิดแรงจูงใจที่จะมีพฤติกรรมอย่างหนึ่งอย่างใด แต่เราก็ไม่สามารถคาดหวังว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดีได้เสมอไป หากบุคคลนั้นขาดซึ่งทักษะที่จะช่วยเพิ่มขีดความสามารถของบุคคลในการกระทำหรือจัดการเกี่ยวกับความต้องการหรือสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพจนสามารถที่จะป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เป็นจังหวัดในภาคกลางที่มีอาณาเขตติดต่อกับหลายจังหวัด (กระทรวงศึกษาธิการ, กรมศิลปากร, 2544 : 13) และมีถนนสายหลักตัดผ่านเพื่อเดินทางไปยังภูมิภาคต่างๆ ของประเทศไทย จึงมีเส้นทางลำเลียงยาเสพติดผ่านไปสู่แหล่งจำหน่ายในจังหวัดอื่นมากตามไปด้วย อำเภอลาดบัวหลวงเป็นอำเภอหนึ่งของจังหวัดพระนครศรีอยุธยาที่มีการคมนาคมโดยทางถนนสายหลักจากกรุงเทพมหานคร ที่สามารถแยกไปสู่ภาคตะวันตกและภาคเหนือของประเทศไทย ซึ่งภูมิลำเนาตั้งกล่าวมาเป็นพื้นที่มีอาณาเขตติดต่อใกล้แหล่งผลิตและเป็นเส้นทางนำยาเสพติดกระจายเข้าสู่ประเทศไทย(กระทรวงศึกษาธิการ, กรมพลศึกษา, 2543 : 26-27) อีกทั้งลักษณะภูมิประเทศของอำเภอลาดบัวหลวงเป็นท้องทุ่งและพื้นที่การเกษตร มีคลองส่งน้ำและถนนขนาดเล็กซับซ้อน การคมนาคมในพื้นที่ยังพัฒนาไม่ดีเท่าที่ควร การปราบปรามยาเสพติดในพื้นที่หากการวางแผนเข้าจับกุมหรือการปราบปรามยาเสพติดไม่มีศักยภาพ จะทำให้การดำเนินการทางกฎหมายกับผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดทำได้ยากมาก สภาพแวดล้อมดังกล่าวจึงเหมาะสมอย่างยิ่งในการเป็นแหล่งมั่วสุมและเลือกหายาเสพติดมาเสพโดยหลีกเลี่ยงความผิดทางกฎหมายหรือหลบหนีการจับกุมได้โดยง่าย และหากกลุ่มเสี่ยงโดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนในพื้นที่ ไม่มีการป้องกันตนเองทางจิตใจอย่างเหมาะสมก็สามารถถูกชักนำไปสู่วงจรการเสพยาเสพติดได้

ดังนั้น ผู้วิจัยในฐานะนักวิชาการสาธารณสุขที่ปฏิบัติงานด้านสุขศึกษา ในพื้นที่จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีความตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจแก่ผู้เสี่ยงต่อการเสพติด เพื่อมิให้มีพฤติกรรมที่นำไปสู่การเสพติด และเห็นความสำคัญของกลวิธีในการสร้างเจตคติและทักษะเพื่อป้องกันการเสพติด จึงมีความสนใจในการศึกษา เรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยผู้วิจัยได้ประยุกต์ทักษะชีวิตที่ประกอบด้วย ความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทักษะการตัดสินใจ เพื่อให้นักเรียนเป้าหมายเกิดภูมิคุ้มกันทางจิตและสังคม สามารถดำรงอยู่ในสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่ยั่วเย้าได้อย่างเหมาะสม และการวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขด้านการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตและป้องกันการกลับไปเสพติด สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยาจึงได้สนับสนุนทุนเพื่อการวิจัยให้ดำเนินการศึกษาในพื้นที่

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด โดยผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบผลของการป้องกันการเสพติด ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจ
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของการป้องกันการเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ได้ทราบผลการสอนโดยการประยุกต์ใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด
2. นำผลการศึกษาค้นคว้าที่ได้ มาใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดให้แก่นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากขึ้น
3. เป็นแนวทางในการศึกษาพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างเจตคติและทักษะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพในประเด็นอื่นๆ ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา พระนครศรีอยุธยา เขต 2 อำเภอลาดบัวหลวง จำนวน 13 โรงเรียน จำนวนนักเรียนทั้งหมด 539 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา พระนครศรีอยุธยา เขต 2 จำนวน 2 โรงเรียน จำนวน 73 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 36 คน และกลุ่มควบคุม 37 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

โรงเรียนที่เข้าเกณฑ์และผู้วิจัยเลือกโรงเรียนแบบเจาะจง จำนวน 2 โรงเรียน จากทั้งหมด 13 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง และโรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม ทำการเลือกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกำหนดการจับสลากใบแรกให้เป็นโรงเรียนกลุ่มทดลอง คือ โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง จับสลากใบที่สองให้เป็นโรงเรียนกลุ่มควบคุม คือ โรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม

กลุ่มทดลอง คือ โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง มีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 20 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 13 คน นักเรียนหญิง จำนวน 7 คน และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 16 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 11 คน นักเรียนหญิง จำนวน 5 คน

กลุ่มควบคุม คือ โรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม มีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 15 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 7 คน นักเรียนหญิง จำนวน 8 คน และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 22 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 14 คน นักเรียนหญิง จำนวน 8 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ
 - 2.1 ความตระหนักในตนเอง
 - 2.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.3 ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 2.4 ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด

หมายถึง การจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และมีความสามารถในการใช้ทักษะในทางที่จัดการและเผชิญกับสถานการณ์ที่นำไปสู่การเสพติด โดยใช้วิธีการจัดกิจกรรมซึ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory learning) และการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experience learning) โดยมีการเรียนรู้จากสถานการณ์จำลองและการใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรม การใช้คำถาม การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ การฝึกปฏิบัติ และการบรรยายสั้นๆ เพื่อให้นักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด มีขั้นตอนการจัดกิจกรรม ดังนี้

1.1 กิจกรรมการสอนเพื่อสร้างเจตคติ

1.1.1 ขั้นสร้างความรู้สึกเชิงประสบการณ์ ประกอบด้วย :- กิจกรรมสร้างความรู้สึก สร้างความรู้สึก และการเปิดเผยตนเอง

1.1.2 ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ ประกอบด้วย :- สะท้อนความคิด และอภิปราย การอภิปรายข้อขัดแย้ง การสรุปความคิดรวบยอด และการประยุกต์แนวคิด

1.2 กิจกรรมการสอนเพื่อสร้างทักษะ

1.2.1 ขั้นรู้ชัดเห็นจริง ประกอบด้วย :- การบรรยายนำเพื่อให้ได้ความคิดรวบยอด การฝึกประสบการณ์ด้วยกรณีศึกษา การวิเคราะห์กรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง หรือการสาธิตเพื่อสะท้อนความคิดและอภิปราย

1.2.2 ขั้นลงมือกระทำ ประกอบด้วย :- การฝึกปฏิบัติเพื่อประยุกต์แนวคิด การประเมินการฝึกเพื่อให้ได้ความคิดรวบยอด

2. ยาเสพติด

หมายถึง สารเคมีหรือวัตถุชนิดใดๆ รวมถึงพืชหรือส่วนของพืชที่เป็นหรือให้ผลผลิตเป็นยาเสพติดให้โทษ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยการรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือด้วยวิธีการใดๆ แล้วทำให้เกิดผลต่อร่างกาย และตกเป็นทาสของสารนั้นทางจิตใจจนเป็นนิสัยในลักษณะสำคัญ ได้แก่ ต้องเพิ่มขนาดการเสพมากขึ้นเป็นลำดับ มีอาการถอนยาเมื่อขาดยา และมีผลกระทบต่อสุขภาพของผู้เสพให้ทรุดโทรมลง

3. การเสพติด

หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมเพื่อนำยาเสพติดเข้าสู่ร่างกายด้วยความตั้งใจของผู้ปฏิบัติเอง ได้แก่ การรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือด้วยวิธีการใดๆ ที่ส่งผลให้ยาเสพติดเข้าสู่ร่างกายได้

4. การป้องกันการเสพติด

หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการหลีกเลี่ยงการเสพติด

5. ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด

หมายถึง ความสามารถในการเชิงสังคมจิตวิทยาของนักเรียนที่ช่วยให้สามารถเผชิญกับสภาพการณ์ต่างๆ ที่เข้ามาปะทะ โดยมีพฤติกรรมที่เหมาะสมและเป็นที่พึงประสงค์ของสังคมในการหลีกเลี่ยงการเสพติด ประกอบด้วยทักษะดังต่อไปนี้

5.1 ความตระหนักในตนเอง

หมายถึง ความสามารถในการค้นหา และทำความเข้าใจในจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างที่มีในตนเองกับบุคคลอื่น รับรู้ได้ว่าตนเองกำลังคิด รู้สึก หรือกำลังทำอะไรอยู่ทั้งกับตนเองและกับบุคคลอื่น รวมทั้งสามารถประเมินจุดเด่นจุดด้อยของตนเองเกี่ยวกับความเสี่ยงต่อการถูกชักนำไปสู่การเสพติดได้

5.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง

หมายถึง ความภูมิใจและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า สามารถบอกคุณค่าของตนเองตามเจตคติที่มีต่อตัวเองในเรื่อง ความมั่นใจ การรู้จักให้ รู้จักรับ การค้นพบ ความพยายาม มุ่งมั่นให้ประสบความสำเร็จ การมีความสามารถด้านต่างๆ การมีความเชื่อมั่นว่าตนเองได้รับการยกย่องนับถือจากบุคคลและสังคม โดยการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นต้องไม่พึ่งพาสเสพติด

5.3 ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

หมายถึง ความสามารถในการใช้คำพูด ภาษา ท่าทาง เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเองอย่างเหมาะสม และความสามารถในการรับรู้ความคิดความรู้สึกของอีกฝ่าย สำหรับการวิจัยนี้มุ่งเน้นความสามารถในการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ เพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมการเสพติด เมื่อถูกชักชวนจากเพื่อนหรือบุคคลอื่นๆ

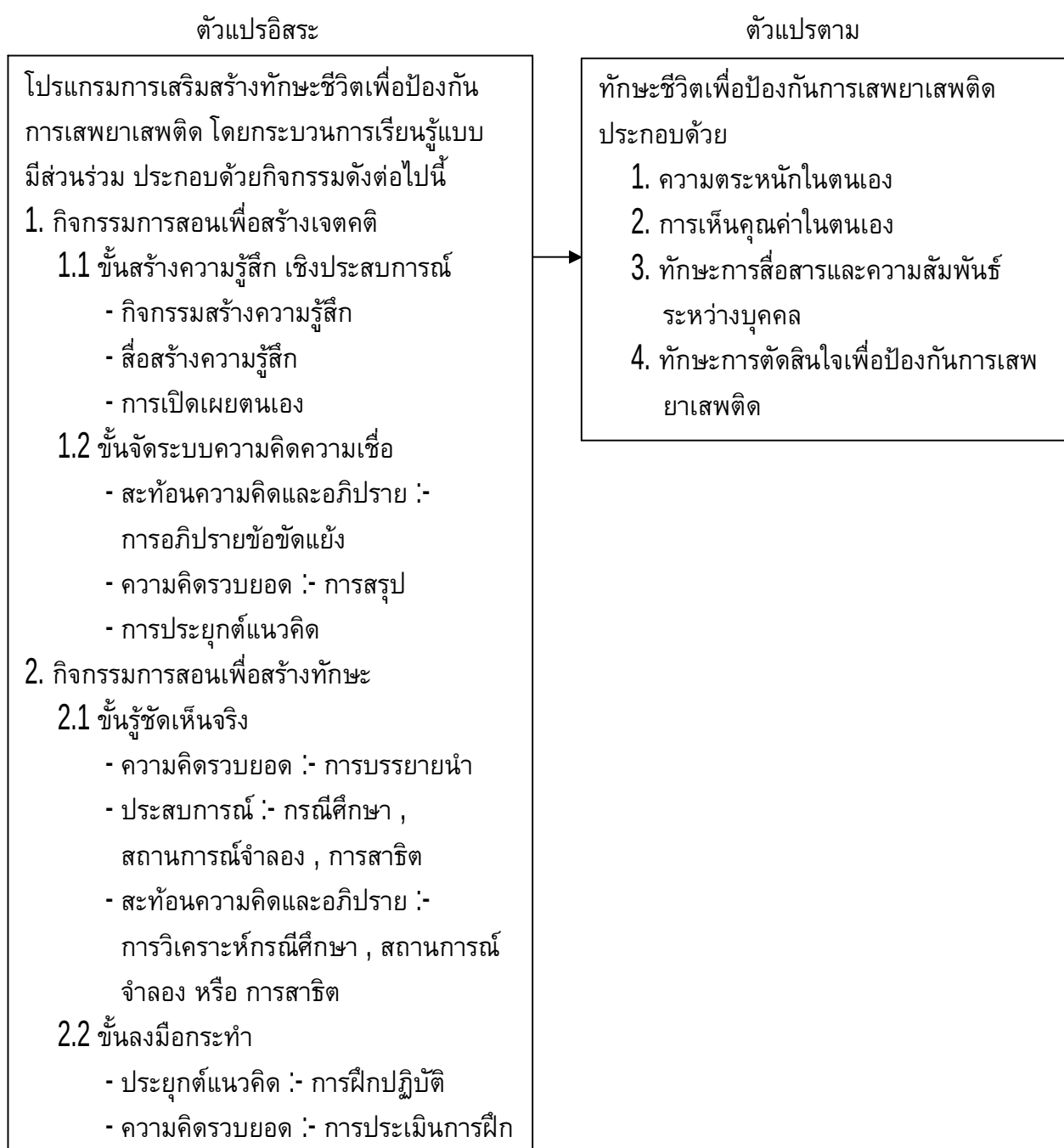
5.4 ทักษะการตัดสินใจ

หมายถึง ความสามารถในการคิดและการรับรู้ถึงปัญหา สาเหตุของปัญหา การวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียเพื่อประเมิน และหาทางเลือกในการปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งเป็นกระบวนการที่มีขั้นตอนประกอบด้วย ขั้นตอนการกำหนดทางเลือกที่ต้องการตัดสินใจ ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจ ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก และขั้นตอนการรู้จักทางเลือกที่ถูกต้องและเหมาะสมที่สุดที่นำไปสู่การตัดสินใจ

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ สืบเนื่องมาจากที่ผู้วิจัยได้เป็นวิทยากรพิเศษในการสอนความรู้เกี่ยวกับการป้องกันยาเสพติดในโรงเรียนและชุมชนแบบบูรณาการการสอนในวิชาแนะแนวของโรงเรียนและการอบรมต่างๆ หลายแห่งตามภารกิจและการร้องขอกับหน่วยงาน ซึ่งเป็นการเพิ่มทักษะชีวิตในองค์กรประกอบด้านพุทธิพิสัยให้กับผู้เรียนเป็นเบื้องต้นแล้ว การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จึงได้นำแนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินกิจกรรม โดยมุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ให้มากที่สุด ซึ่งประสงค์ให้ผู้เรียนสามารถนำประสบการณ์ในกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพตามองค์ประกอบทักษะชีวิต ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้นำหลักการจัด

กิจกรรม องค์ประกอบของทักษะชีวิต และกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มาเรียบเรียงเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า ดังแสดงในภาพประกอบ 1

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

สมมุติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมในด้านต่อไปนี้

- 1.1 ความตระหนักในตนเอง
- 1.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
- 1.3 ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 1.4 ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

2. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมในด้านต่อไปนี้

- 2.1 ความตระหนักในตนเอง
- 2.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
- 2.3 ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 2.4 ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับยาเสพติด
2. แนวคิด ทฤษฎี และกระบวนการที่นำมาใช้ในการวิจัย
 - 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต
 - 2.2 ความสำคัญของทักษะชีวิต
 - 2.3 ทักษะชีวิตที่ศึกษาวิจัย
 - 2.4 แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม
 - 2.5 แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
 - 2.6 หลักและวิธีการสอนทักษะชีวิต
 - 2.7 วิธีการทางสุขศึกษาเพื่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 3.1.1 งานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติด
 - 3.1.2 งานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิต
 - 3.2 งานวิจัยในประเทศไทย
 - 3.2.1 งานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติด
 - 3.2.2 งานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิต

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับยาเสพติด

ยาเสพติด มีรายละเอียดที่จำเป็นจะต้องทราบดังต่อไปนี้

1. ความหมายของยาเสพติด

เกี่ยวกับความหมายของยาเสพติด ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

กระทรวงศึกษาธิการ กรมการฝึกหัดครู (2520 : 29) ได้ให้ความหมายของยาเสพติดว่า หมายถึง ยาหรือสารเคมีที่เมื่อบุคคลเสพเข้าสู่ร่างกายด้วยวิธีใดๆ ติดต่อกันในระยะเวลาหนึ่งแล้ว ส่งผลต่อร่างกายและจิตใจของผู้ใช้ เกิดความเป็นพิษเรื้อรัง โดยมีลักษณะสำคัญ 4 ประการ คือ

- 1) มีความต้องการอย่างรุนแรงที่จะต้องเสพสารนั้นต่อไปอีก

- 2) มีความต้องการเพิ่มปริมาณของยาหรือสารที่เสพนั้นให้มากขึ้น
- 3) เมื่อไม่ได้เสพยาจะทำให้ผู้เสพเกิดอาการอยากยา
- 4) ยาที่เสพนั้นจะส่งผลทำลายสุขภาพของผู้เสพทั้งทางร่างกายและจิตใจ

พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 (กระทรวงมหาดไทย. กรมการปกครอง. 2546 ก : 191) ได้ให้ความหมายของยาเสพติดให้โทษว่า หมายถึง สารเคมีหรือวัตถุชนิดใดๆ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือด้วยประการใดๆ แล้วทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ เช่น ต้องเพิ่มขนาดการเสพเรื่อยๆ มีอาการถอนยาเมื่อขาดยา มีความต้องการเสพทั้งร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงอยู่ตลอดเวลา และสุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง กับให้รวมตลอดถึงพืชหรือส่วนของพืชที่เป็นหรือให้ผลผลิตเป็นยาเสพติดให้โทษหรืออาจใช้ผลิตเป็นยาเสพติดให้โทษและสารเคมีที่ใช้ในการผลิตยาเสพติดให้โทษดังกล่าวด้วย ทั้งนี้ตามที่รัฐมนตรีประกาศในราชกิจจานุเบกษา แต่ไม่หมายความถึงยาสามัญประจำบ้านบางตำรับตามกฎหมายว่าด้วยยาที่มียาเสพติดให้โทษผสมอยู่

กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย (2544 : 48-49) ได้ให้ความหมายของ ยาเสพติดว่า หมายถึง สารที่เสพเข้าสู่ร่างกายซ้ำๆ กัน ไม่ว่าด้วยวิธีการใดๆ จะทำให้เกิดผลต่อผู้เสพ ดังนี้

- 1) มีความต้องการเพิ่มปริมาณการเสพขึ้นเรื่อยๆ
- 2) มีความต้องการเสพอย่างรุนแรง หรือ ตกเป็นทาสทางจิตใจ
- 3) มีอาการทรมาณทางกายเมื่อไม่ได้เสพ หรือ ตกเป็นทาสทางกาย
- 4) สุขภาพของผู้เสพทรุดโทรมลง

โดยสรุป ยาเสพติด หมายถึง สารเคมีหรือวัตถุชนิดหนึ่งชนิดใด ที่เมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายด้วยวิธีการรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือด้วยวิธีการใดๆ แล้วทำให้เกิดผลต่อร่างกายและตกเป็นทาสของสารนั้นโดยเกิดความต้องการทางจิตใจ มีความต้องการเสพในปริมาณเพิ่มมากขึ้นเมื่อขาดยาจะมีอาการถอนยา และมีผลกระทบต่อสุขภาพของผู้เสพให้ทรุดโทรมลง

2. ประเภทของยาเสพติด

ประเภทของยาเสพติด สามารถแบ่งตามลักษณะต่างๆ ได้ดังนี้
(กระทรวงสาธารณสุข. กรมอนามัย. 2544 : 49)

2.1 แบ่งตามกฎหมาย แบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

2.1.1 ประเภทที่ถูกกฎหมาย เช่น ยาแก้ไอ น้ำด่าง บุนนารี เหล้า เบียร์ ไวน์ กาแฟ เป็นต้น ซึ่งคนทั่วไปมักเข้าใจว่าไม่ใช่ยาเสพติด หรืออาจรู้แต่คิดว่าฤทธิ์อ่อนคงไม่สามารถทำให้ติด จึงไม่ค่อยยับยั้งชั่งใจในการลองเสพ และมักจะเลิกได้ยาก

2.1.2 ประเภทที่ผิดกฎหมาย เช่น ฝิ่น มอร์ฟีน เฮโรอีน ยาบ้า กัญชา ยานอนหลับ สารระเหย เป็นต้น ประเภทนี้กฎหมายกำหนดบทลงโทษไว้รุนแรงทั้งผู้เสพและผู้ขาย

2.2 แบ่งตามวิธีการออกฤทธิ์ต่อระบบประสาท

ยาเสพติดส่วนใหญ่เป็นสิ่งที่เมื่อเข้าสู่ร่างกายแล้วทำให้มีความรู้สึกผ่อนคลายหายจากอาการปวด อาการเครียด มีความกระปรี้กระเปร่า สุขสบาย ฯลฯ อันมีผลทำให้ผู้ใช้ติดใจและอยากใช้อีก และท้ายที่สุดต้องใช้เป็นประจำขาดไม่ได้ เมื่อขาดยา ก็จะเกิดอาการผิดปกติขึ้น ซึ่งความรู้สึกต่างๆ ดังกล่าวนั้น เกิดจากผลของฤทธิ์ยาต่อระบบประสาทและจิตใจ ดังนั้น มวลสารหรือยาต่างๆ ที่มีลักษณะเป็นยาเสพติดจึงเป็นพวกที่มีคุณสมบัติสำคัญ คือ สามารถออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง ซึ่งในลักษณะนี้สามารถแบ่งยาเสพติดได้เป็น 4 ประเภท คือ

2.2.1 ประเภทกดประสาท ทำให้การรู้สึกลดลง ขาดความยับยั้งชั่งใจ เช่น ผีนเฮโรอีน มอร์ฟิน ยานอนหลับ เหล้า สารระเหย เป็นต้น

2.2.2 ประเภทกระตุ้นประสาท ทำให้รู้สึกตื่นตัว หัวใจเต้นแรง เบื่ออาหารนอนไม่หลับ เช่น ยาบ้า กระต้อม โคเคน ยาอี กาแฟ บุหรี่ เป็นต้น

2.2.3 ประเภทหลอนประสาท ทำให้การรับรู้ความรู้สึก และการแปรผลผิดปกติ เช่น แอลเอสดี (L.S.D. = Lysergic acid diethylamide) เห็ดขี้ควาย เป็นต้น

2.2.4 ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน อาจออกฤทธิ์กด กระตุ้น หรือหลอนประสาทร่วมกัน เช่น กัญชา เป็นต้น

2.3 แบ่งตามแหล่งที่มา แบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ (สุพรรณ วีระเวชเจริญชัย. 2532 : 7-9)

2.3.1 ประเภทที่ได้จากธรรมชาติ เช่น ผีน มอร์ฟิน กัญชา กระต้อม เป็นต้น

2.3.2 ประเภทที่ได้จากสารสังเคราะห์ เช่น เฮโรอีน ยาบ้า ยาอี เป็นต้น

2.4 แบ่งตามองค์การอนามัยโลก

องค์การอนามัยโลก ได้จัดแบ่งยาเสพติดออกเป็น 9 ประเภท คือ

2.4.1 ประเภทฝิ่นหรือมอร์ฟิน รวมถึงยาที่มีฤทธิ์คล้ายมอร์ฟิน เช่น ผีน มอร์ฟิน (Morphine) เฮโรอีน (Heroin) เป็นต้น

2.4.2 ประเภทบาร์บิทูเรต (Barbiturates) รวมถึงยาที่มีฤทธิ์ในลักษณะเดียวกัน เช่น เซโคบาร์บิทัล (Secobarbital) อะโมบาร์บิทัล (Amobarbital) ไดอะซีแพม (Diazepam) คลอร์ไดอะซีพอกไซด์ (Chlordiazepoxide) เป็นต้น

2.4.3 ประเภทแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์ วิสกี้ เป็นต้น

2.4.4 ประเภทแอมเฟตามีน (Amphetamine) เช่น เมทแอมเฟตามีน (Methamphetamine) เดกแอมเฟตามีน (Dexamphetamine) เป็นต้น

2.4.5 ประเภทโคเคน เช่น ใบโคคา (Coca leaf) เป็นต้น

2.4.6 ประเภทกัญชา (Cannabis) ทุกส่วนของพืชกัญชา เช่น ใบ ดอก เป็นต้น

2.4.7 ประเภท KHAT เช่น ใบกระต้อม เป็นต้น

2.4.8 ประเภทหลอนประสาท เช่น แอลเอสดี (LSD) ดีเอ็มที (DMT) เมสคาลีน (Mescaline) เมล็ดมอร์นิ่งกลอรี เห็ดเมาบางชนิด เป็นต้น

2.4.9 ประเภทอื่นๆ ที่ไม่สามารถจัดไว้ในประเภทใดได้ เช่น ทินเนอร์ เบนซิน ยาแก้ปวด บุหรี่ เป็นต้น

2.5 แบ่งตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522

ตามพระราชบัญญัตินี้ ยาเสพติดให้โทษแบ่งออกเป็น 5 ประเภท คือ (กระทรวงมหาดไทย. กรมการปกครอง. 2546 ก : 193-194)

ประเภท 1 ยาเสพติดให้โทษชนิดร้ายแรง เช่น เฮโรอีน (Heroin) เป็นต้น (ยาบ้า หรือแอมเฟตามีนก็จัดอยู่ในประเภทนี้ด้วย)

ประเภท 2 ยาเสพติดให้โทษทั่วไป เช่น มอร์ฟีน (Morphine) โคคาอิน (Cocain) โคเดอีน (Codein) ฝิ่นยา (Medicinal Opium) เป็นต้น

ประเภท 3 ยาเสพติดให้โทษที่มีลักษณะเป็นตำรับยา และมียาเสพติดให้โทษในประเภท 2 ผสมอยู่ด้วย ตามหลักเกณฑ์ที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดในราชกิจจานุเบกษา เช่น ยาแก้ไอผสมโคเดอีน เป็นต้น

ประเภท 4 สารเคมีที่ใช้ในการผลิตยาเสพติดให้โทษประเภท 1 หรือประเภท 2 ได้แก่ อาเซติกแอนไฮไดรต์ (Acetic Anhydrite) อาเซทิลคลอไรด์ (Acetyl Chloride) เป็นต้น

ประเภท 5 ยาเสพติดให้โทษที่มีได้เข้าอยู่ในประเภท 1 ถึงประเภท 4 เช่น กล้วยา พืชกระท่อม พืชฝิ่น พืชเห็ดขี้ควาย เป็นต้น

3. ทฤษฎีการติดสิ่งเสพติด

ทฤษฎีการติดสิ่งเสพติด เป็นทฤษฎีที่ใช้สำหรับทำความเข้าใจการกระทำในการเสพยาเสพติดของคนว่า เพราะเหตุใดคนจึงติดยาเสพติด ทำอย่างไรจะบำบัดรักษาผู้ติดยาให้หายขาดได้

ทฤษฎีการติดสิ่งเสพติด ในปัจจุบันสามารถสรุปได้ว่ามีอยู่ 4 ทฤษฎี ดังนี้คือ (จำรูญ ยาสมุทร และคณะ. 2521 : 7-8)

3.1 ทฤษฎีที่ 1 เชื่อว่าคนติดยาเสพติดเพราะจิต (Psychological หรือ Psychic Dependence) คนที่ใจแข็งก็หายได้ง่าย ใจไม่แข็งก็หายได้ยาก บางคนติดง่ายแต่บางคนติดยาก เป็นเรื่องของบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล

3.2 ทฤษฎีที่ 2 เชื่อว่าคนติดยาเสพติดเพราะสังคม และสิ่งแวดล้อมเป็นต้นเหตุ สภาพทางสังคมเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการติดยาเสพติดขึ้น และการหวนกลับมาใช้อีก

3.3 ทฤษฎีที่ 3 เอาทฤษฎีที่ 1 และ 2 มารวมกัน เป็นทฤษฎีที่ได้มีการนำไปใช้มาก ในสถานบำบัดผู้ติดยาเสพติด

3.4 ทฤษฎีที่ 4 เป็นทฤษฎีที่ค่อนข้างใหม่ ซึ่งได้รับความนิยมแพร่หลายมากขึ้น เป็นทฤษฎีเดียวกับทางชีวเคมีในแง่ของการสันดาป ถือว่าการติดยาพวกอนุพันธ์ฝิ่น เป็นความไม่สมดุลย์ของการสันดาปที่ยืดเยื้อ (Protracted metabolic imbalance) หรือโรคที่เกิดจากการสันดาปของเซลล์ ร่างกายส่วนประสาทเสื่อมลงเหมือนกับคนที่ เป็นโรคเบาหวานต้องการใช้ยาพวกอินซูลินอยู่ตลอดไป จึงจะสามารถประกอบภารกิจประจำวันได้ตามปกติ

เกี่ยวกับการติดสิ่งเสพติดนั้น มีผู้ศึกษาลักษณะของการติดสิ่งเสพติดไว้ ดังนี้
 สุปัทพ์นั ธีรเวชเจริญชัย (2532 : 90-93) ได้กล่าวถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดการติดยาเสพติดว่า มีสาเหตุดังนี้

- 1) เหตุจากการอยากทดลอง อันเป็นสัญชาตญาณอย่างหนึ่งของมนุษย์ เป็นลักษณะต้องการมีประสบการณ์ในสิ่งใหม่นั้น
- 2) เหตุจากการชักชวน เป็นการกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการที่เป็นไปตามวัยตามกระแสสังคม หรืออาจถูกชักชวนจากเพื่อน จากคนใกล้ชิด
- 3) เหตุจากการถูกหลอกลวง ยาเสพติด อาจมีรูปแบบต่างๆ เช่น ท็อฟฟี่ แคปซูล หรือผงสูดดม โดยที่ผู้เสพไม่รู้แน่ว่าสิ่งที่เสพยาเข้าไปจะมีโทษร้ายแรงต่อร่างกาย ทำยที่สุดอาจเกิดการติดได้
- 4) เหตุจากความคะนอง บุคคลประเภทนี้แม้จะรู้ว่ายาเสพติดให้โทษเป็นสิ่งไม่ดี แต่ด้วยความคึกคะนอง บางคนอาจกระทำไปเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน ดึงดูดความสนใจ เพื่ออวดเพื่อน อวดเพศตรงข้าม
- 5) เหตุจากปัญหาทางครอบครัว มักมีปัญหาสัมพันธภาพภายในครอบครัว การแสดงอารมณ์ต่อกัน การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว

ฉวี สิงห์วิสัย (2533 : 66-67) ได้กล่าวถึง การใช้ยาบ้าในกลุ่มวัยรุ่นว่ามีผลมาจากแรงกระตุ้นจากหลายทาง ได้แก่

- 1) ค่านิยมที่ต้องการแสดงออกถึงการต่อต้านต่อสิ่งที่ผู้ใหญ่บอก
- 2) การเสพยาเสพติดเป็นเพียงพื้นฐานความอยากรู้อยากเห็น อยากลอง และอยากมีประสบการณ์ว่าจะมีความรู้สึกละอย่างไร การได้เสพยาเสพติดเป็นเสมือนข้อบ่งชี้อย่างหนึ่งว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ชอบลอง อยากมีประสบการณ์ใหม่ๆ ในชีวิต
- 3) ในวัยรุ่นที่มีความรู้สึกว่าตนด้อยคุณค่าไม่ว่าจะด้อยด้านใดก็ตาม ต้องการหนีจากสภาพของตนชั่วขณะ การใช้ยาจะเป็นการทำให้ลืมเหตุการณ์นั้นได้ระยะหนึ่ง
- 4) มุมมองเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด เป็นสิ่งที่ใช้เพื่อสร้างความผ่อนคลายทางจิตใจ
- 5) มุมมองเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด เป็นสิ่งที่ช่วยลดความกระวนกระวาย ความทุกข์ ความเหงา ความรู้สึกถูกทอดทิ้ง

บรรจง สืบสมาน (2536 : 624-625) ได้กล่าวถึง ลักษณะบางประการที่มักพบในครอบครัวที่มีผู้ติดยาเสพติดไว้ ดังนี้

1) ความล้มเหลวในการสื่อสาร (Failure of communication) โดยเฉพาะอย่างยิ่งระหว่างพ่อกับลูกหรือพ่อแม่กับลูกในลักษณะต่างๆ กัน เช่น

1.1) มักพูดกันเฉพาะตำหนิว่า (Negative communication) ไม่มีการชมหรือให้กำลังใจ มักมีแต่ท่าทีจับผิด ตูณุก ยกย่องผู้อื่นมากเกินไป

1.2) พูดประซด (Vicarious communication) คือ การพูดในเชิงยุยงให้ทำชั่ว ทำเลว หรือไปเสพยาเสพติดเสียเลยถ้าทำในสิ่งที่ได้ไม่ได้

1.3) เด็กวัยรุ่นอาจใช้วิธีการทำผิดเพื่อเรียกร้องความสนใจ ให้พ่อแม่เอาใจใส่ตนมากขึ้น (A cry for help) เช่น หนีโรงเรียน กลับบ้านผิดเวลา ไข้ยาเสพติด หรือการกระทำผิดเพื่อให้ตำรวจจับ ซึ่งในลักษณะการกระทำผิดเพื่อเรียกร้องความสนใจนี้มักทวีรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ

1.4) พ่อแม่ที่มีท่าทีปฏิเสธลูกอย่างมาก (Massive parental denial) พ่อแม่ที่มีท่าทีปฏิเสธการกระทำผิดของลูก เช่น เห็นอยู่ว่าลูกกระทำผิดก็ทำเหมือนไม่เห็น มักพูดและแสดงเสมอว่า ลูกของตนต้องเป็นคนดี ไม่ใช่ของตนหรือที่ไปติดยาเสพติด

2) ปัญหาการเก็บกดอารมณ์ เป็นลักษณะของอารมณ์ที่แสดงต่อกันภายในครอบครัวที่ต้องดีเข้าหากัน แสดงกิริยาดี มีการซ่อนเก็บความโกรธไว้ โดยไม่ยอมรับการกระทำที่บ่งบอกถึงความโกรธที่อาจแสดงออกมา โดยถือว่าเป็นกิริยาที่ไม่ดี ตำทราวม แสดงถึงความไม่อบอุ่น ไม่รัก ไม่ใส่ใจกัน

3) ความคาดหวังในตัวเด็กที่อาจส่งผลในทางไม่ดี (Pathogenic parental expectations) มักเป็นไปในลักษณะที่ตั้งความหวังในตัวลูกสูงมาก และเด็กไม่สามารถกระทำให้ประสบความสำเร็จตามที่พ่อแม่ตั้งความหวังได้ ประกอบกับพ่อแม่ใช้ความสำเร็จของลูกนั้นเป็นเงื่อนไขที่จะให้ความรักแก่ลูกด้วย

มาริสา หะสาเมะ (2540 : 19-21) ได้กล่าวถึง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดยาเสพติดตามแนวคิดทางด้านระบาดวิทยา ซึ่งมี 3 ปัจจัย คือ

1) ยาหรือฤทธิ์ของยา (Agent) จากฤทธิ์ของยาเสพติดจะทำให้ผู้ที่เสพยาเข้าไปเกิดการติด การทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายเปลี่ยนแปลงไป ร่างกายจะเกิดสภาพความเคยชินเสมือนเป็นนิสัยต่อการทำงานในรูปแบบนั้น และเมื่อขาดยา ร่างกายก็จะพยายามปรับคืนตัวเข้าสู่สภาวะปกติ แต่การเปลี่ยนแปลงการทำงานของร่างกายที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วจะทันทันนั้นจะทำให้ผู้เสพยามีอาการผิดปกติ ที่มีความรุนแรงมากถึงขนาดทนไม่ได้ เพื่อระงับอาการผิดปกติให้ร่างกายทำงานตามระบบปกติต่อไป จึงมีความต้องการแสวงหาเสพยาอยู่เสมอ

2) ตัวผู้เสพยา (Host) จากสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีความวุ่นวาย สับสนและ ประกอบกับสภาพร่างกายและจิตใจของคนอาจมีความบกพร่องในตัวมากบ้างน้อยบ้าง

ส่งผลทำให้คนเกิดความผิดปกติทางด้านร่างกาย จิตใจ ขาดสิ่งยึดเหนี่ยว เช่น ต้องการใช้ยาเสพติดเพื่อให้ลืมปัญหาในอดีต เป็นต้น

3) ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) เป็นอิทธิพลสำคัญยิ่งในการชักจูงให้วัยรุ่นใช้ยาเสพติด เช่น อาศัยอยู่ในละแวกที่มีการค้ายาบ้า ครอบครัวแตกแยกขาดความเข้าใจ

ทรงเกียรติ ปิยะกะ (2543 : 5) ได้กล่าวถึง สาเหตุของการติดยาเสพติด อธิบายโดยใช้ทฤษฎีชีวจิตตสังคัม (Bio-psycho-social model of addiction) ดังนี้

1) ตัวบุคคล ได้แก่ พันธุกรรม มีอิทธิพลต่อการติดยาเสพติด สิ่งถ่ายทอดทางพันธุกรรม เช่น ความเปราะบาง (Vulnerability) ซึ่งเป็นแนวโน้มที่จะทำให้ติดยา หรือเป็นความไวทางพันธุกรรมต่อการติดยา

2) ตัวสาร

2.1) สารที่เป็นยาเสพติดนั้น จะต้องเข้าไปออกฤทธิ์ที่สมองบางส่วน ทำให้มีความรู้สึกเป็นสุขหรือลดความทุกข์ได้ เมื่อใช้ยาบ่อยๆ สมองจะเปลี่ยนแปลงไป โดยจะต้องพึ่งยาเสพติดเท่านั้นจึงจะอยู่ได้อย่างปกติ

2.2) สารบางอย่างมีการออกฤทธิ์แรง ทำให้เสพติดได้ง่าย

3) สิ่งแวดล้อม

3.1) สิ่งแวดล้อมรวมทั้งการเลี้ยงดูจากพ่อแม่ มีอิทธิพลต่อการสร้างปัจจัยทางบวกและลดปัจจัยทางลบต่อการติดยาเสพติด

3.2) สิ่งแวดล้อมจะเป็นตัวชักนำให้ ตัวบุคคลมาพบกับตัวสาร คือ ทำให้เกิดการลองยา

3.3) สิ่งแวดล้อมเป็นตัวเกื้อหนุนให้มีการใช้ยาต่อไป

สไตน์เบิร์ก (Steinberg. 1993 : 436-437) ได้กล่าวถึง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเสพยาเสพติดของวัยรุ่นไว้ ดังนี้

1) ลักษณะทางบุคลิกภาพที่ไม่พึงประสงค์ เช่น อารมณ์รุนแรง เก็บกด เป็นต้น

2) สัมพันธภาพภายในครอบครัวที่ไม่ดี มักทำให้เกิดปัญหาการเสพยาเสพติดได้มากกว่าครอบครัวที่มีสัมพันธภาพภายในครอบครัวที่ดี เช่น รู้สึกเป็นฝ่ายตรงข้ามต่อกัน มีปัญหาขัดแย้งกันอยู่เสมอ

3) วัยรุ่นในครอบครัวที่มีการเสพยาเสพติด โดยเฉพาะอย่างยิ่งบิดามารดา

4) การเสพยาเสพติดมีส่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเสพยาเสพติดของกลุ่มเพื่อน วัยรุ่นที่ใช้ยาเสพติดจะเลือกกลุ่มเพื่อนที่ใช้ยา วัยรุ่นที่มีเพื่อนใช้ยาเสพติดก็มักจะใช้ยาเสพติดด้วย

5) วัยรุ่นที่เริ่มใช้ยาเสพติดมักจะมีปัญหาในด้านพัฒนาการทางจิตใจ เมื่อเวลาที่มีความรู้สึกอ่อนแอก็มักจะมีอิทธิพลให้เลือกเสพยาอย่างง่ายขึ้น

จะเห็นได้ว่า การติดยาเสพติดนั้นอาจเกิดมาจากสาเหตุเดียวหรือหลายสาเหตุก็ได้ สาเหตุทั้งหลายนั้นอาจมีพื้นฐานมาจากสภาวะจิตใจ สภาวะแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม รวมถึงวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป ดังนั้น ในการพิจารณาถึงสาเหตุของการใช้ยาเสพติดในกลุ่มบุคคลต่างๆ นั้น จึงควรพิจารณาจากหลายปัจจัยสาเหตุและข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้นในขณะนั้น มิใช่มุ่งไปเพียงประเด็นสนใจเพียงอย่างเดียว เพื่อให้ได้แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาคือครอบคลุมที่สุด

4. ความหมายของวัตถุออกฤทธิ์และยาบ้า

ปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดที่สำคัญลำดับแรกๆ ในจำนวนปัญหายาเสพติดทุกชนิดก็คือ ยาบ้าหรือแอมเฟตามีนซึ่งเป็นยาเสพติดประเภทออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง (กระทรวงศึกษาธิการ. กรมพลศึกษา. 2543 : 9) จึงควรทราบความหมายและข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับยาบ้าเพื่อเป็นพื้นฐานในการศึกษาแนวทางการป้องกันและบำบัดรักษาต่อไป ซึ่งในการแก้ไขปัญหายาเสพติดชนิดอื่นก็มักมีแนวทางที่คล้ายกัน แต่ก่อนอื่นได้นั้นมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทราบความหมายของวัตถุออกฤทธิ์ด้วย

4.1 วัตถุออกฤทธิ์

หมายถึง วัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ที่เป็นสิ่งธรรมชาติหรือที่ได้จากสิ่งธรรมชาติ หรือวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาทที่เป็นวัตถุสังเคราะห์ ทั้งนี้ตามที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขประกาศในราชกิจจานุเบกษา (มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ชมรมนิติศาสตร์สังคม. 2540 : 3)

4.2 ยาบ้า หรือแอมเฟตามีน

มีผู้ให้ความหมายและคำจำกัดความของยาบ้าหรือแอมเฟตามีนไว้ ดังต่อไปนี้
 อรรถณ หุ่นดี (2529 : 16) ได้กล่าวถึงยาบ้าว่า ยาบ้า เป็นยาเสพติดที่เมื่อผู้ใช้ติดแล้วหากไม่ได้ใช้ก็เกิดอาการขาดยา ผู้ใช้จะมีอาการทุกข์ทรมาน คือ รู้สึกอ่อนเพลียมากจนกระทั่งอาจไม่มีแรงแม้จะรับประทานอาหารได้ จะมีอาการกระวนกระวาย กระสับกระส่าย ความคิดสับสน ผู้ใช้นั้นอาจทุรนทุราย เอะอะอาละวาด และทำร้ายผู้อื่นอยู่ใกล้ชิดได้ ที่สำคัญคือ อาจถึงกับฆ่าตัวตายได้เพราะรู้สึกเศร้ามาก ซึ่งเกิดจากฤทธิ์ที่ขาดยานั่นเอง อาจมีอาการทรมานแบบนี้เป็นสัปดาห์ ซึ่งผู้ที่ติดแล้วมักทนอาการขาดยาไม่ไหว ต้องแสวงหายาใหม่อีกเพื่อบำบัดตัวเองให้พ้นความทรมาน กลายเป็นวัฏจักรที่ไม่สิ้นสุดได้ ลักษณะคล้ายกับว่าได้ตกเป็นทาสของยาบ้าเนื่องจากผู้ใช้ยาเสพติดมักเพิ่มจำนวนยามากขึ้นเรื่อยๆ พืชจากการใช้ยาที่มากเกินไปนั้นจะทำให้เกิดอาการที่รุนแรง คือ ตัวซีดจนอาจเขียว มีไข้ ความดันโลหิตสูง ใจสั่น หายใจไม่ค่อยออกมือสั่น เหนื่อยเซ ซึมเศร้า คลื่นไส้ อาเจียน กล้ามเนื้อกระตุก ชัก และหมดสติ อาจทำให้เสียชีวิตได้

วิจิตร บุญยะโหดระ (2538 : 130) ได้ให้ความหมายของยาบ้าว่า หมายถึง ยาเสพติดประเภทกระตุ้นประสาท และเป็นยาอันตรายที่เสพติดเป็นนิสัย อยู่ในความควบคุมของพระราชบัญญัติยาเสพติด มีฤทธิ์ในการกระตุ้นประสาทส่วนกลาง ทำให้เกิดความรู้สึกสมองแจ่มใส

และร่างกายไม่มีความเหน็ดเหนื่อยในช่วงระยะแรกของการเสพ ผู้ที่ต้องการใช้กำลังทางร่างกาย และสมองนิยมใช้มากกว่าบุคคลปกติ ฤทธิ์ของยาจะทำให้ผู้เสพเกิดอาการตื่นเต้น มือสั่น ความคิดเร็วกว่าปกติแต่สมาธิเสีย มีผลกระทบต่อระบบไหลเวียนโลหิตทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น และกระตุ้นหัวใจทำให้เกิดอาการใจสั่น เมื่อใช้ยาไปนานๆ จะเกิดการเป็นพิษทำให้สุขภาพทรุดโทรม มีความเสื่อมทางจิต และมักมีอาการหวาดระแวง

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2538 : 3-4) ได้ให้ความหมายของยาบ้าว่า หมายถึง ยาประเภทกระตุ้นประสาทส่วนกลาง ที่ทางการแพทย์ได้คิดค้นขึ้นเพื่อมาใช้ในการรักษาโรคซึมเศร้า โรควงหลับ (นาร์โคเลปซี) เป็นต้น ซึ่งปัจจุบันเลิกใช้แล้ว เนื่องจากทำให้ผู้ป่วยเกิดการเสพติด อีกทั้งมีผลข้างเคียงสูงมาก เช่น ทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น หลอดเลือดตีบเล็กลง และมีอาการทางจิต คือ อาการหวาดระแวง เกิดภาพหลอน อาจส่งผลกระทบต่อให้ทำร้ายผู้อื่นและตัวเองโดยขาดสติยังคิดได้

กระทรวงศึกษาธิการ กรมพลศึกษา (2543 : 9-11) ได้ให้ความหมายของยาบ้า โดยกล่าวถึงการออกฤทธิ์ของยาบ้าไว้ด้วยว่า หมายถึง ยานชนิดหนึ่งซึ่งเมื่อได้รับเข้าสู่ร่างกายแล้ว จะออกฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้รู้สึกมีกำลังเพิ่มขึ้น ร่างกายมีความตื่นตัว ไม่รู้สึกง่วงนอน สามารถทำงานได้นานกว่าปกติ แต่เมื่อหมดฤทธิ์ยาจะหลับและอ่อนเพลียมากกว่าปกติ ถ้าใช้เป็นระยะเวลานานจะเกิดการติดยา ต้องเพิ่มขนาดสูงขึ้น เมื่อใช้ติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน จะทำให้ความคิดสับสน เบื่ออาหาร เพ้อคลั่ง นอนไม่หลับ ประสาทหลอน ใจสั่น เหงื่อออก บางครั้งซึมเศร้า มีความคิดฟุ้งซ่าน วิตกกังวล ความดันโลหิตสูง ผิวหนังเป็นผื่นแดง มีอาการคล้ายคนเป็นโรคจิต ใช้ในขนาดสูงอาจทำให้หัวใจล้มเหลวได้

จากการศึกษาความหมาย และคุณลักษณะของยาบ้าจากแหล่งต่างๆ โดยสรุปยาบ้า หมายถึง ยาเสพติดประเภทกระตุ้นประสาทส่วนกลาง มีผลต่อระบบไหลเวียนโลหิต มีฤทธิ์กระตุ้นการเต้นหัวใจ ทำให้ผู้เสพรู้สึกกระปรี้กระเปร่า ทำงานได้ทนและนานโดยไม่เหน็ดเหนื่อย เกิดความรู้สึกสบายและผ่อนคลาย แต่เมื่อเสพเป็นเวลานานจะมีความต้องการยาในปริมาณมากขึ้น มีความต้องการทางจิตเสมือนตกเป็นทาสของยานั้น อาจมีผลต่อสุขภาพทำให้ร่างกายทรุดโทรม มีอาการเจ็บปวดทุกข์ทรมานทางกาย เกิดอาการทางจิต หวาดระแวง และอาจทำร้ายตนเองและผู้อื่น จนเกิดอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้

แนวคิด ทฤษฎี และกระบวนการที่นำมาใช้ในการวิจัย

1. แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

วงจรการเสพยาเสพติดสามารถเกิดขึ้นได้เสมอ หากบุคคลนั้นขาดทักษะที่จะช่วยเพิ่มขีดความสามารถในการจัดการ หรือกระทำเกี่ยวกับสภาวะความต้องการ หรือสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ จนสามารถที่จะป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้ แนวคิดที่น่าสนใจมากอีกอันจะช่วยเพิ่มขีดความสามารถการจัดการปัญหา(สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. 2540 ค : 7) คือ ทักษะชีวิต (Life skill) ขององค์การอนามัยโลก ซึ่งเป็นรูปแบบการเสริมสร้างความสามารถทางจิตสังคม เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมแม้ต้องเผชิญกับแรงกดดันในสภาพปัญหาต่างๆ ที่อาจเข้ามาปะทะ

1.1 ความหมายของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1994 : 1-4) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า หมายถึง ความสามารถทางจิตสังคม ความคล่องแคล่วในการปรับตัว และคิดวิเคราะห์เพื่อประเมินสถานการณ์ในสภาวะวิกฤติ โดยเลือกมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม แม้ต้องเผชิญกับปัญหาและแรงกดดันต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้

ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ (2538 : 5-7) ได้ให้ความหมายทักษะชีวิตว่า หมายถึง คุณลักษณะหรือความสามารถในเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial competence) เป็นทักษะภายในที่ช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งอาจต้องอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์โดยผ่านการฝึกอบรม

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2538 : 15) ได้ให้ความหมายทักษะชีวิตว่า หมายถึง ความสามารถของคนในการจัดการกับปัญหารอบตัวโดยอาศัยเจตคติและทักษะของบุคคล

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2540 ค : 11) ได้ให้ความหมายทักษะชีวิตว่า หมายถึง ความสามารถในเชิงสังคมจิตวิทยา ซึ่งเป็นทักษะที่ช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ทั้งจากแรงปะทะภายนอก เช่น พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน ครูหรือบุคคลอื่นตลอดจนสิ่งแวดล้อมต่างๆ และจากแรงปะทะภายใน คือ การเปลี่ยนแปลงภายในตัวบุคคลเอง เช่น ความอยากรู้อยากลอง ความรู้สึกด้อยคุณค่าในตนเอง โดยมีพฤติกรรมที่เหมาะสมและเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของสังคม

กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต (2542 : 1) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า หมายถึง ความสามารถอันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆ ตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ในเรื่องต่างๆ เช่น เรื่องเพศ ยาเสพติด บทบาทชายหญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ สิ่งแวดล้อม จริยธรรม ปัญหาสังคม เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ทักษะชีวิต (Life skill) หมายถึง ความสามารถทางสังคมจิตวิทยา (Psychosocial competence) อันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการปัญหาต่างๆ มีความชำนาญในการปรับตัวในสถานการณ์วิกฤติ วิเคราะห์และเลือกมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งอาจต้องได้รับการถ่ายทอดประสบการณ์เพื่อพัฒนาทักษะโดยผ่านการฝึกอบรม

1.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

การจัดองค์ประกอบของทักษะชีวิตนั้นมีที่มาจากหลายแหล่ง โดยแหล่งการจัดองค์ประกอบที่สำคัญ มี 3 แหล่ง คือ

1.2.1 องค์การอนามัยโลก (WHO.)

1.2.2 ตามแนวคิดของ ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ จากกระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับสภาการศึกษาไทย

1.2.3 ตามแนวคิดของ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ จากสภาพัฒนาสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

การจัดองค์ประกอบของทักษะชีวิตจาก ทั้ง 3 แหล่ง มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1.2.1 องค์การอนามัยโลก (WHO. 1994 : 1) ได้จัดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 องค์ประกอบ จัดเป็น 5 กลุ่ม และสามารถจัดแบ่งตามพฤติกรรมการเรียนรู้ได้ 3 ด้าน ดังนี้

1.2.1.1 พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านพุทธิพิสัย(ความรู้) ได้แก่

คู่ที่ 1 ความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์

1.2.1.2 พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านพิสัย(เจตคติ) ได้แก่

คู่ที่ 2 ความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่น

1.2.1.3 พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านทักษะพิสัย(ทักษะ) ได้แก่

คู่ที่ 3 การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร

คู่ที่ 4 การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา

คู่ที่ 5 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

องค์ประกอบทักษะชีวิตหลัก (Core life skill) มีดังนี้ (WHO. 1994 : 2-3)

1) การตัดสินใจ (Decision making skill) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเลือกในการกระทำต่างๆ ในสถานการณ์ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต โดยมีการประเมินทางเลือกและผลจากการตัดสินใจเลือกทางเลือกนั้นจะมีผลต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลนั้น

2) การแก้ปัญหา (Problem solving skill) เป็นความสามารถของบุคคลในการแก้ไขปัญหาที่ทำให้เกิดภาวะวิกฤติในชีวิตทั้งด้านร่างกายและจิตใจได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

3) ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นความสามารถในการปรับแนวคิดจากประสบการณ์ที่ผ่านมาไปใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์เฉพาะหน้าได้อย่าง

เหมาะสม มีส่วนสนับสนุนในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ในการค้นหาทางเลือกต่างๆ และผลที่เกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก ถึงแม้ว่าจะยังไม่มี การตัดสินใจและแก้ไขปัญหาก็ตาม

4) ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสาร และประเมินปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อเจตคติและพฤติกรรม

5) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication skill) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและภาษาท่าทาง เพื่อแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นของตนอย่างเหมาะสมกับสภาพวัฒนธรรมและสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น

6) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ (Interpersonal relationship skill) เป็นความสามารถที่ช่วยให้บุคคลรักษาและดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์อันดี ในการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างราบรื่นเป็นปกติ ตั้งแต่ในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวม

7) ความตระหนักในตนเอง (Self awareness) เป็นความสามารถในการเข้าใจในจุดดีจุดด้อยของตนเอง อะไรที่ตนเองปรารถนาและไม่พึงปรารถนา และเข้าใจในความแตกต่างจากบุคคลอื่นๆ ให้สามารถอยู่อย่างเป็นปกติสุขภายใต้แรงกดดันต่างๆ ในชีวิตได้

8) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจถึงความรู้สึก และมีความเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเรา ไม่ว่าจะคุ้นเคยกันหรือไม่ ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจ และยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น

9) การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotions skill) เป็นการจัดจรรู้จักและเข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่นว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมซึ่งจะทำให้สามารถตอบสนองและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

10) การจัดการกับความเครียด (Coping with stress skill) เป็นความสามารถในการรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้ถึงแนวทางในการควบคุม และผ่อนคลายระดับความเครียดที่เกิดขึ้นได้

1.2.2 แนวคิดของ ประเสริฐ ดันสกุล และคณะ (2538 : 13) ในการศึกษาวิจัยโครงการต้นแบบด้านทักษะชีวิตในประเทศไทย โดยศึกษาเอกสารและนำแนวคิดที่รวบรวมจากประสบการณ์ของประเทศต่างๆ ได้จัดแบ่งชนิดของทักษะชีวิตไว้ 9 องค์ประกอบ ดังนี้

1) ทักษะในการวิเคราะห์และประเมินสถานการณ์ที่ช่วยให้สามารถตระหนักในสถานการณ์ที่เป็นปัญหา และระบุได้ว่าปัญหาที่เกี่ยวข้องมีอะไรบ้าง

2) ทักษะในการประเมินศักยภาพของตนเองในสถานการณ์เฉพาะหน้า

3) ทักษะในการคิดหาทางเลือก และการวิเคราะห์จัดลำดับ

4) ทักษะในการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลในการเลือกทางที่เหมาะสมที่สุดในสถานการณ์นั้นๆ

5) ทักษะในการสื่อสารเพื่อถ่ายทอดความคิดและการตัดสินใจของตนให้คู่สื่อสารอีกฝ่ายหนึ่งได้ทราบ

- 6) ทักษะในการปฏิเสธ การเจรจาต่อรองเพื่อรักษาหัวใจ และผลประโยชน์อันชอบธรรมของตน
- 7) ทักษะในการควบคุมอารมณ์ ความคิดเห็น และพฤติกรรมภายใต้แรงกดดัน
- 8) ทักษะในการพัฒนาและปรับเปลี่ยนเจตคติของตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง
- 9) ทักษะในการใช้เหตุผลโน้มน้าวใจผู้อื่นให้คล้อยตามและสนับสนุนแนวความคิดและการกระทำที่ถูกต้อง

แนวคิดของ ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ ยังได้เสนอแนะแนวทางในการฝึกอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันสารเสพติด โดยจัดแบ่งและกำหนดทักษะชีวิตบางประการเป็นทักษะประธาน เพื่อให้เน้นหนักในการจัดกิจกรรมโดยการจัดกลุ่มทักษะใหม่ ดังแสดงในตาราง 3

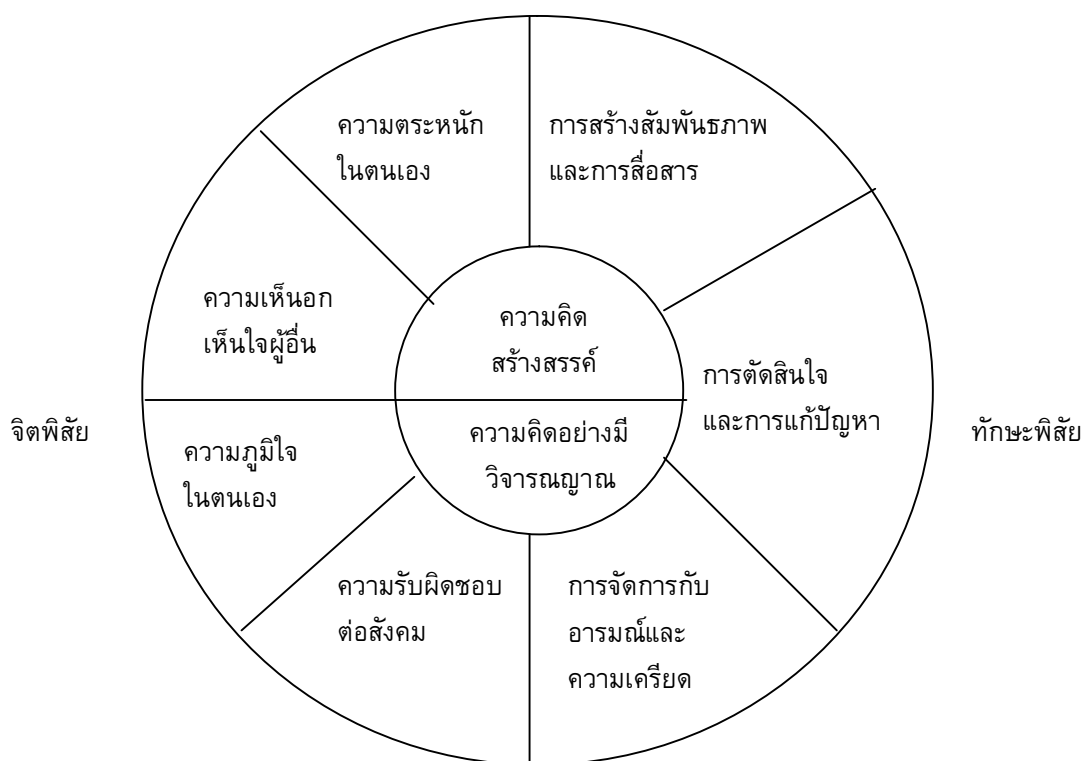
ตาราง 3 องค์ประกอบทักษะชีวิตในการป้องกันสารเสพติดติดตามแนวคิดของ ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ

กลุ่ม	ทักษะประธาน	ทักษะประกอบ
กลุ่มทักษะเชิงวิเคราะห์หาเหตุผล (Reasoning skill)	- ทักษะในการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ (Critical thinking)	- ทักษะการคิดค้นหาปัญหาทางเลือกอื่น (Creative thinking) การชั่งน้ำหนักและการวิเคราะห์จัดทางเลือกเป็นต้น
กลุ่มทักษะตัดสินใจเลือกในสิ่งที่ดีที่สุด (Decision making)	- ทักษะในการประมาณคนหรือทักษะการประเมินศักยภาพของตนเอง (Self awareness)	- ทักษะการควบคุมอารมณ์และสถานการณ์กดดัน - ทักษะการสื่อสารเพื่อปฏิเสธและต่อรองเพื่อรักษาหัวใจและผลประโยชน์ของตนเอง
กลุ่มทักษะเพื่อการสังคมและการปรับตัว (Social adjustment skill)	- ทักษะในการพัฒนาและปรับเปลี่ยนค่านิยม (Development skill)	- ทักษะการสื่อสาร (Communication skill) - ทักษะการใช้เหตุผลโน้มน้าวใจผู้อื่น (Relation skill)

ที่มา : สำนักงาน ป.ป.ส. กองป้องกันยาเสพติด. (2540 ค). แนวคิดทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันยาเสพติด. หน้า 14.

จากตาราง 3 แสดงว่า ในแนวคิดของประเสริฐ ตันสกุล และคณะ ค่อนข้างให้ความสำคัญกับองค์ประกอบในด้านที่เป็นเจตคติและทักษะมากกว่าองค์ประกอบด้านความรู้

1.2.3 แนวคิดของ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2539 : 6) ได้มีการปรับเปลี่ยนแนวคิดบางส่วนขององค์การอนามัยโลก โดยจัดความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ เป็นองค์ประกอบรวมและเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ จัดความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัย โดยเพิ่มเจตคติอีก 1 คู่ คือ ความภาคภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม ส่วนที่เหลืออีก 3 คู่ เป็นด้านทักษะพิสัย รวมเป็นองค์ประกอบ 12 องค์ประกอบ จัดเป็น 6 คู่ ทั้งนี้ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคม และวัฒนธรรมของประเทศไทยที่อยู่ในช่วงเปลี่ยนแปลงและสับสนในด้านเจตคติและค่านิยม เพื่อให้ง่ายต่อการจัดการเรียนการสอนและพัฒนาวิธีการสอนของผู้สอน ดังแสดงในภาพประกอบ 2 (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. 2542 : 1)



ภาพประกอบ 2 องค์ประกอบทักษะชีวิตตามแนวคิดของ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์

จากภาพประกอบ 2 ส่วนที่เป็นแกนกลางจะเป็นองค์ประกอบด้านพุทธิพิสัย ซึ่งเป็นองค์ประกอบรวมของทักษะชีวิตอื่นๆ ทั้งหมด ส่วนในวงกลมรอบนอกจะเป็นองค์ประกอบด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย

1.2.3.1 องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย ที่เป็น

องค์ประกอบรวม ได้แก่

- 1) ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์ต่างๆ รอบตัว
- 2) ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวาง โดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

1.2.3.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ

ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 คู่ คือ

- คู่ที่ 1 ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่น
 - คู่ที่ 2 ได้แก่ ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม
- 1) ความตระหนักรู้ในตน (Self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหาและเข้าใจในจุดดีจุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างจากบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นแง่ความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว สุขภาพ เป็นต้น
 - 2) ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและเห็นอกเห็นใจบุคคลที่แตกต่างกับเรา ไม่ว่าจะเป็นด้านเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น วัย สุขภาพ เป็นต้น
 - 3) ความภูมิใจในตนเอง (Self-esteem) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า เช่น ความมีน้ำใจ รู้จักให้ รู้จักรับ ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ ของตน เช่น ความสามารถด้านสังคม ดนตรี กีฬา ศิลปะ เป็นต้น โดยมีได้มุ่งสนใจอยู่แต่ในเรื่องรูปร่าง หน้าตา เสน่ห์ หรือความสามารถทางเพศ การเรียนเก่ง เป็นต้น เท่านั้น
 - 4) ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญหรือเสื่อมของสังคม ความรับผิดชอบต่อสังคมมีส่วนสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับความภูมิใจในตน เพราะหากคนเรามีความภูมิใจในตน คนเหล่านั้นก็มีแรงจูงใจที่จะทำดีกับผู้อื่นและสังคม

1.2.3.3 องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ ประกอบ

ด้วยองค์ประกอบ 3 คู่ คือ

- คู่ที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร
 - คู่ที่ 2 การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา
 - คู่ที่ 3 การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด
- 1) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (Interpersonal relationship and communication skill) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและภาษาท่าทาง เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตน และความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความต้องการความชื่นชม การปฏิเสธ การสร้างสัมพันธภาพ เป็นต้น

2) ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา (Decision making and Problem solving skill) เป็นความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางแก้ไขปัญหที่เหมาะสม และลงมือแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

3) ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (Coping with emotion and stress skill) เป็นความสามารถในการประเมินอารมณ์รู้เท่าทันอารมณ์ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตน รู้จักใช้วิธีจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้เหมาะสม และเป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีการควบคุมระดับความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงสาเหตุ พร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

2. ความสำคัญของทักษะชีวิต (ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ. 2538 : 9)

จากมุมมองของพฤติกรรมศาสตร์ เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่จะให้ความสำคัญกับเพื่อน สูงสุด จนอาจกล่าวได้ว่าเป็นวัยที่ติดเพื่อนก็ได้ พฤติกรรมเบี่ยงเบนต่างๆ ของกลุ่มวัยรุ่นมักเกิดจากพฤติกรรมที่กระทำตามการตัดสินใจของผู้นำกลุ่ม หรือความคิดริเริ่มและจินตนาการเองของสมาชิกในกลุ่ม โดยที่สมาชิกวัยรุ่นในกลุ่มจะต้องเร่งรัดตัดสินใจสนับสนุนเป็นการเฉพาะหน้า และยังอยู่ภายใต้แรงกดดันของขบวนการกลุ่มเพื่อน (Peer pressure) อีกด้วย

ในสถานะที่คับขันเช่นนี้ หากวัยรุ่นได้ฝึกทักษะในการประเมินศักยภาพของตนเอง มาแล้วจนเกิดความชำนาญคล่องแคล่ว ก็จะสามารถประเมินศักยภาพของตนเองได้ถูกต้อง ซึ่งจะช่วยให้มองเห็นว่าทางเลือกที่กลุ่มเสนอนั้นเหมาะสมกับตนเองหรือไม่ และยังจะช่วยให้สามารถคิดหาทางเลือกที่เหมาะสมกับตนเองได้ด้วย

ในกรณีเช่นนี้ ทักษะการสื่อสารเพื่อปฏิเสธคัดค้านเจรจาต่อรอง โดยเสนอทางเลือกใหม่ที่ดีกว่า และทักษะในการหาเหตุผลโน้มน้าวให้มีการเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจของกลุ่ม จะเป็นทักษะชีวิตที่มีประโยชน์อย่างยิ่ง ในเชิงยับยั้งพฤติกรรมเสี่ยง และพฤติกรรมเบี่ยงเบนทั้งหลาย ที่เกิดจากการคิดริเริ่มที่ไม่สร้างสรรค์

นอกจากทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุมีผล และทักษะในการใช้เหตุผล พิจารณาตัดสินใจเลือกทางที่เหมาะสมกับตนเองแล้ว ทักษะชีวิตที่เกี่ยวกับการประเมินตน การรู้จักใช้การสื่อสาร เพื่อรักษาจุดยืนของตนเอง โดยการปฏิเสธและเจรจาต่อรองอย่างละมุนละม่อม เพื่อรักษาน้ำใจและผลประโยชน์ของตนเอง และทักษะการปรับเจตคติของตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง ให้ทันเหตุการณ์ นับว่ามีความสำคัญต่อเยาวชนเป็นอันมาก และเป็นทักษะพื้นฐานที่จะช่วยทำหน้าที่เป็นภูมิคุ้มกันอย่างถาวรที่คอยเหนี่ยวรั้งเยาวชนออกจากพฤติกรรมเบี่ยงเบน และชักนำเยาวชนเลือกกระทำพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

3. ทักษะชีวิตที่นำมาประยุกต์ใช้ศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แนวทางการจัดองค์ประกอบของทักษะชีวิตตามแนวคิดของ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2539 : 6) โดยได้ทำการคัดเลือกองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาทางพฤติกรรม และจำเป็นต่อการป้องกันการเสพยาเสพติด ซึ่งได้มาจากการศึกษานำร่อง การสัมภาษณ์เจาะลึก และจากการประเมินการเรียนรู้ในห้องเรียนที่ผู้วิจัยได้เป็นวิทยากรพิเศษในการเรียนการสอนในชั้นเรียนของโรงเรียนและการอบรมในพื้นที่ของกลุ่มเป้าหมายเกี่ยวกับยาเสพติดทั้งด้วยภารกิจตามนโยบายรัฐหรือการเสนอขอรับการจัดอบรมในองค์ประกอบด้านพุทธิพิสัยผู้เรียนจึงได้รับไปอย่างต่อเนื่องหลายกระบวนการแล้ว จึงได้นำมาเป็นแนวทางจัดโปรแกรมทักษะชีวิต ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้รับการฝึกทักษะที่สำคัญในองค์ประกอบด้านอื่นที่จะนำไปสู่การดำเนินชีวิตอย่างมีระบบต่อไป ซึ่งมีอยู่อีก 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านจิตพิสัย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง และองค์ประกอบด้านทักษะพิสัย ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มุ่งเน้นการใช้ความสามารถในการปฏิสัมพันธ์อย่างไม่มีเสียสัมพันธภาพ ดังจะขอกล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต 4 ประการดังกล่าวไว้ดังต่อไปนี้

3.1 แนวคิดเกี่ยวกับความตระหนักในตนเอง (Self awareness)

3.1.1 ความหมายของความตระหนักในตนเอง

คอฟฟิกา (Koffka. 1978. : 212) ได้ให้ความหมายของความตระหนักในตนเองว่า หมายถึง ความสำนึกถึงตนเองได้ ซึ่งเป็นภาวะทางจิตที่เกี่ยวกับความรู้สึก ความคิด และความปรารถนา เป็นสภาวะที่บุคคลได้รับรู้ หรือได้ประสบการณ์ต่างๆ แล้วมีการประเมินค่าและตระหนักถึงความสำคัญที่ตนเองมีสิ่งนั้นๆ ซึ่งเป็นเรื่องสภาวะการตื่นตัวของจิตใจต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่างๆ นั้น ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ระยะเวลาหรือประสบการณ์ สภาพแวดล้อม หรือสิ่งกระตุ้นภายนอกเป็นปัจจัยที่ทำให้บุคคลเกิดความตระหนักในตนเองขึ้น

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1994 : 2) ได้กล่าวถึงความตระหนักในตนเองหรือความตระหนักในตนเองว่า เป็นความสามารถในการค้นหา และทำความเข้าใจในจุดดีจุดด้อยของตนเองและความแตกต่างจากบุคคลอื่น ทั้งในแง่ความสามารถ เพศ วัย สีผิว ระดับการศึกษา ศาสนา ท้องถิ่น สุขภาพ เป็นต้น แม้ว่าจะอยู่ภายใต้แรงกดดันต่างๆ ในชีวิตก็ตาม

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520 : 14) ได้กล่าวถึงความตระหนักในตนเองว่าเป็นการที่บุคคลนึกคิดไว้หรือการเกิดขึ้นในความรู้สึกได้ถึงสิ่งหนึ่ง เหตุการณ์หนึ่ง หรือสถานการณ์หนึ่ง ซึ่งความรู้สึกนี้เกิดขึ้นในสภาวะของจิตใจ รู้สัมผัสเกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อม

สุภาวดี ดาวดี (2537 : 40) ได้ให้ความหมายของความตระหนักในตนเองว่า หมายถึง การรู้ตัวหรือการรู้สัมผัสเกี่ยวกับตนเองของบุคคล ในสถานการณ์ที่ถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้า คือ รู้ว่าตนเองกำลังคิดอะไร รู้สึกอย่างไร และกำลังทำอะไรในขณะนั้น โดยอาศัยการมุ่งสนใจเข้าสู่ตนเอง

จากการศึกษาความหมายของความตระหนักในตนเอง สามารถสรุปได้ว่า ความตระหนักในตนเอง หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจตนเองและรับรู้สัมผัสเกี่ยวกับตนเอง บุคคลอื่น และสิ่งแวดล้อมในขณะนั้น สามารถเข้าใจในตนเองได้ว่า ตนเองกำลังคิดอะไร รู้สึกอย่างไร ทำอะไร โดยมุ่งความสนใจเข้าสู่ตนเองและสิ่งแวดล้อมใกล้ตัวขณะนั้น

3.1.2 การพัฒนาความตระหนักในตนเอง

ความตระหนักในตนเองสามารถฝึกฝนการปฏิบัติได้ หากมีการฝึกฝนหรือปฏิบัติจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตก็จะสามารถสร้างความสมดุลให้กับ ซึ่งมีประโยชน์และสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาตนเอง อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มโอกาสในการพัฒนา ปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองในด้านต่างๆ ให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น กระบวนการสร้างความตระหนักในตนเองนั้นสามารถฝึกปฏิบัติได้โดยมีขั้นตอนและการจัดกิจกรรมดังต่อไปนี้ (กรมอนามัย. 2539 : 14-16)

1) ขั้นตอนการสร้างความรู้สึกร่วม ประกอบด้วยกิจกรรมการใช้สื่อ ทำให้เกิดความรู้สึก เช่น บทความจากหนังสือพิมพ์ วิดีโอเทป โปสเตอร์ แผ่นพับ หรือกิจกรรมโดยใช้เกมส์ เป็นต้น

2) ขั้นตอนการจัดระบบความคิดความเชื่อ ประกอบด้วยกิจกรรมที่เน้นกระบวนการกลุ่ม เช่น การอภิปรายกลุ่มย่อย การอภิปรายกลุ่มใหญ่ และการประยุกต์แนวคิด เป็นต้น

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีความมุ่งหมายให้นักเรียนเกิดความตระหนักในตนเอง โดยเกิดความตระหนักว่ายาเสพติดเป็นปัญหาใกล้ตัวของนักเรียน ตระหนักถึงความรุนแรงของยาเสพติด เน้นการใช้กลวิธีการเรียนรู้จากประสบการณ์ และการฝึกปฏิบัติจากกระบวนการจัดกิจกรรมที่ได้กำหนดขึ้นมา ซึ่งจะทำให้นักเรียนกลุ่มเป้าหมายที่ศึกษาสามารถเกิดพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านความตระหนักในตนเองได้อย่างเหมาะสม

3.2 แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self esteem)

3.2.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

มาสโลว์ (Maslow. 1970 : 45) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกอยู่เสมอว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ มีความเชี่ยวชาญ และมีศักยภาพในตนเอง

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1984 : 5) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง การประเมินคุณค่าในตนเอง บ่งบอกถึงทัศนคติทั้งทางด้านบวกหรือลบ ยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง เป็นลักษณะของการตัดสินคุณค่าในตน ทำให้นักเรียนนั้นรู้สึกว่าตนมีความสามารถ มีความสำคัญ มีคุณค่า และประสบความสำเร็จได้ โดยสามารถสังเกตได้จากคำพูดและพฤติกรรมที่แสดงออก

ลอเรนซ์ (Lawrence. 1987 : 4) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง การที่บุคคลประเมินตนเองถึงความแตกต่างระหว่างที่ตนเป็นอยู่จริงในปัจจุบัน

กับคนที่อยากจะเป็น ซึ่งเป็นกระบวนการทางด้านอารมณ์ที่วัดได้จากการที่บุคคลเอาใจใส่ต่อความแตกต่างนี้ ถ้าผลการประเมินของบุคคลมีความแตกต่างกันมากก็จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ แต่ถ้าแตกต่างกันน้อยก็จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง

นิพนธ์ แจ้งเอี่ยม (2518 : 6-7) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง การพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติต่อตนเอง ของบุคคลในเรื่องการประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลว การปฏิเสธตนเอง การยอมรับตนเอง การพึ่งตนเอง คิดว่าตนเองมีคุณค่าในสังคม ตลอดจนการได้รับการยอมรับจากสังคม จากบิดามารดา ผู้อาวุโสหรือผู้มีอำนาจเหนือกว่า

สมพิศ ไชยกิจ (2536 : 12) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง การประเมินคุณค่าของตนเองตามความรู้สึก ความเชื่อ และทัศนคติเกี่ยวกับการยอมรับตนเอง การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การได้รับการยอมรับจากบิดามารดา และการประสบความสำเร็จในการกระทำสิ่งต่างๆ

โดยสรุป การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินคุณค่าของตนเองในด้านความสามารถ ความสำเร็จตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ ทำให้ตนเองมีความรู้สึกว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่า มีความสามารถ ประสบความสำเร็จเป็นที่ยอมรับทั้งของตนเองและบุคคลรอบข้าง และเป็น การประเมินตนเองถึงความแตกต่างระหว่างที่ตนเป็นอยู่จริงในปัจจุบันกับคนที่อยากจะเป็นด้วย

3.2.2 องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากการศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถแบ่งองค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเองได้เป็น 3 ส่วน ดังต่อไปนี้ (Lovell. 1980 : 115-118)

3.2.2.1 ภาพพจน์ของตนเอง (Self image) เป็นลักษณะที่ปรากฏออกมาของบุคคลในช่วงแรกของชีวิต ซึ่งมักได้ภาพพจน์นั้นมาจากบุคคลอื่น ได้แก่ บิดา มารดา สมาชิกในครอบครัว เพื่อน เป็นต้น

3.2.2.2 ตนในอุดมคติ (Ideal self) เป็นภาพลักษณ์ที่บุคคลคาดหวังและต้องการจะเป็น ตนในอุดมคติมีจุดเริ่มมาจากการที่มีบุคคลอื่นเป็นแบบอย่าง และจะสร้างเป็นแบบอย่างของตนขึ้นมา (Model self) ในวัยเด็กมักจะมีแบบอย่างของตนเอง ที่เริ่มมาจาก บิดา มารดา หรือบุคคลใกล้ชิด

3.2.2.3 การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self esteem) เป็นความรู้สึกที่มีต่อตนเองหรือตนในอุดมคติ อันเป็นสิ่งสำคัญในการตัดสินคุณค่าในตนเอง โดยเกี่ยวข้องกับ ความแตกต่างระหว่างภาพลักษณ์แห่งตนกับตนในอุดมคติ คือ ถ้าแตกต่างกันมากก็จะมี การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และถ้าแตกต่างกันมากก็จะมีเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ซึ่งจะทำให้คนที่มีความวิตกกังวลสูง มีความรู้สึกไม่ปลอดภัยและมีสุขภาพจิตไม่ดี

การเห็นคุณค่าในตนเองนั้น เป็นรูปแบบของการประเมินคุณค่าและการยอมรับตนเองโดยทั่วไป (General self esteem) ซึ่งสามารถแบ่งเป็นด้านต่างๆ ดังนี้ (Lovell. 1980 : 115-118)

1) การประเมินคุณค่าของตนเองทางการเรียน (Academic self esteem)
ได้แก่

- 1.1) ด้านการอ่าน (Reading)
- 1.2) ด้านคณิตศาสตร์ การคำนวณ (Math)
- 1.3) ด้านวิชาอื่น (Other school subjects)

2) การประเมินคุณค่าของตนเองทางกายภาพ (Physical self esteem)
ได้แก่

- 2.1) ด้านความสามารถทางกาย (Physical ability)
- 2.2) ด้านรูปลักษณ์ (Physical appearance)
- 3) การประเมินคุณค่าของตนเองทางสังคม (Social self esteem)

ได้แก่

- 3.1) ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน (Relationship with peers)
- 3.2) ด้านความสัมพันธ์กับบิดามารดา (Relationship with parents)

นอกจากนี้ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1981 : 118-138) ได้ศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง แบ่งได้ 2 ประเภท คือ

1) องค์ประกอบภายในตนเอง คือ ลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลที่มักมีผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ได้แก่

1.1) ลักษณะทางกายภาพ (Physical attributes) บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพดีจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ด้อย อย่างไรก็ตามลักษณะทางกายภาพใดๆ จะส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่เพียงใดนั้น ยังขึ้นอยู่กับค่านิยมของแต่ละสังคมนั้นด้วย เช่น ความสวยงามของรูปร่าง หน้าตา ความคล่องแคล่วว่องไว เป็นต้น

1.2) สมรรถภาพ ความสามารถ และผลงาน (General capacity, ability and performance) ทั้ง 3 องค์ประกอบมีความสัมพันธ์ระหว่างกัน และมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงความสำเร็จหรือความล้มเหลวในสิ่งที่กระทำ ซึ่งจะมีเรื่องสติปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งแล้วผู้ที่อยู่ในวัยเรียนซึ่งก็คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สติปัญญามักมีอิทธิพลต่อสมรรถภาพ และผลการเรียนของนักเรียน อันจะนำไปสู่การเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองด้วย

1.3) ภาวะทางอารมณ์ (Affective states) เป็นภาพสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกเห็นคุณค่า ความสุข ความวิตกกังวลหรือภาวะอื่นที่อยู่ในตัวบุคคล เป็นผลสืบเนื่องมาจากการประเมินในสิ่งที่ตนได้ประสบ และเป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้วส่งผลต่อการประเมินตนเองในภายหลัง โดยบุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ดีนั้นจะมีความรู้สึกพึงพอใจมีความสุข ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ไม่ดีจะมีความรู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตของตน รู้สึกหมดหวังในอนาคต

1.4) ค่านิยมส่วนตัว (Self values) บุคคลมีแนวโน้มที่จะใช้ค่านิยมของสังคมเป็นตัวตัดสินการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ หากค่านิยมของตนเองมีความสอดคล้องกับค่านิยมของสังคมจะทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น แต่ถ้าค่านิยมของตนเองไม่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคมการเห็นคุณค่าในตนเองก็จะต่ำลง

1.5) ความปรารถนา (Aspiration) ในการตัดสินการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลนั้น เกิดจากการเปรียบเทียบผลงาน และความสามารถของตนเองกับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตนเองตั้งไว้ ถ้าผลงานและความสามารถเป็นไปตามเกณฑ์ที่ตนเองตั้งไว้หรือดีกว่าจะทำให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น แต่ถ้าผลงานและความสามารถไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่ตนเองตั้งไว้หรือต่ำกว่าเกณฑ์บุคคลจะเกิดความคิดว่าตนเองไร้คุณค่า

1.6) เพศ (Sex) ในสังคมและวัฒนธรรมต่างๆ มักให้ความสำคัญกับเพศชาย ซึ่งมักพบว่าส่วนใหญ่เพศชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง แต่อย่างไรก็ตามทัศนคติต่อผู้หญิงและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองอาจมีความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรมด้วย

1.7) ปัญหาต่างๆ และการเจ็บป่วย (Problems and pathology) ได้แก่ ปัญหาสุขภาพจิตทั่วไป อาการทางกายที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ (Psychosomatic symptoms) ผู้ที่มีปัญหาทางจิตใจสูงจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และแสดงออกมาในรูปของความวิตกกังวล มีความทุกข์ ส่วนผู้ที่มีปัญหาทางจิตใจน้อยก็จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

2) องค์ประกอบภายนอกตนเอง คือ สภาวะแวดล้อมต่างๆ ที่บุคคลมีการปฏิสัมพันธ์ด้วย มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน ได้แก่

2.1) ความสัมพันธ์กับครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูก เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลมาก ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่บุคคลได้รับจากความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญของชีวิตทำให้เด็กสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ เช่น เด็กที่ได้รับความรักความอบอุ่น การสนับสนุนให้กำลังใจ ให้สิทธิเสรีภาพในการกระทำ ระเบียบกฎเกณฑ์ที่เหมาะสมที่พ่อแม่ใช้ปกครองลูก เป็นต้น

2.2) การศึกษาในโรงเรียนเป็นกลไกพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองต่อจากบ้าน ซึ่งโรงเรียนมีหน้าที่ช่วยฝึกให้นักเรียนเกิดความรู้สึกเชื่อมั่นในความสามารถ และการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีอยู่ในชั้นเรียน เช่น การฝึกให้นักเรียนแก้ไขปัญหาต่างๆ เป็นต้น

2.3) สถานภาพทางสังคม สถานภาพทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองที่ไม่ชัดเจนนัก เพราะบางครั้งบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับต่ำมีทั้งบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ แต่ที่มักปรากฏในสังคมก็คือ บุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมระดับสูงจะได้รับการปฏิบัติจนทำให้รู้สึกว่ามีคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมระดับปานกลางหรือระดับต่ำ

2.4) กลุ่มเพื่อนและสังคม การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และสังคม จะช่วยในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง การที่บุคคลได้รับการยอมรับ เป็นที่ประทับใจ เคารพเชื่อถือในกลุ่มเพื่อนหรือสังคม จะทำให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น

3.2.3 การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล เป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวในสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุขตามวัย การได้แสดงออกหรือกระทำในสิ่งต่างๆ ที่เหมาะสมกับระดับความสามารถ ความถนัด และความสนใจ แล้วการกระทำต่างๆ นั้นประสบความสำเร็จ จะส่งผลให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองได้ (วัชร ทรัพย์มี, 2528 : 17)

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้ได้ สามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาให้เกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับ มีผู้ได้เสนอแนะแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ ดังนี้

เจอร์ดาโน และเอเวอร์รี (Girdano & Every, 1979 : 146-149) กล่าวถึงวิธีการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างได้ผล มี 3 ประการ ดังนี้

1) การใช้ภาษาเชิงบวก เป็นรูปแบบของกระบวนการเสริมแรงในตัวบุคคล ด้านภาพลักษณ์ของตนเอง (Self image) ซึ่งมองถึงคุณลักษณะทางบวกของตนเอง เช่น พรสวรรค์ หรือความสามารถที่เด่นชัด บุคลิกภาพที่น่าภาคภูมิใจ เป็นต้น

2) การยอมรับการยกย่องชมเชย เป็นการตอบรับคำชมเชยด้วยความยินดี โดยไม่มีการถ่อมตน วิธีนี้เป็นการส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมอย่างยิ่ง ที่จะทำใ้บุคคลประทับใจและมองตนเองนั้นในทางบวกมากขึ้น

3) การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก เป็นวิธีหนึ่งที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมในเชิงบวกมากขึ้น

บรูค (Brook, 1992 : 544-548) กล่าวถึง แนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้

1) มีการพัฒนาด้านความรับผิดชอบและการให้ความช่วยเหลือต่อส่วนรวม เมื่อได้ทำประโยชน์ให้ส่วนรวมแล้วจะรู้สึกภาคภูมิใจ รู้สึกถึงค่ามีคุณค่าในตนมากขึ้น

2) มีการฝึกการตัดสินใจแก้ไขปัญหา และคิดหาทางเลือกโดยอิสระ

3) ส่งเสริมการสร้างวินัยในตนเอง โดยกำหนดแนวทางปฏิบัติและ

คาดการณ์ถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นภายหลัง

4) ให้กำลังใจ และการสนับสนุนตามความเหมาะสมแก่โอกาส และให้ข้อมูลตอบกลับในด้านบวก

5) สร้างความรู้สึกยอมรับความผิดหวัง ผิดพลาด หรือความล้มเหลวที่อาจเกิดขึ้นได้ในชีวิต

กระบวนการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ในการวิจัยครั้งนี้สามารถฝึกปฏิบัติได้จากขั้นตอนและกิจกรรม ดังต่อไปนี้

1) ขั้นตอนการสร้างความรู้สึกร่วม ประกอบด้วยกิจกรรม การใช้สื่อทำให้เกิดความรู้สึก เช่น การเปิดเทปบันทึกเสียงให้ฟังเพื่อสร้างความรู้สึกร่วมจากเรื่องเล่ากรณีศึกษา แล้วให้นักเรียนเปิดเผยความรู้สึกตนเองต่อสถานการณ์ในกรณีศึกษาที่ได้ฟังนั้น เป็นต้น

2) ขั้นตอนการจัดระบบความคิดความเชื่อ ประกอบด้วยกิจกรรมที่เน้นกระบวนการกลุ่ม เช่น การอภิปรายกลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ และการประยุกต์แนวคิด

3.3 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship and communication skill) ที่มุ่งเน้นความสามารถในทักษะการปฏิเสธ (Assertive skill) โดยไม่เสียสัมพันธภาพ

3.3.1 ความหมายของทักษะการปฏิเสธ

กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย (2539 : 183) ได้กล่าวถึงทักษะการปฏิเสธว่า การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรจะยอมรับได้ โดยไม่เสียสัมพันธภาพระหว่างกลุ่มเพื่อน ใช้เพื่อหลีกเลี่ยงในพฤติกรรมที่ไม่เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น หรือต่อสังคม

กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย (2539 : 19) ได้ให้ความหมายทักษะการปฏิเสธว่า การปฏิเสธสิ่งใดนั้น เกิดจากเจตคติและกระบวนการตัดสินใจอย่างชัดเจนแล้วว่า จะต้องปฏิเสธ ซึ่งจะต้องรู้ว่า พฤติกรรมเหล่านั้นเป็นสิ่งที่ต้องการปฏิเสธ และการปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนมีความชอบธรรมที่จะปฏิเสธ

รัตนา ดอกแก้ว (2539 : 31) ได้ให้ความหมายทักษะการปฏิเสธว่า เป็นสิทธิอันชอบธรรมของทุกคน และสามารถกระทำได้โดยไม่ทำร้ายจิตใจของอีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งจะทำให้เกิดผลดีต่อตนเองในการหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ และหากปฏิเสธสิ่งเหล่านั้นได้สำเร็จ อาจจะสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมหรือความต้องการของอีกฝ่ายหนึ่งได้

โดยสรุป ทักษะการปฏิเสธ หมายถึง ความสามารถและความชำนาญของบุคคลในการเจรจาต่อรองกับบุคคลอื่น เพื่อรักษาจุดยืนที่ต้องการของตนไว้ได้อย่างเหมาะสมโดยไม่เสียสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล ที่ขึ้นอยู่กับบุคลิกลักษณะของบุคคลนั้น ประสบการณ์ที่ผ่านมา และการประเมินถึงผลประโยชน์ที่ตนจะได้รับจากการปฏิบัติตามในสิ่งที่ถูกชักชวน

3.3.2 หลักการปฏิเสธที่มีประสิทธิภาพ

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2540 ค : 21)

ได้กล่าวถึงหลักการปฏิเสธว่า มี 4 ขั้นตอน ดังนี้

3.3.2.1 ปฏิเสธอย่างจริงจังด้วยท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนในการปฏิเสธนั้น

3.3.2.2 ใช้ความรู้สึกของตนเองเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลเพียงอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่นๆ การอ้างความรู้สึกของตนเองจะทำให้การโต้ด้วยเหตุผลอื่นนั้นดูไม่มีน้ำหนัก

3.3.2.3 การขอความเห็นชอบและแสดงการขอบคุณเมื่อผู้ชนยอมรับการปฏิเสธนั้น เพื่อเป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชนไว้บ้าง

3.3.2.4 เมื่อถูกเข้าชี้หรือถูกสบประมาท ไม่ควรแสดงความห้วนไหวกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดสมาธิ ขาดความมั่นใจในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออก โดยเลือกใช้วิธีดังต่อไปนี้

1) ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้างพร้อมทั้งบอกกล่าว และหาทางเลี่ยงออกจากเหตุการณ์ไป

2) การต่อรอง โดยการหากิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน

3) การผัดผ่อน โดยการขอยืดยาวเวลาออกไป เพื่อรอให้ผู้ชนเปลี่ยนความตั้งใจ

3.3.3 กระบวนการฝึกทักษะการปฏิเสธ

กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย (2539 : 17-21) ได้กล่าวถึงกระบวนการฝึกทักษะการปฏิเสธว่าประกอบด้วยขั้นตอนและกิจกรรม ดังนี้

3.4.1 ขั้นรู้ชัดเห็นจริง ประกอบด้วยกิจกรรม ได้แก่ กลุ่มย่อยระดมสมอง และการวิเคราะห์สถานการณ์

3.4.2 ขั้นลงมือกระทำ ประกอบด้วยกิจกรรมที่ใช้การฝึกปฏิบัติ ได้แก่ วิธีการแสดงบทบาทสมมติ อภิปรายกลุ่มย่อย และสรุปในกลุ่มใหญ่

จะเห็นได้ชัดเห็นว่า ทักษะการปฏิเสธ เป็นความสามารถในการสื่อสารความคิด ความรู้สึกของตนเอง และรับรู้ความคิดความรู้สึกของอีกฝ่าย ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญมากในการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจัดให้ทักษะการปฏิเสธเป็นกลวิธีส่วนหนึ่งของทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งเป็นอีกทักษะหนึ่งที่สำคัญสำหรับการป้องกันการเสพยาเสพติดที่ต้องเรียนรู้และฝึกฝนจนเกิดความชำนาญ ซึ่งจะเป็นประโยชน์และมีคุณค่าต่อนักเรียนในการนำประสบการณ์จากการเรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในการปฏิเสธเมื่อเข้าสู่เหตุการณ์ที่ต้องเผชิญได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยผลสำเร็จที่จะได้รับก็คือ สามารถเกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

3.4 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะการตัดสินใจ (Decision making skills)

3.4.1 ความหมายของทักษะการตัดสินใจ

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1980 : 107) ได้ให้ความหมายของทักษะการตัดสินใจว่า หมายถึง การที่บุคคลเข้าไปสู่สภาวะการเสี่ยง โดยมีการรวบรวมและประเมินข้อมูลจากทางเลือกหลายทาง ปัจจัยประกอบอื่นที่สำคัญ ซึ่งจะนำไปสู่การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่เหมาะสม

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1994 : 2) ได้ให้ความหมายของทักษะการตัดสินใจว่า หมายถึง การเลือกทางปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องราวต่างๆ ในชีวิต ซึ่งบุคคลจะต้องมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพในการกระทำต่างๆ โดยการประเมินทางเลือกและผลจากการตัดสินใจเลือกทางเลือกนั้นจะมีผลกระทบต่อสุขสภาวะโดยรวมของบุคคลนั้น

วุฒิชัย จานงค์ (2523 : 3) ได้ให้ความหมายของทักษะการตัดสินใจว่า หมายถึง กระบวนการเลือกในระหว่างทางเลือกต่างๆ ซึ่งมักจะเป็นไปตามลำดับขั้นตอนที่จะเลือกทางเลือกหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อนำไปปฏิบัติจริง

กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต (2542 : 3) ได้ให้ความหมายของทักษะการตัดสินใจว่า หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

โดยสรุป ทักษะการตัดสินใจ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ปัญหา และเข้าใจถึงสาเหตุของปัญหา มีกระบวนการคิดในการเลือกแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสมโดยมีลำดับขั้นตอนเพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมาย

3.4.2 สถานการณ์ในการตัดสินใจ

สถานการณ์ในการตัดสินใจ สามารถแบ่งได้ 2 สถานการณ์ ดังนี้ (วุฒิชัย จานงค์. 2523 : 10-12)

3.4.2.1 สถานการณ์ที่แน่นอน (Certain situation)

สถานการณ์ที่แน่นอน หมายถึง ในการที่จะเลือกทางเลือกใดนั้นสามารถกำหนดแนวทางเลือกและทำนายผลลัพธ์ออกมาได้แน่นอนในทุกกรณี ซึ่งในสถานการณ์เช่นนี้มักจะเป็นที่รู้จักและเข้าใจได้ง่าย แต่ที่กล่าวว่าเป็นสถานการณ์ที่สามารถกำหนดหรือทำนายผลลัพธ์ออกมาได้นั้นอาจไม่เป็นจริงเสมอไป เนื่องจากในกระบวนการตัดสินใจใดก็ตาม แล้วแต่เป็นการตัดสินใจในอนาคต ดังนั้น ธรรมชาติของการตัดสินใจจึงขึ้นอยู่กับกาลเวลา คือ เป็นกาลเวลาในอนาคต ซึ่งโดยทั่วไปนั้นก็เป็นข้อเท็จจริงว่าไม่มีความมั่นใจแต่อย่างใดสำหรับสิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคต แต่ถ้าหากว่า ผู้ทำการตัดสินใจพิจารณาว่าสถานการณ์ที่ตนทำการตัดสินใจนั้น เป็นสถานการณ์ที่แน่นอนแล้วก็หมายความว่า ผู้ทำการตัดสินใจสามารถจะกำหนดผลที่ออกมาในอนาคตได้แน่ๆ ซึ่งในความเป็นจริงแล้วจะเห็นว่าสถานการณ์เช่นนี้มีอยู่น้อยมาก ปัญหาจึงมักอยู่ที่ว่าสถานการณ์จริง

นั้นไม่แน่นอน แต่ผู้ทำการตัดสินใจเข้าใจว่าแน่นอน เกณฑ์และวิธีการต่างๆ ก็จะไม่เหมาะสมกับความเป็นจริงทันที คุณภาพของการตัดสินใจก็จะลดลงไปด้วยเช่นกัน

3.4.4.2 สถานการณ์ที่ไม่แน่นอน (Uncertain situation)

สถานการณ์ที่ไม่แน่นอน เป็นสถานการณ์ที่มีลักษณะตรงกันข้ามกับสถานการณ์ที่แน่นอน ซึ่งอาจแยกได้เป็น 2 ระดับ คือ ระดับที่มีความไม่แน่นอนอย่างแท้จริง นั่นก็คือ ผู้ที่จะทำการเลือกทางเลือกหรือทำการตัดสินใจนั้นไม่มีทางใดเลยที่จะบอกได้ว่า หากเลือกทางเลือกใดทางเลือกหนึ่งแล้วสิ่งที่จะเกิดเป็นผลลัพธ์นั้นจะออกมาในรูปลักษณะใด หรืออาจเรียกว่ามิดแปดด้าน ในสถานการณ์เช่นนั้น ผู้ที่ทำการตัดสินใจจะตกอยู่ในสภาพที่มองไม่เห็นทางเลยว่าสิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคตนั้นจะเป็นไปในรูปใด จึงเป็นการยากที่จะดำเนินการตัดสินใจต่อไป ผู้ทำการตัดสินใจบางคนจึงอาจใช้แนวทางให้มีเหตุมีผลมากยิ่งขึ้น โดยการพยายามใช้หลักเกณฑ์หรือกฎแห่งการเป็นไปได้มาใช้เป็นหลักในการพิจารณาว่าจะเลือกทางเลือกใด

ส่วนสถานการณ์ที่ไม่แน่นอนอีกกรณีหนึ่ง คือ สถานการณ์แห่งความไม่แน่นอนซึ่งอยู่ในระดับต่ำ นั่นก็หมายความว่า เป็นสถานการณ์ที่ไม่แน่นอนที่พอจะทราบได้ว่า สิ่งที่เป็นไปได้นั้นจะเป็นสิ่งใดบ้าง เมื่อผู้ทำการตัดสินใจเลือกทางเลือกใดทางเลือกหนึ่งขึ้นมา แต่ว่าโอกาสหรือความน่าจะเป็น (Probability) ของผลลัพธ์แต่ละทางเลือกนั้นอาจเป็นไปได้ในรูปใด ขึ้นอยู่กับสถานการณ์บางอย่าง ซึ่งในลักษณะสถานการณ์แห่งความไม่แน่นอนในระดับนี้ เราเรียกว่าเป็นสถานการณ์แห่งความเสี่ยง (Risky situation) คือ มีโอกาสที่เป็นไปได้ทุกทางเลือก หมายถึงผลลัพธ์ที่ออกมาจากทางเลือกในแต่ละทางนั้นมีความแตกต่างกัน แต่มีความน่าจะเป็นใกล้เคียงกัน ในกรณีเช่นนี้ การทำความเข้าใจในเรื่องของความน่าจะเป็นแล้วนำมาช่วยประกอบในการพิจารณานั้นมีประโยชน์อย่างมากทีเดียว เพราะ ในการเลือกทางเลือกใดๆ นั้น ในกรณีของสถานการณ์แห่งความเสี่ยง ผู้ที่ต้องทำการตัดสินใจมักจะใช้เทคนิควิธีบางอย่างในการกำหนดความน่าจะเป็นให้กับทางเลือกทุกทาง เพื่อที่จะทราบว่าทางเลือกใดเป็นทางเลือกที่จะให้ผลลัพธ์หรือเป็นผลตอบแทนในระดับที่น่าพอใจหรือในระดับที่สูงสุด ได้พิจารณาหาค่าแห่งความคาดหวัง (Expected value) ของทางเลือกแต่ละทางนั้นเพื่อมาเปรียบเทียบกัน จะเห็นได้ว่าในสถานการณ์แต่ละสถานการณ์อาจจะมีสิ่งบ่งชี้ว่า ควรใช้เกณฑ์และเทคนิควิธีใดในการเลือกทางเลือกตัดสินใจ

3.4.3 กระบวนการตัดสินใจ

กระบวนการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพนั้น เป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องคำนึงถึงอยู่เสมอ เพื่อให้การเลือกแนวทางปฏิบัติใดๆ ก็ตามสำเร็จบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งมีผู้กล่าวถึงกระบวนการตัดสินใจไว้ ดังนี้

สโตนเนอร์ (Stoner. 1987 : 177-178) ได้กล่าวถึงกระบวนการตัดสินใจในลักษณะของ กระบวนการตัดสินใจในเพื่อสั่งการหรือเลือกทางเลือกโดยอาศัยหลักเหตุผล ดังนี้

- 1) การวิเคราะห์และจำกัดขอบเขตของปัญหา รวมถึงการพิจารณาเกี่ยวกับองค์ประกอบของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นนั้น ข้อจำกัดที่มีผลต่อการตัดสินใจ และความเป็นไปได้ในการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่
 - 2) การตั้งวัตถุประสงค์ คือ การแยกแยะเป้าหมาย และวัตถุประสงค์ของการตัดสินใจ พร้อมทั้งเกณฑ์ที่ใช้ในการกำหนดที่ครอบคลุมคุณภาพ การยอมรับและความถูกต้อง
 - 3) การค้นหาทางเลือก เป็นขั้นตอนที่ผู้ตัดสินใจทำการรวบรวมข้อเท็จจริงศักยภาพของการยอมรับทางเลือกแต่ละทางเลือกที่จะทำให้บรรลุวัตถุประสงค์ได้โดยง่าย
 - 4) การประเมินความเป็นไปได้ของทางเลือก ค่าใช้จ่าย ความเสี่ยงตรงแม่นยำ ความเสี่ยง และความไม่แน่นอนของผลที่อาจเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก เพื่อที่จะเลือกทางเลือกที่ช่วยให้แก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม
 - 5) การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด มีความเหมาะสม และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่สุด
 - 6) การประเมินการตัดสินใจ เป็นขั้นตอนสำคัญที่จะนำไปสู่การตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพ โดยการทบทวนทุกขั้นตอนที่ผ่านมาแล้ว
 - 7) การตัดสินใจปฏิบัติตามทางเลือกนั้น
- อุไร มั่นหมั่น (2539 : 8-9) ได้กล่าวถึงกระบวนการตัดสินใจว่า เป็นกระบวนการทางวิทยาศาสตร์โดยใช้หลักเชิงเหตุผล เป็นลักษณะของการหาทางออกที่ดีที่สุดเป็นพื้นฐาน ซึ่งสามารถแบ่งขั้นตอนการตัดสินใจออกเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้
- 1) ขั้นตอนการแสวงหาข้อมูล (Data collection) เนื่องจากปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นย่อมมีสาเหตุ การแสวงหาข่าวสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับปัญหา คือ การแสวงหาสิ่งที่เป็นสาเหตุ เพื่อเป็นส่วนประกอบในการตัดสินใจ จะต้องกระทำอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ทั้งในแง่ของการเก็บรวบรวมข้อมูล (Collective) และในแง่การวิเคราะห์ (Analysis) ซึ่งเป็นลักษณะเกี่ยวกับการวิจัย
 - 2) ขั้นตอนการกำหนดทางเลือก (Formulating alternative) เป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญมากในกระบวนการตัดสินใจ เป็นความพยายามครอบคลุมทุกวิถีทางที่จะแก้ปัญหาได้หลายวิธี โดยต้องกำหนดให้ได้เป็นรูปธรรมหลัก ข้อเท็จจริง (Main tact) ว่าเป็นอย่างไรบ้าง และในทางปฏิบัติต้องสร้างสถานการณ์ (Scenario) ขึ้นมาก่อนว่าในเรื่องนั้นมีทางเลือกอะไรบ้าง และในทางเลือกนั้นๆ มีข้อเท็จจริงรูปธรรมหลักอะไรบ้าง
 - 3) ขั้นตอนการวิเคราะห์ทางเลือก (Analysis alternative) การวิเคราะห์ทางเลือกควรใช้ความเป็นจริงที่เป็นภาวะวิสัย (Objective analysis) หลีกเลี่ยงการนำค่าทั้งหลายมาเกี่ยวข้องในการวิเคราะห์
 - 4) ขั้นตอนการเปรียบเทียบค่าทางเลือก (Value comparison) ขั้นตอนนี้เป็นการเปรียบเทียบโดยนำค่า (Value) เข้ามาเกี่ยวข้องในการวิเคราะห์ นำมาเปรียบเทียบขั้นตอนอื่นๆ ที่ปลอดภัยแล้วมาพิจารณาทางเลือกอีกครั้งหนึ่ง

5) ขั้นตอนการตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด (Choice of alternative on the best set of alternative) ในขั้นตอนนี้เป็นการตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1994 : 45) ได้เสนอแนะแนวทางการสอนทักษะการตัดสินใจ ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดทางเลือกที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ

ขั้นตอนที่ 2 รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการตัดสินใจ โดยพิจารณาหาค่านิยม เป้าประสงค์ และข้อเท็จจริงที่ต้องรู้ด้วย

ขั้นตอนที่ 3 เขียนข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก

ขั้นตอนที่ 4 ตัดสินใจเลือกและเขียนเหตุผลของการเลือกทางเลือกนี้ ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดการสอนทักษะการตัดสินใจขององค์การอนามัยโลกมาใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการสอนทักษะการตัดสินใจครั้งนี้

สำหรับวิธีการฝึกทักษะการตัดสินใจ ประกอบด้วยขั้นตอน และกิจกรรมดังต่อไปนี้ (กรมอนามัย. 2539 : 17-21)

1) ขั้นตอนการรู้ชัดเห็นจริง ประกอบด้วยกิจกรรม ได้แก่ การให้ข้อมูลเพื่อการตัดสินใจในการเลือกทางเลือก การใช้กรณีศึกษาสถานการณ์สมมติ การอภิปราย และการสรุปในกลุ่มใหญ่

2) ขั้นตอนการลงมือกระทำ ประกอบด้วยกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมการฝึกปฏิบัติจากกรณีศึกษา การอภิปราย และการสรุปในกลุ่มใหญ่

4. แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม

ปัจจัยสำคัญที่จะบรรลุการเรียนรู้สูงสุด คือ การมีส่วนร่วมสูงสุดและการบรรลุนานสูงสุด ซึ่งในปัจจัยดังกล่าวมีหลักสำคัญในการเรียนรู้ก็คือ กระบวนการกลุ่ม

4.1 ความหมายของกระบวนการกลุ่ม

บาร์เกอร์ และคณะ (Barker, et al. 1991 : 14) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มว่า หมายถึง การสื่อสารที่เป็นพลวัตรของกลุ่ม ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติของบุคคลและการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม การเปลี่ยนแปลงความคิดของบุคคลมักผ่านการกระตุ้นและการมีปฏิสัมพันธ์โดยจะโน้มน้าวเลือกความคิด และบุคลิกภาพของสมาชิกกลุ่มจากบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย

วินิจ เกตุขำ และคมเพชร ฉัตรสุกกุล (2522 : 14-15) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มไว้ว่า หมายถึง ที่รวมแห่งประสบการณ์ของบุคคลหลายๆ ฝ่ายที่มาพบปะสังสรรค์กันด้วยความรู้สึกพึงพอใจในความสัมพันธ์กัน เรียกว่า เกิดการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) ขึ้น การปฏิสัมพันธ์นี้จะช่วยให้ค้นพบวิธีแก้ปัญหาที่น่าพอใจร่วมกัน ทำให้แต่ละคนมีโอกาสดำเนินการเปลี่ยนแปลง

ความรู้และประสบการณ์ระหว่างกัน ผลลัพธ์ประการต่อมาก็คือ ทำให้แต่ละคนเป็นแรงจูงใจให้แกกันและกัน และมีความเอื้ออาทรต่อกันด้วย ผลรวมของประสบการณ์ย่อมเกิดเป็นพลังของกลุ่มซึ่งมีทิศทาง มีอัตราความเร็ว และมีปริมาณอยู่ในตัวของมันเอง โดยคุณค่าของกระบวนการกลุ่มจะอยู่ในขณะที่ดำเนินการกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มจะได้รับการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น อันเป็นตัวการสำคัญที่จะช่วยให้ได้มาซึ่งการทำงานที่ดียิ่งขึ้นต่อไป

โดยสรุป กระบวนการกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่สำคัญในการเรียนรู้ มีการพบปะ สังสรรค์กัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ภายในกลุ่ม โดยสมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์กัน ทำให้เกิดการดำเนินกิจกรรมเพื่อนำไปสู่เป้าหมายร่วมกัน

4.2 ลักษณะการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม

การเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่มที่จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ควรประกอบด้วยลักษณะดังต่อไปนี้ (สุขุมล เกษมสุข. 2535 : 49-50)

4.2.1 ให้นักเรียนเป็นผู้ทำกิจกรรมด้วยตนเองอย่างทั่วถึง โดยให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ เพราะ การทำกิจกรรมจะช่วยให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นในการเรียน และเรียนด้วยความสนุกสนานมีชีวิตชีวา น่าสนใจมากยิ่งขึ้น

4.2.2 ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จากกันและกันภายในกลุ่ม ทั้งด้านความรู้ และการปรับตัว เพราะ นักเรียนจะได้แลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์ ความคิดความรู้สึกจากกันและกัน เป็นแนวทางให้นักเรียนปรับตัวให้สามารถทำงานกลุ่มได้ดีขึ้น

4.2.3 ให้นักเรียนได้เรียนรู้โดยการค้นพบด้วยตนเอง ส่งเสริมให้นักเรียนพยายามค้นหาและพบคำตอบ พบวิธีแก้ปัญหาด้วยตนเอง ไม่ใช่จากการบอกเล่าของผู้สอน การค้นพบความรู้ด้วยตนเอง นักเรียนย่อมเข้าใจจริง และจดจำได้ดี เป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ถาวร

4.2.4 ให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการหรือกระบวนการ ที่เป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้และคำตอบต่าง ๆ ที่ต้องการมากกว่าที่จะมุ่งเน้นเฉพาะที่คำตอบอย่างเดียว เพื่อให้ นักเรียนสามารถใช้วิธีการนั้นในการแสวงหาคำตอบในสถานการณ์อื่นๆ ต่อไปได้ เป็นการเรียนวิธีที่จะเรียน

4.2.5. ให้นักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ การเรียนรู้เช่นนี้จึงจะมีความหมายต่อนักเรียน

นอกจากนี้ควรให้นักเรียนได้ฝึกทักษะที่จำเป็นสำหรับการทำงานกลุ่ม เช่น การทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม เลขานุการกลุ่ม การวางแผนงาน การรับผิดชอบ การร่วมมือ การแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล การรับฟังและพิจารณาความคิดของผู้อื่น การแก้ปัญหา เป็นต้น

4.3 องค์ประกอบในการจัดการให้ความรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม

การนำกระบวนการกลุ่มมาใช้เพื่อให้ความรู้แก่สมาชิก เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายหรือจุดประสงค์ที่กำหนดไว้นั้น ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบการจัดตั้งกลุ่ม (Group formation)

ผู้ดำเนินการกลุ่มหรือผู้นำกลุ่ม และการจัดประสบการณ์เรียนรู้ภายในกลุ่ม (Phase of group experience) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

4.3.1 การจัดตั้งกลุ่ม (Group formation) จะต้องมีการกำหนดการจัดตั้งกลุ่มแต่ละครั้ง วัตถุประสงค์ และโครงสร้างของกระบวนการกลุ่ม ซึ่งได้แก่ จำนวนสมาชิก เวลา สถานที่ ขณะที่จัดการอภิปรายกลุ่ม ซึ่งจำนวนสมาชิกที่เหมาะสมขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของกลุ่มนั้นๆ และกลุ่มที่สมาชิกจำนวน 4-12 คน จะเป็นกลุ่มที่มีขนาดเหมาะสมที่สุดที่จะทำให้เกิดการปฏิสัมพันธ์มากที่สุด และมีความเป็นปึกแผ่น หากว่ากลุ่มใหญ่กว่านี้ความสนใจจะน้อยลง เพราะสมาชิกจะมีการปฏิสัมพันธ์น้อยลง (นิตยา โชตินอก. 2538 : 26)

การจัดกิจกรรมการให้ความรู้โดยวิธีอภิปรายกลุ่ม ควรจัดให้สมาชิกได้เห็นหน้ากันโดยการให้นั่งเป็นวงกลม จะทำให้ได้ประโยชน์ในแง่การสื่อสาร การมีปฏิสัมพันธ์ได้ เห็นการแสดงออกทางอารมณ์ ความรู้สึก และไม่ควรแยกผู้นำออกจากกลุ่ม

สำหรับเวลาและสถานที่ในการจัดทำกลุ่ม ควรจัดให้เป็นสัดส่วนเฉพาะเงียบสงบ ไม่มีเสียงรบกวนหรือสิ่งเบี่ยงเบนความสนใจ สภาพแวดล้อมและบรรยากาศให้เหมาะสมกับการเรียนรู้มากที่สุด เช่น ห้องไม่แออัด เวลาในการทำกลุ่มความเป็นเวลาว่าง กำหนดวันเวลาสถานที่ให้แน่นอน การเริ่มต้นและการสิ้นสุดของการทำกลุ่มต้องตรงเวลา และไม่ควรเกิน ครั้งละ 1-1.5 ชั่วโมง และความถี่ของการจัดกลุ่มอาจจะสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง หรือขึ้นอยู่กับความเหมาะสม (สุขฤดี รัชตฤงคารสกุล. 2543 : 55-56 ; อ้างอิงจาก Marram. 1978. *The Group Approach in Nursing Practice*. p. 151-153)

4.3.2 ผู้ดำเนินการกลุ่มหรือผู้นำกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มมีบทบาทสำคัญในการทำกลุ่ม เพราะการทำกลุ่มของสมาชิกให้ได้ผลดี จะต้องทำให้สมาชิกในกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ดังนั้น ผู้ทำหน้าที่เป็นผู้นำในการทำกลุ่มจะต้องเข้าใจหน้าที่ของผู้นำกลุ่มเป็นอย่างดี และต้องเข้าใจการปฏิบัติการเป็นผู้นำกลุ่มอย่างถูกต้องให้มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพราะเป็นการช่วยเหลือสนับสนุนให้กลุ่มได้บรรลุวัตถุประสงค์ สมาชิกมีส่วนร่วมและมีการปฏิสัมพันธ์ที่มีประสิทธิภาพ

4.3.2.1 หน้าที่ของผู้นำกลุ่ม (Leadership function) มี 3 ประการ

1) ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่เอื้ออำนวยให้สมาชิกทุกคน ได้รับการตอบสนองความต้องการของสมาชิกกลุ่ม 3 ด้าน ดังนี้

ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย

ความรู้สึกเป็นสมาชิกกลุ่ม

ความรู้สึกเป็นเพื่อนกับผู้อื่น

ดังนั้นผู้นำกลุ่มจะต้องให้โอกาสกับสมาชิกกลุ่มในการที่จะตระหนักถึงความสามารถเฉพาะของตนและความรับผิดชอบของตนที่มีต่อหมู่คณะด้วย

2) ผู้นำต้องสร้างบรรยากาศที่มีชีวิตชีวาให้เกิดขึ้นในกลุ่ม ให้สมาชิกทุกคนมีอิสระในการแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นในปัญหาต่างๆ ที่พบ ตลอดจนมีอิสระในการหาแนวทางการแก้ปัญหาต่างๆ ร่วมกันทั้งนี้โดยให้บรรยากาศในกลุ่มไม่ตึงเครียดจนเกินไป และสัมพันธภาพระหว่างบุคคลยังคงเป็นที่น่าพอใจ

3) ผู้นำกลุ่ม มีหน้าที่กำหนดจุดมุ่งหมายเฉพาะของสมาชิกแต่ละคน เนื่องจากสมาชิกแต่ละคนย่อมจะใช้เวลาในการบรรลุจุดมุ่งหมายของกลุ่มได้ต่างกัน

4.3.2.2 วิธีปฏิบัติในการเป็นผู้นำกลุ่ม (Leadership intervention)

เพื่อให้การจัดกระบวนการกลุ่มบรรลุตามจุดมุ่งหมาย ผู้นำกลุ่มจะต้องมีวิธีการปฏิบัติในการเป็นผู้นำกลุ่มดังต่อไปนี้

1) กำหนดจุดมุ่งหมายของการทำกลุ่มอย่างชัดเจน และจะต้องอธิบายให้สมาชิกกลุ่มทุกคนเข้าใจถึงจุดมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการของกลุ่ม เพื่อลดความวิตกกังวลของสมาชิกกลุ่ม

2) สร้างแบบแผนของการทำกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มบรรลุวัตถุประสงค์ สมาชิกมีความกระตือรือร้น และมีส่วนร่วมในการทำกลุ่มอย่างเต็มที่ โดยจะต้องมีการวางแผนในเรื่องของโครงสร้าง และองค์ประกอบภายนอกโดยทั่วไป ซึ่งมีอิทธิพลต่อการรวมกลุ่ม เช่น จำนวนสมาชิกในกลุ่ม ระยะเวลา สถานที่ การจัดที่นั่ง และลักษณะสมาชิก

3) กระตุ้นและเพิ่มพูนการมีปฏิสัมพันธ์กันในระหว่างสมาชิก ผู้นำกลุ่มต้องกระตุ้นให้สมาชิกมีการพูดจาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในหัวข้อเรื่องเดียวกัน มีความเข้าใจในปัญหาของกันและกัน หาทางช่วยแก้ปัญหา นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มอาจกระตุ้นให้มีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มเพิ่มมากขึ้น โดยการใช้วัสดุอุปกรณ์ การเล่นเกมส์หรืออื่นๆ

4) กระตุ้นให้สมาชิกได้ระบายและแลกเปลี่ยนปัญหาซึ่งพบร่วมกัน ผู้นำกลุ่มต้องพยายามให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ การทำกลุ่มจะมีความหมายและได้รับความสนใจอย่างมากจากสมาชิก ถ้าสิ่งที่พูดในกลุ่มเป็นปัญหาของสมาชิกทุกคน หรือสมาชิกส่วนมาก นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างความรู้สึกร่วมกันอีกด้วย ทำให้สมาชิกในกลุ่มรู้สึกว่าเป็นที่ยอมรับ และได้รับความช่วยเหลือให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

5) วางแผนการทำกลุ่มสำหรับสมาชิกแต่ละคน เนื่องจากสมาชิกแต่ละคนมีความสามารถในการบรรลุถึงจุดมุ่งหมายของกลุ่มต่างๆ ผู้นำกลุ่มจะต้องมีความสามารถในการหาวิธีแก้ไขในสิ่งที่เกิดขึ้นในกลุ่ม สามารถแยกได้ว่ามีองค์ประกอบอะไรบ้างที่ทำให้การดำเนินการของกลุ่มไม่ต่อเนื่อง หรือทำให้การอภิปรายกลุ่มไม่เป็นไปตามรูปแบบ

6) ช่วยลดความวิตกกังวลของสมาชิก ผู้นำควรช่วยลดความวิตกกังวลของสมาชิกตั้งแต่ในระยะเริ่มแรกของการทำกลุ่ม โดยผู้นำจะต้องแจ้งวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนและวิธีที่สมาชิกจะต้องดำเนินการเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ผู้นำกลุ่มจะต้องมีท่าทีแสดงความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจ เต็มใจ และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก

7) การสรุปความก้าวหน้าของกลุ่มผู้นำจะต้องควบคุมดูแลความก้าวหน้า ในการดำเนินการของการทำกลุ่มทุกระยะจนกว่าจะสิ้นสุดการทำกลุ่มเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้

4.3.3 การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ภายในกลุ่ม (Phase of group experience) การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ภายในกลุ่มจะต้องมี 3 ระยะ ดังนี้ (สุขฤดี รัชตฤทธการสกุล. 2543 : 55-56 ; อ้างอิงจาก Marram. 1978. *The Group Approach in Nursing Practice*. p. 154-161)

ระยะที่ 1 ระยะสร้างสัมพันธภาพ สร้างความรู้สึกปลอดภัย (The Introductory phase of initiating phase) เป็นระยะเริ่มต้นในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มสมาชิกในกลุ่ม และสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกด้วยกัน ผู้นำกลุ่มจะต้องเป็นผู้สร้างบรรยากาศแห่งความเป็นมิตร สร้างความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยให้กับสมาชิก ในตอนเริ่มต้นของกลุ่ม ผู้นำกลุ่มต้องกล่าวย้าให้สมาชิกทุกคนเข้าใจจุดมุ่งหมายของการทำกลุ่ม กฎเกณฑ์ และแนวทางในการปฏิบัติตัวในฐานะสมาชิก เพื่อสร้างความรู้สึกผ่อนคลายขึ้นในกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องส่งเสริมให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันอย่างอิสระ การเข้าใจวัตถุประสงค์อย่างชัดเจน และการอยู่ในบรรยากาศสภาพแวดล้อมที่น่าพึงพอใจมีความมั่นคงปลอดภัยจะกระตุ้นให้สมาชิกได้ระบาย ได้แสดงความรู้และความคิดเห็นของตนออกมา

ระยะที่ 2 ระยะดำเนินการ (Working phase) เป็นระยะที่สมาชิกมีความรู้สึกไว้วางใจและเชื่อมั่นในกลุ่ม ตลอดจนผู้นำกลุ่มจะทำให้สมาชิกในกลุ่มมีการระบายความรู้สึกนึกคิด แลกเปลี่ยนประสบการณ์ มีการเปิดเผยตนเองมากขึ้น สมาชิกจะมุ่งความสนใจอยู่ที่ปัญหา ยอมรับว่าตนเองมีปัญหา หาทางแก้ปัญหาและเลือกวิธีแก้ปัญหา โดยมีเพื่อนสมาชิกในกลุ่มคอยช่วยเหลือ สนับสนุน การที่ได้มีโอกาสพูดคุย และเปลี่ยนประสบการณ์ในกลุ่มนี้จะทำให้เกิดความคิดใหม่ๆ มาใช้ในการปรับปรุงแก้ไขปัญหของตน นอกจากนี้ความเชื่อมั่นในกลุ่มจะทำให้สมาชิกสามารถรับข้อมูลย้อนกลับ และให้ข้อมูลย้อนกลับไปยังเพื่อนสมาชิกในกลุ่มได้ สมาชิกจะมีบทบาททั้งผู้ให้และผู้รับ ระยะนี้เป็นระยะระดมเอาพลังของสมาชิกทุกคนออกมาเพื่อแก้ไขปัญหา

ระยะที่ 3 ระยะสิ้นสุดของการทำกลุ่ม (Final phase) ระยะนี้เป็นระยะที่ผู้นำกลุ่มจะต้องสรุปประสบการณ์ทั้งหมดในการทำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยให้สมาชิกในกลุ่มประเมินความก้าวหน้า ความเปลี่ยนแปลงในทางพัฒนาของตนเอง และความสำเร็จของกลุ่มก่อนสิ้นสุดการทำกลุ่ม ผู้นำควรจะได้บอกให้สมาชิกทราบล่วงหน้า สมาชิกบางรายอาจเกิดความวิตกกังวลที่จะมีการสิ้นสุดการทำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องให้โอกาสสมาชิกได้ระบายความรู้สึกนึกคิดอย่างเต็มที่

5. แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory learning) อาศัยหลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Student centered) โดยพื้นฐานสำคัญประการแรก คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และประการที่สอง คือ การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2542 : 6)

5.1 การเรียนรู้เชิงประสบการณ์

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์มุ่งเน้นอยู่ที่การให้ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้จากประสบการณ์เดิม

5.1.1 หลักสำคัญในการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ มี 5 ประการ คือ

- 1) เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของนักเรียน
- 2) ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ ที่ท้าทายอย่างต่อเนื่อง และเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า แอคทีฟ เลิร์นนิง (Active learning)
- 3) มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยตนเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน
- 4) ปฏิสัมพันธ์ที่มีทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ ออกไปอย่างกว้างขวาง

5) มีการสื่อสารโดยการพูดหรือการเขียน เป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนการวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมอาจเรียกย่อว่า การเรียนรู้แบบ PL หรือบางครั้งอาจเรียกว่า การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experimental learning)

5.1.2 องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2542 : 6)

องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีอยู่ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การสะท้อนความคิดและถกเถียง เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และการทดลองหรือประยุกต์แนวคิด

องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีดังนี้

- 1) ประสบการณ์ (Experience) ผู้สอนจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนนำเอาประสบการณ์เดิมของตนเองมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้
- 2) การสะท้อนความคิดและถกเถียง (Reflect and discussion) ผู้สอนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง
- 3) เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and conceptualization) เป็นขั้นตอนการสร้างความรู้เข้าใจเพื่อไปสู่การเกิดความคิดรวบยอดอาจเกิดขึ้นจากผู้เรียนเป็นผู้ริเริ่ม และผู้สอนเป็นผู้ช่วยแต่งเติมให้

4) การทดลอง หรือ ประยุกต์แนวคิด (Experiment / Application)

ผู้เรียนนำเอาการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะใดลักษณะหนึ่งหรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของผู้เรียนเอง

องค์ประกอบเหล่านี้สามารถสรุปเป็นภาพรวม ดังภาพประกอบ 3 (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2542 : 6)



ภาพประกอบ 3 องค์ประกอบ 4 ประการ ของกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง 4 ประการ จะเป็นไปอย่างพลวัตร โดยอาจเริ่มจากจุดใดจุดหนึ่ง และเคลื่อนย้ายไปมาระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ดังนั้น ในการเรียนการสอนจึงอาจเริ่มต้นที่จุดใดก่อนก็ได้ แต่สำคัญที่การจัดกระบวนการให้ครบทุกองค์ประกอบ

การสอนในลักษณะดังกล่าว นอกจากจะเป็นพื้นฐานของการสอนทักษะชีวิตในด้านพุทธิพิสัย โดยมุ่งเน้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิจารณ์แล้ว ยังเป็นพื้นฐานในการสอนทักษะชีวิตอื่นๆ ในด้านจิตพิสัย และทักษะพิสัยอีกด้วย

5.2 การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีหลักสำคัญอีกประการหนึ่ง คือ ต้องการให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2542 : 7) โดยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมมากที่สุดในทุก ๆ องค์ประกอบก็คือ การแบ่งปันประสบการณ์ การได้สะท้อนความคิดและถกเถียง การสรุปความคิดรวบยอด ตลอดจนได้ทดลองหรือประยุกต์แนวคิดและในทุกองค์ประกอบนั้นต้องเกิดการเรียนรู้สูงสุด หรืออาจกล่าวได้ว่า

การเรียนรู้สูงสุด (Maximum learning) เกิดจากการมีส่วนร่วมสูงสุด (Maximum participation) และการบรรลุงานสูงสุด (Maximum performance) ในทั้ง 4 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หรือ

$$L_{\max} = (Par_{\max.} + Per_{\max.}) \times 4$$

5.2.1 การมีส่วนร่วมสูงสุด (Maximum participation) (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2542 : 6)

การมีส่วนร่วมสูงสุดเกิดจากการออกแบบกลุ่มที่เหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบของการเรียนรู้ กลุ่มแต่ละประเภทจะมีข้อดีและข้อจำกัดที่ต่างกัน เช่น บางประเภทเอื้ออำนวยให้มีส่วนร่วมได้มาก แต่อาจขาดความหลากหลายของแนวคิด จึงเหมาะสำหรับเวลาที่ผู้สอนต้องการให้เกิดการแสดงออกแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากประสบการณ์ โดยยังไม่ต้องการข้อสรุป รายละเอียดของประเภทกลุ่ม ความหมายข้อบ่งชี้ และข้อจำกัดปรากฏในตาราง 4

ตาราง 4 ข้อบ่งชี้ในการจัดกลุ่มแต่ละประเภท

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งชี้	ข้อจำกัด
กลุ่ม 2 คน (Pair Gr.)	ให้นักเรียนจับคู่กันทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย	ต้องการให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการออกความเห็นหรือปฏิบัติ	ขาดความหลากหลายทางความคิดและประสบการณ์
กลุ่ม 3 คน (Triad Gr.)	ให้นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน แต่ละคนมีบทบาทที่ชัดเจนและหมุนเวียนบทบาทกันได้	ทุกคนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ได้ตามบทบาทและสามารถเรียนรู้ได้ครบทุกบทบาท	ขาดความหลากหลายและความกระฉับกระเฉงไปบ้าง
กลุ่มย่อยระดมสมอง (Buzz Gr.)	เป็นการรวมกลุ่ม 3-4 คนขึ้นชั่วคราว เพื่อแสดงความคิดเห็น	ต้องการให้นักเรียนมีส่วนร่วมในเวลาสั้นๆ โดยไม่ต้องสรุปหรือต้องการข้อสรุปที่ลึกซึ้งมากนัก	ขาดความลึกซึ้งไม่มีการอภิปรายกันอย่างลึกซึ้ง
กลุ่มเล็ก (Small Gr.)	เป็นการจัดกลุ่ม 5-6 คนทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายจนลุล่วง	ต้องการให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและถกเถียงอย่างลึกซึ้งจนได้ข้อสรุป	ใช้เวลามาก
กลุ่มใหญ่ (Large Gr.)	เป็นการอภิปรายในกลุ่ม 15-30 คน หรือทั้งชั้น	ต้องการให้เกิดการโต้แย้งหรือการรวบรวมความคิดจากกลุ่มย่อยเพื่อหาข้อสรุป	บางคนอาจให้ความสนใจหรือมีส่วนร่วมน้อย
กลุ่มไขว้ (Cross-over Gr.)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอนโดยแยกให้ผู้เรียนทำกิจกรรมเฉพาะบางกลุ่มจนมีความเชี่ยวชาญจากนั้นจึงให้ผู้เรียนจากแต่ละกลุ่มมารวมกันเป็นกลุ่มใหม่เพื่อบูรณาการ	ต้องการให้ผู้เรียนใช้ศักยภาพของตนเองในการสร้างความรู้ ผู้เรียนจะมีส่วนร่วมและได้เนื้อหาดีมาก	ใช้เวลามากอาจมีความรู้ที่ตกหล่น
กลุ่มแบ่งย่อย (Subgroup)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอน จาก 8-12 คน แต่ละกลุ่มถูกแบ่งเป็นกลุ่มย่อย 3-4 กลุ่ม เพื่อให้ทำงาน	ต้องการให้ผู้เรียนใช้ศักยภาพของตนเองในการสร้างความรู้ ผู้เรียนจะมีส่วนร่วม	ใช้เวลามากอาจมีความรู้ที่ตกหล่น

ตาราง 4 (ต่อ)

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งชี้	ข้อจำกัด
กลุ่มปิรามิด (Pyramid Gr.)	กลุ่มละ 1 งาน (ที่ไม่เหมือนกัน) จากนั้นจึงให้กลุ่มย่อยมารวมกัน เพื่อบูรณาการ	รวมและได้เนื้อหามาก	
	รวบรวมความคิดเห็น เริ่มจาก กลุ่ม 2-4 คน ทวีขึ้นไปเป็นชั้นๆ จนครบทั้งชั้น	สร้างความตระหนักและ เข้าใจในความรู้สึกนึกคิด ของแต่ละกลุ่มหรือฝ่าย	ขาดข้อสรุปและความลึกซึ้ง

ที่มา : กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. (2542). คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด. หน้า 7-9.

5.2.2 การบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance)

การบรรลุงานสูงสุด หมายถึง ผู้เรียนสามารถปฏิบัติงานได้ตรงตามที่ผู้สอนกำหนดไว้ทั้งเนื้อหาและระยะเวลา ซึ่งมีหลักสำคัญคือ (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. 2542 : 6)

5.2.2.1 ผู้สอนต้องกำหนดกิจกรรมให้ชัดเจนว่าแบ่งกลุ่มอย่างไร ทำงานอะไร ทำอย่างไร แคไหน ภายในระยะเวลาเท่าไร หลังจากนั้นต้องนำเสนอหรือไม่ และนำเสนอภายในระยะเวลาเท่าไร เป็นต้น

5.2.2.2 กำหนดบทบาทของกลุ่มหรือสมาชิกในกลุ่มให้ชัดเจน โดยกำหนดบทบาทให้แต่ละกลุ่มมีบทบาทแตกต่างกัน เพื่อให้เกิดการขยายการเรียนรู้และไม่น่าเบื่อ เช่น มีบทบาทของกลุ่ม สังเกตการณ์เพิ่มเข้ามา เป็นต้น การกำหนดบทบาทนี้ยังรวมไปถึงสมาชิกภายในกลุ่มด้วย เช่น บทบาทของผู้นำกลุ่ม บทบาทของผู้นำเสนอ และผู้สังเกตการณ์ เป็นต้น

5.2.2.3 กิจกรรมควรมีโครงสร้างของงานที่ชัดเจน ซึ่งบอกทั้งรายละเอียดของกิจกรรมและบทบาท ซึ่งในส่วนนี้หากผู้สอนสามารถชี้แจงประกอบการจัดทำเป็นใบงาน หรือ ใบชี้แจงมอบให้กลุ่มด้วยจะทำให้ชัดเจนมากขึ้น โดยจัดทำเป็น

1) ใบงาน เป็นใบกำหนดงาน หรือใบมอบหมายงานให้กลุ่มเล็กหรือกลุ่มย่อยระดมสมองที่มีรายละเอียดมากและต้องการผลงานที่เป็นข้อสรุปของกลุ่มที่มีความลึกซึ้งมาก ผู้สอนอาจพิมพ์หรือเขียนแจกให้ผู้เรียนหรือกลุ่ม ใบงานนี้มักใช้ในองค์ประกอบขั้นการสะท้อนความคิดและอภิปราย และการประยุกต์แนวคิด

2) ใบชี้แจง เป็นใบอธิบายงานที่มีรายละเอียดไม่มากนักมักให้เป็นกลุ่มใหญ่ ผู้สอนอาจเขียนบนแผ่นใสให้ผู้เรียนอ่าน ประกอบการถามข้อสงสัยในคำชี้แจง ใบชี้แจงงานนี้มักใช้ในองค์ประกอบขั้นประสบการณ์และการประยุกต์แนวคิด

ในการวิจัยครั้งนี้ ได้นำแนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มและการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินการจัดกิจกรรม เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดประสบการณ์ในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด และการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยสอดแทรกไปในช่วงเวลาการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับลำดับขั้นของการเรียนรู้ ตามประเด็นการศึกษาระหว่างดำเนินการให้สุขศึกษากับกลุ่มตัวอย่างตามโปรแกรมทักษะชีวิต

6. หลักและวิธีการสอนทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

การสอนทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยาเสพติดของเด็กวัยรุ่นนั้น เป็นการจัดการเรียนการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางหรือ“การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม”(PL)ซึ่งจำแนกออกเป็น “การสอนความรู้ การสอนเจตคติ และการสอนทักษะ” ซึ่งการสอนโดยวิธีนี้จะทำให้ผู้เรียนสามารถคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเองได้ โดยมีหลักการสอนดังนี้ (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2541 : 10-12)

6.1 หลักการสอนความรู้แบบมีส่วนร่วม

การสอนความรู้ (Knowledge) ที่ใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ช่วยสร้างทักษะชีวิตที่เป็นพื้นฐานและเป็นองค์ประกอบรวมของทักษะชีวิตตัวอื่น ๆ ทั้งหมด นั่นก็คือความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้ที่ยึดหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 องค์ประกอบของการเรียนรู้และลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้

องค์ประกอบของ PL	ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้แบบ PL
ประสบการณ์	- ตั้งคำถามเพื่อรวบรวมประสบการณ์ของผู้เรียน
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	- นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้เพื่อสร้างความรู้ตามงานที่ได้รับมอบหมาย
ความคิดรวบยอด	- การบรรยาย (โดยผู้สอนหรือสื่อ) การรายงานผลงานกลุ่มหรือบูรณาการความรู้ของกลุ่มย่อยโดยการอภิปรายในกลุ่มใหญ่
ประยุกต์แนวคิด	- นักเรียนที่ได้ทำกิจกรรมที่ประยุกต์ความรู้ที่เกิดขึ้น เช่น เขียนคำขวัญ จัดบอร์ด เขียนเรียงความ ฯลฯ

ที่มา : กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. (2542). คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด. หน้า 10.

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ เนื้อหาวิชานั้น ไม่มีขั้นตอนการสอนที่เฉพาะเจาะจง เพียงแต่ให้คำนึงถึงการจัดกิจกรรมที่ครอบคลุมองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทั้ง 4 ประการ

6.2 หลักการสอนเจตคติแบบมีส่วนร่วม

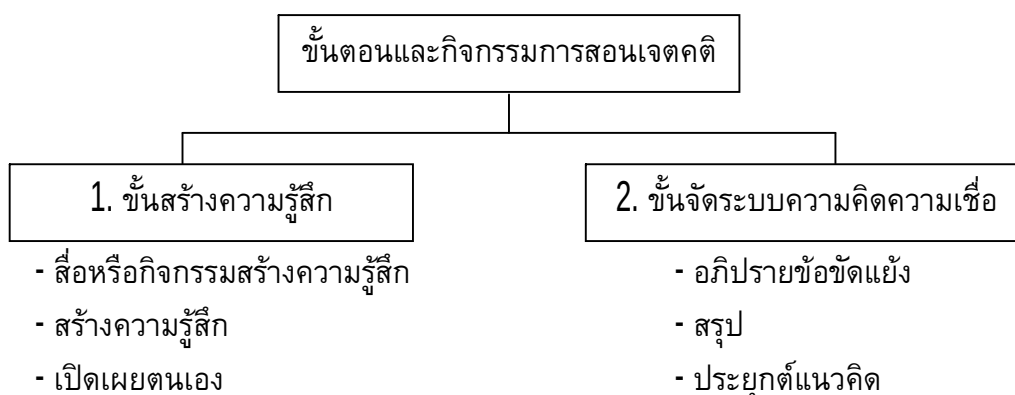
ถึงแม้กระบวนการสอนแต่ละครั้ง จะมีองค์ประกอบทั้งด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย แต่การสอนเจตคติจะมุ่งเน้นการสอนในด้านจิตพิสัย ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ การสร้างความรู้สึกลึกซึ้งคล้อยคลึงกับเจตคติดังกล่าว และการจัดระบบความคิด ความเชื่อ เมื่อนำมาสัมพันธ์กับหลักการทั่วไปของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ประการ การสอนเจตคติจึงควรมีลักษณะเฉพาะดังตาราง 6

ตาราง 6 องค์ประกอบของการเรียนรู้และลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ
ประสบการณ์	- เน้นประสบการณ์ด้านความรู้สึกลึกซึ้งของนักเรียน
การสะท้อนความคิด และถกเถียง	- นักเรียนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและโต้แย้งอย่างเต็มที่
การสรุปความคิดรวบยอด	- นักเรียนได้ข้อสรุปด้วยตนเองโดยผู้สอนกระตุ้นให้นักเรียนคิดและช่วยเพิ่มเติม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	- นักเรียนได้ทำกิจกรรมทั้งในหรือนอกเวลาเรียน เพื่อให้มีเจตคติที่ฝังแน่นมากขึ้น

ที่มา : กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. (2542). คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด. หน้า 11.

เนื่องจากเจตคติเป็นความคิดหรือความเชื่อที่มีความรู้สึกเป็นองค์ประกอบ ดังนั้นการสอนจึงต้องมีทั้ง 2 องค์ประกอบ คือ ด้านความรู้สึกลึกซึ้งและด้านความคิดความเชื่อ ดังภาพประกอบ 4 (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2542 : 11)



ภาพประกอบ 4 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ

ขั้นสร้างความรู้สึก จะใช้สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึกโดยอาจใช้เวลาประมาณ 5-20 นาทีของคาบสอน ส่วนที่เหลือจะเป็นการจัดระบบความคิดความเชื่อ ดังนั้น ผู้สอนจึงจำเป็นต้องมีทักษะในการใช้สื่อ/กิจกรรมให้เกิดความรู้สึกได้จริงรวมทั้งมีทักษะในการใช้กระบวนการกลุ่มช่วยจัดระบบความคิดความเชื่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสอภิปรายโต้แย้งจนนักเรียนสามารถสรุปได้ด้วยตนเองและนำข้อสรุปที่ได้มาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่นๆ โดยมีรายละเอียดกิจกรรมสรุปได้ดังตาราง 7

ตาราง 7 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นสร้างความรู้สึก	ประสบการณ์	สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก เป็นการใช้สื่อหรือกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ร่วมกับเรื่องนั้น ๆ สื่อสร้างความรู้สึก - บทสำหรับอ่าน (กรณีศึกษาจดหมาย บันทึก บทสัมภาษณ์ ฯลฯ) - แถบเสียง วีดิทัศน์ กิจกรรมสร้างความรู้สึก - กิจกรรมสร้างความรู้สึกโดยตรง เช่น ละคร หุ่นกระบอก - กิจกรรมจำแนกเจตคติของผู้เรียน เช่น การสำรวจความคิดเห็นแบบสอบถาม จัดลำดับความสำคัญ เป็นต้น - กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเชื่อมโยง การต่อเรื่องและกิจกรรมสร้างความสนใจอื่น ๆ เช่น การโต้เถียง การเปิดเผยตนเอง เป็นการดึงประสบการณ์เก่าของนักเรียน มักทำในกลุ่ม 2 คน หรือกลุ่มย่อยระดมสมอง เช่น ให้เล่าความรู้สึกโดยตรงให้เขียนแล้วอ่านเอง หรือสลับกันอ่าน ให้ตอบคำถาม เป็นต้น

ตาราง 7 (ต่อ)

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
2. ขั้นตอนระบบ	สะท้อนความคิด	การอภิปรายข้อขัดแย้ง
ความคิด	และอภิปราย	เป็นการตั้งประเด็นความคิด ความเชื่อเรื่องต่าง ๆ เพื่อให้มีการอภิปรายจนได้ข้อสรุปในกลุ่มเล็ก
ความเชื่อ	ความคิดรวบยอด	การสรุป เป็นการให้กลุ่มเล็กรายงานข้อสรุปของกลุ่มและร่วมกันสรุปแนวคิดในกลุ่มใหญ่
	ประยุกต์แนวคิด	การประยุกต์แนวคิด เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ประยุกต์ใช้เจตคติที่เกิดขึ้น อาจให้ทำกิจกรรมในห้องเรียนหรือเป็นกิจกรรมเสริม

ที่มา : กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. (2542). *คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด*. หน้า 12.

การสอนเจตคติยังแบ่งเป็น 2 ระดับ คือ การสร้างเจตคติก่อนจะมีพฤติกรรม (เช่น รังเกียจการเสพยาบ้า ก่อนที่จะมีพฤติกรรมติดยา) กับการเปลี่ยนแปลงเจตคติ (เช่น ลด ละ เลิกการเสพยาบ้าเมื่อมีพฤติกรรมแล้ว) ความแตกต่างที่สำคัญในขั้นตอนการใช้สื่อและกิจกรรมสร้างความรู้สึกคือ ในการสร้างเจตคติจะเน้นการสร้างความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับเจตคตินั้นๆ ส่วนการเปลี่ยนแปลงเจตคติจะให้ความสำคัญในการใช้สื่อและกิจกรรมที่โยกคลอนความรู้สึกของเจตคติเดิม ส่วนในขั้นตอนระบบความคิดความเชื่อ การเปลี่ยนแปลงเจตคติจะต้องมีประเด็นอภิปรายที่เข้มข้นและชัดเจนกว่า

ในการสอนเจตคติ สิ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้คือ นักเรียนสรุปประเด็นอภิปรายโดยไม่ตรงกับจุดประสงค์ ผู้สอนจำเป็นต้องหาทางออกในกรณีเช่นนี้ โดยอาศัยแนวคิด 4 ประการต่อไปนี้

1) ผู้สอนควรมีใจกว้าง โดยยอมรับว่าเจตคติที่เหมาะสมอาจมีได้มีเพียง เจตคติตามที่ผู้สอนหวังเพียงประการเดียว

2) ผู้สอนควรไว้วางใจในตัวนักเรียนภายใต้ความเชื่อที่ว่า หากเจตคติที่สอนนั้นเป็นสิ่งที่ดีก็ควรที่จะเปิดโอกาสให้นักเรียนท้าทายหรือทดสอบ โดยหาเหตุผลมาถกเถียงอภิปรายจนเกิดการยอมรับในขั้นตอนกระบวนการกลุ่ม ซึ่งความคิดเห็นที่มีผลก็จะได้รับการสนับสนุน ไม่ว่าความคิดเห็นนั้นจะเป็นของใคร

3) ผู้สอนสามารถช่วยขยายเครือข่ายการเรียนรู้ของนักเรียนได้ โดยช่วยตั้งคำถามให้นักเรียนคิด หรือผู้สอนกับนักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน นั่นคือ ใช้การสื่อสารแบบ 2 ทาง มากกว่าการยัดเยียด

4) การเรียนรู้เป็นกระบวนการสร้างความรู้ที่นักเรียนมีส่วนร่วมหากสิ่งใดที่ผู้สอนเห็นว่าดี แต่นักเรียนไม่ยอมรับ แม้ผู้สอนพยายามถ่ายทอดต่อไปก็ไม่เกิดเป็นการเรียนรู้ ในทาง

ตรงข้าม หากผู้สอนยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน โดยผู้สอนสงวนความคิดเห็นของ ผู้สอนไว้ นักเรียนก็จะรู้สึกยอมรับผู้สอนเช่นกัน และขยายการเรียนรู้ออกไป

กิจกรรมที่ใช้ในการสอนเจตคติ กระบวนการสาธิตสุข กรมสุขภาพจิต (2542 : 13-15) ได้กล่าวถึงกิจกรรมที่ใช้ในการสอนเจตคติ ดังนี้

6.2.1 กิจกรรมในขั้นตอนสร้างความรู้สึก เป็นกิจกรรมที่มุ่งกระตุ้น จูงใจหรือโน้มน้าวให้เกิดอารมณ์ ความรู้สึกตามจะประสงค์เพื่อนำไปสู่การจัดระบบความคิด ความเชื่อ และสร้างเป็นเจตคติที่ต้องการหรือเปลี่ยนแปลงเป็นเจตคติที่พึงประสงค์ กิจกรรมในขั้นตอนนี้ ได้แก่

6.2.1.1 สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก

- 1) สื่อ เป็นเรื่องราวที่ใดเรียบเรียงขึ้นไว้ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายบันทึกไว้ เช่น กรณีศึกษา บทความ บันทึกประจำวัน จดหมาย ฯลฯ อาจทำเป็นบทสำหรับอ่าน (Script) แถบเสียง วิดิทัศน์
 - 2) บทสำหรับอ่าน (Script) ใช้ได้ง่ายแต่ต้องอาศัยความสามารถของผู้สอนในการใช้น้ำเสียง จังหวะ เพื่อช่วยให้เกิดความรู้สึก
 - 3) แถบเสียง ใช้ได้ง่ายและสามารถใช้ดนตรี รวมทั้งเสียงของบุคคลมีอาชีพมาช่วยทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีขึ้น
 - 4) วิดิทัศน์ ถ้าสร้างได้ดีจะช่วยกระตุ้นความรู้สึกได้มาก แต่ก็มีปัญหาเรื่องเครื่องมือ ปัญหาทางเทคนิคของภาพและเสียง ตลอดจนขนาดของจอด้วย
- 6.2.1.2 กิจกรรม กิจกรรมสำหรับสร้างความรู้สึกอาจแบ่งได้เป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

กิจกรรมสร้างความรู้สึกโดยตรง เป็นการประยุกต์สื่อให้เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนมีส่วนร่วม ได้แก่

- 1) ละคร เป็นเรื่องสั้นๆ โดยเขียนบทให้นักเรียนเตรียมการแสดงมาก่อน ซึ่งนักเรียนมักจะแสดงได้ดีและเพื่อนๆ ให้ความสนใจจุดสำคัญอยู่ที่บทละคร จะต้องสร้างความรู้สึกที่สัมพันธ์กับจุดประสงค์ได้ดี ไม่ควรมีฉากหลายฉากเกินไป และแต่ละฉากควรจะสั้น ทั้งนี้เพื่อให้เล่นได้ง่ายชวนติดตามและไม่เสียเวลามาก
 - 2) ละครวิทยุ ผู้เรียนสามารถแสดงได้ง่ายๆ โดยใช้ฉากกันแล้วนักเรียนอ่านตามบทที่เตรียมไว้ให้ได้อารมณ์ความรู้สึก โดยไม่ต้องมีการแสดง
 - 3) หุ่นกระบอก ใช้กับเด็กระดับประถมหรือเด็กมัธยม เล่นในเรื่องที่ตัวละครจะแสดงออกได้ยาก สามารถสร้างบทให้ซับซ้อนกว่าละคร เพราะมีผู้พากย์ต่างหาก
- กิจกรรมที่จำแนกเจตคติของนักเรียน (Value classification) โดยหวังผลให้ผู้เรียนเกิดความตระหนัก และ/หรือความรู้สึกผิดคิดในความคิดเห็นแตกต่างกันระหว่างกลุ่ม เช่น ผู้ดีดิดยา-ผู้ไม่ดิดิดยา ชาย-หญิง เป็นต้น วิธีทำกิจกรรมนี้ได้แก่

1) การสำรวจความคิด เป็นกิจกรรมที่ผู้สอนใช้เพื่อให้ นักเรียน ได้รับรู้ความคิดของอีกฝ่าย ซึ่งจะโยกคลอนความรู้สึกเดิมที่ตนเองยึดถืออยู่ได้ดี จากนั้นก็ใช้ กระบวนการกลุ่มมาอภิปรายต่อให้ลึกซึ้ง

2) การตอบแบบสอบถาม แบบสอบถามที่ออกแบบได้ดีจะทำให้ เกิดความรู้สึกผิดคาดได้ว่าตนคิดแตกต่างกับคนอื่นหรือกลุ่มอื่นอย่างไร

3) การจัดลำดับความสำคัญ ทำให้นักเรียนเผชิญกับความรูสึก ขัดแย้งว่าจะให้ความสำคัญกับอะไรมากกว่า

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเชื่อมโยงกับเจตคติที่ต้องการ จะช่วย สร้างความตระหนัก ซึ่งสามารถเชื่อมโยงไปสู่การจัดระบบความคิดความเชื่อได้ดี

กิจกรรมอื่นๆ เช่น การโต้วาที การต่อเรื่อง การแสดง บทบาท สมมติ การใช้จินตนาการ ฯลฯ หากจัดให้เข้ากับจุดประสงค์ที่กระตุ้นความรู้สึก และ เหมาะสมกับ นักเรียน ก็จะช่วยในขั้นตอนนี้ของการสร้างและเปลี่ยนแปลงเจตคติได้

6.2.1.3 การเปิดเผยตนเอง

เป็นการเปิดเผยความรู้สึกนึกคิดของผู้เรียน ที่มาจาก ประสบการณ์เดิม มีกิจกรรมย่อยๆ หลายกิจกรรม ที่มักทำในกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มย่อย ระดมสมอง 3-4 คน เพื่อให้ผู้เรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็นได้เต็มที่

1) การเล่าความรู้สึกโดยตรง เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

2) การสมมติตนเองเป็นบุคคลในเรื่อง เพื่อให้เกิดประสบการณ์ ของความเห็นใจและเข้าใจเหมือนกับเป็นบุคคลคนนั้นเอง

3) การเขียนแล้วแลกเปลี่ยนกันอ่าน เหมาะสำหรับผู้เรียนกลุ่มที่ ไม่กล้าแสดงออกในการระดมสมอง วิธีการนี้ยังแบ่งได้ 2 ชนิด คือ ให้เจ้าตัวอ่านเองหรือสลับให้ คนอื่นอ่าน วิธีหลังเหมาะกับเรื่องที่อ่อนไหวต่อการเปิดเผย ทำให้ผู้เรียนอาย เช่น เรื่องเพศ หรือ ความเห็นที่ขัดแย้งกัน และมีการแบ่งเป็นฝ่ายชัดเจน

6.2.2 กิจกรรมในขั้นตอนจัดระบบความคิดความเชื่อ โดยใช้กระบวนการกลุ่ม เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมสูงสุดประกอบกับงานใน 3 กิจกรรม เป็นขั้นตอนต่อเนื่องกัน กล่าวคือ

6.2.2.1 การอภิปราย รูปแบบที่ดีได้โดยวิธีแบ่งกลุ่ม โดยใช้กลุ่มเล็ก (5-6 คน) หรือกลุ่มย่อยระดมสมอง (3-4 คน) เพราะนักเรียนได้แสดงออกมากกว่า ดังนั้นจึงควรให้ แบ่งกลุ่มย่อยอภิปราย แล้วจึงช่วยกันหาข้อสรุปในกลุ่มใหญ่ภายหลัง อย่างไรก็ตามการอภิปราย แม้จะสนับสนุนให้ผู้เรียนกล้าแสดงความคิดเห็น แต่ก็ต้องเคารพสิทธิของคนที่เลือกจะเป็นฝ่ายฟัง เช่นกัน ในการอภิปรายข้อขัดแย้ง หากมีน้อยจะทำให้เจตคติที่เกิดขึ้นไม่ยั่งยืน ผู้สอนจึงควรกระตุ้น ให้เกิดประเด็นขัดแย้งโดยอาศัยใบงานที่ตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้แสดงความคิดเห็นที่ต่างกันและ อภิปรายต่อได้ชัดเจน

การอภิปรายยังเป็นกิจกรรมสำคัญในการฝึกทักษะชีวิตในด้านการคิดวิพากษ์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งจะผสมผสานไปในประเด็นที่ผู้สอนตั้งขึ้นเพื่อให้ นักเรียนคิดและถกเถียงกันตัวเอง

6.2.2.2 การสรุป เป็นการสร้างความคิดรวบยอดร่วมกัน ทั้งนี้ผู้สอนควรสนับสนุนให้ผู้เรียนเป็นผู้สรุปแนวคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม หากไม่ครอบคลุมผู้สอนจึงค่อยเพิ่มเติมให้สมบูรณ์ในระหว่างสรุป ควรสนับสนุนให้มีการอภิปรายความคิดเห็นที่ขัดแย้งกันในกลุ่มใหญ่ เพื่อช่วยให้มีการจัดระบบความคิดความเชื่อที่ชัดเจน

6.2.2.3 การประยุกต์แนวคิด ผู้สอนควรใช้เวลาช่วงท้ายชั่วโมงเพื่อให้ผู้เรียนได้ประยุกต์แนวคิดโดยการให้ทำกิจกรรมที่ไม่ใช้เวลามาก เช่น เขียนคำขวัญ การสรุปข้อความสำคัญหรือตอบแบบทดสอบ ซึ่งเท่ากับเป็นการประเมินการสอนไปด้วย โดยใช้กลุ่มที่มีจำนวนคนน้อย เช่น กลุ่ม 2 คน หรือกลุ่ม 3 คน และอาจมอบหมายให้นักเรียนทำเป็นกิจกรรมเสริม เช่น เขียนจดหมาย จัดบอร์ด คุยกับบิดามารดา ฯลฯ

6.3 การสอนทักษะแบบมีส่วนร่วม

การสอนแต่ละครั้งจะมีองค์ประกอบโดยผสมผสานกันไปในด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย แต่การสอนทักษะต่างๆ เช่น ทักษะการสื่อสารเป็นการสอนที่มุ่งเน้นในด้านทักษะพิสัย ซึ่งต้องอาศัยการสร้างให้เกิดความชัดเจนในตัวทักษะให้เห็นเป็นขั้นตอนที่ปฏิบัติได้ง่ายและนักเรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติในสถานการณ์ใกล้เคียง เมื่อดูจากองค์ประกอบทั่วไปทั้ง 4 ประการ ของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การสอนทักษะจึงควรมีลักษณะเฉพาะดังตาราง 8

ตาราง 8 องค์ประกอบของการเรียนรู้และลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ

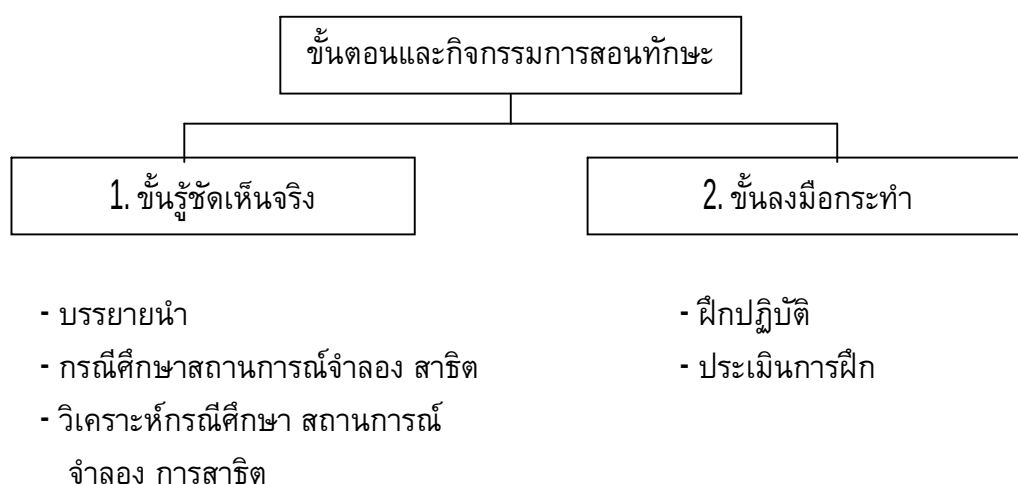
องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ
ประสบการณ์	- อาศัยเหตุการณ์ที่ตรงกับชีวิตในการเรียนรู้ทักษะ
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	- ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันในการวิเคราะห์ปัญหา หากกฎเกณฑ์หรือวิเคราะห์ขั้นตอนในการฝึกทักษะต่างๆ
การสรุปความคิดรวบยอด	- ได้ความคิดรวบยอดหลายขั้นตอน ทั้งจากการฟังบรรยาย จากการสังเกต การสาธิต การประเมินผลในกลุ่มและการประเมินผลรวม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	- ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกซ้ำๆ โดยการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ต่างๆ

ที่มา: กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต. (2542). คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด. หน้า 15.

ทักษะ เป็นความสามารถที่คนเราไม่เคยมีมาก่อนแต่ได้เรียนรู้จนกระทั่งทำได้ อย่างชำนาญ ดังนั้นการสอนทักษะจึงต้องมี 2 ขั้นตอน คือ

1) ขั้นรู้ชัดเห็นจริง เป็นขั้นตอนที่มุ่งให้นักเรียนรับรู้ ว่า ทักษะเหล่านั้นมีความสำคัญและฝึกฝนให้ทำเป็นหรือทำได้อย่างไร

2) ขั้นลงมือกระทำ เป็นขั้นตอนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติ ตามที่ได้เรียนรู้มาจากขั้นตอนแรก ดังแสดงในภาพประกอบ 5 (กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. 2542 : 16)



ภาพประกอบ 5 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ

ในขั้นรู้ชัดเห็นจริง ผู้สอนใช้การบรรยายนำประกอบกับการยกตัวอย่าง และให้ผู้เรียนร่วมอภิปรายถึงความสำคัญและวิธีการฝึกทักษะนั้นๆ จากนั้นจะใช้สถานการณ์จำลองให้ผู้เรียนคิด ใช้ทักษะดังกล่าวหรือใช้การสาธิต ซึ่งอาจให้นักเรียนมีส่วนร่วมได้ การสาธิตจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นจริงเป็นลำดับขั้นตอนอย่างชัดเจน จากนั้นให้ผู้เรียนจัดกลุ่มย่อย หรือกลุ่มระดมสมอง เพื่อหากฎเกณฑ์

สำหรับขั้นลงมือกระทำเป็นการให้ผู้เรียนฝึกใช้ทักษะโดยการใช้บทบาทสมมติ (Role play) หรือการซ้อมบท (Rehearsal play) เป็นกิจกรรมหลักและมีการฝึกซ้ำโดยผลัดกันแสดงบทบาทจนชำนาญ ดังนั้น การฝึกอบรมนี้จะต้องฝึกให้ผู้สอนมีทักษะในการใช้สถานการณ์จำลองและการสาธิต เพื่อให้ผู้เรียนเห็นจริงขณะเดียวกันก็มีทักษะในการนำมาฝึกบทบาทสมมติหรือการซ้อมบทและประเมินผลการฝึก ได้มีรายละเอียดของกิจกรรมสรุปได้ดังตาราง 9

ตาราง 9 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นรู้ชัดเห็นจริง	ความคิดรวบยอด	บรรยายนำเพื่อให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็นเวลานั้น ๆ
	ประสบการณ์	กรณีศึกษา, สถานการณ์จำลอง, หรือสาธิต - กรณีศึกษา เป็นการตั้งโจทย์ให้ผู้เรียนคิดและแสดงความเห็น - สถานการณ์จำลอง เป็นการตั้งโจทย์เป็นเหตุการณ์ที่มีผู้แสดง - การสาธิต เป็นการแสดงให้เห็นขั้นตอนปฏิบัติที่ถูกต้อง โดยอาจแสดงเปรียบเทียบกับปฏิบัติที่ไม่ถูกขั้นตอน
	สะท้อนความคิดและอภิปราย	การวิเคราะห์ กรณีศึกษา สถานการณ์จำลองหรือการสาธิต
2. ขั้นลงมือกระทำ	ประยุกต์แนวคิด	การฝึกปฏิบัติ โดยการฝึกทักษะเป็นขั้นตอนหรือครบองค์ประกอบ โดยการแสดงบทบาทสมมติหรือการฝึกซ้อมบทบาทเพื่อให้เกิดความชำนาญ
	ความคิดรวบยอด	การประเมินการฝึก โดยให้สมาชิกในกลุ่มฝึกประเมินกันเอง และผู้สอนประเมินอีกครั้งในกลุ่มใหญ่

ที่มา : กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. (2542). คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด. หน้า 17.

ในการสอนทักษะการสื่อสารโดยเฉพาะทักษะการปฏิเสธหรือการสอนทักษะอื่นๆ ก็ตาม มักมีปัญหว่าสถานการณ์ที่นำมาสอนนั้นจริง ๆ แล้วผู้เรียนไม่คิดจะปฏิเสธ เช่น เพื่อนชวนให้ลองดื่มเบียร์ ทำให้การฝึกเป็นไปอย่างแกนๆ หรือไม่สมจริง ปัญหาเช่นนี้มีข้อคิด 2 ประการ คือ

1) การที่คนเราจะปฏิเสธสิ่งใด แสดงว่าเรามีเจตคติในเรื่องนั้น และได้ตัดสินใจอย่างชัดเจนไปแล้ว เพียงแต่ยังขาดทักษะที่จะปฏิเสธให้ได้ผลโดยไม่ทำลายสัมพันธภาพระหว่างกัน ดังนั้นในโครงสร้างการสอนจึงจำเป็นต้องสอนเจตคติและการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องนำมาก่อนการสอนทักษะการปฏิเสธ การปฏิเสธอย่างแท้จริงจึงจะเกิดขึ้น

2) ในขั้นตอนนำเข้าสู่บทเรียนหรือบรรยายสั้นๆ ผู้สอนควรทบทวนการเรียนรู้ในช่วงที่ผ่านมา เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความเข้าใจที่ตรงกันว่า พฤติกรรมเหล่านี้เป็นสิ่งที่ผู้เรียนคิดที่จะปฏิเสธ

กิจกรรมที่ใช้ในการสอนทักษะ กระบวนการสื่อสารความสุข กรมสุขภาพจิต (2542: 18-20) ได้กล่าวไว้ดังนี้

6.3.1 ขั้นรู้ชัดเห็นจริง กิจกรรมการเรียนการสอน ได้แก่

6.3.1.1 การบรรยายนำ เป็นการนำเข้าสู่บทเรียนให้เกิดความน่าสนใจและให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็น ควรเป็นการใช้เวลาที่สั้นและดึงดูดใจมีส่วนร่วมจากผู้เรียน เช่น การตั้งคำถามหรือยกตัวอย่างที่ใกล้ตัว แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

6.3.1.2 ประสิทธิภาพการใช้ทักษะ แบ่งได้เป็น 3 ชนิด

- 1) กรณีศึกษา คือ ผู้สอนตั้งเป็นโจทย์ให้ผู้เรียนคิดและแสดงความคิดเห็นว่าจะทำอย่างไรกับกรณีศึกษา
- 2) สถานการณ์จำลอง คือ ผู้สอนตั้งโจทย์เป็นสถานการณ์จำลอง แล้วนำไปแสดง โดยผู้สอนสมมติตนเองเป็นบุคคลตามโจทย์ และแสดงการสนทนาตอบโต้กับผู้เรียนทั้งห้อง ซึ่งสมมติเป็นคู่สนทนาหรือให้ผู้เรียนจับคู่สนทนากันเอง จุดสำคัญของการเรียนรู้อยู่ที่การอภิปรายและสอนประกอบสถานการณ์จำลอง

3) การสาธิต โดยการแสดงบทบาทสมมติ มักให้นักเรียนมีส่วนร่วมเป็นคู่สนทนาคนใดคนหนึ่งหรือทั้ง 2 คน โดยผู้สอนจะซักซ้อมบทกับผู้เรียนที่ขึ้นมาร่วมสาธิตก่อน หลังจากนั้นผู้สอนจะนำบทสนทนา (Dialog) ขึ้นกระดานหรือแผ่นใส เพื่ออภิปรายและสอนประกอบบทสนทนานั้น

6.3.1.3 การอภิปรายในกลุ่มเล็ก เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์จากสถานการณ์จำลองหรือจากการสาธิตเพื่อให้เข้าใจชัดเจนถึงขั้นตอนและวิธีการในแต่ละขั้นตอน

6.3.2 ขั้นลงมือกระทำ กิจกรรมการเรียนการสอน แบ่งได้เป็น 2 ส่วน คือ

6.3.2.1 การฝึกปฏิบัติ ทำได้โดยการฝึกบทบาทสมมติ และการฝึกซ้อมบท

- 1) การฝึกบทบาทสมมติ เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการฝึกทักษะ โดยสมมติตัวละครและสถานการณ์ขึ้น เพื่อให้ผู้เรียนสมมติตัวเองเป็นตัวละครตามโจทย์ ดังนั้นต้องกำหนดโจทย์ให้ชัดเจนคือ สถานการณ์ บทบาทของตัวละคร 2 ฝ่าย และบทบาทของผู้สังเกตการณ์ การฝึกบทบาทสมมติอาจแบ่งกลุ่ม เป็นกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มเล็ก 5-6 คน ยิ่งกลุ่มมีคนมากขึ้นก็จะมีการเรียนรู้กันเองมากขึ้นจากการอภิปรายกลุ่ม แต่จะใช้เวลามากกว่าจะฝึกได้ทั่วถึง

2) การฝึกซ้อมบท เป็นการให้ผู้เรียนฝึกเป็นตัวของผู้เรียนเองในสถานการณ์ที่เป็นที่ทราบกันว่าเกิดขึ้นได้จริงในชีวิตประจำวัน เพื่อให้ผู้เรียน(ผู้ฝึก)และเพื่อนๆ ได้ช่วยกันดูว่ามีการใช้ทักษะอย่างไร

การฝึกบทบาทสมมติและการฝึกซ้อมบท มีความแตกต่างกัน คือ

- การฝึกบทบาทสมมติ จะตั้งโจทย์โดยการ “สมมติ” ทั้ง

สถานการณ์และตัวละคร ให้นักเรียนแสดงโจทย์มักขึ้นต้นด้วยคำว่า “สมมติให้ผู้เรียนเป็น.....”

ขณะที่การฝึกซ้อมบท ให้ผู้เรียนเล่นเป็นตัวผู้เรียนเองเมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งผู้เรียนสามารถพูดหรือกระทำตามที่ต้องการโดยไม่ต้องสมมติตนเอง โจทย์มักขึ้นต้นว่า “หากผู้เรียน.....”

- การซ้อมบท เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับการฝึกทักษะการ

ปฏิเสชนในสถานการณ์ที่ผู้เรียนพบได้เสมอ ๆ และสถานการณ์ไม่ซับซ้อน ซึ่งสามารถฝึกได้ง่ายโดย

ให้ผู้เรียนแบ่งเป็นกลุ่ม 2 คน หรือกลุ่ม 3 คน ขณะที่การฝึกบทบาทสมมติเป็นการฝึกใน

สถานการณ์ที่ซับซ้อนกว่า เป็นเหตุการณ์ที่อาจเกิดขึ้นไม่บ่อยก็ได้ แต่มีความสำคัญที่ผู้เรียนควรได้ฝึกหาทางออก โดยมากมักจะฝึกในกลุ่มเล็ก

6.3.2.2 การประเมินการฝึก เป็นการช่วยกันสะท้อนว่า สิ่งที่คุณฝึก

ทักษะได้ทำไปนั้น ตรงตามขั้นตอนที่ควรจะเป็นหรือไม่ การประเมินการฝึกสามารถทำได้โดยให้นักเรียนประเมินกันเองในกลุ่มหรือผู้สอนกับนักเรียนช่วยกันประเมินในชั้นเรียนหรือทั้ง 2 แบบ

1) ในกรณีที่ให้นักเรียนประเมินกันเอง ผู้สอนควรกำหนด

ในใบงานให้ชัดเจนว่า จะประเมินอย่างไร เช่น “หลังการฝึก ให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายว่า ผู้ที่แสดงเป็นมาลีทำได้ตามขั้นตอนหรือไม่ สมศักดิ์ตอบสนองอย่างไร ขั้นตอนไหนที่มีความยุ่งยากในการฝึก และในชีวิตจริงจะนำทักษะนี้ไปใช้ได้หรือไม่ เพียงใด”

2) ในกรณีที่ผู้สอนช่วยประเมิน ผู้สอนอาจใช้วิธีสุ่มให้ คู่ ฝึก

ออกมาแสดงหน้าชั้น ผู้สอนช่วยวิจารณ์ประกอบการขอความคิดเห็นจากนักเรียนในชั้น หรือผู้สอนอาจใช้วิธีสัมภาษณ์หรือให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วผู้สอนให้ข้อเสนอแนะ

7. วิธีการทางสุศึกษาเพื่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ในการเสริมสร้างทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมนั้น จำเป็นจะต้องมีการเลือกวิธีการทางสุศึกษาที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย และเหมาะสมกับเนื้อหาที่ต้องการให้ จึงจะเกิดผลต่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตอย่างได้ผล ดังนั้น จึงจำเป็นต้องทำความเข้าใจกับลักษณะของแต่ละวิธีการทางสุศึกษา รวมทั้งประโยชน์และข้อจำกัดของการใช้ วิธีการทางสุศึกษาเพื่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้

6.1 การใช้คำถาม (Questioning)

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1994 : 9) ได้ให้ความหมายของการใช้คำถามว่า หมายถึง วิธีการถามคำถาม โดยการใช้ข้อคำถาม ถามนักเรียนให้เกิดความรู้สึก เป็นวิธีการสอนที่

มีความสนุกสนานและมีชีวิตชีวา ซึ่งจะไม่ใช้ข้อคำถามที่ใช้ตอบเพียงครั้งเดียวจบ เช่น ข้อคำถามที่ต้องตอบว่าใช่ หรือตอบว่าไม่ใช่ ถูก หรือ ผิด แต่จะถามให้เกิดความรู้สึกซาบซึ้ง เช่น อะไร ทำไม หรือเพราะอะไร เป็นต้น

6.2 การอภิปรายกลุ่ม (Group discussion)

วินิจ เกตุขำ และคมเพชร จัตรศุภกุล (2522 : 135-136) ได้ให้ความหมายของการอภิปรายกลุ่มไว้ว่า หมายถึง วิธีการร่วมกันคิดโดยการไตร่ตรองสิ่งต่างๆ ให้ถ่องแท้ ด้วยสติปัญญาร่วมกันกับเพื่อน การรวมกลุ่มกันแม้จะมีความแตกต่างกันบ้าง ทางความคิดของตนเอง ให้เข้ากับประสบการณ์ของผู้อื่น เมื่อความคิดหลายความคิดมาผสมผสานกัน ก่อให้เกิดความคิดใหม่ๆ ซึ่งความคิดที่เกิดขึ้นใหม่นี้เอง เป็นจุดมุ่งหมายของการอภิปรายกลุ่มนั่นเอง

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2523 : 91-92) ได้ให้ความหมายของการอภิปรายกลุ่มไว้ว่า หมายถึง วิธีการให้โอกาสแก่ผู้เรียนได้ถามปัญหา ได้พูดในสิ่งที่เขารู้ ได้สำรวจ และมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ นอกจากนี้นักเรียนยังจะได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างนักเรียนด้วยกัน และผู้สอน การอภิปรายกลุ่มจะช่วยให้ผู้เรียนได้เข้าใจและเคารพในความรู้สึกและความคิดเห็นของคนอื่นๆ

สุรีย์ จันทรโมลี (2527 : 100-102) ได้ให้ความหมายของการอภิปรายกลุ่มไว้ว่า หมายถึง การประชุมพิจารณาหรืออภิปรายกันระหว่างบุคคล ซึ่งประกอบด้วยผู้นำกลุ่มอภิปราย และสมาชิกจำนวนตั้งแต่ 6-20 คน ร่วมอภิปรายกันในเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่ผู้เข้าประชุมสนใจร่วมกัน หรือมีผลประโยชน์ร่วมกัน ซึ่งการอภิปรายกลุ่มเป็นวิธีการที่นำมาใช้อย่างมากในการให้สุศึกษาแก่กลุ่มเป้าหมายต่างๆ ช่วยให้สมาชิกในกลุ่มได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็นและประสบการณ์ ได้ความเข้าใจของตนเอง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น มีอิสระในการแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ และสมาชิกต่างให้ความร่วมมือในการช่วยกันแก้ไขปัญหา นอกจากนี้ การอภิปรายกลุ่มยังช่วยฝึกฝนให้ผู้เรียนได้ปรับตัวเข้ากับคนอื่น เข้ากับสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม ฝึกฝนการสะท้อนความคิดในการแก้ปัญหาาร่วมกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน ช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาไตร่ตรองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งนั้นอย่างรอบคอบ เพื่อจะได้นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม และอิทธิพลของกลุ่มยังมีส่วนช่วยให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ การตัดสินใจด้วยการยอมรับและความสมัครใจ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ถาวรต่อไป โดยสรุปแล้วการอภิปรายกลุ่ม มีวัตถุประสงค์ดังนี้

- 1) ให้สมาชิกในกลุ่มทราบเรื่องราว และสนใจปัญหาของกลุ่ม
- 2) ให้สมาชิกแต่ละคนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตนเองโดยเสรี
- 3) พิจารณาเรื่องราวที่เป็นผลประโยชน์ร่วมกันของสมาชิกในกลุ่มนั้น
- 4) พัฒนาสมาชิกของกลุ่ม ให้มีลักษณะการเป็นผู้นำในด้านการอภิปราย
- 5) เสริมสร้างระบบการประชุมกลุ่มในหมู่คณะหรือในองค์กร และส่งเสริมความเข้าใจอันดีระหว่างสมาชิกด้วยกัน

- 6) รวบรวมความคิดเห็นอ่านของบุคคลในฐานะที่เป็นสมาชิกของกลุ่ม
- 7) สำรวจปัญหาต่างๆ
- 8) แก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งโดยอาศัยความคิดจากหลายๆคน
- 9) ตกลงกันในการวางแผนดำเนินงานเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

6.3 การระดมสมอง (Brainstorming)

สุริย์ จันทรโมลี (2525 : 102) ได้กล่าวถึงการระดมสมองไว้ว่า เป็นเทคนิคหรือวิธีการให้สมาชิกและการแก้ปัญหาวิธีหนึ่ง เป็นกระบวนการอภิปรายกลุ่มที่สร้างสรรค์ให้สมาชิกทุกคน ได้ออกความคิดเห็นร่วมกันในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ได้หลายแง่หลายมุม และเป็นการออกความคิดเห็นที่เป็นความอิสระเสรี การระดมสมองซึ่งเป็นการรวบรวมความคิดเห็นของสมาชิก เพื่อค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพในช่วงเวลาสั้นๆ วิธีการนี้เหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับกลุ่มสมาชิกกลุ่มเล็ก ที่มีสมาชิกในกลุ่ม ประมาณ 15-20 คน

6.4 การแสดงบทบาทสมมติ (Role playing)

วินิจ เกตุชา และคมเพชร จัตรศุภกุล (2522 : 163) ได้ให้ความหมายของการแสดงบทบาทสมมติไว้ว่า หมายถึง การแสดงโดยนำคนจริงๆ มาแสดงตามบทบาทที่ได้ทำการสมมติขึ้น โดยแต่ละคนที่แสดงต้องสวมบทบาทที่ตนเองได้รับให้สมจริงตามสถานการณ์หรือปัญหาที่กำหนดไว้ให้มากที่สุด ผู้แสดงบทบาทสมมติจะได้จากสมาชิกกลุ่มนั่นเอง ถ้าผู้แสดงทำตามบทบาทที่สมจริงได้ดีเท่าไร จะส่งผลกลับมาสู่กลุ่มมากขึ้นเท่านั้น

สุริย์ จันทรโมลี (2525 : 141) ได้กล่าวถึงการแสดงบทบาทสมมติไว้ว่า เป็นวิธีการกลุ่มวิธีหนึ่งที่ใช้เป็นเครื่องมือในการให้การศึกษา การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เป็นการเสนอเรื่องราวของกลุ่มที่จะแสดงบทบาทสมมติ หรือแสดงให้ผู้เรียนได้เข้าใจ มองเห็นภาพพจน์ของพฤติกรรมของคน สภาพปัญหาสังคม มนุษย์สัมพันธ์ บทบาท แนวคิด ความขัดแย้งระหว่างบุคคล 2 คน หรือมากกว่า ช่วยทำให้เกิดการเข้าใจตัวเองและคนอื่นมากขึ้น การแสดงบทบาทสมมติเป็นการแสดงตามธรรมชาติ คล้ายกับสภาพที่เกิดขึ้นจริง โดยไม่ต้องมีการซ้อมบทบาท ไม่มีการเขียนบท (Script) แต่มีการเตรียมบทบาทว่าใครจะแสดงออกมาแบบไหน หรือบทบาทใด โดยอาจพิจารณาบทบาทให้เหมาะสมกับบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลนั้น การแสดงใช้ช่วงระยะเวลาสั้นๆ ประมาณ 10-15 นาที เพื่อให้ผู้เรียนได้สังเกตการแสดง ได้พิจารณาวิเคราะห์ปัญหา บทบาท พฤติกรรม มนุษย์สัมพันธ์ ซึ่งแล้วแต่สถานการณ์ที่สร้างขึ้นมาให้ชม การแสดงบทบาทสมมติส่วนมากใช้กับกลุ่มผู้ใหญ่ การนำวิธีการแสดงบทบาทสมมติมาใช้ในการศึกษา เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ต้องใช้ด้วยความรอบคอบ และถูกต้องตามเทคนิค ในการแสดงต้องระวังในด้านการแสดงออกทางอารมณ์ ปฏิบัติการซึ่งจะทำความเสียหาย กระทบกระเทือนต่อผู้อื่น ควรหลีกเลี่ยงการนำเรื่องส่วนตัวของบุคคลอื่นมาเปิดเผย ผู้คุมการแสดง (Trainer) ต้องมีความรู้ในเทคนิคด้านการแสดงบทบาทและนำมาใช้อย่างถูกต้องและให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

ทศนา แคมมณี และคณะ (2529 : 42-43) ได้กล่าวถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการแสดงบทบาทสมมติว่า ผู้สอนสามารถนำบทบาทสมมติไปช่วยผู้เรียนให้เกิดการเรียนรู้ในด้านต่างๆ ได้หลายด้านดังนี้

1) ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจว่าพฤติกรรมมีสาเหตุ การที่ผู้เรียนได้แสดงบทบาทต่างๆ ที่ถูกจำกัดอยู่ในสถานการณ์ที่กำหนดให้ จะทำให้ผู้เรียนมีความเข้าใจถึงสาเหตุต่างๆ ที่ผลักดันให้คนต้องแสดงพฤติกรรมใด ๆ ออกไปนั้น ความเข้าใจนี้จะช่วยให้ผู้เรียนไม่รีบเร่งตัดสินใจอะไรง่าย ๆ ก่อนที่จะพิจารณาถึงสาเหตุ นอกจากนั้นยังช่วยให้ผู้เรียนได้แนวทางในการแก้ไขปัญหาให้ตรงจุดที่เป็นสาเหตุอีกด้วย

2) ช่วยให้ผู้เรียน เรียนรู้และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น การที่ผู้เรียนได้แสดงในบทบาทของผู้อื่นจะช่วยให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ว่า ผู้อื่นมีความคิดและความรู้สึกอย่างไร ความเข้าใจนี้จะช่วยให้ผู้เรียนรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

3) ช่วยลดความรู้สึกตึงเครียดของผู้เรียน ในบางครั้งผู้เรียนอาจมีความรู้สึกรุนแรงในใจหลายประการที่ไม่สามารถแสดงออกมาได้ ผู้สอนอาจใช้บทบาทสมมติเป็นเครื่องมือในการให้ผู้เรียนระบายความรู้สึกนั้นๆ ออกมา เป็นการช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของผู้เรียนลงได้บ้าง

4) ช่วยให้ผู้สอนเรียนรู้ความต้องการของผู้เรียน ในกรณีที่ผู้เรียนไม่สามารถบอกความต้องการของตนออกมาได้ ผู้สอนอาจจะจัดบทบาทสมมติให้ผู้เรียนได้แสดง ซึ่งผู้เรียนอาจจะเปิดเผยความต้องการของตนออกมาโดยไม่รู้ตัว

5) ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาความรู้สึกที่เกี่ยวกับตนเองในทางที่ดี การให้ผู้เรียนได้มีโอกาสสำรวจตนเองและเรียนรู้เกี่ยวกับผู้อื่น โดยใช้บทบาทสมมติเป็นเครื่องมือ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจตนเองมากขึ้นและพัฒนาความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง สิ่งนี้นับว่าเป็นพื้นฐานของความเจริญงอกงามทางจิตใจ อันจะช่วยทำให้บุคคลนั้นดำรงชีพอยู่อย่างมีความสุข และสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6) ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีโอกาสสำรวจค่านิยมของตน และหาหลักยึดเหนี่ยวในการดำรงชีวิตของตน ในขณะที่ผู้เรียนแสดงบทบาทสมมติอยู่นั้นผู้เรียนจะมีพฤติกรรมการตัดสินใจที่แสดงให้เห็นถึงค่านิยมของตน การที่มีโอกาสได้แสดง อภิปราย และวิเคราะห์ค่านิยมเหล่านั้น จะช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจตนเองมากขึ้น

7) ช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาความสามัคคีในกลุ่มให้ดีขึ้น ในการทำงานร่วมกันนั้น สมาชิกในกลุ่มมักจะมีปัญหาขัดแย้งกันอยู่บ้าง ความขัดแย้งนี้ทำให้เกิดความไม่เข้าใจกันและเกิดความแตกแยกกันในหมู่คณะ วิธีการแสดงบทบาทสมมตินี้สามารถนำมาใช้ทำให้คนในกลุ่มเกิดความเข้าใจ และมีความสามัคคีปรองดองกัน

8) ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในสังคม เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ดังนั้น การเรียนรู้ที่จะปฏิบัติตนให้เหมาะสมในสังคมจึงเป็นสิ่งจำเป็น บทบาทสมมติจะช่วยให้การเรียนรู้นี้เป็นจริงและสนุกมากยิ่งขึ้น

9) ช่วยให้ผู้เรียนฝึกการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ บทบาทสมมติแทบทุกบทบาทมักจะมีสถานการณ์ที่มีความขัดแย้งแฝงอยู่ ผู้แสดงจะใช้วิจารณ์ญาณและไหวพริบในการแก้ปัญหา จึงนับว่าวิธีการนี้ช่วยฝึกเรื่องการแก้ปัญหาและการตัดสินใจได้อย่างดี

10) ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ และฝึกปฏิบัติตนให้ถูกต้องเหมาะสม ในหลายๆ บทบาท เพราะคนๆ หนึ่งมักจะมีหลายบทบาทในชีวิตจริง เช่น เป็นลูก เป็นหลาน เป็นนักเรียน เป็นต้น ผู้เรียนควรมีโอกาสฝึกฝนบทบาทต่างๆ เพื่อค้นหาพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์แต่ละอย่าง

11) ช่วยฝึกให้ผู้เรียนปฏิบัติตามขั้นตอน รู้สึก คิด กระทำ โดยปกติเมื่อผู้เรียนเผชิญปัญหา ก็จะเกิดรู้สึก แล้วจะกระทำไปตามความรู้สึกนั้นทันที แล้วจึงจะหวนกลับมาคิดหาวิธีที่ดีกว่า จึงเท่ากับเป็นขั้นตอน รู้สึก กระทำ คิด แต่การแสดงบทบาทสมมติจะช่วยเปลี่ยนให้ผู้เรียนทำตามขั้นตอนที่ดีกว่า คือ รู้สึก คิด กระทำ

ในการวิจัยครั้งนี้ ได้นำหลักวิธีการสอนทักษะชีวิต การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และวิธีการทางสุขศึกษามาประยุกต์ใช้ในการดำเนินกิจกรรม โดยในขั้นรู้ชัดเห็นจริงมุ่งหมายให้ผู้เรียนได้รับรู้ทักษะ ฝึกฝนให้เกิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และในขั้นลงมือกระทำเป็นขั้นตอนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นโดยอาศัยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างบุคคล และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในการพัฒนาทักษะให้กลุ่มตัวอย่างในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง การสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในต่างประเทศ

1.1 งานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติด

เบอร์แทรนด์ และอาเบอร์นาथี (Bertrand & Abernathy. 1993 : 98-103) ได้ทำการศึกษาในกลุ่มนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 ในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า สิ่งบ่งชี้ที่จะทำนายพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่มีนัยสำคัญทางสถิติ คือ อิทธิพลของเพื่อน โดยพบว่าที่เพื่อนสูบบุหรี่เป็นตัวทำนายพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่สำคัญ รองลงมาคือความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับนักเรียน และจำนวนผู้ที่สูบบุหรี่ในบ้าน ส่วนตัวแปรภายในด้านสังคมจิตวิทยา คือ การนับถือตนเองและสุขภาพจิต เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลน้อยกว่า

ฮอลล์และฮานโด (Hall & Hando. 1994 : 277-284) ได้ศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการบริหารและผลกระทบของการเสพยาบ้าในหมู่เด็กวัยรุ่น ในนครซิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการบริหารและผลลบของการเสพยาบ้า เกี่ยวกับอาการฟุ้งยา ความต้องการรักษา ความต้องการทางด้านจิตใจ และความรุนแรง) ได้ถูกตรวจพบในหมู่ที่เสพยาบ้า ชาวออสเตรเลียจำนวน 231 คน ซึ่งฉีดยาบ้าเป็นประจำ แม้ว่าร้อยละ 87 ของผู้ใช้จะถูกเลือกจาแหล่งที่ไม่มีการรักษา 1 ใน 3 ได้เคยมีอาการฟุ้งยาบ้าและ 1 ใน 3 มีปัญหาทางสุขภาพเกี่ยวกับฤทธิ์ยาบ้า ซึ่ง 1 ใน 4 ได้รับการดูแลทางการแพทย์ ทั้งยังพบว่ามีความชุกของอาการทางจิตวิทยา เช่น ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล อาการหวาดระแวง มีภาพหลอน และความรุนแรง ซึ่งเกี่ยวข้องกับความถี่ในการเสพยาบ้าและการเสพโดยการฉีด ผู้เสพยาบ้าควรจะได้รับความรู้ที่ดีกว่าเดิม เกี่ยวกับผลทางลบที่อาจจะเกิดของการเสพยาบ้า และเกี่ยวกับวิถีทางที่ผู้เสพจะลดความเสี่ยงที่จะได้รับอันตรายจากการหลีกเลี่ยงการเสพยา โดยวิธีฉีดและการเสพยาบ้าเกินขนาด

รอสและโคเฮน (Ross & Cohen. 1994 : 1693-1690) ศึกษาเกี่ยวกับการใช้ยาเบนโซไดอะซีพีน (Benzodiazepine) ในหมู่ผู้ใชยาบ้าในประเทศออสเตรเลีย พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เบนโซไดอะซีพีน กับยาบ้าถูกพบในตัวอย่างผู้ใชยาบ้า 301 ราย การใช้เบนโซไดอะซีพีน มีการแพร่กระจายออกไปร้อยละ 37 ของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เบนโซไดอะซีพีน ใน 1 เดือนที่มีการสัมภาษณ์ และเพิ่มเป็นร้อยละ 55 ในอีก 6 เดือนถัดมา ผู้ฉีดยาบ้าอาจจะกลายเป็นเพียง ผู้เคยใช้และกลายเป็นผู้ใช้เบนโซไดอะซีพีน ในปัจจุบันต้องเปรียบเทียบกับผู้ใช้เบนโซไดอะซีพีนกับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ บ่งชี้ว่าผู้ใช้เบนโซไดอะซีพีนมีระดับของการใช้ยาที่หลายหลายกว่า และจิตพยาธิวิทยา มักจะฉีกด้วยเข็มที่ถูกขอยืมมา ในเดือนที่ทำการสัมภาษณ์เป็น 3 เท่า ของกลุ่มผู้ฉีดยาที่ไม่ใช่เบนโซไดอะซีพีน ผลเหล่านี้มีค่าคงที่เมื่อศึกษากับกลุ่มอื่นที่ใช้ยาผิดกฎหมาย เช่น กลุ่มผู้ใช้เฮโรอีน อันเป็นการบ่งชี้ว่าการใช้เบนโซไดอะซีพีนมีผลต่อระดับความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นและภาวะเสื่อมของจิตสังคม

คอนตุลา (Kontula. 1995 : 1053-1066) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ความชุกของการ ไข้หวัดใหญ่ที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยาในทางที่ผิดของประเทศฟินแลนด์ โดยใช้วิธีการสำรวจทาง ไปรษณีย์เรื่องความชุกของการใช้ยาในประเทศฟินแลนด์ ได้ถูกกระทำขึ้นในปี ค.ศ. 1992 มีผู้ตอบ 3,457 ราย คิดเป็นร้อยละ 70.70 ของแบบสำรวจที่ส่งไป ผู้ถูกสอบถามมีช่วงอายุตั้งแต่ 18-74 ปี ข้อมูลที่ได้เหล่านี้มีข้อมูลเสริมเกี่ยวกับการใช้ยาในทางที่ผิด ในประเทศฟินแลนด์ซึ่งส่วนใหญ่เป็น ลักษณะการใช้ยาในทางที่ผิด (รวมถึงยาที่มีส่วนผสมของฝิ่น) และแอลกอฮอล์มีสัญญาณที่บ่งบอก ชัดเจนถึงการเพิ่มขึ้นในเรื่องการใช้ยาในทางที่ผิด ในช่วง 2-3 ปีที่ผ่านมา ผลการศึกษาพบว่า มี ประชากร ประมาณ 1 เปอร์เซ็นต์ที่ใช้กัญชา การใช้ฝิ่นและยาบ้ายังมีข้อจำกัดมาก และไม่พบ ปรากฏการณ์เปลี่ยนแปลงพิเศษใดๆ ตามสถิติของแหล่งข้อมูลทางด้านสวัสดิการสังคมและสุขภาพ มีความต้องการบริการช่วยเหลือ อันเนื่องมาจากการใช้ยาเพียงแค่ 1 เปอร์เซ็นต์ ของปัญหาพิษ ของยาทั้งหมด โดยเฉพาะแอลกอฮอล์ในระหว่าง 2-3 ปีที่ผ่านมา

1.2 งานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิต

เมมมอน (สุขฤดี รัชตถุงการสกุล. 2543 : 104 ; อ้างอิงจาก Maymon. 1984. *Health Education*. p. 222) ได้ศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพของโครงการป้องกันการสูบบุหรี่โดยการ ให้อาสาสมัครใช้การตัดสินใจในการแก้ปัญหา และวิธีการทำค่านิยมให้กระจ่างในนักเรียนมัธยมศึกษา อายุ 15-16 ปี ประเทศอิสราเอล กลุ่มตัวอย่างจำนวน 340 คน จาก 5 โรงเรียนในเขตเมือง พบว่า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนในกลุ่มที่เข้าร่วมในโครงการมีจำนวนนักเรียนสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโครงการ นอกจากนี้พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโครงการมีการ เปลี่ยนแปลง ด้านทัศนคติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบการเปลี่ยนแปลงในด้านค่านิยมและ การรับรู้ต่อการสูบบุหรี่

โดเฮอร์ตี้ (Doherty. 1987 : 95) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ทักษะการปฏิเสธของแต่ละ บุคคลจะทำนายสถานภาพในการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นได้ ทำการศึกษาโดยจากข้อมูลการประเมินผล จากการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และทักษะในการแก้ไขปัญหาของหญิงวัยรุ่นผิวขาว จากการ ศึกษาพบว่า ผู้ไม่สูบบุหรี่มีการใช้ทักษะในการปฏิเสธบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้สูบบุหรี่มี การโต้ตอบในการปฏิเสธบุหรี่อย่างไม่มีประสิทธิภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และผู้ไม่สูบบุหรี่มี แนวโน้มที่จะใช้ทักษะในการแก้ไขปัญหามากขึ้นเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ถูกชักชวนให้สูบบุหรี่

กิลคริสต์, ชิงค์ และแมกซ์เวล (Gilchrist, Schinke & Maxwell. 1987 : 73-84) ศึกษาถึงการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับทักษะชีวิต (Life skill counseling) เพื่อการป้องกันปัญหาต่างๆ ในวัยรุ่น ในที่นี้จะศึกษาถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหา 4 เรื่องด้วยกัน คือ การระมัดระวังในเรื่องการมี เพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ การใช้ยาเสพติดหรือการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ ปัญหาความเครียดและการถูกทอดทิ้งจากสังคมในมาดาที่เป็นวัยรุ่น โดยผู้วิจัยได้ ประยุกต์โปรแกรมการให้คำปรึกษาทักษะชีวิต (Life skill counseling programs) เพื่อให้เกิดทักษะ ใหม่ๆ กับวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาทักษะชีวิต สามารถที่จะลด ปรับ เปลี่ยน

หรือป้องกันพฤติกรรม รวมทั้ง 4 อย่าง ในวัยรุ่นคือ การป้องกันการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ การลดความเครียดและการถูกสังคมทอดทิ้ง การลดและเลิกพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และในเรื่องของการใช้ยาและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จะทำให้วัยรุ่นมีการใช้ยาอย่างเหมาะสมและรู้จักวิธีการหลีกเลี่ยง

ไอเซอร์, ไอเซอร์ และบอคเกอร์ (Eiser, Eiser & Bocker. 1988 : 202-210) ได้ศึกษาเรื่อง การประเมินผลของกลุ่มมือสำเร็จรูปในการสอนให้เกิดทักษะชีวิตในการใช้ยาเสพติด โดยการตอบแบบสอบถามของผู้สอนจำนวน 562 คน ซึ่งโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาต่างๆ จะได้รับคู่มือสำเร็จรูปเรียกว่า "Double-Take" อีกเรื่องเกี่ยวกับ "Thinking Twice" คู่มือนี้จะประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องการใช้ยาเสพติด โดยมีคำแนะนำถึงวิธีการที่จะปฏิเสธหรือต่อต้านกับสภาพของสังคมที่บีบบังคับ ผลการศึกษาพบว่าผู้สอนส่วนใหญ่ตอบว่า คู่มือ "Double-Take" นี้ สามารถใช้ประโยชน์ได้ดีมากในการจัดโปรแกรมการศึกษาเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด แต่ผู้สอนที่จะนำคู่มือนี้มาใช้ก็ควรจะต้องได้รับการฝึกอบรมมาโดยเฉพาะ

ซาลลิสและคณะ (Sallis, et al. 1990 : 489-503) ศึกษาเกี่ยวกับผลของการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะในการปฏิเสธบุหรี่แก่นักเรียนเกรด 4-7 จำนวน 78 คน ซึ่งมีอายุเฉลี่ย 12.5 ปี โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองคือ กลุ่มที่ได้รับการฝึกทักษะในการปฏิเสธบุหรี่จำนวน 39 คน และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 39 คน ประเมินโดยใช้แบบทดสอบ การโต้ตอบของนักเรียนต่อการชักชวนให้สูบบุหรี่ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มนักเรียนมีได้เข้าร่วมโปรแกรมดังกล่าว จะได้คะแนนในระดับดีมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ นอกจากนี้นักเรียนในกลุ่มทดลองจะสามารถปฏิเสธบุหรี่ จากการชวนของเพื่อนได้ดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ควีน และคณะ (Quine, et al. 1992 : 259-267) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบความตระหนักในเรื่องการใช้ยาเสพติดของเด็ก กลุ่มอายุ 9-13 ปี โดยเด็กกลุ่มทดลองจะได้รับความรู้เกี่ยวกับการเสพยาเสพติดและโปรแกรมทักษะชีวิต ส่วนเด็กที่เป็นกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับโปรแกรมใดๆ เลย ประเมินผลการศึกษาโดยใช้การตอบแบบสอบถามของผู้บริหารแต่ละโรงเรียน ผลจากการศึกษาพบว่า เด็กทั้ง 2 กลุ่มมีความแตกต่างกันของลักษณะพื้นฐานบางประการ คือ เด็กกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มาจากโรงเรียนรัฐบาลและอยู่ในโรงเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจสูงกว่า จึงได้ทำการวิเคราะห์ผลอีกครั้ง โดยการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนเหล่านี้ ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมนี้สามารถทำนายในเรื่องความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดเท่านั้น แต่ไม่สามารถทำนายความตั้งใจในการสูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์

ดอย (Doi. 1993 : 73-78) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมการป้องกันการสูบบุหรี่ในโรงเรียน ของนักเรียนในสถานศึกษาระดับ 7 โดยใช้รูปแบบทางจิตวิทยาสังคม ซึ่งคำนึงถึงพ่อแม่ เพื่อน และอิทธิพลของสื่อ รวมถึงการสอนทักษะการปฏิเสธเพื่อต่อต้านการสูบบุหรี่จากสังคม โดยใช้แบบสอบถามก่อนและหลังการทดลอง ผลการศึกษาพบว่า มีตัวแปร 3 ตัวที่มีผลต่อการศึกษา คือ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุหรี่ ทักษะการปฏิเสธการสูบบุหรี่ และเจตคติ โดยพบว่าภายหลังทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้ และทักษะการปฏิเสธการเริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรกเพิ่ม

มากขึ้น และจากติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมไปแล้ว 1 เดือน และ 1 ปี พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองยังคงมีพฤติกรรมไม่สูบบุหรี่

บอทวิน และคณะ (สุขฤดี รัชตถการสกุล. 2543 : 104 ; อ้างอิงจาก Botvin, et al. 1995. *Journal of Behavioral Medicine*. p. 1106-1112) ได้ทำการศึกษาโดยติดตามผลระยะยาวในการป้องกันการใช้ยาเสพติดในกลุ่มชนชั้นกลางผิวขาว ในประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อประเมินประสิทธิภาพของการจัดการเรียนการสอน เรื่อง การป้องกันยาเสพติดในโรงเรียน ออกแบบการทดลองโดยทำการสุ่มตัวอย่างจากโรงเรียน 56 แห่งที่ได้รับโปรแกรม ประกอบด้วย การติดตามกระตุ้นเตือน การสอนทักษะชีวิตทั่วไป และทักษะการเผชิญอิทธิพลทางสังคมในการต่อต้านการใช้ยาเสพติด โดยวิธีการฝึกปฏิบัติรวมกับการให้คำปรึกษาแนะนำตลอดทั้งปี ส่วนในกลุ่มควบคุมจะได้รับการฝึกจากวิดีโอเทป และไม่ได้รับคำปรึกษาแนะนำ หรือได้รับการรักษาตามปกติ ทำการติดตามผลในระยะเวลา 6 ปี หลังจากได้รับโปรแกรมการทดลอง และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากทางโทรศัพท์ และทางไปรษณีย์ ผลการศึกษาพบว่า มีการใช้ยาเสพติดและยาอื่นๆ ลดลงทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยสามารถสรุปได้ว่าการจัดโปรแกรมการป้องกันการใช้ยาเสพติด ตั้งแต่ในช่วงมัธยมศึกษาตอนต้นจะมีความสำคัญและความอดทนต่อการลดการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และเสพยาโดยตรง ถ้ามีการจัดการเรียนการสอนโดยผสมผสานระหว่างทักษะและการเผชิญปัญหาและทักษะชีวิตทั่วไป และมีการกระตุ้นติดตามอย่างต่อเนื่องอย่างน้อย 2 ปี

2. งานวิจัยในประเทศไทย

2.1 งานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติด

นพพร พานิชสุข (2528 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลของครอบครัวที่มีผลต่อการใช้ยากระตุ้นประสาทประเภทแอมเฟตามีนของเด็กวัยรุ่น พบว่า ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการเอาใจใส่เลี้ยงดูบุตร การให้ความอบอุ่น ความรักจากบิดามารดาอย่างเพียงพอ สามารถทำให้เด็กวัยรุ่นไม่ไปใช้ยากระตุ้นประสาทได้ ดังนั้นอิทธิพลจากครอบครัวจึงมีผลมากที่สุด ส่วนอาชีพหรือฐานะทางเศรษฐกิจของบิดามารดาจะไม่มีหรือมีอิทธิพลน้อยมาก และจากการวิจัยยังพบอีกว่า ปัญหาและสาเหตุในครอบครัวมีอิทธิพลต่อการใช้ยากระตุ้นประสาทแอมเฟตามีน เนื่องจากมีการแพร่ระบาดอย่างแพร่หลายและมีมากขึ้นในหมู่เด็กวัยรุ่นปัจจุบัน ตลอดจนสภาพครอบครัวที่บิดามารดาแยกกันหรือหย่าร้าง ทำให้เด็กขาดความรักความอบอุ่น คำปรึกษาและคำแนะนำที่ดี ทำให้เกิดความสับสนขาดสิ่งยึดเหนี่ยวทางใจ รวมทั้งสภาพแวดล้อมของเด็กจากการคบเพื่อนไม่ดี ได้รับการชักจูงในสิ่งที่ผิด นอกจากนี้สภาพเศรษฐกิจในปัจจุบัน ค่าครองชีพสูงขึ้นนั้น ทำให้เด็กขาดแนวทางการประพฤติตัวที่เหมาะสม

อภิวัน อินทร (2537 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับมาตรการทางกฎหมาย กระบวนการบังคับใช้กฎหมาย ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดจากการบังคับใช้กฎหมายเกี่ยวกับการ

เสพวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาทของผู้ขับขียานพาหนะในประเทศไทย พบว่า มีกฎหมายที่เกี่ยวข้อง 3 ฉบับ คือ พ.ร.บ. วัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท พ.ศ. 2518 พ.ร.บ.จราจรทางบก พ.ศ. 2522 และ พ.ร.บ. การขนส่งทางบก พ.ศ. 2522 ปัญหาในการนำบทบัญญัติไปใช้ คือ

พ.ร.บ. การขนส่งทางบก มีจุดอ่อนในส่วนของการใช้ดุลยพินิจของเจ้าหน้าที่เพื่อกำหนด “เหตุอันควรเชื่อ” ว่ามีขอบเขตมากน้อยเพียงใด

พ.ร.บ. การจราจรทางบก มีจุดอ่อนในการนำไปใช้ คือ ปัจจุบันหลักเกณฑ์ที่ใช้ตรวจสอบหายาบ้าตามกฎกระทรวงที่ออกตามความในพระราชบัญญัติจราจรนั้นไม่มีการประกาศและนำออกใช้แต่อย่างใด จึงทำให้การปฏิบัติหน้าที่ของเจ้าพนักงานไม่สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ของกฎหมายได้ เพราะไม่มีวิธีการและแนวทางที่จะให้ปฏิบัติ จึงไม่สามารถรู้ว่าผู้ต้องสงสัยได้เสพยากลุ่มยาบ้าจริงหรือไม่ อีกทั้งแนวโน้มของปัญหาการลักลอบค้าและบริโภคสารประเภทยาเสพติด เพื่อกระตุ้นประสาทจะทวีความรุนแรงมากขึ้น เนื่องจากผลตอบแทนทางธุรกิจของการผลิตและค้ายาเสพติดมีสูงและคุ้มค่าต่อการเสี่ยง และสารประเภทยาบ้าสามารถนำมาใช้เป็นยาสำคัญในการผลิตยาบ้า และยังไม่มีมาตรการควบคุมทางกฎหมายที่รัดกุมแต่อย่างใด

อรอนงค์ หงษ์ชุมแพ (2538 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับยาบ้าและการป้องกันตนเองจากการเสพยาบ้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับยาบ้าดีมาก และต้องการได้รับความรู้เพิ่มเติม โดยผ่านสื่อทางโทรทัศน์มากที่สุด ส่วนการป้องกันตนเองจากการเสพยาบ้า กลุ่มตัวอย่างใช้การตัดสินใจที่มีพฤติกรรมใดๆ บนพื้นฐานของความรู้เกี่ยวกับยาบ้า การคบเพื่อนที่ดี สัมพันธภาพในครอบครัวและความมุ่งมั่นในชีวิตที่ดี กลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มต้องการให้เพื่อนที่เสพยาบ้าเลิกเสพ และต้องการให้โรงเรียนปลอดจากยาบ้า โดยเสนอแนวคิดต่างๆ เช่น ให้เริ่มจากตนเองก่อน ร่วมกับเพื่อนช่วยกันรณรงค์ หากิจกรรมสนุกๆ ทำร่วมกันเพื่อสร้างความสัมพันธ์ และไม่ให้มีเวลาว่างมากเกินไป เป็นต้น

ธนวัฒน์ หาพิพัฒน์ (2539 : 107) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้ยาบ้าของนักศึกษาในปัจจุบัน พบว่า ส่วนใหญ่จะเสพโดยวิธีใช้ไฟลอนแล้วสูดควันเข้าปอด รองลงมาคือ กินเหมือนยาทั่วไป สำหรับปริมาณยาที่ใช้เสพส่วนใหญ่เสพครั้งละ 1 เม็ด รองลงมาคือ 1/2 เม็ด เหตุผลที่ใช้ยาบ้าส่วนใหญ่เพื่อแสวงหาประสบการณ์แปลกใหม่ๆ รองลงมาคือ อยากรู้ฤทธิ์ของยาเพื่อชวนให้ลอง และเพื่อให้อ่านหนังสือหรือทำกิจกรรมต่างๆ ได้นานขึ้น ในด้านแหล่งซื้อขายพบว่าสถานศึกษาเป็นแหล่งซื้อขายที่สำคัญที่สุด รองลงมาได้แก่ สถานเริงรมย์ต่างๆ ส่วนผู้จำหน่ายยาบ้าที่สำคัญ ได้แก่ เพื่อน รองลงมาได้แก่ เอเยนต์และบุคคลทั่วไป และยังคงศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ยาบ้าของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาชายมีแนวโน้มที่จะใช้ยาบ้าสูงกว่านักศึกษาหญิง ปัจจัยอื่นๆ ประกอบด้วย ผลการเรียน รายได้ประจำของนักศึกษา และสถานภาพสมรสของบิดามารดา ซึ่งผลการศึกษา สะท้อนให้เห็นได้ว่านักศึกษาที่มีครอบครัวที่สมบูรณ์มีแนวโน้มที่จะใช้ยาบ้าต่ำกว่านักศึกษาที่มีครอบครัวแตกแยกหรือไม่ สำหรับแนวคิดทางด้านการ

ควบคุมสังคม พบว่า ความผูกพันทางสังคมประกอบด้วย ความรู้สึกผูกพันต่อบิดา มารดา และความเชื่อในบรรทัดฐาน กฎเกณฑ์ของสังคม ดูเหมือนจะเป็นเครื่องมือทางสังคมที่มีส่วนในการป้องกัน เหนี่ยวรั้งเยาวชน ไม่ให้เข้าไปข้องแวะกับ ยาบ้าได้มากที่สุด

2.2 งานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิต

นิตยา เพ็ญศิริรักษา (2538 : 109-110) ได้ศึกษาเรื่อง การสร้างพลังในโปรแกรมการสูบบุหรี่ และศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนในจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 962 คน ผู้นำนักเรียนจำนวน 45 คน เข้ารับการฝึกอบรมตามหลักสูตรการศึกษาเพื่อการสร้างพลังในการป้องกันการสูบบุหรี่ที่จัดโดยผู้วิจัยและผู้สอนของโรงเรียนเป็นเวลา 5 วัน ผู้นำนักเรียนได้รับการพัฒนาทักษะที่จำเป็น เช่น ทักษะการสื่อสาร การแก้ปัญหา การทำงานกลุ่ม รวมทั้งทักษะในการปฏิเสธการสูบบุหรี่ ผลการทดลองพบว่า การให้การศึกษานั้นมีผลทำให้การนับถือตนเอง ทศนคติต่อการสูบบุหรี่ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมเพื่อการไม่สูบบุหรี่ของผู้นำนักเรียนเพิ่มขึ้น รวมทั้งสามารถป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในกลุ่มผู้นำนักเรียนได้ ในนักเรียนทั่วไปพบว่า มีการนับถือตนเอง ความเชื่อในความสามารถต้านทานการสูบบุหรี่และพฤติกรรมการสูบบุหรี่เป็นประจำ เปลี่ยนแปลงไปในทางบวกในระยะติดตามผล นักเรียนมีพฤติกรรมสูบบุหรี่เป็นประจำต่ำ สำหรับปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนที่มีอิทธิพลสูงสุดคือ การสูบบุหรี่ของเพื่อนสนิท

รัตนา ดอกแก้ว (2539 : ก-ข) ศึกษาเกี่ยวกับผลการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดแพร่ โดยประยุกต์ใช้แนวคิดทักษะชีวิตร่วมกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรามาใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิต ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ทักษะการปฏิเสธต่อรองทักษะการพัฒนาปรับเปลี่ยนทัศนคติ และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ณัฐพงศ์ พุดหาล้า (2540 : ง) ศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี มีกลุ่มทดลอง จำนวน 40 คน และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 40 คน ประกอบด้วยความตระหนักในตนเอง ความรับผิดชอบในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการปฏิเสธ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักในตนเองสูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ในส่วนทักษะของการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าก่อนทดลอง และต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และยังพบว่าตัวแปรที่

ศึกษานั้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ยกเว้น
ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่

พิมพีใจ บุญยัง (2540 : 141) ศึกษา เรื่อง ประสิทธิผลของโปรแกรมการ
เสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัด
นราธิวาส ซึ่งประกอบด้วยทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา และทักษะการปฏิเสธตาม
แนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก ร่วมกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา และ
กระบวนการกลุ่ม ผลการทดลองพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีทักษะการปฏิเสธเพื่อน
ชักชวนให้เสพยาบ้า และพฤติกรรมในการป้องกันการเสพยาบ้าดีกว่าก่อนการทดลอง
และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

พิศมัย สุขอมรรตน์ (2540 : 109-110) ศึกษา เรื่อง ประสิทธิผลของโปรแกรม
ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 86 คน สังกัดกรมสามัญ
ศึกษา กรุงเทพมหานคร เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 46 คน และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 40 คน ซึ่ง
ประกอบด้วย การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ
ทักษะการจัดการกับความเครียดและพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ ผลการทดลองพบว่า หลัง
การทดลองทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ดีกว่า
ก่อนการทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเอง และ
ทักษะการจัดการกับความเครียดดีขึ้นก่อนการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

นวนันท์ กิจทวี (2541 : บทคัดย่อ) ศึกษา เรื่อง ประสิทธิผลของโปรแกรมการ
เสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา
จังหวัดนนทบุรี กลุ่มทดลองจำนวน 35 คน และกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 35 คน ประกอบด้วย การ
เห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการจัดการกับความเครียด
ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้า ผลการทดลองพบว่า หลังการทดลอง
ทักษะการตัดสินใจดีกว่าก่อนการทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการ
เห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการจัดการกับความเครียด ทักษะการปฏิเสธ
และพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้า พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน

วิภาพรรณ ผลผลา (2541 : 95-99) ศึกษา เรื่อง ประสิทธิผลของโปรแกรมการ
เสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี
ที่ 1 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 กลุ่มทดลองจำนวน 50 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 49 คน โดยใช้
โปรแกรมการเสริมสร้างเจตคติเพื่อป้องกันเอดส์และโปรแกรมการเสริมสร้างด้านทักษะการปฏิเสธ
เพื่อป้องกันเอดส์ ผลการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันเอดส์ของกลุ่มทดลอง
สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จรรยา ลาภศิริอนันต์กุล (2543 : 90-95) ศึกษา เรื่อง ผลการพัฒนาทักษะชีวิต
เพื่อป้องกันการเสพยาบ้า ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมชนนักเรียนบ้านโป่ง จังหวัด

ราชบุรี โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการจัดกิจกรรมกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าโดยผ่านชุมชนด้วยการใช้สื่อต่างๆ ได้แก่ วีดิทัศน์ เครื่องฉายข้ามศีรษะ เป็นต้น ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับยาบ้า การรู้จักตนเอง การเข้าใจตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง การแก้ปัญหาเมื่อเผชิญความกดดัน การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับความเครียดดีกว่าก่อนการทดลอง

สุขฤดี รัชตฤงคารสกุล (2543 : 153-157) ศึกษา เรื่อง โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร มีกลุ่มทดลองจำนวน 46 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 41 คน ซึ่งประกอบด้วยการเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า และทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนในกลุ่มทดลองมีทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ ในกลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กฤษฎา ตริยมณีนรัตน์ (2544 : 94-96) ศึกษา เรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรม การป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี มีกลุ่มทดลองจำนวน 30 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 30 คน ซึ่งประกอบด้วยความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ทักษะการตัดสินใจไม่สูบบุหรี่และแก้ไขปัญหา ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และทักษะการจัดการกับความเครียด พบว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนมีทักษะการทั้ง 4 ด้านเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการทั้ง 4 ด้านดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รัตนา เจริญสาริต (2546 : 136-140) ศึกษาเกี่ยวกับผลของการสอนเพศศึกษา โดยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ที่มีต่อความรู้ และทักษะชีวิตเกี่ยวกับเพศศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร(ฝ่ายมัธยม) มีกลุ่มทดลองจำนวน 48 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 47 คน นักเรียนในกลุ่มทดลองได้รับการสอนเพศศึกษา โดยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการสอนเพศศึกษาตามปกติ ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้และทักษะชีวิตเกี่ยวกับเพศศึกษาในด้าน ความภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ทักษะการตัดสินใจและทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตในด้าน ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ

ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา และทักษะชีวิตในด้านความภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคมไม่แตกต่างกัน

จากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยเห็นถึงความสำคัญของการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งอยู่ในวัยแห่งการเรียนรู้และเพื่อเตรียมความพร้อมสู่การเป็นผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า แต่เพราะในปัจจุบันการแพร่ระบาดของยาเสพติดเป็นไปอย่างรวดเร็ว ลุกลามไปถึงในสถานศึกษา นักเรียนบางคนตกเป็นเหยื่อของผู้ลักลอบค้ายาเสพติด บุคคลในกลุ่มต่างๆ มีแนวโน้มหลงผิดไปเสพยาเสพติดมากขึ้น ส่งผลให้ปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดเป็นปัญหาที่สำคัญของประเทศ ซึ่งหากทุกคนในประเทศละเลยวางเฉยไม่ร่วมกันแก้ไขปัญหานี้ โดยอาจคิดว่าไม่ใช่ปัญหาของตน ประเทศไทยของเราจะต้องพบกับปัญหามีประชากรที่ไร้คุณภาพเป็นจำนวนมากได้ในอนาคต ในจุดเริ่มต้นนี้การเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดจึงเป็นกระบวนการหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาทักษะที่เหมาะสมในการดำรงชีวิต และจะเป็นภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่จะช่วยให้เยาวชนปลอดภัย และสามารถฝ่าฟันวิกฤติปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดที่รุนแรงนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาการฝึกทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา เนื่องจากนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษานี้ เป็นนักเรียนที่เริ่มเข้าสู่การเรียนรู้ในระดับมัธยมศึกษาในลักษณะที่เพิ่มโอกาสการเข้าถึงการศึกษาขั้นพื้นฐานระดับมัธยมศึกษา โดยไม่ต้องเดินทางเข้าสู่ศูนย์กลางความเจริญ และเป็นกลุ่มเยาวชนที่อาจมีความก้ำกึ่งระหว่างเยาวชนนอกสถานศึกษากับในสถานศึกษา เพราะ เยาวชนนอกสถานศึกษาในพื้นที่ชุมชนต่างๆ นั้นมักจะได้รับการชักชวนโดยครอบครัวในพื้นที่จะให้มีโอกาสมาเรียนเพื่อได้รับวุฒิการศึกษาเพิ่มขึ้น ตามนโยบายของรัฐบาลด้านการศึกษาขั้นพื้นฐาน อีกทั้งยังไม่มีความรู้หรือยังไม่เคยผ่านการฝึกด้านทักษะชีวิตมาก่อน ดังนั้น หากนักเรียนได้มีการฝึกทักษะชีวิตที่สำคัญแล้ว อันได้แก่ ความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ผู้วิจัยคาดว่านักเรียนจะสามารถนำประสบการณ์ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวันในการป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากยาเสพติด ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมป้องกันการเสพยาเสพติดที่เหมาะสมต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ผู้วิจัยได้นำแนวคิด ทฤษฎี ผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องและข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ประเภทโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ในเขตจังหวัดพระนครศรีอยุธยา มาเป็นแนวคิดในการศึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. แบบแผนการศึกษาค้นคว้า
3. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา พระนครศรีอยุธยา เขต 2 อำเภอลาดบัวหลวง จำนวน 13 โรงเรียน นักเรียน 539 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา พระนครศรีอยุธยา เขต 2 อำเภอลาดบัวหลวง จำนวน 2 โรงเรียน ซึ่งได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ดังขั้นตอนต่อไปนี้

การเลือกโรงเรียนสำหรับดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยมีเกณฑ์ในการเลือกโรงเรียนตามลักษณะ ดังนี้

1. เป็นโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ในเขตจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. เป็นโรงเรียนที่มีอัตราเสี่ยงต่อการเสพติดใกล้เคียงกัน
3. เป็นโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนใกล้เคียงกัน

4. เป็นโรงเรียนที่มีลักษณะการเรียนการสอนในหลักสูตรการศึกษาและมีกฎระเบียบคล้ายคลึงกัน

5. เป็นโรงเรียนที่มีสภาพแวดล้อมทางสังคมและลักษณะทางภูมิศาสตร์ที่ตั้งของโรงเรียนคล้ายคลึงกัน

6. เป็นโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนในระดับชั้นเรียนเดียวกันใกล้เคียงกัน

โรงเรียนที่เข้าเกณฑ์และผู้วิจัยเลือกโรงเรียนแบบเจาะจงจำนวน 2 โรงเรียน จากทั้งหมด 13 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง และโรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม ทำการเลือกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกำหนดการจับสลากไปแรกให้เป็นโรงเรียนกลุ่มทดลอง คือ โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง จับสลากไปที่สองให้เป็นโรงเรียนกลุ่มควบคุม คือ โรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม

เนื่องจากมีนักเรียนจำนวนน้อย อีกทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีจำนวนนักเรียนและคุณลักษณะเบื้องต้นใกล้เคียงกัน จำนวนนักเรียนที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ในแต่ละกลุ่มจึงเลือกโดยใช้จำนวนนักเรียนทั้งหมด

กลุ่มทดลอง

โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง จำนวน 36 คน มีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 20 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 13 คน นักเรียนหญิง จำนวน 7 คน และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 16 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 11 คน นักเรียนหญิง จำนวน 5 คน

กลุ่มควบคุม

โรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม จำนวน 37 คน มีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 15 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 7 คน นักเรียนหญิง จำนวน 8 คน และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 22 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 14 คน นักเรียนหญิง จำนวน 8 คน

แบบแผนการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) แบ่งกลุ่มที่ศึกษาเป็น 2 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มทดลอง (Experimental group) ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ทั้งหมด 4 กิจกรรม เป็นเวลา 4 สัปดาห์

2. กลุ่มควบคุม (Control group) ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น

ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามจำนวน 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 เป็นการตอบแบบสอบถามก่อนการทดลอง ครั้งที่ 2 เป็นการตอบแบบสอบถามหลังการทดลอง โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบ Pre-test , Post-test control group design ซึ่งมีรูปแบบการทดลองดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 65-66)

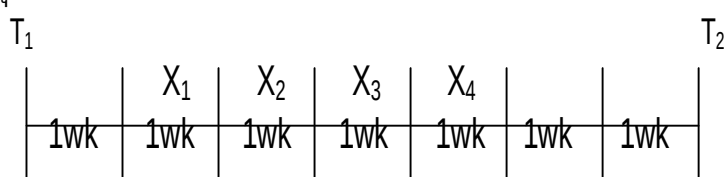
กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
กลุ่มทดลอง	T_1	X	T_2
กลุ่มควบคุม	T_1	$\sim X$	T_2

โดยกำหนดให้

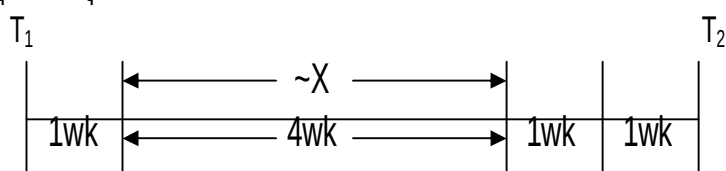
T_1	หมายถึง	การเก็บข้อมูลก่อนการจัดโปรแกรมสุขศึกษา ได้แก่ การให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มทำแบบสอบถามก่อนทำการทดลอง
T_2	หมายถึง	การเก็บข้อมูลหลังการจัดโปรแกรมสุขศึกษา ได้แก่ การให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มทำแบบสอบถามหลังทำการทดลอง
X	หมายถึง	ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น
$\sim X$	หมายถึง	ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น

แผนดำเนินการทดลอง มีดังนี้

กลุ่มทดลอง



กลุ่มควบคุม



ภาพประกอบ 6 แบบแผนการทดลอง

โดยกำหนดให้

T_1	หมายถึง	การเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง (Pre-test) ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
T_2	หมายถึง	การเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลอง (Post-test) 2 สัปดาห์ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
$X_1 - X_4$	หมายถึง	โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยาเสพติด โดยมีการจัดกิจกรรม จำนวน 4 ครั้ง
X_1	หมายถึง	กิจกรรมครั้งที่ 1 การเสริมสร้างความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์” โดยสร้างความรู้สึกลึกซึ้งโดยฟังเพลงคาสเซต กรณีศึกษา เรื่อง “สายใจ” แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อสถานการณ์ที่ได้ฟังสะท้อนความคิดโดยให้อภิปรายกลุ่มย่อยและสรุปในกลุ่มใหญ่ เพื่อให้เกิดความตระหนักว่ายาเสพติดเป็นปัญหาใกล้ตัว และมีผลเสียต่อตนเอง และสังคม และตระหนักในโทษและพิษภัยยาเสพติดว่าควรต้องหลีกเลี่ยงป้องกัน
X_2	หมายถึง	กิจกรรมครั้งที่ 2 การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา” โดยจัดกิจกรรมการวิเคราะห์ตนเอง บอกสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและวิธีการรักษาสิ่งที่ตนภาคภูมิใจนั้นไว้ วิเคราะห์ผู้อื่นจากสถานการณ์สมมติและฝึกหัดทำตนให้มีประโยชน์ต่อผู้อื่น นำเสนอผลการวิเคราะห์ตนเองและสถานการณ์สมมติ
X_3	หมายถึง	กิจกรรมครั้งที่ 3 การเสริมสร้างทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ” โดยใช้สถานการณ์สมมติ บรรยายหลักการและขั้นตอนการปฏิเสธ ระดมสมอง วิเคราะห์กรณีศึกษา สาธิตโดยการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์สมมติ ให้นักเรียนเขียนบทฝึกทักษะการปฏิเสธ และการอภิปรายสรุป
X_4	หมายถึง	กิจกรรมครั้งที่ 4 การเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด เรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก” โดยการบรรยายหลักการและขั้นตอนการตัดสินใจที่เหมาะสม อภิปรายแสดงความคิดเห็นตามสถานการณ์ที่กำหนด อภิปรายกลุ่มย่อย และการสรุปในกลุ่มใหญ่

~X หมายถึง ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการ
 เสพยาเสพติด ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัด
 พระนครศรีอยุธยา(การสอนตามปกติ)

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวม
 ข้อมูล และเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการ
 การเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ได้แก่ อายุ เพศ ที่พักอาศัย ผล
 การศึกษา การอบรมเลี้ยงดู สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกครอบครัว การศึกษาและอาชีพของ
 ผู้ปกครอง จำนวนเงินใช้จ่ายที่ได้รับจากผู้ปกครอง ปัญหาที่ทำให้ไม่สบายใจในชีวิตประจำวัน ผู้ที่
 จะเข้าไปปรึกษาเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น กิจกรรมนันทนาการที่ชอบปฏิบัติ พฤติกรรมการใช้ยาเสพติด
 ในกลุ่มเพื่อน พฤติกรรมการเสพยาเสพติด

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด
 มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) กำหนดให้ผู้ตอบเลือกประมาณค่า 5 ระดับ
 ตัวเลือก คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความที่ตระหนักถูกต้อง	ข้อความที่ตระหนักไม่ถูกต้อง
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5 คะแนน	1 คะแนน
เห็นด้วย	4 คะแนน	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	3 คะแนน	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน	4 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน	5 คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนความตระหนักในตนเอง (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 9)

ค่าเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง นักเรียนมีความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการ
 เสพยาเสพติดในระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง นักเรียนมีความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการ
 เสพยาเสพติดในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง นักเรียนมีความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการ
 เสพยาเสพติดในระดับต่ำ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วน
ประมาณค่า (Rating scale) กำหนดให้ผู้ตอบเลือกประมาณค่า 5 ระดับตัวเลือก คือ เห็นด้วย
อย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5 คะแนน	1 คะแนน
เห็นด้วย	4 คะแนน	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	3 คะแนน	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน	4 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน	5 คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 9)

ค่าเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง นักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง นักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง นักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับต่ำ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีข้อ
คำถามเป็นสถานการณ์สมมุติ มีลักษณะเป็นแบบปรนัย มี 3 ตัวเลือก โดยให้นักเรียนเลือกตอบ
ตามสถานการณ์ที่สมมุติ และมีเกณฑ์การแปลผลเป็น 3 ระดับ คือ สูง ปานกลาง ต่ำ

เกณฑ์การให้คะแนน

- 0 คะแนน แบบที่ 1 ถ้าเลือกตัวเลือกที่ยอมรับการชักชวน
แบบที่ 2 ถ้าเลือกตัวเลือกที่ปฏิเสธครั้งแรก แต่เมื่อถูกเข้าชี้แจงจะยอมรับ
คำชวน
- 1 คะแนน ถ้าเลือกตัวเลือกที่ปฏิเสธแล้วเสียสัมพันธภาพ ได้แก่
แบบที่ 1 ตัวเลือกที่ปฏิเสธขั้นต้นมีการปฏิเสธโดยไม่มีข้ออ้างใด ๆ หรือ
ปฏิเสธโดยอ้างถึงเหตุผล แต่ข้ออ้างนั้นมิได้บอกความรู้สึก
ของตนเอง
แบบที่ 2 ตัวเลือกในกรณีถูกเข้าชี้แจงใช้วิธีการปฏิเสธซ้ำ โดยมีข้ออ้าง
หรือไม่มีการต่อรอง ไม่มีการผัดผ่อน หรือปฏิเสธแบบมีการ
กระทำประกอบ
- 2 คะแนน ถ้าเลือกตัวเลือกที่ปฏิเสธแล้วไม่เสียสัมพันธภาพ ได้แก่

แบบที่ 1 ตัวเลือกที่ปฏิเสธขั้นต้น โดยใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบ
เหตุผล หรือมีการขอความเห็นใจหรือขอบคุณ

แบบที่ 2 ตัวเลือกในกรณีถูกเข้าซึ่งจะใช้วิธีการปฏิเสธซ้ำ โดยมีข้ออ้าง
หรือใช้วิธีการต่อรองหรือผัดผ่อน

กรณีอื่นๆ (ตอบตัวเลือก จ) จะพิจารณาจากเกณฑ์การให้คะแนนดังกล่าว

การแปลความหมายของคะแนนทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
(วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 9)

ค่าเฉลี่ย 1.50-2.00	หมายถึง	ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อยู่ในระดับสูง
ค่าเฉลี่ย 0.50-1.49	หมายถึง	ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อยู่ในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 0.00-0.49	หมายถึง	ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อยู่ในระดับต่ำ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด มีข้อ
คำถามให้นักเรียนเลือกตอบตามสถานการณ์ ลักษณะเป็นแบบปรนัย มี 4 ตัวเลือก และมีเกณฑ์
การแปลผลเป็น 3 ระดับ คือ สูง ปานกลาง ต่ำ

เกณฑ์การให้คะแนน

0 คะแนน ถ้าตัดสินใจเลือกตัวเลือกที่ไม่เป็นประโยชน์หรือเป็นผลเสียต่อตนเอง
(เสพติด)

1 คะแนน ถ้าตัดสินใจเลือกตัวเลือก

แบบที่ 1 ตัดสินใจเลือกตัวเลือกที่เป็นประโยชน์หรือเป็นผลดีต่อตนเอง
แต่ไม่ได้แสดงเหตุผลในการตัดสินใจ

แบบที่ 2 ตัดสินใจเลือกตัวเลือกที่เป็นประโยชน์หรือเป็นผลดีต่อตนเอง
แต่แสดงเหตุผลไม่เหมาะสมในการตัดสินใจ

2 คะแนน ถ้าตัดสินใจเลือกตัวเลือกที่เป็นประโยชน์หรือเป็นผลดีต่อตนเอง พร้อม
แสดงเหตุผลที่เหมาะสมในการตัดสินใจ

กรณีอื่นๆ (ตอบตัวเลือก จ) จะพิจารณาจากเกณฑ์การให้คะแนนดังกล่าว

การแปลความหมายของคะแนนทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด
(วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 9)

ค่าเฉลี่ย 1.50-2.00 หมายถึง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด
อยู่ในระดับสูง

ค่าเฉลี่ย 0.50-1.49 หมายถึง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด
อยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 0.00-0.49 หมายถึง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด
อยู่ในระดับต่ำ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้า ตำรา เอกสารต่าง ๆ ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พร้อมรวบรวมข้อมูลพื้นฐานของนักเรียน เกี่ยวกับทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา
2. ศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพติดจากตำราการวัดผลทางการวิจัย และการประเมินผลสุศึกษา
3. กำหนดขอบเขตและโครงสร้างของเนื้อหาให้ครอบคลุมตัวแปรที่ศึกษา โดยนำมาสร้างแบบสอบถาม และแบบวัดให้ครอบคลุมตามนิยามศัพท์เฉพาะ
4. นำแบบสอบถามที่ได้สร้างขึ้นไปให้กรรมการควบคุมปริญญาพันธ์ พิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและความชัดเจนของการใช้ภาษาและความตรงตามเนื้อหา เพื่อให้มีความถูกต้องก่อนนำไปทดลองใช้
5. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพติดจำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความถูกต้อง ความชัดเจนของการใช้ภาษา และความตรงตามเนื้อหาให้มีความถูกต้อง เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และหาข้อดีข้อเสียความสอดคล้อง
6. นำเสนอต่อประธานและกรรมการควบคุมปริญญาพันธ์ก่อนนำไปทดลองใช้
7. นำเครื่องมือที่ได้รับการพิจารณาแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนลาดบัวหลวง(นิมนวาลุทิศ) จำนวน 43 คน ซึ่งมี คุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) และค่าความเชื่อมั่น (Reliability)
8. นำผลการทดลองใช้ไปวิเคราะห์ และปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด เพื่อนำไปใช้จริง

การหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการหาคุณภาพของแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ตามขั้นตอน ดังนี้

1. การหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหา

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ที่สร้างเสร็จแล้วเสนอคณะกรรมการควบคุมปริญญาบัตรตรวจสอบ เพื่อพิจารณาให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถาม จากนั้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านทักษะชีวิต จำนวน 5 ท่าน พิจารณาเพื่อหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Validity) แล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IC) โดยเลือกข้อคำถามที่มีค่า IC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป เป็นแบบสอบถามที่มีความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 117) มีผลการคัดเลือกข้อคำถาม ดังนี้

1.1 แบบสอบถามความตระหนักในตนเอง ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 30 ข้อ จาก 30 ข้อ

1.2 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 30 ข้อ จาก 30 ข้อ

1.3 แบบสอบถามทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 11 ข้อ จาก 11 ข้อ

1.4 แบบสอบถามทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 11 ข้อ จาก 11 ข้อ

2. การวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง 43 คน จากนั้นจึงนำมาวิเคราะห์ ดังนี้

แบบสอบถามความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด หาค่าอำนาจจำแนกโดยใช้วิธีการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected item to total correlation) (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117-119) แล้วคัดเลือกแบบสอบถามที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.2 ขึ้นไป มีผลการวิเคราะห์ดังนี้

2.1 แบบสอบถามความตระหนักในตนเอง ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 23 ข้อ จาก 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.22 ถึง 0.60

2.2 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 27 ข้อ จาก 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.34 ถึง 0.90

2.3 แบบสอบถามทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 7 ข้อ จาก 11 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.21 ถึง 0.38

2.4 แบบสอบถามทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด ได้คัดเลือกข้อคำถามไว้ จำนวน 10 ข้อ จาก 11 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.30 ถึง 0.84

3. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

แบบสอบถามความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสาร และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติดนำมาหาความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบัค (Cronbach's alpha coefficient) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 125) มีผลการวิเคราะห์ดังนี้

3.1 แบบสอบถามความตระหนักในตนเอง มีค่าความเชื่อมั่น 0.87

3.2 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง มีค่าความเชื่อมั่น 0.92

3.3 แบบสอบถามทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีค่าความเชื่อมั่น 0.48

3.4 แบบสอบถามทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด มีค่าความเชื่อมั่น 0.88

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยการจัดกิจกรรมทั้งหมด 4 กิจกรรม คือ

2.1 กิจกรรมการเสริมสร้างความตระหนักในตนเอง ใช้เวลา 60 นาที

2.2 กิจกรรมการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ใช้เวลา 60 นาที

2.3 กิจกรรมการเสริมสร้างทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ใช้เวลา 60 นาที

2.4 กิจกรรมการเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด ใช้เวลา 60 นาที

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง (โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดของเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา) ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาเนื้อหาจากตำรา เอกสาร ทฤษฎี และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวกับยาเสพติด ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด

2. ศึกษาวิธีการสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

3. สร้างโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา โดยกำหนดขอบเขตโครงสร้างของเนื้อหาให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการศึกษา

4. ให้กรรมการควบคุมปฏิญาณนิพนธ์ ช่วยพิจารณาและให้ข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมที่สร้างขึ้น

5. ปรับปรุงโปรแกรมตามข้อเสนอแนะของกรรมการควบคุมปฏิญาณนิพนธ์

6. ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพติด จำนวน 5 ท่าน ช่วยพิจารณาและให้ข้อเสนอแนะ เพื่อปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมที่สร้างขึ้นให้ถูกต้องสมบูรณ์เกี่ยวกับการใช้ภาษา กำหนดเวลาที่ใช้ การใช้สื่อ กิจกรรมตามใบงาน และความเหมาะสมของเนื้อหาในกลุ่มเป้าหมาย

7. ปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

8. นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองกับนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จำนวน 43 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อดูความเหมาะสมของภาษา เวลาที่ใช้ และกิจกรรมที่ใช้ในการฝึก เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้จริง

9. ปรับปรุงโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพติดให้เหมาะสมกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

10. ดำเนินการทดลองจริงกับนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ที่เป็นกลุ่มทดลอง

วิธีการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการหาคุณภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดของเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยนำเสนอโปรแกรมให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity)

2. หลังจากผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบโปรแกรมแล้ว นำโปรแกรมมาปรับปรุงแก้ไข

3. ผู้วิจัยนำโปรแกรมไปทดลองใช้ในนักเรียนก่อน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมอีกครั้งก่อนนำมาใช้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุมัติทำการศึกษาวิจัย
2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขั้นตอนการศึกษา การดำเนินการศึกษา และการเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้อำนวยการโรงเรียน และอาจารย์ท่านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง
3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ในการดำเนินการทดลอง ขั้นตอนต่างๆ อย่างละเอียดแก่นักเรียน พร้อมทั้งทำการรวบรวมข้อมูลโดยสอบก่อน (Pre-test) 1 สัปดาห์ ก่อนดำเนินการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตกับนักเรียน โดยใช้แบบสอบถามให้นักเรียนตอบด้วยตนเองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง
4. ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามแผน ดังนี้
 - 4.1 กลุ่มกลุ่มทดลอง ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ทั้งหมด 4 กิจกรรม เป็นเวลา 4 สัปดาห์ คือ ในวันที่ 8, 15, 22 และ 29 สิงหาคม 2548
 - 4.2 กลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพติดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น
5. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลอง (Pre-test) 2 สัปดาห์ โดยใช้แบบสอบถาม ทั้งนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
6. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้วิธีทางสถิติ เพื่อดำเนินการทดสอบสมมุติฐาน โดยที่ผู้วิจัยทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 10 แผนการทดลองโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยาเสพติด

กิจกรรมตาม แผนการสอน /การทดสอบ	กลุ่มทดลองโปรแกรมก่อน นำไปใช้		กลุ่มตัวอย่างนำโปรแกรมไปใช้จริง			
	โรงเรียนลาดบัวหลวง (นีนวลอุทิศ)		โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง = กลุ่มทดลอง		โรงเรียนวัดลาดปทุม- คงคาราม = กลุ่มควบคุม	
	วัน เดือน ปี	จำนวน นักเรียน	วัน เดือน ปี	จำนวน นักเรียน	วัน เดือน ปี	จำนวน นักเรียน
Pre-test	21 มิ.ย. 48	43	25 ก.ค. 48	36	25 ก.ค. 48	37
แผนการสอน ด้านความ ตระหนักใน ตนเอง	28 มิ.ย. 48	43	8 ส.ค. 48	36	-	-
แผนการสอน ด้านการเห็น คุณค่าใน ตนเอง	5 ก.ค. 48	43	15 ส.ค. 48	36	-	-
แผนการสอน ด้านทักษะการ สื่อสารและ ความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล	12 ก.ค. 48	43	22 ส.ค. 48	36	-	-
แผนการสอน ด้านทักษะการ ตัดสินใจเพื่อ ป้องกันการเสพ ยาเสพติด	19 ก.ค. 48	43	29 ส.ค. 48	36	-	-
Post-test	-	-	12 ก.ย. 48	36	12 ก.ย. 48	37

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากการทดลอง และรวบรวมแบบสอบถามทั้งก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มตัวอย่างเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ตรวจสอบให้คะแนนแบบสอบถามตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้
2. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป
 - 2.1 คำนวณหาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2.2 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างคะแนนสอบก่อน(Pre-test) และสอบหลัง(Post-test) ของแบบสอบถาม ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test (Dependent) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1

2.3 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างคะแนนสอบก่อน(Pre-test) และสอบหลัง(Post-test) ของแบบสอบถาม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test (Independent) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 2

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

3.1 สถิติที่ใช้ในการทดสอบเครื่องมือ มีดังนี้

3.1.1 หาค่าดัชนีความเที่ยงตรง โดยวิธีของโรวินेलลีและแฮมเบิลตัน (Rovinelli and Hembleton) จากสูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 125)

$$IC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IC	แทน	ค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อสอบ
	$\sum R$	แทน	ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
	N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

3.1.2 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected item to total correlation) จากสูตร (สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. 2539 : 117)

$$r_{xy} = \frac{n\sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2][n\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร X กับตัวแปร Y
	n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
	$\sum X$	แทน	ผลรวมคะแนนรายข้อ (Item) ของกลุ่มตัวอย่าง
	$\sum Y$	แทน	ผลรวมคะแนนรวม (Total) ของกลุ่มตัวอย่าง
	$\sum XY$	แทน	ผลรวมของผลคูณของคะแนน X และคะแนน Y

$$\begin{array}{ll} \sum X^2 & \text{แทน ผลรวมกำลังสองของคะแนน X} \\ \sum Y^2 & \text{แทน ผลรวมกำลังสองของคะแนน Y} \end{array}$$

3.1.3 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัค (Cronbach's alpha coefficient) จากสูตร (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538 : 200)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right)$$

เมื่อ	α	แทน	ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
	n	แทน	จำนวนข้อในแบบสอบถาม
	S_i^2	แทน	ความแปรปรวนของแบบสอบถามแต่ละข้อ
	S_t^2	แทน	ความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งหมด

3.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ใช้ค่าความเชื่อมั่นที่ระดับร้อยละ 95 (0.05) เป็นเกณฑ์ในการยอมรับหรือปฏิเสธสมมุติฐาน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

3.2.1 ค่าร้อยละ

3.2.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนน (Mean) จากสูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 137)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

เมื่อ	X	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
	$\sum X$	แทน	ค่าผลรวมคะแนน
	n	แทน	จำนวนคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

3.2.3 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากสูตร (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 143)

$$S = \sqrt{\frac{n\sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ S	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
$(\sum X)^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
n	แทน	จำนวนคนกลุ่มตัวอย่าง

3.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

3.3.1 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบสอบถามก่อนและหลังการทดลอง ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ t-test (Dependent) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 165) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

df = n - 1

เมื่อ t	แทน	ค่าที่ใช้พิจารณาใน t - distribution
D	แทน	ความแตกต่างระหว่างคะแนนสอบก่อนและสอบหลัง
n	แทน	จำนวนคู่
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ

3.3.2 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบสอบถามก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ t-test (Independent) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 2 จากสูตร (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 84)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(N_1 - 1)S_1^2 + (N_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left\{ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right\}}}$$

โดย	df	=	$n_1 + n_2 - 2$
เมื่อ	$\bar{X}_1$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง
	$\bar{X}_2$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม
	n_1	แทน	ขนาดของกลุ่มทดลอง
	n_2	แทน	ขนาดของกลุ่มควบคุม
	S_1^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มทดลอง
	S_2^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มควบคุม

บทที่ 4

ผลการศึกษาค้นคว้า

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้สัญลักษณ์ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

n	แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{x}$	แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย
S	แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน ค่าที่ใช้พิจารณาในการแจกแจงแบบที (t-distribution)
df	แทน จำนวนค่าความเป็นอิสระ (Degrees of freedom)
$*$	แทน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลอง แทน กลุ่มที่ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการ
การเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัด
พระนครศรีอยุธยา

กลุ่มควบคุม แทน กลุ่มที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อ
ป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปมาวิเคราะห์
ข้อมูล แบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ดังแสดงในตาราง 11-22

ตาราง 11 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ และชั้นเรียน

เพศ/อายุ/ชั้นเรียน	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ				
ชาย	24	66.70	20	54.10
หญิง	12	33.30	17	45.90
รวม	36	100.00	37	100.00
อายุ (ปี)				
13	13	36.10	8	21.65
14	18	50.00	18	48.65
15	3	8.30	10	27.00
16	2	5.60	1	2.70
รวม	36	100.00	37	100.00
ชั้นเรียน				
มัธยมศึกษาปีที่ 2	20	55.60	15	40.54
มัธยมศึกษาปีที่ 3	16	44.40	22	59.46
รวม	36	100.00	37	100.00

จากตาราง 11 แสดงว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นเพศชายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 66.70 และร้อยละ 54.10 ตามลำดับ รองลงมาเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 33.30 และร้อยละ 45.90 ตามลำดับ สำหรับด้านอายุ กลุ่มทดลอง มีอายุ 14 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาก็คืออายุ 13 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.10 ส่วนกลุ่มควบคุม มีอายุ 14 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 48.65 รองลงมาก็คืออายุ 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 27 ส่วนด้านชั้นเรียน กลุ่มทดลองมีนักเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 55.60 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 44.40 ในกลุ่มควบคุมมีนักเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 59.46 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 40.54

ตาราง 12 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามบุคคลที่ปัจจุบันนักเรียนอาศัยอยู่ด้วย และสถานภาพของบิดามารดา

บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย /สถานภาพของบิดามารดา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ				
บิดา มารดา	23	63.90	22	59.50
มารดา	3	8.30	9	24.30
บิดา	2	5.60	2	5.40
ญาติ ระบุ...ย่า,ยาย,ป้า...	8	22.30	3	8.10
เพื่อน	-	-	1	2.70
รวม	36	100.00	37	100.00
สถานภาพของบิดามารดา				
บิดามารดาอยู่ร่วมกัน	27	75.00	22	59.50
บิดาเสียชีวิต	-	-	8	21.60
มารดาเสียชีวิต	3	8.30	1	2.70
ทั้งบิดามารดาเสียชีวิต	-	-	1	2.70
บิดามารดาแยกกันอยู่	6	16.70	4	13.50
รวม	36	100.00	37	100.00

จากตาราง 12 แสดงว่านักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ปัจจุบันอาศัยอยู่กับบิดา และมารดามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 63.90 และร้อยละ 59.50 ตามลำดับ ส่วนสถานภาพของบิดามารดาของนักเรียน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่บิดามารดาอยู่ร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 75.00 และร้อยละ 59.50 ตามลำดับ

ตาราง 13 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามจำนวนพี่น้อง(รวมทั้งตัวนักเรียน)
และความสัมพันธ์ภายในครอบครัวของนักเรียน

จำนวนพี่น้อง/ความสัมพันธ์ ภายในครอบครัว	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
จำนวนพี่น้อง				
ลูกคนเดียว	6	16.70	5	13.50
2 คน	20	55.50	20	54.10
3 คน	6	16.70	9	24.30
4 คน	4	11.10	3	8.10
5 คน	-	-	-	-
รวม	36	100.00	37	100.00
ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว				
อยู่ร่วมกันราบรื่น รักใคร่ ช่วยเหลือกันดี	23	63.90	24	64.90
ทะเลาะกันเป็นบางครั้ง แต่ไม่บ่อย	7	19.40	8	21.60
ไม่ราบรื่น ทะเลาะกัน บ่อยครั้ง	6	16.70	-	-
บิดามารดาแยกกันอยู่	-	-	5	13.50
รวม	36	100.00	37	100.00

จากตาราง 13 แสดงว่ากลุ่มทดลองมีพี่น้อง(รวมทั้งตัวนักเรียน) มากที่สุด จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 55.60 รองลงมาคือมีพี่น้อง จำนวน 3 คนและลูกคนเดียว คิดเป็นร้อยละ 16.70 เท่ากัน ส่วนกลุ่มควบคุม มีพี่น้อง มากที่สุด จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 54.10 รองลงมาคือมีพี่น้อง จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 24.30 ด้านความสัมพันธ์ภายในครอบครัวของนักเรียน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่อยู่ร่วมกันราบรื่น คิดเป็นร้อยละ 63.90 และร้อยละ 64.90 ตามลำดับ รองลงมาคือมีความสัมพันธ์แบบทะเลาะกันเป็นบางครั้ง แต่ไม่บ่อย คิดเป็นร้อยละ 19.40 และร้อยละ 21.60 ตามลำดับ

ตาราง 14 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองที่นักเรียนได้รับตั้งแต่วัยเด็กถึงปัจจุบัน

การอบรมสั่งสอนของ ผู้ปกครอง	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เข้มงวดมาก ไม่มีอิสระ	2	5.60	3	8.10
เข้มงวดเป็นบางครั้ง มีอิสระบ้าง	28	77.80	27	73.00
ไม่เข้มงวด ปล่อยตามสบาย	5	13.90	6	16.20
ตามใจทุกเรื่อง ทุกกรณี	1	2.80	1	2.70
ไม่สนใจว่าจะทำอะไร	-	-	-	-
อื่นๆ ระบุ.....	-	-	-	-
รวม	36	100.00	37	100.00

จากตาราง 14 แสดงว่าการอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองที่นักเรียนได้รับตั้งแต่วัยเด็กถึงปัจจุบัน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่ได้รับการอบรมสั่งสอนแบบเข้มงวดเป็นบางครั้ง มีอิสระบ้าง คิดเป็นร้อยละ 77.80 และร้อยละ 73.00 ตามลำดับ รองลงมา คือ ไม่เข้มงวด ปล่อยตามสบาย คิดเป็นร้อยละ 13.90 และร้อยละ 16.20 ตามลำดับ

ตาราง 15 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามผลการเรียน(เกรดเฉลี่ย)ของนักเรียน
ในภาคเรียนที่ผ่านมา (ภาคเรียนที่ 2/2547) และรายได้ของครอบครัวต่อเดือน

ผลการเรียนในภาคเรียนที่ ผ่านมา/รายได้ของครอบครัว	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผลการเรียน(เกรดเฉลี่ย)				
ในภาคเรียนที่ผ่านมา				
3.50 ขึ้นไป	1	2.80	1	2.70
ระหว่าง 3.00-3.49	15	41.70	7	18.90
ระหว่าง 2.50-2.99	3	8.30	18	48.60
ระหว่าง 2.00-2.49	8	22.20	7	18.90
ระหว่าง 1.50-1.99	6	16.70	3	8.10
ระหว่าง 1.00-1.49	3	8.30	1	2.70
ต่ำกว่า 1.00	-	-	-	-
รวม	36	100.00	37	100.00
รายได้ของครอบครัว(บาท)				
ต่ำกว่า 5,000	11	30.60	14	37.80
ระหว่าง 5,000-10,000	19	52.80	16	43.20
ระหว่าง 10,001-15,000	3	8.30	4	10.80
ระหว่าง 15,001-20,000	1	2.80	2	5.40
มากกว่า 20,000	2	5.60	1	2.70
รวม	36	100.00	37	100.00

จากตาราง 15 แสดงว่า นักเรียนในกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ผลการเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา ได้เกรดเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.00-3.49 คิดเป็นร้อยละ 41.70 รองลงมาอยู่ระหว่าง 2.00-2.49 คิดเป็นร้อยละ 22.20 ส่วนกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่ผลการเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา ได้เกรดเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 2.50-2.99 คิดเป็นร้อยละ 48.60 รองลงมาอยู่ระหว่าง 3.00-3.49 และระหว่าง 2.00-2.49 คิดเป็นร้อยละ 18.90 เท่ากัน ส่วนรายได้ของครอบครัว ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีรายได้ระหว่าง 5,000-10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 52.80 รองลงมา มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท คิดเป็น

ร้อยละ 30.60 ในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีรายได้ของครอบครัวระหว่าง 5,000-10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 43.20 รองลงมา มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 37.80

ตาราง 16 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเรื่องในชีวิตประจำวันที่ทำให้นักเรียน เกิดความรู้สึกเครียด กังวลใจ และบุคคลที่นักเรียนเลือกที่จะปรึกษาเมื่อมีปัญหาไม่สบายใจ

เรื่องที่ทำให้เครียด กังวลใจ/ บุคคลที่เลือกจะปรึกษาปัญหา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เรื่องที่ทำให้รู้สึกเครียด				
กังวลใจมากที่สุด				
ครอบครัว	8	22.20	3	8.10
การเรียน	10	27.80	8	21.60
เงินไม่พอใช้	2	5.60	3	8.10
เพื่อนสนิท	2	5.60	1	2.70
เพื่อนต่างเพศ	4	11.20	4	10.80
อื่นๆ ระบุ.....	-	-	-	-
ไม่มีเรื่องที่ทำให้กังวลใจ	12	33.30	18	48.60
รวม	36	100.00	37	100.00
บุคคลที่เลือกจะปรึกษา				
มากที่สุด เมื่อมีปัญหา				
บิดามารดา	14	38.90	9	24.30
บิดา	1	2.80	-	-
มารดา	4	11.10	7	18.90
พี่ น้อง	1	2.80	-	-
ญาติ ระบุ...น้ำ,ป้า,ยาย..	2	5.60	1	2.70
เพื่อน	11	30.60	18	48.60
ครู อาจารย์	3	8.30	2	5.40
รวม	36	100.00	37	100.00

จากตาราง 16 แสดงว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่ไม่มีเรื่องที่ทำให้เครียด กังวลใจในชีวิตประจำวัน คิดเป็นร้อยละ 33.30 และร้อยละ 48.60 ตามลำดับ รองลงมาคือ เครียด กังวลใจ เรื่องการเรียน คิดเป็นร้อยละ 27.80 และร้อยละ 21.60 ตามลำดับ ส่วนที่นักเรียนเลือกที่จะปรึกษาเมื่อมีปัญหาไม่สบายใจ ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เลือกจะปรึกษา บิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 27.80 รองลงมาคือ เพื่อน คิดเป็นร้อยละ 30.60 ในกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่เลือกจะปรึกษา เพื่อน คิดเป็นร้อยละ 48.60 รองลงมาคือ บิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 24.30

ตาราง 17 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการมีเพื่อนสนิทที่มีพฤติกรรม การใช้สารเสพติด

การมีเพื่อนสนิทที่มี พฤติกรรมการใช้สารเสพติด	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มี	17	47.22	17	45.95
ไม่มี	19	52.78	20	54.05
รวม	36	100.00	37	100.00

จากตาราง 17 แสดงว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีจำนวนประมาณ ครึ่งหนึ่งของจำนวนนักเรียนทั้งหมดในกลุ่มที่มีเพื่อนสนิทมีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด คือ นักเรียนในกลุ่มทดลอง มีเพื่อนสนิทที่มีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด คิดเป็นร้อยละ 47.22 และมีเพื่อนสนิทที่ไม่มีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด คิดเป็นร้อยละ 52.78 ส่วนนักเรียนในกลุ่มควบคุม มีเพื่อนสนิทที่มีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด คิดเป็นร้อยละ 45.95 และมีเพื่อนสนิทที่ไม่มีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด คิดเป็นร้อยละ 54.05

ตาราง 18 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีเพื่อนสนิทมีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด
จำแนกตามประเภทของสารเสพติดที่ใช้

ประเภทของสารเสพติด ที่เพื่อนสนิทของนักเรียนใช้	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ใช้เพียงประเภทเดียว				
สูบบุหรี่เพียงอย่างเดียว	5	31.25	6	35.29
ดื่มเหล้า/เบียร์/ไวน์	3	18.75	3	17.65
เพียงอย่างเดียว				
ใช้ยาเสพติด ได้แก่	-	-	-	-
กัญชา ยาบ้า เฮโรอีน				
ดมกาว เพียงอย่างเดียว				
ใช้สองประเภทเดียว				
สูบบุหรี่ และดื่มเหล้า/ เบียร์/ไวน์	8	50.00	8	47.06
รวม	16	100.00	17	100.00

จากตาราง 18 แสดงว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในส่วนที่มีเพื่อนสนิทมีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด ไม่มีเพื่อนสนิทที่มีพฤติกรรมการใช้สารเสพติดประเภท สูบกัญชา เสพยาบ้า/เฮโรอีน และดมกาว สำหรับพฤติกรรมการใช้สารเสพติดที่เพื่อนสนิทของนักเรียนเคยกระทำ ทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีมากที่สุด คือ การใช้สารเสพติดสองประเภท ในรูปแบบของการสูบบุหรี่ และดื่มเหล้า/เบียร์/ไวน์ คิดเป็นร้อยละ 50 และร้อยละ 47.06 ตามลำดับ รองลงมา คือ การสูบบุหรี่เพียงอย่างเดียว คิดเป็นร้อยละ 31.25 และร้อยละ 35.29 ตามลำดับ

ตาราง 19 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามวิธีการได้รับความรู้เรื่องยาเสพติดจากโรงเรียน

วิธีการได้รับความรู้ เรื่องยาเสพติดจากโรงเรียน	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
การเรียนรู้ในวิชาทั่วไป	19	52.80	17	45.95
การเรียนรู้ในวิชาสุขศึกษา	19	52.80	20	54.05
การเรียนรู้ในวิชาแนะแนว	10	27.77	23	62.16
จากโทรทัศน์หรือวีดิทัศน์ที่ ทางโรงเรียนเปิดให้ดู	16	44.44	14	37.84
การร่วมกิจกรรมพิเศษ นอกชั้นเรียน เช่น การอบรม ฟังบรรยาย ทำรายงาน	11	30.56	17	45.95

จากตาราง 19 แสดงว่านักเรียนในกลุ่มทดลอง จากจำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลองทั้งหมด 36 คน ส่วนใหญ่ได้รับความรู้เรื่องยาเสพติดจากโรงเรียน โดยการเรียนในวิชาทั่วไปและการเรียนในวิชาสุขศึกษา คิดเป็นร้อยละ 52.80 เท่ากัน รองลงมาคือ จากโทรทัศน์หรือวีดิทัศน์ที่ทางโรงเรียนเปิดให้ดู คิดเป็นร้อยละ 44.44 สำหรับนักเรียนในกลุ่มควบคุม จากจำนวนนักเรียนในกลุ่มควบคุมทั้งหมด 37 คน ส่วนใหญ่ได้รับความรู้เรื่องยาเสพติดจากโรงเรียน โดยผ่านการเรียนในวิชาแนะแนว คิดเป็นร้อยละ 62.16 รองลงมาคือ การเรียนในวิชาสุขศึกษา คิดเป็นร้อยละ 54.05

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

2.1 การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ระหว่างคะแนนสอบก่อนการทดลอง และสอบหลังการทดลอง ภายในกลุ่มทดลอง ในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด ดังแสดงในตาราง 20

ตาราง 20 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ภายในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง/ทักษะชีวิตเพื่อ การป้องกันการเสพติด	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p
	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S		
กลุ่มทดลอง						
1. ความตระหนักในตนเอง	3.96	0.48	4.26	0.44	4.74*	.000
2. การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.85	0.52	4.00	0.42	2.22*	.033
3. ทักษะการสื่อสารและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	1.39	0.42	1.46	0.46	1.30	.205
4. ทักษะการตัดสินใจเพื่อ ป้องกันการเสพติด	1.58	0.33	1.65	0.26	1.61	.116
กลุ่มควบคุม						
1. ความตระหนักในตนเอง	3.95	0.39	4.04	0.39	2.07	.056
2. การเห็นคุณค่าในตนเอง	4.06	0.42	4.09	0.45	0.61	.544
3. ทักษะการสื่อสารและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	1.42	0.43	1.44	0.38	0.49	.625
4. ทักษะการตัดสินใจเพื่อ ป้องกันการเสพติด	1.51	0.42	1.56	0.38	1.15	.260

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 20 แสดงว่า นักเรียนกลุ่มทดลองซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด หลังการทดลองนักเรียนมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านความตระหนักในตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด พบว่าก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

และจากตาราง 20 ยังสามารถแปลความหมายของคะแนนความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ ดังนี้

1) ผลการแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยในกลุ่มทดลอง พบว่า

1.1) ก่อนการทดลอง

1.1.1) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความตระหนักในตนเองในระดับสูง

1.1.2) นักเรียนกลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง

1.1.3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่าง

บุคคลในระดับปานกลาง

1.1.4) นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพ

ยาเสพติดในระดับสูง

1.2) หลังการทดลอง

1.2.1) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความตระหนักในตนเองในระดับสูง

1.2.2) นักเรียนกลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง

1.2.3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่าง

บุคคลในระดับปานกลาง

1.2.4) นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพ

ยาเสพติดในระดับสูง

2) ผลการแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยในกลุ่มควบคุม พบว่า

2.1) ก่อนการทดลอง

2.1.1) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีความตระหนักในตนเองในระดับสูง

2.1.2) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง

2.1.3) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่าง

บุคคลในระดับปานกลาง

2.1.4) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพ

ยาเสพติดในระดับสูง

2.2) หลังการทดลอง

- 2.2.1) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีความตระหนักในตนเองในระดับสูง
 2.2.2) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง
 2.2.3) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่าง

บุคคลในระดับปานกลาง

2.2.4) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในระดับสูง

2.2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ระหว่างคะแนนสอบก่อนการทดลอง และสอบหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด และทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ดังแสดงในตาราง 21-22

ตาราง 21 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยาเสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง

ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการ การเสพยาเสพติด	ก่อนการทดลอง				t	p
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม			
	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S		
1. ความตระหนักในตนเอง	3.96	0.48	3.95	0.39	0.14	.890
2. การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.85	0.52	4.06	0.42	1.91	.061
3. ทักษะการสื่อสารและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	1.39	0.42	1.42	0.43	0.33	.743
4. ทักษะการตัดสินใจเพื่อ ป้องกันการเสพยาเสพติด	1.58	0.33	1.51	0.42	0.69	.490

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 21 แสดงว่าก่อนการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม มีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ทั้ง 4 ด้านที่ศึกษา คือ ในด้านความตระหนักในตนเอง ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 22 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

ทักษะชีวิตเพื่อการป้องกัน การเสพยาเสพติด	หลังการทดลอง				t	p
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม			
	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S		
1. ความตระหนักในตนเอง	4.26	0.44	4.04	0.39	2.27*	.026
2. การเห็นคุณค่าในตนเอง	4.00	0.42	4.09	0.45	0.95	.345
3. ทักษะการสื่อสารและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	1.46	0.46	1.44	0.38	0.13	.900
4. ทักษะการตัดสินใจเพื่อ ป้องกันการเสพยาเสพติด	1.65	0.26	1.56	0.38	1.12	.269

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 22 แสดงว่าหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด มีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านความตระหนักในตนเอง เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งเป็นกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ของนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด โดยมีความมุ่งหมายเฉพาะดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบผลของการป้องกันการเสพยาเสพติด ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของการป้องกันการเสพยาเสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในด้านความตระหนักในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ในด้านต่อไปนี้
 - 1.1 ความตระหนักในตนเอง
 - 1.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 1.3 ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 1.4 ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด
2. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในด้านต่อไปนี้
 - 2.1 ความตระหนักในตนเอง
 - 2.2 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.3 ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 2.4 ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ เขตพื้นที่อำเภอลาดบัวหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ซึ่งได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ได้โรงเรียน 2 แห่งที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกันและเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นในการเลือกโรงเรียนที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น นำโรงเรียน 2 แห่ง มาจับฉลากเพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลอง 1 แห่งและกลุ่มควบคุม 1 แห่ง เนื่องจากแต่ละระดับชั้นมีห้องเรียนเดียวจึงใช้จำนวนนักเรียนทั้งหมดในทั้ง 2 กลุ่ม ได้กลุ่มทดลอง คือ โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง มีจำนวนนักเรียน 36 คน และกลุ่มควบคุม คือ โรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม มีจำนวนนักเรียน 37 คน

รูปแบบการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองโดยแบ่งกลุ่มที่ศึกษาเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ทั้ง 2 กลุ่มจะได้ตอบแบบสอบถามจำนวน 2 ครั้ง คือ ก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ นำผลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามทั้ง 2 กลุ่ม ไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม เป็นผู้ตอบด้วยตนเอง ประกอบด้วย 5 ส่วน ดังนี้

1.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียน จำนวน 13 ข้อ

1.2 แบบสอบถามความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ให้ผู้ตอบเลือกประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 23 ข้อ

1.3 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ให้ผู้ตอบเลือกประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 27 ข้อ

1.4 แบบสอบถามทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีข้อคำถามเป็นสถานการณ์สมมติ มีลักษณะเป็นแบบปรนัย มี 4 ตัวเลือก แปลผลเป็น 3 ระดับ จำนวน 7 ข้อ

1.5 แบบสอบถามทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด มีข้อคำถามให้สถานการณ์สมมติ มีลักษณะเป็นแบบปรนัย มี 4 ตัวเลือก แปลผลเป็น 3 ระดับ จำนวน 10 ข้อ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เป็นโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีการจัดกิจกรรม 4 ครั้ง ดังนี้

2.1 กิจกรรมการเสริมสร้างความตระหนักในตนเอง โดยมีแผนการสอน เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์” ใช้เวลา 60 นาที

2.2 กิจกรรมการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีแผนการสอน เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา” ใช้เวลา 60 นาที

2.3 กิจกรรมการเสริมสร้างทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยมีแผนการสอน เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ” ใช้เวลา 60 นาที

2.4 กิจกรรมการเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด โดยมีแผนการสอน เรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก” ใช้เวลา 60 นาที

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป มีขั้นตอน ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง และโรงเรียนวัดลาดปทุมคงคาราม ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ของปีการศึกษา 2548 โดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ

2. วิเคราะห์ค่าคะแนนเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติ t-test (Dependent) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

3. วิเคราะห์ค่าคะแนนเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติ t-test (Independent) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการศึกษาค้นคว้า พบว่า

1. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมในด้านความตระหนักในตนเองและด้านการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1.1 และ 1.2 ส่วนด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และด้านทักษะการตัดสินใจ เพื่อป้องกันการเสพติดพบว่า ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1.3 และ 1.4

2. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมในด้านความตระหนักในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 2.1 ส่วนด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และด้านทักษะการตัดสินใจ เพื่อป้องกันการเสพติด พบว่า ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2.2, 2.3 และ 2.4

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาค้นคว้าประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผู้วิจัยขอเสนอการอภิปรายผล ดังนี้

ความตระหนักในตนเอง ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านความตระหนักในตนเองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านความตระหนักในตนเองดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของกฤษฎณา ตรียมณรัตน์ (2544 : 94-96) ที่ได้ศึกษาถึงประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา โดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษาอำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ดีกว่าก่อนการทดลอง และภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักในตนเองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองได้รับการจัดกิจกรรมตามแผนการสอนในเรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์” ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งเป็นกิจกรรมที่จัดอยู่ในองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียนตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด

ที่อาจส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว บุคคลใกล้ชิด และสังคม หรืออาจกล่าวได้ว่า เป็นกิจกรรมที่ต้องการให้นักเรียนเกิดความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด ประกอบด้วยขั้นตอน และการดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. **ขั้นสร้างความรู้สึก** เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยต้องการชี้ชวนนักเรียนให้คิดถึงความเป็นจริงเกี่ยวกับปัญหายัยรุนแรงติดยาเสพติด หรือเกี่ยวข้องกับยาเสพติด เกิดความตระหนักตามจุดประสงค์ของการจัดกิจกรรม เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์” เพื่อนำไปสู่ขั้นตอนการจัดระบบความคิดความเชื่อ และสร้างเป็นเจตคติที่พึงประสงค์ ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้ใช้สื่อและอุปกรณ์ในการสร้างประสบการณ์ให้นักเรียนได้ฝึกคิดจินตนาการ และก่อให้เกิดความรู้สึกตระหนักถึงผลของการเสพยาเสพติด ดังนี้

1.1 การยกตัวอย่างประกอบตามข่าวที่เคยมีทางสื่อต่างๆ ที่ชัดเจนขณะนั้น เพื่อให้เห็นภาพชัดเจนและเป็นปัจจุบัน ขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้ตัดชิ้นส่วนข่าวมาจากหนังสือพิมพ์ให้นักเรียนหมุนเวียนกันดูในห้องเรียน และเป็นประเด็นอภิปรายหน้าชั้นเรียนด้วย

1.2 การเปิดแถบบันทึกเสียงหรืออ่านบทอ่านเพื่อสร้างความรู้สึก ในกรณีศึกษาเรื่อง “สายใจ” ให้นักเรียนฟัง เป็นการสร้างจินตนาการเกิดประสบการณ์ในการคิดไตร่ตรองสถานการณ์

1.3 การให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น โดยเปิดเผยความรู้สึกตนเอง โดยผู้สอนเป็นผู้สุ่มสอบถามนักเรียน และรวบรวมความคิดเห็นโดยไม่ต้องสรุป เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้แนวคิดจากเพื่อนนักเรียนด้วยกันเป็นพื้นฐานในการทำความเข้าใจผู้อื่น

2. **ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ** เป็นกิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยเน้นการมีส่วนร่วมสูงสุดของนักเรียนทุกคน โดยใช้ใบงานในการดำเนินกิจกรรม ดังนี้

2.1 การอภิปราย โดยการแบ่งกลุ่มย่อย เพื่อให้นักเรียนระดมความคิดเห็นให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมาย เป็นการฝึกความคิดสร้างสรรค์ การวิเคราะห์ และกระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นที่หลากหลายมาอภิปรายร่วมกันในกลุ่ม

2.2 การสรุปในกลุ่มใหญ่ เป็นการรวมแนวคิดที่หลากหลายมาสร้างความคิดรวบยอดร่วมกัน โดยผู้วิจัยเป็นเพียงผู้สนับสนุนเพิ่มเติมในส่วนที่นักเรียนหลงประเด็น เพื่อให้เกิดการจัดระบบความคิดความเชื่อที่ชัดเจนขึ้น

2.3 การประยุกต์แนวคิด โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมายในกลุ่มย่อยอีกครั้งหนึ่ง เพื่อให้นักเรียนคิดค้นหาวิธีป้องกันตนเองและเพื่อนๆ จากการเสพยาเสพติด ในขั้นตอนนี้เป็นโอกาสหนึ่งที่จะประเมินเบื้องต้นไปด้วย

จากขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม จะเห็นได้ว่าผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางการดำเนินกิจกรรมให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ในลักษณะผ่านสื่อสัมผัสทางการเห็น การฟัง การกระทำ ซึ่งเมื่อดำเนินกิจกรรมต้องมีปฏิริยาออกมาโดยการคิด การพูด การอ่าน การเขียน ซึ่งทุกประเด็นล้วนแต่เป็นเรื่องที่ใกล้ตัวนักเรียนมาก เนื้อหาเข้าใจง่าย เป็นรูปธรรม ทำให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ในห้องเรียนขึ้น ประกอบกับการใช้สื่อที่มีประสิทธิภาพยิ่งกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด

การอภิปรายกลุ่มเป็นไปอย่างราบรื่น มีการเสนอแนวคิดที่ชัดเจน ซึ่งส่วนหนึ่งอาจเกิดจากการที่นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดด้านความตระหนักในตนเองในระดับสูงอยู่ก่อนด้วยแล้ว เมื่อมีผู้ชี้แนะให้อีกก็สามารถพัฒนาสูงขึ้นได้โดยเร็ว อีกประการหนึ่งก็คือ การดำเนินกิจกรรมในเรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา” เรื่อง “ขอภัยเข้าใจกันนะ” และเรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก” นั้น เนื่องจากประเด็นอภิปรายทั้งหมดเป็นเรื่องเกี่ยวกับการเสพติดทั้งสิ้น จึงอาจมีส่วนช่วยส่งเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดด้านความตระหนักในตนเองให้สูงขึ้นด้วย

ในการศึกษาครั้งนี้ ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของสุทธิ รัชตฤทธาสกุล (2543 : 154-156) ที่ศึกษาเกี่ยวกับ โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านความตระหนักในตนเอง ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน และภายหลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านความตระหนักในตนเองไม่แตกต่างกัน และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของนวนันท์ กิจทวี (2541 : บทคัดย่อ) ที่ศึกษาเกี่ยวกับ ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน และภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านความตระหนักในตนเองไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ในการศึกษา 2 เรื่องดังกล่าวมีกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาอยู่ในเขตเมือง ซึ่งมีความแตกต่างกับกลุ่มตัวอย่างของผู้วิจัยที่อยู่ในเขตชนบท จึงอาจมีปัจจัยในด้านสิ่งแวดล้อมทางสังคม วัฒนธรรม การรับข้อมูลข่าวสาร และอื่นๆ ที่ส่งผลให้การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในด้านความตระหนักในตนเองมีผลสัมฤทธิ์ที่แตกต่างกันก็ได้

การเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังจากนักเรียนได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีทักษะชีวิตในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกัน ในกรณีนี้อาจเนื่องมาจากนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม มีค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูงมากแต่เดิมแล้ว ทำให้การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองมีแนวโน้มพัฒนาเพิ่มขึ้นไม่มากนัก เพียงแต่ยังคงอยู่ในระดับที่ใกล้เคียงกัน ผลการทดลองจึงไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ นวนันท์ กิจทวี (2541 : บทคัดย่อ) ที่ศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิภาพของ

โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกัน

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมตามแผนการสอน เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา” ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งเป็นกิจกรรมที่จัดอยู่ในองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ มีจุดประสงค์เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้สึกรู้ว่าตนเองมีคุณค่า โดยทำความเข้าใจ และมีความภาคภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ ของตนเอง เพื่อให้เป็นภูมิคุ้มกันทางจิตในการป้องกันการเสพยาเสพติดที่อาจเข้ามาเกี่ยวข้องกับนักเรียนในสภาวะต่างๆ โดยไม่ได้คาดคิดไว้ได้ ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนและการดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ขั้นสร้างความรู้สึกรู้ค่า เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยโน้มน้าวนักเรียนให้คิดถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง เพื่อให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองตามจุดประสงค์ของการจัดกิจกรรม เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา” เพื่อนำไปสู่ขั้นตอนการจัดระบบความคิดความเชื่อ และสร้างเป็นเจตคติที่พึงประสงค์ ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้ใช้สื่อและอุปกรณ์ในการสร้างประสบการณ์ ให้นักเรียนได้ฝึกคิดจินตนาการให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้

1.1 การนำเข้าสู่บทเรียน โดยให้นักเรียนคิดถึงการทำของตนเอง ที่เคยทำแล้วรู้สึกภาคภูมิใจ แล้วชี้ให้เห็นหาแนวทางทำให้ความภาคภูมิใจนั้น ยังคงอยู่ต่อไปด้วยตนเอง

1.2 การสร้างความรู้สึกรู้ค่า โดยผู้สอนเปิดเทปบันทึกเสียงหรืออ่านบทอ่านเพื่อสร้างความรู้สึกรู้ค่า ในกรณีศึกษา เรื่อง “เรื่องเล่าเตือนใจของสาริต” ให้นักเรียนฟัง

1.3 การเปิดเผยความรู้สึกตนเองต่อสถานการณ์ ในกรณีศึกษาที่ได้ฟัง โดยผู้สอนให้นักเรียนจับคู่แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และสุมให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น เพื่อรวบรวมความคิดเห็นโดยไม่ต้องสรุป

2. ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ เป็นกิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยเน้นการมีส่วนร่วมสูงสุดของนักเรียนทุกคน โดยใช้ใบงานในการดำเนินกิจกรรม ดังนี้

2.1 การสะท้อนความคิดโดยการระดมความคิดเห็นและอภิปรายตามใบงานที่มอบหมายให้เพื่อให้ได้ข้อสรุป เป็นการฝึกความคิดสร้างสรรค์

2.2 การนำเสนอผลการอภิปรายเพื่อให้ได้ความคิดรวบยอด โดยผู้สอนนำอภิปรายและแนะนำตามแนวคิดที่ควรได้เพิ่ม เพื่อให้ได้ข้อสรุปกลุ่มใหญ่

2.3 การประยุกต์แนวคิด โดยการแบ่งเป็นกลุ่มร่วมกันอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมาย ในลักษณะการค้นหาเหตุผลเพื่อทำความเข้าใจบุคคลที่หลีกเลี่ยงการเสพยาเสพติด

2.4 สรุปแนวความคิดรวบยอด โดยอภิปรายที่ละกลุ่ม ผู้สอนนำอภิปรายและแนะนำตามแนวคิดที่ควรได้เพิ่ม เป็นการประเมินการฝึกด้วยว่านักเรียนสามารถทำความเข้าใจถึงคุณค่าของการไม่เสพยาเสพติดได้ถูกต้องหรือไม่

จะเห็นได้ว่า ผู้วิจัยได้กำหนดการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งในการป้องกันการเสพติด เพราะหากนักเรียนมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองย่อมต้องพยายามดูแลตนเองให้หลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ไม่ดี และถึงแม้ว่านักเรียนจะมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูงมากอยู่แล้วก็ตาม นักเรียนก็ยังคงมีความจำเป็นต้องได้รับการสร้างเสริมทักษะชีวิตด้านนี้อยู่เสมอด้วย ซึ่งก็เป็นข้อเท็จจริงอยู่แล้วว่าการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอตามสภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และปัจจัยอื่นๆ

ในการศึกษาครั้งนี้ ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ รัตนา ดอกแก้ว (2539 : ก-ข) ที่ศึกษาเกี่ยวกับ ผลการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการโรคเอดส์ของนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดแพร่ ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตในด้านความรู้สึกต่อคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการโรคเอดส์นั้น เป็นการจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นการป้องกันการโรคที่ร้ายแรงทางเพศศึกษา โดยวิทยากรเป็นวิทยากรที่มักสนใจในเรื่องทางเพศมาก เห็นเป็นเรื่องสำคัญที่ใกล้ตัว เพราะเป็นระยะที่จะมีความรู้สึกทางเพศ (ชัยวัฒน์ ปัญญาพงษ์, สุรีย์ กาญจนวงศ์ และจารุณี นะวีโรจน์. 2524 : 70) มีความพิถีพิถันทางในการดูแลร่างกาย ด้วยความเกรงกลัวต่อการป่วยด้วยโรคที่จะทำให้ความสมบูรณ์ทางเพศลดน้อยด้อยลงหรือสูญเสียไป อาจมีผลส่งเสริมให้ภายหลังจากการเข้าร่วมการพัฒนาทักษะชีวิต ในกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมได้

ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่แตกต่างกัน และภายหลังจากนักเรียนได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่แตกต่างกัน ซึ่งจากการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทั้งก่อนและหลังการทดลอง ทั้งของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมนั้น พบว่า มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของณัฐพงศ์ พุดผล (2540 : ง) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธไม่แตกต่างกัน และคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบไม่แตกต่างกัน แต่ขัดแย้งกับการศึกษาของ สุขฤดี รัชตฤงคารสกุล (2543 : 154-156) ที่ได้ศึกษาการประยุกต์โปรแกรมการสร้างเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขต

กรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเบี่ยงเบนความสนใจ ขาดสมาธิในการฟัง ทำความเข้าใจ และปฏิบัติกิจกรรมทักษะอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้การพัฒนาด้านการปรับตัวปรับแนวคิด ในรายบุคคลและกลุ่มเป็นไปได้อย่างช้าๆ นอกจากนั้น ยังต้องพิจารณาถึงปัจจัยนำปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม ที่มีผลต่อการคิดของนักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นอย่างมาก เช่น บุคคลที่นักเรียนเลือกปรึกษามากที่สุดเมื่อมีปัญหา ส่วนใหญ่นอกจากเลือกจะปรึกษาบิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 38.90 และร้อยละ 24.30 ตามลำดับแล้ว ยังมีอีกส่วนใหญ่อีกเช่นกันที่เลือกปรึกษาเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 30.60 และร้อยละ 48.60 ตามลำดับ โดยนักเรียนก็รู้กันดีอยู่ว่าเพื่อนสนิทของตนเคยมีประวัติใช้หรือไม่ใช้ยาเสพติด ซึ่งทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีเพื่อนสนิทเคยมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ คิดเป็นร้อยละ 38.89 และร้อยละ 37.84 ตามลำดับ พฤติกรรมการดื่มเหล้า คิดเป็นร้อยละ 33.33 และร้อยละ 29.73 ตามลำดับ ในปัจจัยนี้เองอาจเป็นปัจจัยสนับสนุนทางสังคมให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม มีมุมมองพฤติกรรมการเสพยาเสพติดว่า เป็นเรื่องธรรมดาที่เป็นสภาพบังคับให้ยอมรับได้ในกลุ่ม หากไม่ยอมรับปฏิบัติให้เหมือนกันจะถือว่าเป็นคนละพวก/หมู่กัน หรืออาจมาจากการเป็นผู้เริ่มเสพยาเองก่อน (ภาวิณี อยู่ประเสริฐ, 2540 : 47-48) ถึงแม้กลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกในระยะเวลาหนึ่งแล้วก็ตาม ทักษะชีวิตในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ก็อาจใกล้เคียงกันเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มได้ ตามแผนการสอนด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ” ซึ่งเป็นการสอนที่ต้องเน้นความตั้งใจสูงในการฟัง ทำความเข้าใจ และฝึกปฏิบัติจริง โดยมีข้อจำกัดในด้านการตรงต่อเวลาของนักเรียน การเสนอมุมมองในการอภิปรายกลุ่มย่อยนักเรียนบางกลุ่มใช้เวลามาก ทำให้ผู้วิจัยควบคุมเวลาให้เป็นไปตามกำหนดได้ค่อนข้างยาก ประกอบกับนักเรียนมีความเคยชินกับการเรียนแบบฟังบรรยาย ทำให้การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้จึงไม่สมบูรณ์เต็มศักยภาพระหว่างการแบ่งกลุ่มย่อยนักเรียนบางคนจึงถือโอกาสเป็นเวลาพักผ่อนคลาย พุดคุยนอกประเด็นหรือเล่นกัน ส่งผลให้การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ของกลุ่มทดลองมีพัฒนาการเพิ่มขึ้นไม่มากนัก อีกประการหนึ่งคือนักเรียนในกลุ่มทดลองบางคนมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในระดับสูงอยู่ก่อนแล้วซึ่งอาจเพิ่มขึ้นได้อีกไม่มากนัก และนักเรียนบางคนอาจมีทักษะชีวิตอยู่ในระดับต่ำ และมีพัฒนาการในด้านทักษะทั่วไปที่ค่อนข้างช้า ทำให้มีผลกระทบต่อการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในภาพรวมของกลุ่มได้

ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ก่อนและหลัง

การทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่แตกต่างกัน และภายหลังจากนักเรียนได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ ณัฐพงศ์ พุดหล้า (2540 : 120-122) ซึ่งได้ศึกษาโดยการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ผลการทดลองพบว่า ภายหลังจากทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในด้านทักษะการตัดสินใจไม่แตกต่างกัน และคะแนนเฉลี่ยทักษะการตัดสินใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน แต่ขัดแย้งกับการศึกษาของ สุขฤดี รัชตฤณการสกุล (2543 : 154-156) ที่ได้ศึกษาการประยุกต์โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีทักษะชีวิตในด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ในระหว่างการทดลองตามแผนการจัดกิจกรรมในด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด เรื่อง “รู้จัก ผิดได้ยาก” ซึ่งเป็นการสอนที่ต้องเน้นความตั้งใจสูงในการฟัง ทำความเข้าใจ และฝึกปฏิบัติจริง โดยมีข้อจำกัดในด้านการตรงต่อเวลาของนักเรียน การเสนอมุมมองในการอภิปรายกลุ่มย่อยนักเรียนบางกลุ่มใช้เวลามาก ประกอบกับนักเรียนมีความเคยชินกับการเรียนแบบฟังบรรยาย การมีส่วนร่วมระหว่างการเรียนจึงไม่สมบูรณ์เต็มศักยภาพ ระหว่างการแบ่งกลุ่มย่อยนักเรียนบางคนจึงถือเป็นเวลาพักผ่อนคลาย พูดคุยนอกประเด็น หรือเล่นกัน ส่งผลให้การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ของกลุ่มทดลองมีการพัฒนาเพิ่มขึ้นไม่มากนัก อีกประการหนึ่งก็คือ นักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในระดับสูงอยู่ก่อนแล้ว ซึ่งอาจเพิ่มขึ้นได้อีกไม่มากนัก ผลการทดลองโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ทั้งในกลุ่มและระหว่างกลุ่มจึงไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเพื่อให้การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดเกิดประสิทธิผลมากที่สุด เนื่องจากการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด เป็นกระบวนการทางสุขศึกษาในการพัฒนาให้ผู้เรียนรู้จักคิด รู้จักทำ รู้จักการแก้ปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับกลวิธีการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ดังนั้น การนำโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตนี้ไปใช้จึงควรพิจารณาปัจจัยเบื้องต้นก่อนการสอน ดังต่อไปนี้

1. ผู้สอนควรจะต้องพิจารณาปรับพื้นฐานการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของนักเรียนก่อน เนื่องจากนักเรียนแต่ละคนมีพื้นฐานที่แตกต่างกัน อีกประการหนึ่งเพื่อลดความเคยชินในการเรียนแบบฟังบรรยาย เมื่อเข้าสู่โปรแกรมการสอนนักเรียนจะได้พร้อมต่อการหมุนเวียนกิจกรรม และปฏิบัติตามแนวทางได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ผู้สอนควรมีประสบการณ์ มีการวางแผนการจัดกิจกรรมอย่างมีระบบ เพื่อจัดการสอนให้ครบตามองค์ประกอบที่กำหนดไว้ได้ ซึ่งเมื่อนักเรียนอาจหลงประเด็นการอภิปรายกลุ่ม ไม่ตรงประเด็นตามที่กำหนดให้ ผู้สอนสามารถนำนักเรียนกลับเข้าสู่ประเด็นอภิปรายได้อย่างเหมาะสม เป็นธรรมชาติ ไม่แสดงอารมณ์ หงุดหงิดหรือโกรธ ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเกิดความคิดรวบยอดจากการอภิปราย อีกทั้งยังควรเป็นผู้มีความเป็นกลางทางความคิด รับฟังความคิดเห็นของผู้เรียน เพื่อส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้โดยตัวผู้เรียนเอง ไม่ใช่ในลักษณะบรรยายให้จดจำเท่านั้น

3. การรักษาเวลาในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตมีความสำคัญมาก ต้องกำหนดระยะเวลาดำเนินกิจกรรมให้ชัดเจน โดยแจ้งให้นักเรียนทำกิจกรรมภายในกำหนดเวลานั้นให้สำเร็จ เพื่อหลีกเลี่ยงการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าด้วยการปรับกิจกรรม เช่น จากการอภิปรายทุกคนเป็นส้อม อภิปราย เป็นต้น ซึ่งอาจกระทบต่อการพัฒนาทักษะในกิจกรรมนั้นได้ และหากต้องเพิ่มระยะเวลา ก็จะกระทบต่อระยะเวลาการจัดกิจกรรมทักษะชีวิตในด้านอื่น หรือหากแบ่งไปจัดกิจกรรมในครั้งต่อไปก็ต้องใช้เวลาในการทบทวนกิจกรรมเดิมที่ต้องต่อเนื่องนั้น อาจทำให้การพัฒนาทักษะชีวิตไม่สมบูรณ์ตามจุดประสงค์ที่ต้องการได้

4. ข้อสำคัญในกระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่ต้องคำนึงถึงเสมอ คือ ผู้เรียนสามารถนำทักษะ แนวคิด ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม จึงควรมุ่งเน้นกิจกรรมนอกหลักสูตรที่ใช้การมีส่วนร่วมของประชาชน ชุมชน เพื่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางสังคมและเกิดกระแสการป้องกันความเสี่ยงต่อปัญหาสังคม

5. โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการสอนทักษะชีวิตเฉพาะด้านจิตพิสัยและทักษะพิสัยเท่านั้น ดังนั้นผู้ที่นำไปประยุกต์ใช้จึงควรพิจารณาถึงความเหมาะสมในจุดประสงค์ที่ต้องการในทักษะชีวิตด้านอื่นๆที่เกี่ยวข้องด้วย

ข้อเสนอแนะในการศึกษาค้นคว้าครั้งต่อไป

1. การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียน ควรจะเป็นโปรแกรมที่พัฒนาโดยร่วมมือกันระหว่างครูในโรงเรียน ชุมชน และสถานบริการสาธารณสุข เพื่อช่วยให้เกิดแรงผลักดันและกระบวนการที่มีประสิทธิภาพต่อนักเรียนมากที่สุด ซึ่งจะก่อให้เกิดความยั่งยืนของโปรแกรมมากกว่าการพัฒนาโดยผู้วิจัยเพียงจากหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่ง
2. การศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตควรมีการประเมิน ติดตามผล ทั้งในระยะต่อเนื่องและระยะยาว ในลักษณะของการประเมินเชิงคุณภาพ เช่น การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกต การจัดอภิปรายกลุ่ม เป็นต้น เพื่อนำมาพิจารณาร่วมกับข้อมูลเชิงปริมาณ ซึ่งจะช่วยให้สามารถอภิปรายผลของโปรแกรมได้อย่างชัดเจนมากขึ้น
3. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับเครื่องมือในการประเมินทักษะชีวิตในด้านทักษะการสื่อสาร และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีประสิทธิภาพ มีค่าอำนาจจำแนกที่สูง เพื่อที่จะสามารถประเมินทักษะชีวิตด้านดังกล่าวได้อย่างชัดเจนมากขึ้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กระทรวงมหาดไทย. กรมการปกครอง. (2546 ก). การต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติด กฎหมายและหนังสือสั่งการที่เกี่ยวข้อง. กรุงเทพฯ : สำนักงานอำนวยการกองอำนวยการรักษาความสงบเรียบร้อย. (2546 ข). การประสานพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติด. กรุงเทพฯ : สำนักงานอำนวยการกองอำนวยการรักษาความสงบเรียบร้อย.
- กระทรวงยุติธรรม. กรมคุมประพฤติ. (2545). พระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พุทธศักราช 2545. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กระทรวงศึกษาธิการ. กรมการฝึกหัดครู. (2520). ข้อมูลการวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ. กรุงเทพฯ : กรมการฝึกหัดครู กระทรวงฯ.
- กระทรวงศึกษาธิการ. กรมพลศึกษา. (2543). รายงานผลการวิจัยการศึกษาศาสนาและการออกกำลังกายในสถานศึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนากรมการศาสนา.
- กระทรวงศึกษาธิการ. กองสารวัตรนักเรียน. (2536). มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มนักเรียนไทย. กรุงเทพฯ : กรมพลศึกษา กระทรวงฯ.
- กระทรวงศึกษาธิการ. กรมศิลปากร. (2544). วัฒนธรรม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์ เอกลักษณ์ และภูมิปัญญา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. (2541). คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู. กรุงเทพฯ : ชูวีเนียบ.
- _____. (2542). คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิต กระทรวงฯ.
- กระทรวงสาธารณสุข. กรมอนามัย. (2539). "การสอนทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม," ใน โครงการพัฒนาบุคลากรการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา วันที่ 24-26 กรกฎาคม 2539. หน้า 1. ประจวบคีรีขันธ์ : โรงแรมหัวหินแกรนด์. อัดสำเนา.
- _____. (2544). คู่มือผู้นำเยาวชนสาธารณสุขในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กฤษฎา ตริยมณีรัตน์. (2544). ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขภาพศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา อำเภอ บางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- จรรยา ลาภศิริอนันต์กุล. (2543). การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมชนนักเรียนบ้านโป่งราชบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- จำรูญ ยาสมุทร และคณะ. (2521). รายงานและบทความการประชุมสัมมนาและฝึกอบรมทางวิชาการ เรื่องปัญหาสิ่งเสพติดให้โทษ. เชียงใหม่. โรงพิมพ์ส่งเสริมธุรกิจ. ถ่ายเอกสาร.
- ณวิ สิงห์วัลย์. (2533). สารระเหย. (เอกสารทางวิชาการ). กรุงเทพฯ : กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์, สุรีย์ กาญจนวงศ์ และจารุณี นะวีโรจน์. (2524). เพศศึกษาแผนใหม่. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- ณัฐพงศ์ พุดห้ำ. (2540). การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- ทรงเกียรติ ปิยะกะ. (2543). คู่มือการป้องกันการติดยาเสพติดระบบจิตสำนึกสำหรับประชาชนไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ธนาเพรสแอนด์กราฟฟิค.
- ทิตนา แคมมณี และคณะ. (2529). คู่มือการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เล่ม 1. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธนวัฒน์ หาพิพัฒน์. (2539). พฤติกรรมการใช้ยาของนักศึกษา : กรณีศึกษานักศึกษาวิทยาลัยเกษตรกรรมและวิทยาลัยเทคนิคในภาคกลาง สังกัดกรมอาชีวศึกษา. วิทยานิพนธ์ สม.ม. (สังคมวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- นพพร พานิชสุข. (2528). อิทธิพลของครอบครัวที่มีผลต่อการใช้ยากระตุ้นประสาทประเภทแอมเฟตามีนของเด็กรุ่น. วิทยานิพนธ์ สค.ม. (สังคมสงเคราะห์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- นภาพร พุ่มพฤษ. (2529). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้น ม.ศ. 3 โรงเรียนพระนารายณ์ลพบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (มัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- นวนันท์ กิจทวี. (2541). ประสิทธิภาพของโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- นิตยา โชตินอก. (2538). การประยุกต์แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการป้องกันโรคอุจจาระร่วงของมารดาในการเลี้ยงดูเด็ก อายุ 2-5 ปี อำเภอขามทะเลสอ จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

- นิตยา เพ็ญศิริรักษา. (2538). ผลของการศึกษาเพื่อการสร้างพลังในโปรแกรมป้องกันการสูบบุหรี่
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ ส.ด.
(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- นิพนธ์ แจ้งเอี่ยม. (2518). บุคลิกภาพการแสดงตัว ความเชื่อมั่นในตนเองและความภาคภูมิใจใน
ตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดอุดรธานี.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. (มัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
ถ่ายเอกสาร.
- บรรจง สืบสมาน. (2536). ตำราจิตเวชศาสตร์. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. (2520). ทศนคติ : การวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย.
กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2523). การสอนสุขศึกษา ทฤษฎี และการประยุกต์. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- ประเสริฐ ต้นสกุล และคณะ. (2538). ยุทธศาสตร์ในการฝึกอบรมทักษะชีวิต : เอดส์ศึกษาแนว
ใหม่สำหรับประเทศไทย. (เอกสารประกอบคำสอน). กรุงเทพฯ : ม.ป.พ. อัดสำเนา.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2538). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 6.
กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.
- พิมพ์ใจ บุญยัง. (2540). การเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนราธิวาส. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- พิศมัย สุขอมรัตน์. (2540). การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม.
(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- ภาวิณี อยู่ประเสริฐ. (2540). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติดของนักเรียนวัยรุ่นใน
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พยาบาลสาธารณสุข). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ชมรมนิติศาสตร์สังคม. (2540). รวมกฎหมายวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิต
ประสาท. ปทุมธานี : โรงพิมพ์แสนสุขการพิมพ์.
- มาริส หะสาเมะ. (2540). ประสิทธิภาพของการจัดโครงการป้องกันการใช้ยาและสารเสพติด
สำหรับนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สาธารณสุข
ศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (2538). รายงานการประชุมสัมมนาเพื่อหาแนวทางการนำยุทธศาสตร์
ทักษะชีวิตมาใช้ในการป้องกันยาเสพติด-การสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้
สารเสพติด. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.
ถ่ายเอกสาร.

_____. (2539). หลักและวิธีการสอนทักษะชีวิต. กรุงเทพฯ : สมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. ถ่ายเอกสาร.

รัตนา ดอกแก้ว. (2539). ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียน
อาชีวศึกษา จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (อนามัยครอบครัว). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2523). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2493. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น.

ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. (2531). หลักการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ : ศึกษาพร.

_____. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.

วัชร ทรัพย์มี. (2528, มิถุนายน-กรกฎาคม). "การส่งเสริมความสุขในวัยต่าง ๆ," แนว 9(4) : 39.

วารุณี ภูริสินสิทธิ์. (2531). รายงานการวิจัยสาเหตุการติดยาเสพติดในวัยรุ่น : ศึกษาเฉพาะกรณี
เชียงใหม่. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วิจิตร บุญยะโหดระ. (2538). อุบัติภัยใกล้ตัวเรา เล่ม 1. กรุงเทพฯ : ชรรรมสาร.

วิเชียร เกตุสิงห์. (2538, กุมภาพันธ์-มีนาคม). "คำเฉลี่ยกับการแปลความหมาย : เรื่องง่าย ๆ ที่
บางครั้งก็พลาดได้," ข่าวสารการวิจัยการศึกษา. 18(3) : 8-11.

วินิจ เกตุขำ และ คมเพชร จัตรศุภกุล. (2522). กระบวนการกลุ่ม (ศึกษา325). กรุงเทพฯ :
โอเดียนสโตร์.

วิภาพรรณ ผลผลา. (2541). ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้
แบบมีส่วนร่วม เพื่อป้องกันเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสตรีวิทยา 2.
ปริญญาโท กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

วุฒิชัย จำนงค์. (2523). พฤติกรรมการตัดสินใจ. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

สมพิศ ไชยกิจ. (2536). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนราธิวาส.
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.

- โสภา ชูพิกุลชัย ชปิลมันน์ และคณะ. (2533). การศึกษาการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อในเด็ก และเยาวชนย่านชุมชนแออัด : ศึกษาเฉพาะกรณี ในเขตกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ. ถ่ายเอกสาร.
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2537). สภาพปัญหาการระบาดของ ยาม้าในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : กองบำบัดรักษา สำนักงานฯ.
- _____. (2538). สภาพปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดในสถานศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักงานฯ.
- _____. (2539). ข้อมูลผู้เข้ารับการบำบัดรักษา ปีปฏิทิน 2539. กรุงเทพฯ : สำนักงานพัฒนาการ ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด สำนักงานฯ.
- _____. (2540 ก). ข้อมูลนักเรียนที่เข้ารับการบำบัดรักษา ยาเสพติด. กรุงเทพฯ : สำนักงานฯ.
- _____. (2540 ข). ข้อมูลผู้เข้ารับการบำบัดรักษา ปีปฏิทิน 2540. กรุงเทพฯ : สำนักงาน พัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด สำนักงานฯ.
- _____. (2540 ค). แนวคิดทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันยาเสพติด. กรุงเทพฯ : กองป้องกัน ยาเสพติด สำนักงานฯ.
- สุขฤดี รัชตถุงการสกุล. (2543). โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุขุมล เกษมสุข. (2535). หลักการสอนทักษะทางสังคมในชั้นประถมศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สุณี รักษาเกียรติศักดิ์. (2539). การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วย SPSS. กรุงเทพฯ : สำนัก คอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สุพัฒน์ วีระเวชเจริญชัย. (2532). ยาและสิ่งเสพติดให้โทษ. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สุภาวดี ดาวดี. (2537). ศึกษาความตระหนักในตนเองของพยาบาลและพฤติกรรมกาดูแลผู้ป่วย ระยะสุดท้าย. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาลผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- สุรีย์ จันทรโมลี. (2525). วิธีการให้สุขศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุข ศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- _____. (2527). วิธีการทางสุขศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : เจริญวิทย์การพิมพ์.
- อภิวัน อินทร. (2537). "สภาพบังคับทางอายุต่อผู้เสพยากลุ่มแอมเฟตามีนในขณะขับชี่ ยานพาหนะ," ใน ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการลดอุปสงค์ในการใช้ยาเสพติด พ.ศ. 2532-2539. หน้า 223-225. กรุงเทพฯ : กองป้องกันยาเสพติด สำนักงาน ป.ป.ส.
- อรรธรณ หุ่นดี. (2529). ยาและสิ่งเสพติดให้โทษ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อักษรบัณฑิต.

- อรอนงค์ หงษ์หุ้มแพ. (2538). *ความรู้เกี่ยวกับยาฆ่าและ การป้องกันตนเองจากการเสพยาฆ่าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์*. วิทยานิพนธ์ ส.ม. เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- อุไร หมั่นมั่น. (2539). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการตัดสินใจศึกษาต่อของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 : ศึกษากรณีจังหวัดนครปฐม*. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (พัฒนาสังคม) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

- Barker, Larry L. et al. (1991). *Handbook on Formative and Summative Evaluation of Student Learning*. New York : McGraw-Hill.
- Bertrand, L.D. & Abernathy, T.J. (1993). "Predicting cigarette smoking among adolescents using cross – Sectional and longitudinal approaches," *Journal of School Health*. 50(4) : 98-103.
- Brooks, R.B. (1992). "Self-esteem during the school year," *Pediatric Clinics of North America*. 39(3) : 537-551.
- Coopersmith, S. (1981). *The Antecedents of Self-esteem*. 2nd ed. California : Consulting Psychologists Press.
- _____. (1984). *Self-esteem Inventories*. San Francisco : Consulting Psychologists Press.
- Doi, Dilorenzo. (1993). *An Evaluation of a Tobacco Use Education-Prevention Program*. Department of Psychology.
- Doherty, K. (1987). *Competency as an Indicator of Smoking Status : Specific Skills Versus Global Abilities*. New Orleans : University of New Orleans.
- Eiser, C., Eiser, J. Bocker, M. (1988, November). "Teachers' evaluations of a life skills approach to drugs education," *Edcational Research*. 30(3) : 202-210.
- Gilchrist, L.D., Schinke, S.P. & Maxwell, J.S. (1987, Winter/Spring/1987, Summer). "Life Skills Counseling for Preventing Problems in Adolescence," *Journal of Social Service Research*. 10(2-4) : 73-84.
- Girdano, D. & Every G. (1979). *Controlling Stress & Tention : A Holistic*. New Jersey : Prentice Hall, Englewood Cliffs.
- Hall, W. & Hando, J. (1994, July). "Route of administration and adverse effects of amphetamine use among young adults in Sydney, Australia," *Drug and Alcohol Review*. 13(3) : 277-284.
- Hamachek, D.E. (1978). *Encounters with the self*. 2nd ed. Rinehart and Winston : Holt.

- Koffka, K. (1978). *Encyclopedia of the Social Science*. Vol. 3-4. New York : MacMillan.
- Kontula, Osmo. (1995, June). "The prevalence of drug use with reference to problem use in Finland," *International Journal of the Addictions*. 30(8) : 1053-1066.
- Lawrence, D. (1980). *Enhancing Self-Esteem in the Classroom*. London : Paul Chapman.
- Lovell, R.B. (1978). *Adult Learning*. New York : Harper & Row.
- Maslow, Abraham M. (1970). *Motivation and Personality*. 2nd ed. New York : Harper & Row.
- Maymon, T. (1984). *Health Education*. Atlanta : Georgia State University.
- Patterson, J. (1980). *Teaching Personalized Decision Making*. San Jose : Santa Clara Country K-12 Career Education Consortium.
- Quine, S. et al. (1992). "A role of drug awareness and prevention programs external to the school," *Health Education Research : Theory & Practice*. 7(2) : 259-267.
- Ross, J. & Cohen, J. (1994, December). "The use of benzodiazepines among regular amphetamine users," *Addiction*. 89(12) : 1683-1690.
- Sallis, F. et al. (1990, October). "Assessing Skill of Refusing Cigarettes and Smokeless Tobacco," *Journal of Behavioral Medicine*. 13(5) : 489-503.
- Sasse, Counnie R. (1978). *Person to Person*. Chas A. Bumnett.
- Schuster, C.R. & Kibey, M.M. (1992). *Behavioral Factors Affecting Health Public Health & Preventive Medicine*. New Jersey : Prentice-Hall.
- Steinberg, Laurence D. (1993). *Adolescence*. 3rd ed. International Edition : McGraw-Hill.
- Stoner Jame, A.F. (1987). *Management*. New Jersey : Englewood Cliffs.
- Taft, L.B. (1985, October). "Self-esteem in later life : a nursing perspective," *Advance in Nursing Science*. 8(9) : 77-84.
- WHO. (1994). *Life Skills Education for Children and Adolescents in School*. Geneva : WHO.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

- | | | |
|--------------------------------------|-------------|--|
| 1. รองศาสตราจารย์พรสุข หุ่นนิรันดร์ | | อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 2. อาจารย์ทรงพล | ต่อนี้ | อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 3. อาจารย์ทัศนาก | ทองภักดี | อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 4. นายแพทย์ประสิทธิ์ | คงเคารพธรรม | นายแพทย์ 9 (ด้านเวชกรรมป้องกัน)
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา |
| 5. ร้อยตำรวจเอกหญิงสุตปราณี ศรีโกมุท | | พยาบาลวิชาชีพ 7
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา |

ภาคผนวก ข
หนังสือขอความอนุเคราะห์



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/3868

วันที่ 4 เมษายน 2548

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ และ รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์พรสุข หุ่นนิรันดร์ และ อาจารย์ทรงพล ต่อนี้ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมการสอนสุศึกษา และแบบสอบถามประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม และโปรแกรมให้ ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จีระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/3569

วันที่ 4 เมษายน 2548

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ และ รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ทัศน ทองภักดี เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมการสอนสุศึกษา และแบบสอบถามประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม และโปรแกรมให้ ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

[Signature]

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จีระเชชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ ศร 0519.12/3862

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

4 เมษายน 2548

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ และ รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ นายแพทย์ประสิทธิ์ คงเคารพธรรม นายแพทย์ 9 (ด้านเวชกรรมป้องกัน) และ ร.ต.อ.หญิงสุดปราณี ศรีโกมุท พยาบาลวิชาชีพ 7 เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมการสอนสุศึกษา และแบบสอบถามประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม และโปรแกรมให้ ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-9282845

ที่ ศธ 0519.12/4๐5๗



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

19 เมษายน 2548

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนลาดบัวหลวง (นันทนวลอุทิศ)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันส ปัทมภาสพงษ์ และ รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอใช้สถานที่เพื่อทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2-3 จำนวน 35 คน และแบบสอบถามประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในระหว่างเดือนพฤษภาคม - มิถุนายน 2548

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม ได้เก็บข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จิระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อนิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-9282845



ที่ ศธ 0519.12/4๐5๙

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

1๙ เมษายน 2548

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปฏิญานิพนธ์ เรื่อง “ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ และ รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปฏิญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอใช้สถานที่เพื่อสอนตามโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2-3 จำนวน 35 คน และแบบสอบถามประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - สิงหาคม 2548

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม ได้เก็บข้อมูลในการทำปฏิญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จิระเดชากุล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-9282845

ที่ ศธ 0519.12/4๐๕๘



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

19 เมษายน 2548

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดลาดปลื้มกองการาม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์วินัส ปัทมภาสพงษ์ และ รองศาสตราจารย์จุฑามาศ เทพชัยศรี เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอใช้สถานที่เพื่อสอนตามโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2-3 จำนวน 35 คน และแบบสอบถามประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - สิงหาคม 2548

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จิระเดชากุล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-9282845

ภาคผนวก ค

แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา

แบบสอบถาม
เรื่อง
ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดใน
นักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วยคำถามที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตในการป้องกันการเสพยาเสพติด โดยให้นักเรียนอ่านคำถามและคำตอบอย่างละเอียด ตอบข้อคำถามด้วยความสบายใจ ให้เป็นไปความจริงมากที่สุด และตอบคำถามให้ครบทุกข้อ **โดยนักเรียนไม่ต้องเขียนชื่อและเลขประจำตัว** ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามจะเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในการจัดกิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของโรงเรียน ซึ่งจะเก็บเป็นความลับและไม่มีผลต่อการเรียนของนักเรียนแต่อย่างใด

แบบสอบถามชุดนี้แบ่งเป็น 5 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1	ข้อมูลทั่วไป	จำนวน 13 ข้อ
ส่วนที่ 2	ความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด	จำนวน 23 ข้อ
ส่วนที่ 3	การเห็นคุณค่าในตนเอง	จำนวน 27 ข้อ
ส่วนที่ 4	ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	จำนวน 7 ข้อ
ส่วนที่ 5	ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด	จำนวน 10 ข้อ

ขอขอบคุณนักเรียนที่มีความตั้งใจในการตอบแบบสอบถามและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ว่าที่ร้อยตรี นรินทร์ นาคอร่าม
นิสิตปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสุขศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบสอบถามทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

() กลุ่มทดลอง

() กลุ่มควบคุม

- คำชี้แจง**
1. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งเป็น 5 ส่วน
 2. โปรดทำเครื่องหมาย × ลงใน () หรือเขียนข้อความลงในช่องว่างที่กำหนดให้
ทำข้อความที่ตรงตามความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด
 3. ใช้เวลาในการตอบแบบสอบถาม 60 นาที

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. ปัจจุบันอายุ.....ปี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....
3. ปัจจุบันนักเรียนอาศัยอยู่กับใคร
() บิดามารดา () มารดา () บิดา
() ญาติ ระบุ..... () เพื่อน () อื่นๆ ระบุ.....
4. สถานภาพครอบครัว
() บิดามารดาอยู่ร่วมกัน () บิดาเสียชีวิต
() มารดาเสียชีวิต () ทั้งบิดามารดาเสียชีวิต
() บิดามารดาแยกกันอยู่ / หย่าร้าง () อื่น ๆ ระบุ.....
5. นักเรียนมีพี่น้องจำนวนกี่คน(รวมทั้งตัวนักเรียนด้วย)
() ลูกคนเดียว () 2 คน () 3 คน
() 4 คน () 5 คน () มากกว่า 5 คน
6. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวของนักเรียนเป็นอย่างไร
() อยู่ร่วมกันราบรื่น รักใคร่ ช่วยเหลือกันดี
() ทะเลาะกันบางครั้ง แต่ไม่บ่อย
() ไม่ราบรื่น ทะเลาะกันบ่อยครั้ง
() บิดามารดาแยกกันอยู่
() อื่น ๆ ระบุ.....
7. การอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองที่นักเรียนได้รับตั้งแต่วัยเด็กถึงปัจจุบันเป็นอย่างไร
() เข้มงวดมาก ไม่มีอิสระ () เข้มงวดเป็นบางครั้ง มีอิสระบ้าง
() ไม่เข้มงวด ปล่อยตามสบาย () ตามใจทุกเรื่อง ทุกกรณี
() ไม่สนใจว่าจะทำอะไร () อื่น ๆ ระบุ.....

8. ผลการเรียนรู้(เกรดเฉลี่ย) ของนักเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา อยู่ในระดับใด
- () 3.50 ขึ้นไป () ระหว่าง 3.00 – 3.49
- () ระหว่าง 2.50 – 2.99 () ระหว่าง 2.00 – 2.49
- () ระหว่าง 1.50 – 1.99 () ระหว่าง 1.00 – 1.49
- () ต่ำกว่า 1.00
9. รายได้ของครอบครัว ประมาณเดือนละเท่าไร(รวมทั้งบิดา มารดา หรือผู้ปกครอง)
- () ต่ำกว่า 5,000 บาท
- () ระหว่าง 5,000 – 10,000 บาท
- () ระหว่าง 10,001 – 15,000 บาท
- () ระหว่าง 15,001 – 20,000 บาท
- () มากกว่า 20,000 บาท
10. เรื่องใดในชีวิตประจำวันที่ทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกเครียด กังวลใจมากที่สุด
- () ครอบครัว () การเรียน
- () เงินไม่พอใช้ () เพื่อนสนิท
- () เพื่อนต่างเพศ () อื่น ๆ ระบุ.....
- () ไม่มีเรื่องใดที่ทำให้เครียด กังวลใจ
11. หากนักเรียนมีปัญหาไม่สบายใจ นักเรียนเลือกที่จะปรึกษาใครมากที่สุด (ตอบเพียงข้อเดียว)
- () บิดามารดา () บิดา
- () มารดา () พี่ น้อง
- () ญาติ ระบุ..... () เพื่อน
- () ครู อาจารย์ () อื่น ๆ ระบุ.....
12. นักเรียนมีเพื่อนสนิท ที่เคยกระทำในเรื่องดังต่อไปนี้หรือไม่
- 12.1 สูบบุหรี่ () ไม่มี () มี
- 12.2 ดื่มเหล้า / เบียร์ / ไวน์ () ไม่มี () มี
- 12.3 ใช้อาเสพติด เช่น ัญชา ยาบ้า ดมกาว () ไม่มี () มี
13. นักเรียนได้รับความรู้เรื่องยาเสพติดจากโรงเรียนโดยวิธีการใด (ตอบได้มากกว่า 1 ตัวเลือก ให้เรียงลำดับ 1, 2, 3, ...)
- () การเรียนในวิชาทั่วไป () อื่น ๆ ระบุ.....
- () การเรียนในวิชาสุขศึกษา
- () การเรียนในวิชาแนะแนว
- () จากโทรทัศน์หรือวิดีโอที่ทางโรงเรียนเปิดให้ดู
- () การร่วมกิจกรรมพิเศษนอกชั้นเรียน เช่น การอบรม ฟังบรรยาย ทำรายงาน

ส่วนที่ 2 ความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย × ลงในช่องที่เห็นว่าตรงตามความคิดเห็น ความเชื่อ และความรู้สึก ของนักเรียนมากที่สุดเพียงข้อเดียว โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด
 เห็นด้วย หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่แน่ใจ หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นบ้าง
 ไม่เห็นด้วย หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมาก
 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. การเสพยาเสพติดจะช่วยให้เข้ากับ กลุ่มเพื่อนได้ดี					
2. การเสพยาเสพติดจะทำให้สดชื่น กระปรี้กระเปร่า					
3. การเสพยาเสพติดเป็นเรื่องปกติ ของวัยรุ่น					
4. การลองเสพยาเสพติดเพียง ครั้งเดียวไม่ทำให้ติดยา					
5. การเสพยาเสพติดเป็นประจำจะ ทำให้สุขภาพร่างกายและจิตใจ ทรุดโทรม					
6. การเสพยาเสพติดทำให้มีปัญหา ทุกอย่างได้และรู้สึกสบายใจ					
7. การเสพยาเสพติดจะทำให้สูญเสีย การควบคุมตนเอง					
8. การเสพยาเสพติดทำให้เพื่อน อยากคบด้วย					
9. การเสพยาเสพติดทำให้พ่อแม่ และผู้ปกครองต้องเสียใจ ผิดหวัง					
10. การเสพยาเสพติดนานๆ ครั้ง ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ					

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
11. การเสพยาเสพติดไปนาน ๆ อาจกลายเป็นผู้ค้ายาได้					
12. การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า ไม่เกี่ยวข้องกับการเสพยาเสพติด					
13. การติดยาบ้า เฮโรอีน จะทำให้เกิด ความเจ็บปวด ทรมานมาก					
14. การเสพยาเสพติดถ้าติดแล้ว ต้องเสียเวลาและค่าใช้จ่ายในการ บำบัดรักษาสูง					
15. การเสพยาเสพติดจะช่วยให้ มีแรงและทำงานได้มาก ๆ					
16. การเสพยาเสพติดอาจทำให้เกิด อาการประสาทหลอน หลงผิด ชักเกร็ง และเสียชีวิตได้					
17. คนที่มีจิตใจเข้มแข็ง เสพยาเสพติดแล้วไม่ติดยาเสพติด					
18. การเสพยาเสพติดจะช่วยให้ผู้เสพ ดูดี สง่า ไม่ประหม่า กล้าหาญ					
19. การเสพยาเสพติดเป็นวิธีที่ดีมาก ที่จะช่วยลดความอ้วนได้สำเร็จ					
20. การเสพยาเสพติดจะช่วยให้ สมรรถภาพร่างกายดีขึ้น สามารถ แข่งกีฬาชนะผู้ที่ไม่เสพได้					
21. คนที่ชอบลองเสพยาเสพติดมี โอกาสเสี่ยงสูงที่จะติดยาเสพติด					
22. คนที่ใจอ่อน เชื่อคนง่าย มักจะถูก หลอกให้เสพยาเสพติด					
23. คนกล้ารับคำท้าทายให้ลองเสพ ยาเสพติด เป็นคนเก่ง กล้าหาญ					

ส่วนที่ 3 การเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย × ลงในช่องที่เห็นว่าตรงตามความคิดเห็น ความเชื่อ และความรู้สึก ของนักเรียนมากที่สุดเพียงข้อเดียว โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

เห็นด้วย หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมาก

ไม่แน่ใจ หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นบ้าง

ไม่เห็นด้วย หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมาก

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. ฉันคงไม่สามารถทำอะไรที่ยากลำบาก หรือต้องคิดมากได้					
2. ฉันเป็นคนไม่มีอนาคต จะพยายามทำอะไรก็คงไม่ดีไปกว่านี้					
3. ฉันคงไม่สามารถแข่งขันอะไรได้ เพราะ ฉันกลัวแพ้ และ อับอาย					
4. ฉันคงไม่สามารถพัฒนาตนเองให้เรียนดีขึ้นไปกว่านี้ได้					
5. ฉันคงไม่สามารถทำอะไรสำเร็จได้ด้วยตนเอง					
6. ฉันเชื่อว่าฉันสามารถประสบความสำเร็จในชีวิตด้านการศึกษาได้					
7. ฉันเป็นคนนิสัยดี มีความคิดดี					
8. การกระทำต่าง ๆ ของฉันเป็นที่ยอมรับของเพื่อนฝูง					
9. ฉันมีคุณค่าเท่าเทียมกับผู้อื่น					
10. ฉันคิดว่าฉันสามารถทำให้ครูมีความภูมิใจในตัวฉันได้					
11. ฉันสามารถเป็นผู้นำกลุ่มที่ดีได้					
12. ฉันเป็นที่พึ่งพาของผู้อื่นได้เสมอ					
13. ฉันเป็นคนที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี					

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
14. ฉันสามารถช่วยเหลือและแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ ผู้ปกครองได้					
15. ฉันเป็นคนมีความพยายาม เมื่อทำงานสิ่งใดต้องทำให้สำเร็จได้					
16. ฉันมีความกล้าหาญ ไม่กลัวการกระทำที่ท้าทาย หากสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดี					
17. ฉันสามารถทำให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง ภาคภูมิใจในตัวฉันได้					
18. ฉันเป็นคนสำคัญคนหนึ่งในกลุ่มเพื่อนและห้องเรียน					
19. ฉันไม่มีความสามารถพิเศษในด้านใดเลยสักอย่าง					
20. ฉันทำให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง ภาคภูมิใจ ที่ฉันไม่เสพยาเสพติด					
21. ฉันสามารถเป็นคนดีของสังคมและประเทศชาติได้					
22. ฉันเชื่อว่าฉันสามารถคิดและสร้างสรรค์สิ่งที่มีประโยชน์ได้					
23. ฉันสามารถให้ความช่วยเหลือและให้คำปรึกษาปัญหาแก่เพื่อนได้					
24. ฉันภาคภูมิใจในความสามารถของตนเอง					
25. ฉันไม่สามารถที่จะทำสิ่งที่ยากลำบากได้ หากไม่ใช้ยาเสพติด					
26. ฉันสามารถเรียนให้จบการศึกษาเหมือนกับเพื่อนๆ ได้					
27. ฉันรู้สึกมีคุณค่าที่ส่วนร่วมในการป้องกันการแพร่ระบาดของยาเสพติด					

ส่วนที่ 4 ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษรหน้าข้อความที่แสดงตรงกับความคิดเห็น
ของนักเรียนมากที่สุด หากตอบในข้อ จ) อื่น ๆ ระบุ..... ให้เติมข้อความตาม
ความคิดเห็นของนักเรียนเอง

-
1. เมื่อเพื่อนสนิทมาชวนเล่นเกมบังคับให้ทดลองเสพยาเสพติดหลังเลิกเรียน นักเรียนจะตอบอย่างไร
 - ก) ตอบตกลง อย่างเห็นดีด้วยกับการเชิญชวนนั้น
 - ข) ตอบตกลงทันที แต่พอถึงเวลาเลิกเรียนก็หนีเพื่อนไม่ไปตามนัด
 - ค) ตอบปฏิเสธ โดยบอกเพื่อนว่า “ยาเสพติดเป็นสิ่งไม่ดี เราไม่ชอบ” แล้วเดินหนีทันที
 - ง) ตอบปฏิเสธ โดยบอกเพื่อนด้วยว่า “เราเป็นห่วงเธอนะ ไม่อยากให้ยาเสพติดมาทำลายสุขภาพของเพื่อน”
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....

 2. ถ้าเพื่อนชวนให้หนีเรียน เพื่อไปเสพยาเสพติด นักเรียนจะเลือกใช้คำพูดในข้อใด
 - ก) ตกลงเลย ฉันกำลังเซ็งอยู่พอดี เบื่อเรียนวิชานี้ด้วย
 - ข) ไม่ดีกว่า ถ้าฉันหนีเรียนไปตอนนี้ฉันจะไม่สบายใจแล้วเรียนไม่รู้เรื่อง เพื่อนคงไม่ว่ากันนะ
 - ค) ไม่ล่ะ เดียวครูจับได้แย่เลย
 - ง) เดียวคิดดูก่อนนะ แล้วจะให้คำตอบอีกทีนะ(ตอบเอาตัวรอดไปก่อน)
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....

 3. ขณะที่นักเรียนกำลังเครียด มีปัญหาคลุ้มใจมาก มีเพื่อนสนิทของนักเรียนยื่นยาเสพติดให้ลองใช้ บอกว่าจะได้ช่วยคลายเครียด นักเรียนจะบอกกับเพื่อนว่าอย่างไร
 - ก) เราไม่เชื่อหรอก ยาเสพติดช่วยแก้ปัญหามาไม่ได้แน่ๆ
 - ข) นายจะใช้ก็ใช้ไปเถอะนะ เราไม่ลองดีกว่า
 - ค) ขอบใจมากนะเพื่อน แต่เราไม่ชอบของพวกนี้ เราขอละ ขอไม่เสพแล้วกันนะ
 - ง) ช่วยได้จริงหรือ ลองดูซักหน่อยก็ดี เผื่อจะช่วยได้
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....

4. ก้องภพมาชวนให้ไปงานวันเกิดของบรรเจิดในตอนเย็นวันศุกร์ที่จะถึง ซึ่งนักเรียนได้ทราบมาว่าเพื่อนกลุ่มนี้ใช้ยาเสพติดกันทุกคน นักเรียนจะตอบในสถานการณ์นี้อย่างไร
- ก้องภพ : ศุกร์นี้ว่างเปล่า ไปงานวันเกิดบรรเจิดกันเถอะ สนุกแน่นอน มีของดีเลี้ยงเพียบ จะได้สนุกกันทั้งคืนเลย
- นักเรียน :
- ก) ไม่ไปหรอก เราไม่ค่อยสนิทกับบรรเจิด
 - ข) ไม่ไปหรอก เราไม่ชอบอดนอน นอนดึกแล้วไม่สบาย ขอบใจมากนะที่ชวนเรา
 - ค) น่าสนใจดีนี่ เดี๋ยวเราลองไปขอแม่อูดูก่อนแล้วกันนะ
 - ง) น่าสนใจดีนะ ขอเราคิดดูก่อน เย็นนี้จะมาบอก
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....
5. สมพลเป็นเพื่อนของนักเรียน ที่มักใช้ยาเสพติดช่วงใกล้สอบ สมพลมาชวนให้นักเรียนลองใช้ยาเสพติด จะได้ไม่่วง อ่านหนังสือได้นานขึ้น นักเรียนจะตอบสมพลว่าอย่างไร
- ก) ไม่เอาหรอกนะ เรากลัวติด แล้วเราก็ไม่มีเงินซื้อด้วย
 - ข) ไม่เอาหรอกนะ เรากลัวติด นายเอาไปให้คนอื่นลองใช้เถอะ
 - ค) ไม่เอาหรอกนะ อย่ามายุ่งกับเราเลย เราไม่สนใจของพวกนี้หรอก
 - ง) ไม่เอาหรอกนะ เราไม่ชอบยานี้ ขอบใจเพื่อนมากนะที่หวังดี นายมาตีวหนังสือกับกลุ่มเราเหมือนเดิมดีกว่านะ นายว่าดีไหมล่ะ
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....
6. เมื่อเพื่อนมาชวนให้เสพยาเสพติด แล้วนักเรียนปฏิเสธ เพื่อนจึงขู่ว่าจะไม่ยอมให้เข้ากลุ่มด้วย ถ้าไม่ยอมเสพยาเสพติดด้วยกัน นักเรียนจะเลือกใช้คำพูดในข้อใด
- ก) เอาก็เอา ลองเสพดูก็ได้ ขอแค่ครั้งเดียวแล้วกัน อย่าตัดเพื่อนกับเราเลยนะ
 - ข) นายจะว่ายังไง คิดยังไงกับเราก็ได้ ถึงยังไงเราก็ปฏิเสธเสมอ ไปก่อนนะ
 - ค) ยังไงเราก็ไม่เสพเด็ดขาด ไม่คบก็ไม่คบ แล้วพวกนายจะรู้สึก
 - ง) ถึงยังไงเราก็ไม่เสพหรอก เรากลัวอันตรายจริงๆ ถ้าเป็นเรื่องเตะบอลเราเต็มที่เลย
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....
7. วายุเป็นเพื่อนอยู่คนละห้องกับนักเรียน มีพฤติกรรมที่เพื่อนๆ รู้กันว่าขายยาเสพติด เข้ามาติดสนิทกับนักเรียน และชวนให้รับของไปขายให้เพื่อนในห้อง นักเรียนจะบอกกับวายุว่าอย่างไร
- ก) ไม่เอาดีกว่า มันไม่ดี เราไม่ชอบ อย่าโกรธกันนะ
 - ข) ไม่เอาดีกว่า เรากลัวติด เรียนก็ใกล้จบแล้วเดี๋ยวจะเรียนไม่จบเอา
 - ค) น่าสนใจดีนะ ขอคิดดูก่อน ขอบใจมากนะที่ชวน
 - ง) น่าสนใจดีนะ บ้านเรากำลังไม่ค่อยมีเงินอยู่พอดีเลย
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 5 ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย × ทับตัวอักษรหน้าข้อความที่แสดงตรงกับความคิดเห็น
ของนักเรียนมากที่สุด หากตอบในข้อ จ) อื่น ๆ ระบุ..... ให้เติมข้อความตาม
 ความคิดเห็นของ นักเรียนเอง

-
1. เทพเป็นเด็กเรียนเก่ง พ่อแม่แยกทางกันไปแต่งงานใหม่ เทพอาศัยอยู่กับพ่อและแม่ใหม่ มักถูกแม่เลี้ยงตำราว่าอยู่เสมอกำทำให้เทพไม่สบายใจ เพื่อนของเทพกลุ่มหนึ่งมาชวนให้เทพลองเสพยาเสพติด โดยบอกว่าจะทำให้สบายใจ โลง ส้ม รื่องหนักสมองต่างๆ ได้ ถ้านักเรียนเป็นเทพ นักเรียนจะลองเสพยาเสพติดหรือไม่
 - ก) ไม่เสพ เพราะไม่กล้า กลัวทางบ้านจะรู้และเสียใจกับการกระทำของนักเรียน
 - ข) ไม่เสพ เพราะลองคิดดูแล้ว เห็นว่ามีผลเสียมากกว่าผลดี
 - ค) เสพ เพราะกลัวจะเสียเพื่อน เก่งใจมาก เสพแล้วคงไม่ติดหรอก ทนได้
 - ง) เสพ เพราะคงจะทำให้สบายใจขึ้นได้จริง ตามที่เพื่อนบอก
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....
 2. ถ้ามีเพื่อนมาชวนนักเรียนให้ลองไปหาซื้อยาเสพติดชนิดหนึ่งมาลองเสพกันเล่นๆ บอกว่าน่าสนใจ นักเรียนจะเลือกตัดสินใจอย่างไร
 - ก) ไม่ไป เพราะ เคยรู้มาว่ายาเสพติดเสพเพียงครั้งเดียวก็ติดได้ และจะเตือนเพื่อนด้วย
 - ข) ไม่ไป เพราะ กลัวพ่อแม่รู้ จะโดนตี ตัดเงินค่าขนม
 - ค) ไปกับเพื่อน เพราะ กลัวเพื่อนจะไม่คบ และคอยแกล้ง
 - ง) ไปกับเพื่อน เพราะ คิดว่าเสพครั้งเดียว คงไม่เป็นอะไร ไม่ติดหรอก
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....
 3. นักเรียนถูกเพื่อนชวนให้หนีเรียนไปหาอะไรสนุกๆ ทำกันนอกโรงเรียน และได้แอบเห็นเพื่อนเอาอุปกรณ์เสพยาเสพติดไปด้วย นักเรียนจะเลือกตัดสินใจอย่างไร
 - ก) ไป เพราะ กลัวเสียเพื่อนสนิทไป กลัวเพื่อนโกรธ
 - ข) ไป เพราะ ไม่อยากขัดใจเพื่อน จะทำให้เที่ยวเล่นไม่สนุกแล้วเพื่อนจะไม่ชวนไปไหนอีก
 - ค) ไม่ไป เพราะ ถ้าครูจับได้คงโดนทำโทษทั้งหมด และบอกผู้ปกครองว่าเราใช้ยาเสพติด ต้องหาทางชวนเพื่อนให้อยู่เรียนดีกว่า
 - ง) ไม่ไป เพราะ เพื่อนต้องชวนไปเสพยาแน่ เสียการเรียนเปล่าๆ ถ้าเพื่อนจะไปก็ไปกันเถอะ
 - จ) อื่นๆ ระบุ.....

4. เซนมีแฟนคบกันมา 2 ปี อยู่มาวันหนึ่งแฟนของเซนก็ไปมีแฟนใหม่ เซนรักแฟนคนนี้มากก็ได้แต่คอยตามมองซึ่งก็ไม่สำเร็จ จึงรู้สึกเสียใจ ท้อแท้ สิ้นหวัง และแค้นใจ บางเวลาก็อยากจะตายให้รู้แล้วรูดไป ผลการเรียนของเซนตกต่ำลง เซนมักแอบซื้อเหล้ามาดื่มดับความเร่าร้อนในใจ ถ้านักเรียนเป็นเซน นักเรียนจะเลือกตัดสินใจอย่างไร
- หาแฟนคนใหม่ทันที เพื่อให้ลืมคนเก่า และไม่ให้เสียหน้า หาใหม่ก็ได้ไม่เห็นจ้อเลย
 - ดื่มเหล้าเหมือนกับเซน หรือหาอะไรที่ทำให้ลืมได้มาลองใช้ดู จะได้ลืมเรื่องเศร้านี้ไวๆ
 - ยอมรับความจริงที่เกิดขึ้น ตั้งใจเรียนเพื่อตนเอง ทำกิจกรรมสาธารณประโยชน์เพื่อสังคม
 - อยู่เฉยๆ เก็บตัวเงียบสักพัก ไม่ต้องยุ่งกับใคร กำลังหงุดหงิดเลยอยากอยู่คนเดียวดีกว่า
 - อื่นๆ ระบุ.....
5. ช่วงใกล้สอบ นักเรียนต้องอ่านหนังสือมากๆ เครียดกลัวอ่านไม่ทัน มีเพื่อนมาชวนให้นักเรียนลองกินยาบ้าดู บอกว่าจะช่วยให้อ่านหนังสือได้นานขึ้น นักเรียนจะเลือกตัดสินใจอย่างไร
- ลองใช้ดูว่าจะช่วยได้จริงหรือเปล่า ลองใช้นิดหน่อยไม่น่าจะติด
 - เกรงใจเพื่อน รับเอาไว้ก่อน โดยขอไม่เสพตอนนั้น แล้วก็เอายาบ้าแอบไปทิ้งที่หลัง
 - ไม่เสพและไม่รับยาบ้าเอาไว้ อาจเตือนเพื่อนด้วยว่าอย่าไปใช้มัน
 - ให้เพื่อนลองใช้ให้ดูก่อน แล้วค่อยคิดดูใหม่ว่าจะปฏิเสธหรือจะลองใช้ดี
 - อื่นๆ ระบุ.....
6. หลังจากปิดการแข่งขันกีฬาสีของโรงเรียน โรงเรียนจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ มีเพื่อนในกลุ่มชวนให้นักเรียนไปต่อกันที่บ้านของบุญชู ซึ่งนักเรียนรู้ว่าบุญชูติดกัญชา ถ้าไปด้วยคงจะถูกทำทนาย ยั่วให้เสพยาหรือยาเสพติดอื่นแน่นอน นักเรียนจะเลือกตัดสินใจอย่างไรกับสถานการณ์นี้
- ไปด้วย แต่ไม่เสพเมื่อถูกชวน เป็นเพื่อนกลุ่มเดียวกันเฉยๆ เพื่อนน้อยใจหรือโกรธ
 - ไปด้วย เพราะนานนานจะมีงานสังสรรค์ ต้องสนุกให้สุดเหวี่ยงกับเพื่อนๆ สักครั้ง
 - ไม่ไปด้วย เพราะถ้าไปมั่วสุมสุบกัญชาอาจต้องติดยาทำให้เสียการเรียน เสียอนาคตแน่
 - ไม่ไปด้วย เพราะเพื่อนที่มาชวนไม่ใช่เพื่อนที่สนิท รู้จักผิวเผิน
 - อื่นๆ ระบุ.....
7. เจมส์ ได้เข้าเรียน ม.1 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง มีรุ่นพี่ 2-3 คน มาชวนให้เจมส์สูบบุหรี่ บอกว่าถ้าไม่สูบบุหรี่จะไม่ยอมรับเข้ากลุ่ม ถ้านักเรียนเป็นเจมส์ นักเรียนจะเลือกตัดสินใจอย่างไร
- ไม่สูบบุหรี่ เพราะไม่ชอบให้ใครบังคับและคิดว่าไม่มีความจำเป็นต้องเข้ากลุ่มกับรุ่นพี่กลุ่มนี้
 - ไม่สูบบุหรี่ เพราะคิดว่าบุหรี่เป็นยาเสพติดชนิดหนึ่ง มีผลเสียต่อร่างกาย
 - สูบบุหรี่ เพราะกลัวรุ่นพี่จะไม่ยอมรับ แค่มักรู้สูบบุหรี่นิดหน่อยไม่เป็นไรหรอก
 - สูบบุหรี่ เพราะ อยากทดลองดูอยู่แล้ว
 - อื่นๆ ระบุ.....

8. มีญาติลูกพี่ลูกน้องของนักเรียนสูบบุหรี่ และชวนให้นักเรียนสูบบุหรี่ด้วย โดยบอกว่า “ดาราวัยรุ่นเขายังสูบกินทั้งนั้น เท่ดีออก” นักเรียนจะเลือกตัดสินใจกับสถานการณ์นี้อย่างไร
- ยังไม่สูบท่อนั้น แต่ค่อยแอบลองสูบบุหรี่ที่หลัง ดูซิว่ามาดจะเท่หรือเปล่า
 - สูบทตามคำชวน เพื่อไม่ให้เสียหน้าที่ชวน สูบนิดหน่อยไม่เสียหาย
 - ไม่สูบ เพราะ คิดว่าการสูบบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพร่างกาย
 - ไม่สูบ เพราะ ไม่ชอบควันบุหรี่ และกันบุหรี่ซึ่งมักมีคนที่งัดไว้ทำให้เก๋กวาดลำบาก
 - อื่นๆ ระบุ.....
9. ทุกวันเสาร์แรกของเดือน ครูได้นัดนักเรียนมาเรียนพิเศษที่โรงเรียน วันหนึ่งหลังเลิกเรียนมีเพื่อนกลุ่มหนึ่งมาชวนให้ลองใช้ยาเลิฟ บอกว่า จะได้เพิ่มพลังทางเพศและมีความมั่นใจมากขึ้น ในการคบเพื่อนต่างเพศ นักเรียนจะเลือกตัดสินใจอย่างไร
- ไม่ลองใช้ตามเพื่อนชวน เพราะ เดียวใครเห็นแล้วไปบอกพ่อแม่ให้รู้ จะโดนทำโทษ ถูกตัดเงินค่าขนมอีกต่างหาก
 - ไม่ลองใช้ตามเพื่อนชวน เพราะ ยาเลิฟเป็นยาเสพติดใช้แล้วเลิกได้ยาก จะเสียการเรียน ร่างกายทรุดโทรม
 - ไม่ลองใช้ตามเพื่อนชวน แต่ขอดูเพื่อนลองใช้ก่อน จะได้รู้ว่าเขาใช้กันอย่างไรแล้วค่อยตัดสินใจใหม่อีกที
 - น่าจะลองดูสักหน่อย เพื่อจะจริงอย่างที่เพื่อนบอก จะได้มั่นใจมีกิ๊กได้อีกหลายคน
 - อื่นๆ ระบุ.....
10. เมื่อนักเรียนได้ทราบว่า เพื่อนสนิทในกลุ่มของนักเรียนเสพยาเสพติด นักเรียนจะอย่างไร
- พูดกับเพื่อน ชักชวนให้เลิกเสพยาเสพติด เพราะ การเสพยาเสพติดจะทำให้ติดและเสียการเรียน เสียอนาคต
 - พูดกับเพื่อน เพื่อชักชวนให้เลิกเสพยาเสพติด แต่ยังไม่รู้จะพูดกับเพื่อนอย่างไรดี
 - ไม่ต้องไปยุ่งกับเขา เพราะ เป็นเรื่องส่วนตัวของเขา อย่ามาให้เราเสพก็แล้วกัน
 - ไม่ยุ่งเกี่ยวด้วย และบอกครูที่ปรึกษาให้พูดกับเพื่อนให้เลิกเสพ
 - อื่นๆ ระบุ.....

เฉลยแบบสอบถาม

เฉลยแบบสอบถามวัดความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพยาเสพติด					
ข้อ	ระดับความคิดเห็นของนักเรียน				
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
5, 7, 9, 11, 13, 14,16, 21, 22 (ข้อความที่ตระหนักถูกต้อง)	5	4	3	2	1
1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 12, 15, 17, 18, 19 20, 23 (ข้อความที่ตระหนักไม่ถูกต้อง)	1	2	3	4	5

เฉลยแบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง					
ข้อ	ระดับความคิดเห็นของนักเรียน				
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21,22, 23, 24, 26, 27 (ข้อความทางบวก)	5	4	3	2	1
1, 2, 3, 4, 5, 19, 25, 28, (ข้อความทางลบ)	1	2	3	4	5

เฉลยแบบสอบถามวัดทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล				
ข้อ	ระดับคะแนน			
	ก	ข	ค	ง
1	0	0	1	2
2	0	2	1	0
3	0	1	2	0
4	1	2	0	0
5	1	0	0	2
6	0	1	0	2
7	1	2	0	0

เฉลยแบบสอบถามวัดทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพติด				
ข้อ	ระดับคะแนน			
	ก	ข	ค	ง
1	1	2	0	0
2	2	1	0	0
3	0	0	1	2
4	0	0	2	1
5	0	1	2	0
6	0	0	2	1
7	1	2	0	0
8	0	0	2	1
9	1	2	0	0
10	2	1	0	0

ภาคผนวก ง

แผนการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกัน
การเสพติด สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

คำชี้แจงเฉพาะ

แผนการสอน ครั้งที่ 1

เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์”

แผนการสอน เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์” มีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียนตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด ที่อาจส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว บุคคลใกล้ชิด และสังคม อันมีผลทำให้เกิดความสูญเสียด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจ และสังคม

ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน ในชั้นสร้างความรู้สึก หลังจากฟังเทปบันทึกเสียง กรณีศึกษาจบ ผู้สอนควรเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อสถานการณ์ที่ได้ฟัง ให้แสดงความรู้สึกได้อย่างหลากหลาย โดยไม่เน้นเหตุผลและผู้สอนไม่ควรขยายความเหตุผลเพิ่มแล้วเข้าสู่ขั้นตอนการจัดระบบความคิดความเชื่อ ด้วยการให้อภิปรายในกลุ่มย่อยและสรุปในกลุ่มใหญ่

แผนการสอน ครั้งที่ 1 เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์”

สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

เวลาที่สอน 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนตระหนักในโทษ พิษภัย ผลกระทบของการเสพยาเสพติด และตระหนักว่า ยาเสพติดเป็นปัญหาสุขภาพที่ใกล้ตัว ถ้าหากประมาทจะมีความเสี่ยงสูงต่อเสพยาเสพติดโดยไม่ได้ตั้งใจ

จุดประสงค์นำทาง

1. บอกถึงสภาพปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาเสพติดของสมาชิกในครอบครัวและสังคม
2. ยอมรับถึงผลกระทบจากการที่สมาชิกในครอบครัว และสังคมใช้ยาเสพติด
3. เสนอแนะแนวทางที่ตนเองและครอบครัวจะหลีกเลี่ยง และป้องกันปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด

สาระสำคัญ

ยาเสพติดมีหลากหลายประเภท ซึ่งกำลังแพร่ระบาดเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว ยาเสพติด มีโทษและพิษภัยอันก่อให้เกิดปัญหาตลอดจนส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม มีผลให้เกิดความสูญเสียด้านสุขภาพบุคคล เศรษฐกิจ และสังคม การศึกษาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับ ยาเสพติดเป็นการสร้างแนวความคิดที่ดีในการป้องกันการใช้และการแพร่ระบาดของยาเสพติด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ขั้นสร้างความรู้สึกรับทราบ - กลุ่มใหญ่(15 นาที)	- นำเข้าสู่บทเรียน โดยผู้สอนชี้ชวนให้คิดด้วยคำถาม “นักเรียนคิดอย่างไรบ้างถ้ามีการใช้ยาเสพติด” - ผู้สอนสุ่มถามนักเรียน 2 – 3 คน - ผู้สอนเปิดเทปบันทึกเสียงหรืออ่านกรณีศึกษา เรื่อง “สายใจ” - ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยเปิดเผยความรู้สึกตนเอง โดยผู้สอนใช้คำถามว่า “นักเรียนรู้สึกอย่างไรกับสถานการณ์ที่ได้ฟัง” ผู้สอนรวบรวมความคิดเห็นจากการสุ่มถามนักเรียน 2 – 3 คน โดยไม่ต้องสรุป	- ปัญหาสุขภาพ ปัญหาการเรียน ปัญหาครอบครัว ปัญหาอาชญากรรม - เทปบันทึกเสียง/บทอ่านกรณีศึกษา เรื่อง “สายใจ”
ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อสะท้อนความคิด/อภิปราย - กลุ่มย่อย(10 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ให้ทุกกลุ่มระดมความคิดและอภิปรายตามใบงานที่ 1	- ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(10 นาที)	- ให้ส่งตัวแทนกลุ่มรายงานที่ละกลุ่ม - ผู้สอนรวบรวมสรุปแนวคิดและอภิปรายเพิ่ม เพื่อให้ได้ข้อสรุปกลุ่มใหญ่ตามแนวคิดที่ควรได้	- ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ประยุกต์แนวคิด - กลุ่มย่อย(15 นาที) ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(10 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ให้ทุกกลุ่มอภิปรายตามใบงานที่ 2 - ให้ส่งตัวแทนกลุ่มรายงานที่ละกลุ่ม - ผู้สอนรายงานสรุปแนวคิดและอภิปราย เพิ่ม เพื่อให้ได้ข้อสรุปกลุ่มใหญ่	- ใบงานที่ 2 - ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้

ขั้นสร้างความรู้สึก

1. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนโดยชี้ชวนนักเรียนให้คิดถึงความเป็นจริงเกี่ยวกับปัญหาวัยรุ่น ติดยาเสพติด หรือเกี่ยวข้องกับยาเสพติด โดยยกตัวอย่างประกอบตามข่าวที่เคยมีทางสื่อต่างๆ ที่ชัดเจนขณะนั้น
2. ผู้สอนเปิดเทปบันทึกเสียงหรืออ่านบทอ่านเพื่อสร้างความรู้สึก ในกรณีศึกษา เรื่อง “สายใจ” ให้นักเรียนฟัง
3. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น โดยเปิดเผยความรู้สึกตนเอง โดยผู้สอนเป็นผู้สุ่ม สอบถามนักเรียน และรวบรวมความคิดเห็นโดยไม่ต้องสรุป

ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 5 - 6 คน จากนั้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มระดม ความคิดเห็นและอภิปรายตามใบงานที่ 1 ที่แจกให้ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมาย ดังต่อไปนี้
 - 1.1 นักเรียนคิดอย่างไรถ้าเพื่อนมาชักชวนให้ลองใช้ยาเสพติด
 - 1.2 ถ้าหากมีคนในครอบครัวเสพยาเสพติด นักเรียนคิดว่าจะมีข้อเสียอย่างไรบ้าง
2. ให้ทุกกลุ่มส่งตัวแทนเพื่อนำเสนอผลการอภิปรายหน้าชั้น โดยใช้แนวทางการนำเสนอ ที่ละหัวข้อแล้วผู้สอนนำอภิปรายเพิ่ม เพื่อให้ได้ข้อสรุปกลุ่มใหญ่
3. เมื่อนักเรียนร่วมกันสรุปได้ความคิดรวบยอดแล้ว ผู้สอนแนะนำเพิ่มเติมตามแนวคิดที่ ควรได้จากกิจกรรม (จากใบความรู้สำหรับผู้สอน)

4. ประยุกต์แนวคิดโดยให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน แจกใบงานที่ 2 ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปราย เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมายดังนี้
 “การเสพยาเสพติดจะทำให้เกิดผลกระทบเป็นปัญหาต่อผู้เสพและผู้ใกล้ชิด
 นักเรียนจะมีส่วนช่วยอย่างไรได้บ้าง ที่จะป้องกันปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด”
5. ให้ทุกกลุ่มส่งตัวแทน เพื่อนำเสนอผลการอภิปรายที่ละกลุ่ม
6. ผู้สอนสรุปแนวคิดของนักเรียน และอภิปรายเพิ่มเติมในกลุ่มใหญ่เพื่อให้ได้ข้อสรุปในภาพรวมตามแนวคิดที่ควรได้ (จากใบความรู้สำหรับผู้สอน)

สื่อการสอน

1. เทปบันทึกเสียง/บทสำหรับอ่าน กรณีศึกษา เรื่อง “สายใจ”
2. ใบงาน
3. ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมอภิปรายในกลุ่ม
2. สังเกตการแสดงความรู้สึและความสนใจในกลุ่ม
3. จากการรายงานผลงานของกลุ่ม

ใบงานที่ 1

(แผนการสอน เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปราย เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้ (ใช้เวลา 10 นาที)
แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่หน้าชั้น (เวลารวมกลุ่มใหญ่ 10 นาที)

1. นักเรียนคิดอย่างไรถ้าเพื่อนมาชักชวนให้ลองใช้ยาเสพติด
2. ถ้าหากมีคนในครอบครัวเสพยาเสพติด นักเรียนคิดว่าจะมีข้อเสียอย่างไรบ้าง

ใบงานที่ 2

(แผนการสอน เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปราย เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้ (ใช้เวลา 15 นาที)
แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่หน้าชั้น (เวลารวมกลุ่มใหญ่ 10 นาที)

“การเสพยาเสพติดจะทำให้เกิดผลกระทบเป็นปัญหาต่อผู้เสพและผู้ใกล้ชิด
นักเรียนจะมีส่วนช่วยอย่างไรได้บ้าง ที่จะป้องกันปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด”

กรณีศึกษา เรื่อง “สายใจ”

(แผนการสอน เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์”)

สายใจ เป็นเด็กสาววัยรุ่น อายุ 14 ปี เป็นลูกคนเดียวของพ่อแม่ พ่อแม่มีรายได้แบบพออยู่พอใช้ สายใจกำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนมัธยมประจำอำเภอแห่งหนึ่ง มีเพื่อนสนิท 3 – 4 คน เพื่อนๆ มักชวนไปเที่ยวเล่นกันเสมอ บางครั้งหนีเรียน บางครั้งเข้าเรียนสาย หรือไม่เข้าไปในโรงเรียน เป็นเหตุให้สายใจเรียนไม่ทันเพื่อน ผลการเรียนตกต่ำลง ถูกพ่อแม่และครูอาจารย์ตำหนิอยู่เสมอ

วันหนึ่งมีเพื่อนสนิทในกลุ่มชวนสายใจให้ลองเสพยาบ้า เพื่อจะได้อ่านหนังสือและทำการบ้านตอนดึกๆ ได้ จะได้เรียนทันเพื่อน เมื่อเธอได้เสพยาเข้าไปแล้วต่อมาก็อยากเสพยาอีก ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ อยู่มาไม่นานสายใจก็เริ่มลองใช้ยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น แรกๆฉีดแล้วรู้สึกสบาย หายเครียด ลืมเรื่องทุกข์ใจเบื่อก่อนหาย จากเคยใช้น้อยก็เพิ่มปริมาณมากขึ้นเรื่อยๆ และหากใช้น้อยกว่าที่เคยสายใจจะรู้สึกทรมาน ปวดมากตามกล้ามเนื้อและหนาวสั่นจนถึงกระดูก สายใจจึงจะต้องทำทุกวิถีทางเพื่อให้ได้เงินมาซื้อยาเสพติดเพื่อฉีดเข้าเส้นทุกวัน ซึ่งจากนี้สายใจจึงเริ่มขายยาบ้าและยาเสพติดอื่นๆ ให้เพื่อนในโรงเรียนและในชุมชนที่เธออยู่ หลายครั้งสายใจชวนเพื่อนที่ติดยาด้วยกันมาร่วมฉีดยาเข้าเส้นและมักใช้เข็มฉีดยาร่วมกันเพื่อความสนิทสนมในกลุ่มเพื่อนคนเดียวกัน

2 ปีผ่านไป สายใจเรียนจบชั้น ม.3 ตามที่พ่อแม่ตั้งความหวังไว้ แต่อนิจจา ณ วันนี้ร่างกายของสายใจซูบผอม ทрудโทรม อ่อนเพลีย และป่วยอยู่เป็นประจำ เธอจึงไปหาหมอ และผลตรวจออกมาว่า สายใจติดเชื้อโรคเอดส์เสียแล้ว บัดนี้เธอรู้สึกว่าโลกอันกว้างใหญ่แสนศิวิไลซ์ของเธอได้ดับมืดมนลงทันใด เพราะ วันตายของเธอได้รอเธออยู่ในเวลาอันสั้นและใกล้เข้ามาทุกขณะ วันที่จะต้องจากโลกนี้ไป จากพ่อและแม่อันเป็นที่รัก จะทำอย่างไรดี สายใจเครียดมากจึงกินยานอนหลับทุกคืน และใช้ยาเสพติดทุกชนิดที่เพื่อนบอกว่าช่วยให้ลืมความทุกข์ได้

วันหนึ่ง สายใจเสพยาเสพติดที่เรียกกันว่า ยาอี เธอเสพยามากถึง 10 เม็ด ซึ่งหลังจากนั้นสายใจก็เกิดอาการ ใจสั่น กล้ามเนื้อเกร็งกระตุก หายใจไม่ออก หมดสติ น้ำลายฟูมปาก ลมหายใจของเธอเริ่มแผ่วเบาลง สายใจเสียชีวิตไปแล้ว เธอไม่ได้ตายจากไปด้วยโรคเอดส์ “แต่” เธอจากไปเพราะยาเสพติดที่ได้ใช้เป็นยี่ห้อที่พึ่งมาตลอด เธอตายจากไปด้วยอายุเพียง 16 ปี ทั้งให้พ่อแม่และแม่ต้องเศร้าเสียใจ ปวดร้าว กับการสูญเสียครั้งใหญ่หลวงนี้ ตลอดชีวิต

ยาเสพติดไม่ได้ทำลายชีวิตสายใจเพียงคนเดียวเท่านั้น แต่คงอาจจะมีต่อไปอีกคนแล้วคนเล่า.....

ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้ (แผนการสอน เรื่อง “รู้ไว้ ไม่เกิดทุกข์”)	
ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. นักเรียนคิดอย่างไร ถ้าเพื่อนนักเรียนมาชวนให้ลองใช้ยาเสพติด	- เป็นเพื่อนที่ไม่รัก/ไม่หวังดีต่อเพื่อน ชวนเพื่อนไปในทางที่ผิด คบไม่ได้ ถ้าจะคบกันต่อไปอาจต้องติดยาไปด้วยแน่นอน - ชักชวนเพื่อนไม่ให้ใช้ยาเสพติด ถ้าเพื่อนติดต้องเป็นกำลังใจให้เลิก
2. ถ้าหากมีคนในครอบครัวเสพยาเสพติด นักเรียนคิดว่าจะมีผลเสียอย่างไร	ผลเสียต่อตนเอง - สุขภาพจะเสื่อมโทรม เจ็บป่วยบ่อย - เพื่อนและญาติพี่น้องรังเกียจ ไม่อยากคบด้วย - อาจก่ออาชญากรรม/ทำให้เกิดอุบัติเหตุต่างๆ เช่น ทำร้ายร่างกาย ชิงทรัพย์ ไฟไหม้บ้าน รถชน เป็นต้น ผลเสียต่อครอบครัว - ครอบครัวขาดกำลังสำคัญในการหารายได้ - ขาดความอบอุ่นในครอบครัว หวาดระแวง - เสื่อมเสียชื่อเสียงของครอบครัว ไม่มีใครคบ
4. นักเรียนจะมีส่วนช่วยอย่างไรบ้างที่จะป้องกันปัญหาที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด	- หลีกเลียงและไม่ทดลองเสพยาเสพติดทุกชนิด - แนะนำผู้ใกล้ชิดไม่ให้ไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด - ร่วมกิจกรรมรณรงค์ป้องกันยาเสพติดอยู่เสมอ - เมื่อพบเห็นเหตุการณ์เกี่ยวกับยาเสพติด รีบแจ้งครู ผู้ปกครอง หรือตำรวจทันที

คำชี้แจงเฉพาะ

แผนการสอน ครั้งที่ 2

เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา”

แผนการสอน เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา” มีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า โดยทำความเข้าใจ และมีความภาคภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ ของตนเอง เพื่อให้เป็นภูมิคุ้มกันทางจิตในการป้องกันการเสพยาเสพติด ซึ่งอาจเข้ามาเกี่ยวข้องกับนักเรียนในสถานะต่างๆ ที่ไม่ได้คาดคิดไว้ได้

ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ผู้สอนควรชี้ให้นักเรียนค้นหาและทำความเข้าใจกับตนเอง และความสามารถด้านต่างๆ ที่มีให้ชัดเจนก่อน ซึ่งนักเรียนแต่ละคนอาจมีคุณลักษณะ และมีความสามารถแตกต่างกันไป โดยผู้สอนควรจะให้การเสริมแรงในนักเรียนแต่ละคนตามความเหมาะสม เพื่อที่นักเรียนจะได้ค้นพบถึงความสามารถของตนเอง จุดเด่น และคุณลักษณะที่น่าภาคภูมิใจ แล้วนำไปเป็นแนวทางในการป้องกันตนเองจากความเสี่ยงของการเสพยาเสพติดได้

แผนการสอน ครั้งที่ 2 เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา”

สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

เวลาที่สอน 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนเห็นคุณค่าในตัวเอง ก่อเกิดเป็นความภาคภูมิใจที่จะไม่เสพยาเสพติด

จุดประสงค์นำทาง

1. ค้นพบความสามารถและคุณลักษณะในตนเอง โดยบอกถึงความภาคภูมิใจที่จะไม่เสพยาเสพติดได้
2. ตระหนักถึงควมมีคุณค่าของผู้ไม่เสพยาเสพติด
3. บอกแนวทางการสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง ในการที่จะไม่เสพยาเสพติดได้

สาระสำคัญ

ความนึกคิดและการกระทำที่ดีงาม ความสามารถด้านต่าง ๆ ล้วนมีอยู่ในแต่ละบุคคล แตกต่างกันไปตามแต่ว่าใครจะค้นพบ และใช้นำพาตนเองไปสู่ความสำเร็จในชีวิตได้ การฝึกให้นักเรียนได้ตระหนักในคุณค่าของตนเอง มีส่วนช่วยให้นักเรียนมีความรู้สึกทางบวกกับตนเองมากขึ้น อันจะส่งผลให้คิดและทำในสิ่งที่ดีงามเป็นผลดีต่อตนเอง สังคม และประเทศชาติได้ โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ขั้นสร้างความรู้สึกรับทราบ - กลุ่มใหญ่(10 นาที)	- ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียน โดยนำการสนทนาด้วยคำถามว่า “มีเรื่องใดบ้างที่ทำให้นักเรียนรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง” และถามต่อว่า “นักเรียนจะอย่างไรเพื่อทำให้ความภาคภูมิใจนั้นคงอยู่ตลอดไป” - ผู้สอนสุ่มถามนักเรียน 3 – 4 คน - ผู้สอนเปิดเทปบันทึกเสียงหรืออ่านกรณีศึกษา เรื่อง “เรื่องเล่าเตือนใจของสาริต”	- เทปบันทึกเสียง/บทอ่านกรณีศึกษา เรื่อง “เรื่องเล่าเตือนใจของสาริต”
- จับคู่ 2 คน(5 นาที)	- ให้นักเรียนเปิดเผยตนเองกับเพื่อน โดยการจับคู่ 2 คน แล้วแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เพื่อตอบคำถาม “นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรกับการกระทำของสาริตและคมกฤต”	
- กลุ่มใหญ่(5 นาที)	- ผู้สอนสุ่มถามความรู้สึก 3 – 4 คู่ โดยไม่ต้องสรุปความ	
ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อสะท้อนความคิด/อภิปราย - กลุ่มย่อย(15 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ให้นำทุกกลุ่มอภิปรายตามหัวข้อในใบงานที่ 1	- ใบงานที่ 1

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(10 นาที) ประยุกต์แนวคิด - กลุ่มย่อย(5 นาที) ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(10 นาที)	- ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มรายงานที่ละหัวข้อ/ผู้สอนนำอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุปกลุ่มใหญ่ ตามแนวคิดที่ควรได้ - นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ให้ทุกกลุ่มอภิปรายตามหัวข้อในใบงานที่ 2 - ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มรายงาน / ผู้สอนนำอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุปกลุ่มใหญ่ตามแนวคิดที่ควรได้	- ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้ - ใบงานที่ 2 - ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้

ขั้นสร้างความรู้สึก

1. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนโดยเปิดการสนทนาให้นักเรียนคิดถึงการทำของตนเอง ที่เคยทำแล้วรู้สึกภาคภูมิใจ แล้วชี้ให้เห็นแนวทางทำให้ความภาคภูมิใจนั้น ยังคงอยู่ต่อไปด้วยตนเอง

2. ผู้สอนเปิดเทปบันทึกเสียงหรืออ่านบทอ่านเพื่อสร้างความรู้สึก ในกรณีศึกษา เรื่อง “เรื่องเล่าเตือนใจของสาริต” ให้นักเรียนฟัง

3. ให้นักเรียนเปิดเผยความรู้สึกตนเองต่อสถานการณ์ ในกรณีศึกษาที่ได้ฟัง โดยผู้สอนให้นักเรียนจับคู่แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และสุ่มให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น เพื่อรวบรวมความคิดเห็นโดยไม่ต้องสรุป

ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ

1. ให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 5 - 6 คน จากนั้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มระดมความคิดเห็นและอภิปรายตามใบงานที่ 1 ที่แจกให้ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมายดังต่อไปนี้

1.1 จากกรณีศึกษา นักเรียนคิดว่า “สาธิตมีความรู้สึกอย่างไรต่อการกระทำของตนเองเพราะเหตุใด”

1.2 นักเรียนคิดว่า “เหตุใดสาธิตจึงไม่ลองใช้ยาเสพติด และถ้าสาธิตลองใช้ยาเสพติดตามที่คมกฤตแนะนำ จะเกิดอะไรขึ้นกับสาธิตบ้าง”

1.3 เมื่อสาธิตไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด สาธิตมีชีวิตที่ดีขึ้นอย่างไร

1.4 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง ที่สาธิตสามารถดูแลตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด ทำไมจึงรู้สึกเช่นนั้น

2. ให้ทุกกลุ่มส่งตัวแทนเพื่อนำเสนอผลการอภิปรายหน้าชั้น โดยใช้แนวทางการนำเสนอที่ละหัวข้อแล้วผู้สอนนำอภิปรายและแนะนำตามแนวคิดที่ควรได้เพิ่ม เพื่อให้ได้ข้อสรุปกลุ่มใหญ่ (จากใบความรู้สำหรับผู้สอน)

3. ประยุกต์แนวคิดโดยให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 5 - 6 คน แจกใบงานที่ 2 ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปราย เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมายดังนี้ “นักเรียนมีวิธีการใดบ้าง ที่จะสร้างความภาคภูมิใจในตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด”

4. ให้นักเรียนทุกกลุ่มส่งตัวแทน เพื่อนำเสนอผลการอภิปรายที่ละกลุ่ม

5. ผู้สอนนำอภิปรายและแนะนำเพิ่มเติมในกลุ่มใหญ่ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามแนวคิดที่ควรได้จากกิจกรรม (จากใบความรู้สำหรับผู้สอน)

สื่อการสอน

1. เทปบันทึกเสียง/บทสำหรับอ่าน กรณีศึกษา เรื่อง “เรื่องเล่าเตือนใจของสาธิต”
2. ใบงาน
3. ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้สึกของตนเองในกลุ่ม
2. สังเกตการมีส่วนร่วมอภิปรายในกลุ่ม
3. จากการนำเสนอรายงานผลงานของกลุ่ม

ใบงานที่ 1

(แผนการสอน เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปราย เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้ (ใช้เวลา 15 นาที)
แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่หน้าชั้น (เวลารวมกลุ่มใหญ่ 10 นาที)

1. จากกรณีศึกษา นักเรียนคิดว่า “สาริตมีความรู้สึกอย่างไรต่อการกระทำของตนเอง เพราะเหตุใด”
2. นักเรียนคิดว่า “เหตุใดสาริตจึงไม่ลองใช้ยาเสพติด และถ้าสาริตลองใช้ยาเสพติดตามที่คมกฤตแนะนำ จะเกิดอะไรขึ้นกับสาริตบ้าง”
3. เมื่อสาริตไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด สาริตมีชีวิตที่ดีขึ้นอย่างไร
4. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง ที่สาริตสามารถดูแลตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด ทำไมจึงรู้สึกเช่นนั้น

ใบงานที่ 2

(แผนการสอน เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปราย เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้ (ใช้เวลา 5 นาที)
แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่หน้าชั้น (เวลารวมกลุ่มใหญ่ 10 นาที)

“นักเรียนมีวิธีการใดบ้าง ที่จะสร้างความภาคภูมิใจในตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด”

กรณีศึกษา เรื่อง “เรื่องเล่าเตือนใจของสาธิต”

(แผนการสอน เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา”)

สาธิตเป็นเด็กที่ครอบครัวแตกแยก แม่หนีพ่อไปตั้งแต่สาธิตยังเล็กมาก เขาจึงไม่เคยรู้ว่าแม่ของเขาหน้าตาเป็นอย่างไร พ่อพาสาธิตมาฝากอยู่กับปู่และย่า แรกๆ พ่อก็คอยมาหาและส่งเงินมาให้ปู่ย่า แต่พอนานเข้าพ่อก็ไม่เคยกลับมาหาอีกเลย ปู่ย่าเลี้ยงดูสาธิตมาจนเติบโตเป็นวัยรุ่น สาธิตรู้สึกสงสารปู่กับย่ามากเพราะทั้ง 2 คนอายุมากแล้ว เขาจึงพยายามที่จะเป็นหลานที่ดีของปู่กับย่า ช่วยงานบ้านทุกอย่างที่สามารถช่วยได้ ขยันเรียน และทำงานหารายได้พิเศษเพื่อช่วยหาเงินแบ่งเบาภาระของปู่ย่า ผลการเรียนของเขาอยู่ในขั้นพอใช้

ชุมชนที่สาธิตอาศัยอยู่นั้นเป็นชุมชนแออัด มีการระบาดของยาเสพติด เด็กหลายคนติดกาา ติดกัญชา ติดยาบ้า หรือแม้กระทั่งฉีดยา คมกฤตเป็นเพื่อนในชุมชนและอยู่โรงเรียนเดียวกันกับสาธิต แต่อยู่คนละห้องเรียน เขาสนิทกันมาตั้งแต่เด็ก บ้านของคมกฤตร่ำรวยขึ้นรวดเร็วมากเนื่องจากพ่อกับแม่ของเขาขายยาบ้า คมกฤตเองก็ขายด้วย โดยรับมาขายให้เพื่อนและคนที่อยู่ในวัยรุ่นเหมือนกัน

คมกฤตชวนให้สาธิตเอายาบ้าไปขายบ้าง บอกว่าได้เงินดีกว่ารับจ้างเสิร์ฟอาหาร แกมยังมีเงินใช้มากมายอีกด้วย สาธิตไม่เคยรู้มาก่อนเลยว่าคมกฤตขายยาบ้าจึงตกใจมากและถามคมกฤตว่า “นายใช้ยาบ้าด้วยหรือเปล่า” คมกฤตตอบว่า “ใช้มานานแล้ว เวลาใช้แล้วสบายตัว สบายใจ มีแรง นอนดีได้สบายๆ เทียวได้ตั้งแต่ค่ำยันเช้าเลย นายลองใช้ดูสิแล้วจะติดใจ แต่ถ้าไม่ชอบก็ค่อยเลิกใช้” สาธิตไม่คิดที่จะทำตามที่คมกฤตชักชวน เพราะเขาเคยเห็นคนติดยาบ้าที่มีอาการคลุ้มคลั่ง หวาดระแวง ไร้สติยังคิด ไล่ทำร้ายผู้อื่นและฆ่าตัวตายไปโดยไม่รู้ตัว สาธิตจึงพยายามเตือนคมกฤตให้เลิกใช้ยาบ้า ถ้ายังใช้ยาบ้าต่อไปแล้วจะติดและอาจเกิดอันตรายเหมือนคนอื่น คมกฤตบอกว่า “ฉันไม่ติดหรอก ใช้แค่วันละหาเดียวเอง อยากหยุดใช้วันไหนก็หยุดได้”

และแล้ว วันหนึ่งซึ่งสาธิตจำเหตุการณ์นั้นได้ติดตา มีตำรวจบุกเข้าจับกุมพ่อแม่ของคมกฤต พ่อของคมกฤตขัดขืนยิงต่อสู้กับตำรวจจึงถูกยิงตายในที่เกิดเหตุ แม่และคมกฤตถูกจับ ทรัพย์สินทั้งหมดไม่ว่าจะเป็นบ้านและของมีค่าต่างๆ ถูกยึดเป็นของทางราชการ ภาพเหล่านั้นยังคงอยู่ในความทรงจำของสาธิตและเพื่อนบ้าน ซึ่งเขายังจำภาพความเสียใจของคมกฤตที่เห็นพ่อของเขาถูกยิงเสียชีวิตได้อย่างดี

ตอนนี้สาธิตรู้สึกดีใจที่เขาไม่เผลอ หลงผิดไปลองใช้ยาบ้าและขายยาเสพติดตามที่คมกฤตมาชวน เขารู้สึกภูมิใจและสุขใจมากที่เขาอยู่ช่วยเหลือปู่กับย่าที่แก่ชรามากแล้ว และยังได้เรียนหนังสือต่อไปได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด สาธิตคิดว่าสมควรว่า เขาจะต้องประสบความสำเร็จในชีวิตได้ด้วยความพยายามและด้วยตัวของเขาเอง

ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และ แนวคิดที่ควรได้ (แผนการสอน เรื่อง “รู้ค่าแห่งชีวิต ไม่หลงผิดติดยา”)	
ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. จากกรณีศึกษา นักเรียนคิดว่า “สาริตมีความรู้สึกอย่างไรต่อการกระทำของตนเอง เพราะเหตุใด”	- รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเอง เพราะ เขามีความตั้งใจที่จะไม่ใช้ยาเสพติด และเขาก็ทำได้ ซึ่งเขาสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้ตามปกติโดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด
2. นักเรียนคิดว่า “เหตุใดสาริตจึงไม่ลองใช้ยาเสพติด และถ้าสาริตลองใช้ยาเสพติดตามที่คมกฤตแนะนำ จะเกิดอะไรขึ้นกับสาริตบ้าง”	- เพราะสาริตตระหนักถึงผลกระทบจากการเสพยาเสพติดต่อตนเองและผู้อื่น หากสาริตลองใช้ยาเสพติดตามคำแนะนำของคมกฤต สาริตอาจจะต้องถูกตำรวจจับไปด้วย หรืออาจติดยาอย่างรุนแรงจนเกิดผลเสียตามมาภายหลังได้
3. เมื่อสาริตไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด สาริตมีชีวิตที่ดีขึ้นอย่างไร	- มีความมั่นใจในตนเองที่จะไม่ทำตามคำชวนของคมกฤต เป็นแรงกำลังใจให้สู้ชีวิตต่อไป - มีชีวิตที่ดีขึ้นด้วยตัวเอง ไม่เสี่ยงต่อการถูกจับ - มีความตระหนักถึงภัยของยาเสพติดมากขึ้น
4. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง ที่สาริตสามารถดูแลตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด ทำไมจึงรู้สึกเช่นนั้น	- รู้สึกภูมิใจและประทับใจในตัวสาริต เพราะเขามีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง และไม่คล้อยตามเพื่อนชวน แม้เขาจะมีปัญหาครอบครัวและฐานะยากจนก็ตาม แต่อนาคตเขาจะต้องดีแน่
5. นักเรียนมีวิธีการใดบ้าง ที่จะสร้างความภาคภูมิใจในตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด	- ทำตนเป็นคนดีของครอบครัวและสังคม - ภาคภูมิใจในความสามารถที่ตนเองมีอยู่ และพัฒนาต่อไป - ภาคภูมิใจที่มีโอกาสได้เรียนหนังสือ - ภาคภูมิใจที่ไม่ใช้ยาเสพติด - ขยันในการเรียนและการทำงาน - รู้จักแบ่งเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ - มองโลกในแง่ดีเสมอ

คำชี้แจงเฉพาะ

แผนการสอน ครั้งที่ 3

เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ”

แผนการสอน เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ” มีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิเสธเพื่อนและบุคคลอื่นในสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอนของหลักการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ เนื่องจากสถานการณ์ล่อแหลมต่างๆ มักพบมากในกลุ่มวัยรุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการถูกชักชวนให้เสพยาหรือขายยาเสพติด ลักษณะเฉพาะของกลุ่มวัยรุ่น ที่ต้องการการยอมรับจากเพื่อนและสังคม เป็นจุดอ่อนที่สำคัญที่ทำให้วัยรุ่นมีความเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดมากขึ้น ฉะนั้น หากนักเรียนมีความสามารถปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพก็จะเป็นกลวิธีหนึ่งที่จะช่วยทำให้นักเรียนป้องกันตนเองจากการเสพยาเสพติด พร้อมทั้งยังไม่เสียเพื่อนหรือความสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมด้วย

ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามแผนการสอนนี้ ผู้สอนควรเน้นให้นักเรียนทุกคนได้ลงมือปฏิบัติจริง และมีส่วนร่วมในกิจกรรมให้มากที่สุด เนื่องจากแผนนี้เป็นแผนการสอนทักษะชีวิตด้านทักษะ เพื่อที่นักเรียนจะได้นำแนวทางปฏิบัติด้านนี้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

แผนการสอนนี้ มีการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองด้วย ผู้สอนควรจะต้องเตรียมความพร้อมให้กับนักเรียนก่อนเข้าคาบเรียน เพื่อให้นักเรียนผู้แสดงบทบาทสมมติได้มีเวลาทำความเข้าใจกับบทที่ได้รับก่อน และผู้สอนอาจกำหนดสถานการณ์จำลองให้เป็นเหตุการณ์ที่มีการปฏิเสธไม่ดี หรือไม่สำเร็จก็ได้ เพื่อให้นักเรียนจะได้เกิดประสบการณ์ที่ชัดเจนยิ่งขึ้น ตามขั้นตอนรู้ชัดเห็นจริง

แผนการสอน ครั้งที่ 3 เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ”

สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

เวลาที่สอน 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนสามารถปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้เสพหรือขายยาเสพติดได้อย่างถูกต้อง ตามขั้นตอนของหลักการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ

จุดประสงค์นำทาง

1. นักเรียนสามารถบอกถึงสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธเพื่อนได้
2. นักเรียนมีความเข้าใจในหลักและขั้นตอนการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ
3. นักเรียนสามารถแสดงบทบาทการปฏิเสธเพื่อน ในสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้เสพหรือขายยาเสพติดได้อย่างถูกต้อง ตามขั้นตอนของหลักการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ

สาระสำคัญ

การสื่อสารเป็นกิจกรรมที่สำคัญมากกิจกรรมหนึ่งของบุคคลทุกคน ซึ่งจะเป็นไปในทางที่สร้างสัมพันธภาพหรือสร้างความแตกแยกก็ตามแต่ทักษะของบุคคลนั้น การปฏิเสธในสถานการณ์ต่างๆ ที่คิดว่าไม่เหมาะสมกับตนเอง เป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ควรกล้าแสดงออกและควรต้องฝึกฝนให้สามารถประยุกต์ใช้ทักษะในทุกสถานการณ์เสี่ยงได้โดยไม่เสียสัมพันธภาพ เพื่อจะได้ช่วยปกป้องตัวนักเรียนเองจากปัญหาเสพติดที่กำลังแพร่ระบาดในกลุ่มวัยรุ่นได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ขั้นสร้างรู้จักเห็นจริง ประสบการณ์ - กลุ่มใหญ่(5 นาที)	- นำเข้าสู่บทเรียน โดยผู้สอนนำการสนทนาว่า การปฏิเสธในสถานการณ์ที่เสี่ยงและไม่เหมาะสมต่อตนเอง เป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ควรกล้าแสดงออก ต้องปฏิเสธ และถามนักเรียนต่อว่า “นักเรียนเคยปฏิเสธเพื่อนบ้างหรือไม่ ในสถานการณ์ใดบ้าง” - ผู้สอนสุ่มถามนักเรียน 3 – 4 คน	
ประสบการณ์ - กลุ่มใหญ่(5 นาที)	- ให้นักเรียน 2 คน แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง เรื่อง “ชวนให้ลอง ต้องบอกว่าไม่” (ผู้สอนเตรียมนักเรียนไว้ล่วงหน้าแล้ว)	- สถานการณ์จำลอง เรื่อง “ชวนให้ลอง ต้องบอกว่าไม่”
ขั้นสะท้อนความคิด/อภิปราย - กลุ่มย่อย(10 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คนให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มอภิปรายในสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธเพื่อนตามหัวข้อในใบงานที่ 1	- ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(10 นาที)	- ผู้สอนสุ่มถามนักเรียน 2 – 3 กลุ่ม และผู้สอนช่วยสรุปประเด็นสำคัญ - ผู้สอนสรุปสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธ - ผู้สอนบรรยายประกอบใบความรู้ เรื่อง “หลักการปฏิเสธ”	- ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้ - ใบความรู้ เรื่อง “หลักการปฏิเสธ”

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ชั้นลงมือกระทำ ประยุกต์แนวคิด - กลุ่ม 3 คน(15 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 คน ให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มผลัดกันฝึกทักษะการปฏิเสธ ตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ในใบงานที่ 2	- ใบงานที่ 2
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(15 นาที)	- สุ่มกลุ่มมา 4 กลุ่ม(สถานการณ์ละ 1 กลุ่ม)ให้แสดงบทบาทสมมติโดยที่กลุ่มช่วยกันคิด - ประเมินการฝึกโดยใช้กลุ่มและเพื่อนในชั้นเรียนช่วยกันประเมิน - ผู้สอนช่วยสรุปผลการประเมิน - ผู้สอนและนักเรียนช่วยกันสรุปหลักและขั้นตอนการปฏิเสธ	- ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้

ขั้นสร้างรู้จักเห็นจริง

1. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนโดยเปิดการสนทนาในกลุ่มใหญ่ เกี่ยวกับการปฏิเสธในสถานการณ์ที่เสี่ยงและไม่เหมาะสมกับตนเอง ชี้นำถึงความเป็นสิทธิส่วนบุคคลและความกล้าในการปฏิเสธอย่างเหมาะสม และถามนักเรียนต่อว่า “นักเรียนเคยปฏิเสธเพื่อนบ้างหรือไม่ ในสถานการณ์ใดบ้าง” โดยสุ่มถามนักเรียน 4 คน

2. ให้นักเรียน 2 คน แสดงบทบาทสมมติหน้าชั้นเรียนเกี่ยวกับการปฏิเสธเมื่อถูกชวนให้ไปเสพยาเสพติด ตามสถานการณ์จำลอง เรื่อง “ชวนให้ลอง ต้องบอกว่าไม่” โดยผู้สอนเตรียมตัวนักเรียนไว้ล่วงหน้าก่อนเข้าสู่คาบเรียนแล้ว

ขั้นสะท้อนความคิด/อภิปราย

1. ให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 5 - 6 คน ให้นักเรียนทุกคนในแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายในสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธเพื่อน ตามใบงานที่ 1 ที่แจกให้ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมายดังต่อไปนี้

1.1 นักเรียนคิดว่า อมรปฏิเสธคำชวนของเจนวิทย์เพราะเหตุใด

1.2 นักเรียนคิดว่า การปฏิเสธตามบทบาทสมมติครั้งนี้ ประสบความสำเร็จหรือไม่ และเป็นการปฏิเสธที่ดี หรือไม่ เพราะเหตุใด

1.3 นักเรียนควรปฏิเสธคำชวนของเพื่อนในสถานการณ์ใดบ้าง ให้ยกตัวอย่างมา 4 สถานการณ์

2. สุ่มกลุ่มสอบถามนักเรียน 2 - 3 คน โดยผู้สอนคอยช่วยสรุปประเด็นสำคัญ

3. ผู้สอนสรุปสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธในกลุ่มใหญ่ เพื่อให้นักเรียนได้จัดและทำความเข้าใจอย่างถูกต้อง

4. ผู้สอนบรรยายประกอบใบความรู้ เกี่ยวกับหลักการปฏิเสธ ตามใบความรู้เรื่อง “หลักการปฏิเสธ” พร้อมเปิดโอกาสให้ถามข้อสงสัยในประเด็นความรู้แต่ละข้อได้

ขั้นลงมือกระทำ

1. ให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 3 คน ให้นักเรียนทั้ง 3 คน ในแต่ละกลุ่มผลัดกันฝึกทักษะการปฏิเสธ ตามสถานการณ์ที่กำหนดไว้ในใบงานที่ 2 ดังต่อไปนี้

- สถานการณ์ที่ 1 (กลุ่มที่ 1, 5, 9) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองสูบบุหรี่
- สถานการณ์ที่ 2 (กลุ่มที่ 2, 6, 10) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองเสพยาบ้า
- สถานการณ์ที่ 3 (กลุ่มที่ 3, 7, 11) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองดื่มสุรา
- สถานการณ์ที่ 4 (กลุ่มที่ 4, 8, 12) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองสูบบุหรี่

2. สุ่มกลุ่มมา 4 กลุ่ม โดยกำหนดให้เป็นสถานการณ์ละ 1 กลุ่ม เพื่อแสดงบทบาทสมมติให้เพื่อนดูหน้าชั้นเรียน ตามบทที่กลุ่มช่วยกันคิดเอง

3. ให้นักเรียนช่วยกันประเมินการฝึกแสดงบทบาทสมมติ และผู้สอนช่วยสรุปผลการประเมินเป็นภาพรวมกลุ่มใหญ่

4. ผู้สอนและนักเรียนช่วยกันสรุปหลักและขั้นตอนการปฏิเสธ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามแนวทางในใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้

สื่อการสอน

1. สถานการณ์จำลอง เรื่อง “ชวนให้ลอง ต้องบอกว่าไม่”
2. ใบความรู้เรื่อง “หลักการปฏิเสธ”
3. ใบงาน
4. ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมและความตั้งใจในการฝึกปฏิบัติ
2. สังเกตการมีส่วนร่วมและความสนใจในการแสดงความคิดเห็นในกลุ่มย่อย/กลุ่มใหญ่
3. จากบทสนทนาในกลุ่มย่อยและแสดงหน้าชั้น

ใบงานที่ 1

(แผนการสอน เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปรายสถานการณ์ที่ได้ชมการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้ (ใช้เวลา 15 นาที)

แล้วส่งตัวแทนกลุ่มเพื่อนำเสนอรายงานหน้าชั้น (เวลารวมกลุ่มใหญ่ 5 นาที)

1. นักเรียนคิดว่า อมรปฏิเสธคำชวนของเจนวิทย์เพราะเหตุใด
2. นักเรียนคิดว่า การปฏิเสธตามบทบาทสมมติครั้งนี้ ประสบความสำเร็จหรือไม่ และเป็นการปฏิเสธที่ดี หรือไม่ เพราะเหตุใด
3. นักเรียนควรปฏิเสธคำชวนของเพื่อนในสถานการณ์ใดบ้าง ให้ยกตัวอย่างมา 4 สถานการณ์

ใบงานที่ 2

(แผนการสอน เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 3 คน เพื่อฝึกทักษะการปฏิเสธ กลุ่มละ 1 สถานการณ์(ตามที่กำหนดให้) จากสถานการณ์ต่อไปนี้ โดยให้นักเรียนคิดบทสนทนาเอง แล้วให้ผลัดเปลี่ยนกันเป็นผู้ชวน ผู้ปฏิเสธ และผู้สังเกตการณ์ และกลุ่มเตรียมแสดงให้เพื่อนดูหน้าชั้น (เวลา 15 นาที)

- สถานการณ์ที่ 1 (กลุ่มที่ 1, 5, 9) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองสูบบุหรี่
- สถานการณ์ที่ 2 (กลุ่มที่ 2, 6, 10) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองเสพยาบ้า
- สถานการณ์ที่ 3 (กลุ่มที่ 3, 7, 11) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองดื่มสุรา
- สถานการณ์ที่ 4 (กลุ่มที่ 4, 8, 12) เมื่อเพื่อนชวนให้ลองสูบบุหรี่

สถานการณ์จำลอง เรื่อง “ชวนให้ลอง ต้องบอกว่าไม่”

(แผนการสอน เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ”)

ณ โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง มีงานเลี้ยงรับน้องใหม่ ม.1 และ ม.4 มีนักเรียนมาร่วมงานกันทั้งโรงเรียน นักเรียนชาย ชั้น ม.2 2 คน กำลังคุยกันอยู่หลังห้องประชุม

เจนวิทย์ : อมร เลี้ยงรับน้องทั้งที่ นานปีมีครั้งลองนี้หน่อยมัย เจ๋งเลย เขาใช้กันทั้งนั้น

อมร : เจ๋งยังงี้ละ ไม่เข้าใจ

เจนวิทย์ : เออ น่า ลองใช้ดูแล้วจะรู้ ว่ามันชู้ซ่า มีแรง สนุกกันได้ทั้งคืนนี้เลยละ

อมร : ไม่เอาห rokok กลัวติดแล้วเลิกไม่ได้

เจนวิทย์ : โธ่ ลองครั้งเดียวไม่ติดห rokok เชื่อเพื่อนเถอะ เดี่ยวจะว่าเรามีของดีแล้วไม่ยอมบอกกันนะ

อมร : ไม่เอาด้วยห rokok ไม่อยากลองจริงจัง มันเป็นยาเสพติดนะเราไม่ชอบ

ถ้านายชวนเราไปเล่นบาส เล่นคอม เราจะไปเล่นด้วยทันทีเลย

จะให้ลองไอ้ที่เราไม่เอาห rokok

เจนวิทย์ : เฮอะ... ลองหน่อยเดี๋ยวเอง ไม่ติดห rokok น่า จะได้สนุกกัน

อมร : ไม่เอาละ ชอบใจนายมากเลยที่ชวนเรา เราขอเลยแล้วกันนะ ไม่อยากลอง

ยังงัยนายก็ใช้น้อยๆ หน่อยนะ เดี่ยวติดแล้วจะเลิกไม่ได้ อันตราย เราเป็นห่วง

ใบความรู้ เรื่อง “หลักการปฏิเสธ”

(แผนการสอน เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ”)

หลักในการปฏิเสธ ในสถานการณ์ต่างๆ มีดังนี้

1. ต้องปฏิเสธอย่างจริงจัง ด้วยท่าทาง คำพูด ดวงตา และน้ำเสียง เพื่อแสดงถึงความตั้งใจอย่างชัดเจนแน่วแน่ที่จะปฏิเสธ
2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะ ถ้าหากใช้เหตุผลเพียงอย่างเดียว มักจะถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างถึงความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
3. การขอความเห็นชอบ และแสดงการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ จะเป็นการรักษาหน้าใจของผู้ชวน
4. เมื่อถูกเข้าซื้อต่อ หรือสบประมาททำลาย ไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้เสียสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยวิธีดังต่อไปนี้
 - 4.1 ปฏิเสธซ้ำโดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกสาเหตุทางเลียงจากเหตุการณ์ไป
 - 4.2 การต่อรอง โดยการหากิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน
 - 4.3 การผัดผ่อน โดยการขอยืดระยะเวลาออกไป เพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้ (แผนการสอน เรื่อง “ขอภัย เข้าใจกันนะ”)	
ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. นักเรียนคิดว่า อมรปฏิเสธคำชวนของเจนวิทย์เพราะเหตุใด	- เพราะ เจนวิทย์ชวนให้ลองใช้บางสิ่งที่จะอาจเป็นยาเสพติด ซึ่งอมรเข้าใจและรู้ว่าเมื่อใช้แล้วอาจติดได้
2. นักเรียนคิดว่า การปฏิเสธตามบทบาทสมมุติครั้งนี้ ประสบความสำเร็จหรือไม่ และเป็น การปฏิเสธที่ดีหรือไม่ เพราะเหตุใด	- ให้นักเรียนตอบตามข้อสรุปของกลุ่มใหญ่ โดยให้แสดงเหตุผลได้อย่างอิสระ ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับ การแสดงบทบาทสมมุติของนักเรียนด้วย
3. นักเรียนควรปฏิเสธคำชวนของเพื่อนในสถานการณ์ใดบ้าง ให้ยกตัวอย่างมา 4 สถานการณ์	- ควรปฏิเสธในสถานการณ์ที่คิดว่าผิดต่อกฎระเบียบ ข้อบังคับ ความดีงาม หรือเห็นว่าไม่ถูกต้องในสังคมนั้น - สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติดทุกชนิด - สถานการณ์ที่อาจทำให้เกิดอันตราย ตัวอย่างเช่น การหนีเรียนไปดื่มเหล้า สูบบุหรี่ เสพยาบ้า/ยาเสพติด การชกต่อย ยกพวกตีกัน การหนีออกจากบ้าน การเที่ยวกลางคืน การลักขโมยของ การทำลายของสาธารณะ เป็นต้น
4. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 3 คน เพื่อฝึกทักษะการปฏิเสธ จากสถานการณ์ที่กำหนดให้ โดยให้นักเรียน คิดบทสนทนาเอง	- ประเมินการฝึกการปฏิเสธ ตามหลักการปฏิเสธ

คำชี้แจงเฉพาะ

แผนการสอน ครั้งที่ 4

เรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก”

แผนการสอน เรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก” มีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีความสามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างถูกต้องตามขั้นตอน เมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดหรือสถานการณ์อื่นๆ ได้ โดยมุ่งเน้นให้นักเรียนได้รับการฝึกการตัดสินใจแก้ไขปัญหาตามขั้นตอนการตัดสินใจแก้ไขปัญหา ซึ่งเมื่อนักเรียนได้พบกับสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวันนักเรียนจะได้นำแนวทางการตัดสินใจแก้ไขปัญหาไปประยุกต์ใช้อย่างเหมาะสม

ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ผู้สอนจะต้องจัดการฝึกปฏิบัติเพื่อให้นักเรียนนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ที่มักเกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันของนักเรียนได้ จึงจำเป็นมากที่จะต้องให้นักเรียนฝึกตัดสินใจตามขั้นตอน ในทางเลือกที่หลากหลายซึ่งมีแนวโน้มพบได้ในปัจจุบัน ด้วยกลวิธีการวิเคราะห์สถานการณ์ให้เข้าใจเพื่อเลือกตัดสินใจในทางที่มีข้อเสียน้อยที่สุด

แผนการสอน ครั้งที่ 4 เรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก”

สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

เวลาที่สอน 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

นักเรียนมีความสามารถในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดได้

จุดประสงค์นำทาง

1. นักเรียนสามารถคิดวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาที่เป็นสถานการณ์เสี่ยงได้
2. นักเรียนสามารถเปรียบเทียบข้อดีและข้อเสียของทางเลือกในการแก้ไขปัญหาได้
3. นักเรียนสามารถตัดสินใจเลือกทางเลือกในการแก้ไขปัญหา และหาแนวทางแก้ไขข้อเสียที่อาจเกิดขึ้นจากทางเลือกที่เลือกได้อย่างเหมาะสม

สาระสำคัญ

ในสภาพสังคมปัจจุบันมักมีสิ่งยั่วยุ การชักชวน ล่อลวง และสถานการณ์เสี่ยงต่างๆ ที่อาจจะนำพาให้ไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดซึ่งมักพบได้ง่ายในการรวมกลุ่มหรือชุมชน ทักษะการตัดสินใจและเลือกทางแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างถูกต้อง จะทำให้สามารถนำพาตนเองและบุคคลใกล้ชิด หลีกห่างจากสถานการณ์เสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ขั้นสร้างรัฐจัดเห็นจริง ประสบการณ์ - กลุ่มใหญ่(5 นาที)	- ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการสนทนาถึงเหตุการณ์ที่มีคนมาชวนให้นักเรียนเสพหรือขายยาเสพติด โดยให้นักเรียนคิดว่า “เขามาชวน เพราะเหตุใดบ้าง” และถามนักเรียนต่อว่า “นักเรียนคิดอย่างไร กับคนที่ยอมไปเสพหรือขายยาเสพติดตามที่มีคนมาชักชวน” - ผู้สอนสุ่มถามนักเรียน 4 คน	- คนมาชวนให้เสพหรือขายยาเสพติดย่อมเป็นผู้ไม่หวังดีต่อเรา จะเอาประโยชน์ทางการค้า หรือหาพวกพ้องให้ไปติดยาเหมือนกัน - คนที่ยอมไปเสพหรือขายยาเสพติดเป็นคนที่ตัดสินใจผิดพลาด คิดไม่รอบคอบถึงผลดีผลเสียก่อนเลือกทาง และเชื่อคนง่ายเกินไป เพราะถ้ารู้จักตัดสินใจให้รอบคอบ แม้จะมีปัญหาใดเข้ามากดดัน เช่น ปัญหาในครอบครัว เป็นต้น ก็ยังคงตัดสินใจได้อย่างเหมาะสมเสมอไป
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(5 นาที)	- ผู้สอนบรรยาย เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจแก้ไขปัญหา”	- ใบความรู้ เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจแก้ไขปัญหา”
ประสบการณ์ - กลุ่มใหญ่(5 นาที)	- ผู้สอนเปิดเทปบันทึกเสียงหรืออ่านกรณีศึกษา เรื่อง “แสนล้งเล”	- เทปบันทึกเสียง/บทอ่านกรณีศึกษา เรื่อง “แสนล้งเล”

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ขั้นสะท้อนความคิด/ อภิปราย - กลุ่มย่อย(10 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ให้สมาชิก ทุกคนในกลุ่มอภิปรายตามหัวข้อใน ใบงานที่ 1	- ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(10 นาที)	- ผู้สอนสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม ให้ นำเสนอหน้าชั้น - ผู้สอนอภิปรายสรุป ตามแนวคิดที่ควรได้	- ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้
ขั้นลงมือกระทำ ประยุกต์แนวคิด - กลุ่มย่อย(10 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ให้สมาชิก ทุกคนในกลุ่มอภิปรายตามหัวข้อใน ใบงานที่ 2	- ใบงานที่ 2
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่(15 นาที)	- ให้แต่ละกลุ่ม ส่งตัวแทนกลุ่มรายงาน - ผู้สอนนำอภิปรายและสรุปตาม “ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา” ในกลุ่มใหญ่ - ผู้สอนสรุป “ขั้นตอนการตัดสินใจและ แก้ไขปัญหา” ในกลุ่มใหญ่	- ใบความรู้สำหรับผู้สอน - ประเด็นอภิปราย - แนวคิดที่ควรได้

ขั้นรู้ชัดเห็นจริง

1. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนโดยเปิดการสนทนาเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่มีคนมาชวนให้นักเรียนเพศหรือชายาเสพติด แล้วถามความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับคนที่ยอมตามการชักชวนนั้น โดยสุ่มถามนักเรียน 4 คน
2. ผู้สอนบรรยายเนื้อหาเกี่ยวกับขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาตามใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจแก้ไขปัญหา”
3. ผู้สอนเปิดเทปบันทึกเสียงหรืออ่านกรณีศึกษา เรื่อง “แสนล้งเล” เป็นการตั้งโจทย์โดยใช้สถานการณ์จำลองให้นักเรียนคิดและทำความเข้าใจเป็นประสบการณ์

ขั้นสะท้อนความคิด/อภิปราย

1. ให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 5 - 6 คน จากนั้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายตามใบงานที่ 1 ที่แจกให้ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่มอบหมายดังต่อไปนี้
 - 1.1 กำหนดปัญหา ปัญหาของแสน คือ.....
 - 1.2 สาเหตุของปัญหาตามสถานการณ์ คือ.....
กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหาของแสน มี.....ทางเลือก คือ
ก).....
ข).....
ค).....
ง).....
 - 1.3 วิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก คือ

ทางเลือก	ข้อดี	ข้อเสีย
ก).....		
ข).....		
ค).....		
ง).....		
 - 1.4 แสนควรตัดสินใจเลือกทางเลือก.....
เพราะ.....
 - 1.5 การแก้ไขข้อเสียของทางเลือกที่ตัดสินใจ คือ.....
.....
2. ผู้สอนสุ่มกลุ่ม 2 กลุ่ม เพื่อส่งตัวแทนนำเสนอรายงานหน้าชั้น นำเสนอทีละหัวข้อ
3. ผู้สอนนำอภิปรายและแนะนำเพิ่มในกลุ่มใหญ่ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตามแนวคิดที่ควรได้จากกิจกรรม ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้

ชั้นลงมือกระทำ

1. ให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย สมาชิกกลุ่มละ 5–6 คน ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายตามใบงานที่ 2 ที่แจกให้ โดยเนื้อหาการอภิปรายมอบหมายตามลำดับสถานการณ์จำลอง ดังต่อไปนี้(เน้นให้นักเรียนวิเคราะห์ตามหลักการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาที่ได้เรียนไปแล้ว)

- กลุ่มที่ 1–2 เรื่อง “นี่สิสุดยอด”

หัวข้ออภิปราย “นักเรียนคิดว่าปัญหาของกำพลคืออะไร และมีสาเหตุมาจากสิ่งใด”

- กลุ่มที่ 3–4 เรื่อง “งานสบายรายได้ดี”

หัวข้ออภิปราย “ถ้านักเรียนเป็นคามินและชูวัด นักเรียนจะมีทางเลือกอย่างไร”

- กลุ่มที่ 4–5 เรื่อง “เพื่อนที่แสนดี”

หัวข้ออภิปราย “ถ้านักเรียนเป็นอโนมา นักเรียนจะตัดสินใจลองสูบบุหรี่ตามพิชชาหรือไม่ เพราะเหตุใด”

2. ให้นักเรียนทุกกลุ่มส่งตัวแทนเพื่อนำเสนอผลการอภิปรายที่ละกลุ่ม เรียงลำดับตามสถานการณ์จำลอง โดยผู้สอนเป็นผู้นำการอภิปรายให้ได้ข้อสรุปในกลุ่มใหญ่

3. ผู้สอนสรุปขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ตามใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้

สื่อการสอน

1. ใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา”
2. เทปบันทึกเสียง/บทสำหรับอ่าน เรื่อง “แสนล้งเล”
3. ใบงาน
4. ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมอภิปรายในกลุ่มย่อย
2. สังเกตความสนใจในการแสดงความคิดเห็นในกลุ่มใหญ่
3. จากการนำเสนอรายงานผลงานกลุ่ม

ใบงานที่ 1

(แผนการสอน เรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปรายเพื่อแก้ไขปัญหาจากกรณีศึกษา เรื่อง “แสนล้งเล” โดยวิเคราะห์ในขั้นตอนตามหลักการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา 5 ขั้นตอนที่เราเรียนมา แล้วบันทึกลงในใบงานนี้(เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่หน้าชั้น(เวลารวมกลุ่มใหญ่ 10 นาที)

1. กำหนดปัญหา ปัญหาของแสน คือ.....

2. สาเหตุของปัญหาตามสถานการณ์ คือ.....

กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหาของแสน มี.....ทางเลือก คือ

ก).....

ข).....

ค).....

ง).....

3. วิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก คือ

ทางเลือก

ข้อดี

ข้อเสีย

ก).....

ข).....

ค).....

ง).....

4. แสนควรตัดสินใจเลือกทางเลือก.....

เพราะ.....

5. การแก้ไขข้อเสียของทางเลือกที่ตัดสินใจ คือ.....

.....

ใบงานที่ 2

(แผนการสอน เรื่อง “รู้คิด ผิดได้ยาก”)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยรวมสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันวิเคราะห์การตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาตามกรณีศึกษาที่มอบหมายให้ โดยยึดหลักการแก้ไขปัญหาตามที่ได้เรียนมาแล้ว (เวลา 10 นาที)
แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่หน้าชั้น (เวลารวมกลุ่มใหญ่ 15 นาที)

กรณีศึกษาที่มอบหมาย

(กลุ่มที่ 1 – 2 เรื่อง “นี่สิสุดยอด”)

กำพลเป็นนักเรียนชั้น ม.2 รูปร่างหน้าตาดี พุดจาไพเราะ อร่ามดี ชอบช่วยเหลือผู้อื่น เขาอาศัยอยู่กับอาที่ตัวจังหวัด เพราะ พ่อกับแม่เห็นว่าบ้านอยู่ไกลโรงเรียนจึงมาฝากให้พักอยู่ด้วย อาของกำพลเป็นเจ้าของร้านอาหาร เปิดตอนเย็นถึงเที่ยงคืน และแอบขายยาบ้ามานานแล้ว ซึ่งลูกค้าก็มักจะเป็นวัยรุ่นที่มาเที่ยวฟังเพลงที่ร้าน ภาพการเสพยาของกลุ่มวัยรุ่นจึงเป็นภาพที่กำพลเห็นเป็นประจำจนเคยชิน และมีกลุ่มคำหนึ่งที่กำพลมักได้ยินเสมอ คือ “นี่สิสุดยอด” กำพลมักต้องนอนตึกเสมอ เพราะ ต้องทำการบ้าน อ่านหนังสือ อีกทั้งต้องทนฟังเสียงดนตรีจากร้านอาหารซึ่งอยู่ติดกับบ้านอาด้วย เขาจึงมักอ่อนเพลียและเครียดอยู่บ่อยๆ และแล้วสโลแกนที่เขาคุ้นเคยกับภาพที่ชินตา ก็ทำให้กำพลอยากลองเสพยาบ้าดูบ้าง ว่ามันจะดีและสุดยอดอย่างที่ใครเขารู้สึกกันหรือเปล่า อาจเป็นคนขายเองด้วยไม่ต้องไปหาที่ไหน

นักเรียนคิดว่า “ปัญหาของกำพลคืออะไร และมีสาเหตุมาจากสิ่งใด”

ใบงานที่ 2(ต่อ)

(แผนการสอน เรื่อง “รู้จัก คิดได้ยาก”)

(กลุ่มที่ 3 – 4 เรื่อง “งานสบายรายได้ดี”)

คามินเป็นนักเรียนชั้น ม.2 โรงเรียนปิดเทอมใหญ่กำลังจะเลื่อนชั้นขึ้น ม.3 เป็นคนมีมนุษยสัมพันธ์ดี จึงมีเพื่อนมากมาย คามินเห็นเพื่อนมีรถจักรยานยนต์ไว้คอยรับแฟนก็เลยอยากมีบ้าง ฐานะทางบ้านของคามินอยู่ในชั้นพออยู่พอใช้ เขาเคยลองขอพ่อกับแม่แล้วเลยถูกดุเอาเพราะ พ่อกับแม่ต้องการฝึกให้คามินรู้จักค่าของเงิน โดยให้ขอเสนอว่าถ้าคามินหาเงินมาได้เองส่วนหนึ่งก่อน พ่อกับแม่ก็จะช่วยออกเงินสมทบเพื่อซื้อมอเตอร์ไซด์ให้ ปิดเทอมใหญ่นี้ คามินจึงไปทำงานพิเศษที่ร้านซ่อมรถแห่งหนึ่งที่อยู่ใกล้บ้าน คิดว่าจะทำไปจนกว่าจะเปิดเทอม คงได้เงินหลายพันบาท ระหว่างเดินกลับบ้านมีรุ่นพี่ที่เป็นช่างใหญ่ในอู่มาคุยด้วย บอกว่าเห็นคามินเป็นเด็กขยัน รู้สึกเอ็นดูจึงอยากชวนไปทำงานสบายสบายรายได้ดี เขาทำมานานแล้วมีเงินใช้ซื้อบ้านซื้อรถได้ ในเวลาไม่นานมาก แคนายาบ้าไปขายให้เพื่อนๆ เยอะๆ ให้แพร่หลายกันทั่วโรงเรียน ขนาดหักต้นทุนแล้วยังมีกำไรตั้งเยอะ ขายมั่ง แถมมั่ง กำไรก็ยังไม่น้อยเท่าไรเลย จากนั้นมีเงินเยอะอย่างจะซื้อหาอะไรก็ง่าย ช่วยพ่อแม่หาเงินได้อีกทางด้วย ชูวัดเพื่อนสนิทของกำพลก็ได้รับการชวนด้วยเหมือนกัน กำพลจึงปรึกษากับชูวัดว่า “จะไปขายยาบ้าอย่างที่นายช่างมาชวนจะดีหรือเปล่า”

ถ้านักเรียนเป็นคามินและชูวัด นักเรียนจะมีทางเลือกอย่างไร

(กลุ่มที่ 5 – 6 เรื่อง “เพื่อนที่แสนดี”)

อโนมา อายุ 14 ปี กำลังเรียนอยู่ชั้น ม.3 ครอบครัวมีปัญหา พ่อไปมีเมียใหม่ แม่ชอบเล่นไพ่ ไม่มีเวลาทำกิจกรรมครอบครัวร่วมกัน พ่อกับแม่มักทะเลาะกันอยู่เสมอ อโนมาไม่ค่อยพูดคุยกับเพื่อนๆ เธอมักเก็บตัวอยู่คนเดียวไม่ว่าจะเป็นที่โรงเรียนหรือที่บ้าน อยู่มาวันหนึ่งพิชชาเพื่อนนักเรียนบ้านอยู่ชอยเดียวกัน มาชวนให้อโนมาลองสูบกัญชาดู จะได้ลืมความทุกข์ความเศร้า สบายใจขึ้นเหมือนกับที่พิชชาใช้อยู่ พิชชามักชวนเรียนมาชวนอโนมาเกือบทุกวัน

ถ้านักเรียนเป็นอโนมา นักเรียนจะตัดสินใจลองสูบกัญชาตามพิชชาหรือไม่
เพราะเหตุใด

กรณีศึกษา เรื่อง “แสนล้งเล”

(แผนการสอน เรื่อง “รู้จัก ผิดได้ยาก”)

แสน เป็นนักเรียนชั้น ม.3 มีพี่ชาย 1 คน พ่อกับแม่ประกอบอาชีพขายผักที่ตลาดสด รายได้พอใช้ในครอบครัว พ่อของแสนติดการพนันและดื่มเหล้ามานานหลายปีจนติดเหล้า พ่อมักจะทะเลาะตบตีแม่เวลาเมาอยู่บ่อยครั้ง เงินที่ใช้ในครอบครัวมักหมดไปกับการซื้อเหล้าและเสียพนัน เวลาแสนกับพี่ชายต้องการเงินไปทำกิจกรรมที่โรงเรียน แม่ก็มักต้องไปหยิบยืมจากป้าศรีแม่ค้าขายไข่ที่ตลาดมาให้ ต้องติดหนึ่อยู่เสมอ ดอกเบี้ยก็แพง บางทีก็ต้องเอาโทรทัศน์ วิทยุ ไปจำนำ แลกเงิน แสนเคยบอกพ่อให้เลิกดื่มเหล้า เลิกเล่นการพนัน ก็เลยถูกตีถูกเตะและด่าว่าเป็นลูกเนรคุณ ขัดใจพ่อแม่ แสนมักแอบหลบไปร้องไห้เสียใจอยู่บ่อยๆ

เมื่อ 2 วันก่อน โก๊ะลูกของป้าศรีซึ่งเป็นเพื่อนสนิทกับแสนมาตั้งแต่เด็ก ได้มาชวนให้แสนขายยาบ้า โดยจะให้เป็นคนไปส่งยาในโรงงานปู้ข้างบ้าน จะได้มีเงินใช้ ช่วยแบ่งเบาภาระของแม่ได้ แล้วยังมีเงินเหลือเก็บอีกด้วย แสนคิดดูแล้วก็อยากช่วยแม่หาเงินใช้จ่าย เพราะ หาเงินง่ายได้เงินไวใช้และเหลือเก็บอีกมากมาย เอาไว้เรียนต่อเมื่อโตขึ้นด้วย แต่พอคิดอีกที แสนก็ฉุกคิดขึ้นมาได้ว่า การขายยาบ้า ยาเสพติดเป็นสิ่งผิดกฎหมาย ทำลายเพื่อนมนุษย์ อาจถูกจับหรือต้องหนีหลบซ่อน ไม่ได้เรียนต่อสูงๆตามที่ตั้งใจไว้.....

นักเรียนคิดว่า แสนจะตัดสินใจอย่างไร

ใบความรู้ เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา”

(แผนการสอน เรื่อง “รู้จัก ผิดได้ยาก”)

การตัดสินใจในการแก้ไขปัญหา เป็นการที่บุคคลเข้าสู่กระบวนการเสี่ยงเลือกทางเลือกในการแก้ปัญหา โดยใช้การผสมผสานระหว่างความคิดและความรู้สึกเพื่อให้ได้ทางเลือกใดทางเลือกหนึ่งสำหรับนำไปเป็นแนวปฏิบัติสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ผลของการตัดสินใจอาจมีผลกระทบต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ในความเสี่ยงที่จะทำให้ประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว ดังนั้น การตัดสินใจแก้ไขปัญหาจึงควรไตร่ตรองให้รอบคอบมีเหตุผลเป็นระบบ อาศัยข้อมูลที่เหมาะสมครอบคลุมเรื่องที่ตัดสินใจ

กระบวนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา มี 5 ขั้นตอน คือ

1. **การกำหนดปัญหา** โดยใช้พื้นฐานการสังเกตพฤติกรรมบุคคล สถานการณ์ขัดแย้ง ประเด็นที่อยู่ในความสนใจ เพื่อกำหนดให้ได้ว่า อะไรเป็นปัญหาที่แท้จริง
2. **การค้นหาสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือก** เป็นการพิจารณาหาสาเหตุของปัญหา และคิดหาทางเลือกที่มีความเป็นไปได้ในการแก้ไขปัญหา โดยควรคิดได้หลายหลายทางเลือก
3. **การวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของแต่ละทางเลือก** เป็นการประเมินทางเลือกแต่ละทางว่าจะเกิดผลดี ผลเสียอะไรบ้าง ยากง่ายอย่างไร โดยใช้ข้อมูลที่มีอยู่มาช่วยประเมินทางเลือก
4. **การตัดสินใจเลือกทางเลือกใดทางเลือกหนึ่ง** โดยเลือกด้วยเหตุผลอย่างเหมาะสม อาศัยหลักความรู้ทั้งศาสตร์และศิลป์ คุณธรรม กฎ ระเบียบ มาเป็นแนวทางในการตัดสินใจด้วย
5. **การหาแนวทางแก้ไขข้อเสียของทางเลือกที่เกิดจากการตัดสินใจ** โดยคิดข้อเสนอแนะวิธีการแก้ไขข้อเสียที่เกิดจากทางเลือกที่เลือกนั้น ถ้าทดลองใช้ก่อนแล้วช่วยแก้ผลเสียได้ ก็สามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติทางเลือกตามความเหมาะสม

ใบความรู้สำหรับผู้สอน ประเด็นอภิปราย และแนวคิดที่ควรได้ (แผนการสอน เรื่อง “รู้จัก ผิดได้ยาก”)	
ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. กำหนดปัญหา ปัญหาของแสน คือ 2. สาเหตุของปัญหาตามสถานการณ์ คือ กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหาของแสน มี.....ทางเลือก คือ ก)..... ข)..... ค)..... ง)..... 3. วิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก 4. แสนควรตัดสินใจเลือกทางเลือก..... เพราะ..... 5. การแก้ไขข้อเสียของทางเลือกที่ตัดสินใจ	- มีความเสี่ยงต่อการเสพและขายยาเสพติด - ครอบครัวของแสนมีปัญหาทางการเงิน ใช้จ่ายไม่เพียงพอและมีปัญหาความไม่เข้าใจกันภายในครอบครัว - พิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาของนักเรียนที่เป็นทางบวก เช่น ไม่เสพ/ไม่ขายยาเสพติดตามคำชวนของเพื่อน หางานพิเศษทำในช่วงเสาร์อาทิตย์/หลังเลิกเรียน ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว - ประเมินการวิเคราะห์ของนักเรียนในลักษณะเหตุผลสัมพันธ์ ของข้อดี ข้อเสีย ว่ามีความครอบคลุมชัดเจนกับทางเลือกประเด็นนั้น - ควรเลือกตัดสินใจไม่ขาย/ไม่เสพยาเสพติด เพราะ ไม่เสี่ยงต่อการติดยาหรือวงจรการระบาดของยาเสพติด - พิจารณาแนวทางการแก้ไขข้อเสียจากเหตุผลของนักเรียนตามความเหมาะสมกับทางเลือก

ภาคผนวก จ
คุณภาพของเครื่องมือ
ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

คุณภาพของเครื่องมือ

ตาราง 23 ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดความตระหนักในตนเอง
เกี่ยวกับการเสพติด

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.22
2	0.58
3	0.44
4	0.40
5	0.47
6	0.40
7	0.32
8	0.47
9	0.40
10	0.31
11	0.60
12	0.37
13	0.60
14	0.53
15	0.34
16	0.43
17	0.56
18	0.54
19	0.49
20	0.54
21	0.50
22	0.39
23	0.48

แบบสอบถามวัดความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพติด มีค่าความเชื่อมั่น = 0.868

ตาราง 24 ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.54
2	0.43
3	0.39
4	0.61
5	0.38
6	0.54
7	0.39
8	0.36
9	0.41
10	0.34
11	0.55
12	0.50
13	0.46
14	0.59
15	0.76
16	0.61
17	0.69
18	0.37
19	0.51
20	0.77
21	0.90
22	0.66
23	0.46
24	0.69
25	0.57
26	0.56
27	0.43

แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง มีค่าความเชื่อมั่น = 0.923

ตาราง 25 ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดทักษะการสื่อสารและ
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.38
2	0.28
3	0.21
4	0.23
5	0.26
6	0.21
7	0.28

แบบสอบถามวัดทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีค่าความเชื่อมั่น = 0.482

ตาราง 26 ค่าสถิติแสดงค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.30
2	0.84
3	0.57
4	0.41
5	0.68
6	0.67
7	0.54
8	0.84
9	0.79
10	0.48

แบบสอบถามวัดทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติด มีค่าความเชื่อมั่น = 0.876

ภาคผนวก จ
ภาพถ่ายกิจกรรม



ภาพประกอบ 7 นักเรียนกลุ่มทดลองใช้เครื่องมือ แบ่งกลุ่มย่อยร่วมกันอภิปราย



ภาพประกอบ 8 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยให้นักเรียนทราบ



ภาพประกอบ 9 นักเรียนกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามทักษะชีวิต



ภาพประกอบ 10 นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามทักษะชีวิต



ภาพประกอบ 11 ผู้วิจัยนำนักเรียนเข้าสู่เนื้อหาการเรียน



ภาพประกอบ 12 นักเรียนร่วมกันอภิปรายกลุ่ม



ภาพประกอบ 13 นักเรียนร่วมกันอภิปรายกลุ่ม



ภาพประกอบ 14 ตัวแทนนักเรียนนำเสนอผลการอภิปรายกลุ่ม



ภาพประกอบ 15 นักเรียนฝึกทักษะการปฏิเสธรโดยการแสดงบทบาทสมมติ



ภาพประกอบ 16 ตัวแทนนักเรียนนำเสนอผลการอภิปรายกลุ่ม

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - ชื่อสกุล	ว่าที่ร้อยตรีณรินทร์ นาคอร่าม
วันเดือนปีเกิด	19 สิงหาคม 2518
สถานที่เกิด	อำเภอภาชี จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	71 หมู่ 5 ตำบลภาชี อำเภอภาชี จังหวัดพระนครศรีอยุธยา รหัสไปรษณีย์ 13140
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	นักวิชาการสาธารณสุข 5
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	สถานีอนามัยสิงหนาท 2 (วัดหนองปลาตุ๊ก) อำเภอลาดบัวหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2531	ประถมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนประตูลี้ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
พ.ศ. 2534	มัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
พ.ศ. 2537	มัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
พ.ศ. 2539	ประกาศนียบัตรสาธารณสุขศาสตร์ จากวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี
พ.ศ. 2543	สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) จากมหาวิทยาลัยบูรพา บางแสน จังหวัดชลบุรี
พ.ศ. 2549	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร