ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
ของวัยรุ่นตอนต้น

นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2556
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย
The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

THE EFFECT OF MOTIVATION PROMOTING PROGRAM ON ALCOHOL DRINKING PREVENTION BEHAVIOR AMONG EARLY ADOLESCENTS

Miss Archara Moonrattana

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Nursing Science Program in Nursing Science
Faculty of Nursing
Chulalongkorn University
Academic Year 2013

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น
โดย	นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา
สาขาวิชา	พยาบาลศาสตร์
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ศาสตราจารย์ ดร.วีณา จีระแพทย์
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นรลักขณ์ เอื้อกิจ

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

.....คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุรีพร ธนศิลป์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประนอม รอดคำดี)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ศาสตราจารย์ ดร.วีณา จีระแพทย์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นรลักขณ์ เอื้อกิจ)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(อาจารย์ ดร.ชูศักดิ์ ขัมภลิขิต)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

อัจฉรา มูลรัตนา : ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น. (THE EFFECT OF MOTIVATION PROMOTING PROGRAM ON ALCOHOL DRINKING PREVENTION BEHAVIOR AMONG EARLY ADOLESCENTS) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ศ. ดร.วีณา จีระแพทย์, อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม: ผศ. ดร.นรลักขณ์ เอื้อกิจ, 137 หน้า.

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น ตามแนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นตอนต้นที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน โดยจับคู่ให้มีเพศ และการมีบุคคลในครอบครัวและเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เหมือนกัน กลุ่มควบคุมได้รับความรู้ตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เครื่องมือวิจัยประกอบด้วยโปรแกรมการทดลอง แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและเชิงลบ เครื่องมือทุกชุดผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน แบบสอบถามทั้ง 3 ชุด มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .71, .81 และ .86 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติทดสอบค่าที

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น หลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สาขาวิชา พยาบาลศาสตร์ ลายมือชื่อนิสิต .....

ปีการศึกษา 2556 ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก .....

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม .....

5477205936 : MAJOR NURSING SCIENCE
KEYWORDS: MOTIVATION PROMOTING PROGRAM / EARLY ADOLESCENTS /
ALCOHOL DRINKING PREVENTION BEHAVIOR

ARCHARA MOONRATTANA: THE EFFECT OF MOTIVATION PROMOTING PROGRAM ON ALCOHOL DRINKING PREVENTION BEHAVIOR AMONG EARLY ADOLESCENTS. ADVISOR: PROF. VEENA JIRAPAET, Ph.D., CO-ADVISOR: ASST. PROF. NORALUK UA-KIT, Ph.D., 137 pp.

This quasi-experimental research aimed at studying the effect of motivation promoting program (MPP) on alcohol drinking prevention behavior among early adolescents. Concept of the drinking motive by Cox and Klinger (1988) was used as the research framework. Subjects were early adolescents studying in the 2nd grades of secondary school. They were matched pair by sex and known of having alcohol drinking person in the family and close friends. They were assigned to the control or the experimental group, 25 subjects in each group. Control group received routine knowledge, while the experimental group received the MPP. Research instruments included the experimental program, the drinking prevention behavior questionnaires and the positive and negative alcohol expectancies questionnaires. All instruments passed content validity by 5 experts. The three questionnaires had reliabilitie of .71, .81 and .86, respectively. Descriptive statistics and t-test were used to analyze the data.

The major findings were as follow:

1. Mean of alcohol drinking prevention behavior of early adolescents after receiving the MPP was significantly higher than before receiving the motivation promoting program at the .05 level.

2. Mean of alcohol drinking prevention behavior of early adolescents receiving the MPP was significantly higher than that receiving routine knowledge at the .05 level.

Field of Study: Nursing Science Student's Signature .....

Academic Year: 2013 Advisor's Signature .....

Co-Advisor's Signature .....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาจาก ศาสตราจารย์ ดร. วีณา จีระแพทย์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นรลักขณ์ เอื้อกิจ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วมที่กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่ายิ่งทั้งในเวลาปกติ และเวลาส่วนตัวเพื่อให้คำปรึกษา แนะนำ และให้ข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนแก้ไข ตรวจสอบข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเมตตา เอาใจใส่ รวมทั้งคอยเป็นกำลังใจ และช่วยเหลือเมื่อผู้วิจัยประสบกับปัญหาต่างๆ ทำให้ผู้วิจัยสามารถทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงได้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประนอม รอดคำดี ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และอาจารย์ ดร. ชูศักดิ์ ขัมภลิขิต ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องในการทำวิทยานิพนธ์ และให้คำแนะนำในเรื่องสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น และขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ และให้คำปรึกษาแก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาที่ศึกษา

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่าน ที่กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่ายิ่งตรวจสอบเครื่องมือการวิจัยและให้ข้อเสนอแนะเพื่อปรับแก้ไขเครื่องมือให้เหมาะสมกับงานวิจัย ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนและคุณครูผู้รับผิดชอบวิชาสุขศึกษาของโรงเรียนบางกะปิ และโรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) 2 และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่อนุญาตให้ทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณ เพื่อนร่วมงาน เพื่อนๆ สาขาการพยาบาลเด็ก เพื่อนร่วมรุ่น และกัลยาณมิตรทุกท่านที่ช่วยเหลือและให้กำลังใจด้วยดีเสมอมา และขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัยและคณะพยาบาลศาสตร์ที่กรุณาให้ทุนอุดหนุนงานวิจัยนี้บางส่วน

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณครอบครัวที่ให้แรงบันดาลใจในการศึกษาต่อ และเป็นกำลังใจสนับสนุน และให้ความช่วยเหลือจนทำให้วิทยานิพนธ์สำเร็จได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... จ

กิตติกรรมประกาศ ..... ฉ

สารบัญ ..... ช

สารบัญตาราง ..... ฌ

สารบัญรูปภาพ ..... ญ

บทที่ 1 บทนำ 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1

วัตถุประสงค์การวิจัย 5

คำถามการวิจัย 5

แนวคิดเหตุผลและสมมติฐานการวิจัย 6

ขอบเขตของการวิจัย 7

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย 7

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ 9

บทที่ 2 เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 10

1. วัยรุ่นตอนต้นกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 11

2. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น 21

3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น 23

4. แนวคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น 24

5. บทบาทพยาบาลในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น 30

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 32

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย 38

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง 38

ขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง มีดังนี้ 39

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง 40

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 40

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ 44

หน้า

การดำเนินการทดลอง 45
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง 52
การวิเคราะห์ข้อมูล 52
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 53
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ 61
สรุปผลการวิจัย 65
อภิปรายผลการวิจัย 65
ข้อเสนอแนะ 71
รายการอ้างอิง 73
ภาคผนวก 79
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ 80
ภาคผนวก ข หนังสือขออนุญาตทดลองใช้เครื่องมือ และเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย 82
ภาคผนวก ค เอกสารรับรองโครงการจริยธรรมและวิจัยในมนุษย์ และหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย 85
ภาคผนวก ง ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย 96
ภาคผนวก จ ตารางการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม 132
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ 137

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.... 54
ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังทดลองการทดลองเป็นรายบุคคล 57
ตารางที่ 3 ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 59
ตารางที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 60
ตารางที่ 5 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการรับรู้ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของกลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมสร้างแรงจูงใจต่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 133
ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายข้อ ก่อนและหลังการทดลอง ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มควบคุม 135
ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายข้อ ก่อนและหลังการทดลอง ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง..... 136

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สารบัญรูปภาพ

ภาพที่ 1 แบบแผนแรงจูงใจในการดื่มแอลกอฮอล์ (Motivational model of alcohol consumption) (Cox and Klinger, 1988:171) ปัจจัยจากเหตุการณ์ในอดีต ปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางตรงและทางอ้อม สรุป ผลที่เกิดขึ้น การตัดสินใจ 25

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 1
บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นเป็นพฤติกรรมเสี่ยงสำคัญที่เป็นปัญหาสาธารณสุขทั้งในสังคมโลกและประเทศไทย โดยมีแนวโน้มการดื่มเพิ่มขึ้นอย่างมากโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2555) ซึ่งองค์การอนามัยโลกให้ความสำคัญและถือเป็นปัญหาเร่งด่วนที่ต้องแก้ไขเป็นอันดับ 2 รองจากโรคเอดส์ เพราะการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้เกิดโรคร้ายไม่ต่ำกว่า 60 โรค รวมทั้งทำให้เกิดอุบัติเหตุที่คร่าชีวิตคนมากมาย (บุญเสริม หุตะแพทย์ และคณะ, 2550) ในประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่า วัยรุ่นระดับมัธยมศึกษาดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 12 ในปี ค.ศ. 2004 เป็นร้อยละ 14.6 ในปี ค.ศ. 2006 (Substance Abuse and Mental Health Services Administration [SAMHSA], 2008) สำหรับประเทศไทยพบว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างรวดเร็วเมื่อเปรียบเทียบกับประเทศทั่วโลก โดยคนไทยมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงเป็นอันดับ 5 ของโลกรองจากโปรตุเกส สาธารณรัฐไอร์แลนด์ บาฮามาส์ และสาธารณรัฐเชก (ปาณบดี เอกะจัมปกะ และนิธิศ วัฒนมะโน, 2550) และจากการสำรวจของอนามัยและสวัสดิการ สำนักงานสถิติแห่งชาติ พบอัตราการเพิ่มขึ้นของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นชายอายุ 11-14 ปี เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 0.5 ในปี พ.ศ.2546 เป็น ร้อยละ 0.9 ในปี 2549 สำหรับวัยรุ่นหญิงอายุ 11-14 ปี มีอัตราการเพิ่มขึ้นของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เท่าเดิม คือ 0.4 (บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ, 2553) ซึ่งอายุที่เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกมีแนวโน้มน้อยลง โดยจากการสำรวจในต่างประเทศพบว่า วัยรุ่นเริ่มทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรก อายุระหว่าง 12-15 ปี (CDC, 2009) สำหรับประเทศไทยการเริ่มต้นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กและเยาวชน เมื่อเปรียบเทียบกับประเทศกำลังพัฒนาในกลุ่มประเทศอาเซียนด้วยกัน พบว่าประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่ผู้เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเด็กและเยาวชนที่มีอายุน้อยคือ อยู่ในช่วงอายุที่ต่ำกว่า 15 ปี ซึ่งมีถึงร้อยละ 50 (บุญเสริม หุตะแพทย์ และคณะ, 2550) โดยอายุเฉลี่ยที่วัยรุ่นเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกมีแนวโน้มลดลงจากอายุ 19 ปี (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2550) เป็นอายุ 13 ปีในผู้ชายและอายุ 14 ปีในผู้หญิง (สาวิตรี อัษณางค์กรชัย, อโนชา หมึกทอง และถนอมศรี อินทนนท์, 2551) และจากการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในประเทศไทยพบว่านักเรียนเคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 36.4 ในจำนวนนี้ดื่มครั้งแรกเมื่ออายุ 13 ปี ร้อยละ 77.5 (สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2553) และมีการศึกษาพบว่านักเรียนเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรก ในช่วงอายุ 11-15 ปี และหลังจากการดื่มครั้งแรกนักเรียนร้อยละ 47.5 ยังคงดื่มต่อมาจนถึงปัจจุบัน ซึ่งมีโอกาสทำให้ติดแอลกอฮอล์ไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ (บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ, 2553)

ในเขตกรุงเทพมหานครเป็นพื้นที่ที่มีความเสี่ยงสูงที่เด็กวัยรุ่นมีโอกาสดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เนื่องจากมีโอกาสในการเข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ง่ายและสะดวก จากสภาพแวดล้อมที่มีร้านจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หนาแน่นในบริเวณโดยรอบของโรงเรียน โดยมีการสำรวจการกระจายตัวของจุดจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยรอบสถานศึกษาในกรุงเทพมหานคร พบว่ามีร้านจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยเฉลี่ย 57 ร้านต่อหนึ่งตารางกิโลเมตร

รอบรั้วสถานศึกษา และร้อยละ 67.7 ของโรงเรียนในกรุงเทพมหานคร มีร้านจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะไม่เกิน 100 เมตร และจากสภาพแวดล้อมที่มีร้านจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หนาแน่นในบริเวณรอบโรงเรียน ส่งผลให้นักเรียนมีทัศนคติเชิงบวกต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และเริ่มดื่มครั้งแรกสูงกว่านักเรียนที่มีร้านจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่หนาแน่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักเรียนในพื้นที่ที่มีจุดจำหน่ายหนาแน่นมีทัศนคติเชิงบวกต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 66 และมีประสบการณ์การดื่มร้อยละ 53 นักเรียนในพื้นที่ที่มีจุดจำหน่ายไม่หนาแน่น มีทัศนคติเชิงบวกต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 48.6 และมีประสบการณ์การดื่มร้อยละ 42 (บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ, 2553)

สาเหตุสำคัญที่วัยรุ่นตอนต้นเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรก คือ ความอยากลองและเริ่มดื่มจากการชักชวนของเพื่อน (บุญเสริม หุตะแพทย์ และคณะ, 2550) โดยร้อยละ 82 ของวัยรุ่นที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เกิดจากการอยากทดลองดื่มและเป็นการดื่มกับกลุ่มเพื่อน และร้อยละ 72.2 พยายามหยุดดื่มแต่ไม่สำเร็จ เนื่องจากไม่สามารถปฏิเสธการชักชวนของเพื่อนได้ เพราะต้องการการเป็นที่ยอมรับ (บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ, 2551) ร่วมกับมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถเพิ่มพูนสรรถนะทางเพศและพละกำลัง จึงทำให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) และเนื่องจากวัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่มีระยะการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดในชีวิตทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม จากเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่อย่างรวดเร็ว จึงทำให้สับสนกับความคิด ความรู้สึกและบทบาทใหม่ของตนเอง (Wong and Hockenberry, 2009) เป็นวัยที่มีความอยากรู้ อยากลอง ชอบความคึกคะนอง และชอบการเสี่ยงภัยทุกประเภท เป็นวัยที่ต้องเผชิญกับสภาพการณ์ใหม่ ๆ ในชีวิตและได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมมากขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มเพื่อน (บุญเสริม หุตะแพทย์ และคณะ, 2550) เริ่มสนใจเพื่อนและใช้เวลากับเพื่อนนานๆ มีกิจกรรมนอกบ้านมาก ต้องการการยอมรับทั้งในกลุ่มเพื่อนและสังคม และเป็นวัยที่กำลังเปลี่ยนผ่านไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ จึงมีการเรียนรู้ประสบการณ์และแสวงหาเอกลักษณ์ของตน ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และยังมองไม่เห็นคุณค่าในตนเอง เป็นผลให้กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลสูงมากในเรื่องการแสดงพฤติกรรมออกมา ทำให้มีพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมเป็นพฤติกรรมเสี่ยง โดยเฉพาะการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพราะขาดความยั้งคิด และขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ (นรลักขณ์ เอื้อกิจ, ศิริพร ชวนชาติ และจริญญา แก้วสกุลทอง, 2553) ซึ่งเมื่อวัยรุ่นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จนเป็นนิสัยทำให้ร่างกายเพิ่มความทนทานต่อระดับแอลกอฮอล์ต้องเพิ่มปริมาณการดื่มมากขึ้นจนติดแอลกอฮอล์ (บัณฑิต ศรไพศาล, 2549) ส่งผลกระทบที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพทางกายทางจิตและชีวิตของผู้ดื่ม และส่งผลกระทบต่อครอบครัว และสังคมด้วย

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นนั้นส่งผลกระทบต่อทั้งผู้ดื่ม ครอบครัว และสังคมโดยผลกระทบที่มีต่อผู้ดื่มคือ มีผลต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ได้แก่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างต่อเนื่องในระยะเวลานานจะทำให้เซลล์สมองและตับถูกทำลายอย่างช้า ๆ (Wong and Hockenberry, 2009) ส่งผลให้เกิดโรคมะเร็งในช่องปาก โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร โรคมะเร็งตับ โรคตับแข็ง และโรคสมองเสื่อม เป็นต้น (บัณฑิต ศรไพศาล, 2549) ผลกระทบทางด้านจิตใจของผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิด ขาดความยั้งคิด ขาดสติสัมปชัญญะ เกิดอาการหลอนทางประสาท และเกิดอาการวิกลจริตได้ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2554) ผลกระทบต่อ

ครอบครัว คือทำให้ครอบครัวสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และดูแลให้ความช่วยเหลือวัยรุ่นที่ได้รับบาดเจ็บหรือพิการจากอุบัติเหตุที่เกิดจากเมาแล้วขับ (สมภพ เรืองตระกูล, 2550) ผลกระทบที่มีต่อสังคมคือ การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยชักนำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ซึ่งอาจทำให้เกิดการติดเชื้อเอชไอวี และก่อให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2009) อีกทั้งยังก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรม โดยพบว่าวัยรุ่นกระทำความผิดภายใน 5 ชั่วโมงหลังจากดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น คดีทำร้ายร่างกายผู้อื่นจนบาดเจ็บถึงขั้นเสียชีวิต และคดีทางเพศ (กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม, 2550)

ดังนั้น เพื่อป้องกันปัญหาดังกล่าวจำเป็นต้องสนับสนุนและส่งเสริมให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งแนวทางการป้องกันไม่ให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือ การทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีการรับรู้ความคาดหวังถึงผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ คือ มีความคาดหวังถึงผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีการรับรู้ความคาดหวังถึงผลดีของการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร่วมกับได้รับการส่งเสริมหรือฝึกทักษะในการปฏิเสธ เพื่อให้เกิดทักษะและเกิดความมั่นใจในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งก็คือพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั่นเอง จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น คือ แรงจูงใจในการดื่มแอลกอฮอล์ โดยบุคคลได้รับแรงกระตุ้นจากภายในหรือภายนอกร่างกาย ร่วมกับความคาดหวังต่อผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าจะได้รับประโยชน์หรือโทษอย่างไร แล้วส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการรู้คิดของบุคคลเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนเลือกตัดสินใจแสดงพฤติกรรมดื่มหรือไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ออกมา (Cox and Klinger, 1988) โดยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำ (outcome expectation) เป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างแรงจูงใจที่มีผลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยวัยรุ่นมีความคาดหวังต่อผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางลบ จะสร้างแรงจูงใจให้ตัดสินใจไม่ดื่มหรือปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Cox and Klinger, 1988) ในวัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี (Wong and Hockenberry , 2009) ถึงแม้ว่ามีพัฒนาการทางสติปัญญาขั้นสูงสุดสามารถเข้าใจสิ่งที่มีความซับซ้อนได้มากขึ้น แต่การพัฒนายังเกิดขึ้นได้ไม่เต็มที่ ยังขาดประสบการณ์ในการตัดสินใจ ขาดประสบการณ์เดิมเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการรับรู้และจำได้ ภายใต้สถานการณ์ต่างๆของบุคคล ทำให้สิ่งกระตุ้นหรือแรงจูงใจทั้งภายในและภายนอกร่างกายของแต่ละสถานการณ์มีผลต่อการตัดสินใจเลือกแสดงพฤติกรรมของกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น และหากวัยรุ่นตอนต้นมีการรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อหรือคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาก่อนว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้เพิ่มพูนสรรถนะทางเพศ และพละกำลัง เสริมสร้างความมั่นใจ ลดความตึงเครียด และมองถึงผลของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แค่ในระยะสั้น โดยไม่คำนึงถึงผลกระทบในระยะยาว จึงเกิดแรงจูงใจให้วัยรุ่นตอนต้นตัดสินใจที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ และหากวัยรุ่นตอนต้นมีการรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อหรือคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้เกิดโทษต่อตนเองแล้ว ย่อมเป็นการช่วยในการตัดสินใจก่อนที่จะแสดงพฤติกรรมปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ออกมา ซึ่งนับเป็นกระบวนการรู้คิดที่สำคัญทั้งหมดที่ทำให้วัยรุ่นตอนต้นตัดสินใจที่จะปฏิเสธ

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) จนเกิดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ขึ้นในที่สุด

มีการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้เกิดความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจ มีผลกระทบต่อครอบครัวและสังคม จะเกิดแรงจูงใจที่จะปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) สอดคล้องกับการศึกษาของ Engels et al. (2005) พบว่าความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเป็นแรงจูงใจในการลดพฤติกรรมการดื่มหรือหยุดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และบุญเสริม หุตะแพทย์ และคณะ (2550) ศึกษาพบว่าวัยรุ่นที่ไม่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เนื่องจากมีความคาดหวังในผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงเกิดแรงจูงใจให้วัยรุ่นเลือกปฏิเสธการชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากเพื่อน นอกจากนี้มีการศึกษาพบว่าวัยรุ่นที่ได้รับโปรแกรมสร้างแรงจูงใจมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยคาดหวังถึงโทษของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงเกิดพฤติกรรมปฏิเสธและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (ประสิทธิ์ ไกยราช, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์, 2555) และจากการศึกษาของ Young et al. (2006) พบว่าความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับสูงกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ($r = .76$, $p < .001$) และร่วมทำนายการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้านความถี่ในการดื่มได้ร้อยละ 37.1 ($p < .001$)

ทั้งนี้พยาบาลมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ (สมจิต หนุเจริญกุล, 2544) โดยเฉพาะพยาบาลอนามัยโรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่นในโรงเรียน เนื่องจากเป็นบุคลากรที่สามารถนำนโยบายด้านสุขภาพมาใช้ เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ในการสร้างเสริมสุขภาพของวัยรุ่นในโรงเรียน โดยมีบทบาทด้านการให้คำปรึกษาทางด้านสุขภาพ ด้านการบริการสุขภาพ ได้แก่ การตรวจสุขภาพ การรักษาวัยรุ่นที่เจ็บป่วย (จริยาวัตร คมพยัคฆ์ และวนิดา ดุรงค์ฤทธิชัย, 2553) ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ การสอนสุขศึกษา การจัดนิทรรศการเกี่ยวกับสุขภาพอนามัย หรือมุมสุขภาพ และการเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยง ด้านสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย ด้านการติดต่อประสานงาน และด้านการทำวิจัย (รุจา ภู่ไพบูลย์ และคณะ, 2554) จากปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของวัยรุ่นในโรงเรียนเกี่ยวกับการใช้สารเสพติด โดยเฉพาะการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นปัญหาสำคัญที่พยาบาลอนามัยโรงเรียนต้องดำเนินการด้านการสร้างเสริมสุขภาพ เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นดังกล่าวอย่างเหมาะสม สำหรับบทบาทด้านการสร้างเสริมสุขภาพ พบว่าพยาบาลอนามัยโรงเรียนยังเน้นการสอนมากกว่าการทำกิจกรรมเชิงรุก ที่ส่งเสริมและกระตุ้นให้วัยรุ่นมีส่วนร่วมในการฝึกทักษะ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้เมื่อเกิดสถานการณ์จริง (รุจา ภู่ไพบูลย์ และคณะ, 2554) ดังนั้น พยาบาลอนามัยโรงเรียนจึงจำเป็นต้องจัดกิจกรรมเชิงรุกที่สร้างแรงจูงใจให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

แต่จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับวิธีการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น พบว่า ส่วนใหญ่มุ่งเน้นในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้ว โดยมีการจัดกิจกรรมที่หลากหลายในรูปแบบของโครงการเพื่อลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น โครงการงดเหล้าเข้าพรรษา โครงการเมาไม่ขับ โครงการรับน้องปลอดเหล้า ซึ่งโครงการเหล่านี้ส่วนใหญ่เน้นการ

สร้างจิตสำนึกและลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สมภพ เรืองตระกูล, 2550) การควบคุมและป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นในประเทศไทยได้ออกกฎหมาย เช่น มีพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 ที่จำกัดอายุของผู้ซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยห้ามจำหน่ายให้กับผู้ซื้อที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ การควบคุมการเข้าถึงและซื้อหาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การจำกัดบริบทการดื่ม การรณรงค์การควบคุมการโฆษณา เป็นต้น (บัณฑิต ศรไพศาล, 2551) และมีการสร้างโปรแกรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กวัยรุ่นและเยาวชน โดยรูปแบบกิจกรรมเน้นการอบรมให้ความรู้ การรณรงค์ลด ละ เลิก และการบำบัดเพื่อลดพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ (Sherry et al., 2005) มีการศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบเสี่ยง (กาญจนา แก้วสุวรรณ, 2550) และการให้ความรู้โดยส่วนใหญ่สอดแทรกเนื้อหาในรายวิชาสุขศึกษาไม่ได้จัดแยกเฉพาะประเด็น (บัณฑิต ศรไพศาล, 2549) โดยในรายเนื้อหาวิชาสุขศึกษาของชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 มีบทเรียนที่ให้ความรู้เกี่ยวกับสารเสพติด ซึ่งได้กล่าวถึงสารเสพติดทุกชนิดโดยภาพรวม แต่ไม่ได้เจาะจงเนื้อหาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างละเอียด ถึงสาเหตุของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อันตรายและโทษของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการป้องกันและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เฉพาะบางประเด็น ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงเป็นการมั่วสุมเสพสารเสพติด เช่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด ทำให้ขาดสติสัมปชัญญะและเสียสุขภาพ โดยมีวิธีการหลีกเลี่ยงด้วยการไม่หลงเชื่อคำชักชวนของเพื่อน และไม่ทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการเข้าไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง เช่น การเที่ยวสถานบันเทิง ทำให้เสพติดสุราได้ ดังนั้นการศึกษาครั้งนี้จึงพัฒนาโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้นที่ยังไม่มีประสบการณ์การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้แนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) เป็นแนวคิดหลักในการสร้างโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อควบคุมการริเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกในวัยรุ่นตอนต้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจและกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

คำถามการวิจัย

1. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ แตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร
2. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจและกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ แตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร

แนวคิดเหตุผลและสมมติฐานการวิจัย

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างหนึ่ง ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย การหลีกเลี่ยงบุคคลที่จะนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (ดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค, 2548) การปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนหรือขอร้องให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (โชติวัน อนุจร, 2554) และการปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนในการทำพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สุรัชยา มุมาลี, 2551) โดยพบว่าปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นคือ แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยบุคคลได้รับแรงกระตุ้นจากภายในหรือภายนอกร่างกาย ร่วมกับความคาดหวังต่อผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าจะได้รับประโยชน์หรือโทษอย่างไร แล้วส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการรู้คิดของบุคคลเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนเลือกตัดสินใจแสดงพฤติกรรมดื่มหรือไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ออกมา (Cox and Klinger, 1988) โดยความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำ (outcome expectation) ซึ่งเป็นการคาดหวังว่าเมื่อกระทำพฤติกรรมนั้นแล้วจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ต้องการ เป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างแรงจูงใจที่มีผลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเมื่อวัยรุ่นคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ จะสร้างแรงจูงใจให้ตัดสินใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Cox and Klinger,1988)

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) มาใช้เป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี (Wong and Hockenberry , 2009) โดย Cox and Klinger (1988) กล่าวว่า แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นการที่บุคคลได้รับแรงกระตุ้นจากภายในหรือภายนอกร่างกาย ร่วมกับการที่บุคคลมีความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่า ตนจะได้รับประโยชน์หรือโทษอย่างไรจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แล้วส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการรู้คิดของบุคคลเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนที่บุคคลเลือกตัดสินใจแสดงพฤติกรรมการดื่มหรือปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ออกมา ซึ่งอยู่ภายใต้ความจำเพาะของสถานการณ์ สภาพอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการของแต่ละบุคคล โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการจูงใจบุคคลให้มีการดื่มหรือไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ขึ้นกับปัจจัยจากเหตุการณ์ในอดีต (historical factors) ปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน (current factors) กระบวนการรู้คิด (cognitive mediating events) และความคาดหวังในผลลัพธ์ ได้แก่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง (expected effects direct chemical effects) ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางอ้อม (expected effects indirect instrumental effects) และความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (expected effects of drinking) ซึ่งพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เกิดจากการที่บุคคลตัดสินใจเลือกที่จะปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายใต้สถานการณ์ สภาพอารมณ์ และกระบวนการรู้คิดของบุคคล และเกิดภายหลังจากการเปรียบเทียบถึงผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนบุคคลทำการตัดสินใจในขั้นท้ายสุด โดยเมื่อบุคคลอยู่ในบริบทสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น มีบุคคลในครอบครัวหรือมีกลุ่มเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ถูกชักชวนจากกลุ่มเพื่อน หรือเห็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ขายตาม

ร้านสะดวกซื้อ ซึ่งง่ายต่อการซื้อมาดื่ม แต่เมื่อบุคคลนี้มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบที่คาดว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จะทำให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคม เช่น ทำให้เกิดโรคตับแข็ง ประสาทหลอน ทำให้มึนเมา สูญเสียการทรงตัว เกิดอุบัติเหตุได้ เป็นต้น มากกว่าความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น ทำให้กล้าแสดงออก เสริมสร้างความมั่นใจ เพิ่มความดึงดูดใจทางเพศ ลดความตึงเครียด เป็นต้น หรือเปรียบเทียบความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกที่คาดว่าตนจะได้รับจากการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ย่อมเป็นแรงจูงใจให้บุคคลนี้แสดงพฤติกรรมปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการชักชวนของเพื่อน หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ซึ่งเป็นพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (ดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค, 2548)

สมมติฐานการวิจัย

1. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น หลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ

2. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นที่กำลังศึกษาในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัย ได้แก่

ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ

ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง การปฏิบัติตนของวัยรุ่นตอนต้นในการป้องกันตนเองจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนในการทำพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การไม่คบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การหลีกเลี่ยงสถานที่ที่เอื้ออำนวยต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปรึกษาบุคคลใกล้ชิดเมื่อตนเองมีปัญหา และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ประเมินโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นของดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค (2548) ซึ่งสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สาวิตรี อัษณางค์กรชัย และสุวรรณา อรุณพงศ์ไพศาล, 2543; Persson, Hanson and Rastam, 1994)

โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง กิจกรรมพยาบาลที่ออกแบบ เพื่อให้วัยรุ่นตอนต้นเกิดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยบูรณาการปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น จากเหตุการณ์ปัจจุบันด้านสถานการณ์ในบริบทของสิ่งแวดล้อมที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นตอนต้น และความคาดหวังในผลลัพธ์ ได้แก่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ เมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน ด้านสถานการณ์ ซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตามแนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) ประกอบด้วย

ครั้งที่ 1 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังในผลลัพธ์ทางตรงจากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และปัจจัยความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ เมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ “กิจกรรมโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” เป็นการบรรยายความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โทษ พิษภัย และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และการเพิ่มความคาดหวังในผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยชี้ให้เห็นผลเสียและผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ครั้งที่ 2 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ กิจกรรม “เพื่อนแท้” เป็นการเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี การเป็นเพื่อนที่ดี และการปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการระดมสมองและการแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับการเลือกคบเพื่อน การเป็นเพื่อนที่ดี การปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากบัตรคำและออกมานำเสนอร่วมกับอภิปรายร่วมกัน

ครั้งที่ 3 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ กิจกรรม “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์” โดยระดมสมองและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดและแนวทางจัดการความเครียด และการเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่นำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยวิธีจัดการความเครียดที่เหมาะสม และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ครั้งที่ 4 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยมีปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน ด้านสถานการณ์ และความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ กิจกรรม “วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์” โดยศึกษาจากกรณีศึกษาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำมาวิเคราะห์และหาวิธีแก้ไขปัญหาและนำเสนอพร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติตามกรณีศึกษา และวิธีแก้ไขปัญหาตามที่ได้จากการระดมสมองภายในกลุ่ม ฝึกทักษะการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร่วมกับเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนได้

วัยรุ่นตอนต้น หมายถึง บุคคลในช่วงอายุ 11-14 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ

การได้รับความรู้ตามปกติ หมายถึง การที่วัยรุ่นตอนต้นได้รับความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการศึกษาในรายวิชาสุขศึกษาตามหลักสูตรระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 จากครู และการได้รับข้อมูลจากผู้ปกครอง บุคลากรทางด้านสุขภาพ และสื่อต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นแนวทางแก่พยาบาลและบุคคลากรสาธารณสุขในการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมป้องกันตนเองของวัยรุ่นตอนต้นจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
2. เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาบทบาทพยาบาลเชิงรุกด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กและวัยอื่น ๆ ต่อไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 2
เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi–experimental research) นี้ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการวิจัย ดังนี้

1. วัยรุ่นตอนต้นกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
   1.1 ความหมายของวัยรุ่นตอนต้น
   1.2 พัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น
   1.3 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
   1.4 ผลกระทบที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น
   1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น
2. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น
   2.1 ความหมายของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
   2.2 การประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น
4. แนวคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจในการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น
   4.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
   4.2 องค์ประกอบของแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น
   4.3 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น
   4.4 การประเมินความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
5. บทบาทพยาบาลในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
   6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ทฤษฎีแรงจูงใจ
   6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

1. วัยรุ่นตอนต้นกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1.1 ความหมายของวัยรุ่นตอนต้น

วัยรุ่น (adolescence) หมายถึง ช่วงพัฒนาการที่มีการเปลี่ยนแปลงระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ ไปสู่กระบวนการพัฒนาความเป็นผู้ใหญ่ทั้งทางร่างกาย การรู้ การเข้าใจอารมณ์และสังคม ระยะเริ่มต้นของวัยรุ่น คือ วัยเจริญพันธุ์ (puberty) ซึ่งเป็นกระบวนการเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ฮอร์โมน การเจริญเติบโต และความเป็นผู้ใหญ่ มีช่วงอายุระหว่าง 10-19 ปี เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในด้านต่างๆ ทั้งทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization [WHO], 1994) ให้ความหมายวัยรุ่นว่าเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในลักษณะที่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ มีพัฒนาการทางจิตใจจากความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ และเป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงจากสภาพที่ต้องพึ่งพาครอบครัวไปสู่การพึ่งพาตัวเอง (บุญเพียร จันทวัฒนา และคณะ, 2553)

Wong and Hockenberry (2009) ให้คำจำกัดความว่า วัยรุ่น (adolescence) คือ บุคคลในช่วงอายุตั้งแต่ 11-20 ปี โดยแบ่งเป็น วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี วัยรุ่นตอนกลางอายุ 15-17 ปี และวัยรุ่นตอนปลาย อายุ 18-20 ปี

โดยสรุป วัยรุ่น คือ บุคคลในช่วงอายุตั้งแต่ 11-20 ปี โดยแบ่งเป็นวัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะกล่าวถึงเพียง วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี

1.2 พัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น แบ่งเป็น 4 ด้านดังนี้

1.2.1 พัฒนาการทางด้านร่างกาย (physical development)

1.2.1.1 การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (physical changes) ร่างกายจะเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางเคมีในร่างกาย และการเพิ่มขึ้นของฮอร์โมน มีการเติบโตเต็มที่ของสมอง ในเด็กหญิงการมี growth spurt จะเริ่มที่อายุประมาณ 11.5 ปี และจะค่อยๆ ลดลงจนหยุดโตเมื่ออายุประมาณ 16 ปี ในเด็กชายการมี growth spurt จะเริ่มเมื่ออายุประมาณ 13.5 ปี และหยุดโตเมื่ออายุประมาณ 18 ปี (บุญเพียร จันทวัฒนา และคณะ, 2553)

1.2.1.2 การเปลี่ยนแปลงทางเพศ (sexual changes) คือ วัยรุ่นชายจะนมขึ้นพานเสียงแตก หนวดเคราขึ้น และเริ่มมีฝันเปียก (nocturnal ejaculation) ส่วนวัยรุ่นหญิงเต้านมมีขนาดโตขึ้น มีไขมันเพิ่มขึ้นทำให้รูปร่างมีทรวดทรง สะโพกผายออก และเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก (menarche) (พนม เกตุมาน, 2550) มีการทำงานของต่อมไขมันใต้ผิวหนัง และต่อมเหงื่อมากขึ้น เนื่องจากถูกกระตุ้นโดยฮอร์โมนเพศ ทำให้มีปัญหาเกี่ยวกับสิว และกลิ่นตัว ซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางกายตามมาได้ (บุญเพียร จันทวัฒนา และคณะ, 2553)

1.2.2.พัฒนาการทางจิตใจ (psychological development)

ตามทฤษฎีพัฒนาการบุคลิกภาพของ Erikson (1963) วัยรุ่นตอนต้นจะเริ่มหันมาสนใจตนเองมากขึ้น มีความกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย รูปร่างหน้าตา และกลัวความแตกต่างจากคนรอบข้าง ต้องการเป็นอิสระ ต้องการเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดเกี่ยวกับตนเอง (self-awareness) โดยวัยรุ่นตอนต้นจะเริ่มมีความสามารถในการรับรู้ตนเองด้านต่าง ๆ ดังนี้

1.2.2.1 เอกลักษณ์ (identity) Erikson (1986) กล่าวว่า “การค้นหาตนเอง” เป็นพัฒนาการที่สำคัญในช่วงวัยรุ่น ซึ่งต้องพัฒนาให้ “พบตนเอง” มีความเป็นตัวของตัวเอง มีเอกลักษณ์ที่

มั่นคง (identity) เพราะเป็นการนำไปสู่การสร้างความรักใคร่ผูกพันกับผู้อื่น (intimacy) ได้ (Wong and Hockenberry, 2009)

1.2.2.2 ภาพลักษณะของตนเอง (self image) คือ การมองภาพของตนเองในด้านต่างๆ ได้แก่ หน้าตา รูปร่าง ข้อดีข้อด้อยทางร่างกาย ถ้ามีข้อด้อยกว่าคนอื่นก็จะเกิดความอับอาย (พนม เกตุมาน, 2550)

1.2.2.3 การได้รับการยอมรับจากผู้อื่น (acceptance) วัยนี้ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนอย่างมาก การได้รับการยอมรับจะช่วยให้เกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย เห็นคุณค่าของตนเอง มั่นใจตนเอง วัยนี้จึงมักอยากเด่นอยากดัง อยากให้มีคนรู้จักมากๆ (พนม เกตุมาน, 2550)

1.2.2.4 ความภาคภูมิใจตนเอง (self esteem) เกิดจากการที่ตนเองเป็นที่ยอมรับของเพื่อนและคนอื่น ๆ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและมีประโยชน์แก่ผู้อื่น (พนม เกตุมาน, 2550)

1.2.2.5 ความเป็นตัวของตัวเอง (independent) รักอิสระ ไม่ชอบอยู่ในกฎเกณฑ์ พึ่งตัวเอง เชื่อความคิดตนเอง การได้ทำอะไรด้วยตนเอง และทำได้สำเร็จจะช่วยให้มีความมั่นใจในตนเอง (self confidence) (พนม เกตมาน, 2550)

1.2.2.6 การควบคุมตนเอง (self-control) วัยนี้เรียนรู้ที่จะควบคุมความคิด การรู้จักยั้งคิด การคิดให้เป็นระบบ เพื่อให้สามารถใช้ความคิดได้อย่างมีประสิทธิภาพ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ (พนม เกตุมาน, 2550)

1.2.2.7 อารมณ์ (mood) อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย อ่อนไหวง่าย เจ้าอารมณ์ มีอารมณ์รุนแรง อยู่ในขั้นพอใจในการรักเพศตรงข้าม (genital stage) เริ่มสนใจเพศตรงข้าม มีแรงจูงใจที่จะรักผู้อื่น ต้องการอิสระจากพ่อแม่มากขึ้น (พนม เกตุมาน, 2550)

1.2.2.8 จริยธรรม (moral development) เด็กวัยนี้จะเป็นเด็กดี เพื่อได้รับการยอมรับจากบิดามารดา ครู กลุ่มเพื่อนและสังคม เพราะต้องการเป็นที่ยกย่อง และกลัวถูกตำหนิจากผู้อื่น จะพัฒนาศีลธรรมเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ต่อไป (บุญเพียร จันทวัฒนา และคณะ, 2553)

1.2.3 พัฒนาการทางสติปัญญา (cognitive development)

เด็กวัยรุ่นตอนต้นมีการเจริญเติบโตของสมองอย่างเต็มที่ พัฒนาการทางด้านความคิดสติปัญญาเป็นไปอย่างรวดเร็วสามารถเข้าใจเรื่องที่เป็นนามธรรมได้ มีความคิดกว้างไกล พยายามแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มีจินตนาการมาก มีความเชื่อมั่นในความคิดของตนอย่างมาก ตามทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของ Piaget (1969) กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นตอนต้นพัฒนาความคิดจากความคิดแบบรูปธรรม (concrete) ในวัยเด็กมาสู่กระบวนการพัฒนาความคิดแบบเป็นเหตุผล เป็นรูปแบบชัดเจน (Formal operation period) อยู่ในระดับพัฒนาการด้านสติปัญญาขั้นสูงสุด รู้จักคิดเชิงนามธรรมอย่างลึกซึ้งขึ้นเป็นลักษณะ abstract thinking มีความคิดเป็นแบบแผน มีความสามารถเรียนรู้เข้าใจเหตุการณ์ต่างๆได้ลึกซึ้ง เริ่มมีวิธีคิดใช้เหตุผลอธิบายปรากฏการณ์ต่างๆได้ คิดวิเคราะห์สังเคราะห์ได้มากขึ้น (Wong and Hockenberry, 2009) สามารถใช้สัญลักษณ์ทางคณิตศาสตร์ การเชื่อมโยงเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งที่เป็นประสบการณ์ตรงและความทรงจำที่จะแสวงหาวิธีการแก้ปัญหาด้วยเหตุผลมากกว่าที่จะใช้ความรู้สึกส่วนตัวแบบเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้จะเห็นได้ชัดเจนว่า วัยรุ่นสนใจที่จะใช้กระบวนการคิดอย่างมีรูปแบบ และกว้างไกลครอบคลุมไปในส่วนของสังคม มีความลึกซึ้งในการทำความเข้าใจในสิ่งที่เป็นไปตามกฎเกณฑ์ธรรมชาติ และสิ่งที่ตนเองคาดว่า

จะเป็นเช่นนั้น เช่นนี้ ซึ่งนับว่าเป็นการตั้งสมมติฐานเพื่อการพิสูจน์สิ่งที่รับรู้ ธรรมชาติ ในบางครั้งบางคราว แม้ว่าวัยรุ่นจะสามารถคิดหาเหตุผลได้ แต่เนื่องจากการขาดประสบการณ์ที่เอื้อให้การคิดนั้นลึกซึ้ง อาจทำให้ขาดความยั้งคิด มีความหุนหันพลันแล่น และขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ โดยวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงความสามารถด้านความเข้าใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว และความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับปรากฏการณ์ต่างๆ ทำให้บุคคลสามารถปรับตัว สร้างทักษะใหม่เพิ่มขึ้นจากความเข้าใจ และทักษะเดิมเพื่อนำมาใช้ในการแก้ปัญหา (บุญเพียร จันทวัฒนา และคณะ, 2553)

1.2.4 พัฒนาการทางสังคม (personal-social development)

วัยรุ่นให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมาก มีทั้งเพื่อนเพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อความนึกคิด ค่านิยมความเชื่อ และการแสดงออกของวัยรุ่น มักแยกจากพ่อแม่ และครอบครัว มีการเปรียบเทียบด้านร่างกายกับเพื่อน อันอาจนำมาซึ่งความวิตกกังวลหากตนเองด้อยกว่าคนอื่น ชอบเลียนแบบผู้ที่ตนเองชื่นชอบ หรือทำตามแฟชั่นที่เห็นในสังคม ต้องการความแปลกใหม่ ท้าทาย ตื่นเต้น ต้องการการยอมรับจากสังคมและกลุ่มเพื่อน จึงมีการทำตนเองให้เหมือนเพื่อน เพื่อเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน (บุญเพียร จันทวัฒนา และคณะ, 2553)

กล่าวโดยสรุปวัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี (Wong and Hockenberry, 2009) เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างมาก ทำให้ส่งผลต่อทางด้านจิตใจ มีความกังวลใจในบุคลิกภาพของตัวเอง อารมณ์ไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงง่าย อ่อนไหวง่าย และวัยนี้กลุ่มเพื่อนจะเข้ามามีอิทธิพลอย่างมาก ชอบเลียนแบบเพื่อน ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน อาจก่อให้เกิดพฤติกรรมตาม ๆ กันด้วยความคึกคะนอง ซึ่งอาจนำไปสู่พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้

1.3 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1.3.1 ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

องค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ให้ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าเป็นของเหลวที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ชนิดดื่ม หรือ เอทานอล ใช้เพื่อการดื่มส่วนใหญ่ได้มาจากการหมักหรือได้จากการหมักแล้วกลั่น

ราชบัณฑิตยสถาน (2546) ให้ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่า เป็นสารอินทรีย์ชนิดหนึ่ง ลักษณะเป็นของเหลวใส มีกลิ่นฉุน ระเหยง่าย มีจุดเดือดที่ 78.58 °C ชื่อเต็มคือ เอทิลแอลกอฮอล์ โดยปกติเกิดจากการหมักสารประเภทแป้ง หรือน้ำตาลผสมยีสต์ ซึ่งมักเรียกกันว่าแป้งเชื้อหรือเชื้อหมัก เป็นองค์ประกอบสำคัญของสุราและเมรัยทุกชนิด เมื่อดื่มเข้าไปจะทำให้เกิดอาการมึนเมา ใช้ประโยชน์เป็นตัวทำละลายและเป็นเชื้อเพลิง

กรมสุขภาพจิต (2549) ให้ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่า เป็นเครื่องดื่มที่มีเอทิลแอลกอฮอล์ (ethyl alcohol) ผสมอยู่ในปริมาณไม่เกินร้อยละ 60 ซึ่งถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่คนสามารถใช้ดื่มได้และเป็นสารที่เสพติดได้

โดยสรุป เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง ของเหลวที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ชนิดที่ดื่มได้หรือเอทิลแอลกอฮอล์ (athyl alcohol) ผสมอยู่ในปริมาณไม่เกิน 60% เมื่อดื่มเข้าไปจะทำให้เกิดอาการมึนเมา

1.3.2 ชนิดของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่บริโภคทั่วไปมีหลายชนิด ซึ่งมีความแตกต่างทั้งปริมาณแอลกอฮอล์ วัสดุที่ใช้ทำและขั้นตอนการผลิต โดยสามารถแยกได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ ประเภทที่กลั่นแล้ว (distilled liquors) และประเภทการหมัก (fermented liquors) (เทพินทร์ พัชรานุรักษ์, 2541)

1.3.2.1 สุรากลั่น (distilled liquors) คือสุราที่ได้จากการหมักส่าให้เกิดมีแรงแอลกอฮอล์แล้วกลั่น และบางชนิดต้องเก็บไว้นานเพื่อให้มีคุณภาพดี แล้วอาจปรุงแต่งให้มีความแรงของแอลกอฮอล์มากน้อยตามต้องการ ได้แก่

1.3.2.1.1 วอดก้า เป็นสุราที่ทำมาจากข้าวสาลีมีลักษณะคล้ายวิสกี้ แต่มีดีกรีของแอลกอฮอล์สูงมากกว่า ปัจจุบันเป็นเหล้าที่ได้รับความนิยมโดยใช้ผสมคอกเทลสูตรต่าง ๆ

1.3.2.1.2 วิสกี้ เป็นสุราที่ทำมาจากข้าว ไม่ว่าจะเป็นข้าวบาเลย์ ข้าวไรย์ ข้าวโอ๊ต ข้าวโพดหรือข้าวเหนียว แต่วิสกี้ที่มีคุณภาพจะต้องทำมาจากข้าวบาเลย์ โดยนำมาหมัก กลั่นแล้วเก็บบ่มในถัง ไม้โอ๊ก

1.3.2.1.3 เหล้ารัม เป็นสุราที่กลั่นมาจากน้ำอ้อย กากน้ำตาลและน้ำเชื่อม อาจจะมีการผสมผิวส้ม และผลไม้อื่นในเหล้ารัมเพื่อให้มีรสชาดใกล้เคียงกับไวน์

1.3.2.1.4 เหล้าบรั่นดี เป็นสุราที่มีรสนิยมเยี่ยมมากที่สุด มีราคาแพง เนื่องจากเป็นเหล้าที่กลั่นมาจากองุ่น มีกรรมวิธีการผลิตและขั้นตอนการบ่มที่ใช้เวลานาน เพื่อให้มีคุณภาพดี

1.3.2.1.5 เหล้าคอกเทลต่าง ๆ คือการนำเอาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลายชนิดมาผสมกันตามสูตรแล้วแต่รสนิยมของผู้ดื่ม

1.3.2.1.6 เหล้าขาว เป็นเหล้าที่กลั่นมาจากข้าว น้ำตาล หรือกากน้ำตาล เป็นวัตถุดิบ โดยสุราที่กลั่นออกมาได้ จะปราศจากเครื่องย้อมหรือสิ่งปรุงแต่งแต่อย่างใด

1.3.2.2 สุราหมัก (fermented liquors) เป็นสุราที่ได้มาจากการหมักส่าตามกรรมวิธีโดย ไม่มีการกลั่นจนเกิดเป็นน้ำสุรา มีความแรงของแอลกอฮอล์ไม่เกิน 15 ดีกรี ได้แก่

1.3.2.2.1 แชมเปญ เป็นเหล้าหมักที่ทำมาจากองุ่นโดยไม่ผ่านกระบวนการกลั่น มีลักษณะพิเศษคือ เป็นสุราองุ่นที่มีฟองคือมีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์เจือปนอยู่

1.3.2.2.2 ไวน์ เป็นเหล้าผลไม้หมักที่เก่าที่สุดในโลก วัตถุดิบที่ใช้ในการทำไวน์คือองุ่น ไวน์ต่างจากแชมเปญที่ไม่มีฟองและกรรมวิธีการผลิตจะไม่ซับซ้อนเท่าแชมเปญ

1.3.2.2.3 เบียร์ เป็นสุราที่มีปริมาณการบริโภคสูงที่สุด เบียร์ทำมาจากข้าวบาเลย์หมัก อบและบด ต้มให้สุกแล้วใส่ถัง เมื่อหมักได้ที่แล้วถึงใส่ดอกฮอพเพื่อให้มีรสขม จากนั้นจึงใส่ยีสต์

1.3.2.2.4 เหล้าหมักพื้นบ้าน ชาวบ้านตามท้องถิ่นต่าง ๆ สามารถทำสุราหมักหรือสุราแช่ได้เอง โดยใช้ผลไม้ที่ผลิตได้ภายในประเทศ เช่น น้ำตาลเมา อุ เป็นต้น

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์แต่ละชนิดจะมีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์แตกต่างกัน จึงใช้คำว่า 1 ดื่มมาตรฐาน เป็นตัวบอกปริมาณของแอลกอฮอล์ ซึ่ง 1 ดื่มมาตรฐาน หมายถึง เบียร์ 1 แก้ว ขนาด 285 มิลลิลิตร หรือไวน์ 1 แก้วเล็ก ขนาด 100 มิลลิลิตร หรือ เหล้า 1 แก้ว ขนาด

30 มิลลิลิตรแอลกอฮอล์เป็นสารมีแคลอรีสูงและไม่มีคุณค่าทางอาหาร แอลกอฮอล์ 1 ดื่มมาตรฐาน มีแคลอรีประมาณ 100 แคลอรี เมื่อผสมกับเครื่องดื่มอื่น ๆ เช่น โซดา น้ำอัดลม น้ำหวาน จะทำให้แคลอรีเพิ่มขึ้นอีก ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้อ้วนได้

ดื่มมาตรฐาน (standard drink) เป็นการกำหนดค่ามาตรฐานของปริมาณแอลกอฮอล์บริสุทธิ์ 10 กรัม ในเครื่องดื่มชนิดต่าง ๆ ที่ใช้ในหลายประเทศโดยไม่คำนึงถึงว่าเครื่องดื่มนั้นจะเป็นเบียร์ หรือสุรา ผลกระทบที่เกิดขึ้นไม่ได้เกิดจากชนิดของเครื่องดื่ม แต่เกิดจากปริมาณแอลกอฮอล์ที่ดื่มเข้าไป ซึ่งในแต่ละประเทศกำหนด 1 ดื่มมาตรฐาน ที่แตกต่างกันไป สำหรับประเทศไทย 1 ดื่มมาตรฐาน (one standard drink) หรือ 1 ดริงค์ หมายถึง ปริมาณของแอลกอฮอล์ที่เท่ากันในสุราชนิดต่าง ๆ คือมี ปริมาณของแอลกอฮอล์ที่เท่ากับ 10 กรัม ขึ้นอยู่กับชนิดของสุรา ดังนี้ (ทรงเกียรติ ปิกะยะ, 2545)

เบียร์ชนิดอ่อน (light beer) 1.5 กระป๋อง	มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์	2-2.9 %
เบียร์ชนิดกลาง (mild strength beer) 1 กระป๋อง	มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์	3-3.9 %
เบียร์ชนิดแรง (heavy beer) 3/4 กระป๋อง	มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์	4-5 %
ไวน์ธรรมดา 1 แก้ว ขนาด 100 มิลลิลิตร	มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์	12.5 %
ไวน์เข้มข้น 1 แก้ว ขนาด 60 มิลลิลิตร	มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์	20.5 %
เหล้า (spirit) 1 ถ้วยเล็ก ขนาด 30 มิลลิลิตร	มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์	40 %

1.3.3 ลักษณะและระดับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น

การดื่มสุราจะมีลักษณะต่อเนื่อง โดยเริ่มต้นจากการไม่ดื่มเลยหรือดื่มน้อยไปจนถึงดื่มหนักและปัญหาที่เกิดขึ้นจะมีตั้งแต่ไม่มีปัญหาเลย ไปจนถึงปัญหามากและปัญหารุนแรงเช่นกัน ซึ่งสามารถแบ่งการดื่มออกได้เป็น 3 แบบ ตามปริมาณแอลกอฮอล์ที่ดื่มเข้าไปและความเสี่ยงต่อปัญหาที่เกิดขึ้น (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.3.3.1 การดื่มแบบความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายน้อย (Low Risk Drinking) หมายถึง การดื่มไม่เกิน 2 ดื่มมาตรฐานต่อวันในผู้หญิง ซึ่งเทียบเท่ากับเบียร์ชนิดแรง 1.5 กระป๋อง หรือเหล้า 40 ดีกรี 1 เป็ก (1 เป็ก ปริมาตรเท่ากับ 50 cc.) หรือไม่เกิน 4 ดื่มมาตรฐานต่อวันในผู้ชาย ซึ่งเทียบเท่ากับเบียร์ชนิดแรง 3 กระป๋อง หรือเหล้า 40 ดีกรี 2 เป็ก การดื่มในลักษณะเช่นนี้อาจเรียกว่า responsible drinking หรือ self-limit drinking

1.3.3.2 การดื่มแบบเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายสูง (hazardous drinking) หมายถึง การดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณและลักษณะที่ทำให้ผู้ดื่มเพิ่มความเสี่ยงที่จะเกิดผลเสียต่อสุขภาพ โดยที่องค์การอนามัยโลกได้จัดว่าเป็นความผิดปกติชนิดหนึ่ง ซึ่งการดื่มแบบเสี่ยงนี้เป็นการดื่มที่มากกว่า 2 ดื่มมาตรฐาน แต่ไม่เกิน 4 ดื่มมาตรฐานต่อวันในผู้หญิง เทียบเท่ากับเบียร์ชนิดแรง 3 กระป๋อง หรือเหล้า 40 ดีกรี 2 เป็ก หรือการดื่มมากกว่า 4 ดื่มมาตรฐาน แต่ไม่เกิน 6 ดื่มมาตรฐานต่อวันในผู้ชาย เทียบเท่ากับเบียร์ชนิดแรง 4.5 กระป๋อง หรือเหล้า 40 ดีกรี 3 เป็ก นอกจากนี้การดื่มมากแบบเมาหัวราน้ำ (binge drinking) ซึ่งหมายถึงการดื่มสุราในปริมาณที่มากติดต่อกันในระยะเวลาอันสั้น(ภายใน 2-3 ชั่วโมง) ในโอกาสหรือเหตุการณ์หรือครั้งเดียวกัน (Substance Abuse and Mental Health Services Administration [SAMHSA], 2002) โดยเพศชาย ดื่ม 4 แก้วหรือมากกว่าต่อครั้งและเพศ

หญิง ดื่ม 3 แก้วหรือมากกว่าต่อครั้ง (สมภพ เรืองตระกูล, 2550) ก็ถือว่าเป็นการดื่มแบบเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายสูงด้วย

1.3.3.3 การดื่มแบบอันตราย (harmful drinking) หมายถึง การดื่มแอลกอฮอล์ที่ทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย หรือจิตใจ เป็นการดื่มมากกว่า 4 ดื่มมาตรฐานต่อวันในผู้หญิงซึ่งเทียบเท่ากับเบียร์ชนิดแรง 3 กระป๋อง หรือเหล้า 40 ดีกรี 2 เป็กขึ้นไป หรือมากกว่า 6 ดื่มมาตรฐานต่อวันในผู้ชาย เทียบเท่ากับเบียร์ชนิดแรง 4.5 กระป๋อง หรือเหล้า 40 ดีกรี 3 เป็กขึ้นไป

ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่วัยรุ่นตอนต้นได้รับ ส่วนใหญ่ได้รับจากครูในการเรียนการสอนรายวิชาสุขศึกษา โดยมีบทเรียนที่ให้ความรู้เกี่ยวกับสารเสพติด ซึ่งได้กล่าวถึงสารเสพติดทุกชนิดในภาพรวม และมีเนื้อหาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เฉพาะบางประเด็น ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงเป็นการมั่วสุมเสพสารเสพติด เช่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด ทำให้ขาดสติสัมปชัญญะและเสียสุขภาพ โดยมีวิธีการหลีกเลี่ยงด้วยการไม่หลงเชื่อคำชักชวนของเพื่อน และไม่ทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการเข้าไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง เช่น การเที่ยวสถานบันเทิง ทำให้เสพติดสุราได้ แต่ไม่ได้เจาะจงเนื้อหาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างละเอียด ถึงสาเหตุของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อันตรายและโทษของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการป้องกันและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่ม และวัยรุ่นตอนต้นได้รับข้อมูลจากผู้ปกครอง บุคลากรทางด้านสุขภาพ และสื่อต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น สื่อโฆษณา ให้เหล้าเท่ากับแช่ง ซึ่งเป็นโฆษณาของสำนักงานกองทุนการเสริมสร้างสุขภาพ (สสส.) ในโครงการรณรงค์ให้คนไทยไม่ดื่มเหล้า เป็นต้น

1.4 ผลกระทบที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นส่งผลกระทบหลายด้านทั้งต่อตัวผู้ดื่มเอง ครอบครัว บุคคลรอบข้าง สังคมและเศรษฐกิจ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.4.1 ผลต่อร่างกาย แบบเฉียบพลัน เป็นผลที่เกิดขึ้นต่อการทำงานของระบบประสาท ณ เวลาหนึ่งเวลาใดที่ร่างกายดูดซึมแอลกอฮอล์เข้าสู่กระแสเลือด ผลแบบเฉียบพลันนี้จะขึ้นอยู่กับระดับแอลกอฮอล์ในกระแสเลือดของผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แสดงได้ดังนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางแสดงผลแบบเฉียบพลันของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

ระดับแอลกอฮอล์ในกระแสเลือด (mg%)	ผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรม
30	เมื่อแอลกอฮอล์ซึมผ่านแนวต้านระหว่างกระแสเลือดกับเซลล์สมอง (blood brain barrier) จะกดสมองส่วน reticular activating system ทำให้เกิดอารมณ์สนุกสนานร่าเริง (euphoria)
50	มีการแสดงออกทางอารมณ์มากกว่าปกติ ประสาทและกล้ามเนื้อมีความว่องไวลดลง ทำให้ร่างกายมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าช้าลง การตัดสินใจช้าลง เนื่องจากแอลกอฮอล์จะกดสมองส่วน cerebral cortex ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมการตัดสินใจ การเรียนรู้ ความจำ ภาวะรู้สติ สติปัญญา อารมณ์และพฤติกรรม
80	ประสิทธิภาพในการทำงานของประสาทและกล้ามเนื้อลดลงมากขึ้น เป็นลำดับ สมรรถภาพการมองเห็นแย่ลง เนื่องจากฤทธิ์ของแอลกอฮอล์กดการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ
100	ร่างกายมีการเคลื่อนไหวที่ลำบาก กล้ามเนื้อทำงานไม่ประสานกัน เดินไม่ตรงทาง เนื่องจากแอลกอฮอล์กดสมองส่วนcerebellum ซึ่งควบคุมการเคลื่อนไหวและการทรงตัว
150	การปฏิบัติหน้าที่ของจิตใจ และร่างกายเสียไปเป็นส่วนใหญ่ ขาดความรับผิดชอบในการกระทำต่างๆ เกิดความสุขทางอารมณ์ มีความยากลำบากในการยืน เดินและพูด
200	กล้ามเนื้อทำงานไม่ประสานกัน เดิน โซเซ จิตใจสับสนอย่างเห็นได้ชัดเจน มีอารมณ์รุนแรงเกินกว่าเหตุ ตาลาย เวียนหัว หน้ามืด มีการตอบสนองต่อความรู้สึกเจ็บปวดลดลง
300	ร่างกายทำงานไม่ประสานกัน ล้มลุกคลุกคลาน เชื่องช้าอย่างเห็นได้ชัดเจน เกิดอาการง่วง งง ซึม
400	ความรู้สึกตัวน้อยอาจถึงขั้น coma อุณหภูมิและความดันโลหิตลดลง reflex ลดลงอย่างมาก ระบบหายใจเลวลง ทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้

1.4.2 ผลต่อร่างกายแบบเรื้อรัง

1.4.2.1 ผลต่อสมองและระบบประสาท แอลกอฮอล์มีฤทธิ์กดระบบประสาทอัตโนมัติ ส่งผลให้การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อสูญเสียการความคุม สมรรถภาพของการมองเห็นและการได้ยินลดลง และมีพิษโดยตรงต่อสมองทำให้สมองเสื่อม โดยมีการฝ่อลีบของสมองส่วนเปลือกนอก (cortex) (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.2.2 ผลต่อหัวใจและการไหลเวียนของเลือด แอลกอฮอล์ทำให้เกิดภาวะโรคกล้ามเนื้อหัวใจ โดยจะทำให้กล้ามเนื้อหัวใจบวมโต การเต้นของหัวใจผิดปกติ เหนื่อยง่าย ใจสั่น อาจทำให้เกิดภาวะหัวใจวาย (congestive heart failure) (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.2.3 ผลต่อทางเดินอาหาร แอลกอฮอล์ทำให้มีการหลั่งน้ำย่อย hormone gastrin ในกระเพาะอาหารเพิ่มขึ้น ทำให้กระเพาะอาหารเป็นแผลได้ง่าย และผลจากการอักเสบของกระเพาะอาหารทำให้เกิดการอุดตันของท่อน้ำดี ซึ่งมีผลต่อเนื่องทำให้การย่อยอาหารประเภทไขมันได้ไม่ดี เป็นผลให้เกิดอาการท้องอืดได้ (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.2.4 ผลต่อตับ เนื่องจากตับเป็นแหล่งสันดาป (metabolism) ที่สำคัญของแอลกอฮอล์ ดังนั้นตับจึงเป็นอวัยวะที่ได้รับพิษจากแอลกอฮอล์มากกว่าอวัยวะอื่นๆ พิษของแอลกอฮอล์จะทำให้เกิดการคั่งของไขมันในตับ (fatty liver) ทำให้ตับอักเสบ และตับแข็งตามลำดับ (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.2.5 ผลต่อไต ในรายที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาก การผลิต anti diuretic hormone ของต่อม pituitary ลดลงจะทำให้ร่างกายสูญเสียโซเดียมออกมามาก ร่างกายจะดูดซึมน้ำเข้าสู่ระบบไหลเวียนโลหิตมากขึ้น ทำให้ไตทำงานหนักเพิ่มขึ้น (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.2.6 ผลต่อกล้ามเนื้อ ผู้ติดแอลกอฮอล์มักมีอาการปวดกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้ออ่อนเพลีย และกล้ามเนื้อหัวใจตายในที่สุด (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.2.7 ผลต่อเมตาบอลิค และต่อมไร้ท่อ แอลกอฮอล์ทำให้น้ำตาลในเลือดสูง จากการทำลายเซลล์ตับอ่อน (beta cell) ทำให้เกิดโรคเบาหวานได้ (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.3 ผลต่อสุขภาพจิต การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณน้อย จะทำให้ผู้ดื่มรู้สึกผ่อนคลาย มีความสุข ตื่นเต้น เมื่อเพิ่มปริมาณมากขึ้นจะรู้สึกสับสน และเมื่อคนปกติดื่มนาน ๆ ติดต่อกันจะเกิดการติดสุรา (alcohol dependent) นอกจากนั้น ยังทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตจากสุราที่มีความรุนแรงสูง และรักษาไม่ค่อยได้ ได้แก่ โรคจิต Wernicke's encephalopathy Korsakov's psychosis ประสาทหลอนจากสุรา (alcoholic hullucinosis) โรคหวาดระแวงจากพิษสุรา (alcoholic paranoid) โรคความจำเสื่อมจากสุรา (alcoholic dementia) โรคซึมเศร้าจากสุรา (alcoholic depression) (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.4 ผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้การทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติถูกกด ส่งผลให้สูญเสียการควบคุมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ วัยรุ่นไม่สามารถควบคุมตนเองได้ กระสับกระส่าย มีอาการงุนงง สับสน เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว มีการใช้ความรุนแรงมากขึ้น ทำลายข้าวของ เป็นบุคคลที่ขาดความรับผิดชอบ (บุญเสริม หุตะแพทย์, 2550) การมองเห็นและการได้ยินลดลง ทำให้เกิดอุบัติเหตุในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ การหกล้ม การจมน้ำ เนื่องจากฤทธิ์ของแอลกอฮอล์กดระบบประสาท ทำให้ความสามารถในการควบคุมความรู้สึกนึกคิด และการตัดสินใจ ของบุคคลลดลง เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรมขึ้นในสังคม เช่น คดีทำร้ายร่างกายผู้อื่นจนบาดเจ็บและถึงขั้นเสียชีวิต และคดีทางเพศ (กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน, 2550) โดยพบว่าเยาวชนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการก่อคดีอาชญากรรมโดยแบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ 1) ความผิดที่ไม่รุนแรง เช่น ส่งเสียงดังในที่สาธารณะ 2) ความผิดที่รุนแรง เช่น การทะเลาะวิวาท และทำร้ายร่างกายผู้อื่นจนบาดเจ็บและถึงขั้นเสียชีวิต ปล้นข่มขืน เป็นต้น จากข้อมูลกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (2550) พบว่าสถิติของเด็กและเยาวชนที่ทำผิดกฎหมายที่ถูกนำมาควบคุมและฝึกอบรมในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน มีแนวโน้มมากขึ้นทุกปี ซึ่งปัจจัยสำคัญที่สุดที่กระตุ้นให้เกิดการกระทำผิด คือ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

โดยพบว่าในจำนวนเด็กที่ทำผิดนี้เคยดื่มสุราร้อยละ 85 ในจำนวนนี้ ร้อยละ 35 กระทำผิดในระหว่างดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเมื่อจำแนกตามฐานความผิดพบว่า ร้อยละ 40-50 ก่อคดีรุนแรงจากการทำร้ายร่างกายผู้อื่นจนบาดเจ็บและเสียชีวิต และคดีทางเพศ โดยร้อยละ 41 กระทำผิดหลังจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่ถึง 5 ชั่วโมง ทั้งนี้สาเหตุที่เกิดขึ้นร้อยละ 77 เกิดจากความมึนเมา และการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ยังเป็นปัจจัยชักนำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ซึ่งอาจทำให้เกิดการติดเชื้อเอชไอวีและก่อให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรตามมา (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2009)

1.4.5 ผลกระทบด้านการเรียน เช่น ประสิทธิภาพในการเรียนลดลง ความจำลดลง เป็นต้น (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

1.4.6 ผลกระทบต่อสังคมและเศรษฐกิจ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลกระทบต่อความสงบสุขในสังคม โดยก่อให้เกิดการทะเลาะวิวาท เกิดการบาดเจ็บ เสียชีวิต หรือถูกดำเนินคดีตามกฎหมาย ผลจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จนขาดสติ ความมึนเมาจะกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ ทำให้มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ปลอดภัย เสี่ยงต่อการเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ และก่อให้เกิดปัญหาเด็กถูกทอดทิ้งในสังคมตามมา ทำให้เสียค่ารักษาพยาบาลจากการรักษาโรคที่เกิดขึ้นที่เป็นผลมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สมภพ เรืองตระกูล, 2550)

กล่าวโดยสรุป การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อให้เกิดผลเสียทั้งต่อบุคคลและสังคม โดยผลเสียนั้นเกิดขึ้นเนื่องจากตัวเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เอง ซึ่งมีฤทธิ์ต่อระบบการทำงานของอวัยวะต่างๆ ของบุคคล อันส่งผลไปถึงระบบความคิด การควบคุมตนเอง การแสดงพฤติกรรม ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบทั้งต่อตัวผู้ดื่มเอง ครอบครัว สังคมและเศรษฐกิจ ในหลายๆ ประการตามมา

1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

1.5.1 ปัจจัยส่วนบุคคล

1.5.1.1 อายุ อายุเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการตัดสินใจเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วิธีการดื่ม รูปแบบการดื่ม และชนิดของการดื่ม รวมทั้งการรับรู้สาเหตุจากการดื่ม เพราะอายุและวัยที่ต่างกันจะอยู่ในระยะพัฒนาการแตกต่างกัน ปัญหาและประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตแตกต่างกัน โดยมีการศึกษาพบว่าเด็กนักเรียนส่วนใหญ่จะเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่ออายุเฉลี่ย 11-15 ปี (บุญเสริม หุตะแพทย์, 2550) สอดคล้องกับการศึกษาของสาวิตรี อัษณางค์กรชัย และคณะ (2551) ที่พบว่าอายุเฉลี่ยที่นักเรียนเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นครั้งแรกประมาณ 13 ปี ในเด็กผู้ชายและอายุ 14 ปีในเด็กผู้หญิง

1.5.1.2 ความเครียดและสภาพจิตสังคม ความเครียดของวัยรุ่นตอนต้นเกิดขึ้นจากการพยายามปรับตัวระหว่างความคิดของตนเองกับสิ่งแวดล้อมจนเกิดความวิตกกังวล และเมื่อเกิดปัญหาแล้วไม่รู้วิธีแก้ปัญหา จึงหันไปดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อให้มึนเมา สามารถลืมหรือหลบปัญหาได้ชั่วขณะ (บุญเสริม หุตะแพทย์, 2550) มีการศึกษาพบว่าผู้ที่มีความรู้สึกต่อตนเองในทางบวกและมีความภาคภูมิใจในตนเองจะมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อย ($r = 0.546$, 0.583, และ 0.594, p-value = .001) แต่หากรู้สึกต่อตนเองในทางลบ รู้สึกโดดเดี่ยว และเห็นคุณค่าในตนเองน้อย ทำให้บุคคลนั้นมีโอกาสดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าคนทั่วไป (Corte and Zucker, 2008)

1.5.1.3 เจตคติต่อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้และเจตคติต่อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแบบต่างๆของบุคคล เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ดื่มและไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการศึกษาของอนงค์ ดิษฐสังข์ (2550) พบว่าการรับรู้ความรุนแรงของโรคที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเจตคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (r = 0.388, 0.510 ตามลำดับ, p-value = .01)

1.5.2 ปัจจัยด้านครอบครัว

1.5.2.1 ปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว จากการศึกษาของบุญเสริม หุตะแพทย์ (2550) พบว่าความสัมพันธ์ของครอบครัวมีผลต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยครอบครัวที่บิดามารดาทะเลาะกันเป็นประจำ นักเรียนจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่านักเรียนในครอบครัวที่บิดามารดารักใคร่กันดี และพบว่าการมีความรุนแรงในครอบครัว เช่น การทำร้ายร่างกายของคนในครอบครัว มีส่วนทำให้คนในครอบครัวมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากขึ้น

1.5.2.2 พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในครอบครัว แบบอย่างจากการดื่มของคนในครอบครัวจะทำให้เด็กเกิดการเลียนแบบ โดยมีการศึกษาพบว่านักเรียนที่มีบุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีโอกาสถึง 1.5 เท่า ที่จะเป็นผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่อเปรียบเทียบกับนักเรียนที่ไม่มีบุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สาวิตรี อัษณางค์กรชัย, อโนชา หมึกทอง และถนอมศรี อินทนนท์, 2551)

1.5.3 ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

1.5.3.1 เพื่อน เป็นปัจจัยสำคัญทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ทำให้บุคคลดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพราะการคล้อยตามเพื่อน การต้องการเข้าสังคม และได้รับการยอมรับจากเพื่อนจึงทำให้ถูกชักจูงได้ง่าย โดยจากการศึกษาของโชติวัน อนุจร (2554) พบว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเพื่อนมีความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น และวัยรุ่นที่มีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น 1 คน มีความน่าจะเป็นที่จะดื่มสุราเพิ่มขึ้น 1.2 เท่า เนื่องจากวัยรุ่นต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จึงต้องยอมรับและยึดถือในแนวทางของกลุ่มทั้งทัศนคติและพฤติกรรม

1.5.3.2 สื่อและการโฆษณาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ปัจจุบันผู้ผลิตพยายามสร้างสื่อโฆษณาที่เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่เข้าถึงผู้บริโภคอย่างแพร่หลายเพื่อจูงใจให้ผู้บริโภคเกิดความรู้สึกอยากรู้อยากลอง มีการใช้ภาพของดารานักแสดงมาเป็นตัวแบบซึ่งจากสภาพดังกล่าวจึงส่งผลต่อวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีพฤติกรรมเลียนแบบดารานักแสดงที่ตนเองชื่นชอบ ประกอบกับในวัยนี้ไวต่อสื่ออิเลคทรอนิกส์หรือสื่อโฆษณาต่าง ๆ จึงทำให้วัยรุ่นมีการตอบสนองต่อการโฆษณาในเชิงบวก (บุญเสริม หุตะแพทย์, 2550)

1.5.3.3 การเข้าถึงการจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัยรุ่นสามารถเข้าถึงแหล่งจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้โดยง่าย เนื่องจากการซื้อขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบันสามารถพบเห็นได้ในสังคม ซึ่งสังคมคิดว่าเป็นเรื่องปกติ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นจึงทำได้ง่าย เพราะสภาพแวดล้อมเอื้ออำนวย นอกจากนี้การที่วัยรุ่นไปเที่ยวร้านอาหาร สถานบันเทิง แหล่ง

เริงรมย์ สถานที่เหล่านี้มีบริการเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์อยู่ด้วย จึงทำให้มีวัยรุ่นที่ไปเที่ยวในสถานที่เหล่านี้ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ด้วย (บุญเสริม หุตะแพทย์, 2550)

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามีหลายปัจจัยที่สัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น แต่ปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากที่สุด เป็นปัจจัยเกี่ยวกับความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และเพื่อน สำหรับปัจจัยภายนอกพบว่าสภาพแวดล้อมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าด้านอื่น ๆ

2. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

2.1 ความหมายของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เป็นพฤติกรรมทางสุขภาพที่สำคัญของบุคคลอย่างหนึ่ง ในการป้องกันตนเองจากปัญหาทางด้านสุขภาพที่เกิดจากการทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง คุณสมบัติส่วนบุคคลด้านต่าง ๆ เช่น ความเชื่อ ความคาดหวัง แรงจูงใจ ค่านิยม และการกระทำที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคและการฟื้นฟูสุขภาพ เป็นการกระทำหรือการงดเว้นไม่กระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเอง ของครอบครัว หรือของบุคคลอื่น ๆ (จริยาวัตร คมพยัคฆ์ และวนิดา ดุรงค์ฤทธิชัย, 2550)

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง การปฏิบัติตัวในเรื่องของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยการเล่นกีฬา เล่นดนตรี อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง หรือเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของโรงเรียน เป็นต้น การปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนในการทำพฤติกรรมต่างๆที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สุรัชยา มุมาลี, 2551)

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การปรึกษาบุคคลใกล้ชิด การประพฤติตัวที่เหมาะสม การหลีกเลี่ยงบุคคลที่จะนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการหลีกเลี่ยงสถานที่ที่เอื้ออำนวยต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (ดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค, 2547)

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติตัวและแสดงออกเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ซึ่งประกอบด้วย การไม่มั่วสุมกับเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนหรือขอร้องให้ดื่ม และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ (โชติวัน อนุจร, 2554)

กล่าวโดยสรุป พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง การปฏิบัติตนป้องกันก่อนการเกิดปัญหาทางด้านสุขภาพจากการทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนในการทำพฤติกรรมต่างๆที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การหลีกเลี่ยงสถานที่ที่เอื้ออำนวยต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น

2.2 การประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น มีนักวิจัยประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น ดังนี้

ดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค (2548) ประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยแบ่งการประเมินออกเป็น 2 ด้าน ดังนี้

2.2.1 การควบคุมตนเองได้แก่

2.2.1.1 การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น เล่นดนตรี เล่นกีฬา อ่านหนังสือ หรือช่วยทำงานบ้าน เป็นต้น ซึ่งเป็นการฝึกฝนตนเองให้เป็นคนมีความรับผิดชอบ

2.2.1.2 การรู้จักปฏิเสธ เมื่อมีบุคคลมาชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2.2.1.3 ไม่ใช้เครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อสร้างความเพลิดเพลินใจ การสร้างความกล้าหรือการบรรเทาความเจ็บปวดของร่างกายและจิตใจ

2.2.1.4 การรู้จักผ่อนคลายความเครียด โดยมีกิจกรรมคลายเครียด เช่น การปลูกต้นไม้ การเย็บปักถักร้อย เป็นต้น

2.2.1.5 เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนหรือสังคม

2.2.1.6 เมื่อมีปัญหาหรือความวิตกกังวล ควรปรึกษาบุคคลที่ใกล้ชิดที่เข้าใจในพฤติกรรมของวัยรุ่น สามารถช่วยเหลือได้ตามสมควร เช่น พ่อแม่ สมาชิกในครอบครัว ครู เป็นต้น

2.2.1.7 ทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว เช่น การไปเที่ยวด้วยกัน การเล่นกีฬาด้วยกัน เป็นต้น จะทำให้สัมพันธภาพภายในครอบครัวแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

2.2.1.8 การเลือกคบเพื่อนที่ดี

2.2.2 การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมชักนำ

2.2.2.1 หลีกเลี่ยงการเลือกคบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

2.2.2.2 หลีกเลี่ยงการเข้าไปในแหล่งที่จำหน่าย หรือบริการเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น ร้านสุรา บาร์ ไนท์คลับ หรืองานสังสรรค์ที่มีการดื่มสุรา เป็นต้น

2.2.2.3 ไม่กระทำพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหา เช่น การทะเลาะวิวาท เป็นต้น

2.2.2.4 การไม่ดูโฆษณาที่ยั่วยุ หรือชักนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

แบบประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 8 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1-2 และข้อที่ 6-7 ข้อคำถามเชิงลบ 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 3-5 และ 8 ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตรประมาณค่า แบบมาตรวัดที่ประเมินค่าจากคะแนนรวมของ Likert ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบได้ 3 ระดับ มีค่าความเที่ยงของเครื่องมือ .84

โชติวัน อนุจร (2554) ประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประเมินจากความสามารถในการปฏิบัติตัวและการแสดงออก เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งประกอบด้วย การไม่มั่วสุมกับเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนหรือขอร้องให้ดื่ม และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 13 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 10 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 3-7, 9-12 และ 13 ข้อคำถามเชิงลบ 3 ข้อได้แก่ ข้อที่ 1-2 และ 8 ลักษณะ

แบบสอบถามเป็นมาตรประมาณค่า แบบมาตรวัดที่ประเมินค่าจากคะแนนรวม ของ Likert ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบได้ 4 ระดับ มีค่าความเที่ยงของเครื่องมือ .78

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยดัดแปลงแบบประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น ของดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค (2548) เนื่องจากมีค่าความเที่ยงของเครื่องมืออยู่ในเกณฑ์ที่น่าเชื่อถือ และมีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

3.1 การสนับสนุนจากครอบครัว วัยรุ่นที่ได้รับการดูแลจากบิดามารดาดี และสัมพันธภาพภายในครอบครัวดี จะช่วยป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังผลการศึกษาของสุวรรณี แสงอาทิตย์ (2550) พบว่าการดูแลจากบิดามารดาที่ดี จะทำให้วัยรุ่นไม่มีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3.2 การสนับสนุนจากเพื่อน จากการศึกษาพบใน 2 ลักษณะคือ

3.2.1 การคบเพื่อนที่ดีจะช่วยป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ จากการศึกษาของสุวรรณี แสงอาทิตย์ (2550) พบว่าการได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนที่ดี ซึ่งให้การสนับสนุนทั้งทางด้านอารมณ์ ด้านการประเมินคุณค่า ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านทรัพยากรจะทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการศึกษาของปิยะ ทองบาง (2550) พบว่าวัยรุ่นที่สามารถเข้ารวมกลุ่มกับเพื่อนได้ และกลุ่มเพื่อนช่วยส่งเสริมให้เกิดความมั่นใจในการปรับตัวจะมีความภาคภูมิใจในตนเอง และมีทักษะในการปฏิเสธเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3.2.2 การคบเพื่อนที่ไม่ดี อาจนำไปสู่พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ จากการศึกษาของสุวรรณี แสงอาทิตย์ (2550) พบว่าการที่วัยรุ่นมีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยเช่นกัน และเมื่อเพื่อนชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัยรุ่นจะไม่กล้าปฏิเสธ จึงนำไปสู่พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3.3 เพศ โดยเพศหญิงจะมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าเพศชาย เนื่องจากสังคมไทยมีค่านิยมในการยอมรับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มของเพศหญิงน้อยส่งผลให้เพศหญิงมีความระมัดระวังในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าเพศชาย (บัณฑิต ศรไพศาล, 2549) และจากการศึกษาของบัณฑิต ศรไพศาล และคณะ (2551) เพศชายมีอัตราการดื่มมากกว่าเพศหญิงห้าเท่า คือ เพศชายดื่มร้อยละ 54.6 ในขณะที่เพศหญิงดื่มเพียงร้อยละ 9.8 ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของพงษ์ศักดิ์ อ้นมอย (2554) พบว่า เพศชายดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มากกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3.4 ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (outcome expectancies) มี 2 ประเภท ได้แก่ ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก และความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คนดื่มและไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยจากการศึกษาของ Newman et al. (2005) พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาในประเทศไทยที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกโดยมีความเชื่อว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ช่วยเพิ่มพูนสมรรถนะทางเพศและพละกำลัง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สอดคล้องกับการศึกษาของจิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ (2554) พบว่าความคาดหวัง

ในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ($r = .27$, $p \leq .05$) โดยคาดหวังว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ลดความตึงเครียด เสริมสร้างความมั่นใจ เพิ่มความดึงดูดใจทางเพศ และส่งเสริมสติปัญญา และจากการศึกษาของ Engels et al. (2005) พบว่า ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นแรงจูงใจในการลดพฤติกรรมการดื่มหรือหยุดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนี้มีการศึกษาพบว่า ความเชื่อเกี่ยวกับโทษของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เริ่มมีตั้งแต่เด็กเริ่มเข้าโรงเรียนก่อนอายุ 9 ปี โดยเด็กมักจะมองผลด้านลบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และเห็นว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสิ่งที่ไม่ดีที่จะทำให้เกิดผลแทรกซ้อนตามมาเมื่อเด็กอายุประมาณ 13 ปี ความคาดหวังนี้กลับเปลี่ยนแปลงไปโดยจะกลายเป็นความคาดหวังทางบวกมากขึ้นวัยรุ่นที่ตัดสินใจดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงมักจะเป็นวัยรุ่นที่มองเห็นแต่ด้านดีของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และฤทธิ์อันน่าตื่นเต้นของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สาวิตรี อัษณางค์กรชัย, อโนชา หมึกทอง และ ถนอมศรี อินทนนท์, 2551)

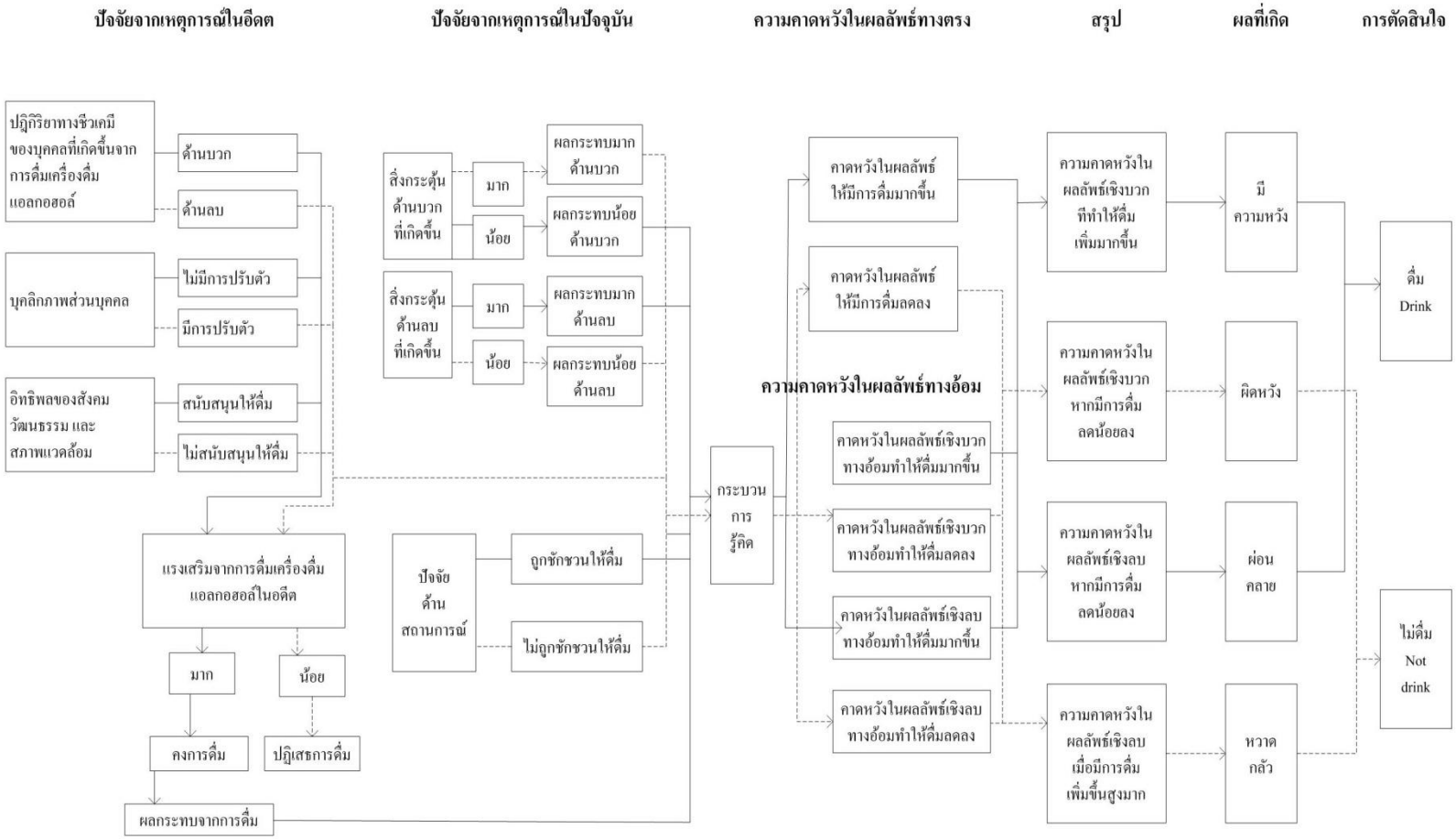
ดังนั้น การป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยวัยรุ่นต้องรู้จักควบคุมตนเอง หลีกเลี่ยงและปฏิเสธการชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4. แนวคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

แรงจูงใจ เป็นแรงกระตุ้นหรือแรงผลักดันภายในตัวบุคคล ที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่งอย่างมีเป้าหมาย ซึ่งแรงจูงใจจะเกิดขึ้นอย่างเป็นระบบ โดยส่งผลต่อพฤติกรรมและพฤติกรรมจะกลายเป็นตัวกำหนด และมีอิทธิพลต่อบุคคลว่าจะแสดงพฤติกรรมนั้นหรือไม่ ซึ่งเป็นการตัดสินใจเกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมที่กระทำในปัจจุบันของบุคคล หรือเป็นผลจากการที่บุคคลได้รับจากการแสดงพฤติกรรมนั้นมาก่อนในอดีต หรือเกิดจากแรงผลักดันภายในตัวของแต่ละบุคคลและแรงผลักดันจากสิ่งแวดล้อม โดยที่แต่ละบุคคลมีความต้องการ ความปรารถนา และเป้าหมายต่างกัน อีกทั้งแตกต่างด้านความคาดหวังในผลลัพธ์ที่ตนคาดว่าจะได้รับภายหลังจากการแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ออกไป (Cox and Klinger, 1988)

การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น จึงต้องเข้าใจแรงกระตุ้นหรือแรงผลักดันภายในและจากสภาพแวดล้อมของวัยรุ่น ซึ่งแนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1998) กล่าวถึง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของบุคคลให้เลือกปฏิเสธหรือดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย ปัจจัยจากเหตุการณ์ในอดีต (historical factors) ปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน (current factors) กระบวนการรู้คิด (cognitive mediating events) และความคาดหวังในผลลัพธ์ ได้แก่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง (expected effects direct chemical effects) ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางอ้อม (expected effects indirect instrumental effects) และความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (expected effects of drinking) โดยประยุกต์ใช้แบบแผนแรงจูงใจในการตัดสินใจปฏิเสธหรือดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งแสดงตามเส้นทึบถึงความสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเส้นประแสดงถึงความสัมพันธ์ที่ทำให้ปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังแผนภาพที่ 1

ภาพที่ 1 แบบแผนแรงจูงใจในการดื่มแอลกอฮอล์ (Motivational model of alcohol consumption) (Cox and Klinger, 1988:171)
ปัจจัยจากเหตุการณ์ในอดีต ปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางตรงและทางอ้อม สรุป ผลที่เกิดขึ้น การตัดสินใจ



4.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Cox and Klinger, 1988) ได้แก่

4.1.1 ปัจจัยจากเหตุการณ์ในอดีต (historical factors) ประกอบด้วย ปฏิกิริยาทางชีวเคมีของบุคคลที่เกิดขึ้นจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บุคลิกภาพส่วนบุคคล สภาพสังคมวัฒนธรรม และสภาพแวดล้อมรอบตัวของบุคคลนั้น มีรายละเอียดดังนี้

4.1.1.1 ปฏิกิริยาทางชีวเคมีของแต่ละบุคคลที่เกิดขึ้นจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (biochemical reactivity to alcohol) มีทั้งด้านบวกและด้านลบ ซึ่งถ้าหากบุคคลมีความรู้สึกที่ดีเกิดขึ้นเป็นสิ่งที่จูงใจโน้มน้าวบุคคลนั้น จะคงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อไป ในทางตรงข้ามหากบุคคลมีความรู้สึกที่ไม่ดีเกิดขึ้น ซึ่งเป็นปัจจัยทางด้านลบก็เป็นสิ่งที่จูงใจโน้มน้าวบุคคลนั้นจะปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณที่ลดน้อยลง

4.1.1.2 บุคลิกภาพส่วนบุคคล (personality characteristics) เป็นลักษณะส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือ บุคคลที่มีลักษณะไม่มีการปรับตัว หรือมีอารมณ์หุนหันพลันแล่น มักพบว่าจะมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากจนเป็นปัญหา หรือต้องเข้ารับการรักษาด้วยภาวะพิษสุราเรื้อรัง หรือบุคคลนั้นมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จะพบว่ามีการดื่มแอลกอฮอล์ได้มาก

4.1.1.3 อิทธิพลของสังคม วัฒนธรรม และสภาพแวดล้อม (sociocultural/ environmental influences) สภาพสังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมรอบตัวบุคคล ทำให้เกิดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ หากในสังคมวัฒนธรรมนั้นมองว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเรื่องที่ควรสนับสนุน จะทำให้บุคคลที่อยู่ในสังคมนั้นมีโอกาสดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากขึ้น

4.1.1.4 แรงเสริมจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในอดีต (pastreinforcement from drinking) เป็นแรงเสริมที่เกิดขึ้นในบุคคลที่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในอดีตที่ผ่านมา ประกอบด้วย แรงเสริมทางบวกและทางลบ เป็นต้นว่า แรงเสริมทางบวกจะทำให้บุคคลนั้นคงการดื่มต่อไป และแรงเสริมทางลบจะทำให้บุคคลนั้นลดหรือปฏิเสธการดื่มในที่สุด

4.1.2 ปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน (current factors) ประกอบด้วย ปัจจัยด้านสถานการณ์และสิ่งกระตุ้นทั้งด้านบวกและด้านลบที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน คือ

4.1.2.1 ปัจจัยด้านสถานการณ์ (situational factors) เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับบริบทของสิ่งแวดล้อมที่อยู่ใกล้ชิดบุคคลมาก เช่น การอยู่ใกล้ชิดบุคคลอื่นที่มีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงเป็นแรงเสริมที่สามารถจูงใจให้บุคคลนั้นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้

4.1.2.2 สิ่งกระตุ้นทั้งด้านบวกและด้านลบที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน (currentpositive and negative incentives) เป็นสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นกับบุคคล และรู้สึกว่าเมื่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วมีความสุขสนุกสนาน จะทำให้บุคคลนั้นคงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อไป ตรงกันข้ามหากบุคคลรู้สึกว่าดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วไม่เป็นผลดีหรือเป็นอันตรายต่อชีวิต บุคคลนั้นก็จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดน้อยลง

4.1.3 กระบวนการรู้คิด (cognitive mediating events) ประกอบด้วย กระบวนการคิด การรับรู้ และการจดจำของบุคคล เกี่ยวกับความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.1.4 ความคาดหวังในผลลัพธ์ ประกอบด้วย

4.1.4.1 ความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง (expected effects direct chemical effects) เป็นความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้บุคคลมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากขึ้นหรือลดลง เช่น บุคคลคาดหวังว่าผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วมีความสุข สมหวัง หรือช่วยในการผ่อนคลายอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ บุคคลนั้นจะตัดสินดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หากบุคคลรู้สึกว่าผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วผิดหวัง ท้อแท้ หรือกลัวผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บุคคลนั้นก็จะตัดสินใจปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.1.4.2 ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางอ้อม (expected effects indirect instrumental effects) ประกอบด้วย ความคาดหวังในผลลัพธ์ที่ได้รับจากสิ่งกระตุ้นทางบวกและทางลบ เพื่อทำให้บุคคลนั้นเกิดความรู้สึกที่ดีและดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น บุคคลดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพราะเชื่อว่าเมื่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วจะได้รับการยอมรับ จากเพื่อนในกลุ่มตามที่คาดหวัง หรือบุคคลปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพราะเชื่อว่าจะสามารถลดความขัดแย้งในครอบครัวตามที่คาดหวังได้ หากปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.1.4.3 ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (expected effects of drinking) เป็นความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มี 4 ลักษณะ ได้แก่

4.1.4.3.1 ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวกเมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มมากขึ้น

4.1.4.3.2 ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวกหากดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยลง หรือไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.1.4.3.3 ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบหากดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดน้อยลง

4.1.4.3.4 ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ เมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น

โดยลักษณะที่ 1 และ3 จะทำให้บุคคลตัดสินใจดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนลักษณะที่ 2 และ 4 บุคคลจะตัดสินใจปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.1.5 ผลที่เกิดขึ้นตามความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (reaction to expected effects of alcohol drinking) มีดังนี้

4.1.5.1 รู้สึกมีความหวัง (hope) โดยบุคคลจะมีความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก และมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มสูงขึ้น

4.1.5.2 ความรู้สึกท้อแท้หมดหวัง (disappointed) บุคคลจะมีความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก แต่ปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.1.5.3 ความรู้สึกผ่อนคลาย (relieved) บุคคลจะมีความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ และคงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไว้

4.1.5.4 ความรู้สึกกลัว (fearful) บุคคลจะมีความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบอย่างรุนแรงมาก และปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากแนวคิดดังกล่าวข้างต้น ในการศึกษาครั้งนี้มุ่งที่พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น ที่ยังไม่มีประสบการณ์ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงประยุกต์ใช้แนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) ที่ได้อธิบายปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังนี้

4.2.1 ปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน (current factors) ประกอบด้วย ปัจจัยด้านสถานการณ์ และสิ่งกระตุ้นทั้งด้านบวก และด้านลบที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน คือ

4.2.1.1 ปัจจัยด้านสถานการณ์ (situational factors) เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับบริบทของสิ่งแวดล้อมที่อยู่ใกล้ชิดบุคคลมาก เช่น การอยู่ใกล้ชิดบุคคลอื่นที่ไม่มีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และไม่ถูกชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงเป็นแรงเสริมที่ทำให้บุคคลนั้นไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้

4.2.1.2 สิ่งกระตุ้นทั้งด้านบวกและด้านลบที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน (current positive and negative incentives) เป็นสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นกับบุคคล และรู้สึกว่าเมื่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วไม่เป็นผลดี หรือเป็นอันตรายต่อชีวิต บุคคลนั้นก็จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.2.2 กระบวนการรู้คิด (cognitive mediating events) ประกอบด้วย กระบวนการคิด การรับรู้ และการจดจำของบุคคล เกี่ยวกับความคาดหวังในผลลัพธ์ทั้งเชิงบวกและลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.2.3 ความคาดหวังในผลลัพธ์ ประกอบด้วย

4.2.3.1 ความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง (expected effects direct chemical effects) เป็นความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้บุคคลปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น บุคคลรู้สึกว่าผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วผิดหวัง ท้อแท้ หรือกลัวผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บุคคลนั้นก็จะตัดสินใจปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.2.3.2 ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางอ้อม (expected effects indirect instrumental effects) ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางอ้อม ประกอบด้วย ความคาดหวังในผลลัพธ์ที่ได้รับจากสิ่งกระตุ้นทางลบ เพื่อทำให้บุคคลนั้นปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น บุคคลปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพราะเชื่อว่าจะสามารถลดความขัดแย้งในครอบครัวตามที่คาดหวังได้ หากปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.2.3.3 ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (expected effects of drinking) เป็นความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่

4.2.3.3.1 ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดน้อยลง หรือไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.2.3.3.2 ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ เมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น

เนื่องจากในการศึกษาครั้งนี้มุ่งที่พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น ที่ยังไม่มีประสบการณ์ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังนั้นจึงนำปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งประกอบด้วย ปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบันด้านสถานการณ์ (situational factors) ความคาดหวังในผลลัพธ์ทางตรงและทางอ้อม มาใช้ในการออกแบบโปรแกรมสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อให้มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีความคาดหวังในผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ เมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ให้สอดคล้องกับบริบทของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนต้นที่ยังไม่มีประสบการณ์ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อให้บุคคลตัดสินใจปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเป็นพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.2 องค์ประกอบของแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

Cox and Klinger (1988) กล่าวว่า แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย 2 ส่วนสำคัญ คือ 1) เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากความอยากรู้ อยากเห็นของบุคคล ซึ่งเป็นความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ตนเองจะได้รับ (Cox and Klinger, 1998) และ 2) แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นต้องเกิดขึ้นร่วมกันระหว่างปัจจัยที่อยู่ภายในและภายนอกร่างกายที่ทำให้มีการดื่มเกิดขึ้น ซึ่งพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของแต่ละบุคคลนั้นมีความแตกต่างกันทั้งด้านความต้องการ และด้านบทบาทหน้าที่ของแต่ละบุคคล โดยมีความจำเพาะของแต่ละสถานการณ์ และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นจะเกิดตามมาในภายหลัง

4.3 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

Cox and Klinger (1988) กล่าวว่า การที่บุคคลเลือกที่จะปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นการตัดสินใจของบุคคลภายใต้พื้นฐานจากปัจจัยด้านสถานการณ์ อารมณ์ ความรู้สึก และผ่านกระบวนการรู้คิด มีการไตร่ตรอง โดยใช้เหตุผลถึงผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเกิดขึ้นภายหลังจากที่บุคคลได้ทำการเปรียบเทียบระหว่าง ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและเชิงลบที่บุคคลคาดว่าตนจะได้รับจากการดื่มหรือปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนที่จะตัดสินใจปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น ผู้ที่ปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หากมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่า หากตนมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จนเกิดอาการมึนเมา อาจเป็นผลเสียต่อตนเองและครอบครัวได้ ทำให้บุคคลนั้นเกิดความหวาดหวั่น ซึ่งเป็นความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบที่เป็นผลจากสภาพอารมณ์ด้านลบที่ส่งผลให้บุคคลตัดสินใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

4.4 การประเมินความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พบว่ามีการใช้แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (The Drinking Expectancies Questionnaire [DEQ]) ของ Lee et al. (2003) ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 37 ข้อ ซึ่งแปลแบบสอบถามโดยพรพิมล บัวสมบูรณ์ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ (2551) และดัดแปลงแบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยจิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ (2554) ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นมีอายุระหว่าง 12-15 ปี จำนวน 420 คน ประกอบด้วย แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและเชิงลบ ดังนี้

แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 17 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 12 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1-9 และ 13-15 ข้อคำถามเชิงลบ 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 10-12, 16 และ 17 ในองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ ด้านการเสริมสร้างความมั่นใจ ด้านการเพิ่มความดึงดูดใจทางเพศ ด้านการส่งเสริมสติปัญญา และด้านการลดความตึงเครียด ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตรประมาณค่า แบบมาตรวัดที่ประเมินค่าจากคะแนนรวมของ Likert ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบได้ 3 ระดับ มีค่าความเที่ยงของเครื่องมือ .92

แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 14 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมดในองค์ประกอบเพียง 1 ด้าน คือ ด้านผลลัพธ์ทางด้านลบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตรประมาณค่า แบบมาตรวัดที่ประเมินค่าจากคะแนนรวมของ Likert ให้เลือกตอบได้ 3 ระดับ มีค่าความเที่ยงของเครื่องมือ .96

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของจิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ (2554) เนื่องจากมีค่าความเที่ยงของเครื่องมือสูง อยู่ในเกณฑ์ที่น่าเชื่อถือและมีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

5. บทบาทพยาบาลในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

บทบาทพยาบาลในการดูแลสุขภาพเด็กในปัจจุบันเน้นการส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก โดยการวางแผนและปฏิบัติพยาบาลเมื่อพบปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพด้านต่าง ๆ ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจ รวมถึงครอบครัวของเด็ก โดยพยาบาลมีบทบาทให้ ความรู้ ให้คำปรึกษาเพื่อร่วมหาแนวทางในการป้องกันปัญหาสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญต่าง ๆ ให้มีความเหมาะสมกับความต้องการของแต่ละบุคคลได้ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น มีดังนี้

5.1 บทบาทด้านการเป็นแบบอย่างที่ดี (role model) พยาบาลสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในด้านการสร้างเสริมสุขภาพ โดยเน้นวัยรุ่นที่อยู่ในชุมชนเขตเมือง เนื่องจากในกลุ่มนี้มีความสุ่มเสี่ยงมากขึ้นต่อการถูกกระตุ้นจูงใจให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พยาบาลต้องไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับการซื้อขายโฆษณา หรือประชาสัมพันธ์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทุกรูปแบบ เพื่อให้กลุ่มวัยรุ่นได้เห็นแบบอย่างที่ดีในด้านการสร้างเสริมสุขภาพ หลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพด้วยการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสามารถปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้อย่างจริงจังและต่อเนื่อง อีก

ทั้งให้การส่งเสริมสนับสนุนเพื่อให้สถานพยาบาลและสถานศึกษาทุกแห่งเป็นสถานที่ปลอดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด

5.2 บทบาทด้านการเป็นผู้ให้ความรู้ (health educator) พยาบาลมีบทบาทในการให้ความรู้เกี่ยวกับโทษของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและเศรษฐกิจ เน้นการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เด็กวัยรุ่น โดยเฉพาะทักษะในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อให้วัยรุ่นสามารถหลีกเลี่ยงจากพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ซึ่งพยาบาลต้องเป็นผู้สอนและให้ความรู้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับพัฒนาการทางการเรียนรู้ของเยาวชนและวัยรุ่นเป็นสำคัญ โดยใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน เช่น การอภิปรายกลุ่มย่อย การรณรงค์ การอภิปรายสื่อต่าง ๆ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเพิ่มความตระหนักต่ออันตรายของพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Foxcroft et al., 2002) และให้ความรู้ด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต (life skills training: LST) และทักษะทางสังคม (social skills training) ในการป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และช่วยลดแรงจูงใจในการเริ่มพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Faggiano et al., 2005)

5.3 บทบาทด้านการเป็นผู้ประสาน (collaborator) พยาบาลสามารถประสานความร่วมมือระหว่างผู้ปกครองและครู เพื่อป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโรงเรียน ตลอดจนการสร้างสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่ดีในโรงเรียน บ้านและชุมชนให้ปลอดจากแอลกอฮอล์ (ราณี วงศ์คงเดช, 2549) ส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน โดยการลดปัจจัยเสี่ยงและเสริมปัจจัยป้องกันที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว ได้แก่ การจัดกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว การฝึกอบรมทักษะครอบครัว โดยพ่อแม่ลูกมีกิจกรรมร่วมกัน การฝึกอบรมพฤติกรรมการเป็นพ่อแม่ที่เหมาะสม เพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกโดยใช้การเสริมแรงทางบวก ทักษะการฟัง การติดต่อสื่อสารและการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวมีความสำคัญในการลดปัจจัยเสี่ยงและเสริมปัจจัยป้องกันเพื่อลดพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น (Foxcroft et al., 2002) การจัดอบรมเกี่ยวกับการให้ความรู้เรื่องโทษของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้การให้คำแนะนำ ชักจูงโน้มน้าวใจ เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติที่มีต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม รวมทั้งร่วมกับสถานศึกษาในการรณรงค์ให้กลุ่มวัยรุ่นในสถานศึกษาเกิดความร่วมมือ เพื่อการป้องกันและปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

5.4 บทบาทด้านให้คำปรึกษา (counselor) พยาบาลมีบทบาทสำคัญที่จะต้องทำให้เกิดการมีส่วนร่วมระหว่างวัยรุ่นกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อร่วมวางแผนหาแนวทางแก้ไขปัญหาการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชนและวัยรุ่นกลุ่มนี้ โดยการให้คำปรึกษาประคับประคองและให้กำลังใจแก่สมาชิกในครอบครัว ซึ่งเป็นบทบาทที่สำคัญยิ่งของพยาบาลที่ต้องให้การช่วยเหลือวัยรุ่นและสมาชิกในครอบครัวสามารถเผชิญกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และสามารถปรับตัวเข้าสู่กระบวนการปกติของพัฒนาการพัฒนกิจของบิดามารดาของเยาวชนและวัยรุ่นนั้นได้ต่อไป (วีณา จีระแพทย์, 2548) มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล ทั้งด้านการรับรู้ การแสดงออกของพฤติกรรม การเผชิญปัญหาและความสามารถในการปรับตัว ซึ่งต้องได้รับความร่วมมือกันจากหลายภาคส่วนเพื่อช่วยในการสนับสนุนแหล่งข้อมูลให้กับบิดามารดาหรือผู้ปกครองของเยาวชนและวัยรุ่นหรือการจัดกิจกรรมร่วมกับทาง

โรงพยาบาล เช่น การให้คำปรึกษา แนะนำเกี่ยวกับวิธีการป้องกันและปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อให้มีความสอดคล้องกับความต้องการของวัยรุ่นและสมาชิกในครอบครัวให้มากที่สุด

5.5 บทบาทด้านการเป็นผู้ให้การดูแล (caregiver) บุคลากรพยาบาลต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการประยุกต์หรือบูรณาการแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพทั้งเชิงรุกและเชิงรับ ในการปฏิบัติพยาบาลประจำ เป็นผู้มีความรู้อย่างชัดแจ้งทั้งด้านการประเมินคัดกรองกลุ่มเสี่ยงต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือการใช้สารเสพติดอื่นๆ เพื่อให้ทันต่อสถานการณ์ที่มีความสุ่มเสี่ยง โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นที่มีการเริ่มทดลองใช้สารข้างต้น และร่วมวางแผนและการปฏิบัติพยาบาลได้อย่างถูกต้องตามกระบวนการพยาบาล เพื่อให้การดูแลรักษาพยาบาลทั้งกลุ่มเยาวชน วัยรุ่นและครอบครัวได้อย่างครอบคลุมทั้งด้านสุขภาพร่างกายจิตใจอารมณ์และสังคม (ราณี วงศ์คงเดช, 2549)

5.6 บทบาทด้านการเป็นผู้วิจัย (researcher) บุคลากรพยาบาลต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ ทำการศึกษาค้นคว้าอย่างสม่ำเสมอ ติดตามผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและนำผลการวิจัยมาเป็นฐานในการปฏิบัติพยาบาล สามารถบูรณาการผลการวิจัย ทฤษฎีทางการพยาบาล ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและประสบการณ์ของพยาบาล เพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติพยาบาลปรับปรุงคุณภาพการพยาบาล (สมจิต หนุเจริญกุล, 2544) และนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของชุมชนในแต่ละชุมชนในการช่วยเหลือวัยรุ่นและครอบครัว ให้สามารถป้องกันลดละและเลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ในที่สุด การปฏิบัติการพยาบาลเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น พยาบาลผู้รับผิดชอบต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถทางการพยาบาลในหลายบทบาท ได้แก่ บทบาทการให้ความรู้ ให้คำปรึกษา เป็นผู้ประสานงานกับทีมสหสาขาวิชาชีพ ให้การปฏิบัติดูแลทั้งวัยรุ่นและครอบครัวที่มีความเสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำการศึกษาค้นคว้าวิจัยที่เกี่ยวข้องและการเป็นแบบอย่างที่ดีในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งในทุกบทบาทดังกล่าวต้องใช้กระบวนการพยาบาลในการดำเนินการทั้งสิ้น ดังนั้น พยาบาลผู้ปฏิบัติพยาบาลขั้นสูงต้องมีความสามารถในการผสมผสานบูรณาการองค์ความรู้ในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพจึงจะสามารถทำการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นได้

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ทฤษฎีแรงจูงใจ

ธัญลักษญ์ สุวรรณโน (2551) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อควบคุมน้ำหนักนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จังหวัดราชบุรี เป็นงานวิจัยกึ่งทดลองโดยประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครอง ครูประจำชั้นและเพื่อน ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการรับรู้ความรุนแรงของโรคอ้วน การรับรู้โอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคอ้วน การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลดีของการปฏิบัติ และการปฏิบัติเพื่อควบคุมน้ำหนักในด้านบริโภคอาหาร การปฏิบัติตนเพื่อควบคุมน้ำหนักในด้านการออกกำลังกายดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชัยนันต์ บุตรกาล (2553) ศึกษาผลของการฝึกอบรมแบบกลุ่ม ร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของแกนนำนักเรียนมัธยมศึกษา อำเภอนิคมคำสร้อย จังหวัดมุกดาหาร งานวิจัยกึ่ง

ทดลอง กลุ่มตัวอย่างมีทั้งสิ้น 96 คน กลุ่มทดลอง 48คน กลุ่มควบคุม 48 คน โดยการจัดการอบรมโดยพัฒนาจากการประยุกต์ ทฤษฎีแรงจูงใจในการป้องกันโรคจัดการให้ความรู้เรื่องการรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ ความคาดหวังในความสามารถแห่งตนและความคาดหวังในผลลัพธ์จากการป้องกันโรคเอดส์ และความตั้งใจในปฏิบัติตนป้องกันโรคเอดส์จัดกิจกรรม สัปดาห์ละครั้ง ระยะเวลา 8 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ในด้านต่างๆ มากกว่าก่อนการทดลอง และมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เพชรลดา สีขาว (2553) ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกิน เป็นการวิจัยกึ่งเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกิน โดยประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคของโรเจอร์ (1986) กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนหญิงในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 2 โรงเรียน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 30 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 30 คน กลุ่มควบคุมได้รับความรู้ตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมได้แก่ การประเมินภาวะโภชนาการด้วยตนเอง การอภิปรายกลุ่มและได้รับความรู้เรื่องการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินหลังการได้รับโปรแกรมดีกว่าก่อนเข้ารับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของกลุ่มนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินที่ได้รับโปรแกรมดีกว่ากลุ่มนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินที่ดำเนินชีวิตตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ (2554) ศึกษาความสัมพันธ์และประสิทธิภาพในการจำแนกกลุ่มการดื่มและปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ การทำหน้าที่ของครอบครัว และการรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เขตภาคใต้ตอนบน จำนวน 420 คน พบว่า แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน (r = .40 และ .27 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางลบการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน (r = -.40, -.23 และ -.16 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และศึกษาพบว่า แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน และการทำหน้าที่ของครอบครัว มีประสิทธิภาพในการจำแนกกลุ่มการดื่มและการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คิดเป็นร้อยละ 25.5 และพยากรณ์ได้ถูกต้อง โดยเฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ 72.4 (Canonical correlation = .505)

Engel et al. (2005) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ในประเทศเนเธอร์แลนด์ จำนวน 553 คน พบว่า แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มี

ความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับความถี่ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ($r = .39$, $p < .01$) ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับความถี่ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ($r = .17$, $p < .01$) ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ มีความสัมพันธ์ทางลบระดับต่ำกับความถี่ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ($r = -.16$, $p < .01$) และการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์ทางลบระดับปานกลางกับความถี่ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ($r = -.43$, $p < .01$) ซึ่งปัจจัยทำนายการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งหมดสามารถร่วมทำนายการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 25 และทำนายการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมากของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 24 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

Kuntsche et al. (2008) ศึกษาทบทวนจากงานวิจัยเชิงทดลองจำนวน 82 เรื่อง พบว่า แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุระหว่าง 10-25 ปี พบว่า เพศต่างกันจะมีแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่างกัน แต่พบเพียงในกลุ่มวัยรุ่นตอนปลายที่มีอายุ 16-19 ปี เท่านั้น แต่กลุ่มวัยวัยรุ่นตอนต้นที่มีอายุ 13-15 ปี ไม่พบความแตกต่างกันทางสถิติ แรงจูงใจให้ดื่มเพิ่มมากขึ้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการแสวงหาการสัมผัส และการชอบเข้าสังคม ส่วนแรงจูงใจให้ดื่มเมื่อเผชิญปัญหามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผล และมีความวิตกกังวล

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องมีการนำทฤษฎีแรงจูงใจมาประยุกต์ใช้เพื่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ พบว่าทฤษฎีแรงจูงใจมีผลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันการเจ็บป่วยได้ สามารถประยุกต์ใช้ได้ในทุกช่วงวัยและในหลายโรค เช่น โรคอ้วน และโรคเอดส์ เป็นต้น

6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

กาญจนา แก้วสุวรรณ (2550) ศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน เป็นการศึกษากึ่งทดลองกลุ่มตัวอย่างคือ เด็กวัยรุ่นอายุ 14-18 ปี จำนวน 11 ราย ที่มีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบเสี่ยง ซึ่งประเมินจากแบบประเมินพฤติกรรม การดื่ม AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) (WHO, 2001) มีระดับคะแนนอยู่ระหว่าง 8-15 คะแนน นำกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจำนวน 7 ครั้ง ๆ ละ 45-60 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 4 สัปดาห์ และทำการประเมินพฤติกรรมการดื่มก่อนและหลังการทดลอง ทันทีเมื่อสิ้นสุดโปรแกรม และอีก 1 สัปดาห์ประเมินซ้ำอีกครั้ง รวมเป็น 5 สัปดาห์ พบว่าการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้คะแนนพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่างลดต่ำลงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม เมื่อสิ้นสุดการทดลองทันทีและหลังสิ้นสุดโปรแกรม 1 สัปดาห์ และคะแนนพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบเสี่ยงภายหลังสิ้นสุดโปรแกรม 1 สัปดาห์ ไม่แตกต่างจากหลังสิ้นสุดโปรแกรมทันที

สุรัชยา มุลาลี (2551) ศึกษาการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดอุดรธานี โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อการป้องกันโรคจำนวน 6 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกัน 2 สัปดาห์ กับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้วิจัย โดยการให้กำลังใจ ให้คำแนะนำ ร่วมกับครูประจำชั้น คอยกระตุ้นเตือนให้กำลังใจ 6 ครั้ง สลับกับโปรแกรมสุขศึกษารวมทั้งหมดระยะเวลา 12 สัปดาห์ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่ม

เปรียบเทียบกลุ่มละ 30 คน ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดย วัดผลหลัก 7 ด้านคือ 1) ความรู้ 2) การรับรู้ความรุนแรง 3) การรับรู้โอกาสเสี่ยง 4) ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง 5) ความคาดหวังในประสิทธิผลการตอบสนอง 6) ความตั้งใจ 7) การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ หลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีความรู้ ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในประสิทธิผลการตอบสนอง ความตั้งใจและการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พรทิพย์ ขุนจันทร์ (2551) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา โดยการประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยให้โปรแกรมสุขศึกษาประกอบด้วยกิจกรรมการอภิปราย การให้ความรู้ การใช้ตัวแบบ การกระตุ้นเตือนให้คำปรึกษา การให้กำลังใจ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีการประเมินอันตรายในเรื่องการรับรู้ความรุนแรงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การประเมินเผชิญปัญหาในเรื่องความคาดหวังในความสามารถของตนเองในพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในประสิทธิผลของการตอบสนองในพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประสิทธิ์ ไกยราช (2555) ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น เป็นการศึกษากึ่งทดลองชนิดสองกลุ่มวัดก่อนหลัง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2552 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาบุรีรัมย์ จำนวนกลุ่มละ 50 คน นำกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจำนวน 5 ครั้งๆ ละ 70-80 นาที โดยแต่ละครั้งห่างกัน 1 สัปดาห์ และทำการประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังการทดลองทันที เมื่อสิ้นสุดโปรแกรม และอีก 4 สัปดาห์ประเมินซ้ำอีกครั้ง พบว่าการสร้างแรงจูงใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยง การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล และเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมสร้างแรงจูงใจมีความคาดหวังในผลที่เกิดจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าจะก่อให้เกิดผลดีกับตนเอง และเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

Masterman and Kelly (2003) ได้รวบรวมศึกษาประสิทธิภาพโปรแกรมการป้องกันตนเองในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะเริ่มต้นของเด็กวัยรุ่นเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมและไม่เข้าร่วมโปรแกรมจากโครงการต่างๆในยุโรปและอมริกา พบว่าการดึงศักยภาพของวัยรุ่นมาใช้การพัฒนาทักษะการปฏิเสธที่มีประสิทธิภาพเมื่อเพื่อนชวนดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้ยืดหยุ่นในสถานการณ์ต่างๆเพื่อให้เหมาะสม เป็นแนวทางที่ดีที่สุดในการพัฒนาโปรแกรมต่างๆโดยอาศัยกลวิธีที่หลากหลายให้เหมาะสมแต่ละคน

Komro and Toomey (2002) ทบทวนองค์ความรู้เกี่ยวกับมาตรการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการสูบบุหรี่ในเยาวชนก่อนอายุ 12 ปี ในสหรัฐอเมริกาพบว่า มาตรการที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ การลดปัจจัยเสี่ยงส่วนบุคคลและสังคมพัฒนารูปแบบการให้ข้อมูลที่ครอบคลุมแก่เยาวชนพัฒนาทักษะส่วนบุคคลทักษะทางสังคมและการปฏิเสธการ จัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมหลายครั้งเป็นระยะเวลาต่อเนื่องกันโดยใช้การมีส่วนร่วมของเพื่อนครอบครัวและชุมชน โดยพบว่าโครงการที่ใช้มาตรการหลายด้านร่วมกันยิ่งได้ผลดียิ่งขึ้น

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าวัยรุ่นมีแนวโน้มของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มมากขึ้นและส่งผลกระทบทั้งต่อตนเองและสังคม ดังนั้นพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอออลล์ของวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้วัยรุ่นสามารถป้องกันตนเองจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ ทั้งนี้ทุกภาคส่วนได้มีการศึกษาวิจัยเพื่อหาแนวทางแก้ไขพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา พบว่าส่วนใหญ่มุ่งเน้นในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้ว โดยการประยุกต์ทฤษฎีพฤติกรรมสุขภาพที่หลากหลายในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อลดพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กวัยรุ่น ผู้วิจัยในฐานะพยาบาลเป็นบุคคลทางสุขภาพจึงได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาเป็นกรอบในการพัฒนาโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจและใช้ระยะเวลาการติดตามผล 1 สัปดาห์ (กาญจนา แก้วสุวรรณ , 2550) เพื่อให้งานวิจัยนี้เป็นทางเลือกหนึ่งในการช่วยแก้ปัญหาการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นได้ และสามารถพัฒนาให้เป็นพฤติกรรมที่ยั่งยืนได้ต่อไป ดังแสดงรายละเอียดของกิจกรรมตามกรอบแนวคิดการวิจัยดังนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กรอบแนวคิดการวิจัย

โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ โดยประยุกต์แนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) จัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 4 ครั้ง ดังนี้

ครั้งที่1 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังในผลลัพธ์ทางตรงจากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และปัจจัยความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ เมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ กิจกรรม “โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ชมการ์ตูนแอนิเมชั่นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “Stop drink Cartoon คุณรู้หรือไม่?” ของศูนย์วิจัยปัญหาสุรา ร่วมกับให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบ powerpoint และโปสเตอร์ “70 โรคร้ายมหันตภัยจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ระดมสมอง อภิปรายกลุ่ม และเพิ่มความคาดหวังในผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (60 นาที)

ครั้งที่ 2 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ กิจกรรม “ เพื่อนแท้” เป็นการเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี การเป็นเพื่อนที่ดี และการปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยระดมสมองและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลือกคบเพื่อน การเป็นเพื่อนที่ดี และการปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากบัตรคำ และออกมานำเสนอร่วมกับอภิปรายร่วมกัน (60 นาที)

ครั้งที่ 3 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ กิจกรรม “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์” โดยระดมสมองและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด และแนวทางจัดการความเครียดของตนเอง และเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่นำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยวิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (60 นาที)

ครั้งที่ 4 แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยมีปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบันด้านสถานการณ์ และความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวกเมื่อไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ กิจกรรม “วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์” โดยศึกษาจากกรณีศึกษาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำมาวิเคราะห์และหาวิธีแก้ไขปัญหาและนำเสนอ พร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติตามกรณีศึกษาและวิธีแก้ไขปัญหาตามที่ได้จากการระดมสมองภายในกลุ่ม ฝึกทักษะการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร่วมกับเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนได้ (60 นาที)

→

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
(ดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค, 2548)
- การปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนในการทำพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- การไม่คบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- การหลีกเลี่ยงสถานที่ที่เอื้ออำนวยต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- การปรึกษาบุคคลใกล้ชิดเมื่อตนเองมีปัญหา
- การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น เป็นการศึกษาแบบสองกลุ่ม เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมวัดผลก่อนและหลังการทดลอง (Two Group Pretest-Posttest Design) โดยมีรูปแบบการทดลอง ดังนี้

กลุ่มควบคุม O_1 ———————————— O_2
กลุ่มทดลอง O_3 ———— X ———— O_4

X	หมายถึง	โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ
O_1	หมายถึง	พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นก่อนได้รับความรู้ตามปกติ
O_2	หมายถึง	พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นหลังได้รับความรู้ตามปกติ
O_3	หมายถึง	พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นก่อนได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ
O_4	หมายถึง	พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นหลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ

กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นตอนต้นเพศชายและเพศหญิง ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ 25 คนและกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ 25 คน ตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ

1) ไม่มีประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยไม่มีประวัติทดลองดื่มแม้แต่เพียงครั้งเดียว หรือมีประวัติทดลองดื่มแบบจิบแค่เพียงครั้งเดียวทั้งในอดีตและปัจจุบัน เนื่องจากวัตถุประสงค์ของการศึกษามุ่งเน้นการป้องกันก่อนการเกิดพฤติกรรมเสี่ยง จึงคัดเลือกวัยรุ่นตอนต้นที่ยังไม่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

2) ได้รับความยินยอมทั้งจากวัยรุ่นตอนต้นและบิดามารดาในการเข้าร่วมการวิจัย

3) ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้ตลอดระยะเวลาการวิจัย

ขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง มีดังนี้

1. คัดเลือกโรงเรียนที่มีคุณสมบัติดังนี้ (inclusion criteria)

1.1 เป็นโรงเรียนสังกัด สพฐ.เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ

1.2 มีขนาดใหญ่ คือ มีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 1,501 – 2,500 คน เนื่องจากมีนักเรียนจำนวนมาก ทำให้มีโอกาสในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์คุณสมบัติที่กำหนดไว้ และสามารถเป็นตัวแทนที่ดีของประชากร

1.3 เป็นโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาแบบสหศึกษา

1.4 มีการเรียนการสอนเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่จัดขึ้นตามหลักสูตรของ สพฐ.จัดเท่านั้น โดยไม่อยู่ระหว่างการทำโครงการหรือการศึกษาวิจัยเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น และครอบคลุมถึงระยะการติดตามผลการวิจัย

จากการคัดเลือกพบว่ามีโรงเรียนตรงตามเกณฑ์ดังกล่าว 19 โรงเรียน

2. สุ่มโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง (random assignment) โดยการจับฉลากชื่อโรงเรียน ฉลากที่จับได้ครั้งแรกจัดเข้าเป็นโรงเรียนกลุ่มทดลอง คือ โรงเรียนบางกะปิ และครั้งที่ 2 เป็นโรงเรียนกลุ่มควบคุม คือ โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) 2

3. สุ่มห้องเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของแต่ละโรงเรียน โดยระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มี 12 ห้องเรียน จับฉลากให้ได้ 1 ห้องเรียนของแต่ละโรงเรียน

4. ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกวัยรุ่นตอนต้นที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ของทั้ง 2 โรงเรียน ด้วยการทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยให้วัยรุ่นตอนต้นตอบแบบสอบถามเอง และผู้วิจัยเป็นผู้คัดเลือกให้ได้จำนวนวัยรุ่นตอนต้นที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ รวมเป็นกลุ่ม ๆ ละ 25 คน

5. ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างให้มีลักษณะใกล้เคียงกันด้วยการจับคู่ (matched pair) เป็นการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนและเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีลักษณะใกล้เคียงกันมากที่สุด (บุญใจ ศรีสถิตย์นรากูร, 2550) ผู้วิจัยจึงดำเนินการคัดเลือกในกลุ่มตัวอย่างโดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน โดยผู้วิจัยได้กำหนดคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละกลุ่มให้มีความคล้ายคลึงกันในเรื่องดังต่อไปนี้

5.1 เพศเดียวกัน (บัณฑิต ศรไพศาล, 2549; บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ, 2551 และ พงษ์ศักดิ์ อ้นมอย, 2554)

5.2 มีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สุวรรณี แสงอาทิตย์, 2550)

5.3 มีบุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สาวิตรี อัษณางค์กรชัย, อโนชา หมึกทอง และถนอมศรี อินทนนท์, 2551)

เกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างออกจากงานวิจัย (exclusion criteria)

1. นักเรียนไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมครบทุกกิจกรรม

2. ย้ายออกจากโรงเรียนขณะเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ไม่มีกลุ่มตัวอย่างออกจากงานวิจัย

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการเปิดตารางอำนาจทดสอบของ Burns and Grove (2009) กำหนดขนาดอิทธิพลปานกลาง อำนาจทดสอบ 80% และระดับนัยสำคัญ = .05 ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 22 คน ผู้วิจัยเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มละ 25 คน เพื่อป้องกันกลุ่มตัวอย่างที่อาจยุติการเข้าร่วมในการศึกษา (drop out) โดยการศึกษาครั้งนี้มีขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 50 คน (กลุ่มทดลอง 25 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน) ซึ่งไม่มีกลุ่มตัวอย่างที่ต้องคัดออกจากการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดแรงจูงใจในการดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) มาประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรม เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

1. ทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวคิดการสร้างแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) และทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น

2. กำหนดรายละเอียดการทำกิจกรรม

3. สร้างโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจโดยจัดกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ประกอบด้วย การบรรยายให้ความรู้ การทำกิจกรรมกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ การระดมสมอง การอภิปรายแสดงความคิดเห็น การเรียนรู้จากตัวแบบโดยบุคคลจริง และประเมินผลภายหลังจัดกิจกรรม 1 สัปดาห์

4. ผู้วิจัยจัดทำแผนการเรียนรู้และเตรียมสื่อการสอน โดยกิจกรรมประกอบด้วย 4 กิจกรรม จำนวน 4 ครั้ง เวลารวม 4 ชั่วโมง ซึ่งดำเนินกิจกรรมทั้งหมดโดยผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน ซึ่งเป็นพยาบาลวิชาชีพ สาขาการพยาบาลเด็กที่มีประสบการณ์การทำงานอย่างน้อย 3 ปี และมีประสบการณ์ในการทำงานวิจัย ได้แก่

กิจกรรมที่ 1 “โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ระยะเวลา 60 นาที
กิจกรรมที่ 2 “เพื่อนแท้” ระยะเวลา 60 นาที
กิจกรรมที่ 3 “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์” ระยะเวลา 60 นาที
กิจกรรมที่ 4 “วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์” ระยะเวลา 60 นาที

ชุดที่ 2 เครื่องมือกำกับการทดลอง

เครื่องมือกำกับการทดลอง ได้แก่ แบบวัดความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้แบบสอบถามของจิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ (2554) ดังนี้

1. แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก ประกอบด้วย ข้อคำถามเชิงบวก 13 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1-13 ข้อคำถามเชิงลบ 1 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 14 ในองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ

ด้านการเสริมสร้างความมั่นใจ	จำนวน 9 ข้อ	(ข้อที่ 1-9)
ด้านการส่งเสริมสติปัญญา	จำนวน 3 ข้อ	(ข้อที่ 10-12)
ด้านการลดความตึงเครียด	จำนวน 2 ข้อ	(ข้อที่ 13-14)

ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตรประมาณค่า แบบมาตรวัดที่ประเมินค่าจากคะแนนรวม ของ Likert ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบได้ 3 ระดับ มีเกณฑ์ดังนี้ คือ

		ข้อคำถามเชิงบวก	**ข้อคำถามเชิงลบ**
เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	3 คะแนน	1 คะแนน
ไม่แน่ใจ	มีค่าคะแนน	2 คะแนน	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	1 คะแนน	3 คะแนน

เห็นด้วย หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่าตรงกับความรู้สึกหรือความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับประโยชน์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนมากที่สุด

ไม่แน่ใจ หมายถึง ไม่แน่ใจกับข้อความในประโยคนั้นว่าตรงกับความรู้สึกหรือความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับประโยชน์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ไม่เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่าตรงกับความรู้สึกหรือความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับประโยชน์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน

เกณฑ์การแปลผลคะแนน ค่าคะแนนสูง หมายถึง มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกสูง ค่าคะแนนต่ำ หมายถึง มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกต่ำ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการแบ่งระดับความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก โดยการนำค่าคะแนนรวมสูงสุดลบด้วยค่าคะแนนรวมต่ำสุด หารด้วยจำนวนระดับที่ต้องการแบ่ง 3 ระดับ (จิราวรรณ พรหมชาติ และ นรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) การแปลความหมายดังเกณฑ์พิจารณา คือ

คะแนน 32.68-42.00 คะแนน หมายถึง ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกระดับสูง

คะแนน 23.34-32.67 คะแนน หมายถึง ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกระดับปานกลาง

คะแนน 14-23.33 คะแนน หมายถึง ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกระดับต่ำ

ผู้วิจัยประเมินระดับคะแนนด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในสัปดาห์ที่ 5 ของการวิจัย หลังจากการทำกิจกรรมครั้งที่ 4 เสร็จสิ้นโดยใช้เกณฑ์ที่ผ่านการประเมินความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกระดับต่ำ คือ ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 23.33 คะแนน ซึ่งมีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ทุกคน

2. แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 12 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมดในองค์ประกอบเพียง 1 ด้าน คือ ด้านผลลัพธ์ทางด้านลบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตรประมาณค่าแบบมาตรวัดที่ประเมินค่าจากคะแนนรวม ของ Likert ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบได้ 3 ระดับมีเกณฑ์ ดังนี้คือ

เห็นด้วย		มีค่าคะแนน 3 คะแนน
ไม่แน่ใจ		มีค่าคะแนน 2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย		มีค่าคะแนน 1 คะแนน
เห็นด้วย	หมายถึง	เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่าตรงกับความรู้สึกหรือความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับโทษหรืออันตรายจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนมากที่สุด
ไม่แน่ใจ	หมายถึง	ไม่แน่ใจกับข้อความในประโยคนั้นว่าตรงกับความรู้สึกหรือความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับโทษหรืออันตรายจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่าตรงกับความรู้สึกหรือความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับโทษหรืออันตรายจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน

เกณฑ์การแปลผลคะแนน ค่าคะแนนสูง หมายถึง มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบสูง ค่าคะแนนต่ำ หมายถึง มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบต่ำ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการแบ่งระดับความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบโดยการนำค่าคะแนนรวมสูงสุดลบด้วยค่าคะแนนรวมต่ำสุดหารด้วย จำนวนระดับที่ต้องการแบ่ง 3 ระดับ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) การแปลความหมายดังเกณฑ์พิจารณา คือ

คะแนน 28-36 คะแนน	หมายถึง ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบระดับสูง
คะแนน 20-27 คะแนน	หมายถึง ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบระดับปานกลาง
คะแนน 12-19 คะแนน	หมายถึง ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบระดับต่ำ

ผู้วิจัยประเมินระดับคะแนนด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในสัปดาห์ที่ 5 ของการวิจัย หลังจากการทำกิจกรรมครั้งที่ 4 เสร็จสิ้น โดยใช้เกณฑ์ที่ผ่านการประเมินความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบระดับสูง คือ 28 คะแนนขึ้นไป ซึ่งมีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ 22 คน และไม่ผ่านเกณฑ์ 3 คน สำหรับนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ผู้วิจัยได้ทบทวนและให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทางด้านร่างกาย สุขภาพจิต พฤติกรรม การเรียน สังคมและเศรษฐกิจ และให้นักเรียนทำแบบทดสอบความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อีกครั้งภายหลังจากได้รับความรู้เพิ่มเติม ซึ่งนักเรียนมีระดับคะแนนด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผ่านเกณฑ์ทั้ง 3 คน

ชุดที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป และข้อมูลด้านพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบและเติมข้อความ ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วยเพศ อายุ ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย ประสบการณ์การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ความคิดอยากทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บุคคลใกล้ชิดที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2. แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้นของดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค (2548) ซึ่งสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สาวิตรี อัษณางค์กรชัย และสุวรรณา อรุณพงศ์ไพศาล, 2543; Persson, Hanson and Rastam, 1994) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 8 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1-2 , 5-6 และ 8 ข้อคำถามเชิงลบ 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 3-4 และ 7 ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตรประมาณค่า แบบมาตรวัดที่ประเมินค่าจากคะแนนรวม ของ Likert ให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบได้ 3 ระดับมีเกณฑ์ดังนี้คือ

		ข้อคำถามเชิงบวก	**ข้อคำถามเชิงลบ**
ทำเป็นประจำ	มีค่าคะแนน	3 คะแนน	1 คะแนน
ทำเป็นบางครั้ง	มีค่าคะแนน	2 คะแนน	2 คะแนน
ไม่เคยทำ	มีค่าคะแนน	1 คะแนน	3 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลคะแนนใช้เกณฑ์ในการแบ่งระดับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการนำค่าคะแนนรวมสูงสุดลบด้วยค่าคะแนนรวมต่ำสุด หารด้วยจำนวนระดับที่ต้องการแบ่ง 3 ระดับ (ดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค, 2547) การแปลความหมายดังเกณฑ์พิจารณา คือ

คะแนน 8.00 – 13.30	คะแนน หมายถึง	มีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับต่ำ
คะแนน 13.40-18.70	คะแนน หมายถึง	มีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับปานกลาง
คะแนน 18.80-24.00	คะแนน หมายถึง	มีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระดับสูง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity index) นำเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล และเครื่องมือกำกับการทดลองไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบ แก้ไขเนื้อหาและภาษาที่ใช้ แล้วนำไปตรวจสอบเครื่องมือโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 คน เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสม ความครอบคลุมของเนื้อหาและภาษา โดยใช้เกณฑ์ผู้ทรงคุณวุฒิมีความเห็นตรงกัน 4 คน จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 คน ได้แก่

1) อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น จำนวน 2 คน
2) อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมศาสตร์ จำนวน 2 คน
3) ผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูงที่เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 1 คน

จากนั้นผู้วิจัยนำแบบประเมินที่ผ่านการตรวจสอบแก้ไข และได้รับข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิมาคำนวณดัชนีความตรงตามเนื้อหา (content validity index: CVI) ค่าที่ยอมรับได้คือมากกว่าหรือเท่ากับ .80 (Polit and Beck, 2006)

ผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาสรุปได้ดังนี้

- แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล CVI = 1
- แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น CV I = .89
- แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก CVI = .82
- แบบประเมินแบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ CVI = .86

สำหรับการทดลองใช้โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจผู้วิจัยนำเครื่องมือดังกล่าวไปทดลองใช้กับเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3 คน ซึ่งเป็นคนเดียวกันกับการทดลองใช้เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือกำกับการทดลองข้างต้น เพื่อประเมินความเหมาะสมของแผนการเรียนรู้และอุปกรณ์ต่างๆ ทดสอบความเป็นปรนัย เพื่อดูความชัดเจนของภาษาและความเข้าใจของกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อให้มีข้อความกระชับ สามารถอ่านเข้าใจง่าย และมีความสอดคล้องเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ก่อนนำเครื่องมือไปใช้ต่อไป พบว่าเนื้อหาและกิจกรรมในโปรแกรมมีความเหมาะสมกับการนำเสนอ กลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจเนื้อหาและภาษาที่ใช้ ระยะเวลาที่เหมาะสมสำหรับดำเนินกิจกรรมที่กำหนด ใช้เวลากิจกรรมละ 60 นาที

2. การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดสอบใช้เด็กนักเรียนที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 30 คนในโรงเรียนที่อยู่ในเขตพื้นที่เดียวกันและนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach’s alpha coefficient) โดยใช้เกณฑ์ที่ยอมรับได้ .7 - .8 (อวยพร เรืองตระกูล, 2552)

ผลการตรวจสอบความเที่ยง สรุปได้ดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1.1 โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

2. เครื่องมือกำกับการทดลอง ประกอบด้วย 2 แบบสอบถาม ดังนี้

2.1 แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก จำนวน 14 ข้อ α = .81

2.2 แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ จำนวน 12 ข้อ α = .86

3. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 2 แบบสอบถาม ดังนี้

3.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 10 ข้อ

3.2 แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 8 ข้อ α = .7

การดำเนินการทดลอง

ขั้นเตรียมการทดลอง

1. ภายหลังผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 9 ตุลาคม พ.ศ.2556 ผู้วิจัยขอหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนอให้ผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความร่วมมือในการทำวิจัย และขออนุญาตดำเนินการวิจัย

2. เมื่อได้รับอนุญาตจากผู้อำนวยการโรงเรียนให้ดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้เข้าพบครูผู้รับผิดชอบวิชาสุขศึกษา เพื่อแนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์การทำวิจัย ขั้นตอนในการทำวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย และการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย เพื่อขอความร่วมมือในงานวิจัย

3. ดำเนินการคัดเลือกวัยรุ่นตอนต้นที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างของทั้ง 2 โรงเรียน โดยหลังจากจับฉลากห้องเรียนได้ 1 ห้องเรียนของแต่ละโรงเรียน ผู้วิจัยให้วัยรุ่นตอนต้นทุกคนในห้องเรียนที่จับฉลากได้ทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

4. เพื่อป้องกันโอกาสเกิดทัศนคติที่ไม่ดี และป้องกันไม่ให้เสียสัมพันธภาพระหว่างวัยรุ่นตอนต้นที่ไม่ได้รับคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างกับกลุ่มเพื่อนและอาจารย์ ดังนั้นผู้วิจัยได้จัดสถานการณ์ให้วัยรุ่นตอนต้นทุกคนในชั้นเรียนได้เข้าร่วมในกิจกรรมการวิจัย 1 ครั้ง คือการให้ความรู้เบื้องต้นของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากผู้วิจัย โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และชนิดของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หลังจากให้ความรู้ผู้วิจัยแจ้งให้วัยรุ่นตอนต้นทุกคนทราบถึงข้อจำกัดของการวิจัยที่ต้องการศึกษาตามขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวนเพียง 25 คน ผู้วิจัยจึงขอคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 คน เข้าร่วมการวิจัย

5. หลังจากได้กลุ่มตัวอย่างแล้ว ผู้วิจัยทำการจับคู่กลุ่มตัวอย่างให้มีคุณสมบัติตรงกับกลุ่มควบคุม (matched pair) โดยในแต่ละกลุ่มให้มีความคล้ายคลึงกันในเรื่องเพศเดียวกัน มีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีบุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยนักเรียนที่ได้รับคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน

6. ผู้วิจัยชี้แจงผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน ซึ่งเป็นพยาบาลวิชาชีพ สาขาการพยาบาลเด็กที่มีประสบการณ์การทำงานอย่างน้อย 3 ปี และมีประสบการณ์ในการทำงานวิจัย โดยเป็นผู้ช่วยวิจัยดำเนินกิจกรรมทั้งในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม และก่อนดำเนินกิจกรรมผู้วิจัยได้ชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย แผนการดำเนินงานวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย และบทบาทของผู้ช่วยวิจัย ซึ่งมีหน้าที่ในการแจกและเก็บเอกสาร รวมทั้งอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมทุกกิจกรรม ให้ผู้ช่วยวิจัยทราบทุกครั้ง

ขั้นดำเนินการทดลอง

กลุ่มควบคุม

สัปดาห์ที่ 1

1. ผู้วิจัยเข้าพบกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อแนะนำตนเอง พูดคุยสร้างสัมพันธภาพ แจ้งวัตถุประสงค์การทำวิจัย ขั้นตอนในการทำวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล และชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าการตอบรับ หรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยไม่มีผลต่อกลุ่มตัวอย่างแต่อย่างใด คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างถือเป็นความลับ และนำมาใช้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น การเสนอหรืออภิปรายผลของข้อมูลในรายงานการวิจัย และบทความวิจัยที่ตีพิมพ์จะเสนอในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และกลุ่มตัวอย่างสามารถแจ้งออกจากการศึกษาได้ทุกเมื่อโดยมิต้องให้เหตุผลหรือคำอธิบายใดๆ และจะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยอ่านและอธิบายตามแบบฟอร์มการพิทักษ์สิทธิ์ให้กลุ่มตัวอย่างฟัง

2. เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมให้ตนเองเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และทำหนังสือถึงผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่างเพื่อขออนุญาตให้กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการวิจัย โดยส่งใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยที่อธิบายถึงลักษณะการวิจัยผ่านกลุ่มตัวอย่าง และให้ผู้ปกครองลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัย

3. ผู้วิจัยขอความร่วมมือกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (pre-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาที และนัดหมายนักเรียนในสัปดาห์ที่ 6 อีกครั้ง

สัปดาห์ที่ 2-5 กลุ่มตัวอย่างได้รับความรู้ตามปกติ โดยได้รับความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการศึกษาในรายวิชาสุขศึกษาตามหลักสูตรระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 จากครู และการได้รับข้อมูลจากผู้ปกครอง บุคลากรทางด้านสุขภาพ และสื่อต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

สัปดาห์ที่ 6

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างตามที่นัดหมายไว้ ขอความร่วมมือให้ตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (post-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาทีแจ้งให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าสิ้นสุดการวิจัย ผู้วิจัยให้ความรู้แก่กลุ่มควบคุมเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง และแจกหนังสือความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่นกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “L-ก-ฮ พอกันที” และกล่าวขอบคุณ

2. นำข้อมูลที่ได้จากนักเรียนมาตรวจสอบความถูกต้องและนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ

กลุ่มทดลอง

การดำเนินกิจกรรมใช้ระยะเวลาทั้งหมด 6 สัปดาห์ (ตั้งแต่ วันที่ 5 พฤศจิกายน ถึงวันที่ 11 ธันวาคม 2556) โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 2-5 ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามโปรแกรมการวิจัย โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมทั้งหมด และมีผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน ประกอบด้วย การให้ความรู้และการทำกิจกรรมกลุ่ม การระดมสมอง การแสดงความคิดเห็น ระยะเวลาในการทำกิจกรรม ครั้งละ 60 นาที มีกิจกรรมทั้งหมด 4 กิจกรรม และระยะติดตามผลการทดลองอีก 1 ครั้งในสัปดาห์ที่ 6 โดยการจัดกิจกรรมสัปดาห์ละครั้ง นอกเวลาเรียนปกติ ทุกวันอังคารเวลา 15.00 - 16.00 น. ณ ห้องเรียนของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1

1. ผู้วิจัยดำเนินการขอความร่วมมือและยินยอมจากนักเรียนและผู้ปกครอง เช่นเดียวกันกับกลุ่มควบคุม และอธิบายถึงประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากโครงการ บทบาทของนักเรียนและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนมีความพร้อมและทราบถึงประโยชน์ที่ตนเองจะได้รับในการเข้าร่วมโครงการครั้งนี้

2. หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองแล้ว ผู้วิจัยขอความร่วมมือกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (pre-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาที และนัดหมายกลุ่มตัวอย่างอีก 1 สัปดาห์

สัปดาห์ที่ 2 “กิจกรรมโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ระยะเวลา 60 นาที

1. ผู้วิจัย เริ่มด้วยการแนะนำตนเองและให้นักเรียนแนะนำตนเอง เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพ พร้อมทั้งบอกวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมครั้งนี้

2. ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหาความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โทษ พิษภัย และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยถามนำเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โทษ พิษภัยและผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และให้นักเรียนร่วมอภิปราย

3. ผู้วิจัยให้ชมการ์ตูนแอนิเมชั่นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และผลกระทบจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “Stop drink Cartoon คุณรู้หรือไม่?” ของศูนย์วิจัยปัญหาสุรา ร่วมกับอธิบายถึงความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบ powerpoint และโปสเตอร์ “70 โรคร้าย มหันตภัยจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

4. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน จำนวน 3 กลุ่ม และกลุ่มละ 7 คน จำนวน 1 กลุ่ม ให้สรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม โดยให้ร่วมอภิปรายเกี่ยวกับผลกระทบจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อร่างกาย ผลต่อสุขภาพจิต ผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น ผลกระทบด้านการเรียน สังคม และเศรษฐกิจ

5. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 1 และประเด็นเพิ่มเติม พร้อมนัดหมายครั้งต่อไป

สรุปกิจกรรม จากการจัดกิจกรรม นักเรียนได้รู้จักสมาชิกภายในกลุ่ม สามารถร่วมกลุ่มได้ ให้ความสนใจในกิจกรรม และมีส่วนร่วมในการอภิปรายและแสดงความคิดเห็น นักเรียนทุกคนมีความสนใจ และสนุกสนานเพลิดเพลินในการชมการ์ตูนแอนิเมชั่นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ

ผลกระทบจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “stop drink cartoon คุณรู้หรือไม่?” และมีความสนใจฟังการบรรยายความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบ powerpoint และโปสเตอร์ “70 โรคร้าย มหันตภัยจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ภายหลังจากการทำกิจกรรมนักเรียนได้รับความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีความคาดหวังในผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อด้านร่างกาย สุขภาพจิต พฤติกรรม การเรียน สังคมและเศรษฐกิจ โดยทำการสอบถามนักเรียนทุกคนมีความสนใจและตั้งใจที่จะหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สัปดาห์ที่ 3 กิจกรรม “เพื่อนแท้” ระยะเวลา 60 นาที

1. ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมครั้งที่ 1 เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และนำเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 2 โดยอธิบายถึงปัจจัยภายนอกสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือ การชักชวนจากเพื่อน และการเลือกคบเพื่อน

2. ผู้วิจัยอธิบายขั้นตอนของกิจกรรมและแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน จำนวน 3 กลุ่ม และกลุ่มละ 7 คน จำนวน 1 กลุ่ม ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มจับบัตรคำเกี่ยวกับการคบเพื่อน แล้วอภิปรายความหมายของบัตรคำร่วมกับสมาชิกภายในกลุ่ม และให้ตัวแทนออกมานำเสนอร่วมกับอภิปรายร่วมกัน พร้อมยกตัวอย่างลักษณะของเพื่อนที่ดี

3. ผู้วิจัยสรุปประเด็นเพิ่มเติม และเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี และการเป็นเพื่อนที่ดี

สรุปกิจกรรม จากการจัดกิจกรรมนักเรียนทุกคนสามารถร่วมกลุ่มได้ โดยส่วนใหญ่ให้ความสนใจและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี มีส่วนร่วมในการอภิปรายและแสดงความคิดเห็น มีนักเรียนชายประมาณ 2-3 คน ที่พูดคุยกันขณะผู้วิจัยสรุปประเด็นเพิ่มเติมภายหลังจากการทำกิจกรรม ผู้วิจัยจึงนำนักเรียนกลับสู่การทำกิจกรรม โดยกระตุ้นให้นักเรียนชายกลุ่มนั้นมีส่วนร่วมในการสรุปประเด็นเพิ่มเติมของการทำกิจกรรมไปพร้อมกับผู้วิจัย ภายหลังการทำกิจกรรมนักเรียนทุกคนสามารถบอกถึงการเลือกคบเพื่อนและการเป็นเพื่อนที่ดีได้ถูกต้อง และมีความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี และการเป็นเพื่อนที่ดี โดยทำการสอบถามนักเรียนมีความสนใจและตั้งใจที่จะหลีกเลี่ยงการคบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สัปดาห์ที่ 4 กิจกรรม “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์” ระยะเวลา 60 นาที

1. ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมครั้งที่ 1 เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกิจกรรมที่ 2 เกี่ยวกับการคบเพื่อนประมาณ 5 นาที และนำเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 3 โดยกล่าวนำถึงปัจจัยภายในที่ทำให้วัยรุ่นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ความเครียดมีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร และยกตัวอย่างให้ตัวแทนนักเรียนพูดถึงความเครียดว่ามีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง และวิธีลดความเครียดของตนเองเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่กิจกรรมที่ 3

2. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน จำนวน 3 กลุ่ม และกลุ่มละ 7 คน จำนวน 1 กลุ่ม ผู้วิจัยอธิบายขั้นตอนการทำกิจกรรม โดยให้นักเรียนทั้ง 4 กลุ่ม เขียนปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดและแนวทางจัดการความเครียดของตนเองให้ได้มากที่สุดโดยกำหนดระยะเวลา 10 นาที เมื่อหมดเวลาให้ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอ

3. ผู้วิจัยนำสู่การพูดคุยในหัวข้อ “ภาวะเครียดมีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร” และ “วิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม” และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

4.ผู้วิจัยสรุปประเด็นเพิ่มเติม โดยลดความคาดหวังเชิงบวกจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่นำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นั่นคือ ความเครียด ซึ่งเป็นแรงเสริมเชิงลบจากปัจจัยภายในร่างกาย โดยวิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

สรุปกิจกรรม จากการจัดกิจกรรมนักเรียนทุกคนสามารถร่วมทำกิจกรรมกลุ่มได้ดี มีความสนใจและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี มีส่วนร่วมในการอภิปรายและแสดงความคิดเห็นในหัวข้อ “ภาวะเครียดมีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร”,“วิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม” และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยภายหลังการทำกิจกรรมนักเรียนทุกคนสามารถบอกถึงวิธีการจัดการความเครียดที่ถูกวิธีได้ถูกต้อง และตระหนักว่าเมื่อมีปัญหาหรือเรื่องไม่สบายใจควรปรึกษาบุคคลใกล้ชิด และไม่ควรคลายเครียดด้วยการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สัปดาห์ที่ 5 กิจกรรม “วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์” ระยะเวลา 60 นาที

1. ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมครั้งที่ 1 เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมที่ 2 เกี่ยวกับการคบเพื่อน และกิจกรรมที่ 3 เกี่ยวกับการจัดการความเครียด ประมาณ 5 นาที และนำเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 4 โดยผู้วิจัยเกริ่นนำสถานการณ์ที่นักเรียนอาจต้องเผชิญเหมือนกับกรณีศึกษา และสมมติให้นักเรียนอยู่ในกรณีศึกษา นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหาอย่างไร

2. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน จำนวน 3 กลุ่ม และกลุ่มละ 7 คน จำนวน 1 กลุ่ม แจกใบงานให้แต่ละกลุ่ม ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดกรณีศึกษา 2 เรื่อง โดยกลุ่มที่ 1 และ3 ได้รับกรณีศึกษาเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เพื่อนชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในงานเลี้ยงฉลองวันเกิด และกลุ่มที่ 2 และ4 ได้รับกรณีศึกษา เกี่ยวกับสถานการณ์ที่เพื่อนชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อเป็นการฉลองสอบเสร็จ โดยให้นักเรียนช่วยกันแก้ไขปัญหาจากกรณีศึกษา และนำเสนอให้เพื่อนฟังพร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติตามกรณีศึกษา และวิธีแก้ไขปัญหาตามที่ได้จากการระดมสมองภายในกลุ่ม

3. ผู้วิจัยและกลุ่มตัวอย่างช่วยกันสรุปวิธีหลีกเลี่ยงในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ด้วยหลักการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ

4. ค้นหากลุ่มตัวอย่างที่เคยมีประสบการณ์ในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ประสบความสำเร็จ และให้เล่าประสบการณ์ในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ประสบความสำเร็จให้เพื่อนฟัง เพื่อให้วัยรุ่นเห็นตัวแบบและเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

5. ผู้วิจัยสรุปผลการฝึกทักษะการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กล่าวชมเชยให้กำลังใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากบทบาทสมมติ และจูงใจให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง พร้อมทั้งเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนได้

6. ในสัปดาห์สุดท้ายของการวิจัย ผู้วิจัยประเมินคะแนนความคาดหวังในผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง พบว่ามีวัยรุ่นตอนต้นที่คะแนนแบบกำกับ

การทดลองด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบไม่ผ่านเกณฑ์จำนวน 3 คน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก จ.) ผู้วิจัยจึงให้ความรู้เพิ่มเติม พร้อมกับประสานกับครูประจำชั้น เพื่อช่วยในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและให้ความรู้ต่อไป

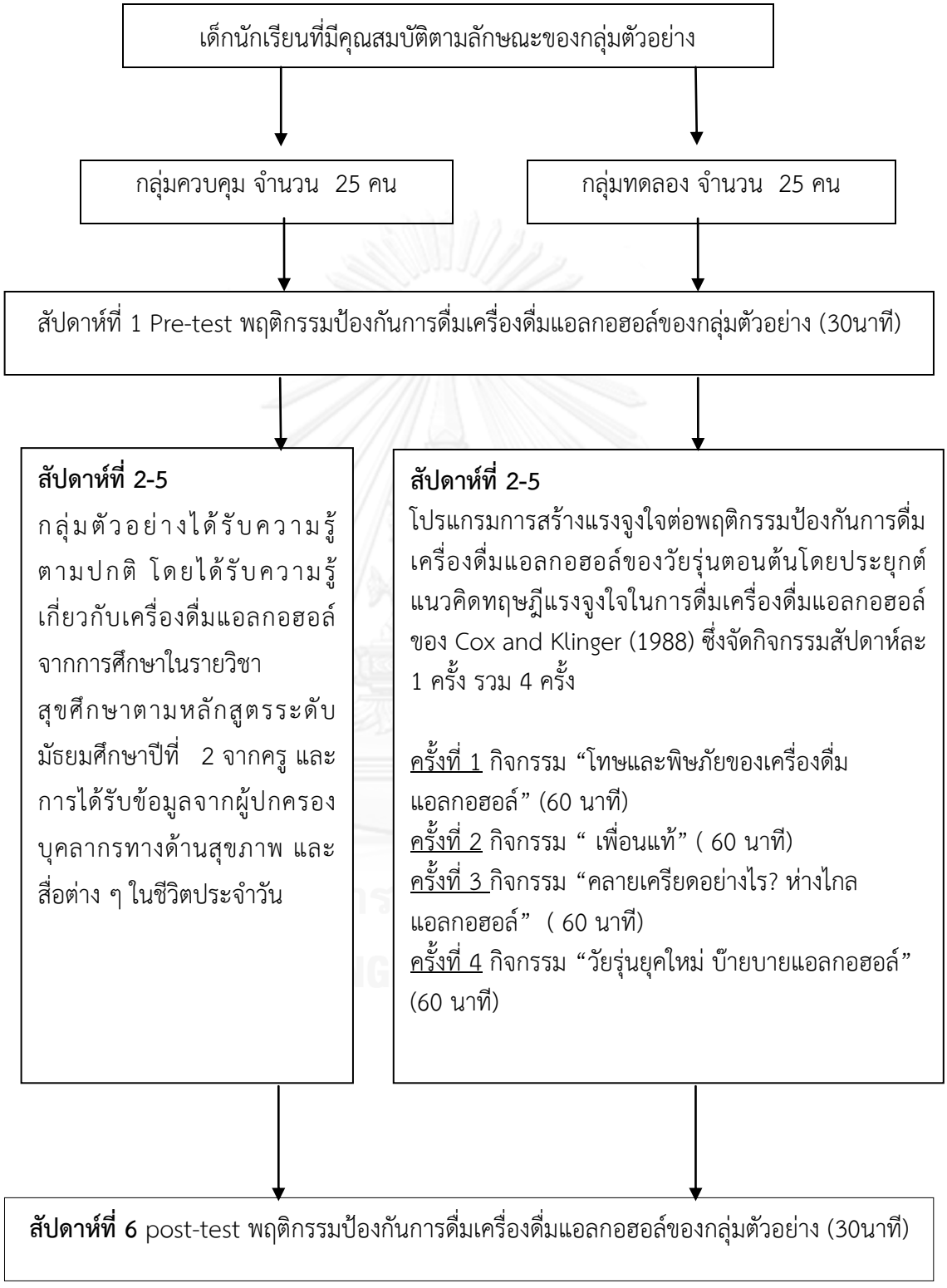
สรุปกิจกรรม จากการจัดกิจกรรมนักเรียนทุกคนให้ความสนใจและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี มีความสนใจและสนุกสนานกับการแสดงบทบาทสมมติตามกรณีศึกษา มีส่วนร่วมในการอภิปรายและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสถานการณ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สามารถอธิบายหลักและขั้นตอนการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมทั้งแสดงการปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ไปเกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้องตามขั้นตอนของหลักการปฏิเสธ มีความสนใจและตั้งใจฟังการเล่าประสบการณ์จากเพื่อนในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ประสบความสำเร็จ ทำให้นักเรียนเห็นตัวแบบและเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และตัวแทนนักเรียนที่เป็นตัวแบบเล่าประสบการณ์ให้เพื่อนๆฟัง เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถเผยแพร่ประสบการณ์ในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ประสบความสำเร็จให้แก่เพื่อนเพื่อการเรียนรู้ และสามารถนำมาใช้ในสถานการณ์จริงต่อไปได้

สัปดาห์ที่ 6

ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างตามที่นัดหมายไว้ ขอความร่วมมือให้ตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์(post-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาที ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม แจ้งให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าสิ้นสุดการวิจัย และแจกของที่ระลึกเพื่อขอบคุณในการเข้าร่วมงานวิจัย คือ หนังสือความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่นกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “L-ก-ฮ พอกันที” พร้อมกล่าวขอบคุณ และนำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบความถูกต้องและนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สรุปขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย



การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ภายหลังผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาการวิจัยในมนุษย์ ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 9 ตุลาคม พ.ศ.2556 ผู้วิจัยขอหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนอให้ผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความร่วมมือในการทำวิจัย และขออนุญาตในการทำวิจัย เมื่อได้รับอนุญาตจากผู้อำนวยการโรงเรียนให้ดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้เข้าพบครูผู้รับผิดชอบรายวิชาสุขศึกษา เพื่อแนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์การทำวิจัย ขั้นตอนในการทำวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย และการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย เพื่อขอความร่วมมือในงานวิจัย และเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง เพื่อแนะนำตนเอง พูดคุยสร้างสัมพันธภาพ แจ้งวัตถุประสงค์การทำวิจัย ขั้นตอนในการทำวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล และชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าการตอบรับ หรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยไม่มีผลต่อกลุ่มตัวอย่างแต่อย่างใด คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างถือเป็นความลับ และนำมาใช้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น การเสนอหรืออภิปรายผลของข้อมูลในรายงานการวิจัย และบทความวิจัยที่ตีพิมพ์จะเสนอในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และกลุ่มตัวอย่างสามารถแจ้งออกจากการศึกษาได้ทุกเมื่อโดยมิต้องให้เหตุผลหรือคำอธิบายใดๆ และจะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยอ่านและอธิบายตามแบบฟอร์มการพิทักษ์สิทธิ์ให้กลุ่มตัวอย่างฟัง และเมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมให้ตนเองเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และทำหนังสือถึงผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตให้กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการวิจัย โดยส่งใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยที่อธิบายถึงลักษณะการวิจัยผ่านกลุ่มตัวอย่าง และให้ผู้ปกครองลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป กำหนดระดับความมีนัยสำคัญที่ .05 เพื่อป้องกัน type I error ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล นำมาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ จำนวนร้อยละ และค่าเฉลี่ย

2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมก่อนการทดลอง (pre-test) กับหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ (post-test) ด้วย dependent t-test

3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นก่อนทดลอง (pre-test) กับหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ (post-test) ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ด้วย independent t-test

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – experimental research) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มตัวอย่างคือ วัยรุ่นตอนต้นที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่ไม่มีประวัติทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แม้แต่เพียงครั้งเดียว หรือมีประวัติทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบจิบแค่เพียงครั้งเดียวทั้งในอดีตและปัจจุบัน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 25 คน และกลุ่มทดลอง จำนวน 25 คน โดยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางประกอบคำอธิบาย แบ่งเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยแสดงจำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ ประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของบุคคลในครอบครัว และการมีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังตารางที่ 1

ส่วนที่ 2 ข้อมูล ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังทดลอง ดังตารางที่ 2

ส่วนที่ 3 การทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ dependent t-test ดังตารางที่ 3

ส่วนที่ 4 การทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ independent t-test ดังตารางที่ 4

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยแสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ ประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของบุคคลในครอบครัว และการมีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มทดลอง (n=25)		กลุ่มควบคุม (n=25)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ				
ชาย	13	52	13	52
หญิง	12	48	12	48
อายุ (ปี)				
13	5	20	13	52
14	20	80	12	48
Mean (SD)	13.80 (0.41)		13.48 (0.51)	
ลักษณะการพักอาศัย				
พ่อแม่พี่น้อง	23	92	24	96
ลุงป้าน้าอา	1	4	-	-
ปู่ย่าตายาย	-	-	1	4
พ่อหรือแม่	1	4	-	-
*** บุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์**				
มี	25	100	25	100
บุคคลในครอบครัวที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				
พ่อ	19	76	20	80
แม่	1	4	-	-
พ่อและแม่	4	16	4	16
ป้า	1	4	-	-
ตา	-	-	1	4

*ตัวแปรที่ใช้ในการจับคู่ระหว่างกลุ่ม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มทดลอง (n=25)		กลุ่มควบคุม (n=25)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
***เพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์**				
มี	25	100	25	100
จำนวนเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์(คน)				
1	17	68	18	72
2	6	24	5	20
3	2	8	1	4
5	-	-	1	4
เพื่อนสนิทชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				
มี	-	-	1	4
ไม่มี	25	100	24	96
จำนวนเพื่อนสนิทที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (คน)	-	-	1	4
ความคิดจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				
เคย	6	24	4	16
ไม่เคย	19	76	21	84
สาเหตุที่คิดจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				
อยากลอง	5	20	3	12
คลายเครียด	1	4	1	4
***ทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์**				
ไม่เคยหรือทดลองดื่มครั้งเดียวแบบจิบ	25	100	25	100

*ตัวแปรที่ใช้ในการจับคู่ระหว่างกลุ่ม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มทดลอง (n=25)		กลุ่มควบคุม (n=25)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
กิจกรรมยามว่าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ จำนวนคำตอบทั้งหมด = 266 คำตอบ)				
นอนพักผ่อน	17	68	16	64
ฟังเพลง	20	80	23	92
ดูโทรทัศน์	19	76	20	80
เล่นดนตรี	7	28	14	56
ออกกำลังกาย	12	48	13	52
ไปหาเพื่อน	9	36	10	40
เล่นเกมส์	20	80	21	84
เล่นอินเตอร์เน็ต	18	72	20	80
อื่นๆ	4	16	3	12
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปัจจุบัน				
ไม่ดื่ม	25	100	25	100

*ตัวแปรที่ใช้ในการจับคู่ระหว่างกลุ่ม

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีลักษณะเหมือนกันในด้านเพศ มีบุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ไม่เคยทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือทดลองดื่มครั้งเดียวแบบจิบ และในปัจจุบันไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยค่าเฉลี่ยร้อยละของทุกคุณสมบัติ เท่ากัน ส่วนอายุเฉลี่ยของทั้งสองกลุ่มใกล้เคียงกันโดยกลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 13.80 ปี (SD = .41) กลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 13.48 ปี (SD = .51) ลักษณะการพักอาศัยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่พี่น้อง คิดเป็นร้อยละ 92 และ 96 ตามลำดับ บุคคลในครอบครัวที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่ คือ พ่อ คิดเป็นร้อยละ 76 และร้อยละ 80 ตามลำดับ จำนวนเพื่อนสนิทที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่มีจำนวน 1 คน โดยกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 68 กลุ่มควบคุม คิดเป็นร้อยละ 72 ส่วนเพื่อนสนิทที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มทดลองไม่มีเพื่อนสนิทที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มควบคุมมีเพื่อนสนิทที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จำนวน 1 คน (ร้อยละ 4) ความคิดที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ไม่เคยคิดที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คิดเป็นร้อยละ 76 และ 84 ตามลำดับ สาเหตุที่คิดจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เกิดจากความอยากลอง คิดเป็นร้อยละ 20 และ 12 ตามลำดับ กิจกรรมยามว่างของกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ คือ ฟังเพลงและเล่นเกมส์ คิดเป็นร้อยละ 80 กิจกรรมยามว่างของกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ คือ ฟังเพลง คิดเป็นร้อยละ 92

ส่วนที่ 2 ข้อมูล ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังทดลองการทดลองเป็นรายบุคคล ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังทดลองการทดลองเป็นรายบุคคล

คู่ที่	ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์					
	กลุ่มทดลอง (n = 25)			กลุ่มควบคุม (n = 25)		
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่าง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่าง
1	16	18	+2	19	18	-1
2	17	17	0	16	17	+1
3	15	19	+4	16	19	+3
4	16	17	+1	13	17	+4
5	16	18	+2	17	18	+1
6	14	18	+4	16	18	+2
7	15	18	+3	18	18	0
8	12	18	+6	17	18	+1
9	17	18	+1	14	18	+4
10	18	18	0	14	18	+2
11	17	19	+2	16	19	+3
12	11	18	+7	13	18	+5
13	16	19	+3	15	19	+5
14	17	19	+2	16	19	+3
15	17	18	+1	18	18	0
16	16	17	+1	16	17	+1
17	16	18	+2	19	18	+1
18	16	19	+3	14	19	+5

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 2 (ต่อ)

คู่ที่	ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์					
	กลุ่มทดลอง (n = 25)			กลุ่มควบคุม (n = 25)		
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่าง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่าง
19	14	18	+4	17	18	+1
20	18	19	+1	17	19	+2
21	19	18	+1	15	18	+3
22	16	18	+2	16	18	+2
23	16	19	+3	17	19	+2
24	14	18	+4	17	18	+1
25	17	18	+1	15	18	+3
Mean	15.84	18.16	2.40	16.04	15.64	2.16
SD	1.79	0.62	1.73	1.65	1.91	1.62

จากตารางที่ 2 พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีระดับค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่ในระดับใกล้เคียงกัน

หลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีระดับค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่ากลุ่มควบคุม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ส่วนที่ 3 การทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ dependent t-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 (n = 25) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	$\bar{X}$	SD	df	t	p-value
กลุ่มควบคุม					
ก่อนการทดลอง	16.04	1.65	24	1.01	.322
หลังการทดลอง	15.64	1.91			
กลุ่มทดลอง					
ก่อนการทดลอง	15.84	1.79	24	-6.2	.000
หลังการทดลอง	18.16	0.62			

จากตารางที่ 3 เมื่อทดสอบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ dependent t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่มีความแตกต่างกัน

สำหรับการทดสอบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มทดลองด้วยสถิติ dependent t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลองและหลังการทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจมีผลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยที่พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองหลังการทดลองมีค่าระดับคะแนนเพิ่มขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ส่วนที่ 4 การทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Independent t-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 (n = 25) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	$\bar{X}$	SD	df	t	p-value
ก่อนการทดลอง					
กลุ่มควบคุม	16.04	1.65	48	-0.41	.342
กลุ่มทดลอง	15.84	1.79			
หลังการทดลอง					
กลุ่มควบคุม	15.64	1.91	29.06	6.26	.000
กลุ่มทดลอง	18.16	0.62			

จากตารางที่ 4 **ก่อนการทดลอง**เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Independent-test พบว่าค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองไม่มีความแตกต่างกัน

หลังการทดลอง เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Independent-test พบว่ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยรวมดีกว่ากลุ่มควบคุม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 5
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest-posttest control group design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ

2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจและกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

สมมติฐานการวิจัย

1. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น หลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม

2. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ

กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นตอนต้นที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 จำนวน 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ 25 คนและกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ 25 คน ตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ

1) ไม่มีประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยไม่มีประวัติทดลองดื่มแม้แต่เพียงครั้งเดียวหรือมีประวัติทดลองดื่มแบบจิบแค่เพียงครั้งเดียวทั้งในอดีตและปัจจุบัน

2) ได้รับความยินยอมทั้งจากวัยรุ่นตอนต้นและบิดามารดาในการเข้าร่วมการวิจัย

3) ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้ตลอดระยะเวลาการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในวิจัยมีทั้งหมด 3 ชุด คือ

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่

โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

ชุดที่ 2 เครื่องมือกำกับการทดลอง ได้แก่

1. แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก จำนวน 14 ข้อ
2. แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ จำนวน 12 ข้อ

ชุดที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 10 ข้อ
2. แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 8 ข้อ

การดำเนินการทดลอง

ขั้นเตรียมการทดลอง

1. ภายหลังผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาการวิจัยในมนุษย์ ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 9 ตุลาคม พ.ศ.2556 ผู้วิจัยขอหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนอให้ผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความร่วมมือในการทำวิจัย และขออนุญาตดำเนินการวิจัย

2. เมื่อได้รับอนุญาตจากผู้อำนวยการโรงเรียนให้ดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยเข้าพบครูผู้รับผิดชอบรายวิชาสุขศึกษา เพื่อแนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์การทำวิจัย ขั้นตอนในการทำวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย และการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมการวิจัย เพื่อขอความร่วมมือในงานวิจัย

3. ดำเนินการคัดเลือกวัยรุ่นตอนต้นที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างของทั้ง 2 โรงเรียน ด้วยการทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยหลังจากจับฉลากห้องเรียนได้ 1 ห้องเรียนของแต่ละโรงเรียน ผู้วิจัยให้วัยรุ่นตอนต้นทุกคนในห้องเรียนที่จับฉลากได้นั้นทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

4. ผู้วิจัยจัดสถานการณ์ที่วัยรุ่นตอนต้นทุกคนได้เข้าร่วมการทำกิจกรรมเหมือนกัน แต่เป็นการทำกิจกรรมเพียงครั้งเดียว คือ การให้ความรู้เบื้องต้นของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับ ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และชนิดของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หลังจากให้ความรู้ผู้วิจัยแจ้งให้วัยรุ่นตอนต้นทุกคนทราบถึงข้อจำกัดของการวิจัยที่ต้องการศึกษาตามขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวนเพียง 25 คน ผู้วิจัยจึงขอคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 คน เข้าร่วมการวิจัย

5. หลังจากได้กลุ่มตัวอย่างแล้ว ผู้วิจัยทำการจับคู่กลุ่มตัวอย่างให้มีคุณสมบัติตรงกับกลุ่มควบคุม (matched pair) โดยนักเรียนที่ได้รับคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน

6. ผู้วิจัยชี้แจงผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน ซึ่งเป็นพยาบาลวิชาชีพ สาขาการพยาบาลเด็กที่มีประสบการณ์การทำงานอย่างน้อย 3 ปี และมีประสบการณ์ในการทำงานวิจัย โดยชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย แผนการดำเนินงานวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย และบทบาทของผู้ช่วยวิจัยซึ่งมีหน้าที่ในการแจกและเก็บเอกสาร รวมทั้งอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมทุกกิจกรรม

ขั้นดำเนินการทดลอง

กลุ่มควบคุม

สัปดาห์ที่ 1

1. ผู้วิจัยเข้าพบกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อแนะนำตนเอง พูดคุยสร้างสัมพันธภาพ แจ้งวัตถุประสงค์การทำวิจัย ขั้นตอนในการทำวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล และชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าการตอบรับ หรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยไม่มีผลต่อกลุ่มตัวอย่างแต่อย่างใด คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างถือเป็นความลับ และนำมาใช้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น การเสนอหรืออภิปรายผลของข้อมูลในรายงานการวิจัย และบทความวิจัยที่ตีพิมพ์จะเสนอในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และกลุ่มตัวอย่างสามารถแจ้งออกจากการศึกษาได้ทุกเมื่อโดยมิต้องให้เหตุผลหรือคำอธิบายใดๆ และจะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยจะอ่านและอธิบายตามแบบฟอร์มการพิทักษ์สิทธิ์ให้กลุ่มตัวอย่างฟัง

2. เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมให้ตนเองเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และทำหนังสือถึงผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่างเพื่อขออนุญาตให้กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการวิจัย โดยส่งใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยที่อธิบายถึงลักษณะการวิจัยผ่านกลุ่มตัวอย่าง

3. ผู้วิจัยขอความร่วมมือกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (pre-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาที และนัดหมายนักเรียนในสัปดาห์ที่ 6 อีกครั้ง

สัปดาห์ที่ 2-5 กลุ่มตัวอย่างได้รับความรู้ตามปกติ

สัปดาห์ที่ 6

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างตามที่นัดหมายไว้ ขอความร่วมมือให้ตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (post-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาทีแจ้งให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าสิ้นสุดการวิจัย ผู้วิจัยให้ความรู้แก่กลุ่มควบคุมเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง และแจกหนังสือความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่นกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “L-ก-ฮ พอกันที” และกล่าวขอบคุณ

2. นำข้อมูลที่ได้จากนักเรียนมาตรวจสอบความถูกต้องและนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ

กลุ่มทดลอง

การดำเนินกิจกรรมใช้ระยะเวลาทั้งหมด 6 สัปดาห์ (ตั้งแต่ วันที่ 5 พฤศจิกายน – วันที่ 11 ธันวาคม 2556) โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 2-5 โดยกลุ่มตัวอย่างได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตามโปรแกรมการวิจัย โดยผู้วิจัยจะเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมทั้งหมด และมีผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน ประกอบด้วย การให้ความรู้และการทำกิจกรรมกลุ่ม การระดมสมอง การแสดงความคิดเห็น ระยะเวลาในการทำกิจกรรม ครั้งละ 60 นาที มีทั้งหมด 4 กิจกรรม และระยะติดตามผลการทดลองอีก 1 ครั้งในสัปดาห์ที่ 6 โดยการจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง นอกเวลาเรียนปกติทุกวันอังคาร เวลา 15.00 - 16.00 น. ณ ห้องเรียนของโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีแผนการจัดกิจกรรม ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1

1. ผู้วิจัยดำเนินการขอความร่วมมือและยินยอมจากนักเรียนและผู้ปกครอง เช่นเดียวกันกับกลุ่มควบคุม และอธิบายถึงประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากโครงการ บทบาทของนักเรียนและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนมีความพร้อมและทราบถึงประโยชน์ที่ตนเองจะได้รับในการเข้าร่วมโครงการครั้งนี้

2. หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองแล้ว ผู้วิจัยขอความร่วมมือกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (pre-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาที และนัดหมายกลุ่มตัวอย่างอีก 1 สัปดาห์

สัปดาห์ที่ 2 "กิจกรรมโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์" ระยะเวลา 60 นาที เป็นกิจกรรมให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โทษ พิษภัย และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และการเพิ่มความคาดหวังในผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยชี้ให้เห็นผลเสียและผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สัปดาห์ที่ 3 กิจกรรม "เพื่อนแท้" ระยะเวลา 60 นาที เป็นการเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี การเป็นเพื่อนที่ดี และการปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการระดมสมองและการแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับการเลือกคบเพื่อน การเป็นเพื่อนที่ดี การปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากบัตรคำ และออกมานำเสนอร่วมกับอภิปรายร่วมกัน

สัปดาห์ที่ 4 กิจกรรม "คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์" ระยะเวลา 60 นาที เป็นกิจกรรมระดมสมองและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด แนวทางจัดการความเครียด และการเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่นำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยวิธีจัดการความเครียดที่เหมาะสม และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

สัปดาห์ที่ 5 กิจกรรม "วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์" ระยะเวลา 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมที่ศึกษาจากกรณีศึกษาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำมาวิเคราะห์และหาวิธีแก้ไขปัญหาและนำเสนอ พร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติตามกรณีศึกษา และวิธีแก้ไขปัญหาตามที่ได้จากการระดมสมองภายในกลุ่ม ฝึกทักษะการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร่วมกับเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนได้

สัปดาห์ที่ 6

ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างตามที่นัดหมายไว้ ขอความร่วมมือให้ตอบแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์(post-test) ระยะเวลาในการตอบแบบวัด 30 นาที ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม แจ้งให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่าสิ้นสุดการวิจัย แจกหนังสือความรู้เกี่ยวกับวัยรุ่นกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง "L-ก-ฮ พอกันที" และกล่าวขอบคุณ และนำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบความถูกต้องและนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปโดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ใช้ทดสอบที่ระดับ .05 ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีแจกแจงความถี่ จำนวนร้อยละ และค่าเฉลี่ย

2. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองด้วย dependent t-test

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วย independent t-test

สรุปผลการวิจัย

1. ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นหลังการได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่าก่อนเข้ารับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น สามารถอภิปรายผลการศึกษาวิจัยตามสมมติฐานได้ดังนี้

1. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น หลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 สามารถอธิบายได้ดังนี้

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นนั้นส่งผลกระทบต่อทั้งผู้ดื่ม ครอบครัว และสังคม โดยสาเหตุสำคัญที่วัยรุ่นตอนต้นเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรก คือ ความอยากลองและเริ่มดื่มจากการชักชวนของเพื่อน (บุญเสริม หุตะแพทย์ และคณะ, 2550) ร่วมกับมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถเพิ่มพูนสรรถนะทางเพศ และพละกำลัง จึงทำให้วัยรุ่นตอนต้นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) ซึ่งแนวทางการป้องกันไม่ให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คือ การทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีการรับรู้ความคาดหวังถึงผลลัพธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ คือ มีความคาดหวังถึงผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีการรับรู้ความคาดหวังถึงผลดีของการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร่วมกับได้รับการส่งเสริมหรือฝึกทักษะในการปฏิเสธ เพื่อให้เกิดทักษะและเกิดความมั่นใจในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มมีการศึกษา

พบว่า ปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น คือ แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งมีความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำ (outcome expectation) เป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างแรงจูงใจที่มีผลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) โดยวัยรุ่นมีความคาดหวังต่อผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางลบ จะสร้างแรงจูงใจให้ตัดสินใจไม่ดื่มหรือปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Cox and Klinger, 1988)

ภายหลังการทดลองค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น หลังการได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม ทั้งนี้เนื่องจากผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) กล่าวถึง แรงจูงใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นการที่บุคคลได้รับแรงกระตุ้นจากภายในหรือภายนอกร่างกาย ร่วมกับการที่บุคคลมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แล้วส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการรู้คิดของบุคคลเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนที่บุคคลเลือกตัดสินใจแสดงพฤติกรรมปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ออกมาในขั้นท้ายสุด ซึ่งจากแนวคิดนี้ช่วยให้วัยรุ่นตอนต้นมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนในการทำพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การหลีกเลี่ยงบุคคลที่จะนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การหลีกเลี่ยงสถานที่ที่เอื้ออำนวยต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปรึกษาบุคคลใกล้ชิดเมื่อมีปัญหา และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นมีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงขึ้นจากโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยประยุกต์ขึ้น โดยบูรณาการปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้นจากเหตุการณ์ปัจจุบันด้านสถานการณ์ในบริบทของสิ่งแวดล้อมที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีบุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนใหญ่ บุคคลในครอบครัวที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คือ พ่อ และกลุ่มตัวอย่างมีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยจำนวนเพื่อนสนิทที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีจำนวน 1 คน ซึ่งเป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น และโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยประยุกต์ขึ้นโดยบูรณาการปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังในผลลัพธ์ ได้แก่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงลบ เมื่อมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน ด้านสถานการณ์ ซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตามแนวคิดแรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) ดังนี้

1.แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังในผลลัพธ์ทางตรงจากสารเคมีในเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โทษพิษภัย และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และให้วัยรุ่นตอนต้นร่วมอภิปราย ทำให้วัยรุ่นตอนต้นมีความรู้ ความเข้าใจ และความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งส่งผลกระทบต่อด้านร่างกาย สุขภาพจิต พฤติกรรมการเรียน สังคม และเศรษฐกิจ มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบที่คาดว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จะทำให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคม เช่น ทำให้เกิดโรคตับแข็ง ประสาทหลอน ทำให้มึนเมา สูญเสียการทรงตัว เกิดอุบัติเหตุได้ เป็นต้น มากกว่าความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น ทำให้กล้าแสดงออก เสริมสร้างความมั่นใจ เพิ่มความดึงดูดใจทางเพศ ลดความตึงเครียด เป็นต้น จึงทำให้เกิดแรงจูงใจให้วัยรุ่นตอนต้นมีพฤติกรรมปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการชักชวนของเพื่อน และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นของพรทิพย์ ขุนจันทร์ (2551) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา โดยประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีการประเมินอันตรายในเรื่องการรับรู้ความรุนแรงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีปัจจัยความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งผู้วิจัยจัดกิจกรรมให้วัยรุ่นตอนต้นระดมสมอง แสดงความคิดเห็น และอภิปรายร่วมกัน เกี่ยวกับการเลือกคบเพื่อนที่ดี และการเป็นเพื่อนที่ดี ทำให้วัยรุ่นตอนต้นมีความรู้ ความเข้าใจ และมีความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี และการเป็นเพื่อนที่ดี ส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นหลีกเลี่ยงการคบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งอาจจะชักชวนให้วัยรุ่นตอนต้นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ และผู้วิจัยจัดกิจกรรมระดมสมองและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด และแนวทางจัดการความเครียดที่ถูกวิธี โดยลดความคาดหวังเชิงบวกจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้วัยรุ่นตอนต้นทราบว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อคลายเครียดนั้น เป็นแนวทางจัดการความเครียดที่ผิดวิธี และเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่นำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นั่นคือ ความเครียด โดยวิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ทำให้วัยรุ่นตอนต้นมีระดับคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในรายข้อที่เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะไปปรึกษาบุคคลที่ไว้วางใจ แทนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นจากระดับปานกลาง เป็นระดับสูงส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อคลายเครียด และจัดการความเครียดโดยปรึกษาบุคคลใกล้ชิดเมื่อมีปัญหา และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นของพรทิพย์ ขุนจันทร์ (2551) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา โดยประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ใน

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีการประเมินการเผชิญปัญหาในเรื่องความคาดหวังในความสามารถของตนเองในพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในประสิทธิผลของการตอบสนองในพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. แรงจูงใจในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยมีปัจจัยจากเหตุการณ์ในปัจจุบัน ด้านสถานการณ์ และความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งผู้วิจัยจัดกิจกรรมให้วัยรุ่นตอนต้นศึกษาจากกรณีศึกษาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำมาวิเคราะห์และหาวิธีแก้ไขปัญหาและนำเสนอ พร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติตามกรณีศึกษาซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเป็นเหตุการณ์ที่พบได้บ่อยในปัจจุบัน และนำเสนอวิธีแก้ไขปัญหาตามที่ได้จากการระดมสมองภายในกลุ่มร่วมกับฝึกทักษะการปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ไปเกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ และเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการเข้าร่วมกลุ่มเมื่อพบเห็นคนดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และหลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่จำหน่ายเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ทำให้วัยรุ่นตอนต้นมีระดับคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในรายข้อที่หลีกเลี่ยงการเข้าร่วมกลุ่มเมื่อพบเห็นคนดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และหลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่จำหน่ายเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นจากระดับปานกลาง เป็นระดับสูง ส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นมีความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนในการทำพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้โดยไม่เสียสัมพันธภาพ และหลีกเลี่ยงสถานการณ์หรือสถานที่ที่ทำให้เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของประสิทธิ์ ไกยราช (2555) ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น พบว่าหลังการทดลองค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ดังนั้น การสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สามารถทำให้วัยรุ่นตอนต้นมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น เนื่องจากกลุ่มทดลองมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น และมีความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น จึงเกิดแรงจูงใจให้วัยรุ่นตอนต้นปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่งผลให้กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นของพรทิพย์ ขุนจันทร์ (2551) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา โดยประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีการประเมินอันตรายในเรื่องการรับรู้ความรุนแรงของการดื่ม

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้โอกาสเสี่ยงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การประเมินเผชิญปัญหาในเรื่องความคาดหวังในความสามารถของตนเองในพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในประสิทธิผลของการตอบสนองในพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับการศึกษาของประสิทธิ์ ไกยราช (2555) ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น พบว่าหลังการทดลองค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมสร้างแรงจูงใจมีความคาดหวังในผลที่เกิดจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าจะก่อให้เกิดผลดีกับตนเอง

2. พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 สามารถอธิบายได้ดังนี้

กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ ทำให้กลุ่มทดลองเกิดความคาดหวังในผลลัพธ์ของการกระทำ (outcome expectation) โดยวัยรุ่นตอนต้นเกิดความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้เกิดความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจ มีผลกระทบต่อครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม มากกว่าความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น ทำให้กล้าแสดงออก เสริมสร้างความมั่นใจ เพิ่มความดึงดูดใจทางเพศ ลดความตึงเครียด เป็นต้น และเกิดความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกที่คาดว่าตนจะได้รับจากการปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงเกิดแรงจูงใจที่จะปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) ซึ่งส่งผลให้กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่ากลุ่มควบคุม เนื่องจากโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจเป็นการให้ความรู้เรื่องโทษ พิษภัย และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในด้านต่างๆ เพื่อเพิ่มความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แก่กลุ่มทดลอง และผู้วิจัยจัดกิจกรรมให้วัยรุ่นตอนต้นระดมสมอง แสดงความคิดเห็น และอภิปรายร่วมกัน เกี่ยวกับการเลือกคบเพื่อนที่ดี การเป็นเพื่อนที่ดี ส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นมีความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี และการเป็นเพื่อนที่ดี หลีกเลี่ยงการคบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จัดกิจกรรมระดมสมองและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด แนวทางจัดการความเครียดที่ถูกวิธี และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เพื่อลดความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และจัดกิจกรรมเน้นการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และกระบวนการกลุ่ม ซึ่งมีส่วนในการปรับเปลี่ยนความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (จิราวรรณ พรหมชาติ และนรลักขณ์ เอื้อกิจ, 2554) โดยให้วัยรุ่นตอนต้นศึกษาจากกรณีศึกษาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมทั้งใช้กระบวนการเรียนรู้จากการฝึกปฏิบัติจริง โดยแสดงบทบาทสมมติ ร่วมกับฝึกทักษะการปฏิเสธเพื่อน

ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ไปเกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้กลุ่มทดลองมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น และมีความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น จึงเกิดแรงจูงใจให้วัยรุ่นตอนต้นปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่งผลให้กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

สำหรับกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้ตามปกติ เป็นกลุ่มที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการศึกษาตามหลักสูตรระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในรายเนื้อหาวิชาสุขศึกษา ซึ่งมีบทเรียนที่ให้ความรู้เกี่ยวกับสารเสพติด โดยได้กล่าวถึงสารเสพติดทุกชนิดโดยภาพรวม ไม่ได้เจาะจงเนื้อหาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างละเอียด ถึงสาเหตุของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อันตรายและโทษของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การป้องกันและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เฉพาะบางประเด็น ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงเป็นการมั่วสุมเสพสารเสพติด เช่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด ทำให้ขาดสติสัมปชัญญะและเสียสุขภาพ โดยมีวิธีการหลีกเลี่ยงด้วยการไม่หลงเชื่อคำชักชวนของเพื่อน และไม่ทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการเข้าไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง เช่น การเที่ยวสถานบันเทิง ซึ่งจะทำให้เสพติดสุราได้ และกลุ่มควบคุมได้รับข้อมูลเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากผู้ปกครอง บุคลากรทางด้านสุขภาพ และสื่อต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติมีค่าต่ำกว่าก่อนการทดลอง และจากการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจมีผลทำให้กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพ โดยสอดคล้องกับการศึกษาของเพชรลดา สีขาว (2555) ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินหลังการได้รับโปรแกรมดีกว่าก่อนเข้ารับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของกลุ่มนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินที่ได้รับโปรแกรมดีกว่ากลุ่มนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินที่ดำเนินชีวิตตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับประสิทธิ์ ไกยราช (2555) ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น พบว่าหลังการทดลองค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่

เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากอิทธิพลจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนในครอบครัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่แตกต่างกัน คือ กลุ่มทดลองมีสัดส่วนของคนในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพียงเล็กน้อย คือ ร้อยละ 6 แต่ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีสัดส่วนการดื่มแอลกอฮอล์ของคนในครอบครัวสูงถึงร้อยละ 62 ซึ่งพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนในครอบครัวที่แตกต่างกันอาจส่งผลต่อความคิด การรับรู้เชิงลบต่อการดื่มแอลกอฮอล์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทำให้กระบวนการในโปรแกรมการทดลองส่งผลกับปัจจัยด้านความคาดหวังในกลุ่มทดลองเพียงเล็กน้อย ดังนั้นเมื่อเข้าร่วมโปรแกรมจึงอาจทำให้ผลการเปลี่ยนแปลงทัศนคติด้านความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่เปลี่ยนแปลงชัดเจน

ดังนั้น จากกิจกรรมของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจทำให้วัยรุ่นตอนต้นมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น โดยวัยรุ่นตอนต้นมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง มีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น และมีความคาดหวังผลลัพธ์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เชิงบวก หากไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น จึงเกิดแรงจูงใจให้วัยรุ่นตอนต้นปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ส่งผลให้กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นเพิ่มขึ้น สำหรับกลุ่มควบคุมที่ได้รับความรู้ตามปกติ มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่ำกว่าในกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. บทบาทหนึ่งของวิชาชีพพยาบาล คือ การส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นการบริการพยาบาลที่มุ่งเน้นให้บริการเชิงรุก ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นในโรงเรียน โดยการส่งต่อให้ครูหรือพยาบาลอนามัยโรงเรียนเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม และพยาบาลทำหน้าที่ในการถ่ายทอดกระบวนการต่างๆ และเป็นที่ปรึกษา อีกทั้งสามารถประยุกต์ใช้กับเด็กป่วยในโรงพยาบาล และวัยอื่นๆ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อไป

2. ควรส่งเสริมให้มีการจัดการเรียนรู้เกี่ยวกับการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้นให้กับนักศึกษาพยาบาล เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ และเกิดทักษะในการส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งเป็นการให้การบริการสุขภาพเชิงรุกป้องกันปัญหาสุขภาพก่อนการเกิดโรค

3. สามารถนำผลการวิจัยไปเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น และเป็นแนวทางในการค้นคว้าวิจัย เพื่อพัฒนารูปแบบการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพด้านอื่นๆต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นในระยะยาว เช่น 3 เดือน 6 เดือน เพื่อประเมินความคงทนของพฤติกรรม

2. ควรมีการศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น โดยแยกศึกษาในเพศชาย และเพศหญิง เนื่องจากมีปัจจัยที่มีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่างกัน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

รายการอ้างอิง

กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม. (2550). **ยุทธศาสตร์ลดการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนจากการดื่มแอลกอฮอล์โครงการการคุ้มครองเด็กไทยให้สังคม:ควบคุมเหล้าบุหรี่เพื่อลดการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน**. กรุงเทพฯ: จรัลสนิทวงศ์การพิมพ์.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2549). **เรียนรู้ เรียนคิด...พิชิตเป้าหมาย**. นนทบุรี: กรมสุขภาพจิต.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2554). **วัยรุ่นหญิงไทยน่าห่วง** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://www.dmh.go.th/sty_libnews/news/view.asp?id=855 [10 มีนาคม 2556]

กาญจนา แก้วสุวรรณ. (2550). **ผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

จริยาวัตร คมพยัคฆ์ และ วนิดา ดุรงค์ฤทธิชัย. (2550). **การพยาบาลอนามัยชุมชน: แนวคิด หลักการการปฏิบัติการพยาบาล**. กรุงเทพฯ: จามจุรีโปรดักท์

จิราวรรณ พรหมชาติ และ นรลักขณ์ เอื้อกิจ. (2553). แรงจูงใจในการดื่มแอลกอฮอล์. **วารสารพยาบาลศาสตร์**, 22(1), 1-10.

จิราวรรณ พรหมชาติ และ นรลักขณ์ เอื้อกิจ. (2554). ปัจจัยทำนายการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตภาคใต้ตอนบน. **วารสารพยาบาลศาสตร์**, 23(1), 13-27.

ชฎิล สมรภูมิ. (2554). **ปัจจัยเชิงสาเหตุและแนวทางป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ**. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

ชนิกา ตู้จินดา. (2547). Alcohol and the adolescent. ใน พัฒน์ มหาโชคเลิศวัฒนา, สุวรรณาเรืองกาญจนเศรษฐ์, วิฐารณ บุญสิทธิ และ วิโรจน์ อารีย์กุล (บรรณาธิการ), **กลยุทธ์การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น**, หน้า 288-292. กรุงเทพฯ: ชัยเจริญ.

ชัยนันต์ บุตรกาล. (2553). ผลของการฝึกอบรมแบบกลุ่มร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อการป้องกันโรคเอดส์ของแกนนำนักเรียนมัธยมศึกษา อำเภอนิคมคำสร้อย จังหวัดมุกดาหาร. **วารสารส่งเสริมสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อม**, 33(2), 61-72.

โชติวัน อนุจร. (2554). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.

ดวงฤทัย สุคนธปฏิภาค. (2548). **การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อน และครู พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดนครศรีธรรมราช**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัวและชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ทรงเกียรติ ปิยะกะ. (2545). **เวชศาสตร์โรคติดยา คู่มือสำหรับบุคลากรทางการแพทย์**. สงขลา ลิมบราเดอร์.

ทัพพ์ขวัญ ศรีรัตยาวงค์ (2554). **การพัฒนาโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

เทพินทร์ พัชรานุรักษ์. (2541). **พฤติกรรมบริโภคสุรา: ทบทวนองค์ความรู้สถานการณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องภายใต้โครงการสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยืนยาว**. นนทบุรี: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

ธัญลักษญ์ สุวรรณโน. (2551). ประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กปฐมวัย โรงเรียนอนุบาลจังหวัดราชบุรี. **วารสารพยาบาลสาธารณสุข**, 22(2), 30-44.

นรลักขณ์ เอื้อกิจ, ศิริพร ชวนชาติ และ จริญญา แก้วสกุลทอง. (2553). ผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเยาวชนในการป้องกันการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์. **วารสารพยาบาลสาธารณสุข**, 24(2), 103-117.

บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ. (2551). **รายงานสถานการณ์สุราประจำปี พ.ศ.2551**. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.

บัณฑิต ศรไพศาล และคณะ. (2553). **รายงานสถานการณ์สุราประจำปี พ.ศ.2553**. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.

บุญใจ ศรีสถิตย์นรากูร. (2550). **ระเบียบวิธีการวิจัยทางพยาบาลศาสตร์.** กรุงเทพฯ: ยูแอนด์ไอ อินเตอร์มีเดีย.

บุญเพียร จันทวัฒนา และคณะ. (2553). **ตำราการพยาบาลเด็กเล่ม 1**. กรุงเทพฯ: พรี-วัน.

บุญเสริม หุตะแพทย์ และคณะ. (2550). **การวิจัยพฤติกรรมการบริโภคสุราของเยาวชนไทย: การสำรวจองค์ความรู้ สถานการณ์ และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคสุรา** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://info.thaihealth.or.th/library/10539 [19 ธันวาคม 2555]

ประสิทธิ์ ไกยราช และคณะ. (2555). ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความคาดหวังในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอลล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น. **วารสารพยาบาลสาธารณสุข**, 26(1), 1-18.

ปาณบดี เอกะจัมปกะ และ นิธิศ วัฒนมะโน. (2550). สถานะสุขภาพและปัญหาสุขภาพของคนไทย. ใน สุวิทย์ วิบุลผลประเสริฐ (บรรณาธิการ). **รายงานการสาธารณสุขไทย 2548-2550**, หน้า 157-239. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

ปิยะ ทองบาง. (2550). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของนักศึกษาอาชีวศึกษาในเขตอำเภอบ้านโป่งจังหวัดราชบุรี**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.

พงษ์ศักดิ์ อ้นมอย. (2554). การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกและการดื่มแบบเมาหัวราน้ำของเยาวชน อำเภอเมืองจังหวัดอุตรดิตถ์. **วารสารสาธารณสุขศาสตร์**, 43(1), 250-261.

พนม เกตุมาน. (2550). **ตำราจิตเวชเด็กและวัยรุ่น**. กรุงเทพฯ: บียอนด์เอ็นเทอร์ไพรซ์.

พรทิพย์ ขุนจันทร์. (2551). **ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจ เพื่อป้องกันโรคร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนขอนแก่นพัฒนศึกษา ตำบลสำราญ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

พรพิมล บัวสมบูรณ์ และ นรลักขณ์ เอื้อกิจ. (2551). ปัจจัยทำนายการดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนอาชีวศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร. **วารสารพยาบาลศาสตร์**, 20(2), 52-66.

เพชรลดา สีขาว (2553). **ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักของนักเรียนหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกิน**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ราชบัณฑิตสถาน. (2546). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. กรุงเทพฯ: ศิริวัฒนาอินเตอร์พรินท์.

ราณี วงศ์คงเดช. (2549). **การเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

รุจา ภู่ไพบูลย์ และคณะ. (2554). บทบาทของพยาบาลอนามัยโรงเรียนและปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปฏิบัติด้านการสร้างเสริมสุขภาพ. **วารสารสาธารณสุขและการพัฒนา**, 9(1), 72-85.

วรรณโณทัย สูงสว่าง. (2550). **ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กับการกระทำความผิดในคดีรุนแรงของเยาวชนชาย**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาการจัดการยาเสพติด คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

วีณา จีระแพทย์. (2548). **เอกสารประกอบการเรียนการสอน: ปรัชญาและแนวคิดของการพยาบาลเด็กและบทบาทในการดูแลสุขภาพเด็กของพยาบาลผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง**. คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (อัดสำเนา)

สมจิต หนุเจริญกุล. (2544). **การดูแลตนเอง: ศาสตร์และศิลปะทางการพยาบาล**. กรุงเทพฯ: วีเจพริ้นติ้ง.

สมภพ เรืองตระกูล. (2550). **ยาเสพย์ติดมหันตภัยเงียบที่ป้องกันได้**. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.

สาธร พุทธชัยยงค์. (2548). **ปัจจัยทางจิตวิทยาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ของนักเรียนชายระดับช่วงชั้นที่ 4 ในอำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน คณะศิลปะศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สาวิตรี อัษณางค์กรชัย และ สุวรรณา อรุณพงศ์ไพศาล. (2543). **รายงานการทบทวนองค์ความรู้เรื่องมาตรการในการป้องกันและแก้ไขปัญหาจากแอลกอฮอล์**. (อัดสำเนา)

สาวิตรี อัษณางค์กรชัย และคณะ. (2551). **รายงานผลการศึกษาเรื่องการเฝ้าระวังพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในประเทศไทย**. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดีการพิมพ์.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2550). **ผลการสำรวจการสูบบุหรี่และการดื่มสุรา** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/theme_2-4-7.html [9 สิงหาคม 2556]

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2555). **รายงานการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ.2555** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/service/survey/sum_alco-ciga.pdf [9 สิงหาคม 2556]

สิทธิโชค วรานุสันติกูล. (2546). **จิตวิทยาสังคม:ทฤษฎีและการประยุกต์**. กรุงเทพฯ: เม็ดทรายพริ้นติ้ง.

สุจิตรา อินทะวงษ์. (2548). **ความคาดหวังจากการดื่มแอลกอฮอล์และแบบแผนการดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กวัยรุ่นในจังหวัดเชียงใหม่**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สุทธิลักษณ์ ตั้งกุลบริบูรณ์. (2549). **องค์ความรู้เรื่องสาเหตุปัจจัยและกลไกของการบริโภคสุรา**. ขอนแก่น: ขอนแก่นการพิมพ์.

สุทธิลักษณ์ หนูรอด. (2548). **ความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองและการรับรู้ความสามารถในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์ในนักศึกษาระดับอาชีวะศึกษา**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาการระบาด คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุรัชยา มุมาลี. (2551). **การประยุกต์ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี.** วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สุวรรณี แสงอาทิตย์. (2550). **ปัจจัยทำนายพฤติกรรมเสี่ยงด้านการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และเสพสารเสพติดในวัยรุ่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

หนึ่งฤทัย มีสะอาด. (2551). **ปัจจัยที่มีผลต่อการดื่มเบียร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

อนงค์ ดิษฐ์สังข์. (2550). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

อวยพร เรืองตระกูล. (2552). **สถิติประยุกต์ทางพฤติกรรมศาสตร์ 1**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Aas, H. et al. (1995). Predicting Adolescents' Intention to Drink Alcohol: Outcome Expectancies and Self-Efficacy. **J.Stud.Alcohol**, 56(3), 293-299.

Burns, N., and Grove, S. K. (2009). **The Practice of Nursing Research: Appraisal, synthesis, and generation of evidence.** (6 ed.). St. Louis, Missouri: Saunders.

Centers for Disease Control and Prevention. (2009). **Prevalence of binge drinking and heavy drinking among adults in the United States 1993–2000**. Retrieved March 10, 2013, from http://www.cdc.gov/alcohol/

Corte, C., and Zucker, R.A. (2008). Self-concept disturbances: cognitive vulnerability for early drinking and early drunkenness in adolescents at high risk for alcohol problems. **Addict Behav**, 33, 1282-1290.

Cox, M., and Klinger, E. (1988). A motivational model of alcohol use. **Journal of Abnormal Psychology**, 97(2), 168-180.

Engels, C. R., Wires, R., Lemmers, L., and Overbeek, G. (2005). Drinking motives alcohol Expectancies self-efficacy and drinking patterns. **Journal Drug Education**, 35(2), 147-166.

Faggiano, F. et al. (2005). School based prevention for illicit drugs use. **The Cochrane Database of Systematic Reviews**, 2(1), 15-20.

Foxcroft, D. R., Ireland, D., Lowe, G., and Breen, R. (2002). Primary prevention for alcohol misuse in young people. **The Cochrane Database of Systematic Reviews**, 3, 5.

Geels, L. M. et al. (2011). Trends in adolescent alcohol use: effects of age sex and cohort on prevalence and heritability. **Addiction Research**, 107(3), 518-527.

Komro, K. A., and Toomey, T. L. (2002). **Strategies to Prevent underage Drinking.** Retrieved October 10, 2012, from http://pubs.niaaa.nih.gov/publications/arh26-1/5-14.htm

Kuntsche, E., Fischer, M. V., and Gmel, G. (2008). Personality factors and alcohol use: A Mediator analysis of drinking motives. **Personality and Individual Differences**, 45(1), 796-800.

Newman, I. M., Shell, D. F., Innadda, S., and Li, T. (2005). Alcohol expectancies among a sample of Thai high school students. **Journal of Public Health**, 35(2), 87-97.

Persson, E., Hanson, B., and Rastam, A.S. (1994). Alcohol habits among teenagers in Sweden : factors of importance. **Journal of Studies on Alcohol**, 55(6), 719-725.

Polit, D. F., and Beck, B. P. (2006). **Essentials of nursing research: Methods, appraisal and utilization.** (6 ed.). Philadelphia: Lippincott Williams and Welkins.

Sherry, H. S. et al. (2005). New developments in prevention and early intervention for alcohol abuse in youths. **Clinical and Experimental Research**, 29(2), 278-286.

Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., and Eifert, G. H. (2001). Negative-reinforcement drinking motives mediate the relation between anxiety sensitivity and increased drinking behavior. **Personality and Individual Differences**, 31, 157-171.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration [SAMHSA]. (2002). **Reportto Congress on the Prevention and Treatment of Co-occurring Substance Abuse**

Disorders and Mental Disorders. New York: U.S. Department of Health and Human Services Substance Abuse and Mental Health Services Administration.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration [SAMHSA]. (2008). **Trends in substance use, dependence or abuse, and treatment among adolescent: 2002-2007 National Surveys on Drug Use and Health**. Retrieved March 10, 2013, from http://www.oas.samhsa.gov/2k8/youthTrends/ youthTrends.htm

United Nations Population Fund: UNFPA. (2005). **Adolescents Fact Sheet**. Retrieved October 10, 2012, from http://www.unfpa.org/swp/2005/presskit/factsheets/facts_adolescent

Wong, D. L., and Hockenberry-Eaton, M. (2009). **Wong's essential of pediatric nursing.** (8 ed.). St Louis, MI Mosby.

World Health Organization [WHO]. (2002). **WHO Definition of Health**. Retrieved October 10, 2012, from http://www.who.int/definition/en/print.html.

World Health Organization [WHO]. (2005). **WHO Global Status Report: Alcohol and Young People**. Geneva: World Health Organization.

Young, R. M., Conn or, J. P., Ricciardelli, L. A., and Saunders, J. B. (2006). The role of alcohol expectancy and drinking refusal self-efficacy beliefs in university student drinking. **Alcohol and Alcoholism**, 41(1), 70-75.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ศาสตราจารย์ ดร.รุจา ภู่ไพบูลย์
   อาจารย์ประจำภาควิชาพยาบาลศาสตร์ สาขาการพยาบาลเด็ก คณะแพทยศาสตร์
   โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

2. รองศาสตราจารย์ ดร.อาภาพร เผ่าวัฒนา
   อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์
   มหาวิทยาลัยมหิดล

3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ้งนภา ผาณิตรัตน์
   อาจารย์ประจำภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์
   มหาวิทยาลัยมหิดล

4. อาจารย์ ศิริพร ชาวสุรินทร์
   อาจารย์ประจำภาควิชาพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์
   มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

5. นางดุษณีย์ ชาญปรีชา
   พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ สถาบันบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติ
   บรมราชชนนี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ข
หนังสือขออนุญาตทดลองใช้เครื่องมือ และเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ที่ ศธ 0512.11/ 1621

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อาคารบรมราชชนนีศรีศตพรรษ ชั้น 11
ถนนพระราม 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน
กรุงเทพฯ 10330

14 ตุลาคม 2556

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบางกะปิ

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงร่างวิทยานิพนธ์ 1 ชุด
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1 ชุด

เนื่องด้วย นางสาวอัจฉา มูลรัตนา นิสิตชั้นปริญญามหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังดำเนินการพัฒนาวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น" โดยมี ศาสตราจารย์ ดร. วีณา จีระแพทย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นรลักขณ์ เอื้อกิจ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ในการนี้ใคร่ขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ในวัยรุ่นตอนต้น อายุ 11 – 14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 40 คน โดยใช้แผนการให้โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก และแบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ ทั้งนี้นิสิตจะประสานงาน เรื่อง วัน และเวลาในการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย อีกครั้งหนึ่ง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้ นางสาวอัจฉา มูลรัตนา ดำเนินการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ดังกล่าว คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สุรีพร ธนศิลป์

(รองศาสตราจารย์ ดร. สุรีพร ธนศิลป์)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ โทร. 0-2218-1131 โทรสาร. 0-2218-1130
อาจารย์ที่ปรึกษา ศาสตราจารย์ ดร. วีณา จีระแพทย์ โทร. 0–2218-1160
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นรลักขณ์ เอื้อกิจ โทร. 0–2218-1152
ชื่อนิสิต นางสาวอัจฉา มูลรัตนา โทร. 086-522-6177

ที่ ศธ 0512.11/1621

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อาคารบรมราชชนนีศรีศตพรรษ ชั้น 11
ถนนพระราม 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน
กรุงเทพฯ 10330

14 ตุลาคม 2556

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) 2

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงร่างวิทยานิพนธ์ 1 ชุด
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1 ชุด

เนื่องด้วย นางสาวอัจฉา มูลรัตนา นิสิตชั้นปริญญามหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังดำเนินการพัฒนาวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น" โดยมี ศาสตราจารย์ ดร. วีณา จีระแพทย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นรลักขณ์ เอื้อกิจ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ในการนี้ใคร่ขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ในวัยรุ่นตอนต้น อายุ 11 – 14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 40 คน โดยใช้แผนการให้โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก และแบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ ทั้งนี้นิสิตจะประสานงาน เรื่อง วัน และเวลาในการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย อีกครั้งหนึ่ง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้ นางสาวอัจฉา มูลรัตนา ดำเนินการทดลองใช้เครื่องมือและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ดังกล่าว คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ
สุรีพร ธนศิลป์
(รองศาสตราจารย์ ดร. สุรีพร ธนศิลป์)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ โทร. 0-2218-1131 โทรสาร. 0-2218-1130
อาจารย์ที่ปรึกษา ศาสตราจารย์ ดร. วีณา จีระแพทย์ โทร. 0–2218-1160
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นรลักขณ์ เอื้อกิจ โทร. 0–2218-1152
ชื่อนิสิต นางสาวอัจฉา มูลรัตนา โทร. 086-522-6177

ภาคผนวก ค
เอกสารรับรองโครงการจริยธรรมและวิจัยในมนุษย์ และหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

AF 01-12

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อาคารสถาบัน 2 ชั้น 4 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทรศัพท์: 0-2218-8147 โทรสาร: 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

---

COA No. 168/2556

ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 117.1/56 : ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

ผู้วิจัยหลัก : นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา

หน่วยงาน : คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ของ The International Conference on Harmonization – Good Clinical Practice (ICH-GCP) อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม.....
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปรีดา ทัศนประดิษฐ)
ประธาน

ลงนาม.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)
กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 9 ตุลาคม 2556 **วันหมดอายุ** : 8 ตุลาคม 2557

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

1) โครงการวิจัย
2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
3) ผู้วิจัย
4) แบบสอบถาม

เลขที่โครงการวิจัย 117.1/56
วันที่รับรอง - 9 ต.ค. 2556
วันหมดอายุ - 8 ต.ค. 2557

เงื่อนไข

1. ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการผิดจริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยฯ
2. หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องชุดิ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
*4. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) **เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น***
5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
7. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 03-12) และบทคัดย่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทคัดย่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาฯ
ฝ่ายวิชาการ
เลขที่หนังสือรับ 1404
ว.ด.ป. 16 ต.ค. 56
เวลา 10.20 น.

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2218-8147

ที่ จว 720/56 **วันที่** 14 ตุลาคม 2556

เรื่อง แจ้งผลผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

เรียน คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1.ใบรับรองผลการพิจารณา
2. เอกสารข้อมูลสำหรับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
3. หนังสือแสดงความยินยอม
4. แบบสอบถาม

ตามที่ **นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา** นิสิตระดับมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เสนอโครงการวิจัยที่ 117.1/56 เรื่อง ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น (THE EFFECT OF MOTIVATION PROMOTING PROGRAM ON ALCOHOL DRINKING PREVENTION BEHAVIOR AMONG EARLY ADOLESCENTS) เพื่อให้กรรมการผู้ทบทวนหลักพิจารณาจริยธรรมการวิจัยความละเอียดแจ้งแล้วนั้น

การนี้ กรรมการผู้ทบทวนหลัก ได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ รับรองวันที่ 9 ตุลาคม 2556

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศ์โรจน์)
กรรมการและเลขานุการ
คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
(กลุ่มทดลอง) (Participation Information sheet)

ชื่อโครงการวิจัย ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

ชื่อผู้วิจัย นางสาว อัจฉรา มูลรัตนา
นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลรามาธิบดี

โทรศัพท์ที่ทำงาน 0-2201-1473

โทรศัพท์เคลื่อนที่ 08-6522-6177

E-mail address: archara_m@hotmail.com

เรียน ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกท่าน
ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการให้คำยินยอมในการวิจัยประกอบด้วยคำอธิบาย ดังต่อไปนี้

1. ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมในการวิจัย โดยงานวิจัยนี้ทำขึ้นเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลต่อไปนี้อย่างละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ไม่ชัดเจนได้ตลอดเวลา

2. โครงการนี้เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.1 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ

3.2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจและกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

4. เป็นการวิจัยที่มีการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งจัดกิจกรรมที่โรงเรียน ประมาณ 60 นาทีต่อสัปดาห์ เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ และระยะติดตามผล หลังการทดลองประมาณ 1 สัปดาห์ โดยนักเรียนจะได้ทำแบบสอบถามก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม และภายหลังการนำเสนอผลงานของทุกกลุ่มจะได้รับรางวัลเป็นอุปกรณ์ที่เกี่ยวกับการเรียน เช่น สมุดโน้ต ปากกา กระเป๋าใส่เครื่องเขียน เป็นต้น เด็กวัยรุ่นตอนต้นที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลเกี่ยวกับเด็กวัยรุ่นตอนต้นจะถูกถอดออกมาเป็นรหัส ผลการวิจัยและบทความวิจัยที่ตีพิมพ์จะไม่มีชื่อของเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่เข้าร่วมทดลอง

5. รายละเอียดของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

5.1 ประชากร คือ วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ

5.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ ตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ

1) ไม่มีประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยคัดเลือกจากการตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง

2) ได้รับความยินยอมทั้งจากวัยรุ่นตอนต้นและบิดามารดาในการเข้าร่วมการวิจัย

3) ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้ตลอดระยะเวลาการวิจัย

เกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างออกจากงานวิจัย

1) นักเรียนไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมครบทุกกิจกรรม

2) ย้ายออกจากโรงเรียนขณะเก็บรวบรวมข้อมูล

5.3 จำนวนวัยรุ่นตอนต้นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยครั้งนี้ 50 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 25 คน และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวน 25 คน

6. รายละเอียดและขั้นตอนที่ผู้ร่วมวิจัยจะได้รับการปฏิบัติในงานวิจัยนี้ คือ

หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากผู้ปกครองของวัยรุ่นตอนต้นแล้ว กลุ่มทดลองจะได้รับการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งการดำเนินกิจกรรมใช้ระยะเวลาทั้งหมด 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง โดยวัยรุ่นตอนต้นจะได้ทำแบบสอบถามก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้เวลาในการทำแบบสอบถาม 30 นาที ซึ่งจำนวนแบบสอบถามมีทั้งหมด 4 ชุด ได้แก่

- แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 10 ข้อ
- แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 8 ข้อ
- แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก จำนวน 14 ข้อ
- แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ จำนวน 12 ข้อ

กลุ่มตัวอย่างจะได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตามโปรแกรมการวิจัยในสัปดาห์ที่ 2-5 ซึ่งผู้วิจัยจะเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมทั้งหมด ประกอบด้วย การให้ความรู้และการทำกิจกรรมกลุ่ม การระดมสมอง การแสดงความคิดเห็น ระยะเวลาในการทำกิจกรรม ครั้งละ 60 นาที มีกิจกรรมทั้งหมด 4 กิจกรรม และระยะติดตามผลการทดลองอีก 1 ครั้งในสัปดาห์ที่ 6 โดยการจัดกิจกรรมสัปดาห์ละครั้ง นอกเวลาเรียนปกติ ทุกวันพุธ เวลา 15.00 - 16.00 น. ณ ห้องประชุมของโรงเรียน และภายหลังการนำเสนอผลงานของทุกกลุ่มจะได้รับของที่ระลึกเป็นอุปกรณ์ที่เกี่ยวกับการเรียน เช่น สมุดโน้ต ปากกา กระเป๋าใส่เครื่องเขียน เป็นต้น

7. การติดต่อกับผู้วิจัย สามารถติดต่อกับผู้วิจัย นางสาว อัจฉรา มูลรัตนา ตลอด 24 ชั่วโมง ที่เบอร์โทรศัพท์มือถือ 08-6522-6177

8. การวิจัยในครั้งนี้วัยรุ่นตอนต้นจะได้รับการส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และไม่มีความเสี่ยงที่อาจจะเกิดขึ้น

9. วัยรุ่นตอนต้นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยมีสิทธิ์ที่จะเข้าร่วมหรือสามารถถอนตัวจากโครงการได้ทุกขณะโดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ไม่มีผลต่อการเรียนใด ๆ ของวันรุ่นตอนต้นทั้งสิ้น

10. ไม่มีการจ่ายค่าตอบแทน และไม่มีการเสียค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมการวิจัย

11. ผลการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวม โดยไม่มีการระบุชื่อ และที่อยู่ของวัยรุ่นตอนต้น ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยจะได้รับการปกปิดอยู่เสมอ

12. หากผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและผู้ปกครองไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าว สามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 ซอย จุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ. 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8247 E –mail: eccu@chula.ac.th

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
(กลุ่มควบคุม) (Participation Information sheet)

ชื่อโครงการวิจัย ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

ชื่อผู้วิจัย นางสาว อัจฉรา มูลรัตนา
นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลรามาธิบดี

โทรศัพท์ที่ทำงาน 0-2201-1473

โทรศัพท์เคลื่อนที่ 08-6522-6177

E-mail address: Archara_m@hotmail.com

เรียน ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกท่าน

ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการให้คำยินยอมในการวิจัยประกอบด้วยคำอธิบาย ดังต่อไปนี้

1. ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมในการวิจัย โดยงานวิจัยนี้ทำขึ้นเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลต่อไปนี้อย่างละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ไม่ชัดเจนได้ตลอดเวลา

2. โครงการนี้เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.1 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ

3.2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจและกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามปกติ

4. เด็กวัยรุ่นตอนต้นที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลเกี่ยวกับเด็กวัยรุ่นตอนต้นจะถูกถอดออกมาเป็นรหัส ผลการวิจัยและบทความวิจัยที่ตีพิมพ์จะไม่มีชื่อของเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่เข้าร่วมทดลอง

5. รายละเอียดของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

5.1 ประชากร คือ วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ

5.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นตอนต้นอายุ 11-14 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเขต 2 กระทรวงศึกษาธิการ ตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ

1) ไม่มีประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยคัดเลือกจากการตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง

2) ได้รับความยินยอมทั้งจากวัยรุ่นตอนต้นและบิดามารดาในการเข้าร่วมการวิจัย

3) ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้ตลอดระยะเวลาการวิจัย

เกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างออกจากงานวิจัย

1) นักเรียนไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมครบทุกกิจกรรม

2) ย้ายออกจากโรงเรียนขณะเก็บรวบรวมข้อมูล

5.3 จำนวนวัยรุ่นตอนต้นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยครั้งนี้ 50 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 25 คน และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวน 25 คน

6. รายละเอียดและขั้นตอนที่ผู้ร่วมวิจัยจะได้รับการปฏิบัติในงานวิจัยนี้ คือ

หลังจากได้รับความร่วมมือและยินยอมจากผู้ปกครองของวัยรุ่นตอนต้นแล้ว วัยรุ่นตอนต้นจะได้รับความรู้ตามปกติเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากการศึกษาในหลักสูตรระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 จากผู้ปกครอง ครู บุคลากรทางด้านสุขภาพ และสื่อต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน โดยวัยรุ่นตอนต้นจะได้ทำแบบสอบถามก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้เวลาในการทำแบบสอบถาม 30 นาที ซึ่งจำนวนแบบสอบถามมีทั้งหมด 2 ชุด ได้แก่

- แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 10 ข้อ
- แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 8 ข้อ

ภายหลังการสิ้นสุดกระบวนการทดลองจะได้รับการให้ความรู้และได้รับแผ่นความรู้จากผู้วิจัย

7. การติดต่อกับผู้วิจัย สามารถติดต่อกับผู้วิจัย นางสาว อัจฉรา มูลรัตนา ตลอด 24 ชั่วโมง ที่เบอร์โทรศัพท์มือถือ 08-6522-6177

8. การวิจัยในครั้งนี้วัยรุ่นตอนต้นจะได้รับการส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และไม่มีความเสี่ยงที่อาจจะเกิดขึ้น

9. วัยรุ่นตอนต้นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยมีสิทธิ์ที่จะเข้าร่วมหรือสามารถถอนตัวจากโครงการได้ทุกขณะโดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ไม่มีผลต่อการเรียนใด ๆ ของวัยรุ่นตอนต้นทั้งสิ้น

10. ไม่มีการจ่ายค่าตอบแทน และไม่มีการเสียค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมการวิจัย

11. ผลการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวม โดยไม่มีการระบุชื่อ และที่อยู่ของวัยรุ่นตอนต้น ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยจะได้รับการปกปิดอยู่เสมอ

12. หากผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและผู้ปกครองไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าว สามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 ซอย จุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ. 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8247 E –mail: eccu@chula.ac.th

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย
สำหรับบิดา มารดา/ผู้ปกครอง
(Informed Consent Form)

ทำที่.....
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เลขที่ ประชากรกลุ่มตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า..... (เกี่ยวข้องเป็นโปรดระบุเป็น บิดา/มารดา/ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลของ (ชื่อผู้มีส่วนร่วมในงานวิจัย).....ซึ่งได้ลงนามท้ายหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมให้ผู้ที่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้าเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

ชื่อผู้วิจัยนางสาว อัจฉรา มูลรัตนา

ที่อยู่ที่ติดต่อ โรงพยาบาลรามาธิบดี (แผนกไอซียูเด็ก) 270 ถนนพระราม 6 แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400 โทรศัพท์ 0-2201-1473

ข้าพเจ้าและผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า ได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย รายละเอียดและขั้นตอนต่าง ๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยง/อันตราย และประโยชน์ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ โดยได้อ่านรายละเอียดในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมวิจัยโดยตลอด และได้รับคำอธิบายจากผู้วิจัยจนเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจให้ผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า เข้าร่วมในโครงการวิจัยภายใต้เงื่อนไขที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยข้าพเจ้ายินยอมให้ผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า ตอบแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องในงานวิจัย

ข้าพเจ้ามีสิทธิ์ให้ผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า หรือเป็นความประสงค์ของผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า ถอนตัวออกจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องชี้แจงและแจ้งเหตุผล ซึ่งการถอนตัวออกจากการวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางใด ๆ เช่น การรักษา ต่อผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า ทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติต่อผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และข้อมูลใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวข้าพเจ้าและผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า

หากผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า ไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมวิจัย ข้าพเจ้าสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 ซอย จุฬาลงกรณ์ 62ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ. 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8247 E–mail: eccu@chula.ac.th

ข้าพเจ้าได้ลงรายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และสำเนาหนังสือแสดงความยอนยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ..... ลงชื่อ .....

(นางสาว อัจฉรา มูลรัตนา) (.....)

ผู้วิจัยหลัก ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ลงชื่อ..... ลงชื่อ.....

(.....) (.....)

ผู้ปกครอง พยาน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ง
ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

แผนการให้โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

2.2 แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3. เครื่องมือกำกับการทดลอง

3.1 แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก

3.2 แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการให้โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจ ต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของวัยรุ่นตอนต้น

แผนการเรียนรู้กิจกรรมที่ 1 เรื่อง “ โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”

วิธีการสอน	บรรยาย ระดมสมอง อภิปราย และชมการ์ตูนแอนิเมชั่น
ผู้ดำเนินการ	นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา (ผู้วิจัย) เลขประจำตัวนิสิต 5477205936 หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบันทิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
กลุ่มเป้าหมาย	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ จำนวน 25 คน
สถานที่	โรงเรียนบางกะปิ เขตพื้นที่การศึกษาเขต 2 กรุงเทพมหานคร
วันเวลาที่สอน	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2. เพื่อให้นักเรียนมีความคาดหวังในผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อด้านร่างกาย สุขภาพจิต พฤติกรรมการเรียน สังคมและเศรษฐกิจ 3. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์ถึงผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 1 “ โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
1.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2.เพื่อให้นักเรียนมีความคาดหวังในผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อด้านร่างกาย สุขภาพจิต พฤติกรรมการเรียน สังคมและเศรษฐกิจ	**<u>บทนำ</u>** การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นเป็นพฤติกรรมเสี่ยงสำคัญที่เป็นปัญหาสาธารณสุขทั้งในสังคมโลก และประเทศไทย การดื่มโดยมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นอย่างมากโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน และอายุที่เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกมีแนวโน้มน้อยลง สำหรับประเทศไทยการเริ่มต้นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเด็กและเยาวชน เมื่อเปรียบเทียบกับประเทศกำลังพัฒนาในกลุ่มประเทศอาเซียนด้วยกัน พบว่าประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่ผู้เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเด็กและเยาวชนที่มีอายุน้อยคือ อยู่ในช่วงอายุที่ต่ำกว่า 15 ปี โดยอายุเฉลี่ยที่วัยรุ่นเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรกเป็นอายุ 13 ปีในผู้ชายและอายุ 14 ปีในผู้หญิง	**<u>ขั้นนำ</u>** (10 นาที) 1. สร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยและนักเรียน พร้อมทั้งบอกวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมครั้งนี้ 2. ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหาความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โทษพิษภัย และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยถามนำเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โทษพิษภัยและผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และให้นักเรียนร่วมอภิปราย	-การ์ตูนแอนิเมชั่นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และผลกระทบจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “Stop drink Cartoon คุณรู้หรือไม่?” ของศูนย์วิจัยปัญหาสุรา -โปสเตอร์ “70 โรคร้าย มหันตภัยจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข -powerpoint เรื่องโทษ พิษภัย และผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	1.การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ตั้งใจฟังการบรรยาย และการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ถ้านักเรียนนั่งหลับ คุยกัน หรือเหม่อลอย ผู้วิจัยจะนำนักเรียนกลับเข้าสู่การทำกิจกรรม โดยกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในการตอบคำถามและมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 1 “ โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”(ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
3. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์ถึงผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง	**ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์** เนื้อหาประกอบด้วย - ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ - ชนิดของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ - การดื่มมาตรฐาน (standard drink) - ลักษณะและระดับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น ได้แก่ การดื่มแบบความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายน้อย (low risk drinking) การดื่มแบบเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายสูง (hazardous drinking) การดื่มแบบอันตราย (harmful drinking) และระดับแอลกอฮอล์ในกระแสเลือดกับผลของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อความรู้สึกและพฤติกรรม โดยมีรายละเอียดตามใบความรู้กิจกรรมที่1	**<u>ขั้นสอน</u>** (40 นาที) 1. ผู้วิจัยให้ชมการ์ตูนแอนิเมชั่นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เรื่อง “Stop drink Cartoon คุณรู้หรือไม่?” (เวลา 3 นาที) 2. ผู้วิจัยอธิบายถึงความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบ powerpoint และโปสเตอร์ “70 โรคร้าย มหันตภัยจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” 3. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม		2. นักเรียนสามารถอธิบายถึงความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 1 “ โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”(ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
	ผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นส่งผลกระทบหลายด้านทั้งต่อตัวผู้ดื่มเอง ครอบครัว บุคคลรอบข้าง สังคมและเศรษฐกิจ โดยมีรายละเอียดดังนี้ **1.ผลกระทบต่อร่างกาย** **1.1 ผลต่อสมองและระบบประสาท** แอลกอฮอล์มีฤทธิ์กดระบบประสาท อัตโนมัติ ส่งผลให้การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อสูญเสียการควบคุม สมรรถภาพของการมองเห็นและการได้ยินลดลง และมีพิษโดยตรงต่อสมอง ทำให้สมองเสื่อม โดยมีการฝ่อลีบของสมองส่วนเปลือกนอก (cortex) **1.2 ผลต่อหัวใจและการไหลเวียนของเลือด** ทำให้เกิดภาวะโรคกล้ามเนื้อหัวใจ โดยจะทำให้กล้ามเนื้อหัวใจบวมโต การเต้นของหัวใจผิดปกติ เหนื่อยง่าย ใจสั่น อาจทำให้เกิดภาวะหัวใจวาย **1.3 ผลต่อทางเดินอาหาร** แอลกอฮอล์ทำให้มีการหลั่งน้ำย่อย hormone gastrin ในกระเพาะอาหารเพิ่มขึ้น ทำให้กระเพาะอาหารเป็นแผลได้ง่าย	ให้สรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมโดยให้ร่วมอภิปรายเกี่ยวกับหัวข้อดังนี้ - ผลกระทบต่อร่างกาย - ผลกระทบต่อสุขภาพจิต - ผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น - ผลกระทบด้านการเรียน สังคม และเศรษฐกิจ **<u>ขั้นสรุป</u>** (10 นาที) -ผู้วิจัยสรุปกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 1 และประเด็นเพิ่มเติม พร้อมนัดหมายครั้งต่อไป		

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 1 “ โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”(ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
	และผลจากการอักเสบของกระเพาะอาหารทำให้เกิดการอุดตันของท่อน้ำดี ซึ่งมีผลต่อเนื่องทำให้การย่อยอาหารประเภทไขมันได้ไม่ดี เป็นผลให้เกิดอาการท้องอืดได้ **1.4 ผลต่อตับ** เนื่องจากตับเป็นแหล่งสันดาป (metabolism) ที่สำคัญของแอลกอฮอล์ ดังนั้นตับจึงเป็นอวัยวะที่ได้รับพิษจากแอลกอฮอล์มากกว่าอวัยวะอื่นๆ พิษของแอลกอฮอล์จะทำให้เกิดการคั่งของไขมันในตับ (fatty liver) ทำให้ตับอักเสบ และตับแข็งตามลำดับ			

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

เอกสารกิจกรรมที่ 1
“โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน โดยให้ตั้งชื่อกลุ่ม แต่งตั้งประธานกลุ่ม และเลขา โดยประธานกลุ่มมีหน้าที่เป็นผู้นำในการอภิปรายภายในกลุ่ม และเลขามีหน้าที่จดบันทึกการอภิปรายลงในเอกสารสรุปผลงาน
2. ให้แต่ละกลุ่มอภิปรายตามประเด็นดังนี้
   - ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อร่างกาย
   - ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพจิต
   - ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น
   - ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตต่อการเรียน สังคม และเศรษฐกิจ

เอกสารสรุปผลงานกิจกรรมที่ 1
“โทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”

กลุ่มที่..... ชื่อกลุ่ม.....
ประธานกลุ่ม..... เลขา.....
สมาชิกกลุ่ม 1. ..... 2.....
3.....4.....
5.....6.....
7.....

หัวข้ออภิปราย

1. ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อร่างกาย .....
.....
2. ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพจิต .....
.....
3. ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น .....
.....
4. ผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อการเรียน สังคม และเศรษฐกิจ.....
....

แผนการเรียนรู้กิจกรรมที่ 2 เรื่อง “เพื่อนแท้”

วิธีการสอน	ระดมสมอง และอภิปราย
ผู้ดำเนินการ	นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา (ผู้วิจัย) เลขประจำตัวนิสิต 5477205936 หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบันทิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
กลุ่มเป้าหมาย	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ จำนวน 25 คน
สถานที่	โรงเรียนบางกะปิ เขตพื้นที่การศึกษาเขต 2 กรุงเทพมหานคร
วันเวลาที่สอน	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงการเลือกคบเพื่อนที่ดีได้ 2.เพื่อให้นักเรียนบอกถึงการเป็นเพื่อนที่ดีได้ 3.เพื่อให้นักเรียนมีความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี และการเป็นเพื่อนที่ดี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการเรียนรู้กิจกรรมที่ 2 เรื่อง “เพื่อนแท้”

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
1. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงการเลือกคบเพื่อนที่ดีได้ 2.เพื่อให้นักเรียนบอกถึงการเป็นเพื่อนที่ดีได้ 3.เพื่อให้นักเรียนมีความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดีและการเป็นเพื่อนที่ดี	- ปัจจัยภายนอกสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือ การชักชวนจากเพื่อน และการเลือกคบเพื่อน การเลือกคบเพื่อนที่ดีและการเป็นเพื่อนที่ดีเป็นสิ่งสำคัญมาก เนื่องจากเพื่อนมีอิทธิพลต่อจิตใจและการกระทำของวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นชอบเลียนแบบเพื่อน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ซึ่งการคบเพื่อนที่ดีและการเป็นเพื่อนที่ดี จะช่วยป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ โดยลักษณะของเพื่อนที่ดี ได้แก่ 1. มีน้ำใจ รู้จักให้และรู้จักช่วยเหลือกันและกัน 2. เคารพสิทธิกันและกัน 3. ให้เกียรติกันและกัน 4.รู้จักให้อภัยกันและกัน 5.ชักชวนเพื่อนไปในทางที่ดี ไม่ชักชวนให้ไปทำพฤติกรรมเสี่ยงต่าง เช่น หนีเรียน ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น 6.มีความจริงใจให้กันและกัน 7.รู้จักตักเตือนกันและกัน 8.ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน 9.ไม่เอาเปรียบซึ่งกันและกัน 10.รับฟังเหตุผลของกันและกัน	**<u>ขั้นนำ</u>** (10 นาที) -ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมครั้งที่ 1 เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และนำเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 2 โดยอธิบายถึงปัจจัยภายนอกสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือ การชักชวนจากเพื่อน และการเลือกคบเพื่อน **<u>ขั้นสอน</u>** (40 นาที) 1. ผู้วิจัยอธิบายขั้นตอนของกิจกรรม และแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน 2.ผู้วิจัยจัดทำบัตรคำเกี่ยวกับการคบเพื่อน ได้แก่ - คบคนดีเป็นศรีแก่ตัว - เพื่อนกินหาง่ายเพื่อนตายหายาก	- บัตรคำ -กระดาษ - ปากกาเมจิก	1.การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมตั้งใจฟังการบรรยาย และการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ถ้านักเรียนนั่งหลับ คุยกันหรือเหม่อลอย ผู้วิจัยจะนำนักเรียนกลับเข้าสู่การทำกิจกรรมโดยกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในการตอบคำถามและมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น 2. นักเรียนบอกถึงการเลือกคบเพื่อนที่ดีได้ถูกต้อง 3.นักเรียนบอกถึงการเป็นเพื่อนที่ดีได้ถูกต้อง

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 2 “เพื่อนแท้”(ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
		- คบคนพาลพาลพาไปหาผิด คบบัณฑิตบัณฑิตพาไปหาผล -คนเดียวหัวหาย สองคนเพื่อนตาย” 3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มจับบัตรคำแล้วอภิปรายความหมายของบัตรคำร่วมกับสมาชิกภายในกลุ่ม และให้ตัวแทนออกมานำเสนอร่วมกับอภิปรายร่วมกัน พร้อมยกตัวอย่างลักษณะของเพื่อนที่ดี <u>ขั้นสรุป</u> (10 นาที) - ผู้วิจัยสรุปประเด็นเพิ่มเติม และเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการเลือกคบเพื่อนที่ดี และการเป็นเพื่อนที่ดี		

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

เอกสารกิจกรรมที่ 2
“เพื่อนแท้”

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน โดยให้ตั้งชื่อกลุ่ม แต่งตั้งประธานกลุ่ม และเลขา โดยประธานกลุ่มมีหน้าที่เป็นผู้นำในการอภิปรายภายในกลุ่ม และเลขามีหน้าที่จดบันทึกการอภิปรายลงในเอกสารสรุปผลงาน
2. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มจับบัตรคำ แล้วอภิปรายความหมายของบัตรคำเกี่ยวกับการคบเพื่อน ร่วมกับสมาชิกภายในกลุ่ม พร้อมยกตัวอย่างการเลือกคบเพื่อน และการเป็นเพื่อนที่ดีซึ่งกันและกัน และให้ตัวแทนออกมานำเสนอ ร่วมกับอภิปรายร่วมกัน

บัตรคำเกี่ยวกับการคบเพื่อน ได้แก่

- คบคนดีเป็นศรีแก่ตัว
- เพื่อนกินหาง่าย เพื่อนตายหายาก
- คบคนพาลพาลพาไปหาผิด คบบัณฑิตบัณฑิตพาไปหาผล
- คนเดียวหัวหาย สองคนเพื่อนตาย”

3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มจับบัตรคำแล้วอภิปรายความหมายของบัตรคำร่วมกับสมาชิกภายในกลุ่ม และให้ตัวแทนออกมานำเสนอ ร่วมกับอภิปรายร่วมกัน พร้อมยกตัวอย่างลักษณะของเพื่อนที่ดี

เอกสารสรุปผลงานกิจกรรมที่ 2
“เพื่อนแท้”

กลุ่มที่..... ชื่อกลุ่ม.....
ประธานกลุ่ม..... เลขา.....
สมาชิกกลุ่ม 1. ..... 2.....
3..... 4.....
5..... 6.....
7.....

หัวข้ออภิปราย

1. บัตรคำเกี่ยวกับการคบเพื่อนที่ตัวแทนกลุ่มจับได้ ได้แก่.....
2. ความหมายของบัตรคำเกี่ยวกับการคบเพื่อน คือ.....
.....
3.เพื่อนที่ดี ควรมีลักษณะดังนี้ ได้แก่.....
.....
.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการเรียนรู้กิจกรรมที่ 3 เรื่อง “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์ ”

วิธีการสอน	บรรยาย ระดมสมอง และอภิปราย
ผู้ดำเนินการ	นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา (ผู้วิจัย) เลขประจำตัวนิสิต 5477205936 หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบันทิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
กลุ่มเป้าหมาย	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ จำนวน 25 คน
สถานที่	โรงเรียนบางกะปิ เขตพื้นที่การศึกษาเขต 2 กรุงเทพมหานคร
วันเวลาที่สอน	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์	1. บอกปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ 2. อธิบายถึงอาการทางร่างกาย และสภาวะทางอารมณ์ที่มีผลมาจากความเครียดได้ 3. อธิบายได้ว่าความเครียดมีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 4. บอกวิธีการจัดการกับความเครียดได้ถูกต้อง 5. มีความคาดหวังเชิงบวกจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 3 “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์ ”

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
1. บอกปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้	**ความเครียด** หมายถึง ความกดดันที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ และเป็นสภาวะทางด้านจิตใจที่เกิดจากการที่บุคคลเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งจากตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม **ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียด** **ปัจจัยภายในของบุคคล** ได้แก่ -สาเหตุทางร่างกาย เป็นสภาวะบางอย่างของร่างกายที่ก่อให้เกิดความเครียด เช่น ความเมื่อยล้า ร่างกายไม่แข็งแรง ขาดการพักผ่อน ติดสุรา ยาเสพติด เป็นต้น -สาเหตุทางจิตใจ เป็นสภาวะทางจิตบางอย่างของบุคคลที่ก่อให้เกิดความเครียด เช่น อารมณ์ทางลบทุกชนิด กลัว เศร้า วิตกกังวล ใจร้อน ก้าวร้าว ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ พึ่งพาผู้อื่นตลอดเวลา ขาดความเชื่อมั่น ไม่กล้าตัดสินใจ	<u>**ขั้นนำ**</u> (10 นาที) 1. ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมครั้งที่ 1 เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกิจกรรมที่ 2 เกี่ยวกับการคบเพื่อน ประมาณ 5 นาที และนำเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 3 โดยกล่าวนำถึงปัจจัยภายในที่ทำให้วัยรุ่นดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ความเครียดมีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร และยกตัวอย่างให้ตัวแทนนักเรียนพูดถึงความเครียดว่ามีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง และวิธีลดความเครียดของตนเองเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่กิจกรรมที่ 3	- กระดาษ - ปากกาเมจิก	1.การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ตั้งใจฟังการบรรยาย และการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ถ้านักเรียนนั่งหลับ คุยกัน หรือเหม่อลอย ผู้วิจัยจะนำนักเรียนกลับเข้าสู่การทำกิจกรรม โดยกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในการตอบคำถามและมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น 2.นักเรียนบอกถึงวิธีการจัดการกับความเครียดและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ได้ถูกต้อง

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 3 “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์ ”(ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
2. อธิบายถึงอาการทางร่างกาย และสภาวะทางอารมณ์ที่มีผลมาจากความเครียดได้	**ปัจจัยภายนอกของบุคคล** เช่น สูญเสียสิ่งที่รัก การเปลี่ยนแปลงในชีวิต สภาวะสิ่งแวดล้อมที่เป็นพิษ เป็นต้น **อาการที่มีผลจากความเครียด** **- อาการทางด้านร่างกาย** คือ มึนงง ปวดกล้ามเนื้อ ปวดศีรษะ ปวดหลัง แน่นท้อง นอนหลับยาก หัวใจเต้นเร็ว อ่อนเพลีย ท้องร่วง ท้องผูก กระเพาะอาหารปั่นป่วน เป็นต้น **-อาการแสดงทางด้านจิตใจ** คือ วิตกกังวล ขี้ลืม สมาธิสั้น ความจำไม่ดี ขาดความคิดริเริ่ม อาการทางด้านอารมณ์ เช่น โกรธง่าย หงุดหงิด ร้องไห้ เป็นต้น **-อาการทางด้านพฤติกรรม** เช่น ติดสุรา ติดบุหรี่ ลุกลี้ลุกลน นอนไม่หลับ	**<u>ขั้นสอน</u>** (40 นาที) 1. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4กลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน ผู้วิจัยอธิบายขั้นตอนการทำกิจกรรม โดยให้นักเรียนทั้ง 4 กลุ่ม เขียนปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด และแนวทางจัดการความเครียดของตนเองให้ได้มากที่สุดโดยกำหนดระยะเวลา 10 นาที เมื่อหมดเวลาให้ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอ 2. ผู้วิจัยนำสู่การพูดคุยในหัวข้อ “ภาวะเครียดมีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร” และ “วิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม” และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์		

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 3 “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์ ”(ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
3. อธิบายได้ว่า ความเครียดมีผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 4. บอกวิธีการจัดการกับความเครียดได้ถูกต้อง 5. มีความคาดหวังเชิงบวกจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง	เมื่อเกิดความเครียด หากวัยรุ่นมีความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าจะทำให้ช่วยคลายเครียด ผ่อนคลาย หรือลดความตึงเครียดได้ อาจนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ ซึ่งวิธีการจัดการความเครียดที่ถูกวิธีมีดังนี้ **การจัดการกับความเครียด** ทำได้โดยใช้หลัก 3 R **Recover** หาวิธีพักผ่อนหย่อนใจ เช่น ดูหนัง ฟังเพลง ออกกำลังกาย หรือทำกิจกรรมที่ตนเองชอบ เป็นต้น **Refocus** คิดถึงเรื่องที่เกิดขึ้นและถามความรู้สึกตัวเอง **Regenerate** พักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหารที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น	**<u>ขั้นสรุป</u>** (10 นาที) - ผู้วิจัยสรุปประเด็นเพิ่มเติมโดยลดความคาดหวังเชิงบวกจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่นำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นั่นคือ ความเครียด ซึ่งเป็นแรงเสริมเชิงลบจากปัจจัยภายในร่างกาย โดยวิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสม และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์		

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 3 “คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์ ”(ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
	การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เวลาว่างหรือเวลาอิสระ หมายถึง ช่วงเวลาก่อนหรือหลังกิจกรรมที่จำเป็น นอกเหนือการเรียน และการทำกิจวัตรประจำวัน สำหรับวัยรุ่นการทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เป็นการช่วยตอบสนองความต้องการของวัยรุ่น ซึ่งต้องการแสวงหาประสบการณ์ใหม่ ๆ การยอมรับการได้รับการยกย่องจากผู้อื่น การพักผ่อนหย่อนใจคลายเครียด ช่วยให้วัยรุ่นเติบโตขึ้นพร้อมกันทั้งด้านสติปัญญา ด้านอารมณ์และสังคม ช่วยให้มีความรับผิดชอบ และรู้จักการปรับตัว ได้แก่กิจกรรมดังต่อไปนี้ 1.ดูหนัง ฟังเพลง เพื่อผ่อนคลายความเครียด 2. ออกกำลังกาย 3. หางานอดิเรกทำ โดยลองสำรวจตนเองว่าทำอะไรเป็นบ้างและชอบทำอะไร เช่น เล่นดนตรี เย็บปักถักร้อย ประดิษฐ์เศษวัสดุ การทำอาหาร ทำขนม เขียนนิยาย 4. อ่านหนังสือ			

เอกสารกิจกรรมที่ 3
“คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์ ”

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน โดยให้ตั้งชื่อกลุ่ม แต่งตั้งประธานกลุ่ม และเลขา โดยประธานกลุ่มมีหน้าที่เป็นผู้นำในการอภิปรายภายในกลุ่ม และเลขามีหน้าที่จดบันทึกการอภิปรายลงในเอกสารสรุปผลงาน
2. ให้นักเรียนทั้ง 4 กลุ่ม เขียนปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดและแนวทางจัดการความเครียดของตนเองให้ได้มากที่สุดโดยกำหนดระยะเวลา 10 นาที เมื่อหมดเวลาให้ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอ

เอกสารสรุปผลงานกิจกรรมที่ 3
“คลายเครียดอย่างไร? ห่างไกลแอลกอฮอล์ ”

กลุ่มที่..... ชื่อกลุ่ม.....
ประธานกลุ่ม..... เลขา.....
สมาชิกกลุ่ม 1. ..... 2.....
3..... 4.....
5..... 6.....
7.....

ปัจจัยหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด	แนวทางจัดการความเครียด
1.....	1.....
2.....	2.....
3.....	3.....
4.....	4.....
5.....	5.....
6.....	6.....
7.....	7.....
8.....	8.....
9.....	9.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการเรียนรู้กิจกรรมที่ 4 เรื่อง "วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์"

วิธีการสอน	บรรยาย ระดมสมอง อภิปราย แสดงบทบาทสมมติ
ผู้ดำเนินการ	นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา (ผู้วิจัย) เลขประจำตัวนิสิต 5477205936 หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบันทิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
กลุ่มเป้าหมาย	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ จำนวน 25 คน
สถานที่	โรงเรียนบางกะปิ เขตพื้นที่การศึกษาเขต 2 กรุงเทพมหานคร
วันเวลาที่สอน	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์	1. บอกสถานการณ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง 2. อธิบายหลักและขั้นตอนการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง 3. แสดงการปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ไปเกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้องตามขั้นตอนของหลักการปฏิเสธ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 4 “วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์”

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
1. บอกสถานการณ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง 2. อธิบายหลักและขั้นตอนการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง	สถานการณ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น การถูกเพื่อนชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโอกาสต่างๆ ได้แก่ วันเกิด ฉลองสอบเสร็จ วันขึ้นปีใหม่ เป็นต้น การเข้าไปในแหล่งที่จำหน่าย หรือบริการเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น ร้านสุรา บาร์ ไนท์คลับ หรืองานสังสรรค์ที่มีการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นต้น **ทักษะการปฏิเสธและต่อรอง**การปฏิเสธเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของบุคคลที่ทุกคนควรเคารพและยอมรับ นักเรียนสามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อนหรือใครก็ตามที่ชวนไปทำในสิ่งที่นักเรียนไม่ชอบไม่อยากทำการปฏิเสธที่ใช้ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชวนไปกระทำในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์หรือเกิดผลกระทบในแง่ลบตามมา	**<u>ขั้นนำ</u>** (10 นาที) - ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมครั้งที่ 1 เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมที่ 2 เกี่ยวกับการคบเพื่อน และกิจกรรมที่ 3 เกี่ยวกับการจัดการความเครียด ประมาณ 5 นาที และนำเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 4 โดยผู้วิจัยเกริ่นนำสถานการณ์ที่นักเรียนอาจต้องเผชิญเหมือนกับกรณีศึกษา และสมมติให้นักเรียนอยู่ในกรณีศึกษา นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหาอย่างไร **<u>ขั้นสอน</u>** (40 นาที) 1. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน แจกใบงานให้แต่ละกลุ่ม ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดกรณีศึกษา 2 เรื่อง โดยกลุ่มที่ 1 และ3 ได้รับกรณีศึกษาเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เพื่อนชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในงานเลี้ยงฉลองวันเกิด และกลุ่มที่ 2 และ 4 ได้รับกรณีศึกษาเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เพื่อนชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อเป็นการฉลองสอบเสร็จโดยให้นักเรียนช่วยกันแก้ไขปัญหาจากกรณีศึกษา และนำเสนอให้เพื่อนฟังพร้อมทั้งแสดงบทบาทสมมติตามกรณีศึกษา และวิธีแก้ไขปัญหาตามที่ได้จากการระดมสมองภายในกลุ่ม	- ใบความรู้ทักษะการปฏิเสธและการต่อรอง - กระดาษ - ใบงานกรณีศึกษาสำหรับฝึกแสดงบทบาทสมมติ - ปากกาเมจิก	1.การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมตั้งใจฟังการบรรยาย และการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ถ้านักเรียนนั่งหลับ คุยกัน หรือเหม่อลอย ผู้วิจัยจะนำนักเรียนกลับเข้าสู่การทำกิจกรรม โดยกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในการตอบคำถามและมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น 2.นักเรียนบอกสถานการณ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 4 “วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์” (ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
3. แสดงการปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ไปเกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้องตามขั้นตอนของหลักการปฏิเสธ 4. มีความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อน	หลักในการปฏิเสธเพื่อให้ได้ผลและไม่เสียเพื่อน มีดังนี้ 1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทางคำพูดและน้ำเสียงเพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ 2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่นการอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้นเช่นฉันไม่สบายใจเลยเพราะอาจทำให้คนเข้าใจผิดได้ฉันไม่ชอบ ฯลฯ 3. การบอกปฏิเสธให้ชัดเจน เช่น ฉันขอไม่ดื่ม ฯลฯ 4. การขอความเห็นชอบและแสดงอาการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับและเป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน เช่น เธอคงไม่ว่านะเธอคงเข้าใจนะ ฯลฯ เมื่อถูกเซ้าซี้หรือสบประมาทไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้นเพราะจะทำให้ขาดสมาธิ	2. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันสรุปวิธีหลีกเลี่ยงในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยหลักการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ 3.ค้นหานักเรียนในกลุ่มที่เคยมีประสบการณ์ในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ประสบความสำเร็จให้เพื่อนฟัง เพื่อให้วัยรุ่นเห็นตัวแบบและเรียนรู้จากประสบการณ์ของเพื่อนที่ประสบผลสำเร็จในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ **<u>ขั้นสรุป</u>** (10 นาที) - ผู้วิจัยสรุปผลการฝึกทักษะการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กล่าวชมเชยให้กำลังใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์		3. นักเรียนสามารถแสดงทักษะในการปฏิเสธและการต่อรองการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ถูกต้อง

แผนการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 4 “วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์” (ต่อ)

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรม	อุปกรณ์, สื่อ	การประเมินผล
	การหาทางออกควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้ 1. ปฏิเสธซ้ำโดยไม่ต้องใช้ข้ออ้างพร้อมทั้งบอกลาแล้วเดินจากไปทันทีหรือหาทางเลี่ยงออกจากเหตุการณ์นั้น 2. การต่อรองโดยการชักชวนทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทนเช่นเราดื่มน้ำอัดลมดีกว่า 3. การผัดผ่อนโดยการขอยืดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจเช่นเอาไว้วันหลังโอกาสหน้าก็แล้วกัน ฯลฯ	จากบทบาทสมมติ และจูงใจให้เห็นว่านักเรียนสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง พร้อมทั้งเพิ่มความคาดหวังในผลดีของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนได้		

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

เอกสารกิจกรรมที่ 4
“วัยรุ่นยุคใหม่ บ๊ายบายแอลกอฮอล์”

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 6-7 คน โดยให้ตั้งชื่อกลุ่ม แต่งตั้งประธานกลุ่ม และเลขา โดยประธานกลุ่มมีหน้าที่เป็นผู้นำในการอภิปรายภายในกลุ่ม และเลขามีหน้าที่จดบันทึกการอภิปรายลงในเอกสารสรุปผลงาน
2. ให้นักเรียนร่วมกันหาข้อความปฏิเสธจากกรณีศึกษาสถานการณ์จำลองเรื่อง “ณเดชน์” และ“โตโน่” โดยวิเคราะห์ตามขั้นตอนตามหลักการปฏิเสธ 4 ขั้นตอน
3. ให้นักเรียนทุกคนอ่านสถานการณ์จำลอง แล้วให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดคำพูดปฏิเสธแทน “ณเดชน์” และ“โตโน่” ในสถานการณ์จำลอง ตามหลักการของวิธีการปฏิเสธในใบความรู้ให้ครบ 4 ขั้นตอน พร้อมทั้งบอกข้อดีและข้อเสียของวิธีการปฏิเสธแต่ละวิธี
4. ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลการประชุมกลุ่มละ 5 นาที ตามที่ผู้นำกลุ่มจับฉลาก พร้อมให้กลุ่มแสดงบทบาทสมมติในการปฏิเสธเมื่อเป็น“ณเดชน์” และ“โตโน่” ตามที่กลุ่มเลือกตอบ
   กลุ่ม 1 และ 3 ทำสถานการณ์ที่ 1 “ณเดชน์”
   กลุ่ม 2 และ 4 ทำสถานการณ์ที่ 2 “โตโน่”

ใบงานกรณีศึกษาสำหรับฝึกแสดงบทบาทสมมติ

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนใช้ทักษะการปฏิเสธ และแสดงบทบาทสมมติจากสถานการณ์ที่กำหนดให้ต่อไปนี้

สถานการณ์ที่ 1 “ณเดชน์”

มาริโอ้ชวนณเดชน์ไปงานเลี้ยงฉลองวันเกิดที่บ้าน และมาริโอ้ชักชวนให้ณเดชน์ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพื่อเป็นการแสดงความยินดีกับตน ณเดชน์ไม่ต้องการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แต่จะปฏิเสธมาริโอ้อย่างไร

สถานการณ์ที่ 2 “โตโน่”

ในวันสอบปลายภาควันสุดท้าย ขณะเดินทางกลับบ้านโตโน่และริท เดินผ่านร้านขายเหล้าปั่น ริทจึงชักชวนโตโน่ให้ลองดื่มเหล้าปั่นด้วยกัน เพื่อเป็นการฉลองที่สอบเสร็จ โตโน่ไม่ต้องการดื่มแต่จะปฏิเสธริทอย่างไร

Chulalongkorn University

ตัวอย่างขั้นตอนปฏิเสธและตัวอย่างคำพูดปฏิเสธ

ขั้นตอนการปฏิเสธ	ตัวอย่างคำพูด
1. อ้างความรู้สึกประกอบเหตุผล	“ฉันไม่ชอบดื่มเหล้า เพราะฉันรู้สึกว่าดื่มไปแล้วจะทำให้มึนเมา”
2. การขอปฏิเสธ	“ขอไม่ดื่มนะเพื่อน”
3. การขอความเห็นชอบ	“เธอคงไม่ว่าอะไรใช่ไหม ขอบคุณเธอมากเลย”
4. เมื่อถูกเซ้าซี้หรือสบประมาท เลือกวิธีดังต่อไปนี้	
4.1 ปฏิเสธซ้ำไม่ต้องมีข้ออ้าง	“ไม่ดื่มดีกว่า เราขอไม่ดื่มนะ”(เดินหนีทันที)
4.2 การต่อรอง	“เอาอย่างนี้ดีไหม เราดื่มน้ำอัดลมเพื่อแสดงความยินดีกับเธอแล้วกัน”
4.3 การผัดผ่อน	“ฉันต้องไปแล้ววันหลังก็แล้วกันนะ” (เดินหนีทันที)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ใบสรุปผลการประชุมกิจกรรมที่ 4 จากกรณีศึกษาสถานการณ์จำลองเรื่อง “ณเดชน์”
กลุ่มที่.....

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง

ณเดชน์ : .....
ข้อดี : .....
ข้อเสีย : .....

2. อ้างความรู้สึกประกอบเหตุผล

ณเดชน์ : .....
ข้อดี : .....
ข้อเสีย : .....

3. การขอความเห็นชอบ

ณเดชน์ : .....
ข้อดี : .....
ข้อเสีย : .....

4. ปฏิเสธซ้ำโดยไม่มีข้ออ้าง หรือ ต่อรอง หรือ ผัดผ่อน เมื่อถูกเซ้าซี้หรือสบประมาท

ณเดชน์ : .....
ข้อดี : .....
ข้อเสีย : .....

5. นักเรียนคิดว่าถ้านักเรียนประสบเหตุการณ์แบบเดียวกับ “ณเดชน์” นักเรียนจะสามารถปฏิเสธได้หรือไม่ และจะเลือกใช้หลักการปฏิเสธแบบใด (ลักษณะคำพูด)

ได้ : “.....”
“.....”
ไม่ได้ : “.....”
“.....”

CHULALONGKORN UNIVERSITY

ใบสรุปผลการประชุมกิจกรรมที่ 4 จากกรณีศึกษาสถานการณ์จำลองเรื่อง “โตโน่”

กลุ่มที่.....

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง

โตโน่ : .....

ข้อดี : .....

ข้อเสีย : .....

2. อ้างความรู้สึกประกอบเหตุผล

โตโน่ : .....

ข้อดี : .....

ข้อเสีย : .....

3. การขอความเห็นชอบ

โตโน่ : .....

ข้อดี : .....

ข้อเสีย : .....

4. ปฏิเสธซ้ำโดยไม่มีข้ออ้าง หรือ ต่อรอง หรือ ผัดผ่อน เมื่อถูกเซ้าซี้หรือสบประมาท

โตโน่ : .....

ข้อดี : .....

ข้อเสีย : .....

5. นักเรียนคิดว่าถ้านักเรียนประสบเหตุการณ์แบบเดียวกับ “โตโน่” นักเรียนจะสามารถปฏิเสธได้หรือไม่ และจะเลือกใช้หลักการปฏิเสธแบบใด (ลักษณะคำพูด)

ได้ : “.....”

“.....”

ไม่ได้ : “.....”

“.....

”

เอกสารกิจกรรมที่ 4 แนวการตอบของผู้นำกลุ่ม “ณเดชน์”

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง

ณเดชน์ : “เราไม่ลองนะเพื่อน” / “เราไม่ดื่มนะมาริโอ้” / “เฮ! ของไม่ดีอย่างนี้ไม่เอาด้วยหรอก”

ข้อดี : เพื่อนจะรู้สึกว่าเรามีความตั้งใจจริงที่จะปฏิเสธ ไม่อยากเซ้าซี้ต่อ

ข้อเสีย : หากใช้น้ำเสียง หรือ ท่าทางที่รุนแรงไป อาจทำให้เสียสัมพันธภาพ

2. อ้างความรู้สึกประกอบเหตุผล

ณเดชน์: “มาริโอ้! เราว่า....เรากำลังทำสิ่งที่ไม่สมควรนะเพื่อน” , “มาริโอ้เราว่าเราดื่มน้ำหวานเพื่อเป็นการแสดงความยินดีกับนายดีกว่า...เพราะถ้าดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วเดี๋ยวเราเมาจะควบคุมตัวเองไม่อยู่ กลับบ้านไม่ได้ แม่เราจะเป็นห่วง”

ข้อดี : ทำให้ผู้ถูกชักจูงคล้อยตามเหตุผลของเรา และโต้แย้งได้ยากเพราะมีการอ้างความรู้สึกประกอบ

ข้อเสีย : หากใช้เหตุผลเพียงอย่างเดียวอาจถูกโต้แย้ง หรือชักชวนต่อด้วยเหตุผลอื่น

3. การขอความเห็นชอบ

ณเดชน์ : “ มาริโอ้..นายคงไม่ว่าอะไรใช่ไหม ถ้าเราจะเราดื่มน้ำอัดลมเพื่อเป็นการแสดงความยินดีกับนายแทน” , “เราว่า...เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีโทษและผลกระทบหลายด้าน นายคงเข้าใจนะที่เราจะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”

ข้อดี : เป็นวิธีการปฏิเสธที่นุ่มนวล สามารถรักษาสัมพันธภาพกับอีกฝ่ายไว้ได้

ข้อเสีย : อาจถูกเซ้าซี้ หรือชักชวนต่ออีก

4. ปฏิเสธซ้ำโดยไม่มีข้ออ้าง หรือ ต่อรอง หรือ ผัดผ่อน เมื่อถูกเซ้าซี้หรือสบประมาท

ณเดชน์ : “ไม่เอาหรอก...ยังไงเราก็ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” , “เอาอย่างนี้ดีกว่า.....เราว่านายกับเรามาดื่มน้ำหวานแทนดีกว่านะมาริโอ้”

ข้อดี : เป็นการยืนยันความตั้งใจที่ถูกต้องของตน ทำให้ไม่กระทำพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องต่างๆ อันจะทำให้เกิดผลเสียต่างๆ ตามมาภายหลัง

ข้อเสีย : ในกรณีใช้คำพูดแบบผัดผ่อน อาจถูกชักชวนให้ทำพฤติกรรมที่ผิดซ้ำ

เอกสารกิจกรรมที่ 4 แนวการตอบของผู้นำกลุ่ม “โตโน่”

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง

โตโน่ : “เราไม่ลองนะเพื่อน” / “เราไม่เอานะริท” / “เฮ! ของไม่ดีอย่างนี้ไม่เอาด้วยหรอก”

ข้อดี : เพื่อนจะรู้สึกว่าเรามีความตั้งใจจริงที่จะปฏิเสธ ไม่อยากเซ้าซี้ต่อ

ข้อเสีย : หากใช้น้ำเสียง หรือ ท่าทางที่รุนแรงไป อาจทำให้เสียสัมพันธภาพ

2. อ้างความรู้สึกประกอบเหตุผล

โตโน่ : “ริท! เราว่า....เรากำลังทำสิ่งที่ไม่สมควรนะเพื่อน”

“ริทพวกเรากลับบ้านกันเถอะ...เพราะถ้าลองดื่มเหล้าปั่นแล้วเดี๋ยวเราเมาจะควบคุมตัวเองไม่อยู่ กลับบ้านไม่ได้ แม่เราจะเป็นห่วง เราไม่ได้บอกแม่ไว้”

ข้อดี : ทำให้ผู้ถูกชักจูงคล้อยตามเหตุผลของเรา และโต้แย้งได้ยากเพราะมีการอ้างความรู้สึกประกอบ

ข้อเสีย : หากใช้เหตุผลเพียงอย่างเดียวอาจถูกโต้แย้ง หรือชักชวนต่อด้วยเหตุผลอื่น

3. การขอความเห็นชอบ

โตโน่ : “ริท..นายคงไม่ว่าอะไรใช่ไหม ถ้าเราจะบอกว่านายอย่าไปลองมันเลย..พวกเรากับบ้านกันเถอะ”

“เราว่า...เหล้าปั่นมีโทษและผลกระทบหลายด้าน นายคงเข้าใจนะที่เราจะไม่ลองดื่มเหล้าปั่น ขอบใจนะที่นายชวนเรา....แต่เราไม่ลองหรอก”

ข้อดี : เป็นวิธีการปฏิเสธที่นุ่มนวล สามารถรักษาสัมพันธภาพกับอีกฝ่ายไว้ได้

ข้อเสีย : อาจถูกเซ้าซี้ หรือชักชวนต่ออีก

4. ปฏิเสธซ้ำโดยไม่มีข้ออ้าง หรือ ต่อรอง หรือ ผัดผ่อน เมื่อถูกเซ้าซี้หรือสบประมาท

โตโน่ : “ไม่เอาหรอก...ยังไงเราก็ไม่ลองดื่มเหล้าปั่น ถ้านายจะอยู่ต่อเรากลับบ้านก่อนนะ”

“เอาอย่างนี้ดีกว่า.....เราว่านายกับเราไปร้านไอศกรีมกันดีกว่าหนุ่ม เราอยากกินไอศกรีม”

“วันนี้เราต้องรีบกลับบ้าน...เพราะเราไม่ได้บอกแม่ไว้ เอาไว้วันหลังแล้วกันนะ” (เดินออกจากเหตุการณ์)

ข้อดี : เป็นการยืนยันความตั้งใจที่ถูกต้องของตน ทำให้ไม่กระทำพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องต่างๆ อันจะทำให้เกิดผลเสียต่างๆ ตามมาภายหลัง

ข้อเสีย : ในกรณีใช้คำพูดแบบผัดผ่อน อาจถูกชักชวนให้ทำพฤติกรรมที่ผิดซ้ำ

แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

<u>คำชี้แจง</u> โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง ☐ และเติมข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

2. อายุ.....ปี

3. ปัจจุบันนักเรียนอาศัยอยู่กับ.....

4. ปัจจุบันบุคคลในครอบครัวของนักเรียนมีคนดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือไม่
   ☐ไม่มี
   ☐ มีบุคคลที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือใคร.....

5. ปัจจุบันเพื่อนสนิทของนักเรียนมีผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือไม่
   ☐ไม่มี
   ☐ มี จำนวน.....คน

6. ในกลุ่มเพื่อนสนิทของนักเรียน มีผู้ที่ชักชวนให้นักเรียนดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือไม่
   ☐ไม่มี
   ☐ มี จำนวน.....คน

7. นักเรียนเคยคิดจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือไม่
   ☐ไม่เคย
   ☐ เคย เพราะ.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

8. นักเรียนเคยทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือไม่

☐ไม่เคยทดลองดื่มแม้แต่เพียงครั้งเดียว หรือเคยทดลองดื่มแบบจิบครั้งเดียว ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

☐ เคย (ตอบคำถามข้อ 8.1 และ 8.2)

8.1 ปริมาณการดื่มต่อครั้งโดยประมาณ

- สุรา ☐ 1 แก้วเล็ก (30 มิลลิลิตร)
  ☐ มากกว่า 1 แก้วเล็ก (มากกว่า 30 มิลลิลิตร)
  ☐ อื่นๆ ระบุ.....
- เบียร์ ☐ 1 แก้ว (285 มิลลิลิตร)
  ☐ มากกว่า 1 แก้ว (มากกว่า 285 มิลลิลิตร)
  ☐ อื่นๆ ระบุ.....
- ไวน์หรือสปาย ☐ 1 แก้ว (100 มิลลิลิตร)
  ☐ มากกว่า 1 แก้ว (มากกว่า 100 มิลลิลิตร)
  ☐ อื่นๆ ระบุ.....

8.2 สาเหตุที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรก เพราะอะไร

☐ อยากทดลอง ☐ เพื่อนชวน
☐ ดื่มเพื่อเข้าสังคม/ สังสรรค์ ☐ กระตุ้นให้เกิดความสนุกสนาน
☐ ไม่สบายใจหรือมีความเครียด ☐ อื่นๆ ระบุ.....

9. เมื่อมีเวลาว่างนักเรียนทำกิจกรรมอะไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ นอนพักผ่อน ☐ ฟังเพลง
☐ ดูโทรทัศน์ ☐ เล่นดนตรี
☐ออกกำลังกาย ☐ ไปหาเพื่อน
☐ เล่นเกมส์ ☐ เล่นอินเตอร์เน็ต
☐ อื่นๆ.....

10. ในปัจจุบันนักเรียนดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือไม่

☐ ดื่ม ☐ ไม่ดื่ม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น

<u>คำชี้แจง</u> แบบสอบถามนี้ถามถึงการกระทำของนักเรียนที่ป้องกันตนเองจากการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หลังจากนักเรียนอ่านข้อความแล้ว โปรดใส่เครื่องหมาย √ ลงในช่องขวามือที่นักเรียนกระทำมากที่สุด

ทำเป็นประจำ หมายถึง ข้อความนั้นนักเรียนกระทำอย่างสม่ำเสมอ
ทำเป็นบางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นนักเรียนเคยกระทำเป็นบางครั้ง หรือไม่สม่ำเสมอ
ไม่เคยทำ หมายถึง ข้อความนั้นนักเรียนไม่เคยกระทำเลย หรือไม่มีเหตุการณ์นั้นเลย

ข้อ	กิจกรรม	พฤติกรรม		
		ทำเป็นประจำ	ทำเป็นบางครั้ง	ไม่เคยทำ
1	ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น อ่านหนังสือ เล่นกีฬา เล่นดนตรี ช่วยเหลืองานบ้าน เป็นต้น			
2	เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะไปปรึกษาบุคคลที่ไว้วางใจ เช่น พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย เพื่อน ครู เป็นต้น			
3	เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ นักเรียนจะระบายด้วยการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์			
4	คบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์			
5	หลีกเลี่ยงการเข้าร่วมกลุ่มเมื่อพบเห็นคนดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์			
6	หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่จำหน่ายเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์			
7	ไปร่วมงานเลี้ยงสังสรรค์ที่มีเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์			
8	ปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์			

แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก

<u>คำชี้แจง</u> แบบสอบถามส่วนนี้เป็นการสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับความเชื่อของนักเรียนต่อผลลัพธ์ที่คาดหวังว่าจะได้รับประโยชน์จากการที่นักเรียนดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อนักเรียนอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วโปรดใส่เครื่องหมาย √ ลงในช่องขวามือที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด เพียงคำตอบเดียว โดยให้นักเรียนใช้เกณฑ์ในการเลือกตอบคำถาม ดังนี้

เห็นด้วย หมายถึง เมื่อนักเรียนเห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่า ตรงกับความรู้สึกหรือความคาดหวังที่เกิดกับนักเรียนมากที่สุด

ไม่แน่ใจ หมายถึง เมื่อนักเรียนไม่แน่ใจกับข้อความในประโยคนั้นว่า ตรงกับความรู้สึกหรือความคาดหวังที่เกิดกับนักเรียน

ไม่เห็นด้วย หมายถึง เมื่อนักเรียนไม่เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่าตรงกับความรู้สึกหรือความคาดหวังที่เกิดกับนักเรียน

ความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับประโยชน์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	**เห็นด้วย (3)**	**ไม่แน่ใจ (2)**	**ไม่เห็นด้วย (1)**
<u>ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกด้านการเสริมสร้างความมั่นใจ</u> 1. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ฉันรู้สึกว่ามีเรื่องที่กังวลใจลดน้อยลง			
2. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันผูกมิตรกับคนอื่นๆ ได้ง่ายขึ้น			
3. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ฉันมีความรู้สึกมั่นใจในตนเองมากขึ้น			
4. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ฉันตอบสนองต่อความรู้สึกทางเพศมากขึ้น			
5. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ฉันกังวลเกี่ยวกับการกระทำของฉันลดน้อยลง			
6. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ฉันมีเสน่ห์เพิ่มมากขึ้น			

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับประโยชน์จากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	เห็นด้วย (3)	ไม่แน่ใจ (2)	ไม่เห็นด้วย (1)
7. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้ฉันรู้สึกอายลดน้อยลงได้			
8. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันไม่ต้องระมัดระวังตนเอง			
9. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันเปิดเผยตนเองได้ง่ายมากขึ้น			
<u>ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกด้านการส่งเสริมสติปัญญา</u> 10. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันคิดก่อนพูด และคิดก่อนทำมากขึ้น			
11. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันตื่นตัวมากขึ้น			
12. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันมีความคิดที่ฉลาดหลักแหลมมากขึ้น			
<u>ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกด้านการลดความตึงเครียด</u> 13. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันรู้สึกผ่อนคลายความเครียด			
14. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่สามารถลดความเครียดหรือความวิตกกังวลได้			

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แบบประเมินแบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ

<u>คำชี้แจง</u> แบบสอบถามส่วนนี้เป็นการสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับ ความเชื่อของนักเรียนต่อ ผลลัพธ์ที่คาดหวังว่าจะเป็นโทษหรืออันตรายจากการที่นักเรียนดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อนักเรียนอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วโปรดใส่เครื่องหมาย √ ลงในช่องที่นักเรียนเห็นด้วยมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว โดยให้นักเรียนใช้เกณฑ์ในการเลือกตอบ คำถามดังนี้

เห็นด้วย	หมายถึง	เมื่อนักเรียนเห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่า ตรงกับความรู้สึก หรือความคาดหวังที่เกิดกับนักเรียนมากที่สุด
ไม่แน่ใจ	หมายถึง	เมื่อนักเรียนไม่แน่ใจกับข้อความในประโยคนั้นว่า ตรงกับความรู้สึกหรือความคาดหวังที่เกิดกับนักเรียน
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	เมื่อนักเรียนไม่เห็นด้วยกับข้อความในประโยคนั้นว่า ตรงกับความรู้สึก หรือความคาดหวังที่เกิดกับนักเรียน

ความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับโทษหรืออันตรายจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	**เห็นด้วย (3)**	**ไม่แน่ใจ (2)**	**ไม่เห็นด้วย (1)**
1. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันรู้สึกเครียด			
2. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันติดได้			
3. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันอารมณ์ร้าย			
4. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันเป็นที่รังเกียจของผู้อื่น			
5. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันรู้สึกไม่สุขสบาย			
6. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันรู้สึกหดหู่ซึมเศร้า			
7. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันมีพฤติกรรมก้าวร้าว			
8. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันรู้สึกเหมือนฉันทำเรื่องผิดพลาด			

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ความเชื่อต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับโทษหรืออันตรายจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	**เห็นด้วย (3)**	**ไม่แน่ใจ (2)**	**ไม่เห็นด้วย (1)**
9. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันแสดงสิ่งที่ไม่ดีในตัวฉันออกมา			
10. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ฉันใช้ความรุนแรงมากขึ้น			
11. ฉันเชื่อว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้ฉันอึดอัดไม่สบายใจ			
12. ฉันเชื่อว่าเมื่อฉันดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้ฉันรู้สึกผิด			

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก จ
ตารางการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ผลการกำกับการทดลอง

ส่วนที่ 5 การทดสอบการแจกแจงค่าเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองหลังการทดลอง แสดงข้อมูลใน

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการรับรู้ความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกและความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของกลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมสร้างแรงจูงใจต่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

คู่ที่	**ค่าเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวก**	**ค่าเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบ**
1	16	36
2	14	35
3	14	36
4	22	30
5	21	27
6	23	21
7	21	35
8	18	34
9	14	36
10	14	29
11	16	30
12	16	36
13	16	29
14	16	36
15	14	31
16	14	31
17	22	36
18	19	22
19	18	36
20	17	33
21	15	33
22	16	29
23	14	35
24	14	30
25	19	34
Mean	16.92	32
SD	2.96	4.26

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกเท่ากับ 16.92 คะแนน (SD= 2.96) และค่าเฉลี่ยความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เท่ากับ 32 คะแนน (SD= 4.26) โดยระดับคะแนนด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ใช้เกณฑ์ที่ผ่านการประเมินความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกระดับต่ำ คือ ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 23.33 คะแนน และระดับคะแนนด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ใช้เกณฑ์ที่ผ่านการประเมินความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบระดับสูง คือ 28 คะแนนขึ้นไป

ด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงบวกของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ทุกคน

ด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ 22 คน และไม่ผ่านเกณฑ์ 3 คน

สำหรับนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ผู้วิจัยได้ทบทวนและให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทางด้านร่างกาย สุขภาพจิต พฤติกรรม การเรียน สังคม และเศรษฐกิจ และให้นักเรียนทำแบบทดสอบความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อีกครั้ง ซึ่งภายหลังจากได้รับความรู้เพิ่มเติม นักเรียนมีระดับคะแนนด้านความคาดหวังในผลลัพธ์เชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผ่านเกณฑ์ทั้ง 3 คน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายข้อ ก่อนและหลังการทดลอง ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มควบคุม

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง		
	$\overline{X}$	SD	ระดับ	$\overline{X}$	SD	ระดับ
1. ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น อ่านหนังสือ เล่นกีฬา เล่นดนตรี ช่วยเหลืองานบ้าน เป็นต้น	2.64	0.48	สูง	2.60	0.49	สูง
2. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะไปปรึกษาบุคคลที่ไว้วางใจ เช่น พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย เพื่อน ครู เป็นต้น	2.20	0.49	ปานกลาง	2.20	0.49	ปานกลาง
3. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ นักเรียนจะระบายด้วยการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	1.12	0.32	ต่ำ	1.04	0.20	ต่ำ
4. คบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	1.20	0.40	ต่ำ	1.44	0.50	ต่ำ
5. หลีกเลี่ยงการเข้าร่วมกลุ่มเมื่อพบเห็นคนดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	2.20	0.80	ปานกลาง	2.24	0.71	ปานกลาง
6. หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่จำหน่ายเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	2.12	0.52	ปานกลาง	1.76	0.60	ปานกลาง
7. ไปร่วมงานเลี้ยงสังสรรค์ที่มีเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	1.92	0.39	ปานกลาง	1.96	0.66	ปานกลาง
8. ปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	2.64	0.74	สูง	2.40	0.8	สูง

Chulalongkorn University

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายข้อ ก่อนและหลังการทดลอง ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลอง

พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง		
	$\overline{X}$	SD	ระดับ	$\overline{X}$	SD	ระดับ
1. ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น อ่านหนังสือ เล่นกีฬา เล่นดนตรี ช่วยเหลืองานบ้าน เป็นต้น	2.44	0.50	สูง	3.00	0	สูง
2. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะไปปรึกษาบุคคลที่ไว้วางใจ เช่น พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย เพื่อน ครู เป็นต้น	2.20	0.57	ปานกลาง	2.80	0.40	สูง
3. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ นักเรียนจะระบายด้วยการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	1.00	0	ต่ำ	1.00	0	ต่ำ
4. คบเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	1.32	0.47	ต่ำ	1.00	0	ต่ำ
5. หลีกเลี่ยงการเข้าร่วมกลุ่มเมื่อพบเห็นคนดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	2.20	0.63	ปานกลาง	3.00	0	สูง
6. หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่จำหน่ายเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	2.20	0.63	ปานกลาง	3.00	0	สูง
7. ไปร่วมงานเลี้ยงสังสรรค์ที่มีเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	1.80	0.57	ปานกลาง	1.36	0.48	ต่ำ
8. ปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	2.68	0.68	สูง	3.00	0	สูง

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวอัจฉรา มูลรัตนา เกิดเมื่อวันที่ 17 ตุลาคม พ.ศ. 2528 ที่จังหวัดเชียงราย สำเร็จการศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อปีการศึกษา 2550 และศึกษาต่อในหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ.2554 จนถึงปัจจุบัน ประสบการณ์ด้านวิชาชีพ ปฏิบัติงานในตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ หอผู้ป่วยไอ.ซี.ยู กุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2551 จนถึงปัจจุบัน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University