

การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ
ต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ



นางสาวเมธิยา เกิดผล แต่งรัตน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต

คณะครุศาสตร์ 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.

DEVELOPMENT OF A NON-FORMAL EDUCATION PROGRAM TO ENHANCE DRUG
ABUSE RESILIENCE QUOTIENT OF YOUTH AT RISK OF DRUG RELAPSE

Miss Methpiya Kerdphol Thangrattana



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Doctor of Philosophy Program in Non-Formal Education

Department of Lifelong Education

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2013

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ
โดย	นางสาวเมธิปียา เกิดผล แต่งรัตนนา
สาขาวิชา	การศึกษานอกระบบโรงเรียน
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม	ดร.วิรุพห์ นิลโมจน์

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาคุษฎีบัณฑิต

.....คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.ชนิตา รักษ์พลเมือง)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

(ดร.วิรุพห์ นิลโมจน์)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนัสวาสน์ โกวิททยา)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.สุวิธิตา จรุงเกียรติกุล)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ดร.สีบสกุล สอนใจ)

เมธิยา เกิดผล แต่งรต์นา : การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ. (DEVELOPMENT OF A NON-FORMAL EDUCATION PROGRAM TO ENHANCE DRUG ABUSE RESILIENCE QUOTIENT OF YOUTH AT RISK OF DRUG RELAPSE) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา, อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม: ดร.วิรุฬห์ นิลโมจน์, 398 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ 2) ศึกษาผลของการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้นไปใช้ 3) วิเคราะห์ปัจจัยเงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้ และ 4) นำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง ผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดคลองเตย จำนวน 60 คนแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 30 คน คือ กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น ผู้วิจัยใช้การวิจัยกึ่งทดลองแบบ 2 กลุ่มทดสอบก่อนและทดสอบหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยมีการติดตามผลพฤติกรรมของกลุ่มทดลองหลังสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรมเป็นเวลา 2 เดือน

ผลการวิจัยพบว่า

1. การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดำเนินการตามขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle โดยมีการบูรณาการแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติของ Mezirow ร่วมกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried ซึ่งผลการศึกษาหาความต้องการเรียนรู้ก่อนการสร้างและพัฒนาโปรแกรม พบว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติในระดับมากที่สุด ประกอบด้วย มิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมีมิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

2. ผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน พบว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เป็นกลุ่มทดลองมีคะแนนของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจและคะแนนรวมของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 เมื่อเปรียบเทียบรายด้าน พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แต่ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ กลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

3. เงื่อนไขความสำเร็จของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ได้แก่ ด้านกิจกรรมการเรียนรู้ และด้านผู้สอน ส่วนปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ได้แก่ ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม สถานที่ในการจัดกิจกรรม และการติดตามผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม

4. ข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลางแบ่งออกได้เป็น 6 มาตรการ ได้แก่ การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด การพัฒนาประสิทธิภาพในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน การแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน และการบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง

ภาควิชา การศึกษาดุสิตชีวิต

ลายมือชื่อนิติ
.....

สาขาวิชา การศึกษานอกระบบโรงเรียน

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
.....

ปีการศึกษา 2556

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม
.....

5384244327 : MAJOR NON-FORMAL EDUCATION

KEYWORDS: NON-FORMAL EDUCATION PROGRAM / RESILIENCE QUOTIENT / YOUTH AT-RISK OF DRUG RELAPSE

METHPIYA KERDPHOL THANGRATTANA: DEVELOPMENT OF A NON-FORMAL EDUCATION PROGRAM TO ENHANCE DRUG ABUSE RESILIENCE QUOTIENT OF YOUTH AT RISK OF DRUG RELAPSE. ADVISOR: ASST. PROF. WORARAT PATHUMCHAROENWATTANA, Ph.D., CO-ADVISOR: WIRUN NINLAMOT, Ph.D., 398 pp.

The purposes of this research were: 1) to develop a non-formal education program to enhance drug abuse resilience quotient of youth at risk of drug relapse. 2) to study the impacts of applying a non-formal education program to enhance drug abuse resilience quotient of youth at risk of drug relapse. 3) to analyse the factors conditions and the problems of using the non-formal education program to enhance drug abuse resilience quotient of youth at risk of drug relapse from the results and 4) to present the social measures that reinforced the resilience quotient for the youth at risk of drug relapse which using youth's problems as a center. The research studies with the youth at risk of drug relapse who live in the congested community in Klongtoey district. The samples of this study were 60 youth at risk of drug relapse that were divided into 2 groups, 30 youth for each group. The experimental group who participated the program using the developed model and the controlled group who didn't participate the program. The research methodology was the quasi-experimental design approach with two-group pretest and posttest then follow-up the experimental group's behavior for 2 months subsequently.

The results of the research were as followed :

1. The development of a non-formal education program to enhance drug abuse resilience quotient of youth at risk of drug relapse based on Program Development Concept of Boyle; furthermore, it was integrated by the Transformative Learning Theory of Mezirow and the Cognitive Behavioral Modification concepts of D'Zurilla & Goldfried. The results of the learning need before created and developed the program were found: The youth need to learn about 3 dimensions of the resilience quotient in high levels consist of 1) Restraint, 2) Constancy, and 3) Challenge.

2. The results showed that the experimental group had the resilience quotient's knowledge scores and the resilience quotient test scores higher than the controlled group at .05 level of significance. In addition, the experimental group had the resilience quotient test scores in restraint dimension and challenge dimension higher than the controlled group at .05 level of significance, but not significant in constancy dimension.

3. The successful conditions of using a non-formal education program to enhance drug abuse resilience quotient of youth at risk of drug relapse were: 1) Learning activities and 2) Instructors. The problems of using a non-formal education program to enhance drug abuse resilience quotient of youth at risk of drug relapse were: 1) Time 2) Place and 3) The follow-up study.

4. The social measures that reinforced the resilience quotient for the youth at risk of drug relapse which using youth's problems as a center were identified in 6 measures: 1) Community mobilization against drugs 2) The development of efficiency in drug monitoring and investigation in communities 3) The therapy and rehabilitation of drug addicts through prolonged addiction abortion 4) The minimization of youth involvement in drug addiction 5) The integrated problem-solving strategy via community-based methods and 6) The integration of civil-local mechanism and the continual solution.

Department: Lifelong Education

Student's Signature

Field of Study: Non-Formal Education

Advisor's Signature

Academic Year: 2013

Co-Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักและ ดร.วิรุฬห์ นิลโมจน์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ คำปรึกษา และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่ตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.อาชญญา รัตนอุบล ที่ให้เกียรติเป็นประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนัสวาสน์ โกวิทยา อาจารย์ ดร.สุวิธิตา จรุงเกียรติกุล และ ดร.สีปสกุล สอนใจ ที่ให้เกียรติเป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านในสาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้แก่ผู้วิจัย ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยและการดำเนินชีวิต

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือวิจัยและได้ให้ข้อคิดข้อเสนอแนะที่ทรงคุณค่า คุณอภิทธิฤต ธนกิจสังเวช คุณศศิวิมล วรณแสงทอง ผศ.ดร.กมลวรรณ ตั้งธนานนท์ ดร.จรรยา สิงห์ทอง และดร.ปาน กิมปี ขอขอบพระคุณคณะกรรมการชุมชนพัฒนาสื่อ 4-5-6 (คลองเตย)ทุกท่านที่ช่วยประสานงานในการจัดกิจกรรม รวมทั้งให้คำแนะนำต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณน้องๆ เยาวชนที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเข้าร่วมกิจกรรม

ขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้การสนับสนุนทุนวิจัย “ทุน 90 ปี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย”

ขอขอบคุณพี่ๆ และเพื่อนๆ สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียนทุกท่าน รวมถึงคุณอรอุมา ศุภศรี และคุณพรชัย สันติรัตนพงษ์ ที่คอยช่วยเหลือและให้คำแนะนำแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ขอขอบคุณ คุณธณภูมิ เกิดผล แต่งรัตนา และเด็กชายฆฎณ เกิดผล แต่งรัตนา ผู้อยู่เบื้องหลังความสำเร็จที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อและคุณแม่ที่ให้การอบรมสั่งสอน ปลูกฝังสิ่งที่ดีงาม ให้ความช่วยเหลือรวมทั้งเป็นกำลังใจที่สำคัญแก่ผู้วิจัยตลอดมา ขอกราบขอบพระคุณ คุณแม่สุวพร เกิดผล ที่ได้ให้ความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และสนับสนุนให้ผู้วิจัยศึกษาต่อในระดับดุขฎีบัณฑิตและให้การสนับสนุนช่วยเหลือด้านการศึกษาก่อผู้วิจัยมาโดยตลอด ผู้วิจัยซาบซึ้งต่อคุณความดีของทุกท่าน และขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญแผนภาพ.....	ท
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	11
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	11
สมมติฐานการวิจัย.....	12
ขอบเขตการวิจัย.....	13
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	13
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	15
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	17
ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียน.....	17
ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์.....	36
ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา.....	45
ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ.....	59
ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับยาเสพติด.....	70
ตอนที่ 6 แนวคิดเกี่ยวกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยง.....	85
ตอนที่ 7 แนวคิดเกี่ยวกับชุมชนแออัด.....	90
ตอนที่ 8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	97
ตอนที่ 9 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	109
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	114
ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ.....	115

ระยะที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ.....	130
ระยะที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนจากผลการทดลองใช้.....	138
ระยะที่ 4 การนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง	139
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	141
ตอนที่ 1 ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ.....	141
ตอนที่ 2 ผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ.....	153
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้.....	192
ตอนที่ 4 ผลการนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง	200
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	207
สรุปผลการวิจัย	211
อภิปรายผลการวิจัย	233
ข้อเสนอแนะ	266
ภาคผนวก ก รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ	284
ภาคผนวก ข โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ	286
ภาคผนวก ค รายงานผู้เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม.....	357
ภาคผนวก ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	359
ภาคผนวก จ คะแนนการประเมินคุณภาพเครื่องมือ.....	385
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์	398

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 แสดงรายการเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ใช้กันอยู่ในปัจจุบัน	51
ตารางที่ 2 เปรียบเทียบกระบวนการในการแก้ปัญหาของนักจิตวิทยา	58
ตารางที่ 3 องค์ประกอบของ RQ	65
ตารางที่ 4 ตารางโครงสร้างแบบทดสอบ (Test Blueprint)	125
ตารางที่ 5 รูปแบบการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลองที่ประกอบด้วยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดผลก่อนและหลังการทดลองและติดตามผลพฤติกรรมหลังการทดลอง	132
ตารางที่ 6 จำนวนระยะเวลาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ	135
ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะภูมิหลังด้านต่างๆ	142
ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความต้องการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำต่างๆ	145
ตารางที่ 9 ระดับความต้องการเนื้อหาสาระการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ	146
ตารางที่ 10 แผนดำเนินการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ	152
ตารางที่ 11 แสดงคะแนนความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	154
ตารางที่ 12 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ t-test	155
ตารางที่ 13 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test	156
ตารางที่ 14 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test	156

ตารางที่ 36 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test	183
ตารางที่ 37 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test	184
ตารางที่ 38 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของตัววัดภูมิคุ้มกันทางใจระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมทั้งก่อนและหลังการทดลองโดยภาพรวมทั้ง 3 มิติโดยใช้ t-test	184
ตารางที่ 39 ตารางแสดงคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ.....	189
ตารางที่ 40 ข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ.....	258
ตารางที่ 41 รายละเอียดโปรแกรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ	292
ตารางที่ 42 จำนวนระยะเวลาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ	304

สารบัญแผนภาพ

	หน้า
แผนภาพที่ 1 กระบวนการของการวิพากษ์ด้วยเหตุผล	41
แผนภาพที่ 2 วงจรการเรียนรู้ตามแนวคิดของ Mezirow	44
แผนภาพที่ 3 แสดงความสัมพันธ์ของความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ในลักษณะที่มีผลต่อกัน และกัน.....	47
แผนภาพที่ 4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมภายนอกกับพฤติกรรมภายใน.....	53
แผนภาพที่ 5 กระบวนการแก้ปัญหาทฤษฎีทางเชาวน์ปัญญาของ Guilford (Problem- Solving Process)	56
แผนภาพที่ 6 แสดงกรอบงานที่เน้นพลวัตและเป็นวัฏจักรของกระบวนการแก้ปัญหา.....	58
แผนภาพที่ 7 ภาพรวมลักษณะเยาวชนด้านการป้องกันยาเสพติด	86
แผนภาพที่ 8 แนวทางพื้นฐานการดำเนินงานป้องกันปัญหาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง.....	89
แผนภาพที่ 9 การสังเคราะห์ขั้นตอนกระบวนการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน..	110
แผนภาพที่ 10 กรอบแนวคิดในการวิจัย	113
แผนภาพที่ 11 ขั้นตอนและกระบวนการในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ	220
แผนภาพที่ 12 โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการ เสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ.....	249

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เยาวชน คือ อนาคตของชาติที่ถือได้ว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาและการคงอยู่ของประเทศ โดยเข้ามามีส่วนร่วมรับผิดชอบในการพัฒนาชาติให้มีความมั่นคงและเจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้นเนื่องด้วยการพัฒนาชาติต้องได้รับความร่วมมือจากทุกภาคส่วน การพัฒนาไปตามลำพังนั้นเป็นการพัฒนาเพียงส่วนเดียวย่อมได้ประโยชน์ไม่สมบูรณ์ ด้วยเหตุนี้เยาวชนทุกคนจึงต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมในทุกรูปแบบจึงจะสามารถพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าได้อย่างเต็มที่ (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2550) ดังนั้นเยาวชนจึงต้องได้รับการบ่มเพาะคุณธรรมจริยธรรม และปลูกฝังค่านิยมที่ดีเพื่อให้เติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ และมีศักยภาพในการจัดการและบริหารประเทศ

ตามพระราชบัญญัติศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว พ.ศ. 2553 ได้กำหนดนิยามของเยาวชนไว้ว่า เยาวชน หมายถึง บุคคลที่มีอายุเกิน 15 ปีบริบูรณ์แต่ยังไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ซึ่งในช่วงอายุดังกล่าว พบว่า เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของการเปลี่ยนแปลงจากวัยรุ่นตอนต้นเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งมีความคิดคคะนอง อยากรู้อยากลอง ช่างฝัน ช่างจินตนาการ นอกจากนี้ส่วนใหญ่ยังมีปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม ดังนั้นในช่วงวัยดังกล่าวจึงถือได้ว่าเป็นวัยที่สามารถอ่อนไหวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางสังคมได้ง่าย ทั้งจากสิ่งเร้าภายใน และสิ่งเร้าภายนอก และควรได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดเพื่อป้องกันการประพฤติปฏิบัติตัวในทางที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม

กระแสโลกาภิวัตน์ทำให้ระบบเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีมีความเจริญก้าวหน้า ทั้งนี้ได้ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมมากขึ้น โดยปัจจุบันคนในสังคมเกิดการแข่งขันกันเพื่อ การหาเลี้ยงชีพ และการดำรงชีวิตที่มุ่งเน้นวัตถุเพื่อความ เป็นอยู่ที่สะดวกสบาย จนละเลยการให้ ความสำคัญกับสถาบันครอบครัว ส่งผลให้เยาวชนขาดการอบรมสั่งสอน ขาดความอบอุ่น และ ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความห่างเหินกันมากขึ้น (กระทรวงแรงงาน, 2556) ด้วยเหตุดังกล่าวจึง ส่งผลให้ปัญหาสังคมที่เกิดกับเยาวชนมีความซับซ้อนและได้ทวีความรุนแรงขึ้นทุกขณะ เนื่องด้วย ปัจจุบันบทบาทการดำเนินชีวิตได้เปลี่ยนแปลงไป เยาวชนส่วนใหญ่ถูกครอบงำทางเทคโนโลยีและ เครือข่ายการสื่อสารทำให้สามารถเข้าถึงข้อมูลต่างๆได้ง่ายยิ่งขึ้น ส่งผลให้ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่ง ยั่วยุ และอบายมุขต่างๆ รวมถึงสิ่งเสพติดที่ส่งผลกระทบร้ายแรงทั้งต่อสถาบันครอบครัว สถาบันทาง สังคม รวมถึงประเทศชาติ ปัจจุบันปัญหาที่เกิดขึ้นกับเยาวชนถือเป็นปัญหาสังคมที่เข้าขั้นวิกฤต ทั้งยัง มีความจำเป็นอย่างเร่งด่วนที่จะต้องหาทางแก้ไข โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหา ยาเสพติดที่นับวันจะมี อัตราเพิ่มสูงขึ้น ทั้งยังแผ่ขยาย และแทรกซึมไปในสังคมทุกระดับ และทุกชนชั้นมากยิ่งขึ้นอีกด้วย (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2555)

ปัจจุบันสังคมได้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก ผู้คนในสังคมมีการเบี่ยงเบนความสัมพันธ์ไปจากเดิมและสถาบันทางสังคมก็ทำหน้าที่ได้ไม่ครบถ้วนสมบูรณ์เยาวชนมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนและถูกกลืนเข้าสู่ยุคแห่งการแข่งขันการทำทลายลงผิตลงถูกสิ่งเหล่านี้จึงเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ทำให้เกิดปัญหาทางสังคมขึ้น (สำนักนายกรัฐมนตรี, 2554) จากการสำรวจพบว่า ปัญหาของสังคมไทยที่มีความรุนแรงและส่งผลกระทบต่อประเทศในวงกว้างมากที่สุดในปัจจุบันคือปัญหายาเสพติด ตามมาด้วยปัญหาคอร์รัปชัน ปัญหาความยากจน และปัญหาการแพร่กระจายของโรคเอดส์ตามลำดับ นอกจากนี้พบว่าปัญหาที่เกิดขึ้นกับเยาวชนที่มีความรุนแรงและมีความจำเป็นที่จะต้องแก้ไขมากที่สุดคือปัญหา ยาเสพติดตามมาด้วยปัญหาการทะเลาะวิวาท การพนัน และการเสพยาเสพติด (สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์ความมั่นคง, 2554) ปัญหา ยาเสพติดถือได้ว่าเป็นปัญหาที่สำคัญยิ่งของทุกประเทศทั่วโลก รวมถึงประเทศไทยด้วย เนื่องจากปัญหาดังกล่าวได้ส่งผลกระทบต่อปัญหาอื่น ๆ มากมายในประเทศสภาพการณ์ในปัจจุบัน จากการรายงานขององค์การสหประชาชาติเรื่อง สถานการณ์ยาเสพติดโลกประจำปี พ.ศ.2556 (United Nations, 2013) พบว่า มีประชากร โดยประมาณ 200 ล้านคนทั่วโลกที่ช้ยาเสพติด โดยในแถบทวีปเอเชียรวมถึงประเทศไทยมีการใช้ ยาบ้าหรือแอมเฟตามีนมากที่สุดโดยมีการจับกุมได้ถึง 122.8 ล้านเม็ด ในปี พ.ศ. 2554 ปัญหา ยาเสพติดในประเทศได้มีการเปลี่ยนแปลงและขยายตัวมากขึ้นจากผลของการชะลอตัวของเศรษฐกิจ ปัญหา สังคม และความเจริญทางเทคโนโลยี การพัฒนาทางเศรษฐกิจแบบก้าวกระโดดส่งผลให้ประชากรใน สังคมเปลี่ยนแปลงในลักษณะที่ขาดพลังและขาดความสมดุลในการพัฒนาสถาบันหลักทางสังคมหลาย สถาบันมีความอ่อนแอเป็นช่องว่างทำให้ปัญหา ยาเสพติดแพร่ระบาดอย่างรวดเร็วและขยายวงกว้าง มากขึ้น ผู้ค้า ยาเสพติดไม่ว่าจะเป็นนายทุนผู้ผลิต ผู้ค้า ผู้นำเข้า และส่งออก ยาเสพติดได้อาศัยผลพวง จากปัญหาสังคมดังกล่าวนำยาเสพติดทั้งที่มีอยู่เดิมและชนิดใหม่เข้ามาแพร่กระจายในหมู่ประชาชนใน แต่ละกลุ่มซึ่งเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญต่อการพัฒนาประเทศกล่าวได้ว่ายาเสพติดเป็นปัญหาที่เป็น “ภัยคุกคามก่อกวนรบกวนทำลาย” ประเทศและส่งผลกระทบต่ออย่างกว้างขวางทั้งต่อปัจเจกบุคคลและ สังคมส่วนรวมในมิติต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นผลกระทบต่อตัวบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม การบริหารจัดการ ภาครัฐ เศรษฐกิจ และการคลังของประเทศ รวมถึงความมั่นคงและชื่อเสียงของประเทศอีกด้วย (ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ, 2556a)

ในขณะนี้ปัญหา ยาเสพติดมีอัตราเพิ่มสูงขึ้นทุกขณะและยังคงเป็นปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขได้ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันโดยสถานการณ์ยาเสพติดในประเทศไทยนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 เป็นต้นมาเริ่ม มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น โดยความรุนแรงของปัญหา ยาเสพติดได้เพิ่มสูงขึ้นจากร้อยละ 1.8 ในปี พ.ศ. 2547 เป็นร้อยละ 23.4 ในปี พ.ศ. 2554 (ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ, 2554) จากข้อมูลพบว่า อาจมีแนวโน้มเพิ่มจำนวนขึ้นหากมีเงื่อนไขและปัจจัยเอื้ออำนวย ซึ่งปัจจัยที่ ส่งผลทำให้ปัญหา ยาเสพติดมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น และเป็นจุดอ่อนสำคัญที่ส่งผลต่อการขยายตัวของ ปัญหา ยาเสพติดมาจาก 5 ปัจจัยสำคัญ คือ จุดอ่อนทางด้านชายแดน จุดอ่อนในด้านพื้นที่ปัญหาที่ยัง ดำรงอยู่ จุดอ่อนทางด้านปัจจัยเสี่ยงของสังคม ความอ่อนแอของครอบครัวและชุมชน รวมถึงปัจจัย ทางเศรษฐกิจสังคม และสภาพแวดล้อม (สำนักนายกรัฐมนตรี, 2554) จากข้อมูลและปัจจัยดังกล่าว จึงทำให้คณะรัฐมนตรีภายใต้การนำของนายกรัฐมนตรี นางสาวยิ่งลักษณ์ ชินวัตร กำหนดให้การแก้ไข และป้องกันปัญหา ยาเสพติดเป็น “วาระแห่งชาติ” โดยยึดหลักนิติธรรมในการปราบปรามลงโทษ

ผู้ผลิตผู้ค้าผู้มีอิทธิพลและผู้ประพฤตินิยมชอบโดยบังคับใช้กฎหมายอย่างเคร่งครัดยึดหลักผู้เสียคือผู้ป่วย ที่ต้องได้รับการบำบัดรักษาให้กลับมาเป็นคนดีของสังคมพร้อมทั้งมีกลไกติดตามช่วยเหลืออย่างเป็นระบบดำเนินการอย่างจริงจังในการป้องกันปัญหาด้วยการแสวงหาความร่วมมือเชิงรุกกับต่างประเทศ ในการควบคุมและสกัดกั้นยาเสพติดสารเคมีและสารตั้งต้นในการผลิตยาเสพติดที่ลักลอบเข้าสู่ ประเทศภายใต้การบริหารจัดการอย่างบูรณาการและมีประสิทธิภาพ รวมทั้งดำเนินการป้องกันกลุ่ม เสี่ยงและประชาชนทั่วไปไม่ให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดด้วยการรวมพลังทุกภาคส่วนเป็นพลัง แผ่นดินในการต่อสู้กับยาเสพติด โดยพัฒนาและเสริมสร้างความร่วมมือระหว่างประเทศรวมทั้ง ส่งเสริมความร่วมมือกับประเทศเพื่อนบ้านเพื่อระงับยับยั้งและปราบปรามอาชญากรรมข้ามชาติและ ยาเสพติดให้หมดไป ทั้งนี้การเพิ่มขึ้นของยาเสพติดสืบเนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ ได้แก่ ค่าตอบแทนในการทำผิดค่อนข้างสูง ซึ่งเป็นผลจากวิกฤตเศรษฐกิจตกต่ำ ผู้คนไม่มีงานทำ ทำให้ เครือข่ายการค้าเพิ่มมากขึ้น จากกลุ่มผู้ใช้แรงงานลูกหลานถึงกลุ่มนักเรียนนักศึกษา กลไกของรัฐมีความ หละหลวม การบังคับใช้กฎหมายมีความไม่เสมอภาค การมีลูกค้าอย่างต่อเนื่องแม้จะได้รับการบำบัด ฟื้นฟูก็สามารถกลับไปเสพใหม่ได้ รวมถึงเทคโนโลยีการสื่อสาร และการโฆษณาซึ่งเป็นการจูงใจให้กับ ลูกค้าทางอ้อม โดยเฉพาะเยาวชนที่ยังคงขาดวุฒิภาวะและวิจารณญาณในการไตร่ตรองคำชวนเชื่อ ดังกล่าว(สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน, 2556)

ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ (2556) โดยศูนย์ประสานการปฏิบัติ ที่1 (ศปป.1) กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในราชอาณาจักร (กอ.รมน.) ได้สรุปสถานการณ์ยา เสพติดปี พ.ศ. 2556 และแนวโน้มปัญหาเสพติดในปี พ.ศ. 2557 คาดว่าสถานการณ์ปัญหาของยา เสพติดจะยังคงรุนแรงซึ่งพิจารณาได้จากสถิติการจับกุมผู้ต้องหาและผู้เข้ารับการบำบัดรักษาที่เพิ่มขึ้น อย่างต่อเนื่องนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 เป็นต้นมา จากข้อมูลปี พ.ศ. 2552 ถึงปี พ.ศ. 2556 พบว่า จำนวนผู้ถูกจับกุมมีจำนวน 236,008 คน 266,010 คน 320,972 คน 347,584 คน และ 389,125 คน ตามลำดับ จำนวนผู้ที่เข้ารับการบำบัดรักษามีจำนวน 73,200 คน 78,239 คน 83,157 คน 90,146 คน และ 95,718 คน ตามลำดับ ทั้งนี้อัตราการลักลอบนำเข้ายาเสพติดก็เพิ่มขึ้นอย่าง ต่อเนื่องโดยเด็กและเยาวชนที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมีทั้งที่อยู่ในสถานศึกษา และนอก สถานศึกษาโดยอัตราการแพร่ระบาดของยาเสพติดในสถานศึกษามีสัดส่วนเพิ่มสูงขึ้นจากร้อยละ 29.7 ในปี พ.ศ. 2555 เป็นร้อยละ 64.3 ในปี พ.ศ.2556

สถานการณ์ของยาเสพติดโดยภาพรวมและแนวโน้มที่เกิดขึ้นในปัจจุบันวิเคราะห์จากข้อมูล ผู้ป่วยในยาเสพติดของสถาบันธัญญารักษ์ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2550 จนถึงปี พ.ศ. 2554 มีจำนวน2,036 คน 2,348 คน 3,274 คน 3,459 คน และ 4,036 คน ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่า จำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับ การรักษามีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในทุกๆปี และจากข้อมูลพบว่า ผู้เสพยายังเป็นกลุ่มเยาวชนที่มีอายุ 12-18 ปี มากที่สุด โดยสาเหตุและแรงจูงใจในการเสพยาเสพติดของเยาวชนเกิดจากการอยากรู้อยากลอง เพื่อนชักชวนความคึกคะนองความสนุกสนาน (สถาบันธัญญารักษ์, 2555) ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลจาก สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2555) ที่พบว่า สาเหตุหลักของการหันมา ใช้ยาเสพติดของเยาวชน คือ การอยากรู้อยากลองความคึกคะนองและการชักชวนของเพื่อน นอกจากนี้ยัง พบว่า แรงจูงใจในการเสพยาเสพติดของเยาวชนส่วนใหญ่มาจากบุคลิกภาพของผู้ติดยาเสพติดที่เกิด ความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางที่ไม่ดีมีปมด้อย ความบกพร่องของระบบครอบครัว สังคมสิ่งแวดล้อม

รวมถึงชุมชนที่อาศัยอยู่ (อาภาศิริ สุวรรณานนท์ และคณะ, 2550) จากรายงานพบว่า เด็กและเยาวชนที่ติดยาเสพติดส่วนใหญ่มีปัญหาทางด้านจิตใจ ความทุกข์ใจ ต้องการที่พึ่งพิงและยึดเหนี่ยว ปัญหาสัมพันธภาพกับผู้อื่น ความไม่มั่นใจในตนเอง การหนีปัญหา และไม่กล้าเผชิญกับสภาพความเป็นจริง (ระเปียบ โตะแก้ว, 2554) สอดคล้องกับงานวิจัยของเวทย์ มุสิสวัสดี (2555) ที่พบว่า การติดยาเสพติดในเด็กและเยาวชนมีสาเหตุมาจากความสัมพันธ์ภายในครอบครัว การคบเพื่อน สภาพแวดล้อมของผู้ใช้ยาเสพติด ความรู้สึกวิตกกังวล การไม่เห็นคุณค่าในตนเอง การไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ การขาดสติยั้งคิด และการขาดวิจรรณญาณในการไตร่ตรอง รวมถึงการตัดสินใจ

รัฐบาลได้ประกาศนโยบาย “ปฏิบัติการวาระแห่งชาติ พลังแผ่นดิน เอาชนะยาเสพติด” ในปี พ.ศ. 2554 เป็นต้นมา โดยได้ทำการพิจารณาในกลุ่มประชากรที่มีความสำคัญหรือเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับปัญหาเสพติดในอัตราสูงซึ่งพบว่า กลุ่มเยาวชนเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงหรือมีโอกาสสูงในการเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดเนื่องด้วยเยาวชนอายุต่ำกว่า 25 ปีเข้ารับการบำบัดในปี พ.ศ. 2551 ถึงปี พ.ศ. 2553 มีจำนวนมากถึงร้อยละ 44.99 ร้อยละ 46.19 และร้อยละ 46.71 ของประชากรที่เข้ารับการบำบัดทั้งหมดตามลำดับ ดังนั้นการแก้ไขปัญหายาเสพติดจึงควรมุ่งเน้นที่เยาวชนเป็นกลุ่มเป้าหมายสำคัญ

แนวนโยบายและกรอบยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดของสำนักงานคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดที่ผ่านมาจึงได้กำหนดการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นหนึ่งในกลุ่มเป้าหมายหลักของการดำเนินการโดยมีมาตรการป้องกันเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมิให้มีโอกาสเข้าไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติด (Potential Demand) เป็นมาตรการหลักในการกำหนดยุทธศาสตร์จัดทำแผนการปฏิบัติการและการดำเนินงาน อาทิ ปฏิบัติการ 6 เดือน “รวมพลังประเทศไทย พันภัยยาเสพติด” โดยได้กำหนดกลยุทธ์ “3 ลด 3 เพิ่ม 3 เน้น” โดยการลดเยาวชนกลุ่มเสี่ยงปัจจัยเสี่ยงเป็นหนึ่งในกลยุทธ์สำคัญตามแผนปฏิบัติการฉบับนี้การป้องกันในกลุ่มเยาวชนเพื่อมิให้มีโอกาสเข้าไปเกี่ยวข้องกับปัญหายาเสพติดจึงเป็นเจตจำนงและแนวนโยบายที่สำคัญขององค์กรในภาคส่วนต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง

เยาวชนซึ่งมีอายุต่ำกว่า 25 ปีเป็นกลุ่มประชากรที่มีขนาดใหญ่คิดเป็นร้อยละ 39.1 ของประชากรทั้งหมดในปี พ.ศ. 2554 รวมถึงมีลักษณะหลากหลาย ทั้งเยาวชนที่อยู่กับครอบครัว เยาวชนที่ครอบครัวแตกแยกหรือมีเหตุจำเป็นทำให้ไม่ได้อยู่กับครอบครัว เยาวชนในสถานศึกษา เยาวชนนอกสถานศึกษา เยาวชนแกนนำ เยาวชนด้อยโอกาส เยาวชนที่มีความสามารถด้านต่างๆ หรือเยาวชนที่อาจจะยังหาความสามารถของตนเองไม่พบ ฯลฯ โดยเยาวชนแต่ละกลุ่มแต่ละลักษณะดังกล่าวนี้จะมีโอกาสในความเสี่ยงที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดแตกต่างกัน (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2555) จากผลการวิจัยเชิงสำรวจของศูนย์วิจัยเอแบคเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงของเด็กและเยาวชนในปี พ.ศ. 2554 พบว่า กลุ่มเยาวชนที่มีโอกาสในการเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด 5 อันดับแรก ได้แก่ กลุ่มที่มีทัศนคติที่ผิดเกี่ยวกับยาเสพติด กลุ่มที่มีวัฒนธรรมหรือวิถีชีวิตในการยอมรับการใช้ยาเสพติด กลุ่มที่ใช้ชีวิตหรือเวลาในทางที่ไม่ควร อาทิ หนีเรียน เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ติดเกม เสพสื่อลามก กลุ่มที่มีความเอนเอียงต่อพฤติกรรมแข่งรถซิ่ง และกลุ่มที่มีปัญหาครอบครัว ดังนั้นการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดในกลุ่มเยาวชนซึ่งมีปัจจัยจำกัดเชิงบริหารต่างๆ เช่น ปัจจัยจำกัดด้าน

ทรัพยากร เวลา และองค์ความรู้จึงจำเป็นต้องเลือกกลุ่มเยาวชนที่มีโอกาสและความเสี่ยงสูงในการเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับปัญหายาเสพติดเป็นลำดับความสำคัญแรกในการดำเนินงานเพื่อให้การป้องกันปัญหาเสพติดในกลุ่มเยาวชนสามารถดำเนินการได้อย่างตรงจุดตรงประเด็นและตรงกับสภาพปัญหามากที่สุด อันจะทำให้การป้องกันปัญหาเสพติดสามารถบังเกิดผลหรือสามารถลดผู้ที่จะเข้าสู่ประตูสู่ปัญหาเสพติดได้อย่างแท้จริง

เยาวชนกลุ่มเสี่ยงถือเป็นกลุ่มเป้าหมายสำคัญในการดำเนินงานป้องกันปัญหาเสพติด เพราะเป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนหรือมีแนวโน้มสูงที่จะใช้ยาเสพติดจึงจำเป็นต้องแทรกแซงเยาวชนกลุ่มนี้ให้ออกจากสภาวะหรือพฤติกรรมเสี่ยงโดยสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติดให้เกิดขึ้นเพื่อประคับประคองดูแลให้มีโอกาสหรือแนวโน้มที่จะเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดให้ได้มากที่สุด โดยสามารถแบ่งได้เป็น 3 กลุ่มหลัก คือ (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด, 2555)

1. กลุ่มที่สังคมมองในเชิงลบ คือ เยาวชนที่มีพฤติกรรมที่นอกเหนือจากบรรทัดฐานของสังคม จนถูกสังคมตีตราในเชิงลบ เช่น เยาวชนที่อยู่ในกลุ่มที่ใช้ความรุนแรง กลุ่มซึ่งรถมอเตอร์ไซค์ กลุ่มที่เคยกระทำความผิดหรือมีประวัติถูกคุมประพฤติ กลุ่มที่หนีเรียน

2. กลุ่มที่อยู่ในภาวะบริโภคนิยม คือ เยาวชนที่ได้รับอิทธิพลความคิดจากกระแสบริโภคนิยม และวัตถุนิยมจนส่งผลให้ความคิดความเชื่อและค่านิยม มุ่งเน้นการแสวงหาความสนุกสนานให้กับตนเอง ไม่สนใจสังคมรอบข้างและขาดเป้าหมายในชีวิต เช่น เยาวชนที่เที่ยวเตร่มั่วสุมว่างงาน เทร็ดเตร่อยู่ในชุมชน ฟุ้งเฟ้อ แสวงหาความสนุกสนานจากการบริโภคและใช้จ่ายเกินตัว

3. กลุ่มที่อยู่ในภาวะวิกฤต คือ เยาวชนที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในชีวิตอย่างโดดเดี่ยวโดยขาดกลไกต่างๆ ประคับประคองช่วยเหลือและดูแล เช่น เยาวชนเร่ร่อน เยาวชนที่อาศัยในชุมชนแออัด ถูกละเมิดหรือทารุณ บังคับใช้แรงงาน กำพรว้า อพยพหนีภัยสงคราม ภัยธรรมชาติ อุบัติภัยและความรุนแรงต่างๆ โดยปราศจากกลุ่มองค์กร พ่อแม่ หรือผู้อุปการะเลี้ยงดู นอกจากนี้ยังหมายรวมถึงเยาวชนที่เคยติดยาเสพติดแล้วและมีโอกาสที่จะกลับเข้าไปเสพยาเสพติดอีก

ประเทศไทยมีพื้นที่ส่วนที่ติดกับพื้นที่สามเหลี่ยมทองคำซึ่งเป็นแหล่งผลิตยาเสพติดที่สำคัญแห่งหนึ่งของโลกจึงทำให้ไทยมีส่วนในการผลิตยาเสพติด ส่งผลให้เยาวชนก็มีส่วนในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดด้วย โดยปัจจุบันเยาวชนในทุกจังหวัดมีความเสี่ยงต่อปัญหาดังกล่าวเพิ่มมากขึ้น โดยพื้นที่ในเขตกรุงเทพมหานครเป็นพื้นที่ที่เสี่ยงมากที่สุดเนื่องจากความหลากหลายของเยาวชนที่มีพื้นฐานทางครอบครัวที่แตกต่างกัน สภาวะกดดันทางเศรษฐกิจ และการได้รับข้อมูลข่าวสารรวมถึงโฆษณาชวนเชื่อทั้งจากเพื่อนคนรอบข้างและสื่อต่างๆ ได้ง่ายกว่าเยาวชนในจังหวัดอื่นๆ (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด, 2555) จากการสำรวจของกองนโยบายและแผนงานสำนักผังเมือง กรุงเทพมหานคร (2556) เปิดเผยว่า ในพื้นที่กรุงเทพมหานครทั้ง 50 เขตจาก 1,971 ชุมชนมีพื้นที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติดของคนในชุมชนทั้งสิ้นจำนวน 1,140 ชุมชนซึ่งมากกว่าปี พ.ศ. 2555 กว่า 200 ชุมชนโดยระดับความชุกของความเสียหายต่อปัญหาดังกล่าวมีมากที่สุดถึง 149 ชุมชนซึ่งพื้นที่เขตที่มีปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดในอัตราความชุกรุนแรงที่สุด 5 อันดับแรกได้แก่ 1) เขตคลองเตย 2) เขตราชเทวี 3) เขตบางกอกน้อยและเขตบางคอแหลม 4) เขตจตุจักรและเขตหลักสี่ และ 5) เขตธนบุรี โดยเขตคลองเตยเป็นเขตพื้นที่ที่เยาวชนอยู่ในภาวะวิกฤตต่อการติดยาเสพติดมากที่สุด

จากการสำรวจของศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ (ศพส.) (2556) พบว่า กลุ่มเยาวชนที่มีอายุในช่วง 15-18 ปี ที่อยู่ในภาวะวิกฤต และเคยมีประวัติในการเข้าไปติดยาเสพติดแล้ว และยังคงมีความเสี่ยงสูงในการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำอีกครั้ง ซึ่งทางรัฐบาลได้ร่วมมือกับโรงเรียนมัธยม มหาวิทยาลัย และผู้นำชุมชนในแต่ละพื้นที่ที่ต่อแหลมต่อการเข้าไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติดของเยาวชน ทั้งนี้ได้มีการร่วมมือกันกำหนดนโยบายและเสนอมาตรการในการป้องกันและปราบปรามปัญหาเสพติด 3 มาตรการสำคัญ ได้แก่ 1) มาตรการป้องกันโดยการแก้ไขปรับปรุงสภาพแวดล้อมในชุมชนไม่ให้มีบริเวณที่เป็นที่ลับตาเพื่อการมั่วสุมของเยาวชน สุ่มตรวจปัสสาวะเพื่อหาสารเสพติด ขอความร่วมมือเจ้าหน้าที่ตำรวจสายตรวจดำเนินการตรวจตราภายในบริเวณชุมชน โรงเรียนและรอบๆ ชุมชน 2) มาตรการทางการศึกษาโดยการให้ความรู้ด้วยวิธีการสอดแทรกเข้าไปในรายวิชาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3) มาตรการด้านการบำบัดรักษาโดยการประสานผู้ปกครองส่งบำบัดด้วยความสมัครใจกับโรงพยาบาลที่รับผิดชอบ แต่ทว่ามาตรการต่างๆ ที่ดำเนินการนั้นยังไม่สามารถตอบสนองและแก้ไขปัญหายาเสพติดในเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยงได้ รัฐบาลภายใต้การนำของนายกรัฐมนตรี นางสาวยิ่งลักษณ์ ชินวัตร จึงได้มีการดำเนินการแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างเร่งด่วนในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงโดยมุ่งแก้ปัญหากับเยาวชนในกลุ่มอายุ 15-18 ปี เป็นกลุ่มแรก เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงในการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำอีกครั้ง ทั้งนี้ถือเป็นกลุ่มเป้าหมายสำคัญในการแก้ไขปัญหายาเสพติด เนื่องจากมีสถิติการเข้าไปมั่วสุมและเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดมากที่สุด โดยมีการกำหนดยุทธศาสตร์การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพ ได้แก่ โครงการ 1 อำเภอ 1 ศูนย์ฟื้นฟู ยุทธศาสตร์การปลูกพลังแผ่นดินและการป้องกัน ได้แก่ โครงการณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี และยุทธศาสตร์การควบคุมตัวยาและสารเคมี ได้แก่ มาตรการควบคุมตัวยาและสารตั้งต้นที่เป็นวัตถุเสพติด (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2555)

ข้อมูลจากกองประสานการปฏิบัติการบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติด (2555) พบว่าเกือบร้อยละ 80 ของเยาวชนที่เคยเสพยาเสพติดจะกลับไปเสพซ้ำภายใน 1 ปีหลังผ่านการบำบัดซึ่งจากการศึกษาภูมิหลังของการบำบัดรักษาและการกลับไปเสพซ้ำสามารถแบ่งเยาวชนกลุ่มนี้ออกได้เป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. ผู้ที่อยู่ในระหว่างการเปลี่ยนแปลง (Transition patients) โดยบุคคลกลุ่มนี้จะไม่ยอมรับหรือไม่รับรู้ที่กำลังทุกข์ทรมานจากการใช้ยาเสพติด แม้ว่าจะมีผลกระทบจากการเสพยาเกิดขึ้นมากมาย เนื่องจากผู้ป่วยยังไม่สามารถรับรู้ความเป็นจริงที่ถูกต้องเนื่องจากยังอยู่ภายใต้ฤทธิ์ของยาเสพติด
2. ผู้ที่ยังอ่อนแอ ไม่เข้มแข็ง และมีแนวโน้มที่จะกลับไปเสพซ้ำ (Unstabilized relapse – prone patients) ในขณะที่รับการบำบัดรักษา โดยบุคคลกลุ่มนี้ยังไม่ได้รับการสอนทักษะให้เข้าใจถึงกระบวนการติดยาเสพติดของตน และไม่ได้รับการฝึกให้รู้จักที่จะยับยั้งไม่ให้เกิดกระบวนการที่จะนำไปสู่การเสพซ้ำทำให้ไม่สามารถประคับประคองตนให้ผ่านพ้นขั้นตอนการบำบัดรักษา และเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิตเพื่อเลิกพฤติกรรมเดิมได้

3. ผู้ที่มีความเข้มแข็งแต่ก็มีแนวโน้มที่จะกลับไปเสพยา (Stabilized relapse-prone patients) บุคคลประเภทนี้รู้ตัว และตระหนักถึงปัญหาการติดสารเสพติดของตนเองเห็นความจำเป็นของการเลิกใช้สารเสพติดอย่างเด็ดขาดแต่ก็ยังไม่สามารถเลิกใช้ยาเสพติดได้ด้วยตัวเอง

การกลับไปเสพยาสามารถเกิดขึ้นได้ แต่ขณะเดียวกันก็ป้องกันมิให้เกิดขึ้นได้เช่นกัน การป้องกันการเสพยา หากมุ่งเน้นที่ตัวเยาวชนเองจะหมายถึง วิธีการที่จะสอนหรือให้ความรู้แก่บุคคลนั้นถึงกระบวนการที่เกิดปัญหา และวิธีแก้ไขปัญหาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนพฤติกรรมเดิมหรือการบำบัดโดยใช้วิธีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา หรือ Cognitive Behavioral Modification (CBM) ซึ่งกลยุทธ์ของ CBM นี้ตั้งอยู่บนทฤษฎีที่ว่า กระบวนการเรียนรู้มีบทบาทสำคัญต่อพัฒนาการของพฤติกรรมที่ผิดปกติบุคคลสามารถเรียนรู้ที่จะหาถึงสาเหตุและแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้โดยการรู้จักควบคุมตนเองการทบทวนข้อดี และข้อเสียของการไม่เลิกใช้สารเสพติด การรู้สึกตัวเมื่อเกิดอาการอยากยาและควบคุมตนเอง (กองประสานการปฏิบัติการบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติด, 2555)

จากการสำรวจของสำนักงานป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด (2556) พบว่า ร้อยละ 91 ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำมีภูมิคุ้มกันทางใจ (RQ- Resilience Quotient) ในระดับต่ำ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำส่วนใหญ่ขาดภูมิคุ้มกันทางใจในการรับมือกับภาวะวิกฤต เนื่องด้วยภูมิคุ้มกันทางใจ (RQ- Resilience Quotient) เป็นศักยภาพของบุคคลในการเรียนรู้และปรับตัวเมื่อต้องประสบกับเหตุการณ์ที่ยากลำบากเจอวิกฤตหรือสถานการณ์ที่ทำให้เกิดอุปสรรคขึ้นในชีวิตซึ่งการมีภูมิคุ้มกันทางใจเป็นคุณสมบัติหนึ่งที่จะช่วยให้คุณผ่านพ้นปัญหาอุปสรรคและดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างเข้มแข็ง (วันวิสาข์ ชูชนม์, 2556) ทั้งนี้ RQ เป็นคุณสมบัติเฉพาะตัวของบุคคลที่ทำให้สามารถรับมือกับเหตุการณ์ไม่คาดฝันได้อย่างแข็งแกร่ง เป็นสภาพที่จิตใจมีพลังต้านทานต่อภาวะความกดดันทางอารมณ์และความรู้สึกทางจิตใจทั้งที่เกิดจากสิ่งเร้าหรือแรงกระทบจากภายนอก และแรงผลักดันจากภายในของตนเองของบุคคลจนสามารถผ่านพ้นและดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างปกติสุข ซึ่งอาจเป็นเพียงชั่วคราวในช่วงระยะเวลาหนึ่งหรือตลอดไปอันเกิดจากความพร้อมของภาวะทางจิตใจ 3 ประการประกอบกัน ดังนี้

1. มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (Restraint) หมายถึง มีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

2. มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ (Constancy) หมายถึง มีความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

3. มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (Challenge) หมายถึง มีความสามารถในการระบุนสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

ปัจจุบันได้มีหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องมากมายที่ดำเนินการในการแก้ไขปัญหาเสพยาติในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่มีโอกาสกลับไปเสพยา อาทิ สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดที่ดำเนินการป้องกันพฤติกรรมเบี่ยงเบนและปัญหายาเสพติดในเยาวชนอย่างเป็นระบบ หน่วยงาน

สาธารณสุขที่จัดโครงการให้ความรู้ และตรวจปัสสาวะหาสารเสพติดในเยาวชน สถานีตำรวจที่ดำเนินการปราบปรามยาเสพติดโดยการให้ความรู้ในด้านกฎหมายความผิดในการเสพการครอบครอง และการค้ายาเสพติด และสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาที่มีการประเมินผลการควบคุมป้องกันและติดตามปัญหาเสพติดในเยาวชนจากรายงานประจำเดือน แต่ยังไม่มีความรู้เกี่ยวกับหน่วยงานใดที่นำรูปแบบหรือโปรแกรมที่สร้างเสริมภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดไปณรงค์ให้ความรู้กับเยาวชนโดยตรงทั้งในและนอกชุมชน ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพื่อให้มีประสิทธิภาพและเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอย่างทั่วถึงนั้นควรมีการนำรูปแบบของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างและพัฒนา เนื่องด้วยโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นโปรแกรมที่จัดขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการและช่วยแก้ไขปัญหาของบุคคลที่อยู่นอกระบบการศึกษาโดยตรงทั้งยังมีความยืดหยุ่น มุ่งเน้นการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายและเข้าใจสภาพปัญหาของกลุ่มเป้าหมายได้อย่างแท้จริงซึ่งในการดำเนินการพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงนั้นจึงจำเป็นต้องเข้าใจสภาพปัญหาและลักษณะของเยาวชนเพื่อการจัดการข้อมูลและองค์ความรู้อย่างเป็นระบบในการดำเนินงานโดยจะต้องเข้าถึงเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต้องมีการพัฒนากลไกการดำเนินงานทั้งตัวบุคคล องค์กร และเครือข่ายเพื่อให้เข้าถึงและจัดการกับปัญหาได้อย่างตรงเป้าหมาย ทั้งยังต้องมีรูปแบบการพัฒนาและวิธีการดำเนินงานเพื่อก่อให้เกิดองค์ความรู้ในการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้แก่เยาวชนกลุ่มเสี่ยงและลดทอนปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ที่จะนำไปสู่ปัญหาเสพติดโดยจะต้องมีการติดตามกลุ่มเยาวชนอย่างต่อเนื่องเพื่อประคับประคองให้สามารถออกจากสถานะและพฤติกรรมเสี่ยงให้นานที่สุดหรือให้กลุ่มเยาวชนมีภูมิคุ้มกันเพียงพอที่จะเผชิญปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ในสภาพแวดล้อมโดยทั่วไปได้ (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, 2555) ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่เอื้อต่อการจัดการหรือรับมือ (cope with) กับปัญหาและหลีกเลี่ยงการเสพยาเสพติดโดยใช้แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) มาเป็นกรอบในการดำเนินการสร้าง และพัฒนาโปรแกรม เนื่องด้วย โปรแกรมเชิงพัฒนานั้นการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับชุมชนเป็นหลัก โดยการศึกษาสภาพความต้องการและปัญหาในชุมชนเพื่อการแก้ไขปัญหาให้สอดคล้องกับความต้องการของคนในชุมชน และเน้นการวิเคราะห์สถานการณ์ของปัญหาและความต้องการของบุคคล พิจารณาสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลที่มีความต้องการตามสภาพที่เป็นจริงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อแก้ไขปัญหาได้

Boyle (1981) กล่าวว่า การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเชิงพัฒนาเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ช่วยพัฒนาและเสริมสร้างทักษะ ความรู้ ความสามารถของบุคคล เพื่อช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง และสามารถปรับตัวให้ทันต่อสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลง ประกอบด้วยขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรม 8 ขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม
2. การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน
3. การพิจารณาผลที่พึงประสงค์
4. การกำหนดแหล่งทรัพยากร/ผู้สนับสนุน
5. การสร้างแผนการเรียนรู้

6. การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน

7. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม

8. การรายงานค่าของโปรแกรม

ทั้งนี้มีความสอดคล้องกับแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) ที่มุ่งเน้นให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ความเชื่อได้ด้วยตัวเองเพื่อส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม และการแสดงออกที่เหมาะสม โดย Mezirow (1991) กล่าวว่า แนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นกระบวนการที่บุคคลทำความเข้าใจสิ่งต่างๆ โดยตระหนักรู้อย่างมีวิจารณญาณเกี่ยวกับวิธีการและเหตุผลซึ่งจะเกิดการเปลี่ยนโครงสร้างความคิดเดิมเข้ากับโครงสร้างความคิดใหม่โดยมโนทัศน์ที่เกิดขึ้นต้องผนวกเข้ากันได้สามารถแบ่งแยกได้และบูรณาการเข้ากันได้หรือเป็นการทบทวน การแปลความของประสบการณ์ในแต่ละบุคคลเพื่อเป็นแนวทางที่จะนำไปสู่การปฏิบัติต่อไป โดยมีขั้นตอน 10 ขั้นตอนดังนี้ (Mezirow, 1991)

1. ความรู้สึกไม่พอใจต่อสถานการณ์ที่เผชิญอยู่หรือภาวะวิกฤตของชีวิต (A disorienting dilemma)
2. การตรวจสอบตนเอง (Self-examination)
3. การประเมินตนเองเชิงวิพากษ์ (Critical assessment)
4. การร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่คล้ายกัน (Recognition that others have shared similar transformations)
5. การสำรวจทางเลือก/บทบาทใหม่ให้กับตัวเอง (Exploration of new roles or actions)
6. การวางแผนการปฏิบัติ (Development of a plan for action)
7. การค้นหาความรู้และทักษะที่จะนำไปใช้ตามแผนที่วางไว้ (Acquisition of knowledge and skills for implementing the plan)
8. การทดลองปฏิบัติตามแผน (Tryout of the plan)
9. การพัฒนาสมรรถภาพและความเชื่อมั่นในตนเองในบทบาทใหม่ (Development of competence and self-confidence in new roles)
10. การบูรณาการวิถีชีวิตให้เข้ากับมโนทัศน์ใหม่ (Reintegration into life on the basis of new perspectives)

ทฤษฎีกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นการเปลี่ยนแปลงของบุคคล โดยอาจมีการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ หรือการเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ทั้งหมดของบุคคลเพื่อให้หลุดพ้นจากค่านิยม และความเชื่อเก่าๆ ที่มีผลกระทบต่อวิถีชีวิตของบุคคลนั้นๆ ทั้งนี้บุคคลจะเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองเมื่อตระหนักและเข้าใจในมโนทัศน์ใหม่ที่มีขอบเขตที่กว้างขึ้นและดีกว่าเดิม

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามาช่วยเสริมประสิทธิภาพและความยั่งยืนของกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ เนื่องจากในการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลอย่างถาวร โดยทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความเชื่อ และแสดงออกไปในทางที่เหมาะสม สามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับภาวะวิกฤตของชีวิตได้นั้นจำเป็นต้องใช้แนวคิดทั้งสองมาเป็นตัวขับเคลื่อนในการดำเนินโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

ทางใจให้กับกลุ่มเป้าหมายเพื่อเป็นการเพิ่มความเข้มข้นและระยะเวลาในการคงอยู่ของภูมิคุ้มกันทางใจให้มากยิ่งขึ้น เนื่องจากการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเป็นกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก โดยมุ่งเน้นการเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญา ประกอบด้วย ความคิดความเชื่อเจตคติซึ่งการปรับกระบวนการทางปัญญาสามารถจัดให้มีขึ้นและปรับเปลี่ยนได้ด้วยการฝึกฝนทั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกเทคนิคของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เนื่องด้วยมีวิธีการในการแก้ปัญหาที่สามารถฝึกควบคุมและปฏิบัติได้ด้วยตนเอง นอกจากนี้ขั้นตอนในการแก้ปัญหามีความครบถ้วน และสามารถเพิ่มประสิทธิภาพให้กับแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมายให้มีประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนดังนี้

1. สร้างและทำให้เกิดความเข้าใจในปัญหาและการแก้ปัญหา
2. กำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย
3. เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆ ทาง
4. ตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด
5. ดำเนินการแก้ปัญหาตามวิธีการที่เลือกและประเมินผลที่เกิดขึ้น

ดังนั้นการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำโดยใช้โปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) ซึ่งมีความสอดคล้องกับความจำเป็นและความต้องการในการเรียนรู้ของเยาวชนในชุมชนร่วมกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) ที่สังเคราะห์ร่วมกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จึงสามารถนำมาสร้างเป็นแผนกิจกรรมการเรียนรู้ โดยโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมุ่งให้เยาวชนมีภูมิคุ้มกันทางใจในการรับมือกับภาวะวิกฤตที่อาจเกิดขึ้นได้ทุกขณะสามารถแก้ไขปัญหาคือต้องเผชิญได้อย่างแข็งแกร่ง เข้าใจการจัดการทางอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์จะช่วยปรับเปลี่ยนกรอบความคิดไปในทางที่เหมาะสมเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาชีวิต อีกทั้งการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะช่วยปรับวิธีการแก้ไขปัญหาคือได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สามารถจัดการกับสิ่งแวดล้อมรอบข้าง ปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่ๆ และจัดการความเครียดได้อย่างถูกต้องซึ่งจะทำให้เยาวชนมีภูมิคุ้มกันทางใจมีความเข้มแข็งทางจิตใจและหาทางออกให้กับตัวเองได้อย่างเหมาะสม

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้คัดเลือกเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่มีอายุ 15-18 ปี และอาศัยอยู่ในชุมชนแออัดในเขตคลองเตยมาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากเขตคลองเตยเป็นพื้นที่ที่มีปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดที่รุนแรงที่สุดและมีเยาวชนที่สู่มเสี่ยงต่อการติดยาเสพติดมากที่สุด (สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2555) โดยโปรแกรมที่จัดสร้างขึ้นครอบคลุมทั้งความรู้ (Knowledge) เจตคติ (Attitude) และการปฏิบัติ (Practice) โดยมุ่งให้เยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีภูมิคุ้มกันทางใจในระดับที่สูงขึ้นเพื่อให้สามารถเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคในการรับมือกับยาเสพติดและผ่านพ้นไปได้อย่างแข็งแกร่ง นอกจากนี้ยังส่งผลให้เยาวชนรู้สึกถึงความเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของครอบครัวและสังคม รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และมีส่วนร่วมในเรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้น การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดให้กับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาซ้ำมีความสำคัญยิ่งเนื่องด้วยลักษณะการดำเนินชีวิตความเป็นอยู่และสภาพแวดล้อมของเยาวชนกลุ่มนี้มีปัจจัย และภาวะเสี่ยง

ในการเข้าไปข้องแวะกับยาเสพติดได้อีกทุกเมื่อ ดังนั้นโปรแกรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดจึงมีความจำเป็นและมีประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับเยาวชนกลุ่มเสี่ยง ด้วยเหตุที่เยาวชนเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาและนำพาประเทศให้เจริญก้าวหน้าในอนาคตจึงควรมีการดำเนินการแก้ไขและป้องกันเพื่อไม่ให้เยาวชนไทยตกอยู่ภายใต้การครอบงำของยาเสพติด ทั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่า โปรแกรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดจะสามารถลดทอนปัจจัยเสี่ยงและระดับประคับประคองให้กลุ่มเยาวชนสามารถออกจากสถานะและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำได้ โดยเน้นให้กลุ่มเยาวชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น ประกอบกับการให้ความรู้เพื่อเสริมสร้างระดับภูมิคุ้มกันทางใจให้สูงขึ้นในการเผชิญหรือรับมือกับสถานะที่สุ่มเสี่ยงต่อปัญหาการเสพยาเสพติดซ้ำ และผ่านพ้นภาวะวิกฤตหรือความทุกข์ยากต่างๆ ในชีวิตไปได้โดยมีการฟื้นฟูสภาพอารมณ์และจิตใจได้อย่างรวดเร็วไม่จมอยู่กับความทุกข์ มีความยืดหยุ่น ปรับตัวได้ดี สามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุขมีจิตใจเข้มแข็ง และแข็งแกร่งกว่าเดิม ทั้งยังสามารถพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสได้อีกด้วย

คำถามการวิจัย

1. โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้นมีองค์ประกอบ ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม และเนื้อหาสาระอย่างไร
2. โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่พัฒนาขึ้นส่งผลต่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำอย่างไร
3. มีปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำอะไรบ้าง
4. ข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลางควรจะเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ
2. เพื่อศึกษาผลของการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้นไปใช้
3. เพื่อวิเคราะห์ ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้
4. เพื่อนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

สมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยของ Cranton (1992) ซึ่งได้เสนอรูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ซึ่งตัดแปลงจากแนวคิดของ Mezirow ในหลักสูตรฝึกอบรมด้านจิตบำบัดและการให้คำปรึกษาพบว่า กระบวนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ส่งผลต่อบุคลิกภาพขั้นพื้นฐานของบุคลิกภาพในตัวบุคคล ธาวิณี สุพุทธิกุล (2550) ได้ทำการศึกษาผลการจัดกิจกรรมการศึกษาออกระบบโรงเรียนตามทฤษฎีการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ที่มีต่อพฤติกรรมแบบพึ่งพาของผู้ป่วยติดยาเสพติดในศูนย์บำบัดยาเสพติดในเขต 3 จังหวัดชายแดนใต้ โดยใช้การสนทนากลุ่มจากการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีระดับพฤติกรรมแบบพึ่งพาหลังได้รับการทดลองต่ำกว่าก่อนได้รับการทดลอง จงรัก อินทร์เสวก (2539) ได้ทำการศึกษาผลของปริมาณศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการเพิ่มการควบคุมตนเองและการลดการติดยาเสพติดซ้ำของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาระยะถอนพิษยาของโรงพยาบาลธัญญารักษ์ พบว่า หลังการทดลองผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการรักษาทางจิตแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีระดับการควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนได้รับการรักษาทางจิตแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปราณีพร บุญเรือง (2545) ได้ทำการศึกษาผลของกลุ่มปรับพฤติกรรมทางปัญญาของวัยรุ่นที่เสพยาบ้าต่อการป้องกันการกลับไปเสพยาบ้าของศูนย์บำบัดรักษาติดยาเสพติดขอนแก่น โดยกลุ่มทดลองได้รับการบำบัดรักษาตามโปรแกรมการบำบัดของทางหอผู้ป่วยร่วมกับการได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในรูปแบบของกลุ่มเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม พบว่า คะแนนทักษะการป้องกันการกลับไปเสพยาบ้าทั้งด้านทักษะการสื่อสารเพื่อการปฏิเสธ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการจัดการกับความเครียดของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 Goldstein (1999) ได้ทำการศึกษาภูมิคุ้มกันทางใจในวัยรุ่นไทยโดยสำรวจลักษณะส่วนบุคคล และประเภทของการสนับสนุนทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มวัยรุ่นไทยที่มีอาการหดหู่ซึมเศร้า โดยใช้แบบสำรวจภาวะซึมเศร้าของ Beck (The Beck Depression Inventory) แบบสำรวจภาวะสิ้นหวังสำหรับเด็ก และแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจ พบว่า ความเข้าใจในมุมมองของบุคคลเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับการอธิบายความแปรปรวนของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า สิ้นหวัง และฆ่าตัวตาย และบุรินทร์ หลิมสุนทร (2543) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางใจ การรับรู้มรสุมชีวิต ลักษณะส่วนบุคคลบางประการ พฤติกรรมการเสพสารเสพติดของวัยรุ่นสลับที่เตร็ดเตร่ในสนามเด็กเล่น ผลการศึกษาพบว่าภูมิคุ้มกันทางใจในด้านแรงสนับสนุนทางสังคมและแหล่งประโยชน์ภายนอก การรับรู้มรสุมชีวิตระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เคยใช้สารเสพติดกับกลุ่มที่เคยใช้มีความแตกต่างกัน

ดังนั้นบนพื้นฐานของแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และแนวคิดเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจดังที่กล่าวมาแล้วในเบื้องต้นประกอบกับผลการวิจัยดังที่กล่าวมานั้น ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานการวิจัยไว้ ดังนี้

1. หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ กลุ่มทดลองจะมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำจะมีระดับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ เยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เคยมีประวัติในการเสพติดและเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดคลองเตย จำนวน 218 คน (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2555)

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดคลองเตย จำนวน 60 คน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ดังนี้

1. เป็นเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี เนื่องจากผลสำรวจของศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติด (2556) พบว่า กลุ่มเยาวชนที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติดมากที่สุด คือ เยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปีที่อยู่ในภาวะวิกฤตและเคยมีประวัติในการเข้าไปติดยาเสพติดแล้วและยังคงมีความเสี่ยงสูงในการกลับไปเสพติดซ้ำอีก

2. อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงต่อการเสพติดในชุมชนคลองเตย เนื่องจากชุมชนแออัดคลองเตยเป็นพื้นที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติดมากที่สุด (สำนักงานป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด, 2556)

3. เคยมีประวัติในการเสพติด เนื่องด้วยเยาวชนที่เคยเสพติดจะมีโอกาสสูงในการกลับไปเสพติดซ้ำอีกครั้งภายใน 1 เดือน (กองประสานการปฏิบัติการบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติด, 2555)

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง กระบวนการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน ซึ่งมีองค์ประกอบ และขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเป้าหมายตามขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนา 8 ขั้นตอนของ Boyle (1981) โดยนำทฤษฎีกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ 10 ขั้นตอนของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 5 ขั้นตอนของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาบูรณาการร่วมกันในขั้นตอนการสร้างแผนการเรียนรู้

กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ หมายถึง กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง หรือขยายกรอบการอ้างอิง (Frame of reference) ภายในตัวบุคคลที่นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างถาวร ซึ่งประกอบด้วย 10 ขั้นตอน ดังนี้

1. ความรู้สึกไม่พอใจกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่หรือภาวะวิกฤตของชีวิต
2. การตรวจสอบตนเอง
3. การประเมินตนเองเชิงวิพากษ์

4. การร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่คล้ายกัน
5. การสำรวจทางเลือก/บทบาทใหม่ให้กับตัวเอง
6. การวางแผนการปฏิบัติ
7. การค้นหาความรู้และทักษะที่จะนำไปใช้ตามแผนที่วางไว้
8. การทดลองปฏิบัติตามแผน
9. การพัฒนาสมรรถภาพและความเชื่อมั่นในตนเองในบทบาทใหม่
10. การบูรณาการวิถีชีวิตให้เข้ากับนวัตกรรมใหม่

การปรับพฤติกรรมทางปัญญา หมายถึง กระบวนการปรับพฤติกรรมภายนอกโดยมุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลง และการจัดกระทำกับกระบวนการทางปัญญาโดยเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในการวิจัยครั้งนี้คือ เทคนิคการแก้ปัญหา (Problem-solving) 5 ขั้นตอน คือ

1. สร้างและทำให้เกิดความเข้าใจในปัญหาและการแก้ปัญหา
2. กำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย
3. เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆ ทาง
4. ตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด
5. ดำเนินการแก้ปัญหตามวิธีการที่เลือกและประเมินผลที่เกิดขึ้น

ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด หมายถึง สภาพที่จิตใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำมีพลังต้านทานต่อภาวะความกดดันทางอารมณ์และความรู้สึกทางจิตใจทั้งที่เกิดจากสิ่งเร้าหรือแรงกระทบจากภายนอก และแรงผลักดันจากภายในของตนเองของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่จะผลักดันให้กลับไปเสพยาเสพติดซ้ำอีก จนสามารถผ่านพ้นสภาวะดังกล่าวไปได้ ซึ่งอาจเป็นเพียงชั่วคราวในช่วงระยะเวลาหนึ่งหรือตลอดไป อันเกิดจากความพร้อมของสภาวะทางจิตใจ 3 ประการประกอบกัน อันเป็นผลมาจากการได้รับประสบการณ์การเรียนรู้จากการเข้าร่วมในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในระดับหนึ่ง ซึ่งสภาวะทางจิตใจที่สำคัญทั้ง 3 ประการ สามารถอธิบายได้ดังนี้

1. มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (Restraint) หมายถึง มีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ
2. มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ (Constancy) หมายถึง มีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้
3. มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (Challenge) หมายถึง มีความสามารถในการระบุนสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

ยาเสพติด หมายถึง ยาเสพติดที่แพร่ระบาดอยู่ในชุมชนแออัดคลองเตยมากที่สุด ได้แก่ สารระเหยประเภทต่างๆ ยาบ้า ยาไอซ์ และเฮโรอีน

เยาวชนกลุ่มเสี่ยง หมายถึง กลุ่มเยาวชนในช่วงอายุระหว่าง 15-18 ปี ที่อยู่ในภาวะวิกฤตและเคยมีประวัติในการเข้าไปติดยาเสพติดแล้ว และยังคงมีความเสี่ยงสูงในการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำอีก

เยาวชนที่อยู่ในภาวะวิกฤต หมายถึง เยาวชนที่เคยเสพยาเสพติดแล้ว และมีโอกาสที่จะกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำได้อีก

การเสพยาเสพติดซ้ำ หมายถึง การที่ผู้ติดยาเสพติดซึ่งสามารถหยุดหรือเลิกพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดไปได้ช่วงระยะเวลาหนึ่งแล้วกลับมาเสพยาเสพติดซ้ำอีก

ปัจจัยของการใช้โปรแกรม หมายถึง องค์ประกอบหรือสาเหตุที่ส่งผลต่อการนำไปใช้โปรแกรม การศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสำหรับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงไปใช้

เงื่อนไขความสำเร็จของการใช้โปรแกรม หมายถึง องค์ประกอบหรือสาเหตุที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการนำไปใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสำหรับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงไปใช้

ปัญหาของการใช้โปรแกรม หมายถึง เงื่อนไขหรือสภาวะการณ์ใดๆ ที่อาจจะส่งผลให้การนำไปใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสำหรับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงไปใช้ไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร

มาตรการทางสังคม หมายถึง ข้อเสนอแนะหรือวิธีการที่มีการบูรณาการและตกลงร่วมกันระหว่างผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชนโดยใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลางในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัญหาและความต้องการเรียนรู้ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจที่มีความสอดคล้องกับความต้องการเรียนรู้ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงอย่างแท้จริง ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเพื่อให้มีศักยภาพสูงสุดในการแก้ไขปัญหาการเสพยาเสพติดซ้ำของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง อีกทั้งเป็นการเพิ่มพูนศักยภาพด้านภูมิคุ้มกันทางใจในตัวเยาวชนให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. ได้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง และมีความเหมาะสมในการนำไปใช้ในการพัฒนาสภาพจิตใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงเพื่อให้มีภูมิคุ้มกันทางใจในการเป็นพลังต้านทานต่อภาวะกดดันทั้งทางอารมณ์และความรู้สึกจากการเผชิญกับอุปสรรคในชีวิต สิ่งเร้า และแรงกระแทกจากภายนอกต่างๆ และสามารถนำไปใช้ในการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาและต่อยอดกระบวนการเรียนรู้หรือขยายผลเพื่อการป้องกันยาเสพติดให้กับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงกลุ่มหลักหรือกลุ่มอายุอื่นๆ เพื่อการพัฒนาและแก้ไขปัญหาชุมชนสังคม และประเทศชาติ

3. ข้อมูลประสิทธิผลของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดที่สามารถนำเสนอต่อชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้ในการประยุกต์เป็นโปรแกรมที่ใช้ในการบำบัดเพื่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดได้ และเป็นข้อมูลพื้นฐานในการขยายผลการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนจากการวิจัยไปใช้ในแนวทางที่จะใช้พัฒนาศักยภาพด้านภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชนกลุ่มอื่นๆ ต่อไป

4. ได้ข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลางที่มีความเหมาะสมสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย และมีความเป็นไปได้ที่เป็นรูปธรรมในการที่จะนำไปปฏิบัติจริงเพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชนและสังคมในภาพกว้างที่ผ่านการตรวจสอบยืนยันและให้ความเห็นโดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับข้อเสนอมาตรการดังกล่าว

5. ได้องค์ความรู้ที่สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการออกแบบวิจัยหรือพัฒนาต่อยอดโปรแกรมสร้างเสริมภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ ต่อไป เพื่อให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อเยาวชน ชุมชน สังคม และประเทศชาติ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด ผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัยโดยได้ทำการรวบรวมสาระสำคัญนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

- ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
- ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติ
- ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
- ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ
- ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับยาเสพติด
- ตอนที่ 6 แนวคิดเกี่ยวกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยง
- ตอนที่ 7 แนวคิดเกี่ยวกับชุมชนแออัด
- ตอนที่ 8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ตอนที่ 9 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียน

1.1 ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

ทวีป อภิสัทธ์ (2523) กล่าวว่า การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นการจัดการศึกษาเพื่อให้ประชาชนอ่านออกเขียนได้ และมีนิสัยรักการอ่าน รักการค้นคว้าเป็นการแสวงหาวิชาความรู้เพิ่มเติมเพื่อให้ประชาชนที่มีได้อยู่ในระบบโรงเรียนได้มีโอกาสศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในชั้นที่สูงขึ้นเพื่อเสริมสร้างให้ประชาชนคิดเป็น แก้ปัญหาเป็นโดยใช้เหตุผลในการแสวงหาวิชาความรู้เพิ่มเติมเป็นการสร้างภาวะแวดล้อมของการเรียนรู้อย่างเท่าเทียมกันในการเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อให้ประชาชนได้มีโอกาสศึกษาวิชาชีพ และเพิ่มเติมวิชาการความรู้ในการประกอบสัมมาอาชีพที่ตนปฏิบัติอยู่หรือในการที่จะเปลี่ยนอาชีพใหม่ตามความต้องการอันจะเป็นประโยชน์ในการยกระดับฐานะของตนเองทางเศรษฐกิจ ครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติเพื่อส่งเสริมให้ประชาชนได้พัฒนาตนเองให้ทันต่อเหตุการณ์ปัจจุบันของโลกซึ่งเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

ปฐม นิคมานนท์ (2528) ได้ให้ความหมายของคำว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนว่าหมายถึง กิจกรรมที่สังคมสนใจจัดขึ้น เพื่อประโยชน์ทางการศึกษาโดยเฉพาะ ที่มีความแตกต่างจากการเรียนตามปกติในโรงเรียน กิจกรรมดังกล่าวอาจจัดเป็นกิจกรรมเฉพาะ หรือเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมอื่นใด ทั้งนี้เพื่อมุ่งสนองความต้องการด้านการเรียนรู้ตามความสนใจของแต่ละบุคคล

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์ (2529) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบว่า เป็นกิจกรรมทางการศึกษาใดๆ ที่จัดขึ้นอย่างมีระบบ แต่จัดขึ้นนอกเหนือจากระบบโรงเรียนภาคปกติ ทั้งนี้ไม่ว่าจะแยก

ออกเป็นกิจกรรมหนึ่งต่างหาก หรือเป็นส่วนสำคัญของกิจกรรมหลักก็ตาม โดยมีความมุ่งหมายที่จะให้บริการต่อประชากรให้ได้รับการเรียนรู้ ทั้งเยาวชนและผู้ใหญ่

อาชัญญา รัตนอุบล (2540) ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า มีความหมายครอบคลุมถึงมวลความรู้ และการจัดการเรียนรู้ทุกชนิดที่บุคคลได้รับ ไม่ว่าจะเป็นการจัดการเรียนรู้ตามธรรมชาติ การจัดการเรียนรู้จากสังคม และการจัดการเรียนรู้ที่ได้รับจากโปรแกรมการศึกษาที่จัดขึ้นนอกเหนือไปจากการศึกษาในโรงเรียนตามปกติ จากการได้มีโอกาสแสวงหาความรู้เพื่อมุ่งแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน ฝึกอาชีพหรือเพื่อพัฒนาความรู้เฉพาะเรื่อง

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2545) หมวด 3 ระบบการศึกษามาตรา 15 แบ่งการศึกษาออกเป็น 3 รูปแบบ คือ การศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย โดยให้คำนิยามของการศึกษานอกระบบไว้ว่า เป็นการศึกษาที่มีความยืดหยุ่น สามารถกำหนดความมุ่งหมาย รูปแบบ และวิธีการจัดการ ระยะเวลาที่ใช้ศึกษา และการประเมินผลที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย และมีหลักการใกล้เคียงกับการศึกษาตามอัธยาศัยที่นิยามไว้ว่า เป็นการศึกษาที่ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามความสนใจ ศักยภาพความพร้อมและโอกาสโดยศึกษาจากบุคคล ประสบการณ์ สังคม สภาพแวดล้อม สื่อ และแหล่งความรู้อื่นๆ ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาในระบบที่มีการกำหนดจุดมุ่งหมาย วิธีการศึกษา หลักสูตร ระยะเวลาการศึกษา และการประเมินผลซึ่งเป็นเงื่อนไขในการสำเร็จการศึกษาที่แน่นอนกว่าการศึกษานอกระบบโรงเรียนและการศึกษาตามอัธยาศัย

สุมาลี สังข์ศรี (2545) กล่าวถึงการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า เป็นกิจกรรมทางการศึกษาทุกรูปแบบที่จัดให้บริการแก่เยาวชนทุกเพศทุกวัยซึ่งอาจจะเป็เด็กก่อนวัยเรียนเด็กในวัยเรียนซึ่งได้ศึกษาในโรงเรียนระดับหนึ่งแต่ไม่มีโอกาสได้ศึกษาต่อหรืออาจจะเป็นผู้ใหญ่ทำงานหรือผู้สูงอายุซึ่งพลาดโอกาสในการศึกษาเล่าเรียนเมื่ออยู่ในวัยเรียนด้วยสาเหตุต่างๆ การศึกษาดังกล่าวนี้อาจจัดให้เยาวชนทุกเพศทุกวัยไม่มีการจัดพื้นฐานการศึกษา อาชีพ ประสบการณ์ หรือความสนใจโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะให้ผู้เรียนได้รับความรู้ทั้งในด้านที่จะเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต การอ่าน การเขียน การคิดคำนวณเบื้องต้น ความรู้ทางด้านทักษะการประกอบอาชีพ ตลอดจนความรู้และข่าวสารข้อมูลที่เป็นปัจจุบันในด้านต่างๆ เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตและปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้อย่างเหมาะสม

อุ้นตา นพคุณ (2546) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่าหมายถึงกิจกรรมหรือโปรแกรมที่สถาบันต่างๆ ในสังคมจัดขึ้นโดยมีเจตนา และมีความมุ่งหมายที่จะจัดกิจกรรมทางการศึกษาให้แก่เยาวชนที่สามารถกำหนดได้ว่าเป็นใคร ผู้เรียนหรือผู้รับบริการเองมีเจตนาหรือวัตถุประสงค์ที่จะเรียนและรับความรู้ต่างๆ เพื่อเกิดการเพิ่มพูนความรู้ในตัวเองหรือการในระดับกลุ่ม และกิจกรรมดังกล่าวนี้จัดให้เยาวชนทุกเพศทุกวัยทุกชุมชนและทุกระดับการศึกษาเพื่อให้บุคคลกลุ่มบุคคลหรือชุมชนมีความรู้ ทักษะ และเจตคติที่ดีโดยใช้ระยะเวลาสั้น หลักสูตรยืดหยุ่นตอบสนองความต้องการความสนใจของผู้เรียน สามารถแก้ปัญหาของกลุ่มและชุมชนได้

พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า เป็นกิจกรรม

การศึกษาที่มีกลุ่มเป้าหมาย ผู้รับบริการ และวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ที่ชัดเจน มีรูปแบบ หลักสูตร วิธีการจัด และระยะเวลาเรียนหรือฝึกอบรมที่ยืดหยุ่นและหลากหลายตามสภาพความต้องการและความสามารถในการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายนั้น และมีวิธีการวัดผลและประเมินผลการเรียนรู้ที่มีมาตรฐานเพื่อรับคุณวุฒิทางการศึกษา หรือเพื่อจัดระดับผลการเรียนรู้

วรรัตน์ อภินันท์กุล (2551) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่าการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง การศึกษาที่มีความยืดหยุ่นในการกำหนดจุดมุ่งหมาย รูปแบบ วิธีการจัดการ ระยะเวลาที่ใช้ศึกษา การวัดและประเมินผล การเรียนรู้ในการศึกษานอกระบบโรงเรียนนั้น เป็นไปเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน โดยมุ่งหมายในการเสริมสร้างและนำความรู้ ประสบการณ์ของผู้เรียนมาใช้ให้เกิดประโยชน์กับความจำเป็น ทั้งนี้ก็เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะ มีความรับผิดชอบในการเรียนรู้ด้วยตนเองไปตลอดชีวิต

สมบัติ สุวรรณพิทักษ์ (2551) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า หมายถึง มวลความรู้ ประสบการณ์ และกิจกรรมทางการศึกษาทุกรูปแบบที่จัดให้บริการแก่ประชาชนทุกเพศ ทุกวัย แต่ไม่มีโอกาสได้ศึกษาต่อหรืออาจจะเป็นผู้ใหญ่วัยทำงานหรือผู้สูงอายุซึ่งพลาดโอกาสในการศึกษาเล่าเรียนเมื่ออยู่ในวัยเรียนจะด้วยสาเหตุใดๆ ก็ตามการศึกษาดังกล่าวนี้จัดให้ประชาชนทุกเพศ ทุกวัยโดยไม่จำกัดพื้นฐานการศึกษาหรือขอบเขตความสนใจโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะให้ผู้เรียนได้รับความรู้ในทุกๆ ด้านที่จะเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการดำรงชีวิต การอ่าน การเขียน การคิดคำนวณ เบื้องต้นความรู้ทางด้านทักษะการประกอบอาชีพตลอดจนความรู้และข่าวสารข้อมูลที่เป็นปัจจุบันเพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตและการปรับตัวเข้ากับสภาพสังคม สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้อย่างเหมาะสม

Coombs (1974) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นนอกระบบจากการศึกษาภาคปกติ ไม่ว่าจะกิจกรรมนั้นจะจัดเป็นเอกเทศ หรือเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งของกิจกรรมอื่นๆ เป็นกิจกรรมที่มุ่งบริการกลุ่มผู้เรียนที่ได้กำหนดเป็นเป้าหมาย

Knowles (1984) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นระบบการศึกษาที่ผู้ใหญ่ได้เรียนรู้ต่อไปหลังจากออกจากโรงเรียนภาคปกติไปแล้ว และเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นสำหรับผู้ใหญ่ โดยสถาบันต่างๆ เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่งโดยเฉพาะ

Dib (1988) กล่าวถึงการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า เป็นการศึกษาที่ช่วยลดช่องว่างระหว่างผู้เรียนและผู้สอน มีหลักสูตรและวิธีการเรียนการสอนที่มีความยืดหยุ่นขึ้นอยู่กับความจำเป็นและความต้องการเรียนรู้ของผู้เรียน

Brown (1991) กล่าวถึงการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า เป็นการเรียนรู้ที่เน้นความต้องการของผู้เรียนเป็นสำคัญซึ่งความต้องการของแต่ละบุคคลมีความซับซ้อน ผู้เรียนที่ต้องการเรียนรู้อาจจะเป็นบุคคลที่ไม่สามารถเข้าศึกษาในระบบโรงเรียนได้ หรือต้องการเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพขององค์กร

Fordham (1993) กล่าวถึงการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า เป็นการศึกษาที่มีความยืดหยุ่นในด้านการเรียนการสอน เน้นให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกที่ดีต่อชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่มากกว่าการศึกษาใน

ระบบโรงเรียน มุ่งเน้นการสร้างควมรับผิดชอบ และจิตสำนึกที่ดีมากกว่าการประสบความสำเร็จโดยใช้วุฒิการศึกษา

Unesco (1997) กล่าวถึงการศึกษาในระบบโรงเรียนว่า เป็นการจัดการกิจกรรมทางการเรียนรู้ที่นอกเหนือจากการศึกษาในระบบโรงเรียน โดยจะเกิดได้ทุกที่ ทุกเวลา ตามแต่สถานการณ์ และเกิดได้กับทุกช่วงอายุ ขึ้นอยู่กับบริบทของแต่ละสังคม มุ่งเน้นการนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในชีวิต การจัดการศึกษาในระบบโรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาผู้ใหญ่ การศึกษาขั้นพื้นฐาน ทักษะชีวิต ทักษะการทำงาน และวัฒนธรรมในสังคม

Smith (2001) กล่าวถึงการศึกษาในระบบโรงเรียนว่า เป็นการศึกษาตลอดชีวิตของแต่ละบุคคลจากเจตคติ ทักษะ ค่านิยม ความรู้จากประสบการณ์ของผู้เรียน และสิ่งแวดล้อมในบริบทที่ผู้เรียนอาศัยอยู่ ทั้งจากครอบครัว เพื่อนบ้าน สถานที่ทำงาน ห้องสมุด และสื่อต่างๆ

สรุปได้ว่าการศึกษานอกระบบโรงเรียนหรือการศึกษานอกระบบหมายถึง การจัดการเรียนรู้ทุกรูปแบบที่นอกเหนือจากการศึกษาในระบบโรงเรียน เป็นการศึกษาที่ช่วยลดช่องว่างระหว่างผู้เรียนและผู้สอนให้มีความใกล้ชิดกันมากขึ้น โดยผู้สอนมีหน้าที่กระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ขึ้น และสามารถเปลี่ยนบทบาทเป็นทั้งผู้เรียนร่วมด้วย การจัดการศึกษามีลักษณะยืดหยุ่นทั้งในด้านรูปแบบ วิธีการจัดการศึกษา ระยะเวลา และการประเมินผล มุ่งเน้นการได้รับความรู้และทักษะที่จำเป็นในการประยุกต์ใช้เพื่อการดำรงชีวิต และการประกอบอาชีพ โดยความรู้และทักษะเหล่านั้นจะต้องสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้เรียน

1.2 ปรัชญาการศึกษานอกระบบโรงเรียน

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2534) ได้วิเคราะห์ถึงปรัชญาที่นำมาเป็นหลักในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน พบว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนมีการใช้ปรัชญาเชิงผสมผสานโดยเน้นกลุ่มมนุษยนิยม เน้นความเป็นปัจเจก เน้นหลักการนีโอฮิวแมนนิส คือ การสร้างภาพลักษณ์ที่ดี การส่งเสริมด้านคิดบวกทำบวก เน้นเรื่องความรัก การพัฒนาแนวปฏิรูปนิยมและการพึ่งพาตนเองแบบอัตถิภาวนิยม

อาชัญญา รัตนอุบล (2544) ได้วิเคราะห์ถึงปรัชญาที่นำมาเป็นหลักในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน พบว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนมีการใช้ปรัชญาเชิงผสมผสานโดยเน้นกลุ่มมนุษยนิยม เน้นความเป็นปัจเจก เน้นการเรียนรู้แบบชี้นำตนเอง และการสร้างตนเอง การเปลี่ยนผ่าน การเรียนรู้ และการเรียนรู้โดยใช้สื่อเทคโนโลยี ยึดหลักการเรียนรู้เพื่อชีวิตจริง ส่วนใหญ่แล้วจะเป็นการเรียนรู้เพื่อการทำงาน เน้นการศึกษาที่มุ่งให้คนรู้จักคิด รู้จักตัดสินใจ และสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้จริง

สุมาลี สังข์ศรี (2545) กล่าวว่า ปรัชญาการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนจะประยุกต์ใช้ปรัชญาหลายปรัชญาผสมผสานกัน ปรัชญาต่างๆ ที่นำมาเป็นหลัก ได้แก่ การศึกษาตลอดชีวิต พิพัฒนาการนิยม มนุษยนิยม คิดเป็น และ ปรัชญาทางพระพุทธศาสนา หลักการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน ยึดหลักการดังต่อไปนี้

1. ความครอบคลุมทั่วถึงทุกกลุ่มเป้าหมาย
2. ความเท่าเทียมและเสมอภาคในโอกาสทางการศึกษา

3. การเปิดโอกาส สร้างโอกาส และขยายโอกาสทางการเรียนรู้
4. สนองความต้องการของบุคคล ชุมชน และสังคม
5. การจัดกิจกรรมที่หลากหลายให้กลุ่มเป้าหมายมีสิทธิ์เลือกได้
6. มีความยืดหยุ่นและเข้าถึงได้ง่าย ลดกฎระเบียบ ขั้นตอน และเปิดโอกาสสำหรับทุกกลุ่มเป้าหมาย
7. จัดบริการให้ใกล้ชิดตัว เข้าถึงตัวผู้เรียน เช่น ใช้สื่อประเภทต่างๆ มีแหล่งการเรียนรู้ในชุมชน
8. จัดกิจกรรมให้ผสมกลมกลืนกับวิถีชีวิต ไม่ให้แปลกแยกไปจากการดำเนินชีวิต
9. จัดกิจกรรมให้มีความต่อเนื่อง
10. สร้างแรงจูงใจ สร้างนิสัยใฝ่เรียน ใฝ่รู้ ให้เครื่องมือในการแสวงหาความรู้แก่กลุ่มเป้าหมาย
11. ให้ทุกฝ่ายมีส่วนร่วมทั้งภาครัฐ เอกชน โดยเฉพาะการมีส่วนร่วมของประชาชน
12. ให้ชุมชนเป็นฐานการเรียนรู้ โดยเริ่มที่ชุมชน และชุมชนเป็นหลักในการดำเนินการ
13. เน้นการเรียนรู้ตามสภาพปัญหา
14. เปลี่ยนภาพของการศึกษาจากห้องเรียน การท่องจำ การบอกความรู้มาเป็นภาพของการร่วมเรียนรู้จากการดำเนินชีวิต และสภาพปัญหาจริง

นอกจากนี้ยังวิเคราะห์ถึงปรัชญาที่นำมาเป็นหลักในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนพบว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนได้ใช้หลายปรัชญาผสมผสานกัน โดยมีปรัชญาหรือหลักการของการศึกษาตลอดชีวิตเป็นปรัชญาหลัก และปรัชญาอื่นที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ปรัชญาในกลุ่มพัฒนาการนิยมซึ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพชีวิต การพัฒนาสังคม ปรัชญาในกลุ่มมนุษยนิยมเน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล ปรัชญาในกลุ่มปฏิรูปนิยมเน้นการศึกษาเพื่อแก้ปัญหาการเปลี่ยนแปลงเชิงปฏิรูป และปรัชญาในกลุ่มอัตถิภาวนิยมเน้นการรู้จักตนเองการพึ่งพาตนเอง

สำนักบริหารงานการศึกษานอกโรงเรียน (2547) กล่าวว่า การจัดการศึกษานอกระบบมีปรัชญาการศึกษาที่เกี่ยวข้องซึ่งเป็นพื้นฐานของความคิดในการจัดการเรียนรู้ที่ควรเรียนรู้ทำความเข้าใจ ได้แก่

1. ปรัชญาพัฒนาการนิยม (Progressivism) เน้นแนวความคิดในเรื่องการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตซึ่งเป็นการพัฒนาอยู่ตลอดเวลา มุ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิต พัฒนาสังคม
2. ปรัชญามนุษยนิยม (Humanism) ให้ความสำคัญกับความเป็นมนุษย์ ตระหนักถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ยอมรับในความต่างต่างนั้น การพัฒนาคนจึงมุ่งไปที่การพัฒนาเป็นรายบุคคล จึงต้องคำนึงถึงความต้องการของบุคคล และยอมรับความรู้และประสบการณ์ของบุคคลซึ่งจะเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้
3. ปรัชญาอัตถิภาวนิยม (Existentialism) เน้นความเคารพในเสรีภาพส่วนบุคคล การยอมรับผลของการกระทำ และการตัดสินใจให้ความสำคัญกับความรับผิดชอบของตนเองต่อการกระทำทางสังคม การจัดการศึกษาจึงมุ่งเสริมสร้างพลังในการพัฒนาและการตัดสินใจของบุคคล
4. ปรัชญาการศึกษาในกลุ่มปฏิรูปก้าวหน้า (Radicalism) กลุ่มปรัชญานี้เป็นที่รวมของแนวคิดที่วิพากษ์การศึกษาที่จัดอยู่โดยทั่วไป มุ่งใช้การศึกษาเป็นกลไกของการแก้ปัญหาและแสวงหาทางออกในสังคม เช่น กลุ่มที่ปฏิเสธระบบโรงเรียน (Deschooling) ของอิวาน อิลลิช กลุ่มของเปาโล

แฟรร์ ที่วิพากษ์การศึกษาซึ่งสะท้อนนัยของการกดขี่จำเป็นที่จะต้องสร้างมโนสำนึกใหม่ในการเรียนรู้ เป็นต้น

ทองอยู่ แก้วไทรชะ (2557) กล่าวว่า ดร.โกวิท วรพิพัฒน์ และคณะได้เริ่มนำแนวคิดเรื่อง “คิดเป็น” มาเป็นเป้าหมายสำคัญในการจัดการศึกษาผู้ใหญ่ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2513 เป็นต้นมา เช่น โครงการศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จ โครงการรณรงค์เพื่อการรู้หนังสือแห่งชาติ โครงการการศึกษาประชาชนและการศึกษาต่อเนื่อง เป็นต้น จากนั้นจึงได้มีการประยุกต์มาเป็นปรัชญาของการจัดการศึกษานอกโรงเรียน การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัยในปัจจุบัน คนที่จะทำได้ เช่นนี้ต้องรู้จักคิดรู้จักใช้ปัญญา รู้จักตนเองและธรรมชาติสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างดีจึงจะเรียกได้ว่าเป็น “คนคิดเป็น” นั่นก็คือ เป็นผู้ที่รู้จักปัญหาเรื่องทุกข์ รู้จักสาเหตุแห่งทุกข์ซึ่งมีอยู่ในตนและสภาพแวดล้อม รู้จักการวิเคราะห์หาวิธีดับทุกข์จากวิชาการและประสบการณ์ และใช้กลวิธีที่เหมาะสมในการดับทุกข์จึงจะเกิดความสุข ถ้ายังไม่เกิดความสุขก็ต้องย้อนกลับไปพิจารณาข้อมูลทั้งสามด้านคือ วิชาการ ตนเอง และสังคมสิ่งแวดล้อมใหม่อีกครั้งจนกว่าจะพอใจ กระบวนการเรียนรู้ การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยตามปรัชญา “คิดเป็น” นี้ ผู้เรียนถือเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ผู้สอนจะเป็นผู้จัดโอกาส จัดกระบวนการ จัดระบบข้อมูลและแหล่งเรียนรู้ รวมทั้งจัดบรรยากาศที่เหมาะสมในการเรียนรู้ขึ้น กิจกรรมในการเรียนรู้อาจมีแนวทาง ดังนี้

1. กระตุ้นให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์จากปัญหาและความต้องการของตนเอง ชุมชน และสังคม
2. ผู้เรียนเป็นส่วนหนึ่งในการเรียนรู้อย่างเต็มศักยภาพ
3. ผู้เรียนเรียนรู้จากการอภิปราย ถกเถียงในประเด็นที่เป็นปัญหา
4. ผู้เรียนเรียนรู้จากกระบวนการกลุ่ม มีการใช้ข้อมูลหลายๆ ด้าน
5. ผู้เรียนเรียนรู้จากวิถีชีวิต วิธีการทำงาน วิถีชุมชน และภูมิปัญญา
6. ผู้เรียนเรียนรู้จากการทำโครงการ การเข้าค่าย การศึกษาดูงาน
7. ผู้เรียนเรียนรู้จากการศึกษาวิจัย ศึกษากรณีตัวอย่างที่หลากหลาย
8. ผู้เรียนได้ฝึกการตัดสินใจด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลที่ลึกซึ้งเพียงพอและเชื่อถือได้
9. ผู้เรียนรู้จักการใช้เทคนิคกระบวนการต่างๆ เช่น การนำเวทีชาวบ้านมาประกอบการ

เรียนรู้ที่สำคัญในการศึกษาปัญหาและการคิดแก้ปัญหาของตนเองและชุมชน

10. ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รู้จักการตัดสินใจในการแก้ปัญหาบนพื้นฐานของข้อมูลที่เพียงพอ ทั้งข้อมูลตนเอง วิชาการ สังคมสิ่งแวดล้อม และนำไปสู่การปฏิบัติได้

Kleis, et al. (1973) กล่าวว่า ปรัชญาที่เกี่ยวข้องกับการศึกษานอกระบบโรงเรียนมุ่งเน้นการเรียนรู้เพื่อตอบสนองความจำเป็นและต้องการภายในของบุคคล มีความเป็นระบบ เนื้อหาการเรียนรู้มีความยืดหยุ่น สามารถแปรเปลี่ยนได้ตามความจำเป็นและต้องการของบุคคล หรือตามความถูกต้องเหมาะสมของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้เพื่อตอบสนองความจำเป็นของบุคคล ไม่ใช่การเรียนรู้อย่างมีแบบแผน มีการประเมินผลที่ชัดเจนเหมือนการศึกษาในระบบโรงเรียน

European Commission (2001) กล่าวว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนมีพื้นฐานทางปรัชญาที่เน้นเรื่องการศึกษาตลอดชีวิตที่บุคคลต้องเรียนรู้จากการเผชิญชีวิตด้วยตนเอง ทั้งจากสังคมที่มีความเสี่ยง สิ่งแวดล้อมรอบตัว การเปลี่ยนแปลงที่มีความเป็นพลวัต โดยบุคคลจะมีแรงกระตุ้นใน

การเรียนรู้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ การแก้ปัญหาที่เป็นระบบ และการพัฒนาศักยภาพของตนเอง

Epifania (2007) ได้แบ่งปรัชญาทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนออกเป็น 4 ข้อ ดังนี้

1. การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นการเรียนเพื่อเรียนรู้ มุ่งเน้นการค้นคว้าหาความรู้เพื่อการทำงานในองค์กร หรือการเรียนรู้เพิ่มเติมในตำแหน่งงานเฉพาะ
2. การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นการเรียนเพื่อทำ มุ่งเน้นการชวนช่วยหาความรู้เพื่อการทำงาน เพื่อเพิ่มทักษะการทำงาน หรือการเพิ่มศักยภาพของตนเอง
3. การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นการเรียนเพื่อการอยู่ร่วมกัน มุ่งเน้นการเคารพนับถือซึ่งกันและกัน การใช้ความรู้เพื่อการพัฒนาตนเองและการปรับตัวในการอยู่ในสังคม
4. การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นการเรียนเพื่อตนเอง มุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนตนเอง พัฒนาศักยภาพตนเองให้ดีขึ้น มีเป้าหมายและหลักการในชีวิตที่ดีขึ้น

สรุปได้ว่า ปรัชญาทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนมุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม ส่งเสริมให้บุคคลพึ่งพาตนเองเรียนรู้จากการชี้นำตนเองมีความคิดด้านบวก และเน้นความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก โดยการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนต้องยึดหลักความแตกต่างของปัจเจกบุคคล ความต้องการ ความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิตของบุคคลเป็นสำคัญ เนื่องด้วยบุคคลจะเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนตำแหน่ง อาชีพ รายได้ และศักยภาพในตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในชีวิตที่วางไว้ ดังนั้น การศึกษานอกระบบโรงเรียนจึงเป็นการจัดการศึกษาที่เข้าถึงบุคคลได้อย่างแท้จริงเรียนรู้จากสิ่งใกล้ตัว เรียนรู้จากเหตุการณ์ในชีวิตที่ผ่านมา และใช้สิ่งที่มีคุณค่าในชีวิตเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นร่วมกับการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน

1.3 หลักการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน

วิชชุดา อมรพันธุ์ (2532) กล่าวว่า หลักการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นกลไกที่มีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เพื่อการนำไปสู่การพัฒนาในด้านต่างๆ ของประเทศ ดังนั้น การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนควรยึดหลัก ดังนี้

1. หลักการเรียนเพื่อการทำงานและการทำงานเพื่อการเรียนรู้ หลักการดังกล่าวเป็นหลักการที่เป็นความจริงพื้นฐานของชีวิตมนุษย์เพราะงานกับมนุษย์ย่อมเป็นสิ่งที่แยกออกจากกันไม่ได้ การศึกษานอกระบบโรงเรียนจึงนำเอาความจริงที่เป็นธรรมชาติมาเป็นหลักในการดำเนินงาน การศึกษานอกระบบโรงเรียน
2. หลักการบริหารการศึกษาเป็นแบบเปิด คือ การดำเนินงานการศึกษานอกระบบโรงเรียน ผู้บริการจะต้องทำให้เกิดความคล่องตัว ความยืดหยุ่นและเปลี่ยนแปลงได้ กฎระเบียบต่างๆ จะต้องกำหนดไว้อย่างกว้างๆ สรรหาแนวทางวิธีการและรูปแบบต่างๆ เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนให้มากที่สุด
3. หลักสังคมของการเรียน การศึกษานอกระบบโรงเรียนถือหลักการว่า สถาบันที่มีอยู่ในสังคม เป็นสถาบันการเรียนรู้ทั้งสิ้น การดำเนินงานการศึกษานอกระบบโรงเรียนนั้นอาศัยสถาบันต่างๆ ที่มีอยู่เสริมสร้างการเรียน เช่น ทางศาสนา เศรษฐกิจ การเมือง การปกครอง ครอบครัว สมาคม มูลนิธิ สโมสร ชมรม และชุมชน เป็นสังคมของการเรียนของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

4. หลักความเสมอภาคและเสรีภาพในการศึกษา การศึกษานอกระบบโรงเรียนให้โอกาสทางการศึกษาแก่ประชาชนในชนบทและในเมืองให้ทุกคนได้รับการศึกษาตามความเชี่ยวชาญ ความสนใจ ความสามารถ และความต้องการจำเป็นของบุคคลและสังคม

5. หลักการศึกษาตลอดชีวิต มนุษย์จะต้องเรียนรู้ตั้งแต่เกิดจนตาย ทั้งนี้เพื่อจะได้ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อชีวิตการทำงานและเพื่อจะได้สามารถดำเนินชีวิตและดำรงชีวิตอยู่รอดได้ตลอดไป

6. หลักการระดมสรรพกำลังทั้งปวงที่มีอยู่ในสังคม การศึกษานอกระบบโรงเรียนถือว่าการศึกษาคือภารกิจของทั้งบุคคลและสังคมจึงจำเป็นต้องระดมเอาทรัพยากรมาใช้เพื่อให้การศึกษานอกระบบโรงเรียนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

7. หลักการศึกษาเพื่อปวงชน การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นการเรียนเพื่อทุกคนมิใช่เป็นการเรียนเพื่อคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง อาชีพใดอาชีพหนึ่ง หมู่ใดหมู่หนึ่ง หรือชุมชนใดชุมชนหนึ่ง แต่เป็นการเรียนที่เป็นไปสำหรับคนทุกคน ทุกเวลา และทุกสถานที่

8. หลักการจัดให้สัมพันธ์กับการพัฒนาในด้านอื่น เช่น มีหน่วยฝึกอบรมเรื่องการศึกษานอกระบบโรงเรียน สำหรับฝึกอบรมครูที่จะเป็นกำลังสำคัญแก่หน่วยงานอื่นๆ

9. หลักการจัดควรมีการทดลองในการศึกษานอกระบบโรงเรียนในวงแคบก่อนที่จะขยายงานให้กว้างขวางออกไป โดยให้สถาบันอุดมศึกษา สถาบันทางศาสนา สื่อมวลชน เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน และควรมีการควบคุมด้านคุณภาพของสื่อมวลชน ได้แก่ การจัดการรายการวิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์ (2547) ได้กล่าวถึงลักษณะสำคัญของกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ดังนี้

1. การศึกษานอกระบบโรงเรียนจะมีส่วนเกี่ยวข้องและสัมพันธ์กับความต้องการโดยเฉพาะบุคคลที่จะนำไปสู่การพัฒนาทางสังคมและเศรษฐกิจซึ่งจะมีคุณลักษณะที่แตกต่างไปจากการวิจัยทางการศึกษาที่จัดขึ้นในระบบโรงเรียน

2. การศึกษานอกระบบโรงเรียนจะก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนทางด้านวิถีปฏิบัติในด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะอันเป็นผลมาจากการได้รับความรู้จากกิจกรรมในการวิจัยนั้นๆ

3. การจัดกิจกรรมในการวิจัยการศึกษานอกระบบโรงเรียนมักจะก่อให้เกิดการความรู้และผู้เริ่มได้รับประสบการณ์ซึ่งจะก่อให้เกิดความชำนาญ และทักษะรวมทั้งกระบวนการเกี่ยวกับทักษะและความสามารถในการเป็นผู้นำชุมชน

4. การศึกษานอกระบบโรงเรียนมีลักษณะที่สามารถยืดหยุ่นรวมทั้งก่อให้เกิดนวัตกรรมต่างๆ ทางการศึกษาได้โดยง่าย การจัดการวางแผนการศึกษานอกระบบโรงเรียนจึงไม่ควรจะเข้มงวด และมีการควบคุมดูแลเหมือนกับการศึกษาในระบบโรงเรียน

5. การวิจัยที่จัดขึ้นทางด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียนส่วนมากแล้วจะเสียค่าใช้จ่ายไม่มากนัก ผู้เรียนอาจจะต้องช่วยเหลือตนเองบ้างในด้านค่าใช้จ่าย

6. การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นการวิจัยที่อยู่ใกล้ชิดกับจุดประสงค์ในการนำไปใช้ เพราะว่าเป็นการวิจัยที่ริเริ่ม เพื่อให้ตรงกับความต้องการโดยเฉพาะของผู้เรียน

7. การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นวิธีการที่พยายามใช้ประโยชน์จากการศึกษาให้มากที่สุด โดยการฝึกความชำนาญความรู้ที่เรียนมาแล้วจากในระบบโรงเรียน จะพยายามนำมาสร้างเสริมและฝึกปฏิบัติให้มากขึ้นอีกในกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (2552) ได้แบ่งการศึกษานอกระบบโรงเรียนออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. การศึกษาขั้นพื้นฐาน เป็นการจัดการศึกษาเพื่อให้ประชาชนได้มีความรู้พื้นฐานในการดำรงชีวิต สามารถคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น รู้จักหาข้อมูลต่างๆ มาประกอบการคิด การตัดสินใจ ในการดำรงชีวิตประจำวัน ตลอดจนเสริมสร้างความรู้และทักษะ สำหรับการศึกษาค้นคว้า ส่วนกิจกรรมประเภทนี้เป็นกิจกรรมที่ให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความสามารถในการอ่านเขียน การคำนวณ รู้เรื่องราวที่จำเป็นเกี่ยวข้องกับวิถีปฏิบัติในชีวิตประจำวัน สภาวะแวดล้อม สังคม ประเพณี วัฒนธรรม อันจะเป็นความรู้พื้นฐานที่จะนำไปใช้ชีวิต ตัวอย่างกิจกรรมกลุ่มนี้ ได้แก่ การรณรงค์เพื่อการรู้หนังสือ การศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จขั้นพื้นฐานและการศึกษาผู้ใหญ่สายสามัญระดับต่างๆ

2. การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะอาชีพ จัดขึ้นเพื่อให้ความรู้ ให้การอบรมอาชีพต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน อาชีพที่เพิ่มพูนรายได้ ทั้งนี้จุดมุ่งหมายที่จะให้กลุ่มเป้าหมายได้มีความรู้ มีทักษะในวิชาชีพเฉพาะอย่าง เพื่อจะนำมาปรับปรุงอาชีพของตน หรือสร้างอาชีพใหม่เพื่อเพิ่มพูนรายได้ กิจกรรมในกลุ่มนี้จัดขึ้นเพื่อให้ความรู้ ให้การอบรมอาชีพต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน อาชีพที่เพิ่มพูนรายได้ ทั้งนี้จุดมุ่งหมายที่จะให้กลุ่มเป้าหมายได้มีความรู้ มีทักษะในวิชาชีพเฉพาะอย่าง เพื่อจะนำมาปรับปรุงอาชีพของตน หรือสร้างอาชีพใหม่เพื่อเพิ่มพูนรายได้ ตัวอย่างกิจกรรมนี้ได้แก่ การจัดการศึกษาอาชีพตามหลักสูตรกลุ่มสนใจ การจัดการศึกษาตามหลักสูตรประกาศนียบัตรอาชีพ การจัดการศึกษาตามหลักสูตรวิชาชีพระยะสั้น เป็นต้น

3. การให้บริการข่าวสารข้อมูลเป็นการศึกษาเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายต่างๆ ได้รับความรู้ ข่าวสารข้อมูลที่เป็นประโยชน์ ทันทต่อเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน หรืออาจจะจัดกลุ่มให้ความรู้วิทยากรในบางเรื่อง ตัวอย่างของการให้ข่าวสารข้อมูล ได้แก่ ที่อ่านหนังสือประจำหมู่บ้าน หอกระจายข่าว พิพิธภัณฑสถานที่เป็นต้น หรือการบริการข่าวสารความรู้ เช่น หนังสือพิมพ์ แผ่นพับ ใบปลิว โปสเตอร์ การจัดรายการวิทยุโทรทัศน์ การจัดฉายภาพยนตร์ การให้ความรู้โดยการใช้สื่อพื้นบ้านต่างๆ การจัดศูนย์การเรียนรู้ เป็นต้น

สรุปได้ว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนมีหลักการสำคัญ คือ การจัดการศึกษาเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก โดยเน้นความเสมอภาคในการเข้าถึงโอกาสทางการศึกษา เน้นความยืดหยุ่นและเปลี่ยนแปลงได้เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน การมีส่วนร่วม และการพัฒนาความรู้และทักษะที่จำเป็น สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้จริงของผู้เรียน ทั้งนี้ต้องมีการระดมเอาทรัพยากรมาใช้ในการดำเนินการศึกษานอกระบบโรงเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์ในการเรียนรู้มากที่สุด

1.4 ความหมายของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

นิตา ชูโต (2536) กล่าวว่า โปรแกรมหมายถึง ความคิด หรือแนวทางกิจกรรม หรือผลรวมที่เกิดจากกิจกรรมที่ได้จัดวางไว้ในโปรแกรมนั้นๆ โดยมีการวางแนวคิด การจัดกิจกรรม หรือกลุ่ม

กิจกรรมที่มีการดำเนินการอย่างมีระบบระเบียบ มีงบดุล และระยะเวลาดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

Shroeder (1980) ได้ให้ความหมายของโปรแกรมการศึกษานอกระบบไว้ ดังนี้

1. โปรแกรมเป็นกิจกรรมทั้งหมดที่เกี่ยวพันการศึกษานอกระบบของประเทศหนึ่งๆ
2. โปรแกรมเป็นกิจกรรมทั้งหมดที่เกี่ยวพันการศึกษานอกระบบที่จัดในองค์กรนั้นๆ
3. โปรแกรมเป็นกิจกรรมทั้งหมดที่เกี่ยวพันการศึกษานอกระบบที่จัดสำหรับประชาชนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง

ใดกลุ่มหนึ่ง

4. โปรแกรมเป็นกิจกรรมทั้งหมดที่เกี่ยวพันการศึกษานอกระบบเฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่เปิดสอนในระยะสั้นๆ

Boyle (1981) ได้ให้ความหมายของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่าหมายถึงผลรวมของความร่วมมือ ระหว่างนักการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีอาชีพกับผู้เรียนในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ กิจกรรมดังกล่าว ได้แก่ การวิเคราะห์จำเป็นพื้นฐานและความต้องการ การวางแผน การจัดการเรียนการสอน การประชาสัมพันธ์ การประเมินและการรายงานผล

Tyler (1983) ได้ให้ความหมายของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่าหมายถึงโครงสร้างของงานที่จะทำ หรือการจัดเตรียมแผนงานที่จะทำหรือชุดเหตุการณ์ที่รวบรวมไว้ ซึ่งรวมทั้งกิจกรรมทุกอย่างที่กระทำในค่าย หรือศูนย์ต่างๆ เป็นต้น

Boone (1985) ได้ให้ความหมายของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่าหมายถึงผลของการร่วมมือร่วมใจ ระหว่างนักการศึกษาผู้ใหญ่และผู้เรียนในการจัดทำแผนการออกแบบดำเนินการ ตรวจสอบและประเมินผล โดยโปรแกรมเป็นกรอบการดำเนินการในอนาคต มีการดำเนินการเนินการเป็นขั้นตอนที่สรุปและสังเคราะห์จากประสบการณ์และสามารถเพิ่มประสิทธิภาพต่อการศึกษานอกระบบโรงเรียนในองค์กร

Tyler (1986) ได้ให้ความหมายของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า โปรแกรมเป็นโครงสร้างของงานที่จะกระทำ หรือการจัดเตรียมแผนงานที่จะทำ หรือชุดเหตุการณ์ที่รวบรวมไว้ซึ่งรวมทั้งกิจกรรมทุกอย่างที่กระทำในค่ายหรือศูนย์ต่างๆ เป็นต้น

สรุปได้ว่า โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง กิจกรรมการเรียนรู้ที่ข้องเกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ครอบคลุมตั้งแต่ การวางแผนกิจกรรม ขั้นตอนของการดำเนินกิจกรรม ระยะเวลาที่ใช้ การประเมินผลจากการดำเนินโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น ซึ่งจะต้องมีการวิเคราะห์ความต้องการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ มีขั้นตอนที่เป็นระบบ และสามารถเพิ่มประสิทธิภาพต่อการศึกษานอกระบบโรงเรียน หรืออาจจัดทำเป็นโครงสร้างของแผนงานที่จะดำเนินการเรียนรู้หรือจัดกิจกรรมซึ่งควรมีการวิเคราะห์ความต้องการพื้นฐาน การวางแผนจัดการเรียนรู้ การประเมินและการรายงานผลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพต่อการศึกษานอกระบบโรงเรียน

1.5 แนวคิดในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

ชัยฤทธิ์ โพธิ์สุวรรณ (2527) ได้อธิบายถึงการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยกล่าวว่ามีแนวคิดที่เกี่ยวข้องอยู่ 2 ด้าน คือ

1. แนวคิดด้านการกำหนดวัตถุประสงค์ของการศึกษานอกระบบโรงเรียน การเรียนรู้และ ผู้เรียน การสอนและผู้สอน

2. แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการวางโปรแกรม

Boyle (1981) ได้กล่าวถึงแนวคิดในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ ดังนี้

1. การมีส่วนร่วมในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน มี 2 ลักษณะ คือ 1) ผู้สอนหรือผู้พัฒนาโครงการควรเป็นผู้พัฒนาโปรแกรม ส่วนผู้เรียนจะเรียนรู้และได้ประโยชน์จากการ ร่วมกิจกรรมตามแผนที่กำหนดไว้ 2) ผู้เรียนเป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการพัฒนาโปรแกรม ซึ่งผู้เรียน สามารถนำกระบวนการแก้ปัญหาที่เรียนรู้ขึ้นไปใช้กับการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง หลังจากสิ้นสุดการ เข้าร่วมโปรแกรม

2. ความต้องการและความสนใจ แหล่งที่มาของความต้องการอาจแบ่งเป็นความต้องการของผู้เรียน ซึ่งมีความต้องการของตนเองเพื่อการพัฒนาและประโยชน์ของตนเอง และความต้องการของ นักการศึกษาซึ่งมุ่งจะให้ผู้เรียนเรียนรู้เนื้อหาเชิงวิชาการที่เป็นผลดีต่อผู้เรียนและชุมชน แต่อาจจะไม่ สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน เพราะแนวคิดและเนื้อหาสาระทางวิชาการเป็นผลดีต่อชุมชน แต่ อาจจะขัดกับผลประโยชน์ของผู้เรียน และความต้องการของสถาบันที่ต้องปฏิบัติตามนโยบาย และ กำหนดเวลาที่จะไม่ตรงกับความต้องการของผู้เรียนและสังคม ผู้พัฒนาโปรแกรมต้องเผชิญกับ ความต้องการที่แตกต่าง และต้องตัดสินใจเลือกที่จะพัฒนาโปรแกรมเพื่อตอบสนองแหล่งใดแหล่งหนึ่ง โดยสร้างเกณฑ์ในการเลือกขึ้นมาเพื่อใช้เกณฑ์นั้นตัดสิน

3. ความสมดุลของโปรแกรม ผู้พัฒนาโปรแกรมจะต้องคำนึงถึงความสมดุลของการออกแบบ โปรแกรมที่สามารถสนองตอบกับความจำเป็นและต้องการของกลุ่มเป้าหมายโดยรวมเพื่อที่จะให้ โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่จัดขึ้นมีประสิทธิภาพ

4. การประเมินผลโปรแกรม อาจเป็นหน้าที่ของผู้เชี่ยวชาญภายนอกโดยประเมินตาม วัตถุประสงค์ของโปรแกรมที่กำหนดไว้ หรือการประเมินโดยบุคคลที่มีส่วนร่วมตั้งแต่เริ่มโปรแกรม

5. การตัดสินใจ ผู้พัฒนาโปรแกรมเป็นผู้ตัดสินใจกำหนดเป้าหมายของโปรแกรม เป็นการเปิด โอกาสให้ผู้พัฒนาโปรแกรมผลักดันความเชื่อ ค่านิยม ทศนคติ ของตนเองไปสู่ผู้เรียน จึงเสนอแนวคิด ให้ผู้เรียนพัฒนาความเชื่อ ค่านิยม เจตคติของตนเองโดยอาศัยขั้นตอนทางการศึกษา ซึ่งจะช่วย เสริมสร้างให้ผู้เรียนเกิดวุฒิภาวะและสามารถนำตนเองในการเรียนรู้ได้

6. การสนับสนุนทางการเงินและงบประมาณในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษามุมมองหนึ่ง เห็นว่าการจัดการศึกษานอกระบบควรเป็นบริการที่ไม่มีค่าใช้จ่ายแก่ประชาชน การเก็บเงินอาจจะเป็น การปิดกั้นประชาชนผู้ไม่สามารถจ่ายเงินได้ อีกมุมมองหนึ่งเห็นว่าการศึกษานอกระบบที่มีคุณภาพ ควรจำเป็นที่จะต้องได้รับการสนับสนุนค่าใช้จ่ายจากผู้เรียน นอกจากนั้นการที่ผู้เรียนต้องจ่ายเงิน เป็น การสร้างความรู้สึกมีคุณค่าแก่ตนเอง โดยที่โปรแกรมแบบให้เปล่าไม่สามารถสร้างได้

7. จุดเน้น มีความเชื่อเรื่องกลุ่มเป้าหมายในการเรียน 1) เห็นว่าควรเรียนเป็นรายบุคคล เพื่อ เปิดโอกาสให้บุคคลได้พัฒนาศักยภาพของตนเอง ข้อจำกัดของการศึกษานอกระบบรายบุคคลจะ บริการประชาชนได้มากเท่าใด 2) การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนเกิดขึ้นได้ดีที่สุดในสถานะ “กลุ่ม” ด้วยเหตุที่กลุ่มเป็นหน่วยหนึ่งของสังคม โดยรายบุคคลขาดลักษณะเชิงสังคมที่เอื้อต่อการ

เรียนรู้โดยบังเอิญจากกลุ่ม ในแง่อัตราส่วนค่าใช้จ่ายผลตอบแทนการเรียนรู้แบบกลุ่มประหยัดกว่ารายบุคคล 3) เชื่อในการจัดการเชิงชุมชนว่าสามารถครอบคลุมประเด็นทางเศรษฐกิจ ทางการเมือง และทางสังคมในบริเวณกว้าง การแก้ปัญหาต้องมีความเข้าใจในปัญหาอื่นเกี่ยวข้องด้วย ไม่สามารถแก้ปัญหาใดเพียงปัญหาหนึ่งได้ การเชื่อมโยงการแก้ปัญหาจึงต้องครอบคลุม

8. คุณภาพทางการศึกษานอกระบบมีความสำคัญ ซึ่งตัวชี้วัดคุณภาพมี 2 ส่วน ได้แก่ คุณภาพเชิงปริมาณ เช่น จำนวนผู้เข้าร่วม คะแนนความก้าวหน้าหลังเข้ารับการอบรม และคุณภาพในเชิงคุณภาพ เช่น การสอบถามผู้เข้าร่วมโปรแกรม การประเมินผลตนเองของผู้เรียนเอง

สรุปได้ว่า การพัฒนาโปรแกรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนต้องพิจารณาทั้งด้านวัตถุประสงค์ การจัดการเรียนรู้ บุคลากร โดยในการดำเนินงานอาจให้ผู้สอนเป็นผู้พัฒนาโปรแกรมฝ่ายเดียว หรือให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการพัฒนาโปรแกรม ทั้งนี้ต้องคำนึงถึงความต้องการและความสนใจของผู้เรียนเป็นหลัก และมีการประเมินผลเพื่อแก้ไขปรับปรุงจุดอ่อน โดยสามารถใช้ตัวชี้วัดทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพประกอบการพัฒนาโปรแกรมเพื่อให้เกิดประสิทธิผลสูงสุด

1.6 กระบวนการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

Beal, et al. (1966) ได้นำเสนอการวางโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนซึ่งประกอบไปด้วยขั้นตอนทั้งหมด 34 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การวิเคราะห์ระบบสังคมที่ปรากฏอยู่

ขั้นที่ 2 การรวมความสนใจเข้าด้วยกัน

ขั้นที่ 4 การศึกษาสถานการณ์ทางสังคมที่ผ่านมา

ขั้นที่ 6 การวิเคราะห์ระบบสังคมที่มีนัยสำคัญ

ขั้นที่ 8 การติดต่อกับผู้นำในการดำเนินการพัฒนา

ขั้นที่ 10 การสร้างความชอบธรรมกับผู้นำคนสำคัญในชุมชน

ขั้นที่ 12 การติดต่อกับชุดบุคคลที่จะทำหน้าที่ในการเผยแพร่

ขั้นที่ 14 การกำหนดความหมายของความต้องการโดยระบบสังคม

ขั้นที่ 16 การทำข้อตกลงเพื่อการปฏิบัติ

ขั้นที่ 18 การวางเป้าหมาย

ขั้นที่ 20 การตัดสินใจเกี่ยวกับวิธีการของการปฏิบัติ

ขั้นที่ 22 วางแผนการปฏิบัติ

ขั้นที่ 24 การระดมทรัพยากร

ขั้นที่ 26-28 ขั้นตอนการปฏิบัติ

ขั้นที่ 3-31 การประเมินผลระหว่างการปฏิบัติว่าเป็นไปตามวัตถุประสงค์หรือไม่และขั้นตอนต่อไปจะทำอะไร

ขั้นที่ 33 การประเมินผลโปรแกรมโดยรวมทั้งหมด

ขั้นที่ 34 การดำเนินการอย่างต่อเนื่อง

Knowles (1980) ได้เสนอรูปแบบของการจัดกิจกรรมทางการศึกษาเพื่อช่วยให้ผู้ร่วมกิจกรรมประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ด้วยการชี้นำตนเองได้ซึ่งประกอบด้วย 7 ขั้นตอนดังนี้

1. การสร้างเสริมบรรยากาศการเรียนรู้ที่เหมาะสมคือให้ผู้ร่วมกิจกรรมรู้จักกันและกันมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันมากกว่าบรรยากาศการแข่งขันและเป็นกัลยาณมิตรกับผู้ร่วมกิจกรรม
2. การวางแผนขนาดกลุ่มผู้ร่วมกิจกรรมให้เหมาะสมพร้อมกับสนับสนุนให้เกิดองค์ความรู้จากการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
3. ช่วยผู้ร่วมกิจกรรมวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ของผู้ร่วมกิจกรรม
4. ช่วยผู้ร่วมกิจกรรมแปลงความต้องการการเรียนรู้เป็นจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ที่มีความชัดเจนเป็นไปได้ มีความหมายและสามารถวัดผลสำเร็จของงานได้
5. ช่วยผู้ร่วมกิจกรรมออกแบบแผนกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ของผู้ร่วมกิจกรรม
6. รับผิดชอบในการจัดกิจกรรมโดยปฏิบัติหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษาของผู้ร่วมกิจกรรมรายบุคคลหรือกลุ่มเล็กๆ เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมเกิดความเชื่อมั่นในการเรียนรู้มากขึ้น
7. ประเมินผลการเรียนรู้โดยร่วมกับผู้ร่วมกิจกรรมกำหนดวิธีการประเมินผลการเรียนรู้ไว้ก่อนและใช้วิธีที่ได้ตกลงกันไว้ประเมินผลการเรียนรู้ของผู้ร่วมกิจกรรม

Boyle (1981) เสนอกระบวนการพัฒนาโปรแกรมที่มีรายละเอียดดังนี้

1. กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนา

การพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนามีลักษณะสำคัญที่การกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรมเริ่มต้นจากสภาพความต้องการและปัญหาในชุมชนที่อาจจะไม่ชัดเจนในระยะเริ่มต้น และเมื่อมีการรวบรวมข้อมูลหรือทำกิจกรรมบางอย่าง วัตถุประสงค์ของโปรแกรมอาจมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงไป ดังนั้น ขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมบางขั้นตอนอาจจะแยกออกจากกันได้เด็ดขาด แต่บางขั้นตอนอาจดำเนินการในระยะเวลาใกล้เคียงกันหรืออาจสลับขั้นตอนได้ ขั้นตอนที่จะเกิดขึ้นตามลำดับมีดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานสำหรับการพัฒนาโปรแกรม

- กำหนดพื้นฐานทางปรัชญาที่จะนำมาใช้ในการวางแผนโปรแกรมขององค์กร
- พิจารณาถึงความเชื่อหรือปรัชญาของนักพัฒนาโปรแกรมเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนลักษณะของผู้เรียนผู้สอนการพัฒนาโปรแกรม ฯลฯ
- พิจารณานโยบายระเบียบแนวทางปฏิบัติและทำความเข้าใจเกี่ยวกับเจ้าหน้าที่ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรม

ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้รับบริการ

- รวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์สภาพปัจจุบันและในอดีตเกี่ยวกับสถานการณ์ในชุมชนไม่ว่าด้านประชากร พื้นที่ ศาสน์ที่เกี่ยวข้อ ลักษณะทางสังคม ฯลฯ
- สนทนาและศึกษาบุคคลกลุ่มและองค์กรต่างๆ ที่จะช่วยให้ข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์ในชุมชนโดยเฉพาะกลุ่มที่จะมีผลต่อโปรแกรม
- ศึกษาแหล่งทรัพยากรต่างๆ ว่าจะนำมาใช้ได้อย่างไรเพียงพอหรือไม่เช่นเงินคนที่จะให้ความร่วมมือหรือแรงงานอุปกรณ์วัสดุต่างๆ

ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์จากการพัฒนาโปรแกรม

- ให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลเข้ามามีส่วนร่วมกลั่นกรองความต้องการและปัญหาเพื่อกำหนดเป็นผลที่พึงประสงค์จากการพัฒนาโปรแกรมซึ่งควรเป็นการปรับเปลี่ยนในด้านสังคมเศรษฐกิจหรือสิ่งแวดล้อมในบางกรณีการวิเคราะห์ความต้องการและปัญหาอาจถูกกำหนดโดยที่ปรึกษาร่วมกับกลุ่มผู้รับบริการ

- ระบุผลที่พึงประสงค์และพัฒนาให้เป็นวัตถุประสงค์เฉพาะ (Specific objectives) ถ้าหากเป็นเรื่องเกี่ยวกับผู้เข้ารับบริการควรได้รับความรู้ขั้นต่ำในเรื่องใดระบุให้ชัดเจนว่า จะสอนอะไรและต้องการเปลี่ยนในลักษณะใดบ้างเกี่ยวกับการกระทำหรือความเชื่อและจะต้องให้ความรู้ในเรื่องอะไรบ้างตลอดจนพิจารณาระดับความรู้ที่มีอยู่ของผู้รับบริการก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

- จัดลำดับผลที่พึงประสงค์จากการพัฒนาโปรแกรมว่า 1) วัตถุประสงค์เฉพาะตรงกับกรวิเคราะห์ความจำเป็นและสถานะของปัญหาหรือไม่ 2) วัตถุประสงค์เฉพาะดำเนินการได้ในสภาพความเป็นจริงตามเงื่อนไขของกลุ่มผู้รับบริการกลุ่มนี้ งบประมาณและเวลาที่มีอยู่ และ 3) ผลที่พึงประสงค์ตอบสนองความต้องการของคนส่วนมากแต่มีความยืดหยุ่นสำหรับบุคคลบางคนเพื่อตอบสนองความต้องการที่แตกต่างออกไป

- ตัดสินลำดับความสำคัญของโปรแกรมโดยใช้เกณฑ์ว่าเรื่องใดมีความจำเป็นเร่งด่วนและสำคัญโดยนำข้อมูลที่ได้วิเคราะห์มาจากชุมชนและกลุ่มบุคคลมาใช้ในการพิจารณา

ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากรและการสนับสนุน

- พิจารณาว่าทรัพยากรที่จะต้องนำมาใช้เช่นคนเวลาเงินและวัสดุอุปกรณ์เพียงพอหรือไม่และทรัพยากรเหล่านี้มีอยู่พร้อมเพียงเวลาต้องใช้หรือไม่

- กำหนดบุคคลที่มีความชำนาญการจากศาสตร์ต่างๆ ที่สามารถช่วยให้โปรแกรมมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

- พิจารณาว่าผู้ที่จะเป็นผู้นำในโปรแกรมมีเวลาที่จะร่วมโปรแกรมได้จริงหรือไม่

ขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการสอน

- พิจารณาและเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผู้เรียนควรได้รับตามประสบการณ์เดิมระดับการศึกษาสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจและจัดลำดับเนื้อหาเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของโปรแกรม

- ตัดสินว่าผู้พัฒนาโปรแกรมจะมีบทบาทร่วมกับผู้เรียนมากน้อยเพียงใดในกระบวนการเรียนการสอน

- กำหนดวิธีการเรียนการสอนและกิจกรรมเฉพาะเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของโปรแกรมเช่นการฝึกอบรมการประชุมเชิงปฏิบัติการการสัมมนาการศึกษาเป็นรายบุคคลหรือการผสมผสานวิธีการต่างๆ ที่ได้ยกเป็นตัวอย่างวิเคราะห์ทฤษฎี และการปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนในการศึกษานอกระบบพยายามใช้วิธีการใหม่ๆ เมื่อสถานการณ์เอื้ออำนวย

- กำหนดหน้าที่ของคณะเจ้าหน้าที่และวิทยากร

- กำหนดและพัฒนาเอกสารที่จะต้องใช้เตรียมให้พร้อมและกำหนดเวลาที่จะใช้ในการเสนอ

ขั้นตอนที่ 6 โปรแกรมการปฏิบัติงาน

-เลือกเนื้อหาวิชากิจกรรมและสภาพการณ์เพื่อ 1) สร้างความสนใจ 2) ให้เกิดประสบการณ์การเรียนรู้ที่จะทำให้บรรลุผลที่คาดหวัง และ3) สามารถติดตามผลได้

- ดำเนินการเรียนการสอนให้มีความต่อเนื่องและเพื่อให้ผู้เรียนเข้ามามีส่วนร่วม

- ทำปฏิทินกิจกรรมที่แสดงให้เห็นกิจกรรมประชาสัมพันธ์เวลาในการเตรียมเอกสารการไปพบปะกลุ่มวิทยากรและการจัดลำดับกิจกรรมต่างๆ ที่จะต้องปฏิบัติการและประเมินผลปฏิทินกิจกรรมจะต้องประกอบด้วย 1) การจัดลำดับกิจกรรมต่างๆ อย่างถูกต้อง และ 2) การระบุความรับผิดชอบของฝ่ายต่างๆ และเวลาเตรียมการ

- นำโปรแกรมไปปฏิบัติและแก้ไขปรับปรุงตัดแปลงเมื่อเกิดความจำเป็นขึ้นใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพให้มากที่สุด

ขั้นตอนที่ 7 ความน่าเชื่อถือของการใช้ทรัพยากร

- วางแผนให้มีการประเมินผลในทุกขั้นตอนเช่นการประเมินแผนการสอนก่อนนำไปปฏิบัติ ประเมินความก้าวหน้าและคุณภาพของโปรแกรมขณะปฏิบัติงานและวางแผนเพื่อการประเมินผลครั้งสุดท้าย

- ในการประเมินผลทุกครั้งระบุว่ามีเหตุผลอะไรที่มีการประเมินและจะนำผลไปใช้อย่างไร

- กำหนดว่าจะประเมินโปรแกรมในเรื่องอะไร เช่น ประสิทธิภาพของโปรแกรม

- ระบุเกณฑ์ที่จะใช้ในการประเมินโปรแกรมเช่นตัวบ่งชี้วัดและข้อมูลต่างๆ ที่จะนำมาประกอบการประเมินผลวิธีการคัดเลือกข้อมูลหลักฐานที่จะนำมาใช้และมีการสร้างเกณฑ์การสังเกตประกอบการประเมิน

- กำหนดว่าจะต้องใช้ข้อมูลหลักฐานอะไรบ้างและจะเก็บรวบรวมด้วยวิธีการอะไรจะใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลและอภิปรายผลข้อมูลอย่างไร

- ประเมินผลและกำหนดว่าควรเสนอผลให้กับใครในรูปแบบใด

ขั้นตอนที่ 8 การรายงานคุณค่าของโปรแกรม

- จัดทำรายงานหลายแบบเพื่อให้กลุ่มบุคคลที่แตกต่างกันไปเช่นกลุ่มวิทยากรกลุ่มประชาชนกลุ่มที่ปรึกษาผู้กำหนดนโยบายรูปแบบการเสนอรายงานอาจเป็นรูปแบบเป็นทางการและไม่เป็นทางการ เช่น การทำรายงานเป็นเอกสารประเมินผลหรือการพบปะสนทนารายงานควรประกอบด้วย 1) ความจำเป็นที่ต้องมีโปรแกรมหักแล้ว 2) โปรแกรมเป็นเรื่องอะไร 3) บทบาทของผู้ให้ความรู้ 4) ผลที่คาดหวัง 5) ประโยชน์ 6) การปฏิบัติงาน และ 7) ปฏิกริยาของผู้เข้าร่วมโปรแกรมและผู้ที่เกี่ยวข้อง

- ติดตามด้วยการตอบคำถามหรือข้อสงสัยเพิ่มเติมโดยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องและมีความเหมาะสมช่วยให้ความกระจ่างเกี่ยวกับโปรแกรม

2. กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสถาบัน

โปรแกรมเชิงสถาบันมีรูปแบบที่เป็นทางการมากกว่าโปรแกรมเชิงพัฒนา ด้วยเหตุที่เป็นโปรแกรมที่ริเริ่มจากสถาบันผู้จัด การวิเคราะห์ความต้องการหรือเนื้อหาดำเนินการตามหลักวิชาการและพื้นฐานทางองค์ความรู้ โปรแกรมเชิงสถาบันจำนวนมากมีวัตถุประสงค์ต้องการให้เกิดการปรับเปลี่ยนในตัวบุคคลเพื่อพัฒนาศักยภาพของปัจเจกบุคคล ดังนั้นองค์กรหรือสถาบันจะเป็นผู้พิจารณาว่าควรปรับปรุงพัฒนาด้านปัญญา ด้านเจตคติ และด้านทักษะหรือสมรรถภาพอะไรได้อย่างไร

ถูกต้องและรวดเร็ว การที่โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเชิงสถาบันให้ความสำคัญเรื่องการพัฒนาเชิงบุคคลจึงเน้นการวิเคราะห์ตัวผู้เรียนเป็นหลักมากกว่าการวิเคราะห์สถานการณ์ในชุมชน ดังนั้นในการวางแผนความจำเป็นจึงอยู่ที่การเลือกเนื้อหาทางวิชาการที่เหมาะสมและการจัดให้มีความต่อเนื่อง (Continuity) การเรียงลำดับ (Sequence) และการผสมผสาน (Integration)

โปรแกรมเชิงสถาบันจะถูกนำมาใช้เกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียนประเภทที่มีประกาศนียบัตร มีการรับรองผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา การฝึกอบรมระหว่างประจำการ ฯลฯ ขั้นตอนในการวางแผนโปรแกรมเชิงสถาบันมีดังนี้ คือ

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดกลุ่มผู้รับบริการ

- กำหนดว่าใครจะเป็นกลุ่มผู้รับบริการ ถ้าหากกลุ่มดังกล่าวสังกัดสถาบัน องค์กร สมาคม วิชาชีพ หรือกลุ่มในชุมชน การประสานงานกับองค์กร และกลุ่มดังกล่าวจะช่วยให้วัตถุประสงค์โปรแกรมกระจ่างขึ้น

- ศึกษา วิเคราะห์ภูมิหลังของกลุ่มผู้รับบริการว่ามีความต้องการ คุณลักษณะ ความสามารถ ปัญหา ฯลฯ อะไรบ้าง

ขั้นตอนที่ 2 ระบุเนื้อหาวิชา

- พยายามเปรียบเทียบระดับความสามารถของผู้เรียนกับเนื้อหาที่จะสอนซึ่งอาจจะใช้วิธีการทดสอบก่อนการเรียนการสอน

- ศึกษาเหตุการณ์ในอดีตและภูมิหลังของกลุ่มผู้รับบริการในด้านสถานภาพทางสังคม เศรษฐกิจ การศึกษา และการมีส่วนร่วมในโปรแกรมต่างๆ ในหลายกรณีข้อมูลดังกล่าวอาจจะหาได้จากผู้เข้าโปรแกรมก่อนการลงทะเบียน

ขั้นตอนที่ 3 กำหนดการเรียนการสอน

- ระบุประสบการณ์การเรียนรู้ที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียนอย่างชัดเจน

- ประชาสัมพันธ์โดยวิธีหลากหลายที่เหมาะสมอาจผ่านสื่อมวลชนและหน่วยงานต่างๆ

- มีวิธีการที่ช่วยให้ผู้ต้องการเข้าร่วมโปรแกรมทราบวัตถุประสงค์กระบวนการและผลลัพธ์ โปรแกรมวิธีการทั้งการสื่อสารรายบุคคลกลุ่มและมวลชนก็ได้

- มีผู้รับผิดชอบและมีการแบ่งงานชัดเจน

ขั้นตอนที่ 4 การนำแผนการสอนไปปฏิบัติ

- ดำเนินการตามแผนอย่างมีประสิทธิภาพโดยมุ่งถึงความสามารถที่ซ่อนเร้นออกมาและพัฒนาให้สูงสุดตามศักยภาพ

- ยืดหยุ่นตามความเหมาะสมทั้งด้านวิธีการเทคนิคและอุปกรณ์เพื่อดึงดูดและกระตุ้นความสนใจสร้างแรงจูงใจของผู้เรียน

- สร้างสภาพที่เอื้อในการสื่อสารระหว่างผู้เรียนกับผู้รับผิดชอบโครงการเพื่อทราบสภาวะ ปัญหา ความผิดพลาด และการเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นพลวัต

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินผลโปรแกรม

- วัดผลสัมฤทธิ์ที่เกิดในตัวผู้เรียนถ้ามีการวัดความรู้เดิมของผู้เรียนก่อนเข้าร่วมโปรแกรมก็สามารถนำมาเปรียบเทียบเพื่อดูความก้าวหน้าได้

- พิจารณาทบทวนว่าผู้เรียนอาจก้าวหน้าได้มากกว่านี้อีกหรือไม่เพราะเหตุใดผลสัมฤทธิ์เป็นไปตามวัตถุประสงค์หรือไม่

- ทบทวนแผนของกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อปรับปรุงให้มีประสิทธิผลมากขึ้นกว่าเดิม

3. กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสารสนเทศ

โปรแกรมเชิงสารสนเทศให้ความสำคัญกับการแลกเปลี่ยนเนื้อหาความรู้อย่างทันทีและทันสมัยดังนั้นหน้าที่หลักของนักพัฒนาโปรแกรมคือการกำหนดว่าควรจัดเนื้อหาสารสนเทศที่ทันสมัยและทันสมัยการณืเรื่องใดบ้างและควรใช้วิธีการใดที่ดีที่สุดในการนำเสนอสารสนเทศการวางแผนโปรแกรมเชิงสารสนเทศคือการสำรวจและพิจารณาว่าเนื้อหาความรู้ที่องค์กรมีอยู่แล้วคืออะไรบ้างมีสารสนเทศเนื้อหาอะไรใหม่ๆ ที่ควรนำมาเพิ่มเติมดังนั้นขั้นตอนการวางแผนโปรแกรมเชิงสารสนเทศคือ

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดเนื้อหา

- พิจารณาเนื้อหาความรู้ที่มีอยู่และความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ๆ หรือเนื้อหาสารสนเทศที่ประชาชนขอรับมา

- วางแผนการประชาสัมพันธ์หรือแนวทางที่จะให้ประชาชนได้รับสารสนเทศ

ขั้นตอนที่ 2 เผยแพร่ความรู้ข่าวสาร

ขั้นตอนที่ 3 ประเมินผลการเผยแพร่ความรู้

Tyler (1986) ได้กำหนดหลักการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ไว้ 4 ขั้นตอนคือ

1. การกำหนดวัตถุประสงค์ทางการศึกษา (Choose Educational Objectives) การกำหนดวัตถุประสงค์นี้ พิจารณาจากความต้องการและความสนใจของผู้เรียนสภาพชีวิตของผู้เรียนในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นผู้คนในสังคม สภาพการเมือง หรือการหลุดตัวทางเศรษฐกิจ และจากแนวคิดทฤษฎี หลักการ หรือข้อเท็จจริงด้านเนื้อหา

2. การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ (Select Learning Experience) Tyler มีความเห็นว่าหลักในการเลือกประสบการณ์การเรียนรู้นั้นควรจะทำให้ผู้เรียนมีโอกาสฝึกฝนและนำไปใช้จริงได้ เกิดความพึงพอใจทำให้มีปฏิริยาโต้ตอบ ทำให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ได้และทำให้เกิดผลที่ดี

3. การจัดประสบการณ์ที่เกิดจากการเรียนรู้ (Organize Learning Experience) Tyler เห็นว่าการจัดประสบการณ์การเรียนรู้นี้จะต้องมีความต่อเนื่อง เป็นขั้นตอนและสามารถบูรณาการได้โดยจัดทั้งในรูปแบบของการให้ข้อมูลความรู้ แนวคิด ค่านิยม และทักษะได้

4. การประเมินผลการเรียนรู้ (Evaluate Learning Outcomes) Tyler จะให้ความสำคัญของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยประเมินจากการตั้งเป็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมระบุสถานการณ์ที่ทำให้ผู้เรียนสามารถแสดงพฤติกรรมนั้นได้เลือกและออกแบบวิธีสำหรับรวบรวมข้อมูลหลักฐาน การกำหนดตัวอย่าง การรวบรวมข้อมูล การสรุปและจัดกระทำข้อมูล

Boone (1985) ได้นำเสนอการวางโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนซึ่งประกอบไปด้วย 3 ขั้นตอนใหญ่และแยกออกเป็น 20 ขั้นตอนย่อย ดังนี้

1. การวางแผน

1.1 องค์การและกระบวนการปรับปรุง

- การทำความเข้าใจและการยอมรับกับหน้าที่ขององค์การคือพันธกิจปรัชญาและเป้าหมาย
 - การทำความเข้าใจและการยอมรับกับโครงสร้างทางด้านบทบาทและความสัมพันธ์
 - การจัดการซึ่งความรู้และทักษะเกี่ยวกับขั้นตอนการเรียนรู้ขององค์การทางด้านอำนาจการการพัฒนาบุคลากรและการประเมินผลและการตรวจสอบได้
 - การทำความเข้าใจและการยอมรับกับการทดสอบกรอบแนวคิดสำหรับการวางโปรแกรม
 - การทำความเข้าใจและการยอมรับกับความต่อเนื่องของการปรับปรุงองค์การต่อไป
- 1.2 การเชื่อมต่อองค์การกับสาธารณะ
- การศึกษาวิเคราะห์และการวาดภาพรวมของผู้รับบริการในสาธารณะขององค์การ
 - การระบุกลุ่มเป้าหมายขององค์การ
 - การระบุและการพบปะกับผู้นำของกลุ่มเป้าหมาย
 - การร่วมกันระบุประเมินและวิเคราะห์ความต้องการโดยมุ่งที่กลุ่มเป้าหมาย
2. การออกแบบและการนำไปใช้
- 2.1 การออกแบบโปรแกรม
- การแปลงความต้องการอย่างเร่งด่วนให้เป็นความต้องการระดับมหภาค
 - การแปลงความต้องการระดับมหภาคให้เป็นวัตถุประสงค์มหภาค
 - การชี้เฉพาะกลยุทธ์ทางการศึกษาทั่วไปและกิจกรรมการเรียนรู้
 - การชี้เฉพาะผลที่จะตามมาในระดับมหภาคของโปรแกรม
- 2.2 การนำโปรแกรมที่วางไว้แล้วไปปฏิบัติ
- การพัฒนาแผนการปฏิบัติโดยการเปลี่ยนความต้องการไปเป็นวัตถุประสงค์ของการสอนการระบุประสบการณ์ในการเรียนรู้สำหรับวัตถุประสงค์ของการสอนแต่ละข้อการพัฒนาแผนสำหรับการประเมินผลที่จะตามมาของผู้เรียนและการประเมินผลประสบการณ์ในการเรียนรู้
 - การพัฒนาและการนำกลยุทธ์และเทคนิคสำหรับการตลาดของแผนการปฏิบัติไปใช้
 - การพัฒนาและการติดตามแผนสำหรับการสรรหาและการฝึกอบรมทรัพยากรผู้เรียนรู้ที่เป็นผู้นำ
 - การติดตามผลและการเสริมแรงระหว่างครูและผู้เรียน
3. การประเมินผลและการตรวจสอบ
- การกำหนดและการวัดผลลัพธ์ของโปรแกรม
 - การประเมินผลลัพธ์ของโปรแกรม
 - การใช้ข้อค้นพบจากการประเมินสำหรับการปรับปรุงโปรแกรมการเปลี่ยนแปลงองค์การและสำหรับการตรวจสอบได้จากสาธารณะองค์การที่เหนือขึ้นไปผู้ให้เงินทุนองค์การวิชาชีพและรัฐบาล
- Caffarella (1994) นำเสนอรูปแบบเชิงปฏิสัมพันธ์ (The Interactive Model) ประกอบด้วย 12 องค์ประกอบ ในแต่ละองค์ประกอบจะประกอบด้วยภารกิจและประเด็นการตัดสินใจหลายประการ แต่อย่างไรก็ตามในทางปฏิบัติของการพัฒนาโปรแกรมนี้ไม่จำเป็นต้องใช้ทุก

องค์ประกอบและทุกภารกิจ ผู้จัดโปรแกรมสามารถเลือกใช้ตามความเหมาะสมของโปรแกรมโดยในแต่ละองค์ประกอบมีลักษณะดังนี้

1. การทำความเข้าใจในบริบท
2. การสร้างฐานสนับสนุน
3. การระบุแนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม
4. การค้นหาและจัดลำดับความสำคัญของแนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม
5. การพัฒนาวัตถุประสงค์ของโปรแกรม
6. การออกแบบแผนการสอน
7. การออกแบบแผนการถ่ายโอนความรู้
8. การกำหนดแผนการประเมินผล
9. การให้ข้อเสนอแนะและผลของการสื่อสาร
10. การเลือกรูปแบบการเรียนรู้ ตารางการเรียนรู้ และความต้องการของทีมงาน
11. การจัดเตรียมแผนการตลาดและงบประมาณ
12. การประสานงานด้านสิ่งสนับสนุนและพร้อมรับกับเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น การสื่อสาร

คุณค่าของโครงการ

Houle (1996) ได้เสนอขอบเขตการวางโปรแกรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน ซึ่งประกอบไปด้วย 7 ขั้นตอน มีรายละเอียดดังนี้

ขั้นที่ 1 การระบุกิจกรรมทางการศึกษาที่เป็นไปได้

ขั้นที่ 2 การตัดสินใจทางด้านกระบวนการที่จะนำมาใช้

ขั้นที่ 3 การระบุวัตถุประสงค์และการปรับให้เหมาะสม

ขั้นที่ 4 การออกแบบรูปแบบที่เหมาะสมทางด้านทรัพยากร ผู้นำ วิธีการ ตารางกำหนดการ ลำดับเรื่อง การเสริมแรงทางสังคม การทำให้อยู่ในรูปของปัจเจกบุคคล บทบาทและความสัมพันธ์ เกณฑ์ทางการประเมินผล และความชัดเจนของการออกแบบ

ขั้นที่ 5 รูปแบบที่ใช้มีความเหมาะสมกับแบบแผนของชีวิตที่ใหญ่กว่าทั้งทางการแนะนำ ผู้เรียน รูปแบบของการดำเนินชีวิตของผู้เรียน งบประมาณ การเงินที่สนับสนุน และการตีความหมาย

ขั้นที่ 6 นำแผนไปสู่ผลกระทบ

ขั้นที่ 7 การวัดผลลัพธ์และการประเมินผล

สรุปได้ว่า โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นโดยนักการศึกษาต่างมุ่งเน้นที่ การวางแผนโปรแกรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และความต้องการของผู้เรียน การวางแผนการสอนที่ใช้เทคนิคและทักษะเพื่อให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์สูงสุด และการประเมินผลการใช้โปรแกรมเพื่อการพัฒนา ปรับปรุง แก้ไขต่อไป ทั้งนี้ในแต่ละกระบวนการของการพัฒนาโปรแกรมควรมีการวิเคราะห์ ความต้องการของผู้เรียนให้สอดคล้องกับโปรแกรมที่จะพัฒนาโดยต้องลำดับความสำคัญของขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมซึ่งควรพิจารณาผลที่พึงประสงค์ บทบาทของผู้ดำเนินการ โปรแกรมการปฏิบัติงาน เทคนิควิธีในการเรียนการสอน ระยะเวลา กลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทรัพยากรที่จำเป็นต้องใช้ และการ จัดกระทำกับข้อมูลทั้งหมด

จากการค้นคว้าเอกสาร และผลงานทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมการศึกษา นอกระบบโรงเรียนที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้การพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle มาเป็นกรอบในการดำเนินการจัดโปรแกรมการเรียนรู้ เนื่องจากมีขั้นตอนและกระบวนการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความจำเป็นและความต้องการในการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายที่อาศัยอยู่ในชุมชน ทั้งนี้ขั้นตอนและกระบวนการเรียนรู้อย่างช่วยพัฒนาและเสริมสร้างทักษะ ความรู้ ความสามารถของบุคคลในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง และสามารถปรับตัวให้ทันต่อสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลง

ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์

2.1 พื้นฐานแนวคิดของกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์

นักปรัชญาด้านประสบการณ์นิยมเชื่อว่าธรรมชาติการเรียนรู้ของมนุษย์นั้นมนุษย์จะสามารถเข้าใจเหตุการณ์ใหม่ที่ผ่านเข้ามาก็ต่อเมื่อเหตุการณ์เหล่านี้สอดคล้องกับความรู้เดิมซึ่งมีมาก่อนแล้ว ความรู้หรือประสบการณ์เดิมของบุคคลเรียกว่า “Schema” ซึ่งเป็นโครงสร้างของเหตุการณ์เดิมที่ส่งผลต่อการรับรู้ในปัจจุบันของบุคคลนั้นโดยข้อมูลใหม่ที่ได้มาจะผสมผสานกลมกลืนกับความรู้เดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว (Kant ; Bartlett, 1932 ; Meyer, 1975 อ้างถึงในอิทธิมา ธีระวัฒน์ศิริกุล, 2547) ซึ่งเพียเจต์ (Piaget) อธิบายว่าการเรียนรู้ของบุคคลแต่ละคนมาจากการพยายามที่จะเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับเหตุการณ์และปรากฏการณ์ที่ตนพบเห็นมาแล้วมาสร้างเป็นโครงสร้างทางปัญญาหรือการรู้คิด (Cognitive structure) หรือ Schema โดยโครงสร้างทางปัญญานี้จะประกอบด้วย ความหมายหรือความเข้าใจเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้นๆ หากการใช้ความรู้เดิมของตนทำนายเหตุการณ์ได้ถูกต้องจะทำให้โครงสร้างทางปัญญาของบุคคลเหมือนเดิมและมั่นคงมากยิ่งขึ้นแต่ถ้าการคาดคะเนไม่ถูกต้อง ผู้เรียนจะเกิดข้อสงสัยคับข้องใจหรือเกิดสภาวะไม่สมดุล (Disequilibrium) ซึ่งเมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้นผู้เรียนจะมีทางเลือก 3 ทางคือ 1) ยึดติดกับความคิดเดิมในโครงสร้างทางปัญญาของตน 2) ปรับความคิดในโครงสร้างทางปัญญาโดยพยายามเชื่อมโยงประสบการณ์เดิมเข้ากับประสบการณ์ใหม่ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีความหมายขึ้นหรือ 3) ไม่สนใจที่จะทำความเข้าใจ (สฤญญรัตน์ คงงาม, 2552)

สรุปได้ว่าบุคคลจะยอมรับเหตุการณ์ใหม่ที่ต่อเมื่อสอดคล้องกับเหตุการณ์เดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว ซึ่งการเรียนรู้ของบุคคลที่จะเข้าใจเหตุการณ์ต่างๆ เรียกว่า “การรู้คิด” หรือ “โครงสร้างทางปัญญา”

2.2 ความหมายของกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์

ธาวินี สุพุทธิกุล (2550) กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นกระบวนการที่บุคคลปรับเปลี่ยนกรอบความคิดที่เคยยึดถือมาไปเป็นมโนทัศน์ใหม่ที่มีความครอบคลุมกว่าเดิมก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดเป็นมโนทัศน์ที่เกิดจากการวิพากษ์อดีตที่ก่อให้เกิดความเชื่อใหม่ขึ้นมาโดยความคิดนี้ได้รับการยอมรับว่า มีความเหมาะสมและเป็นแนวทางในการประพฤติและปฏิบัติต่อไป

Mezirow (1991) กล่าวว่ากระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นกระบวนการที่บุคคลทบทวนกรอบโครงสร้างในความคิดที่บุคคลใช้ในการแปลความหมายหรือทำความเข้าใจสิ่ง

ต่างๆ โดยเป็นการตระหนักรู้อย่างมีวิจารณญาณเกี่ยวกับวิธีการและเหตุผลของข้อสันนิษฐานหรือสิ่งที่บุคคลรับรู้ซึ่งจะเกิดการเปลี่ยนโครงสร้างความคิดเดิมเข้ากับโครงสร้างความคิดใหม่โดยมโนทัศน์ที่เกิดขึ้นต้องผนวกเข้ากันได้สามารถแบ่งแยกได้และบูรณาการเข้ากันได้หรือเป็นการทบทวนการแปลความหมายประสบการณ์ของบุคคลเพื่อเป็นแนวทางนำไปสู่การปฏิบัติในอนาคต

Cranton (2006) กล่าวว่า ขั้นตอนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นขั้นตอนที่นำไปสู่การปรับเปลี่ยนโดยมีกรอบอ้างอิง (Frame of reference) ซึ่งเป็นโครงสร้างของข้อสันนิษฐาน (Assumptions) และสิ่งที่คาดหวัง (Expectations) ที่ล้อมรอบความคิดที่อยู่ภายในตัวบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อความเชื่อและการกระทำโดยกระบวนการดังกล่าวเป็นการบูรณาการกรอบอ้างอิงกับการคิดสะท้อนประสบการณ์ก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ (Perspective transformation) หรือการปรับเปลี่ยนเชิงกระบวนทัศน์ (Paradigmatic shift)

Farquhar (2008) กล่าวว่า ขั้นตอนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นขั้นตอนเชิงความหมาย (Meaning structures) อันประกอบไปด้วยแบบแผนเชิงความหมาย (Meaning schemes) และมโนทัศน์เชิงความหมาย (Meaning perspectives) โดยแบบแผนเชิงความหมายจะถูกพัฒนาผ่านการตีความประสบการณ์ส่วนมโนทัศน์เชิงความหมายจะประกอบด้วยหลายๆแบบแผนเชิงความหมาย

Taylor (2008) กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นกระบวนการของการตีความเหตุการณ์เดิมเพื่อวิเคราะห์การตีความเหตุการณ์ใหม่ที่เกี่ยวข้องกับความหมายของประสบการณ์ของบุคคลเพื่อเป็นแนวทางการประพุดติและปฏิบัติในอนาคตโดยการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์จะทำให้เกิดกรอบอ้างอิงที่สามารถรวมกันได้ (Inclusive) บอกความแตกต่างได้ (Differentiating) แทรกซึมได้ (Permeable) สามารถสะท้อนเชิงวิพากษ์ได้ (Critically reflective) และบูรณาการได้ (Integrative)

Roberts (2009) กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นการค้นหาความหมายจากประสบการณ์เดิมซึ่งจะเป็นแนวทางของการปฏิบัติในอนาคตผ่านวิธีการมองโลกการตีความสิ่งที่เกิดขึ้นกับชีวิตรวมถึงความเชื่อและสมมติฐานซึ่งเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคลที่ถูกซึมซับจากครอบครัว ชุมชน และวัฒนธรรมเมื่อเผชิญกับสิ่งที่ไม่ได้คาดหวังบุคคลจะปฏิเสธและตั้งข้อสงสัยจนกว่าจะมีการตรวจสอบปรับปรุงและปฏิบัติตาม

Sfeir (2011) กล่าวว่ากระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นการเปลี่ยนแปลงแบบถอนรากถอนโคน (Radical changes) โดยจะต้องมีการคิดสะท้อนเชิงวิพากษ์เกี่ยวกับความเชื่อและข้อสันนิษฐานแล้วจึงตีความและสร้างความหมาย (Meaning-making)

จากความหมายของขั้นตอนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ข้างต้นจึงสรุปได้ว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นกระบวนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์หรือกรอบความคิดเดิมของบุคคลโดยมีการวิเคราะห์เหตุการณ์เดิมร่วมกับการวิพากษ์มโนทัศน์ที่เป็นความเชื่อเดิมในอดีตก่อให้เกิดมโนทัศน์ใหม่ที่ครอบคลุมมโนทัศน์เดิมโดยสามารถบูรณาการความเชื่อเดิมเข้ากับความเชื่อใหม่ส่งผลให้เกิดบทบาทหรือแนวปฏิบัติใหม่

2.3 กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์

กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ได้มีการใช้คำศัพท์ที่แตกต่างกันออกไปแต่ทุกรูปแบบล้วนแต่มีเป้าหมายเช่นเดียวกันคือ การปรับเปลี่ยนภายในตัวบุคคลอาจเป็นการเปลี่ยนกรอบความคิดหรือกรอบอ้างอิงของบุคคล การเปลี่ยนแปลงความเชื่อ การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ เป็นต้น โดยเงื่อนไขสำคัญที่ช่วยในการเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์คือ 1) ความไม่พอใจในมโนทัศน์เดิมที่มีอยู่ (Dissatisfaction) บุคคลจะไม่เปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ของตนเองจนกว่าจะเชื่อได้ว่ามโนทัศน์เดิมที่มีอยู่นั้นไม่เพียงพอหรือเกิดความผิดพลาดขึ้น 2) มโนทัศน์ใหม่ต้องเข้าใจได้ง่าย (Intelligibility) โดยบุคคลที่จะปรับไปสู่มโนทัศน์ใหม่ต้องค้นพบว่ามโนทัศน์ใหม่สามารถเข้าใจได้ง่ายและสามารถอธิบายมโนทัศน์ใหม่ได้ 3) มโนทัศน์ใหม่มีความเป็นไปได้มีเหตุผล (Plausibility) สามารถแก้ไขปัญหามีอยู่ได้สอดคล้องกับความรู้อื่นๆ และ 4) มโนทัศน์ใหม่ต้องนำไปใช้ได้อย่างบรรลุผล (Fruitfulness) บุคคลต้องพบว่ามโนทัศน์ใหม่สามารถปรับใช้ได้ตามที่ต้องการสามารถขยายไปสู่เหตุการณ์อื่นๆ รวมถึงการตรวจสอบใหม่ๆ ได้ด้วย (Zirbel, 2004; She, 2004; Suping, 2004 อ้างถึงในสุกัญญรัตน์ คงงาม, 2552)

แนวคิดหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อนักการศึกษาหลายท่านที่สนับสนุนกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์คือแนวคิดของเปาโลแฟร์เร (Paulo Freire) และยังมีอิทธิพลต่อแนวคิดของ Mezirow ในเวลาต่อมาซึ่งแฟร์เรได้เสนอแนวคิดและวิธีการที่เรียกว่าการปลดปล่อยให้เป็นอิสระ (Liberation) ซึ่งเป็นวิธีการที่จะส่งผลให้คนกลับมาตระหนักในสถานการณ์ที่เขาเป็นอยู่และการรับรู้ความจริงที่ถูกปิดบังไว้ทำให้คนรู้เท่าทันบรรเทาสิ่งที่ถูกปิดกั้นลงได้เมื่อบุคคลเห็นสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในเชิงเป้าหมาย (Objective-Problematic Situation) บุคคลจะเริ่มแสดงความเป็นตัวตนออกมา เนื่องจากเขาเห็นวิธีการที่จะสามารถแทรกแซงในสถานการณ์นั้นได้เป็นการปลดแอกตนเองจากการถูกกดขี่มาสู่การเป็นมนุษย์ (Human) และเป็นการปลดแอกผู้กดขี่จากการถูกทำลายความเป็นมนุษย์ด้วย ดังนั้นผู้กดขี่และการกดขี่จึงไม่ดำรงอยู่และเมื่อถึงเวลานั้นการเรียนรู้ของผู้ถูกกดขี่ก็จะกลายเป็นการเรียนรู้ของคนทุกคนซึ่งส่งผลให้เกิดการศึกษาแบบเท่าเทียมกันมากกว่าการศึกษาที่ไหลจากบนลงล่าง โดยแฟร์เรมองการเรียนรู้ในลักษณะเท่าเทียมกันนี้ว่า เป็นการศึกษาแบบเน้นการแก้ปัญหาโดยคนจะสามารถพัฒนาความสามารถในการรับรู้อย่างวิเคราะห์ได้ด้วยวิธีการสืบสอบ (Inquiry) หาความเป็นมาของปัญหานั้นๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ศึกษาได้รู้จักวิธีการมองปัญหาในภาพรวมเข้าใจส่วนย่อยแต่ละส่วนที่โยงใยสัมพันธ์กัน เมื่อได้ศึกษาแบบลงลึกก็จะสามารถพ้นจากสภาพการณ์อันจำกัดได้ หลักการศึกษานี้สัมพันธ์กับวิธีการที่ขนานอยู่ด้วยกันคือ การเสวนา (Dialogue) ซึ่งเป็นการเผชิญหน้าทางความคิดระหว่างบุคคลโดยมีโลกเป็นสื่อกลางเป็นวิธีการที่ผู้ที่มีส่วนร่วมคนหนึ่งค้นหาความจริงร่วมกับคนอื่นๆ ด้วยการอภิปรายและเสวนาโดยเน้นเรื่องการร่วมมือกันเพื่อเปลี่ยนแปลงโลกและต้องการให้ผู้ร่วมเสวนาเกิดการเรียนรู้และลงมือทำ ผู้เสวนาจะต้องมองผู้ร่วมเสวนาคอนอื่นๆ ในฐานะที่เป็นคนเท่าเทียมกันต้องมีการวิพากษ์ความคิด (Reflection) และการลงมือทำ ดังนั้นการเสวนาจึงนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงโลกได้และจำเป็นที่จะต้องควบคู่กับความอ่อนน้อม ถ่อมตน ความเชื่อมั่น และการวิพากษ์ต้องดำเนินไปด้วยบรรยากาศแห่งความไว้วางใจ ความหวัง การเรียนรู้ที่เน้นการเสวนาก่อให้เกิดพลังอำนาจ (Empowerment) ซึ่งสร้างความมุ่งมั่นในการกระทำการเสวนาเป็นการวิพากษ์ตนเอง และโลกโดยการแลกเปลี่ยนและเรียนรู้ซึ่งกันและกัน กล่าวที่จะตั้งคำถามกับปรากฏการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น กล่าวที่จะเสี่ยงในการแสวงหาความจริงอีกลักษณะหนึ่งที่ต่างไปจากความจริงที่ปรากฏอยู่ และปัจจัยที่สำคัญคือ การพัฒนาจิตสำนึกที่แท้จริงโดยกระบวนการเสวนาจะเป็นการสนทนาที่อยู่ในลักษณะแผ่กระจาย (Divergent) ไปได้ทุกทิศด้วยภาษาต่างๆ ของผู้เรียนเอง

ผู้เรียนซึ่งเคยเป็นแต่ผู้ฟังก็จะเริ่มตระหนักและมองเห็นปัญหาในสังคมที่เขาดำรงอยู่ซึ่งทำให้ผู้เรียนมีการคิดอย่างใคร่ครวญและวิพากษ์ปัญหาต่างๆ ในสังคมได้อย่างแยบยล (Langenbach, 1988)

เวลาต่อมาแนวคิดของเปาโล แพรร์ได้มีอิทธิพลต่อแนวคิดขั้นตอนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow ซึ่งเขาได้กล่าวว่า การเรียนรู้ที่นำไปสู่การปรับเปลี่ยนคือกระบวนการของการเปลี่ยนกรอบความคิดหรือกรอบของการอ้างอิง (Frame of reference) อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เราไม่อาจเข้าใจธรรมชาติการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ได้ถ้าปราศจากความเข้าใจในบทบาทที่สำคัญของกรอบการอ้างอิงของบุคคลเมื่อมีการสร้างความหมายของประสบการณ์ (Mezirow, 1991) กล่าวคือ กรอบการอ้างอิงเป็นโครงสร้างของข้อสันนิษฐาน (Assumptions) ผ่านสิ่งที่เราเข้าใจหรือเหตุการณ์ในอดีตของเรากรอบเหล่านี้จะจัดวางสิ่งที่รับรู้และสิ่งที่คาดหวังตลอดจนจัดเตรียมแนวทางการกระทำ (Line of action) กรอบการอ้างอิงจะถูกรวมไปด้วยองค์ประกอบด้านการรับรู้ (Cognitive) ด้านแนวโน้มที่จะกระทำ (Conative) และด้านอารมณ์ (Emotional) และประกอบด้วย 2 มิติ คือ จิตนิสัย (Habits of mind) และความคิดเห็น (A point of view) กล่าวคือ จิตนิสัยคือความคิด ความรู้สึก และการกระทำในลักษณะกว้างๆ (Broad) เป็นแบบนามธรรม (Abstract) แบบสร้างความคุ้นเคย (Orienting) หรือเป็นนิสัยประจำ (Habitual) ซึ่งได้รับอิทธิพลจากข้อสันนิษฐานที่ประกอบด้วยชุดของรหัส (A set of codes) โดยรหัสเหล่านี้อาจจะเป็นส่วนวัฒนธรรม สังคม การศึกษา เศรษฐกิจ การเมืองหรือด้านจิตใจ จิตนิสัยนี้จะถูกสื่อสารออกมาอย่างชัดเจนในความคิดเห็น (Point of view) ที่เฉพาะเจาะจงหรือเป็นกลุ่ม (Constellation) ของความเชื่อ การตัดสินใจคุณค่า ทศนคติ และความรู้สึกที่สร้างรูปแบบ (Shape) (Mezirow, 1997)

สรุปได้ว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์มีจุดประสงค์ในการปรับเปลี่ยนภายในตัวบุคคล โดยอาจเป็นการปรับเปลี่ยนความเชื่อหรือทศนคติโดยมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นต้องสอดคล้องกับใช้ได้จริง มีเหตุผล และมีความเป็นไปได้ ทั้งนี้เปาโลแพรร์เป็นบุคคลที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งในการสนับสนุนกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ซึ่งได้เสนอวิธีการให้คนตระหนักในสถานการณ์ที่เป็นอยู่ปราศจากการถูกกดขี่และเน้นการศึกษาแบบเท่าเทียมกันโดยต้องมีการวิพากษ์ปัญหาเพื่อให้บุคคลใคร่ครวญความจริงที่ปรากฏโดยจิตสำนึกที่แท้จริง ซึ่งเปาโลแพรร์ได้มีอิทธิพลต่อกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow ในการสร้างกรอบการอ้างอิงของบุคคลในการรับรู้ (การคิดและความรู้สึก) และการกระทำที่เป็นนามธรรม

2.4 กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow

Mezirow เสนอทฤษฎีการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ (Transformative Learning) ใน ค.ศ. 1978 โดยมีแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ที่ว่า การเรียนรู้เป็นขั้นตอนที่บุคคลตีความหรือแปลความหมายจากเหตุการณ์เดิมในอดีตที่ผ่านมาเพื่อการพัฒนาทบทวนการแปลความหมายของเหตุการณ์นั้นและนำไปสู่การปฏิบัติต่อไป (Mezirow, 1997)

กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) เกี่ยวข้องกับวิธีการที่ผู้ใหญ่แปลความหมายจากเหตุการณ์ในชีวิตของตนเป็นการตีความหมายต่างๆ ออกมาจากเหตุการณ์ในชีวิตของบุคคล โดยเป็นขั้นตอนที่บุคคลทบทวนกรอบโครงสร้างในการคิดที่บุคคลใช้ในการแปลความหมายหรือทำความเข้าใจสิ่งต่างๆ หรือที่เรียกว่ากรอบความคิดของบุคคลกรอบความคิดนี้หมายถึง “ระบบคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมาย” (Meaning schemes) และ “มโนทัศน์ที่มีความหมายต่อบุคคล” (Meaning perspectives)”

ระบบคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมาย (Meaning schemes) หมายถึง ผลรวมของความเชื่อ ความรู้ ค่านิยม ทศนคติ ความรู้สึกต่างๆ ซึ่งมีผลต่อการแปลความหมายของสิ่งต่างๆ หรือเหตุการณ์ต่างๆ ของบุคคล ระบบความคิดนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้และการที่บุคคลมีนิสัยหรือพฤติกรรมอย่างไรเป็นผลมาจากระบบการคิดนี้ (Mezirow, 1991)

มโนทัศน์ที่มีความหมายต่อบุคคล (Meaning perspectives) หมายถึง กรอบความคิดมิใช่เป็นเพียงการจัดกลุ่มความคิดหรือความเข้าใจของมนุษย์เท่านั้น แต่เป็นสิ่งที่มียุทธวิธีและเป็นสิ่งที่จำกัดขอบข่ายความคิด และความคาดหวังของบุคคลซึ่งเป็นผลจากการที่บุคคลหลอมระบบความคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมายหลายชุดเข้าด้วยกันและผสมผสานกับทฤษฎี สมมติฐาน ความเชื่อต่างๆ มโนทัศน์นี้จะประกอบด้วย นิสัยในการคิดและทักษะของบุคคลซึ่งถูกพัฒนาติดตัวมาตั้งแต่วัยเด็กมโนทัศน์ที่เป็นผลมาจากการซึมซับหล่อหลอมทางวัฒนธรรมและสังคมของบุคคลมโนทัศน์ประเภทนี้จะมีบทบาทสำคัญในการแปลความหมายและการทำความเข้าใจในสถานการณ์ต่างๆ ของบุคคลโดยจะช่วยให้บุคคลเข้าใจและรับรู้ความหมายของเหตุการณ์เดิมในอดีตหรืออาจจำกัดความรู้สึกรู้สึกนึกคิดต่างๆ ทำให้บุคคลรับรู้ความเป็นจริงผิดเพี้ยนไป (Mezirow, 1991)

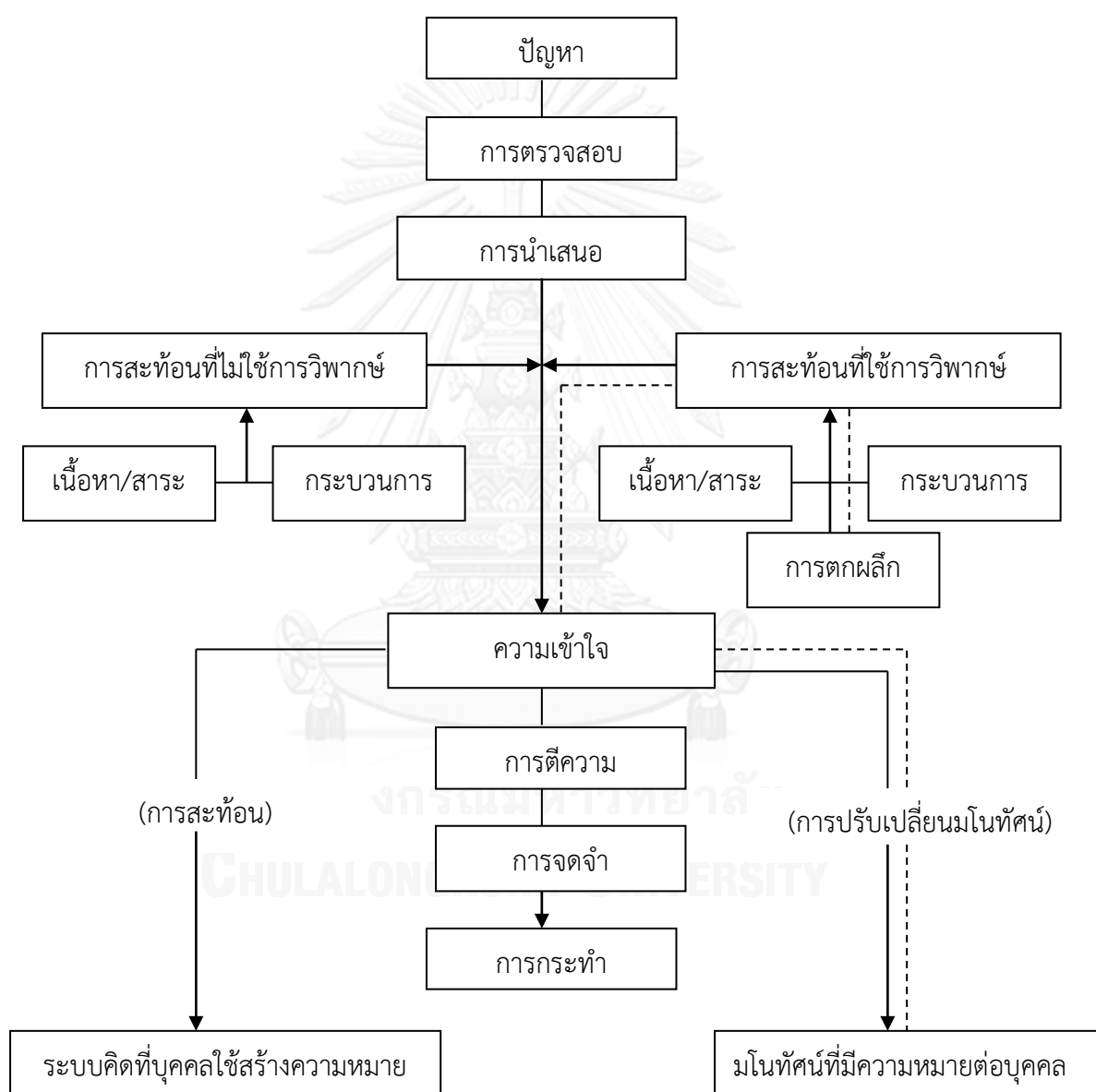
การที่บุคคลเกิดการเรียนรู้ อาจเป็นการเปลี่ยนแปลงเฉพาะค่านิยมและความเชื่อ (Meaning scheme) หรือเป็นการเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ทั้งหมดของบุคคล ซึ่งการเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นเรื่องของการที่บุคคลหลุดพ้นเป็นอิสระจากความเชื่อและค่านิยมเก่าๆ ที่เคยมีผลกระทบต่อชีวิตของเขา ดังนั้นการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ (Perspective transformation) จัดว่าเป็นหัวใจสำคัญของการเรียนรู้จากการเปลี่ยนมโนทัศน์ (Transformative learning) ซึ่งหมายถึง กระบวนการที่บุคคลเริ่มตระหนักว่าเงื่อนไขที่ถูกกำหนดไว้มีผลต่อวิถีคิด วิธีการรับรู้ ความเข้าใจ ความรู้สึกที่มีต่อโลก และผลกระทบที่เกิดขึ้น เมื่อตระหนักเช่นนั้นแล้วบุคคลจะเริ่มพัฒนากรอบความคิดขึ้นมาเพื่อให้ตนเองเกิดมโนทัศน์ใหม่ที่เปิดกว้าง ชัดเจน ความเป็นไปได้ และสามารถหล่อหลอมเข้ากับประสบการณ์เก่า จากนั้นบุคคลจะทำการตัดสินใจหรือปฏิบัติตามมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้น

Mezirow (1991) กล่าวว่า การที่บุคคลสามารถตีความหมายหรือเกิดการเรียนรู้ขึ้นเป็นเพราะการมีปฏิสัมพันธ์กันขององค์ประกอบ 2 องค์ประกอบคือสิ่งที่ปฏิบัติเป็นประจำ (นิสัย/การคาดเดาจากสิ่งที่เกิดขึ้น) กับสถานการณ์ (ที่เราพยายามแปลความหมาย) ซึ่งการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสองสิ่งนี้กระทำได้โดยการวิพากษ์อดีต (Reflection) อาจกล่าวได้ว่า สิ่งต่างๆ ที่เราเข้าใจหรือไม่เข้าใจและจดจำมาจากอดีตนั้นได้รับอิทธิพลมาจากความเชื่อหรือค่านิยมที่เรียกว่า ระบบคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมาย (Meaning scheme) และมโนทัศน์ของบุคคลกล่าวได้ว่า การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ถ้าเราสามารถตีความหมายใหม่ๆ และการแปลความหมายจากสถานการณ์ในอดีตนั้นมีอิทธิพลทำให้เราเกิดกรอบความคิดหรือค่านิยมใหม่ที่สามารถนำไปปฏิบัติต่อไป เช่น การที่เราสามารถย้อนอดีตดูว่าเราเรียนรู้สิ่งใดในช่วงเวลาที่ผ่านมา การมองย้อนอดีตเช่นนี้จะทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้มากขึ้นและเกิดความคิดความเชื่อใหม่ๆ และมีการปฏิบัติตามมโนทัศน์ใหม่ๆ ที่ได้มาจากกระบวนการวิพากษ์อดีต (Reflection)

องค์ประกอบที่สำคัญของทฤษฎีการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ประกอบด้วย

1. เหตุการณ์ที่ผ่านมาในอดีตของบุคคล
2. การมองย้อนอดีตอย่างวิพากษ์วิจารณ์
3. การเสวนาและอภิปรายด้วยเหตุผล

การเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์จะเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลมีการปรับเปลี่ยนกรอบความคิดของตัวเองโดยการวิพากษ์วิเคราะห์เหตุการณ์ในอดีตวิพากษ์ความเชื่อหรือสมมติฐานและกรอบแนวคิดและมุมมองต่อสิ่งต่างๆ รอบตัวในแง่มุมใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิมโดยจะเห็นได้ว่าการเกิดการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ผู้เรียนต้องเป็นคนที่สามารถวิพากษ์อดีตและสามารถวิพากษ์อย่างมีเหตุผลใจกว้างพร้อมที่จะยอมรับมโนทัศน์ของผู้อื่นไม่เป็นคนที่มีลักษณะปกป้องตัวเองมากเกินไปและสามารถยอมรับความคิดใหม่ๆ ได้ ดังแผนภาพที่ 1 (Mezirow, 1991)



แผนภาพที่ 1 กระบวนการของการวิพากษ์ด้วยเหตุผล

จากขั้นตอนของกระบวนการของการวิพากษ์ด้วยเหตุผลเริ่มต้นจากรู้สึกไม่พอใจกับสภาวะการณ์ที่เผชิญอยู่ หรือการเกิดภาวะวิกฤตของชีวิตซึ่งทำให้บุคคลเกิดการตรวจสอบตนเองและวิพากษ์สิ่งที่เกิดขึ้น ทั้งนี้การร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นจะนำไปสู่การสำรวจบทบาทใหม่เกิดการกระทำใหม่ๆ และสุดท้ายคือ เกิดการบูรณาการมโนทัศน์ใหม่ร่วมกับประสบการณ์เดิมให้กลายเป็นสิ่งหนึ่งของชีวิตบนพื้นฐานของปัจจัยแวดล้อมที่ถูกควบคุมโดยมโนทัศน์ใหม่ของสิ่งนั้น (Merriam, 2008)

การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์สามารถก่อให้เกิดการสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์ซึ่งนำไปสู่การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เชิงความหมายได้อย่างทันทีเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับวิกฤตในชีวิต (A disorienting dilemma) จะเกิดการสะสมของการเปลี่ยนแปลงในชุดของแบบแผนเชิงความหมายที่สัมพันธ์กันซึ่งจะช่วยเพิ่มระดับของการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ได้ ทั้งนี้ Mezirow ได้แบ่งการสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์ออกเป็น 2 ประเภทคือ การสะท้อนที่ไม่ใช้การวิพากษ์ (Thoughtful action with reflection) และการสะท้อนที่ใช้การวิพากษ์ (Retroactive reflection) โดยการสะท้อนที่ไม่ใช้การวิพากษ์สามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงระบบคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมาย (Meaning schemes) ขณะที่การสะท้อนที่ใช้การวิพากษ์จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ที่มีความหมายต่อบุคคล (Meaning perspective) ซึ่งเป็นทิศทางที่บุคคลจะตอบสนองต่อการแก้ปัญหาวิกฤตในชีวิต (Mezirow, 1991) การกระทำเชิงสะท้อนความคิด (Reflective action) เป็นการกระทำที่นำไปสู่การกระทำอื่นๆ ที่มีนัยแสดงถึงความเข้าใจอันลึกซึ้งซึ่งเป็นผลมาจากการสะท้อนความคิดโดยกระบวนการจะเริ่มต้นจากการตั้งปัญหาขึ้นมาและจบด้วยการนำไปสู่การกระทำ (Taking action) กระบวนการย่อยประกอบด้วย การตรวจสอบปัญหา (Scanning) การนำเสนอปัญหา (Propositional construal) การสะท้อนความคิด (Reflection) ความเข้าใจอันลึกซึ้ง (Imaginative insight) การตีความ (Interpretation) การจดจำ (Remembering) และการกระทำ (Action) ซึ่งในการสะท้อนที่ไม่ใช้การวิพากษ์ (Thoughtful action with reflection) จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงระบบคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมาย (Meaning scheme) ขณะที่การสะท้อนที่ใช้การวิพากษ์ (Retroactive reflection) ต้องมองหาทางเลือกหลากหลายวิธีเพื่อหาต้นตอของสาเหตุจะนำไปสู่มโนทัศน์ที่มีความหมายต่อบุคคล (Meaning perspective) ซึ่งประกอบด้วยระบบคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมายหลายๆ ตัวมารวมกัน (Mezirow, 1991)

วิธีการหรือเทคนิคที่เกี่ยวข้องกับระบบคิดที่บุคคลใช้สร้างความหมาย (Meaning perspectives) สามารถกระทำได้หลายวิธีการ เช่น การตีความหมายต่างๆ จากประวัติของตนเองซึ่งถ้าผู้เรียนสามารถตระหนักถึงมโนทัศน์ที่มีผลกระทบหรือมีความหมายต่อการคิดและพฤติกรรมต่างๆ ของตนได้แล้วจะเป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการวิพากษ์อดีตของตนเอง (Critical self-reflection) และนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์

วิธีการที่สามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในกระบวนการนี้ได้แก่

- การใช้การวิเคราะห์เหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้น (Critical incidents)
- การเรียนรู้จากการนำเสนอประวัติของตน
- การเขียนบันทึกส่วนตัว

- การวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อมวลชนต่อความคิดของตน
- การวิเคราะห์เอกสาร/วรรณกรรมต่างๆ ว่ามีผลกระทบต่อความคิดของบุคคลอย่างไร

ในกระบวนการการวิพากษ์อดีตนั้น Mezirow ได้แนะนำวิธีการที่ใช้ในการวิพากษ์อดีตอื่นๆ ไว้หลายวิธีเช่น การเปรียบเทียบ การประยุกต์เชื่อมโยง การประเมิน การใช้วิธีการแก้ปัญหา การวิเคราะห์ การอภิปราย และการรื้อฟื้นความจำ เป็นต้น (Mezirow, 1991)

บุคคลสามารถปรับเปลี่ยนกรอบการอ้างอิงได้โดยผ่านการสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์ (Critical reflection) ต่อข้อสันนิษฐานที่อยู่บนพื้นฐานของการตีความ ความเชื่อ และความคิดเห็น ทั้งนี้อาจเกิดการสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์จากการอ่านหนังสือ การรับฟังความคิดเห็น การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา การประเมินความคิดและความเชื่อของตนเองอย่างละเอียดรอบคอบ (Mezirow, 1997) ดังนั้นการสะท้อนความคิดต่อตนเองจึงสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญ Mezirow ได้นำเสนอกระบวนการที่จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ซึ่งประกอบด้วย 10 ขั้นตอน ดังนี้

1. ความรู้สึกไม่พอใจกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่หรือภาวะวิกฤตของชีวิต (A disorienting dilemma) เป็นขั้นตอนแรกของการเปลี่ยนพฤติกรรมโดย Mezirow มีแนวคิดว่าการเรียนรู้ของผู้ใหญ่เริ่มต้นได้ดีเมื่อผู้ใหญ่ต้องเผชิญกับความยุ่งยากในชีวิตเมื่อริเริ่มขึ้นแล้วกระบวนการเรียนรู้จะติดตามมาได้ง่ายทำให้สามารถพิชิตปัญหาอุปสรรคต่างๆ ที่เผชิญ

2. การตรวจสอบตนเองหรือการวิเคราะห์กรอบความคิดของตนเอง (Self-examination) เป็นการตรวจสอบกรอบของความเชื่อของตนเอง การยึดถือปฏิบัติของตนเองเพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองมองเห็นความสัมพันธ์ของตนเองกับสังคมรอบข้าง และมุมมองของตนเองที่มีต่อโลก กระบวนการทบทวนชีวิตนี้ทำให้ผู้ทบทวนได้เห็นภาพระบบความคิดของตนเองซึ่งเป็นระบบภายในที่แสดงออกสู่ภายนอก

3. การประเมินตนเองเชิงวิพากษ์ (Critical assessment) เป็นการประเมินสมมติฐานที่อยู่เบื้องหลังสถานการณ์ต่างๆ อย่างมีเหตุผล ภายหลังจากการตรวจสอบตนเองโดยอาศัยวิธีวิพากษ์วิจารณ์ความเชื่อเบื้องต้นซึ่งกรอบความเชื่อเบื้องต้นจะเป็นตัวกำหนดมุมมองโลกและทัศนคติส่วนบุคคล

4. การตระหนักว่าบุคคลอื่นก็มีการปรับเปลี่ยนกรอบความคิดเช่นเดียวกัน (Recognition that others have shared similar transformations) เกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้มีการติดต่อสื่อสารได้มีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นและแลกเปลี่ยนในเหตุการณ์ที่ผ่านมาในอดีตที่คล้ายกัน เช่น การสนทนา การร่วมวิพากษ์สถานการณ์ต่างๆ กับผู้ที่มีเหตุการณ์คล้ายคลึงกันโดยใช้เหตุการณ์เดิมของบุคคลเพื่อให้ได้เหตุการณ์ในชีวิตใหม่ และความเข้าใจที่เกี่ยวข้องกับประเด็นของการสนทนาหรือการวิพากษ์ซึ่งเชื่อมโยงต่อเนื่องถึงการกำหนดจุดมุ่งหมายในการปฏิบัติเพื่อการปรับเปลี่ยนร่วมกัน

5. การค้นหาและสำรวจทางเลือก/บทบาทใหม่ให้กับตัวเอง (Exploration of new roles or actions) ขั้นตอนนี้เกิดจากความเข้าใจการยึดถือปฏิบัติของตนเองและกลุ่มตลอดจนสถานการณ์ที่เป็นปัญหาส่งผลให้เกิดการค้นหาทางเลือกใหม่ ความสัมพันธ์ใหม่รวมถึงการกระทำใหม่ๆ ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิตที่เคยยึดถือให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

6. การวางแผนการปฏิบัติ (Development of a plan for action) เป็นขั้นตอนการวางแผนหลังจากการประเมินสถานการณ์ และจุดมุ่งหมายต่างๆ ที่ต้องการให้เกิดการปรับเปลี่ยนเพื่อเป็นแนวทางการประพฤติ และการปฏิบัติในการนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงใหม่

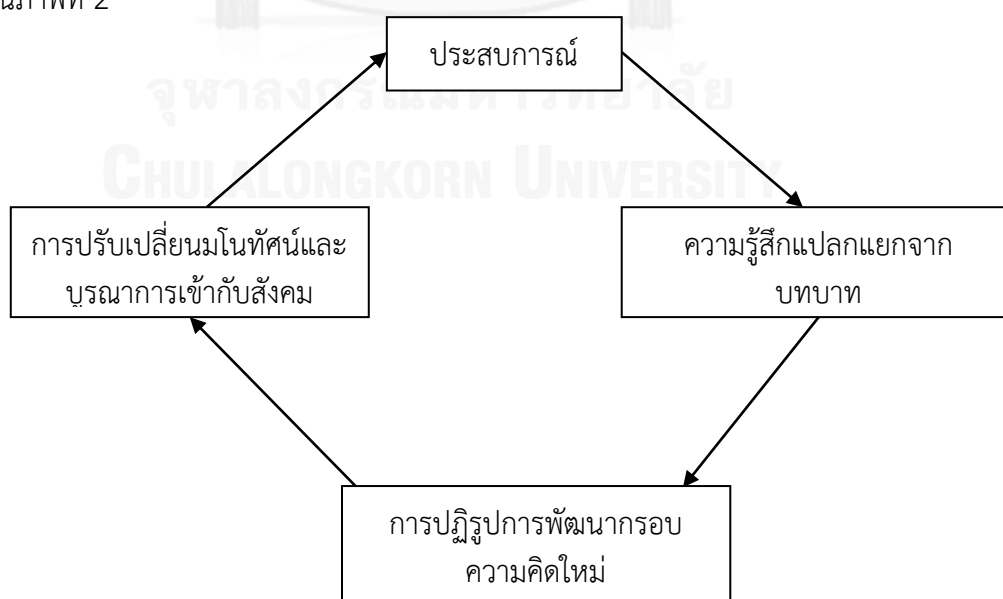
7. การค้นหาความรู้และทักษะที่จะนำไปใช้ตามแผนที่วางไว้ (Acquisition of knowledge and skills for implementing the plan) เป็นขั้นตอนของการเตรียมความพร้อมในด้านองค์ความรู้เพื่อการปฏิบัติซึ่งบุคคลหรือกลุ่มผู้ร่วมปฏิบัติจะศึกษาหาความรู้ และพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการดำเนินการตามแผนที่ได้วางไว้เพื่อทำให้เกิดผลสำเร็จตามเป้าหมาย

8. การทดลองปฏิบัติตามแผน (Tryout of the plan) เป็นการดำเนินการตามแผนที่ได้วางไว้ซึ่งในระหว่างการปฏิบัติการและหลังปฏิบัติการควรมีการติดตามประเมินผลควบคู่ไปด้วย ส่งผลให้เกิดการแก้ไขปรับเปลี่ยนได้ทันเมื่อเกิดปัญหาหรือข้อผิดพลาดต่างๆ รวมทั้งเพื่อแสวงหาองค์ความรู้เพิ่มเติมให้เหมาะสมสำหรับการดำเนินการตามแผนที่วางไว้

9. การพัฒนาสมรรถภาพและสร้างความเชื่อมั่นในตนเองในบทบาทใหม่ (Development of competence and self-confidence in new roles) ขั้นตอนนี้จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลหรือกลุ่มสามารถประพฤติปฏิบัติตามแผนที่ได้วางแนวทางไว้ได้สำเร็จ โดยจะมีความเชื่อมั่นต่อความคิดความเชื่อใหม่ๆ รวมทั้งความสัมพันธ์กับสังคมรอบข้างหรือผู้เกี่ยวข้องในแนวทางใหม่ซึ่งทำให้เกิดการปฏิบัติตามแนวทางใหม่ที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

10. การบูรณาการวิถีชีวิตให้เข้ากับมโนทัศน์ใหม่ (Reintegration into life on the basis of new perspectives) เมื่อความเชื่อมั่นได้เกิดขึ้นบุคคลหรือกลุ่มจะผสมผสานสิ่งใหม่เข้าสู่วิถีชีวิตบนพื้นฐานของแนวความคิดใหม่ ซึ่งเมื่อถึงขั้นตอนนี้ความยั่งยืนของกระบวนการเรียนรู้จะเกิดการกระทำใดๆ ในวิถีชีวิตไม่เพียงเป็นการแก้ไขปัญหาหรือการพัฒนาศักยภาพตนเองจะมีการทบทวนอย่างรอบคอบเป็นขั้นตอนนำไปสู่การปรับเปลี่ยนสู่ทัศนคติความคิดและการปฏิบัติใหม่ได้ในที่สุด

ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ดังกล่าวข้างต้นสามารถเขียนเป็นวงจรการเรียนรู้ (Learning Cycle) ได้ดังแผนภาพที่ 2



แผนภาพที่ 2 วงจรการเรียนรู้ตามแนวคิดของ Mezirow

สรุปได้ว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow เป็นกระบวนการที่บุคคลทบทวนกรอบความคิดที่ใช้ในการแปลความหมาย ซึ่งกรอบความคิดประกอบด้วย Meaning schemes ซึ่งหมายถึง ความเชื่อ ความรู้ ค่านิยม เจตคติต่างๆ และ Meaning perspectives ซึ่งหมายถึง ระบบความคิดที่ใช้สร้างความหมายหลายๆ ชุดมารวมกันโดยผสมผสานกับความเชื่อต่างๆ ซึ่งการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลมีการปรับเปลี่ยนกรอบความคิดของตัวเองโดยการวิพากษ์วิเคราะห์เหตุการณ์ และเรื่องราวในอดีตเริ่มจากความรู้สึกไม่พอใจกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ทำให้บุคคลเกิดการตรวจสอบตนเองและวิพากษ์สิ่งที่เกิดขึ้น ทั้งนี้การร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นจะนำไปสู่การสำรวจบทบาทใหม่และในที่สุดจะเกิดการบูรณาการมโนทัศน์ใหม่เข้ากับวิถีชีวิตต่อไป

ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

3.1 แนวคิดและความเป็นมาของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

แม้ว่าการปรับพฤติกรรมที่มีแนวคิดพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้จะได้รับการพิสูจน์ว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพอย่างมากในการแก้ไขการเปลี่ยนแปลงของบุคคล แต่ทว่าเป็นวิธีการที่ค่อนข้างจะเฉาะเฉาะและไม่ยืดหยุ่น เนื่องจากเป็นวิธีการที่เน้นที่พฤติกรรมแสดงออกที่สามารถสังเกตได้เห็นได้วัดได้เท่านั้น จึงทำให้ไม่สนใจต่อตัวแปรภายในซึ่งมีอิทธิพลอย่างมากต่อการแสดงออกของบุคคล (สรินญา ปุติ, 2552) ดังที่ Mahoney (1974) ได้กล่าวว่า การสนองตอบของบุคคลนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมจริง แต่ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่รับรู้และมีนักจิตวิทยาและนักปรับพฤติกรรมจำนวนมากที่มีความคิดในลักษณะเดียวกับ Mahoney จึงได้มีการเคลื่อนไหวพัฒนาแนวทางในการปรับวิถีปฏิบัติและพฤติกรรมขึ้นมาใหม่ โดยอาศัยแนวคิดที่ว่าตัวแปรภายในบุคคลหรือตัวแปรทางปัญญามีผลต่อพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก การปรับพฤติกรรมโดยอาศัยแนวคิดดังกล่าวจึงเรียกว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavioral Modification หรือ CBM) หรือบางคนเรียกว่า การบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavioral Therapy)

การปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น แยกออกจากการปรับวิถีปฏิบัติและพฤติกรรมที่มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ โดยสิ่งที่ต่างกันนั้นอยู่ที่การปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงทางปัญญาเพื่อที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ในขณะที่การปรับพฤติกรรมนั้นจะเน้นที่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยตรง แนวความคิดดังกล่าวได้เกิดขึ้นมาในช่วงทศวรรษที่ 1960 และเด่นชัดในช่วงปลายทศวรรษที่ 1960 จนถึงต้นทศวรรษที่ 1970 ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนนั้นน่าจะมาจาก 3 ปัจจัยใหญ่ ดังต่อไปนี้ (Meyers & Craighead, 1984)

1. ปัจจัยทางด้านจิตวิทยาทางปัญญา (Cognitive psychology) ซึ่งงานด้านจิตวิทยาทางปัญญาที่มีผลกระทบต่อการปรับเปลี่ยนของกระบวนการปรับพฤติกรรม มีอยู่ด้วยกัน 3 ด้าน ดังนี้

1.1 การเสนอตัวแบบ (Modelling) คือ บุคคลเรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่นโดยที่บุคคลไม่จำเป็นต้องแสดงออกหรือได้รับผลกระทบโดยตรงจากการแสดงการปฏิบัติและพฤติกรรมนั้น ในช่วงแรกพัฒนาขึ้นในกรอบทฤษฎีการเรียนรู้และการบำบัดพฤติกรรม แต่ต่อมาในปี 1969 Bandura ได้อธิบายว่า ผลของตัวแบบนี้เกี่ยวข้องกับตัวแปรทางปัญญาเป็นส่วนใหญ่ เขา

เสนอว่าปัจจัยที่สำคัญที่มีผลต่อการเรียนรู้โดยการสังเกตนั้นจะต้องประกอบด้วย กระบวนการตั้งใจ กระบวนการเก็บจำ กระบวนการกระทำ และกระบวนการจูงใจ จะเห็นได้ว่า กระบวนการตั้งใจและ กระบวนการเก็บจำนั้นเป็นกระบวนการทางปัญญา ซึ่ง Bandura ได้มาจากรูปแบบของกระบวนการ สาารสนเทศของนักจิตวิทยาทางปัญญา และผลงานของ Bandura นับว่ามีอิทธิพลและมีความสำคัญ อย่างมากต่อการพัฒนาการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

1.2 การฝึกการสอนตนเอง (Self-Instruction Training) เป็นเทคนิคที่พัฒนาขึ้นมาในช่วง ต้นของทศวรรษที่ 1970 โดย Meichenbaum (1989) ซึ่งได้ขยายมาจากงานวิจัยเรื่อง “การพูดเพื่อ สุขภาพ” (Healthy Talk) เป็นงานวิจัยที่อาศัยทฤษฎีการเรียนรู้แบบการกระทำเป็นทฤษฎีพื้นฐาน โดยศึกษากับคนไข้จิตเภท (Schizophrenia) โดยการฝึกคนไข้จิตเภทให้พูดตามสิ่งที่เขาพูด พบว่า การกระทำและพฤติกรรมของคนไข้เหล่านั้นดีขึ้น ทำให้เกิดความคิดขึ้นมาว่า ถ้าให้คนทั่วไปพูดภายใน ใจของตัวเอง เหมือนกับที่ได้ชี้แนะให้คนไข้จิตเภทพูดแล้วก็น่าจะได้ผลเช่นกัน ดังนั้นแนวคิดการ พัฒนาเทคนิคใหม่จึงเรียกว่า “ การสอนตัวเอง ”

1.3 เทคนิคการแก้ปัญหา (Problem-solving) พัฒนาขึ้นโดย Spivack & Shur แต่ผู้ที่ พัฒนาและเผยแพร่ให้เป็นที่ยอมรับและรู้จักกันอย่างกว้างขวาง ได้แก่ D’Zurilla & Goldfried ในปี 1971 เป็นเทคนิคที่สอนให้ผู้เข้ารับการบำบัดมีทักษะในการแก้ปัญหา ในช่วงแรกของการพัฒนา เทคนิคการแก้ปัญหานี้ก็ยังยึดติดอยู่กับแนวคิดและทฤษฎีการเรียนรู้เช่นเดียวกับการเสนอตัวแบบ และ ต่อมาได้มีการนำเอารูปแบบของกระบวนการคิดที่อยู่ภายในให้เป็นกลไกในการปรับแปลงการกระทำ และพฤติกรรมจึงทำให้เทคนิคการแก้ปัญหานี้ถูกจัดอยู่ในกลุ่ม CBM

2. ปัจจัยทางการควบคุมตนเอง (Self-Control) การควบคุมตนเองนั้นอยู่ในขอบเขตของการ ปรับพฤติกรรมมาตั้งแต่ต้น Skinner (1953) ซึ่งให้เห็นว่า คนเราใช้วิธีการควบคุมตนเองเช่นเดียวกับ วิธีการควบคุมผู้อื่น ซึ่งแนวคิดนี้เองได้นำมาใช้ในการปรับพฤติกรรมเพื่อให้สามารถควบคุมน้ำหนัก ของตนเองได้ ต่อมาช่วงปลายทศวรรษที่ 1960 ได้มีการนำเอากระบวนการทางปัญญามาใช้อธิบาย กระบวนการควบคุมตนเอง ซึ่ง Homme (1965) กล่าวว่า เป็นการกระทำของจิตซึ่งมีกระบวนการ เช่นเดียวกับกระบวนการเรียนรู้ การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ เพียงแต่เป็นกระบวนการภายในเท่านั้นเอง จากความคิดเช่นนี้เองทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการศึกษาทางด้านการควบคุมตนเอง จาก กระบวนการภายนอกมาสู่กระบวนการเปลี่ยนแปลงความคิดภายในแทน

3. ปัจจัยทางด้านการบำบัดทางปัญญา (Cognitive therapy) ได้มีนักจิตวิทยาและจิตแพทย์ หลายท่านได้พัฒนาเทคนิคการบำบัดทางปัญญาขึ้นมาหลายเทคนิคด้วยกัน และมีข้อสันนิษฐานที่ เหมือนกันอยู่ประการหนึ่ง คือ กระบวนการปรับตัวทางปัญญาที่ไม่เหมาะสมก่อให้เกิดความผิดปกติ ทางจิต ซึ่งวิธีการเปลี่ยนแปลงที่ดีที่สุดคือ การปรับกระบวนการทางปัญญาเหล่านั้น

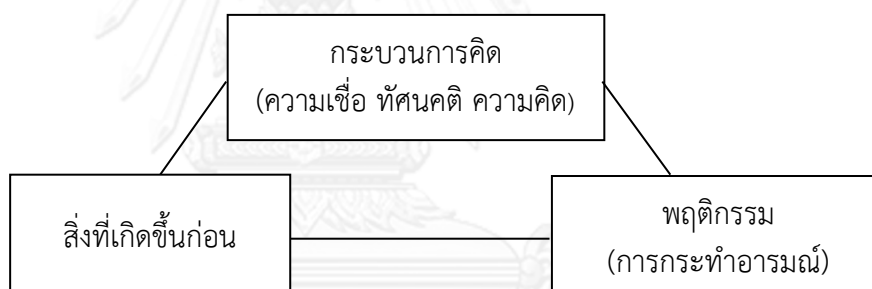
สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญามีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ โดยเน้นที่การ ปรับเปลี่ยนทางปัญญาเพื่อส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนทางพฤติกรรม ซึ่งมีปัจจัยพื้นฐานที่ทำให้เกิดการ ปรับเปลี่ยนแนวทางในการบำบัดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา 3 ปัจจัย คือ ปัจจัยทางด้านจิตวิทยาทาง ปัญญา ปัจจัยทางการควบคุมตนเอง และปัจจัยทางด้านการบำบัดทางปัญญา ซึ่งเชื่อว่าจะทำให้เกิด การปรับเปลี่ยนจากภายในซึ่งมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอกของบุคคล

3.2 ความหมายของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ได้มีผู้เชี่ยวชาญให้ความหมายและคำจำกัดความของกระบวนการทางปัญญา และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไว้ ดังต่อไปนี้

ประเทือง ภูมิภักทราคม (2540) กล่าวว่า การปรับวิถีปฏิบัติและพฤติกรรมทางปัญญา คือ เทคนิคการปรับเปลี่ยนตัวพฤติกรรมที่ดำเนินการแก้ไขเปลี่ยนแปลงตัวพฤติกรรม โดยมุ่งเน้นการจัดกระทำกับกระบวนการทางปัญญา เช่น ความคิด ความเชื่อ และการรับรู้ ซึ่งกระบวนการทางปัญญา ดังกล่าวนี้น่าจะมีบทบาทสำคัญในการเกิดพฤติกรรม พฤติกรรมที่มีความผิดปกติหรือพฤติกรรมที่มีปัญหาที่เกิดจากการรับรู้ การตีความหมาย และแบบการคิดผิดพลาด การแก้ไข การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจึงต้องมีการปรับเปลี่ยนและแก้ไขกระบวนการทางปัญญาเสียใหม่

เธียรชัย งามทิพย์วัฒนา (2549) กล่าวถึง กระบวนการทางปัญญาว่าเป็นขั้นตอนและกระบวนการทางความคิด ประกอบด้วย ขั้นตอนของความเข้าใจ การตัดสินใจ ความจำ และการใช้เหตุผล ส่วนการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้นเป็นจิตบำบัดระยะสั้นสาขาหนึ่งซึ่งเน้นการบำบัดที่อาศัยเฉพาะบางอาการ โดยมีสมมติฐานว่าส่วนใหญ่ของปัญหาทางจิตใจและพฤติกรรมเป็นผลมาจากกระบวนการคิดที่ผิดปกติ หรือคิดในแง่ลบ (Negative cognition) โดยมีความสัมพันธ์ของความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ในลักษณะที่มีผลต่อกันและกัน ดังแผนภาพที่ 3



แผนภาพที่ 3 แสดงความสัมพันธ์ของความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ในลักษณะที่มีผลต่อกันและกัน

สมโภชน์ เอี่ยมสุภชาติ (2549) กล่าวว่า ตัวแปรทางปัญญา ประกอบด้วย ความคิด ความเชื่อ ความรู้ เจตคติ ค่านิยม ความคาดหวัง อารมณ์และความรู้สึก โดยตัวแปรเหล่านี้ไม่สามารถที่จะรู้ได้ จนกว่าจะมีการแสดงออก แต่จะต้องระวังว่าพฤติกรรมที่แสดงออกอาจไม่ใช่สิ่งที่สะท้อนถึงตัวแปรทางปัญญาที่แท้จริง

Kazdin (1978) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญาเป็นกระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก โดยการเปลี่ยนความคิด การตีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน หรือกลวิธีในการสนองตอบ หรืออีกนัยหนึ่งก็คือ การเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม

Dryden & Golden (1987) กล่าวว่า กระบวนการและขั้นตอนทางปัญญา หมายถึง ความคิด ความหมาย จินตภาพ ความเชื่อ ความคาดหวัง การระบุเหตุ เป็นต้น ซึ่งมีความสำคัญมาก เพราะทำหน้าที่เป็นสื่อกลางระหว่างสิ่งเร้ากับอารมณ์ และพฤติกรรม

Meichenbaum (1989) ได้อธิบายกระบวนการทางปัญญา ออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

1. กระบวนการทางปัญญา ในความหมายของ “สิ่งที่เกิดในการรู้คิด” ซึ่งมีคุณลักษณะเป็นการคิดและการมีภาพในใจโดยการรู้สึกตัวของบุคคล และสามารถดึงออกมาใช้เมื่อต้องการ ซึ่ง Beck ใช้คำว่า การคิดแบบอัตโนมัติ Meichenbaum อธิบายว่า เป็นการพูดในใจ หรือสิ่งที่เกิดขึ้นภายใน และเป็นตัวกลางประสานระหว่างความเป็นเหตุผล ความคาดหวัง และงานที่เกี่ยวกับความคิด ดังนั้น การคิดแบบอัตโนมัติจึงรวมถึงภาพในใจ คำสัญลักษณ์ต่างๆของบุคคล ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อบุคคลเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ สถานการณ์ที่จะต้องตัดสินใจหรือเมื่อมีความหวังอย่างใดอย่างหนึ่ง

2. กระบวนการทางปัญญาในลักษณะกระบวนการของการรู้คิด เป็นขั้นตอนและกระบวนการที่เราจัดการกับข้อมูลจำนวนมากที่เข้ามาสู่บุคคล จึงเกิดการเลือกว่าจะให้ความสนใจในเรื่องใดบ้าง ในเวลาใดบ้าง และเลือกวิธีการประเมินข้อมูล ทำความเข้าใจในข้อมูลที่นำเสนอและอื่นๆ โดยกระบวนการต่างๆ เหล่านี้เกิดขึ้นอย่างเป็นอัตโนมัติ และบุคคลมักไม่ทราบว่าตนเองมีกระบวนการจัดการกับข้อมูลของตนเองอย่างไร

3. กระบวนการทางปัญญาในลักษณะของโครงสร้าง ซึ่งโครงสร้างของระบบการคิดจะประกอบด้วย บุคลิกลักษณะนิสัยส่วนตัวของแต่ละบุคคลการตระหนักในสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ความต้องการที่ซ่อนแฝงอยู่ ความเชื่อ การให้ความหมายสิ่งต่างๆ คำสัญญา และเป้าหมายส่วนบุคคล ที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการประมวลผลข้อมูล และการจัดการกับพฤติกรรมของตนเอง และมีอิทธิพลต่อกระบวนการประเมินสถานการณ์ต่างๆ อีกด้วย โดยจะเน้นตัวกรองและเลือกข้อมูลต่างๆ ที่จะเข้าไปในกระบวนการจัดการกระทำกับข้อมูล

สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญาเป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยเน้นการจัดการกระทำกับกระบวนการทางปัญญา เปลี่ยนระบบความคิด ความเชื่อ ความรู้ เจตคติ ค่านิยม ความคาดหวัง อารมณ์และความรู้สึก รวมถึงการตีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน และการตอบสนองขั้นตอนการรู้คิดดังกล่าวเป็นกระบวนการคิดแบบอัตโนมัติที่เกิดขึ้นในใจ โดยจะเป็นสื่อกลางระหว่างสิ่งเร้ากับอารมณ์ และวิถีประพฤติกรรมปฏิบัติ ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อบุคคลเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่จะต้องมีการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ หรือต้องมีการตัดสินใจอย่างใดอย่างหนึ่ง

3.3 ความเชื่อเบื้องต้นของแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

นักปรับพฤติกรรมทางปัญญาได้มีความเชื่อเกี่ยวกับแนวคิด ดังนี้ (Kazdin, 1978)

ความเชื่อที่ 1 กิจกรรมทางปัญญานั้นมีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรมที่อยู่ภายนอก การทำงานของกระบวนการทางปัญญามีผลต่อวิถีปฏิบัติ เป็นการย้ายความคิดของรูปแบบการใช้สื่อกลางเป็นประโยชน์ในการบำบัด หรืออธิบายวิถีปฏิบัติ ถึงแม้ว่านักทฤษฎีพฤติกรรมนิยมรุ่นแรกๆ จะมีปัญหาเรื่องการแสดงให้เห็นถึงข้อมูลเชิงประจักษ์ที่จะพิสูจน์ความเชื่อนี้ แต่ปัจจุบันมีงานที่สนับสนุนแนวคิดนี้ เช่น งานในคลินิกได้ใช้แนวคิดนี้ในการบำบัดมากขึ้นและส่วนใหญ่ได้ผลดี ซึ่งแสดงถึงผลของกระบวนการทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมได้มากขึ้นเรื่อยๆ

ความเชื่อที่ 2 การทำงานของกระบวนการที่เกิดขึ้นทางปัญญาสามารถปรับและเปลี่ยนได้ นั่นคือ สามารถประเมินกระบวนการทางปัญญาได้ แม้ว่าจะต้องศึกษาหาวิธีที่จะทำให้มีความเที่ยงและความตรงมากขึ้นเรื่อยๆ ต่อไปก็ตาม การประเมินกระบวนการทางปัญญาก็เพื่อเลือกบางส่วนที่

เหมาะสมและเข้าไปจัดกระทำเพื่อประโยชน์ในการเปลี่ยนพฤติกรรม โดยกระบวนการหนึ่งๆ ในกระบวนการทางปัญญานั้นเป็นอิสระโดยตัวเอง ไม่จำเป็นต้องติดตามมาจากกระบวนการอื่นๆ

ความเชื่อที่ 3 การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสามารถกระทำได้ โดยการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญา โดยพยายามจัดการกับกระบวนการทางปัญญา เพื่อช่วยในการปรับเปลี่ยนวิถีปฏิบัติ และประเมินการเปลี่ยนวิถีปฏิบัติควบคู่ไปด้วย

สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญาเป็นเทคนิคหรือขั้นตอนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก โดยมุ่งเน้นที่การปรับเปลี่ยนขั้นตอนวิธีการทางปัญญา ซึ่งประกอบด้วย ระบบความคิด ความเชื่อ เจตคติให้มีเหตุมีผล เพราะการทำงานของขั้นตอนวิธีการทางปัญญามีผลต่อการกระทำที่บุคคลแสดงออกมา ซึ่งขั้นตอนวิธีการทางปัญญานั้นมีความเป็นอิสระ สามารถประเมินได้ และการปรับขั้นตอนวิธีการทางปัญญาสามารถจัดให้มีขึ้นและสามารถเปลี่ยนได้ด้วยการฝึกฝน

3.4 ลักษณะกระบวนการทางปัญญาที่เป็นปัญหา

Hawton (1990) ได้ทำการรวบรวมขั้นตอนวิธีการทางปัญญาที่เป็นปัญหา ซึ่งสรุปได้ว่ามี 2 ลักษณะ คือ

1. ปัญหาที่บุคคลควบคุมขั้นตอนวิธีการทางปัญญาของตัวเองได้น้อยเกินไป เมื่อมีสิ่งเร้ามากระทบจะโต้ตอบกลับไปอย่างทันทีทันใด ไม่สามารถที่จะรอหรือประวิงเวลาการตอบโต้เพื่อให้พฤติกรรมของตนเองได้รับผลกระทบระยะยาวได้ เช่น พฤติกรรมของเด็กติดยาเสพติด ปัญหาเด็กหุนหันพลันแล่น ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว ปัญหาความวิตกกังวลต่อสภาพการณ์ เป็นต้น

2. ปัญหาที่เกิดจากบุคคลควบคุมขั้นตอนวิธีการทางปัญญามากเกินไปจนเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาขึ้น เพราะเมื่อสิ่งเร้ากระทบก็จะคิดในทางลบต่อตนเอง เช่น การตำหนิตนเอง คิดไม่มีเหตุผล เป็นต้น จนไม่สามารถจะตัดสินใจแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งออกมาได้ในลักษณะที่เหมาะสม หรือแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาออกมา

การได้เข้าใจถึงปัญหาของขั้นตอนวิธีการทางปัญญาทั้ง 2 ลักษณะนี้จะช่วยเป็นแนวทางให้มีการปรับเปลี่ยน และฝึกทักษะของกระบวนการทางปัญญาได้ถูกต้องและเหมาะสม นอกจากนี้ก็ปรับพฤติกรรมทางปัญญาซึ่งได้อธิบายลักษณะความสัมพันธ์ของขั้นตอนวิธีการทางปัญญาอารมณ์ และพฤติกรรม โดยแบ่งการพิจารณาความสัมพันธ์ได้เป็น 2 กลุ่ม คือ (Kalish, 1981)

1. ความสัมพันธ์ในลักษณะเอกพันธ์ (Homogeneity) เชื่อว่า ลักษณะพฤติกรรมภายในหรือกระบวนการทางปัญญาและลักษณะพฤติกรรมภายนอก มีลักษณะของการเกิด การคงอยู่ และการเปลี่ยนแปลงไปในลักษณะเดียวกัน ดังนั้นจึงทำให้พฤติกรรมที่อยู่ภายในเปลี่ยนมาเป็นภายนอกได้

2. ความสัมพันธ์ในลักษณะปฏิสัมพันธ์ (Interaction) หมายถึง การมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างพฤติกรรมภายใน หรือกระบวนการทางปัญญากับพฤติกรรมภายนอก นั่นคือ บุคคลแสดงพฤติกรรมภายนอกด้วยการชี้แนะจากกระบวนการทางปัญญา ในขณะที่เดียวกันพฤติกรรมภายนอกก็มีอิทธิพลต่อกระบวนการทางปัญญาด้วย โดยความเชื่อนี้รวมเอาภาวะทางจิตไว้กับกระบวนการทางปัญญา และรวมเอาภาวะทางสรีระวิทยาไว้กับพฤติกรรมภายนอก

สรุปได้ว่า กระบวนการทางปัญญาที่เป็นปัญหาเกิดจากบุคคลไม่สามารถควบคุมกระบวนการทางปัญญาของตนเองได้อย่างสมดุล กล่าวคือ หากควบคุมน้อยไปก็จะมีพฤติกรรมการโต้ตอบต่อสิ่ง

เร้าอย่างทันท่วงที หุนหันพลันแล่น และหากควบคุมมากเกินไปก็จะคิดลบต่อตนเองและแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมา ซึ่งบุคคลต้องเข้าใจถึงกระบวนการทางปัญญา ความสัมพันธ์ระหว่างปัญญา อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อฝึกทักษะของกระบวนการทางปัญญาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

3.5 การเลือกเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

จากการที่การปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้นมีอยู่ด้วยกันหลายเทคนิค เนื่องจากนักจิตวิทยาต่างก็พัฒนาเทคนิคของตนเองขึ้นมา จึงทำให้แต่ละเทคนิคนั้นมีแนวคิดและวิธีการในการปรับเปลี่ยนการกระทำทางปัญญาค่อนข้างจะแตกต่างกัน ในการเลือกเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเข้าใจลักษณะของแต่ละเทคนิคเสียก่อน ซึ่งแต่ละเทคนิคมีวิธีการดำเนินการที่แตกต่างออกไปตามปัญหาที่แตกต่างกัน เช่น

Spivact & Shur (1974) ได้เสนอวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาด้วยการแก้ปัญหาทางปัญญาระหว่างบุคคล (The Interpersonal Cognitive Problem-Solving) โดยเชื่อว่า เมื่อบุคคลได้รับการฝึกให้มีทักษะในการแก้ปัญหาหระหว่างบุคคลแล้ว ทักษะการแก้ปัญหาเชิงปัญญาระหว่างบุคคลจะมีบทบาทสำคัญต่อการปรับตัว ซึ่งกระบวนการของ Spivact & Shur คล้ายกับการบำบัดแบบการแก้ปัญหา (Problem-Solving Therapy) ของ D'Zurilla & Goldfried (1971) ที่กล่าวว่า เป็นการบำบัดในรูปแบบของการฝึกการควบคุมตนเอง มุ่งเน้นให้บุคคลสามารถที่จะบำบัดได้ด้วยตนเอง แต่วิธีการหรือเทคนิคของ Spivact & Shur นั้นนิยมใช้กันมากในการนำมาแก้ปัญหาเด็กก่อนวัยเรียน และเด็กที่มีปัญหาทางอารมณ์ และมุ่งเน้นที่การป้องกันการเกิดปัญหามากกว่าที่แก้ปัญหาโดยตรง ในขณะที่เทคนิคของ D'Zurilla & Goldfried นั้นสามารถนำมาใช้ในการบำบัดความเครียด ความซึมเศร้า ความกลัวในที่โล่งกว้าง ความโกรธ และพฤติกรรมก้าวร้าว และสามารถใช้ได้กับบุคคลที่กำลังเผชิญปัญหาอยู่ในขณะนั้น หรือใช้ในการฝึกให้กับบุคคลทั่วไปที่ยังไม่ได้เผชิญกับปัญหาใดๆ ทั้งนี้เพื่อให้บุคคลเหล่านั้นมีทักษะในการแก้ปัญหาเมื่อจะต้องเผชิญกับปัญหาในอนาคต (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต, 2549)

Beck (1976) กล่าวว่า ปัญหาด้านจิตนั้นเกิดขึ้นเพราะว่าบุคคลมีความคิดในลักษณะการปรับตัวไม่ได้ เช่น ความคิดที่ไม่เหมาะสม ไม่มีเหตุผลหรือการพูดกับตนเองอย่างไม่มีเหตุผล เป็นต้น ซึ่งเป็นการสะท้อนให้เห็นความเชื่อของเขาที่มีต่อตนเองและโลกที่เขาอยู่ วิธีการบำบัดก็คือ จะมุ่งเน้นความเชื่อพื้นฐานมากกว่าที่จะมุ่งในการกล่าวกับตนเอง วิธีการที่ Beck ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเรียกว่า การบำบัดทางปัญญา (Cognitive Therapy) ที่สามารถนำไปใช้บำบัดกับบุคคลที่มีอาการซึมเศร้า และมีปัญหาทางจิตเป็นส่วนใหญ่

Mahony & Arnkoff (1978) ได้แบ่งกลุ่มของเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาออกเป็น 3 ลักษณะด้วยกันคือ

1. กลุ่มที่เน้นการบำบัดโดยการเปลี่ยนโครงสร้างทางปัญญา (Cognitive Restructuring หรือ CR) เป็นกลุ่มที่มีความเชื่อว่า อารมณ์ที่ผิดปกติเป็นผลมาจากความคิดที่ไม่เหมาะสม ดังนั้นวิธีดำเนินการคือ ทำให้เกิดความคิดที่เหมาะสม เทคนิคการบำบัดในกลุ่มนี้ มีอยู่ด้วยกันหลายเทคนิค

แต่ที่เป็นที่ยอมรับ และใช้กันมากที่สุดมีอยู่ด้วยกัน 3 เทคนิค ได้แก่ การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม การบำบัดทางปัญญา และการหยุดความคิด

2. กลุ่มที่เน้นทักษะในการเผชิญกับปัญหา (Coping-Skill Therapy หรือ CS) เป็นกลุ่มที่เน้นการพัฒนาทักษะต่างๆ ให้กับผู้เข้ารับการบำบัดเพื่อที่ผู้เข้ารับการบำบัดจะสามารถเผชิญกับสภาพที่เครียดหรือวิตกกังวลได้เป็นอย่างดี

3. กลุ่มที่เน้นการบำบัดแบบแก้ปัญหา (Problem-Solving Skill Therapy หรือ PS) เป็นกลุ่มที่รวมเอาแนวคิดของกลุ่มที่ 1 และ 2 เข้ามาด้วยกัน โดยการพัฒนาทวิวิธีต่างๆ ที่จะใช้เพื่อจัดการกับปัญหาต่างๆ และรวมทั้งความเครียด ความวิตกกังวล ซึ่งกิจกรรมของกลุ่มนี้จะต้องดำเนินการร่วมมือระหว่างผู้เข้ารับการบำบัดเป็นอย่างดีในการวางแผนการทำการบำบัด

Ellis (1979) เชื่อว่าตัวแปรทางปัญญานั้น ได้แก่ ความคิด ความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล เป็นความคิดหรือความเชื่อที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงหรือเป็นไปได้อย่างแน่นอน บุคคลไม่ได้มีปัญหาใดๆ กับความสามารถในการแสดงออก วิธีการดำเนินการเพื่อปรับเปลี่ยนการกระทำและพฤติกรรมนั้น Ellis ได้เสนอวิธีการหลายๆ วิธี เช่น การจัดการกับระบบความคิด อารมณ์ และการกระทำ รวมถึงพฤติกรรม การบันทึกความคิดของตนเอง การใช้การบำบัดโดยหนังสือ การเล่นเกมบทบาทสมมติ การใช้ตัวแบบ การใช้จินตนาการ การฝึกการผ่อนคลาย เป็นต้น

Martin & Pear (1988) กล่าวว่า แนวคิดสำคัญของการปรับพฤติกรรมและการกระทำทางปัญญานั้น มีอยู่ 3 ประการ คือ

1. การที่แต่ละคนมีการตีความ และมีปฏิกิริยาโต้ตอบต่อเหตุการณ์ในส่วนของนัยรับรู้ กล่าวคือ พฤติกรรมของมนุษย์ถูกปรับเปลี่ยนโดยกระบวนการทางปัญญา
2. การขาดซึ่งปัญญาสามารถส่งผลให้ขาดระเบียบทางด้านอารมณ์
3. การที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและอารมณ์นั้นให้มุ่งเน้นที่การเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญาเป็นพื้นฐาน

วิธีการปรับเปลี่ยนการกระทำและพฤติกรรมโดยการเปลี่ยนแปลงระบบความคิด ความเชื่อ และเจตคติของ Martin & Pear ใช้วิธีการสอน การวิเคราะห์หาเหตุผล การให้ข้อมูล เพื่อให้บุคคลได้ตระหนักถึงระบบความคิดที่เกิดขึ้น และชักจูงให้บุคคลเห็นว่า ตนสามารถควบคุมความคิดของตนเองได้ (ประเทือง ภูมิภักทราคม, 2540)

ตารางที่ 1 แสดงรายการเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ใช้กันอยู่ในปัจจุบัน

ปี ค.ศ.	เทคนิค	นักจิตวิทยา	ตัวแปรทางปัญญา
1962	การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ (Rational Emotive Therapy หรือ RET)	Ellis	CR
1963	การบำบัดทางปัญญา (Cognitive Therapy)	Beck	CR
1971	การฝึกสอนตัวเอง (Self-Instructional Training)	Meichenbaum	CR
1971	การบำบัดแบบแก้ปัญหา (Problem-Solving Therapy)	D’Zurilla & Goldfried	PS

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ปี ค.ศ.	เทคนิค	นักจิตวิทยา	ตัวแปรทางปัญญา
1973	การฝึกการป้องกันความเครียด (Stress Inoculation Training)	Meichenbaum	CS
1993	การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy หรือ REBT)	Ellis	CR
1975	การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและพฤติกรรม (Rational Behavior Therapy)	Mahony	CR
1977	การบำบัดแบบควบคุมตนเอง (Self-Control Therapy)	Rehm	PS
1993	การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy หรือ REBT)	Ellis	CR

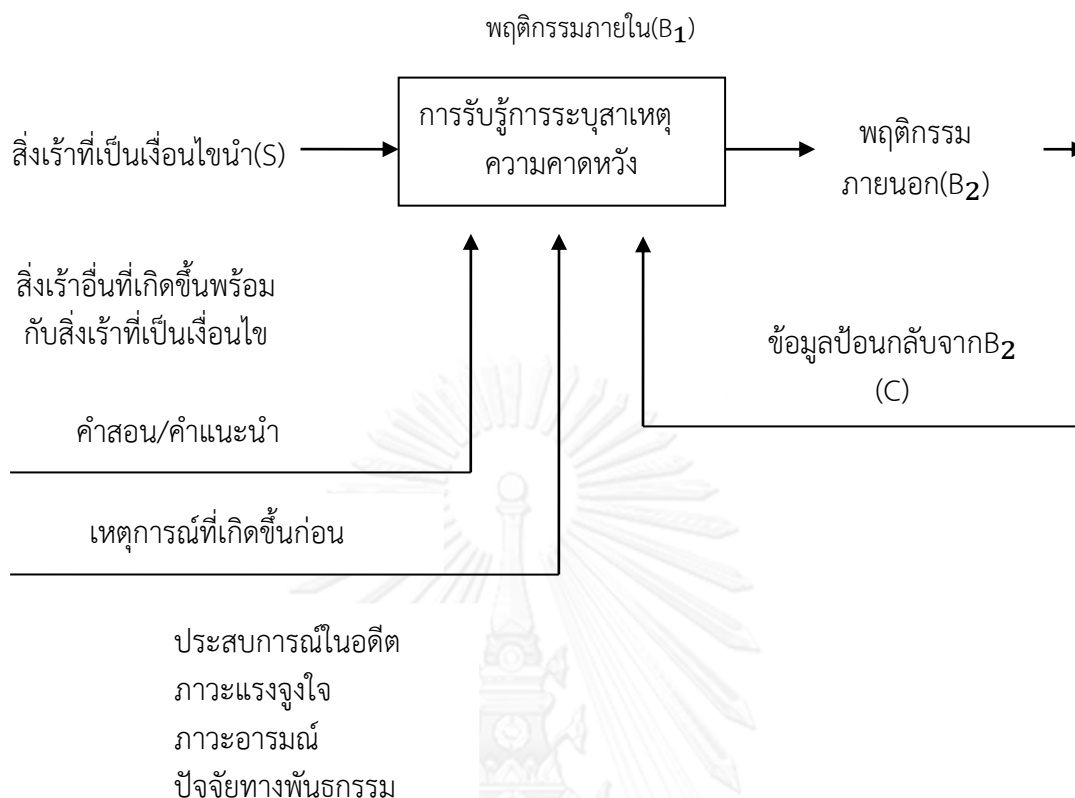
CR = การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางปัญญา

CS = ทักษะในการเผชิญปัญหา

PS = การแก้ปัญหา

เทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาอยู่บนพื้นฐานของแนวคิดพฤติกรรมนิยม ซึ่งแนวคิดนี้บูรณาการมาจากแนวคิดของนักจิตวิทยาในกลุ่มพฤติกรรมนิยม ซึ่งมุ่งที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกด้วยการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นระบบด้วยวิธีการวางแผนจัดการวางเงื่อนไขสิ่งเร้าและผลกรรมของพฤติกรรม และแนวคิดของนักจิตวิทยาในกลุ่มปัญญานิยมที่มีความเชื่อว่า พฤติกรรมของบุคคลที่เปลี่ยนแปลงนั้นเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางปัญญาภายใน ดังนั้นแนวคิดพฤติกรรมปัญญานิยมจึงเชื่อว่า มีสิ่งที่อยู่ระหว่างสิ่งเร้า (S) กับพฤติกรรมภายนอก (B₂) ซึ่งได้แก่ความคิด ความเชื่อ เจตคติ ความคาดหวัง โดยมีความเชื่อว่า การที่บุคคลติดต่อบางสิ่งเร้าที่ต่างหากที่จะทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลง โดยที่การเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญาด้วยวิธีการวางเงื่อนไขสิ่งเร้า และผลกรรมของกระบวนการทางปัญญา เมื่อกระบวนการทางปัญญาของบุคคลเปลี่ยนไปจะมีผลทำให้พฤติกรรมของบุคคลเปลี่ยนแปลงไปด้วย

เพื่อให้เห็นถึงกระบวนการอย่างชัดเจนของความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมภายใน (B₁) กับพฤติกรรมภายนอก (B₂) Kalish (1981) ได้เสนอรูปแบบทางปัญญาที่ชี้ให้เห็นถึงตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมภายใน (B₁) ดังนี้



แผนภาพที่ 4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมภายนอกกับพฤติกรรมภายใน

จากรูปแบบทางปัญญาในภาพที่ 4 จะเห็นว่าปัจจัยที่มีเหตุผลต่อพฤติกรรมภายใน ได้แก่

1. สิ่งเร้าที่เป็นเงื่อนไข (S)
2. สิ่งเร้าที่เกิดขึ้นพร้อมกับสิ่งเร้าที่เป็นเงื่อนไข ได้แก่ คำสอน คำแนะนำ
3. เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นก่อน ประกอบด้วย ประสบการณ์ในอดีต ภาวะแรงจูงใจ ภาวะอารมณ์ และปัจจัยทางพันธุกรรม

4. ข้อมูลป้อนกลับที่ได้รับจากการกระทำพฤติกรรมที่แสดงออก (B₂) ได้แก่ ข้อมูลที่ได้รับเมื่อการกระทำพฤติกรรมภายนอก (B₂) แล้วจะได้รับผลกระทบเช่นไร อันจะส่งผลต่อพฤติกรรม (B₁)

ปัจจัยทั้ง 4 ประการเป็นสิ่งที่มอิทธิพลต่อพฤติกรรมภายใน (B₁) เปลี่ยนแปลง และเนื่องจากพฤติกรรมภายนอก (B₂) ได้รับอิทธิพลจากพฤติกรรมภายใน (B₁) ดังนั้นเมื่อพฤติกรรมภายใน (B₁) เปลี่ยนแปลงไป จึงทำให้พฤติกรรมภายนอก (B₂) เปลี่ยนแปลงไปด้วย ซึ่งตามแนวคิดพฤติกรรมปัญญานิยม ได้นำหลักการนี้ไปใช้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญาและพฤติกรรมของบุคคลด้วยวิธีการวางเงื่อนไขสิ่งเร้า และผลกรรมตามกฎการเรียนรู้ของแนวคิดเชิงพฤติกรรม ซึ่งจากการวางเงื่อนไขสิ่งเร้าจะทำให้พฤติกรรมภายใน (B₁) เปลี่ยนแปลง แล้วส่งผลให้พฤติกรรมภายนอก (B₂) เปลี่ยนแปลงด้วย และผลกรรมหรือข้อมูลป้อนกลับที่ได้จากพฤติกรรมภายนอก (C) ก็จะมีผลต่อพฤติกรรมภายใน (B₁) ถ้าได้รับผลกระทบที่พึงพอใจ บุคคลก็จะมี ความคิด ความเชื่อ และเจตคติในทางบวกต่อพฤติกรรมภายนอก (B₂) นั้น ทำให้บุคคลได้รับผลกระทบที่ไม่พึง

พอใจ บุคคลก็จะมีความคิด ความเชื่อ และเจตคติในทางลบต่อพฤติกรรมภายนอก (B₂) นั้นและมีแนวโน้มที่จะไม่กระทำพฤติกรรมนั้นอีก

เทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีผู้สนใจและศึกษาอยู่หลายเทคนิคแตกต่างกันออกไป ดังตารางที่ 2 ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการแก้ปัญหา (Problem-solving) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

เทคนิคการแก้ปัญหา (Problem-solving) ได้รับการพัฒนาและเผยแพร่ให้เป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวางโดย D'Zurilla & Goldfried (1985) ซึ่งได้ดำเนินการวิจัยและพัฒนาการปรับพฤติกรรมทางปัญญาโดยใช้เทคนิคการแก้ปัญหา โดยเชื่อว่าวิธีการบำบัดโดยการแก้ปัญหานั้นเป็นรูปแบบของการฝึกควบคุมตนเอง โดยมุ่งเน้นให้ผู้เข้ารับการบำบัดสามารถที่จะบำบัดด้วยตนเอง

วิธีการฝึกให้ผู้เข้ารับการบำบัดสามารถที่จะแก้ปัญหาได้นั้น D'Zurilla & Goldfried (1985) ได้เสนอไว้ 5 ขั้นตอน ได้แก่

1. สร้างให้เกิดความเข้าใจในปัญหาและการแก้ปัญหา ความเข้าใจในปัญหาที่อาจจะมาจากหลายรูปแบบ รวมถึงความกังวล ความโกรธ และซึมเศร้า ผู้บำบัดจะต้องทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดเข้าใจว่า เป็นความจำเป็นอย่างมากที่จะต้องแยกแยะประเด็นของปัญหาให้ได้ เนื่องจากปัญหาบางอย่างเกิดขึ้นแล้วสามารถแก้ไขได้ แต่บางปัญหาเป็นสิ่งที่แก้ไขไม่ได้และทำให้ต้องหมกมุ่นกับปัญหานั้น เช่น การที่คนเราเป็นโรคเอดส์ แล้วคิดแต่เรื่องการเป็นโรคเอดส์ ซึ่งโรคเอดส์นั้นยังรักษาไม่ได้ เป็นสิ่งที่แก้ไขไม่ได้ ปัญหาจึงไม่ได้อยู่ที่การเป็นโรคเอดส์ หากแต่อยู่ที่จะปรับตัวเองให้อยู่กับการเป็นโรคเอดส์ได้อย่างไรมากกว่า การแยกแยะประเด็นปัญหาให้ได้ และทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดยอมรับได้ว่า ปัญหาที่แท้จริงอยู่ที่ไหน นับว่าเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญอย่างมากต่อความสำเร็จในการบำบัดแบบแก้ปัญหา ขั้นต่อมาผู้บำบัดจะต้องทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดมองเห็นและยอมรับว่าปัญหาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต และมนุษย์สามารถที่จะเรียนรู้ที่จะแก้ไขได้ โดยการทำความเข้าใจกับปัญหาในทางบวก นั่นคือ เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นบุคคลจะมีความรู้สึกนึกคิด ดังนี้

- รู้รู้ว่าเป็นปัญหา
- ระบู้ได้ว่าทำไมถึงเป็นปัญหา เพราะได้ทบทวนดูแล้วว่ามีผลกระทบกับตนเอง มีการตรวจสอบความรู้สึกของตนเองต่อปัญหานั้นว่าเป็นอย่างไร
- มองว่าปัญหาเป็นสิ่งที่ทำลาย และเป็นโอกาสที่ทำให้ได้พัฒนาตนเอง
- มีความตั้งใจ สัญญากับตนเองว่าจะใช้เวลา ใช้ความพยายาม พุ่มเทกำลังกาย กำลังสติปัญญา ความคิด ในการแก้ปัญหาให้ทันเวลาที่ได้กำหนดไว้
- ลดอารมณ์ที่เป็นอุปสรรคต่อการแก้ปัญหา เช่น อารมณ์เครียด เศร้า หมกมุ่น เป็นต้น
- เพิ่มอารมณ์ทางบวกที่มีผลต่อการแก้ปัญหา เช่น สดชื่น สบายใจ มีความหวัง ต้องการแก้ปัญหา เป็นต้น

2. กำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย ในขั้นตอนนี้ผู้บำบัดจะต้องช่วยให้ผู้เข้ารับการบำบัดกำหนดปัญหาและเป้าหมายให้ชัดเจน โดยที่เป้าหมายนั้นสามารถกำหนดได้ 3 แนวทาง คือ มุ่งแก้ปัญหาที่สภาพของปัญหา มุ่งแก้ที่อารมณ์หรือความคิดต่อสภาพการณ์ของปัญหานั้น หรือมุ่งแก้ที่ทั้งสภาพการณ์ของปัญหาและอารมณ์หรือความคิดต่อสภาพการณ์ของปัญหานั้น

3. เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆทาง ขึ้นตอนนี้ผู้บำบัดจะใช้เทคนิคการระดมสมอง โดยให้ผู้เข้ารับการบำบัดคิดวิธีการแก้ปัญหาหลายๆ วิธีให้มากที่สุดเท่าที่จะคิดได้ โดยที่ไม่ต้องคำนึงว่าวิธีการแก้ปัญหาเหล่านั้นจะแก้ปัญหาได้หรือแก้ปัญหาไม่ได้ ผู้บำบัดจะต้องชี้แนะให้ผู้เข้ารับการบำบัด เข้าใจว่าวิธีการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องคิดและประเมินกระบวนการแก้ปัญหาหลายๆทางและเลือกกระบวนการแก้ปัญหาที่ประเมินแล้วว่าจะมีประสิทธิภาพมากที่สุด ในการแก้ปัญหา ผู้บำบัดต้องไม่แสดงอาการใดๆ ว่าไม่เห็นหรือขัดแย้งความคิดของผู้เข้ารับการบำบัด คิดวิธีการแก้ปัญหาให้มากที่สุดที่จะทำได้เท่านั้น พร้อมทั้งให้การเสริมแรงกับวิธีการแก้ปัญหาที่ผู้เข้ารับการบำบัดคิดได้ และให้ผู้เข้ารับการบำบัดจดบันทึกวิธีการแก้ปัญหาที่ผู้เข้ารับการบำบัดคิดได้ลงในกระดาษ

4. ตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด โดยเลือกจากวิธีการแก้ปัญหาที่คิดได้ขึ้นตอนที่ 3 ซึ่งวิธีการเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุดนั้นสามารถทำได้โดยการให้ผู้เข้ารับการบำบัด พิจารณาผลที่เกิดขึ้นจากวิธีการแก้ปัญหาในแต่ละวิธี โดยให้พิจารณาทั้งในด้านบวกและด้านลบ อาจทำได้โดยการ กำหนดมาตรฐานทางลบไว้เป็น 10 และมาตรฐานทางบวกไว้เป็น 10 เช่นกัน จากนั้นให้ผู้เข้ารับการบำบัด พิจารณาว่า ผลทางลบที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากวิธีการแก้ปัญหาดังกล่าวมีอะไรบ้าง และผลทางบวกที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากวิธีการแก้ปัญหาดังกล่าวมีอะไรบ้าง เมื่อทำรายการผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นแล้ว ขึ้นต่อไปคือ การกำหนดค่าความรุนแรงของผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นตามมาตรา 1 ถึง 10 ทั้งทางบวกและทางลบ จากนั้นให้นำผลที่ได้จากทั้งทางบวกและทางลบมาหักลบกัน ถ้าคะแนนออกมาทางบวกแสดงว่าวิธีการแก้ปัญหานั้นน่าจะส่งผลที่ดี แต่ถ้าออกมาทางลบเราก็น่าจะตัดวิธีการแก้ปัญหานั้นทิ้งไป

5. ดำเนินการแก้ปัญหาตามวิธีการที่เลือกและประเมินผลที่เกิดขึ้น ถ้าการดำเนินการแก้ปัญหาประสบความสำเร็จ กระบวนการบำบัดแบบแก้ปัญหาถือได้ว่าเสร็จสิ้น แต่ถ้าประเมินผลแล้วพบว่า ปัญหายังไม่ได้รับการแก้ไข ก็อาจต้องย้อนกลับไปพิจารณาในขั้นตอนที่ 4 อีกครั้ง แล้วเลือกวิธีการแก้ปัญหาลำดับถัดไป หรือบางทีอาจจะต้องย้อนกลับไปพิจารณาในขั้นตอนที่ 3 หรือ 2 ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละกรณี

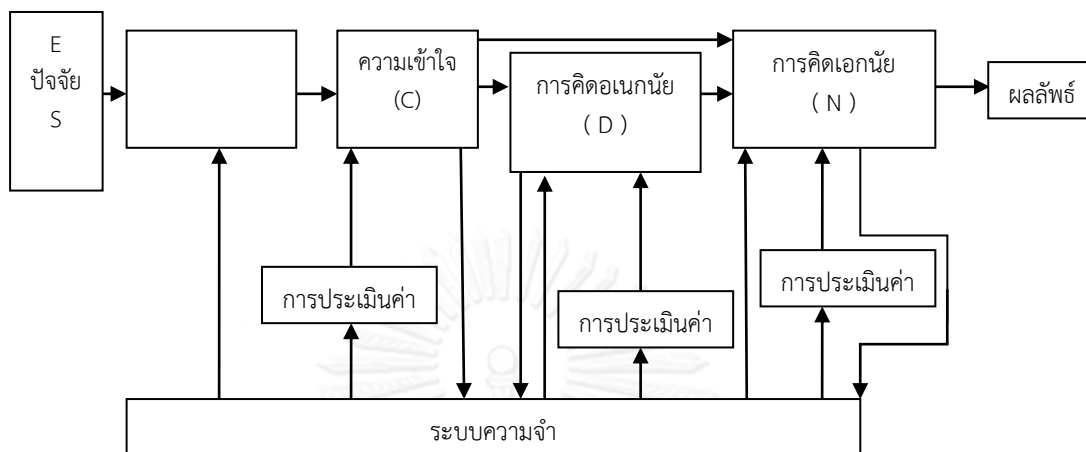
นอกจากนี้แล้ว เทคนิคการแก้ปัญหานักจิตวิทยาและนักการศึกษาหลายท่าน ได้เสนอทฤษฎีที่เกี่ยวข้องไว้หลายทฤษฎี ดังนี้

ทฤษฎีเชาวน์ปัญญาของ Guilford (1967) อธิบายรูปแบบการแก้ปัญหาโดยทั่วไป ประกอบด้วย การทำงานของกระบวนการทางสมอง 5 ด้าน ได้แก่

1. การปฏิบัติการคิด (Operation) คือ การจำ (Memory)
2. การรู้การเข้าใจ (cognitive)
3. การคิดแบบอนอกนัย (Divergent Thinking)
4. การคิดเอกนัย (Convergent Thinking)
5. การประเมินค่า (Evaluation)

ความสามารถทั้ง 5 จะทำงานผสมผสาน นั่นคือ เมื่อบุคคลได้รับปัญหาจากสิ่งแวดล้อม บุคคลจะทำความรู้จักกับสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวกับโครงสร้างของปัญหา โดยแปลงรูปให้เข้ากับความรู้เดิมที่มีอยู่ในส่วนของความจำ และประเมินกลั่นกรองแยกแยะ วิเคราะห์ข้อมูลและหาทางออกของปัญหา โดยการคิดอนอกนัยและเอกนัย Guilford (1967) ได้นำการปฏิบัติโครงสร้างทางเชาวน์ปัญญา

อธิบายกระบวนการแก้ปัญหา (Problem-solving Process) ซึ่งมีกระบวนการในการแก้ปัญหตามแผนภาพที่ 5



แผนภาพที่ 5 กระบวนการแก้ปัญหาทฤษฎีทางเขาวนปัญญาของ Guilford (Problem-Solving Process)

จากภาพสามารถอธิบายกระบวนการในการแก้ปัญหา ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่

1. ขั้นใส่ใจ (Attention) เมื่อมีปัญหาหรือสิ่งเร้าที่มาจากสิ่งแวดล้อม (Environment, E) หรือสิ่งเร้าที่มาจากสมอง แรงจูงใจ หรืออารมณ์ภายในตนเอง (Somatic, S) บุคคลก็จะเลือกที่จะสนใจหรือไม่สนใจต่อปัญหาหรือสิ่งเร้านั้นๆ โดยได้รับข้อมูลจากหน่วยความจำมาใช้ในการตัดสินใจ
2. ขั้นความเข้าใจ (Cognition) หลังจากที่บุคคลสนใจต่อปัญหาแล้วก็จะพยายามทำความเข้าใจปัญหานั้น โดยรับข้อมูลจากหน่วยเก็บความจำและมีการประเมินตรวจสอบความเข้าใจ
3. ขั้นการคิดเอนกนัย (Divergent Production) เมื่อทำความเข้าใจในปัญหาแล้ว บุคคลจะหาคำตอบโดยพยายามสร้างทางเลือกที่หลากหลาย มีการรับส่งข้อมูลกับหน่วยเก็บความจำ และมีการประเมินความคิดที่หลากหลายนี้เช่นกัน
4. ขั้นการคิดเอกนัย (Convergent Production) เมื่อสร้างทางเลือกของคำตอบที่หลากหลายแล้ว บุคคลก็จะพยายามคิดหาคำตอบเพียงคำตอบเดียวเพื่อใช้แก้ปัญหา โดยการส่งคำตอบเพื่อประเมินคำตอบที่หน่วยเก็บความจำ ในที่สุดก็ออกมาเป็นคำตอบในการแก้ปัญหา แต่ก็อาจจะมีการข้ามขั้นตอนของความเข้าใจไปสู่ขั้นการคิดเอนกนัยก็ได้

Guilford (1967) ได้เสนอวิธีการแก้ปัญหาว่า ประกอบด้วยขั้นตอนและกระบวนการที่เกิดขึ้นต่างๆ 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ (Preparation) หมายถึง ขั้นในการตั้งปัญหาหรือค้นหาว่าปัญหาที่แท้จริงของเหตุการณ์นั้นๆคืออะไร หรือค้นหาข้อมูลที่แท้จริงของปัญหานั้นๆ
2. ขั้นวิเคราะห์ปัญหา (Analysis) หมายถึง ขั้นในการพิจารณาว่าสิ่งใดบ้างที่เป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาหรือมีสิ่งใดบ้างที่ไม่ได้เป็นสาเหตุสำคัญของปัญหา

3. ขั้นการเสนอแนวทางในการคิดแก้ปัญหา (Production) หมายถึง วิธีการแก้ปัญหาให้ตรงกับสาเหตุของปัญหา

4. ขั้นตรวจสอบผลลัพธ์ (Verification) เพื่อตรวจสอบผลลัพธ์ที่ได้จากการเสนอวิธีการคิดแก้ปัญหา หากพบว่าผลลัพธ์ที่ได้มานั้นยังไม่ใช่ผลที่ถูกต้องก็ต้องมีการเสนอวิธีการแก้ปัญหาใหม่จนกว่าจะได้วิธีการที่ดีที่สุดหรือวิธีการที่ถูกต้องที่สุด

5. ขั้นการนำไปประยุกต์ใช้ใหม่ (Reapplication) หมายถึง การนำเอาวิธีการแก้ปัญหาที่ถูกต้องไปใช้ในโอกาสข้างหน้าในปัญหาที่คล้ายคลึงกัน

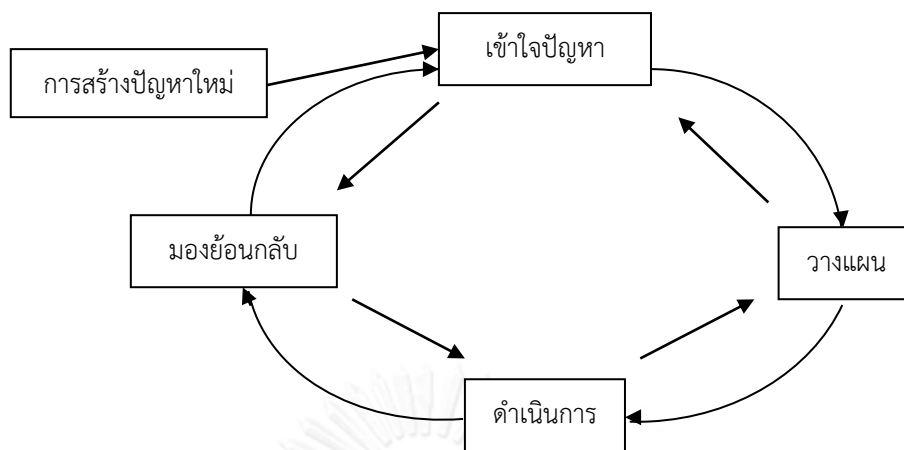
Wallas (1972) ได้กล่าวถึงกระบวนการคิดแก้ปัญหาไว้ในหนังสือ The Art of Thought ว่า มีอยู่ 4 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นเตรียม (Preparation) เป็นขั้นที่ผู้แก้ปัญหาเลือกปัญหารวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา
2. ขั้นฟักตัว (Incubation) เป็นขั้นที่ผู้แก้ปัญหาหันความสนใจออกไปจากปัญหาไปยังกิจกรรมอื่นๆ
3. ขั้นเกิดความคิดหรือเข้าใจปัญหา (Illumination) ผู้แก้ปัญหาจะเกิดความคิดความเข้าใจปัญหาขึ้น
4. ขั้นตรวจสอบ (Verification) เป็นขั้นที่ผู้แก้ปัญหา ตรวจสอบคำตอบของตนเองว่าสามารถใช้ได้หรือไม่

Weir (1974) ได้เสนอขั้นตอนในการแก้ปัญหาไว้ 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดปัญหา หมายถึง การบอกหรืออธิบายสภาพปัญหาจากสถานการณ์
2. การวิเคราะห์ปัญหา หมายถึง การระบุสาเหตุของปัญหาโดยการแยกแยะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับสาเหตุของปัญหาได้
3. การเสนอวิธีการแก้ปัญหา หมายถึง การบอกวิธีการที่เหมาะสมสำหรับการนำมาใช้แก้ปัญหาที่มาจากการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา
4. การวิเคราะห์ผลจากการแก้ปัญหา หมายถึง การบอกหรืออธิบายผลที่จะเกิดขึ้นจากวิธีการแก้ปัญหา

Wilson (1993) กล่าวว่า ในกระบวนการแก้ปัญหาเมื่อผู้แก้ปัญหาคำความเข้าใจปัญหา และวางแผนแก้ปัญหาแล้ว อาจมีความจำเป็นที่จะต้องย้อนกลับมาพิจารณาปัญหา ทำความเข้าใจกับปัญหาให้มากขึ้น หรือเมื่อวางแผนแก้ปัญหาแล้ว แต่ขณะที่ได้ลงมือแก้ปัญหา อาจพบว่าไม่สามารถจะทำตามแผนได้ก็ต้องย้อนกลับมาวางแผนใหม่อีกครั้ง หรือทำความเข้าใจปัญหาใหม่ ดังนั้น Wilson จึงได้เสนอกระบวนการแก้ปัญหา 4 ขั้นตอนของ Polya ในลักษณะพลวัต (Dynamic) และแสดงเป็นวัฏจักร (Cyclic) ดังแผนภาพที่ 6



แผนภาพที่ 6 แสดงกรอบงานที่เน้นพลวัตและเป็นวัฏจักรของกระบวนการแก้ปัญหา

จากแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับขั้นตอนในการแก้ปัญหานักจิตวิทยาที่กล่าวมานั้น สามารถนำมาสรุปเปรียบเทียบได้ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบกระบวนการในการแก้ปัญหานักจิตวิทยา

นักจิตวิทยา	ขั้นตอนการแก้ปัญหา				
D'Zurilla & Goldfried	ทำความเข้าใจปัญหาและการแก้ปัญหา	กำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย	เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา	ตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหา	ดำเนินการแก้ปัญหาและประเมินผล
Guilford	สนใจในปัญหา	ทำความเข้าใจปัญหา	การคิดอเนกนัย	การคิดเอกนัย	
Dewey	เตรียมการค้นหาปัญหา	วิเคราะห์ปัญหา	เสนอแนวทางในการแก้ปัญหา	ตรวจสอบผลลัพธ์	
wallas	เตรียมเลือกปัญหา	หันความสนใจออกจากปัญหา	คิดหรือเข้าใจปัญหา	ตรวจสอบคำตอบ	
Weir	การกำหนดปัญหา	วิเคราะห์ปัญหา	เสนอวิธีการแก้ปัญหา	วิเคราะห์ผลจากการแก้ปัญหา	
Wilson	เข้าใจปัญหา	วางแผนแก้ปัญหา	ดำเนินการแก้ปัญหา	มองย้อนกลับ	

สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญามี 2 ขั้นตอน คือ การประเมินปัญญา เป็นขั้นตอนที่ทำให้ได้ข้อมูลเบื้องต้นที่จะทำไปดำเนินการปรับพฤติกรรม และการเลือกเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาซึ่งมีหลากหลายวิธีในการจัดการกับความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคล โดยบุคคลที่ได้รับการฝึกให้มีทักษะในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางปัญญาจะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกด้วย ทั้งนี้เทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่เป็นที่ยอมรับคือ การใช้เทคนิคการแก้ปัญหาของ D'Zurilla & Goldfried โดยเชื่อว่า วิธีการบำบัดโดยการแก้ปัญหาเป็นรูปแบบของการฝึกการควบคุมตนเอง ซึ่งประกอบด้วย 5 ขั้นตอนคือ การสร้างความเข้าใจในปัญหาและการแก้ปัญหา การกำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆทาง การตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด และการดำเนินการแก้ปัญหาตามวิธีการที่เลือกและประเมินผลที่เกิดขึ้น

ผู้วิจัยเลือกใช้แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ เนื่องจากการปรับพฤติกรรมทางปัญญานำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางปัญญาเพื่อที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยมุ่งเน้นการจัดกระทำกับความคิด ความเชื่อ และการรับรู้ ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการเกิดพฤติกรรม ทั้งนี้ในการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการบำบัดแบบการแก้ปัญหาของ D'Zurilla & Goldfried เพราะเป็นการบำบัดในรูปแบบของการฝึกการควบคุมตนเอง มุ่งเน้นให้บุคคลสามารถที่จะบำบัดได้ด้วยตนเอง และสามารถนำมาใช้ในการบำบัดความเครียด อาการซึมเศร้า ความกลัว ความโกรธ พฤติกรรมก้าวร้าว และสามารถใช้ได้กับบุคคลที่กำลังเผชิญปัญหาอยู่ในขณะนั้น หรือฝึกให้บุคคลมีทักษะในการแก้ปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาในอนาคต

ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

4.1 มโนทัศน์และความหมายของภูมิคุ้มกันทางใจ (Resilience Quotient)

ภูมิคุ้มกันทางใจ ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า “Resilience Quotient” หรือ RQ ซึ่งในภาษาไทยยังไม่มีคำบัญญัติศัพท์เป็นทางการ จึงมีการใช้คำแปลของ Resilience หลากหลายคำ เช่น ความหยุ่นตัวทางอารมณ์และจิตใจ (สำนักสุขภาพจิตและสังคม, 2552) ความยืดหยุ่นและทนทาน (สุจิตรา สมชิต, 2541; บุรินทร์ หลิมสุนทร, 2543; อัจฉรา กิตติวงศ์วิสุทธิ์, 2544) พลังเข้มแข็งและสร้างสรรค์ (สุนิพัช เปรมอมรกิจ, 2542) ความสามารถในการฟื้นหลัง (พัชรินทร์ อรุณเรือง, 2545) บุคลิกภาพการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ (ศิริเพิ่ม เขาวนศิลป์, 2543) ความยืดหยุ่นในการเอาชนะความทุกข์ (พิเชฐ อุดมรัตน์, 2552) เป็นต้น

การศึกษาเกี่ยวกับ RQ มีมาแล้วกว่าสี่ทศวรรษ โดยเริ่มต้นจากการศึกษาถึงความอ่อนแอของจิตใจ (vulnerability) การรับมือกับปัญหา (coping) ความต้านทานต่อความเครียด (stress resistance) และการปรับตัวได้ของเด็กและวัยรุ่นเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก (Ahernl, Ark, & Byers, 2008) ซึ่งพิจารณาถึงความเป็นเหตุเป็นผลของผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นของแต่ละคนเมื่อประสบกับความยากลำบากหรือได้รับความเจ็บปวด และพยายามทำความเข้าใจถึงกระบวนการ

แก้ปัญหาหรือการฟื้นคืนสภาพ (reverse) เช่น การต้องเผชิญกับผลการเรียนต่ำ ปัญหาพฤติกรรม การขาดแรงจูงใจ ความเจ็บป่วยทางร่างกายหรือความผิดปกติทางจิตใจ (Ingrid, 2006)

ในระยะแรก Anthony (1974) เป็นบุคคลแรกที่เสนอโมเดลเกี่ยวกับ RQ โดยใช้คำว่า ความสามารถในการคงทน (invulnerable) หรือความทนทานต่อความทุกข์ยากของเด็ก ต่อมา Rutter (1985) ได้ใช้คำว่า Resilience ซึ่งหมายถึง ความสามารถที่จะกลับสู่ภาวะปกติ (bounce back) หรือรับมือกับปัญหาได้ (cope) แม้จะต้องเผชิญกับเคราะห์กรรมมากมาย (adversity) และ Gamezy (1985) ได้ให้ความหมายที่สอดคล้องกันว่า RQ เป็นการดำรงไว้ซึ่งระดับของการต้านทาน รูปแบบต่างๆ อยู่ตลอดเวลาต่อทุกสถานการณ์ของชีวิต ดังนั้นคำว่า resilience จึงถูกใช้แทนที่คำว่า ความสามารถในการคงทนทางจิตใจ (invulnerable)

คำว่า “resilience” มาจากภาษาละติน 2 คำได้แก่ คำว่า “salire” ซึ่งหมายถึง การกระโดด หรือกระโดดขึ้น (to spring, spring up) และคำว่า “resilire” ซึ่งหมายถึง การสปริงตัวกลับหรือการ กระโดดกลับ (spring back) ดังนั้น resilience quotient จึงถูกมองว่าเป็นความสามารถในการคืน สภาพหรือการสปริงตัวกลับ (Khoshouei, 2009)

สำนักสุขภาพจิตและสังคม (2552) ได้ให้ความหมายของ RQ ไว้ว่า เป็นความยืดหยุ่นตัวทาง อารมณ์และจิตใจ หรือพลังสุขภาพจิตหรือภูมิคุ้มกันทางใจ เป็นสิ่งที่ทำให้เราสามารถผ่านพ้นภาวะ วิกฤตหรือเหตุการณ์ร้ายๆ ไปได้ โดยมีการฟื้นฟูสภาพอารมณ์และจิตใจได้อย่างรวดเร็ว ไม่จมอยู่กับ ความทุกข์ มีความยืดหยุ่น ปรับตัวได้ดี สามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขอีกครั้ง และในบาง คนที่มี RQ ดีก็สามารถพลิกวิกฤตเป็นโอกาสและมีจิตใจเข้มแข็งและแกร่งกว่าเดิม

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2551) กล่าวว่า RQ เป็นศักยภาพทางอารมณ์และจิตใจในการ ปรับตัว และฟื้นตัวภายหลังเหตุการณ์วิกฤติ หรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความยากลำบาก อันเป็น คุณสมบัติหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลผ่านพ้นปัญหาอุปสรรค และดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

Rutter (1985) กล่าวว่า RQ หมายถึง ความสามารถที่จะกลับสู่ภาวะปกติ (bounce back) หรือรับมือกับปัญหาได้ (cope) แม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคหรือเหตุการณ์ร้ายๆ (adversity)

Wolin and Wolin (1993) กล่าวว่า RQ เป็นศักยภาพในการต่อสู้กับความทุกข์ยากโดยการ พัฒนาทักษะต่างๆจนทำให้กลายเป็นความเข้มแข็งในที่สุด

Grotberg (1995) กล่าวว่า RQ เป็นศักยภาพของมนุษย์ในการเผชิญปัญหาหรือสถานการณ์ ที่ยากลำบากในชีวิตจนสามารถผ่านพ้นไปได้ ทำให้บุคคลมีความเข้มแข็ง

Kaplan (1999) กล่าวว่า RQ เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลยังคงใช้ศักยภาพที่มีอยู่ในการเผชิญกับ ปัญหาหรือสถานการณ์ที่ยุ่งยากในชีวิตแม้ในขณะที่อยู่ในภาวะเสี่ยง ศักยภาพนี้จะเน้นทักษะการ แก้ปัญหาและการมีแหล่งช่วยเหลือและป้องกันที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดำเนินชีวิตอยู่

Luthar (2003) กล่าวว่า RQ เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกัน และเป็น ขั้นตอนและกระบวนการที่ทำให้เกิดผลลัพธ์จากการโต้ตอบของแต่ละคนต่อความเสี่ยงนั้นๆ หรือที่มี ความอ่อนแอในสภาพแวดล้อมขณะนั้น

Sinclair and Wallston (2004) กล่าวว่า RQ เป็นความสามารถของบุคคลในการปรับตัว กลับสู่สภาพเดิมหลังจากเผชิญกับภาวะกดดัน

American Heritage Dictionary (2005) ให้ความหมาย RQ ว่าเป็นความสามารถในการฟื้นตัวอย่างรวดเร็วจากการเจ็บป่วย ความโศกเศร้า การเปลี่ยนแปลง ความโชคร้าย และสามารถคืนตัวสู่สภาพเดิมได้

Newman (2005) กล่าวว่า RQ เป็นศักยภาพของมนุษย์ในการปรับตัวให้เข้ากับเหตุการณ์หรือการเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่โศกเศร้า ความบาดเจ็บ (trauma) ความทุกข์ยาก (adversity) ความลำบาก (hardship) และการดำเนินชีวิตที่มีแต่ความเครียด

Ahern et al. (2006) กล่าวว่า RQ เป็นคุณลักษณะหรือบุคลิกภาพที่บรรเทาผลกระทบทางลบที่เกิดขึ้นจากความเครียดและเป็นการปรับตัว รวมไปถึงเป็นศักยภาพในการรับมือต่อการปรับเปลี่ยนความโชคร้ายที่ประสบอยู่

Nancy, et al. (2006) กล่าวว่า RQ เป็นศักยภาพเชิงบวกของบุคคลในการรับมือกับความเครียดและความล้มเหลวหรือการเปลี่ยนแปลงอย่างรุนแรง และบ่งชี้ถึงคุณลักษณะที่จะสามารถแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เลวร้ายในอนาคต

Ingrid (2006) กล่าวว่า RQ เป็นผลลัพธ์ทางบวกแม้จะมีประสบการณ์ที่ยากลำบาก เป็นความต่อเนื่องทางบวกหรือการปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพในเหตุการณ์ที่แตกต่าง และเป็นการฟื้นคืนสภาพหลังจากได้รับความบอบช้ำจากจิตใจ

Sun and Stewart (2007) กล่าวว่า RQ เป็นสิ่งที่ช่วยเสริมสร้างความสามารถของบุคคลให้สามารถเผชิญกับปัญหาและจัดการกับความเครียดได้ ซึ่งปัจจัยป้องกันนี้จะแสดงผลออกมาที่ต่อเมื่อเกิดความเสี่ยงขึ้น

สรุปได้ว่า ภูมิคุ้มกันทางใจ (Resilience Quotient) เป็นคุณลักษณะหรือบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลที่สามารถจะกลับเข้าสู่ภาวะปกติ และสามารถรับมือกับปัญหาได้ แม้ว่าจะต้องเผชิญกับความทุกข์ยาก ความลำบาก ทั้งนี้ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นกระบวนการที่เป็นพลวัตและเป็นกระบวนการปรับตัวของแต่ละบุคคลเพื่อให้เข้ากับเหตุการณ์หรือการต้องเผชิญหน้ากับสถานการณ์ความลำบาก ความเครียด หรือการหาทางออกจากอุปสรรคที่กำลังเผชิญ นอกจากนี้ยังเป็นปัจจัยป้องกันที่ใช้สำหรับการต่อต้านปัจจัยเสี่ยงในด้านต่างๆ ที่สะสมเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งยังเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดผลลัพธ์จากการตอบสนองต่อความเสี่ยงนั้นๆ แต่ละบุคคล

4.2 องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจ

Smokowski, Reynolds and Bezruczko (1999) ได้แบ่งปัจจัยการป้องกันความเสี่ยงเป็น 3 ประเภทหลักๆ คือ 1) คุณลักษณะส่วนบุคคล (personal attributes of the individual) 2) ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว (affectional within the family) และ 3) ระบบสนับสนุนภายนอก (existence of external support systems) เช่น โรงเรียน ชุมชน เป็นต้น

1. คุณลักษณะส่วนบุคคล (personal attributes of the individual) ได้แก่ 1) เพศหญิง และเพศชายช่วงเข้าสู่วัยรุ่น 2) การมีนิสัยง่าย ๆ 3) มีความรับผิดชอบ ความยืดหยุ่น และปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ 4) การมีอำนาจควบคุมภาพในตนเอง 5) มีอารมณ์ขัน ผ่อนคลาย เพื่อลดความเครียดและมองหาแนวทางอื่นๆ และ 6) มีความศรัทธาในศาสนา นอกจากนี้เด็กวัยรุ่นยังต้องแสดงถึงการมีสมรรถนะทางสังคม (social competence) ทักษะการแก้ปัญหา (problem-solving skills) มี

ความหวังในชีวิตและอนาคต (sense of purpose and future) การมีอิสระ (autonomy) มีความคาดหวังทางบวกในระดับที่สูง (high positive expectations) และมองโลกในแง่ดี (optimism)

2. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว (affectional within the family) เป็นความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว ครอบครัวมีหลักการ กฎระเบียบ และความคาดหวังต่อเด็กในเรื่องของการทำงานต่างๆอย่างประสบความสำเร็จไม่ว่าจะเป็นงานบ้านหรือการเรียน

3. ระบบสนับสนุนภายนอก (existence of external support systems) เป็นศักยภาพในการใช้ประโยชน์จากระบบสนับสนุนของสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ การได้รับแบบอย่างที่ดีจากพ่อแม่ กล่าวได้ว่าสิ่งแวดล้อมมีส่วนให้แต่ละคนเผชิญความเสี่ยงที่แตกต่างกัน แต่ขณะเดียวกันก็สามารถเป็นปัจจัยป้องกันเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีที่สุด แหล่งทรัพยากรเป็นปัจจัยทางบวกที่อยู่ภายนอกหรือรอบตัวของแต่ละคนและช่วยให้เอาชนะความเสี่ยง เช่น การสนับสนุนของผู้ปกครอง การแนะนำจากผู้ใหญ่ หรือองค์กรชุมชนที่จะสนับสนุนการพัฒนาเยาวชนในทางที่ดี

Grotberg (1995) หัวหน้าโครงการศึกษานานาชาติเรื่อง RQ (The International Resilience Project) ได้จำแนกปัจจัยที่ส่งเสริม RQ เป็น 15 ลักษณะ แบ่งเป็น 3 ประเภท แต่ละประเภทประกอบด้วย 5 ลักษณะ ดังนี้

1. สิ่งที่มี (I have) เป็นแหล่งสนับสนุนภายนอกที่ส่งเสริมให้เกิด RQ โดยการได้พัฒนาพื้นฐานความรู้ที่มั่นคงและปลอดภัยอันเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางใจ ซึ่งกรมสุขภาพจิตได้ขยายแนวคิดนี้ว่าหมายถึง คนที่รู้ว่าตนเองมีคนที่รัก ยังมีคนที่สำคัญอยู่ในชีวิตและมีคนคอยช่วยเหลือสนับสนุนเป็นเพื่อนเมื่อคราวทุกข์ใจ ประกอบด้วย 5 ลักษณะ คือ

1.1 การมีความไว้วางใจในสัมพันธภาพ (Trusting Relationship) เป็นการได้รับความรักและการยอมรับพ่อแม่ สมาชิกคนอื่นๆ ในครอบครัว ครูและเพื่อน ซึ่งเด็กทุกวัยต้องการความรักอย่างไม่มีเงื่อนไขจากพ่อแม่และบุคคลที่ให้การเลี้ยงดูในช่วงปฐมวัย (primary caregivers) รวมทั้งต้องการความรักและการประคับประคองทางอารมณ์ (Emotional Support) จากบุคคลอื่นๆ ด้วย

1.2 การมีหลักปฏิบัติและกฎเกณฑ์ที่บ้าน (Structure and Rules at home) การที่พ่อแม่กำหนดกฎเกณฑ์ต่างๆและการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่ชัดเจน มีความคาดหวังให้เด็กกระทำตาม และเชื่อมั่นว่าลูกสามารถทำตามได้ เป็นสิ่งที่ช่วยให้เด็กเรียนรู้ถึงความคาดหวังที่บุคคลอื่นมีต่อเขา โดยกฎเกณฑ์และกิจวัตรประจำวันนั้นจะประกอบด้วยภาระหน้าที่ต่างๆที่เด็กจะถูกคาดหวังให้กระทำ โดยขอบเขตและการปฏิบัติจะเป็นคำพูดที่ชัดเจนและให้ความเข้าใจเมื่อเด็กทำผิดกฎ ซึ่งจะช่วยให้เขาเข้าใจว่าเขาทำผิดอะไร บอกเด็กให้เข้าใจว่าเกิดอะไรขึ้น ลงโทษในกรณีที่ทำเป็นและหลังจากนั้นเด็กต้องได้รับการให้อภัยและปฏิบัติต่อเขาเช่นเดิม

1.3 การมีตัวแบบ (Role Models) พ่อแม่พี่น้องและคนอื่นๆ ในครอบครัวรวมทั้งเพื่อน เป็นบุคคลที่สามารถแสดงพฤติกรรมอันพึงปรารถนา และเป็นที่ยอมรับของเด็กได้ทั้งภายในและภายนอกครอบครัว บุคคลดังกล่าวทำให้เห็นว่าควรจะทำสิ่งนี้อย่างไร เช่น การแต่งตัว การสอบถามข้อมูลและสนับสนุนให้เด็กทำตามรวมทั้งเป็นแบบอย่าง (Model) ในด้านศีลธรรม จริยธรรม และแนะนำในเรื่องธรรมเนียมทางศาสนา

1.4 การได้รับการสนับสนุนให้มีอิสระในการกระทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง (Encouragement to be autonomous) ผู้ใหญ่โดยเฉพาะพ่อแม่ควรสนับสนุนให้เด็กได้กระทำการต่างๆ ด้วยตนเอง

และขอความช่วยเหลือได้เมื่อจำเป็น ช่วยให้เด็กได้เป็นอิสระในตนเอง ควรชื่นชมและให้ความช่วยเหลือเมื่อเด็กเริ่มที่จะเป็นอิสระ บางครั้งอาจฝึกปฏิบัติหรือพูดคุยให้เด็กเข้าใจและกระทำสิ่งนั้นโดยไม่พึ่งพิง ควรตระหนักถึงความไม่คงที่ของเด็กได้ดีพอๆกับรู้จักตนเอง ซึ่งจะช่วยให้ปรับระดับและความเร็วในการส่งเสริมความเป็นอิสระของเด็กได้อย่างเหมาะสม

1.5 การเข้าถึงแหล่งบริการด้านสุขภาพ การศึกษา สวัสดิการ และความปลอดภัยในชีวิต (Access to health, education, welfare and security services) เป็นแหล่งบริการที่เด็กพึ่งพาครอบครัวไม่ได้ เช่น โรงพยาบาล โรงเรียน สถานีตำรวจ หน่วยบริการอื่นๆ เป็นต้น

2. สิ่งที่ฉันเป็น (I am) เป็นปัจจัยที่อยู่ในตัวเด็กหรือความเข้มแข็งภายในของแต่ละบุคคล ได้แก่ ความรู้สึก ทักษะคิด และความเชื่อภายในตัวของเด็ก หรือคนที่ปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นคนที่ยึดตัวเองว่ามีคุณค่าอย่างไร และมีความสำคัญอย่างไร ประกอบด้วย

2.1 ความสามารถเป็นที่รัก และแสดงความรักต่อบุคคลอื่นได้ (Loveable and my temperament is appealing) เด็กจะตระหนักว่า ผู้คนชื่นชอบและรักเขา เขาจะทำตัวให้เป็นที่รักของผู้อื่นซึ่งจะช่วยให้เขาเป็นที่ชื่นชอบ เด็กจะมีความไวต่อความรู้สึกของผู้อื่น รู้ว่าผู้อื่นคาดหวังอะไรในตัวเขาและสามารถแสดงความรักต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

2.2 การเป็นผู้มีความรัก มีความรู้สึกร่วมและเห็นแก่บุคคลอื่น (Loving, empathic, and altruistic) เด็กที่มีความรักต่อผู้อื่นและแสดงความรักได้หลายวิธีจะใส่ใจว่าผู้อื่นเป็นอย่างไรและแสดงการกระทำและคำพูดที่ใส่ใจ เด็กจะรู้สึกไม่สบายใจและเป็นทุกข์กับผู้อื่นไปด้วย เขาต้องการที่จะทำในสิ่งที่เป็นการหยุดยั้งความทุกข์ หรือแบ่งเบาความทุกข์นั้นไว้

2.3 ความภาคภูมิใจในตนเอง (Proud of myself) เด็กจะรู้ว่าตนเป็นคนสำคัญและจะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ภูมิใจในความสามารถและความสำเร็จของตนเอง เด็กจะไม่ยอมให้คนอื่นกำหนดคุณค่าหรือลดคุณค่าในตัวเขา เมื่อต้องเผชิญปัญหาในชีวิต เด็กจะมีความเชื่อมั่นในตนเองและตระหนักถึงคุณค่าแห่งตน

2.4 การเป็นอิสระและรับผิดชอบการกระทำของตนเอง (Autonomous and Responsible) เด็กสามารถกระทำสิ่งต่างๆด้วยตนเองและยอมรับผลการกระทำนั้น เขาจะรู้สึกว่าการกระทำช่วยพัฒนาด้านต่างๆได้ และเขาจะยอมรับและรับผิดชอบต่อการกระทำนั้น เด็กจะเข้าใจขอบเขตของการควบคุมสถานการณ์ และตระหนักว่าบุคคลอื่นจะเป็นผู้รับผิดชอบ

2.5 การเป็นผู้มีความหวัง มีความศรัทธาและเชื่อมั่น (Filled with hope faith and trust) เด็กเชื่อว่าเขามีความหวังสำหรับตัวเขาเอง และมีบุคคลหรือสถาบันที่เขาสามารถจะเชื่อมั่นได้ เขามีสำนึกในความรับผิดชอบชีวิตและเชื่อในคุณความดี รวมทั้งต้องการที่จะดำเนินตามแนวทางนั้น

3. ฉันสามารถทำได้ (I can) เป็นปัจจัยด้านทักษะทางสังคมของเด็ก อันเกิดจากการเรียนรู้ด้วยการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และจากการมีผู้อื่นอบรมสั่งสอนได้แก่

3.1 การสื่อสาร (Communicate) เด็กสามารถแสดงความคิดและความรู้สึกต่อบุคคลอื่น เขาจะฟังว่าผู้อื่นกำลังพูดอะไร และตระหนักว่าเขาจะรู้สึกอย่างไร เด็กจะสามารถเชื่อมโยงความแตกต่างและทำความเข้าใจได้ รวมทั้งแสดงการกระทำตามผลการสื่อสารนั้น

3.2 การแก้ไขปัญหา (Problem solve) เด็กสามารถประเมินสภาพและขอบเขตของปัญหาได้ และคิดว่าเขาจะทำการแก้ไขอย่างไร จำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นอย่างไรบ้าง เขามีความสามารถในการต่อรองกับผู้อื่นในการเลือกทางออกของปัญหา และสามารถที่จะค้นหาทางออกด้วยวิธีการที่สร้างสรรค์หรือมีอารมณ์ขัน และมีความอดทนที่จะอยู่กับปัญหาจนกระทั่งแก้ไขปัญหาลงสำเร็จ

3.3 การจัดการกับความรู้สึกและแรงกระตุ้นต่างๆได้ (Manage my feeling and impulse) เด็กจะตระหนักถึงความรู้สึกของตนเอง ตั้งชื่อให้อารมณ์ต่างๆ และแสดงออกมาเป็นคำพูด และการกระทำโดยไม่ทำร้ายความรู้สึกและสิทธิของผู้อื่นและตนเอง จัดการกับแรงกระตุ้นที่ต้องการจะทุบตี ทำลายข้าวของ หรือวิ่งหนี

3.4 การประเมินอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ (Gauge the temperament of myself and others) เด็กสามารถตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะช่วยให้เด็กรู้ว่าเขาจะแสดงออกอย่างไรในสถานการณ์ต่างๆ

3.5 ความสามารถในการแสวงหาความสัมพันธ์ที่ไว้วางใจได้ (Seek trusting relationship) เด็กจะสามารถค้นหาใครบางคนซึ่งอาจเป็นพ่อแม่ ครู หรือคนอื่นๆที่เป็นผู้ใหญ่ที่เขาสามารถจะขอความช่วยเหลือ แบ่งปันความรู้สึก ความทุกข์ใจ สามารถร่วมกันค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหส่วนตัวและปัญหาระหว่างผู้อื่นได้

Polk (1997) ได้จำแนกรูปแบบของภูมิคุ้มกันทางใจเป็น 4 รูปแบบ 26 องค์ประกอบ ดังนี้

1. รูปแบบเชิงการจัดการ (disposition patterns) เป็นคุณลักษณะของบุคคลที่แสดงถึงปัจจัยการป้องกันความเสี่ยงหรือเป็นศักยภาพในการตอบสนองความรู้สึกของแต่ละคน ประกอบด้วยคุณลักษณะเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตและสังคม (Psychosocial attributes) กับคุณลักษณะทางร่างกาย (Physical attributes) เช่น เขาวินปัญญา (intelligence) การเคารพตนเอง (self-esteem) ความมั่นใจในตนเอง (self-confidence) และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) อารมณ์ (temperament) สุขภาพ (Health) ความเป็นอิสระและความไว้วางใจในตนเอง (Autonomy and self-reliance)

2. รูปแบบเชิงสัมพันธ์ภาพ (relational patterns) เป็นการรวมทักษะทางสังคมที่นำออกมาจากการสนับสนุนทางสังคมและความสัมพันธ์ของบทบาทของตนเองและชุมชน ซึ่งจะแสดงในลักษณะของการค้นหาต้นแบบที่ดี (role model) หาคคนที่ไว้วางใจ (confidants) การให้คำมั่นสัญญาในความสัมพันธ์และความสนิทสนม หรือเป็นคุณค่าภายนอกเกี่ยวกับการมีเครือข่ายทางสังคม

3. รูปแบบเชิงปรัชญา (philosophical patterns) เป็นความเชื่อส่วนบุคคลที่เชื่อว่า ชีวิตของแต่ละคนเป็นสิ่งที่มีความหมาย มีความสำคัญ และมีความหวัง ตลอดจนมีมุมมองของชีวิตที่สมดุล

4. รูปแบบเชิงสถานการณ์ (situational patterns) ประกอบด้วยทักษะทางพุทธิปัญญา (cognitive skills) เช่น ศักยภาพในการแก้ปัญหา (problem-solving ability) การสร้างสรรค์ (creativity) ศักยภาพในรับมือกับสถานการณ์ได้ดี (resourcefulness) ความยืดหยุ่น (flexibility) และความอดทน (perseverance)

Connor & Davidson (2003) ได้จำแนกองค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจออกเป็น 7 องค์ประกอบ คือ ความอดทน (hardiness) การปฏิบัติตน (action orientation) การรับรู้

ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) ความมั่นใจ (confidence) การปรับตัว (adaptability) ความอดกลั้น (patience) และการอดทน (endurance) ต่อการเผชิญความยากลำบาก

Sun & Stewart (2007) ได้จำแนกองค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

1. ระดับคุณลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ การเคารพตนเอง (self-esteem) การรับรู้ศักยภาพของตนเอง (self-efficacy) ศักยภาพในการแก้ปัญหา (capacity to solve problems) ศักยภาพในการร่วมมือและการสื่อสาร (cooperate and community) ความมุ่งหวังในชีวิต (sense of purpose in life) ความเป็นอิสระ (autonomy) และมีมุมมองที่ดีเกี่ยวกับครอบครัว เพื่อน และชุมชน (perceptions of family, peers, school and community)

2. ระดับครอบครัว ได้แก่ หน้าที่หลักในครอบครัว (center of family functioning) ความผูกพันในครอบครัว (family coherence) และวิธีการที่ครอบครัวเป็นส่วนหนึ่งของการรับมือกับปัญหาความเครียดในชีวิต (a unit copes with the stresses of life)

3. ระดับโรงเรียน ได้แก่ มุมมองของผู้ปกครองที่มีต่อการจัดระบบสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน (parents' perceptions of the school organizational environment) ศักยภาพในการจัดหาหลักการที่ดี (to provide good structure) กฎระเบียบมีความชัดเจนและสามารถใช้ควบคุมได้ (clear rules and regulation)

ดังนั้นจึงสามารถสรุปองค์ประกอบของ RQ จำแนกตามนักการศึกษา ได้ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 องค์ประกอบของ RQ

Werner (1989)	Grotberg (1995)	Polk (1997)	Connor & Davidson (2003)	Filborg et.al. (2003), Hjemdal et.al. (2006)	Sun & Stewart (2007), Scudder et.al. (2008)	Yu & Zhang (2007)	Khoshouei (2009)
1. คุณลักษณะส่วนบุคคล	1. สิ่งที่มี	1. รูปแบบเชิงการจัดการ	1. การปรับตัว	1. ความสามารถส่วนบุคคล	1. ระดับคุณลักษณะส่วนบุคคล	1. ยืนหยัดอดทน	1. แรงจูงใจไม่สัมฤทธิ์
2. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว	2. สิ่งที่มี เป็น	2. รูปแบบเชิงสัมพันธ์ภาพ	2. การมีมนุษย์สัมพันธ์	2. ความสามารถทางสังคม	2. ระดับครอบครัว	2. การมีจุดแข็ง	2. ความมั่นใจในตนเอง
3. ระบบสนับสนุนภายนอก	3. สิ่งที่มี สามารถทำได้	3. รูปแบบเชิงปรัชญา	3. การยืนหยัดอดทน	3. ความผูกพันในครอบครัว	3. ระดับโรงเรียน	3. การมองโลกในแง่ดี	3. การยืนหยัดอดทน
		4. รูปแบบเชิงสถานการณ์	4. การกำหนดเป้าหมายแห่งความสำเร็จ	4. สิ่งสนับสนุนจากสังคม	4. ระดับโรงเรียน		4. ความสามารถในการปรับตัว
			5. ความศรัทธา	5. แบบแผนส่วนบุคคล			

4.3 ลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ

จากความหมายองค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นว่า RQ เป็นคุณสมบัติทางบวกของบุคคลและเป็นศักยภาพภายในตัวบุคคลรวมกับปัจจัยภายนอก ดังนั้นนักการศึกษาจึงจำแนกลักษณะของ RQ ในลักษณะที่ต่างกัน ดังนี้

สำนักสุขภาพจิตและสังคม (2552) กล่าวว่า ภูมิคุ้มกันทางใจ หรือ RQ เป็นคุณสมบัติเฉพาะตัวของบุคคลที่ทำให้สามารถรับมือกับเหตุการณ์ไม่คาดฝันได้อย่างแข็งแกร่ง ซึ่งประกอบไปด้วยคุณสมบัติ 3 ด้าน คือ

1. ความมั่นคงทางอารมณ์: พลังอึด (Anguish) คือ มีความเข้มแข็งทางจิตใจ อารมณ์มั่นคง ไม่อ่อนไหวง่าย สามารถทนทานต่อภาวะกดดันได้ดี จัดการความเครียดและอารมณ์ทางลบได้อย่างเหมาะสม ควบคุมอารมณ์ให้สงบได้ ยึดอยู่กับทุกสถานการณ์ เป็นคนมีความภูมิใจ เห็นค่าของตัวเอง

2. กำลังใจ: พลังฮึด (Awaken) คือ มีศรัทธาและกำลังใจที่ดี ไม่ท้อถอย มีความมุ่งมั่น มั่นใจว่าตัวเองจะจัดการกับปัญหาได้ เชื่อว่าสิ่งเลวร้ายต่างๆ ย่อมผ่านพ้นไปได้ สามารถให้กำลังใจตัวเอง และได้รับกำลังใจจากคนรอบข้าง

3. การจัดการปัญหา: พลังสู้ (Insight) คือ ไม่หนีและสามารถต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคอย่างชาญฉลาด มองปัญหาว่าเคยผ่านมาแล้ว มีทักษะในการแก้ไขปัญหาคือ มีทักษะในการพูด รับฟังความคิดเห็น หาทางออกได้อย่างเหมาะสม แก้ปัญหาแบบยืดหยุ่น และสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ได้

Werner (1989) กล่าวว่า บุคคลที่มี RQ จะมี 4 ลักษณะ ดังนี้

1. เป็นบุคคลที่มีแนวโน้มในการจัดการกับปัญหา นั่นคือ เมื่อพวกเขามีปฏิสัมพันธ์กับสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิต พวกเขาจะมีวิธีการจัดการหรือแก้ปัญหาที่นั้น จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางบวก และมีความเข้มแข็ง เกิดการนับถือตนเอง (Self-esteem) และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy)

2. มีลักษณะธรรมชาติที่ดีในตนเอง เนื่องจากได้รับการเอาใจใส่ทางบวกจากผู้อื่นส่งผลให้พวกเขาสามารถเข้ากับคนรอบข้างได้ง่าย โดยทั่วไปเด็กจะผูกพันใกล้ชิดกับผู้เลี้ยงดู หรือผู้ใหญ่ที่เป็นบุคคลสำคัญในชีวิต มีอารมณ์ขันและมีทักษะในการเผชิญปัญหาและใช้ทรัพยากรภายในตนเอง (inner resources) เพื่อมีปฏิสัมพันธ์อย่างมีประสิทธิภาพภายในบริบทของเขา การได้รับความเอาใจใส่ทำให้พวกเขามีข้อมูลป้อนกลับทางบวก และเพิ่มประสิทธิภาพในการรับรู้ตนเอง

3. สามารถจัดการกับสิ่งท้าทายในชีวิตได้ ใช้สถานการณ์ทางลบให้เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายสูงสุดของเขา

4. รับรู้ถึงการควบคุมชีวิตของตน พัฒนาความมั่นคง (coherence) อันเป็นความเชื่อพื้นฐานว่า ชีวิตมีความหมายและพวกเขาสามารถควบคุมชีวิตของตนเองได้ การมีสำนึกในความมั่นคงนี้จะส่งผลให้เด็กดำรงไว้ซึ่งแบบแผน (order) และโครงสร้าง (structure) ในชีวิตของพวกเขา

Bernard (1993) พบว่า เด็กที่มี RQ มีคุณลักษณะสำคัญ 4 ประการ คือ

1. ความสามารถทางสังคม (Social competency) เป็นความสามารถในการดิงการตอบสนองทางบวกจากผู้อื่น มีความยืดหยุ่น มีความรู้สึกร่วม มีทักษะการสื่อสาร มีอารมณ์ขัน

2. ทักษะการแก้ปัญหา (Problem-solving skill) เป็นความสามารถในการคิดเชิงนามธรรม และสะท้อนออกมาในรูปของการพยายามหาทางเลือกในการแก้ปัญหา

3. ความมีอิสระในการกระทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง (Autonomy) เป็นความสำนึกในเอกลักษณ์แห่งตน และความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ โดยไม่พึ่งพิงใคร

4. ความมุ่งหวังในชีวิตและอนาคต (A sense of purpose and future) ทำให้เกิดเป้าหมายในชีวิต

Wolin & Wolin (1993) ได้จำแนกลักษณะของผู้ที่มี RQ ไว้ 6 ลักษณะ ดังนี้

1. การหยั่งรู้ในตนเอง (Insight) เป็นความเคยชินในการตั้งคำถามและให้คำตอบที่สอดคล้องต่อตนเอง

2. การเป็นอิสระ (Independence) เป็นการต่อรองที่ดีที่สุดของบุคคลในการต่อสู้กับความต้องการของตนเอง เป็นการกำหนดขอบเขตที่ปลอดภัยระหว่างตนเองกับพ่อแม่

3. สัมพันธภาพ (Relationship) เป็นความใกล้ชิดสนิทสนม และความผูกพันกันอย่างเต็มที่ต่อบุคคลอื่น เป็นความสามารถที่จะรักและรับความรักจากบุคคลอื่นได้

4. การเป็นผู้ริเริ่ม (Initiative) เป็นการพิจารณาตัดสินใจในการแสดงตัวตน และจัดการกับสิ่งแวดล้อมรอบๆตนเอง บุคคลที่มี RQ จะสามารถควบคุมความสับสนวุ่นวาย และการเพิ่มขึ้นของปัญหาครอบครัวได้

5. การมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน (Creativity and Humor) เป็นที่กำบังที่ปลอดภัยโดยการใช้จินตนาการเพื่อให้สามารถหลบเลี่ยงสิ่งคุกคามและปรับรายละเอียดของชีวิตใหม่ เพื่อให้เกิดความพึงพอใจในตนเอง

6. การมีศีลธรรมจริยธรรม (Morality) เป็นการรู้ในเรื่องสำนึกผิดชอบชั่วดี รู้ว่าสิ่งใดถูก สิ่งใดผิด

Warschaw & Barlow (1995) จำแนกลักษณะ RQ ไว้ดังนี้คือ มีความมุ่งมั่นในชีวิตอย่างแน่วแน่ มีความมั่นใจในตนเอง มีความสามารถในการปรับตัวและจัดการกับสถานการณ์ได้ดี กล้าเสี่ยง มีความรับผิดชอบ มีมุมมองที่ดีต่อเรื่องต่างๆ เปิดรับฟังความคิดเห็นผู้อื่น เต็มใจในการเป็นผู้ริเริ่ม มีความใส่ใจผู้อื่น

Young-Eisendrath (1996) จำแนกคุณลักษณะของผู้ที่มี RQ ไว้ดังนี้คือ ต้องมีความสามารถในการเข้าใจถึงความต้องการของผู้อื่น มีความประนีประนอมและชะลอความต้องการของตนเอง มีศักยภาพในการพัฒนาตนเองอย่างสร้างสรรค์ มีอารมณ์ขัน เข้าใจชีวิตและข้อจำกัดของแต่ละคน

Goleman (1998) อธิบายถึงลักษณะของผู้ที่มี RQ ดังนี้คือ มีแรงจูงใจ สามารถยืนหยัดในการเผชิญกับภาวะกดดัน ควบคุมแรงผลักดัน มีความสามารถในการอดทนและรอคอยต่อความต้องการ มีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกทางลบของตนเองได้ เข้าใจผู้อื่น และมีความหวังในชีวิต

Russell Consulting (2009) ได้ระบุลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจไว้ในแบบวัด Measuring Your Resilience โดยจำแนกได้ 8 ลักษณะ ดังนี้

1. ความมั่นใจในตนเอง (Self Assurance) เป็นความเชื่อของบุคคล รวมถึงความหวังในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี

2. มุมมองของบุคคล (Personal Vision) เป็นมุมมองในการดำเนินชีวิตของบุคคลด้วยความหวังและโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต

3. ความยืดหยุ่นและการปรับตัว (Flexible and Adaptable) เป็นความกระตือรือร้นหรือไหวพริบในการแก้ปัญหาในชีวิตรวมถึงการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมรอบข้าง

4. การจัดการตนเอง (Organized) เป็นความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกของตนเองในการเผชิญกับสถานการณ์ที่วุ่นวายและยุ่งยาก โดยผ่านการคิดพิจารณาและการวางแผนในชีวิต

5. การแก้ปัญหา (Problem Solver) เป็นความสามารถในการวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาอย่างชาญฉลาดทั้งปัญหที่กำลังเผชิญอยู่ และการวางแผนรับมือกับปัญหาในอนาคต

6. สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Competence) เป็นความสามารถในการทำความเข้าใจผู้อื่น รวมถึงการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

7. การสร้างเครือข่ายทางสังคม (Socially Connected) เป็นการสร้างเครือข่ายและความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันของบุคคลในการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

8. การควบคุมตนเอง (Proactive) เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์และสถานการณ์ และการมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง

Hay Group (2010) ได้จำแนกลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจไว้ในหนังสือ The Resilience Workbook โดยจำแนกได้ 7 ลักษณะ ดังนี้

1. การจัดการกับอารมณ์ (Emotional regulation) เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ตนเองภายใต้สภาวะกดดัน

2. การควบคุมสิ่งเร้า (Impulse control) เป็นความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

3. การวิเคราะห์ปัญหา (Causal analysis) เป็นความสามารถในการเข้าใจสาเหตุของปัญหาอย่างถ่องแท้และครอบคลุม

4. ความมั่นใจในตนเอง (Self-efficacy) เป็นความสามารถในการสร้างความมั่นใจในตนเอง และการมีความหวังในชีวิต

5. การลงมือปฏิบัติจริง (Realistic optimism) เป็นความเชื่อที่ว่าเราสามารถเปลี่ยนแปลงและควบคุมการดำเนินชีวิตของเราไปในทิศทางที่ดีขึ้นได้

6. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจอารมณ์และจิตใจของผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น

7. การแสวงหาโอกาส (Reaching out) เป็นความสามารถในการหาโอกาสใหม่ๆ สัมพันธภาพใหม่ๆ

จากการจำแนกลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจที่ได้จากการค้นคว้าได้ 3 ลักษณะดังต่อไปนี้ คือ

1. มีความเข้มแข็งทางจิตใจ อารมณ์มั่นคง ไม่อ่อนไหวง่าย สามารถทนทานต่อภาวะกดดันได้ดี จัดการความเครียดและอารมณ์ทางลบได้อย่างเหมาะสม ควบคุมอารมณ์ให้สงบได้ ยึดสู้กับทุกสถานการณ์ เป็นคนมีความภูมิใจ เห็นค่าของตัวเอง มีอารมณ์ขัน สามารถควบคุมความสับสนวุ่นวาย

และการเพิ่มขึ้นของปัญหาครอบครัวได้ สามารถยับยั้งในการเผชิญกับภาวะกดดัน ควบคุมแรงผลักดัน มีความสามารถในการอดทนและรอคอยต่อความต้องการ มีศีลธรรมและจริยธรรมในเรื่องสำนึกผิดชอบชั่วดี และมีความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

2. มีความศรัทธาและกำลังใจที่ดี ไม่ท้อถอย มีความมุ่งมั่น มั่นใจว่าตัวเองจะจัดการกับปัญหาได้ เชื่อว่าสิ่งเลวร้ายต่างๆ ย่อมผ่านพ้นไปได้ สามารถให้กำลังใจตัวเอง และได้รับกำลังใจจากคนรอบข้าง สามารถควบคุมชีวิตของตนเองได้ มีมุมมองที่ดีต่อเรื่องต่างๆ เปิดรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เต็มใจในการเป็นผู้ริเริ่ม มีความใส่ใจผู้อื่น มีความสามารถในการเข้าใจถึงความต้องการของผู้อื่น มีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความสามารถในการทำความเข้าใจผู้อื่น รวมถึงการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น มีความมั่นใจในตนเอง เข้าใจอารมณ์และจิตใจของผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และมีความเชื่อว่าสามารถเปลี่ยนแปลงและควบคุมการดำเนินชีวิตไปในทิศทางที่ดีขึ้นได้

3. มีแนวโน้มในการจัดการกับปัญหาและสามารถต่อสู้กับอุปสรรคอย่างชาญฉลาด มีทักษะในการแก้ไขปัญหาดี มีทักษะในการพูด รับฟังความคิดเห็น หาทางออกได้อย่างเหมาะสม แก้ปัญหาแบบยืดหยุ่น และสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ได้ มีความรู้สึกร่วม มีความสามารถในการคิดเชิงนามธรรมและสะท้อนออกมาในรูปของการพยายามหาทางเลือกในการแก้ปัญหา มีความสามารถในการปรับตัวและจัดการกับสถานการณ์ได้ดี กล้าเสี่ยง มีความรับผิดชอบ มีมุมมองที่ดีต่อเรื่องต่างๆ มีความกระตือรือร้นหรือไหวพริบในการแก้ปัญหาในชีวิตรวมถึงการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมรอบข้าง มีความสามารถในการเข้าใจสาเหตุของปัญหา รวมถึงการวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาอย่างชาญฉลาดทั้งปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ และการวางแผนรับมือกับปัญหาในอนาคต และมีความสามารถในการหาโอกาสใหม่ๆ สัมพันธภาพใหม่ๆ

สรุปได้ว่า ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นสภาพที่จิตใจมีพลังต้านทานต่อภาวะความกดดันทางอารมณ์ และความรู้สึกทางจิตใจทั้งที่เกิดจากสิ่งเร้าหรือแรงกระทบจากภายนอก และแรงผลักดันจากภายในของตนเองของบุคคลจนสามารถผ่านพ้นและดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างปกติสุข ซึ่งอาจเป็นเพียงชั่วคราวในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ดังนั้นผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจจะต้องสามารถรับมือกับภาวะวิกฤตที่อาจเกิดขึ้นโดยไม่ทันตั้งตัว สามารถแก้ปัญหากับอุปสรรคที่ต้องเผชิญได้อย่างแข็งแกร่ง และเข้าใจหนทางที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้ต้องเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นในชีวิต มีการกำหนดเป้าหมายความสำเร็จ มองโลกในแง่ดี มีความหวัง มีศรัทธาในตนเอง มีกำลังใจที่ดี และอดสภาวะรอบข้าง และความเครียดได้ถูกทางและเหมาะสม รวมถึงสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ได้อย่างทันท่วงที เพื่อเสริมสร้างความสามารถของการหวนกลับมาของบุคคลเมื่อประสบกับวิกฤตหรือความเครียดในชีวิต โดยความสามารถดังกล่าวจะก่อให้เกิดพลังและประสิทธิภาพในการทำงานและการดำเนินชีวิต จากข้อมูลทั้งหมดทำให้ผู้วิจัยสามารถทำการวิเคราะห์และจำแนกลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจได้ 3 ลักษณะประกอบกัน ดังนี้

1. มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (Restraint) หมายถึง ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

2. มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ (Constancy) หมายถึง มีความรู้สึถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจ

ของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

3. มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (Challenge) หมายถึง มีความสามารถในการระบุงสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับยาเสพติด

5.1 ความหมายของยาเสพติด

พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 ได้ให้ความหมายของยาเสพติดว่าหมายถึง สารเคมีหรือวัตถุชนิดใด ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยวิธีรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือด้วยวิธีการใดๆ แล้วทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ คือ (กระทรวงสาธารณสุข, 2522)

1. ผู้เสพยาต้องเพิ่มขนาดมากขึ้นเป็นลำดับ
2. ผู้เสพยาจะเกิดอาการถอนยาเมื่อหยุดใช้ยาหรือขาดยา
3. ผู้เสพยาจะเกิดความต้องการทั้งทางร่างกายและจิตใจ อย่างรุนแรงตลอดเวลา
4. ผู้เสพยาจะมีสุขภาพที่ทรุดโทรม

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525) ได้ให้ความหมายของยาเสพติดไว้ว่าหมายถึง ยาหรือสารเคมี ซึ่งเมื่อเสพหรือสูบเข้าสู่ร่างกายติดต่อกันระยะหนึ่งก็จะติดก่อให้เกิดพิษเรื้อรังทำให้ร่างกายและจิตใจเสื่อมโทรม ได้แก่ ผีน กัญชา เฮโรอีน ยานอนหลับ สุรา เป็นต้น

อังกูร ภัทรการ (2544) กล่าวว่า ยาเสพติดให้โทษ หมายถึง สารใดก็ตามแต่ไม่ว่าจะเป็นสารที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ หรือสารที่สังเคราะห์ขึ้น เมื่อนำเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าทางใดก็ตามออกฤทธิ์ต่อร่างกาย และจิตใจจะทำให้เกิดการเสพติดได้หากใช้สารนั้นเป็นประจำทุกวันหรือวันละหลายครั้ง ก่อให้เกิดลักษณะสำคัญ 4 ประการ คือ

1. อาการดื้อยา หรือต้านยา (tolerance) ต้องใช้สารนั้นในปริมาณสูงเพื่อให้ได้ฤทธิ์เท่าเดิม
2. เกิดอาการขาดยา ถอนยา หรืออยากยา (withdrawal) เมื่อใช้สารนั้นเท่าเดิมลดลงหรือหยุดใช้

3. ต้องพยายามทุกวิถีทางในการนำสารนั้นมาใช้ให้ได้
4. เกิดโทษต่อตนเองและผู้อื่น ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

จากความหมายที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่ายาเสพติดนั้นก่อให้เกิดผลกระทบทั้งต่อร่างกายและจิตใจ ดังนั้นการเสพยาเสพติดจึงถือเป็นความเจ็บป่วยเรื้อรังชนิดหนึ่ง (chronic bio-psycho-social illness) ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มโรคที่สัมพันธ์กับการใช้สาร กล่าวคือ ทำให้เกิดผลกระทบด้านร่างกายจิตใจของผู้เสพ เกิดปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เกิดปัญหาด้านสังคม เช่น อาชญากรรม ความสูญเสียทางด้านเศรษฐกิจ เป็นต้น

5.2 ประเภทของยาเสพติด

การแบ่งประเภทของยาเสพติดให้โทษตามลักษณะที่ใช้ทางการแพทย์สามารถแบ่งได้ดังนี้ (อัมพร โอตระกูล, 2540)

พวกที่ 1 สารเสพติดประเภทฝิ่นหรือสารประกอบดัดแปลงจากฝิ่น ได้แก่ มอร์ฟิน เฮโรอิน เป็นต้น

พวกที่ 2 สารหรือยาที่มีฤทธิ์ทำให้อ่อนหลับ ได้แก่ ยานอนหลับกลุ่มบาร์บิทูเรตและไมโซบาร์บิทูเรต

พวกที่ 3 สารหรือยากล่อมประสาท ซึ่งยากลุ่มนี้ถ้าใช้จำนวนมากและเป็นเวลานานก็จะทำให้มีการติดเช่นเดียวกับยานอนหลับได้แก่ ไดอะซีแพม เป็นต้น

พวกที่ 4 สารหรือยาที่มีฤทธิ์กระตุ้นประสาท ได้แก่ แอมเฟตามีน เคนและไบโคทรอม

พวกที่ 5 สารหรือยาที่มีฤทธิ์กระตุ้นประสาทหลอน ได้แก่ กัญชา แอลเอสดี และเมสคาลีน

พวกที่ 6 สารระเหยต่างๆ ได้แก่ ทินเนอร์ น้ำมันเบนซิน เป็นต้น

พวกที่ 7 สุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ซึ่งในประเทศไทยไม่ถือว่าเป็นยาเสพติดให้โทษ แต่องค์การอนามัยโลกได้รวมแอลกอฮอล์เป็นสิ่งเสพติดด้วย

สรุปได้ว่า ยาหรือสารที่ใช้ทางการแพทย์ทั้ง 7 กลุ่มข้างต้นมีลักษณะให้โทษทั้งต่อร่างกายและจิตใจ การเสพสารดังกล่าวในปริมาณที่มากเกินไปจะก่อให้เกิดการเสพติด และมีพิษเรื้อรังทำให้ร่างกายเสื่อมโทรม และสภาพจิตใจย่ำแย่ หมายรวมถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วย

5.3 ลักษณะของการติดยาเสพติด

ลักษณะสำคัญของการเสพติด คือ การใช้ยาและสารติดต่อกันไม่สามารถหยุดได้เอง แม้มีปัญหากจากการเสพซ้ำแล้วซ้ำอีกทั้งทางร่างกาย ความรู้สึก และพฤติกรรมก็ยังเสพต่ออีกและเมื่อเสพติดแล้ว จะต้องพยายามหาสารมาเสพอีก (Compulsive) เสพไปนานๆ จะเกิดการติดยา (Tolerance) และเมื่อหยุดยาจะเกิดอาการถอนยา (Withdrawal) ซึ่งการติดยาเสพติดสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2545)

1. การติดยาทางจิตใจ (Psychic Dependence) หมายถึง การใช้ยาเพื่อตอบสนองความรู้สึกอยากที่จะใช้นั้น รู้สึกสบายและเป็นสุขหลังจากได้ใช้นั้นแล้ว เช่น ในชีวิตจริงของคนผู้ใดอยู่ในภาวะแวดล้อมที่ไม่มีความสุข จะอยู่ด้วยความกตัญญูในปัญหาชีวิต ปัญหาครอบครัว และสังคมแวดล้อม บ้าน ไม่มีอยู่ บิดามารดาไม่มีความรักใคร่กลมเกลียวกัน เด็กขาดความอบอุ่นขาดการดูแลเอาใจใส่จากผู้ปกครอง หรือเหตุใดก็ตาม เมื่อได้มาลิ้มรสความเคลิบเคลิ้มได้จากความเมายาเสพติดให้โทษ หรืออาจกล่าวได้ว่าฤทธิ์ของยาเสพติดให้โทษทำให้นักคนนั้นเกิดความเคลิบเคลิ้มมีอารมณ์ที่เป็นสุขแล้วก็จะมองเห็นภาวะที่มาสมหวังของตนเป็นเรื่องแก้ไขได้ง่ายๆ คิดการสิ่งใดก็สมหวังไปหมดทำให้เขามีความสุข แต่เมื่อที่หมดฤทธิ์ยาเสพติด หมดความเคลิบเคลิ้ม สภาพชีวิตจริงที่ไม่มีความสุขสมหวังก็จะหวนกลับมาปรากฏให้เห็นอีก ทำให้เขาเกิดความทุกข์ แล้วเขาจะต้องหันกลับมาเสพยาใหม่ เพื่อกลับไปอยู่ในภาวะเคลิบเคลิ้มและเกิดอารมณ์ขึ้นใหม่ เป็นโลกที่เป็นความสุข ซึ่งเป็นภาวะที่เขาต้องการให้มีอยู่ตลอด

2. การติดทางร่างกาย (Physical Dependence) หมายถึง การติดยาซึ่งเมื่อหยุดใช้ยาจะเกิดอาการผิดปกติต่างๆ ทางร่างกาย เรียกว่าอาการลงแดง (Withdrawal Symptoms) ผู้ติดยาจะต้องใช้ยาต่อไปเรื่อยๆ เพราะถ้าหยุดยาทันทีทันใดจะมีอาการผิดปกติเกิดขึ้น ซึ่งจะเกิดขึ้นเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับชนิดของยาที่ใช้ อาการที่อาจจะเกิดขึ้นหลังหยุดยาเสพติดมีดังนี้ คือ มีการทำงานของระบบ

ประสาทอัตโนมัติเพิ่มขึ้นทำให้เหงื่อแตก น้ำตาไหล ความดันโลหิตสูง อาเจียน ปวดท้อง ท้องเดิน ฯลฯ และมีอาการของสมองถูกกระตุ้น คือ กังวล หงุดหงิด นอนไม่หลับ ถ้าเป็นรุนแรงอาจชักได้ นอกจากนี้ยังมีอาการปวดกล้ามเนื้อและข้อต่างๆ

สรุปได้ว่า ลักษณะการติดยาเสพติดแบ่งแยกได้ 2 ลักษณะ โดยการติดยาทางใจเป็นการตอบสนองความรู้สึกอยากต่อการใช้ยาเพื่อความสะดวกสบายใจ หรือเพื่อลืมนความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับชีวิตของบุคคล เพราะในสภาวะเคลิ้มจะทำให้บุคคลประสาทหลอนและหลุดจากความคิดเดิมๆ ไปชั่วขณะ ขณะที่การติดยาทางกายเป็นการตอบสนองต่อปฏิกิริยาทางร่างกาย เพราะเมื่อมีการหยุดใช้ยา ร่างกายจะแสดงอาการผิดปกติเกิดขึ้น เกิดเป็นความทรมานที่ผู้เสพต้องรับสภาพอาการลงแดง ซึ่งเมื่อได้รับสารเสพติดเข้าไป ร่างกายจะหยุดอาการผิดปกติลง ผู้เสพจะไม่ต้องเผชิญกับความทรมานทางกายจากการหยุดยา

5.4 สาเหตุของการติดยาเสพติด

สาเหตุของการติดยาเสพติดนั้น ส่วนใหญ่มีสาเหตุต่างๆ กันนับตั้งแต่คุณสมบัติของตัวยาที่ทำให้เกิดการเสพติด สภาพปัญหาทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ส่วนในทางจิตเวชนั้นจะถือว่าสาเหตุของการติดยาเสพติดส่วนใหญ่จะมาจากพื้นฐานเดิม และบุคลิกภาพของบุคคล ซึ่งสามารถสรุปสาเหตุของการติดยาเสพติดได้ 8 ประการ ดังนี้ (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2545)

1. การที่บุคคลมีโอกาสน้อยใกล้ชิดกับยาเสพติด และโดยวิชาชีพของเขาทำให้มีความรู้สรรพคุณของเขาเหล่านี้ สามารถหยิบยาเสพติดมาใช้ได้โดยสะดวก กล่าวคือ เมื่อมีความรู้สึกแปรปรวน ทางอารมณ์ เช่น หงุดหงิด กลัดกลุ้ม ไม่สบายใจ มีความเครียด นอนไม่หลับ ก็หันเข้าหา ยาเสพติด โดยตั้งใจจะให้ระงับอาการทุกข์ทรมานดังกล่าว เมื่อมีการใช้ยาเพื่อระงับอาการดังกล่าวจนติดเป็นนิสัย (Habit) และได้ใช้บ่อยครั้งเข้าเพิ่มปริมาณยาเพิ่มมากขึ้น ท้ายที่สุดก็จะกลายเป็นผู้ติดยา

2. การอยู่ใกล้ชิดกับผู้ติดยาเสพติด ย่อมมีโอกาสได้ศึกษาเรื่องการเสพยาเสพติดและสรรพคุณของยาเสพติดโดยประสบการณ์ตรง และมักจะเห็นส่วนที่เป็นประโยชน์ ดังนั้น โอกาสที่ผู้นั้น จะถูกชักชวนให้เริ่มใช้ยาก็ได้มากเพราะว่าผู้เสพยาเสพติดเองก็ปรารถนาได้สมาชิกใหม่ๆ มาร่วมวง เพื่อได้อาศัยทรัพย์ของผู้เสพติดใหม่มาซื้อยาเสพติดแบ่งกันเสพ ทางด้านผู้ริเริ่มเสพยาใหม่ๆ ซึ่งเป็นเด็กวัยรุ่น ก็มีความโน้มเอียงที่จะกระทำตามคำชักชวนจนเป็นทุนอยู่แล้ว เพื่อแลกกับการจะได้เพื่อน ได้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน และเพื่อแสดงการปรับตัวให้เข้ากับสังคมอีกด้วย นอกจากนี้ การบังคับหรือ หลอกลวงให้เริ่มใช้ยาก็มีอยู่ไม่น้อยเหมือนกัน

3. การใช้ยาอันตรายเพื่อลดปัญหา ผู้ติดยาเสพติดเป็นจำนวนมากเริ่มด้วยการใช้ยาระงับประสาท เพื่อคลายความเครียด ความกังวลและความกลัดกลุ้ม เนื่องจากปัญหาของครอบครัว เช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ความยากจน การแตกแยก ทะเลาะเบาะแว้งตบตีระหว่างบุคคลในครอบครัว ความไม่เข้าใจกันระหว่างผู้ใหญ่กับเด็ก เป็นต้น

4. ความอยากรู้อยากเห็นตามธรรมชาติของเด็กวัยรุ่นหนุ่มสาว คือ ความอยากรู้อยากเห็นอยากทดลองจนกว่าจะพอใจ เมื่อใดที่ความสงสัย ความอยากรู้อยากเห็นของเด็กในวัยนี้มีมากเพียงพอ เด็กก็จะพยายามเสาะหาค้นคว้าทดลอง เพื่อให้รู้ให้หายสงสัยโดยไม่คำนึงถึงอันตรายที่จะเกิดขึ้นไม่ว่า

จะร้ายแรงเพียงใด การติดยาบ้า เหล้าแห้ง กัญชา และบุหรี่ เป็นตัวอย่างอันดีสำหรับการติดด้วยสาเหตุของความอยาก رؤ้อยากเห็น อยากทดลอง โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์

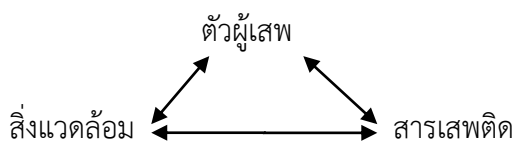
5. การหลบหนีความจริง ในชีวิตมนุษย์นั้นย่อมมีทั้งความสุขและทุกข์ปะปนกันไปเป็นธรรมดา แต่สำหรับบางคนอาจพบว่าตัวเองจมอยู่ให้ห้วงทุกข์มากกว่าและยาวนานกว่าเมื่อไม่สามารถจะแก้ปัญหาอันเป็นความทุกข์นั้นให้หมดสิ้นไปได้ ก็จำเป็นต้องหาทางออกอย่างอื่นเพื่อให้ลืมปัญหาชีวิตที่บีบคั้นอยู่ แม้จะช่วยให้เพียงชั่วขณะ แต่ส่วนมากหันเข้าหาอันตรายที่ทำให้ประสาทหลอน เกิดภาพมายา เป็นโลกใหม่ที่สดใสดำมืดตามที่ต้องการจะเห็น LSD and STP เป็นยาเสพติดที่คนเหล่านี้ใช้แพร่หลาย ยาบ้าและกัญชาก็เป็นประเด็นหนึ่งที่ทำให้ผลทางก่อภาพหลอนแต่จะได้ผลในระยะสั้นๆ เท่านั้น

6. ความประมาทของแพทย์ ดังทราบกันอยู่แล้วว่า ยาเสพติดให้โทษหลายชนิดเป็นยาที่แพทย์ใช้ระงับความเจ็บปวดรุนแรงของคนไข้ แต่ในกรณีที่แพทย์ใช้ยาโดยไม่ระมัดระวัง เช่น ใช้พร่ำเพรื่อ ใช้ในปริมาณที่ไม่เหมาะสม เป็นต้น ก็เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้คนไข้ติดยาเสพติดได้โดยไม่รู้ตัว

7. ผู้เจ็บป่วยใช้ยาเอง เวลาเกิดการเจ็บไข้ได้ป่วย คนเรามักนึกถึงยาเป็นอันดับแรกเพราะเชื่อว่าสามารถคลี่คลายปัญหาความเจ็บป่วยลงได้ ซึ่งส่วนใหญ่มักนึกถึงประโยชน์ที่พึงได้รับจากยาเพียงด้านเดียว โดยลืมหรือไม่รู้ว่ายยาแทบทุกชนิดก็ว่าจะให้โทษด้วย หากไม่ระมัดระวังใช้ ดังเช่น เกิดการเสพติดขึ้นภายหลังจากที่มีตัวยาสีขาวติดมา รักษาโรคจากการเจ็บป่วยทางกาย สำหรับยาประเภทเหล่านี้สามารถใช้รักษาหรือบรรเทาอาการของโรคทางกายที่คนเป็นกันได้โดยทั่วไป เช่น เจ็บปวด ท้องเดิน ไอ ดังนั้น ถ้าไม่ระมัดระวังใช้ กล่าวคือ ใช้ขนาดสูงมาก ใช้ติดต่อกันเป็นระยะนาน หรือใช้เป็นประจำ ด้วยคุณสมบัติเป็นยาจะสามารถทำให้ผู้ใช้เสพติดได้ เช่น ผู้ป่วยบางรายอยู่ในห้องที่ไม่สามารถหาแพทย์ได้เมื่อเกิดเจ็บปวดนั้นขึ้น มีอาการรุนแรง เช่น กระตุกหัก เป็นนิ้วในไต เป็นเนื้องอกบางอย่าง เป็นต้น จำต้องหายาระงับมาใช้ด้วยตนเอง เช่น ผีน มอร์ฟิน ยาระงับปวด ระงับประสาท เท่าที่จะหาได้และเมื่อใช้บ่อยๆ เข้าก็จะติดยาเสพติดขึ้นในที่สุด

8. ใช้เพื่อแสดงการปฏิบัติต่อสังคม ความรู้สึกเป็นปฏิบัติต่อสังคมอาจเกิดขึ้นได้ในเด็กคนใดก็ได้ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ทำให้เขามองเห็นภาพในสังคมในลักษณะที่ไม่เป็นมิตรเห็นว่าสังคมไม่มีความเป็นธรรม สังคมมีแต่ความโหดร้าย ซึ่งพวกนี้ถือว่าเป็นพวกที่มีปัญหาด้านจิตใจ ซึ่งอาจเป็นพวกที่มีบุคลิกดั้งเดิมไม่ปกติ พวกที่มีสุขภาพจิตผิดปกติ พวกที่เป็นโรคประสาท เป็นโรคจิต จะเป็นพวกที่มีแนวโน้มในการใช้ยาเสพติดได้มาก เพราะวิธีการออกฤทธิ์ต่อระบบประสาท เช่น การระงับประสาท ทำให้หลับ หายเครียด อาจช่วยรักษาสภาพทางจิต เมื่อใช้บ่อยๆ จึงมีโอกาสติดได้ เช่น เด็กที่เติบโตขึ้นมาในครอบครัวที่แตกแยก ขาดพ่อหรือขาดแม่ หรือพ่อแม่ขาดการเอาใจใส่ ขาดความรัก ขาดความอบอุ่น พ่อแม่มีความลำเอียงในการเลี้ยงดูลูก สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กมีความรู้สึกที่พ่อแม่ไม่มีความยุติธรรมต่อตน สังคมไม่ยุติธรรมต่อตน คล้ายกับว่าพ่อแม่และสังคมเป็นคนละส่วนกับตน และเป็นปฏิบัติ เด็กก็จะทำทุกอย่างในทางที่ตรงกันข้ามกับความต้องการของสังคม เพื่อเป็นการตอบโต้ สุรายาบ้า ยาเสพติด ซึ่งเป็นที่รังเกียจของผู้เป็นพ่อเป็นแม่และสังคม จึงกลายเป็นสิ่งที่เด็กเลือกเอามาใช้โต้ตอบสังคม โดยไม่ได้ตระหนักว่านั่นคือการทำลายตนเอง

นอกจากนี้ การแบ่งสาเหตุของการติดยาเสพติดตามแนวทางระบาดวิทยานั้นสามารถแบ่งสาเหตุการติดยาเสพติดได้จากแผนภาพดังต่อไปนี้ (พันธุภษา กิตติรัตนไพบูลย์, 2549)



1. ปัจจัยที่เกิดจากตัวผู้เสพ ได้แก่ ปัจจัยทางพันธุกรรม (genetic factor) ที่ถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ของบุคคลซึ่งมีผลต่อความไวในการออกฤทธิ์ของยาเสพติดซึ่งแต่ละคนจะมีต่างกัน เช่น การติดสุรา คนที่มีพ่อแม่ติดสุราก็จะมีโอกาสติดสุราสูงกว่าคนทั่วไป เป็นต้น ปัจจัยส่วนบุคคล ด้านอายุ ความคิด การตัดสินใจ การคงทนต่อความทุกข์ ซึ่งคนที่มีอายุน้อยจะมีโอกาสในการติดยาเสพติดมากกว่าเนื่องจากขาดความยับยั้งชั่งใจ ปัจจัยด้านบุคลิกภาพที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติด เช่น วิตกกังวลง่าย ปรับตัวยาก ชอบพึ่งพิงผู้อื่น เป็นต้น ปัจจัยด้านสุขภาพ เช่น การติดยาแก้ปวดเนื่องจากโรคทางกาย โรคจิตเวช เช่น โรคซึมเศร้า เป็นต้น การขาดทักษะในการแก้ปัญหา (coping skill) โดยคิดว่าสารเสพติดจะช่วยแก้ปัญหาได้

2. ปัจจัยที่เกิดจากสารเสพติดคือ ลักษณะทางเคมี การออกฤทธิ์ ขนาดที่ใช้ วิธีการนำเข้าสู่ร่างกาย เช่น กิน สูบ ฉีด ดม ฉีด ยาเสพติดมีผลต่อมีกระบวนการทางชีววิทยาของร่างกายโดยทำให้เกิดกระบวนการเปลี่ยนแปลงในสื่อเคมีของสมอง (brain transmitters) คือ สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ไปในทางที่ดี เช่น ครื้นเครง (euphoria) เมื่อใช้สารหรือทำให้เกิดอารมณ์หดหู่ (depress) เมื่อมีการถอนยา การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ดังกล่าวเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ของสารกับกระบวนการทางประสาทเคมี (neurochemical processes)

3. ปัจจัยที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมคือ การมียาเสพติดในสิ่งแวดล้อม (availability) การเข้าถึงยาเสพติดได้ง่าย (access) เช่น อาชีพแพทย์ พยาบาลเมื่อนอนไม่หลับมีโอกาสในการหยิบยานอนหลับมาใช้ได้ง่าย ทำให้เกิดการติดยา เป็นต้น การมีโอกาสในการใช้ (opportunity) ค่านิยมจากวัฒนธรรมท้องถิ่น เช่น ชาวเขาในสมัยก่อนการสูบบุหรี่ถือว่าเป็นยา เป็นต้น อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญในการใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น และปัจจัยที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมอีกประการที่มีความสำคัญได้แก่ ปัจจัยที่เกิดจากการสื่อสารบกพร่องในครอบครัว (Failure of communication) ได้แก่

- Negative communication คือการตำหนิ ดุว่า จับผิด ไม่ชมหรือให้กำลังใจ
- Vicarious communication คือ พูดประชดๆให้ทำเลวลง
- A cry for help เป็นการทำผิดของผู้ป่วยเพื่อให้สมาชิกสนใจ

- Massive parental denial การที่ครอบครัวปฏิเสธการทำผิดของลูกอย่างมากพ่อแม่ไม่ยอมรับปัญหาของลูกเกิดการเก็บกดอารมณ์โกรธในครอบครัว

นอกจากนี้พบว่า ปัญหาการติดยาเสพติดในชุมชนแออัดเป็นปัญหาสำคัญที่มีผลต่อชีวิตของผู้เสพเอง ครอบครัว และสังคม ซึ่งสาเหตุที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดของคนในชุมชนแออัดได้แก่ (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2545)

1. ปัจจัยที่เกิดจากตนเอง ได้แก่ ขาดความรู้ ความเข้าใจ มีการแก้ปัญหาต่างๆที่ผิดวิธี การมีค่านิยมที่ไม่ถูกต้อง ตลอดจนการขาดความเข้มแข็งของพลังจิต หรือกำลังใจในการต่อสู้กับอุปสรรคหรือความกดดันในชีวิตตลอดจนการไม่มีทักษะในด้านมนุษยสัมพันธ์ และการสื่อสารกับผู้อื่นและการไม่ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

2. ปัจจัยที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม ได้แก่ สังคม ครอบครัว สถานศึกษา เพื่อน การสื่อสารต่างๆ สื่อมวลชน และสภาพของสังคมโดยรอบ สิ่งแวดล้อมเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากต่อการชักนำเข้าสู่การเสพยาเสพติด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในแหล่งเสื่อมโทรมจะเห็นปรากฏชัดมาก จึงเป็นเหตุให้นักเรียน นักศึกษา ในแหล่งชุมชนแออัดติดสารเสพติดได้ง่ายและมากกว่าแหล่งอื่น

สรุปได้ว่า การติดยาเสพติดส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย ทั้งตัวผู้เสพเอง และสิ่งแวดล้อมรอบข้าง ทั้งนี้บุคคลที่เสพยาเสพติดอาจเกิดจากความใกล้ชิดกับยาโดยวิชาชีพทำให้หยิบมาใช้ได้สะดวก อาจเกิดจากความเครียด ความทุกข์ สภาพปัญหาที่เป็นอุปสรรคในชีวิตซึ่งไม่สามารถแก้ไขได้จึงหันมาพึ่งพาสารเสพติด อาจเกิดจากความอยากรู้ อยากรลอง คำทำหรือคำชักชวนของเพื่อน ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ความต้องการการยอมรับในกลุ่มเพื่อน หรือสภาพแวดล้อม ความเป็นอยู่ที่รายล้อมด้วยบุคคลที่เสพยาเสพติด ชุมชนที่เป็นแหล่งเสื่อมโทรมที่มีการค้ายาเสพติด ซึ่งล้วนแต่เป็นสาเหตุของการเสพยาเสพติดทั้งสิ้น

5.5 ระบบการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย

เป็นที่ยอมรับกันว่าการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดแบบสมัยใหม่ของประเทศไทยได้เกิดขึ้นจากการที่จอมพลสฤษดิ์ ธนะรัชต์ ได้มีประกาศคณะปฏิวัติฉบับที่ 37 ลงวันที่ 9 ธันวาคม พ.ศ. 2501 ได้มีคำสั่งให้เลิกการค้าและการสูบฝิ่นทั่วประเทศได้มีการเผาทำลายอุปกรณ์ต่างๆ และทำการสำรวจผู้ติดยาเสพติดทั่วประเทศมีผู้ติดยาฝิ่นจำนวน 70,985 คนได้มาจดทะเบียนไว้กับทางราชการและจัดตั้งสถานสงเคราะห์ผู้ติดยาฝิ่นสังกัดกรมประชาสงเคราะห์กระทรวงมหาดไทยขึ้นเพื่อให้การบำบัดรักษาผู้ติดยาฝิ่นซึ่งต่อมาได้โอนให้กระทรวงสาธารณสุขเป็นผู้ดำเนินการ จากการที่รัฐบาลมีนโยบายให้เลิกการค้าฝิ่นนั้น ผลปรากฏว่า 1 ปีเศษหลังจากนั้นมีการแพร่ระบาดของเฮโรอีนเบอร์ 3 เข้ามาแทนที่ ทำให้ปัญหาเสพยาเสพติดในประเทศไทยทวีความรุนแรงและซับซ้อนขึ้นดังนั้นในปี 2509 คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดได้จัดสรรงบประมาณเพื่อก่อตั้งโรงพยาบาลยาเสพติดแห่งแรกของประเทศไทย “โรงพยาบาลธัญญารักษ์” สังกัดกระทรวงสาธารณสุขจึงได้จัดตั้งขึ้นในวันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2510 เพื่อดำเนินการให้การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดแผนปัจจุบันปัจจุบันกระทรวงสาธารณสุขได้ขยายการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดออกไปยังโรงพยาบาลต่างๆ ในสังกัดของกระทรวงให้การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในระบบสมัครใจสำหรับผู้ติดยาเสพติดที่ถูกดำเนินคดีก็จะส่งไปรับการบำบัดรักษาในเรือนจำและทัณฑสถานบำบัดพิเศษหากเป็นผู้ติดยาเสพติดที่กระทำความผิดครั้งแรกศาลอาจสั่งให้คุณประพฤติซึ่งจะต้องมารายงานตัวต่อผู้คุมความประพฤติตามที่ศาลสั่งในกรณีที่เป็นเด็กและเยาวชนอายุต่ำกว่า 18 ปีก็จะถูกส่งตัวไปยังสถานพินิจและคุ้มครองเด็กเป็นการให้การบำบัดรักษาในระบบต้องโทษแต่ปัญหาอุปสรรคที่สำคัญในการบำบัดรักษาก็คือผู้ติดยาเสพติดไม่สมัครใจเข้ารับการบำบัดรักษา ทำให้รัฐบาลออกพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 ขึ้นเพื่อบังคับให้ผู้ติดยาเสพติดเข้ารับการบำบัดรักษาปัจจุบันประเทศไทยมีระบบการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดอยู่ 3 ระบบ ดังนี้

1. ระบบสมัครใจ (Voluntary System) เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติดที่ต้องการจะเลิกเสพยาเสพติดโดยสมัครใจสามารถขอรับการบำบัดรักษาในสถานพยาบาลต่างๆ ภาครัฐและเอกชน ในขั้นตอนต่างๆ ทั้งแบบผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยในซึ่งปัจจุบันมีสถานพยาบาลทั่วประเทศจำนวน 1,049

แห่งแบ่งเป็นสถานพยาบาลภาครัฐจำนวน 936 แห่งและภาคเอกชนจำนวน 113 แห่ง (ข้อมูล ณ เดือนมีนาคม 2553)

2. ระบบบังคับ (Compulsory System) ตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดพ.ศ. 2545 ผู้ติดยาเสพติดที่ถูกจับในฐานะผู้เสพยาจะถูกบังคับให้เข้ารับการบำบัดในระบบนี้และหากผู้เข้ารับการฟื้นฟูฯ มีผลการรักษาเป็นที่น่าพอใจก็จะถูกปล่อยตัวโดยไม่ถูกดำเนินคดีปัจจุบันมีสถานที่ควบคุมตัวเพื่อการตรวจพิสูจน์ในระบบบังคับบำบัดจำนวน 111 แห่งแบ่งเป็นกรมราชทัณฑ์จำนวน 77 แห่งและกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจำนวน 34 แห่งมีศูนย์ฟื้นฟูฯจำนวน 86 แห่งแบ่งเป็นแบบควบคุมตัวไม่เข้มงวดจำนวน 71 แห่งแบบควบคุมตัวเข้มงวดจำนวน 15 แห่ง (ข้อมูล ณ เดือนมีนาคม 2553) โดยกรมคุมประพฤติมีหน่วยงานเพียงหน่วยงานเดียวที่จะดำเนินการตามกฎหมาย คือ ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดลาดหลุมแก้ว จังหวัดปทุมธานี

3. ระบบต้องโทษ (Correctional System) เป็นการให้การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดที่ได้กระทำความผิดเกี่ยวกับคดียาเสพติดและถูกคุมขังซึ่งต้องได้รับการรักษาพยาบาลภายใต้ขอบเขตข้อบังคับของกฎหมายซึ่งมีหน่วยงานที่รับผิดชอบดังนี้

3.1 กรมราชทัณฑ์กระทรวงยุติธรรมมีบทบาทหน้าที่ในการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ต้องขังที่ติดยาเสพติดอายุ 18 ปีขึ้นไปที่มีความผิดในคดียาเสพติดจะถูกส่งตัวมารับการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพในทัณฑสถานบำบัดพิเศษและทัณฑสถานของกรมราชทัณฑ์จำนวน 18 แห่งทั่วประเทศแบ่งเป็นทัณฑสถานสำหรับผู้ต้องขังชายจำนวน 11 แห่งและทัณฑสถานสำหรับผู้ต้องขังหญิงจำนวน 7 แห่งแต่เนื่องจากมีผู้ต้องขังจำนวนมากที่กระทำความผิดในคดียาเสพติดหรือคดีอื่นๆแต่มีประวัติการใช้ยาเสพติดกรมราชทัณฑ์จึงได้ดำเนินการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำทั่วไปอีก 67 แห่ง (ข้อมูล ณ เดือนสิงหาคม 2553) โดยใช้รูปแบบชุมชนบำบัด (T.C.) ซึ่งกรมราชทัณฑ์ใช้ชื่อว่า CARE Model

3.2 กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกระทรวงยุติธรรมมีบทบาทหน้าที่ในการดูแลเด็กและเยาวชนที่มีอายุไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ในวันที่กระทำผิดทั้งที่อยู่ในระหว่างการสอบสวนหรือพิจารณาคดีหรือตามคำพิพากษาหรือคำสั่งศาลโดยให้การสงเคราะห์และบำบัดแก้ไขเด็กและเยาวชนในระหว่างที่ถูกควบคุมหรือภายหลังปล่อยตัวจัดให้มีการตรวจรักษาและพยาบาลเด็กและเยาวชนตลอดจนให้การศึกษาศึกษาและอบรมสั่งสอนเด็กและเยาวชนซึ่งอยู่ในความควบคุมของกรมพินิจฯ โดยปัจจุบันได้มีการนำรูปแบบชุมชนบำบัดมาใช้ในการดำเนินการบำบัดรักษาเด็กและเยาวชนที่ติดยาและสารเสพติดอีกด้วยกรมพินิจฯมีสถานพินิจฯซึ่งเป็นสถานที่ที่จะดำเนินการและจัดทำเอกสารต่างๆตามขั้นตอนของกระบวนการยุติธรรมทั่วประเทศจำนวน 94 แห่งมีสถานแรกรับซึ่งเป็นที่พักกันเด็กและเยาวชนที่ไม่ได้ประกันตัวจำนวน 34 แห่งไม่มีสถานแรกรับจำนวน 43 แห่งและมีศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนที่ศาลตัดสินแล้วอีก 17 แห่งทั่วประเทศ (ข้อมูล ณ เดือนสิงหาคม 2553) การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดนั้นผู้บำบัดจะต้องให้การบำบัดรักษาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจโดยจะใช้รูปแบบวิธีการต่างๆ แต่การบำบัดรักษานั้นไม่จำเป็นต้องเริ่มต้นจากการบำบัดรักษาทางร่างกายก่อนแล้วจึงให้การบำบัดรักษาทางจิตใจเนื่องจากยาเสพติดบางประเภทไม่ก่อให้เกิดอาการพิษยาอย่างรุนแรงจนทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถทนทานได้ผู้ป่วยจะสามารถเข้ารับการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพทางด้านจิตใจได้ทันทีแต่บางครั้งผู้ป่วยบางคนที่ได้รับการบำบัดรักษาจิตใจแต่ยังมีอาการ

ถอนพิษยาอยู่สถานพยาบาลบางแห่งอาจจำเป็นต้องให้การบำบัดรักษาทางด้านร่างกายควบคู่กันไป ด้วยโดยให้ยารักษาตามอาการที่เกิดขึ้นการติดยาเสพติดซ้ำถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเลิกยาเสพติดเป็นธรรมชาติของผู้ติดยาเสพติดทุกคนที่อาจจะหวนกลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำได้ การติดตามผลหลังการบำบัดรักษาจึงมีความสำคัญและจำเป็นที่จะช่วยประคับประคองผู้ป่วยที่ผ่านการบำบัดฟื้นฟู มีความเข้มแข็งและสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุขลดอัตราการใช้ยาเสพติดซ้ำ

สรุปได้ว่า ปัจจุบันประเทศไทยมีระบบการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดอยู่ 3 ระบบ ได้แก่ ระบบสมัครใจ ระบบบังคับ และระบบต้องโทษ ทั้งนี้ในการบำบัดรักษามีวิธีการหลากหลายรูปแบบ ซึ่งอาจจะเริ่มจากการบำบัดทางกายหรือบำบัดทางใจก่อนก็ได้ ขึ้นอยู่กับผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษา ทั้งนี้ การเสพติดซ้ำเกิดขึ้นได้เสมอในผู้ป่วยที่ยังอยู่ในระยะของการเข้ารับการรักษา ดังนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องประคับประคองให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทางจิตใจเพื่อจะได้ไม่หวนกลับไปเสพติดซ้ำอีก

5.6 แนวทางและวิธีการป้องกันยาเสพติด

การป้องกันยาเสพติดหมายถึงกระบวนการที่ดำเนินการล่วงหน้าโดยการอบรมเลี้ยงดูให้ การศึกษาข้อมูลข่าวสารและความรู้ทั้งในระบบโรงเรียนนอกระบบโรงเรียน และการศึกษาตาม อุตสาหกรรมแก่กลุ่มเป้าหมายอย่างต่อเนื่องและสัมพันธ์กันในเรื่องคุณภาพชีวิตและยาเสพติด การ ป้องกันตนเองครอบครัวและชุมชนให้รอดพ้นจากยาเสพติดด้วยวิธีการต่างๆ เพื่อเป็นการสร้าง ภูมิคุ้มกันแก่บุคคลให้มีความสามารถที่จะเผชิญหน้ากับปัญหา อุปสรรคและเหตุการณ์ต่างๆ ที่ผ่านเข้า มาในช่วงชีวิต รวมทั้งการปรับปรุงสภาพแวดล้อมใกล้ตัวที่มีส่วนผลักดันให้กลุ่มเป้าหมายไปใช้ยาเสพติด

ระดับของการป้องกันยาเสพติด แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

1. การป้องกันขั้นต้น (Primary prevention) อันนำไปสู่การเริ่มทดลองใช้ยาเสพติดด้วยการ จัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดและผลกระทบของยาเสพติดที่มีต่อพฤติกรรมของคน ตลอดจนมุ่งเสริมสร้างกิจกรรมทางเลือกที่เหมาะสมเพื่อเบี่ยงเบนบุคคลออกจากการใช้ยาเสพติด
2. การป้องกันระดับที่ 2 (Secondary prevention) การทำกิจกรรมใดๆ ที่จะแทรกเข้ามา ในช่วงเวลาที่คนได้ทดลองใช้ยาแล้วและกำลังจะติดยาจึงเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงในการติดยาสูง การจัด กิจกรรมระดับนี้เป็นการให้ข้อมูลที่ถูกต้องเกี่ยวกับการใช้ยา การให้คำปรึกษาตลอดจนการเยียวยา รักษาอาการที่ป่วยใช้ที่เป็นผลจากการใช้ยาเสพติด
3. การป้องกันระดับที่ 3 (Tertiary prevention) การหยุดพฤติกรรมและผลร้ายจากการติดยาเสพติดโดยกระบวนการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจของผู้ติดยาเสพติดหมาย รวมถึงการป้องกันการติดยาเสพติดซ้ำด้วย

แนวคิดในการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด แบ่งได้ดังนี้

1. มุ่งพัฒนาตัวบุคคล ให้ความสำคัญกับการสร้างศักยภาพและคุณภาพชีวิตของคนเพื่อ ให้มีความสามารถในการดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพภายใต้สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปบุคคลสามารถ ตัดสินใจแก้ไขปัญหาวินิจฉัยได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติดแม้ว่าจะมียาเสพติดแพร่ระบาดอยู่ (Self-control) กระบวนการพัฒนาเพื่อให้คนมีภูมิคุ้มกันจากยาเสพติดจึงควรเป็นการดำเนินการระยะยาว โดยเริ่มต้นจากการเตรียมความพร้อมของพ่อแม่

2. กำหนดพื้นที่และกลุ่มประชากรเป้าหมายในการดำเนินงาน เนื่องจากทรัพยากรที่จะดำเนินการค่อนข้างจำกัดทั้งงบประมาณและบุคลากร จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในการกำหนดพื้นที่เป้าหมายดำเนินงานให้ชัดเจน

3. ผสมผสานมาตรการในการดำเนินงาน เป็นผลจากการวิเคราะห์สภาพปัญหาในพื้นที่และกลุ่มเป้าหมายค้นหาสาเหตุและผลกระทบที่เกิดจากปัญหาเพื่อกำหนดทางเลือกใช้มาตรการที่เหมาะสมในการจัดการกับปัญหา

4. กำหนดหน่วยงานรับผิดชอบการดำเนินงาน ระดมหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ ภาคเอกชนและองค์กรพัฒนาเอกชนให้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานกำหนดบทบาทหน้าที่ที่ชัดเจนตามความถนัดและสอดคล้องกับภารกิจปกติ

5. ดำเนินงานในลักษณะองค์รวมแบบบูรณาการ พัฒนางานปกติที่หน่วยงานต่างๆ ดำเนินการกันอยู่ มีทีมงานพิเศษหรืองานฝากที่แยกส่วนออกมาดำเนินการเป็นการเฉพาะตามงบประมาณที่ได้รับการจัดสรร

6. มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชนหรือกลุ่มเป้าหมายที่เกี่ยวข้อง การส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนหรือกลุ่มเป้าหมายที่เกี่ยวข้องได้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในทุกกระบวนการตั้งแต่การศึกษาปัญหาวางแผนในการดำเนินงานและตัดสินใจพิจารณาทางเลือกตลอดจนร่วมดำเนินงานปรับปรุงวิธีดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพและติดตามประเมินผลการดำเนินงาน

7. การสร้างเอกภาพในการดำเนินงานเพื่อป้องกันการเกิดความซ้ำซ้อนในการดำเนินงานจึงมีความจำเป็นที่ต้องประสานแผนการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดของหน่วยงานต่างๆ ภายใต้กรอบยุทธศาสตร์

8. การระดมทรัพยากรของหน่วยงานภาครัฐบาลและเอกชนเข้ามามีส่วนร่วม เนื่องจากงบประมาณปกติที่ได้รับจัดสรรจากรัฐบาลมีจำนวนค่อนข้างจำกัด และไม่เพียงพอสำหรับการดำเนินงานกับกลุ่มเป้าหมายต่างๆ การสร้างความเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของงานและโครงการต่างๆ ในด้านการป้องกันยาเสพติดให้กับองค์กรธุรกิจเอกชนนับเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้การดำเนินงานมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

9. ให้ความสำคัญกับภูมิปัญญาท้องถิ่น ภูมิปัญญาชาวบ้าน และของผู้ปฏิบัติในแต่ละชุมชนหรือภูมิปัญญาท้องถิ่นซึ่งได้รับการคิดค้นทดลองใช้ปรับปรุงพัฒนาซ้ำแล้วซ้ำอีกจากรากเหง้าของปัญหาเพื่อให้เหมาะสมกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในพื้นที่จึงควรมีการศึกษาเผยแพร่และประยุกต์ใช้ต่อไป

สรุปได้ว่า การป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในสังคม และดำเนินงานแบบองค์รวม ตั้งแต่การศึกษาปัญหา พื้นที่ กลุ่มเป้าหมาย วางแผนการปฏิบัติการ ตลอดจนการดำเนินการตามยุทธศาสตร์ที่วางไว้

5.7 การป้องกันยาเสพติดในกลุ่มเยาวชน

เยาวชนจำนวนไม่น้อยที่ตกเป็นทาสของยาเสพติดอันเนื่องมาจากสาเหตุต่างๆ อาทิ ความอยากรู้อยากลอง ความต้องการให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เป็นต้น ซึ่งการป้องกันตนเองของเยาวชนให้ปลอดภัยจากปัญหาเสพติด สามารถทำได้ดังนี้

1. ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของยาเสพติด ปัจจุบันการแพร่ระบาดของยาเสพติดได้ขยายวงกว้างไปสู่ประชาชนกลุ่มอาชีพต่างๆ ไม่เว้นแม้แต่นักเรียนนักศึกษาปัญหาเสพติดจึงเป็นปัญหาใกล้ตัวซึ่งยาเสพติดที่แพร่ระบาดมีหลายชนิดและได้พัฒนารูปแบบการผลิตและการเสพที่แยบยลยิ่งขึ้น หากเยาวชนไม่มีความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดประกอบกับความอยากรู้อยากลองหรือสาเหตุอื่นๆ อาจทำให้เยาวชนหันไปลองใช้หรือถูกหลอกให้ใช้ยาเสพติดด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ซึ่งเป็นก้าวแรกของการนำไปสู่การติดยาเสพติดการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดไม่ว่าจะเป็นโทษพิษภัยสถานการณ์การแพร่ระบาดสาเหตุที่ชักนำไปสู่การเสพยาเสพติดจะช่วยให้เยาวชนรู้เท่าทันและปลอดภัยจากยาเสพติดรวมทั้งการถูกหลอกให้กระทำผิดกฎหมายเกี่ยวกับยาเสพติดด้วย ในยุคของข้อมูลข่าวสาร และความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่มีการพัฒนาสื่ออิเล็กทรอนิกส์ให้มีประสิทธิภาพสูงในการส่งข้อมูลข่าวสารทำให้การเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารมีหลายรูปแบบและรวดเร็ว การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดจึงทำได้หลายวิธีนอกเหนือจากการศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนหรือมหาวิทยาลัย อาทิ การรับความรู้และข่าวสารต่างๆ จากคอมพิวเตอร์ วิทยุ หรือโทรทัศน์ แล้วนำมาไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลจะทำให้เยาวชนเกิดความรู้ความเข้าใจในโทษ และสถานการณ์การแพร่ระบาดของยาเสพติดที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างทันเหตุการณ์

2. มีความภาคภูมิใจโดยนับถือตนเอง ชีวิตย่อมมีค่าตราบเท่าที่ได้ใช้ชีวิตเพื่อให้เกิดผลโดยการทำงานหรือการกระทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายๆ อย่างตามความรู้ความสามารถที่มีอยู่ ชีวิตคนเราจึงมีคุณค่าอย่างมาก ทั้งในแง่คุณค่าที่มีต่อคนอื่นต่อครอบครัวต่อชุมชนและต่อสังคม เมื่อชีวิตมีค่าก็ไม่ควรทำลายหรือบั่นทอนความสามารถของตนเองด้วยการกระทำที่เสื่อมเสียเช่น การติดอบายมุขยาเสพติดเพราะจะเป็นสาเหตุที่นำความเสื่อมเสียมาสู่ตนเองและส่วนรวม

3. สำนึกในบทบาทหน้าที่ของตน ในการดำเนินชีวิตของแต่ละคนย่อมมีบทบาทหน้าที่มากกว่าหนึ่งบทบาท และแตกต่างกันไปตามสภาพที่ได้รับ เช่น บทบาทลูก พี่ น้อง นักเรียน นักศึกษา เพื่อนสมาชิกในสังคม เยาวชนควรมีความสำนึกในคุณค่า และบทบาทหน้าที่ของตนเองรวมถึงประพจน์แต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ตามกฎระเบียบข้อบังคับของสังคม เช่น เยาวชนในบทบาทลูก และนักเรียนควรเชื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ครูอาจารย์ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน ประพจน์แต่สิ่งที่ดีเยาวชนในบทบาทสมาชิกในสังคมควรประพจน์ตนเป็นพลเมืองดี ไม่ละเมิดกฎหมาย ช่วยสอดส่องดูแลความสงบเรียบร้อยของสังคมการสำนึกในบทบาทหน้าที่จะช่วยให้เยาวชนประสบความสำเร็จในชีวิต

4. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส มนุษย์เลือกเกิดไม่ได้แต่สามารถเลือกดำเนินชีวิตได้ การเข้าใจในการดำเนินชีวิต ยอมรับความเป็นจริงพอใจในสิ่งที่ตนมีตนเป็นอยู่และใช้ในสิ่งที่มีอยู่นั้นให้เกิดประโยชน์ ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสมองโลกในแง่ดีจะทำให้เยาวชนมีสุขภาพกายสุขภาพจิตที่ดีซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตรู้จักการแก้ไขปัญหาชีวิตเพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ

5. เลือกคบเพื่อนที่ดี ในโลกแห่งความเป็นจริงเยาวชนต้องพบปะบุคคลมากมายมีทั้งดีและไม่ดี การคบเพื่อนและบุคคลต่างๆ เยาวชนควรรู้จักคบเพื่อนและนำแต่สิ่งที่ดีของเพื่อนเหล่านั้นมาปรับใช้กับชีวิตประจำวันของตนเองต้องรู้จักปฏิเสธในสิ่งที่ควรปฏิเสธเช่นการพูดปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้ลองยาเสพติด เป็นต้น

6. ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เวลาเป็นทรัพยากรมีคุณค่าอย่างหนึ่งของมนุษย์นอกจากเวลาที่ใช้ในการทำงาน และการศึกษาเล่าเรียนแล้วทุกคนย่อมมีเวลาว่างเพื่อการพักผ่อนการพักผ่อนเป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกายแต่ถ้าปล่อยให้เวลาว่างเลยโดยไม่ทำอะไรเลยเท่ากับใช้เวลาไปอย่างไม่คุ้มค่า ยิ่งกว่านั้นหากใช้เวลาว่างในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์จะก่อให้เกิดโทษทั้งต่อตนเองและสังคม เช่น การเล่นอบายมุขการมั่วสุมยาเสพติด เป็นต้น การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองอาจทำได้โดยการออกกำลังกาย การอ่านหนังสือการทำงานพิเศษทำงานอดิเรก เช่น วาดภาพ เล่นดนตรี สะสมแสตมป์ เป็นต้น การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แก่ครอบครัวอาจทำได้โดยการทำงานบ้านการทำสวนครัว การปรับปรุงซ่อมแซมบ้านเรือนและเครื่องใช้ในบ้าน เป็นต้น การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แก่สังคม อาจทำได้โดยเข้าร่วมกิจกรรมค่ายอาสาพัฒนาท้องถิ่นโรงเรียนวัดหรือสถานที่สาธารณะหรืออาสาเป็นผู้นำเยาวชน เป็นต้น

7. รู้จักแก้ไขปัญหาชีวิตในทางที่ถูก ในการดำเนินชีวิตไม่มีใครที่จะไม่มีปัญหาอาจจะมามากบ้างน้อยบ้างแตกต่างกันไปเท่านั้นเองปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นสามารถแก้ไขได้หากเยาวชนกล้าเผชิญปัญหาและรู้จักแก้ไขปัญหาดด้วยความคิดไตร่ตรองด้วยเหตุผลแต่ถ้าเยาวชนหลีกเลี่ยงปัญหาด้วยการพึ่งยาเสพติดหรือทางเสื่อมอื่นๆ แทนที่จะเป็นการแก้ไขปัญหากลับจะเป็นการสร้างปัญหาให้กับตนเอง ครอบครัวและสังคมต่อไปอีก

8. ปรึกษาผู้ใหญ่เมื่อมีปัญหา ปัญหาชีวิตต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ในการดำเนินชีวิต เช่น ปัญหาการศึกษาเล่าเรียน ปัญหาการคบเพื่อนปัญหาครอบครัวรวมทั้งปัญหาเสพติดหากไม่สามารถตัดสินใจ แก้ไขปัญหาเหล่านี้ด้วยตนเอง เยาวชนสามารถขอคำปรึกษาและความช่วยเหลือได้จากบุคคลใกล้ชิดได้แก่พ่อแม่ผู้ปกครองญาติผู้ใหญ่ในครอบครัวครูอาจารย์หรือแม้แต่แพทย์ ผู้นำในชุมชน พระภิกษุผู้ใหญ่บ้าน ฯลฯ ได้อีกด้วย บุคคลต่างๆ เหล่านี้จะให้คำแนะนำในการแก้ไขปัญหาของเยาวชนดังนั้นหากเยาวชนมีปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยตนเองจึงควรรีบปรึกษาผู้ใหญ่ทันทีแทนที่จะหลีกเลี่ยงปัญหาด้วยวิธีที่ไม่ถูกต้อง

สรุปได้ว่า เยาวชนที่ติดยาเสพติดมักมีสาเหตุมาจากความอยากรู้อยากลอง ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และความคึกคะนองเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้นการป้องกันการติดยาเสพติดในกลุ่มเยาวชนจะต้องให้ความรู้แก่เยาวชนเกี่ยวกับ โทษ ผลกระทบ และพิษภัยของยาเสพติด ส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองให้กับเยาวชน กระตุ้นให้รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง ส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีจิตใจสำนึก อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี คบเพื่อนที่ดี ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เลือกรับการแก้ปัญหาอย่างถูกต้อง และปรึกษาผู้ใหญ่เพื่อขอคำแนะนำที่เหมาะสม

5.8 โครงการการแก้ไขปัญหายาเสพติด

เนื่องด้วยปัญหายาเสพติดได้ระบาดอยู่ทุกชุมชนทั่วประเทศไทย ส่งผลให้รัฐบาลในทุกยุคทุกสมัยได้มีการจัดทำโครงการเพื่อรณรงค์และแก้ไขปัญหายาเสพติดขึ้น ซึ่งโครงการที่ได้รับการตอบรับจากผู้เข้าร่วมเป็นอย่างดี และมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องจวบจนปัจจุบัน ได้แก่

1. โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (TO BE NUMBER ONE) เป็นโครงการที่มีเป้าหมายเพื่อการแก้ไขปัญหายาเสพติดสำหรับเยาวชนอย่างแท้จริง โดยผู้เข้าร่วมมีอายุระหว่าง 10-24 ปี ซึ่งโครงการมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อสร้างกระแส “การเป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนอย่างต่อเนื่อง 2) เพื่อขยายบริการและกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตให้ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายวัยรุ่นและเยาวชน 3) เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมของเยาวชนวัยรุ่นในการดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ชุมชน สังคม และประเทศชาติ 4) เพื่อสนับสนุนและเพิ่มโอกาสให้ผู้เสพ ผู้ติดยาเสพติด ในการกลับตัวเป็นคนดีของสังคม 5) เพื่อพัฒนาเครือข่ายหน่วยงาน/องค์กรภาครัฐ/เอกชน และเครือข่ายสมาชิก TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ ในการดำเนินงานด้านการป้องกันปัญหายาเสพติดในกลุ่มเยาวชนวัยรุ่นอย่างมีประสิทธิภาพ ต่อเนื่อง และยั่งยืน และ 6) เพื่อสร้างขวัญกำลังใจแก่บุคลากรที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

2. โครงการเหยี่ยวข่าวเยาวชน ขจัดพินยาเสพติด เป็นโครงการที่สอดคล้องและสนับสนุนแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2545 – 2549) แผนสาขาทรัพยากรมนุษย์และสังคม และสอดคล้องกับแนวทางการดำเนินงาน Roadmap การต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติด ระยะที่ 4 โดยจัดขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปีในเขตกรุงเทพมหานครในช่วงเดือนสิงหาคม ซึ่งมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) ประชาสัมพันธ์ให้เยาวชนตระหนักถึงพิษภัยของยาเสพติด ทั้งต่อตนเอง ต่อครอบครัว ต่อสังคม และต่อประเทศชาติ 2) กระตุ้นให้เยาวชนเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหายาเสพติดที่เกิดขึ้นภายในท้องถิ่นที่อยู่อาศัยของตนเอง 3) ให้ความรู้เกี่ยวกับการสังเกต การหาข่าว แจ้งข่าว สอดส่องดูแลผู้ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด และนำเอาความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการเฝ้าระวังปัญหายาเสพติดในชุมชนของตนเอง และ 4) เพื่อรณรงค์ประชาสัมพันธ์ต่อต้านยาเสพติด

3. โครงการค่ายคุณธรรม นำใจ แก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นโครงการที่มุ่งเน้นให้เยาวชนร่วมกันเป็นเครือข่าย แจ้งเบาะแส และเป็นแนวร่วมป้องกันภัยจากยาเสพติด เพื่อให้ชุมชนปลอดจากยาเสพติดอย่างยั่งยืนต่อไป โดยมีการจัดเข้าค่ายคุณธรรม ฝึกสมาธิ อบรมความรู้พื้นฐานที่ช่วยเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม ระเบียบวินัย ธรรมะกับการพัฒนาชีวิต ธรรมะกับธรรมชาติ ปัญหายาเสพติดด้านยาเสพติด และจัดกิจกรรมภาคปฏิบัติ ฝึกมารยาทตามแนววัฒนธรรมไทย การสวดมนต์ทำวัตร ฝึกเจริญสมาธิ แผ่เมตตา เติบงกรรม ฝึกโยคะ การศึกษา สำนวณ ความเข้าใจตนเอง การรับประทานอาหารอย่างสำรวมและการปฏิบัติอื่นๆ เน้นการใช้สติควบคุมตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อให้กลุ่มเยาวชนและวัยทำงานได้ตระหนักถึงพิษภัยของยาเสพติด 2) ประชาชนทั่วไปตระหนักและเล็งเห็นความสำคัญของปัญหายาเสพติด และ 3) เพื่อสร้างความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ โดยใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาเข้ามาใช้ในการปฏิบัติ และสามารถปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

4. โครงการหน่วยทหารสีขาว เป็นโครงการที่ตระหนักถึงความรุนแรง และผลกระทบของปัญหายาเสพติดระยะยาว ซึ่งอาจจะหวนกลับมาแพร่ระบาดในหน่วยทหารและชุมชนใกล้เคียง จึงต้องสร้างระบบการเฝ้าระวังควบคุมการแพร่ระบาดของยาเสพติด และหยุดยั้งการแพร่ระบาด โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อควบคุมการขยายตัวของยาเสพติด และลดการแพร่ระบาดของยาเสพติดในกลุ่มทหารกองประจำการที่เข้ามารับราชการในหน่วย รวมถึงกำลังพลและครอบครัว 2) เพื่อเผยแพร่ความรู้ และธรรมาภิบาลป้องกัน สร้างกระแสพลังแผ่นดิน ในการควบคุมและแก้ไขปัญหายาเสพติดให้หมดไป และเฝ้าระวังไม่ให้ยาเสพติดหวนกลับมาแพร่ระบาดได้อีก 3) เพื่อฟื้นฟูผู้เสพยาเสพติด ให้กลับมาเป็นปกติ ดำรงชีวิตในสังคมได้โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด และ 4) ปลุกจิตสำนึกให้กำลังพลและครอบครัว มีวิจรรย์ญาณในการป้องกันตนเองไม่ให้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดทั้งทางตรงและทางอ้อม

จากโครงการการแก้ไขปัญหายาเสพติดที่ภาครัฐ ภาคเอกชน โรงเรียน และหน่วยงานต่างๆ ได้ร่วมมือกันเพื่อแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นกับเยาวชน พบว่า ทุกโครงการจะเน้นให้เยาวชนและกลุ่มเป้าหมายได้เข้ามามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม เช่น การเป็นกระบอกเสียง เหยี่ยวข่าวในการติดตามปัญหายาเสพติด การอาสาเป็นแนวร่วมป้องกันปัญหายาเสพติด เป็นต้น ทั้งนี้การอบรมความรู้ให้กับเยาวชนมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยในการป้องกันความรู้ควรมีการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมให้กับเยาวชนร่วมด้วย เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ และเป็นหลักยึดเหนี่ยวในการดำเนินชีวิตในเส้นทางที่ถูกต้องเหมาะสม

5.9 การเสพยาเสพติดซ้ำ

คำว่า Relapse เป็นศัพท์ทางการแพทย์ หมายถึง การกำเริบของโรคหรือการกลับมาของความเจ็บไข้หลังจากอาการหายไปเมื่อได้รับการบำบัดรักษาแต่หากใช้กับผู้ซึ่งเคยเสพยาเสพติดจะหมายถึงการที่ผู้ติดยาซึ่งสามารถหยุดหรือเลิกพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดไปได้ช่วงระยะเวลาหนึ่งและกลับมาสู่พฤติกรรมเดิมคือการใช้สารเสพติดอีกซึ่งเรียกว่า “การเสพยาซ้ำ” (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2548)

ในอดีตคนทั่วไปจะมีความเชื่อว่าการเสพยาเสพติดหรือการติดยาเป็นปัญหาทางสังคมเกิดจากผู้เสพยาเสพติดเป็นพวกไม่รักดีบุคลิกภาพอ่อนแอไม่มีความรับผิดชอบต่อสังคม และคิดว่าการเลิกใช้ยาเสพติดนั้นเป็นเรื่องไม่ยากหากผู้ติดยาต้องการที่จะเลิกอย่างจริงจังแต่ในวงการแพทย์ปัจจุบันที่ทำการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดเชื่อว่า “การติดยา” คือ โรคทางสมองชนิดหนึ่งซึ่งอาจเรียกว่า “โรคสมองติดยา” จากการศึกษาของสถาบันยาเสพติดแห่งชาติหรือ National Institute on Drug Abuse (NIDA) ของสหรัฐอเมริกา พบว่า การใช้สารเสพติดของคนเราในขั้นแรกเกิดจากความต้องการในตัวผู้เสพไม่ว่าจะด้วยเหตุผลอะไรก็ตามแต่หลังจากการใช้ยาเสพติดไปสักระยะหนึ่งจะพบว่า การทำงานของสมองเปลี่ยนไปผู้เสพยาจะมีสติในการควบคุมตัวเองน้อยลงส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบน และในที่สุดจะไม่สามารถยับยั้งซึ่งใจที่จะเลิกใช้ยาเสพติดแม้จะรู้ถึงผลร้ายที่จะตามมา “โรคสมองติดยา” ถือเป็นโรคเรื้อรังชนิดหนึ่งเช่นเดียวกับโรคอีกหลายชนิด เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน หรือโรคหืดหอบ โรคเหล่านี้อาจบำบัดให้หายได้หากผู้ป่วยรู้จักดูแลตนเองหลีกเลี่ยงพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมที่เสี่ยงต่อการกำเริบของโรค

ดังนั้นหากการติดยาเสพติดเป็นโรคเรื้อรังเหมือนกับโรคเรื้อรังอื่นๆ ก็อาจมีอาการกำเริบของโรคได้ การกลับไปเสพซ้ำย่อมเป็นสิ่งที่ไม่ผิดแปลกและอาจไม่ได้แสดงว่าการบำบัดรักษาล้มเหลว แต่การกลับไปเสพซ้ำเป็นข้อบ่งชี้ถึงสิ่งที่จำเป็นต้องปรับกระบวนการบำบัดและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาในอันที่จะช่วยให้เขาเหล่านี้เรียนรู้ที่จะควบคุมตนเองให้เข้มแข็งหลีกเลี่ยงต่อพฤติกรรมซึ่งเสี่ยงต่อการกลับไปเสพยาซ้ำอีก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสอนให้ผู้ป่วยและครอบครัวช่วยเหลือนัดปรึกษาประคับประคองให้ผู้ผ่านการบำบัดรักษา มีความเข้มแข็งและพร้อมที่จะคืนสู่สังคมจากงานวิจัยพบว่าการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้เสพยาเสพติดด้วยการผสมผสานกันทั้งทางด้านร่างกายจิตใจและด้านสังคมจะสามารถทำให้เขาเหล่านั้นหายจากโรค “ติดยา” และกลับมาใช้ชีวิตอย่างปกติสุขโดยไม่หันกลับไปใช้ยาเสพติดอีก

บางคนกลายเป็นผู้ติดยาเสพติดในขณะที่บางคนสามารถเลิกจากการเสพยาเสพติดได้อย่างถาวรบางคนกลับไปเสพติดซ้ำครั้งแล้วครั้งเล่ากว่าจะหลุดพ้นจากวงจรการเสพติดหรือบางคนอาจไม่มีวันหลุดพ้นจากการใช้ยาได้ตลอดชีวิต จากบทความทางวิชาการหลายฉบับระบุว่าชีวภาพสิ่งแวดล้อมและพัฒนาการของแต่ละบุคคลมีส่วนสำคัญยิ่งต่อการใช้ยาเสพติด

จากงานวิจัยพบว่า ร้อยละ 54 ของผู้ป่วยที่ใช้สารเสพติดอาจกลับไปเสพซ้ำและร้อยละ 61 ของผู้ที่กลับไปเสพซ้ำอาจกลับเข้าสู่วงจรของการเสพยาซ้ำหลายครั้งหลายคราอาจไม่ใช่เรื่องแปลกที่จะพบว่าผู้ที่ผ่านการบำบัดกลับไปเสพยาซ้ำภายใน 1 เดือน นอกจากนี้ยังพบว่า ร้อยละ 47 กลับไปเสพยาซ้ำภายใน 1 ปีหลังผ่านการบำบัด Miller, et al. (2000) ได้แบ่งประเภทผู้ป่วยที่ใช้สารเสพติดไว้ 3 ประเภทโดยศึกษาจากภูมิหลังของการบำบัดรักษาและการกลับไปเสพซ้ำของผู้ป่วยดังนี้

1. เลิกจากเสพยา
2. กลับไปเสพซ้ำในช่วงเวลาอันสั้น
3. กลับไปเสพซ้ำอย่างเรื้อรังแบ่งย่อยออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

3.1 ผู้ป่วยซึ่งอยู่ในระหว่างการเปลี่ยนแปลง (Transition patients) ผู้ป่วยประเภทนี้จะไม่ยอมรับหรือไม่รับรู้ว่าเขากำลังทุกข์ทรมานจากการใช้ยาเสพติดแม้ว่าจะมีผลกระทบจากการเสพยาเกิดขึ้นมากมายที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากผู้ป่วยยังไม่สามารถรับรู้ความเป็นจริงที่ถูกต้องเนื่องจากยังอยู่ภายใต้ฤทธิ์ของยาเสพติด

3.2 ผู้ป่วยซึ่งยังอ่อนแอไม่เข้มแข็งและมีแนวโน้มที่จะกลับไปเสพซ้ำ (Unstabilized relapse - prone patients) ในขณะที่รับการบำบัดรักษาผู้ป่วยเหล่านี้ยังไม่ได้รับการสอนทักษะให้เข้าใจถึงกระบวนการติดยาเสพติดของตนเองและไม่ได้รับการฝึกให้รู้จักที่จะยับยั้งไม่ให้เกิดกระบวนการที่จะนำไปสู่การเสพยาซ้ำผู้ป่วยจึงไม่สามารถประคองตนให้ผ่านพ้นขั้นตอนการบำบัดรักษาและเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิตเพื่อเลิกพฤติกรรมเดิมได้

3.3 ผู้ป่วยซึ่งมีความเข้มแข็งแต่ก็มีแนวโน้มที่จะกลับไปเสพซ้ำ (Stabilized relapse-prone patients) ผู้ป่วยประเภทนี้รู้ตัวและตระหนักถึงปัญหาการติดยาเสพติดของตนเองเห็นความจำเป็นของการเลิกใช้สารเสพติดอย่างเด็ดขาดอย่างไรก็ตามแม้ว่าพวกเขาจะพยายามเพียงไรก็ไม่สามารถเลิกใช้ยาเสพติดได้ด้วยตัวเอง

การกลับไปเสพซ้ำสามารถเกิดขึ้นได้แต่ขณะเดียวกันก็สามารถป้องกันมิให้เกิดขึ้นได้เช่นกัน การป้องกันการเสพซ้ำหากมุ่งเน้นที่ตัวผู้ป่วยเองก็จะหมายถึง วิธีการที่จะสอนหรือให้ความรู้แก่ผู้ป่วย ถึงกระบวนการที่เกิดปัญหาและวิธีแก้ไขปัญหาเพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเดิมโดยให้บุคคลสามารถเรียนรู้ที่จะหาถึงสาเหตุและแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้โดยการรู้จักควบคุมตนเอง การ ทบทวนข้อดีและข้อเสียของการไม่เลิกใช้สารเสพติดการรู้สึกตัวเมื่อเกิดอาการอยากยาและควบคุม ตนเองในสภาวะเสี่ยงต่อการกลับไปเสพซ้ำการหาวิธีการที่จะหลีกเลี่ยงต่อสภาวะซึ่งกระตุ้นให้อยากยา ส่วนสำคัญของการบำบัดวิธีนี้คือ การคัดล่งหน้าถึงปัญหาที่ผู้ป่วยอาจต้องประสบและช่วยให้ผู้ป่วย เรียนรู้ที่จะพัฒนาวิธีการที่จะควบคุมและจัดการกับปัญหานั้นอย่างมีประสิทธิภาพ

ส่วนประกอบสำคัญที่ต้องฝึกหรือสอนให้ผู้ป่วยผ่านการบำบัดรักษาได้เรียนรู้เพื่อการป้องกันการ กลับไปเสพยาเสพติดซ้ำคือ

1. การที่สามารถจะบ่งบอกถึงสถานการณ์หรือสภาวะของการเสี่ยงที่จะกลับไปสู่พฤติกรรม เดิมอาการกำเริบของโรคมักจะเกี่ยวเนื่องกับเหตุการณ์สถานที่บุคคล และช่วงเวลาเฉพาะผู้ป่วยต้อง เรียนรู้ที่จะตระหนักว่าในสถานการณ์ใดเขามีความรู้สึกถึงความเสี่ยงต่อการกลับไปเสพยาอีกคนเรามัก มีความตั้งใจต่อเหตุการณ์ในอดีตเมื่อได้เห็นสถานที่บุคคลหรือแม้กระทั่งช่วงเวลาเดียวกันของการเกิด เหตุการณ์ก็จะปลุกเร้าความรู้สึกนึกคิดเดิมๆให้หวนคืนมา “สิ่งเร้า” (triggers) หรือ “สิ่งกระตุ้น” นี้ เป็นจุดเริ่มต้นของอาการบางครั้งคนเราอาจมีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อสิ่งเร้านั้นอย่างไม่รู้ตัวและบางคนก็ไม่ รู้ว่าสิ่งเหล่านั้นคือตัวกระตุ้นให้คนเกิดความรู้สึกตอบรับต่อสิ่งเร้านั้นดังนั้นในการป้องกันที่จะมิให้ ผู้ป่วยกลับไปสู่พฤติกรรมเดิมผู้ป่วยต้องฝึกที่จะเรียนรู้และเฝ้าดูความรู้สึกของอาการผิดปกติที่เกิดขึ้น ของตนเองตลอดจนพฤติกรรมที่ตามมาต่อความรู้สึกนั้น

2. หลีกเลี่ยงที่จะสนองตอบต่อสภาวะการณ์เสี่ยงเมื่อเจอสภาวะการณ์เสี่ยงต่อความรู้สึกที่ อยากจะกลับไปเสพยาซ้ำผู้ป่วยควรพยายามหลีกเลี่ยงโดยออกมาจากสถานการณ์นั้นหรือพยายามหา วิธีการอื่นเพื่อแก้ไขมิให้ต้องเข้าไปอยู่ในสภาวะเสี่ยงเช่นการหลีกเลี่ยงที่จะไม่เจอเพื่อนเก่าๆ ที่เสพยา ด้วยกันสถานที่หรือเวลาที่มักไปมั่วสุมสังสรรค์กันหรือหากรู้ว่าช่วงใดที่ตนเองอยากกลับไปเสพยาก็ให้ หากิจกรรมอื่นทำแทนอาทิระบายความรู้สึกกับเพื่อนหรือโทรศัพท์ขอคำปรึกษาจากสายด่วนการเล่น ดนตรีออกกำลังกายหรือหางานอดิเรกทำนอกจากนี้อาจหาเทคนิควิธีการที่จะสร้างสติและสมาธิให้ ตนเองโดยการนั่งสมาธิการฝึกการหายใจลึกๆ การฝึกฝนคลายกล้ามเนื้อโดยเน้นการผ่อนคลายเป็น จุดๆ และทำเป็นประจำสม่ำเสมอหรืออาจใช้การสวดมนต์ภาวนาการเขียนบันทึกตลอดจนการ ปรับเปลี่ยนเจตคติของตนเองเสียใหม่โดยใช้คำพูดหรือข้อเตือนใจเชิงบวกต่อตนเอง รู้จักฝึกที่จะแก้ไข ปัญหาโดยการวิเคราะห์ถึงสาเหตุหาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาและผลกระทบที่จะเกิดขึ้นเพื่อหาข้อ ยุติที่ดีที่สุดในการแก้ปัญหานั้นๆ หรืออาจลองสมมติวาดภาพตนเองอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่างๆ เพื่อ หาทางแก้ไขที่เหมาะสม

3. วางแผนการดำเนินชีวิตที่สุขสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจนอกจากการหลีกเลี่ยงต่อสิ่ง เร้าฝึกให้จิตใจเข้มแข็งแล้วควรใส่ใจต่อการทานอาหารที่ครบหมู่ครบมื้อการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ นอนหลับให้เพียงพอศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสุขภาพมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อคนรอบข้างใช้เวลาในทาง สร้างสรรค์และเกิดประโยชน์

4. พัฒนาระบบการช่วยเหลือประคับประคอง จากงานวิจัยระบุว่า การที่จะทำให้ผู้ผ่านการบำบัดมีคุณภาพชีวิตที่ดีจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนจากสังคมบุคคลที่มีความผิดปกติทางจิตใจหากถูกทอดทิ้งให้อยู่โดดเดี่ยวจากสังคมมักมีแนวโน้มที่จะมีอาการกำเริบมากขึ้นและในขณะเดียวกันบุคคลเหล่านั้นเองก็มีปัญหาที่จะปรับตัวให้เข้ากับสังคมจากการวิจัยพบว่าระบบการช่วยเหลือประคับประคองที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติเป็นปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ผ่านการบำบัดเลิกจากพฤติกรรมเดิมได้ดีที่สุด นั่นคือ การมีครอบครัวและเพื่อนฝูงที่รักและห่วงใยอยู่ห้อมล้อมเป็นกำลังใจให้เสมอตั้งนั้นในกระบวนการบำบัดและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเพื่อมิให้กลับมาเสพซ้ำการนำครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมจึงเป็นสิ่งจำเป็นทุกคนในระบบช่วยเหลือผู้ผ่านการบำบัดควรได้รับความรู้ถึงวิธีการที่จะดูแลและช่วยเหลือในช่วงที่ผู้ป่วยผ่านพ้นการบำบัดและกลับไปสู่สังคมผู้อยู่รายล้อมควรทำการตกลงกันว่าผู้ใดจะแสดงบทบาทการใช้ไม้นวมหรือไม้แข็งในการช่วยเหลือประคับประคองไม่ให้ผู้ป่วยกลับไปเสพยาซ้ำ ปัจจุบันจะเห็นว่ามียุทธวิธีช่วยเหลือประคับประคองผู้ป่วยซึ่งอาจไม่ใช่ญาติหรือครอบครัวที่แท้จริง แต่เป็นกลุ่มที่จัดตั้งขึ้นโดยผู้ที่ผ่านการบำบัดมาแล้วเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

5. ผู้ผ่านการบำบัดรวมทั้งสังคมต้องยอมรับและเข้าใจว่าการกลับไปเสพยาซ้ำของผู้ที่เคยใช้สารเสพติดนั้นอาจเกิดขึ้นได้ทุกเมื่อทั้งตัวผู้ป่วยต้องไม่ท้อถอย และยึดถือว่าการกลับไปเสพยาซ้ำนั้นเป็นกระบวนการที่จะทำให้ได้เรียนรู้ตนเองมากขึ้นพร้อมทั้งเตรียมแผนการรองรับต่อจุดอ่อนที่ทำให้ตนกลับไปเสพยาซ้ำเพื่อพัฒนาตนเองให้บรรลุจุดมุ่งหมายสุดท้ายคือการเลิกใช้ยาเสพติดได้อย่างถาวร

สรุปได้ว่า “การติดยา” (Drug addiction) เป็นโรคทางสมองชนิดหนึ่งและเป็นโรคเรื้อรังซึ่งอาจเกิดอาการกำเริบของโรคคือการไปเสพยาซ้ำ (relapse) ได้ทุกเมื่อสาเหตุของการใช้สารเสพติดนั้นประกอบด้วยปัจจัยหลายประการซึ่งปัจจัยเหล่านั้นไม่ว่าจะเป็นปัจจัยทางชีวภาพสิ่งแวดล้อมและพัฒนาการของชีวิตล้วนส่งผลต่อการไปใช้สารเสพติดของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกันไปคนเราเกิดมาด้วยโครงสร้างทางชีวภาพที่แตกต่างกันมีพัฒนาการและวิถีการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันฉะนั้นการที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นต่อบุคคลแต่ละคนจึงต้องต่างกันการที่จะให้การบำบัดรักษาโรคแก่ผู้ป่วยผู้ให้ การบำบัดรักษาควรต้องหาสมมุติฐานของโรครวมทั้งศึกษาภูมิหลังทางสังคมของผู้ป่วยด้วยเพื่อให้การเยียวยาและแผนการบำบัดรักษาที่เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละรายและเพื่อให้การบำบัดรักษาได้ผลและหายขาด บุคคลรอบข้าง และผู้ป่วยเองก็ต้องเรียนรู้ที่จะเข้าใจถึงสาเหตุอันนำมาซึ่งโรคและเฝ้าดูแลอาการของตนเองไม่ให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการกลับไปสู่ภาวะโรคกำเริบในปัจจุบันยังไม่มีแผนการบำบัดรักษาหรือรูปแบบการบำบัดรักษาใดที่สามารถอ้างได้ถึงความสำเร็จในการบำบัดรักษาผู้ติดยาให้หายขาดจากโรคได้อย่างแท้จริง

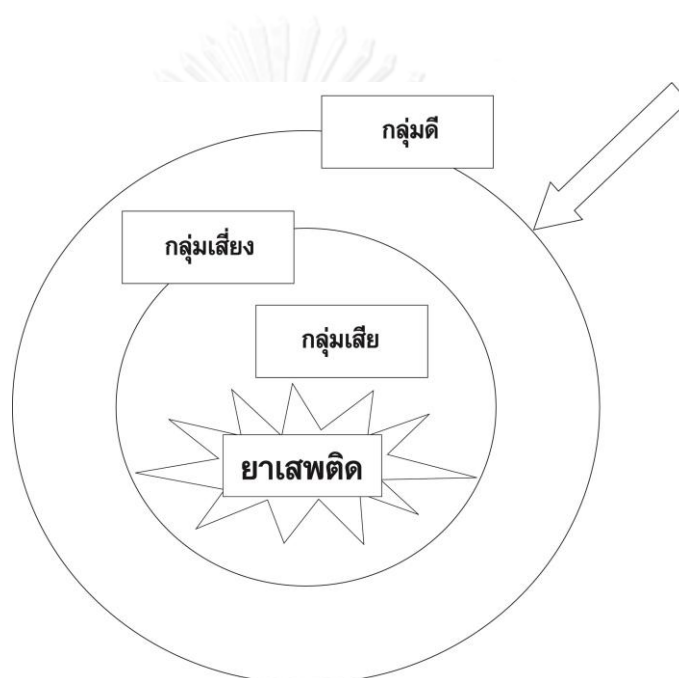
ตอนที่ 6 แนวคิดเกี่ยวกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยง

6.1 ภาพรวมลักษณะเยาวชน

ลักษณะเยาวชนสามารถจำแนกออกได้หลากหลายลักษณะตามแต่มุมมองในด้านต่างๆ สำหรับกรอบความคิดเพื่อการดำเนินงานป้องกันปัญหาเสพยาเสพติดในปัจจุบันได้แบ่งเยาวชนตามลักษณะทางพฤติกรรมออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ เยาวชนกลุ่มดี เยาวชนกลุ่มเสี่ยง และเยาวชนกลุ่มเสีย โดยเยาวชนแต่ละกลุ่มมีลักษณะ ดังต่อไปนี้ (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2552)

1. เยาวชนกลุ่มดี คือ เยาวชนทั่วไปที่มีพฤติกรรมตามปกติในบรรทัดฐานทางสังคมและมีภูมิคุ้มกันต่อยาเสพติดในระดับที่มากกว่าเยาวชนกลุ่มอื่นโดยเปรียบเทียบ
2. เยาวชนกลุ่มเสี่ยง คือ เยาวชนที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนหรือมี/แนวโน้มสูงที่จะใช้ยาเสพติดหรืออาจรวมถึงเยาวชนที่เสพยาเสพติดหรือเคยทดลองใช้บ้างแล้วแต่ยังไม่ถึงขั้นเป็นผู้ติด
3. เยาวชนกลุ่มเสีย คือ กลุ่มเยาวชนที่เสพ/ติดยาเสพติดเป็นประจำและจำเป็นต้องเข้ารับการบำบัดรักษา

การจำแนกลักษณะกลุ่มเยาวชนดังกล่าวมีความชัดเจน ดังแผนภาพที่ 7



แผนภาพที่ 7 ภาพรวมลักษณะเยาวชนด้านการป้องกันยาเสพติด

จากแผนภาพที่ 7 จะเห็นได้ว่า เยาวชนกลุ่มดีเยาวชนกลุ่มเสี่ยงและเยาวชนกลุ่มเสียมีโอกาส/แนวโน้มที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดที่แตกต่างกัน โดยเยาวชนกลุ่มเสี่ยงเป็นกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดโดยตรงหรือเป็นผู้ใช้ยาเสพติด เยาวชนกลุ่มนี้จึงขาดภูมิคุ้มกันยาเสพติดแนวทางการดำเนินการหลักสำหรับเยาวชนกลุ่มนี้จำเป็นต้องได้รับการแก้ไขหรือบำบัดรักษารวมถึงติดตามดูแลช่วยเหลือเพื่อให้มีพฤติกรรมที่ออกจากเยาวชนกลุ่มเสียหรือสามารถเลิกใช้ยาเสพติดได้ ในขณะที่กลุ่มเยาวชนที่อยู่รอบนอกหรืออยู่ไกลจากปัญหาเสพยาเสพติดมากกว่ากลุ่มอื่นโดยเปรียบเทียบ ได้แก่ เยาวชนกลุ่มดีซึ่งเยาวชนกลุ่มนี้มีภูมิคุ้มกันยาเสพติดที่ดีพอสมควรเมื่อเทียบกับเยาวชนกลุ่มอื่นการดำเนินการป้องกันสำหรับเยาวชนในกลุ่มนี้โดยหลักจึงเป็นการรณรงค์ให้ความรู้และเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้สามารถรักษาภูมิคุ้มกันยาเสพติดที่มีอยู่ได้ ส่วนเยาวชนกลุ่มเสี่ยงเป็นกลุ่มเยาวชนที่ยังมีได้เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดโดยตรงแต่มีค่านิยมทัศนคติและพฤติกรรมที่แสดงได้ว่ามีแนวโน้มและโอกาสเป็นอย่างสูงที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดการดำเนินงานจึงจำเป็นต้องแทรกแซงเยาวชนกลุ่มนี้ให้ออกจากสภาวะที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงหรือสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด

ให้เกิดขึ้นเพื่อประคับประคองดูแลมิให้มีโอกาสและแนวโน้มที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดให้ได้มากที่สุด (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2555)

สรุปได้ว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงเป็นกลุ่มเป้าหมายที่มีลำดับความสำคัญเป็นลำดับแรกในการดำเนินงานป้องกันปัญหายาเสพติดทั้งนี้การจะเข้าถึงและดำเนินการป้องกันปัญหาในเยาวชนกลุ่มนี้ได้ จำเป็นที่จะต้องทราบถึง ลักษณะพื้นฐานและพฤติกรรมของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงก่อนเพื่อให้สามารถดำเนินการได้ตรงตามกลุ่มเป้าหมายให้มากที่สุดเท่าที่จะสามารถกระทำได้

6.2 เยาวชนกลุ่มเสี่ยง

เยาวชนกลุ่มเสี่ยงหมายถึงเยาวชนในช่วงอายุระหว่าง 13-18 ปีที่มีลักษณะพฤติกรรมทัศนคติ ค่านิยม โอกาส และเงื่อนไขปัจจัยในการใช้ชีวิตที่มีโอกาสและแนวโน้มที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมากกว่าบุคคลอื่นหรือตกอยู่ในสภาวะการณ์ที่มีแนวโน้มเข้าสู่การเสพยาเสพติดมากกว่าบุคคลอื่น โดยแบ่งได้เป็น 3 กลุ่มหลัก ดังนี้ (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2555)

1. กลุ่มที่สังคมมองในเชิงลบ คือ เยาวชนที่มีพฤติกรรมที่นอกเหนือจากบรรทัดฐานของสังคม จนถูกสังคมตีตราในเชิงลบ เช่น

- เยาวชนที่อยู่ในแก๊งค์ที่ใช้ความรุนแรง
- เยาวชนที่อยู่ในแก๊งค์ซึ่งรถมอเตอร์ไซด์
- เยาวชนที่เคยกระทำผิดหรือมีประวัติถูกคุมประพฤติ
- เยาวชนที่เคยเสพยาเสพติด
- เยาวชนที่หนีเรียน

2. กลุ่มที่อยู่ในภาวะบริโภคนิยม คือ เยาวชนที่ได้รับอิทธิพลความคิดจากกระแสบริโภคนิยม และวัตถุนิยมจนส่งผลให้ความคิดความเชื่อและค่านิยม มุ่งเน้นการแสวงหาความสนุกสนานให้กับตนเอง ไม่สนใจในสังคมรอบข้าง และขาดเป้าหมายในชีวิต เช่น

- เยาวชนที่เที่ยวเตร่/มั่วสุม
- เยาวชนที่ว่างงานเตร็ดเตร่อยู่ในชุมชน
- เยาวชนที่ฟุ้งเฟ้อแสวงหาความสนุกสนานจากการบริโภคและใช้จ่ายเงินเกินตัว
- เยาวชนที่ไม่ได้อยู่กับครอบครัวหรืออาศัยอยู่ตามหอพักและที่พักอาศัยเชิงพาณิชย์

3. กลุ่มที่อยู่ในภาวะวิกฤต คือ เยาวชนที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในชีวิตอย่างโดดเดี่ยวโดยขาดกลไกต่างๆ ประคับประคองช่วยเหลือดูแล เช่น

- เยาวชนเร่ร่อน
- เยาวชนที่ถูกละเมิด/ทารุณบังคับใช้แรงงาน
- เยาวชนที่กำพร้าอพยพหนีภัยสงคราม / ภัยธรรมชาติ / อุบัติภัยและความรุนแรงต่างๆ

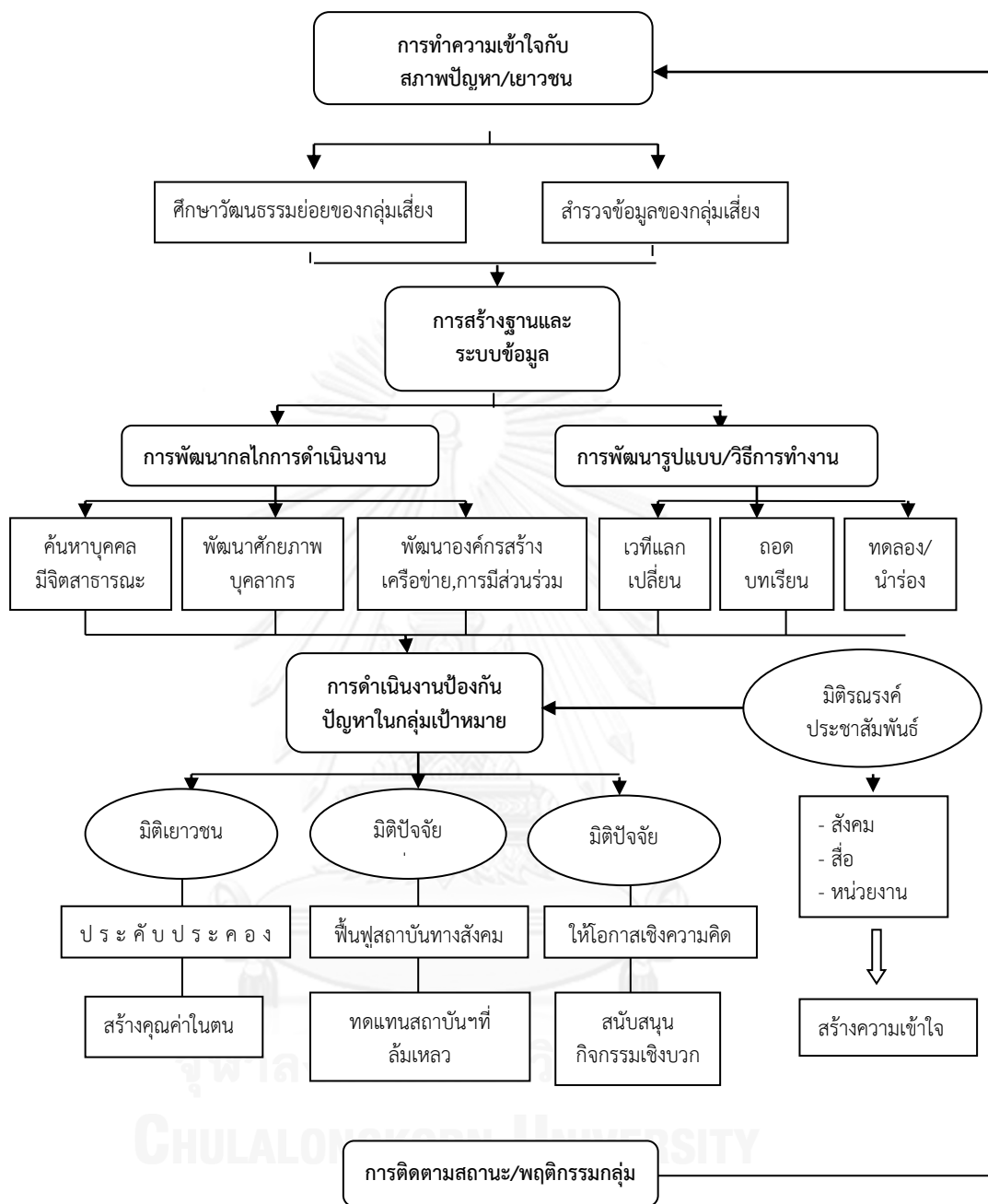
โดยปราศจากกลุ่ม/องค์กรหรือบิดามารดาผู้อุปการะเลี้ยงดู

สรุปได้ว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงเป็นกลุ่มที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเข้าไปลองเสพยาเสพติดมากที่สุด โดยเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมิใช่เพียงแต่กลุ่มเยาวชนเร่ร่อนเตร็ดเตร่หรือกลุ่มที่ได้รับการศึกษาน้อยเท่านั้น แต่ยังคงครอบคลุมถึงกลุ่มเยาวชนที่มีฐานะทางสังคมสูง แต่มีพฤติกรรมการอยากรู้อยากลอง ฟุ้งเฟ้อขาดสติสนุกสนาน และมีความท้าทายกับกลุ่มเพื่อนอีกด้วย

6.3 แนวทางการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง

ในการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงได้มีแนวทางพื้นฐานสำหรับหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องในระดับต่างๆ เพื่อนำไปประยุกต์ปรับใช้ในการดำเนินงานกระทรวงยุติธรรม โดยสำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดจึงได้พยายามพัฒนาแนวคิด และแนวทางการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงโดยใช้กระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้ที่มีประสบการณ์และเชี่ยวชาญในการดำเนินงานป้องกันปัญหาพฤติกรรมเบี่ยงเบนและปัญหายาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงรวมถึงการถอดบทเรียนการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดในรูปแบบต่างๆ ทั่วประเทศและได้สังเคราะห์เป็นแนวทางพื้นฐานโดยรวมในการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงเพื่อนำไปปรับใช้ให้เข้ากับสถานการณ์ สภาพปัญหา บริบทแวดล้อม ศักยภาพ ปัจจัยเกื้อหนุน/ปัจจัยต้านของแต่ละพื้นที่ต่อไป

แนวทางหรือระบบพื้นฐานการดำเนินงานป้องกันปัญหายาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงประกอบด้วย การดำเนินงานหลัก 6 ประการโดยเริ่มจากการทำความเข้าใจกับสภาพปัญหาและลักษณะของเยาวชน จากนั้นจึงจัดการข้อมูลและองค์ความรู้ต่างๆ ที่ได้จากการศึกษาสำรวจและรวบรวมมาสร้างและพัฒนาเป็นฐานข้อมูลที่เป็นระบบเพื่อเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการดำเนินงานโดยเมื่อสามารถ “เข้าใจ” สภาพปัญหาของเยาวชนได้แล้ว ต่อมาจำเป็นต้อง “เข้าถึง” เยาวชนกลุ่มเสี่ยงซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายสำคัญในการดำเนินงานโดยพัฒนากลไกการดำเนินงานอันได้แก่ บุคคล องค์กรหน่วยงานเครือข่ายที่สามารถเข้าถึงและจัดการกับปัญหาได้อย่างตรงเป้าหมาย รวมถึงจำเป็นต้องมีกระบวนการพัฒนารูปแบบและวิธีการดำเนินงานควบคู่ไปด้วยเพื่อก่อให้เกิดองค์ความรู้สำหรับนำไปดำเนินงาน จากนั้นจึงเป็นขั้นตอนสำคัญคือการดำเนินงานป้องกันปัญหายาเสพติดในกลุ่มเป้าหมายซึ่งเป็นการ “พัฒนา” เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่กลุ่มเป้าหมาย และลดทอนปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ที่นำไปสู่ปัญหายาเสพติด และเมื่อได้พัฒนากลุ่มเป้าหมายแล้วจำเป็นต้องดูแลติดตามกลุ่มเป้าหมายอย่างต่อเนื่องเพื่อระคับประคองให้ออกจากสภาวะและพฤติกรรมเสี่ยงให้นานที่สุดหรือจนกว่ากลุ่มเป้าหมายจะมีภูมิคุ้มกันพอที่จะเผชิญปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ในสภาพแวดล้อมโดยทั่วไปได้ โดยการดำเนินการหลักทั้ง 6 ประการตามแนวทาง/ระบบพื้นฐานการดำเนินงานป้องกันปัญหายาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีรายละเอียดดังแผนภาพที่ 8 (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2555)



แผนภาพที่ 8 แนวทางพื้นฐานการดำเนินงานป้องกันปัญหาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง

ตอนที่ 7 แนวคิดเกี่ยวกับชุมชนแออัด

ชุมชนแออัด (Crowded Community) ใช้แทนคำว่า “สลัม” เนื่องจากชุมชนแออัดเป็นคำที่ผ่านการอนุมัติจากรัฐมนตรีเพื่อใช้แทนคำเดิมตั้งแต่วันที่ 27 เมษายน 2525 เหตุผลของการเปลี่ยนคำดังกล่าวคือคำว่า “สลัม” ให้ความหมายในเชิงต่ำต้อยผู้ที่อาศัยรู้สึกตนเป็นคนชั้นล่างคือหมายถึงช่องว่างทางสังคมอันอาจก่อให้เกิดผลลบได้ (สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (องค์การมหาชน), 2548)

7.1 ความหมายของชุมชนแออัด

ทองสุข ชันทอง (2520) กล่าวว่า ชุมชนแออัด หมายถึง แหล่งที่มีอาคารหนาแน่นและอาคารส่วนมากชำรุดทรุดโทรมหรือมีสภาพไม่เหมาะที่จะใช้เป็นที่อยู่อาศัยหรือมีลักษณะเป็นอันตรายต่อสุขภาพอนามัยความปลอดภัยศีลธรรมหรือสวัสดิภาพของผู้อยู่อาศัยและประชาชน

สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (2548) กล่าวว่า ชุมชนแออัด หมายถึง บริเวณพื้นที่ที่มีสภาพไม่ถูกสุขลักษณะมีน้ำขังอับชื้นหรือสกปรกมีอาคารและผู้อยู่อาศัยอยู่อย่างแออัดอันอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพอนามัยความปลอดภัยหรือเป็นแหล่งที่อาจก่อให้เกิดการกระทำที่ขัดต่อกฎหมายหรือศีลธรรมอันดีของประชาชน

การเคหะแห่งชาติ (2534) กล่าวว่า ชุมชนแออัด หมายถึง ชุมชนที่ส่วนใหญ่มีอาคารหนาแน่นไร้ระเบียบและชำรุดทรุดโทรมประชากรอยู่กันอย่างแออัดมีสภาพแวดล้อมไม่เหมาะสมอันอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพอนามัยและความปลอดภัยของผู้อยู่อาศัยและชุมชนที่มีปัญหาด้านเศรษฐกิจและสังคม

สรุปได้ว่า ชุมชนแออัด หมายถึง เคหสถานหรือบริเวณที่พักอาศัยที่ประกอบด้วยอาคารหนาแน่น และส่วนใหญ่มีสภาพชำรุดทรุดโทรมมีบริเวณที่สกปรกรกรุงรังประชาชนอยู่กันอย่างแออัดผิดสุขลักษณะต่ำกว่ามาตรฐานสมควรจะแก้ไขอยู่แบบครอบครัวตามปกติวิสัยมนุษย์ทำให้ไม่ปลอดภัยในด้านสุขภาพและอนามัย

7.2 ปัญหาของชุมชนแออัด

ปัจจุบันมีชุมชนแออัดทั่วประเทศประมาณ 5,500 ชุมชน 1.5 ล้านครัวเรือน ประชากรประมาณ 6.75 ล้านคน ขณะที่ในกรุงเทพมหานครมีชุมชนแออัดประมาณ 1,000 แห่ง สาเหตุหนึ่งที่ทำให้มีชุมชนแออัด คือ ปัญหารายได้ เพราะคนที่อยู่ในชุมชนแออัดเป็นคนจน รายได้น้อย อาจเกิดมาจากลัทธิทุนนิยม มีการกระจายรายได้ที่ไม่เป็นธรรม และเนื่องจากการทำงานในเมืองใหญ่มีรายได้ที่สูงกว่าในชนบททำให้มีคนย้ายเข้ามาทำงานในเมืองมากขึ้น (การเคหะแห่งชาติ, 2534)

ปัญหาชุมชนแออัดเป็นบ่อเกิดของปัญหาในด้านสิ่งแวดล้อมหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นความสกปรกตามทางเท้า หรือบริเวณบ้านที่มีทัศนวิสัยที่ไม่สวยงาม มลภาวะเป็นพิษจากยานพาหนะต่างๆ ทำให้อากาศเสีย มีฝุ่นละอองมาก ไม่มีระบบการบำบัดน้ำเสีย ทำให้น้ำในลำคลองเน่าเสีย รวมถึงการทิ้งขยะลงแม่น้ำส่งผลให้ขยะล้นเมือง ไม่มีที่กำจัดขยะที่เพียงพอ (ทองสุข ชันทอง, 2520)

ในช่วงปี พ.ศ. 2520 – 2530 องค์กรสหประชาชาติได้ผลักดันแนวทางใหม่ในการพัฒนาที่อยู่อาศัยของผู้มีรายได้น้อยแทนการสร้างแฟลตด้วยวิธีปรับปรุงชุมชนในที่เดิม (Slum Upgrading) และการก่อสร้างบางส่วน (Site & Service) ด้วยการพัฒนาระบบสาธารณูปโภคบนที่ดินแปลงว่าง

หรือสร้างโครงสร้างบางส่วนให้ เช่น หลังคา ห้องน้ำ ซึ่งสามารถแก้ไขปัญหาด้านสภาพแวดล้อม และ สาธารณูปโภคพื้นฐานได้อย่างกว้างขวาง และในช่วงปี พ.ศ.2530 จนถึงปัจจุบัน มีการเปิดกว้างใน เรื่องระบบประชาธิปไตย ทำให้เกิดการรวมตัวกันของชุมชนเพื่อร่วมกันแก้ไขปัญหา และจัดการที่อยู่ อาศัย โดยมีชุมชนเป็นแกนหลักในการกำหนดความต้องการ รูปแบบที่อยู่อาศัย ผังชุมชนให้สอดคล้อง กับความสามารถทางการเงินของคนในชุมชน และสภาพความเป็นอยู่ โดยรัฐบาลจะสนับสนุนด้าน สาธารณูปโภคที่จำเป็น (การเคหะแห่งชาติ, 2534)

ในหลายปีที่ผ่านมาประเทศไทยให้บริการด้านที่อยู่อาศัย และให้ชุมชนดำเนินการเองเพื่อ แก้ปัญหาคนจนไม่มีที่อยู่อาศัยและปัญหาชุมชนแออัด โดยมีรูปแบบในการพัฒนาที่อยู่อาศัย ได้แก่ สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (2548)

1. การก่อสร้างแฟลต เช่น แฟลตคลองเตย แต่ก็ไม่สามารถแก้ไขปัญหาคนจนได้ รวมทั้งยังเป็นโครงการที่มีราคาสูง และเป็นการเพิ่มความหนาแน่นให้เกิดขึ้น ไม่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนจน ที่ต้องมีเครื่องมือทำมาหากิน เช่น รถเข็น หาบเร่

2. การปรับปรุงสาธารณูปโภคในที่ดินเดิม (Slum Upgrading) เป็นการปรับปรุงชุมชนเดิมให้มีสภาพที่ดีขึ้น โดยปรับปรุงระบบสาธารณูปโภคทางเดินเท้า และสภาพแวดล้อมในชุมชน สร้าง คุณภาพชีวิตชาวชุมชนให้ดีขึ้น แต่อย่างไรก็ตามการปรับปรุงชุมชน ก็ยังขาดความมั่นคงในที่ดินเพื่อ การอยู่อาศัยในระยะยาว

3. การปรับผังที่ดิน (Reblocking) เป็นการปรับปรุงรูปแบบชุมชนเดิมให้มีผัง และโครงสร้าง สาธารณูปโภคพื้นฐานที่ดีขึ้น โดยอาจจะมีการปรับ หรือรื้อย้ายบ้านบางส่วน และพัฒนาระบบ สาธารณูปโภคให้ดีขึ้น แต่ต้องเสียค่าที่ดินในกรณีเช่าที่ระยะยาว หรือซื้อที่สลับเดิม แต่ชุมชนได้ความ มั่นคงในการอยู่อาศัย และสามารถพัฒนาอย่างค่อยเป็นค่อยไป โดยมีโครงการที่ดำเนินการทั้งสิ้น 8 – 10 ชุมชน

4. การประสานประโยชน์การใช้ที่ดิน / การแบ่งปันที่ดิน (Land Sharing) โดยให้เจ้าของที่ให้ เช่า หรือขายที่บางส่วนในชุมชนในราคาถูก แลกกับการใช้ประโยชน์จากที่ดินส่วนที่เหลือ มีประมาณ 10 – 12 โครงการ ทำให้ชุมชนมีความมั่นคงระยะยาว หรือกรรมสิทธิ์ในที่ดิน

5. การรื้อย้าย และสร้างชุมชนใหม่ที่อยู่บริเวณเดิม เช่น คลองเตย 70 ไร่ เป็นการรื้อย้าย ภายในบริเวณเดิมขยายจากจุดหนึ่งไปยังจุดหนึ่ง แล้วให้สัญญาเช่า 20 ปี เป็นการให้ความมั่นคงกับ ชาวบ้าน ทำให้สภาพชุมชนไม่เป็นเหมือนสลัม

6. การรื้อย้าย และการสร้างชุมชนในที่ดินใหม่ มีข้อดีที่ชุมชนได้ความมั่นคง แต่ทำให้ชุมชน ต้องอยู่ไกลจากชุมชนเดิม ไกลแหล่งทำงาน เกิดภาระค่าใช้จ่ายค่อนข้างสูงในการซื้อที่ดิน และก่อสร้าง บ้าน ซึ่งรัฐสนับสนุนสาธารณูปโภคประมาณ 102,000 บาท/หน่วย

แสดงให้เห็นว่า การแก้ปัญหาชุมชนแออัดโดยให้คนในชุมชนพัฒนาชุมชนด้วยตนเองเป็นการ แก้ปัญหาที่เหมาะสม แต่อย่างไรก็ตามปัญหาชุมชนแออัดก็ยังคงเป็นปัญหาใหญ่ที่ต้องอาศัยเวลาใน การแก้ไขและปรับปรุงทั้งสภาพชุมชนและผู้อยู่อาศัย เนื่องจากคนส่วนใหญ่ในชุมชนแออัดยังคงมี ฐานะยากจน มีรายได้น้อย เมื่อเทียบกับอัตราค่าครองชีพที่สูงในเมืองใหญ่

7.3 บริบทของชุมชนคลองเตย

ในปี พ.ศ. 2494 รัฐบาลได้ตราพระราชบัญญัติการทำเรือแห่งประเทศไทยพุทธศักราช 2494 จัดตั้งการทำเรือแห่งประเทศไทยขึ้นเป็นรัฐวิสาหกิจในสังกัดกระทรวงคมนาคมพร้อมรับโอนกิจการทำเรือจากสำนักงานทำเรือกรุงเทพมาดำเนินการ จากการทำเรือดังกล่าวในเขตคลองเตยทำให้คลองเตยกลายเป็นศูนย์กลางทางเศรษฐกิจของกรุงเทพมหานคร เมื่อการทำเรือแห่งประเทศไทยเริ่มดำเนินกิจการก็จำเป็นต้องจ้างแรงงานจำนวนมากขึ้นประกอบกับบริเวณนี้เป็นที่ตั้งของโรงงานต่างๆ มากมายรวมทั้งตลาดสดขนาดใหญ่มีการหลั่งไหลของผู้ใช้แรงงานจากทุกสารทิศของประเทศไทยเข้ามาในคลองเตยเพื่อขายแรงงานให้กับนายจ้าง และเป็นการลดภาระค่าใช้จ่ายต่างๆ เช่น ค่าที่พักอาศัย ค่าเดินทาง เป็นต้น อีกทั้งยังเป็นการสะดวกต่อการรับจ้างทำงานคลองเตยจึงเป็นที่อยู่อาศัยและแหล่งงานที่ชักนำให้ผู้คนจากชนบทจำนวนมากหันหน้าเข้าคลองเตยเพื่อหางานทำมากขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากคลองเตยเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยราคาถูกมีแหล่งงานรองรับจำนวนมากประชาชนที่หลั่งไหลเข้ามาในพื้นที่จึงจำเป็นต้องบุกเบิกพื้นที่การทำเรือซึ่งเป็นที่รกร้างว่างเปล่าไม่ได้ใช้ประโยชน์มาปรับเป็นที่อยู่อาศัยชั่วคราวจนถึงที่อยู่อาศัยแบบถาวรของผู้ใช้แรงงาน พื้นที่ว่างดังกล่าวจึงกลายเป็นที่พักพิงของคนไร้บ้านจากต่างจังหวัดที่เข้ามาหางานทำจากสาเหตุดังกล่าว จึงทำให้คลองเตยกลายเป็นชุมชนแออัดหรือสลัมที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในประเทศไทยที่มีปัญหามากมายทั้งในด้านสภาพความเป็นอยู่ของคนในชุมชนที่อยู่อาศัยสิ่งแฉะล้น และยังเป็นต้นกำเนิดของปัญหาสังคมหลายอย่างเช่นยาเสพติด อาชญากรรมการค้าประเวณี ฯลฯ (สภาองค์กรชุมชน, 2555)

7.4 ที่ตั้ง และอาณาเขตของชุมชนคลองเตย

เขตคลองเตยตั้งอยู่ริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยาทางตอนกลางก่อนไปทางตะวันตกของฝั่งพระนครมีพื้นที่เขตทั้งสิ้น 13,000 ตารางกิโลเมตร พื้นที่รอบที่ทำการสำนักงานเขตคลองเตยเป็นแหล่งชุมชนมีประชากรรวมทั้งสิ้นประมาณ 110,481 คน (ข้อมูล ณ เดือน เมษายน พ.ศ.2555) มีโรงงานอุตสาหกรรมขนาดเล็ก มีแม่น้ำเจ้าพระยาไหลผ่านจึงเป็นที่ตั้งของการทำเรือแห่งประเทศไทยศูนย์ประชุมทันสมัย ตลาดคลองเตย สวนเบญจสิริ สถานศึกษาทุกระดับชั้น รถไฟฟ้า ศูนย์การค้าโรงแรมและอีกมากมาย จึงทำให้เขตคลองเตยมีประชากรหนาแน่นราว 8,498.53 คน/ตร.กม. เขตคลองเตยมีอาณาเขตติดต่อกับเขตต่างๆ ดังนี้

1. ทิศเหนือติดกับเขตวัฒนาตั้งแต่แนวเขตทางรถไฟสายชองนนทบุรีมีถนนสุขุมวิทพาดเหนือเป็นเส้นแบ่งเขตผ่านซอยสุขุมวิท 2 (ซอยนานาใต้) จนถึงบริเวณปากซอยสุขุมวิท 52 (ซอยศิริพร)
2. ทิศตะวันออกติดกับเขตพระโขนงเริ่มจากบริเวณปากซอยสุขุมวิท 52 (ซอยศิริพร) ด้านเหนือไปทางทิศตะวันตกตามแนวขอบทางจนถึงบริเวณปลายซอยสวัสดิ์ตัดผ่านทางด่วนเฉลิมมหานครผ่านแนวทางรถไฟเก่าสายปากน้ำผ่านชุมชนสวนอ้อยจดแม่น้ำเจ้าพระยา
3. ทิศใต้ติดกับเขตพระโขนงและอำเภอพระประแดง (จังหวัดสมุทรปราการ) ตั้งแต่หลังชุมชนสวนอ้อยจดแม่น้ำเจ้าพระยาไปทางทิศตะวันตก จนถึงแนวทางเขตทางรถไฟสายชองนนทบุรีด้านตะวันออก

4. ทิศตะวันตกติดกับเขตยานนาวาเขตสาทรและเขตปทุมวัน มีแนวเขตทางรถไฟสายชองนนทบุรีเป็นเส้นแบ่งเขตด้านตะวันออกติดแม่น้ำเจ้าพระยาไปทางทิศเหนือตามแนวเขตทางรถไฟสายชองนนทบุรีด้านตะวันออกบรรจบถนนสุขุมวิทด้านเหนือ

สภาพพื้นที่ทั่วไปของชุมชนส่วนใหญ่เป็นบึงลึกลึกมีน้ำท่วมขังตลอดปี บางตอนลึกถึง 6-7 เมตร บ้านเรือนอยู่กันอย่างหนาแน่นไม่ถูกสุขลักษณะ สภาพบ้านเรือนส่วนใหญ่ทำด้วยวัสดุราคาถูกที่นำมาก่อสร้างกันเองจึงไม่เป็นระเบียบและอยู่ในสภาพทรุดโทรม นอกจากนี้บริเวณรอบที่อยู่อาศัยยังมีปัญหาระบบการระบายน้ำในชุมชนจึงเกิดน้ำท่วมขัง มีเศษขยะเกลื่อนกลาดอยู่ทั่วไป เมื่อถูกทะเลยจึงเป็นปัญหาด้านสภาพที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ทำให้เกิดปัญหาสังคมหลายประการ เช่น อาชญากรรม การค้ายาเสพติด ปัญหาสุขภาพ ปัญหาการไม่รู้หนังสือ ปัญหาการว่างงาน และปัญหาโรคเอดส์ เป็นต้น (กองส่งเสริมความมั่นคงการอยู่อาศัย, 2549)

7.5 ข้อมูลทั่วไปทางสังคมของชุมชนคลองเตย

7.5.1 สภาพทั่วไป

เขตคลองเตยมีจำนวนประชากร 110,481 คน แบ่งเป็นชาย 58,727 คน และหญิง 51,754 คน แบ่งออกเป็น 3 แขวง ได้แก่ แขวงคลองเตย คลองตัน และพระโขนง โดยแขวงคลองเตยเป็นแขวงที่ใหญ่ที่สุดในเขตคลองเตย มีพื้นที่ 6,131 ตร.กม.

7.5.2 ศาสนา

ประชาชนส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ มีบางส่วนที่นับถือศาสนาคริสต์ เนื่องจากมีองค์กรไม่หวังผลกำไรของศาสนาคริสต์เข้าไปตั้งอยู่ในชุมชนหลายองค์กรจึงทำให้เกิดการเผยแพร่ศาสนาคริสต์ให้กับชาวชุมชน ในบางชุมชนมีกลุ่มคนนับถือศาสนาอิสลามซึ่งอยู่รวมกันเป็นกลุ่มมีวิถีชีวิตตามแนวทางของศาสนาอิสลาม แต่ลักษณะการดำรงชีวิตทั่วไปเป็นไปตามปกติ ไม่เกิดความแปลกแยกหรือการแบ่งกลุ่มทางศาสนาเกิดขึ้น

7.6 ลักษณะทางกายภาพของชุมชนในเขตคลองเตย

ชุมชนคลองเตยมีการรวมตัวของคนในชุมชน ก่อตั้งเป็นคณะกรรมการชุมชนของแต่ละชุมชนจำนวน 41 ชุมชนเพื่อร่วมกันคิดร่วมกันทำและร่วมกันแก้ไขปัญหาให้คลี่คลายอย่างเป็นรูปธรรมในลักษณะกองทุนหรือองค์กรของชุมชน โดยจำแนกตามลักษณะของชุมชนในลักษณะทางกายภาพของชุมชน 4 ลักษณะ ดังนี้

1. ชุมชนแออัด มีลักษณะเป็นชุมชนที่สมาชิกของชุมชนเข้าไปในพื้นที่ของผู้อื่นโดยเฉพาะหน่วยงานราชการ เช่น พื้นที่ของการท่าเรือแห่งประเทศไทย ลักษณะเป็นบ้านเรือนที่ปลูกติดกันอย่างไร้ระเบียบซึ่งขาดความมั่นคงในที่อยู่อาศัย เพราะมีปัญหาเรื่องไฟไหม้และการไล่ที่บ่อยครั้ง

2. ชุมชนเมือง มีลักษณะเป็นอาคารพาณิชย์ซึ่งมีทั้งเก่าและใหม่โดยอาคารพาณิชย์ที่มีอายุมากกว่า 30 ปีมักเป็นอาคารพาณิชย์ 2 ชั้นครึ่งและอาคารพาณิชย์ใหม่มี 4 ชั้นครึ่งโดยอาคารพาณิชย์มักเกาะกลุ่มสร้างพร้อมๆ กัน รูปทรงเดียวกันประมาณ 8-10 คูหาต่อการมีช่องว่างระหว่างคูหา

3. เคหะชุมชน มีลักษณะเป็นอาคารแฟลตตั้งแต่ 5 ชั้นขึ้นไป โดยมีทั้งหมด 24 แฟลตด้วยกัน แยกเป็น 4 กลุ่มคือ แฟลต 1-10 แฟลต 11-18 แฟลต 19-22 และแฟลต 23-24 โดยแต่ละห้องจะมีขนาดเดียวกัน อาคารแฟลตเป็นการออกแบบให้สมาชิกพักอาศัยเป็นหลัก และออกไปทำงานนอกที่พักแต่จะมีบางห้องดัดแปลงเป็นร้านค้า ร้านอาคาร ร้านซักรีด และร้านเกมส์

4. ชุมชนบ้านจัดสรร มีลักษณะเป็นบ้านที่ผู้ประกอบการสร้างขึ้น มีการจัดสาธารณูปโภคที่ดี ลักษณะบ้านเป็นระเบียบ

7.7 ชุมชนแออัดคลองเตย

เป็นชุมชนที่มีลักษณะที่สมาชิกของชุมชนเข้าไปใช้ประโยชน์ในพื้นที่ของผู้อื่นโดยเฉพาะหน่วยงานราชการ ได้แก่ (กองส่งเสริมความมั่นคงการอยู่อาศัย, 2549)

1. ชุมชนเกาะกลาง

เป็นชุมชนขนาดเล็กที่มีทางเข้าชุมชนเพียงทางเดียวคือ ซอยสุขุมวิท 48 ในชุมชนมีพื้นที่ 4 ไร่ ซึ่งเป็นพื้นที่ของสำนักทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ทั้งหมด ลักษณะบ้านเรือนในชุมชนส่วนมากเป็นบ้านไม้ชั้นเดียวบ้าง บ้านไม้ 2 ชั้นบ้าง มีตึกแถวอาคารพาณิชย์เพียง 2-3 หลังในชุมชน มีบ้านที่มีเลขที่ (ทะเบียนบ้าน) จำนวน 57 หลังคาเรือน (เจ้าของบ้านอยู่อาศัยเอง) และมีบ้านที่เปิดให้เช่าโดยไม่มีเลขที่อีกประมาณ 50 หลังคาเรือน ส่งผลให้ชุมชนมีการเข้า-ออกของคนที่มาเช่าบ้านอยู่เป็นประจำ

2. ชุมชนลือค 1-2-3

เป็นชุมชนที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในเขตคลองเตย ตั้งอยู่ใต้ทางด่วนท่าเรือและริมทางรถไฟ บ้านเรือนในชุมชนเป็นบ้านไม้สองชั้นและชั้นเดียวคละกันไปซึ่งมีสภาพแออัดค่อนข้างทรุดโทรมและไม่ได้เรียงกันเป็นระเบียบ มีพื้นที่ทั้งหมดกว่า 15 ไร่ พื้นที่ต่อเนื่องกับชุมชนลือค 4-5-6 สามารถเดินถึงกันได้ภายในชุมชนมีลักษณะเหมือนใยแมงมุมสามารถเข้าออกได้หลายทางทั้งด้านหน้าและด้านหลัง ชุมชนยากแก่การเดินของคนนอกชุมชน

3. ชุมชนคลองเตยลือค 4-5-6

เป็นชุมชนที่ตั้งอยู่ริมทางด่วนอาจนรงค์ระยะทางจากทางด่วนถึงที่ทำการชุมชนประมาณ 500 เมตรซึ่งชุมชนนี้เป็นทางผ่านของชุมชนหมู่บ้านพัฒนา 70 ไร่ และมูลนิธิดวงประทีป ชุมชนมีความสะอาดเป็นระเบียบ ที่ทำการชุมชนมีลักษณะเป็นอาคารซึ่งแยกออกเป็น 2 ส่วนคือ ที่ทำการชุมชนและอีกส่วนหนึ่งใช้เป็นสถานที่การออกกำลังกายบำบัดของผู้สูงอายุ ด้านหน้าของที่ทำการชุมชนมีม้านั่งเพื่อใช้ต้อนรับแขกบรรยากาศของชุมชนโดยรอบอากาศถ่ายเทดีมาก

4. ชุมชนซอยเจริญสุข

เป็นชุมชนเมืองมีพื้นที่ขนาดใหญ่ตั้งอยู่บริเวณถนนพระราม 4 เยื้องกับตลาดคลองเตยและอยู่ติดกับชุมชนริมคลองไผ่สิงห์ใต้ทางเข้า-ออกชุมชนสามารถเข้า-ออกได้หลายทาง เช่น สามารถออกซอยไผ่สิงห์ออกซอยสุขุมวิท 22 ออกซอยกรีฑาทรัพย์ ถนนภายในชุมชนมีการลาดคอนกรีตอย่างดีแต่ถนนค่อนข้างแคบ ลักษณะบ้านเรือนเป็นตึกแถวอาคารพาณิชย์ (ประมาณ 4 ชั้น) และบ้านเดี่ยวบ้านเกือบทุกหลังไม่มีพื้นที่ว่างระหว่างบ้านแต่ละหลัง

5. ชุมชนตลาดปิ้ง

เป็นชุมชนขนาดเล็กตั้งอยู่บริเวณริมทางรถไฟสายท่าเรือคลองเตยและอยู่ใกล้ทางด่วนบริเวณ มุมถนนระนองกับถนนพระราม 3 บริเวณชุมชนรายล้อมไปด้วยร้านขายเครื่องนอน เสื้อน้ำมัน ร้านขนมแบบขายส่ง ร้านเครื่องสำอางค์ มีทั้งตึกแถวและอาคารพาณิชย์รอบๆ ชุมชนมีความเป็นอยู่และการประกอบอาชีพที่มีความเป็นชุมชนเมืองค่อนข้างสูง บ้านเรือนมีลักษณะเป็นบ้านไม้ชั้นเดียวบ้าง 2 ชั้นบ้างค่อนข้างเก่าและคับแคบไม่มีการปรับปรุง

6. ชุมชนน้องใหม่

เป็นชุมชนเปิดมีการเคลื่อนไหวเข้า-ออกตลอดเวลา

7. ชุมชนบ้านกล้วย

เป็นที่ดินของการท่าเรือมีพื้นที่ประมาณ 1 ไร่เศษชุมชนตั้งอยู่ตามแนวถนนริมทางรถไฟสายซึ่งอยู่ติดกับชุมชนร่วมใจสามัคคี ลักษณะบ้านเรือนส่วนใหญ่เป็นบ้านไม้เล็กๆ มีทั้ง 2 ชั้นและชั้นเดียว บ้านแต่ละหลังอยู่ติดกัน (ไม่มีพื้นที่ว่างระหว่างหลัง) หน้าบ้านจะอยู่ติดถนนมาก และส่วนมากบ้านแต่ละหลังจะมีรถเข็นสำหรับใช้ในการประกอบอาชีพ เช่น การขายลูกชิ้น ขายปลาหมึก เป็นต้น

8. ชุมชนพัฒนาใหม่

เป็นชุมชนแออัดที่บุกรุกที่ดินการท่าเรือ ตั้งอยู่ตรงข้ามห้างโลตัสพระรามสี่ใกล้กับแยกศุภการสภาพแวดล้อม ไม่ค่อยถูกสุขลักษณะ มีมลพิษมาก สภาพบ้านเรือนปลูกติดๆ กันเป็นครึ่งปูนครึ่งไม้ และไม้ที่ใช้ทำบ้านอยู่อาศัยไม่ค่อยมีคุณภาพเท่าที่ควร มีบ้านเรือนทั้งหมด 507 หลังคาเรือน

9. ชุมชนพัฒนาเอเชีย

อยู่ในซอยเป็นบ้านส่วนตัวไม่ค่อยมีบ้านเช่า และคนในชุมชนไม่ค่อยให้ความร่วมมือเท่าที่ควร เพราะขาดผู้นำที่ดี เนื่องจากประธานไม่ได้ทำประโยชน์ให้กับชุมชน และคณะกรรมการที่ได้รับเลือกเข้ามาไม่มีโอกาสได้ทำงานร่วมกันขาดการประสานงานกันระหว่างคณะกรรมการภายในชุมชน

10. ชุมชนร่มเกล้า

เป็นชุมชนเปิดมีการเข้า-ออกของประชาชนตลอดเวลาแต่อยู่อาศัยกันแบบพี่น้องให้ความช่วยเหลือกัน ชุมชนมีขนาดปานกลางตั้งอยู่ริมทางด่วนอาจณรงค์ มีสภาพเหมือนชุมชนทั่วไปของเขตคลองเตย

11. ชุมชนร่วมใจสามัคคี

เดิมชุมชนเป็นชุมชนเดียวกับชุมชนบ้านกล้วยตั้งอยู่เป็นแนวยาวเลียบบคลองห้วยลำโพงประมาณ 2 กิโลเมตร มีรางรถไฟสายแรกของประเทศไทยถึงปากน้ำ

12. ชุมชนริมคลองไผ่สิงห์โต

เป็นชุมชนที่ตั้งอยู่ตรงข้ามกับตลาดคลองเตย ลักษณะบ้านจะเป็นบ้านไม้ที่อยู่ริมคลองไผ่สิงห์โตบ้านทั้ง 44 หลังคาจะตั้งอยู่เป็นระนาบแนวเดียวกัน และทุกหลังจะทาสีบ้านเป็นสีฟ้า เพราะเป็นชุมชนเข้มแข็งที่สามารถพึ่งตนเองได้ ชาวชุมชนส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธมีเพียง 2 ครั้วเรือนเท่านั้นที่นับถือศาสนาอิสลาม

13. ชุมชนริมคลองสามัคคี

ลักษณะบ้านเรือนจะอยู่ติดคลองสามัคคีเป็นชุมชนที่มีความหลากหลายทั้งด้านการประกอบอาชีพ การศึกษา และความเป็นอยู่ของชาวชุมชน

14. ชุมชนริมทางรถไฟสายท่าเรือ

เป็นชุมชนขนาดกลางที่ตั้งอยู่ริมทางรถไฟสายท่าเรือ ชาวชุมชนมีความหลากหลายทั้งด้านการประกอบอาชีพ การศึกษา มีการรับรู้ข่าวสารจากภายนอก พร้อมทั้งมีการปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้ทันกับโลกยุคปัจจุบัน และสามารถสร้างอาชีพในชุมชนได้

15. ชุมชนริมน้ำเจริญ

เป็นชุมชนขนาดเล็ก (มีเพียง 56 หลังคาเรือน) พื้นที่ทั้งหมดในชุมชนเป็นของเอกชน โดยชาวชุมชนจะทำการเช่าที่เพื่อสร้างบ้านในชุมชนมี 3 ซอยแต่ละซอยเป็นซอยตัน ทางเดินเป็นทางลาดคอนกรีตที่มีมูลสุนัขอยู่มากลักษณะบ้านเรือนส่วนใหญ่เป็นบ้านไม้ 2 ชั้นอยู่อาศัยมากกว่า 30 ปีขึ้นไป บ้านแต่ละหลังไม่มีการปรับปรุงหรือตกแต่งเพิ่มเติมแต่อย่างใด

16. ชุมชนโรงหมู

เป็นชุมชนที่ตั้งอยู่รอบเขตคลองเตย ลักษณะบ้านเรือนที่อยู่อาศัยเป็นบ้านไม้ปลูกติดๆ กัน ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป เช่น รับจ้างที่โรงงานปลาหมึก รับจ้างภายในชุมชนหรือค้าขายเล็กๆ น้อยๆ

17. ชุมชนวัดคลองเตยใน 1

เป็นชุมชนดั้งเดิมอยู่อาศัยกันมาประมาณ 112 ปี ปัจจุบันชาวชุมชนวัดคลองเตยใน 1 มีสมาชิก 171 ครัวเรือนหรือประมาณเกือบ 1,000 คน ประกอบอาชีพทำงานท่าเรือ เปิดร้านขายของชำ (อยู่กับบ้าน) ทำงานอยู่คลังเซลล์ส่วนมากชาวชุมชนทำงานนอกบ้าน

18. ชุมชนวัดคลองเตยใน 2

เป็นชุมชนดั้งเดิมที่อยู่อาศัยกันมาตั้งแต่อดีต ปัจจุบันชุมชนนี้มีอายุ 3 ชั่วอายุคน ปัจจุบันมีบ้านเช่าและประชากรแฝงประมาณ 50% เพราะเจ้าของบ้านดั้งเดิมย้ายไปประกอบอาชีพที่อื่นซึ่งส่วนมากเป็นคนงานในโรงงานแก๊ส และคนที่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป

19. ชุมชนสวนอ้อย

เป็นชุมชนที่มีการอพยพมาจากภาคต่างๆ ของประเทศ เช่น สุพรรณบุรี นครปฐม ในปัจจุบันมีการอพยพมาจากภาคอีสานมากขึ้นเพื่อมาทำงานรับจ้างในเขตคลองเตย จึงทำให้ชุมชนเป็นชุมชนเปิด มีการเข้า-ออกของประชาชนตลอดเวลาทำให้อัตราจำนวนบ้านเช่ามีเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

20. ชุมชนหมู่บ้านพัฒนา 70 ไร่

เป็นชุมชนแออัดที่เช่าที่ดินจากการท่าเรือแห่งประเทศไทยในชุมชนมีเจ้าของบ้านอาศัยอยู่เองมากกว่าการเปิดให้เช่า ลักษณะบ้านเรือนเป็นบ้าน 2 ชั้นเกือบทุกหลัง (มีทั้งหมด 1,200 หลังคาเรือน) บริเวณภายในชุมชนจะมีเส้นทางหลักประมาณ 2-3 ทางที่ออกสู่ถนนหลักได้ และมีทางเดินภายในซอยเล็กๆ เป็นทางเดินคอนกรีตอย่างดี

21. ชุมชนหัวโค้ง

เป็นชุมชนที่ตั้งอยู่บริเวณใต้ทางด่วนบางนา-ท่าเรือถนนอจณรงค์ เป็นชุมชนที่มีลักษณะเปิดมีการเคลื่อนไหวเข้า-ออกตลอดเวลา ส่วนใหญ่ในชุมชนเป็นบ้านเช่า 70% และเจ้าของบ้านอยู่อาศัย 30%

สรุปได้ว่า ชุมชนคลองเตยเป็นแหล่งค้าขายและเป็นท่าเรือส่งออกสินค้าที่ใหญ่ที่สุดแห่งหนึ่งของกรุงเทพมหานคร จึงทำให้มีการย้ายถิ่นเข้ามาเป็นจำนวนมากเพื่อค้าขายและรับจ้าง ทั้งนี้ส่วนใหญ่มัก

เป็นคนต่างจังหวัดที่มีฐานะยากจนซึ่งต้องเข้ามาหางานทำ ทั้งนี้คนในพื้นที่ดั้งเดิมในส่วนของชุมชนแออัดก็มีอาชีพรับจ้างเช่นกัน เป็นผลให้สภาพชุมชนแออัดไม่ได้รับการปรับปรุงหรือยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีกว่าที่เป็นอยู่ จากสภาพของความสกปรก แออัด คับแคบ จึงทำให้คนในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ต่ำกว่าคนในชุมชนอื่นๆ ก่อให้เกิดปัญหาการลักขโมย ปัญหาอาชญากรรม และปัญหายาเสพติดเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

ตอนที่ 8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

8.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ได้แก่ งานวิจัยของ กอบกิจ ตันต์เจริญรัตน์ (2543) ไพบุลย์ โพธิ์หวังประสิทธิ์ (2548) ชาลิณี เอี่ยมศรี (2549) และชนินทร์ สุขเจริญ (2551) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

กอบกิจ ตันต์เจริญรัตน์ (2543) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมบุคลากรทางสุขภาพเพื่อเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยดำเนินการ 4 ขั้นตอน คือ 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐานสำหรับสร้างหลักสูตร 2) นำข้อมูลพื้นฐานมาพัฒนาหลักสูตร 3) การทดลองใช้หลักสูตร และ 4) การประเมินผลและการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 40 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน ใช้เวลาอบรม 3 วัน ผลการศึกษาพบว่า หลังการฝึกอบรม กลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจ และการปฏิบัติตนได้ถูกต้องดีขึ้นกว่าก่อนการฝึกอบรมและดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกอบรม

ไพบุลย์ โพธิ์หวังประสิทธิ์ (2548) ได้พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดของ Boyle และ Paulo Freire จำนวน 15 ขั้นตอน เพื่อเสริมสร้างความรู้ และมโนธรรมสำนึก (Conscientization) เพื่อส่งเสริมการเลือกตั้งในระดับท้องถิ่นของผู้ออกเสียงเลือกตั้งชาวไทยกระเหรี่ยง ผลการทดลองพบว่า โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นสามารถทำให้ผู้เรียนมีระดับความรู้ และมโนธรรมสำนึกเพิ่มขึ้น แสดงให้เห็นว่า แนวคิดมโนธรรมสำนึกของ Paulo Freire สามารถสร้างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เจตคติ และสร้างพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นให้กับผู้เข้าร่วมโปรแกรม

ชาลิณี เอี่ยมศรี (2549) ได้พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดของ Boyle เพื่อส่งเสริมการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะการแก้ปัญหาในการปฏิบัติงานด้านสาธารณสุข การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนดังกล่าว มีองค์ประกอบของโปรแกรม คือ 1) วัตถุประสงค์ 2) กลุ่มผู้เรียน 3) วิทยากรและผู้ช่วยวิจัยประจำกลุ่ม 4) เนื้อหาสาระ 5) กิจกรรมการเรียนรู้ 6) แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้ 7) การประเมินผล และ 8) สภาพแวดล้อม ผลการศึกษาพบว่า เจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำตำบลในกลุ่มทดลองมีการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และมีทักษะการปฏิบัติงานด้านสุขภาพหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ชนินทร์ สุขเจริญ (2551) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างโนธรรมสำนึกเกี่ยวกับภัยพิบัติทางธรรมชาติ สำหรับเยาวชนที่อาศัยอยู่บนเกาะบริเวณ

อ่าวไทย กลุ่มทดลองเป็นเยาวชนอายุระหว่าง 13-15 ปี จำนวน 39 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 20 คน และกลุ่มควบคุม 19 คน พบว่า 1) เยาวชนมีความต้องการการเรียนรู้ด้านภัยพิบัติทางธรรมชาติ 2) แผนการเรียนรู้เกี่ยวกับสภาวะโลกร้อน ภัยพิบัติทางธรรมชาติ การเฝ้าระวัง การปฐมพยาบาล การดำรงชีวิตหลังภัยพิบัติ และการอนุรักษ์ชายฝั่ง และ 3) โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นเสริมสร้างความรู้ ทักษะ ทักษะชีวิต และมโนธรรมสำนึกให้กับผู้เข้าร่วมทดลองในระดับมากถึงมากที่สุด

จากงานวิจัยข้างต้นสรุปได้ว่าการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีรายละเอียดและขั้นตอนในการดำเนินการที่เป็นลำดับ และเน้นการให้ความสำคัญกับความต้องการของผู้เข้าร่วมโปรแกรมเป็นหลัก ทำให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น และผลการทดลองที่เกิดขึ้นได้ตอบสนองความต้องการ และวัตถุประสงค์ของผู้วิจัยในการสร้างและพัฒนาโปรแกรมดังกล่าวขึ้น ทั้งนี้ต้องมีการประเมินผลหลังเสร็จสิ้นการดำเนินโปรแกรมเพื่อนำโปรแกรมมาพัฒนาต่อยอด หรือปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่อไป

8.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ ได้แก่ งานวิจัยของ ชาวินี สุพุทธิกุล (2550) สุกัญญรัตน์ คงงาม (2552) Cranton (1992) Taylor (1997) และ King (2004) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ชาวินี สุพุทธิกุล (2550) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามทฤษฎีการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ที่มีต่อพฤติกรรมแบบพึ่งพาของผู้ป่วยติดยาเสพติดในศูนย์บำบัดยาเสพติดในเขต 3 จังหวัดชายแดนใต้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองโดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยติดยาเสพติด 40 คนแบ่งเป็น 2 กลุ่ม 20 คนเข้าร่วมกิจกรรมเป็นเวลา 33 ชั่วโมงอีก 20 คนไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้การสนทนากลุ่มผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีระดับพฤติกรรมแบบพึ่งพาลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง

สุกัญญรัตน์ คงงาม (2552) ได้พัฒนาโมเดลการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ด้านการประกันคุณภาพของสถานศึกษาขั้นพื้นฐานโดยเป็นการวิจัยและพัฒนา 4 ขั้นตอนคือ 1) ศึกษาโมทัศน์ด้านการประกันคุณภาพการศึกษาจากการสนทนากลุ่มและสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ 12 คน 2) วิเคราะห์ลักษณะและปริมาณของมโนทัศน์ที่คลาดเคลื่อนด้านการประกันคุณภาพของสถานศึกษาขั้นพื้นฐานโดยศึกษาจาก 6 โรงเรียนใน 3 สังกัดกลุ่มตัวอย่าง 53 คน 3) พัฒนาโมเดลและคู่มือการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ด้านการประกันคุณภาพของสถานศึกษาขั้นพื้นฐานจากการประยุกต์ใช้การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ตามโมเดลพุทธิพิสัย-จิตพิสัย (CAMCC) โดยทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง และ 4) ตรวจสอบความเหมาะสมของโมเดลการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ด้านการประกันคุณภาพของสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีมโนทัศน์ที่ไม่คลาดเคลื่อนในทุกเรื่อง ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างมีผลการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เพิ่มขึ้น 1 ระดับ คิดเป็นร้อยละ 72.50 ในด้านความเชื่อและด้านการปฏิบัติ

Cranton (1992) ได้เสนอรูปแบบกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ซึ่งดัดแปลงจากแนวคิดของ Mezirow ในหลักสูตรฝึกอบรมด้านจิตบำบัดและการให้คำปรึกษาโดยใช้การศึกษารายกรณี (Case studies) การโต้เถียง (Debates) การตั้งคำถามเชิงวิพากษ์ (Critical

questioning) การทำงานกลุ่ม (Groupwork) การออกภาคสนาม (Field trips) การจำลองสถานการณ์ (Simulations) การแสดงบทบาทสมมติ (Role-plays) การเล่นเกม (Games) และคำอุปมาอุปไมย (Metaphors) พบว่า บุคคลสามารถเปลี่ยนได้ 4 ลักษณะคือ 1) เปลี่ยนแปลงข้อสันนิษฐาน 2) เปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ 3) เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และ 4) เปลี่ยนแปลงตัวตน ทั้งนี้ Cranton ให้เหตุผลของการเปลี่ยนตัวตนว่า กระบวนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานของบุคลิกภาพในตัวบุคคล

Taylor (1997) ได้ทบทวนงานวิจัยเชิงประจักษ์ (Empirical research) จำนวน 39 เรื่องที่เกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ พบว่า มีหลักฐานจำนวนมากที่สนับสนุนความคิดที่ว่า การสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์เป็นองค์ประกอบสำคัญในกระบวนการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงและยังมีตัวแปรอื่นๆ ที่มีความสำคัญอีกมากในกระบวนการนี้

King (2004) ได้เสนอเทคนิคเชิงปฏิบัติที่ช่วยสนับสนุนกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ซึ่งเป็นเทคนิคที่เน้นการสะท้อนความคิดอย่างมีวิจารณญาณ ได้แก่ การศึกษารายกรณี (Case studies) การเรียนรู้แบบร่วมมือกัน (Cooperative learning) การเขียนรายงานแบบร่วมมือกัน (Cooperative writings) เหตุการณ์วิกฤต (Critical incidents) การอภิปราย (Discussion) การสัมภาษณ์ (Interviews) วงจรแห่งความคิดเห็น (Circle of voices) การเสนองานของผู้เรียน (Student presentations) เอกสารประกอบการอ่าน (Journals) และรายงานการวิจัย (Research papers)

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์สามารถทำได้หลายวิธีเพื่อให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ ทักษะคิด ความเชื่อ โดยการสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์เป็นกระบวนการสำคัญในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ซึ่งผลการวิจัยส่วนใหญ่พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์หลังการเข้าร่วมหลักสูตรบำบัดหรือกิจกรรม แสดงให้เห็นว่า กระบวนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์มีผลต่อการปรับความเชื่อหรือประสบการณ์เดิมที่มีอยู่ก่อนของบุคคล

8.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ได้แก่ งานวิจัยของ จงรัก อินทร์เสวก (2539) วิณา มิ่งเมืองและคณะ (2542) พวงทิพย์ นาคเป้า (2543) ปราณิพร บุญเรือง (2545) น้ำฝน วุฒิสินธุ์ (2545) บังอร สุปรีดา (2546) ธิดา จัปจิตต์ (2547) สมศรี ไชยภารมณ (2549) นุชนภาภรณ์ หลายเจริญ (2550) Monti, et al. (1990) และ Mynatt (1999) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

จงรัก อินทร์เสวก (2539) ได้ศึกษาผลของปริมาณศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการเพิ่มระดับการควบคุมตนเองและการลดการติดยาเสพติดซ้ำของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาในระยะถอนพิษยาของโรงพยาบาลธัญญารักษ์ จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง และเครื่องมือตรวจหาสารเสพติดในปัสสาวะ พบว่า 1) หลังการทดลองผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีระดับการควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 2) ผู้ที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความ

เป็นจริงมีระดับการควบคุมตนเองสูงกว่าผู้ที่ติดยาที่ไม่ได้รับการรักษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และ 3) ในระยะติดตามผล ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการรักษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีจำนวนการติดยาเสพติดซ้ำน้อยกว่าผู้ที่ติดยาเสพติดที่ไม่ได้รับการรักษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วีณา มิ่งเมืองและคณะ (2542) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนที่มีพฤติกรรมใช้สารเสพติดในโรงเรียนสุราษฎร์ธานี จำนวน 12 คน โดยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงจำนวน 10 ครั้งๆ ละ 2 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 1 – 2 ครั้ง พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น และภายหลังติดตามผล 1 เดือนไม่พบสารเสพติดอีก

พวงทิพย์ นาคเป้า (2543) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงและการฝึกสมาธิต่อการเพิ่มระดับการควบคุมตนเองของเยาวชนกระทำผิด กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนที่มีคะแนนการควบคุมตนเองต่ำ จำนวน 30 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน เป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงและการฝึกสมาธิ จำนวน 10 ครั้งๆ ละ 90 นาที กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงเพียงอย่างเดียว 10 ครั้งๆ ละ 90 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงและการฝึกสมาธิ พบว่า กลุ่มทดลองทั้งสองมีคะแนนการควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง แต่ไม่พบความแตกต่างของคะแนนการควบคุมตนเองในกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่ม และกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีคะแนนการควบคุมตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

ปรานีพร บุญเรือง (2545) ศึกษาผลของกลุ่มปรับพฤติกรรมทางปัญญาของวัยรุ่นที่เสพยาบ้าต่อการป้องกันการกลับไปเสพซ้ำของศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด ขอนแก่น จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 17 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน กลุ่มควบคุม 7 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย กลุ่มทดลองได้รับการบำบัดรักษาตามโปรแกรมการบำบัดของทางหอผู้ป่วยร่วมกับการได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในรูปแบบของกลุ่มเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การประเมินตนเองใหม่และการประเมินการบ้านกิจกรรมกลุ่มทั้งหมด มี 10 ครั้ง เป็นกิจกรรมเฉพาะวัยรุ่น 4 ครั้ง กิจกรรมเฉพาะพ่อแม่ 2 ครั้ง กิจกรรมร่วมกับพ่อแม่ลูก 4 ครั้ง โดยใช้ระยะเวลาในการบำบัดรักษา 12 วัน กลุ่มควบคุมได้รับการบำบัดรักษาตามแผนการบำบัดรักษาตามโปรแกรมการบำบัดของหอผู้ป่วยใช้ระยะเวลาในการบำบัดรักษา 14 วัน จากนั้นผู้วิจัยได้ติดตามผลหลังการทดลองโดยการเยี่ยมบ้าน 2 ครั้ง ห่างกันเดือนละ 1 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ ข้อมูลทั่วไป แบบวัดสัมพันธภาพในครอบครัว แบบวัดทักษะการกลับไปเสพซ้ำ พบว่า 1) ค่าคะแนนเฉลี่ยของสัมพันธภาพในสัมพันธภาพในครอบครัวในทุกด้านของกลุ่มทดลองภายหลังการทดลองไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม แต่ในระยะติดตามผล 2 เดือน กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความขัดแย้งในครอบครัวและคะแนนเฉลี่ยด้านการควบคุมน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ค่าคะแนนทักษะการป้องกันการกลับไปเสพซ้ำ ทั้งด้านทักษะการสื่อสารเพื่อการปฏิเสธ ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และความเครียดของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่ม

ควบคุมภายหลังจากทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01ตามลำดับ และ 3) การรายงานการกลับไปเสพซ้ำ โดยการตรวจปีสภาวะหาสารแอมเฟตามีนทั้งสองกลุ่ม ไม่พบแอมเฟตามีนในปีสภาวะ แต่การรายงานด้วยตนเองประกอบกับการรายงานของบุคคลรอบข้าง เช่น อาจารย์ กลุ่มเพื่อนในโรงเรียน พบว่า กลุ่มควบคุมรายงานการกลับไปเสพซ้ำมากกว่ากลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

น้ำฝน วุฒิสินธุ์ (2545) ศึกษาผลการบำบัดรักษาผู้ติดยาบ้าแบบผู้ป่วยนอกตามรูปแบบกายจิต สังคม บำบัดต่อพฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเองในการไม่เสพยาบ้าและเจตคติของครอบครัวต่อกระบวนการเลิกยาบ้า เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง 1 องค์ประกอบแบบวัดซ้ำ กลุ่มตัวอย่างมี 16 คน ได้แก่ ผู้ติดยาบ้าที่เข้ารับบริการบำบัดรักษาที่โรงพยาบาลบางบ่อและโรงพยาบาลสมุทรปราการจำนวน 8 คน และครอบครัวของผู้ติดยาบ้าจำนวน 8 คน ระยะเวลาการทดลอง 16 สัปดาห์ และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมการบำบัดรักษาผู้ติดยาบ้าแบบผู้ป่วยนอกตามรูปแบบกาย จิต สังคม บำบัด กิจกรรมประกอบด้วย ทฤษฎีการวางเงื่อนไข ทฤษฎีการบำบัดทางปัญญา ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตน พบว่า เมื่อสิ้นสุดการทดลองผู้ติดยาบ้ามีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการไม่เสพยาบ้าสูงขึ้นก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

บังอร สุปรिता (2546) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้เสพติดยาบ้า กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้เสพติดยาบ้าที่เข้ารับบริการบำบัดรักษาแบบผู้ป่วยในที่ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่ จำนวน 14 คน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายจากผู้ติดยาเสพติดที่สมัครใจเข้าร่วมวิจัย และสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงจำนวน 10 ครั้งๆ ละ 1-1.5 ชั่วโมงเป็นเวลา 3 สัปดาห์ ผู้เสพติดยาบ้ากลุ่มควบคุมรับการบำบัดรักษาตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ชนิด ได้แก่ แผนการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต ทำการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการเข้าร่วมการทดลอง ผลการวิจัย พบว่า คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้เสพติดยาบ้าหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 ตามลำดับ คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้เสพติดยาบ้ากลุ่มควบคุมในระยะก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง และคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้เสพติดยาบ้ากลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ธิดา จัวจิตต์ (2547) ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้มารับบริการคลินิกอดบุหรี่โรงพยาบาลธัญบุรีด้วยแนวคิดการบำบัดทางปัญญา กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่อายุระหว่าง 18-60 ปี โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คืออายุ 18-35 ปี

จำนวน 9 คน และอายุ 36-60 ปี จำนวน 9 คน สุ่มอย่างง่ายจากผู้ที่มีสมัครใจตามระดับอายุเพื่อเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 8 ครั้ง การเก็บข้อมูลแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่าไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างระดับอายุกับระยะเวลาของการทดลอง พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของผู้ที่มีอายุระหว่าง 18-35 ปี กับผู้ที่มีอายุระหว่าง 36-60 ปี ระยะหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มในระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มในระยะหลังการทดลองน้อยกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มในหลังการทดลองก็ระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สมศรี ไชยภรณ์ (2549) ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อการปรับตัวในการอยู่ร่วมกันของผู้ป่วยยาเสพติดชุมชนบำบัดบ้านแสงตะวัน ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดแม่ฮ่องสอนโดยใช้แนวคิดปัญญานิยม กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพของชุมชนบำบัดบ้านแสงตะวันศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดแม่ฮ่องสอน จำนวน 8 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะได้รับการวัดการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกันก่อน-หลัง ได้รับโปรแกรมการปรับตัวพฤติกรรมทางปัญญา โดยเครื่องมือที่ใช้มี 2 ประเภท คือ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เป็นโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จำนวน 7 ครั้ง 2) แบบสอบถามการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกัน ซึ่งแบ่ง เป็น 2 ส่วน คือ ข้อมูลทั่วไป และข้อมูลการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกัน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกันหลังการได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

นุชนภาภรณ์ หลายเจริญ (2550) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของผู้ประสบปัญหาจากการดื่มแอลกอฮอล์ของผู้มารับบริการคลินิกแอลกอฮอล์ที่มีคะแนนการคัดกรองการดื่มแอลกอฮอล์ จากแบบประเมินปัญหาจากการดื่ม (AUDIT) ในช่วง 8-15 คะแนน จำนวน 16 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่ายจากผู้ที่มีสมัครใจเพื่อเข้าร่วมวิจัย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่ม 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน การเก็บข้อมูลแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า ผู้ประสบปัญหาจากการดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาแบบทฤษฎีการบำบัดทางปัญญา มีพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ประสบปัญหาจากการดื่มแอลกอฮอล์ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาและกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

Monti, et al. (1980) ศึกษาผู้ป่วยชายที่ติดสุราเรื้อรังจำนวน 69 คน ที่เข้ารับการรักษาในชั้นถอนพิษยา 28 วัน แบบผู้ป่วยในของโรงพยาบาลวิเทเรนส์ ได้ศึกษาผลของการฝึกทักษะใน 3 โปรแกรม คือ 1) กลุ่มฝึกทักษะการสื่อสารเฉพาะภายในกลุ่มผู้ป่วย 2) การฝึกทักษะการสื่อสารกับครอบครัวหรือการฝึกแบบมีส่วนร่วมกับผู้อื่น และ 3) โปรแกรมการบำบัดพฤติกรรมทาง

ปัญหาเป็นการบริหารอารมณ์โดยสุ่มเข้าแต่ละโปรแกรม พบว่า ผู้ป่วยติดสุราเรื้อรังที่ได้รับการฝึกทักษะการสื่อสารภายในกลุ่มผู้ป่วย กลุ่มฝึกทักษะการสื่อสารกับบุคคลอื่น หรือการฝึกปรับพฤติกรรมทางปัญญา โดยการฝึกบริหารอารมณ์ เมื่อติดตามผลหลังการบำบัดรักษาในเวลา 6 เดือน พบว่าจำนวนผู้ป่วยที่ดื่มสุราลดลงในทุกกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญ แต่น้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการฝึกโดยการบริหารอารมณ์ แต่อย่างไรก็ตาม Monti ให้ข้อเสนอแนะว่า ทั้ง 3 กลุ่มให้ผลทางบวกทั้งหมด จึงควรมีการส่งเสริมการฝึกทักษะเหล่านี้เนื่องจากผลการฝึกยังช่วยในเรื่องการตอบสนองต่อการกลับไปเสพติดย้ำ และเพิ่มประสิทธิภาพในการป้องกันการดื่มสุรา

Mynatt (1999) ได้ศึกษาผลการฝึกปรับพฤติกรรมทางปัญญาในผู้หญิงที่ติดยาเสพติดที่มีอาการซึมเศร้าร่วมด้วย พบว่า ผู้หญิงที่ติดยาเสพติดเหล่านี้มีสาเหตุมาจาก 3 ปัจจัยด้วยกันคือ การอยู่ในครอบครัวยุ่งเหยิง เช่น พ่อแม่เป็นแบบอย่างที่ไม่ดี ติดยาเสพติดหรือเหล้า เด็กเป็นเหยื่อจากการถูกทารุณกรรมทั้งทางอารมณ์และทางเพศ และมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ กลุ่มตัวอย่างได้รับการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมโดยใช้ทฤษฎีปรับพฤติกรรมทางปัญญาในรูปแบบการบำบัดด้วยกลุ่มสติบำบัด (insight group therapy) ของ Gordon โดยทำกิจกรรมกลุ่มทั้งสิ้น 15 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมงติดต่อกันกิจกรรมกลุ่มประกอบด้วยการสอนสาธิตหน้าต่างของ Johari การทำความเข้าใจกับตนเอง การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ฝึกความคิดที่มีเหตุผลของ Beck การฝึกใช้เหตุผลในการบำบัดทางอารมณ์ของอีลลิส (Ellis) ฝึกการผ่อนคลาย ฝึกการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ฝึกการเผชิญปัญหา การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ บทบาทสมมติในการลดความขัดแย้งในใจ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมีการวัดความซึมเศร้าของเบค (The Beck depression inventory) ด้วยความสิ้นหวัง ความวิตกกังวล ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง และความรู้สึกโดดเดี่ยว โดยวัดผลก่อนและหลังการทดลองผลการวิจัยพบว่า หลังการทำกลุ่มสติบำบัด กลุ่มตัวอย่างมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น มีความซึมเศร้ามลดลง ความวิตกกังวลลดลง และความสิ้นหวังลดลง ส่วนความรู้สึกโดดเดี่ยวไม่ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้ามา พบว่า งานวิจัยทุกชิ้นได้ทำการศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ป่วยเสพยาเสพติดทั้งสิ้นโดยมีจุดมุ่งหมายหรือตัวแปรตามในการวิจัยที่แตกต่างกัน แต่มีความใกล้เคียงกันในเรื่องของการลดพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเสพยาเสพติด อาทิ การเพิ่มการควบคุมตนเองเพื่อลดการเสพยาเสพติดซ้ำ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง การฝึกสมาธิ การบำบัดรักษาตามรูปแบบกายจิต สังคม พฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต การบำบัดทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ การปรับตัวในการอยู่ร่วมกัน การฝึกทักษะการสื่อสาร และการลดอาการซึมเศร้าด้วยกลุ่มสติบำบัด ทั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่างานวิจัยข้างต้นมีประโยชน์อย่างยิ่งในการศึกษาผลของการวิจัยเพื่อนำมาใช้เป็นข้อมูลเพิ่มเติมในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสำหรับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนแออัด

8.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันทางใจ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันทางใจได้แก่ งานวิจัยของ สุจิตรา สมชิต (2541) สุนิพัช เปรมอมรกิจ (2542) บุรินทร์ หลิมสุนทร (2543) อัจฉรา กิตติวงศ์วิสุทธ์ (2544) Blocker & Copeland (1994) Glodstein (1999) และ Lundman, et al. (2007) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

สุจิตรา สมชิต (2541) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางใจ (Resilience) การรับรู้รุกรานชีวิต พฤติกรรมด้านลบ และผลสัมฤทธิ์ในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 267 คนที่มีอายุ 9-16 ปี โดยพัฒนาแบบสอบถามขึ้นจากแนวคิดเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจของ Grotberg โดยแบบสอบถามนี้ใช้ประเมินตนเองของนักเรียนในเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจ (Resilience) การรับรู้รุกรานชีวิต พฤติกรรมด้านลบ สำหรับผลสัมฤทธิ์ในการเรียนใช้คะแนนเทอมสุดท้ายจากการบันทึกของโรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจ ได้แก่ แรงสนับสนุนและแหล่งประโยชน์ภายนอก ลักษณะที่ดีภายในตน ทักษะทางสังคมและทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีความสัมพันธ์กันทุกคู่ เพศหญิงมีคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจมากกว่าเพศชาย คะแนนภูมิคุ้มกันทางใจมีความสัมพันธ์กับคะแนนการรับรู้รุกรานชีวิต แต่ผลสัมฤทธิ์ในการเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้รุกรานชีวิต ภูมิคุ้มกันทางใจ และพฤติกรรมด้านลบ

สุนิพัช เปรมอมรกิจ (2542) ได้ศึกษาภูมิคุ้มกันทางใจ (resilience) โดยใช้แนวคิดของ Grotberg เป็นหลัก ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 จำนวน 56 คน เป็นชาย 29 คน หญิง 27 คน ใช้วิธีการเก็บข้อมูลโดยการสนทนากลุ่ม (focus group) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มนี้มีภูมิคุ้มกันทางใจใน 14 ลักษณะ โดยนักเรียนที่มีภูมิคุ้มกันทางใจที่เด่นนอกเหนือจากหลักการของ Grotberg มีลักษณะดังนี้ 1) ลักษณะภูมิคุ้มกันทางใจมีอยู่เพียงในความคิดซึ่งยังไม่แสดงออก 2) ลักษณะภูมิคุ้มกันทางใจที่ยังไม่บรรลุเป้าหมายคือการหย่อนการปฏิบัติในการแก้ปัญหาในการเรียนให้สัมฤทธิ์ผล และ 3) ลักษณะอื่นๆที่สนับสนุนการเรียน เช่น การมีภูมิคุ้มกันทางใจในด้านการมีอิสระที่จะทำสิ่งต่างๆ ตามแบบของตนเองโดยได้รับการสนับสนุนจากผู้ใหญ่ที่อยู่รอบข้าง ซึ่งพบว่านักเรียนชายจะมีภูมิคุ้มกันทางใจลักษณะนี้มากกว่านักเรียนหญิง

บุรินทร์ หลิมสุนทร (2543) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางใจ การรับรู้รุกรานชีวิต ลักษณะส่วนบุคคลบางประการ พฤติกรรมการเสพติดของวัยรุ่นสลัมที่เตร็ดเตร่ในสนามเด็กเล่น โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุระหว่าง 11-20 ปี จำนวน 232 คนที่เตร็ดเตร่ในสนามเด็กเล่นช่วง 1-30 เมษายน พ.ศ. 2543 ผลการศึกษาพบว่า ภูมิคุ้มกันทางใจในด้านแรงสนับสนุนทางสังคมและแหล่งประโยชน์ภายนอกการรับรู้รุกรานชีวิตระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เคยใช้สารเสพติดกับกลุ่มที่เคยใช้มีความแตกต่างกัน ส่วนลักษณะที่ดีภายใน ทักษะทางสังคม และทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับคะแนนรวมทั้ง 3 ด้านของภูมิคุ้มกันทางใจไม่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบความแตกต่างกันระหว่างอายุ รายได้ และระดับการศึกษาของวัยรุ่นทั้ง 2 กลุ่ม แต่ไม่พบความสัมพันธ์กันในเรื่องเพศกับภูมิคุ้มกันทางใจและการรับรู้รุกรานชีวิต ส่วนการรับรู้รุกรานชีวิตมีความสัมพันธ์กับอายุและระดับการศึกษา

อัจฉรา กิตติวงศ์วิสุทธ์ (2544) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภูมิคุ้มกันทางใจ (resilience factors) การรับรู้รุกรานชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพของนักเรียนระดับอาชีวศึกษาจำนวน 594 คน อายุระหว่าง 15-21 ปีที่ศึกษาระดับ ปวช. ของมหาวิทยาลัยขอนแก่น

ผลการศึกษาพบว่า เพศ การศึกษา รายได้ ที่พักอาศัย และการรับรู้มรสุมชีวิต มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพจิตทั้ง 3 ลักษณะ คือ การติดสารเสพติด การดื่มสุรา และการมีเพศสัมพันธ์

Blocker & Copeland (1994) ได้ศึกษาลักษณะภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มเยาวชนที่มีความติ่งเครียดสูง เป็นเพศชาย 21 คน เพศหญิง 20 คน มีอายุระหว่าง 17-19 ปี เพื่อระบุลักษณะของภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่มีภูมิคุ้มกันทางใจจะมีลักษณะการเชื่อในอำนาจแห่งตนมากกว่ากลุ่มที่ไม่มีภูมิคุ้มกันทางใจซึ่งส่วนใหญ่มักจะแยกตัวออกจากครอบครัว และใช้เวลาว่างตามลำพัง ขณะที่กลุ่มที่มีภูมิคุ้มกันทางใจจะแสวงหาการศึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ

Glodstein (1999) ได้ทำการศึกษาภูมิคุ้มกันทางใจในวัยรุ่นไทย โดยสำรวจลักษณะส่วนบุคคลและประเภทของการสนับสนุนทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มวัยรุ่นไทยที่มีอาการหดหู่ซึมเศร้า โดยใช้แบบสำรวจภาวะซึมเศร้าของ Beck (The Beck Depression Inventory) แบบสำรวจภาวะสิ้นหวังสำหรับเด็ก และแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นจำนวน 878 คนที่อาศัยในจังหวัดเชียงใหม่ จากการวิเคราะห์องค์ประกอบหลักเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ 6 รูปแบบที่เป็นผลบวกต่อชีวิตของบุคคลและตัวตนของบุคคล พบว่า ความเข้าใจในมุมมองของบุคคลเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับการอธิบายความแปรปรวนของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า สิ้นหวัง และฆ่าตัวตาย ปัจจัยอื่นที่เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจคือ ชุมชน วุฒิภาวะ มิตรภาพ และการไวต่อความรู้สึก นอกจากนี้พบว่า เพศหญิง ชนกลุ่มน้อย และกลุ่มที่มีสถานะทางเศรษฐกิจต่ำจะมีภูมิคุ้มกันทางใจต่ำ และมีอาการหดหู่ซึมเศร้ามากกว่ากลุ่มอื่นๆ

Lundman, et al. (2007) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภูมิคุ้มกันทางใจกับอายุและเพศ กลุ่มตัวอย่างมีทั้งสิ้น 1,719 คน เป็นเพศหญิง 1,248 คน เป็นเพศชาย 471 คนที่มาจาก 8 กลุ่มตัวอย่างที่มีความแตกต่างกันมีอายุระหว่าง 19-103 ปี พบว่า ภูมิคุ้มกันทางใจของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับสูง และคะแนนของภูมิคุ้มกันทางใจจะเพิ่มขึ้นทุกปี นอกจากนี้ยังพบว่า เพศและภูมิคุ้มกันทางใจไม่มีความสัมพันธ์กัน และองค์ประกอบที่ได้จากการวิเคราะห์องค์ประกอบ ได้แก่ จิตใจสงบ (equanimity) การมีความหมาย (meaningfulness) ความมานะอดทน (perseverance) การอยู่ตามลำพัง (existential aloneness) และการพึ่งพาตนเอง (self-reliance)

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันทางใจที่มีการศึกษาในหลายลักษณะทั้งพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ (การสูบบุหรี่ การเสพยาเสพติด การดื่มสุรา) และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพศ การศึกษา รายได้ ความเครียด เป็นต้น แสดงให้เห็นว่า ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นความสามารถที่จำเป็นต้องกระตุ้นให้เกิดกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดเป็นอย่างยิ่ง เนื่องด้วยเยาวชนเป็นกลุ่มวัยรุ่นที่เกิดการเปลี่ยนแปลงจากช่วงวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ และถือเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ดังนั้นเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงวัยดังกล่าวจึงถือว่าส่งผลสำคัญต่อตัวบุคคลในระยะยาวของชีวิต อีกทั้งเยาวชนที่อยู่ในชุมชนแออัดมักจะมีภาวะเสี่ยงต่อสิ่งเร้าภายในและภายนอกตัวได้มากกว่าเยาวชนทั่วไป ซึ่งปัญหาที่เผชิญอาจส่งผลต่อความเครียดซึ่งจะนำไปสู่การเสพยาเสพติดในที่สุด ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาภูมิคุ้มกันทางใจและแนวทางการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันดังกล่าวเพื่อให้เยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความพร้อมในการรับมือและเผชิญกับปัญหาหรือวิกฤติในชีวิตที่อาจเกิดขึ้นได้ทุกขณะ

8.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดได้แก่ งานวิจัยของ นรเศรษฐ์ ศรีแก้วกุล (2545) ไพเราะ ไตรติลานันท์ (2549) หน่วยวิจัยสารเสพติดและผลกระทบทางสังคม (2550) และ สืบสกุล สอนใจ (2551) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

นรเศรษฐ์ ศรีแก้วกุล (2545) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการให้ความรู้ผู้ปกครองเรื่องการป้องกันปัญหาเสพติดในเด็ก กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัย จำนวน 25 คน มีวิธีดำเนินการวิจัย 4 ขั้นตอน คือ 1) การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2) การพัฒนาโปรแกรมการให้ความรู้ผู้ปกครอง 3) การทดลองใช้โปรแกรม และ 4) การปรับปรุงโปรแกรม ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องยาเสพติดสูงกว่าก่อนการทดลอง และผู้ปกครองมีคะแนนความคิดเห็นเกี่ยวกับการดูแลลูกให้พ้นภัยยาเสพติดสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ไพเราะ ไตรติลานันท์ (2549) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาแผนกลยุทธ์ของสถาบันอุดมศึกษาท้องถิ่นที่เน้นความร่วมมือกับชุมชนเพื่อเสริมสร้างศักยภาพในการป้องกันการติดยาเสพติดกรณีศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ งานวิจัยชิ้นนี้เป็นงานวิจัยเชิงบรรยายโดยได้มีการส่งแบบสอบถามไปยังตัวแทนของมหาวิทยาลัยราชภัฏทั่วประเทศจำนวน 41 แห่ง ผลการวิจัยพบว่า สภาพความร่วมมือของสถาบันอุดมศึกษาท้องถิ่นกับชุมชนในการป้องกันการติดยาเสพติดมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และไม่มีชุมชนใดแสดงให้เห็นโครงการซึ่งสะท้อนความร่วมมือระหว่างสถาบันอุดมศึกษาท้องถิ่นกับชุมชนในการป้องกันการติดยาเสพติด

หน่วยวิจัยสารเสพติดและผลกระทบทางสังคม (2550) ได้ศึกษาเรื่อง สถานการณ์ปัญหาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ จังหวัดชลบุรีและระยอง พบว่า เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ร้อยละ 62.7 ถูกดำเนินคดีเป็นครั้งแรก เยาวชนที่ถูกจับกุมดำเนินคดีสูงสุดคือ 8 ครั้ง ลักษณะคดีที่เกี่ยวข้องกับการเสพยาเสพติดคิดเป็นร้อยละ 50 และยาไอซ์เป็นสารเสพติดที่มีสัดส่วนการเสพยาในกลุ่มเยาวชนหญิงสูงกว่าเยาวชนชายค่อนข้างมาก โดยส่วนใหญ่เยาวชนเหล่านี้จะอาศัยอยู่ในครอบครัวที่สมาชิกมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ ได้แก่ บิดาตีเมีย สุบักยชา และใช้เฮโรอีน มารดาเล่นการพนัน เป็นต้น

สืบสกุล สอนใจ (2551) ได้ศึกษาเรื่อง อิทธิพลของปัจจัยด้านการเรียนรู้ในเครือข่ายการเรียนรู้นอกระบบโรงเรียนด้านการสนับสนุนทางสังคมและด้านความเป็นหุ้นส่วนที่มีต่อการปฏิบัติงานของสมาชิกเครือข่ายการป้องกันยาเสพติดในชุมชนพื้นที่กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ สมาชิกเครือข่ายการป้องกันยาเสพติดที่เป็นทางการ และสมาชิกเครือข่ายการป้องกันยาเสพติดที่ไม่เป็นทางการ จำนวน 594 คน ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติงานของสมาชิกเครือข่ายการป้องกันยาเสพติดในชุมชนพื้นที่กรุงเทพมหานครมี 3 ปัจจัย ได้แก่ การเรียนรู้ในเครือข่าย การเรียนรู้นอกระบบโรงเรียน การสนับสนุนทางสังคมและความเป็นหุ้นส่วน

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการให้ความรู้เรื่องยาเสพติดกับผู้ปกครองและชุมชนเป็นสิ่งสำคัญ และการเรียนรู้นอกระบบโรงเรียนเป็นปัจจัยหนึ่งในการป้องกันปัญหาเสพติดในชุมชนพื้นที่กรุงเทพมหานคร ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า สถาบันการศึกษากับชุมชนยังไม่ให้ความร่วมมือเท่าที่ควรในการร่วมป้องกันปัญหาเสพติด นอกจากนี้ครอบครัวเป็นสาเหตุสำคัญที่มีส่วนชักนำให้เยาวชนไปใช้สารเสพติด เนื่องจากพฤติกรรมของคนในครอบครัวที่ไม่เหมาะสมประกอบกับสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้สารเสพติด

8.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงได้แก่ งานวิจัยของ ศรัณย์ ภัทรพงศ์ (2545) สมิต วัฒนธัญญกรรม (2545) สิริมา สมศรี (2545) สุนิสา จิรณานนท์ (2545) วิภา ด้านดำรงกุล (2549) และ วณัญญา แก้วปาน (2551) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ศรัณย์ ภัทรพงศ์ (2545) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการกระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติดของเด็กและเยาวชนในจังหวัดจันทบุรี พบว่า เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติดเกือบทั้งหมดเป็นเพศชายอายุ 17 ปี อาชีพของบิดามารดา คือ รับจ้าง และประมาณ 3 ใน 4 ได้ออกจากโรงเรียนไปแล้วและยังไม่มีการทำ ลักษณะการกระทำผิดที่ถูกลงโทษคือการมียาบ้าไว้ในครอบครอง ทั้งเสพและจำหน่าย

สมิต วัฒนธัญญกรรม (2545) ได้ศึกษาเรื่อง การแพร่ระบาดของสารเสพติดและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเสพยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดปทุมธานี พบว่า นักเรียนที่มีพฤติกรรมการเสพยาเสพติดส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุ 13-15 ปีโดยจะเสพยาบ้ามากที่สุด สาเหตุที่เสพยาเพราะต้องการทดลอง เพื่อนชวน และเครียด

สิริมา สมศรี (2545) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากสารเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสมุทรปราการ การวิจัยครั้งนี้ใช้ทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา และสำนักงานการประถมศึกษา ในจังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 600 คน แบ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง 300 คน กลุ่มปกติ 300 คน ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากสารเสพติดโดยใช้ทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองเพื่อรักษาผลประโยชน์ของตนเองของนักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี และนักเรียนกลุ่มปกติมีพฤติกรรมการป้องกันตนเองจากสารเสพติดโดยใช้ทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองเพื่อรักษาผลประโยชน์ของตนเองดีกว่ากลุ่มเสี่ยง

สุนิสา จิรณานนท์ (2545) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาเสพติดของเด็กและเยาวชนหญิงในสถานฝึกอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี พบว่า เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี ส่วนใหญ่ใช้สารเสพติดประเภทแอมเฟตามีน โดยมีระดับความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนค่อนข้างดี ซึ่งสาเหตุที่นำไปสู่การเสพยาคือ การอยากรู้อยากลอง

วิภา ด้านดำรงกุล (2549) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้สารเสพติดของกลุ่มวัยรุ่นในระบบคุมประพฤติและบำบัดรักษา กลุ่มตัวอย่าง 208 คน พบว่า แนวโน้มการใช้สารเสพติดสมัยใหม่ในกลุ่มหญิงสูงกว่าชายประมาณ 2-5 เท่า โดยจะมีพฤติกรรมในการจัดหา ส่งหรือจำหน่ายสารเสพติด ร้อยละ 37 และกลุ่มที่มีโอกาสที่จะกลับไปใช้สารเสพติดอีกในอนาคต ได้แก่ กลุ่มที่เคยใช้สารเสพติดหลายชนิด เคยถูกจับกุม มีพฤติกรรมการจำหน่ายโดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วณัญญา แก้วปาน (2551) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมอาชญากรรมกับประวัติการใช้ยาเสพติดของเยาวชนในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน (บ้านกรุณา) กลุ่มตัวอย่างคือ เยาวชนชายอายุ 14 ปีขึ้นไป จำนวน 126 คน ผลการศึกษาพบว่า เยาวชนชายอายุร้อยละ 91.3 เคยมีประวัติการใช้ยาเสพติด อายุที่เริ่มใช้ยาเสพติดคือ 14 ปี ยาเสพติดที่ใช้ส่วนใหญ่คือ ยาบ้า งานวิจัยแสดงให้เห็นว่า เยาวชนมีความสัมพันธ์กับการใช้ยาเสพติดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากงานวิจัยสรุปได้ว่า เด็กและเยาวชนอายุระหว่าง 13-17 ปีมีอัตราการเข้าไปเสพยาเสพติด ในอัตราที่สูง โดยสาเหตุส่วนใหญ่มาจากความอยากรู้อยากลอง เพื่อนชักชวน และประสบปัญหา ครอบครัว ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า เด็กและเยาวชนกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่สามารถชักจูงและหลงเชื่อคำเชิญชวน ต่างๆ ได้ง่าย อีกทั้งการขาดความอบอุ่นในครอบครัว หรือพ่อแม่มีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ก็เป็น ปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เด็กและเยาวชนกลุ่มนี้มีสภาพสุ่มเสี่ยงต่อการเข้าไปข้องแวะกับยาเสพติด

8.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุมชนแออัด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุมชนแออัด ได้แก่ งานวิจัยของ ศิริวรรณ ศิริบุญ และจันทร์เพ็ญ แสง เทียนฉาย (2531) วรเชษฐ หอมจันทร์ (2540) และ อรทัย เวชภูมิ (2540) ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ ได้ศึกษาเปรียบเทียบชุมชนแออัดที่พัฒนาแล้วและยังไม่ได้พัฒนาในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า คุณลักษณะทางด้านประชากร เศรษฐกิจ และสังคมของผู้พักอาศัยในเขตชุมชนแออัดทั้งสอง แห่งไม่มีความแตกต่างกัน โดยส่วนใหญ่มีการศึกษาและรายได้ในระดับค่อนข้างต่ำ อัตราการตายของ ทารกและเด็กในชุมชนแออัดที่พัฒนาแล้วต่ำกว่าอัตราการตายของทารกและเด็กในชุมชนแออัดที่ยัง ไม่ได้พัฒนา นอกจากนี้ความแตกต่างในเรื่องลักษณะบางประการของมารดา เช่น ระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ ความรู้เกี่ยวกับการรับวัคซีนป้องกันโรค สภาวะแวดล้อม และความสะอาดของที่พักอาศัย ก็เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความแตกต่างของอัตราการตายของทารกและเด็กในชุมชนแออัด ด้วย ประชากรในชุมชนแออัดส่วนใหญ่จะเป็นโรคเกี่ยวกับระบบหายใจ ปวดท้อง ท้องเสีย และโรคติดเชื้อ ซึ่งรูปแบบของการเจ็บป่วยมีส่วนสัมพันธ์กับการสุขาภิบาล สิ่งแวดล้อม และกองอนามัยของ ชุมชนด้วย

วรเชษฐ หอมจันทร์ (2540) ได้ศึกษาเรื่อง การรับรู้ของเยาวชนในเขตชุมชนคลองเตย เกี่ยวกับบทบาทของสื่อสิ่งพิมพ์ในการชักจูงเยาวชนไปสู่การสร้างพฤติกรรมเบี่ยงเบน กลุ่มตัวอย่างมี ทั้งสิ้น 401 คน โดยศึกษาพฤติกรรมการเปิดรับสิ่งหนังสือพิมพ์ นิตยสาร หนังสือการ์ตูน และหนังสือ ทางเพศ โดยจัดกิจกรรมร่วมกับมูลนิธิดวงประทีป พบว่า สถานภาพทางครอบครัว การศึกษา ฐานะ ทางบ้าน ครู และเพื่อนมีผลต่อพฤติกรรมเลียนแบบที่เกิดขึ้นหลังการเปิดรับสื่อสิ่งพิมพ์ และการเลือก เปิดรับสื่อสิ่งพิมพ์ทุกประเภทของเยาวชนในเขตชุมชนคลองเตยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเบี่ยงเบน

อรทัย เวชภูมิ (2540) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารกับค่านิยมที่เอื้อต่อการ พัฒนาของประชาชนในชุมชนแออัดเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 400 คน โดย ทำการศึกษาพฤติกรรมการเปิดรับข่าวสาร พบว่า ลักษณะทางประชากรมีความสัมพันธ์กับการเปิดรับ สื่อและค่านิยมที่เอื้อต่อการพัฒนา โดยสื่อโทรทัศน์เป็นสื่อที่บุคคลเปิดรับข่าวสารมากที่สุดและความ เชื่อถือที่มีต่อสื่อโทรทัศน์ กรรมการ หรือผู้นำชุมชนมีความสัมพันธ์ในเชิงบวก

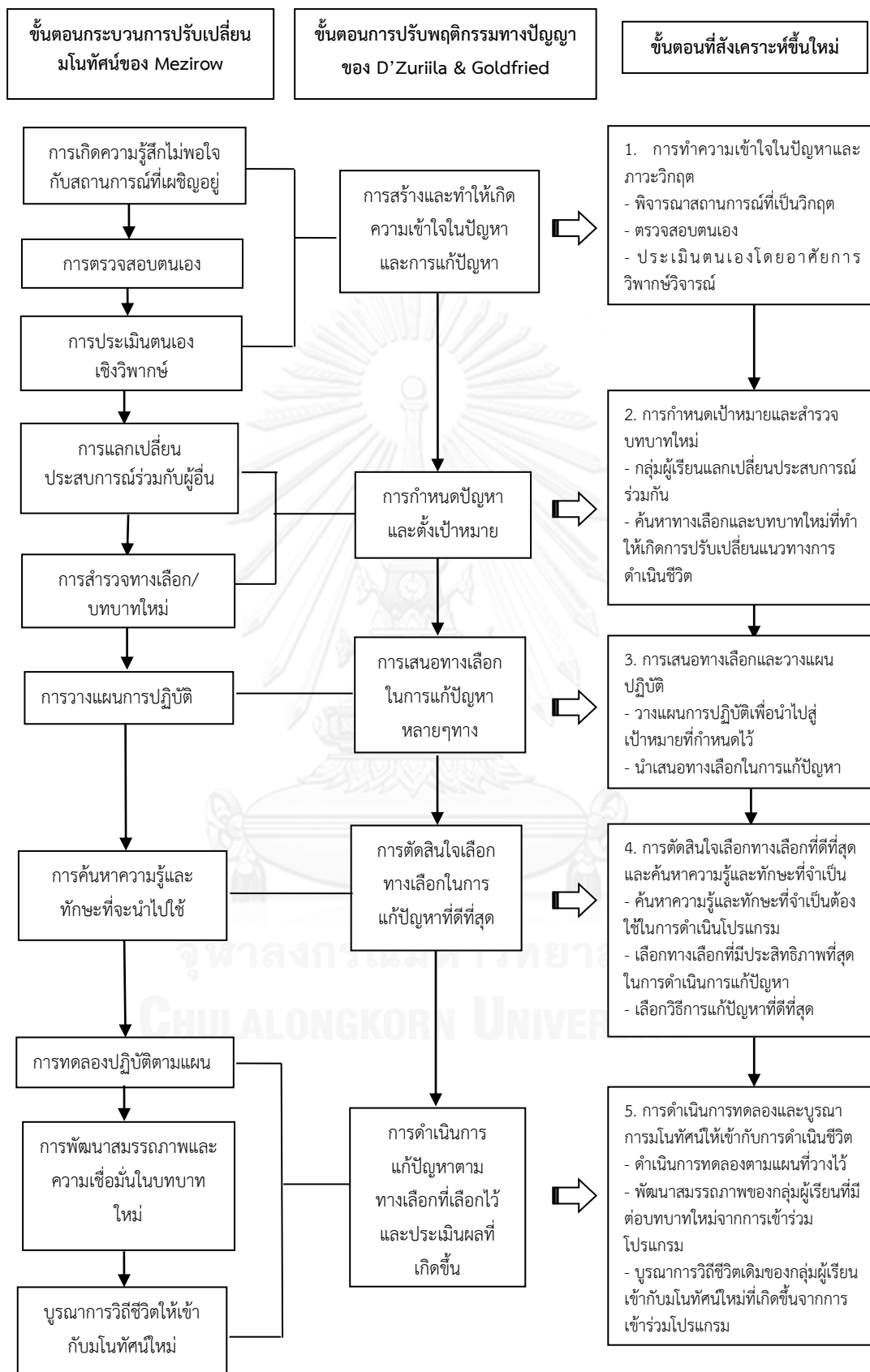
จากงานวิจัยสรุปได้ว่า ชุมชนแออัดมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อความเสี่ยงทุกประเภท เนื่องจาก มีความหนาแน่นของการอยู่ร่วมกัน และการใช้ชีวิตที่ไม่ถูกสุขลักษณะของคนในชุมชน ทั้งนี้ประชาชน ในชุมชนแออัดรวมถึงเยาวชนมีอัตราการถูกชักจูงในระดับสูงต่อพฤติกรรมเบี่ยงเบนและพฤติกรรม เลียนแบบต่างๆ ทั้งจากการเปิดรับสื่อสิ่งพิมพ์ สื่อโทรทัศน์ และสื่อบุคคล ดังนั้นเยาวชนในชุมชน แออัดจึงมีอัตราเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมล่อแหลมทั้งการลักทรัพย์ อาชญากรรม รวมถึงการติดยาเสพติด

ตอนที่ 9 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ 2) ศึกษาผลของการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้นไปใช้ 3) ศึกษาปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้ และ 4) นำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง โดยการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติของ Mezirow (1991) การปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) ภูมิคุ้มกันทางใจ (RQ) ยาเสพติด เยาวชนกลุ่มเสี่ยง การเสพยาเสพติดซ้ำ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งสามารถสรุปได้ ดังนี้

1. ปัจจัยนำเข้า ประกอบด้วยแนวคิด 5 แนวคิด ได้แก่
 - 1.1 แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981)
 - 1.2 แนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติของ Mezirow (1991)
 - 1.3 แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985)
 - 1.4 แนวคิดการป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง
 - 1.5 แนวคิดการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ
2. กระบวนการ ผู้วิจัยสร้างแผนการเรียนรู้โดยใช้ขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) 8 ขั้นตอน เป็นขั้นตอนหลักในการดำเนินการพัฒนาโปรแกรม ประกอบด้วย
 1. การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม
 2. การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน
 3. การพิจารณาผลที่พึงประสงค์
 4. การกำหนดแหล่งทรัพยากร/ผู้สนับสนุน
 5. การสร้างแผนการเรียนรู้
 6. การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน
 7. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม
 8. การรายงานค่าของโปรแกรม

ในขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้มีการนำเอาแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนทัศนคติของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาบูรณาการร่วมกัน ได้ขั้นตอนใหม่ที่ใช้สร้างกิจกรรมการเรียนรู้ 5 ขั้นตอน ดังแผนภาพที่ 9



แผนภาพที่ 9 การสังเคราะห์ขั้นตอนกระบวนการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

จากแผนภาพที่ 9 สรุปได้ว่า ในขั้นตอนกระบวนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow ผู้วิจัยได้ทำการรวมขั้นตอนทั้งหมดได้เป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้ ขั้นตอนที่ 1 ประกอบด้วยขั้นตอนที่ 1-3 ขั้นตอนที่ 2 ประกอบด้วยขั้นตอนที่ 4-5 ขั้นตอนที่ 3 ประกอบด้วยขั้นตอนที่ 6 ขั้นตอนที่ 4 ประกอบด้วยขั้นตอนที่ 7 ขั้นตอนที่ 5 ประกอบด้วยขั้นตอนที่ 8-10 ซึ่งเมื่อนำมาบูรณาการร่วมกันกับขั้นตอนการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried ทั้ง 5 ขั้นตอน จึงได้ขั้นตอนที่สังเคราะห์ขึ้นใหม่ 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต ซึ่งบูรณาการมาจากขั้นตอนของการเกิดความรู้สึกไม่พอใจกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ การตรวจสอบตนเอง การประเมินตนเองเชิงวิพากษ์ ร่วมกับขั้นตอนการสร้างและทำให้เกิดความเข้าใจในปัญหาและการแก้ปัญหา โดยขั้นตอนนี้สอดคล้องกับการพิจารณาสถานการณ์ที่บุคคลเผชิญอยู่ โดยต้องมีการตรวจสอบตนเองเกี่ยวกับความเชื่อและการยึดถือปฏิบัติของตนเองและประเมินตนเองเบื้องต้นโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ ซึ่งบูรณาการมาจากขั้นตอนของการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่คล้ายคลึงกันร่วมกับผู้อื่น การสำรวจทางเลือกและบทบาทใหม่ ร่วมกับขั้นตอนการกำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย โดยขั้นตอนนี้กำหนดให้กลุ่มผู้เรียนร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่คล้ายคลึงกัน ผู้สอนกับกลุ่มผู้เรียนร่วมค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่จะทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางในการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนที่ 3 การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา ซึ่งบูรณาการมาจากขั้นตอนของการวางแผนการปฏิบัติงาน ร่วมกับขั้นตอนการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆทาง โดยขั้นตอนนี้เมื่อมีการประเมินสถานการณ์ และจุดมุ่งหมายที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มผู้เรียนแล้ว จึงร่วมกันวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยกระตุ้นให้กลุ่มผู้เรียนนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆ ทางที่เป็นทางออกของวิกฤตที่กำลังเผชิญ

ขั้นตอนที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็น ซึ่งบูรณาการมาจากขั้นตอนของการค้นหาความรู้และทักษะที่จะนำไปใช้ ร่วมกับขั้นตอนการตัดสินใจเลือกทางเลือกในการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด โดยขั้นตอนนี้เป็นการศึกษาหาความรู้ และพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการดำเนินการตามแผนที่วางไว้ พร้อมทั้งเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหาจากทางเลือกที่ค้นหาไว้หลายๆ ทาง

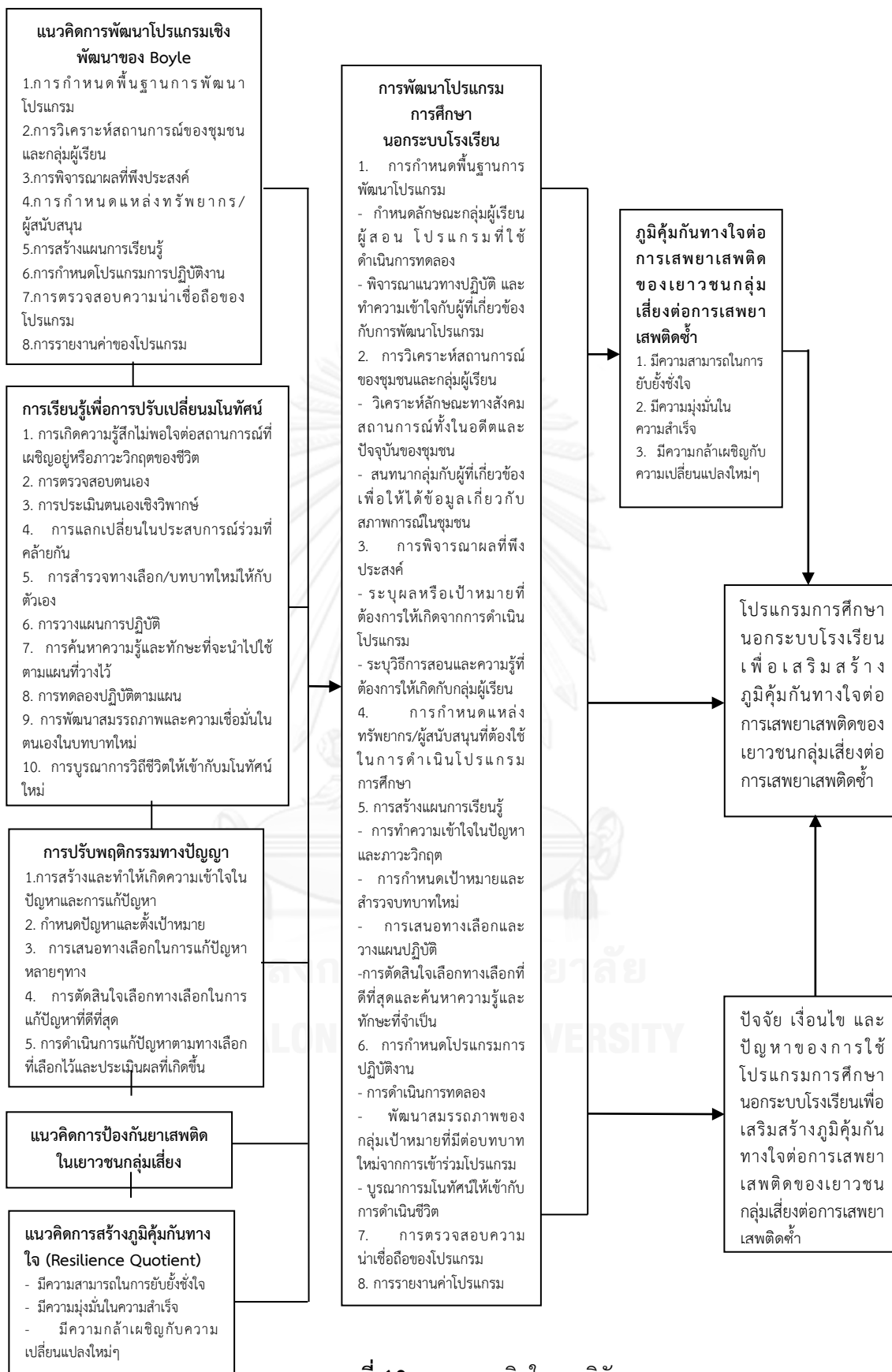
ขั้นตอนที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต ซึ่งบูรณาการมาจากขั้นตอนของการทดลองปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ การพัฒนาสมรรถภาพและความเชื่อมั่นในบทบาทใหม่ การบูรณาการวิถีชีวิตให้เข้ากับมโนทัศน์ใหม่ ร่วมกับขั้นตอนการดำเนินการแก้ปัญหาตามทางเลือกที่เลือกไว้และประเมินผลที่เกิดขึ้น โดยขั้นตอนนี้เป็นการการดำเนินโปรแกรมตามที่ได้วางแนวทางไว้ ซึ่งเมื่อกำลังปฏิบัติตามแนวทางที่กำหนดไว้ กลุ่มผู้เรียนจะมีความเชื่อมั่นต่อความคิด ความเชื่อใหม่ๆ ทำให้เกิดการปฏิบัติตามแนวทางที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น เมื่อเกิดความเชื่อมั่นขึ้น กลุ่มผู้เรียนจะบูรณาการผสมผสานสิ่งใหม่เข้าสู่วิถีชีวิตบนพื้นฐานของแนวความคิดใหม่ ซึ่งจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนสู่ทัศนคติ ความคิด และการปฏิบัติใหม่ได้ในที่สุด

เนื้อหาสาระของกิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย องค์ความรู้เกี่ยวกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยง การเสพยาเสพติดซ้ำ และภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ได้แก่ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

การประเมินผล ต้องมีการประเมินผลก่อนและหลังการทดลองทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม

3. ผลลัพธ์ คือ โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่เสริมสร้างให้เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำมีภูมิคุ้มกันทางใจใน 3 มิติ ได้แก่ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ รวมถึงการศึกษาปัจจัย เจือปน และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้สรุปกรอบแนวคิดของการวิจัยได้ตั้งแผนภาพที่ 10 ดังต่อไปนี้



แผนภาพที่ 10 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ใช้วิธีการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research Method) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ 2) ศึกษาผลของการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้นไปใช้ 3) ศึกษาปัจจัยเงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้ และ 4) นำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งขั้นตอนการวิจัยออกเป็น 4 ระยะ ดังต่อไปนี้

ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ระยะที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ระยะที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้ ซึ่งข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์ในการนำไปปรับปรุงโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ระยะที่ 4 การนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง
ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ การพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) กระบวนการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) การปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) แนวคิดการป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง (สำนักพัฒนาการ
ป้องกันการและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2555) และแนวคิดการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ

2. ดำเนินการสร้างโปรแกรมตามแนวคิดดังกล่าวข้างต้นมาบูรณาการร่วมกันและดำเนินการ
จัดโปรแกรมการเรียนรู้ตามขั้นตอนของ Boyle (1981) ใน 5 ขั้นตอนแรก ซึ่งมีลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม

1.1 กำหนดพื้นฐานทางปรัชญาที่จะนำมาใช้ในการวางแผนโปรแกรม โดยพิจารณาถึงการจัด
กิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน แนวทางการป้องกันยาเสพติดในเยาวชน
กลุ่มเสี่ยง และการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ

1.2 ทำการศึกษาพื้นที่ในชุมชนคลองเตย โดยการสนทนาเบื้องต้นกับคุณสุนทร จำปาทอง
เหรียญกษุมชน และคุณวิไลวรรณ ปิติลและ เลขานุการชุมชน เพื่อทำความเข้าใจสภาพของชุมชน
ความเป็นอยู่ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง แนวทางปฏิบัติในการลงศึกษาชุมชน และวิธีการในการสร้างความ
เข้าใจอันดีกับผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชน เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และจัดทำโปรแกรมการศึกษานอกระบบ
โรงเรียน ทั้งนี้ชุมชนมีสภาพแออัด บ้านเรือนอยู่กันอย่างหนาแน่น การใช้ชีวิตของคนในชุมชนมี
ลักษณะพึ่งพาอาศัยกัน แต่ร้อยละ 90 ของคนวัยทำงานจะออกไปทำงานนอกชุมชน วันธรรมดาจะมี
เฉพาะเด็กและผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ เยาวชนอายุระหว่าง 15-18 ปีมีประวัติเคยเสพยาเสพติดแล้ว
ทั้งสิ้น แต่มีจำนวนน้อยที่เลิกยาเสพติดได้อย่างถาวร ส่วนใหญ่มีความเสี่ยงต่อการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำ

1.3 กำหนดลักษณะของกลุ่มผู้เรียน ผู้สอน และโปรแกรมที่จะใช้ในการดำเนินการวิจัย
ผู้เรียนคือ เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำในชุมชนคลองเตย ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวก และผู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ โดยมีวิทยากร และผู้ช่วยวิจัยร่วมดำเนินโปรแกรม

ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน

ผู้วิจัยได้แบ่งขั้นตอนการศึกษาดังนี้

2.1 ศึกษาวิเคราะห์ลักษณะทางสังคม สิ่งแวดล้อม และสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชุมชนที่เกิด
การเปลี่ยนแปลงจากอดีตสู่ปัจจุบัน รวมถึงวิถีชีวิตและการเปลี่ยนแปลงของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชน
ด้วยการวิเคราะห์เอกสารเกี่ยวกับบริบทของชุมชน และสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย
ผู้นำชุมชน เหรียญกษุมชน เลขานุการชุมชน ผู้ปกครอง และเยาวชนในชุมชน เพื่อให้ได้ข้อมูล
เกี่ยวกับสถานการณ์ในชุมชน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการสร้าง และพัฒนาโปรแกรมให้สอดคล้องกับ

กลุ่มผู้เรียน ในการสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลเบื้องต้นเพื่อศึกษาสถานการณ์ชุมชนและศึกษาความต้องการของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนทำให้เกิดความเข้าใจกลุ่มเป้าหมาย การใช้ชีวิตในชุมชนได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ ทั้งนี้พบว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงจำนวนหนึ่งยังคงกลับไปเสพยาเสพติดเป็นครั้งคราวและเป็นการยากที่จะติดตามเพื่อนำตัวมาบำบัด เพราะเยาวชนกลุ่มนี้จะทำงานนอกชุมชน นอกจากนี้พบว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงจำนวนมากขาดภูมิคุ้มกันทางใจในการดำรงชีวิตในสภาวะทางสังคมที่มีความเสี่ยงต่อการติดยาเสพติด

2.2 ศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยมีขั้นตอนดังนี้

การศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรสำหรับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด คือเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เคยมีประวัติในการติดยาเสพติดและเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ช่วงอายุระหว่าง 15-18 ปี ที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดในเขตคลองเตย จำนวน 218 คน (สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2555)

กลุ่มตัวอย่างสำหรับการศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำนั้น ผู้วิจัยได้ใช้ตารางกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างของ Taro Yamane (<http://www.watpon.com/table>, 2555) ในการหาจำนวนกลุ่มตัวอย่างจากกลุ่มประชากรที่ศึกษาทั้งหมดจำนวน 218 คน สำหรับการวิจัยครั้งนี้ใช้ค่าความคลาดเคลื่อนที่ 0.05 ระดับความเชื่อมั่นที่ 95% ซึ่งจะได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 141 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามเพื่อศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน การสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด เยาวชนกลุ่มเสี่ยงและการเสพยาเสพติดซ้ำเพื่อนำมาใช้เป็นประเด็นในการหาความต้องการ

2. วิเคราะห์เนื้อหาสาระสำคัญเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ

3. สร้างแบบสอบถามเพื่อวิเคราะห์ความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ (รายละเอียดในภาคผนวก ง) ซึ่งประกอบด้วยคำถาม 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของของผู้ตอบแบบสอบถาม (Key Informants) ได้แก่ เยาวชนอายุ 15-18 ปี ที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตย ข้อคำถามมีลักษณะให้เลือกตอบเพื่อระบุรายละเอียดเกี่ยวกับ

ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยคำถามจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ 1) เพศ 2) อายุ 3) ระดับการศึกษาสูงสุด 4) ระยะเวลาที่อาศัยในชุมชน 5) ปัญหาชีวิตที่เคยเผชิญ 6) บุคคลที่จะขอรับคำแนะนำเมื่อประสบปัญหาชีวิต 7) ประสบการณ์การร่วมกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด 8) ชนิดของยาเสพติดที่เคยเสพ 9) ระยะเวลาที่ติดยาเสพติด และ 10) ความสนใจกิจกรรมการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทางใจต่อการติดยาเสพติด

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ข้อคำถามมีลักษณะให้เลือกตอบ จำนวน 3 ข้อ ประกอบด้วย 1) รูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการ 2) สื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่ต้องการ และ 3) สถานที่จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการ พร้อมด้วยข้อเสนอแนะอื่นๆ ที่ต้องการในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับเนื้อหาสาระที่ต้องการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด ข้อคำถามเป็นแบบให้เลือกตอบจำนวน 9 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ จำนวน 3 ข้อ ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ จำนวน 3 ข้อ และด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ จำนวน 3 ข้อ โดยข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

5	หมายถึง	ผู้ตอบมีความต้องการในประเด็นที่ถามมากที่สุด
4	หมายถึง	ผู้ตอบมีความต้องการในประเด็นที่ถามมาก
3	หมายถึง	ผู้ตอบมีความต้องการในประเด็นที่ถามปานกลาง
2	หมายถึง	ผู้ตอบมีความต้องการในประเด็นที่ถามน้อย
1	หมายถึง	ผู้ตอบมีความต้องการในประเด็นที่ถามน้อยที่สุด

ค่ามัธยฐานเลขคณิตที่ได้จากข้อความแต่ละข้อ มีจุดทศนิยมเพียง 2 ตำแหน่งโดยมีความหมายดังนี้

4.51 - 5.00	หมายถึง	มีความต้องการในระดับมากที่สุด
3.51 - 4.50	หมายถึง	มีความต้องการในระดับมาก
2.51 - 3.50	หมายถึง	มีความต้องการในระดับปานกลาง
1.51 - 2.50	หมายถึง	มีความต้องการในระดับน้อย
1.00 - 1.50	หมายถึง	มีความต้องการในระดับน้อยที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถามเพื่อวิเคราะห์ความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยเสนอแบบสอบถามเพื่อวิเคราะห์ความต้องการการเรียนรู้ต่อผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการศึกษาในระบบโรงเรียน 2 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเด็กและเยาวชนจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการปราบปรามยาเสพติด 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวัดและการประเมินผลการศึกษาจำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถามเพื่อวิเคราะห์ความต้องการการเรียนรู้และหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย (IOC: Index of Item Objective Congruence)

ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่า IOC เท่ากับ 0.89 แบ่งเป็น ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้ข้อมูลสำคัญมีค่า IOC เท่ากับ 0.98 ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้มีค่า IOC เท่ากับ 0.86 และส่วนที่ 3 แบบสอบถามเนื้อหาสาระที่ต้องการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดมีค่า IOC เท่ากับ 0.88 ซึ่งมากกว่า 0.50 ถือว่าผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่มีความเห็นที่สอดคล้องกัน ผู้เชี่ยวชาญมีข้อเสนอแนะให้ตัดข้อคำถามบางข้อ เพิ่มเติมประเด็นคำถามให้ชัดเจน ง่ายต่อผู้ตอบ และเสนอให้แก้ไขข้อความบางส่วน ทั้งนี้ผู้วิจัยได้แก้ไขและปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ (Try-out) กับเด็กและเยาวชนจำนวน 30 คน และนำมาหาค่าความเที่ยงด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งต้องมีเกณฑ์ค่าความเที่ยง 0.60 ขึ้นไป พบว่า แบบสอบถามเพื่อวิเคราะห์ความต้องการการเรียนรู้มีความเที่ยงเท่ากับ 0.885 แสดงให้เห็นว่า แบบสอบถามนี้มีความเที่ยงในระดับสูง และมีความเหมาะสมในการวิเคราะห์หาความต้องการการเรียนรู้ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการประสานงานกับผู้นำชุมชนคลองเตยล๊อค 4-5-6 ในการขอแจกแบบสอบถามให้กับเยาวชนอายุ 15-18 ปี ที่อาศัยอยู่ในชุมชน โดยแบบสอบถามจำนวน 30 ชุด ได้ขอความร่วมมือจากคณะกรรมการชุมชนล๊อค 4-5-6 ในการเก็บรวบรวม โดยมีการนัดวัน-เวลาในการไปรับแบบสอบถามคืน และแบบสอบถามจำนวน 81 ชุด ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เพื่อทำการแจกแบบสอบถามเองโดยแบ่งเป็นชุมชนหมู่บ้านพัฒนา 70 ไร่ จำนวน 23 ชุด ชุมชนล๊อค 1-2-3 จำนวน 28 ชุด ชุมชนตลาดปิ่นง จำนวน 9 ชุด ชุมชนร่มเกล้า 18 ชุด ชุมชนริมคลองไผ่สิงโต จำนวน 14 ชุด และชุมชนหัวโค้ง 19 ชุด รวมทั้งสิ้น 141 ชุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows version 17 โดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สำหรับการวิเคราะห์ในส่วนข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้ข้อมูลสำคัญความคิดเห็นที่เป็นคำถามปลายเปิด ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ในส่วนของข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นแต่ละหัวข้อในส่วนของเนื้อหาสาระที่ต้องการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำโดยใช้สูตร Modified Priority Needs Index (PNI_{Modified})

ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์

ผู้วิจัยได้ระบุผลหรือเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้นจากการดำเนินโปรแกรมไว้ว่า ผู้เรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำต้องได้รับความรู้ และมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มมากขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม โดยสามารถวัดผลด้านความรู้ และทัศนคติ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากรและผู้สนับสนุนที่ต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม

ผู้วิจัยกำหนดทรัพยากรที่ต้องนำมาใช้ในการดำเนินโปรแกรม ทั้งในด้านผู้สอน ผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรมว่ามีประสิทธิภาพในการดำเนินโปรแกรมครั้งนี้หรือไม่ ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมงบประมาณ สถานที่ รวมถึงอุปกรณ์ และเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินโปรแกรมในครั้งนี้อย่างเพียงพอหรือไม่ โดยกำหนดแหล่งทรัพยากรจากเงินทุนที่ได้จากการวิจัย คือ ทุน 90 ปี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กองทุนรัชดาภิเษกสมโภช สถานที่ในการฝึกอบรม คือ ลานอเนกประสงค์ชุมชนลือค 4-5-6 ในชุมชนคลองเตย ผู้ช่วยในการดำเนินโปรแกรม คือ คุณอรอุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้

ผู้วิจัยนำผลการหาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2 มาสร้างแผนการเรียนรู้ โดยพิจารณาถึงภูมิหลังที่แตกต่างกันของผู้เรียน และพิจารณาเลือกวิธีการ เทคนิคของกิจกรรม กำหนดอุปกรณ์ เครื่องมือ และมอบหมายบทบาทให้กับผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมให้เหมาะสมตามแผนการสอน โดยมีองค์ประกอบดังนี้

1. วัตถุประสงค์ เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

2. เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัย พบว่า การสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ คือ การทำให้บุคคลสามารถปรับตัว และรับมือกับเหตุการณ์หรือปัญหา อุปสรรคที่กำลังเผชิญอยู่ และกลับเข้าสู่สภาวะปกติได้ ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษา ค้นคว้า และรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ โดยสรุปได้ว่า บุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจต้องมีคุณสมบัติที่ครอบคลุมทั้ง 3 มิติ ดังกล่าวข้างต้น การกำหนดเนื้อหาจึงประกอบด้วย 1) การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ: การมีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ 2) การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ: การมีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ และ 3) การมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ: การมี

ความสามารถในการระบุสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

3. กิจกรรมการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ และบูรณาการแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) จึงได้ขั้นตอนการสังเคราะห์ใหม่ 5 ขั้นตอนที่น่าสนใจในการสร้างแผนการเรียนรู้ เนื่องจากจุดมุ่งหมายของแนวคิดทั้ง 2 แนวคิดนี้สามารถนำมาใช้ในกระบวนการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ และเสริมสร้างวิธีการในการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้อง และเมื่อกลุ่มผู้เรียนเกิดองค์ความรู้ใหม่จากการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มผู้เรียนจะสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และความเชื่อเดิมได้อย่างยั่งยืนและถาวร ประกอบด้วยขั้นตอน 5 ขั้นตอน ดังนี้

1) การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ขั้นตอนนี้ผู้วิจัยมอบหมายให้กลุ่มผู้เรียนร่วมกันพิจารณาปัญหาและวิกฤตที่ตนกำลังเผชิญ โดยต้องมีการตรวจสอบความคิด ความเชื่อ และการยึดถือปฏิบัติเดิมของตนที่ผ่านมา จากนั้นจึงมีการประเมินตนเองเบื้องต้นโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ผู้วิจัยให้ผู้เรียนพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองที่ถือได้ว่าเป็นภาวะวิกฤตของชีวิตและวิธีการจัดการกับวิกฤตนั้นๆ พร้อมทั้งร่วมกันแนะนำวิธีการแก้ปัญหาให้กับผู้เรียนที่ไม่สามารถหาทางออกในชีวิตได้ นอกจากนี้ผู้เรียนต้องมีการวิเคราะห์ตนเองในพฤติกรรมด้านลบที่เคยผ่านมารวมถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด โดยวิเคราะห์ถึงสาเหตุของการแสดงออกของพฤติกรรมดังกล่าว และให้ผู้เรียนท่านอื่นช่วยกันเสนอแนะพฤติกรรมที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมเพื่อให้แต่ละคนนำไปพัฒนาตนเอง

2) การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันพร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนนี้เป็นเปิดโอกาสให้กลุ่มผู้เรียนได้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมที่คล้ายคลึงกันเพื่อเปิดมุมมองและนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาที่หลากหลาย รวมถึงร่วมกันค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่จะทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

ผู้วิจัยมอบหมายให้ผู้เรียนเล่าประสบการณ์ในอดีตที่ผ่านมาของกันและกัน โดยผู้เรียนต้องเปิดใจรับฟังกันให้ได้มากที่สุด จากนั้นกลุ่มใหญ่ต้องร่วมกันเสนอวิธีการในการแก้ปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสมในสถานการณ์นั้นๆ

3) การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนนี้เป็นวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง การมีภูมิคุ้มกันทางใจเกิดขึ้น โดยต้องมีการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหรือวิธีเสี่ยงในการเผชิญกับความเสี่ยงต่อการติดยาเสพติดในสถานการณ์ต่างๆ หลากๆ ทางเลือก

ผู้วิจัยบรรยายความหมายและความสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถรับมือกับวิกฤตต่างๆในชีวิตได้ รวมถึงลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 ด้าน (ความสามารถในการ

ยับยั้งซึ่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ) ที่ผู้เรียนต้องนำมาปฏิบัติเพื่อช่วยในกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวหลังจากเจอวิกฤต ผู้เรียนร่วมกันเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ตัวอย่างที่ผู้เรียนส่วนใหญ่ประสบ

4) การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด และค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา

ขั้นตอนนี้เป็นกระบวนการค้นหาทางเลือกที่ดี และมีประสิทธิภาพมากที่สุด รวมถึงการค้นหาความรู้ที่จำเป็น และทักษะที่ต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรมตามที่วางแผนไว้

ผู้วิจัยให้ผู้เรียนเลือกปัญหาในชีวิตของตนเอง 1 ปัญหา รวมถึงระบุแนวทางในการแก้ปัญหา โดยใช้อุปกรณ์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจเป็นทักษะที่ช่วยหาทางออกให้กับปัญหาดังกล่าว แล้วนำเสนอต่อกลุ่มใหญ่เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนและให้ข้อเสนอแนะ

5) การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต

เป็นขั้นตอนการดำเนินการทดลองตามแผนการปฏิบัติที่วางไว้ ทั้งจากการค้นหาความรู้ และทักษะที่ต้องใช้ในการดำเนินกิจกรรม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของกลุ่มผู้เรียน และจากการสนทนากลุ่มกับผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชนที่ทำการวิจัย โดยเมื่อกลุ่มผู้เรียนเข้าร่วมโปรแกรม และร่วมทำกิจกรรมการเรียนรู้การสอนเสร็จสิ้น กลุ่มผู้เรียนจะมีความเชื่อมั่นต่อความคิด และความเชื่อใหม่ๆ ทำให้เกิดการพัฒนาศมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทหรือแนวทางใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม เมื่อเกิดความเชื่อมั่นในแนวทางใหม่ที่ได้เรียนรู้ กลุ่มผู้เรียนจะมีการทบทวน และบูรณาการวิถีชีวิตเดิมเข้ากับทัศนคติ ความเชื่อ และมโนทัศน์ใหม่ๆ ทำให้เกิดการดำเนินชีวิตในแนวทางใหม่ตามเป้าหมายที่วางไว้ให้เกิดจากการดำเนินโปรแกรม

4. แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้

4.1 แหล่งความรู้ที่มีความสอดคล้องกับเนื้อหา เช่น วิทยากรผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วิทยากรผู้ที่มีความเชี่ยวชาญในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับเยาวชน วิทยากรผู้ที่มีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการยาเสพติดในเยาวชนและชุมชนแออัด และแหล่งความรู้ในชุมชน เช่น ผู้นำและคณะกรรมการในชุมชน

4.2 สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ ใบความรู้ และใบงานประกอบการทำกิจกรรม ภาพยนตร์ มีวีสวีดีโอ วีซีดี และเครื่องมืออุปกรณ์ในการปฏิบัติงาน

5. การประเมินผลการเรียนรู้

5.1 การประเมินผลก่อนการเรียนรู้ ได้แก่

5.1.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

5.1.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2 การประเมินผลหลังการเรียนรู้ ได้แก่

5.2.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

5.2.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2.3 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2.4 แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เจือไนซ์ และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

6. ระยะเวลาในการเรียนรู้

โปรแกรมการจัดกิจกรรมใช้เวลารวม 102 ชั่วโมงแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อทำความเข้าใจปัญหาสำรวจตัวเอง เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา รวมถึงให้ความรู้ในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 5-6, 13, 20-21 ตุลาคม 2556 รวม 28 ชั่วโมง

ระยะที่ 2 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 26-27 ตุลาคม, 9-10, 16-17, 23 พฤศจิกายน 2556 รวม 50 ชั่วโมง

ระยะที่ 3 ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกผล ติดตามและสอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจวันที่ 30 พฤศจิกายน 2556, 7,14,21,28 ธันวาคม 2556, 4,11,19 มกราคม 2557 รวม 24 ชั่วโมง

การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ความต้องการการเรียนรู้มาสร้างและพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ประกอบด้วย กิจกรรมสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรม กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ และกิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์ โดยกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจแบ่งออกเป็น 13 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมเรียนรู้จากความผิดพลาด 2) กิจกรรมบทเรียนจากยาเสพติด 3) กิจกรรมเล่าสู่กันฟัง 4) กิจกรรมภัยใกล้ตัว 5) กิจกรรมกำลังใจที่ดีสร้างได้ 6) กิจกรรม Give & Take 7) กิจกรรมศรัทธาไม่มีที่อ้อ 8) กิจกรรมนี้แหละตัวฉัน 9) กิจกรรมชีวิตต้องสู้ 10) กิจกรรมชวนลอง 11) กิจกรรมเธอจะได้อย่างไร 12) กิจกรรมสิ่งที่ฉันปฏิเสธ และ 13) กิจกรรมไฟหมუნวนโดยใช้เวลาในการทำกิจกรรมรวม 102 ชั่วโมง จากนั้นผู้วิจัยได้ติดตามผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม (follow-up study) ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้ง 60 คน โดยในกลุ่มทดลองใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล ใช้วิธีการสังเกตการณ์ การพบปะพูดคุยและสัมภาษณ์ผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง ญาติพี่น้องของกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงการขอความช่วยเหลือจากคณะกรรมการชุมชนในการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างบางคนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงและติดตามวิถีชีวิตได้เป็นระยะเวลา 2 เดือน ส่วนกลุ่มควบคุมใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคลโดยการนัดหมายเพื่อพบปะพูดคุยกับเยาวชนกลุ่มควบคุมและผู้ปกครองของเยาวชนบางรายที่สะดวกในการให้เข้าพบและให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้นำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ได้สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการศึกษาจากระบบโรงเรียน 2 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเด็กและเยาวชนจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการปราบปรามยาเสพติด 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวัดและการประเมินผลการวิจัยจำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาของแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้กับวัตถุประสงค์การวิจัย (IOC: Index of Item Objective Congruence)

ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องระหว่างแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้กับวัตถุประสงค์การวิจัย พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่า IOC เท่ากับ 1.00 ถือว่าผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นที่สอดคล้องกัน แต่ผู้เชี่ยวชาญมีข้อเสนอแนะให้ตรวจสอบชั่วโมงการทำกิจกรรมให้นานขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนมีเวลาในการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน

ผู้วิจัยได้นำข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญจนครบถ้วนสมบูรณ์ก่อนนำไปใช้ทดลองจริง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในขั้นตอนนี้ ประกอบด้วย

1. แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ
2. แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ
3. แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษาระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือในการวิจัย มีรายละเอียดของการพัฒนาดังต่อไปนี้

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร หนังสือ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด เยาวชนกลุ่มเสี่ยง และการเสพยาเสพติดซ้ำ

2. เนื้อหาความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ ตามการศึกษาข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 1) การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ: มีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ 2) การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ: มีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ และ 3) การมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ: การมีความสามารถในการระบุงสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

3. พัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือขึ้นเองโดยพิจารณาจากองค์ประกอบของเนื้อหาและความต้องการการเรียนรู้ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนเพื่อใช้วัดผลก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งประกอบด้วยเครื่องมือ 3 ชุด ดังนี้

3.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจเพื่อศึกษาภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชนกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 25 ข้อ โดยเป็นแบบปรนัยประเภทเลือกตอบ (Multiple Choice) ชนิด 4 ตัวเลือกในแต่ละข้อคำถาม ซึ่งจะมีคำตอบที่ถูกเพียงคำตอบเดียวเท่านั้น ใช้เพื่อประเมินความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจของกลุ่มตัวอย่าง

เกณฑ์การประเมินใช้วิธีการประเมินแบบอิงเกณฑ์โดยประยุกต์ตามหลักการ การเรียนแบบรอบรู้ (Learning for Mastery) ของ Bloom (1971) โดยกำหนดดังนี้

- มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 80 คือ 20-25 คะแนน หมายถึง มีความรู้ในระดับสูง
- ร้อยละ 51-79 คือ 13-19 คะแนน หมายถึง มีความรู้ในระดับปานกลาง

- น้อยกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 50 คือ 0-12 คะแนน หมายถึง มีความรู้ในระดับต่ำ

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้มีการทำตารางโครงสร้างแบบทดสอบ (Test Blueprint) ที่ระบุวัตถุประสงค์ของแบบทดสอบ เนื้อหาของแบบทดสอบ และระดับพฤติกรรมที่วัด เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างเนื้อหาที่ต้องการวัดกับวัตถุประสงค์ เพื่อประเมินกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งผลต่อความรู้ความเข้าใจ และการนำไปใช้ของกลุ่มตัวอย่าง ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ตารางโครงสร้างแบบทดสอบ (Test Blueprint)

วัตถุประสงค์/ตัวบ่งชี้	จำนวนข้อ (ร้อยละ)	ระดับพฤติกรรม			
		ความรู้ ความจำ (ข้อ)	ความเข้าใจ (ข้อ)	การนำไปใช้ (ข้อ)	การวิเคราะห์ (ข้อ)
1. มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องภูมิคุ้มกัน ทางใจ	10	2	4	3	1
2. มีความรู้ความเข้าใจในมิติด้านการมี ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ	5	1	1	1	2
2.1 มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ	1	-	-	-	1
2.2 มีความสามารถในการอยู่ได้อย่าง สงบภายใต้ความกดดัน	2	-	-	2	-
2.3 มีความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ	2	-	-	-	2
3. มีความรู้ความเข้าใจในมิติด้านการมี ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ	5	1	-	1	3
3.1 มีความเชื่อมั่นว่าจะควบคุมทิศทาง ในชีวิตได้	2	-	-	-	2
3.2 มีความสามารถในการอ่านสภาวะ ทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่น	2	-	-	1	1
3.3 มีความหวังในชีวิตและมองโลกใน แง่ดี	1	1	-	-	-
4. มีความรู้ความเข้าใจในมิติด้านการมี ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง ใหม่ๆ	5	1	2	1	1
4.1 มีความกล้าเผชิญกับความ เปลี่ยนแปลงใหม่ๆ	2	1	1	-	-
4.2 มีความสามารถในการแสวงหา โอกาส และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ	1	-	1	-	-
4.3 มีความสามารถในการปรับตัวเข้า กับสถานการณ์ใหม่ได้	2	-	-	1	1
รวม	25 (100)	5 (20)	7 (28)	6 (24)	7 (28)

การตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

ผู้วิจัยเสนอแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน 2 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเด็ก และเยาวชนจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางการปราบปรามยาเสพติด 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางการวัดและการประเมินผลการวิจัยจำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ และหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย (IOC: Index of Item Objective Congruence)

ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย พบว่าผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่า IOC เท่ากับ 0.90 ซึ่งมากกว่า 0.50 ถือว่าผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่มีความเห็นที่สอดคล้องกัน ผู้เชี่ยวชาญมีข้อเสนอแนะให้เน้นข้อความด้วยตัวหนาที่สำคัญในข้อคำถามทั้งนี้ผู้วิจัยได้แก้ไขและปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

ผู้วิจัยนำแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจที่แก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) เพื่อหาคุณภาพของแบบทดสอบความรู้กับเยาวชนอายุ 15-18 ปี ในเขตคลองเตย จำนวน 30 คน เมื่อวันที่ 20-21 กันยายน พ.ศ. 2556 ที่ชุมชนตลาดปิ่นง ชุมชนริมคลองไผ่สิงโต และชุมชนหัวโค้งจากนั้นผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีของคูเดอร์-ริชาร์ดสัน โดยใช้สูตร KR-20 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.875 ค่าความยากง่ายที่มีคุณภาพและอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ ควรมีค่าอยู่ระหว่าง 0.20-0.80 (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538) พบว่า ค่าความยากง่ายของแบบทดสอบมีค่าอยู่ระหว่าง 0.30-0.77 และค่าอำนาจจำแนกควรมีค่า 0.20 ขึ้นไป (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538) พบว่า ค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบมีค่าอยู่ระหว่าง 0.20-0.60 จึงถือว่าแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจมีความเชื่อมั่น ค่าความยากง่าย และค่าอำนาจจำแนกอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม สามารถนำไปใช้ได้จริงในการทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง

3.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ประกอบด้วยคำถามที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันทางใจจำนวน 60 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 มิติ ได้แก่ มิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ดังนี้

1. มิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ

ประกอบด้วยคำถามจำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 100 คะแนน โดยข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ซึ่งมีทั้งข้อความเชิงบวก (Positive Statements) และเชิงลบ (Negative Statements) โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

		ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
จริงมากที่สุด	มีค่าคะแนน	5	1
จริงมาก	มีค่าคะแนน	4	2
ค่อนข้างจริง	มีค่าคะแนน	3	3
จริงบางครั้ง	มีค่าคะแนน	2	4

ไม่จริง มีค่าคะแนน 1 5
เกณฑ์การประเมินใช้วิธีการประเมินแบบอิงเกณฑ์(Criterion-Referenced Assessment) โดยประยุกต์ตามหลักการเรียนแบบรอบรู้หรือการเรียนแบบรู้แจ้ง (Learning for Mastery or Mastery Learning) ของ Bloom (1971) โดยกำหนดดังนี้

- มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 80 คือ 80-100 คะแนน หมายถึง มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจระดับสูง
- ร้อยละ 21-79 คือ 21-79 คะแนน หมายถึง มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจระดับปานกลาง
- น้อยกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 20 คือ 0-20 คะแนน หมายถึง มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจระดับต่ำ

2. มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ

ประกอบด้วยคำถามจำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 100 คะแนน โดยข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ซึ่งมีทั้งข้อความเชิงบวก (Positive Statements) และเชิงลบ (Negative Statements) โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

		ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
จริงมากที่สุด	มีค่าคะแนน	5	1
จริงมาก	มีค่าคะแนน	4	2
ค่อนข้างจริง	มีค่าคะแนน	3	3
จริงบางครั้ง	มีค่าคะแนน	2	4
ไม่จริง	มีค่าคะแนน	1	5

เกณฑ์การประเมินใช้วิธีการประเมินแบบอิงเกณฑ์โดยประยุกต์ตามหลักการเรียนแบบรอบรู้ของ Bloom (1971) โดยกำหนดดังนี้

- มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 80 คือ 80-100 คะแนน หมายถึง มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จระดับสูง
- ร้อยละ 21-79 คือ 21-79 คะแนน หมายถึง มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จระดับปานกลาง
- น้อยกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 20 คือ 0-20 คะแนน หมายถึง มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จระดับต่ำ

3. มิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

ประกอบด้วยคำถามจำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 100 คะแนน โดยข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ซึ่งมีทั้งข้อความเชิงบวก (Positive Statement) และเชิงลบ (Negative Statement) โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

		ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
จริงมากที่สุด	มีค่าคะแนน	5	1
จริงมาก	มีค่าคะแนน	4	2
ค่อนข้างจริง	มีค่าคะแนน	3	3
จริงบางครั้ง	มีค่าคะแนน	2	4
ไม่จริง	มีค่าคะแนน	1	5

เกณฑ์การประเมินใช้วิธีการประเมินแบบอิงเกณฑ์โดยประยุกต์ตามหลักการ Learning for Mastery ของ Bloom (1971) โดยกำหนดดังนี้

- มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 80 คือ 80-100 คะแนน หมายถึง มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ระดับสูง
- ร้อยละ 21-79 คือ 21-79 คะแนน หมายถึง มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ระดับปานกลาง
- น้อยกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 20 คือ 0-20 คะแนน หมายถึง มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ระดับต่ำ

กำหนดให้การวัดระดับภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ มิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เป็นผลที่ได้เรียนรู้จากโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสำหรับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยประเมินผลจากคะแนนรวมทั้ง 3 มิติ ซึ่งได้ปรับฐานคะแนนของแต่ละด้านให้เท่ากันด้วยอัตราส่วนร้อยละ โดยให้แต่ละมิติมีคะแนนเป็นมิติละ 100 คะแนน และนำมารวมกันทั้ง 3 มิติ เป็น 300 คะแนน และกำหนดเกณฑ์การวัดระดับภูมิคุ้มกันทางใจรวมแบบอิงเกณฑ์โดยประยุกต์ตามหลักการเรียนแบบรอบรู้ของ Bloom (1971) ดังนี้

- มากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 80 คือ 240-300 คะแนน หมายถึง มีภูมิคุ้มกันทางใจระดับสูง
- ร้อยละ 21-79 คือ 181-239 คะแนน หมายถึง มีภูมิคุ้มกันทางใจระดับปานกลาง
- น้อยกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 60 คือ 60-180 คะแนน หมายถึง มีภูมิคุ้มกันทางใจระดับต่ำ

การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยเสนอแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำต่อผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการศึกษานอกโรงเรียน 2 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเด็กและเยาวชนจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการปราบปรามยาเสพติด 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวัดและการประเมินผลการวิจัยจำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจ และหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย (IOC: Index of Item Objective Congruence)

ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย พบว่าผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่า IOC เท่ากับ 0.97 ซึ่งมากกว่า 0.50 ถือว่าผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่มีความเห็นที่สอดคล้องกัน แต่ผู้เชี่ยวชาญมีข้อเสนอแนะให้เพิ่มเติมประเด็นคำถามให้ชัดเจน ง่ายต่อผู้ตอบ และเสนอให้แก้ไขข้อความบางส่วน ทั้งนี้ผู้วิจัยได้แก้ไขและปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

ผู้วิจัยนำแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจที่แก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) เพื่อหาคุณภาพของแบบทดสอบความรู้กับเยาวชนอายุ 15-18 ปี ในเขตคลองเตย จำนวน 30 คน เมื่อวันที่ 20-21 กันยายน พ.ศ. 2556 ที่ชุมชนตลาดปิ่น ชุมชนริมคลองไผ่สิงโต และชุมชนหัวโค้ง จากนั้นผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยมีเกณฑ์ค่าความเชื่อมั่น 0.60 ขึ้นไป พบว่า แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.915 ค่าอำนาจจำแนกควรมีค่า 0.20 ขึ้นไป (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538) พบว่า แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.31-0.67 ซึ่งอยู่ในระดับที่ยอมรับได้ จึงถือว่าแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจมีค่าความเชื่อมั่นและค่าอำนาจจำแนกอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม สามารถนำไปใช้ได้จริงในการวัดภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง

3.3 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังสิ้นสุดการจัดกิจกรรมเพื่อทราบถึงคุณภาพของโปรแกรมที่ทดลองใช้ และผลที่เกิดกับกลุ่มเป้าหมายจากการนำโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อแบ่งเนื้อหาที่ใช้ในการประเมินออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ด้านกิจกรรมและวิทยากร	8	ข้อ
ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม(ปฏิบัติ)	6	ข้อ
ด้านการจัดการ	6	ข้อ

สำหรับข้อคำถามของแบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ซึ่งมีความหมายดังนี้

5	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงมากที่สุด
4	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงมาก
3	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงปานกลาง

2	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความพึงพอใจน้อย
1	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความพึงพอใจน้อยที่สุด
ค่ามัชฌิมเลขคณิตที่ได้จากข้อความแต่ละข้อ มีจุดศูนยัมเพียง 2 ตำแหน่งโดยมีความหมายดังนี้		
4.51 - 5.00	หมายถึง	มีความพึงพอใจมากที่สุด
3.51 - 4.50	หมายถึง	มีความพึงพอใจมาก
2.51 - 3.50	หมายถึง	มีความพึงพอใจปานกลาง
1.51 - 2.50	หมายถึง	มีความพึงพอใจน้อย
1.00 - 1.50	หมายถึง	มีความพึงพอใจน้อยที่สุด

ผู้วิจัยเสนอแบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนต่อผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียน 2 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเด็กและเยาวชนจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการปราบปรามยาเสพติด 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวัดและการประเมินผลการวิจัยจำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา และนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง ผลการตรวจสอบแบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่า IOC เท่ากับ 0.98 ซึ่งมากกว่า 0.50 แสดงให้เห็นว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันว่าเนื้อหาในแบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีประสิทธิภาพในการนำไปประเมินผลการดำเนินโปรแกรมได้จริง

ระยะที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

ประกอบด้วย ขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) ในขั้นตอนที่ 6 การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงานและขั้นตอนที่ 7 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรมโดยมีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 6 การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน

ผู้วิจัยทำการเลือกกิจกรรมที่จะดำเนินการเรียนรู้ โดยดำเนินกิจกรรมตามขั้นตอนที่สังเคราะห์ใหม่ 5 ขั้นตอนจากการนำกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาบูรณาการร่วมกัน โดยเน้นให้กลุ่มผู้เรียนสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้อง เกิดองค์ความรู้ใหม่จากการเข้าร่วมกิจกรรม นอกจากนี้ยังสามารถเปลี่ยนแปลงเจตคติและความเชื่อเดิมได้อย่างยั่งยืนและถาวร ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาปัญหาและอุปสรรคในขณะดำเนินกิจกรรมร่วมด้วยจึงมีการปรับแผนการดำเนินกิจกรรมตามความเหมาะสมดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ช่วงอายุระหว่าง 15-18 ปี ที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดในเขตคลองเตย รวมทั้งสิ้นจำนวน 218 คน (สำนักป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2555)

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ เยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เคยมีประวัติในการเสพยาเสพติดและเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ช่วงอายุระหว่าง 15-18 ปี ที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดในเขตคลองเตย จำนวน 60 คน โดยผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งกำหนดตามเกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion Criteria) ดังต่อไปนี้

- เป็นเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี เนื่องจากผลสำรวจของศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติด (2556) พบว่า กลุ่มเยาวชนที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติดมากที่สุด คือ เยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี ที่อาศัยอยู่ในภาวะวิกฤตและเคยมีประวัติในการเข้าไปติดยาเสพติดแล้วและยังคงมีความเสี่ยงสูงในการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำอีก

- อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดในชุมชนคลองเตย เนื่องจากชุมชนแออัดคลองเตยเป็นพื้นที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติดมากที่สุด (กองป้องกันและบำบัดยาเสพติด, 2555)

- เคยมีประวัติในการเข้าไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติด เนื่องจากบุคคลที่เคยเสพยาเสพติดจะมีโอกาสสูงในการกลับไปเสพยาซ้ำอีกครั้งภายใน 1 เดือน (กองประสานการปฏิบัติการบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติด, 2555)

ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในชุมชนเดียวกันจำนวน 60 คน โดยจัดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน เพื่อให้ทั้ง 2 กลุ่มมีความเหมือนหรือคล้ายคลึงกันมากที่สุด (Homogeneity) โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความยินดีที่จะเข้าร่วมการดำเนินการวิจัย ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ควบคุมความแปรปรวนโดยยึดหลักการ MAX-MIN-CON Principle ของ Campbell & Stanley (1969) โดยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจและแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจก่อนการทดลอง

2. เรียงคะแนนจากมากที่สุดไปน้อยที่สุดตามลำดับโดยยึดคะแนนจากแบบทดสอบความรู้เป็นหลัก เนื่องจากเมื่อมีการพิจารณารายหน่วย พบว่า เกิดการสับเปลี่ยนระหว่างคะแนนจากแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจและแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจทำให้ไม่มีความเป็นเอกพันธ์ (Homogeneity) จึงมีการใช้คะแนนจากแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจเพียงแบบทดสอบเดียวในการแบ่งกลุ่มทั้ง 2 กลุ่ม

3. ผู้วิจัยทำการจับคู่เหมือน (Matching) คะแนนที่เท่าเทียมกันเพื่อให้เกิดความคล้ายคลึงกันระหว่าง 2 กลุ่ม จากนั้นจึงหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนในแต่ละกลุ่ม ซึ่งทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองได้คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 11 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.59

4. ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโปรแกรมการศึกษาอบรมระบบโรงเรียนกับกลุ่มทดลอง 30 คน โดยปล่อยกลุ่มควบคุมไปตามธรรมชาติให้ดำเนินวิถีชีวิตในชุมชนอย่างปกติโดยไม่ได้รับการเข้าร่วมโปรแกรมดังกล่าวเพื่อประโยชน์ในการเปรียบเทียบ ซึ่งการที่กลุ่มควบคุมเป็นกลุ่มที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ (treatment) เนื่องจากต้องการให้ความแตกต่างที่เกิดขึ้นจากการวิจัยในครั้งนี้

เกิดจากความต่างจากสิ่งทดลองที่ผู้วิจัยจัดกระทำขึ้นเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อให้การสรุปผลจากผลลัพธ์การทดลอง (result) มีความตรงภายใน (internal validity) คือการที่สามารถสรุปได้ว่า ผลการทดลองที่เกิดขึ้นหรือการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรตามนั้น เป็นผลมาจากสิ่งทดลอง (treatment) หรือตัวแปรอิสระที่ใส่เข้าไปในการทดลองเท่านั้น

การออกแบบการทดลอง

ผู้วิจัยใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) รูปแบบการทดลองประกอบด้วยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีการวัดผลก่อนและหลังการทดลองของทั้ง 2 กลุ่ม (Control Group, Pretest-Posttest Design) ซึ่งการวัดผลก่อนการทดลองจะเป็นการตรวจสอบความเท่าเทียมกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Campbell & Stanley, 1969) ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 รูปแบบการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลองที่ประกอบด้วยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดผลก่อนและหลังการทดลอง และติดตามผลพฤติกรรมหลังการทดลอง

กลุ่ม	รูปแบบการทดลอง		
E-group	O1	X	O2 ... F
C-group	O1		O2 ... F

โดยที่	E-group	หมายถึง	กลุ่มทดลอง
	C-group	หมายถึง	กลุ่มควบคุม
	X	หมายถึง	การจัดกระทำตามโปรแกรมการทดลอง
	O1	หมายถึง	การประเมินผลก่อนการทดลอง
	O2	หมายถึง	การประเมินผลหลังการทดลอง
	F	หมายถึง	การติดตามผลพฤติกรรมหลังการทดลอง

ดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์จากคณะครุศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และแนบโครงร่างวิจัยฉบับย่อไปยังผู้นำชุมชนคลองเตยในการขอสัมภาษณ์ เก็บข้อมูลและทดลองนำโปรแกรมการศึกษาของระบบโรงเรียนที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นตามแผนการจัดการเรียนรู้ดังนี้

1. วัตถุประสงค์ เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

2. เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ประกอบด้วย 1) การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ: มีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือ

กระตุ้นความสนใจ 2) การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ: มีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ และ 3) การมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ: การมีความสามารถในการระบุงสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

3. กิจกรรมการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้สังเคราะห์และบูรณาการแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) จึงได้ขั้นตอนการสังเคราะห์ใหม่ 5 ขั้นตอนนำมาใช้ในการสร้างแผนการเรียนรู้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์ โดยให้ผู้เรียนพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองที่ถือได้ว่าเป็นภาวะวิกฤตของชีวิต และวิเคราะห์ตนเองในพฤติกรรมด้านลบ

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนพูดคุยถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีตร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต โดยเปิดโอกาสให้กลุ่มผู้เรียนได้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมที่คล้ายคลึงกัน เพื่อเปิดมุมมอง และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาที่หลากหลาย รวมถึงร่วมกันค้นหาทางเลือก และบทบาทใหม่ที่จะทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางในการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา โดยผู้วิจัยชี้แจงสาระการเรียนรู้แก่ผู้เรียนเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจในรูปแบบของการบรรยาย และเปิดให้ซักถามข้อสงสัย เพื่อเป็นการวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง โดยผู้เรียนจะได้รับความรู้และมีทางเลือกในการแก้ปัญหาหรือวิธีเสี่ยงในการเผชิญกับความเสี่ยงต่อการติดยาเสพติด

ขั้นตอนที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด และค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา โดยผู้วิจัยให้ผู้เรียนเลือกปัญหาในชีวิตของตนเองรวมถึงระบุแนวทางในการแก้ปัญหาโดยใช้องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจเป็นทักษะที่ช่วยในการหาทางออก

ขั้นตอนที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต โดยดำเนินกิจกรรมที่เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ในรูปแบบของการอภิปรายกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ การดูภาพยนตร์ การเล่นเกม พร้อมทั้งมอบหมายให้ผู้เรียนทำใบงาน ทั้งนี้ผู้วิจัยต้องสรุปความรู้ที่ได้ในแต่ละกิจกรรม และประเมินผลผู้เรียนเป็นระยะๆ

4. แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้

4.1 แหล่งความรู้ที่มีความสอดคล้องกับเนื้อหา ได้แก่ คุณสฤษฎีชัย เอี่ยมประเสริฐ นักวิจัยโครงการจัดกิจกรรมด้านเยาวชนและสังคม คุณศรีอาภา บุญเพชร นักจิตวิทยา คุณจิตรวรา จันทร์

ขอนแก่น นักสังคมสงเคราะห์ และแหล่งความรู้ในชุมชน ได้แก่ คุณสุนทร จำปาทอง และคุณวิไลวรรณ บิดิลและ คณะกรรมการชุมชนลือค 4-5-6

4.2 สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ เอกสารประกอบการบรรยาย ใบงาน วีซีดี ภาพยนตร์และมิวสิกวีดีโอ เครื่องเล่นวีซีดี และอุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรม

5. การประเมินผลการเรียนรู้

5.1 การประเมินผลก่อนการเรียนรู้ ได้แก่

5.1.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

5.1.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2 การประเมินผลหลังการเรียนรู้ ได้แก่

5.2.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

5.2.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2.3 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

6. ระยะเวลาในการเรียนรู้

โปรแกรมการจัดกิจกรรมใช้เวลารวม 102 ชั่วโมง แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อทำความเข้าใจปัญหาสำรวจตัวเอง เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา รวมถึงให้ความรู้ในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 5-6, 13, 20-21 ตุลาคม 2556 รวม 28 ชั่วโมง

ระยะที่ 2 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 26-27 ตุลาคม, 9-10, 16-17, 23 พฤศจิกายน 2556 รวม 50 ชั่วโมง

ระยะที่ 3 ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกผล ติดตามและสอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจวันที่ 30 พฤศจิกายน 2556, 7,14,21,28 ธันวาคม 2556, 4,11,19 มกราคม 2557 รวม 24 ชั่วโมง

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ตามตารางการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยดำเนินการ ดังนี้

ตารางที่ 6 จำนวนระยะเวลาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

กิจกรรมที่จัด	ชั่วโมงที่	วันที่จัดกิจกรรม	จำนวน ชั่วโมง
1. ผู้เรียนพบวิทยากรเพื่อสร้างความคุ้นเคย และแจ้งกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งการทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ และการวัดเจตคติของผู้เรียนด้วยแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจ การสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลก่อนเข้าร่วมกิจกรรม การทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรมของผู้เรียน	1-8	5 ตุลาคม 2556	8
2. หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์	9-13	6 ตุลาคม 2556	5
3. หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนวิถีในการดำเนินชีวิต	14-18	13 ตุลาคม 2556	5
4. หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่วางไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา	19-23	20 ตุลาคม 2556	5
5. หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา	24-28	21 ตุลาคม 2556	5

ตารางที่ 6 (ต่อ)

กิจกรรมที่จัด	ชั่วโมงที่	วันที่จัดกิจกรรม	จำนวน ชั่วโมง
6. หน่วยการเรียนรู้ 5 การดำเนินการทดลองและ บูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิตโดย ดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนา สมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จาก การเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิม ของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจาก การเข้าร่วมโปรแกรม	29-80	26 ตุลาคม 2556 ถึง 23 พฤศจิกายน 2556	52
- กิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการ ยับยั้งชั่งใจ	29-43	26-27 ตุลาคม 2556	15
- กิจกรรมการเสริมสร้างเชื่อมั่นใน ความสำเร็จ	44-57	9-10 พฤศจิกายน 2556	14
- กิจกรรมการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับ ความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ	58-73	16-17 พฤศจิกายน 2556	16
- กิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์	74-78	23 พฤศจิกายน 2556	5
7. ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรมเพื่อบันทึก ผล ติดตามและสอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง ไปจากการได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมถึงทำแบบประเมินผลการ จัดกิจกรรม	79-102	30 พฤศจิกายน 7,14,21,28 ธันวาคม 2556, 4,11,19 มกราคม 2557	24
รวม			102

ผู้วิจัยได้ทำการติดตามผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม (follow-up study) ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้ง 60 คน โดยในกลุ่มทดลองใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล ใช้วิธีการสังเกตการณ์ การพบปะพูดคุย และสัมภาษณ์ผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง ญาติพี่น้องของกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงการขอความช่วยเหลือจากคณะกรรมการชุมชนในการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างบางคนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงและติดตามวิถีชีวิตได้เป็นระยะเวลา 2 เดือน โดยผู้วิจัยกำหนดเฝ้าระวังช่วงเวลาที่ยาวนานจะกลับเข้าไปเสพซ้ำเร็วที่สุดเป็นตัวกำหนดความถี่ของช่วงระยะเวลาในการติดตามผล ซึ่งจากการสัมภาษณ์คุณวิไลวรรณ บิดิลและ คณะกรรมการชุมชนลือค 4-5-6 พบว่า ระยะเวลาที่ยาวนานจะกลับไปเสพซ้ำเร็วที่สุดคือ 1 สัปดาห์ และเยาวชนที่ได้รับการบำบัดร้อยละ 85 จะกลับไปเสพซ้ำภายในระยะเวลา 1 เดือน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมอบหมายให้ผู้เรียนมาพบปะพูดคุยถึงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ในระยะเวลา 2 เดือน ส่วนการติดตาม

พฤติกรรมของกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยใช้การเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคลหลังเสร็จสิ้นการดำเนินกิจกรรม โดยใช้วิธีการนัดหมายเพื่อพบปะพูดคุย และสัมภาษณ์กลุ่มควบคุมรวมถึงผู้ปกครองร่วมด้วย

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ประเมินความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ โดยการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ที่ได้จากการทดสอบด้วยแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจก่อนเข้าร่วมโปรแกรม (Pre-test) และหลังเข้าร่วมโปรแกรม (Post-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภูมิคุ้มกันทางใจก่อนการทดลองด้วยสถิติทดสอบ t (t-test independent or t-test for independent sample) โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows version 17 เพื่อพิจารณาความเท่าเทียมหรือความเหมือนกัน (Homogeneity) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3. วิเคราะห์และเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภูมิคุ้มกันทางใจระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองด้วยสถิติทดสอบ t (t-test dependent) โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows version 17

4. วิเคราะห์และเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภูมิคุ้มกันทางใจหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติทดสอบ t (t-test independent) โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows version 17

ขั้นตอนที่ 7 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม

เป็นการประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการเรียนรู้ โดยผู้วิจัยต้องมีการประเมินคุณภาพของโปรแกรมเพื่อดูประสิทธิภาพของโปรแกรมที่ใช้ศึกษาและดูผลที่เกิดจากการนำโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมโปรแกรม ผู้ช่วยนักวิจัยที่เข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้ทดลองใช้เพื่อนำผลที่ได้รับไปปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมให้เหมาะสมในการใช้ต่อไป โดยมีรายละเอียดดังนี้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมโปรแกรม และผู้ช่วยวิทยากรที่เข้าร่วมโปรแกรม โดยผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาไว้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยเทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ด้านภาพรวมของการดำเนินการเรียนรู้ที่จัดขึ้น ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ กลุ่มผู้เรียน ผู้ดำเนินการจัดกิจกรรม เนื้อหาสาระ กิจกรรมการเรียนรู้ แหล่งข้อมูลและสื่อการเรียนรู้ การวัดและประเมินผล สภาพแวดล้อม และเครื่องมือที่ใช้วัดและประเมินผล

ระยะที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนจากผลการทดลองใช้

ประกอบด้วย ขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) ในขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรม ดังนี้

ขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรม

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ผู้เรียน และผู้ช่วยวิทยากรที่เข้าร่วมโปรแกรมเกี่ยวกับปัจจัยส่งเสริมอุปสรรค ปัญหา และข้อเสนอแนะของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้ทดลองใช้เพื่อทราบถึงปัจจัยปัญหาที่เกี่ยวข้องและนำผลที่ได้ไปปรับปรุง แก้ไขโปรแกรมให้มีประสิทธิภาพและเหมาะสมต่อไป โดยมีรายละเอียดดังนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยพัฒนาแบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อทราบถึงปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นหลังสิ้นสุดการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยกำหนดประเด็น ดังนี้ ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้น ความเหมาะสมของแบบสอบถามที่ใช้ประกอบในการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นในประเด็นรูปแบบของแบบสอบถาม และภาษาที่ใช้ รวมถึงข้อเสนอแนะหรือประเด็นอื่นๆ ที่ควรพัฒนา ประกอบด้วยข้อความจำนวน 3 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพของแบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยเสนอแบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนต่อผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน 2 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเด็กและเยาวชนจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางการปราบปรามยาเสพติด 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางการวัดและการประเมินผลการวิจัยจำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา แล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง ผลการตรวจสอบแบบสัมภาษณ์ปัจจัยส่งเสริม และข้อจำกัดของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน พบว่าผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันระหว่างข้อความกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่า IOC เท่ากับ 0.60 ซึ่งมากกว่า 0.50 แสดงให้เห็นว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันว่าเนื้อหาในแบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีประสิทธิภาพในการนำไปประเมินผลการดำเนินโปรแกรมได้จริง แต่ผู้เชี่ยวชาญมีข้อเสนอแนะให้สัมภาษณ์ประเด็นหลักเน้นเรื่องปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมและให้ตัดประเด็นย่อยออกไป ซึ่งผู้วิจัยได้แก้ไขและปรับปรุงตามคำแนะนำดังกล่าวของผู้เชี่ยวชาญ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ผู้เรียน ผู้ช่วยวิทยากร และคณะกรรมการชุมชน โดยใช้แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาไว้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยเทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ด้านความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น ความเหมาะสมของแบบสอบถามที่ใช้ประกอบในการดำเนินโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น รวมถึงข้อเสนอแนะหรือประเด็นอื่นๆ

ระยะที่ 4 การนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

ผู้วิจัยทำการจัดการสนทนากลุ่มขึ้น (Focus Group Discussion) เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ โดยมีการร่วมกันเสนอแนะเชิงนโยบายทางการศึกษาจากการจัดโปรแกรมดังกล่าว ซึ่งประกอบด้วย นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดเขตคลองเตย และตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน เลขาธิการชุมชน ลีออค 4-5-6 เขตคลองเตย เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด เจ้าหน้าที่สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.) นักจิตวิทยา และนักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสัมภาษณ์การสนทนากลุ่มเกี่ยวกับมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ประกอบด้วยประเด็นคำถามจำนวน 5 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพของแบบสัมภาษณ์การสนทนากลุ่มเกี่ยวกับมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยเสนอแบบสัมภาษณ์การสนทนากลุ่มเกี่ยวกับมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำต่อผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียน 2 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเด็กและเยาวชนจำนวน 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการปราบปรามยาเสพติด 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวัดและการประเมินผลการวิจัยจำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา แล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง ผลการตรวจสอบแบบสัมภาษณ์การสนทนากลุ่มเกี่ยวกับมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยมีค่า IOC เท่ากับ 1.00 ซึ่งมากกว่า 0.50 แสดงให้เห็นว่า ผู้เชี่ยวชาญมี

ความเห็นสอดคล้องกันว่าเนื้อหาในแบบสัมภาษณ์การสนทนากลุ่มมีประสิทธิภาพในการนำไปใช้เป็นประเด็นในการสนทนาเพื่อหามาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำได้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการจัดการสนทนากลุ่มขึ้น ในวันที่ 30 พฤศจิกายน พ.ศ. 2556 โดยในการสนทนากลุ่ม ประกอบด้วย นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดเขตคลองเตยและตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน เลขานุการชุมชนลี้เอศ 4-5-6 เขตคลองเตย เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด เจ้าหน้าที่สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.) นักจิตวิทยา และนักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน โดยผู้วิจัยขอความร่วมมือในการจัดการสนทนากลุ่ม อภิปรายแลกเปลี่ยน และนำเสนอมาตรการทางสังคมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมโดยรวม เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาสรุปและทำเป็นข้อเสนอแนะเกี่ยวกับมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง จากนั้นผู้วิจัยนำร่างมาตรการทางสังคมที่ได้ไปให้กับคณะกรรมการชุมชน ผู้นำชุมชน ตัวแทนของเยาวชน และผู้ที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหาเสพติดในชุมชนร่วมกันพิจารณาความเป็นไปได้ รวมถึงปรับปรุงแก้ไข และให้ข้อเสนอเพิ่มเติม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยเทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากข้อมูลที่ได้ทำการสนทนากลุ่ม และร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน และมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งผลออกเป็น 4 ตอนตามข้อวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่กำหนดไว้ ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด

ตอนที่ 2 ผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดจากผลการทดลองใช้

ตอนที่ 4 ผลการพิจารณาคุณภาพของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนและข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

ตอนที่ 1 ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด

การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดในเบื้องต้นก่อนที่จะนำไปทดลองใช้วางอยู่บนพื้นฐานของข้อมูลที่สำคัญ 3 ประการ ได้แก่ ลักษณะภูมิหลัง ความต้องการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ระดับความต้องการและเนื้อหาสาระการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่าง โดยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าวในข้อที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด ซึ่งมีรายละเอียดตามตารางที่ 7 ตารางที่ 8 และ ตารางที่ 9 ตามลำดับ ทั้งนี้ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานดังกล่าว ผู้วิจัยได้นำไปใช้ประกอบการออกแบบโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนในเบื้องต้นตามกรอบแนวคิดและทฤษฎีทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ผู้วิจัยนำมาใช้เป็นหลักยึดและแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนในครั้งนี้ ดังรายละเอียดที่ปรากฏในข้อที่ 2 ผลการออกแบบโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด

รายละเอียดเกี่ยวกับผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด ปรากฏตามข้อที่ 1 และข้อที่ 2 ตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานด้านลักษณะภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานด้านลักษณะภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่างตามแบบสอบถามที่ได้รับจำนวน 141 คน รวม 141 ชุด จำแนกเป็นด้านต่างๆปรากฏรายละเอียดดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามลักษณะภูมิหลังด้านต่างๆ

ลักษณะภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
- ชาย	78	55.3
- หญิง	63	44.7
รวม	141	100.0
อายุ		
- 15 ปี	55	39.0
- 16 ปี	39	27.7
- 17 ปี	26	18.4
- 18 ปี	21	14.9
รวม	141	100.0
ระดับการศึกษาสูงสุด		
- ประถมศึกษา (ป.6)	13	9.3
- มัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3)	78	55.3
- มัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.6)	2	1.4
- อื่นๆ	48	34.0
รวม	141	100.0
ระยะเวลาที่อาศัยอยู่ในชุมชน		
- ไม่เกิน 3 ปี	27	19.1
- 4-8 ปี	12	8.5
- 9-13 ปี	21	14.9
- 14-18 ปี	81	57.5
รวม	141	100.0

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ลักษณะภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปัญหาชีวิตที่เคยเผชิญ		
- ปัญหาครอบครัว	11	7.8
- ปัญหาการเรียน	28	19.9
- ปัญหาการเงิน	56	39.8
- ปัญหาการงาน	3	2.2
- ปัญหาสุขภาพ	7	5.0
- ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน	12	8.5
- ปัญหาความรัก	24	17.0
รวม	141	100.0
บุคคลที่จะขอคำแนะนำเมื่อประสบปัญหาในชีวิต		
- พ่อ	13	9.2
- แม่	18	12.8
-ญาติ	7	5.0
- เพื่อน	72	51.0
- คนรัก	31	22.0
รวม	141	100.0
การเข้าร่วมโครงการ/กิจกรรมต่อต้านยาเสพติด		
- เคย	67	47.5
- ไม่เคย	74	52.5
รวม	141	100.0
ชนิดของยาเสพติดที่เคยทดลองเสพ		
- ไอซ์	46	32.7
- ยาบ้า	32	22.7
- กัญชา	17	12.0
- กระท่อม	8	5.7
- เฮโรอีน	13	9.2
- อื่นๆ	25	17.7
รวม	141	100.0

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ลักษณะภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระยะเวลาที่ติดยาเสพติด		
- ไม่ถึง 1 ปี	27	19.2
- 1 ปี	74	52.5
- 2 ปี	15	10.6
- 3 ปี	9	6.4
- 4 ปี	12	8.5
- 5 ปี	4	2.8
รวม	141	100.0

จากตารางที่ 7 ในจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 141 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย 78 คน คิดเป็นร้อยละ 55.3 ส่วนเพศหญิง 63 คน คิดเป็นร้อยละ 44.7 ส่วนใหญ่อายุ 15 ปีมีจำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 39.0 รองลงมาคือ อายุ 16 ปีจำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 27.7 อายุ 17 ปีจำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 18.4 และอายุ 18 ปีจำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 14.9 ตามลำดับ ส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3)จำนวน 78 คนคิดเป็นร้อยละ 55.3 รองลงมาคือ ระดับอื่นๆ จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 ระดับประถมศึกษา (ป.6) จำนวน 13 คนคิดเป็นร้อยละ 9.3 และระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.6) จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.4 ตามลำดับ ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในชุมชนเป็นเวลา 14-18 ปีจำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 57.5 รองลงมาคือ อาศัยไม่เกิน 3 ปีจำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 19.1 อาศัยอยู่ 9-13 ปีจำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 14.9 และอาศัยอยู่ 4-8 ปีจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 8.5 ตามลำดับ ปัญหาชีวิตที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เผชิญคือ ปัญหาการเงินจำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 39.8 รองลงมาคือ ปัญหาการเรียนจำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 19.9 ปัญหาความรักจำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 17.0 ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 8.5 ปัญหาครอบครัวจำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 7.8 ปัญหาสุขภาพจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 5.0 และปัญหาการงานจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 2.2 ตามลำดับ บุคคลที่กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่จะขอคำแนะนำเมื่อประสบปัญหาในชีวิตคือ เพื่อนจำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 51.0 รองลงมาคือ คนรักจำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 22.0 แม่จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 12.8 พ่อจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 9.2 และญาติจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 5.0 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยเข้าร่วมโครงการ/กิจกรรมต่อต้านยาเสพติดมีจำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 52.5 ขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่เคยเข้าร่วมโครงการ/กิจกรรมต่อต้านยาเสพติดมีจำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 47.5 ชนิดของยาเสพติดที่กลุ่มตัวอย่างเคยทดลองเสพส่วนใหญ่ได้แก่ ไอซ์จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 32.7 ยาบ้าจำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 22.7 รองลงมาคืออื่นๆ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 17.7 กัญชาจำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 12.0 เฮโรอีนจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 9.2 และกระท่อมจำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 5.7 ตามลำดับ ระยะเวลาที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ติดยาเสพติดอยู่ในช่วงระยะเวลา 1 ปีมีจำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 52.5 รองลงมาคือระยะไม่ถึง 1 ปีจำนวน

27 คน คิดเป็นร้อยละ 19.2 ระยะ 2 ปีจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 10.6 ระยะ 4 ปีจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 8.5 ระยะ 3 ปีจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 6.4 และระยะ 5 ปีจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.8 ตามลำดับ

สรุปได้ว่า ในภาพรวมด้านลักษณะภูมิหลังของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 55.3) อายุ 15 ปี (ร้อยละ 39.0) วุฒิการศึกษาสูงสุดระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3) (ร้อยละ 55.3) ระยะเวลาการอาศัยอยู่ในชุมชน 14-18 ปี (ร้อยละ 57.5) ปัญหาชีวิตที่ส่วนใหญ่เผชิญคือ ปัญหาการเงิน (ร้อยละ 39.8) บุคคลที่จะขอคำแนะนำเมื่อประสบปัญหาชีวิตส่วนใหญ่คือ เพื่อน (ร้อยละ 51) ส่วนใหญ่ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมต่อต้านยาเสพติด (ร้อยละ 52.5) ชนิดของยาเสพติดที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เคยทดลองใช้คือ ไอซ์ (ร้อยละ 32.7) และติดยาอยู่ในระยะ 1 ปี (ร้อยละ 52.5)

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานด้านความต้องการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความต้องการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำต่างๆ

ความต้องการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรม		
- ต้องการเข้าร่วมกิจกรรม	129	91.4
- ไม่ต้องการเข้าร่วมกิจกรรม	13	8.6
รวม	141	100.0
รูปแบบการจัดกิจกรรม		
- เกม	52	36.9
- การแสดงบทบาทสมมติ	33	23.4
- การอภิปราย/สนทนากลุ่ม	31	21.9
- การบรรยาย	25	17.8
รวม	141	100.0
สื่อส่งเสริมการเรียนรู้		
- ภาพยนตร์/เรื่องสั้น	48	34.0
- เกม	41	29.1
- เอกสาร/คู่มือการฝึกปฏิบัติ	28	19.8
- วิดีทัศน์	24	17.1
รวม	141	100.0

จากตารางที่ 8 พบว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความต้องการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ 129 คน คิดเป็นร้อยละ 91.4 ขณะที่เยาวชนที่ไม่สนใจที่จะเข้าร่วมการจัดโปรแกรมในครั้งนี้มีเพียง 13 คน คิดเป็นร้อยละ 8.6 โดยรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการส่วนใหญ่คือ การเล่นเกม 52 คน คิดเป็นร้อยละ 36.9 รองลงมาคือ การแสดงบทบาทสมมติ 33 คน คิดเป็นร้อยละ 23.4 การอภิปราย/สนทนากลุ่ม 31 คน คิดเป็นร้อยละ 21.9 และการบรรยาย 25 คน คิดเป็นร้อยละ 17.8 ตามลำดับ ส่วนสื่อส่งเสริมการเรียนรู้ส่วนใหญ่ต้องการภาพยนตร์/เรื่องสั้น 48 คน คิดเป็นร้อยละ 34 รองลงมาคือ เกม 41 คน คิดเป็นร้อยละ 29.1 เอกสาร/คู่มือการฝึกปฏิบัติ 28 คน คิดเป็นร้อยละ 19.8 และวีดิทัศน์ 24 คนคิดเป็นร้อยละ 17.1

สรุปได้ว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำในชุมชนคลองเตยส่วนใหญ่มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนร้อยละ 91.4 โดยต้องการรูปแบบกิจกรรมที่เน้นการมีส่วนร่วม ได้แก่ การเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมติ การอภิปราย/สนทนากลุ่ม และการบรรยายเป็นรูปแบบที่ต้องการน้อยที่สุด ซึ่งสื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่ต้องการ ได้แก่ ภาพยนตร์/เรื่องสั้น เกม เอกสาร/คู่มือการฝึกปฏิบัติ และวีดิทัศน์ตามลำดับ

1.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานด้านระดับความต้องการเนื้อหาสาระการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 9 ระดับความต้องการเนื้อหาสาระการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

เนื้อหาสาระที่ต้องการเรียนรู้	\bar{X}	S.D	ระดับความต้องการ
1. ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ			
1.1 ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด)	4.77	0.62	มากที่สุด
1.2 ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน (การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด)	4.65	0.66	มากที่สุด
1.3 ความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ (การควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆมีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้)	4.68	0.81	มากที่สุด
ภาพรวม	4.70	0.69	มากที่สุด

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เนื้อหาสาระที่ต้องการเรียนรู้	\bar{X}	S.D.	ระดับความต้องการ
2. ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ			
2.1 การมีความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้(การมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และตนเองสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้)	4.53	0.50	มากที่สุด
2.2 การมีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น)	4.62	0.58	มากที่สุด
2.3 การมีความหวังในชีวิต (การมีความเชื่อมั่น มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี)	4.60	0.71	มากที่สุด
ภาพรวม	4.58	0.60	มากที่สุด
3. ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ			
3.1 ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง)	4.71	0.59	มากที่สุด
3.2 ความสามารถในการแสวงหาโอกาสความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ (การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ท้าทาย และสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม)	4.68	0.67	มากที่สุด
3.3 การมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว (การเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม)	4.51	0.65	มากที่สุด
ภาพรวม	4.63	0.64	มากที่สุด
ภาพรวมทั้งหมด	4.64	0.65	มากที่สุด

จากตารางที่ 9 เมื่อพิจารณาในภาพรวมทั้งหมด พบว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความต้องการเนื้อหาสาระการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.64$, S.D.= 0.65) โดยเนื้อหาสาระการเรียนรู้ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ($\bar{X}=4.70$, S.D.= 0.69) รองลงมาคือ ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ($\bar{X}=4.63$, S.D.= 0.64) และด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ ($\bar{X}=4.58$, S.D.= 0.60) ตามลำดับ ทั้งนี้ทุกเนื้อหาสาระการเรียนรู้เยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความต้องการที่จะเรียนรู้ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.51-4.77$) และเมื่อพิจารณารายด้านปรากฏดังนี้คือ 1) ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ เยาวชนมีความต้องการเรียนรู้เรื่องความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.77$, S.D.=0.62) รองลงมาคือ ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน (การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.68$, S.D.=0.81) และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ (การควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆ มีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.65$, S.D.=0.66) ตามลำดับ 2) ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ เยาวชนมีความต้องการเรียนรู้เรื่องการมีความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ (การมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และตนเองสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.62$, S.D.=0.58) รองลงมาคือ การมีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.60$, S.D.=0.71) และการมีความหวังในชีวิต (การมีความเชื่อมั่น มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.53$, S.D.=0.50) ตามลำดับ และ 3) ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เยาวชนมีความต้องการเรียนรู้เรื่องความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.71$, S.D.=0.59) รองลงมาคือ ความสามารถในการแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ (การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ท้าทาย และสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.68$, S.D.=0.67) และการมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว (การเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.51$, S.D.=0.65) ตามลำดับ

สรุปได้ว่า จากผลการศึกษาระดับความต้องการเนื้อหาสาระการเรียนรู้ในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง พบว่า มีความต้องการในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ และทุกเนื้อหาสาระการเรียนรู้ในระดับมากที่สุด โดยมิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจมีความต้องการที่จะเรียนรู้ในระดับที่มากที่สุด ในหัวข้อเกี่ยวกับความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) รองลงมาคือ มิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ในหัวข้อเกี่ยวกับความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง) ส่วนมิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ มีความต้องการเรียนรู้

ในหัวข้อที่เกี่ยวกับการมีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น) ในระดับมากที่สุด

2. ผลการออกแบบโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยนำผลการศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดร่วมกับข้อมูลที่ผู้วิจัยได้รวบรวมศึกษามาจากแนวคิดและทฤษฎีทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนไปออกแบบโปรแกรมการจัดกิจกรรมในการเรียนรู้ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้น มีองค์ประกอบและรายละเอียดต่างๆ แต่ละองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้

1. วัตถุประสงค์
2. กลุ่มผู้เรียน
3. ผู้สอน
4. เนื้อหาสาระ
5. กิจกรรมการเรียนรู้
6. แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้
7. การประเมินผล
8. สภาพแวดล้อม

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้น มีรายละเอียดดังนี้

1. วัตถุประสงค์

เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

2. กลุ่มผู้เรียน

เด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนคลองเตย อายุ 15-18 ปีที่เคยมีประวัติในการเสพติด และมีโอกาสเสี่ยงในการกลับไปเสพติดซ้ำ

3. ผู้สอน

ผู้วิจัยและวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญและมีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ด้านการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ และผู้ที่มีเคยมีประสบการณ์ด้านยาเสพติด

4. เนื้อหาสาระ

เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ ประกอบด้วย

4.1 การเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

4.2 การเสริมสร้าง ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ การมีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

4.3 การเสริมสร้าง ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ การมีความสามารถในการระบุสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

5. กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นตอนของกิจกรรมการเรียนรู้เป็นการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีการดำเนินการดังนี้

ขั้นนำ กิจกรรมสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรม

ขั้นตอนที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนร่วมแลกเปลี่ยนและพูดคุยถึงประสบการณ์ในอดีตร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่วางไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์นี้ให้เข้ากับการดำเนินชีวิตโดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม

6. แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้

6.1 แหล่งความรู้ที่มีความสอดคล้องกับเนื้อหา ได้แก่ นักจิตวิทยาวัยรุ่น นักจิตวิทยาผู้ที่มีความเชี่ยวชาญในการถ่ายทอดประสบการณ์ด้านยาเสพติด นักจิตวิทยาที่มีความเชี่ยวชาญในการจัดกิจกรรมยาเสพติด

6.2 สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ ใบงานใบความรู้ภาพยนตร์/มิวสิควิดีโอเครื่องมือ และอุปกรณ์ในการปฏิบัติงาน

7. การประเมินผล

7.1 การประเมินผลก่อนการเรียนรู้ ได้แก่

7.1.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

7.1.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2 การประเมินผลหลังการเรียนรู้ ได้แก่

7.2.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

7.2.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2.3 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2.4 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยเงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

8. สภาพแวดล้อม

8.1 สถานที่ในการจัดกิจกรรม คือ ที่ทำการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย

8.2 สิ่งอำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรม ได้แก่ แสงสว่างที่เพียงพอ เก้าอี้ โต๊ะ โทรทัศน์ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการจัดกิจกรรม

กระบวนการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยได้พัฒนาขั้นตอนกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยนำแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาบูรณาการร่วมกันและสังเคราะห์ขั้นตอนที่ได้ออกมา 5 ขั้นตอน ได้แก่

1. การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต
2. การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่
3. การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา
4. การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็น
5. การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต

การดำเนินการตามขั้นตอนดังกล่าว ผู้วิจัยได้กำหนดเป็นแผนดำเนินการโดยมีรายละเอียดปรากฏดังตารางที่ 10

ตารางที่ 10 แผนดำเนินการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

กิจกรรมที่จัด	ชั่วโมงที่	วันที่จัดกิจกรรม
1. ผู้เรียนพบวิทยากรเพื่อสร้างความคุ้นเคย และแจ้งกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งการทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ และการวัดเจตคติของผู้เรียนด้วยแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจ การสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลก่อนเข้าร่วมกิจกรรม การทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรมของผู้เรียน	1-8	5 ตุลาคม 2556
2. หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเองและประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์	9-13	6 ตุลาคม 2556
3. หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนร่วมแลกเปลี่ยนและพูดคุยถึงประสบการณ์ในอดีตร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต	14-18	13 ตุลาคม 2556
4. หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา	19-23	20 ตุลาคม 2556
5. หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรมและเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา	24-28	21 ตุลาคม 2556
6. หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิตโดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม	29-80	26 ตุลาคม 2556 ถึง 23 พฤศจิกายน 2556
- กิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ	29-43	26-27 ตุลาคม 2556
- กิจกรรมการเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ	44-57	9-10 พฤศจิกายน 2556
- กิจกรรมการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ	58-73	16-17 พฤศจิกายน 2556
- กิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์	74-78	23 พฤศจิกายน 2556

ตารางที่ 10 (ต่อ)

กิจกรรมที่จัด	ชั่วโมงที่	วันที่จัดกิจกรรม
7. ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกผล ติดตามและ สอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการได้รับการเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมถึงทำแบบประเมินผลการ จัดกิจกรรม	79-102	30 พฤศจิกายน, 7,14,21,28 ธันวาคม 2556, 4,11,19 มกราคม 2557
รวม	102 ชั่วโมง	

การเสนอข้อมูลผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยจำแนกเป็น 2 ระยะคือ ระยะระหว่างดำเนินการทดลองและระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง ซึ่งเป็นการติดตามผล (Follow-up or Tracer Study) หลังจากสิ้นสุดการทดลองแล้ว และกลุ่มทดลองไปใช้ชีวิตอยู่ปกติ ตามชุมชน รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูล 2 ช่วงระยะดังกล่าวปรากฏดังต่อไปนี้

ตอนที่ 2 ผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1. ผลการทดลองใช้โปรแกรมระยะระหว่างดำเนินการทดลอง

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของ เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับ ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจากการใช้แบบทดสอบความรู้ เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ผู้วิจัย สร้างขึ้น ดังตารางที่ 11-15

ตารางที่ 11 แสดงคะแนนความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คนที่ (30 คน)	กลุ่มทดลอง (คะแนนเต็ม 30)		กลุ่มควบคุม (คะแนนเต็ม 30)	
	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง
	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง
1	9	16	8	7
2	9	15	10	9
3	12	14	11	10
4	10	13	9	11
5	13	15	12	12
6	13	18	14	13
7	13	20	13	15
8	12	15	11	16
9	17	18	15	15
10	13	18	16	11
11	13	19	15	15
12	15	17	4	5
13	5	15	3	6
14	13	16	14	13
15	13	21	13	11
16	14	14	9	12
17	12	14	11	12
18	5	12	10	10
19	5	22	11	11
20	11	18	13	12
21	4	21	12	13
22	12	15	10	9
23	11	16	9	10
24	14	20	8	9
25	13	17	10	11
26	10	13	5	4
27	11	17	14	12
28	14	18	10	9

ตารางที่ 11 (ต่อ)

คนที่ (30 คน)	กลุ่มทดลอง (คะแนนเต็ม 30)		กลุ่มควบคุม (คะแนนเต็ม 30)	
	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง
	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง
29	9	17	11	13
30	11	17	13	13

จากตารางที่ 11 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนของแบบทดสอบความรู้หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองทุกข้อ ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนของแบบทดสอบความรู้หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองในบางข้อ ทั้งนี้พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนของแบบทดสอบความรู้หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองมีความรู้เพิ่มขึ้นจากการเข้าร่วมการจัดกิจกรรมของผู้วิจัยในครั้งนี้โดยเฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ 54.73 ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนความรู้จากแบบทดสอบเพิ่มขึ้นจากก่อนดำเนินการทดลองโดยเฉลี่ยเพียงร้อยละ 0.08

ตารางที่ 12 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ t-test

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	11.13	3.18	-7.89**	.00
หลังการทดลอง	30	16.60	2.61		

** $p \leq 0.01$

จากตารางที่ 12 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในกลุ่มทดลองก่อน ($\bar{X}=11.13$, S.D.=3.18) และหลังการทดลอง ($\bar{X}=16.60$, S.D.=2.61) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง แสดงให้เห็นว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงในกลุ่มทดลองมีความรู้หลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 13 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มควบคุม	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	10.76	3.19	-49	.63
หลังการทดลอง	30	10.93	2.89		

จากตารางที่ 13 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในกลุ่มควบคุมก่อน ($\bar{X}=10.76$, S.D.=3.19) และหลังการทดลอง ($\bar{X}=10.93$, S.D.=2.89) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 14 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	11.13	3.18	.45	.66
กลุ่มควบคุม	30	10.76	3.19		

จากตารางที่ 14 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดก่อนการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=11.13$, S.D.=3.18) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=10.76$, S.D.=3.19) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 15 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	16.60	2.61	7.98**	.00
กลุ่มควบคุม	30	10.93	2.89		

**p≤0.01

จากตารางที่ 15 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=16.60$, S.D.=2.61) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=10.93$, S.D.=2.89) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงให้เห็นว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงในกลุ่มทดลอง

หลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีความรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุม

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจากการใช้แบบวัดเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ปรากฏดังตารางที่ 16-25

ตารางที่ 16 แสดงคะแนนของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คนที่ (30 คน)	กลุ่มทดลอง (คะแนนเต็ม 300)		กลุ่มควบคุม (คะแนนเต็ม 300)	
	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง
	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง
1	166	184	155	162
2	260	272	225	220
3	182	198	242	258
4	209	225	249	251
5	190	203	152	179
6	193	198	141	163
7	228	234	185	206
8	174	197	164	178
9	198	220	151	172
10	168	198	167	183
11	176	191	152	158
12	194	228	161	211
13	182	234	176	188
14	196	244	172	193
15	193	198	190	179
16	220	241	164	181
17	189	193	159	222

ตารางที่ 16 (ต่อ)

คนที่ (30 คน)	กลุ่มทดลอง (คะแนนเต็ม 30)		กลุ่มควบคุม (คะแนนเต็ม 30)	
	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง	คะแนนก่อน	คะแนนหลัง
	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง
18	164	201	186	217
19	178	184	201	215
20	224	227	157	188
21	201	232	182	174
22	183	197	168	183
23	191	203	177	199
24	186	198	173	195
25	188	227	187	214
26	163	228	211	212
27	189	214	193	197
28	222	241	172	198
29	154	197	188	186
30	151	193	154	197

จากตารางที่ 16 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองทุกข้อ ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองในบางข้อ ทั้งนี้พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มขึ้นจากการเข้าร่วมการจัดกิจกรรมของผู้วิจัยในครั้งนี้

ตารางที่ 17 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ t-test

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	190.40	7.53	11.39**	.00
หลังการทดลอง	30	213.33	9.43		

**p≤0.01

จากตารางที่ 17 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในกลุ่มทดลองก่อน ($\bar{X}=190.40$, S.D.=7.53) และหลังการทดลอง ($\bar{X}=213.33$, S.D.=9.43) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง แสดงให้เห็นว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงในกลุ่มทดลองมีภูมิคุ้มกันทางใจหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 18 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มควบคุม	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	178.47	9.78	0.21	.82
หลังการทดลอง	30	195.97	9.51		

จากตารางที่ 18 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในกลุ่มควบคุมก่อน ($\bar{X}=178.47$, S.D.=9.78) และหลังการทดลอง ($\bar{X}=195.97$, S.D.=9.51) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 19 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	190.40	7.53	3.75	.68
กลุ่มควบคุม	30	178.47	9.78		

จากตารางที่ 19 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดก่อนการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=190.40$, S.D.=7.53) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=178.47$, S.D.=9.78) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่าก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 20 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	213.33	9.43	4.23**	.00
กลุ่มควบคุม	30	195.97	9.51		

** $p \leq 0.01$

จากตารางที่ 20 พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=213.33$, S.D.=9.43) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=195.97$, S.D.=9.51) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงให้เห็นว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงในกลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีภูมิคุ้มกันทางใจสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 21 แสดงคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

ข้อความถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
<u>ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</u>				
1. เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันกังวล ว่าวุ่นใจ	3.67	.99	4.07	.83
2. ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอเรื่องแย่ๆ	3.20	1.11	4.07	.79
3. ฉันไม่จดจำเรื่องเลวร้ายในอดีตที่ผ่านมา	2.97	1.25	3.43	.97
4. เมื่อฉันทำเรื่องผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาเสมอ	3.33	.96	3.70	.79
5. เมื่อมีปัญหาหนักใจ ฉันสามารถปรับอารมณ์และความรู้สึกของฉันได้	3.37	1.16	3.60	.81
6. ฉันรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน เวลาโกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ	3.13	1.33	3.57	.97
7. เมื่อฉันถูกขัดใจ ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้	3.63	.85	3.97	.72
8. ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย	3.63	1.03	3.70	.96
9. เมื่อทำผิด ฉันไม่ลังเลที่จะกล่าวคำขอโทษผู้อื่น	3.20	1.10	3.53	.99
10. บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไขว่เขวและเบี่ยงเบนความสนใจของฉัน	3.80	.96	3.87	.92
11. ฉันรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันไม่คุ้นเคย	3.60	1.35	3.70	1.12

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ข้อความคำถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
12. ฉันรู้สึกที่ตัวเองอ่อนแอและด้อยกว่าผู้อื่น	3.23	1.20	3.60	1.00
13. เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนาน และผ่อนคลายได้	3.13	1.17	3.53	.94
14. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน	3.53	.90	3.80	.97
15. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันสามารถหาทางออกที่ดีที่สุดให้กับตัวเองได้	3.53	.96	3.40	1.01
16. ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ	2.93	1.23	3.27	1.02
17. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กน้อยที่เกิดขึ้นเสมอ	3.03	1.19	3.23	.97
18. ฉันสามารถยิ้มให้กับทุกคน แม้รู้ว่าคนๆ นั้นเกลียดฉัน	3.17	1.18	3.53	1.04
19. ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้ แม้ว่าฉันเพิ่งทะเลาะกับคนในครอบครัวของฉัน	2.93	1.36	3.40	1.00
20. ฉันสามารถหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์ได้ โดยไม่ทำความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น	3.20	1.34	3.50	1.07
ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ				
21. ประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้	3.13	.98	3.57	1.07
22. ฉันมีกำลังใจในการใช้ชีวิตเสมอแม้จะต้องเจอกับปัญหาใดๆก็ตาม	3.10	.87	3.57	1.16
23. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า	3.53	1.20	3.57	1.01
24. เมื่อเจอวิกฤต ฉันรู้สึกที่ตัวเองไร้ความสามารถ	3.03	1.26	3.50	.94
25. เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น	3.47	1.21	3.73	1.04
26. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน	3.53	1.36	3.77	1.02
27. ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับ ถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด	3.33	.61	3.73	.97
28. ฉันยอมรับได้ ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่จะไม่พอใจในการกระทำของฉัน	3.20	.81	3.67	.93
29. เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ	3.30	1.03	3.63	1.00
30. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้	3.17	.86	3.50	.97

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ข้อความถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
30. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้	3.17	.86	3.50	.97
31. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำหน้าที่ของฉันให้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด	3.13	1.09	3.47	1.22
32. ฉันไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อฉันต้องทำงานที่ต้องเผชิญกับความยากลำบาก	2.67	1.13	3.57	1.25
33. แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันก็มีความหวังเสมอว่าจะต้องดีขึ้น	3.03	.68	3.53	1.41
34. ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด	3.33	1.05	3.93	1.28
35. ฉันเป็นคนมองโลกในแง่ดีเสมอ	3.03	.72	3.67	1.03
36. ฉันไม่หมดกำลังใจและไม่ย่อท้อ แม้จะต้องเจอเรื่องที่ยากลำบากในชีวิต	3.00	1.20	3.40	1.13
37. ฉันเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่มีสิ่งใดที่ฉันทำไม่ได้	2.67	.77	3.20	1.05
38. เมื่อฉันพ่ายแพ้ ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ	2.60	1.00	3.13	1.22
39. แม้ฉันต้องเจอกับความล้มเหลว ฉันก็มีความมุ่งมั่นและกำลังใจที่ดีที่จะลุกขึ้นสู้ต่อไป	2.77	.78	3.20	1.27
40. ฉันสามารถสร้างกำลังใจและความหวังในชีวิตให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดาย	2.97	.85	3.43	.98
<u>ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</u>				
41. ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ	3.50	1.07	3.77	1.02
42. ฉันอยากหนีไปให้พ้น หากเจอปัญหาที่ต้องรับผิดชอบ	3.20	1.17	3.73	.75
43. การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ทำให้ฉันเรียนรู้ได้มากขึ้น	3.27	1.16	3.80	.87
44. เมื่อมีการแสดงความคิดเห็น ฉันมีวิธีการหาเหตุผลให้ทุกคนยอมรับหรือเห็นด้วยกันฉัน	3.00	1.13	3.50	1.11
45. ฉันมีการเตรียมทางออกไว้หลายๆทาง ถ้าปัญหาที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิดไว้	2.97	1.13	3.77	.82
46. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะหาโอกาสใหม่ๆเพื่อเป็นประสบการณ์ในชีวิต	3.27	1.43	3.63	1.13
47. ฉันพยายามแสวงหาความท้าทายในชีวิตเสมอ	3.20	.98	3.87	.69
48. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ	3.30	1.03	3.47	.97
49. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก	3.60	1.06	4.07	.88

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ข้อความถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
50. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน	3.37	1.16	3.70	1.07
51. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ	2.87	1.06	3.67	1.16
52. ฉันไม่ยืดหยุ่นมากพอในการปรับตัวเมื่อเริ่มรู้จักกับคนอื่น	3.03	1.40	3.83	1.41
53. ฉันทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย	3.23	1.10	3.80	.79
54. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ	3.27	1.10	3.53	.94
55. ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้	2.87	1.38	3.20	.92
56. ฉันมีพลังที่จะต่อสู้กับปัญหาเสมอ	2.53	1.18	3.20	1.07
57. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน	2.60	1.16	3.40	1.14
58. ฉันไม่เคยคิดจะยอมแพ้หรือท้อถอยต่ออุปสรรคใดๆที่เข้ามาในชีวิต	2.97	1.13	3.40	1.23
59. เมื่อพบเจออุปสรรค ฉันพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้	2.67	1.04	3.17	1.37
60. ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่หรือสังคมใหม่ได้โดยไม่ตะขิดตะขวงใจ	2.70	1.01	3.27	1.35

จากตารางที่ 21 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมในทุกประเด็น หรือมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นทุกมิติ โดยมีมิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดในประเด็นที่ว่า “เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันกังวล ว้าวุ่นใจ” ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.83) และ “ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอเรื่องแย่ๆ” ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.79) มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดในประเด็นที่ว่า “ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด” ($\bar{X}=3.93$, S.D.=1.28) และมีมิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดในประเด็นที่ว่า “แม้จะเป็นเรื่องยาก ฉันก็มั่นใจว่าฉันสามารถทำได้” ($\bar{X}=3.87$, S.D.=0.69)

ตารางที่ 22 แสดงคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม

ข้อความถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
<u>ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</u>				
1. เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันกังวล ว่าวุ่นใจ	3.27	.70	3.57	1.00
2. ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอเรื่องแย่ๆ	2.83	1.15	3.03	.91
3. ฉันไม่จดจำเรื่องเลวร้ายในอดีตที่ผ่านมา	2.87	1.01	3.13	.63
4. เมื่อฉันทำเรื่องผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาเสมอ	3.17	.88	3.17	1.13
5. เมื่อมีปัญหาหนักใจ ฉันสามารถปรับอารมณ์และความรู้สึกของฉันได้	3.07	1.11	3.10	.97
6. ฉันรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน เวลาโกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ	2.63	1.12	3.17	1.21
7. เมื่อฉันถูกขัดใจ ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้	3.67	.92	3.70	.94
8. ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย	3.73	1.08	3.43	.97
9. เมื่อทำผิด ฉันไม่ลังเลที่จะกล่าวคำขอโทษผู้อื่น	2.97	1.03	3.43	1.06
10. บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไขว่เขวและเบี่ยงเบนความสนใจของฉัน	3.70	.88	3.57	.94
11. ฉันรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันไม่คุ้นเคย	3.10	1.30	3.53	1.11
12. ฉันรู้สึกว่าตัวเองอ่อนแอและด้อยกว่าผู้อื่น	2.90	.99	3.17	1.15
13. เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนาน และผ่อนคลายได้	3.13	.86	3.17	1.01
14. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน	3.17	1.07	3.37	1.10
15. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันสามารถหาทางออกที่ดีให้กับตัวเองได้	3.50	.90	3.13	1.25
16. ฉันไม่สามารถทำใจให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่ง ที่ฉันต้องการ	2.83	1.18	2.87	1.00
17. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆน้อยๆที่เกิดขึ้นเสมอ	2.77	1.22	2.97	1.24
18. ฉันสามารถยิ้มให้กับทุกคน แม้รู้ว่าคนๆนั้นเกลียดฉัน	2.87	1.07	3.07	1.11

ตารางที่ 22 (ต่อ)

ข้อความคำถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
19. ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้ แม้ว่าฉันเพิ่งทะเลาะกับคนในครอบครัวของฉัน	2.80	1.13	3.33	1.06
20. ฉันสามารถหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์ได้ โดยไม่ทำความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น	3.13	1.27	3.27	1.07
<u>ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</u>				
21. ประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้	3.00	.74	3.10	.83
22. ฉันมีกำลังใจในการใช้ชีวิตเสมอแม้จะต้องเจอกับปัญหาใดๆ ก็ตาม	2.87	.77	3.00	.97
23. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า	2.93	.81	3.03	.81
24. เมื่อเจอวิกฤต ฉันรู้สึกว่าคุณเองไร้ความสามารถ	2.87	.90	3.20	1.03
25. เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น	2.90	.99	3.00	1.20
26. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน	2.73	1.31	3.10	.94
27. ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับ ถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด	3.13	.91	3.43	.86
28. ฉันยอมรับได้ ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่จะไม่พอใจใน การกระทำของฉัน	3.10	1.05	3.30	1.15
29. เมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ	2.60	.62	2.97	.94
30. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้	3.40	.89	3.50	.89
31. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำหน้าที่ของฉันให้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด	3.23	1.22	3.30	1.08
32. ฉันไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อฉันต้องทำงานที่ต้องเผชิญกับความยากลำบาก	2.70	1.17	2.87	.92
33. แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันก็มีความหวังเสมอว่าจะต้องดีขึ้น	3.27	.94	3.20	1.08
34. ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด	3.43	.89	3.23	.82
35. ฉันเป็นคนมองโลกในแง่ดีเสมอ	3.40	1.00	3.30	.99
36. ฉันไม่หมดกำลังใจและไม่ย่อท้อ แม้จะต้องเจอเรื่องที่ยากลำบากในชีวิต	2.43	.68	2.67	1.19

ตารางที่ 22 (ต่อ)

ข้อความถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
37. ฉันเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่มีสิ่งใดที่ฉันทำไม่ได้	2.70	1.09	3.30	1.06
38. เมื่อฉันพ่ายแพ้ ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ	2.67	.88	2.87	.97
39. แม้ฉันต้องเจอกับความล้มเหลว ฉันก็มีความมุ่งมั่นและกำลังใจที่ดีที่จะลุกขึ้นสู้ต่อไป	2.77	.82	2.87	.99
40. ฉันสามารถสร้างกำลังใจและความหวังในชีวิตให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดาย	2.63	.99	3.03	.98
<u>ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</u>				
41. ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ	3.10	.62	3.03	1.22
42. ฉันอยากหนีไปให้พ้น หากเจอปัญหาที่ต้องรับผิดชอบ	3.00	.81	3.13	1.02
43. การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ทำให้ฉันเรียนรู้ได้มากขึ้น	2.93	.89	3.10	1.26
44. เมื่อมีการแสดงความคิดเห็น ฉันมีวิธีการหาเหตุผลให้ทุกคนยอมรับหรือเห็นด้วยกันฉัน	2.97	1.07	3.13	1.15
45. ฉันมีการเตรียมทางออกไว้หลายๆทาง ถ้าปัญหาที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิดไว้	2.80	1.03	3.00	1.10
46. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะหาโอกาสใหม่ๆเพื่อเป็นประสบการณ์ในชีวิต	2.77	1.19	3.03	1.30
47. ฉันพยายามแสวงหาความท้าทายในชีวิตเสมอ	3.27	.82	3.57	1.24
48. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ	3.10	1.00	3.13	1.11
49. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก	3.00	.89	3.07	1.07
50. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน	3.17	.95	3.00	1.19
51. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ	3.00	1.05	3.33	1.19
52. ฉันไม่ยืดหยุ่นมากพอในการปรับตัวเมื่อเริ่มรู้จักกับคนอื่น	2.90	1.03	3.07	1.20
53. ฉันทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย	3.03	.71	3.17	1.30
54. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ	3.20	.94	3.40	1.28
55. ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้	3.27	.81	3.23	1.28
56. ฉันมีพลังที่จะต่อสู้กับปัญหาเสมอ	2.50	.68	2.90	1.14
57. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน	3.00	1.25	3.00	1.46

ตารางที่ 22 (ต่อ)

ข้อความคำถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
58. ฉันไม่เคยคิดจะยอมแพ้หรือท้อถอยต่ออุปสรรคใดๆที่เข้ามาในชีวิต	2.67	.99	2.97	1.27
59. เมื่อพบเจออุปสรรค ฉันพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้	2.77	.82	2.87	.99
60. ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่หรือสังคมใหม่ได้โดยไม่ตะขิดตะขวงใจ	2.70	1.04	2.90	1.20

จากตารางที่ 22 พบว่า กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ข้อที่คะแนนเฉลี่ยเท่าเดิมหรือไม่มีการเปลี่ยนแปลงคือ ประเด็นที่ว่า “เมื่อฉันทำเรื่องผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาเสมอ” ($\bar{X}=3.17$, S.D.=1.13) และ “ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน” ($\bar{X}=3.00$, S.D.=1.46) ข้อที่คะแนนเฉลี่ยน้อยลงได้แก่ ประเด็นที่ว่า “ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย” ($\bar{X}=3.43$, S.D.=0.97) “บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไม่มีความสุข” ($\bar{X}=3.57$, S.D.=0.94) “เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันสามารถหาทางออกที่ดีให้กับตัวเองได้” ($\bar{X}=3.13$, S.D.=1.25) “ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด” ($\bar{X}=3.23$, S.D.=0.82) “ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่” ($\bar{X}=3.30$, S.D.=0.99) “ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ” ($\bar{X}=3.03$, S.D.=1.22) “ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน” ($\bar{X}=3.00$, S.D.=1.19) และ “ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้” ($\bar{X}=3.23$, S.D.=1.28)

ตารางที่ 23 แสดงคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ข้อความคำถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
<u>ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</u>				
1. เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันกังวล ว่าวุ่นใจ	4.07	.83	3.57	1.00
2. ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอเรื่องแย่ๆ	4.07	.79	3.03	.91
3. ฉันไม่จดจำเรื่องราวร้ายในอดีตที่ผ่านมา	3.43	.97	3.13	.63
4. เมื่อฉันทำเรื่องผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาเสมอ	3.70	.79	3.17	1.13

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ข้อความถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
5. เมื่อมีปัญหาหนักใจ ฉันสามารถปรับอารมณ์และความรู้สึกของฉันได้	3.60	.81	3.10	.97
6. ฉันรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน เวลาโกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ	3.57	.83	3.17	1.21
7. เมื่อฉันถูกขัดใจ ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้	3.97	.79	3.70	.94
8. ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย	3.70	.97	3.43	.97
9. เมื่อทำผิด ฉันไม่ลังเลที่จะกล่าวโทษผู้อื่น	3.53	.79	3.43	1.06
10. บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไขว่เขวและเบี่ยงเบนความสนใจของฉัน	3.87	.81	3.57	.94
11. ฉันรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันไม่คุ้นเคย	3.60	.83	3.53	1.11
12. ฉันรู้สึกว่าตัวเองอ่อนแอและด้อยกว่าผู้อื่น	3.60	.79	3.17	1.15
13. เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนาน และผ่อนคลายได้	3.53	.97	3.17	1.01
14. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน	3.80	.79	3.37	1.10
15. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันสามารถหาทางออกที่ดีให้กับตัวเองได้	3.40	.81	3.13	1.25
16. ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ	3.27	.83	2.87	1.00
17. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ	3.23	.79	2.97	1.24
18. ฉันสามารถยิ้มให้กับทุกคน แม้รู้ว่าคนๆ นั้นเกลียดฉัน	3.53	.97	3.07	1.11
19. ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้ แม้ว่าฉันเพิ่งทะเลาะกับคนในครอบครัวของฉัน	3.40	.79	3.33	1.06
20. ฉันสามารถหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์ได้ โดยไม่ทำความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น	3.50	.81	3.27	1.07

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ข้อความคำถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
<u>ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</u>				
21. ประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้	3.57	.83	3.10	.83
22. ฉันมีกำลังใจในการใช้ชีวิตเสมอแม้จะต้องเจอกับปัญหาใดๆก็ตาม	3.57	.79	3.00	.97
23. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า	3.57	.97	3.03	.81
24. เมื่อเจอวิกฤต ฉันรู้สึกว่าคุณเองไร้ความสามารถ	3.50	.79	3.20	1.03
25. เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น	3.73	.81	3.00	1.20
26. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน	3.77	1.02	3.10	.94
27. ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับ ถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด	3.73	.97	3.43	.86
28. ฉันยอมรับได้ ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่จะไม่พอใจในการกระทำของฉัน	3.67	.93	3.30	1.15
29. เมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ	3.63	1.00	2.97	.94
30. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้	3.50	.97	3.50	.89
31. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำหน้าที่ของฉันให้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด	3.47	1.22	3.30	1.08
32. ฉันไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อฉันต้องทำงานที่ต้องเผชิญกับความยากลำบาก	3.57	1.25	2.87	.92
33. แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันก็มีความหวังเสมอว่าจะต้องดีขึ้น	3.53	1.41	3.20	1.08
34. ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด	3.93	1.28	3.23	.82
35. ฉันเป็นคนมองโลกในแง่ดีเสมอ	3.67	1.03	3.30	.99
36. ฉันไม่หมดกำลังใจและไม่ย่อท้อ แม้จะต้องเจอเรื่องที่ยากลำบากในชีวิต	3.40	1.13	2.67	1.19
37. ฉันเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่มีสิ่งใดที่ฉันทำไม่ได้	3.20	1.05	3.30	1.06
38. เมื่อฉันพ่ายแพ้ ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ	3.13	1.22	2.87	.97
39. แม้ฉันต้องเจอกับความล้มเหลว ฉันก็มีความมุ่งมั่นและกำลังใจที่ดีที่จะลุกขึ้นสู้ต่อไป	3.20	1.27	2.87	.99

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ข้อความคำถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
40. ฉันสามารถสร้างกำลังใจและความหวังในชีวิตให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดายตายง่ายตาย	3.43	.98	3.03	.98
<u>ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</u>				
41. ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ	3.77	1.02	3.03	1.22
42. ฉันอยากหนีไปให้พ้น หากเจอปัญหาที่ต้องรับผิดชอบ	3.73	.75	3.13	1.02
43. การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ทำให้ฉันเรียนรู้ได้มากขึ้น	3.80	.87	3.10	1.26
44. เมื่อมีการแสดงความคิดเห็น ฉันมีวิธีการหาเหตุผลให้ทุกคนยอมรับหรือเห็นด้วยกันฉัน	3.50	1.11	3.13	1.15
45. ฉันมีการเตรียมทางออกไว้หลายๆทาง ถ้าปัญหาที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิดไว้	3.77	.82	3.00	1.10
46. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะหาโอกาสใหม่ๆเพื่อเป็นประสบการณ์ในชีวิต	3.63	1.13	3.03	1.30
47. ฉันพยายามแสวงหาความท้าทายในชีวิตเสมอ	3.87	.69	3.57	1.24
48. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ	3.47	.97	3.13	1.11
49. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก	4.07	.88	3.07	1.07
50. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน	3.70	1.07	3.00	1.19
51. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ	3.67	1.16	3.33	1.19
52. ฉันไม่ยืดหยุ่นมากพอในการปรับตัวเมื่อเริ่มรู้จักกับคนอื่น	3.83	1.41	3.07	1.20
53. ฉันทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย	3.80	.79	3.17	1.30
54. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ	3.53	.94	3.40	1.28
55. ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้	3.20	.92	3.23	1.28
56. ฉันมีพลังที่จะต่อสู้กับปัญหาเสมอ	3.20	1.07	2.90	1.14
57. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน	3.40	1.14	3.00	1.46
58. ฉันไม่เคยคิดจะยอมแพ้หรือท้อถอยต่ออุปสรรคใดๆที่เข้ามาในชีวิต	3.40	1.23	2.97	1.27
59. เมื่อพบเจออุปสรรค ฉันพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้	2.77	.82	2.87	.99

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ข้อความถาม/ประเด็น	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
60. ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่หรือสังคมใหม่ได้โดยไม่ตะขิดตะขวงใจ	3.27	1.35	2.90	1.20

จากตารางที่ 23 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่ากลุ่มควบคุมในทุกประเด็น หรือมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในทุกมิติ ซึ่งมีมิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างจากกลุ่มควบคุมมากที่สุดในประเด็นที่ว่า “ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอเรื่องแย่ๆ” โดยกลุ่มทดลองมีคะแนน ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.79) ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนน ($\bar{X}=3.03$, S.D.=0.91) มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างจากกลุ่มควบคุมมากที่สุดในประเด็นที่ว่า “เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น” โดยกลุ่มทดลองมีคะแนน ($\bar{X}=3.73$, S.D.=0.81) ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนน ($\bar{X}=3.00$, S.D.=1.20) และมิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างจากกลุ่มควบคุมมากที่สุดในประเด็นที่ว่า “ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก” โดยกลุ่มทดลองมีคะแนน ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.88) ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนน ($\bar{X}=3.07$, S.D.=1.07)

ตารางที่ 24 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ t-test

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
<u>ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</u>				
1. เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันกังวล ว่าวุ่นใจ	-0.40	.97	-2.26*	.03
2. ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอเรื่องแย่ๆ	-0.93	.91	-5.63**	.00
3. ฉันไม่จดจำเรื่องเลวร้ายในอดีตที่ผ่านมา	-0.47	.86	-2.97**	.01
4. เมื่อฉันทำเรื่องผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาเสมอ	-0.37	.85	-2.36*	.03
5. เมื่อมีปัญหาหนักใจ ฉันสามารถปรับอารมณ์และความรู้สึกของฉันได้	-0.23	1.10	-1.16	.26

ตารางที่ 24 (ต่อ)

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
6. ฉันรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน เวลาโกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ	-.43	.90	-2.64**	.01
7. เมื่อฉันถูกขัดใจ ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้	-.33	.88	-2.07*	.04
8. ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย	-.03	1.10	-.17	.87
9. เมื่อทำผิด ฉันไม่ลังเลที่จะกล่าวโทษผู้อื่น	-.63	1.33	-2.62**	.01
10. บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไขว่ไขวและเบี่ยงเบนความสนใจของฉัน	-.10	1.09	-.50	.62
11. ฉันรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันไม่คุ้นเคย	-.10	1.24	-.44	.66
12. ฉันรู้สึกว่าตัวเองอ่อนแอและด้อยกว่าผู้อื่น	-.37	1.07	-1.88*	.05
13. เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนาน และผ่อนคลายได้	-.37	1.19	-1.69*	.05
14. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดีๆ มากกว่าฉัน	-.23	1.14	-1.13	.27
15. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันสามารถหาทางออกที่ดีที่สุดให้กับตัวเองได้	-.07	1.11	-.33	.75
16. ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ	-.33	1.06	-1.72*	.04
17. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ	-.40	1.10	-1.99*	.05
18. ฉันสามารถยิ้มให้กับทุกคน แม้รู้ว่าคนอื่นๆ นั้นเกลียดฉัน	-.23	.86	-1.49	.15
19. ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้ แม้ว่าฉันเพิ่งทะเลาะกับคนในครอบครัวของฉัน	-.43	1.31	-1.82*	.05
20. ฉันสามารถหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์ได้ โดยไม่ทำความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น	-.47	1.20	-2.14*	.04
ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ				
21. ประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้	-.57	1.25	-2.48*	.02
22. ฉันมีกำลังใจในการใช้ชีวิตเสมอแม้จะต้องเจอกับปัญหาใดๆ ก็ตาม	-.53	1.36	-2.15*	.04

ตารางที่ 24 (ต่อ)

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
23. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า	-.10	1.21	-.45	.66
24. เมื่อเจอวิกฤต ฉันรู้สึกว่าคุณเองไร้ความสามารถ	-.50	1.28	-2.14*	.04
25. เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น	.23	1.55	.83	.42
26. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน	-.27	1.49	-.98	.33
27. ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับ ถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด	.13	1.04	.70	.49
28. ฉันยอมรับได้ ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่จะไม่พอใจใน การกระทำของฉัน	-.43	1.10	-2.15*	.04
29. เมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ	-.40	1.16	-1.88*	.05
30. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉัน ก็จะไม่ยอมแพ้	-.40	1.28	-1.72*	.05
31. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำหน้าที่ของฉันให้ดี ไม่ว่า จะอยู่ในบทบาทใด	-.23	1.22	-1.05	.31
32. ฉันไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อฉันต้องทำงานที่ต้อง เผชิญกับความยากลำบาก	-.70	1.69	-2.28*	.03
33. แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันก็มี ความหวังเสมอว่าจะต้องดีขึ้น	.07	1.64	.22	.83
34. ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดี ที่สุด	-.20	1.45	-.76	.46
35. ฉันเป็นคนมองโลกในแง่ดีเสมอ	-.67	1.12	-3.25*	.00
37. ฉันเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่มีสิ่งใดที่ฉันทำไม่ได้	-.53	1.04	-2.80*	.01
38. เมื่อฉันพ่ายแพ้ ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ	-.40	1.48	-1.48	.15
39. แม้ฉันต้องเจอกับความล้มเหลว ฉันก็มีความ มุ่งมั่นและกำลังใจที่ดีที่จะลุกขึ้นสู้ต่อไป	-.67	1.30	-2.82**	.01
40. ฉันสามารถสร้างกำลังใจและความหวังในชีวิต ให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดาย	-.17	1.29	-.71	.48
<u>ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</u>				
41. ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ	-.17	1.60	-.57	.57
42. ฉันอยากหนีไปให้พ้น หากเจอปัญหาที่ต้อง รับผิดชอบ	-.47	1.22	-2.09*	.04
43. การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ทำให้ฉันได้เรียนรู้มาก ขึ้น	-.50	1.45	-1.88*	.05

ตารางที่ 24 (ต่อ)

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
44. เมื่อมีการแสดงความคิดเห็น ฉันมีวิธีการหาเหตุผลให้ทุกคนยอมรับหรือเห็นด้วยกันฉัน	-50	1.55	-1.77*	.05
45. ฉันมีการเตรียมทางออกไว้หลายๆทาง ถ้าปัญหาที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิดไว้	-67	1.47	-2.48*	.02
46. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะหาโอกาสใหม่ๆเพื่อเป็นประสบการณ์ในชีวิต	-23	1.22	-1.05	.31
47. ฉันพยายามแสวงหาความท้าทายในชีวิตเสมอ	-67	1.21	-3.01**	.00
48. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ	-23	1.14	-1.13	.27
49. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก	.00	1.41	.00	1.00
50. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน	-20	1.40	-.78	.44
51. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ	-73	1.78	-2.26*	.03
52. ฉันไม่ยึดหยุ่นมากพอในการปรับตัวเมื่อเริ่มรู้จักกับคนอื่น	.10	1.52	.36	.72
53. ฉันทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย	-60	1.33	-2.47*	.02
54. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ	-50	1.31	-2.10*	.04
55. ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้	-37	1.38	-1.46*	.05
56. ฉันมีพลังที่จะต่อสู้กับปัญหาเสมอ	-57	1.38	-2.25*	.03
57. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน	-80	1.47	-2.98**	.00
58. ฉันไม่เคยคิดจะยอมแพ้หรือทอดทิ้งต่ออุปสรรคใดๆที่เข้ามาในชีวิต	-53	1.38	-2.11*	.04
59. เมื่อพบเจออุปสรรค ฉันพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้	-40	1.59	-1.38*	.05
60. ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่หรือสังคมใหม่ได้โดยไม่ตะขิดตะขวงใจ	-57	1.33	-2.33*	.03

* $p \leq 0.05$ ** $p \leq 0.01$

จากตารางที่ 24 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยรายข้อส่วนใหญ่ของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่ประเด็นที่ว่า “เมื่อมีปัญหาหนักใจฉันมีคนปรับทุกข์ด้วยเสมอ” ($\bar{X}=-.23$, S.D.=1.10) “ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย” ($\bar{X}=-.03$, S.D.=1.10) “บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไม่มีความสุข” ($\bar{X}=-.10$, S.D.=1.09) “ฉันรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันไม่คุ้นเคย” ($\bar{X}=-.10$, S.D.=1.24) “ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดีๆ มากกว่าฉัน” ($\bar{X}=-.23$, S.D.=1.14) “เมื่อรู้สึกไม่สบายใจฉันสามารถหาทางออกที่ดีให้กับตัวเองได้” ($\bar{X}=-.07$, S.D.=1.11) “ฉันสามารถยิ้มให้กับทุกคนแม้รู้ว่าคนอื่นๆ นั้นเกลียดฉัน” ($\bar{X}=-.23$, S.D.=0.86) “ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า” ($\bar{X}=-.10$, S.D.=1.21) “เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น” ($\bar{X}=0.23$, S.D.=1.55) “ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน” ($\bar{X}=-.27$, S.D.=1.49) “ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด” ($\bar{X}=0.13$, S.D.=1.04) “ฉันมีกำลังใจที่จะทำหน้าที่ของฉันให้ดีไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด” ($\bar{X}=-.23$, S.D.=1.22) “แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้ายฉันก็มีความหวังเสมอว่าจะต้องดีขึ้น” ($\bar{X}=0.07$, S.D.=1.64) “ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด” ($\bar{X}=-.07$, S.D.=1.69) “เมื่อฉันพ่ายแพ้ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ” ($\bar{X}=-.40$, S.D.=1.48) “ฉันสามารถสร้างกำลังใจให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดาย” ($\bar{X}=-.17$, S.D.=1.29) “ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ” ($\bar{X}=-.17$, S.D.=1.60) “เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส” ($\bar{X}=-.23$, S.D.=1.22) “เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ” ($\bar{X}=-.23$, S.D.=1.14) “ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน” ($\bar{X}=-.20$, S.D.=1.40) และ “ฉันไม่รู้จะทำกิจกรรมอะไรที่เป็นประโยชน์เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย” ($\bar{X}=0.10$, S.D.=1.52) ก่อนการทดลองและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 25 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
<u>ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</u>				
1. เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันกังวล ว่าวุ่นใจ	-0.33	.96	-1.90	.07
2. ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอเรื่องแย่ๆ	-0.43	1.41	-1.69	.10
3. ฉันไม่จดจำเรื่องเลวร้ายในอดีตที่ผ่านมา	-0.67	1.21	-3.01*	.01
4. เมื่อฉันทำเรื่องผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาเสมอ	-0.03	1.35	-.14	.90
5. เมื่อมีปัญหาหนักใจ ฉันสามารถปรับอารมณ์และความรู้สึกของฉันได้	-0.37	1.43	-1.41	.17
6. ฉันรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน เวลาโกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ	-0.63	1.38	-2.52*	.02

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
7. เมื่อฉันถูกขัดใจ ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้	.20	1.19	.92	.36
8. ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย	.20	1.22	.90	.38
9. เมื่อทำผิด ฉันไม่ลังเลที่จะกล่าวโทษผู้อื่น	-.37	1.40	-1.43	.16
10. บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไขว่เขวและเบี่ยงเบนความสนใจของฉัน	.13	1.25	.58	.56
11. ฉันรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันไม่คุ้นเคย	-.40	1.13	-1.93	.06
12. ฉันรู้สึกว่าตัวเองอ่อนแอและด้อยกว่าผู้อื่น	-.27	1.34	-1.09	.28
13. เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนาน และผ่อนคลายได้	-.40	1.19	-1.84	.08
14. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดีมากกว่าฉัน	-.17	1.21	-.76	.46
15. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันสามารถหาทางออกที่ดีให้กับตัวเองได้	.37	1.13	1.78	.09
16. ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ	-.13	1.48	-.49	.63
17. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กน้อยๆที่เกิดขึ้นเสมอ	.00	1.72	.00	1.00
18. ฉันสามารถยิ้มให้กับทุกคน แม้รู้ว่าคนนั้นเกลียดฉัน	-.20	1.27	-.86	.40
19. ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้ แม้ว่าฉันเพิ่งทะเลาะกับคนในครอบครัวของฉัน	-.53	1.46	-2.01	.06
20. ฉันสามารถหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์ได้ โดยไม่ทำความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น	-.27	1.41	-1.03	.31
<u>ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</u>				
21. ประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้	.07	1.08	.34	.74
22. ฉันมีกำลังใจในการใช้ชีวิตเสมอแม้จะต้องเจอกับปัญหาใดๆ ก็ตาม	-.17	1.15	-.80	.43
23. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า	-.23	.68	-1.88	.07
24. เมื่อเจอวิกฤต ฉันรู้สึกว่าตัวเองไร้ความสามารถ	-.33	1.30	-1.41	.17

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
25. เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น	-.63	1.33	-2.62	.02
26. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน	-.77	1.41	-2.30	.01
27. ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับ ถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด	-.30	1.34	-1.22	.23
28. ฉันยอมรับได้ ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่จะไม่พอใจใน การกระทำของฉัน	-.63	1.27	-2.73	.01
29. เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ	-.83	1.53	-4.33	.00
30. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉัน ก็จะไม่ยอมแพ้	-.27	1.29	-1.14	.27
31. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำหน้าที่ของฉันให้ดี ไม่ว่า จะอยู่ในบทบาทใด	-.30	1.51	-1.09	.29
32. ฉันไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อฉันต้องทำงานที่ต้อง เผชิญกับความยากลำบาก	-.57	1.43	-2.17	.06
33. แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันก็มี ความหวังเสมอว่าจะต้องดีขึ้น	-.03	1.40	-.130	.90
34. ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดี ที่สุด	-.07	1.17	-.31	.76
35. ฉันเป็นคนมองโลกในแง่ดีเสมอ	.07	1.20	.30	.76
36. ฉันไม่หมดกำลังใจและไม่ย่อท้อ แม้จะต้องเจอ เรื่องที่ยากลำบากในชีวิต	-.53	1.33	-2.19	.04
37. ฉันเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่มีสิ่งใดที่ฉันทำไม่ได้	-.63	1.69	-2.05	.06
38. เมื่อฉันพ่ายแพ้ ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ	-.20	.93	-1.19	.25
39. แม้ฉันต้องเจอกับความล้มเหลว ฉันก็มีความ มุ่งมั่นและกำลังใจที่ดีที่จะลุกขึ้นสู้ต่อไป	.07	1.17	.31	.76
40. ฉันสามารถสร้างกำลังใจและความหวังในชีวิต ให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดาย	-.57	1.52	-2.04	.06
<u>ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</u>				
41. ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ	.17	1.32	.69	.49
42. ฉันอยากหนีไปให้พ้น หากเจอปัญหาที่ต้อง รับผิดชอบ	-.27	1.31	-1.11	.27
43. การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ทำให้ฉันได้เรียนรู้มาก ขึ้น	-.03	1.33	-.14	.89

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	t	P.value
44. เมื่อมีการแสดงความคิดเห็น ฉันมีวิธีการหาเหตุผลให้ทุกคนยอมรับหรือเห็นด้วยกันฉัน	-0.20	1.24	-0.88	.39
45. ฉันมีการเตรียมทางออกไว้หลายๆทาง ถ้าปัญหาที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิดไว้	-0.43	1.68	-1.42	.17
46. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะหาโอกาสใหม่ๆเพื่อเป็นประสบการณ์ในชีวิต	-0.57	1.63	-1.90	.07
47. ฉันพยายามแสวงหาความท้าทายในชีวิตเสมอ	-0.43	1.48	-1.61	.12
48. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ	-0.17	1.44	-0.63	.53
49. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก	-0.37	1.43	-1.41	.17
50. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน	.13	1.46	.51	.62
51. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ	-0.37	1.69	-1.19	.25
52. ฉันไม่รู้จะทำกิจกรรมอะไรที่เป็นประโยชน์ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย	-0.50	1.38	-1.98	.06
53. ฉันทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย	.07	1.55	.24	.82
54. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ	-0.37	1.50	-1.34	.19
55. ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้	.17	1.49	.61	.54
57. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน	-0.10	1.86	-0.29	.77
58. ฉันไม่เคยคิดจะยอมแพ้หรือทอดทิ้งอุปสรรคใดๆที่เข้ามาในชีวิต	-0.27	1.55	-0.94	.35
59. เมื่อพบเจออุปสรรค ฉันพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้	-0.03	1.45	-0.13	.90
60. ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่หรือสังคมใหม่ได้โดยไม่ตะขิดตะขวงใจ	-0.17	1.49	-0.61	.54

จากตารางที่ 25 พบว่า กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยรายข้อส่วนใหญ่ของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดก่อนการทดลองและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่ประเด็นที่ว่า “ฉันไม่จดจำเรื่องราวร้ายในอดีตที่ผ่านมา” ($\bar{X}=-0.67$, S.D.=1.21) “ฉันรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉันเวลาโกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ” ($\bar{X}=0.63$, S.D.=1.38) “เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น” ($\bar{X}=-0.63$, S.D.=1.33) “ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน”

($\bar{X}=-.77$, S.D.=1.44) “ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด” ($\bar{X}=-.30$, S.D.=1.34) “ฉันยอมรับได้ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่จะไม่พอใจในการกระทำของฉัน” ($\bar{X}=-.63$, S.D.=1.27) “เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จฉันรู้สึกหมดกำลังใจ” ($\bar{X}=-.83$, S.D.=1.53) และ “ฉันไม่หมดกำลังใจและไม่ย่อท้อแม้จะต้องเจอเรื่องที่ยากลำบากในชีวิต” ($\bar{X}=0.53$, S.D.=1.33) ก่อนการทดลองและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

1.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเป็นการนำเสนอผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ซึ่งปรากฏรายละเอียดดังตารางที่ 26-29

ตารางที่ 26 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ t-test

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	3.29	.65	-3.84**	.01
หลังการทดลอง	30	3.63	.63		

**p ≤ 0.01

จากตารางที่ 26 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง ($\bar{X}=3.63$, S.D.=0.63) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($\bar{X}=3.29$, S.D.=0.65)

ตารางที่ 27 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มควบคุม	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	3.39	.60	-2.43	.09
หลังการทดลอง	30	3.31	.51		

จากตารางที่ 27 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง ($\bar{X}=3.31$, S.D.=0.51) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($\bar{X}=3.39$, S.D.=0.60)

ตารางที่ 28 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	3.29	.65	1.20	.24
กลุ่มควบคุม	30	3.39	.60		

จากตารางที่ 28 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=3.29$, S.D.=0.65) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=3.39$, S.D.=0.60) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองสูงกว่ากลุ่มทดลอง

ตารางที่ 29 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	3.63	.63	2.31*	.03
กลุ่มควบคุม	30	3.31	.51		

* $p \leq 0.05$

จากตารางที่ 29 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=3.63$, S.D.=0.63) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=3.31$, S.D.=0.51) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

1.4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเป็นการนำเสนอผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ซึ่งปรากฏรายละเอียดดังตารางที่ 30-33

ตารางที่ 30 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ t-test

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	3.12	.63	-3.30**	.00
หลังการทดลอง	30	3.47	.60		

**p ≤ 0.01

จากตารางที่ 30 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง (\bar{X} =3.47, S.D.=0.60) สูงกว่าก่อนการทดลอง (\bar{X} =3.12, S.D.=0.63)

ตารางที่ 31 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มควบคุม	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	2.94	.51	-4.23	.12
หลังการทดลอง	30	3.01	.54		

จากตารางที่ 31 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง (\bar{X} =3.01, S.D.=0.54) สูงกว่าก่อนการทดลอง (\bar{X} =2.94, S.D.=0.51)

ตารางที่ 32 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	3.12	.63	1.24	.23
กลุ่มควบคุม	30	2.94	.51		

จากตารางที่ 32 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=3.12$, S.D.=0.63) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=2.94$, S.D.=0.51) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนก่อนการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 33 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	3.47	.60	1.23	.22
กลุ่มควบคุม	30	3.01	.54		

จากตารางที่ 33 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง ($\bar{X}=3.47$, S.D.=0.60) สูงกว่ากลุ่มควบคุม ($\bar{X}=3.01$, S.D.=0.54)

1.5 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเป็นการนำเสนอผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ซึ่งปรากฏรายละเอียดดังตารางที่ 34-37

ตารางที่ 34 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ t-test

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	3.15	.69	-3.29**	.00
หลังการทดลอง	30	3.57	.70		

**p ≤ 0.01

จากตารางที่ 34 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง ($\bar{X}=3.57$, S.D.=0.70) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($\bar{X}=3.15$, S.D.=0.69)

ตารางที่ 35 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มควบคุม	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
ก่อนการทดลอง	30	2.95	.42	-2.51	.18
หลังการทดลอง	30	3.04	.49		

จากตารางที่ 35 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง ($\bar{X}=3.04$, S.D.=0.49) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($\bar{X}=2.95$, S.D.=0.42)

ตารางที่ 36 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	3.15	.70	1.31	.20
กลุ่มควบคุม	30	2.95	.43		

จากตารางที่ 36 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน

อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย (\bar{X} =3.15, S.D.=0.70) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (\bar{X} =2.95.53, S.D.=0.43)

ตารางที่ 37 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้ t-test

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S.D.	t	P.value
กลุ่มทดลอง	30	3.57	.71	2.66**	.01
กลุ่มควบคุม	30	3.04	.49		

**p ≤ 0.01

จากตารางที่ 37 พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง (\bar{X} =3.57, S.D.=0.71) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (\bar{X} =3.04, S.D.=0.49)

ตารางที่ 38 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของตัววัดภูมิคุ้มกันทางใจระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมทั้งก่อนและหลังการทดลองโดยภาพรวมทั้ง 3 มิติโดยใช้ t-test

มิติ	กลุ่มทดลอง				กลุ่มควบคุม				กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	t	P.value	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	t	P.value	t	P.value
	\bar{X}	\bar{X}			\bar{X}	\bar{X}				
ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ	3.29	3.63	-3.84	.01	3.39	3.31	-2.43	.09	2.31	.03
ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ	3.12	3.47	-3.30	.00	2.94	3.01	-4.23	.12	1.23	.22
ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ	3.15	3.57	-3.29	.00	2.95	3.04	-2.51	.18	2.66	.01

จากตารางที่ 38 พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยทั้ง 3 มิติในระดับที่ใกล้เคียงกัน โดยทั้ง 3 มิติคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกันมากในขณะที่หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมในทุกมิติ ทั้งนี้กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูง

กว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า มิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และมิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ แต่มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปได้ว่าเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เป็นกลุ่มทดลองหลังจากผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมและสูงกว่าเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เป็นกลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งเป็นการยอมรับสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้

2. ผลการทดลองใช้โปรแกรมระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง

ภายหลังจากที่ผู้วิจัยได้ทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแล้ว ผู้วิจัยได้มีการติดตามผลกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังดำเนินการจัดกิจกรรมเพื่อสังเกตพฤติกรรม และดูความเปลี่ยนแปลงของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายในระยะเวลา 2 เดือน

การติดตามพฤติกรรมของกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล ใช้วิธีการสังเกตการณ์ การพบปะพูดคุยและสัมภาษณ์ผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง ญาติพี่น้องของกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงการขอความช่วยเหลือจากคณะกรรมการชุมชนในการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มทดลองบางคนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงและติดตามวิถีชีวิตได้เป็นระยะเวลา 2 เดือน โดยผู้วิจัยกำหนดเฝ้ากรอรับช่วงระยะเวลาที่เยาวชนจะกลับไปเสพซ้ำเร็วที่สุดเป็นตัวกำหนดความถี่ของช่วงระยะเวลาในการติดตามผล ซึ่งจากการสัมภาษณ์คุณวิไลวรรณ บิดิลและ คณะกรรมการชุมชนคือ 4-5-6 (สัมภาษณ์, 24 กันยายน 2556) พบว่า ระยะเวลาที่เยาวชนจะกลับไปเสพซ้ำเร็วที่สุดคือ 1 สัปดาห์ และเยาวชนที่ได้รับการบำบัดร้อยละ 85 จะกลับไปเสพซ้ำภายในระยะเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยมอบหมายให้ผู้เรียนมาพบปะพูดคุยถึงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ดังนี้

ครั้งที่ 1 วันที่ 30 พฤศจิกายน 2556	กลุ่มทดลองทั้ง 30 คน ยังไม่มีการกลับไปเสพซ้ำ (0%)
ครั้งที่ 2 วันที่ 7 ธันวาคม 2556	กลุ่มทดลองทั้ง 30 คน ยังไม่มีการกลับไปเสพซ้ำ (0%)
ครั้งที่ 3 วันที่ 14 ธันวาคม 2556	กลุ่มทดลองทั้ง 30 คน ยังไม่มีการกลับไปเสพซ้ำ (0%)
ครั้งที่ 4 วันที่ 21 ธันวาคม 2556	กลุ่มทดลองทั้ง 30 คน ยังไม่มีการกลับไปเสพซ้ำ (0%)
ครั้งที่ 5 วันที่ 28 ธันวาคม 2556	กลุ่มทดลองทั้ง 29 คนยังไม่มีกลับไปเสพซ้ำ อีก 1 คนกลับไปเสพซ้ำระหว่างช่วงสัปดาห์นี้ 1 ครั้ง โดยยาเสพติดที่กลับไปเสพคือ ยาบ้า (3.33%)
ครั้งที่ 6 วันที่ 4 มกราคม 2557	กลุ่มทดลอง 29 คนยังไม่มีกลับไปเสพซ้ำอีก 1 คนกลับไปเสพซ้ำระหว่างช่วงสัปดาห์นี้ 1 ครั้ง โดยยาเสพติดที่กลับไปเสพคือ ยาบ้า (3.33%)

ครั้งที่ 7 วันที่ 11 มกราคม 2557 กลุ่มทดลอง 29 คนยังไม่มีอาการกลับไปเสพยาอีก 1 คนกลับไปเสพยาระหว่างช่วงสัปดาห์นี้ 1 ครั้ง โดยยาเสพติดที่กลับไปเสพยาคือ ยาบ้า (3.33%)

ครั้งที่ 8 วันที่ 19 มกราคม 2557 กลุ่มทดลองทั้ง 24 คนยังไม่มีอาการกลับไปเสพยาอีก 6 คนกลับไปเสพยาระหว่างช่วงสัปดาห์นี้ โดยยาเสพติดที่กลับไปเสพยาคือ ยาบ้าและไอซ์ (20%)

จากการพูดคุยกับกลุ่มทดลอง และการสังเกตพฤติกรรมทั้งจากการติดตามและสอบถามจาก คณะกรรมการชุมชน สรุปได้ว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมดีขึ้น มีการกลับไปเสพยาน้อยลงในระยะเวลา 2 เดือนโดย 1 เดือนหลังจากสิ้นสุดการจัดกิจกรรม พบว่า กลุ่มทดลองยังไม่มีอาการกลับไปเสพยา แต่ในเดือนที่ 2 กลุ่มทดลองมีการกลับไปเสพยา ดังนี้

ในช่วงสัปดาห์ที่ 5 มีการกลับไปเสพยา 1 คน โดยให้เหตุผลว่า “เครียด เปื่อ วิธีการแก้เครียด ที่ดีที่สุดคือ การเสพยาบ้า แต่เสพแค่ 2 ครั้งเท่านั้น” ขณะที่กลุ่มทดลองอีก 29 คนยังไม่มีอาการกลับไปเสพยา

ในช่วงสัปดาห์ที่ 6 มีการกลับไปเสพยา 1 คน โดยให้เหตุผลว่า “ไม่ได้ติดยาแล้ว ถ้าไม่เสพก็ได้ แต่ที่เสพเพราะสบายใจ แก้เหงาได้” ขณะที่กลุ่มทดลองอีก 29 คนยังไม่มีอาการกลับไปเสพยา

ในช่วงสัปดาห์ที่ 7 มีการกลับไปเสพยา 1 คน โดยให้เหตุผลว่า “แค่นี้สนุกๆ หลังจากทำงาน ได้เงินมาเลยมาซ้อยา” ขณะที่กลุ่มทดลองอีก 29 คนยังไม่มีอาการกลับไปเสพยา

ในช่วงสัปดาห์ที่ 8 มีการกลับไปเสพยา 6 คน โดยกลุ่มทดลอง 4 คนทำงานนอกบ้าน อีก 2 คนไม่ทำงาน ซึ่งจากการพูดคุยกับ 4 คน สรุปได้ว่า

คนที่ 1 “เคยลองเสพยาเสพติดทุกชนิด ปัจจุบันเลิกได้แล้ว แต่ที่กลับมาเสพอีก เพราะรู้ว่าควบคุมตัวเองได้และจะไม่กลับไปเสพติดอีก แค่ชั่วคราวชั่วคราวเท่านั้น”

คนที่ 2 “เพื่อนชายยา เจอโดยบังเอิญ ก็เลยอุดหนุน ไม่ได้เสพนานแล้ว”

คนที่ 3 “เครียดก็ดูด ไม่เครียดก็ไม่ดูดทำงานเหนื่อย คิดงานไม่ออก กินนิดหน่อยสมองโล่งขึ้น เยอะ”

คนที่ 4 “แค่ขำๆ สนุกๆ ไม่ได้ติดอะไร เลิกแล้ว”

ส่วนอีก 2 คน ผู้วิจัยไม่สามารถติดตามเพื่อพูดคุยได้ในสัปดาห์ที่ 7-8 จึงให้เลขานุการชุมชน ติดตามพฤติกรรม พบว่า ทั้ง 2 คนได้กลับไปเสพยาอีกครั้ง โดย 1 คนถูกเจ้าหน้าที่ ตชด. ที่ปฏิบัติหน้าที่อยู่ในโครงการชุมชนอุ่นใจจับได้ขณะกำลังซ้อยาบ้าในชุมชน ส่วนอีก 1 คนได้มีอาการเมายา และนอนพักอยู่ในบ้าน

จากการติดตามหลังการทดลอง สรุปได้ว่า กลุ่มทดลองมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มสูงขึ้น และมีอัตราการกลับไปเสพยาน้อยลง เมื่อเปรียบเทียบกับอัตราการกลับไปเสพยาจากการ สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนก่อนที่จะมีการเข้ามาจัดโปรแกรมการศึกษาอบรมระบบโรงเรียน ดังกล่าว ทั้งนี้ในระยะเวลา 2 เดือน มีผู้กลับไปเสพยา 9 คน หรือเพียงร้อยละ 30 เท่านั้น โดยจากการ สอบถามเยาวชนที่กลับไปเสพยาทั้ง 9 คน สามารถสรุปได้ดังนี้

1. เยาวชนจำนวน 1 คนมีการกลับไปเสพยาหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 36 วัน เนื่องมาจากเกิดความเครียดและไม่สามารถจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้นได้ แสดงให้เห็นว่า เยาวชน ยังขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจตัวเองในการไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดได้ และไม่สามารถ จัดการกับความเครียดและอารมณ์ทางลบของตัวเองได้

2. เยาวชนจำนวน 1 คนมีการกลับไปเสพซ้ำหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 41 วัน เนื่องจากยาเสพติดทำให้รู้สึกสบายใจ มีความมั่นใจในตนเอง มีกำลังใจในตนเอง และมีความหวังในชีวิตมากขึ้น แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดพลังความมุ่งมั่นและพลังศรัทธาในการดำเนินชีวิต ไม่สามารถเสริมสร้างกำลังใจให้ตัวเองได้โดยไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด และไม่สามารถสร้างความหวังในชีวิตให้กับตนเองได้

3. เยาวชนจำนวน 1 คนมีการกลับไปเสพซ้ำหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 48 วัน เนื่องจากต้องการผ่อนคลายหลังจากกลับจากการทำงาน และได้เงินมาเพียงพอที่จะสามารถซื้อยาได้ แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดการดำเนินชีวิตในแนวทางที่ถูกต้อง ขาดการหาทางออกที่เหมาะสม และขาดทักษะการแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิต

4. เยาวชนจำนวน 6 คนมีการกลับไปเสพซ้ำหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 57 วัน โดยผู้วิจัยสามารถสอบถามและพูดคุยได้เพียง 4 คน ดังนี้

- เยาวชนคนที่ 1 มีการกลับไปเสพซ้ำเนื่องจากมีความมั่นใจในตนเองและคิดว่าสามารถควบคุมตนเองไม่ให้กลับไปเสพยาเสพติดได้อีก แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงมีค่านิยมในการดำเนินชีวิตที่ผิด ขาดความสามารถในการแก้ไขปัญหาและการหาทางออกที่เหมาะสม

- เยาวชนคนที่ 2 มีการกลับไปเสพซ้ำเนื่องจากเพื่อนชักชวน แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดทักษะในการปฏิเสธต่อคำชักชวนในทางที่ไม่เหมาะสม และไม่มีความยืดหยุ่นในการปรับตัวเข้ากับสถานการณ์

- เยาวชนคนที่ 3 มีการกลับไปเสพซ้ำเนื่องจากมีความเครียด ไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่รุมร้ำได้ แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดความสามารถในการควบคุมตนเองภายใต้สภาวะที่มีความกดดันได้

- เยาวชนคนที่ 4 มีการกลับไปเสพซ้ำเนื่องจากมีความคึกคะนอง ขาดวุฒิภาวะ และไม่คำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและคนรอบข้าง แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดความมุ่งมั่นในการควบคุมทิศทางในชีวิตของตนเอง ไม่มีความสามารถในการจัดการเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีกว่าเดิมได้

ส่วนเยาวชนกลุ่มทดลองอีก 2 คน ผู้วิจัยไม่สามารถติดตามผลและสอบถามได้ในช่วงสัปดาห์สุดท้ายเนื่องจากเยาวชน 1 คนถูกเจ้าหน้าที่ ตชด. ที่ปฏิบัติหน้าที่อยู่ในโครงการชุมชนอุ่นใจฯ จับได้ขณะกำลังซื้อยาบ้าในชุมชน ส่วนเยาวชนอีก 1 คนได้มีอาการเมายาและนอนพักอยู่ในบ้านในวันที่ผู้วิจัยได้เข้าไปติดตามผล ซึ่งข้อค้นพบดังกล่าวเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญสำหรับผู้วิจัยในการอภิปรายผลการวิจัย และการกำหนดข้อเสนอมาตรการทางสังคมของผู้วิจัยในบทที่ 5 ต่อไป

การติดตามพฤติกรรมของกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยใช้การเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคลหลังเสร็จสิ้นการดำเนินกิจกรรม โดยใช้วิธีการนัดหมายเพื่อพบปะพูดคุยและสัมภาษณ์กลุ่มควบคุมรวมถึงผู้ปกครองร่วมด้วย จากการพูดคุยกับกลุ่มควบคุมและการสอบถามผู้ปกครองของกลุ่มควบคุมบางรายที่สะดวกให้ข้อมูลและมีเวลาที่จะพูดคุยกับผู้วิจัย สรุปได้ว่า กลุ่มควบคุมยังคงมีพฤติกรรมในการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำในช่วงระยะเวลาที่ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูล ทั้งนี้พบว่า กลุ่มควบคุมที่มีพฤติกรรมในการกลับไปเสพซ้ำมีจำนวนมากถึง 25 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 83 โดยกลุ่มควบคุมจำนวน 19 คนที่มีการกลับไปเสพซ้ำต่างให้เหตุผลในประเด็นที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งสรุปได้ดังนี้

“ก็เพื่อนกัน ชายกันอยู่ เพื่อนช่วยเพื่อน”

“เคยเสพมาด้วยกัน เจอกันก็ลองนิตหน่อย”

“บางทีมันก็เกรงใจ ราคาที่คิดถูกกว่าชายคนนอก อุดหนุนกันบ้าง”

“ช่วงนี้ ตชด. ไม่มี เพื่อนก็ขายกันตามปกติ ไม่มีคนตรวจตราชุมชนทุกชอกทุกมุม ก็เลยเสพ”

“ก็ไม่ได้เสพบ่อย ถ้าเจอเพื่อนก็สังสรรค์กันเล็กๆ น้อยๆ แล้วก็แยกย้าย ไม่ได้มั่วสุ่มเหมือนเมื่อก่อน”

ส่วนกลุ่มควบคุมอีกจำนวน 6 คนที่มีการกลับไปเสพซ้ำ ต่างประสบกับปัญหาในชีวิตที่แตกต่างกัน การหาทางออกด้วยการกลับไปเสพซ้ำจึงเป็นวิธีการแก้ปัญหาของกลุ่มเยาวชนดังกล่าว ซึ่งต่างให้เหตุผลดังนี้

“อยู่บ้านก็เบื่อ ไม่ทะเลาะกับแม่ก็เถียงกับพ่อ ออกมาดูดไอซ์มันก็ดีขึ้น”

“แม่แกก็ไม่ได้ว่าอะไร ไม่ได้ขอเงินแก ทำงานหาเงินมาได้ ก็ซื้อเสพ แกก็ไม่รู้”

“ที่บ้าน กลับไปเจอแม่กับน้าก็เอาแต่บ่น ใครมันจะอยากอยู่ ออกมาเจอเพื่อน มาคุย มาดูดแปะๆ ก็สบายใจขึ้น สบายหูกว่าเสียงบ่น”

“มีปัญหากับแฟน ถ้าทะเลาะไม่เข้าใจกัน มันก็อยากหาทางระบาย ถ้าไม่ทะเลาะก็ไม่ดูดยา แต่ทุกครั้งที่มามีปัญหาก็เลือกดูดยา ดีกว่าทะเลาะกัน”

“ทะเลาะกับเมีย ฝ่ายบ้านเมียก็ต้องมาด่าทุกครั้ง เรื่องในบ้านต้องเอาไปเล่าพ่อกับแม่ตลอด ก็สงสารลูก เพราะทุกวันนี้ก็หาเงินเลี้ยงกัน 2 คนไม่พอใช้ ยังจะงี่เง่าชวนทะเลาะอีก ดูดไอซ์มันก็ช่วยนะ ได้คุยกับเพื่อนบางทีมันก็ดีขึ้น”

“ขามันไม่มีแรงตั้งแต่เด็ก แม่พาไปหาหมอแล้วก็ไม่ดีขึ้น มันก็เครียดนะ เสพทุกทีก็พอช่วยได้ เราไม่เหมือนคนอื่นเค้า ทำงานก็ไม่เต็มที่ อยู่แบบนี้มันอึดอัด”

จากการตีตพุดติกรรมของกลุ่มควบคุม สรุปได้ว่า กลุ่มควบคุมมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในระดับต่ำ และมีอัตราการกลับไปเสพซ้ำมากขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับอัตราการกลับไปเสพซ้ำจากการสัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนก่อนที่จะมีการเข้ามาจัดโปรแกรมการศึกษาอบรมโรงเรียนดังกล่าว ทั้งนี้ในช่วงระยะเวลาที่ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลและติดตามพฤติกรรม มีผู้กลับไปเสพซ้ำจำนวน 25 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 83 ของกลุ่มควบคุมทั้งหมด โดยจากการสอบถามเยาวชนที่กลับไปเสพซ้ำทั้ง 25 คน สามารถสรุปได้ดังนี้

1. เยาวชนจำนวน 19 คนมีการกลับไปเสพซ้ำเนื่องมาจากเพื่อนชักชวน อาศัยอยู่ในชุมชนเดียวกัน ความสนิทสนมกันทำให้กลับไปเสพซ้ำ แสดงให้เห็นว่า เยาวชนส่วนใหญ่ยังคงขาดทักษะในการปฏิเสธต่อคำชักชวนไปในทางที่ไม่เหมาะสม ติด มีความอ่อนไหว ไม่มีการแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ ที่จะก่อเกิดไปในทางที่ทำให้ชีวิตดีขึ้น

2. เยาวชนจำนวน 6 คนมีการกลับไปเสพซ้ำเนื่องมาจากความเครียดในการเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิต ทั้งจากปัญหาครอบครัว ปัญหาความรัก และปัญหาสุขภาพ แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดความสามารถในการจัดการกับความเครียด สภาวะกดดัน สิ่งกระตุ้นทั้งภายในและสภาพแวดล้อมภายนอก รวมถึงการจัดการกับปัญหาในชีวิตได้อย่างเหมาะสม

3. ผลการประเมินคุณภาพโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

การประเมินคุณภาพของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยพิจารณา 2 ด้าน คือ ด้านความพึงพอใจ และด้านความเหมาะสมของโปรแกรม รวมทั้งข้อเสนอแนะ ข้อควรปรับปรุงของโปรแกรมตามความเห็นของเยาวชนกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมในฐานะกลุ่มทดลอง รายละเอียดปรากฏตามข้อ 3.1 และ 3.2 ตามลำดับ

3.1 ผลการประเมินระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ปรากฏดังตารางที่ 39 ดังนี้

ตารางที่ 39 ตารางแสดงคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
<u>ด้านกิจกรรมและวิทยาการ</u>			
1. วัตถุประสงค์ของกิจกรรมมีความชัดเจน	4.33	0.47	มาก
2. หัวข้อที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	4.30	0.65	มาก
3. เนื้อหาสาระของกิจกรรมสอดคล้องกับความต้องการ	4.50	0.57	มากที่สุด
4. เนื้อหาสาระของกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้	4.57	0.56	มากที่สุด
5. เนื้อหาสาระของกิจกรรมมีความน่าสนใจและง่ายต่อการทำความเข้าใจ	4.67	0.67	มากที่สุด
6. วิทยาการมีความรอบรู้และสามารถถ่ายทอดความรู้ได้ดี	4.50	0.57	มากที่สุด
7. วิทยาการสามารถอำนวยความสะดวกและให้ความช่วยเหลือผู้เรียนในการเรียนรู้	4.33	0.75	มาก
8. วิทยาการสามารถอธิบายเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจได้ชัดเจนและนำไปปฏิบัติได้จริง	4.60	0.49	มากที่สุด
<u>ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม (ปฏิบัติ)</u>			
9. บรรยากาศในการเข้าร่วมกิจกรรมมีความผ่อนคลาย	4.27	0.69	มาก
10. เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	4.67	0.67	มากที่สุด

ตารางที่ 39 (ต่อ)

ประเด็น	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
11. กิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนเป็นสำคัญ	4.57	0.56	มากที่สุด
12. กิจกรรมที่จัดสามารถพัฒนาให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจมากขึ้น	4.67	0.54	มากที่สุด
13. การจัดกิจกรรมดำเนินไปอย่างเป็นลำดับขั้นตอน	4.37	0.62	มาก
14. ผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้	4.67	0.47	มากที่สุด
<u>ด้านการจัดการ</u>			
15. สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรมมีความเหมาะสมและน่าสนใจ	4.43	0.56	มาก
16. การใช้สื่อมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับเนื้อหา	4.60	0.49	มากที่สุด
17. ความเหมาะสมของระยะเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม	4.30	0.59	มาก
18. ความเหมาะสมของสถานที่และสิ่งแวดล้อมในการจัดกิจกรรม	4.13	0.63	มาก
19. การได้รับประสบการณ์ใหม่จากกิจกรรม	4.67	0.47	มากที่สุด
20. ความพึงพอใจต่อกิจกรรมในภาพรวม	4.57	0.56	มากที่สุด

จากตารางที่ 39 พบว่า ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีความพึงพอใจทุกด้านอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด โดยมีความพึงพอใจในประเด็นของกิจกรรมและวิทยากรในเรื่องเนื้อหาสาระของกิจกรรมสอดคล้องกับความต้องการ เนื้อหาสาระของกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ เนื้อหาสาระของกิจกรรมมีความน่าสนใจและง่ายต่อการทำความเข้าใจ และวิทยากรสามารถอธิบายเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจได้ชัดเจนและนำไปปฏิบัติได้จริงในระดับมากที่สุด ประเด็นของการเข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในเรื่องของเทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสมกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนเป็นสำคัญกิจกรรมที่จัดสามารถพัฒนาให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจมากขึ้น และผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้อยู่ในระดับมากที่สุด ประเด็นด้านการจัดการมีความพึงพอใจในเรื่องของการใช้สื่อมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับเนื้อหาการได้รับประสบการณ์ใหม่จากกิจกรรม และมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมในภาพรวมในระดับมากที่สุด

3.2 ผลการประเมินความเหมาะสมและข้อควรปรับปรุงของเยาวชนผู้เข้าร่วมโปรแกรม เยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เป็นกลุ่มทดลองได้มีการให้ความคิดเห็นเพิ่มเติมในเรื่องความเหมาะสม และข้อควรปรับปรุงของโปรแกรม ดังนี้

1. วัตถุประสงค์ของโปรแกรม

ผู้เรียนมีความเห็นว่า วัตถุประสงค์ของโปรแกรมมีความเหมาะสม เนื่องจากทำให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจดียิ่งขึ้น วัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมมีความชัดเจนและสอดคล้องกับกิจกรรมที่ทำ และการดำเนินโปรแกรมตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดโปรแกรมตรงตามวัตถุประสงค์ที่ได้มีการชี้แจงก่อนมีการเข้าร่วมกิจกรรม

2. ผู้เรียน

ผู้เรียนมีความเห็นว่า จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมเหมาะสมและเพียงพอต่อการพูดคุยและแลกเปลี่ยนทัศนคติในการทำกิจกรรมร่วมกัน จำนวนผู้เข้าร่วมมีความพอดีและง่ายต่อการแบ่งกลุ่มย่อย และจำนวนผู้เข้าร่วมไม่มากเกินไปต่อการทำกิจกรรมกลุ่มใหญ่

3. ผู้สอน

ผู้เรียนมีความเห็นว่า วิทยากรมีความรู้ มีความสามารถ และมีความเชี่ยวชาญในการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้ใหม่จากการร่วมพูดคุยระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน และระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองได้เป็นอย่างดี สามารถถ่ายทอดความรู้ให้เข้าใจได้ง่าย มีความเป็นกันเอง สนุกสนาน ผู้เรียนรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของเหตุการณ์ที่วิทยากรยกตัวอย่างขึ้น ข้อเสนอแนะและคำปรึกษาของวิทยากรทำให้ผู้เรียนมีความเชื่อถือและสามารถนำไปปฏิบัติตามได้จริง

4. เนื้อหา

ผู้เรียนมีความเห็นว่า เนื้อหาสาระที่ได้รับมีความน่าสนใจและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการดำเนินชีวิตได้จริง เนื้อหาในแต่ละส่วนมีความเหมาะสมต่อสภาพปัญหาของผู้เรียนเป็นอย่างดี เนื่องจากผู้เรียนต้องการเรียนรู้เพื่อหาทางออกในชีวิตที่ถูกต้อง ซึ่งเนื้อหาที่ได้รับมีความครอบคลุมความต้องการของผู้เรียนในช่วงวัยนี้ ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสนใจมากยิ่งขึ้น

5. กิจกรรม

ผู้เรียนมีความเห็นว่า กิจกรรมเน้นการปฏิบัติและการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง ผู้เรียนทุกคนมีความสำคัญต่อการทำกิจกรรมทุกกิจกรรม กิจกรรมที่จัดขึ้นมีหลากหลายรูปแบบ ไม่ซ้ำซาก และสื่อถึงเนื้อหาที่ต้องการให้เกิดการเรียนรู้ได้ง่าย มองเห็นเป็นรูปธรรม บางกิจกรรมเน้นให้เกิดความคิด โดยส่วนใหญ่ต้องการให้เล่าประสบการณ์ชีวิตเพื่อแลกเปลี่ยนร่วมกันในกลุ่มทำให้ลดความเคอะเขิน ช่วยส่งเสริมการแสดงออกและเพิ่มความมั่นใจในตนเองอีกด้วย

6. ระยะเวลา

ผู้เรียนมีความเห็นว่า ระยะเวลาของการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรมมีความเหมาะสม กิจกรรมใช้เวลาไม่นานจนเกินไป ทั้งนี้ระยะเวลาการจัดกิจกรรมเป็นช่วงวันหยุดของผู้เรียนทำให้เกิดการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มากที่สุด ทั้งนี้ผู้เรียนต้องการให้จัดกิจกรรมต่อเนื่องกันโดยใช้ระยะเวลาทั้งวัน แต่ในสภาพความเป็นจริงไม่สามารถกระทำได้ เนื่องจากผู้เรียนมีกิจกรรมอื่นต้องทำ จึงต้องใช้เวลาที่ผู้เรียนทุกคนสามารถมีเวลาร่วมกันเท่านั้นในการดำเนินกิจกรรม

7. สื่อการสอน

ผู้เรียนมีความเห็นว่า สื่อการสอนที่ใช้มีความเหมาะสมก่อให้เกิดการเรียนรู้ของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งภาพยนตร์ เกม ใบงาน และใบความรู้ต่างๆ

8. สภาพแวดล้อม

ผู้เรียนมีความเห็นว่า สภาพแวดล้อมในชุมชนช่วงวันหยุดเงียบสงบ เหมาะต่อการจัดกิจกรรมเป็นอย่างดี แต่สถานที่ที่จัดกิจกรรมเป็นสถานที่ที่คุ้นเคยในชุมชนจึงอยากเปลี่ยนสถานที่ใหม่ๆ และสภาพแวดล้อมที่แตกต่างจากเดิมบ้าง

9. การประเมินผล

ผู้เรียนมีความเห็นว่า แบบวัดความรู้มีความยากแต่เมื่อผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมทำให้ตอบคำถามได้ดีขึ้น แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจมีความเข้าใจง่าย สามารถวัดผู้เรียนได้จริง จำนวนข้อไม่น้อยเกินไป คำชี้แจงและข้อคำถามมีความชัดเจน

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้โดยการสัมภาษณ์วิทยากรผู้ช่วยวิจัยและเยาวชนกลุ่มทดลอง โดยมีรายละเอียดของผลการศึกษาวเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นดังนี้

3.1 ปัจจัยของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

3.1.1 ภาพรวมของกิจกรรม

ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์วิทยากรผู้ช่วยดำเนินกิจกรรม และผู้เรียนเกี่ยวกับภาพรวมของกิจกรรมที่ได้ทดลองใช้ซึ่งมีความเห็นดังนี้

ความคิดเห็นของวิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรม มีความเห็นว่า โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นมีความจำเป็นและเหมาะสมที่จะเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น ได้แก่ มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมีความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ อีกทั้งยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของผู้เรียนโดยมีการให้ความรู้อย่างเป็นขั้นตอน ชัดเจน เข้าใจง่าย กิจกรรมเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม และดึงเหตุการณ์ในชีวิตจริงที่ผ่านมาของผู้เรียนมาประกอบบรรยาย และอภิปรายร่วมกันทำให้ผู้เรียนมีความรู้สึกร่วม และมีความสนใจยิ่งขึ้น ด้วยเหตุผลดังนี้

“ผู้วิจัยมีการให้ความรู้ และอธิบายเนื้อหาสาระเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจได้อย่างชัดเจน สร้างความเข้าใจกับผู้เรียนเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจอย่างเป็นลำดับขั้นก่อนการดำเนินกิจกรรม”

“กิจกรรมทุกกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วม โดยผู้เรียนทุกคนมีโอกาสพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตร่วมกัน ก่อให้เกิดความเข้าใจและความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม”

“กิจกรรมมุ่งเน้นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อยาเสพติดให้เกิดกับเยาวชนผ่านประสบการณ์ชีวิตจริงของผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์ และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ได้จริง”

ผู้เรียนทุกคนมีความเห็นว่า กิจกรรมที่เกิดขึ้นมีความเหมาะสม มีเทคนิคการเรียนรู้ที่หลากหลาย ความรู้ที่ได้รับสามารถเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต และความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจเป็นประโยชน์ในการปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างแท้จริง ด้วยเหตุผลดังนี้

“กิจกรรมมีความน่าสนใจ มีความหลากหลาย ไม่น่าเบื่อ”

“ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมทุกคน”

“ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง”

“เกิดความกล้าที่จะแสดงออกในการปฏิเสธต่อคำชักชวนต่างๆ”

“รู้สึกว่ามีคนเข้าใจและมีที่ปรึกษา ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ลำพัง”

“ผู้ดำเนินกิจกรรมทุกคนมีความเป็นกันเอง ทำให้กล้าถาม และกล้าแสดงความคิดเห็น”

3.1.2 ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

3.1.2.1 การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นสอดคล้องกับผู้เรียนที่เห็นว่า มีความเหมาะสม กิจกรรมตรงตามเป้าหมายที่วางไว้ มุ่งให้ผู้เรียนเกิดภูมิคุ้มกันทางใจ และเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนทุกคน ตลอดจนการเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เรียนในทางที่ดีขึ้น ดังนี้

“สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโปรแกรม”

“กิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วม และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียน”

“ผู้เรียนสามารถนำความรู้และข้อคิดเห็น รวมถึงคำแนะนำที่ได้ร่วมแลกเปลี่ยนระหว่างกันไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้จริง”

3.1.2.2 การวิเคราะห์หาความต้องการในการเรียนรู้

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นว่า มีความเหมาะสม การจัดกิจกรรมสามารถสนองตอบความต้องการของผู้เรียนได้จริงจากการหาความต้องการการเรียนรู้ของผู้เรียนเกี่ยวกับเนื้อหาสาระที่ผู้เรียนต้องการเรียนรู้ในเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจ และทำให้เกิดการเตรียมความพร้อมเพื่อการเรียนรู้และการจัดกิจกรรมของผู้เรียนได้ดียิ่งขึ้น ดังนี้

“ได้ข้อมูลความต้องการการเรียนรู้ของเยาวชนในชุมชนอย่างแท้จริง”

“ช่วยให้การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้สนองตอบความต้องการและความสนใจของผู้เรียนได้จริง”

“ทำให้ทราบพื้นฐานโดยสังเขปของเยาวชนในชุมชน ส่งผลให้ผู้ดำเนินกิจกรรมมีโอกาสเตรียมความพร้อม รวมถึงประเมินภาพรวมของเยาวชนก่อนการดำเนินกิจกรรม”

3.1.2.3 โปรแกรมการศึกษาจากระบบโรงเรียน

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นว่า มีความเหมาะสมโดยมีการดำเนินกิจกรรมตามขั้นตอนที่วางไว้จากการสังเคราะห์ทฤษฎี และดำเนินกิจกรรมที่เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจที่ครอบคลุม ทั้งมิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมิติด้านความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ และมีการใช้เทคนิคในการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เป็นการดึงดูดความสนใจของผู้เรียนได้อย่างดี ดังนี้

“มีการดำเนินกิจกรรมตามกรอบของโปรแกรมที่วางไว้ โดยดำเนินการตามลำดับขั้นตอนจากการบูรณาการทฤษฎีร่วมกัน”

“โปรแกรมมีความหลากหลาย ทั้งการบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง การวิพากษ์วิจารณ์ การแสดงบทบาทสมมติ และเกม”

“ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรมไม่มากและไม่น้อยเกินไป ยังดึงความสนใจของกลุ่มผู้เรียนได้ โดยไม่เกิดความเบื่อหน่ายและการไม่ให้ความร่วมมือในกิจกรรม”

3.1.2.4 กลุ่มผู้เรียน

วิทยากรและผู้ช่วยวิจัยมีความเห็นว่ามีความเหมาะสม ผู้เรียนมีอายุไล่เลี่ยกัน มีความสนใจเรื่องเดียวกัน โดยพื้นฐานของผู้เรียนจะขาดความสามารถในการควบคุมตนเองต่อภาวะความกดดันต่างๆ ไม่สามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ ไม่มีความหวัง และไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่รุมเร้าชีวิตได้ ดังนั้นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจจึงเป็นประโยชน์ต่อกลุ่มผู้เรียนทั้งหมดและมุ่งแก้ปัญหาเสพติดในเยาวชนได้อย่างแท้จริง โดยในการให้ความรู้รวมถึงการจัดกิจกรรมการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจสามารถจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับความสนใจและช่วงวัยของผู้เรียนได้ง่าย ทำให้สะดวกต่อการดำเนินกิจกรรม รวมถึงการบรรยาย และการอภิปรายเนื้อหาสาระต่างๆ ดังนี้

“ผู้เรียนอยู่ในช่วงวัยเดียวกัน อยู่ในสภาพแวดล้อมคล้ายคลึงกัน มีความสนใจใกล้เคียงกัน ทำให้การดำเนินกิจกรรมประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเข้าร่วมกิจกรรม ความรู้ที่ได้รับ และการนำไปใช้”

“ง่ายต่อการสื่อสารและอธิบาย เนื่องจากผู้เรียนมีประสบการณ์ที่คล้ายคลึงกัน”

“ผู้เรียนเป็นเยาวชนที่อยู่ในช่วงวัยของการอยากรู้อยากลอง ขาดความยับยั้งชั่งใจ ไม่รู้อะไรผิดอะไรถูก และสภาพความเป็นอยู่ที่เสี่ยงต่อการข้องเกี่ยวกับยาเสพติด การปลุกฝังความคิดที่ถูกต้อง และเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจจึงเกิดประโยชน์ต่อกลุ่มผู้เรียนกลุ่มนี้มากที่สุด”

3.1.2.5 วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรม

กลุ่มผู้เรียนมีความเห็นว่าวิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเหมาะสม วิทยากรมีประสบการณ์จริง ถ่ายทอดความรู้ได้น่าสนใจ มีความเป็นกันเอง และเข้าใจสถานการณ์และสภาวะทางจิตใจของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี ดังนี้

“วิทยากรเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านยาเสพติด และเข้าใจการเสริมสร้างความสามารถในการควบคุมตนเองในกับกลุ่มผู้เรียนได้ดี สร้างความเชื่อมั่นในกับผู้เรียน และกระตุ้นให้ผู้เรียนแสวงหาโอกาสดีๆ ในชีวิตได้ดี และสามารถถ่ายทอดความรู้ที่เกิดจากชีวิตจริงได้”

“กระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม สนุกสนาน เป็นกันเอง ไม่น่าเบื่อ”
 “มีการดำเนินกิจกรรมที่หลากหลาย น่าสนใจและได้รับความรู้มาก”
 “มีทักษะในการพูดและถ่ายทอดเป็นอย่างดี พูดจาสนุก ให้ความสำคัญกับผู้เรียน
 ทุกคน ให้กำลังใจ และสร้างพลังความมุ่งมั่นให้กับผู้เรียนได้ดี”
 “มีเทคนิคการบรรยายที่สร้างความสนใจของผู้เรียน กระตุ้นให้ผู้เรียนตั้ง-ตอบ
 คำถาม”

“มีการเตรียมสื่อเนื้อหา ใบความรู้ และใบงานประกอบในแต่ละกิจกรรม”
 “ให้ความรู้ลึกเป็นกันเองทำให้ผู้เรียนไม่เกร็ง กล้าปรึกษาและขอคำแนะนำ”

3.1.2.6 สื่อการเรียนรู้

กลุ่มผู้เรียนมีความเห็นว่า วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเหมาะสม สื่อ
 น่าสนใจ มีการสรุปความรู้ที่ได้รับในแต่ละกิจกรรมผ่านใบความรู้ และมีใบงานมอบหมายให้ทำเพื่อ
 ประเมินตนเองของผู้เรียน โดยใบงานแต่ละกิจกรรมสอดแทรกความรู้และพฤติกรรมของการเป็นผู้ที่มี
 ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจต่อการเสพยาเสพติด การมีความมุ่งมั่นในตนเองและเข้าใจผู้อื่น
 รวมถึงการกระตุ้นให้ผู้เรียนตระหนักในการแสวงหาสัมพันธภาพใหม่ๆ และการปรับตัวในการดำเนิน
 ชีวิตในสังคมได้เป็นอย่างดี อีกทั้งสื่อการเรียนรู้ทุกสื่อมุ่งเน้นการถ่ายทอดความรู้เพื่อให้ผู้เรียนเกิด
 ภูมิคุ้มกันทางใจครอบคลุมทุกมิติอย่างแท้จริง ดังนี้

“ภาพยนตร์สอดคล้องกับเนื้อหาและวัตถุประสงค์ของกิจกรรม”

“วัสดุ อุปกรณ์ ใบความรู้ และใบงาน ช่วยให้การดำเนินกิจกรรมบรรลุผลตาม
 วัตถุประสงค์ ผู้เรียนสามารถมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น และประเมินผลได้อย่างเป็นรูปธรรม”

3.1.2.7 เนื้อหาสาระ

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นสอดคล้องกับผู้เรียนที่เห็นว่า มีความ
 เหมาะสมเนื้อหาที่มีความเหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อกลุ่มผู้เรียนจริง เนื้อหาเน้นการเสริมสร้าง
 ภูมิคุ้มกันทางใจทั้งมิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และด้าน
 ความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ และมีการปรับปรุงเนื้อหาให้ง่ายต่อการอธิบายและ
 สื่อสารกับกลุ่มผู้เรียนเพื่อให้เข้าใจความหมายและเรียนรู้เพื่อให้ผู้เรียนเกิดภูมิคุ้มกันทางใจ ดังนี้

“เนื้อหาสาระมีความน่าเชื่อถือ แสดงให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงการเป็นผู้มีภูมิคุ้มกัน
 ทางใจ และนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง”

“มีประโยชน์กับเยาวชนมาก ทำให้เยาวชนมีความมุ่งมั่นต่อการดำเนินชีวิตโดยไม่
 พึ่งพาสยาเสพติด มีการหาเพื่อใหม่ รู้จักการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมภายนอกชุมชน เพราะในชุมชนมีการ
 แพร่หลายของยาเสพติดอย่างหนาแน่น”

“เยาวชนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจมากยิ่งขึ้น มีความเข้าใจ รู้จักการให้กำลังใจตนเอง มี
 ความเชื่อว่าตนเองสามารถเลือกทางเดินชีวิตในทางที่ขึ้นได้และจัดการกับปัญหาในชีวิตได้ดีขึ้น”

“เนื้อหาเหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อเยาวชน รวมถึงผู้ปกครองอีกด้วย”

“ประสบการณ์ที่วิทยากรเล่าให้ฟังสอดคล้องกับเนื้อหาสาระ ทำให้มองเห็นภาพได้
 อย่างชัดเจน”

3.1.2.8 รูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นสอดคล้องกับผู้เรียนที่เห็นว่า มีความเหมาะสม มีความหลากหลาย กระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในทุกๆ กิจกรรม และทุกกิจกรรมมีจุดมุ่งหมายในการนำไปสู่การเกิดภูมิคุ้มกันทางใจของผู้เรียนทั้งด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และด้านความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ดังนี้

“การบรรยายไม่น่าเบื่อ มีกิจกรรมคั่นตลอดเพื่อดึงความสนใจของผู้เรียน”

“กิจกรรมมีความหลากหลาย มีการเล่นเกม มีการแสดงบทบาทสมมติ ทำให้น่าสนใจ”

“มีการถ่ายทอดประสบการณ์ร่วมกันระหว่างวิทยากร ผู้สอน และผู้เรียน ทำให้ได้รับความรู้ร่วมกัน รวมถึงได้คำแนะนำ และข้อคิดที่สามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้โดยผู้เรียนสามารถปรับวิถีการดำเนินชีวิตที่ควบคุมตนเองได้ มองโลกในแง่ดี มีความหวัง เข้าใจผู้อื่น และเปิดรับสัมพันธภาพใหม่ๆ”

“ของรางวัลน่าสนใจ ดึงดูดให้ผู้เรียนอยากร่วมกันทำกิจกรรม”

3.1.2.9 สถานที่

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นสอดคล้องกับผู้เรียนที่เห็นว่า มีความเหมาะสม สะดวกต่อการเดินทาง และเป็นที่รวมของคนในชุมชน ดังนี้

“เงียบสงบ ลมพัดสบาย”

“อยู่ใจกลางชุมชน ผู้เรียนสะดวกในการเดินทาง”

“มีผู้นำชุมชน และคณะกรรมการชุมชนคอยอำนวยความสะดวกอยู่ตลอดเวลา”

“อาหาร ของว่าง และเครื่องดื่มอร่อย”

“อยากให้มีการจัดกิจกรรมนอกชุมชนบ้าง”

3.1.2.10 ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นสอดคล้องกับผู้เรียนที่เห็นว่า มีความเหมาะสม ระยะเวลาที่จัดกิจกรรมยืดหยุ่นตามความต้องการและความจำเป็นของผู้เรียน ดังนี้

“ใช้เวลาว่างเฉพาะวันหยุดของผู้เรียนในการจัดกิจกรรม ทำให้ไม่กระทบเวลาของผู้เรียน”

“เวลาในการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรมไม่นานจนเกินไป”

“อยากให้มีการจัดกิจกรรมทุกวัน”

3.1.2.11 การประเมินผล

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นสอดคล้องกับผู้เรียนที่เห็นว่า มีความเหมาะสม แบบวัดสามารถวัดความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจที่ครอบคลุมด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และด้านความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ นอกจากนี้ยังวัดเจตคติที่มีการเปลี่ยนแปลงได้จริง ผู้เรียนสามารถประเมินตนเองได้ ดังนี้

“วัดความรู้และภูมิคุ้มกันได้จริง”

“ข้อสอบค่อนข้างยากถ้าไม่มีความรู้มาก่อน”

3.1.3 ความเหมาะสมของแบบสอบถามที่ใช้ประกอบในการดำเนินโปรแกรม การศึกษานอกระบบโรงเรียน

ได้แก่ แบบสอบถามเพื่อศึกษาความต้องการการเรียนรู้แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับ ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด และแบบ ประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมมีความเห็นสอดคล้องกับผู้เรียนที่เห็นว่า มีความเหมาะสมทำให้ผู้เรียนได้ประเมินตนเอง และเข้าใจตัวเองมากยิ่งขึ้น อีกทั้งทุกข้อคำถามมุ่งเน้นการ วิเคราะห์และพิจารณาความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจรายด้าน และประเมินภูมิคุ้มกันทางใจที่เกิดขึ้น ในตัวของผู้เรียนอย่างละเอียดถี่ถ้วน ดังนี้

“คำถามใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายมีความชัดเจน”

“คำถามสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัดผล”

“ผู้เรียนได้ทำความเข้าใจตัวเองและตรวจสอบตัวเอง ทำให้เข้าใจตัวเองมากขึ้น”

“แบบวัดความรู้ค่อนข้างยากถ้าไม่มีพื้นความรู้”

“จำนวนข้อของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจค่อนข้างเยอะ”

3.2 เงื่อนไขความสำเร็จของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการ ทดลองใช้

จากการรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพจากความเห็นของวิทยากรผู้ช่วยดำเนินกิจกรรม และ กลุ่มทดลองรวมทั้งการสังเกตแบบมีส่วนร่วมจากการจัดกิจกรรม และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันใน การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยพบว่า เงื่อนไขที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้ พัฒนาขึ้นไปใช้ ได้แก่

3.2.1 ด้านกิจกรรมการเรียนรู้

3.2.1.1 การบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง การเล่นเกม การแสดง บทบาทสมมติ การชมภาพยนตร์ ทัศนศึกษา กลุ่มทดลองทุกคนต่างมีความเห็นว่า กิจกรรมมีความ หลากหลาย ไม่น่าเบื่อ ทำให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจมากยิ่งขึ้น และสามารถนำ ความรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้ทั้งการจัดการกับปัญหา การควบคุม ตนเองต่อสถานะกอดันและสิ่งเร้าต่างๆ รวมถึงการกำหนดทิศทางในชีวิตตนเอง การเข้าใจผู้อื่น และ การแสวงหาสัมพันธภาพใหม่ๆ ดังเช่น เยาวชนในกลุ่มทดลองได้แสดงความคิดเห็นว่า “ทุกคนมีส่วนร่วม ในทุกกิจกรรม สอนสลับกับการเล่นเกม มีการแสดงบทบาทสมมติสนุกดี รู้จักเพื่อนที่มาเข้าร่วม กิจกรรมมากขึ้น การยกตัวอย่างทำให้เห็นภาพที่ใกล้เคียงกับตัวเอง และเข้าใจแล้วว่าคนอื่นก็มีปัญหา ไม่ต่างจากเรา รู้วิธีการหาทางออกที่ดีกว่าเดิม กล้าจะปฏิเสธแล้ว”

3.2.1.2 การวิพากษ์เพื่อสะท้อนความคิดเป็นการเปิดโอกาสให้เกิดการสำรวจตัวเอง ทบทวนทัศนคติ ความเชื่อเดิม และรับฟังความคิดของผู้อื่นเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดีกว่าและ ก่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น ผู้เรียนเรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพใหม่ๆ การแสวงหาโอกาสใน

ชีวิต การรู้จักปรับตัวอย่างยืดหยุ่น รวมถึงการฝึกเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งเยาวชนในกลุ่มทดลอง ได้แสดงความเห็นว่า “ตอนที่ให้ทุกคนร่วมกันสะท้อนความคิดรู้สึกมีประโยชน์มาก เพราะรู้ความคิดเพื่อนๆ รู้ว่าเพื่อนคิดอย่างไรกับเหตุการณ์ที่นำมาถกเถียงกัน สุดท้ายต่างก็ได้แนวทางในการนำไปปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น”

3.2.1.3 ภาพยนตร์ที่ได้ดูมีความน่าสนใจและเกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนรู้ในกิจกรรมครั้งนี้ มีข้อคิดและวิธีการดำเนินชีวิตของตัวละครที่น่าสนใจ นำไปปรับใช้ได้จริง และเชื่อมโยงต่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน โดยภาพยนตร์เน้นให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และการมีความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ การเปิดโลกกว้างเพื่อแสวงหาโอกาสในชีวิตที่ดีกว่าเดิม ซึ่งเยาวชนในกลุ่มทดลอง ได้แสดงความเห็นว่า “ชอบภาพยนตร์ทั้ง 2 เรื่องมากๆ ไม่เคยดูมาก่อนเลย แต่พอได้ดูแล้วสนุก ชอบหนังฝรั่งมากๆ ข้อคิดดีๆ เยอะเลย”

3.2.1.4 การอภิปรายกลุ่มเป็นการกระตุ้นให้ทุกคนแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ก่อให้เกิดความคิดที่หลากหลาย เป็นประโยชน์ร่วมกัน ในหลายกิจกรรมที่มุ่งเน้นการแลกเปลี่ยนพื้นฐานความรู้ที่ได้จากประสบการณ์ของผู้เรียนแต่ละคนทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่เกิดขึ้น ความรู้ในเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจสามารถนำมาปรับใช้ให้เป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น ทำให้ผู้เรียนเข้าใจและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและยังเสริมสร้างการทำงานเป็นทีมอีกด้วย โดยจะทำให้ผู้เรียนเรียนรู้การเข้าใจจิตใจและความรู้สึกของผู้อื่น การแสดงความคิดเห็นที่สะท้อนการกำหนดทิศทางในชีวิตของตัวเอง การปรับตัวต่อสถานะต่างๆ ที่ประเมินจากการร่วมทำกิจกรรม การตอบคำถาม ไบงาน และการอภิปราย ซึ่งเยาวชนในกลุ่มทดลองได้แสดงความเห็นว่า “แบ่งกลุ่ม 5 คน ได้คุยกันสนุกดี แต่ละคนคิดคนละแบบ กว่าจะสรุปเขียนลงไบงานได้ก็ไม่รู้จะเอาความคิดใครดี พอนำเสนอหน้าห้องก็เกี่ยวกันอีกว่าใครจะออกไป”

3.2.1.5 การเล่นเกมเป็นการย่อสถานการณ์จริงให้ผู้เข้าร่วมฝึกในระยะเวลาสั้นๆ ทุกคนมีส่วนร่วมช่วยกันคิด ช่วยการทำ เพื่อให้เกมดำเนินไปจนจบ การเรียนรู้เกิดขึ้นโดยไม่รู้ตัว และมีความเป็นกันเอง โดยกิจกรรมได้สอดแทรกให้ผู้เรียนรู้จักการหาทางออกในการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง ส่งเสริมการสร้างสัมพันธภาพใหม่ๆ ซึ่งเยาวชนในกลุ่มทดลองได้แสดงความเห็นว่า “เกมไฟตอนอยู่กลุ่มแรกสนุก พอสลับกลุ่มเริ่มเอียงกัน เพราะกติกาไม่เหมือนเดิม เล่นจนงง เพิ่งมารู้ทีหลังว่าเล่นแล้วได้อะไร จะสอนเกี่ยวกับอะไร”

3.2.2 ด้านวิทยากร

เยาวชนกลุ่มทดลองได้แสดงความเห็นว่า ประทับใจในตัววิทยากรในการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ เนื่องจากวิทยากรเป็นผู้ที่มีความเชี่ยวชาญและสามารถสร้างความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นกับกลุ่มผู้เรียนได้ สร้างพลังศรัทธาในการดำเนินชีวิต การมองโลกอย่างเข้าใจผู้อื่น การควบคุมตนเองในการอดทนและปฏิเสธต่อสิ่งยั่วยุภายนอก รวมถึงการมองโลกในแง่ดี โดยมีความเห็นว่า “วิทยากรเป็นผู้มีประสบการณ์ในเรื่องที่เล่าเป็นอย่างดี มีความเป็นกันเอง เปิดโอกาสให้ซักถามเต็มที่ ไม่เกร็ง ไม่ถือตัว คุยสนุก ตลก และเปิดเผย”

3.3 ปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

จากการดำเนินกิจกรรมร่วมกับการสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการเตรียมงานก่อนการดำเนินกิจกรรม ทำให้ค้นพบข้อมูลที่เป็นปัญหาและอุปสรรคต่อการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดังนี้

3.3.1 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม

ระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินการจัดกิจกรรมขึ้นอยู่กับความสะดวกของผู้เรียน เนื่องด้วยผู้เรียนต้องไปโรงเรียนในวันธรรมดา จะมีเวลาว่างในช่วงวันหยุดเท่านั้น ซึ่งในวันหยุดแต่ละคนก็ไม่มีเวลาว่างทั้งวัน ผู้วิจัยจึงต้องหาช่วงเวลาที่ยาวตรงกันเพื่อจัดกิจกรรม ทำให้การเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจไม่มีความต่อเนื่องกัน บางกิจกรรมต้องใช้เวลาเพื่อการเรียนรู้ร่วมกันในการอภิปรายและตกผลึกเพื่อให้เกิดการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

3.3.2 สถานที่ในการจัดกิจกรรม

สถานที่ในการจัดกิจกรรมครั้งนี้คือ ที่ทำการชุมชนลือค 4-5-6 (บ้านอุ่นใจ) ซึ่งอยู่ในพื้นที่ของชุมชนคลองเตยที่ผู้เรียนอาศัยอยู่ เนื่องด้วยสถานที่ค่อนข้างจะแคบ ประกอบกับเป็นสถานที่ในการทำกายภาพบำบัดของผู้สูงอายุในชุมชน จึงทำให้ต้องมีการเคลื่อนย้ายอุปกรณ์เพื่อใช้พื้นที่ในการดำเนินกิจกรรมก่อให้เกิดความรำคาญใจกับผู้เรียน เป็นอุปสรรคในการเรียนรู้ อีกทั้งแสงสว่างไม่เพียงพอก่อให้เกิดปัญหาต่อการเรียนรู้และเป็นอุปสรรคต่อความสนใจของผู้เรียน

3.3.3 การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรม

การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมค่อนข้างยาก เนื่องด้วยผู้เรียนได้มีการแยกย้ายไปดำเนินชีวิตของตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องขอความร่วมมือกับทางคณะกรรมการชุมชนในการสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนบางคนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงได้ด้วยเหตุผลหลายประการ นอกจากนี้ในการเข้าไปติดตามผลในแต่ละสัปดาห์จะตามตัวผู้เรียนแต่ละคนได้ยากมาก และมีเวลาในการพูดคุยกันเพียงระยะเวลาสั้นๆเท่านั้น อีกทั้งในการพูดคุยเพื่อติดตามผล คณะกรรมการชุมชนจะคอยสังเกตพฤติกรรมของเยาวชนร่วมด้วยทำให้การพูดคุยไม่สะดวกเท่าที่ควร เยาวชนที่มีปัญหาและต้องการได้รับคำปรึกษาเพื่อแก้ไขปัญหาก็จะระมัดระวังคำพูด และไม่กล้าแสดงออกเท่าที่ควร ทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถให้คำปรึกษาและวิเคราะห์สภาวะทางจิตใจ รวมถึงภูมิคุ้มกันทางใจที่มีในตัวของผู้เรียนได้อย่างเต็มที่

อย่างไรก็ตามปัญหาและอุปสรรคดังกล่าวไม่ส่งผลต่อการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ตอนที่ 4 ผลการนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

ผู้วิจัยจัดการสนทนากลุ่มขึ้นเพื่อร่วมกันนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ และร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ในประเด็นของสภาพปัญหาเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงและมาตรการทางสังคม ซึ่งในการจัดสนทนากลุ่มครั้งนี้ประกอบด้วย นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดเขตคลองเตยและตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน เลขาธิการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด เจ้าหน้าที่สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.) นักจิตวิทยา และนักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น และมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด จากนั้นผู้วิจัยนำร่างมาตรการทางสังคมที่ได้ไปให้กับคณะกรรมการชุมชน ผู้นำชุมชน ตัวแทนของเยาวชน และผู้ที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดในชุมชนร่วมกันพิจารณาความเป็นไปได้ รวมถึงปรับปรุงแก้ไขและให้ข้อเสนอเพิ่มเติม ดังนี้

1. โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1.1 ความเหมาะสมกับสภาพของกลุ่มเป้าหมาย

จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นตรงกันว่า โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมกับกลุ่มทดลองที่เป็นเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดังผลจากการแสดงความคิดเห็นดังต่อไปนี้

“กิจกรรมที่จัดขึ้นดีนะ เด็กๆ ได้เรียนรู้เรื่องยาเสพติดมากขึ้น จะได้ไม่ไปติดยาอีก เพราะปัจจุบันคนเดิมนๆ ก็กลับมาติดยาอีก ติดยากันตั้งแต่อายุ 14-30 ปี ในชุมชนนี้เต็มไปหมด” คุณอามีนั้นห์ ปิติลและ นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดของเขตคลองเตยและตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน

“เยาวชนติดเพื่อน วัยนี้พอกลับจากบำบัดก็กลับมาติดยาอีก จัดกิจกรรมให้บ่อยๆก็ดี บางทีโครงการที่ปปส.จัดจบไปแล้ว จะได้มีโครงการอื่นต่อเนื่อง เยาวชนจะได้ซึมซับ ผมเห็นด้วยที่ให้ความรู้และจัดกิจกรรมให้เยาวชนกลุ่มนี้” คุณสุนทร จำปาทอง เลขาธิการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย

“เด็กติดยามีแต่เพิ่มขึ้นๆ ใน 100 คน มี 20 คนแล้วที่มีอันตรายสำหรับสังคม เด็ก 20%นี้พอกลับจากค่ายก็กลับไปเสพยาอีก ดีแล้วที่ช่วยกันสร้างภูมิคุ้มกันให้เด็กเหล่านี้” พระพิศาลธรรมานุสิฐ เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน

“พ่อแม่สมัยนี้ไม่มีเวลา มัวแต่หาเงิน ลูกก็ไม่ทำงาน เอาเงินจากพ่อแม่ ไม่ได้สอน ไม่ได้ดูแล จนเด็กติดเพื่อน ก้าวร้าว ติดยา จะให้ดูทุกฝีก้าวก็ไม่ได้ มีโครงการมาช่วยให้ความรู้เด็กนำเสนอ สนุน มากๆ ได้เป็นหูเป็นตาแทนพ่อแม่” คุณตุ๊กตา ม่วงศรี ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด

“ลูกติดเพื่อน ส่งบำบัดก็ครั้งก็ยกกลับมาติดอีก ฝึกลงไม่ห่างแล้วก็ยังแอบไปเสฟ ตอนนี้อยาก ให้โครงการมีตลอด อยากเอาชื่อให้กับหน่วยงานหรือโครงการที่น้องๆมาจัด เมื่อลูกจะเลิกยาได้ จริงจัง” คุณสมบัติ เกรียงมงคล ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด

“กิจกรรมดีมากๆ เยาวชนวัยคะนองต้องดูแลเป็นพิเศษ เห็นด้วยที่จัดกิจกรรมเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันให้กับเด็กกลุ่มเสี่ยง เพราะมีโอกาสกลับมาเสฟอีก” คุณสุวรรณา ว่องวานิช เจ้าหน้าที่ คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

“เด็กวัยนี้ส่วนใหญ่ไม่ชอบการบังคับ ต้องจูงใจหลายๆแบบ กิจกรรมก็ต้องหลากหลาย เท่าที่ สังเกตการณ์ เด็กสนใจกิจกรรมเป็นอย่างดี น่าคิดว่ากิจกรรมเหมาะสมกับความสนใจของวัย ความรู้ที่ ป้อนให้ก็ซึมซับได้ดี” คุณชนิษฐา ระโหลฐาน นักจิตวิทยา

“เยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีโอกาสกลับมาติดซ้ำได้ถึง 80% สังคมและหน่วยงานควรให้ความสำคัญ กับเด็กที่จะกลับมาเสฟซ้ำด้วย ไม่ใช่เน้นเด็กกลุ่มเสี่ยงที่มีแนวโน้มเข้าไปข้องแวะกับการเสฟยาเพียง อย่างเดียว กิจกรรมมีการวิพากษ์วิจารณ์ สะท้อนความคิดเห็น เยาวชนวัยนี้เข้าใจและเข้าถึง ถือว่ามี ความหลากหลายน่าสนใจ” คุณอรุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน

1.2 การนำไปปฏิบัติให้กลุ่มเป้าหมายมีภูมิคุ้มกันทางใจ

จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นตรงกันว่า โปรแกรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงและทำให้กลุ่มเป้าหมายมีภูมิคุ้มกันทางใจ ดังผล จากการแสดงความความคิดเห็นดังต่อไปนี้

“ผู้จัดทำมีการศึกษาสภาพของชุมชนและความเป็นอยู่ของเยาวชนก่อนทำแผนกิจกรรม ย่อม รู้ว่าเยาวชนขาดภูมิคุ้มกันด้านใด และส่งเสริมเพิ่มเติมอะไรเพื่อให้มีภูมิคุ้มกันยาเสพติด คิดว่าหลังจาก เสร็จสิ้นกิจกรรม เยาวชนจะนำความรู้ไปใช้ได้จริง และมีภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้น” คุณอามิษฐ์ ปิติลและ นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดของเขตคลองเตยและตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริม สุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน

“จากผลการติดตามเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมคิดว่าเด็กมีภูมิคุ้มกันและมีความเข้าใจในการ ใช้ชีวิตมากขึ้น” คุณสุนทร จำปาทอง เลขาธิการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย

“ปัจจุบันวัดกับชุมชนไม่สามารถแก้ไขปัญหายาเสพติดได้ เราไม่พร้อมในหลายๆด้าน ทำได้ เพียงบำบัดช่วงสั้นๆ จะให้เกิดภูมิคุ้มกันเป็นไปได้ยาก แต่โปรแกรมที่ให้เด็กเข้าร่วมเน้นให้เด็กคิด พูด และลงมือทำ ก็น่าจะทำให้เด็กมีภูมิคุ้มกันขึ้นมาได้” พระพิศาลธรรมานุสิฐ เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคย จัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน

“เด็กได้คิด ได้ดูหนัง ได้ฟังคนที่เคยมีประสบการณ์มาก่อน ก็เกิดความคล้อยตามได้” คุณ ตุ๊กตา ม่วงศรี ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด

“ทั้งลูกและหลานเคยติดยา เคยโดนตำรวจจับ เคยส่งบำบัด สุดท้ายกลับมาเสฟอีก การ บำบัดแบบเดิมคงใช้ไม่ได้ผลแล้ว ถ้าให้เด็กคิดได้เอง เห็นตัวอย่างของสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เด็กอาจจะกลับ ตัวกลับใจได้” คุณสมบัติ เกรียงมงคล ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด

“แผนกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมให้เยาวชนแสดงความคิดเห็น การช่วยกันแชร์สิ่งที่แต่ละคน ประสบอยู่จะเกิดเป็นองค์ความรู้ใหม่ๆ ” คุณสุวรรณา ว่องวานิช เจ้าหน้าที่คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

“การเปลี่ยนความคิดเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นสิ่งที่ทำได้ยากแต่สามารถทำได้ การสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจเกิดได้ถ้าเยาวชนตกผลึกในความรู้ที่ได้รับและเห็นประโยชน์ของทักษะด้านต่างๆ ” คุณชนิษฐา ระโหลฐาน นักจิตวิทยา

“การยกตัวอย่างในกิจกรรมเห็นภาพที่ชัดเจนสามารถเป็นตัวอย่างในการนำไปใช้ได้ เหตุการณ์จำลองมีความคล้ายคลึงกับสถานการณ์ที่เยาวชนเคยเจอ ทางออกที่ร่วมกันระดมสมองเป็น คลังความรู้ที่ตีเเย่มของการสร้างภูมิให้กับเด็ก ” คุณอรอุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการ สำหรับเยาวชน

1.3 ข้อเสนอแนะที่ควรปรับปรุงและแก้ไข

จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญได้แนะนำและให้ข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงและพัฒนา โปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนดังกล่าวให้ดียิ่งขึ้น ดังผลจากการแสดงความคิดเห็นดังต่อไปนี้

“น่าจะจัดกิจกรรมเป็นครอบครัว ควรให้พ่อแม่เข้าร่วมด้วย เพราะหลายครอบครัวพ่อแม่ขาด ขาด ลูกก็เลยติดยา ” คุณอามีน่าห์ บิดิลและ นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดของเขตคลองเตยและ ตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน

“เพื่อมีผลต่อการใช้ชีวิตของเด็กวัยนี้ กิจกรรมควรเพิ่มการพึ่งพาตัวเอง ให้เด็กรู้จัก ช่วยเหลือตัวเอง ให้กำลังใจตัวเอง ขอคำปรึกษาจากเพื่อนให้น้อยที่สุด ” คุณสุนทร จำปาทอง เลขานุการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย

“การแก้ปัญหาเด็กติดยาทั้งเด็กใหม่ ทั้งเด็กที่จะกลับมาติดอีกเป็นเรื่องของสังคม ควรให้ ความรู้กับชุมชนทั้งพ่อแม่ ครู ผู้นำชุมชน แล้วร่วมกันลงมือทำ ทำเป็นภาพกว้าง ทำเป็นสังคม ” พระ พิศาลธรรมมานุสิฐ เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน

“ควรเพิ่มการสอนวิชาชีพพร้อมด้วยเพื่อให้เด็กรู้จักทำมาหากิน ไม่เป็นภาระพ่อแม่ พ่อแม่จะได้ มีเวลามาใส่ใจลูกมากขึ้น ” คุณตุ๊กตา ม่วงศรี ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด

“ควรมีการถามความสมัครใจผู้ปกครองด้วยเพื่อให้ลูกหลานได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรม เด็ก บางคนไม่ยอมให้ความร่วมมือทั้งๆที่ผู้ปกครองต้องการให้เข้าร่วม เพราะพ่อแม่จะรู้จักลูกดีที่สุดว่าควร ให้ได้รับการบำบัด การดูแลหรือไม่ ” คุณสมบัติ เกรียงมงคล ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด

“เยาวชนในวัยคะนองต้องดูแลต่อเนื่อง กิจกรรมบำบัดส่วนใหญ่แค่ประเมินไม่ได้แก้ไขจริงจัง อยากรให้มีโครงการระยะยาว 2-3 ปีทำต่อเนื่อง และกิจกรรมควรมีความแตกต่างกันในแต่ละกลุ่มตาม ช่วงอายุ ” คุณสุวรรณา ว่องวานิช เจ้าหน้าที่คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

“พ่อแม่ต้องให้ความสนใจจากการส่งลูกไปบำบัดหรือเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งนี้อาจจะมีการดึง พ่อแม่เข้าร่วมด้วยในบางกิจกรรมเพื่อเข้าใจความคิดของลูกที่สะท้อนออกมา ” คุณชนิษฐา ระโหลฐาน นักจิตวิทยา

“ควรระวังการกลับเข้าสู่สิ่งแวดล้อมเดิมซึ่งมีผลต่อการปฏิบัติตัวแบบเดิม ควรเน้นการให้ความรู้เรื่องทักษะการดำเนินชีวิตร่วมด้วย” คุณอรอุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน

2. มาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญได้ร่วมกันนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด ดังนี้

1. การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด

คณะกรรมการและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการจัดทำแผนบูรณาการสกัดกั้นยาเสพติดตามชุมชนที่มีความเสี่ยง โดยต้องมีการทำข้อตกลงร่วมระหว่างคนในชุมชน ผู้นำชุมชน และภาครัฐเพื่อประสานความร่วมมือของแต่ละภาคส่วน และการสะท้อนปัญหาเพื่อนำไปสู่การปราบปรามและการพัฒนาในชุมชน โดยทุกคนในชุมชนต้องร่วมมือกันสร้างสรรค์ชุมชนขึ้นมาใหม่ ครอบคลุมต้องปลูกฝังให้เยาวชนตระหนักในการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องตามครรลอง โดยเยาวชนจะต้องปรับตัวและรับมือได้กับทุกสภาวะปัญหา มีความเข้มแข็ง มีความสามารถในการควบคุมแรงกระแทกและแรงกดดันจากภายนอก มีความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้จักแสวงหาโอกาสดีๆ ในชีวิต

“ชุมชนต้องดูแลและสอดส่องเด็กให้มากยิ่งขึ้น ต้องสอนให้เด็กใช้ชีวิตให้เป็น มีปัญหาที่ควรหันหน้าเข้ามาปรึกษากัน อย่าหวังพึ่งพึ่งพารัฐเพียงอย่างเดียว” คุณอรอุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน

“ผู้ปกครองและผู้ใหญ่ในชุมชนต้องสร้างแรงจูงใจให้เด็ก ปลูกฝังให้เด็กเชื่อว่าตัวเองมีความสามารถที่จะทำประโยชน์ให้กับสังคมได้ เมื่อเด็กเข้าใจพิษภัยของยาเสพติดก็จะเกิดทางเลือกอื่น ทั้งนี้หน่วยงานควรร่วมมือกันทำการสกัดกั้นไม่ให้มีการส่งยาหรือขายยาในชุมชนเด็ดขาด” คุณสุวรรณา ว่องวานิช เจ้าหน้าที่คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

2. การพัฒนาประสิทธิภาพในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน

คณะกรรมการชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการปราบปรามเครือข่ายและกลุ่มเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับการค้ายาเสพติดในชุมชน เพราะถือได้ว่าเป็นอันตรายต่อการดำรงอยู่ของเยาวชนคนอื่นๆ ที่มีโอกาสในการเข้าไปติดยาเสพติด โดยต้องมีการพัฒนาประสิทธิภาพของการติดตาม ดูแล และสอบสวน รวมถึงการใช้กฎหมายร่วมด้วย ทั้งนี้ในการปราบปรามควรเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเจตคติของกลุ่มเยาวชน โดยทำให้เยาวชนได้เห็นศักยภาพของตนเองในการช่วยเหลือและทำประโยชน์ให้กับสังคม เปิดมุมมองของเยาวชนในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในสังคม โดยกระตุ้นให้เยาวชนเรียนรู้ในการปรับตัว แสวงหาความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ ที่มีคุณค่าต่อชีวิต

“สมัยนี้สิ่งชั่วร้ายมันเยอะ แคล่สื่อ แคล่ละคร เด็กมันก็เลียนแบบและจินตนาการไปไกลแล้ว พ่อแม่อย่างเราๆ ตามไม่ทัน ถ้ายังปล่อยให้มีการขายยา ไม่จับตาพฤติกรรมเด็กอย่างจริงจัง ไม่มีทางได้ผล เด็กไม่เรียนรู้ที่จะทำกิจกรรมที่มีประโยชน์ ไม่ได้คิดจะทำอะไรที่มีแก่นสาร ขาดความหวัง ขาดศรัทธา

ในชีวิต ก็มีแต่จะทำให้เด็กติดยาเพิ่มขึ้น” พระพิศาลธรรมานุสิฐ เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน

“ต้องปราบปรามให้เด็ดขาดเลย ถ้ายิ่งนิ่ง ปล่อยเฉย พ่อแม่ทำแต่งงาน เด็กก็ได้ใจ ขายได้ ซื้อได้ คุดได้ เห็นกันเกลื่อนไปหมด ทนดูไม่ได้เลยเห็นลูกหลานติดยา แต่พูดมากไปเด็กมันก็รำคาญ ต้องจับกุมบ้าง เอาให้จริงจังเลย จับกุมไปก็ต้องเปลี่ยนความคิดเด็กให้ได้ ไม่งั้นออกมาอีกเสพอีก” คุณสมบัติ เกรียงมงคล ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด

“ต้องจัดระบบให้ดีกว่านี้ งบประมาณที่ส่วนกลางให้มาก็ควรจัดสรรให้เกิดประโยชน์ เกาะติดเด็กให้รอบคอบถี่ถ้วนไปเลยจนกว่าจะเลิกยา จับเป็นจับ ไม่งั้นเด็กมันจะได้ใจ แอบคุดยาได้ตลอด” คุณตุ๊กตาม่วงศรี ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด

“เด็กมีเครือข่ายของตัวเอง ทุกชุมชนที่มีเด็กติดยา พอสืบไปสืบมาจะรู้เลยว่าเด็กมีเป็นกลุ่ม เป็นแก๊งค์ ติดยากันทั้งหมด ขวนกันเล่นยาหมด ถ้าจะให้ได้ผลต้องปราบปราม ต้องใช้กำลังให้เข็ดหลาบ แต่อย่าทำให้กลัวหรือหนี ต้องสอนให้รู้โทษของมัน” คุณสุวรรณา ว่องวานิช เจ้าหน้าที่คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

“พ่อแม่ต้องห้ามขาย พ่อแม่ขาย ลูกก็ติดด้วย เครือข่ายของคนในครอบครัวอันตรายที่สุด พ่อแม่ต้องใส่ใจ ให้กำลังใจ เป็นที่พึ่งพิงที่ดี รับฟังปัญหาของลูกได้ตลอดเวลา” คุณอามิษฐ์ ปิติลและนายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดของเขตคลองเตยและตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน

“ผู้ปกครองสมัยนี้แยะ ให้ท้ายลูก ลูกทำผิดก็ไปตำครู เด็กเลยก้าวร้าว เด็กได้ใจทำอะไรก็ได้ ติดยาครั้งนึงพ่อแม่ก็ตื่นรนจนเลิกยาได้ 2-3 วัน ก็กลับไปเสพอีก เพราะไม่มีการดูแลและติดตามลูกๆ เลยว่าแต่ละวันใช้เวลาไปทำอะไรบ้าง ไม่มีระบบทั้งครอบครัว ชุมชนจะแก้ปัญหากับครอบครัวก็ไม่ได้ ต้องช่วยกัน” คุณสุนทร จำปาทอง เลขาธิการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย

3. การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด โดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร

ควรมีการค้นหาและตรวจสภาพร่างกายและจิตใจของเยาวชนที่เป็นผู้เสพ ผู้ใช้ ผู้ติดยาเสพติด และผู้ที่เคยติดยาเสพติดให้ละเอียด ทั้งนี้ต้องมีการนำผู้เสพและผู้ใช้เข้ารับการบำบัดในรูปแบบของค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทั้งนี้ต้องเป็นการปรับเปลี่ยนสภาพจิตใจร่วมด้วย โดยการเสริมสร้างพลังใจ เสริมพลังความมุ่งมั่น กระตุ้นให้เยาวชนเชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีกว่าเดิมได้ มีความหวังในชีวิต มีศรัทธาในการเปลี่ยนวิถีชีวิตตนเองโดยเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้ และสร้างพลังให้เยาวชนมีความกล้าในการก้าวไปสู่ความสำเร็จ เพื่อให้เยาวชนมีพฤติกรรม การเลิกยาถาวร นอกจากนี้การบำบัดรักษาควรมีความทันสมัย มีการพัฒนาระบบข้อมูลที่มีประโยชน์ และเหมาะสมกับพฤติกรรมของผู้ที่เข้ารับการบำบัด เพื่อให้เกิดเกิดผลสัมฤทธิ์ทั้งกับผู้เสพและชุมชน

“เยาวชนที่กลับไปเสพซ้ำส่วนใหญ่เคยเข้ารับการบำบัดรักษาและฟื้นฟูแล้ว แต่เนื่องด้วยประสิทธิภาพของระบบการบำบัดไม่ได้ปรับเปลี่ยนถึงพฤติกรรม เด็กยังมีสภาพจิตใจเหมือนเดิม หดหู่ ไร้ความหวัง ก็ทำให้เยาวชนมีพฤติกรรมของการกลับมาเสพซ้ำอีก” คุณอามิษฐ์ ปิติลและ นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดของเขตคลองเตยและตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน

“หน่วยงานที่บำบัดก็มีกิจกรรมดีๆ บางครั้งเด็กก็เบื่อหน่าย เจอแต่การบำบัดซ้ำๆ ทำให้ไม่เกิดประโยชน์ที่จะทำให้เยาวชนตระหนักในผลเสียของยาเสพติด การใช้ชีวิตก็ไม่ต่างจากเดิม เด็กไม่ได้มีแรงบันดาลใจ ไม่มีความหวังในชีวิตเลย” พระพิศาลธรรมานุสิฐ เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน

“เด็กที่เสพยาส่วนใหญ่ก็เคยเข้าร่วมกิจกรรมบำบัดที่หน่วยงานจัดให้กับชุมชนบ่อยครั้งอยู่แล้ว การใช้วิธีการเดิมๆ เด็กก็รู้ทัน ไม่อยากสนใจ ไม่น่าติดตามแล้ว หน่วยงานควรต้องมีการปรับปรุงข้อมูลเพื่อสร้างความสนใจ เพิ่มการสร้างความเข้มแข็งและความมุ่งมั่นในจิตใจ ไม่งั้นการบำบัดก็ไม่ได้ผล พฤติกรรมเด็กก็เหมือนเดิม” คุณสุวรรณ ว่องวานิชเจ้าหน้าที่คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดกรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

4. การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน

ควรมีการเฝ้าระวังและป้องกันการเข้าใช้ยาเสพติดในชุมชนอย่างเข้มงวด โดยมีการให้ข้อมูลข่าวสารและเผยแพร่ความรู้ต่อกลุ่มต่างๆ ในชุมชนเพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจด้านยาเสพติด ทั้งนี้ผู้ปกครอง คณะกรรมการชุมชน รวมถึงตัวเยาวชนเองต้องให้ความร่วมมือในการป้องกันยาเสพติด โดยเฉพาะเยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะต้องมีการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงเพื่อเฝ้าระวังปัญหาเสพติด อีกทั้งต้องมีการสำรวจภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของตนเอง พิจารณาความสามารถในการดำเนินชีวิตภายใต้สภาวะหรือสิ่งแวดล้อมที่มีความกดดันทั้งภายในและภายนอก การปรับสภาวะทางอารมณ์และจิตใจเพื่อเข้าใจคนรอบข้าง และการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง นอกจากนี้ต้องป้องปรามและแทรกแซงเพื่อลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน

“ครูมีบทบาทน้อยสอนให้จบๆ ไป ไม่สอนด้านคุณธรรมแล้ว เด็กก็ไม่สามารถใช้ชีวิตได้ถูกต้อง เดียวนี้ตักเตือนเด็กก็ไม่ได้จะตีก็ไม่ได้พ่อแม่เอาเรื่องถึงโรงเรียนเข้าข้างลูกจนเสียคน” คุณตุ๊กตา ม่วงศรี ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด

“ผู้ปกครองต้องให้ความร่วมมือเพื่อดูพฤติกรรมลูกหลาน พูดคุยกันบ่อยๆ เป็นที่ปรึกษาที่ดีให้กับเด็ก เด็กจะได้ไม่หลงผิด เป็นหูเป็นตาให้กับคณะกรรมการชุมชนด้วย เด็กก็ต้องดูแลกันเองด้วย” คุณอรอุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน

5. การแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน

ควรมีการจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาแต่ละระดับเพื่อบูรณาการการแก้ไขปัญหาเสพติดในพื้นที่ของชุมชนโดยเฉพาะ เนื่องด้วยกลุ่มคนที่เกี่ยวข้องในชุมชนจะมีความรู้และความเข้าใจสภาพชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่ได้เป็นอย่างดี การทำแผนงานโดยเฉพาะเพื่อแก้ไขปัญหาเสพติดในชุมชนจะสามารถแก้ไขปัญหาได้ตรงประเด็นและได้ผลดีที่สุด เพราะบริบทแต่ละชุมชนมีความแตกต่างกัน จึงควรมีการศึกษาและทำการแก้ไขปัญหาโดยเฉพาะ นอกจากนี้การศึกษาพฤติกรรม ความเป็นอยู่ และพฤติกรรมของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะได้นำข้อมูลที่เป็นปัญหาเบื้องต้นของการเสพยาเสพติด ทั้งการขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การขาดความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการขาดความกล้าเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชน มาจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาในชุมชน

“เจ้าหน้าที่เค้าเข้ามาจัดกิจกรรมให้ เราก็ให้ความร่วมมือในการระดมเด็กให้เข้าร่วม แต่ไม่รู้
สิ่งที่เค้าสอน เค้าปลูกฝังมันตรงใจเด็กมั๊ย เพราะเค้าก็ไม่ได้มาสำรวจก่อนจัดกิจกรรม” คุณตุ๊กตา ม่วง
ศรี ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด

“เอากิจกรรม ขึ้นตอนต่างๆ ของ ปปส. หรือของรัฐมาใช้ก็ไม่ได้ผลเท่าที่ควร เพราะเด็กในแต่ละ
ละชุมชนไม่เหมือนกัน ถ้าได้ผลก็แค่บางส่วน บางวิธีการก็ไม่สามารถปรับพฤติกรรมเด็กได้ ต้องปรับใช้
ให้เหมาะกับชุมชนจึงจะได้ผลดี” คุณสุนทร จำปาทอง เลขานุการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย

6. การบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง

ควรมีการกระตุ้นและส่งเสริมความร่วมมือกันระหว่างชุมชนที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อยาเสพติดกับ
ประชาชนที่อาศัยในชุมชน ทั้งนี้ต้องอาศัยงบประมาณและความร่วมมือจากภาครัฐในการบูรณาการ
กลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่น ต้องมีการจัดตั้งและพัฒนากำลังของประชาชนเพื่อป้องกันปัญหา
ยาเสพติดในชุมชนและเสริมประสิทธิภาพพลกเฝ้าระวังในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง

“ชาวบ้านต้องช่วยกันแก้ปัญหา รัฐต้องให้งบ เจ้าหน้าที่ก็ต้องสอดส่องดูแลให้ทั่วถึง ปล่อยให้
ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งดูแลฝ่ายเดียวไม่มีทางทำได้” คุณตุ๊กตา ม่วงศรีผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพ
ติด

“รัฐต้องจริงจัง ท้องถิ่นก็ต้องช่วย นักการเมืองท้องถิ่นต้องให้ความร่วมมือ นายกต้องร่างตัว
บทกฎหมายอย่างจริงจัง ทุกภาคส่วนต้องช่วยกัน ถ้าจะให้วัดกับชุมชนแก้ปัญหาที่ไม่สามารถทำได้ วัด
ยินดีให้ความร่วมมือ แต่ขึ้นอยู่กับภาครัฐและงบประมาณตอนนี้ภาครัฐละเลยทางเหนือก็เริ่มมีการ
ปลูกฝิ่นอีกแล้ว” พระพิศาลธรรมานุสิฐ เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับ
เยาวชนในชุมชน

“โครงการ ปปส. ไม่ได้ทำต่อเนื่องระยะยาวเพราะไม่มีงบประมาณที่จะทำในระยะยาวได้
ปัจจุบันมีระยะ 3 เดือน และ 1 ปี” คุณสุวรรณา ว่องวานิช เจ้าหน้าที่คณะกรรมการป้องกันและ
ปราบปรามยาเสพติดกรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

“กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ควรเข้ามาดูแลให้ใกล้ชิดมากกว่านี้ ที่
ผ่านมาไม่ได้มีการต่อยอด” คุณอรอุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน

สรุปได้ว่า ในความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่ร่วมสนทนากลุ่มมีความคิดเห็นร่วมกันว่า
โปรแกรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของ
เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำมีความเหมาะสมกับกลุ่มทดลอง และสามารถนำไปใช้ในการ
ดำเนินชีวิตได้จริงในการก่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่ง
ใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ทั้งนี้
มาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่ผู้เชี่ยวชาญมีการ
เสนอแนะแบ่งเป็น 6 มาตรการ ได้แก่ การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด การพัฒนาประสิทธิภาพ
ในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติด
ยาเสพติดโดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน
การแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน และการบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาค
ท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ 2) ศึกษาผลของการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ 3) วิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้ และ 4) นำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง โดยผู้วิจัยได้ใช้แบบแผนการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi- Experimental Research Design) แบบ 2 กลุ่มทดสอบก่อนและทดสอบหลัง (Two-Group Pretest-Posttest Design) คือ ก่อนทดลองจะทำการทดสอบ (Pretest) เพื่อวัดข้อมูลพื้นฐานของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำไว้ก่อนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จากนั้นดำเนินการด้วยการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาแล้วกับกลุ่มทดลอง (Experimental Group) ส่วนกลุ่มควบคุม (Control Group) ดำเนินวิถีชีวิตประจำวันตามปกติ เมื่อสิ้นสุดการทดลองใช้โปรแกรมดังกล่าวจึงทดสอบผลหลังการทดลอง (Posttest) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพร้อมกัน แล้วนำผลที่ได้ไปวิเคราะห์เปรียบเทียบซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินงานวิจัยสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย 4 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ ดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

1.1 รวบรวมข้อมูลเพื่อประกอบการศึกษาวิเคราะห์ความต้องการในการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ ประกอบด้วย การศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงและวิถีการดำเนินชีวิตของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชน ด้วยการวิเคราะห์เอกสารเกี่ยวกับบริบท (Context) ของชุมชน และสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ผู้นำชุมชน ฝ่ายประสานงานในชุมชน ตัวแทนครอบครัว และเยาวชนในชุมชน แล้วนำมาทำการวิเคราะห์โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา

1.2 ศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำโดยสร้างแบบสอบถามเพื่อเป็นเครื่องมือในการวิเคราะห์

ความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจและนำแบบสอบถามไปตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาพร้อมก็นำเครื่องมือไปทดลองใช้เพื่อหาค่าความเที่ยง จากนั้นนำแบบสอบถามไปใช้กับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนคลองเตย จำนวน 141 คน แล้วทำการวิเคราะห์และสรุปข้อมูลความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

2. พัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

2.1 ศึกษาเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985)

2.2 นำข้อมูลความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำมาเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมของ Boyle (1981) มาเป็นกรอบในการดำเนินการพัฒนาโปรแกรม เนื่องจากการกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรมเชิงพัฒนาเริ่มต้นจากสภาพความต้องการและปัญหาในชุมชนซึ่งมีการปรับเปลี่ยนได้ มีความยืดหยุ่นในการออกแบบกิจกรรมให้เหมาะสมกับความต้องการของเยาวชนและมีความเหมาะสมกับบริบทของชุมชน ประกอบด้วยขั้นตอน 8 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากร/ผู้สนับสนุน ขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้ ขั้นตอนที่ 6 การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน ขั้นตอนที่ 7 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม และขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรมร่วมกับการใช้แนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) โดยสร้างเครื่องมือเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งได้แก่ แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ แบบสัมภาษณ์ปัจจัยส่งเสริมและข้อจำกัดของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

3. กำหนดเนื้อหาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยนำแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาเป็นแนวทางโดยได้แบ่งเนื้อหาการอบรมออกเป็น 5 หน่วยการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤตตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์ หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนร่วมพูดคุยถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาในอดีตร่วมกัน

พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่ได้วางไว้และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรมและเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา และหน่วยการเรียนรู้ที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมันท์สนให้เข้ากับการดำเนินชีวิตโดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมันท์สนใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม ซึ่งประกอบด้วย กิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ได้แก่ กิจกรรมเสริมสร้างพลังฮึด กิจกรรมเสริมสร้างพลังฮึด กิจกรรมเสริมสร้างพลังสู้ นอกจากนี้ยังมี กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และกิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์รวมทั้งสิ้น 15 กิจกรรม

ระยะที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดำเนินการดังนี้

1. ทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 30 คน โดยกลุ่มทดลองทั้ง 30 คนได้เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อทำความเข้าใจปัญหาสำรวจตัวเอง เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา รวมถึงให้ความรู้ในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 5-6, 13, 20-21 ตุลาคม 2556

ระยะที่ 2 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 26-27 ตุลาคม, 9-10, 16-17 และ 3 พฤศจิกายน 2556

ระยะที่ 3 ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกผล ติดตามและสอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจวันที่ 30 พฤศจิกายน 2556 วันที่ 7, 14, 21 และ 28 ธันวาคม 2556 และวันที่ 4, 11 และ 19 มกราคม 2557

2. วิเคราะห์และประเมินผลความรู้และเจตคติจากการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ของกลุ่มทดลองจากเครื่องมือที่สร้างขึ้น และเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และระหว่างก่อนการทดลอง และหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

3. ติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้ง 60 คน โดยในกลุ่มทดลองใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล ใช้วิธีการสังเกตการณ์ การพบปะพูดคุย และสัมภาษณ์ผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง ญาติพี่น้องของกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงการขอความช่วยเหลือจากคณะกรรมการชุมชนในการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างบางคนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงและติดตามวิถีชีวิตได้เป็นระยะเวลา 2 เดือน โดยผู้วิจัยกำหนดเฝ้าระวังช่วงเวลาที่ยาวนานจะกลับเข้าไปเสพยาเร็วที่สุดเป็นตัวกำหนดความถี่ของช่วงระยะเวลาในการติดตาม ดังนั้นผู้วิจัยจึงมอบหมายให้ผู้เรียนมาพบปะพูดคุยถึงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ในระยะเวลา 2 เดือน ส่วนในกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคลโดยการนัดหมายเพื่อ

พบปะพูดคุยกับเยาวชนกลุ่มควบคุมและผู้ปกครองของเยาวชนที่สะดวกในการพบปะและพูดคุย เพื่อให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัย โดยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลและศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มควบคุมหลังเสร็จสิ้นการดำเนินโปรแกรม

ระยะที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัย เจื่อนใจ และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้ ดำเนินการดังนี้

1. สัมภาษณ์ปัจจัย เจื่อนใจ และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้ใน 3 หัวข้อ ได้แก่ 1) ภาพรวมของโปรแกรม 2) ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรม แบ่งออกเป็น 11 ประเด็น ดังนี้ การออกแบบการเรียนรู้ การวิเคราะห์ความต้องการในการเรียนรู้ โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน กลุ่มผู้เรียน วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรม สื่อการเรียนรู้ เนื้อหาสาระ รูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้ สถานที่ ระยะเวลา และการประเมินผล และ 3) ความเหมาะสมของแบบสอบถามที่ใช้ประกอบในการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

2. ผู้วิจัยนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้เรียน วิทยากร และผู้ช่วยดำเนินกิจกรรม มาวิเคราะห์ปัจจัย เจื่อนใจ และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำไปทดลองใช้แล้วนำผลที่ได้ไปปรับปรุง และแก้ไขโปรแกรมให้มีประสิทธิภาพและเหมาะสมยิ่งขึ้นต่อไป

ระยะที่ 4 การนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง ดำเนินการดังนี้

ผู้วิจัยทำการจัดการสนทนากลุ่มขึ้นในวันที่ 30 พฤศจิกายน 2556 เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ โดยมีการร่วมกันเสนอแนะเชิงนโยบายทางการศึกษาจากการจัดโปรแกรมดังกล่าว ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากการสนทนากลุ่มมาวิเคราะห์เพื่อนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่ได้รับจากการเสนอแนะ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และร่วมพูดคุยถึงแนวทางเชิงนโยบายจากผู้เชี่ยวชาญ จากนั้นผู้วิจัยนำร่างมาตรการทางสังคมที่ได้ไปให้กับคณะกรรมการชุมชน ผู้นำชุมชนตัวแทนของเยาวชน และผู้ที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดในชุมชนร่วมกันพิจารณาความเป็นไปได้ รวมถึงปรับปรุงแก้ไข และให้ข้อเสนอเพิ่มเติม แล้วจึงนำผลมาสรุปเพื่อให้โปรแกรมมีความสมบูรณ์ และเป็นประโยชน์ต่อสังคมในภาพกว้างต่อไป

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1.1 สรุปผลความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1.1.1 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยมีความต้องการที่จะเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ คิดเป็นร้อยละ 91.4 โดยให้เหตุผลว่า โปรแกรมการเรียนรู้มีความน่าสนใจและมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และชุมชน ทำให้บุคคลสามารถพัฒนาตนเองและเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อที่ไม่ถูกต้องในการเสพยาเสพติดให้เปลี่ยนไปในทางที่ถูกต้องและการหาทางออกในการแก้ปัญหาที่เหมาะสมได้ รวมถึงเนื้อหาสาระและรูปแบบการจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจ

1.1.2 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยมีความเห็นว่า รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการส่วนใหญ่คือ การเล่นเกมคิดเป็นร้อยละ 36.9 รองลงมาคือ การแสดงบทบาทสมมติ คิดเป็นร้อยละ 23.4 การอภิปราย/สนทนาในกลุ่มคิดเป็นร้อยละ 21.9 และการบรรยาย คิดเป็นร้อยละ 17.8 ตามลำดับ

1.1.3 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยมีความเห็นว่า สื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่น่าสนใจควรจะเป็น ภาพยนตร์/เรื่องสั้น 48 คน คิดเป็นร้อยละ 34 รองลงมาคือ เกม คิดเป็นร้อยละ 29.1 เอกสาร/คู่มือการฝึกปฏิบัติ คิดเป็นร้อยละ 19.8 และวีดิทัศน์คิดเป็นร้อยละ 17.1 ตามลำดับ

1.1.4 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยมีความเห็นว่า เนื้อหาสาระด้านภูมิคุ้มกันทางใจที่ต้องการเรียนรู้ ได้แก่ ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มีความต้องการการเรียนรู้เกี่ยวกับความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) ($\bar{X}=4.77$, $S.D.=0.62$) รองลงมาคือ ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน (การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) ($\bar{X}=4.68$, $S.D.=0.81$) และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ (การควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆ มีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้) ($\bar{X}=4.65$, $S.D.=0.66$) ส่วนด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ มีความต้องการการเรียนรู้เกี่ยวกับการมีความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ (การมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และตนเองสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้) ($\bar{X}=4.62$, $S.D.=0.58$) รองลงมาคือ การมีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น) ($\bar{X}=4.60$, $S.D.=0.71$) และการมีความหวังในชีวิต (การมีความเชื่อมั่น

มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี) ($\bar{X}=4.53$, $S.D.=0.50$) และในด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ มีความต้องการการเรียนรู้เกี่ยวกับความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง) ($\bar{X}=4.71$, $S.D.=0.59$) รองลงมาคือ ความสามารถในการแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ (การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ท้าทาย และสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม) ($\bar{X}=4.68$, $S.D.=0.67$) และการมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว (การเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม) ($\bar{X}=4.51$, $S.D.=0.65$)

1.2 สรุปผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาโปรแกรมตามโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) 8 ขั้นตอน ซึ่งประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากร/ผู้สนับสนุน และขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้ ขั้นตอนที่ 6 การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน ขั้นตอนที่ 7 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม และขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรม โดยดำเนินการดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม ดำเนินการดังนี้

ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นฐานทางปรัชญาที่จะนำมาใช้ในการวางแผนโปรแกรม ซึ่งได้แก่ แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) มาเป็นกรอบในการดำเนินการพัฒนาโปรแกรมร่วมกับการนำเอาแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาบูรณาการร่วมกันรวมถึงแนวคิดการป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง (สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, 2555) และแนวคิดการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ โดยผู้วิจัยทำหน้าที่ในการจัดโปรแกรมและดำเนินโปรแกรมร่วมกับผู้ช่วยวิจัยและวิทยากร ทั้งนี้ได้ทำการศึกษาพื้นที่ในชุมชนคลองเตย โดยการสนทนาเบื้องต้นกับคุณสุนทร จำปาทอง เจริญฤทธิชุมชน และคุณวิไลวรรณ บิดิลและ เลขานุการชุมชน เพื่อทำความเข้าใจสภาพของชุมชน ความเป็นอยู่ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง แนวทางปฏิบัติในการลงศึกษาชุมชน และวิธีการในการสร้างความเข้าใจอันดีกับผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชน เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และจัดทำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน ดำเนินการดังนี้

ผู้วิจัยศึกษาวิเคราะห์ลักษณะทางสังคม สิ่งแวดล้อม และสถานการณ์ในชุมชนที่เกิดการเปลี่ยนแปลงจากอดีตสู่ปัจจุบัน รวมถึงวิถีชีวิตและการเปลี่ยนแปลงของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนด้วยการวิเคราะห์เอกสารเกี่ยวกับบริบทของชุมชนและสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ผู้นำชุมชน เจริญฤทธิชุมชน เลขานุการชุมชน ผู้ปกครอง และเยาวชนในชุมชน เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์ในชุมชน ซึ่งเป็นประโยชน์ในการสร้างและพัฒนาโปรแกรมให้สอดคล้องกับกลุ่มผู้เรียน โดยในการสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลเบื้องต้นเพื่อศึกษาสถานการณ์ชุมชน และศึกษาความต้องการของ

เยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนทำให้เกิดความเข้าใจกลุ่มเป้าหมายมากยิ่งขึ้น ซึ่งจากการสนทนาและสัมภาษณ์ความต้องการเรียนรู้ของกลุ่มเยาวชน พบว่า ส่วนใหญ่ต้องการเรียนรู้ภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ โดยในด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจต้องการเสริมสร้างการมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด และการควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด รวมถึงการควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆ มีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้ ส่วนด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ ส่วนใหญ่ต้องการเสริมสร้างความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้ และการเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น รวมถึงการมีความเชื่อมั่น มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี ส่วนด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ต้องการเรียนรู้การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ทำทนาย และสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม และการเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม รูปแบบการจัดกิจกรรม ได้แก่ การบรรยาย การแสดงบทบาทสมมติ การอภิปราย/สนทนากลุ่ม และการเล่นเกม โดยเยาวชนมีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ของผู้วิจัย โดยการแสดงบทบาทสมมติและการเล่นเกมได้รับความสนใจอย่างมาก เพราะให้ความเห็นว่า รูปแบบการเรียนรู้ดังกล่าวจะทำให้เนื้อหาสาระที่เรียนรู้มีความชัดเจนและเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น เพิ่มความเข้าใจให้กับเยาวชนได้ง่ายและดียิ่งขึ้น และผลจากการสังเกตการใช้ชีวิตของเยาวชนในชุมชน ผู้วิจัยได้นำไปเป็นข้อมูลในการปรับปรุงแผนกิจกรรมให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของเยาวชน เวลาและสถานที่ของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ผู้นำชุมชน เภรัญญิกชุมชน เลขานุการชุมชน และเยาวชนมีความเห็นร่วมกันว่า ควรจัดในชุมชนเพราะสะดวกต่อการเดินทาง และควรจัดกิจกรรมในวันเสาร์หรืออาทิตย์เท่านั้น จากนั้นผู้วิจัยจึงนำข้อมูลพื้นฐานมาใช้ในการพัฒนาโปรแกรม โดยนำข้อมูลความต้องการเรียนรู้มาประยุกต์ในเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ได้แก่ 1) ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ 2) ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และ 3) ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ ดำเนินการดังนี้

ผู้วิจัยได้ระบุผลหรือเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้นจากการดำเนินโปรแกรมไว้ว่า ผู้เรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดจะต้องได้รับความรู้ และมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มมากขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม โดยสามารถวัดผลด้านความรู้ และเจตคติ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยกำหนดเนื้อหาสาระที่มาจากความต้องการเรียนรู้ของกลุ่มเยาวชน คือ การเสริมสร้างการมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดัน รวมถึงการปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆ มีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้ การเสริมสร้างความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้และสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้ การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และการมองโลกในแง่ดี การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญกับปัญหา มีการแสวงหาโอกาสในชีวิต สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม และการเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม ซึ่งจะก่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการ

เสพยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง โดยกำหนดระยะเวลาในการเรียนรู้และการติดตามผลรวมทั้งสิ้น 102 ชั่วโมง โดยมีการประเมินผลผู้เรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากรและผู้สนับสนุน ดำเนินการดังนี้

ผู้วิจัยกำหนดทรัพยากรที่ต้องนำมาใช้ในการดำเนินโปรแกรม โดยกำหนดแหล่งทรัพยากรจากเงินทุนที่ได้จากการวิจัย คือ ทุน 90 ปีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยกองทุนรัชดาภิเษกสมโภช ด้านทรัพยากรบุคคล ผู้วิจัยได้เชิญวิทยากรซึ่งเป็นผู้ที่มีความเชี่ยวชาญในการถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ที่ผ่านมาด้านยาเสพติด สถานที่ที่ใช้ในจัดกิจกรรมการเรียนรู้ คือ ลานอเนกประสงค์ ชุมชนลือค 4-5-6 ในชุมชนคลองเตย ผู้ช่วยในการดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ คือ คุณอรอุมา ศุภศรี นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้ ดำเนินการดังนี้

ผู้วิจัยนำผลการหาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ได้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 2 มาสร้างแผนการเรียนรู้ โดยพิจารณาถึงภูมิหลังที่แตกต่างกันของผู้เรียน และพิจารณาเลือกวิธีการ เทคนิคของกิจกรรม กำหนดอุปกรณ์ เครื่องมือ และมอบหมายบทบาทให้กับผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมให้เหมาะสมตามแผนการสอน โดยมีองค์ประกอบดังนี้

1. วัตถุประสงค์ เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ
2. เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัย พบว่า การสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ คือ การทำให้บุคคลสามารถปรับตัว และรับมือกับเหตุการณ์หรือปัญหา อุปสรรคที่กำลังเผชิญอยู่ และกลับเข้าสู่สภาวะปกติได้ ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ โดยบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจต้องมีคุณสมบัติที่ครอบคลุมทั้ง 3 มิติดังกล่าวข้างต้น การกำหนดเนื้อหาจึงประกอบด้วย 1) ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ: มีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ 2) ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ: มีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ และ 3) ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ: มีความสามารถในการระบุนสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

3. กิจกรรมการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้สังเคราะห์และบูรณาการแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) จึงได้ขั้นตอนการสังเคราะห์ใหม่ 5 ขั้นตอนที่นำมาใช้ในการสร้างแผนการเรียนรู้ เนื่องจากจุดมุ่งหมายของแนวคิดทั้ง 2 แนวคิดนี้สามารถนำมาใช้ในกระบวนการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อและเสริมสร้างวิธีการในการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้อง และเมื่อกลุ่มผู้เรียนเกิดองค์ความรู้ใหม่จากการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มผู้เรียนจะสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และความเชื่อเดิมได้อย่างยั่งยืนและถาวร ประกอบด้วยขั้นตอน 5 ขั้นตอน ดังนี้

3.1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเองและประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

เป็นการร่วมกันพิจารณาปัญหาและวิกฤตที่ตนกำลังเผชิญ โดยต้องมีการตรวจสอบความคิด ความเชื่อ และการยึดถือปฏิบัติเดิมของตนที่ผ่านมา จากนั้นจึงมีการประเมินตนเองเบื้องต้น โดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์ โดยผู้วิจัยให้ผู้เรียนพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองที่ถือได้ว่าเป็นภาวะวิกฤตของชีวิตและวิธีการจัดการกับวิกฤตนั้นๆ พร้อมทั้งร่วมกันแนะนำวิธีการแก้ปัญหาให้กับผู้เรียนที่หาทางออกที่ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้ผู้เรียนต้องมีการวิเคราะห์ตนเองในพฤติกรรมด้านลบที่เคยผ่านมารวมถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด โดยวิเคราะห์ถึงสาเหตุของการแสดงออกของพฤติกรรมดังกล่าว และให้ผู้เรียนท่านอื่นช่วยกันเสนอแนะพฤติกรรมที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม เพื่อให้แต่ละคนนำไปพัฒนาตนเอง

3.2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

เป็นการเปิดโอกาสให้กลุ่มผู้เรียนได้มีการพูดคุยถึงเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมาของแต่ละคนที่มีความคล้ายคลึงกันเพื่อเปิดมุมมองและนำเสนอทางเลือกในการหาทางออกจากปัญหาที่หลากหลาย รวมถึงร่วมกันค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแนวทางในการดำเนินชีวิต โดยผู้วิจัยมอบหมายให้ผู้เรียนเล่าเหตุการณ์ที่ผ่านมาของกันและกัน โดยผู้เรียนต้องเปิดใจรับฟังกันให้ได้มากที่สุด จากนั้นให้กลุ่มใหญ่ร่วมกันเสนอทางออกในการแก้ปัญหาที่มีความถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์นั้นๆ

3.3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

เป็นการวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงให้มีภูมิคุ้มกันทางใจเกิดขึ้น โดยต้องมีการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหรือวิธีเลี่ยงในการเผชิญกับความเสี่ยงต่อการติดยาเสพติดในสถานการณ์ต่างๆ หลากๆ ทางเลือก โดยผู้วิจัยบรรยายความหมายและความสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถรับมือกับวิกฤตต่างๆ ในชีวิตได้ รวมถึงลักษณะของผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 ด้าน (ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ ความกล้าเผชิญกับความ

เปลี่ยนแปลงใหม่) ที่ผู้เรียนต้องนำมาปฏิบัติเพื่อช่วยในกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวหลังจากเจอวิกฤต ผู้เรียนร่วมกันเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ตัวอย่างที่ผู้เรียนส่วนใหญ่ประสบ

3.4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา

เป็นการค้นหาทางเลือกที่ดีที่สุดและเกิดสัมฤทธิ์ผลมากที่สุด รวมถึงการค้นหาความรู้ที่จำเป็นและทักษะที่ต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรมตามที่วางแผนไว้ โดยผู้วิจัยให้ผู้เรียนเลือกปัญหาในชีวิตของตนเอง 1 ปัญหา รวมถึงระบุแนวทางในการแก้ปัญหาโดยใช้องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจเป็นทักษะที่ช่วยหาทางออกให้กับปัญหาดังกล่าว แล้วนำเสนอต่อกลุ่มใหญ่เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนและให้ข้อเสนอแนะ

3.5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต

เป็นการดำเนินการทดลองตามแผนการปฏิบัติที่วางไว้ ทั้งจากการค้นหาความรู้ และทักษะที่ต้องใช้ในการดำเนินกิจกรรม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของกลุ่มผู้เรียน และจากการสนทนากลุ่มกับผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชนที่ทำการวิจัย โดยเมื่อกลุ่มผู้เรียนเข้าร่วมโปรแกรมและร่วมทำกิจกรรมการเรียนรู้การสอนเสร็จสิ้น กลุ่มผู้เรียนจะมีความเชื่อมั่นต่อความคิดและความเชื่อใหม่ๆ ทำให้เกิดการพัฒนาศมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทหรือแนวทางใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม เมื่อเกิดความเชื่อมั่นในแนวทางใหม่ที่ได้เรียนรู้ กลุ่มผู้เรียนจะมีการทบทวนและบูรณาการวิถีชีวิตเดิมเข้ากับเจตคติ ความเชื่อ และมโนทัศน์ใหม่ๆ ทำให้เกิดการดำเนินชีวิตในแนวทางใหม่ตามเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดจากการดำเนินโปรแกรม

4. แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้

4.1 แหล่งความรู้ที่มีความสอดคล้องกับเนื้อหา เช่น วิทยากรผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วิทยากรผู้ที่มีความเชี่ยวชาญในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับเยาวชน วิทยากรผู้ที่มีความสามารถในการถ่ายทอดประสบการณ์ด้านยาเสพติดในเยาวชนและชุมชนแออัด และแหล่งความรู้ในชุมชน เช่น ผู้นำและคณะกรรมการชุมชน

4.2 สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ ใบความรู้ และใบงานประกอบการทำกิจกรรม ภาพยนตร์ หนังสือนิตยสาร วีซีดี และเครื่องมืออุปกรณ์ในการปฏิบัติงาน

5. การประเมินผลการเรียนรู้

5.1 การประเมินผลก่อนการเรียนรู้ ผู้วิจัยดำเนินการโดยใช้

5.1.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ และ

5.1.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2 การประเมินผลหลังการเรียนรู้ ผู้วิจัยดำเนินการโดยใช้

5.2.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ และ

5.2.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2.3 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

5.2.4 แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

6. ระยะเวลาในการเรียนรู้

โปรแกรมการจัดกิจกรรมใช้เวลารวม 102 ชั่วโมงแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อทำความเข้าใจปัญหาสำรวจตัวเอง เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา รวมถึงให้ความรู้ในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 5-6, 13 และ 20-21 ตุลาคม 2556 รวม 28 ชั่วโมง

ระยะที่ 2 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 26-27 ตุลาคม และ 9-10, 16-17 และ 23 พฤศจิกายน 2556 รวม 50 ชั่วโมง

ระยะที่ 3 ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกผล ติดตามและสอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจวันที่ 30 พฤศจิกายน 2556 วันที่ 7, 14, 21 และ 28 ธันวาคม 2556 และวันที่ 4, 11 และ 19 มกราคม 2557 รวม 24 ชั่วโมง

7. โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้น

ผู้วิจัยได้นำแผนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้น โดยใช้แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) มาเป็นกรอบการพัฒนาโปรแกรมร่วมกับการบูรณาการแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) เข้าด้วยกัน โดยสังเคราะห์เป็นขั้นตอนใหม่ 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1) การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์ 2) การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนพูดคุยถึงเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมา ร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต 3) การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา 4) การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด และค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา และ 5) การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแผนการเรียนรู้ตามโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) เป็นหลัก โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การกำหนดข้อมูลพื้นฐานสำหรับการพัฒนาโปรแกรม

วัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

2. การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน

เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่เคยมีประวัติในการเข้าไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติด อายุระหว่าง 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดในเขตคลองเตย จำนวน 30 คน สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่องตลอดโปรแกรม และสามารถติดตามตัวได้หลังจากเสร็จสิ้นการเข้าร่วมโปรแกรม

3. การพิจารณาผลที่พึงประสงค์

ผู้เรียนต้องมีความรู้ เจตคติ และภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มสูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

4. การกำหนดแหล่งทรัพยากรและผู้สนับสนุน

4.1 แหล่งความรู้ที่มีความสอดคล้องกับเนื้อหา ได้แก่ วิทยากรที่มีประสบการณ์ด้านการเสพยาเสพติด นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน แหล่งความรู้ในชุมชน เช่น ผู้นำชุมชน และคณะกรรมการชุมชน

4.2 สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ ใบความรู้ และใบงานประกอบการทำกิจกรรม ภาพยนตร์ มิวสิควีดีโอ วีซีดี และเครื่องมืออุปกรณ์ในการปฏิบัติงาน

4.3 สถานที่ ผู้วิจัยได้รับการสนับสนุนจากผู้นำชุมชน และคณะกรรมการชุมชน โดยอนุญาตให้ใช้ลานอเนกประสงค์ชุมชนลือค 4-5-6 ในชุมชนคลองเตยเป็นสถานที่ในการดำเนินการจัดโปรแกรม

5. การสร้างแผนการเรียนรู้

5.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เป็นการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน และขั้นนำ ดังนี้

ขั้นนำ กิจกรรมสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรม

ขั้นตอนที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนร่วมกันพูดคุยถึงเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมาพร้อมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางดำเนินชีวิต

ขั้นตอนที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรมและเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิตโดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการ

เข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม

5.2 เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชน กลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ การกำหนดเนื้อหาประกอบด้วย

5.2.1 การเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ โดยต้องมีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

5.2.2 การเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ การมีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

5.2.3 การเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ การมีความสามารถในการระบุสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

5.3 กิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย กิจกรรมสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรม กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ และกิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์ โดยกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจแบ่งออกเป็น 13 กิจกรรมคือ 1) กิจกรรมเรียนรู้จากความผิดพลาด 2) กิจกรรมบทเรียนจากยาเสพติด 3) กิจกรรมเล่าสู่กันฟัง 4) กิจกรรมภัยใกล้ตัว 5) กิจกรรมกำลังใจที่ดีสร้างได้ 6) กิจกรรม Give & Take 7) กิจกรรมศรัทธาไม่มีข้อ 8) กิจกรรมนี้แหละตัวฉัน 9) กิจกรรมชีวิตต้องสู้ 10) กิจกรรมชวนลอง 11) กิจกรรมเธอจะอย่างไร 12) กิจกรรมสิ่งที่ฉันปฏิเสธ และ 13) กิจกรรมไฟหมนวน

ขั้นตอนที่ 6 การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน

โปรแกรมการจัดกิจกรรมใช้เวลารวม 102 ชั่วโมง แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อทำความเข้าใจปัญหาสำรวจตัวเอง เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา รวมถึงให้ความรู้ในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ

ระยะที่ 2 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ

ระยะที่ 3 ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรมเพื่อบันทึกผล ติดตาม และสอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ

ขั้นตอนที่ 7 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม

7.1 การประเมินผลก่อนการเรียนรู้ ได้แก่

7.1.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

7.1.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2 การประเมินผลหลังการเรียนรู้ ได้แก่

7.2.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

7.2.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

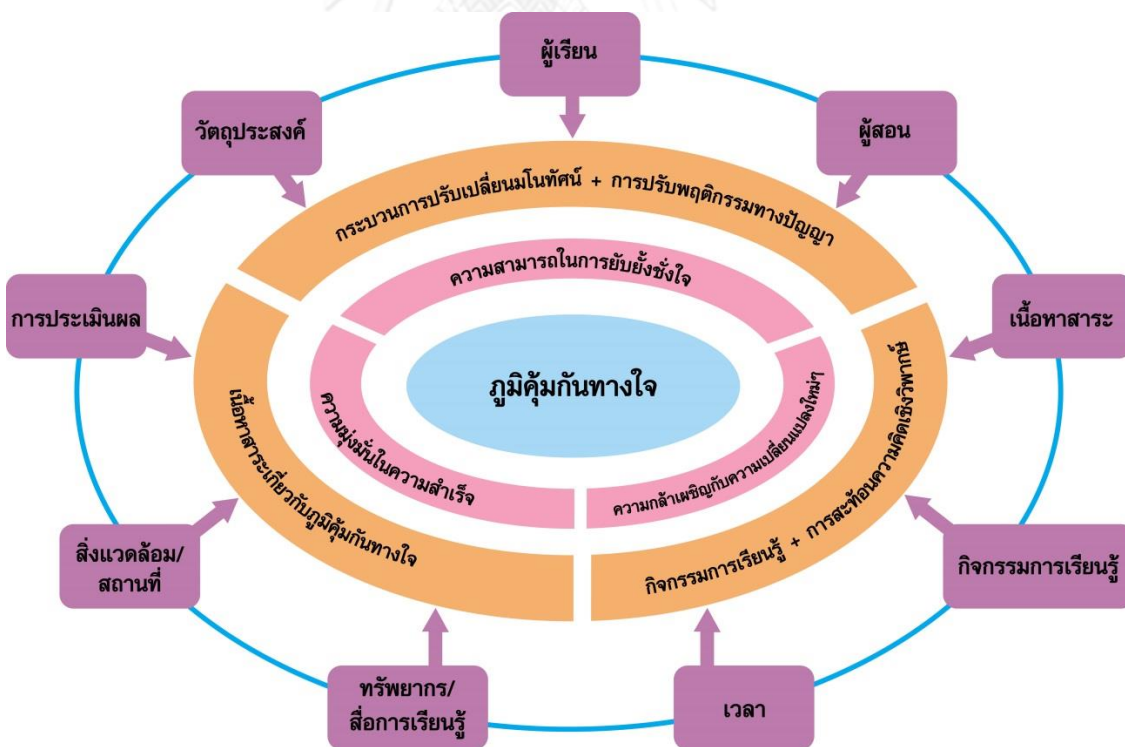
7.2.3 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2.4 แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรม

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ผู้เรียน วิทยากร และผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับปัจจัยส่งเสริมอุปสรรค ปัญหา และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้ทดลองใช้เพื่อทราบถึงปัจจัยปัญหาที่เกี่ยวข้องและนำผลที่ได้ไปปรับปรุง แก้ไขโปรแกรมให้มีประสิทธิภาพ มีความเหมาะสม และสนองตอบความต้องการของผู้เรียนได้อย่างแท้จริง

จากขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้ที่กล่าวมาข้างต้น จึงสามารถสรุปขั้นตอนและกระบวนการในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ได้ดังแผนภาพที่ 11



แผนภาพที่ 11 ขั้นตอนและกระบวนการในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ระยะที่ 2 ผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

เครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการทดสอบการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ประกอบด้วย 1) แบบวัดความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ และ 2) แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดโดยนำเครื่องมือวิจัยไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ซึ่งเป็นเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ในวันที่ 23 พฤศจิกายน พ.ศ.2556 โดยมีผลการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

2.1 ผลคะแนนของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=11.13$, S.D.=3.18) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=10.76$, S.D.=3.19) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=16.60$, S.D.=2.61) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=10.93$, S.D.=2.89) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีความรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุม

2.2 ผลคะแนนของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=190.40$, S.D.=7.53) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=178.47$, S.D.=9.78) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจของกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=213.33$, S.D.=9.43) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=195.97$, S.D.=9.51) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุม

2.3 ผลคะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=3.29$, S.D.=0.65) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=3.39$, S.D.=0.60) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจในระดับที่ไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=3.63$, S.D.=0.63) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}=3.31$, S.D.=0.51) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจสูงกว่ากลุ่มควบคุม

2.4 ผลคะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านกำลังใจในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}=3.12$,

S.D.=0.63) และกลุ่มควบคุม (\bar{X} =2.94, S.D.=0.51) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่าก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จในระดับที่ไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของกลุ่มทดลอง (\bar{X} =3.47, S.D.=0.60) และกลุ่มควบคุม (\bar{X} =3.01, S.D.=0.54) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นทั้ง 2 กลุ่มมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จไม่แตกต่างกัน

2.5 ผลคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ในกลุ่มทดลอง (\bar{X} =3.15, S.D.=0.69) และกลุ่มควบคุม (\bar{X} =2.95, S.D.=0.42) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ในระดับที่ไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของกลุ่มทดลอง (\bar{X} =3.57, S.D.=0.70) และกลุ่มควบคุม (\bar{X} =3.04, S.D.=0.49) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ สูงกว่ากลุ่มควบคุม

กล่าวคือ หลังสิ้นสุดการเข้าร่วมอบรม กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในด้านต่างๆ แตกต่างกันจากกลุ่มควบคุม คือ กลุ่มทดลองซึ่งเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าในด้านต่างๆ ดังต่อไปนี้คือ ด้านความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ ภูมิคุ้มกันทางใจด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ภูมิคุ้มกันทางใจด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และภูมิคุ้มกันทางใจด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ซึ่งหมายความว่า กลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มมากขึ้นมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจมากขึ้น มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เพิ่มมากขึ้น ส่วนด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จนั้น ภายหลังการทดลองทั้ง 2 กลุ่มมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จในระดับที่ไม่มีความแตกต่างกัน ซึ่งในภาพรวมกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจจากการเข้าร่วมโปรแกรมในครั้งนี้ และมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น และรู้สึกได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในครั้งนี้มาก เพราะทำให้มีความเข้มแข็งในจิตใจ สามารถยับยั้งชั่งใจตัวเองได้ และสามารถจัดการกับอารมณ์ตัวเองได้ดีขึ้น มีความมั่นใจและเชื่อมั่นในตนเองที่จะควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี และเข้าใจปัญหา รู้จักแสวงหาโอกาสและความท้าทายในชีวิต รวมถึงมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

ผลการติดตาม (Follow-up or Tracer Study) กลุ่มทดลองหลังการดำเนินโปรแกรม การศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล ใช้วิธีการสังเกตการณ์ การพบปะพูดคุยและสัมภาษณ์ผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง ญาติพี่น้องของกลุ่มผู้เรียน รวมถึงการขอความช่วยเหลือจากคณะกรรมการชุมชนในการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มทดลองบางคนที่ยังไม่สามารถเข้าถึงและติดตามวิถีชีวิตได้เป็นระยะเวลา 2 เดือน ทั้งนี้ผู้วิจัยได้เข้าพบปะกลุ่มผู้เรียนสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

เป็นจำนวนทั้งสิ้น 8 ครั้ง พบว่า ในระยะเวลา 2 เดือน กลุ่มผู้เรียนที่กลับไปเสพยาเสพติดซ้ำมีจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 30 ของกลุ่มผู้เรียนทั้งหมด โดยเยาวชนกลุ่มทดลองทั้ง 9 คนมีการกลับไปเสพยาเสพติดเพียงครั้งเดียวในระยะเวลาการติดตามผล 2 เดือน ซึ่งจากการสอบถามและพูดคุย สามารถสรุปได้ดังนี้

1. เยาวชนกลับไปเสพยาเสพติดหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 36 วัน จำนวน 1 คน เนื่องจากไม่สามารถยับยั้งชั่งใจตัวเองในการไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดได้ และไม่สามารถจัดการกับความเครียดและอารมณ์ทางลบของตัวเองได้ แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ โดยสาเหตุเนื่องมาจากตัวของเยาวชนเองที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงหรือจัดการกับตัวกระตุ้นที่นำไปสู่การกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำได้

2. เยาวชนกลับไปเสพยาเสพติดหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 41 วัน จำนวน 1 คน เนื่องจากขาดความมั่นใจในตนเองและไม่มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ไม่สามารถให้กำลังใจตนเองได้ แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดความมุ่งมั่นในความสำเร็จ โดยสาเหตุเนื่องมาจากตัวเยาวชนเองและสิ่งแวดล้อมรอบตัวที่ไม่สามารถสร้างพลังความมุ่งมั่นและพลังศรัทธาในการดำเนินชีวิตให้กับเยาวชนได้ อีกทั้งเยาวชนไม่สามารถเสริมสร้างกำลังใจให้ตัวเอง ไม่มีความหวังในชีวิต และไม่สามารถแสวงหากำลังใจจากสิ่งแวดล้อมรอบข้างได้

3. เยาวชนกลับไปเสพยาเสพติดหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 48 วัน จำนวน 1 คน เนื่องจากขาดความสามารถในการแก้ไขปัญหาและการหาทางออกที่เหมาะสม ขาดทักษะการแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิต แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยสาเหตุเนื่องมาจากตัวเยาวชนขาดไหวพริบ ไม่เข้าใจวิธีการแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อง ขาดทักษะในปฏิเสธต่อคำชักชวนของเพื่อน และไม่มีความยืดหยุ่นในการปรับตัว

4. เยาวชนกลับไปเสพยาเสพติดหลังจากสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 57 วัน จำนวน 6 คน โดยผู้วิจัยสามารถสอบถามและพูดคุยได้เพียง 4 คน ทั้งนี้เนื่องจากขาดความสามารถในการแก้ไขปัญหาและการหาทางออกที่เหมาะสม ขาดทักษะการแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิต แสดงให้เห็นว่า เยาวชนยังคงขาดความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยสาเหตุเนื่องมาจากตัวเยาวชนขาดไหวพริบ ไม่มีการแสวงหาความท้าทายในชีวิต ขาดทักษะในการปฏิเสธต่อคำชักชวนของเพื่อน ไม่มีความยืดหยุ่นในการปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่ๆ และสิ่งแวดล้อมในชุมชนยังคงล่อแหลมต่อการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำของเยาวชน ส่วนเยาวชนกลุ่มทดลองอีก 2 คน ผู้วิจัยไม่สามารถติดตามผลและสอบถามได้ในช่วงสัปดาห์สุดท้ายเนื่องจากมาจากเยาวชน 1 คนถูกเจ้าหน้าที่ ตชด. ที่ปฏิบัติหน้าที่อยู่ในโครงการชุมชนอุ่นใจฯ จับได้ขณะกำลังซื้อยาบ้าในชุมชน ส่วนเยาวชนอีก 1 คนได้มีอาการเมายาและนอนพักอยู่ในบ้านในวันที่ผู้วิจัยได้เข้าไปติดตามผล

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มสูงขึ้น และมีอัตราการกลับไปเสพยาซ้ำน้อยลงในระยะเวลา 2 เดือนโดย 1 เดือนหลังจากสิ้นสุดการจัดกิจกรรม พบว่า กลุ่มทดลองยังไม่มีกลับไปเสพยาซ้ำ และในช่วงเดือนที่ 2 พบว่า เยาวชนที่กลับไปเสพยาซ้ำยังคงขาดภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ โดยมีติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เป็นมิติที่มีความเปราะบางมากที่สุด คือ มีความคงอยู่น้อยกว่ามิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และมิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ

ผลการติดตามพฤติกรรมของกลุ่มควบคุมหลังเสร็จสิ้นการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดเสพติดซ้ำโดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคลจากการนัดหมายเพื่อพบปะพูดคุยและสัมภาษณ์ผู้ปกครองของกลุ่มควบคุมบางรายที่สะดวกให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัย ซึ่งจากการสอบถามและพูดคุยสามารถสรุปได้ว่า กลุ่มควบคุมมีการกลับไปเสพติดซ้ำในช่วงระยะเวลาที่ผู้วิจัยลงพื้นที่เพื่อทำการเก็บข้อมูลจำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 83 ของกลุ่มควบคุมทั้งหมด จากการสอบถามเหตุผลของการกลับไปเสพติด พบว่า กลุ่มควบคุมที่กลับไปเสพติดซ้ำจำนวน 19 คนยังคงขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจเมื่อมีเพื่อน คนรู้จัก หรือคนรอบข้างชักชวนให้เสพติด มีความอ่อนไหวต่อคำชักชวน และไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมในการเสพติดของตนเองได้ ส่วนกลุ่มควบคุมที่กลับไปเสพติดซ้ำอีก 6 คน มีความเครียดในการเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิต ทั้งจากปัญหาครอบครัว ปัญหาความรัก และปัญหาสุขภาพ จึงทำให้เกิดการหาทางออกโดยการเสพติดเพื่อผ่อนคลายจากความเครียดที่เกิดจากปัญหารุมเร้าดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า เยาวชนกลุ่มควบคุมขาดภูมิคุ้มกันทางใจในมิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจมากที่สุดซึ่งสาเหตุเกิดจากตัวเยาวชนเอง และขาดภูมิคุ้มกันทางใจในมิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ซึ่งเกิดจากการเผชิญกับปัญหาในชีวิตต่างๆ ดังที่กล่าวข้างต้น

จากผลการสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมโปรแกรมพบว่าผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในประเด็นของกิจกรรมและวิทยากรในเรื่องที่ว่า เนื้อหาสาระของกิจกรรมสนองตอบความต้องการ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ มีความน่าสนใจและง่ายต่อการทำความเข้าใจ และวิทยากรสามารถอธิบายเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจได้ชัดเจนและนำไปปฏิบัติได้จริง ประเด็นของการเข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในเรื่องของเทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้เรียนและการพัฒนาให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจมากขึ้น ประเด็นด้านการจัดการมีความพึงพอใจในเรื่องของการใช้สื่อที่มีความสอดคล้องและเหมาะสมกับเนื้อหา และการได้รับประสบการณ์ใหม่ๆ

ระยะที่ 3 ผลการวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

จากการจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้พัฒนาขึ้น โดยการสัมภาษณ์ผู้เรียน วิทยากร และผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับโปรแกรมที่ได้ทดลองใช้เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปปรับปรุงแก้ไขรูปแบบให้มีประสิทธิภาพและเหมาะสม ซึ่งมีผลดังนี้

3.1 ปัจจัยของการใช้โปรแกรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

3.1.1 ด้านภาพรวมของกิจกรรม

ผู้เข้าร่วมโปรแกรมจำนวน 30 คน ทุกคนต่างมีความเห็นตรงกันว่า โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมและเกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของผู้เรียน มีการให้ความรู้โดยอธิบายเนื้อหาสาระให้เข้าใจง่ายและชัดเจน เน้นให้ทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม มีการสะท้อนความคิดเห็นเชิงวิพากษ์ซึ่งกระตุ้นให้ทุกคนได้แสดงความคิดเห็นและเปิดใจในการรับฟังร่วมกัน มีการอภิปรายและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นพร้อมทั้งร่วมแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตร่วมกัน ทำให้ทุกคนมีโอกาสในการพูดคุยก่อให้เกิดความเข้าใจและความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มกิจกรรม มุ่งเน้นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อยาเสพติดให้เกิดขึ้นกับเยาวชนกลุ่มเป้าหมายทั้ง 3 มิติ ได้แก่ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ผ่านประสบการณ์ชีวิตจริงของผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ได้จริง รูปแบบในการจัดกิจกรรมมีความหลากหลาย ดึงดูดความสนใจ ภาพยนตร์ให้ข้อคิดที่ดี และนำไปปรับใช้ในชีวิตจริงได้ ผู้เข้าร่วมได้มีโอกาสแสดงออกด้วยการเล่นบทบาทสมมุติสลับกับการเล่นเกมเพื่อผ่อนคลาย วิทยากรมีประสบการณ์ และความเป็นกันเอง ประกอบกับกลุ่มผู้เข้าร่วมไม่มากเกินไปทำให้เกิดความสนิทสนมมากขึ้น

3.1.2 ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรมการศึกษาอกระบบโรงเรียน

3.1.2.1 การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้

กิจกรรมการเรียนรู้มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโปรแกรม เน้นการมีส่วนร่วมและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียน มุ่งให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นโดยผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ได้แก่ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ และสามารถนำความรู้และข้อคิดเห็นรวมถึงคำแนะนำที่ได้ร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้จริง ทำให้ผู้เรียนสามารถควบคุมอารมณ์ ความเครียด ในสภาวะกดดันได้ มีความมั่นใจในตนเองที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตให้ดีขึ้น เป็นผู้มีความหวัง มองโลกในแง่ดี และสามารถแสวงหาโอกาสที่ดีในชีวิตให้กับตนเองได้

3.1.2.2 การวิเคราะห์หาความต้องการการเรียนรู้

การหาความต้องการการเรียนรู้จากกลุ่มเยาวชนในชุมชนก่อนมีการทดลองจริงทำให้ได้ข้อมูลที่มีความสอดคล้องกับความต้องการที่แท้จริงของกลุ่มผู้เรียน สามารถประเมินผู้เรียนได้ถึงความต้องการในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจด้านต่างๆ ได้แก่ ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ส่งผลให้ผู้วิจัยมีโอกาสเตรียมความพร้อมรวมถึงประเมินภาพรวมของเยาวชนก่อนการดำเนินกิจกรรม ดังนั้นในการออกแบบกิจกรรมจึงสามารถปรับให้สนองตอบตามความต้องการและความสนใจของผู้เรียนในด้านเนื้อหาของภูมิคุ้มกันทางใจที่ผู้เรียนคิดว่าเป็นประโยชน์และมีความสำคัญต่อการปรับใช้ในชีวิตจริง

3.1.2.3 โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

โปรแกรมที่จัดขึ้นได้มีการดำเนินกิจกรรมตามแผนที่วางไว้ โดยมีการดำเนินการตามลำดับขั้นตอน การจัดการมีความหลากหลาย ทั้งการบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง การวิพากษ์วิจารณ์ การแสดงบทบาทสมมติ และเกม ทำให้การดำเนินโปรแกรมสามารถดึงดูดความสนใจและความร่วมมือของกลุ่มผู้เรียนได้ ทั้งนี้การดำเนินโปรแกรมทั้งกระบวนการเน้นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดกับกลุ่มผู้เรียน ดังนั้นขั้นตอนและเทคนิคต่างๆ จึงมีความสอดคล้องและสามารถให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีศักยภาพในการรับมือกับปัญหาที่ต้องเผชิญทุกรูปแบบโดยมีการจัดการกับปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ดำเนินชีวิตได้ด้วยความหวังที่จะประสบความสำเร็จ มองโลกในแง่ดี จัดการกับอารมณ์และความเครียดได้ เข้าใจจิตใจผู้อื่น และแสวงหาความท้าทาย และโอกาสที่ดีในชีวิต

3.1.2.4 กลุ่มผู้เรียน

กลุ่มผู้เรียนมีความใกล้เคียงกันทั้งช่วงอายุ สภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ ประสบการณ์ในชีวิตรวมถึงความสนใจในกิจกรรมที่คล้ายคลึงกัน ทำให้มีความใส่ใจในกิจกรรมการเรียนรู้และการร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ซึ่งกันและกัน ทำให้สามารถปลุกฝังทักษะในการปฏิเสธต่อคำชักชวนในทางที่ไม่เหมาะสม การมีความเข้มแข็งในชีวิต การหาทางออกให้กับปัญหาที่ต้องเผชิญ การมีความเชื่อมั่นในตนเอง การมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง และสามารถต่อยอดความคิดเดิมและปลุกฝังความคิดที่ถูกต้องเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดได้

3.1.2.5 วิทยากรและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรม

วิทยากรเป็นผู้มีประสบการณ์ตรงในการติดยาเสพติด สามารถถ่ายทอดความรู้ที่เกิดจากชีวิตจริงได้ ทำให้ดึงดูดความสนใจต่อผู้เรียน มีความเป็นกันเอง เต็มใจที่จะให้คำปรึกษาและคำแนะนำกับผู้เรียน ประกอบกับวิทยากรอยู่ในวัยที่ใกล้เคียงกับผู้เรียน ทำให้การพูดคุยมีความสนิทสนม ผู้เรียนกล้าถาม กล้าแสดงความคิดเห็น และพูดคุยอย่างเป็นกันเอง ไม่เกร็ง อีกทั้งยังสามารถแนะนำวิธีการแก้ปัญหาในชีวิตให้กับผู้เรียนที่เผชิญกับปัญหาต่างๆ โดยวิธีการอยู่บนพื้นฐานของมิติการสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ได้แก่ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

3.1.2.6 สื่อการเรียนรู้

สื่อมีความสอดคล้องและส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี เอกสารประกอบการบรรยายมีความชัดเจน ใบความรู้และใบงานในแต่ละกิจกรรมทำให้การดำเนินกิจกรรมบรรลุผลตามวัตถุประสงค์ ผู้เรียนได้ประเมินและตรวจสอบตนเองเกี่ยวกับความรู้และสภาวะจิตใจของการเป็นผู้มีภูมิคุ้มกันทางใจหลังจากการทำกิจกรรม นอกจากนี้ยังเป็นการประเมินตนเองรายด้านถึงการเป็นผู้ที่มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมีความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตอีกด้วย เกมมีความน่าสนใจและก่อให้เกิดความเข้าใจที่เป็นรูปธรรมในเนื้อหาสาระที่ต้องการ รวมถึงภาพยนตร์ที่สะท้อนชีวิตสามารถดึงดูดความสนใจของผู้เรียนได้ดี เพราะได้รับประสบการณ์ตรงและข้อคิด ทางออกในการแก้ปัญหา การแสดงออกของตัวละครสามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้

3.1.2.7 เนื้อหาสาระ

เนื้อหาสาระมีประโยชน์ต่อผู้เรียนมาก ทำให้ได้รับความรู้และมีความเข้าใจที่ถูกต้องในการจัดการกับปัญหาในชีวิต เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับผู้เรียนในการจัดการกับยาเสพติด ทั้งการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ไม่อ่อนไหวต่อคำชักชวน และมีจิตใจเข้มแข็งเมื่อตกอยู่ในสภาวะกดดันได้ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ มีความเชื่อมั่นในตนเองในการควบคุมทิศทางในชีวิต เลือกเส้นทางที่ถูกต้อง มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เข้าใจปัญหาที่ต้องเผชิญ หาทางออกที่เหมาะสม มีความท้าทาย รู้จักแสวงหาโอกาสดีๆ ในชีวิต และยืดหยุ่นต่อการปรับตัวให้เข้ากับสัมพันธภาพใหม่ๆ

3.1.2.8 รูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้

รูปแบบกิจกรรมมีความเหมาะสมและหลากหลายทั้งการบรรยาย การสะท้อนความคิด การอภิปรายกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และการเล่นเกม ทำให้ผู้เรียนไม่เบื่อและกิจกรรมน่าติดตาม ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นทำให้ได้รับข้อมูลใหม่ๆ ที่เป็นประโยชน์และสามารถปรับใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองได้ การได้รับคำแนะนำและข้อเสนอแนะจากผู้เรียนคนอื่นทำให้สามารถแก้ปัญหาได้อย่างเป็นรูปธรรม และเข้าใจวิธีการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง อีกทั้งยังก่อให้เกิดสัมพันธภาพและโอกาสที่ตีร่วมกันอีกด้วย

3.1.2.9 สถานที่

สถานที่ที่มีความเหมาะสมและสะดวกสำหรับผู้เรียนทุกคนเพราะอยู่ในชุมชน ผู้เรียนสามารถเดินมาได้ ประกอบกับลานอเนกประสงค์เป็นสถานที่เปิด คณะกรรมการชุมชนจึงสามารถสังเกตการณ์ดำเนินกิจกรรมได้อย่างใกล้ชิดและคอยอำนวยความสะดวกได้ตลอดเวลา

3.1.2.10 ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

ตารางการทำกิจกรรมมีความเหมาะสม เพราะจะใช้เวลาในวันเสาร์หรืออาทิตย์เท่านั้นเพื่อไม่ให้กระทบเวลาเรียนและเวลาในการทำกิจกรรมอื่นๆ ของผู้เรียน โดยเวลาในการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรมไม่นานจนเกินไปและยืดหยุ่นตามความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก

3.1.2.11 การประเมินผล

การประเมินผลมีความเหมาะสม โดยเป็นการประเมินด้วยการทำแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ และแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจที่ครอบคลุมมิติด้านการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ทำให้ผู้เรียนสามารถประเมินตนเองในพัฒนาการที่ดีขึ้นในด้านต่างๆ

3.1.3 ความเหมาะสมของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ความเหมาะสมของแบบวัด ได้แก่ แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดและแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด มีความเหมาะสม เพราะข้อคำถามมีความชัดเจน และตรงประเด็น เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัดผลสอดคล้องกับเป้าหมายที่ต้องการให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มสูงขึ้น

3.2 เงื่อนไขความสำเร็จของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

3.2.1 ด้านกิจกรรมการเรียนรู้

3.2.1.1 กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจประกอบด้วย การบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง การเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมติ การชมภาพยนตร์ และกรณีศึกษา ซึ่งล้วนแต่เป็นเทคนิควิธีที่ผู้วิจัยได้ทำการสอบถามความต้องการในการเรียนรู้จากผู้เรียนแล้ว และผู้เรียนส่วนใหญ่มีความสนใจในวิธีการดังกล่าว ทั้งนี้การสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจสามารถทำได้ง่าย กระตุ้นความสนใจของกลุ่มผู้เรียน มีความเป็นรูปธรรม เข้าใจง่าย ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการฝึกฝน และใช้ความคิดวิเคราะห์เพื่อแก้ปัญหาได้จริง ทำให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจในตัวผู้เรียนผ่านประสบการณ์ การมีส่วนร่วม และการได้รับคำแนะนำต่างๆ

3.2.1.2 การวิพากษ์เพื่อสะท้อนความคิด ทำให้ผู้เรียนเกิดการสำรวจและทบทวนตนเอง ซึ่งในการเข้าร่วมกิจกรรมนอกจากผู้เรียนจะมีความรู้เรื่องภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มขึ้น ยังเป็นการเพิ่มพูนความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ให้มากยิ่งขึ้นอีกด้วย ทั้งนี้ผู้เรียนจะได้มีการประเมินตนเองผ่านการวิพากษ์ และการได้รับความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจยังเป็นการทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมเดิมไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่มีความเหมาะสม ก่อให้เกิดการคงอยู่ของพฤติกรรมของการเป็นผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจในตัวผู้เรียนอีกด้วย

3.2.1.3 ภาพยนตร์ที่นำเสนอมีการให้ข้อคิดที่ดี ผู้เรียนมองเห็นภาพที่ชัดเจนของตัวละครที่ขาดภูมิคุ้มกันทางใจ ผลเสียต่อตนเอง และผลกระทบต่อครอบครัว ผู้เรียน โดยภาพยนตร์เน้นให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และการมีความกล้าในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ การเปิดโลกกว้างเพื่อแสวงหาโอกาสในชีวิตที่ดีกว่าเดิม ทำให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้ในการเรียนรู้ผ่านสื่อ เกิดข้อสรุปในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง และเกิดการวิเคราะห์และพิจารณาตนเองเทียบเคียงกับสภาพในชีวิตจริง

3.2.2 ด้านวิทยากร

วิทยากรเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ตรง และผ่านประสบการณ์ในชีวิตที่ใกล้เคียงกับกลุ่มผู้เรียน ทำให้เข้าใจสภาพปัญหาและมีความรู้สึกร่วมในการดำเนินกิจกรรมร่วมกันทั้งผู้เรียนและผู้สอน ทั้งนี้วิทยากรยังคอยแนะนำและให้ข้อเสนอแนะวิธีการแก้ปัญหาที่ผู้เรียนต้องเผชิญในชีวิตจริงโดยยึดเอาพื้นฐานของการมีภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ได้แก่ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เป็นหลัก โดยจะมุ่งเน้นให้ผู้เรียนสามารถจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้ สามารถดำเนินชีวิตในสภาวะที่ยากลำบากหรือกดดันได้ มีพลังใจ มีความมุ่งมั่นในการไปสู่ความสำเร็จ มีความเข้าใจสภาวะจิตใจและความรู้สึกของผู้อื่น รวมถึงเข้าใจปัญหาและหาทางออกได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ผู้เรียนยังต้องเปิดโอกาสให้ตนเองได้รู้จักสังคมใหม่ๆ สัมผัสสภาพใหม่ๆ แสวงหาความท้าทาย และโอกาสดีๆ ในชีวิต

ผู้เรียนจะเกิดการตกผลึก มีความรู้ ความเข้าใจ รู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง และมีความรู้สึกร่วม ส่งผลให้เกิด การตระหนักในการเป็นบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจได้ชัดเจนและเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น

3.3 ปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทาง ใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

จากการดำเนินกิจกรรมร่วมกับการสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการเตรียมงานก่อนการ ดำเนินกิจกรรมทำให้ค้นพบข้อมูลที่เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดังนี้

3.3.1 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมไม่ต่อเนื่องกัน

ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมไม่ต่อเนื่องกันเนื่องด้วยผู้เรียนต้องไปโรงเรียนในวันธรรมดา จะมีเวลาว่างในช่วงวันหยุดเท่านั้น ซึ่งในวันหยุดแต่ละคนก็ไม่มีเวลาว่างทั้งวัน ผู้วิจัยจึงต้องหา ช่วงเวลาที่ว่างตรงกันเพื่อจัดกิจกรรมทำให้การเรียนรู้ไม่มีความต่อเนื่อง การจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจในแต่ละครั้งจึงต้องมีการอธิบายและบรรยายเพิ่มเติมเพื่อรีฟรึนความรู้เดิมก่อนมีการ จัดกิจกรรมครั้งใหม่ ทำให้เสียเวลาและอาจทำให้ผู้เรียนบางคนเบื่อหน่ายได้

3.3.2 สถานที่ในการจัดกิจกรรม

สถานที่ในการจัดกิจกรรมครั้งนี้ คือ ลานอเนกประสงค์ชุมชนลือค 4-5-6 (บ้านอุ่นใจ) ซึ่ง อยู่ในพื้นที่ของชุมชนคลองเตยที่ผู้เรียนอาศัยอยู่ มีข้อจำกัดคือ สถานที่ค่อนข้างจะแคบ ประกอบกับ เป็นสถานที่ในการทำกายภาพบำบัดของผู้สูงอายุในชุมชนจึงทำให้ต้องมีการเคลื่อนย้ายอุปกรณ์เพื่อใช้ พื้นที่ในการดำเนินกิจกรรม อีกทั้งแสงสว่างไม่เพียงพอทำให้เกิดอุปสรรคในการเรียนรู้ของกลุ่มผู้เรียน

3.3.3 การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรม

การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมค่อนข้างยากเนื่องจากผู้เรียนได้มีการแยกย้าย ไปดำเนินชีวิตของตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องขอความร่วมมือกับทางคณะกรรมการชุมชนในการสังเกต พฤติกรรมของผู้เรียนบางคนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงได้ด้วยเหตุผลหลายประการ นอกจากนี้ในการ เข้าไปติดตามผลในแต่ละสัปดาห์จะตามตัวผู้เรียนแต่ละคนได้ยากมาก และใช้เวลาในการพูดคุยกัน เพียงระยะเวลาสั้นๆ เท่านั้น ทั้งนี้ในการติดตามผลในแต่ละครั้ง คณะกรรมการชุมชนจะคอยสังเกต พฤติกรรมของเยาวชนในระยะใกล้ชิด ทำให้การพูดคุยไม่สะดวกเท่าที่ควร เนื่องจากเยาวชนไม่กล้า แสดงออก การให้คำแนะนำปรึกษาและวิเคราะห์ภูมิคุ้มกันทางใจในตัว of เยาวชนจึงทำได้ไม่เต็มที่

ระยะที่ 4 ผลการนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชน เป็นศูนย์กลาง

จากการจัดการสนทนากลุ่มขึ้นเพื่อร่วมกันนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำและร่วม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูล ความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นและผลการนำเสนอมาตรการทางสังคมจาก ผู้เชี่ยวชาญ จากนั้นผู้วิจัยนำร่างมาตรการทางสังคมที่ได้ไปให้กับคณะกรรมการชุมชน ผู้นำชุมชน

ตัวแทนของเยาวชน และผู้ที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหาเสพติดในชุมชนร่วมกันพิจารณาความเป็นไปได้ รวมถึงปรับปรุงแก้ไข และให้ข้อเสนอเพิ่มเติม ดังนี้

4.1 ความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

4.1.1 ความเหมาะสมกับสภาพของกลุ่มเป้าหมาย

จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นตรงกันว่า โปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมกับกลุ่มทดลองที่เป็นเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ เนื่องจากเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีแนวโน้มในการเข้าไปติดยาเสพติดในอัตราที่สูงและเพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน การบำบัดและฟื้นฟูที่เคยจัดขึ้นยังไม่สามารถแก้ไขปัญหาการกลับไปติดยาเสพติดของเยาวชนได้ดีเท่าที่ควร ดังนั้นในการป้องกันการกลับไปติดยาเสพติดซ้ำควรเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดขึ้นกับเยาวชนเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวร อีกทั้งกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วม การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและใช้ประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นหลักจึงมีความน่าสนใจและเข้าถึงกลุ่มเยาวชนได้ดี ส่วนการวิพากษ์และสะท้อนความคิดเป็นกิจกรรมที่เยาวชนจะได้ทบทวนตนเองและเปลี่ยนความคิด เจตคติเดิมๆ รวมถึงการเปลี่ยนพฤติกรรมและการแสดงออกในทางที่เหมาะสม อีกทั้งกลุ่มเป้าหมายที่มีระดับอายุที่อยู่ในช่วงวัยเดียวกัน มีพื้นฐานครอบครัวที่คล้ายคลึงกันเนื่องจากอาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมเดียวกัน การดำเนินชีวิตที่มีวิถีที่คล้ายคลึงกัน ทำให้การจัดกิจกรรมครอบคลุมความต้องการและเหมาะสมกับสภาพของกลุ่มเป้าหมายทั้งหมด อีกทั้ง การสร้างภูมิคุ้มกันทางใจเน้นการปรับพฤติกรรมที่ดีขึ้นของเยาวชนในการไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด โดยเพิ่มการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ซึ่งถือได้ว่ามีความจำเป็นและเป็นประโยชน์ในการประยุกต์ใช้เพื่อการดำเนินชีวิตของเยาวชนที่มีความเสี่ยงต่อการกลับไปเสพซ้ำที่อาศัยอยู่ในชุมชนทุกคน

4.1.2 การนำไปปฏิบัติให้กลุ่มเป้าหมายมีภูมิคุ้มกันทางใจ

จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นตรงกันว่า โปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงและทำให้กลุ่มเป้าหมายมีภูมิคุ้มกันทางใจ ผู้วิจัยมีการศึกษาสภาพของกลุ่มเป้าหมายและสภาพของชุมชนที่อยู่อาศัยก่อนมีการทำกิจกรรมรวมถึงการศึกษาความต้องการการเรียนรู้ของเยาวชน ดังนั้นแผนกิจกรรมจึงต้องพัฒนาให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก ผู้วิจัยยอมเข้าใจกลุ่มผู้เรียนในระดับที่สามารถเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับผู้เรียนได้ เพราะเมื่อมีความคุ้นเคย มีความใกล้ชิดสนิทสนม และเข้าใจพื้นฐานของผู้เรียน การเข้าถึงผู้เรียนจึงทำได้ง่ายยิ่งขึ้น อีกทั้งความเป็นกันเองและความคุ้นเคยจะทำให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมมากยิ่งขึ้น กล้าแสดงความคิดเห็น สามารถให้ข้อมูลที่เป็นจริง และเปิดรับความรู้ใหม่ๆ รวมถึงยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดีขึ้นกว่าเดิมได้

4.1.3 ข้อเสนอแนะที่ควรปรับปรุงและแก้ไข

จากการสนทนากลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญได้แนะนำและให้ข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงและพัฒนาโปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนดังกล่าวให้ดียิ่งขึ้น

4.1.3.1 ควรมีการจัดกิจกรรมเป็นครอบครัว โดยให้พ่อ แม่ และผู้ปกครองมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วย เพราะครอบครัวมีส่วนสำคัญในการสนับสนุนและให้คำปรึกษาที่ดี เมื่อพ่อ แม่ และผู้ปกครองมีความรู้ และเข้าใจในเนื้อหาสาระก็จะส่งผลให้สามารถให้ข้อเสนอแนะที่ดีและเป็นที่ยอมรับให้กับเยาวชน

4.1.3.2 ทุกภาคส่วนในชุมชนต้องให้ความร่วมมือในการอำนวยความสะดวก และนำความรู้ไปต่อยอดเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวรและยั่งยืน โดยสามารถเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับเยาวชนในชุมชนที่ไม่เคยเสพยาเสพติดเพื่อไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดได้

4.2 มาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

4.2.1 การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด

คณะกรรมการและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการจัดทำแผนบูรณาการสกัดกั้นยาเสพติดตามชุมชนที่มีความเสี่ยง โดยต้องมีการทำข้อตกลงร่วมระหว่างคนในชุมชน ผู้นำชุมชน และภาครัฐ เพื่อประสานความร่วมมือของแต่ละภาคส่วน และการสะท้อนปัญหาเพื่อนำไปสู่การปราบปรามและการพัฒนาในชุมชน โดยทุกคนในชุมชนต้องร่วมมือกันสร้างสรรค์ชุมชนขึ้นมาใหม่ ครอบครัวต้องปลูกฝังให้เยาวชนตระหนักในการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องตามครรลอง โดยเยาวชนจะต้องปรับตัวและรับมือได้กับทุกสภาวะปัญหา มีความเข้มแข็ง มีความสามารถในการควบคุมแรงกระตุ้น และแรงกดดันจากภายนอก มีความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้จักแสวงหาโอกาสดีๆ ในชีวิต

4.2.2 การพัฒนาประสิทธิภาพในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน

คณะกรรมการชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการปราบปรามเครือข่ายและกลุ่มเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับการค้ายาเสพติดในชุมชน เพราะถือได้ว่าเป็นอันตรายต่อการดำรงอยู่ของเยาวชนคนอื่นๆ ที่มีโอกาสในการเข้าไปติดยาเสพติด โดยต้องมีการพัฒนาประสิทธิภาพของการติดตาม ดูแล และสอบสวน รวมถึงการใช้กฎหมายร่วมด้วย ทั้งนี้ในการปราบปรามควรเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเจตคติของกลุ่มเยาวชน โดยทำให้เยาวชนได้เห็นศักยภาพของตนเองในการช่วยเหลือและทำประโยชน์ให้กับสังคม เปิดมุมมองของเยาวชนในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในสังคม โดยกระตุ้นให้เยาวชนเรียนรู้ในการปรับตัว แสวงหาความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ ที่มีคุณค่าต่อชีวิต

4.2.3 การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร

ควรมีการค้นหาและตรวจสภาพร่างกายและจิตใจของเยาวชนที่เป็นผู้เสพ ผู้ใช้ ผู้ติดยาเสพติด และผู้ที่เคยติดยาเสพติดให้ละเอียด ทั้งนี้ต้องมีการนำผู้เสพและผู้ที่ใช้เข้ารับการรักษาในรูปแบบของค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทั้งนี้ต้องเป็นการปรับเปลี่ยนสภาพจิตใจร่วมด้วย โดยการเสริมสร้างพลังใจ เสริมพลังความมุ่งมั่น กระตุ้นให้เยาวชนเชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถเปลี่ยนแปลง

ตนเองไปในทางที่ดีกว่าเดิมได้ มีความหวังในชีวิต มีศรัทธาในการเปลี่ยนวิถีชีวิตตนเองโดยเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้ และสร้างพลังให้เยาวชนมีความกล้าในการก้าวไปสู่ความสำเร็จ เพื่อให้เยาวชนมีพฤติกรรมการเลิกยาสูบ นอกจากนี้การบำบัดรักษาควรมีความทันสมัย มีการพัฒนาระบบข้อมูลที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับพฤติกรรมของผู้ที่เข้ารับการรักษา เพื่อให้เกิดเกิดผลสัมฤทธิ์ทั้งกับผู้เสพและชุมชน

4.2.4 การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน

ควรมีการเฝ้าระวังและป้องกันการเข้ายาเสพติดในชุมชนอย่างเข้มงวด โดยมีการให้ข้อมูลข่าวสารและเผยแพร่ความรู้ต่อกลุ่มต่างๆ ในชุมชนเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจด้านยาเสพติด ทั้งนี้ผู้ปกครอง คณะกรรมการชุมชน รวมถึงตัวเยาวชนเองต้องให้ความร่วมมือในการป้องกันยาเสพติด โดยเฉพาะเยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะต้องมีการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงเพื่อเฝ้าระวังปัญหา ยาเสพติด อีกทั้งต้องมีการสำรวจภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของตนเอง พิจารณาความสามารถในการดำเนินชีวิตภายใต้สภาวะหรือสิ่งแวดล้อมที่มีความกดดันทั้งภายในและภายนอก การปรับสภาวะทางอารมณ์และจิตใจเพื่อเข้าใจคนรอบข้าง และการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง นอกจากนี้ต้องป้องปรามและแทรกแซงเพื่อลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน

4.2.5 การแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน

ควรมีการจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาแต่ละระดับเพื่อบูรณาการการแก้ไขปัญหายาเสพติดในพื้นที่ของชุมชนโดยเฉพาะ เนื่องด้วยกลุ่มคนที่เกี่ยวข้องในชุมชนจะมีความรู้และความเข้าใจสภาพชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่ได้เป็นอย่างดี การทำแผนงานโดยเฉพาะเพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชนจะสามารถแก้ไขปัญหาได้ตรงประเด็นและได้ผลดีที่สุด เพราะบริบทแต่ละชุมชนมีความแตกต่างกัน จึงควรมีการศึกษาและทำการแก้ไขปัญหาโดยเฉพาะ นอกจากนี้ การศึกษาพฤติกรรม ความเป็นอยู่ และพฤติกรรมของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะได้นำข้อมูลที่เป็นปัญหาเบื้องต้นของการเสพยาเสพติด ทั้งการขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การขาดความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการขาดความกล้าเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชน มาจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาในชุมชน

4.2.6 การบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง

ควรมีการกระตุ้นและส่งเสริมความร่วมมือกันระหว่างชุมชนที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อยาเสพติดกับประชาชนที่อาศัยในชุมชน ทั้งนี้ต้องอาศัยงบประมาณและความร่วมมือจากภาครัฐในการบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่น ต้องมีการจัดตั้งและพัฒนากำลังของประชาชนเพื่อป้องกันปัญหาเสพติดในชุมชนและเสริมประสิทธิภาพกลไกเฝ้าระวังในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยมีเป้าหมายที่จะพัฒนาโปรแกรมโดยใช้ขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) มาเป็นกรอบในการดำเนินการ โดยบูรณาการกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด โดยในการอภิปรายผลการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้แบ่งประเด็นการอภิปรายออกเป็น 4 ประเด็นดังนี้

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ
2. ผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ
3. ผลการวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลทดลองใช้
4. ผลการนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1.1 ผลการศึกษาข้อมูลต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1.1.1 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยมีความต้องการที่จะเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยให้เหตุผลว่า โปรแกรมการเรียนรู้มีความน่าสนใจและมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และชุมชน ทำให้บุคคลสามารถพัฒนาตนเองและเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อที่ไม่ถูกต้องในการเสพยาเสพติดให้เปลี่ยนไปในทางที่ถูกต้อง และการหาทางออกในการแก้ปัญหาที่เหมาะสมได้ รวมถึงเนื้อหาสาระและรูปแบบการจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจ สอดคล้องกับ Knowles (1980) ที่กล่าวว่า บุคคลจะเรียนรู้ได้ดีเมื่อมีความจำเป็นและมีความต้องการที่จะพัฒนาตนเอง และนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตของบุคคลนั้นๆ และสอดคล้องกับ Kidd (1973) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ของบุคคลมีความเกี่ยวข้องกับงาน ความเป็นอยู่ บทบาท และภารกิจของบุคคลนั้น ลักษณะของกิจกรรมที่สามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลจะกระตุ้นให้บุคคลเกิดความสนใจและต้องการเรียนรู้

1.1.2 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยมีความเห็นว่า รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการส่วนใหญ่คือ การเล่นเกมคิดเป็นร้อยละ 36.9 รองลงมาคือ การแสดงบทบาทสมมติ คิดเป็นร้อยละ 23.4 การอภิปราย/สนทนากลุ่มคิดเป็นร้อยละ 21.9 และการ

บรรยาย คิดเป็นร้อยละ 17.8 ตามลำดับ ดังนั้นจึงควรมีการจัดกิจกรรมที่มีความหลากหลายเพื่อดึงดูดความสนใจของผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับ Boyle (1981) ที่กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงของบุคคลทั้งในด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติของผู้เรียน ต้องประกอบไปด้วย กิจกรรมต่างๆ ที่มีความหลากหลาย เช่น การฝึกปฏิบัติจริง การอภิปราย การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมติ การระดมสมอง ฯลฯ ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ และเจตคติหลังการเรียนเพิ่มสูงขึ้น และสอดคล้องกับ Caffarella (1994) ที่กล่าวว่า การทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การฟังการบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง ฯลฯ จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้มากขึ้น และกิจกรรมต่างๆ ยังเปิดโอกาสให้ผู้เรียนสามารถแสดงความคิดเห็น รับฟังความคิดเห็น และมีมุมมองทางเลือกที่หลากหลาย ส่งผลให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาสาระ และพัฒนาเจตคติ โดยกิจกรรมที่เน้นการลงมือทำจะช่วยเสริมสร้างทักษะให้กับผู้เรียนได้ดียิ่งขึ้น สอดคล้องกับอาชัญญา รัตนอุบล (2541) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง และมีโอกาสฝึกทำซ้ำๆ จะทำให้เกิดเป็นทักษะและความชำนาญขึ้นมาได้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับอาภรณ์ ใจเที่ยง (2546) ที่กล่าวว่า การแสดงบทบาทสมมติ เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมา และช่วยวิเคราะห์ความรู้สึกและพฤติกรรมตนเองอย่างลึกซึ้ง

1.1.3 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยมีความเห็นว่า เนื้อหาสาระด้านภูมิคุ้มกันทางใจที่ต้องการเรียนรู้ ได้แก่ ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มีความต้องการการเรียนรู้เกี่ยวกับความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) รองลงมาคือ ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน (การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ (การควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆ มีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้) สอดคล้องกับ Werner (1989) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจและมีความเข้มแข็งทางจิตใจจะเกิดการนับถือตนเอง มีการรับรู้ความสามารถของตนเอง และมีความเข้มแข็ง สอดคล้องกับ Warschaw & Barlow (1995) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มีความเข้มแข็งทางจิตใจ จะมีความมุ่งมั่นในชีวิตอย่างแน่วแน่ มีความมั่นใจในตนเอง สามารถควบคุมความสับสนวุ่นวาย และการเพิ่มขึ้นของปัญหาครอบครัวได้ และสอดคล้องกับ Goleman (1998) ที่กล่าวว่า การสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และความมั่นคงทางจิตใจให้กับบุคคลนั้นจะทำให้บุคคลสามารถยืนหยัดในสภาวะกดดันได้ มีความสามารถในการอดทนและรอคอยความต้องการ สามารถจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกทางลบของตนเองได้ ส่วนด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ มีความต้องการการเรียนรู้เกี่ยวกับการมีความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ (การมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และตนเองสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้) รองลงมาคือ ความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น) และการมีความหวังในชีวิต (การมีความเชื่อมั่น มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี) สอดคล้องกับ Wolin & Wolin (1993) ที่กล่าวว่า การดีการตอบสนองทางบวกจากผู้อื่น และความสามารถที่จะรักและรับความรักจากบุคคลอื่นจะทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี มีความใส่ใจผู้อื่น ก่อให้เกิดกำลังใจ ความเชื่อมั่นและศรัทธาที่ดีในการอยู่ร่วมกัน และสอดคล้องกับ

Young-Eisendrath (1996) ที่กล่าวว่า การเข้าถึงความต้องการของผู้อื่น มีความประนีประนอมและชะลอความต้องการของตนเอง และแสวงหากำลังใจรอบข้างจะทำให้เกิดกำลังใจที่ดีและมีศักยภาพทางอารมณ์และจิตใจ และในด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ มีความต้องการการเรียนรู้เกี่ยวกับความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง) รองลงมาคือความสามารถในการแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ (การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ท้าทาย และสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม) และการมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว (การเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม) สอดคล้องกับ Bernard (1993) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจจะมีความสามารถในการคิดเชิงนามธรรม และการพยายามหาทางเลือกในการแก้ปัญหา และสอดคล้องกับ Warschaw & Barlow (1995) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีความกล้าเผชิญต่อการเปลี่ยนแปลงจะสามารถปรับตัวและจัดการสถานการณ์ในชีวิตได้ดี สามารถจัดการกับสิ่งท้าทายในชีวิตได้ และใช้สถานการณ์ทางลบให้เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายสูงสุด

1.2 ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาโปรแกรมตามโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) ใน 5 ขั้นตอนแรก ซึ่งประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานการพัฒนา โปรแกรมขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากร/ผู้สนับสนุน และขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้ได้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้น ดังนี้

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเป็นโปรแกรมที่นำเอาแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาบูรณาการร่วมกัน เนื่องจากเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเป็นผู้ที่เคยเผชิญกับภาวะวิกฤตในชีวิตและมีการหาทางออกในทางที่ผิด ดังนั้นจึงต้องมีการเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ใหม่จากมโนทัศน์เดิม การไม่หลงเชื่อคำชักจูงที่ชักนำไปในทางที่ไม่เหมาะสม การรู้จักตรวจสอบตนเอง มีการไตร่ตรอง และวิเคราะห์อย่างมีเหตุมีผล ซึ่งสอดคล้องกับ Mezirow (1991) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ของบุคคลนั้นจะเริ่มต้นได้ดีเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับสภาวะวิกฤตในชีวิต ซึ่งเมื่อเริ่มต้นแล้วการเกิดกระบวนการเรียนรู้จะตามมาได้โดยง่ายทำให้เกิดความพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อความอยู่รอดและการบูรณาการความรู้ ความเชื่อและประสบการณ์ใหม่เข้ากับสิ่งเดิมจะเกิดการเปลี่ยนแปลงถึงระดับฐานราก ซึ่งเป็นที่มาของพฤติกรรมที่แท้จริงอันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลได้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งเยาวชนต้องมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากภายในอย่างยั่งยืนและถาวรโดยใช้เทคนิคการแก้ปัญหา (Problem-Solving) ตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) เนื่องจากการที่จะให้เยาวชนแก้ปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตได้นั้น ต้องมีการกระตุ้นให้เยาวชนมีการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ เพื่อหาทางแก้ไขหรือทางออกที่ดีที่สุด สอดคล้องกับ Taylor (1997) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ที่ทำให้เกิดการ

เปลี่ยนแปลงต้องเป็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากภายในและเป็นการเปลี่ยนแปลงที่มีคุณค่าซึ่งทำให้บุคคลเลือกที่ตัดสินใจด้วย โดยผู้วิจัยได้นำความรู้เรื่องภูมิคุ้มกันทางใจของสำนักสุขภาพจิตและสังคม (2552) และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาใช้ในการพัฒนาเนื้อหาสาระในกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งมีขั้นตอนและกระบวนการตามแนวทางของการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) 8 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากร/ผู้สนับสนุน ขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้ ขั้นตอนที่ 6 การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน ขั้นตอนที่ 7 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม และขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรม ซึ่งสอดคล้องกับ การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดของ Ingalls (1973) ที่กล่าวว่า กระบวนการในการจัดกิจกรรมที่เน้นการพัฒนาให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นไปตามที่ผู้เรียน ชุมชน หรือองค์กรพึงประสงค์ ต้องมีการกำหนดเนื้อหาวิชาที่เฉพาะเจาะจงเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริงและยั่งยืน การจัดกิจกรรมหรือประสบการณ์การเรียนรู้จะเน้นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนโดยคำนึงถึงความต่อเนื่อง การจัดลำดับเนื้อหา และการผสมผสานเพื่อนำไปใช้ในชีวิตจริงและการปฏิบัติงานได้ การประเมินความก้าวหน้าและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นโดยประเมินผลการเรียนรู้ว่า ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้จริงตามที่ต้องการ

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ สามารถอภิปรายแยกตามองค์ประกอบ ได้ดังนี้

1. การกำหนดข้อมูลพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม

ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ในการพัฒนาโปรแกรมไว้ว่า เยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดในระดับที่สูงขึ้น สอดคล้องกับ Boyle (1981) ที่กล่าวว่า ต้องมีการระบุให้ได้ว่าบุคคลที่เข้าร่วมโปรแกรมต้องมีการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาโดยกำหนดวัตถุประสงค์เฉพาะให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน และสอดคล้องกับ Caffarella (1994) ที่กล่าวว่า การกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรมเป็นผลมาจากผู้เรียนตั้งใจจะเรียนและเกิดการเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้ที่ได้รับการจัดโปรแกรม

2. การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน

กลุ่มผู้เรียนคือ เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำที่เคยมีประวัติในการเข้าไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติด มีอายุระหว่าง 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดในเขตคลองเตย จำนวน 30 คน เนื่องจากการได้กลุ่มผู้เรียนที่เคยมีประสบการณ์จะทำให้เกิดการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน สอดคล้องกับ Knowles (1980) ที่กล่าวว่า องค์ประกอบที่สำคัญของการเรียนรู้คือ การมีประสบการณ์ที่มีคุณค่าอย่างยิ่ง ซึ่งจะช่วยให้มีการนำคุณค่าเหล่านั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียนรู้สอดคล้องกับ Jarvis (1999) ที่กล่าวว่า ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ร่วมกันระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งจะเป็นการนำเอาความรู้จากประสบการณ์ของผู้เรียนมาสู่สถานการณ์การเรียนการ

สอนร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับ Evans (1994) ที่ได้กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์จะประกอบด้วยขั้นตอนต่างๆ ผู้เรียนจะนำประสบการณ์มาเป็นข้อมูลในการเรียนรู้ทุกขั้นตอน โดยทั้งผู้สอนและผู้เรียนจะมีส่วนร่วมในการสนับสนุนการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน รูปแบบการเรียนรู้จะเกิดจากการปฏิบัติ การฝึกอบรม การสังเกต และกิจกรรมกลุ่มโดยมีวิธีการสอนที่หลากหลายผสมผสานกันไม่ว่าจะเป็นการบรรยาย การแสดงบทบาทสมมติ การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง ซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้และมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ คน สอดคล้องกับจางกลนี ชูติมาเทวินทร์ (2542) ที่กล่าวว่า ผู้เรียนที่มีประสบการณ์มาแล้วจะสามารถเรียนรู้ได้ดีที่สุดและได้รับการพัฒนาทักษะที่เหมาะสมกับการทำหน้าที่ของตน

3. การพิจารณาผลที่พึงประสงค์

ผู้เรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาความรู้ เจตคติ และภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มสูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยสามารถวัดผลด้านความรู้ และเจตคติก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม สอดคล้องกับสมชาติ กิจจรยง และอรจรรย์ ณ ตะกั่วทุ่ง (2552) ที่กล่าวว่า การที่ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมหรือการอบรม เมื่อสิ้นสุดการเข้าร่วมนั้นๆ ผู้เรียนต้องได้รับความรู้และเจตคติเพิ่มมากขึ้น เพราะการที่ผู้เรียนมีความรู้เพิ่มขึ้นแสดงให้เห็นว่า เนื้อหาที่ได้รับเป็นสิ่งใหม่ ตรงกับความต้องการและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ และการที่ผู้เรียนมีเจตคติเพิ่มขึ้นทำให้ผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ และส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อไป

4. การกำหนดแหล่งทรัพยากรและผู้สนับสนุน

4.1 ผู้สอน

มีบทบาทในการให้ความรู้ และถ่ายทอดประสบการณ์ รวมถึงคอยอำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยต้องสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย มีความเป็นกันเอง ทั้งนี้ต้องกระตุ้นให้ผู้เรียนเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรม มีบทบาทและความสำคัญที่เท่าเทียมกัน เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของการเข้าร่วมกิจกรรม และกล้าที่จะแสดงความคิดเห็น รวมถึงต้องยอมรับความแตกต่างของผู้เรียนแต่ละคน สอดคล้องกับ Knowles (1980) ที่กล่าวว่า การยอมรับในความแตกต่างและความเป็นคนของแต่ละบุคคลถือเป็นการเคารพในศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ ความรู้สึกดังกล่าวจะพัฒนาต่อไปเป็นความรู้สึกเคารพซึ่งกันและกัน เป็นความรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน และสอดคล้องกับ Jarvis (1999) ที่กล่าวว่า ผู้สอนหรือวิทยากรเป็นผู้ให้ความรู้ ข้อมูล และข้อเท็จจริงแก่ผู้เรียนหรือผู้เข้าอบรมเป็นสำคัญ โดยอาจมีการใช้ศิลปะในการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการตอบสนองในการเรียน

4.2 แหล่งความรู้ที่มีความสอดคล้องกับเนื้อหา

แหล่งความรู้ ได้แก่ วิทยากรที่มีประสบการณ์เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ผู้วิจัยได้เชิญคุณจารย์วัศตร์ ตรีพุมิพัฒน์ ซึ่งเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ตรงและสามารถบรรยายพร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะ รวมถึงคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อผู้เรียนได้ดีที่สุด สอดคล้องกับ Knowles (1980) ที่กล่าวว่า การกำหนดบุคคลที่มีความชำนาญจากศาสตร์ต่างๆ จะช่วยให้โปรแกรมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

4.3 สื่อการเรียนรู้

สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ ใบความรู้ และใบงานประกอบการทำกิจกรรมในแต่ละกิจกรรม ภาพยนตร์ มีวีสควีดีโอ วีซีดี และเครื่องมืออุปกรณ์ในการปฏิบัติงานที่ต้องใช้ในกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับสิริพร ทิพย์คง (2546) ที่กล่าวว่า การใช้สื่อการเรียนการสอนที่เป็นวัสดุอุปกรณ์ มีส่วนสร้างความกระตือรือร้นที่ต้องการจะเรียนของผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

4.4 สถานที่

สถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งนี้ คือ ลานอเนกประสงค์ของชุมชนลือค 4-5-6 ในชุมชนคลองเตย ซึ่งมีพื้นที่เพียงพอในการทำกิจกรรมกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และการเล่น เกม ฯลฯ ซึ่งสอดคล้องกับสุวัฒน์ วัฒนวงศ์ (2547) ที่ได้เสนอการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ นั่นคือ สภาพแวดล้อมทางกายภาพที่มีผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน ได้แก่ ขนาดห้องเรียนต้องมีความกว้างและเหมาะสมกับจำนวนผู้เรียน ถ้าห้องเรียนใช้เป็นที่สอนหรืออบรมจะต้องมีพื้นที่กว้างขวางเพียงพอสำหรับการจัดกิจกรรม แสงสว่างต้องพอเหมาะที่จะทำให้ผู้เรียนมองเห็นได้อย่างชัดเจน มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่พร้อมในการจัดกิจกรรม เช่น บอร์ด วิทยุ ไมโครโฟน เครื่องฉายแผ่นใส เป็นต้น ซึ่งจะช่วยทำให้ห้องเรียนมีความพร้อมในการเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น

5. การสร้างแผนการเรียนรู้

5.1 วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ โดยใช้แนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของบุคคลโดยการเปลี่ยนแปลงนี้เป็นการเปลี่ยนที่เกิดขึ้นจากภายในมิใช่เป็นการเปลี่ยนจากภายนอก เพราะการเปลี่ยนแปลงจากภายในของบุคคลคนหนึ่งให้เป็นอย่างใดอย่างหนึ่งต้องเป็นการเปลี่ยนแปลงจากรากฐานของบุคคลเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่ และต้องทำให้บุคคลคนหนึ่งเปลี่ยนแปลงจุดยืนมุมมองไม่ว่าจะเป็นความคิดความเชื่อเจตคติ ดังนั้นเยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะต้องสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดขึ้นด้วยตัวเอง ประกอบกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยมุ่งเน้นการจัดกระทำทางปัญญา เช่น ความคิด ความเชื่อ เจตคติ และการรับรู้ โดยใช้เทคนิคการแก้ปัญหาที่เอารูปแบบกระบวนการคิดภายในเป็นกลไกในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

5.2 เนื้อหาสาระ

เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า และรวบรวมข้อมูลลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ โดยบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจต้องมีคุณสมบัติที่ครอบคลุมทั้ง 3 มิติ การกำหนดเนื้อหาประกอบด้วย 1) ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ: มีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ 2) ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ: มีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มี

ความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ และ 3) ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ: มีความสามารถในการระบุสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว สอดคล้องกับ Werner (1989) ที่กล่าวว่าบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจเป็นบุคคลที่มีแนวโน้มในการจัดการกับปัญหาได้อย่างเหมาะสม มีความเข้มแข็ง มีความนับถือตนเอง และสามารถแก้ไขสถานการณ์ให้เปลี่ยนแปลงในทางบวกได้ มีทักษะในการเผชิญกับปัญหาและมีปฏิสัมพันธ์ของบุคคลรอบข้างได้อย่างมีประสิทธิภาพในบริบทนั้นๆ นอกจากนี้ยังสามารถจัดการกับสิ่งท้าทายในชีวิตได้และใช้สถานการณ์ทางลบให้เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับ Bernard (1993) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจจะสามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตได้ดี มีการปรับตัวและจัดการกับสถานการณ์ได้อย่างแน่วแน่และมั่นคง

5.3 กิจกรรมการเรียนรู้

ผู้วิจัยได้นำแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาเป็นกระบวนการหลักในการวิจัย โดยมีการสังเคราะห์และบูรณาการแนวคิดทั้ง 2 แนวคิด ซึ่งได้ขั้นตอนการสังเคราะห์ใหม่ 5 ขั้นตอนนำมาใช้ในการสร้างแผนการเรียนรู้ ดังนี้

1. การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเองและประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ขั้นตอนนี้ผู้เรียนจะมีการตรวจสอบตนเองเพื่อทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้นหรือภาวะวิกฤตในชีวิตที่ตนกำลังเผชิญ สอดคล้องกับ Merriam (2008) ที่กล่าวว่า กระบวนการวิพากษ์ด้วยเหตุผลเริ่มต้นจากความไม่พอใจกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่หรือการเกิดภาวะวิกฤตของชีวิต ซึ่งทำให้บุคคลตรวจสอบตนเองและวิพากษ์สิ่งที่เกิดขึ้น และสอดคล้องกับ D'Zurilla & Goldfried (1985) ที่กล่าวว่า การทำความเข้าใจในปัญหาทำให้บุคคลยอมรับว่าปัญหาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต และสามารถที่จะเรียนรู้และแก้ไขได้ โดยบุคคลจะเกิดความรู้สึกนึกคิด มองปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทาย ส่งผลให้เกิดโอกาสในการพัฒนาตนเอง โดยผู้วิจัยให้ผู้เรียนพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองที่ถือได้ว่าเป็นภาวะวิกฤตของชีวิต และวิธีการจัดการกับวิกฤตนั้นๆ พร้อมทั้งร่วมกันแนะนำวิธีการแก้ปัญหาให้กับผู้เรียนที่หาทางออกที่ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้ผู้เรียนต้องมีการวิเคราะห์ตนเองในพฤติกรรมด้านลบที่เคยผ่านมารวมถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด โดยวิเคราะห์ถึงสาเหตุของการแสดงออกของพฤติกรรมดังกล่าว และให้ผู้เรียนท่านอื่นช่วยกันเสนอแนะพฤติกรรมที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม เพื่อให้แต่ละคนนำไปพัฒนาตนเอง

2. การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนนี้ผู้เรียนจะใช้ประสบการณ์ของตนเองที่ผ่านมาในการแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน เพราะประสบการณ์เป็นสิ่งที่มีความสำคัญสำหรับผู้เรียนในการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง

บทบาทใหม่และปรับเปลี่ยนมุมมองรวมถึงวิถีทางในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับ Farquhar (2008) ที่กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์จะถูกพัฒนาผ่านการตีความจากประสบการณ์เดิมเพื่อวิเคราะห์การตีความประสบการณ์ใหม่ที่เกี่ยวข้องกับความหมายของประสบการณ์ของบุคคลเพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติในอนาคต สอดคล้องกับ D'Zurilla & Goldfried (1985) ที่กล่าวว่า การกำหนดและตั้งเป้าหมายจะช่วยให้บุคคลมีเป้าหมายที่ชัดเจน และสามารถพิจารณาทางเลือกที่เหมาะสมในการดำเนินชีวิตได้ โดยผู้วิจัยมอบหมายให้ผู้เรียนเล่าประสบการณ์ที่ผ่านมาของกันและกัน โดยผู้เรียนต้องเปิดใจรับฟังกันให้ได้มากที่สุด จากนั้นกลุ่มใหญ่ต้องร่วมกันเสนอแนวทางการแก้ปัญหาที่เหมาะสมในสถานการณ์นั้นๆ

3. การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนนี้ผู้เรียนจะวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง โดยต้องมีการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหรือวิธีเลี้ยงในการเผชิญกับความเครียดต่อการติดยาเสพติดในสถานการณ์ต่างๆ หลากๆ ทางเลือก สอดคล้องกับ D'Zurilla & Goldfried (1985) ที่กล่าวว่า การระดมสมองเพื่อหาวิธีการแก้ปัญหาหลายๆ วิธีโดยไม่ต้องคำนึงว่าวิธีการแก้ปัญหานั้นจะแก้ปัญหาได้หรือไม่ได้จะทำให้เกิดการประเมินกระบวนการแก้ปัญหาและเลือกกระบวนการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด และสอดคล้องกับ Martin & Pear (1988) ที่กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและอารมณ์นั้นต้องมุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญาเป็นพื้นฐานโดยต้องแสวงหาวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่มีความหลากหลายเพื่อให้ได้วิธีการที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุดในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยผู้วิจัยบรรยายความหมายและความสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถรับมือกับวิกฤตต่างๆ ในชีวิตได้ รวมถึงลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 ด้าน (ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ) ที่ผู้เรียนต้องนำมาปฏิบัติเพื่อช่วยในกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวหลังจากเจอวิกฤต ผู้เรียนร่วมกันเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ตัวอย่างที่ผู้เรียนส่วนใหญ่ประสบ

4. การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา

ขั้นตอนนี้ผู้วิจัยต้องใช้ความรู้และทักษะในการค้นหาทางเลือกที่ดีที่สุดและมีประสิทธิภาพมากที่สุด สอดคล้องกับ Mezirow (1991) ที่กล่าวว่า องค์ความรู้มีความสำคัญในการเตรียมความพร้อมเพื่อการปฏิบัติ โดยบุคคลต้องศึกษาหาความรู้และพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการดำเนินการตามแผนที่วางไว้เพื่อทำให้บรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ และสอดคล้องกับ Meichenbaum (1989) ที่กล่าวว่า กระบวนการทางปัญญาเป็นกระบวนการจัดการกับข้อมูลจำนวนมากจึงต้องเกิดการเลือกวิธีการ แนวทาง หรือความสนใจที่บุคคลต้องการเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองที่ดีที่สุดในการจัดการกับพฤติกรรมของตนเองที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการประเมินสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตอีกด้วย โดยผู้วิจัยให้ผู้เรียนเลือกปัญหาในชีวิตของตนเอง 1 ปัญหา รวมถึงระบุแนวทางในการแก้ปัญหาโดยใช้องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจเป็นทักษะที่ช่วยหาทางออกให้กับปัญหาดังกล่าว แล้วนำเสนอต่อกลุ่มใหญ่เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนและให้ข้อเสนอแนะ

5. การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนนี้ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามแผนการปฏิบัติที่วางไว้ ทั้งจากการค้นหาความรู้ และทักษะที่ต้องใช้ในการดำเนินกิจกรรม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของกลุ่มผู้เรียน และจากการสนทนากลุ่มกับผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชนที่ทำการวิจัย โดยเมื่อกลุ่มผู้เรียนเข้าร่วมโปรแกรม และร่วมทำกิจกรรมการเรียนการสอนเสร็จสิ้น กลุ่มผู้เรียนจะมีความเชื่อมั่นต่อความคิด และความเชื่อใหม่ๆ ทำให้เกิดการพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทหรือแนวทางใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม เมื่อเกิดความเชื่อมั่นในแนวทางใหม่ที่ได้เรียนรู้ กลุ่มผู้เรียนจะมีการทบทวน และบูรณาการวิถีชีวิตเดิมเข้ากับทัศนคติ ความเชื่อ และมโนทัศน์ใหม่ๆ ทำให้เกิดการดำเนินชีวิตในแนวทางใหม่ตามเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดจากการดำเนินโปรแกรม สอดคล้องกับ กับ Mezirow (1991) ที่กล่าวว่า เมื่อบุคคลสามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ได้สำเร็จ บุคคลจะเกิดความเชื่อมั่นต่อความคิด ความเชื่อใหม่ๆ รวมทั้งความสัมพันธ์กับสังคมรอบข้างในแนวทางใหม่ซึ่งทำให้เกิดการปฏิบัติตามแนวทางใหม่ที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น เมื่อเกิดความยั่งยืนในกระบวนการเรียนรู้ การแก้ปัญหาหรือการพัฒนาตนเองจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนเจตคติ ความคิด และการปฏิบัติใหม่

6. โปรแกรมการปฏิบัติงาน

ประกอบด้วย ชั้นนำ และ 5 ขั้นตอน ดังนี้

ชั้นนำ กิจกรรมสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรม

ขั้นตอนที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤตตรวจสอบตนเองและประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต โดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม

เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชน กลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ การกำหนดเนื้อหาประกอบด้วย

1. การเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ โดยต้องมีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ สอดคล้องกับ Wolin & Wolin (1993) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจจะต้องมีศักยภาพในการต่อสู้กับความทุกข์ยาก โดยต้องมีจิตใจที่เข้มแข็ง มีความยืดหยุ่น ควบคุม

อารมณ์ได้ดี และสามารถพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาส มีจิตใจเข้มแข็ง ไม่อ่อนไหว และแกร่งกว่าเดิม โดยเยาวชนมีความต้องการที่จะเรียนรู้ในเรื่องความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.77$, $S.D.=0.62$) รองลงมาคือ ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน (การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด) ($\bar{X}=4.68$, $S.D.=0.81$) และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ (การควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆ มีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้) ($\bar{X}=4.65$, $S.D.=0.66$)

2. การเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ การมีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ สอดคล้องกับ Grotberg (1995) ที่กล่าวว่า การได้รับความรักและแสดงความรักต่อบุคคลอื่น การเป็นที่ชื่นชอบ การมีศรัทธาและความนับถือในตนเอง การมีความเชื่อมั่น และมีความเชื่อว่าตัวเราเองสามารถเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิตตัวเองได้ รวมถึงการมีกำลังใจในตนเอง และได้รับกำลังใจจากบุคคลอื่น ทำให้บุคคลมีศักยภาพทางอารมณ์และจิตใจ สามารถฟื้นฟูสภาพหรือปรับตัวจากการเปลี่ยนแปลงหรือความโชคร้ายได้ โดยเยาวชนมีความต้องการที่จะเรียนรู้ในเรื่องความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ (การมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และตนเองสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.62$, $S.D.=0.58$) รองลงมาคือ การมีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น) ($\bar{X}=4.60$, $S.D.=0.71$) และการมีความหวังในชีวิต (การมีความเชื่อมั่น มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี) ($\bar{X}=4.53$, $S.D.=0.50$)

3. การเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ การมีความสามารถในการระบุสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว สอดคล้องกับ Kaplan (1999) ที่กล่าวว่า การที่บุคคลมีความกล้าในการเผชิญกับปัญหาจะทำให้บุคคลสามารถแก้ไขและเข้าใจปัญหาหรือสถานการณ์ที่ยุ่งยากในชีวิตได้แม้ในขณะที่อยู่ในภาวะเสี่ยง เพราะศักยภาพนี้เน้นทักษะการแก้ปัญหา และการมีแหล่งช่วยเหลือและป้องกันที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดำเนินชีวิตอยู่ โดยเยาวชนมีความต้องการที่จะเรียนรู้ในเรื่องความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง) ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.71$, $S.D.=0.59$) รองลงมาคือ ความสามารถในการแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ (การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ท้าทาย และสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม) ($\bar{X}=4.68$, $S.D.=0.67$) และการมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว (การเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม) ($\bar{X}=4.51$, $S.D.=0.65$)

กิจกรรมการเรียนรู้ประกอบด้วย กิจกรรมสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรมกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจและกิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์ สอดคล้องกับ Mezirow (1997) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์จะเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลมีการปรับเปลี่ยนกรอบความคิดของตัวเองโดยการวิพากษ์ วิเคราะห์ประสบการณ์ในอดีต วิพากษ์ความเชื่อและสมมติฐาน กรอบแนวคิดและมุมมองต่อสิ่งต่างๆ รอบตัวในแง่มุมมองใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม โดยผู้เรียนต้องวิพากษ์อดีตได้อย่างมีเหตุผล ใจกว้างและยอมรับมโนทัศน์ของผู้อื่น และสอดคล้องกับ Sfeir (2011) ที่กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เป็นการเปลี่ยนแปลงแบบถอนรากถอนโคน โดยจะต้องมีการคิดสะท้อนเชิงวิพากษ์เกี่ยวกับความเชื่อเดิมแล้วจึงตีความและสร้างความหมาย โดยกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจแบ่งออกเป็น 13 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมเรียนรู้จากความผิดพลาด 2) กิจกรรมบทเรียนจากยาเสพติด 3) กิจกรรมเล่าสู่กันฟัง 4) กิจกรรมภัยใกล้ตัว 5) กิจกรรมกำลังใจที่ดีสร้างได้ 6) กิจกรรมGive & Take 7) กิจกรรมศรัทธาไม่มีข้อ 8) กิจกรรมนี้แหละตัวฉัน 9) กิจกรรมชีวิตต้องสู้ 10) กิจกรรมชวนลอง 11) กิจกรรมเธอจะทำอย่างไร 12) กิจกรรมสิ่งที่ฉันปฏิเสธ และ 13) กิจกรรมไฟหม่นวน

การจัดโปรแกรมใช้เวลารวม 102 ชั่วโมงสอดคล้องกับ Martin (1990) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่มีความยั่งยืนและถาวรต้องใช้เวลาในการจัดกระบวนการเรียนรู้ รวมกันทั้งสิ้นไม่ต่ำกว่า 100 ชั่วโมง แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อทำความเข้าใจปัญหาสำรวจตัวเอง เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา รวมถึงให้ความรู้ในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 5-6, 13, 20-21 ตุลาคม 2556

ระยะที่ 2 การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ วันที่ 26-27 ตุลาคม, 9-10, 16-17, 23 พฤศจิกายน 2556

ระยะที่ 3 ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกผล ติดตามและสอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจวันที่ 30 พฤศจิกายน 2556 วันที่ 7, 14, 21 และ 28 ธันวาคม 2556 และวันที่ 4, 11 และ 19 มกราคม 2557

7. ความน่าเชื่อถือของการใช้ทรัพยากร

การประเมินผลการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวัดผลกลุ่มทดลองถึงการมีความรู้และภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่เพิ่มสูงขึ้นโดยใช้แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจและแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดและนำผลของแบบวัดมาหาค่าเฉลี่ยค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและนำมาเปรียบเทียบระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองของผู้เรียนที่เป็นกลุ่มทดลอง สอดคล้องกับ นิศา ชูโต (2536) ที่กล่าวว่า การวัดและการประเมินผลที่ดีสามารถช่วยให้นักวิจัยที่จัดทำขึ้นมีคุณค่าและน่าเชื่อถือ

8. การรายงานค่าของโปรแกรม

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ผู้เรียน วิทยากร และผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับปัจจัยส่งเสริม อุปสรรค ปัญหา และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้ทดลองใช้ในประเด็นของภาพรวมของกิจกรรม ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรม

การศึกษานอกระบบโรงเรียน ความเหมาะสมของแบบสอบถามที่ใช้ประกอบในการดำเนินโปรแกรม การศึกษานอกระบบโรงเรียน ปัจจัยสนับสนุนและปัญหาและอุปสรรคจากการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้

จากการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ ทำให้ผู้วิจัยเกิดข้อค้นพบและองค์ความรู้ใหม่ ดังนี้

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดำเนินการโดยใช้แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) เป็นหลักในการสร้างและพัฒนาโปรแกรม ประกอบด้วย ขั้นตอน 8 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การกำหนดพื้นฐานการพัฒนาโปรแกรม 2) การวิเคราะห์สถานการณ์ของชุมชนและกลุ่มผู้เรียน 3) การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากร/ผู้สนับสนุน 5) การสร้างแผนการเรียนรู้ 6) การกำหนดโปรแกรมการปฏิบัติงาน 7) การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของโปรแกรม และ 8) การรายงานค่าของโปรแกรม ทั้งนี้ได้นำแนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) มาบูรณาการร่วมกันเพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ เกิดเป็นขั้นตอนการเรียนรู้ 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต 2) การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ 3) การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ 4) การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และ 5) การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต โดยผู้เรียนเป็นเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยในชุมชนคลองเตยและมีประวัติในการกลับไปเสพยาซ้ำ จากการทดลองพบว่า เยาวชนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น และมีอัตราการกลับไปเสพยาซ้ำน้อยลง โดยผู้เรียนส่วนใหญ่มีความเห็นว่า กิจกรรมการเรียนรู้มีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตและสามารถนำไปใช้ในชีวิตรจริงได้ ผู้สอนทำหน้าที่คอยอำนวยความสะดวกและกระตุ้นให้ผู้เรียนได้รับความรู้และเกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติรวมถึงพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตโดยมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดทั้ง 3 มิติ ได้แก่ ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยเน้นการอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง และการสะท้อนความคิด โดยยึดเอาประสบการณ์ของผู้เรียนแต่ละคนเป็นหลักในการเรียนรู้ พบว่า ผู้เรียนให้ความร่วมมือและสนใจเข้าร่วมกิจกรรมเป็นอย่างดี เพราะทุกคนมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ร่วมกัน รวมถึงผู้เรียนให้ความสนใจในสื่อการเรียนรู้ที่เป็นประโยชน์และให้ข้อคิดในการดำเนินชีวิตของผู้เรียน ทั้งนี้ผู้วิจัยได้มีการประเมินผลความรู้และเจตคติของผู้เรียนและกลุ่มควบคุมทั้งก่อนและหลังการทดลองแล้วนำผลมาวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่าง นอกจากนี้หลังสิ้นสุดการจัดกิจกรรมผู้วิจัยได้นำการติดตามผลพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปของผู้เรียนเป็นเวลา 2 เดือนเพื่อสังเกตความเปลี่ยนแปลง และความคงอยู่ของภูมิคุ้มกันทางใจที่ผู้เรียนได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยจึงได้ขั้นตอนการดำเนินโปรแกรมการเรียนรู้ใหม่จากการนำโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้จริง 7 ขั้นตอน เรียกว่า “DAISIES model ” ได้แก่ 1)

Determine the learners, instructors, and program (กำหนดกลุ่มผู้เรียน ผู้สอน และโปรแกรมที่ใช้ดำเนินการทดลอง) 2) Analyze the learner's needs (วิเคราะห์ความต้องการในการเรียนรู้ของผู้เรียน) 3) Identify the results, procedures, and knowledge (ระบุผลที่ต้องการให้เกิดจากการดำเนินโปรแกรม รวมถึงวิธีการดำเนินการเรียนรู้ และความรู้ที่ต้องการให้เกิดกับกลุ่มผู้เรียน) 4) Specify the learning plans and activities (สร้างแผนการเรียนรู้ และกิจกรรมการเรียนรู้ตามทฤษฎีที่ทำการศึกษา) 5) Implement planning process (ดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้) 6) Evaluate the results and motivate learner's reflective thinking (ประเมินผลการเรียนรู้และสะท้อนความคิดของกลุ่มผู้เรียน) และ 7) Study the follow-up (ศึกษาผลจากการดำเนินการติดตามผลผู้เรียนกลุ่มทดลองหลังสิ้นสุดการเข้าร่วมกิจกรรม)

2. ประสิทธิภาพจากการนำโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ พบว่า มีปัจจัย เงื่อนไขและปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อการใช้โปรแกรม ดังนี้

2.1 ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ได้แก่ การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ การวิเคราะห์หาความต้องการในการเรียนรู้ กลุ่มผู้เรียน ผู้สอน เนื้อหาสาระ และกิจกรรมการเรียนรู้ โดยพิจารณาได้ดังนี้

2.1.1 การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเป้าหมายหลักของโปรแกรมที่เน้นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดให้กับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดังนั้นการออกแบบจึงเน้นกิจกรรมที่สามารถกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดภูมิคุ้มกันทางใจ โดยอยู่บนฐานของแนวคิดและทฤษฎีที่นำมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมเสริมสร้างการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มุ่งเน้นการเสริมสร้างความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจของผู้เรียน โดยการพิจารณาและตรวจสอบตนเอง กิจกรรมเสริมสร้างการมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ มุ่งเน้นการเสริมสร้างความสามารถและความเชื่อมั่นในตนเอง การมีความสามารถในการควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ โดยให้ผู้เรียนได้ร่วมกันแสดงความรู้สึกและข้อเสนอแนะจากประสบการณ์ของตนเอง และกิจกรรมเสริมสร้างการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ มุ่งเน้นการเสริมสร้างความสามารถในการระบุสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว โดยผู้เรียนได้ร่วมกันระดมสมองและแก้ปัญหาจากสถานการณ์ตัวอย่างที่ใกล้เคียงกับชีวิตจริง นอกจากนี้ผู้เรียนต้องมีการวิพากษ์และสะท้อนความคิดเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อใหม่ในทางที่ถูกต้องและนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต

2.1.2 การวิเคราะห์หาความต้องการในการเรียนรู้ การหาความต้องการของผู้เรียน (Learning needs) มีความจำเป็นและมีประโยชน์ต่อการสร้างและพัฒนาโปรแกรมอย่างยิ่ง เนื่องจากความต้องการเบื้องต้นทำให้ผู้สอนรู้ในสิ่งที่ผู้เรียนต้องการเรียนรู้และให้ความสนใจในขณะนั้น นอกจากนี้ความต้องการของผู้เรียนยังเป็นการบ่งบอกถึงสภาพปัญหา วิกฤต หรือสิ่งที่ผู้เรียนต้องการ

แก้ไขและปรับปรุงตนเองในทางที่ดีขึ้น ผู้สอนจึงสามารถจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่อยู่ในความสนใจและตอบสนองความต้องการของผู้เรียนได้อย่างแท้จริง ทั้งยังช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียน และก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมโดยรวมมากขึ้น

2.1.3 กลุ่มผู้เรียน คือเยาวชนอายุ 15-18 ปีที่อาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยโดยมีประวัติในการกลับไปเสพยา ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมด้วยรู้สึกว่าเป็นประโยชน์และนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้จริง สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและวิถีการดำเนินชีวิตจากเดิมได้

2.1.4 ผู้สอน มีความสนใจในประเด็นที่ทำการศึกษารวมถึงผู้ช่วยในการดำเนินการจัดกิจกรรมมีความเชี่ยวชาญและมีประสบการณ์ในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับเยาวชน วิทยากรมีความเป็นกันเอง ถ่ายทอดเรื่องราวได้น่าสนใจ และมีประสบการณ์เกี่ยวกับการเสพยาเสพติดจริง ทำให้ผู้เรียนรู้สึกไว้น่าเชื่อถือ ให้ความเป็นกันเอง และยินดีจะพูดคุยกับกลุ่มผู้สอนได้อย่างสนิทใจ

2.1.5 เนื้อหาสาระ มีประโยชน์ต่อผู้เรียนในสภาพปัจจุบัน ตรงกับความต้องการและความสนใจของผู้เรียนที่ต้องการเปลี่ยนแปลงตนเอง ทั้งการจัดการกับปัญหาหรือวิกฤตในชีวิต การดำเนินชีวิตในสังคมที่แวดล้อมด้วยคนรอบข้างที่มีพฤติกรรมชักชวนไปในทางที่ไม่เหมาะสม รวมถึงการเปลี่ยนแปลงตัวเองจากภายในเพื่อความยั่งยืนต่อการประพฤติปฏิบัติในแนวทางใหม่ที่เหมาะสม

2.1.6 กิจกรรมการเรียนรู้ เน้นการนำประสบการณ์ของผู้เรียนมาร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน โดยใช้เทคนิคในการจัดกิจกรรมที่มีความหลากหลายเพื่อดึงดูดความสนใจของผู้เรียน เน้นการกระตุ้นความคิด และการหลอมรวมประสบการณ์เดิมกับความรู้ใหม่ที่ได้รับเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตต่อไปของผู้เรียน

2.2 ปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม สถานที่ในการจัดกิจกรรม และการติดตามผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม โดยพิจารณาได้ดังนี้

2.2.1 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม ผู้วิจัยไม่สามารถจัดกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่อง เนื่องจากด้วยผู้เรียนแต่ละคนมีภาระที่ต้องรับผิดชอบแตกต่างกัน โดยส่วนใหญ่ผู้เรียนต้องไปโรงเรียน และบางส่วนต้องไปทำงาน ทำให้การจัดกิจกรรมต้องอาศัยความยืดหยุ่นตามความสะดวกของผู้เรียน นั่นคือ การจัดกิจกรรมในวันหยุด แต่ทว่าวันหยุดผู้เรียนบางคนมีกิจกรรมที่ต้องทำจึงไม่สามารถจัดกิจกรรมได้ต่อเนื่องตลอดทั้งวัน ผู้วิจัยจึงต้องคอยประสานวันเวลาในการเข้าไปจัดกิจกรรมอยู่ตลอดเวลา

2.2.2 สถานที่ในการจัดกิจกรรม เนื่องด้วยผู้วิจัยเลือกจัดกิจกรรมโดยใช้สถานอเนกประสงค์ในชุมชน โดยเห็นว่าสะดวกต่อผู้เรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม และง่ายต่อการเดินทางของผู้เรียนเพราะอยู่ในชุมชน มีคณะกรรมการชุมชนคอยติดตามและอำนวยความสะดวกตลอดระยะเวลาการจัดกิจกรรม แต่เนื่องด้วยพื้นที่บางส่วนของสถานอเนกประสงค์เป็นสถานที่ออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดของผู้สูงอายุที่ป่วยในชุมชน อุปกรณ์และเครื่องมือดังกล่าวยากต่อการเคลื่อนย้าย ทำให้พื้นที่ในการทำกิจกรรมค่อนข้างแคบ อีกทั้งสถานที่ด้านข้างสถานอเนกประสงค์กำลังก่อสร้างศูนย์กีฬาของชุมชนจึงทำให้เกิดเสียงดังบางช่วงระหว่างการจัดกิจกรรมในบางวัน

2.2.3 การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม เนื่องด้วยผู้เรียนแต่ละคนมีภาระที่ต้องทำ ดังนั้นการติดตามผลค่อนข้างจะยาก ผู้วิจัยจึงต้องขอความร่วมมือจากคณะกรรมการชุมชนในการติดตามผลและสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงได้ เนื่องด้วยเหตุผลหลายประการ

อาทิ ผู้เรียนเป็นคนเก็บตัว ผู้เรียนทำงานนอกชุมชนที่ต้องเดินทางไปต่างจังหวัดในช่วงที่ผู้วิจัยติดตามผล ผู้เรียนกลับไปเสพยาซ้ำระหว่างสัปดาห์ก่อนที่ผู้วิจัยจะเข้าไปติดตามผลในชุมชน เป็นต้น

3. มาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

จากการดำเนินการทดลอง การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการทดลอง และจากการจัดสนทนา กลุ่มโดยผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง ทำให้สามารถสรุปมาตรการทางสังคมได้ 6 มาตรการ ดังนี้ 1) การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด 2) การพัฒนาประสิทธิภาพในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน 3) การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร 4) การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน 5) การแก้ไขปัญหบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน และ 6) การบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง โดยรายละเอียดจะกล่าวในหัวข้อมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลางต่อไป

4. ข้อเสนอใหม่ (Premise) ที่ส่งผลให้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำดีขึ้น

จากการดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยมีการประเมินผลความรู้และเจตคติก่อนและหลังการทดลอง รวมถึงการติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้เรียน พบว่า ผู้เรียนมีคะแนนความรู้และเจตคติเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น ในขณะที่ช่วงของการติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรมระยะเวลา 2 เดือน พบว่า ในช่วงเดือนที่ 2 ได้มีผู้เรียนจำนวน 9 คน จากทั้งสิ้น 30 คนกลับไปเสพยาซ้ำ ผู้วิจัยจึงได้ทำการค้นหาสาเหตุที่เกิดขึ้น และค้นหาวิธีการที่จะทำให้โปรแกรมการเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นเพื่อไม่ให้ผู้เรียนกลับไปเสพยาซ้ำอีกหลังจากได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจและมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น โดยมีข้อเสนอใหม่ดังนี้

4.1 การส่งเสริม/สนับสนุนกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ (bonding) ของเยาวชน เยาวชนควรจะได้มีการรวมกลุ่มกันในชุมชนเพื่อช่วยกระตุ้นและสนับสนุนซึ่งกันและกันในการไม่กลับไปเสพยาซ้ำหรือเลิกยาโดยถาวร ซึ่งกระบวนการกลุ่มช่วยให้เกิดบรรยากาศของการแบ่งปันข้อมูลเกี่ยวกับการกลับไปใช้ยาและการป้องกัน การที่เยาวชนมีสัญญาณว่าจะมีการกลับไปเสพยาซ้ำจะถูกนำมาพูดคุยร่วมกันโดยเยาวชนคนอื่นๆ ที่เลิกยาแล้วหรือผู้ที่กำลังเข้ารับการบำบัด ผู้ที่อยู่ในระหว่างบำบัด/ฟื้นฟูตัวเองหรือผู้ที่มีแนวโน้มที่จะกลับไปเสพยาจะได้อีกใจ ขณะเดียวกันเยาวชนที่มีภูมิคุ้มกันทางใจแล้วและไม่มีแนวโน้มที่จะกลับไปเสพยาจะได้รับการส่งเสริมสนับสนุน บรรยากาศกลุ่มจะเปิดโอกาสให้เยาวชนได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี และการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

4.2 การจัดให้มีผู้นำที่มีความน่าเชื่อถือในชุมชนที่คอยให้คำแนะนำเยาวชนอย่างใกล้ชิด (individual session) ชุมชนควรมีการแต่งตั้งผู้นำเยาวชนในการคอยสอดส่องดูแล ให้คำแนะนำปรึกษาแก่เยาวชน โดยผู้นำต้องมีความรู้ มีความน่าเชื่อถือ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และ

สถานการณ์ และเป็นบุคคลที่เยาวชนให้ความไว้วางใจในการขอคำปรึกษา ซึ่งบทบาทของผู้นำจะต้องคอยประสานและให้คำแนะนำแก่เยาวชนในการหาทางแก้ไขปัญหาชีวิตโดยไม่พึ่งพายาเสพติด โดยเฉพาะการแนะนำวิธีการเลิกยาให้กับเยาวชนที่กลับไปเสพยา ผู้นำจะมีอิทธิพลต่อเยาวชนกลุ่มนี้มากถ้าเยาวชนไม่ได้รับความรักความอบอุ่นจากครอบครัว และไม่สามารถขอคำปรึกษาจากใครได้ ความสัมพันธ์ที่ดีของผู้นำกับเยาวชนจะส่งเสริมให้ชีวิตของเยาวชนเกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น

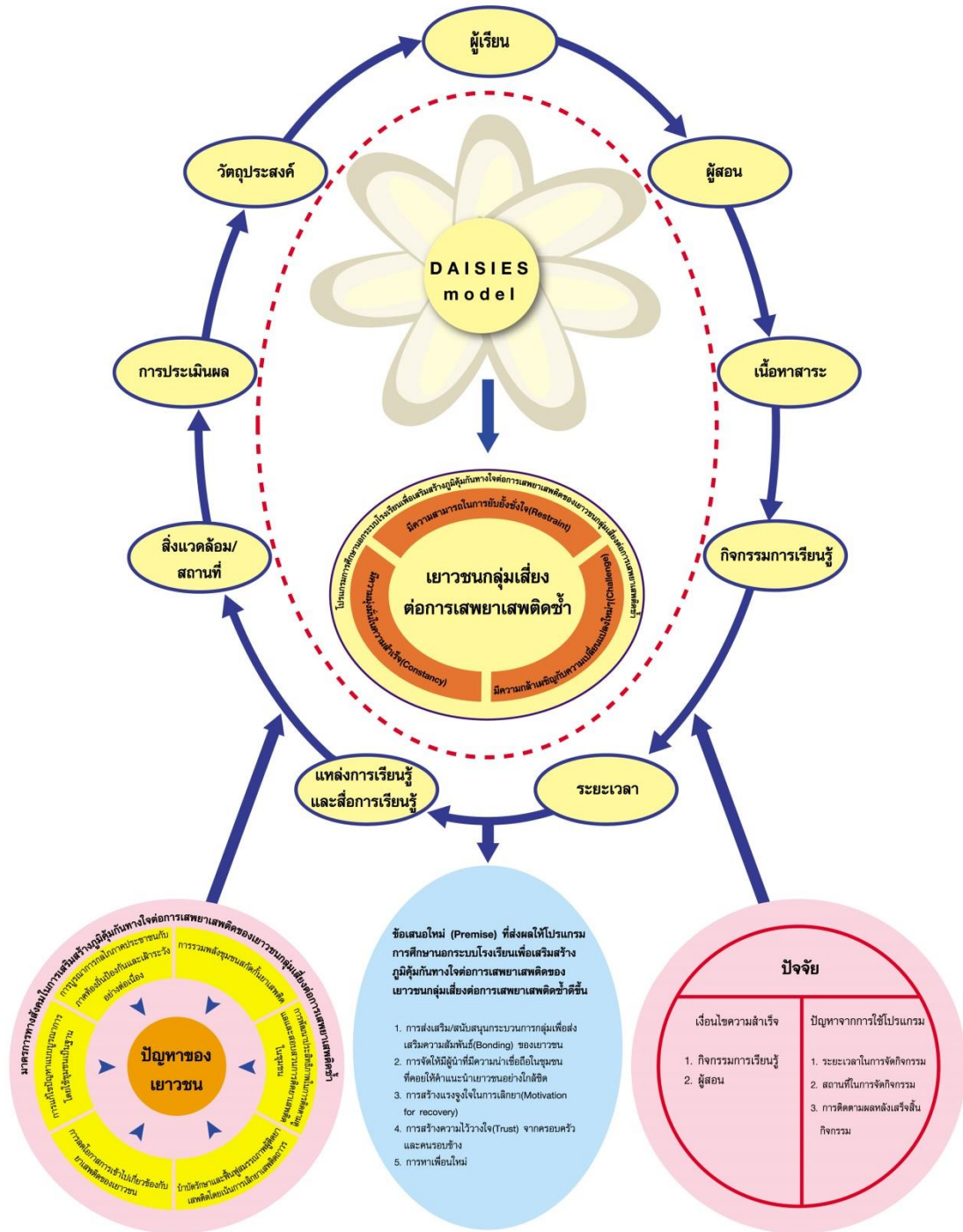
4.3 การสร้างแรงจูงใจในการเลิกยา (Motivation for recovery) การสร้างสิ่งยึดเหนี่ยวภายในจิตใจ เป้าหมายและคุณค่าในชีวิต จะทำให้เยาวชนที่กลับไปเสพยามีแนวทางในการพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น การส่งเสริมและการค้นหาแรงจูงใจเป็นการตั้งเป้าหมายในชีวิตให้กับเยาวชน เพื่อเป็นการเบี่ยงเบนความสนใจออกจากยาเสพติด เช่น การทำงานเก็บเงินเพื่อซื้อสิ่งของที่ต้องการ การตั้งใจเรียนหนังสือเพื่อความภาคภูมิใจของครอบครัว การจัดการแข่งขันกีฬาโดยมีเงินรางวัลให้กับผู้ชนะ เป็นต้น จะทำให้เยาวชนมุ่งมั่นกับเป้าหมายใหม่และเลิกกลับไปเสพยาเสพติด

4.4 การสร้างความไว้วางใจ (Trust) จากครอบครัวและคนรอบข้าง เยาวชนที่เคยเสพยาเสพติดย่อมสูญเสียความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่นๆ รอบตัว แม้จะเลิกยาไปแล้วความสัมพันธ์และความเชื่อใจอาจจะสร้างกลับมาเหมือนเดิมได้ยาก ดังนั้นครอบครัว เพื่อน และคนรอบข้างต้องสร้างความไว้วางใจให้กับเยาวชน มีความเชื่อใจ และคอยให้กำลังใจเพื่อไม่ให้เยาวชนกลับไปเสพยาอีก ความไว้วางใจและการพูดให้กำลังใจเป็นแรงเสริมทางบวกที่ทำให้บุคคลเกิดการคิดและตระหนักมากยิ่งขึ้นเมื่อจะหวนกลับไปเสพยา

4.5 การหาเพื่อนใหม่ การอยู่ในสิ่งแวดล้อมเดิม สังคมกลุ่มเดิม ย่อมเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เยาวชนกลับไปเสพยา ดังนั้นเยาวชนต้องรู้จักเลือกคบเพื่อนใหม่เพื่อความสงบสุขในชีวิตของตนเอง โดยไม่รีบร้อนตัดสินใจในการเลือกคบใคร เปลี่ยนสถานที่ใหม่ในการพบปะเจอเพื่อนที่ไม่ใช่แหล่งซ่องสุมที่มีแนวโน้มที่จะทำให้ตนเองวนเวียนเข้าไปเสพยาอีก ทั้งนี้เยาวชนเองต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองเพื่อสร้างเพื่อนใหม่และสังคมใหม่ที่ดียิ่ง

จากการนำโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ สามารถสรุปโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ได้ดังภาพที่ 12

D = Determine the learners, instructors, and program
 A = Analyze the learner's needs
 I = Identify the results, procedures, and knowledge
 S = Specify the learning plans and activities
 I = Implement planning process
 E = Evaluate the results and motivate learner's reflective thinking
 S = Study the follow-up



แผนภาพที่ 12 โปรแกรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

2. ผลการทดลองใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ผู้วิจัยนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำไปทดลองใช้กับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เป็นกลุ่มทดลอง ได้ผลการทดลองดังนี้

2.1 ผลคะแนนของแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีความรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับ Grotberg (1995) ที่กล่าวว่าการได้รับความรู้ มีความเข้าใจและมีหลักปฏิบัติในภูมิคุ้มกันทางใจที่ดีย่อมเป็นแหล่งสนับสนุนภายนอกที่ส่งเสริมให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจ

2.2 ผลคะแนนของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับ Smokowski et al. (1995) ที่กล่าวว่า บุคคลที่ได้รับแรงสนับสนุนภายนอกให้มีภูมิคุ้มกันทางใจที่สูงขึ้นจะสามารถใช้ประโยชน์ของระบบสนับสนุนของสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพการได้รับแบบอย่างและคำแนะนำที่ดีจะช่วยให้บุคคลเอาชนะความเสี่ยงที่เผชิญอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 ผลคะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจในระดับที่ไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจสูงกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับ Goleman (1998) ที่กล่าวว่า ผู้ที่มีความสามารถในการ

ยับยั้งซึ่งใจจะสามารถจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกทางลบของตนเองได้และอดทนต่อสภาวะกดดันต่างๆ ในชีวิตได้เป็นอย่างดี

2.4 ผลคะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จในระดับที่ไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นทั้ง 2 กลุ่มมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จไม่แตกต่างกัน

2.5 ผลคะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนเข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ในระดับที่ไม่แตกต่างกัน ในขณะที่หลังการทดลองเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองหลังผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมที่ได้พัฒนาขึ้นมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ สูงกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับ Werner (1989) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีแนวโน้มในการจัดการกับปัญหาได้ดี มีทักษะในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิต จะรับรู้ความสามารถของตนเอง เกิดการนับถือตนเอง และสามารถเปลี่ยนแปลงและจัดการสถานการณ์เลวร้ายให้กลายเป็นสถานการณ์ทางบวกได้

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นเป็นโปรแกรมที่พัฒนาโดยอาศัยความต้องการเรียนรู้จากกลุ่มผู้เรียนเป็นหลักที่มีความต้องการที่จะเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพราะปัญหาเสพยาเสพติดยังไม่สามารถแก้ไขได้ในปัจจุบันและการบำบัดฟื้นฟูไม่สามารถลดจำนวนผู้ที่เสี่ยงต่อการกลับไปเสพยาได้ จำเป็นต้องอาศัยการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อของบุคคลเพื่อส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกที่มีความยั่งยืนและถาวร โดยผู้วิจัยพัฒนาแนวทางการดำเนินงานตามโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) ที่เน้นการเปลี่ยนแปลงเชิงบุคคลทั้งในด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติของผู้เรียน โดยโปรแกรมจะเน้นการทำกิจกรรมต่างๆ ที่ผู้เรียนสนใจ เช่น การอภิปรายกลุ่ม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การแสดงบทบาทสมมติ การเล่นเกม เป็นต้น ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และมีความเข้าใจในเนื้อหาสาระอย่างเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับ พิมพันธ์ เตชะคุปต์ (2546) ที่กล่าวว่า การทำกิจกรรมต่างๆ ควรเน้นการฝึกปฏิบัติซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับความรู้และในการทำกิจกรรมยังทำให้ผู้เรียนสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ ได้รับฟังความคิดและสามารถวิเคราะห์ ส่งผลให้เกิดความเข้าใจในเนื้อหาสาระได้อย่างถ่องแท้

การกำหนดวัน ระยะเวลา และสถานที่ในการจัดโปรแกรมการเรียนรู้เป็นไปตามความต้องการของและความสะดวกของผู้เรียน โดยมีการจัดกิจกรรมต่อเนื่องกันในแต่ละสัปดาห์ ในช่วง

เดือนตุลาคมถึงเดือนพฤศจิกายน ซึ่งในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะเน้นความเป็นกันเองและทำให้ผู้เรียนไว้วางใจมากที่สุดเพื่อให้ผู้เรียนสามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ได้อย่างอิสระ ส่งผลให้ข้อมูลที่ได้รับมีคุณค่าในการประเมินผลและมีความเข้าใจในตัวผู้เรียนมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ ศิริกานต์ คุสินธุ์ (2549) ที่กล่าวว่า ระยะเวลาในการจัดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันทั้งสั้นควรใช้ระยะเวลานาน และต้องทำอย่างต่อเนื่อง และสอดคล้องกับ Sisco (1991) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีความผ่อนคลาย เป็นกันเอง และช่วงระยะเวลามีความเหมาะสมโดยคำนึงถึงความสะดวกของผู้เรียนเป็นหลักจะสามารถสร้างความมั่นใจและความสนใจให้กับผู้เรียนในการร่วมทำกิจกรรม

ผลการติดตามกลุ่มทดลองหลังการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำโดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล ใช้วิธีการสังเกตการณ์ การพบปะพูดคุยและสัมภาษณ์ผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง ญาติพี่น้องของกลุ่มผู้เรียน รวมถึงการขอความช่วยเหลือจากคณะกรรมการชุมชนในการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มทดลองบางคนที่ยังไม่สามารถเข้าถึงและติดตามวิถีชีวิตได้ ทำให้ผู้วิจัยทราบพฤติกรรมของผู้เรียนหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมว่ามีการเปลี่ยนแปลงในแนวทางที่ดีขึ้น และเป็นการประเมินผลโปรแกรมรวมถึงสามารถนำข้อบกพร่องมาปรับปรุงเพื่อให้โปรแกรมมีประสิทธิภาพในการแก้ปัญหาต่อไปได้ ซึ่งจากการติดตาม พบว่า ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพิ่มสูงขึ้นและในช่วงระยะ 1 เดือนแรกยังไม่มีการกลับไปเสพยาเสพติด ถือว่าโปรแกรมมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ทั้งนี้สำหรับเยาวชนที่มีการกลับไปเสพยาซ้ำในช่วงเดือนที่ 2 จำนวน 9 คน ซึ่งกลับไปเสพยาเพียงคนละ 1 ครั้งเท่านั้น โดยสามารถติดตามเพื่อสอบถามและพูดคุยได้จำนวน 7 คน ทำให้ทราบว่า เยาวชนจำนวน 1 คนขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ เยาวชนจำนวน 1 คนขาดความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และเยาวชนจำนวน 5 คน ขาดความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยสาเหตุเนื่องมาจากตัวเยาวชนเอง และสิ่งแวดล้อมรอบข้าง ได้แก่ เพื่อน ชุมชน เป็นต้น และจากการติดตามผลกลุ่มควบคุมหลังการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำโดยใช้วิธีการนัดหมายเพื่อพบปะกลุ่มควบคุมเป็นรายบุคคลในการพูดคุยและสอบถามพฤติกรรมในช่วงระยะเวลาที่ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลในพื้นที่ชุมชน พบว่า เยาวชนมีการกลับไปเสพยาซ้ำมากถึง 25 คน โดย 19 คน ขาดภูมิคุ้มกันทางใจในมิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจซึ่งเกิดจากตัวเยาวชนเอง และอีก 6 คน ขาดภูมิคุ้มกันทางใจในมิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จและความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ซึ่งเกิดจากการเผชิญกับปัญหาในชีวิต และอุปสรรคที่กำลังประสบอยู่ในปัจจุบัน สอดคล้องกับ พงกะพรณ ตะกลมทอง (2550) ที่กล่าวว่า การติดตามผลทำให้ทราบปัญหาและความต้องการที่แท้จริง สามารถจัดลำดับความสำคัญเพื่อนำไปพัฒนากิจกรรม และสามารถนำข้อมูลมาแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

3. ผลการวิเคราะห์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

จากการจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยได้ข้อสรุปที่นำมาเป็นเงื่อนไขซึ่งเป็นข้อกำหนดในการจัดกิจกรรมให้ประสบความสำเร็จและเกิดเป็นโปรแกรมที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ดังนี้

3.1 ปัจจัยและเงื่อนไขความสำเร็จของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

3.1.1 การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้

กิจกรรมการเรียนรู้ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโปรแกรม เน้นการมีส่วนร่วมและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียน ผู้เรียนสามารถนำความรู้และข้อคิดเห็นรวมถึงคำแนะนำที่ได้ร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้จริง สอดคล้องกับ เอกรินทร์ สีมหาศาล (2545) ที่กล่าวไว้ว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้และการออกแบบกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ จำเป็นต้องอาศัยการมีส่วนร่วม วิธีการสอน และวิธีการเรียนรู้ที่หลายวิธีผสมผสานเข้าด้วยกัน โดยคำนึงถึงสภาพผู้เรียน ความถนัด ความสนใจ สิ่งแวดล้อมและความต้องการเป็นหลักซึ่งเป็นกระบวนการที่สนใจในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพโดยต้องให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติจนเกิดผลการเรียนรู้ที่เป็นประโยชน์สามารถนำไปใช้ชีวิตจริงได้

3.1.2 การวิเคราะห์หาความต้องการในการเรียนรู้

การหาความต้องการการเรียนรู้จากกลุ่มเยาวชนในชุมชนก่อนมีการทดลองจริงทำให้ได้ข้อมูลที่สอดคล้องกับความต้องการที่แท้จริงของกลุ่มผู้เรียนส่งผลให้ผู้วิจัยมีโอกาสเตรียมความพร้อมรวมถึงประเมินภาพรวมของเยาวชนก่อนการดำเนินกิจกรรม ดังนั้นในการออกแบบกิจกรรมจึงสามารถปรับให้สนองตอบตามความต้องการและความสนใจของผู้เรียนได้จริง สอดคล้องกับ สายสุรี จุติกุล (2537) ที่กล่าวว่า เนื้อหาที่นำมาจัดกิจกรรมควรเป็นเนื้อหาที่มีความเกี่ยวข้องกับผู้เรียนไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์กับสภาพชีวิตจริงหรือแนวทางการดำเนินชีวิตประจำวัน และสอดคล้องกับ อุดมเชยกิจวงศ์ (2541) ที่กล่าวว่า ผู้เรียนเรียนได้ดีที่สุดเมื่อบทเรียนนั้นสนองความต้องการของตนมากที่สุด และต้องเข้าใจง่ายเพื่อนำไปพัฒนาตนเองจึงจะทำให้โปรแกรมเกิดประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

3.1.3 กลุ่มผู้เรียน

กลุ่มผู้เรียนมีความใกล้เคียงกันทั้งช่วงอายุ สภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ ประสบการณ์ในชีวิตรวมถึงความสนใจในกิจกรรมที่คล้ายคลึงกัน ทำให้มีความใส่ใจในกิจกรรมการเรียนรู้และการร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ซึ่งกันและกัน ทำให้สามารถต่อยอดความคิดเดิมและปลูกฝังความคิดที่ถูกต้องเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดได้ สอดคล้องกับ ชาญ สวัสดิ์สาลี (2539) ที่กล่าวว่า ผู้เรียนเป็นปัจจัยสำคัญในการสนับสนุนการจัดโปรแกรม การเข้าร่วมโปรแกรมจะทำให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ที่แตกต่างกัน ซึ่งในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ ผู้เรียนจะถูกมอบหมายให้ทำกิจกรรมกลุ่มย่อย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และวิพากษ์ร่วมกัน ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ใน

การทำงานและการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สอดคล้องกับ ชนินทร สุขเจริญ (2551) ที่กล่าวว่า ความสนใจในการเรียนรู้ของผู้เรียนทำให้การดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพโดยต้องจัดผู้เรียนให้มีจำนวนที่เหมาะสมกับลักษณะของกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนั้นในการจัดกิจกรรมควรกำหนดจำนวนผู้เรียนให้มีความเหมาะสมกับรูปแบบในแต่ละกิจกรรมเพื่อให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ Mitchell (1993) ที่กล่าวว่า รูปแบบของกิจกรรมมีผลต่อจำนวนผู้เรียน หากเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้การฝึกปฏิบัติ ก็ควรมีจำนวนไม่มาก เพื่อให้ฝึกปฏิบัติทั่วถึงทุกคน และสอดคล้องกับ Bernard (1996) ที่กล่าวว่า การมีประสบการณ์อย่างเดียวนั้นไม่เพียงพอที่จะมั่นใจได้ว่าการเรียนรู้เกิดขึ้นแต่ต้องมีการบูรณาการประสบการณ์ใหม่เข้ากับประสบการณ์เดิมโดยกระบวนการคิดทบทวนซึ่งอาจเกิดจากผู้เรียน กระบวนการกลุ่ม การอภิปราย สิ่งแวดล้อม หรือการสังเกตจากตัวแบบต่างๆ

3.1.4 ผู้สอน

ผู้สอนมีบทบาทสำคัญในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพนั้น ผู้สอนต้องมีประสบการณ์ มีความรู้ และมีความสามารถในการถ่ายทอดเป็นอย่างดี ทั้งนี้การมีประสบการณ์ตรงที่เกิดขึ้นจากชีวิตจริง จะกระตุ้นความสนใจของผู้เรียน อีกทั้งยังเป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นและดึงเอาประสบการณ์ของตนเองออกมา ผู้สอนต้องสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ที่มีความผ่อนคลาย เป็นกันเอง และมีความสนุกสนาน เข้าใจธรรมชาติและความต้องการของผู้เรียนเพื่อที่จะถ่ายทอดให้ผู้เรียนสามารถสร้างความรู้ใหม่ ปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เดิม และนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้ สอดคล้องกับ ทิศนา ขัมมณี (2540) ที่กล่าวว่า การที่ผู้สอนทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ด้วยวิธีการต่างๆ ตามองค์ประกอบที่สำคัญๆ นั้น จะเป็นลักษณะเฉพาะหรือลักษณะเด่นที่ขาดไม่ได้เลย และสอดคล้องกับ พงษ์ธร ตันติฤทธิศักดิ์และคณะ (2552) ที่กล่าวว่า ผู้สอนต้องมีความเข้าใจและความเชื่อในพื้นฐานของตนเองและมีประสบการณ์ตรงกับเครื่องมือหรือกิจกรรมที่จะใช้ได้อย่างเหมาะสมและมีความสอดคล้องกับสภาพปัจจุบันของผู้เรียน

3.1.5 เนื้อหาสาระ

เนื้อหาสาระมีประโยชน์ต่อผู้เรียนในสภาวะปัจจุบัน ทำให้ได้รับความรู้ มีความเข้าใจ ที่ถูกต้องในการจัดการกับปัญหาในชีวิต และสามารถนำไปใช้ได้จริง ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับผู้เรียนในการจัดการกับยาเสพติด ทั้งการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ไม่อ่อนไหวต่อคำชักชวน และมีจิตใจเข้มแข็งเมื่อตกอยู่ในสภาวะกดดันได้ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ มีความเชื่อมั่นในตนเองในการควบคุมทิศทางในชีวิต เลือกเส้นทางที่ถูกต้อง มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เข้าใจปัญหาที่ต้องเผชิญหาทางออกที่เหมาะสม มีความท้าทาย รู้จักแสวงหาโอกาสดีๆ ในชีวิต และยืดหยุ่นต่อการปรับตัวให้เข้ากับสัมพันธภาพใหม่ๆ โดยผู้เรียนได้วิพากษ์ร่วมกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และรับฟังข้อเสนอแนะต่างๆ เพื่อนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้เนื้อหาสาระ สถานการณ์จำลอง บทบาทสมมติ มีความเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์จริงของผู้เรียนทำให้การเรียนรู้ดึงดูดความสนใจของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับ อาชญญา รัตนอุบล (2551) ที่กล่าวว่า เนื้อหาความรู้ที่ใช้ในการฝึกอบรมควรเป็นเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับชีวิตความเป็นจริงของผู้เรียนไม่ว่าจะเป็นชีวิตการทำงานหรือชีวิตประจำวัน

3.1.6 กิจกรรมการเรียนรู้

มีการดำเนินตามขั้นตอนการเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการในการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์และการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งทุกขั้นตอนผู้เรียนจะได้ร่วมทำกิจกรรมที่มีความหลากหลาย มีบรรยากาศของการเรียนรู้ที่มีความเป็นกันเอง ผ่อนคลาย สนุกสนาน ฝึกการเรียนรู้และการอยู่ร่วมกัน การคิดไตร่ตรอง การคิดรวบยอด การกระตุ้นความคิด และการได้รับประสบการณ์ใหม่ที่แตกต่างจากประสบการณ์เดิม เกิดการหลอมประสบการณ์ร่วมกันเพื่อบูรณาการเป็นแผนการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม สอดคล้องกับ Long & Crookes (1992) ที่กล่าวว่า กิจกรรมการสอนที่มุ่งเน้นการปฏิบัติจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างเป็นระบบและได้ลงมือปฏิบัติจริง และสอดคล้องกับสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (2552) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมสำหรับผู้เรียนจะต้องคำนึงถึงธรรมชาติของผู้เรียนโดยกิจกรรมควรเป็นการจัดประสบการณ์และทักษะชีวิตให้ใกล้เคียงกับวัฒนธรรมที่มีอยู่ในตัวผู้เรียน

3.2 ปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำจากผลการทดลองใช้

3.2.1 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมไม่ต่อเนื่องกัน เนื่องด้วยผู้เรียนมีภาระที่ต้องทำ เช่น ไปโรงเรียน ไปทำงาน ช่วยเหลือพ่อแม่ ช่วยเหลืองานในชุมชน เป็นต้น ผู้เรียนจะมีเวลาว่างในช่วงวันหยุดเท่านั้น ซึ่งในวันหยุดผู้เรียนแต่ละคนก็ไม่มีเวลาว่างทั้งวัน เนื่องจากผู้เรียนบางคนต้องออกไปหารายได้พิเศษ หรือมีเรียนทักษะวิชาชีพระหว่างวัน ผู้วิจัยจึงต้องหาช่วงเวลาว่างตรงกันเพื่อจัดกิจกรรมจึงทำให้ไม่สามารถจัดอบรมได้ต่อเนื่องติดต่อกัน ซึ่งผู้วิจัยพยายามใช้เวลาในวันหยุดของผู้เรียนที่สามารถว่างตรงกันในการจัดกิจกรรมให้มีความต่อเนื่องกันให้มากที่สุดในช่วงเดือนตุลาคมถึงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2556 ซึ่งผู้เรียนทุกคนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีและต่างช่วยกันจัดสรรเวลาเพื่อเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากเห็นว่ามีความน่าสนใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการดำเนินชีวิตจริงได้ สอดคล้องกับ Mezirow (1991) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ของบุคคลเริ่มต้นได้อย่างดีเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับสภาวะวิกฤตในชีวิต และแสวงหาทางออกจากปัญหานั้นซึ่งเมื่อเริ่มขึ้นแล้วกระบวนการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ง่าย

3.2.2 สถานที่ในการจัดกิจกรรมครั้งนี้คือ ลานอเนกประสงค์ชุมชนลือค 4-5-6 (บ้านอุ้นใจ) ซึ่งอยู่ในพื้นที่ของชุมชนคลองเตยที่ผู้เรียนอาศัยอยู่ เนื่องด้วยสถานที่ค่อนข้างแคบ ประกอบกับเป็นสถานที่ในการทำกายภาพบำบัดของผู้สูงอายุในชุมชน จึงทำให้ต้องมีการเคลื่อนย้ายอุปกรณ์เพื่อใช้พื้นที่ในการดำเนินกิจกรรม อีกทั้งสถานที่ด้านข้างลานอเนกประสงค์กำลังก่อสร้างศูนย์กีฬาของชุมชนจึงทำให้เกิดเสียงดังบางช่วง สอดคล้องกับ อาชญญา รัตนอุบล (2551) ที่กล่าวว่า การที่ผู้ใหญ่จะมีส่วนร่วมและเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดนั้น ควรให้ผู้ใหญ่แต่ละคนมีความรู้สึกละสบาย ทั้งทางกายภาพและทางอารมณ์ สภาพแวดล้อมทางกายภาพสามารถจัดทำให้ได้ด้วยการเตรียมสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม ซึ่งรวมถึงการจัดแสงสว่าง อุณหภูมิและระดับเสียง ตลอดจนเก้าอี้และโต๊ะควรจัดเตรียมและออกแบบให้เหมาะสมกับผู้ใหญ่

3.2.3 การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมค่อนข้างยาก เนื่องด้วยผู้เรียนได้มีการแยกย้ายไปดำเนินชีวิตของตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องขอความร่วมมือกับทางคณะกรรมการชุมชน

ในการสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนบางคนที่ผู้วิจัยไม่สามารถเข้าถึงได้ด้วยเหตุผลหลายประการ นอกจากนี้ในการเข้าไปติดตามผลในแต่ละสัปดาห์จะตามตัวผู้เรียนแต่ละคนได้ยากมาก และมีเวลาในการพูดคุยกันเพียงระยะเวลาสั้นๆ เท่านั้น สอดคล้องกับ พัชรมน ศักดิษฐานนท์ (2544) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพดี จะต้องมีการประเมินผลการจัดกิจกรรม และการติดตามผลหลังการจัดกิจกรรม เนื่องจากการประเมินและการติดตามผลผู้เรียน ทำให้ทราบว่าการจัดกิจกรรมบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่ การจัดกิจกรรมแต่ละครั้งมีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจน แน่นนอน เมื่อจัดกิจกรรมแล้วควรจะประเมินและติดตามผลดูว่า กิจกรรมเหล่านั้นได้ผลตามที่ได้วางจุดมุ่งหมายไว้หรือไม่ ควรจะได้มีการติดตามผลของการจัดกิจกรรมเป็นระยะๆ เพื่อจะได้ทราบว่าได้ผลอย่างไร

4. ข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

จากการจัดการสนทนากลุ่มขึ้นเพื่อร่วมกันนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ และร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้ที่เกี่ยวข้อง จากนั้นผู้วิจัยนำร่างมาตรการทางสังคมที่ได้ไปให้กับคณะกรรมการชุมชน ผู้นำชุมชน ตัวแทนของเยาวชน และผู้ที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดในชุมชนร่วมกันพิจารณาความเป็นไปได้ รวมถึงปรับปรุงแก้ไข และให้ข้อเสนอเพิ่มเติม ผู้วิจัยได้ข้อสรุปความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นและผลการนำเสนอมาตรการทางสังคมจากผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

4.1 ความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

4.1.1 ความเหมาะสมกับสภาพของผู้เรียน

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมกับกลุ่มทดลองที่เป็นเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ เนื่องจากเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีแนวโน้มในการเข้าไปติดยาเสพติดในอัตราที่สูงและเพิ่มมากขึ้น ในปัจจุบันการบำบัดและฟื้นฟูที่เคยจัดขึ้นยังไม่สามารถแก้ไขปัญหาการกลับไปติดยาเสพติดของเยาวชนได้ดีเท่าที่ควร ดังนั้นในการป้องกันการกลับไปติดยาเสพติดซ้ำควรเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดขึ้นกับเยาวชนเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวร อีกทั้งกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและใช้ประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นหลักจึงมีความน่าสนใจและเข้าถึงกลุ่มเยาวชนได้ดี ส่วนการวิพากษ์และสะท้อนความคิดเป็นกิจกรรมที่เยาวชนจะได้ทบทวนตนเองและเปลี่ยนความคิดเจตคติเดิมๆ รวมถึงการเปลี่ยนพฤติกรรมและการแสดงออกในทางที่เหมาะสม สอดคล้องกับ ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ (2556) ที่กล่าวว่า การแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดในเยาวชนทั้งที่เป็นกลุ่มเสี่ยงหรือกลุ่มเสีย (กลุ่มเยาวชนที่เสพยาเสพติดเป็นประจำและจำเป็นต้องเข้ารับการรักษา) นอกจากให้ความรู้เกี่ยวกับโทษของยาเสพติดและบทลงโทษในทางกฎหมายแล้ว การเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ การมีความเชื่อมั่นในตนเอง การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ รวมถึงการมีความกล้าเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ และการปรับตัวต่อสถานการณ์และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ มีส่วนสำคัญที่จะทำให้เยาวชนมีความภาคภูมิใจและนับถือตนเอง

เห็นชีวิตมีค่า ไม่ทำลายหรือบั่นทอนความสามารถของตนเองด้วยการกระทำที่เสื่อมเสีย เช่น การติดออบายมุข ยาเสพติด เพราะจะเป็นสาเหตุที่นำความเสื่อมเสียมาสู่ตนเองและส่วนรวม

4.1.2 การนำไปปฏิบัติให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจ

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง และทำให้กลุ่มเป้าหมายมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เนื่องจากผู้วิจัยมีการศึกษาสภาพของกลุ่มเป้าหมายและสภาพของชุมชนที่อยู่อาศัยก่อนมีการทำกิจกรรม รวมถึงการศึกษาความต้องการการเรียนรู้ของเยาวชน ดังนั้นแผนกิจกรรมจึงต้องพัฒนาให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก เพราะเมื่อผู้สอนมีความคุ้นเคย มีความใกล้ชิดสนิทสนม และเข้าใจพื้นฐานของผู้เรียน การเข้าถึงผู้เรียนจะทำได้ง่ายขึ้น อีกทั้งความเป็นกันเองและความคุ้นเคยจะทำให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมมากยิ่งขึ้น กล้าแสดงความคิดเห็น สามารถให้ข้อมูลที่เป็นจริง และเปิดรับความรู้ใหม่ๆ รวมถึงยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดีขึ้นกว่าเดิมได้ สอดคล้องกับ สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (2552) ที่กล่าวว่า การแก้ไขปัญหายาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต้องเริ่มจากการทำความเข้าใจกับสภาพปัญหาและลักษณะของเยาวชน แล้วนำปัญหาที่ได้มาสร้างฐานข้อมูลที่เป็นระบบ โดยเป้าหมายสำคัญคือ ต้องมีความเข้าใจ และเข้าถึงเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในการพัฒนาเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในการลดทอนปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ที่นำไปสู่ปัญหายาเสพติด

4.1.3 ข้อเสนอแนะที่ควรปรับปรุงและแก้ไข

4.1.3.1 ควรมีการจัดกิจกรรมเป็นครอบครัว โดยให้พ่อ แม่ และผู้ปกครองมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วย เพราะครอบครัวมีส่วนสำคัญในการสนับสนุน และให้คำปรึกษาที่ดี เมื่อพ่อ แม่ และผู้ปกครองมีความรู้และเข้าใจในเนื้อหาสาระก็จะส่งผลให้สามารถให้ข้อเสนอแนะที่ดี และเป็นที่ยอมรับให้กับเยาวชน สอดคล้องกับ Smokowski, et al. (1999) ที่กล่าวว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและความคาดหวังระหว่างสมาชิกในครอบครัวเป็นพลังสำคัญที่ทำให้เด็กมีพฤติกรรมที่ดี

4.1.3.2 ทุกภาคส่วนในชุมชนต้องให้ความร่วมมือในการอำนวยความสะดวก และนำความรู้ไปต่อยอดเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวรและยั่งยืน โดยสามารถเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับเยาวชนในชุมชนที่ไม่เคยเสพยาเสพติดเพื่อไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดได้ สอดคล้องกับ Perez et al. (2009) ที่กล่าวว่า สิ่งแวดล้อมมีส่วนทำให้เยาวชนแต่ละคนเผชิญความเสี่ยงที่แตกต่างกัน แหล่งทรัพยากรทางบวกที่อยู่รอบตัวเยาวชนแต่ละคนจะช่วยให้เอาชนะความเสี่ยงได้ เช่น การแนะนำจากผู้ใหญ่ การสนับสนุนการพัฒนาเยาวชนไปในทางที่ดีโดยผู้นำในชุมชน หรือองค์กรในชุมชน

4.2 ข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

จากผลการวิจัยที่ได้จากการทดลองและการติดตามผล ความเห็น และข้อเสนอแนะจากการจัดสนทนากลุ่ม รวมถึงแนวคิดทฤษฎีและผลการวิจัยที่นำมาสนับสนุนการอภิปรายผลโดยใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง ผู้วิจัยได้นำข้อค้นพบที่ได้มาบูรณาการและสังเคราะห์เป็นข้อเสนอ

มาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ดังตารางที่ 40

ตารางที่ 40 ข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ข้อเสนอมาตรการทางสังคม	กิจกรรมสำคัญ
<p>1. การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด</p> <p>คณะกรรมการชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการจัดทำแผนบูรณาการสกัดกั้นยาเสพติดตามชุมชนที่มีความเสี่ยง โดยต้องมีการทำข้อตกลงร่วมระหว่างคนในชุมชน ผู้นำชุมชน และภาครัฐเพื่อประสานความร่วมมือของแต่ละภาคส่วน และการสะท้อนปัญหาเพื่อนำไปสู่การปราบปรามและการพัฒนาในชุมชน</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. คณะกรรมการชุมชนรวมถึงประชาชนจัดทำแผนบูรณาการสกัดกั้นยาเสพติดในชุมชน โดยต้องวางระบบเครือข่ายข้อมูลข่าวสารเชื่อมต่อทุกพื้นที่ในชุมชน 2. พัฒนาประสิทธิภาพการดำเนินงานของเจ้าหน้าที่ในชุมชน รวมถึงจัดตั้งกำลังประชาชนอย่างมีแบบแผนในการเฝ้าตรวจและสกัดกั้นยาเสพติด 3. เพิ่มประสิทธิภาพด้านตรวจถาวร เพิ่มศักยภาพจุดตรวจในชุมชนในการสกัดกั้นยาเสพติด 4. จัดให้มีการ monitor สถานการณ์การลักลอบยาเสพติดเข้าในชุมชนเพื่อการสกัดกั้นอย่างต่อเนื่อง 5. พัฒนาความร่วมมือกับชุมชนใกล้เคียงในการแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดร่วมกัน และเพื่อเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพการสกัดกั้นในชุมชนให้ดียิ่งขึ้น 6. พัฒนากลไกข่าวกรองยาเสพติดในชุมชนเพื่อประมาณการข่าวในการวิเคราะห์สถานการณ์ปัญหา การปราบปรามและการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อการปรับกลยุทธ์ในการสกัดกั้นยาเสพติดในชุมชน
<p>2. การพัฒนาประสิทธิภาพในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน</p> <p>คณะกรรมการชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการปราบปรามเครือข่ายและกลุ่มเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับการค้ายาเสพติดในชุมชน เพราะถือได้ว่าเป็นอันตรายต่อการดำรงอยู่ของเยาวชนคนอื่นๆ ที่มีโอกาสในการเข้าไปติดยาเสพติด โดยต้องมีการพัฒนาประสิทธิภาพของการติดตาม ดูแลและสอบสวนร่วมด้วย</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. จัดระบบการปราบปรามกลุ่มเยาวชนที่เป็นผู้ค้าและผู้เสพในชุมชนโดยจะต้องมีการมอบหมายหน้าที่ให้ชัดเจนในการเกาะติดเครือข่ายและกลุ่มเป้าหมาย ทั้งยังต้องจัดเครื่องมือและอุปกรณ์ที่ใช้ในการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอย่างเหมาะสม และมีการปฏิบัติงานที่เป็นเอกภาพ 2. สืบสวนผู้ค้าและผู้เสพอย่างจริงจังและเข้มงวด มีการเพิ่มระดับการป้องกันและแก้ไขปัญหาการค้ายาเสพติดในชุมชนอย่างจริงจัง และเพิ่มประสิทธิภาพในการสอบสวนเพื่อการดำเนินการให้ไปถึงตัวการที่สำคัญ 3. ควบคุมจุดเสี่ยงโดยการตรวจสอบค้นหาผู้ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด มีการกีดกันพื้นที่ด้วยการปิดล้อม ตรวจค้น ตั้งจุดตรวจเพื่อสกัดเส้นทางการลักลอบนำยาเสพติดเข้ามาในชุมชน และต้องขยายผลการจับกุมในพื้นที่แพร่ระบาดและ

ตารางที่ 40 (ต่อ)

ข้อเสนอมาตรการทางสังคม	กิจกรรมสำคัญ
	<p>แหล่งมั่วสุ่มในชุมชน</p> <p>4. กำหนดให้มีศูนย์ข้อมูลเยาวชนในชุมชนที่ติดยาเสพติด ทั้งผู้ที่กระทำผิดและผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงในการเฝ้าระวังและติดตามอย่างต่อเนื่อง</p> <p>5. ประสานงานกับกระบวนการยุติธรรมให้มากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นตาข่ายสกัดกั้นยาเสพติดที่ครอบคลุมทั้งชุมชนโดยไม่จำเป็นต้องใช้มาตรการทางกฎหมายแต่ให้ใช้กระบวนการทางสังคมและชุมชนแทน</p>
<p>3. การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร</p> <p>ควรมีการค้นหาและตรวจสภาพร่างกายและจิตใจของเยาวชนที่เป็นผู้เสพ ผู้ใช้ ผู้ติดยาเสพติด และผู้ที่เคยติดยาเสพติดให้ละเอียด ทั้งนี้ต้องมีการนำผู้เสพและผู้ใช้เข้ารับการบำบัดในรูปแบบของค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้มีการเลิกยาถาวร นอกจากนี้การบำบัดรักษาควรมีความทันสมัย มีการพัฒนาระบบข้อมูลที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับพฤติกรรมของผู้ที่เข้ารับการบำบัด เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทั้งกับผู้เสพและชุมชน</p>	<p>1. จัดค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อคัดกรองผู้ติดยาเสพติดในการเข้าสู่กระบวนการบำบัดรักษา มีการ Re-X-ray ผู้เสพ ผู้ใช้ ผู้เสพยา และผู้ติดยาเสพติด อีกทั้งการจัดทำประชาคมชุมชน การมีวิทยากรกระบวนการในการชักชวนและโน้มน้าวผู้เสพเข้าสู่กระบวนการบำบัดซึ่งต้องมีการผสมผสานทั้งการบำบัดแบบบังคับและสมัครใจ</p> <p>2. ปรับปรุงมาตรการบังคับบำบัดอย่างจริงจังเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพทั้งผู้เสพและผู้เสพยา</p> <p>3. กำหนดให้มีการรับ-ส่งต่อผู้เสพและผู้เสพยาอย่างเป็นรูปธรรม ไม่ปล่อยเวลาโดยไร้ประโยชน์ ให้มีการเข้าอบรมเพื่อปรับทัศนคติและความคิดใหม่ๆ</p> <p>4. จัดให้มีระบบช่วยเหลือ ฟื้นฟู ดูแล ผู้ผ่านการเข้ารับการบำบัดรักษาทุกระบบให้มีความเชื่อมต่อกัน สนับสนุนซึ่งกันและกัน และมีการบริหารจัดการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้เสพ ผู้เสพยา และผู้ติดยาเสพติดอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของชุมชน องค์กรศาสนา และภาคส่วนต่างๆในชุมชน</p>
<p>4. การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน</p> <p>ควรมีการเฝ้าระวังและป้องกันการใช้ยาเสพติดในชุมชนอย่างเข้มงวด โดยมีการให้ข้อมูลข่าวสารและเผยแพร่ความรู้ต่อกลุ่มต่างๆในชุมชนเพื่อให้มีความรู้ ความ</p>	<p>1. สร้างความเข้มแข็งของสถาบันทางสังคม และสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับเยาวชนทั่วไป เยาวชนกลุ่มเสี่ยง รวมถึงเยาวชนที่มีพฤติกรรมกลับไปเสพยา โดยการสร้างระบบเฝ้าระวังปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเข้าไปเสพยาเสพติด โดยต้องมีการควบคุมสถานที่เสี่ยง เช่น สถานบริการ ร้านเกม สถานที่สาธารณะที่เป็นแหล่งมั่วสุ่ม โดยใช้มาตรการการจัดระเบียบทางสังคม และเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน รวมถึงระดมความร่วมมือจากทุกภาคส่วน</p>

ตารางที่ 40 (ต่อ)

ข้อเสนอมาตรการทางสังคม	กิจกรรมสำคัญ
<p>เข้าใจด้านยาเสพติด ทั้งนี้ ผู้ปกครอง คณะกรรมการชุมชน รวมถึงตัวเยาวชนเองต้องให้ความร่วมมือในการป้องกันยาเสพติด โดยเฉพาะเยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะต้องมีการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงเพื่อเฝ้าระวังปัญหา ยาเสพติด นอกจากนี้ต้องป้องปราม และแทรกแซงเพื่อลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของ เยาวชน</p>	<p>เพื่อดำเนินการดูแล ช่วยเหลือ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของ เยาวชนกลุ่มเสี่ยง</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. ป้องกันและแก้ไขปัญหาในสถานศึกษาโดยเพิ่ม ประสิทธิภาพการค้นหา การกำหนดกิจกรรมให้กับนักเรียน กลุ่มเสี่ยง การตรวจและป้องปราม การสร้างพื้นที่บวกใน สถานศึกษา การจัดตั้งกลุ่มในสถานศึกษา การมอบหมายให้มี ครูอาสาดูแลนักเรียน การพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอนให้ มีเนื้อหาด้านการป้องกันและเฝ้าระวังปัญหา ยาเสพติด สนับสนุนการเรียนการสอนนอกหลักสูตรปกติในสถานศึกษา เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด 3. รณรงค์และประชาสัมพันธ์เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารกับ ประชาชนให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และมีเจตคติต่อต้านยาเสพติด 4. สร้างเครือข่ายผู้ปกครองที่มีทักษะในการอบรม ดูแล และ สอดส่องเฝ้าระวังลูกหลานจากปัญหา ยาเสพติดทั้งในชุมชน และสถานศึกษา
<p>5. การแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน</p> <p>ควรมีการจัดทำแผนงานและ ยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาแต่ละ ระดับเพื่อบูรณาการการแก้ไข ปัญหา ยาเสพติดในพื้นที่ของชุมชน โดยเฉพาะ เนื่องด้วยกลุ่มคนที่ เกี่ยวข้องในชุมชนจะมีความรู้และ ความเข้าใจสภาพชุมชนที่ตนเอง อาศัยอยู่ได้เป็นอย่างดี การทำ แผนงานโดยเฉพาะเพื่อแก้ไข ปัญหา ยาเสพติดในชุมชนจะสามารถแก้ไข ปัญหาได้ตรงประเด็นและได้ผลดี ที่สุด เพราะบริบทแต่ละชุมชนมี ความแตกต่างกัน จึงควรมี การศึกษาและทำการแก้ไข ปัญหา โดยเฉพาะ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ชุมชนต้องจัดทำโครงการที่เป็นรูปธรรมในการเข้าถึง ครอบครัวของเยาวชนที่ติดยาเสพติดและเยาวชนกลุ่มเสี่ยง โดยต้องพัฒนาแกนนำ สร้างกำลังประชาชนในการเฝ้าระวัง ยาเสพติดในชุมชน รวมถึงมาตรการทางกฎหมาย มาตรการทาง สังคม มาตรการทางด้านการศึกษา มาตรการชุมชน และ มาตรการเชิงสมานฉันท์ อย่างมีบูรณาการ 2. คณะกรรมการชุมชน ประชาชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ต้องศึกษาปัญหาในชุมชนให้ละเอียดรอบคอบ และสร้างความ พร้อมในการรองรับมาตรการต่างๆ ให้สอดคล้องกับ เยาวชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายในชุมชน โดยวิธีการ ขั้นตอน และ ระยะเวลาต้องยืดหยุ่นตามความเหมาะสม 3. ชุมชนต้องเสริมความเข้มแข็งให้กับมาตรการการแก้ไข ปัญหา ยาเสพติดอย่างจริงจัง และตั้งเป้าหมายในการลดและ ขจัดให้หมดไปจากชุมชน ทั้งจำนวนคนในการสอดส่องดูแล ความพร้อมเพรียง และความรับผิดชอบของบุคคลในชุมชนที่ ได้รับมอบหมาย

ตารางที่ 40 (ต่อ)

ข้อเสนอมาตรการทางสังคม	กิจกรรมสำคัญ
	<p>4. พัฒนาระบบและกลไกการปราบปรามยาเสพติดให้สอดคล้องกับการแก้ไขปัญหาพื้นฐานในชุมชน โดยจัดตั้งกลุ่มในการประสานงานทั้งเรื่องแผนงาน และงบประมาณ สนับสนุน ทั้งนี้ต้องปฏิบัติตามมาตรการอย่างจริงจัง มีการจัดสรรทรัพยากรเพื่อการแก้ไขปัญหาอย่างเพียงพอ มีการรณรงค์และปฏิบัติการเชิงจิตวิทยา และมีตัวชี้วัดถึงระดับความสำเร็จ</p>
<p>6. การบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง</p> <p>ควรมีการกระตุ้นและส่งเสริมความร่วมมือกันระหว่างชุมชนที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อยาเสพติดกับประชาชนที่อาศัยในชุมชน ทั้งนี้ต้องอาศัยงบประมาณและความร่วมมือจากภาครัฐในการบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่น ต้องมีการจัดตั้งและพัฒนากำลังของประชาชนเพื่อป้องกันปัญหาเสพติดในชุมชน และเสริมประสิทธิภาพกลไกเฝ้าระวังในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง</p>	<p>1. ส่งเสริมและพัฒนาการบูรณาการกลไกภาคประชาชนในชุมชนให้เป็นเอกภาพ ทั้งกลไกการปกครองส่วนท้องถิ่น กลไกการปกครองส่วนท้องถิ่น และกลไกภาคประชาชน เพื่อร่วมกันแก้ไขปัญหาเสพติด โดยจัดตั้งศูนย์การเรียนรู้ในการอบรมให้ความรู้หรือการขับเคลื่อนบทบาทของประชาชนในชุมชนในการต่อต้านยาเสพติด</p> <p>2. จัดทำระบบพัฒนาประสิทธิภาพของโครงสร้างการกำลังประชาชนด้านยาเสพติดในชุมชน โดยจัดให้มีหลักสูตรอบรม พัฒนาประสิทธิภาพของประชาชน หรือการมอบหมายภารกิจด้านยาเสพติด ฯลฯ</p> <p>3. เสริมสร้างและพัฒนาให้มีการจัดกิจกรรมการแสดงผล การส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน การส่งเสริมแนวทางการรู้รักสามัคคี และการสร้างสมานฉันท์อย่างเป็นรูปธรรม</p> <p>4. กระตุ้น เสริมความเข้มแข็ง และให้ความสำคัญกับการส่งเสริมบทบาทภาคประชาชนในชุมชน สนับสนุนทรัพยากรเพื่อจัดทำกิจกรรมในการแก้ไขปัญหาเสพติด</p>

จากข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำใน 3 มิติของภูมิคุ้มกันทางใจ ได้แก่ มิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยแบ่งข้อเสนอมาตรการออกเป็น 6 มาตรการ ได้แก่ การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด การพัฒนาประสิทธิภาพในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน การแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน และการบูรณาการ

กลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง ผู้วิจัยได้สรุปข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติด ยาเสพติดซ้ำ ได้ดังนี้

4.2.1 การรวมพลังชุมชนสกัดกั้นยาเสพติด

คณะกรรมการและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการจัดทำแผนบูรณาการสกัดกั้นยาเสพติดตามชุมชนที่มีความเสี่ยง โดยต้องมีการทำข้อตกลงร่วมระหว่างคนในชุมชน ผู้นำชุมชน และภาครัฐเพื่อประสานความร่วมมือของแต่ละภาคส่วน และการสะท้อนปัญหาเพื่อนำไปสู่การปราบปรามและการพัฒนาในชุมชน โดยทุกคนในชุมชนต้องร่วมมือกันสร้างสรรค์ชุมชนขึ้นมาใหม่ ครอบครัวต้องปลูกฝังให้เยาวชนตระหนักในการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องตามครรลอง โดยเยาวชนจะต้องปรับตัวและรับมือได้กับทุกสภาวะปัญหา มีความเข้มแข็ง มีความสามารถในการควบคุมแรงกระแทกและแรงกดดันจากภายนอก มีความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้จักแสวงหาโอกาสดีๆ ในชีวิต สอดคล้องกับ กระทรวงแรงงาน (2556) ที่กล่าวว่า ยาเสพติดเป็นภัยคุกคามและบ่อนทำลายประเทศชาติ การสกัดกั้นและขจัดภัยยาเสพติดมีความจำเป็นอย่างเร่งด่วนในสภาพสังคมปัจจุบัน โดยเฉพาะในชุมชนที่มีความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของยาเสพติด ทั้งการค้า การเสพ เป็นต้น และสอดคล้องกับ กระทรวงมหาดไทย (2557) ที่กล่าวว่า ปัญหายาเสพติดในปัจจุบันมีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว กระทรวงมหาดไทยจึงถือว่าปัญหาดังกล่าวเป็นภารกิจสำคัญในการเร่งแก้ไขเพื่อขจัดให้หมดสิ้นไป ทั้งนี้ต้องมีการเสริมสร้างสมรรถนะ สร้างกระแสต่อต้านยาเสพติด ทั้งโดยการประชาคมวิธีลับ การปราบปราม การหาข่าว การจับกุมดำเนินคดี รวมถึงการเสริมสร้างบทบาทหน้าที่ของเจ้าพนักงานและผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อสกัดกั้นยาเสพติดในชุมชนที่มีความเสี่ยง

4.2.2 การพัฒนาประสิทธิภาพในการติดตามดูแลและสอบสวนการติดยาเสพติดในชุมชน

คณะกรรมการชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการปราบปรามเครือข่ายและกลุ่มเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับการค้ายาเสพติดในชุมชน เพราะถือได้ว่าเป็นอันตรายต่อการดำรงอยู่ของเยาวชนคนอื่นๆ ที่มีโอกาสในการเข้าไปติดยาเสพติด โดยต้องมีการพัฒนาประสิทธิภาพของการติดตาม ดูแล และสอบสวน รวมถึงการใช้กฎหมายร่วมด้วย ทั้งนี้ในการปราบปรามควรเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเจตคติของกลุ่มเยาวชน โดยทำให้เยาวชนได้เห็นศักยภาพของตนเองในการช่วยเหลือและทำประโยชน์ให้กับสังคม เปิดมุมมองของเยาวชนในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในสังคม โดยกระตุ้นให้เยาวชนเรียนรู้ในการปรับตัว แสวงหาความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ ที่มีคุณค่าต่อชีวิต สอดคล้องกับ สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2552) ที่กล่าวว่า การปราบปรามยาเสพติดมีความสำคัญอย่างยิ่ง และเป็นมาตรการที่ต้องดำเนินการเพื่อการขจัดยาเสพติดให้หมดสิ้นไป ซึ่งในการดำเนินการทำลาย ลิดรอนเงิน ยึดทรัพย์สินจากเครือข่ายยาเสพติด หรือการสืบค้นเพื่อหาต้นตอของเครือข่าย ตลอดจนจับกุมเป็นสิ่งที่ยิ่งกระทำได้เพื่อความสงบสุขของสังคม และสอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2554) ที่กล่าวว่า การบังคับใช้กฎหมายเพื่อการปราบปรามและจับกุมผู้ที่ค้าหรือเสพยาเสพติดสามารถตอบสนองการป้องกันและขจัดยาเสพติดได้อย่างรวดเร็ว ทั้งการข่าวที่รอบคอบก็จะทำให้การลักลอบนำเข้าทำได้ยากยิ่งขึ้น เพราะการสกัดกั้นและปราบปรามที่ครอบคลุมพื้นที่ที่มีความกระซิบ แม่นยำ และรวดเร็ว ทั้งนี้การ

ปราบปรามและการใช้กฎหมายต้องมีความเด็ดขาด มิเช่นนั้นการขจัดยาเสพติดก็ไม่สามารถทำลายให้หมดสิ้นได้

4.2.3 การบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยเน้นการเลิกยาเสพติดถาวร

ควรมีการค้นหาและตรวจสภาพร่างกายและจิตใจของเยาวชนที่เป็นผู้เสพ ผู้ใช้ ผู้ติดยาเสพติด และผู้ที่เคยติดยาเสพติดให้ละเอียด ทั้งนี้ต้องมีการนำผู้เสพและผู้ใช้เข้ารับการบำบัดในรูปแบบของค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทั้งนี้ต้องเป็นการปรับเปลี่ยนสภาพจิตใจร่วมด้วย โดยการเสริมสร้างพลังใจ เสริมพลังความมุ่งมั่น กระตุ้นให้เยาวชนเชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีกว่าเดิมได้ มีความหวังในชีวิต มีศรัทธาในการเปลี่ยนวิถีชีวิตตนเองโดยเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้ และสร้างพลังให้เยาวชนมีความกล้าในการก้าวไปสู่ความสำเร็จ เพื่อให้เยาวชนมีพฤติกรรมการเลิกยาถาวร นอกจากนี้การบำบัดรักษาควรมีความทันสมัย มีการพัฒนาระบบข้อมูลที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับพฤติกรรมของผู้ที่เข้ารับการบำบัด เพื่อให้เกิดเกิดผลสัมฤทธิ์ทั้งกับผู้เสพและชุมชน สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2553) ที่กล่าวว่า ที่กล่าวว่า การบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดต้องดำเนินการด้วยวิธีการที่เหมาะสม ในชุมชนที่มีระบบการฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติดอาจทำการรักษาด้วยระบบชุมชนบำบัดด้วยการปรับสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมของครอบครัวและชุมชน เพื่อจะทำให้เยาวชนผู้ติดยาเสพติดหรือเยาวชนที่มีพฤติกรรมกลับไปเสพซ้ำไม่กลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก และสอดคล้องกับ ฉวีวรรณ วิมล (2555) ที่กล่าวว่า การแก้ไขปัญหาของเยาวชนที่ติดยาเสพติด ทั้งกลุ่มเสี่ยง กลุ่มเสพซ้ำ กลุ่มค้า หรือกลุ่มผู้ใช้ ต้องใช้วิธีการแก้ไขปัญหาแบบเบ็ดเสร็จ ครอบคลุมทุกด้าน ซึ่งปัญหาทางพฤติกรรมไม่สามารถแยกวิธีการแก้ปัญหาออกเป็นส่วนๆ แล้วแก้ไขในแต่ละจุดได้ แต่จำเป็นต้องมองปัญหาแบบรอบด้าน และเป็นระบบทั้งการป้องกัน การเข้าแทรกแซง การฟื้นฟู และการเผชิญกับปัญหา

4.2.4 การลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน

ควรมีการเฝ้าระวังและป้องกันการใช้ยาเสพติดในชุมชนอย่างเข้มงวด โดยมีการให้ข้อมูลข่าวสารและเผยแพร่ความรู้ต่อกลุ่มต่างๆ ในชุมชนเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจด้านยาเสพติด ทั้งนี้ผู้ปกครอง คณะกรรมการชุมชน รวมถึงตัวเยาวชนเองต้องให้ความร่วมมือในการป้องกันยาเสพติด โดยเฉพาะเยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะต้องมีการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงเพื่อเฝ้าระวังปัญหา ยาเสพติด อีกทั้งต้องมีการสำรวจภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของตนเอง พิจารณาความสามารถในการดำเนินชีวิตภายใต้สภาวะหรือสิ่งแวดล้อมที่มีความกดดันทั้งภายในและภายนอก การปรับสภาวะทางอารมณ์และจิตใจเพื่อเข้าใจนครอบข้าง และการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง นอกจากนี้ต้องป้องปรามและแทรกแซงเพื่อลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2546) ที่กล่าวว่า การป้องกันการใช้ยาเสพติดเป็นมาตรการที่สำคัญที่สุด เพราะถ้าบุคคลติดยาเสพติดแล้ว การทำการบำบัดรักษาจะได้ผลไม่ทันนัก มาตรการการป้องกันปัญหายาเสพติดในชุมชนจึงมีความจำเป็น และถือเป็นการแก้ปัญหาขั้นแรกก่อนที่ปัญหาดังกล่าวจะลุกลามและส่งผลให้เยาวชนในชุมชนติดยาเสพติด ทั้งนี้ต้องอาศัยกำลังใจ ความร่วมมือ และแรงสนับสนุนจากผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายโดยเฉพาะอย่างยิ่งประชาชนทั่วไป ซึ่งการกระตุ้นให้สังคมมองเห็นปัญหา หาทาง

แก้ไข และยอมทุ่มเททรัพยากรในการแก้ไขปัญหา ย่อมมีความจำเป็นอย่างยิ่ง และสอดคล้องกับ สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์ความมั่นคงกองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในราชอาณาจักร (2555) ที่กล่าวว่า การให้ความรู้และการกระจายข่าวสารแก่ประชาชนเพื่อป้องกันยาเสพติดนั้น จำเป็นต้องให้ข้อมูลที่เป็นจริงเพราะจะทำให้ได้ผลดีในระยะยาว ซึ่งในการให้ข่าวสารและความรู้ สามารถทำได้หลากหลายวิธี เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น เนื่องจากประชาชนทุกกลุ่มอายุ สามารถเข้าถึงสื่อเหล่านี้ได้ง่าย นอกจากนี้เยาวชนที่ติดยาเสพติดหรือมีความเสี่ยงในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดจะต้องมีการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีทั้งทางด้านความรู้ บุคลิกภาพ เจตคติ และค่านิยมที่ดีในการต่อต้านยาเสพติด

4.2.5 การแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน

ควรมีการจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาแต่ละระดับเพื่อบูรณาการการแก้ไขปัญหายาเสพติดในพื้นที่ของชุมชนโดยเฉพาะ เนื่องด้วยกลุ่มคนที่เกี่ยวข้องในชุมชนจะมีความรู้และความเข้าใจสภาพชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่ได้เป็นอย่างดี การทำแผนงานโดยเฉพาะเพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชนจะสามารถแก้ไขปัญหาได้ตรงประเด็นและได้ผลดีที่สุด เพราะบริบทแต่ละชุมชนมีความแตกต่างกัน จึงควรมีการศึกษาและทำการแก้ไขปัญหายาเสพติดโดยเฉพาะ นอกจากนี้การศึกษา พฤติกรรม ความเป็นอยู่ และพฤติกรรมของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะได้นำข้อมูลที่เป็นปัญหาเบื้องต้นของการเสพยาเสพติด ทั้งการขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การขาดความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการขาดความกล้าเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชน มาจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชน สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2555) ที่กล่าวว่า ชุมชนและคนในชุมชนมีความสำคัญในการกำหนดบทบาทของเยาวชนที่อาศัยอยู่ในชุมชน ดังนั้นในการแก้ไขปัญหายาเสพติดทุกฝ่ายในชุมชนต้องร่วมมือกันในการปราบปรามและป้องกัน รวมถึงมีการสอดส่อง ดูแล และตรวจตราอย่างรอบคอบเพื่อไม่ให้เยาวชนที่เป็นกำลังที่สำคัญยิ่งของประเทศชาติต้องอยู่ภายใต้การครอบงำของยาเสพติด และถูกบ่อนทำลายอนาคตที่ดี และสอดคล้องกับ ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ (2556) ที่กล่าวว่า ปัญหายาเสพติดมีสาเหตุสำคัญมาจากสภาพแวดล้อมในชุมชน มาตรการที่มุ่งแก้ปัญหายาเสพติดที่เป็นสาเหตุในชุมชนจึงจำเป็นต้องแก้ไขให้ตรงเป้า ทั้งนี้จะต้องมีการพิจารณาและศึกษาสภาพต่างๆ ในแต่ละชุมชนให้ละเอียดถี่ถ้วน และค้นหาปัจจัยที่เป็นสาเหตุของปัญหา โดยมุ่งเป้าไปที่การจัดแหล่งอบายมุข แหล่งมั่วสุมในชุมชน อีกทั้งต้องมีการจัดกิจกรรมสำหรับเยาวชน การจัดให้มีบุคคลที่สามารถให้คำปรึกษาและให้ความช่วยเหลือแก่เยาวชน การร่วมกันพัฒนาเศรษฐกิจในชุมชน และการพัฒนาสังคมในชุมชนให้เป็นระบบ ส่งผลให้คนในชุมชนรู้สึกมีความหวัง มีเป้าหมาย และมีอนาคต

4.2.6 การบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่นป้องกันและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง

ควรมีการกระตุ้นและส่งเสริมความร่วมมือกันระหว่างชุมชนที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อยาเสพติดกับประชาชนที่อาศัยในชุมชน ทั้งนี้ต้องอาศัยงบประมาณและความร่วมมือจากภาครัฐในการบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่น ต้องมีการจัดตั้งและพัฒนากำลังของประชาชนเพื่อป้องกันปัญหายาเสพติดในชุมชนและเสริมประสิทธิภาพกลไกเฝ้าระวังในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับ สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (2546) ที่กล่าวว่า การส่งเสริมให้ภาคประชาชน

เข้ามามีส่วนร่วมและเป็นกลไกในการแก้ไขปัญหาเสพติดในระดับชุมชนจะทำให้ปัญหาเสพติดในชุมชนลดน้อยลง และการควบคุมดูแลทำได้ง่ายขึ้น ทั้งนี้การสัมมนาความร่วมมือระหว่างภาครัฐและเอกชนในการหาแนวทางและรูปแบบความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาเสพติดในระดับชุมชนถือเป็นมาตรการหนึ่งที่มีประสิทธิภาพ และเข้าถึงปัญหาของคนในชุมชนได้อย่างแท้จริง และสอดคล้องกับศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ (2554) ที่กล่าวว่า การบูรณาการกลไกภาคประชาชนเพื่อร่วมกันหาวิธีการในการแก้ไขปัญหาเสพติดในชุมชนทำให้แต่ละภาคส่วนมีความเข้าใจ และรับรู้ถึงสภาพปัญหาของชุมชนได้ถี่ถ้วน เนื่องจากคนในชุมชนจะมีความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ปัญหาเสพติดในชุมชนที่อาศัยอยู่ได้เป็นอย่างดี ส่วนภาครัฐจะมีความรู้และวิธีการป้องกันยาเสพติดที่สามารถนำมาปฏิบัติ ประยุกต์ใช้ และแก้ไขปัญหาได้ตรงกับบริบทของชุมชน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันจะทำให้เกิดการเชื่อมโยงและประสานข้อมูลก่อให้เกิดการบูรณาการวิธีคิดและวิธีปฏิบัติในการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดร่วมกัน มีเป้าหมายเดียวกัน จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการพัฒนากระบวนการป้องกันและแก้ไขโดยอาศัยความร่วมมือจากภาคส่วนต่างๆ ทั้งท้องถิ่น ภาครัฐ และภาคประชาชนเพื่อให้การแก้ไขปัญหาเสพติดเกิดประสิทธิภาพมากที่สุด

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะใน 2 ประเด็นคือ ด้านการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้ และด้านนโยบาย ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไปใช้

1.1 การนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่พัฒนาขึ้นไปใช้ ควรทำการศึกษาสภาพชุมชน ความเป็นอยู่ ลักษณะของเยาวชน และข้อจำกัดในการเรียนรู้ของเยาวชน เพราะปัจจัยเหล่านี้มีอิทธิพลต่อการเปิดรับมุมมองใหม่ๆ และการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันของเยาวชน นอกจากนี้ การศึกษาความต้องการเรียนรู้ของเยาวชน ทำให้การออกแบบกิจกรรมเป็นไปเพื่อสนองตอบความต้องการของเยาวชนอย่างแท้จริง ส่งผลต่อความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมและผลสัมฤทธิ์ในการจัดกิจกรรม ทั้งนี้ในการจัดกิจกรรมต้องมีการเตรียมความพร้อมของสถานที่ให้เอื้อต่อการเรียนรู้ โดยจะต้องมีความเหมาะสมกับลักษณะของกิจกรรมและเทคนิควิธีที่ใช้ในการจัดกิจกรรม นอกจากนี้ต้องมีการเตรียมสื่อการเรียนรู้ ใบกิจกรรม และใบงานให้พร้อมและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในแต่ละกิจกรรม

1.2 การดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้สอนต้องทำหน้าที่ในการอำนวยความสะดวกให้กับผู้เรียน มีความเป็นกันเอง และต้องทำให้ผู้เรียนมีความไว้วางใจ เชื่อใจ เพราะกิจกรรมการเรียนรู้ จำเป็นต้องอาศัยประสบการณ์ของผู้เรียนที่ถือได้ว่ามีคุณค่า และเป็นองค์ประกอบสำคัญในการเรียนรู้ครั้งนี้ เมื่อผู้เรียนมีความไว้วางใจ ผู้เรียนจะเล่าประสบการณ์ของตนเองซึ่งมีประโยชน์ในการอภิปรายและวิพากษ์ร่วมกัน นอกจากนี้วิทยากรจะต้องเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ตรง มีความรู้ ความเข้าใจในประเด็นที่สอน และต้องมีความสามารถในการถ่ายทอดประสบการณ์และความรู้ให้กับผู้เรียน

1.3 การดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ต้องมีการระบุเนื้อหาสาระที่จะนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับความต้องการของเยาวชน และมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่มุ่งให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการเรียนรู้ โดยผู้เรียนต้องมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป มีความคิด เจตคติ และความเชื่อใหม่ที่มีความถูกต้อง และความรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำไปบูรณาการและประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

1.4 การดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ควรมีการจัดโปรแกรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับเยาวชนในการมีพลังฮึด พลังฮึด และพลังสู้ ที่ยั่งยืนและถาวรเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

1.5 การติดตามผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ จำเป็นอย่างยิ่งที่

ต้องอาศัยความร่วมมือจากคณะกรรมการชุมชนและผู้ปกครอง เนื่องจากเป็นบุคคลที่มีความใกล้ชิด และอาศัยอยู่ในชุมชนเดียวกับเยาวชน ทั้งยังสามารถสังเกตพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปของเยาวชนได้อย่างต่อเนื่อง ทำให้ข้อมูลการติดตามผลพฤติกรรมของผู้เรียนรายบุคคลมีความครบถ้วนและสมบูรณ์

1.6 การสนทนากลุ่มเพื่อร่วมกันเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำนั้น ผู้เชี่ยวชาญที่เข้าร่วมการสนทนากลุ่มต้องมีความรู้ ความสามารถ และมีความเชี่ยวชาญกับประเด็นการสนทนากลุ่มเป็นอย่างดี เพื่อให้การสนทนากลุ่มได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์มากที่สุด และมาตรการทางสังคมที่ร่วมนำเสนอสามารถนำไปใช้ได้จริงในเชิงนโยบาย

1.7 การดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำเพื่อให้มีประสิทธิภาพและครอบคลุมประเด็นที่พิจารณามากที่สุด ต้องคำนึงถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องและข้อจำกัด รวมถึงข้อเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำโดยใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง ได้แก่ ตัวเยาวชน สถาบันครอบครัว สถาบันศาสนา สถาบันการศึกษา สถาบันการเมืองการปกครอง สถาบันสื่อสารมวลชน และสิ่งแวดล้อม

2. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

2.1 ชุมชนที่มีความเสี่ยงและมีอัตราความชุกของการเสพยาเสพติดในระดับที่ควรได้รับการเฝ้าระวัง ดูแล และติดตาม รวมถึงหน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่มีบทบาทในการจัดกิจกรรมบำบัดผู้ติดยาเสพติดให้กับชุมชนต่างๆ ควรให้ความสำคัญกับการจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด เนื่องด้วยภูมิคุ้มกันทางใจเป็นความสามารถและศักยภาพที่บุคคลสามารถต้านทานต่อภาวะความกดดันทางอารมณ์และความรู้สึกทางจิตใจเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์บีบคั้นหรือพบเจออุปสรรคในชีวิต อันประกอบด้วย การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ซึ่งเมื่อบุคคลที่อาศัยอยู่ในชุมชนที่มีความเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดได้รับความรู้ ความเข้าใจ และมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นก็จะส่งผลให้ความเสี่ยงที่บุคคลนั้นๆ จะเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดลดน้อยลง แม้จะต้องดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนเดิม สภาพแวดล้อมแบบเดิม

2.2 หน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องที่มีหน้าที่ในการจัดกิจกรรมเพื่อบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ควรนำรูปแบบของการจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดที่ได้มีการสังเคราะห์และบูรณาการแนวความคิดการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ร่วมกับแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไปประยุกต์ใช้ ซึ่งอาจมีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับศักยภาพของกลุ่มเป้าหมายนั้นๆ เนื่องจากรูปแบบของโปรแกรมนี้นี้มุ่งเน้นให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตตามวิถีเดิมของตน เพื่อไปสู่การดำเนินชีวิตด้วยกรอบความคิด ความเชื่อใหม่ที่หลุดพ้นจากค่านิยมเดิม โดยเมื่อบุคคลเกิดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด และมีการเปลี่ยนแปลงเจตคติ และมโนทัศน์เดิมอย่างสิ้นเชิง จะส่งผลให้การคงอยู่ของภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในตัวบุคคลนั้นๆ มีความยั่งยืนและถาวร

2.3 การบำบัดรักษา พื้นฟูสมรรถภาพของบุคคลหรือเยาวชนที่เสพยาเสพติด เยาวชนกลุ่มเสี่ยง หรือเยาวชนที่มีพฤติกรรมในการกลับมาเสพยาซ้ำ ควรมีขั้นตอนการวิเคราะห์พฤติกรรม และต้องมีการกำหนดให้บุคคลต้องมีการเปลี่ยนแปลงตนเองให้เป็นผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดในระดับที่สามารถต้านทานต่อสิ่งเร้าหรือแรงกระแทกจากภายนอก รวมถึงแรงผลักดันจากภายในตัวบุคคลได้ เพื่อเป็นการเพิ่มขีดความสามารถและศักยภาพของบุคคลในการต้านทานกับยาเสพติด รวมถึงการทนต่อสภาพความกดดันทั้งจากสิ่งแวดล้อมรอบข้าง กลุ่มเพื่อน เป็นต้น ซึ่งจะเป็นการดึงศักยภาพภายในตัวบุคคลมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

3. ข้อเสนอแนะเชิงมาตรการ

3.1 คณะกรรมการและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการจัดทำแผนบูรณาการสกัดกั้นยาเสพติดตามชุมชนที่มีความเสี่ยง โดยต้องมีการทำข้อตกลงร่วมระหว่างคนในชุมชน ผู้นำชุมชน และภาครัฐเพื่อประสานความร่วมมือของแต่ละภาคส่วน และการสะท้อนปัญหาเพื่อนำไปสู่การปราบปรามและการพัฒนาในชุมชน โดยทุกคนในชุมชนต้องร่วมมือกันสร้างสรรค์ชุมชนขึ้นมาใหม่ ครอบครัวต้องปลูกฝังให้เยาวชนตระหนักในการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องตามครรลอง โดยเยาวชนจะต้องปรับตัวและรับมือได้กับทุกสภาวะปัญหา มีความเข้มแข็ง มีความสามารถในการควบคุมแรงกระแทกและแรงกดดันจากภายนอก มีความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้จักแสวงหาโอกาสดีๆ ในชีวิต

3.2 คณะกรรมการชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องต้องมีการปราบปรามเครือข่ายและกลุ่มเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับการค้ายาเสพติดในชุมชน เพราะถือได้ว่าเป็นอันตรายต่อการดำรงอยู่ของเยาวชนคนอื่นๆ ที่มีโอกาสในการเข้าไปติดยาเสพติด โดยต้องมีการพัฒนาประสิทธิภาพของการติดตาม ดูแล และสอบสวน รวมถึงการใช้กฎหมายร่วมด้วย ทั้งนี้ในการปราบปรามควรเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเจตคติของกลุ่มเยาวชน โดยทำให้เยาวชนได้เห็นศักยภาพของตนเองในการช่วยเหลือและทำประโยชน์ให้กับสังคม เปิดมุมมองของเยาวชนในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในสังคม โดยกระตุ้นให้เยาวชนเรียนรู้ในการปรับตัว แสวงหาความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ ที่มีคุณค่าต่อชีวิต

3.3 ควรมีการค้นหาและตรวจสภาพร่างกายและจิตใจของเยาวชนที่เป็นผู้เสพ ผู้ใช้ ผู้ติดยาเสพติด และผู้ที่เคยติดยาเสพติดให้ละเอียด ทั้งนี้ต้องมีการนำผู้เสพและผู้ใช้เข้ารับการบำบัดในรูปแบบของค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทั้งนี้ต้องเป็นการปรับเปลี่ยนสภาพจิตใจร่วมด้วย โดยการเสริมสร้างพลังใจ เสริมพลังความมุ่งมั่น กระตุ้นให้เยาวชนเชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีกว่าเดิมได้ มีความหวังในชีวิต มีศรัทธาในการเปลี่ยนวิถีชีวิตตนเองโดยเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้ และสร้างพลังให้เยาวชนมีความกล้าในการก้าวไปสู่ความสำเร็จ เพื่อให้เยาวชนมีพฤติกรรมการเลิกยาถาวร นอกจากนี้การบำบัดรักษาควรมีความทันสมัย มีการพัฒนาระบบข้อมูลที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับพฤติกรรมของผู้ที่เข้ารับการบำบัด เพื่อให้เกิดเกิดผลสัมฤทธิ์ทั้งกับผู้เสพและชุมชน

3.4 ควรมีการเฝ้าระวังและป้องกันการเข้ายาเสพติดในชุมชนอย่างเข้มงวด โดยมีการให้ข้อมูลข่าวสารและเผยแพร่ความรู้ต่อกลุ่มต่างๆ ในชุมชนเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจด้านยาเสพติด ทั้งนี้ผู้ปกครอง คณะกรรมการชุมชน รวมถึงตัวเยาวชนเองต้องให้ความร่วมมือในการป้องกันยาเสพติด โดยเฉพาะเยาวชนกลุ่มเสี่ยงจะต้องมีการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยเสี่ยงเพื่อเฝ้าระวังปัญหา

ยาเสพติด อีกทั้งต้องมีการสำรวจภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของตนเอง พิจารณาความสามารถในการดำเนินชีวิตภายใต้สภาวะหรือสิ่งแวดล้อมที่มีความกดดันทั้งภายในและภายนอก การปรับสภาวะทางอารมณ์และจิตใจเพื่อเข้าใจคนรอบข้าง และการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง นอกจากนี้ต้องป้องกันและแทรกแซงเพื่อลดโอกาสการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดของเยาวชน

3.5 ควรมีการจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาคัดระดับเพื่อบูรณาการการแก้ไขปัญหายาเสพติดในพื้นที่ของชุมชนโดยเฉพาะ เนื่องด้วยกลุ่มคนที่เกี่ยวข้องในชุมชนจะมีความรู้และความเข้าใจสภาพชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่ได้เป็นอย่างดี การทำแผนงานโดยเฉพาะเพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชนจะสามารถแก้ไขปัญหาคัดตรงประเด็นและได้ผลดีที่สุด เพราะบริบทแต่ละชุมชนมีความแตกต่างกัน จึงควรมีการศึกษาและทำการแก้ไขปัญหาคัดโดยเฉพาะ นอกจากนี้ การศึกษาพฤติกรรม ความเป็นอยู่ และพฤติกรรมของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะได้นำข้อมูลที่เป็นปัญหาเบื้องต้นของการเสพยาเสพติด ทั้งการขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การขาดความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการขาดความกล้าเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ของเยาวชน มาจัดทำแผนงานและยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาคัดในชุมชน

3.6 ควรมีการกระตุ้นและส่งเสริมความร่วมมือกันระหว่างชุมชนที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อยาเสพติดกับประชาชนที่อาศัยในชุมชน ทั้งนี้ต้องอาศัยงบประมาณและความร่วมมือจากภาครัฐในการบูรณาการกลไกภาคประชาชนกับภาคท้องถิ่น ต้องมีการจัดตั้งและพัฒนากำลังของประชาชนเพื่อป้องกันปัญหายาเสพติดในชุมชนและเสริมประสิทธิภาพพลกเฝ้าระวังในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดให้กว้างขวางและครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ โดยการปรับกิจกรรมและเนื้อหาสาระให้เหมาะสมกับเพศ วัย ระดับความสนใจ ความต้องการเรียนรู้ และลักษณะเฉพาะของแต่ละกลุ่มเป้าหมาย แต่ละชุมชนเพื่อเป็นการเพิ่มพูนความรู้ ความเข้าใจ และเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดขึ้นกับกลุ่มต่างๆ ในสังคม เพื่อสร้างความเข้มแข็งให้กับสังคมในภาพกว้าง

2. ควรมีการศึกษาการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในด้านอื่นๆ ที่ส่งผลต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชน เพื่อให้ครอบคลุมพฤติกรรม และเจตคติของกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ โดยทำการศึกษาค้นคว้าปัจจัยเสี่ยงที่มีความหลากหลายในสังคมเพิ่มเติม เพื่อให้เกิดประโยชน์และสามารถแก้ปัญหาให้กับกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ อีกหลายกลุ่ม เช่น กลุ่มซิงมอเตอร์ไซด์ กลุ่มบริโภคนิยม เป็นต้น ซึ่งจะช่วยแก้ไขปัญหาคัดของเยาวชนและเป็นประโยชน์ต่อสังคมต่อไป

3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำโดยใช้แนวคิดอื่น นอกเหนือจากแนวคิดการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อเป็นการพัฒนากิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนและขยายฐานความคิดและแผนการเรียนรู้รวมถึงรูปแบบกิจกรรมที่มีความใหม่และมีความหลากหลายต่อไป

4. ควรมีการศึกษาปัจจัยและองค์ประกอบที่มีผลต่อการดำรงอยู่ของการมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดและการกลับไปเสพซ้ำของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง อาทิ โครงสร้างทางสังคม-ประชากร ภูมิหลังและบริบททางสิ่งแวดล้อม เป็นต้น ซึ่งมีอิทธิพลในระยะยาวต่อการเรียนรู้ในการเสริมสร้างให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจ โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพหรือการผสมผสานวิธี (Mixed-Method) เพื่อให้ได้มาซึ่งชุดขององค์ความรู้ในการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนในชุมชนอย่างยั่งยืนต่อไป



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2550). พระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2550. Retrieved 21 กรกฎาคม 2555

<<http://www.thailandlawyercenter.com/index.php?lay=show&ac=article&ld=538975459&Ntype=19>>

กระทรวงแรงงาน. (2556). เยาวชนกับปัญหายาเสพติด. Retrieved 26 มีนาคม 2556

<http://www.mol.go.th/download/moldata/molnarcoticComerence/narcoticrayonfhospilid280849.pdf>

กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551. Retrieved 10 มกราคม 2557

<http://www.thailandlawyercenter.com/index.php?lay=show&ac=article&ld=538975826&Ntype=19>

กระทรวงสาธารณสุข. (2522). พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522. Retrieved 12 ตุลาคม 2555 <http://www.kodmhai.com/m4/m4-14/H14/2522.html>

กองนโยบายและแผนงาน. (2556). แนวโน้มการเติบโตของชุมชนในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2556. Retrieved 12 ธันวาคม 2556 http://cpd.bangkok.go.th:90/web2/strategy/DATA56/GW_BKK54.pdf

กอบกิจ ตันท์เจริญรัตน์. (2543). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมบุคลากรทางสุขภาพเพื่อเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

การเคหะแห่งชาติ. (2534). การปรับปรุงชุมชนแออัด. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ประมวลศิลป์.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2534). ปรัชญาการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จงกลนี้ ชูติมาเทวินทร์. (2542). การฝึกอบรมเชิงพัฒนา. นครปฐม: สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล.

จรงค์ อินทร์เสวก. (2539). ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาตามความเป็นจริงต่อการลดการเสพยาและการเพิ่มระดับการควบคุมตนเองและการลดการติดยาเสพติดซ้ำของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาระยะถอนพิษยา. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชนินทร์ สุขเจริญ. (2551). การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างวัฒนธรรมสำนึกเกี่ยวกับภัยพิบัติทางธรรมชาติสำหรับเยาวชนที่อาศัยอยู่บนเกาะบริเวณอ่าวไทย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชัยฤทธิ์ โพธิ์สุวรรณ. (2527). การศึกษานอกระบบพื้นฐานวางแผนโครงการ. กรุงเทพมหานคร: ศักดิ์โสภณาการพิมพ์.

- ชาญ สวัสดิ์สาลี. (2539). คู่มือนักฝึกอบรมมืออาชีพ: การจัดทำเนิการฝึกอบรมอย่างมีประสิทธิภาพ. กรุงเทพมหานคร: สวัสดิการสำนักงาน ก.พ.
- ชาลินี เอี่ยมศรี. (2549). การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อส่งเสริมการคิดอย่างมี
 วิจารณ์ญาณและทักษะการแก้ปัญหาในการปฏิบัติงานด้านสุขภาพของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขระดับ
 ตำบล. (วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทวีป อภิสหิธี. (2523). การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท.
- ทองสุข ชันทอง. (2520). นิเวศวิทยาเมือง: ปัญหาของกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร: วัชรินทร์การ
 พิมพ์.
- ทองอยู่ แก้วไทรฮะ. (2557). ปรัชญาและหลักการการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย.
 Retrieved 4 มีนาคม 2557 cmi.nfe.go.th/Download/Samena2_4Sep51/Principle.ppt
- ทีศนา แชมมณี. (2540). การวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธาวินี สุพุทธิกุล. (2550). ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามทฤษฎีการเรียนรู้จาก
 การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ที่มีต่อพฤติกรรมแบบพึ่งพาของผู้ป่วยติดยาเสพติด. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรม
 หาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธิดา จัปจิตต์. (2547). ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของ
 ผู้รับบริการคลินิกอดบุหรี่โรงพยาบาลธัญบุรี. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัย
 บูรพา.
- เอียรชัย งามทิพย์วัฒนา. (2549). การบำบัดเพื่อปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมสำหรับการเสพสาร
 เสพติด. กรุงเทพมหานคร: บางกอกบล๊อค.
- นรเศรษฐ์ ศรีแก้วกุล. (2545). การพัฒนาโปรแกรมการให้ความรู้ผู้ปกครองเรื่องการป้องกันปัญหาเสพ
 ติดในเด็ก. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- น้ำฝน วุฒิสิลป์. (2545). ผลการบำบัดรักษาผู้ติดยาบ้าแบบผู้ป่วยนอก ตามแบบกาย-จิต-สังคมบำบัดต่อ
 พฤติกรรมและการรับรู้ความสามารถของตนเองในการไม่เสพยาบ้าและทัศนคติของครอบครัวต่อการ
 เลิกยาบ้า. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยบูรพา.
- นิตา ชูโต. (2536). การประเมินโครงการ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โปรดักชั่น.
- นุชนภาภรณ์ หลายเจริญ. (2550). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
 ต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยบูรพา.
- บังอร สุปรีดา. (2546). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อ
 การเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้เสพติดยาบ้า. (วิทยานิพนธ์
 วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บุรินทร์ หลิมสุนทร. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความยึดหยุ่นทนทาน การรับรู้มรสุมชีวิต
 ลักษณะส่วนบุคคลบางประการ พฤติกรรมการเสพสารเสพติดของวัยรุ่นสลัมที่เตร็ดเตร่ในสนามเด็ก
 เล่น. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปฐม นิคมานนท์. (2528). การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: ทิพย์อักษร.
- ประเทือง ภูมิภัทราคม. (2540). การปรับพฤติกรรม: ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพมหานคร: โอ
 เดียนสโตร์.

- ปราณีพร บุญเรือง. (2545). ผลของกลุ่มปรับพฤติกรรมทางปัญญาของวัยรุ่นที่ติดยาบำบัดต่อการป้องกันการกลับไปเสพยา. (วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ปรีชา บุญสุข. (2552). เด็กและเยาวชนในสถานพินิจ. วารสาร “สารพินิจ” 7.
- พงกะพรรณ ตะกลมทอง. (2550). รูปแบบการพัฒนาภาวะผู้นำผู้บริหารระดับกลางสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (ดุสิตนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต), มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.
- พงษ์ธร ตันติฤทธิศักดิ์ และคณะ. (2552). การวิจัยเชิงปฏิบัติจิตตปัญญาศึกษา: กรณีศึกษาสองชั้นเรียน. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล
- พวงทิพย์ นาคเป้า. (2543). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาความเป็นจริงและการฝึกสมาธิต่อการเพิ่มระดับการควบคุมตนเองของเยาวชนกระทำผิดกฎหมาย. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยรามคำแหง
- พัทธมน ศักดิชฎานนท์. (2544). บทบาทของผู้บริหารในการสนับสนุนกิจกรรมนักศึกษาในสถานศึกษาสังกัดกรมอาชีวศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักวิจัยและพัฒนาการอาชีวศึกษา.
- พันธุ์นภา กิตติรัตน์ไพบูลย์. (2549). แนวเวชปฏิบัติการให้บริการผู้มีปัญหาสุขภาพจิตจากแอลกอฮอล์ในโรงพยาบาลทั่วไปและโรงพยาบาลชุมชน. เชียงใหม่: โรงพยาบาลสวนปรุง
- พิมพ์พันธ์ เตชะคุปต์. (2548). การสอนคิดด้วยโครงงาน. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไพบูลย์ โพธิ์หวั่งประสิทธิ์. (2548). การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดของ Boyle (1981) และเปาโล แพร์ เพื่อเสริมสร้างความรู้ ทักษะคิด และมนธรรมสำนึกเพื่อส่งเสริมการเลือกตั้งในระดับท้องถิ่นของผู้ออกเสียงเลือกตั้งชาวไทยกระเหรี่ยง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไพเราะ ไตรติลาพันธ์. (2549). การพัฒนาแผนกลยุทธ์ของสถาบันอุดมศึกษาท้องถิ่นที่เน้นความร่วมมือกับชุมชน เพื่อเสริมสร้างศักยภาพในการป้องกันการติดยาเสพติด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์. (2551). ภูมิคุ้มกันทางใจ (RQ) วัดพลังสุขภาพจิตคนไทย สัณญาณเดือนฆ่าตัวตายเพิ่ม. Retrieved 17 มีนาคม 2555 http://www.hitap.net/backoffice/news/pdf_news/pdf_news/2008-12-25_Clippping-thai25125107.pdf
- ระเบียบ โตแก้ว. (2554). สภาพการณ์และแนวโน้ม ผลการดำเนินงาน แนวทางการแก้ไขปัญหาคาพัฒนาเด็กและเยาวชนด้านยาเสพติด. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.
- ล้วน สายยศ, & อังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น.
- วันัญญา แก้วแก้วปาน. (2551). พฤติกรรมอาชญากรรมกับประวัติการใช้ยาเสพติดของเยาวชนในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน (บ้านกรุณา). (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรเชษฐ หอมจันทร์. (2540). การรับรู้ของเยาวชนในเขตชุมชนคลองเตยเกี่ยวกับบทบาทของสื่อสิ่งพิมพ์ในการชักจูงเยาวชนไปสู่การสร้างพฤติกรรมเบี่ยงเบน. (วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- วรรัตน์ อภินันท์กุล. (2551). แนวคิดและทฤษฎีที่นำสู่ทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วันวิสาข์ ชูชนม์. (2556, 22 กันยายน 2556). เปลี่ยนร้าย...กลายเป็น...ดี (RESILIENCE QUOTIENT), ไทยรัฐ, p. 19.
- วิษชุดา อมรพันธุ์. (2532). หลักการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เฟรมโปรดักชั่น.
- วิชา ด้านดำรงกุล. (2549). การใช้สารเสพติดของกลุ่มวัยรุ่นในระบบคอมพิวเตอร์และบำบัดรักษา. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วีณา มิ่งเมือง และคณะ. (2542). ผลการปรึกษาโปรแกรมกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- เวทย์ มุสิสวัสดิ์. (2555). ผลวิจัยชี้...สภาเด็กและเยาวชนระดับตำบล สร้างภูมิคุ้มกัน ลดยาเสพติด ท้องแตงตั้งเด็กกลุ่มเสี่ยงกว่า 50. Retrieved 16 กรกฎาคม 2555 [http://www.nccd.go.th/upload/news/3\(6\).pdf](http://www.etvmac.tv/news/ศรัณย์ ภัทรพงศ์. (2545). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการกระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติดของเด็กและเยาวชนในจังหวัดจันทบุรี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ), มหาวิทยาลัยบูรพา.</p>
<p>ศิริกานต์ คุณสินธุ์. (2549). การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลและแนวทางการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.</p>
<p>ศิริกุล อิศรานุรักษ์ และคณะ. (2550). การเฝ้าระวังพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวีในประชากร 6 กลุ่มเป้าหมายพื้นที่กรุงเทพมหานคร. นครปฐม: สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล.</p>
<p>ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ. (2554). แนวทางการดำเนินงานตามยุทธศาสตร์พลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติด. Retrieved 12 กันยายน 2555 <a href=)
- ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ. (2556a). แนวทางการขับเคลื่อนปฏิบัติการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดอย่างยั่งยืน ปี 2556 (เมษายน - กันยายน 2556).
- ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ. (2556b). แผนปฏิบัติการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติด พ.ศ. 2557. ศูนย์อำนวยการพลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ.
- สถาบันธัญญารักษ์. (2555). จำนวนและร้อยละของผู้ป่วยยาเสพติดจำแนกตามปีงบประมาณ 2550-2554. Retrieved 29 มกราคม 2556 http://www.Thanyarak.go.th/thai/index.php?option=com_content&task=view&id=920&Itemid=61
- สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (องค์การมหาชน). (2548). สร้างความเข้มแข็งของสังคมจากรากฐานด้วยพลังองค์กรชุมชนและประชาสังคม. กรุงเทพมหานคร: สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน.
- สภาองค์กรชุมชน. (2555). 35 ปี ประวัติและพัฒนาการชุมชนคลองเตย. กรุงเทพมหานคร: สภาองค์กรชุมชน.

- สมชาติ กิจยรรยง, & อรรถจริย์ ฌ ตะกั่วทุ่ง. (2552). เทคนิคการจัดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาบุคลากรอย่างมีประสิทธิภาพ. กรุงเทพมหานคร: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- สมบัติ สุวรรณพิทักษ์. (2551). แนวคิดและทฤษฎีนำรู้ทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมศรี ไชยภรณ์. (2549). ผลของการใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อการปรับตัวในการอยู่ร่วมกันของสมาชิกชุมชนบำบัดบ้านแสงตะวัน ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดแม่ฮ่องสอน. กรุงเทพมหานคร: กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- สมิต วัฒนธัญญกรรม. (2545). การแพร่ระบาดของสารเสพติดและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเสพยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดปทุมธานี. กรุงเทพมหานคร: โรงพยาบาลธัญญารักษ์.
- สรินฎา ปุติ. (2552). ผลของกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและทักษะชีวิตของผู้ติดยาเสพติด. (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- สายสุรี จุติกุล. (2537). ความรักความอบอุ่นในครอบครัว. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- สำนักงานคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2553). สถานการณ์ปัญหาเสพติดปี 2553 และแนวโน้มของปัญหา. Retrieved 14 ธันวาคม 2556 http://nctc.oncb.go.th/new/index.php?option=com_content&view=article&id=602:-2553-&catid=239:all-content&Itemid=270
- สำนักงานคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2555). ความรู้และแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด. กรุงเทพมหานคร: คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.
- สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน. (2556). คู่มือการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา. Retrieved 14 ธันวาคม 2556 <http://www.opec.go.th/voc/index.php?name=knowledge&file=readknowledge&id=12>
<<http://www.opec.go.th/voc/index.php?name=knowledge&file=readknowledge&id=12>>
- สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ. (2555). แนวทางการป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง. Retrieved 23 ธันวาคม 2555 http://nctc.oncb.go.th/new/index.php?option=com_content&view=article&id=514:45&catid=167:e-book&Itemid=203
- สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์ความมั่นคง. (2554). การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด. Retrieved 2 สิงหาคม 2555. http://www.isocthai.go.th/yut-ta-saat_isoc_year55-59/yut-ta-saat_isoc_year55-59.pdf
- สำนักงานบริหารงานการศึกษานอกโรงเรียน. (2547). การจัดการศึกษานอกโรงเรียนตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

- สำนักงานป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด. (2556). เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับ R.Q. กรุงเทพมหานคร: สำนักอนามัย.
- สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย. (2552). กศน.ยุคใหม่ปี 2551. กรุงเทพมหานคร: ร้านรังสีการพิมพ์.
- สำนักนายกรัฐมนตรี. (2554). ยุทธศาสตร์พลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติด. สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด. (2548). ปัจจัยที่ทำให้เยาวชนกลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำและวิธีการ/รูปแบบการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มเยาวชน. Retrieved 12 กันยายน 2555.
http://nctc.oncb.go.th/new/index.php?option=com_fabrik&view=table&tableid=3&calculations=0&Itemid=160
- สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด. (2545). ปัญหาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.
- สำนักพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด. (2555). แนวคิดการป้องกันยาเสพติดในเยาวชนกลุ่มเสี่ยง. กรุงเทพมหานคร: บริษัทรุ่งศิลป์การพิมพ์ (1977) จำกัด.
- สิริพร ทิพย์คง. (2546). งานวิจัยทางการเรียนการสอนคณิตศาสตร์ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ พี.เอส.พรินท์.
- สิริมา สมศรี. (2545). พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากสารเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสมุทรปราการ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สืบสกุล สอนใจ. (2551). อิทธิพลของปัจจัยด้านการเรียนรู้ในเครือข่ายการเรียนรู้นอกระบบโรงเรียนด้านการสนับสนุนทางสังคมและด้านความเป็นหุ้นส่วนที่มีต่อการปฏิบัติงานของสมาชิกเครือข่ายการป้องกันยาเสพติดในชุมชนพื้นที่กรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุกัญญารัตน์ คงงาม. (2552). การพัฒนาโมเดลการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ด้านการประกันคุณภาพของสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุจิตรา สมชิต. (2541). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยยึดหยุ่นและทนทาน การรับรู้มรสุมชีวิตพฤติกรรมด้านลบ และผลสัมฤทธิ์ในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตำบลธาตุทอง จังหวัดชลบุรี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุนิพัช เปรมอมรกิจ. (2542). องค์ลักษณะของพลังเข้มแข็งและสร้างสรรค์ในนักเรียนที่มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่าระดับ “พอใช้” การศึกษากลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุนิสา จิรธนานนท์. (2545). ปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ยาเสพติดของเด็กและเยาวชนหญิงในสถานฝึกอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุมาลี สังข์ศรี. (2545). รายงานการจัดการศึกษานอกระบบเพื่อการศึกษาตลอดชีวิต ตามแนวพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดีการพิมพ์.

- สุริยเดว ทรีปาตี และคณะ. (2552). โครงการศึกษาเพื่อพัฒนาเครื่องมือสำรวจต้นทุนชีวิตเยาวชนเพื่อ กำหนดแนวทางการสร้างภูมิคุ้มกันยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.
- สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. (2529). การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อมรการพิมพ์.
- สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. (2547). จิตวิทยาเพื่อการฝึกอบรมผู้ใหญ่. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- หน่วยวิจัยสารเสพติดและผลกระทบทางสังคม. (2550). สถานการณ์ปัญหาเสพติดในกลุ่มเด็กและ เยาวชนในสถานพินิจ: จังหวัดชลบุรีและระยอง. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- อธิมา ธีระวัฒน์ศิริกุล. (2547). การใช้แผนภาพลำดับความคิดในการพัฒนาการอ่านภาษาฝรั่งเศสสำหรับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อรรถัย เวชภูมิ. (2540). พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารกับค่านิยมที่เอื้อต่อการพัฒนาของประชาชนใน ชุมชนแออัด เขตกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อังกูร ภัทรากร. (2544). การบำบัดรักษาผู้ป่วยยาเสพติดของโรงพยาบาลธัญญารักษ์ ในช่วง 10 ปี (พ.ศ. 2532-2541). จดหมายเหตุทางการแพทย์.
- อัจฉรา กิตติวงศ์วิสุทธิ์. (2544). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความยืดหยุ่นและทนทาน การรับรู้รสมแห่ง ชีวิตและพฤติกรรมความเสี่ยงด้านสุขภาพของนักเรียนระดับอาชีวศึกษา. (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อัมพร โอตระกูล. (2540). สุขภาพจิต. กรุงเทพมหานคร: วิทย์พัฒน์.
- อาชญญา รัตนอุบล. (2540). กระบวนการฝึกอบรมสำหรับการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชญญา รัตนอุบล. (2541). การศึกษานอกระบบโรงเรียนกับเด็กด้อยโอกาส. กรุงเทพมหานคร: คณะครุ ศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชญญา รัตนอุบล. (2544). การเรียนรู้และการพัฒนาของผู้ใหญ่. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการศึกษา นอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชญญา รัตนอุบล. (2551). นวัตกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาภรณ์ ใจเที่ยง. (2546). หลักการสอน. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- อาภาศิริ สุวรรณานนท์ และคณะ. (2550). ปัจจัยด้านบุคคลที่มีผลต่อการติดยาเสพติดซ้ำ. เชียงใหม่: ศูนย์บริการวิชาการและพัฒนาบุคลากรด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติด สถาบันวิจัย สังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อุดม เขยกิจวงศ์. (2541). ปรัชญาและหลักการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- อุ้นตา นพคุณ. (2546). กรอบแนวความคิดการพัฒนาโปรแกรมอย่างมีส่วนร่วมทางการศึกษานอกระบบ โรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- เอกรินทร์ สีมหาศาล. (2545). กระบวนการจัดทำหลักสูตรการศึกษา แนวคิดสู่ปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: บั๊กพอยท์.

ภาษาอังกฤษ

- Ahernl, N.R, Ark, P, & Byers, J. (2008). Resilience and coping strategies in adolescents. *Paediatric nursing*, 20(10), 32-36.
- American Heritage Dictionary. (2005). R.Q. Meaning?? Retrieved August 10, 2012
<http://www.americanheritagedictionary.com>
- Anthony, E. J. (1974). *The syndrome of the psychologically invulnerable child*. New York: Wiley.
- Beal, et al. (1966). *Social Action and Interaction in Program Planning*. Ames: Iowa State University Press.
- Beck, A.T. (1976). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International Universities Press.
- Bernard, B. (1993). Fostering resilience in kids. *Education leadership*, 59.
- Bernard, M. (1996). *You can do it! Teacher guide to boosting student motivation, self esteem and school achievement*. Australia: Australian Scholarships Group.
- Blocker, L.S, & Copeland, E.P. (1994). Determinants of resilience in high-stressed youth. *High school Journal*, 77(4), 286-293.
- Bloom, B. (1971). Learning for mastery. *Evaluation comment*, 1(2), 1-5.
- Boone, E.J. (1985). *Developing program in adult education*. Illinois: Waveland Press.
- Boyle, P.J. (1981). *Planning better programs*. New York: Mc Graw-Hill.
- Brown, G.S. (1991). *Education in the Developing World*. Harlow: Longman.
- Caffarella, R.S. (1994). *Planning Programs for Adult Learner*. San Francisco: Jossey Bass Publishers.
- Campbell, D.T, & Stanley, J.C. (1969). *Experimental and Quasi-Experimental Design for Research*. Boston: Houghton Mifflin.
- Connor, K.M, & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Coombs, P, & Ahmed, M. (1974). *Attacking rural poverty: How non-formal education can help*. Baltimore: The John Hopkins University Press.
- Cranton, P. (1992). *Working with Adult Learners*. Toronto: Wall & Emerson, Inc.
- Cranton, P. (2006). *Understanding and Promoting Transformative Learning: A Guide for Educators of Adults*. San Francisco: Jossey-Bass.
- D'zurilla, T.J, & Goldfried, A. (1985). *Conceptual and Methodological Issues in Social Problem-Solving assessment*. Retrieved June 4, 2012
http://www.ub.edu/gdne/documents/sps_assessment_behavior_therapy95.pdf

- Dib, C.Z. (1988). Formal, Non-Formal and Informal Education: Concepts/Applicability. Paper presented at the Cooperative Networks in Physics Education - Conference Proceedings 173, New York.
- Dryden, Windy, & Golden, William L. (1987). Cognitive-Behavioral Approaches to Psychotherapy. Cambridge: Hemisphere Publishing Corporation.
- Ellis, A. (1979). Humanistic Psychotherapy. New York: McGraw-Hill.
- Epifania, V.T. (2007). Evolving Paradigms in Non-formal Education: A Synthesis and A Research: Bases for a Curriculum in Master in Non-formal Education. Retrieved January 6, 2014 <http://conference.nie.edu.sg/2007/paper/papers/PanelE1.pdf>
- European Commission. (2001). Communication: Making a European Area of Lifelong Learning a Reality. Retrieved January 10, 2014 <http://www.europa.eu.int/com/education/life/index.htm>
- Evans, R. W. (1994). Ideology and the teaching of history: Purposes, practices, and student belief. Greenwich, Conn: JAI Press.
- Farquhar, L. (2008). Words on Wisdom: Perspective Transformation in a "Learning in Retirement Institute. (Master's Thesis), Brock University.
- Fordham, P. E. (1993). Informal, non-formal and formal education programmes in YMCA. London: YMCA George Williams College.
- Gamezy, N. (1985). Stress resistant children. Oxford: Pergamon.
- Goldstein, L.S. (1999). Psychological Resilience Quotient in Thai Adolescents. (The Degree of Bachelor of Arts with Honors), Harvard-Radcliffe collage.
- Goleman, D. (1998). Working with Emotional Intelligence. New York: Bantam Book.
- Grotberg, E. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the humanspirit. Retrieved November 13, 2012. www.resilnet.uiuc.edu/library/grotb95b.html
- Guilford, J. P. (1967). The nature of human intelligence. New York: McGraw-Hill.
- Hawton, K. (1990). Deliberate self-poisoning and self-injury in older people. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 5, 367-373.
- Houle, C.O. (1996). The Design of Education. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Ingalls, J.D. (1973). A Trainer's guide to Andragogy. Washington: U.S. Department of Health, Education and Welfare, Social and Rehabilitation Service.
- Ingrid, S. (2006). Risk and Resilience: Adaptation in changing times. Cambridge: University Press.
- Jarvis, P. (1999). International dictionary of adult and continuing education. London: Kogan Press.

- Kalish, H.I. (1981). Behavior modification; Conditioned response; Psychology, Applied. New York: McGraw-Hill Book Co.
- Kaplan, H.B. (1999). Resilience and development: Positive life adaptations. New York: Plenum.
- Kazdin, A. E. (1978). History of behavior modification: Experimental Foundation of contemporary research. Baltimore: University Park Press.
- Khoshouei, M.S. (2009). Psychometric Evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) Using Iranian Students. *International Journal of testing*, 9, 60-66.
- Kidd, J.R. (1973). How adult learn. New York: Association Press.
- King, K. (2004). Both Sides Now: Examining Transformative Learning and Professional Innovative Higher Education, 29(2), 155-174.
- Kleis, J. et al. (1973). Toward a contextual definition of nonformal education. Michigan: East Lansing.
- Knowles, Malcolm S. (1980). The Modern Practice of Adult education from Pedagogy to Andragogy. New York: The Adult Education Company.
- Knowles, Malcolm S. (1984). Andragogy in Action. San Francisco: Jossey-Bass.
- Langenbach, M. (1988). Curriculum Models in Adult Education. Florida Krieger Publishing Company.
- Long, M.H, & Crookes, G. (1992). Three Approaches to Task-based Syllabus Design. *TESOL Quarterly*, 26(1), 27-47.
- Lundman, B., et al. (2007). Psychometric properties of the Swedish version of the resilience Scale. *Scandinavian Journal of Caring Science*, 21, 229-237.
- Luthar, S.S. (2003). Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities. New York: Cambridge University Press.
- Mahoney, M. J. (1974). Cognition and behavior modification. Cambridge: Ballinger.
- Mahoney, M. J, & Arnkoff, D.B. (1978). Cognitive and self-control therapies. New York: Wiley Press.
- Martin , G, & Pear, J. (1978). Behavior modification. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Martin, J. (1990). Language: Maintenance, Power and Education in Australian. Darwin: NTU Press.
- Meichenbaum, D. H. (1989). Cognitive behavior modification. New York: Plenum.
- Merriam, S. (2008). Transformational Learning in Botswana: How Culture Shapes the Process. Boston: HoughtonMifflin.
- Meyers, A. W, & Craighead, W.E. (1984). Cognitive behavior therapy with children. New York: Plenum Press.

- Mezirow, J. (1991). *Transformative Dimensions of Adult Learning*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Mezirow, J. (1997). *Transformative Learning: Theory to Practice*. *New Directions for Adult and Continuing Education* 74, 5-12.
- Miller, W.R., et al. (2000). A Simple Scale of Warning Signs for Relapse. *Journal of Studies on Alcohol*, 52, 43-49.
- Mitchell, M. (1993). Situational interest: Its multifaceted structure in the secondary school mathematics classroom. *Journal of Educational Psychology*, 85, 424-436.
- Monti, P.M., et al. (1980). Effect of social skills training groups and sensitivity training groups with psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 241-248.
- Mynatt, S. (1999). *Effectiveness of Intervention into Substance Abuse Disorders in Woman with Comorbid Depression*. New York: Patnum Son.
- Nancy, R.A., et al. (2006). A Review of Instruments Measuring Resilience. *Comprehensive Pediatric Nursing*, 29, 103-125.
- Newman, R. (2005). APA's resilience initiative. *Research and Practice*, 36(3), 227-229.
- Perez, et al. (2009). Spatial statistical techniques for inter-population data: studying the relationships between morphological and ecological variation. *Journal of Evolutionary Biology*, 23, 237-248.
- Polk, L.V. (1997). Toward a middle-range theory of resilience. *Advances in Nursing Science*, 1(3), 1-13.
- Roberts, N. (2009). *The Role of Spirituality in Transformative Learning*. (Doctoral dissertation), Florida International University.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Schroeder, W. (1980). *Building and Effective Adult Education Enterprise*. San Francisco: Jossey Bass.
- Sfeir, G. (2011). *Critical Media Literacy: A Vehicle for Transformative Learning Towards Social and Emotional Competence*. (Master's Thesis), Concordia University.
- Sinclair, V.G., & Wallston, K.A. (2004). The development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale. *Assessment*, 11, 94-101.
- Sisco, B.R. (1991). Setting the climate of effective teacher and learning In R. Hiemstra (ed.), *Creating environments for effective adult learning*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Smith, M.K. (2001). What is non-formal education? Retrieved January 10, 2014 <http://infed.org/mobi/what-is-non-formal-education/>

- Spivack, G., & Shur, M. B. (1974). *Social adjustment of young children*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Sun, J., & Stewart, D. (2007). Development of population-based resilience measures in the primary school setting. *Health Education, 107*(6), 575-599.
- Taylor, E. (1997). Building upon the theoretical debate: A critical review of the empirical studies of Mezirow's transformative learning theory. *Adult Education Quarterly, 48*, 34-59.
- Taylor, E. (2008). *Transformative Learning Theory*. *New Directions for Adult and Continuing Education, 119*, 5-15.
- Tyler, R.W. (1983). *On Educational Evaluation*. Retrieved January 26, 2014
http://www.ascd.org/ASCD/pdf/journals/ed_lead/el_198305_nowakowski.pdf
- Tyler, R.W. (1986). *Basic principles of curriculum and instruction*. Chicago: University of Chicago Press.
- Unesco. (1997). *Non-formal education, Guidebook for planning education in emergencies and reconstruction*. Retrieved October 14, 2013
http://www.iiep.unesco.org/fileadmin/user_upload/Cap_Dev_Technical_Assistance/pdf/Guidebook/Guidebook.pdf
- United Nations. (2013). *World Drug Report 2013*. Retrieved November 22, 2013
http://www.unodc.org/unodc/secured/wdr/wdr2013/World_Drug_Report_2013.pdf
- Wallas, G. (1972). *The Art of Thought*. Michigan: Harcourt.
- Warschaw & Barlow. (1995). *Resiliency: How to Bounce Back Faster*. New York: Master Media Pub Corp.
- Weir, J.J. (1974). Problem solving is everybody's problem. *The Science Teacher, 4*, 16-18.
- Werner, E. E. (1989). High risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry, 59*, 72-81.
- Wilson, G.T. (1993). *Principles of behavior therapy*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Wolin, S., & Wolin, S. (1993). *The resilient self*. New York: Villard Books.
- Young-Eisendrath. (1996). *The Resilience Spirit: Transforming Suffering Into Insight And Renewal*. Cambridge: Perseus Publishing.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



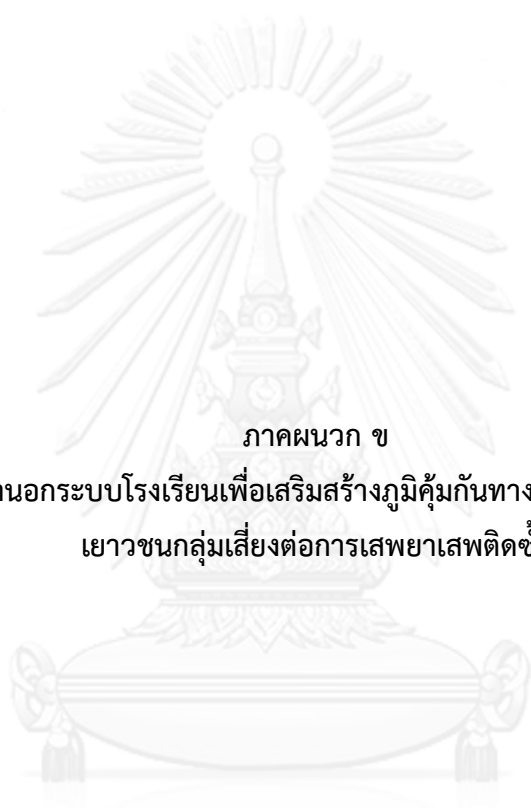
ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

การตรวจคุณภาพของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

การตรวจสอบคุณภาพของโปรแกรมเรื่องโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบโปรแกรมทั้งหมด 5 ท่าน ดังนี้

1. คุณอิทธิกฤต ธนกิจสังเวช
ผู้อำนวยการส่วนประสานพื้นที่ สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการปราบปรามยาเสพติด
2. คุณศศิวิมล วรรณแสงทอง
นักสังคมสงเคราะห์ปฏิบัติการกลุ่มประสานกิจกรรมชุมชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านเด็กและเยาวชน
3. ผศ.ดร.กมลวรรณ ตังธนกานนท์
อาจารย์ประจำสาขาวิชาการวัดและการประเมินผล ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการวัดและการประเมินผลการวิจัย
4. ดร.จรรยา สิงห์ทอง
ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียน
5. ดร.ปาน กิมปี
ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียน



ภาคผนวก ข

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของ
เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

โปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ ต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

หลักการและเหตุผล

แผนการเรียนรู้นี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการทดลองการวิจัยเรื่อง โปรแกรมการศึกษาครอบครัวโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ เนื่องจากปัจจุบันปัญหาเสพยาเสพติดทวีความรุนแรงมากขึ้นในสังคมไทยและเยาวชนเป็นกลุ่มที่มีอัตราการติดยาเสพติดหรือเสี่ยงต่อการติดยาเสพติดมากกว่ากลุ่มอื่น และจากข้อมูลของผู้วิจัยได้ค้นคว้ามาพบว่า เยาวชนที่อยู่ในภาวะวิกฤตอายุระหว่าง 15-18 ปี ที่เคยมีประวัติในการเข้าไปเสพยาเสพติดมีความเสี่ยงต่อการเข้าไปเสพยาเสพติดซ้ำมากกว่าเยาวชนทั่วไป เนื่องจากประสบกับภาวะวิกฤตในชีวิตและหาทางออกในการแก้ปัญหาด้วยวิธีการเสพยาซ้ำเหมือนเดิม และสาเหตุสำคัญอีกประการคือ เยาวชนเหล่านี้ขาดภูมิคุ้มกันทางใจ ทำให้อ่อนไหวต่อคำชักชวนต่างๆ ได้ง่ายและไม่มีกำลังใจในการเผชิญกับอุปสรรคในชีวิตจึงหาทางออกด้วยการพึ่งพายาเสพติด (สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ, 2551) ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดลองกับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่อาศัยในชุมชนคลองเตยจำนวน 60 คน ซึ่งดำเนินการพัฒนาโปรแกรมโดยใช้หลักการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) เนื่องจากพื้นที่ที่เข้าทำวิจัยในครั้งนี้เป็นชุมชนที่ต้องใช้ความร่วมมือกันระหว่างประชาชนในพื้นที่ ผู้นำชุมชน และผู้วิจัยในการเสริมสร้างความรู้ และภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดขึ้นกับเยาวชน ถือเป็นการพัฒนาชุมชนไปในทางที่ดีขึ้นร่วมกับการจัดการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์โดยใช้กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) เนื่องจากเป้าหมายที่ต้องการในงานวิจัยชิ้นนี้คือ การที่กลุ่มเยาวชนได้มีการเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ใหม่จากมโนทัศน์เดิมที่ผิด การไม่หลงเชื่อคำชักชวนที่ชักนำไปในทางที่ไม่เหมาะสม การรู้จักตรวจสอบตนเอง มีการไตร่ตรอง และวิเคราะห์อย่างมีเหตุมีผล และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากภายในโดยใช้เทคนิคการแก้ปัญหา (Problem-Solving) ตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) เนื่องจากการที่จะให้เยาวชนแก้ปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตได้นั้น ต้องมีการกระตุ้นให้เยาวชนมีการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ เพื่อหาทางแก้ไขหรือทางออกที่ดีที่สุด ดังนั้นแนวคิดหลักทั้ง 3 แนวคิดนี้จึงสามารถเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดแก่เยาวชนกลุ่มเสี่ยงได้ในการดำรงชีวิตท่ามกลางความสับสนเสี่ยงต่อวงจรของยาเสพติด ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดดังกล่าวมาเป็นกรอบแนวคิดและเนื้อหาสาระในการสร้างแผนการเรียนรู้ จากการค้นคว้าข้อมูลพบว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเยาวชน การป้องกันและปราบปรามปัญหาเสพยาเสพติด และงานวิจัยด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียนยังไม่มีผู้ใดเคยจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจด้วยการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ พฤติกรรมและมีการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบขึ้น โดยหน่วยงานส่วนใหญ่จะเน้นการบำบัด พื้นฟูเยาวชนที่ติดยาเสพติดไม่ให้เกิดกลับมาเสพยาซ้ำ การส่งเสริมอาชีพในเยาวชนเพื่อเสริมรายได้ของครอบครัว ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพื่อไม่ให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด การให้ความรู้กับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำและการให้ความรู้กับผู้ปกครองซึ่งมักเป็นการแก้ปัญหาเมื่อเยาวชนได้เข้าไปสัมผัสและทดลองใช้ยาเสพติดแล้ว ดังนั้นเพื่อเป็นการลดอัตราเสี่ยงต่อการที่เยาวชนจะเข้าไปติดยา

เสพติดอีกจึงต้องมีการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดกับเยาวชนเพราะภูมิคุ้มกันที่เกิดขึ้นเป็นการเพิ่มความมั่นคงและความเข้มแข็งทางจิตใจ เนื่องจากผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าปัจจัยภายนอก บุคคลรอบข้าง และปัญหาที่เป็นอุปสรรคในชีวิตเอื้อต่อการกลับเข้าไปเสพยาเสพติดซ้ำของเยาวชนกลุ่มเสี่ยง ดังนั้นในการปรับสภาพแวดล้อมและการให้การศึกษาคนในชุมชนเป็นปัญหาที่ต้องร่วมมือกับทุกฝ่าย ทั้งภาครัฐและเอกชนและต้องใช้งบประมาณสูงซึ่งการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจึงควรเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้เกิดกับเยาวชนเป็นสำคัญ เพราะไม่ว่าเยาวชนจะอยู่ในสภาพแวดล้อมแบบใด เฉกฉุยกับปัญหาร้ายแรงเพียงใด ถ้ามีภูมิคุ้มกันที่ดี มีทัศนคติ ความเชื่อที่ถูกต้อง มีการแก้ปัญหาที่เป็นระบบ เยาวชนดังกล่าวก็จะไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดอีก

การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจโดยใช้แนวคิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) เน้นการปรับเปลี่ยนความเชื่อเดิมที่ไม่ถูกต้อง และสร้างความเชื่อใหม่โดยปรับให้เข้ากับการดำเนินชีวิต และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) เน้นการมีกระบวนการทางปัญญาที่เหมาะสม มีการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง เป็นระบบ มีขั้นตอนที่ชัดเจน ซึ่งทั้ง 2 แนวคิดนี้มีจุดเน้นที่เหมือนกันคือ การเปลี่ยนแปลงอย่างยั่งยืนของบุคคล กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) ก่อให้เกิดการสะท้อนความคิดอย่างวิพากษ์ซึ่งนำไปสู่การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ ซึ่งเริ่มจากการตั้งปัญหาและนำไปสู่การกระทำ เช่นเดียวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) โดยเชื่อว่ากระบวนการทางปัญญาส่งผลต่อพฤติกรรมภายนอก ดังนั้นการบำบัดโดยการแก้ปัญหาถือเป็นการฝึกควบคุมตนเอง ซึ่งเริ่มจากการทำความเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นและสิ้นสุดโดยการแก้ปัญหา ทั้งนี้การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้เกิดกับเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยงคือ การเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ซึ่งแนวคิดทั้ง 2 แนวคิดสามารถเป็นแนวทางให้กับเยาวชนมีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง มีพฤติกรรมที่เหมาะสม เพราะเมื่อเยาวชนเผชิญกับปัญหาหรือวิกฤติแล้วมีวิธีคิดที่ถูกต้อง มีการไตร่ตรองอย่างมีเหตุผล และเลือกวิธีการแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง นั่นคือ การมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจและสามารถควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจได้ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จและเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตของตนเองได้ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยสามารถแสวงหาโอกาสและสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ รวมถึงการมีความสามารถในการปรับตัว ผู้วิจัยจึงเลือกแนวคิดดังกล่าวในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจให้กับเยาวชนกลุ่มเสี่ยง โดยเป้าหมายคือเยาวชนที่เสี่ยงต่อการกลับมาเสพยาเสพติดซ้ำ เนื่องจากมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการถูกชักนำไปในทางที่ไม่เหมาะสม เยาวชนกลุ่มนี้จึงควรได้รับการดูแลและเสริมสร้างทักษะ ภูมิคุ้มกัน และหลักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องมากกว่ากลุ่มอื่น และการเสริมสร้างต้องมีความยั่งยืน เพื่อให้เยาวชนสามารถยืนหยัด และดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนและสังคมโดยไม่พึ่งพายาเสพติด

แนวคิดในการจัดแผนการเรียนรู้

การจัดแผนการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาของ Boyle (1981) มาใช้เป็นกรอบในการสร้างโปรแกรมและดำเนินกิจกรรมตามขั้นตอน 8 ขั้นตอน โดยในขั้นตอนของการสร้างแผนการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้สังเคราะห์กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ ของ

Mezirow (1991) 10 ขั้นตอน และการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) 5 ขั้นตอน มาใช้ในขั้นตอนดังกล่าว

การสร้างแผนการเรียนรู้ในขั้นตอนที่ 5 ของ Boyle (1981) ประกอบด้วย 1) วัตถุประสงค์ 2) กลุ่มผู้เรียน 3) ผู้ดำเนินโปรแกรม 4) เนื้อหาสาระ 5) กิจกรรมการเรียนรู้ 6) แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้ 7) การประเมินผล และ 8) สภาพแวดล้อม

กระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของ Mezirow (1991) ประกอบด้วย 1) เกิดความรู้สึกไม่พอใจต่อสถานการณ์ที่เผชิญอยู่หรือภาวะวิกฤตของชีวิต 2) ตรวจสอบตนเอง 3) ประเมินตนเองเชิงวิพากษ์ 4) แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมที่คล้ายกัน 5) สำรวจทางเลือก/บทบาทใหม่ให้กับตัวเอง 6) วางแผนการปฏิบัติ 7) ค้นหาความรู้และทักษะที่จะนำไปใช้ตามแผนที่วางไว้ 8) ทดลองปฏิบัติตามแผน 9) พัฒนาสมรรถภาพและความเชื่อมั่นในตนเองในบทบาทใหม่ และ 10) บูรณาการวิถีชีวิตให้เข้ากับมโนทัศน์ใหม่

แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาโดยใช้เทคนิคการแก้ปัญหาของ D'Zurilla & Goldfried (1985) ประกอบด้วย 1) ทำความเข้าใจในปัญหา 2) กำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย 3) เสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาหลายๆทาง 4) ตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด และ 5) ดำเนินการแก้ปัญหาและประเมินผลที่เกิดขึ้น

1. วัตถุประสงค์

เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

2. กลุ่มผู้เรียน

เด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในชุมชนคลองเตย อายุ 15-18 ปีที่เคยมีประวัติในการเสพยาเสพติดและมีโอกาสเสี่ยงในการกลับไปเสพยาซ้ำ

3. ผู้สอน

ผู้วิจัยและวิทยากรที่มีประสบการณ์ในด้านการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ และผู้ที่มีประสบการณ์ด้านยาเสพติด

4. เนื้อหาสาระ

เนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ประกอบด้วย

4.1 การเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ โดยต้องมีความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

4.2 การเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ โดยต้องมีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

4.3 การเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ โดยต้องมีความสามารถในการระบุสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

5. กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นตอนของกิจกรรมการเรียนรู้เป็นการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์และแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน และขั้นนำ ดังนี้

ขั้นนำ กิจกรรมสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรม

ขั้นตอนที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

ขั้นตอนที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรม และเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต โดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม

6. แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้

6.1 แหล่งความรู้ที่มีความสอดคล้องกับเนื้อหา ได้แก่ นักจิตวิทยาวัยรุ่น วิทยากรผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับยาเสพติด วิทยากรผู้ที่มีความเชี่ยวชาญในการจัดกิจกรรมยาเสพติด

6.2 สื่อการเรียนรู้ ได้แก่ ใบงาน ใบความรู้ ภาพยนตร์/มิวสิควีดีโอ เครื่องมือ และอุปกรณ์ในการปฏิบัติงาน

7. การประเมินผล

7.1 การประเมินผลก่อนการเรียนรู้ ได้แก่

7.1.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

7.1.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2 การประเมินผลหลังการเรียนรู้ ได้แก่

7.2.1 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ

7.2.2 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2.3 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

7.2.4 แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

8. สภาพแวดล้อม

8.1 สถานที่ในการจัดกิจกรรม คือ ที่ทำการชุมชนล๊อค 4-5-6

8.2 สิ่งอำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรม ได้แก่ แสงสว่างที่เพียงพอ แก้วน้ำ โต๊ะ โทรทัศน์ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการจัดกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ผู้วิจัยจัดทำแผนการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบ คือ วัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการสอน และการประเมินผลกลุ่มผู้เรียน โดยมีรายละเอียดดังนี้



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางที่ 41 รายละเอียดโปรแกรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
- เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ ความคุ้นเคย และให้ผู้เข้าร่วมรู้จักกันและกันมากขึ้น	ชั้นนำ กิจกรรมฉลากตัวเอง/กิจกรรม ฉลากพฤติกรรม - ผู้วิจัยให้ผู้เรียนแต่ละคนเขียนสิ่งที่บ่งบอกลักษณะของตัวเอง เช่น ชื่อชั้นต้น ด้วยตัวอักษรอะไร ผมทรงอะไร ลักษณะโดดเด่นบนใบหน้า เป็นต้น เมื่อเขียนเสร็จแล้วให้ผู้วิจัยรวบรวมกระดาษฉลากทั้งหมดใส่กล่อง - ให้ผู้เข้าร่วมเดินออกมาหยิบกระดาษคนละใบ เมื่อเปิดอ่านข้อความให้หาบุคคลที่เป็นเจ้าของในกระดาษนั้น หากผิดคน ให้คนที่ถูกทายผิดออกมาช่วยตามหาบุคคลในกระดาษด้วย เพื่อให้ผู้เข้าร่วม รู้จักกันมากขึ้น	1. กระดาษ A 5 2. ปากกา	- สังเกตพฤติกรรม การมีส่วนร่วม ของผู้เรียน
- เพื่อให้ผู้เรียนพิจารณาปัญหาที่นำไปสู่วิกฤตของชีวิต และวิเคราะห์สาเหตุ	ขั้นที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหา และภาวะวิกฤต โดยพิจารณา สถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัย การวิพากษ์วิจารณ์ - ผู้เรียนพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองที่ถือได้ว่าเป็นภาวะวิกฤตของชีวิต ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา และวิธีการ	1. กระดาษ 2. ปากกา 3. ใบความรู้ “ภาวะวิกฤต เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตคน (To be human is t	- สังเกตพฤติกรรม ของผู้เรียนในการมีส่วนร่วม ร่วมจากการเล่า ประสบการณ์ และการตั้ง

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
	<p>จัดการกับวิกฤตดังกล่าว โดยเขียนใส่กระดาษที่มอบหมายให้ จากนั้นให้แต่ละคนออกมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่าประสบการณ์ครั้งนี้ว่า ทุกคนย่อมมีวิกฤตและปัญหาในชีวิตและแนะนำวิธีการแก้ปัญหาให้กับผู้เข้าร่วมที่หาทางออกที่ไม่ถูกต้อง</p> <ul style="list-style-type: none"> - ผู้เรียนวิเคราะห์ตนเองในพฤติกรรมด้านลบที่เคยผ่านมา รวมถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด โดยวิเคราะห์ถึงสาเหตุของการแสดงออกของพฤติกรรมดังกล่าว และให้ผู้เรียนทำกันช่วยกันเสนอแนะพฤติกรรมที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมเพื่อให้แต่ละคนนำไปพัฒนาตนเอง - ผู้วิจัยแจกใบความรู้พร้อมทั้งบรรยายให้ผู้เรียนได้ตระหนักรู้ถึงภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิต บทบาทของชุมชน ผลกระทบต่างๆที่ส่งผลเสียต่อความสมดุลทางอารมณ์และจิตใจ และผลกระทบต่อสังคมโดยรวม 	(To be human is to experience crisis)”	<p>ข้อคำถาม และการตั้ง ข้อคำถาม</p>
<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้ผู้เรียนร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ผ่านมา ร่วมกัน (ประสบการณ์ 	<p>ขั้นที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน พร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต</p> <ul style="list-style-type: none"> - ผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับคู่กันเพื่อเล่าประสบการณ์ที่ผ่านมาของกันและกัน โดยแต่ละคู่ต้องรับฟังกันให้ได้มากที่สุด จากนั้นให้คู่ของแต่ละคนวาดภาพ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. กระดาษ 2. ดินสอสี 	<ul style="list-style-type: none"> - สังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนในการมีส่วนร่วม

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
ในการเคยใช้สารเสพติด ประสบการณ์ เลวร้ายในครอบครัว เป็นต้น)	ประสบการณ์ที่สื่อถึงเรื่องที่คุณของตัวเองเล่า แล้วออกมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง โดยภาพต้องสื่อให้เห็นเรื่องราว และความหมาย กลุ่มใหญ่ร่วมกันเสนอแนวทางการแก้ปัญหาที่เหมาะสมในสถานการณ์นั้นๆ		ร่วมจากการอภิปรายและการเสนอแนะ
- เพื่อให้ผู้เรียนวางแผน และพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาชีวิต โดยการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ	<p>ขั้นที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา</p> <p>- ผู้วิจัยบรรยายถึงความหมายและความสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถรับมือกับวิกฤตต่างๆในชีวิตได้ รวมถึงองค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 ด้าน (พลังฮึด พลังฮึด พลังสู้) ที่ผู้เรียนต้องนำมาปฏิบัติเพื่อช่วยในกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวหลังจากเจอวิกฤตและเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมซักถามข้อสงสัย โดยผู้วิจัยต้องตอบทุกประเด็นเพื่อความชัดเจนและความเข้าใจของผู้เข้าร่วม</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ใบความรู้ “ภูมิคุ้มกันทางใจ” 2. ใบความรู้ “พลังฮึด ฮึดสู้” 3. ปากกา 	<p>- สังเกตพฤติกรรม การมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการรับฟังการบรรยาย และการซักถามข้อสงสัย</p>
- เพื่อให้ผู้เรียนตัดสินใจเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการหาทางออกจากวิกฤต และค้นหาทักษะที่ ต้อง ใช้ ในการแก้ปัญหาชีวิต	<p>ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรมและเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา</p> <p>- ผู้วิจัยให้ผู้เรียนเลือกปัญหาในชีวิตของตนเอง 1 ปัญหา รวมถึงระบุแนวทางในการแก้ปัญหาโดยใช้องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจเป็นทักษะที่ช่วยหาทางออกให้กับปัญหาดังกล่าว จากนั้นนำ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. กระดาษ 2. ปากกา 	<p>- สังเกตพฤติกรรม การมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการนำเสนอ การตอบคำถาม และการเสนอแนะ</p>

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
	เสนอต่อกลุ่มใหญ่เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนและให้ข้อเสนอแนะ		
<p>- เพื่อให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด</p> <p>- เพื่อให้ผู้เรียนตระหนักถึงผลกระทบจากการขาดความมั่นคงทางจิตใจ มีความอ่อนไหวง่าย ทำให้เลือกทางออกในการแก้ปัญหาที่ผิด</p>	<p>ชั้นที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต โดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม</p> <p>ประกอบด้วยกิจกรรม 13 กิจกรรม ดังนี้</p> <p>1. กิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ 4 กิจกรรม</p> <p>1.1 กิจกรรมเรียนรู้จากความผิดพลาด</p> <p>- ผู้วิจัยเชิญวิทยากรที่เคยประสบปัญหาชีวิตและหันไปพึ่งพยาเสพติดมาบรรยายให้ผู้เรียนฟังถึงการตัดสินใจแก้ปัญหาที่ผิดพลาด และการขาดพลังยึดในการดำรงชีวิต จากนั้นให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัยหรือขอคำแนะนำจากวิทยากร</p> <p>- ผู้เรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน ร่วมกันแสดงความคิดเห็นจากประสบการณ์ที่ได้รับฟัง</p>	<p>1. ใบงานกิจกรรม “เรียนรู้จากควาผิดพลาด”</p> <p>2. ปากกา</p> <p>1. จอ LCD</p> <p>2. ละคร</p> <p>3. ใบความรู้ “เรื่องน้ำพุ”</p> <p>4. ใบงานกิจกรรม “บทเรียนจากยาเสพติด”</p> <p>5. ปากกา</p>	<p>- สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมของผู้เรียน การตอบคำถาม การอภิปราย และการนำเสนอ</p>

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>- เพื่อให้ผู้เรียนเห็นผลของการขาดพลังอึดในการจัดการกับความเครียดและอารมณ์ของตนเอง ผลเสียต่อร่างกายจิตใจ และคนรอบข้าง</p> <p>- เพื่อให้ผู้เรียนได้มีการวิเคราะห์และตรวจสอบพฤติกรรมที่ผ่านมาของตนเองที่ขาดพลังอึด ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์และจิตใจ</p> <p>- เพื่อให้ผู้เรียนคิดหาทางออกด้วยพลังอึดเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ชักนำไปสู่การหาทางออกด้วยการเสพยาเสพติด ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจการกระทำที่แสดงออกถึง</p>	<p>1.2 กิจกรรมบทเรียนจากยาเสพติด</p> <p>- ผู้เรียนดูละครเรื่อง “น้ำพุ” บางตอนที่ตัวละครประสบปัญหาครอบครัวและหันไปพึ่งพ่ายาเสพติด การขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ จากนั้นร่วมกันอภิปรายกลุ่มถึงพฤติกรรมของตัวละคร “น้ำพุ” พร้อมทั้งตอบคำถามตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย จากนั้นผู้วิจัยให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมานำเสนอความคิดเห็นของกลุ่มที่ได้จากละคร พร้อมทั้งสรุปข้อคิดที่ได้</p> <p>1.3 กิจกรรมเล่าสู่กันฟัง</p> <p>- ผู้เรียนตรวจสอบตนเองถึงพฤติกรรมที่ผ่านมาที่ขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ขาดความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ</p> <p>- แบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คนเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน โดยให้แต่ละกลุ่มเลือกพฤติกรรม 1 พฤติกรรม แล้วออกมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง รวมถึงแสดงความคิดเห็นว่าพฤติกรรมนั้นๆ ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร</p> <p>1.4 กิจกรรมภัยใกล้ตัว</p> <p>- ผู้เรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์จำลอง 3 สถานการณ์ ดังนี้</p> <p><u>กลุ่ม 1:</u> ผู้เรียนอยู่ในครอบครัวที่พ่อติดเหล้า แม่ติดการพนัน และมีการทะเลาะเบาะแว้งกันทุกวัน ถ้าผู้เรียนมีความ</p>	<p>1. จอ LCD</p> <p>2. ละคร</p> <p>3. ใบความรู้ “เรื่องน้ำพุ”</p> <p>4. ใบงานกิจกรรม “บทเรียนจากยาเสพติด”</p> <p>1. ใบงานกิจกรรม “เล่าสู่กันฟัง”</p> <p>2. ปากกา</p> <p>1. ใบงานกิจกรรม “ภัยใกล้ตัว”</p> <p>2. ปากกา</p>	

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>การมีพลังยึดมั่นมากขึ้น และรู้จักการแก้ปัญหาได้ดีขึ้น</p>	<p>มั่นคงในจิตใจจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <p><u>กลุ่ม 2:</u> ผู้เรียนอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่นัดกันโดดเรียนเพื่อไปลองเสพยา ถ้าผู้เรียนมีความมั่นคงในจิตใจจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <p><u>กลุ่ม 3:</u> ผู้เรียนโดนเพื่อนล่อว่าเป็นตุ๊ดเพราะสูบบุหรี่ไม่เป็น ถ้าผู้เรียนมีความมั่นคงในจิตใจจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้แต่ละกลุ่มแสดงความคิดเห็นจากสถานการณ์จำลองทั้ง 3 สถานการณ์ 		
<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้กำลังใจผู้เรียนทุกคนที่กำลังเผชิญวิกฤตที่เลวร้าย นอกจากนี้ยังทำให้ผู้เรียนได้ข้อคิด มีกำลังใจ และมีแรงในการฮึดสู้ต่อไป - เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักการให้กำลังใจคนอื่น และความรู้สึกจากการได้รับกำลังใจจากคนรอบข้าง ทำให้ผู้เรียนไม่รู้สึกโดดเดี่ยวว่าเหว่จากการต้อง 	<p>2. กิจกรรมการเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ 4 กิจกรรม</p> <p>2.1 กิจกรรมกำลังใจที่ดีสร้างได้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ผู้วิจัยเชิญวิทยากร มาบรรยายเรื่อง " การสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความเชื่อมั่นในตนเอง " เพื่อสร้างศรัทธาและความเชื่อให้กับผู้เรียนว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงได้ และสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ - ผู้เรียนซักถามข้อสงสัยหรือข้อคำแนะนำจากวิทยากร และร่วมเสวนากลุ่มถึงข้อคิดที่ได้จากการบรรยายในครั้งนี้ <p>2.2 กิจกรรม Give & Take</p> <ul style="list-style-type: none"> - ผู้เรียนเขียนเล่าเหตุการณ์ที่รู้สึกทุกข์และไม่สบายใจในขณะนี้ที่ทำให้ท้อแท้และขาดความมุ่งมั่นและความหวังในชีวิต โดยต้องจำตัวเลขมุมบนขวาของใบงานที่แต่ละคนได้รับ จากนั้นผู้วิจัยรวบรวมใบงานทั้งหมดแล้วแจกจ่ายให้กับผู้เรียนทุกคน โดยทุกคน 	<ul style="list-style-type: none"> 1. ใบความรู้ " การสร้างกำลังใจให้ตนเอง " 2. ใบงานกิจกรรม "กำลังใจที่ดีสร้างได้" 3. ปากกา <ul style="list-style-type: none"> 1. ใบงาน 2. ปากกา 	

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>เผชิญปัญหาเพียงลำพัง</p> <p>- เพื่อสร้างพลังศรัทธา และ พลังฮึดในตัวผู้เข้าร่วมให้เกิดความศรัทธาในตัวเองเชื่อมั่นในสิ่งที่กระทำและมีพลังฮึดในการก้าวผ่านอุปสรรคต่างๆ</p> <p>- เพื่อให้ผู้เรียนฝึกสำรวจและให้กำลังใจตัวเอง และบอกกล่าวความรู้สึกกับบุคคลอื่น</p>	<p>ห้ามได้ใบงานของตัวเอง แล้วให้แต่ละคนเขียนให้กำลังใจหรือวิธีการแก้ปัญหาในความคิดของตนเองตามเหตุการณ์ในแต่ละใบงานที่ได้รับ โดยต้องเขียนคำพูดเชิงบวก และข้อคิดเชิงบวกเท่านั้น เมื่อแจกใบงานคืนกลับไปให้เจ้าของ ให้แต่ละคนออกมาอ่านความทุกข์ของตนเองและกำลังใจจากเพื่อนที่ได้รับให้กลุ่มใหญ่ฟัง</p> <p>2.3 กิจกรรมศรัทธาไม่มีข้อ</p> <p>- ผู้เรียนดูและฟังมิวสิควิดีโอเพลง “ศรัทธา” ของศิลปินวง หิน เหล็ก ไฟ โดยเนื้อเพลงจะส่งเสริมให้คนไม่ท้อถอยกับปัญหา มีกำลังใจที่ดี และมีความมุ่งมั่นและความหวังในชีวิตของตนเอง จากนั้นให้ผู้เรียนอภิปรายกลุ่ม กลุ่มละ 6 คนถึงแง่คิดที่ได้รับจากเพลงนี้ และคำหรือประโยคที่โดนใจ พร้อมเหตุผล</p> <p>- ผู้วิจัยให้ผู้เรียนระดมสมองถึงอุปสรรคที่คอยขัดขวางการสร้างความสำเร็จในความสำเร็จให้กับตัวเอง พร้อมนำเสนอเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกันกับกลุ่มใหญ่</p> <p>2.4 กิจกรรมนี้แหละตัวฉัน</p> <p>- ผู้วิจัยเปิดคำถามถามผู้เรียนว่า ในแต่ละวันผู้เรียนเคยมีช่วงเวลาสำรวจตัวเองบ้างหรือไม่ จากนั้นให้ร่วมพูดคุยกันในกลุ่มใหญ่ โดยจับคู่กันทำกิจกรรมตามใบงาน และให้แต่ละคู่อ่านความรู้สึกของตนเองให้กลุ่มใหญ่ฟัง ผู้วิจัยร่วม</p>	<p>1. Notebook</p> <p>2. มิวสิควิดีโอ</p> <p>3. ใบงานกิจกรรม “ศรัทธาไม่มีข้อ”</p> <p>4. ปากกา</p> <p>1. ใบงานกิจกรรม “นี่แหละตัวฉัน”</p> <p>2. ปากกา</p> <p>3. กล่องไปรษณีย์ใจ</p>	

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>- เพื่อให้ผู้เรียนมีพลังสู่ในการดำเนินชีวิต และเผชิญกับปัญหาต่างๆ ทำให้ตระหนักว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ</p> <p>- เพื่อให้ผู้เรียนฝึกทักษะการปฏิเสธเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยง</p>	<p>อภิปรายข้อคิดที่ได้รับจากกิจกรรม</p> <p>- แจกกระดาษให้ผู้เรียนเขียนเรื่องที่ไม่อยากบอกแต่ไม่ต้องการเล่าในห้อง โดยให้ใส่กล่องไปรษณีย์ใจ จากนั้นให้ผู้วิจัยเขียนตอบเป็นการส่วนตัวหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม</p> <p>3. กิจกรรมการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ 5 กิจกรรม</p> <p>3.1 กิจกรรมชีวิตต้องสู้</p> <p>- ผู้เรียนดูภาพยนตร์เรื่อง “The pursuit of Happiness” หลังจากดูจบให้ตอบคำถามตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย จากนั้นสุ่มผู้เรียน 5 คนออกมาสอบถามข้อคิดที่ได้รับจากภาพยนตร์เรื่องนี้</p> <p>- ผู้วิจัยสรุปแง่คิดจากภาพยนตร์เกี่ยวกับความกล้าในการเผชิญปัญหาความสามารถในการแสวงหาโอกาสและสัมพันธภาพใหม่ๆ และการปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ให้ผู้เข้าร่วมฟัง</p> <p>3.2 กิจกรรมชวนลอง</p> <p>- ผู้เรียนอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ชวนลอง” จากนั้นร่วมกันอภิปรายกลุ่มตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย จากนั้นผู้วิจัยแจกใบความรู้ “การเจรจาเพื่อปฏิเสธเมื่อถูกรุกเร้าหรือสร้างแรงกดดัน” และให้ตัวแทนกลุ่มออกมาสรุปข้อคิดที่ได้- ผู้วิจัยสรุปแนวคิดจากกิจกรรม โดยเป็นการเสริมสร้างความกล้าในการเผชิญปัญหาและการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ</p>	<p>1. จอ LCD</p> <p>2. VCD ภาพยนตร์เรื่อง “The pursuit of Happiness”</p> <p>3. ใบงานกิจกรรม “ชีวิตต้องสู้”</p> <p>4. ปากกา</p> <p>1. ใบความรู้ “การเจรจาเพื่อปฏิเสธเมื่อถูกรุกเร้าหรือสร้างแรงกดดัน”</p> <p>2. ใบงานกิจกรรม “ชวนลอง”</p>	

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>- เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักคิดฝึกตัดสินใจ และฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เมื่อถูกชักชวนไปในทางที่ไม่ถูกต้อง</p> <p>- เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฝึกปฏิบัติ และฝึกทักษะในการพูดอย่างประนีประนอม รวมถึงสามารถอธิบายผลดี-ผลเสียจากการปฏิเสธในสถานการณ์นั้นๆได้</p> <p>- เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการปรับตัวเข้ากับกฎเกณฑ์ใหม่ๆ หรือสถานการณ์ใหม่ๆ ที่มี การเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เป็นพลวัตรฝึกให้เกิดพลังสู่ในการดำรงชีวิตในสังคม</p>	<p>3.3 กิจกรรมเธอจะอย่างไร</p> <p>- ผู้เรียนสนทนากลุ่มถึงประสบการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวันที่ไม่สามารถตัดสินใจหรือแก้ปัญหาได้ จากนั้นสุ่มผู้เรียน 5 คน ออกมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง และให้ช่วยกันแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ</p> <p>- ผู้เรียนฟังกรณีศึกษา แล้วให้ฝึกการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาตามหัวข้อในใบกิจกรรม ผู้วิจัยร่วมกันสรุปวิธีการและแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม</p> <p>3.4 กิจกรรมสิ่งที่ฉันปฏิเสธ</p> <p>- ผู้วิจัยบรรยายถึงการปฏิเสธอย่างประนีประนอม และให้ผู้เรียนทำกิจกรรมตามที่ได้รับมอบหมายในใบงาน จากนั้นร่วมกันอภิปรายถึงผลดี / ผลเสียจากการปฏิเสธเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์เฉพาะหน้า ผู้วิจัยสรุปแนวคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม</p> <p>3.5 กิจกรรมไฟหมუნวน</p> <p>- ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน โดยผลัดกันเล่นเกมทุกกลุ่มจนครบเล่นครั้งละ 4 กลุ่ม</p> <p>- แจกไฟทั้ง 4 กลุ่ม กลุ่มละ 1 สำหรับโดยใช้เฉพาะ A-10 โดยในแต่ละกลุ่มจะมีกติกาการเล่นเขียนในกระดาษวางไว้ ซึ่งแต่ละกลุ่มจะมีกติกาการเล่น</p>	<p>3. ปากกา</p> <p>1. ใบความรู้ “ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา”</p> <p>2. ใบงานกิจกรรม “เธอจะทำอย่างไร”</p> <p>3. ปากกา</p> <p>1. ใบความรู้ “การปฏิเสธอย่างประนีประนอม”</p> <p>2. ใบงานกิจกรรม “สิ่งที่ฉันปฏิเสธ”</p> <p>3. ปากกา</p> <p>1. ไฟ 4 สำหรับ</p> <p>2. ใบงานกติกาการเล่นกิจกรรม “ไฟหมუნวน”</p>	

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>- เพื่อปรับเปลี่ยนมโนทัศน์เดิมของผู้เรียน</p>	<p>ที่ไม่เหมือนกัน</p> <p>กลุ่ม 1: แจกไฟตามเข็มนาฬิกา A แต้้มสูงสุด 10 แต้้มต่ำสุด</p> <p>กลุ่ม 2: แจกไฟทวนเข็มนาฬิกา A แต้้มต่ำสุด 10 แต้้มสูงสุด</p> <p>กลุ่ม 3: แจกไฟตามเข็มนาฬิกา ดอกจิก แต้้มสูงสุด โปดำ แต้้มต่ำสุด</p> <p>กลุ่ม 4: แจกไฟทวนเข็มนาฬิกา ดอกจิก แต้้มต่ำสุด โปดำ แต้้มสูงสุด</p> <p>- แจกไฟให้กับทุกคนในกลุ่ม คนละ 2 ใบ ให้ทุกคนเปิดไฟ แล้วรวมแต้้มที่ได้ ใครที่ได้แต้้มสูงสุดจะเป็นผู้ชนะ โดยผู้ชนะจะต้องหมุนไปเล่นกลุ่มอื่นเรื่อยๆ ประมาณ 3-4 รอบ</p> <p>- เมื่อจบเกม ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรม ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้เรียนรู้จักปรับตัวให้เข้ากับกฎเกณฑ์ใหม่ๆ ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน</p> <p>4. กิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์</p> <p>- กิจกรรมการวิพากษ์อย่างมีเหตุมีผลจากการแลกเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เรียนแต่ละคนที่ผ่านมา โดยให้ทุกคนฝึกแสดงออกทางคำพูด ตั้งคำถามที่ทำทนาย และขัดแย้งกับพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติมา เพื่อให้ผู้เรียนรู้ว่าพฤติกรรมเดิมอาจไม่สอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบันอีกต่อไปโดย</p>	<p>1. จัดโต๊ะเป็นวงกลม</p> <p>2. กระดาษ</p> <p>3. ปากกา</p> <p>4. สมุดบันทึก</p>	

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
	<p>ผู้วิจัยต้องชี้ให้เห็นความแตกต่างของพฤติกรรมเดิมที่ขาดภูมิคุ้มกันทางใจ และพฤติกรรมใหม่ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจให้ผู้เรียนเห็นได้อย่างชัดเจน</p> <p><u>การระดมสมอง</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - แบ่งผู้เรียนออกเป็น 6 กลุ่ม เพื่อช่วยกันระดมสมองและสรุปลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ โดยนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมร่วมกัน และการผ่านกระบวนการสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง และร่วมกันสรุปลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ โดยผู้เรียนสามารถนำเสนอความคิดได้อย่างอิสระ - ผู้วิจัยสรุปประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการระดมสมองว่าคุณลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจในแต่ละองค์ประกอบมีลักษณะอย่างไร <p><u>การสนทนากลุ่ม</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คน ร่วมกันสนทนาหาวิธีการในการแก้ปัญหาชีวิตโดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด ทั้งนี้ให้นำลักษณะของภูมิคุ้มกันทางใจที่ได้ผ่านการวิพากษ์และเรียนรู้เบื้องต้นมาใช้ในการดำเนินชีวิต 		

ตารางที่ 41 (ต่อ)

จุดประสงค์การเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การประเมินผล
<p>- เพื่อให้ผู้เรียนนำความรู้เรื่องภูมิคุ้มกันทางใจไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต</p>	<p>การนำไปปฏิบัติและส่งบันทึก</p> <p>- ผู้วิจัยให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้และแนวทางในการปฏิบัติตัวใหม่ไปใช้ในการดำรงชีวิต โดยผู้วิจัยทำการติดตามและสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนเป็นระยะเวลา 2 เดือน โดยผู้เรียนต้องมาพบผู้วิจัยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เพื่อพูดคุยแลกเปลี่ยนถึงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป</p>	<p>1. สมุดบันทึก 2. ปากกา</p>	

ตารางที่ 42 จำนวนระยะเวลาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

กิจกรรมที่จัด	ชั่วโมงที่	จำนวนชั่วโมง
1. ผู้เรียนพบวิทยากรเพื่อสร้างความคุ้นเคย และแจ้งกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งการทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจและการวัดทัศนคติของผู้เรียนด้วยแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจ การสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลก่อนเข้าร่วมกิจกรรม การทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรมของผู้เรียน	1-8	8
2. หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 การทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต โดยพิจารณาสถานการณ์ที่เป็นวิกฤต ตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองโดยอาศัยการวิพากษ์วิจารณ์	9-13	5
3. หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ โดยให้กลุ่มผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันพร้อมทั้งค้นหาทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต	14-18	5
4. หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การเสนอทางเลือกและวางแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ และนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา	19-23	5
5. หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและค้นหาความรู้และทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินโปรแกรมและเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการดำเนินการแก้ปัญหา	24-28	5
6. หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 การดำเนินการทดลองและบูรณาการมโนทัศน์ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต โดยดำเนินการทดลองตามแผนที่วางไว้ และพัฒนาสมรรถภาพของกลุ่มผู้เรียนที่มีต่อบทบาทใหม่จากการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงบูรณาการวิถีชีวิตเดิมของกลุ่มผู้เรียนเข้ากับมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรม	29-80	52
- กิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ	29-43	15
- กิจกรรมการเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ	44-57	14
- กิจกรรมการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ	58-73	16
- กิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์	74-78	5

ตารางที่ 42 (ต่อ)

กิจกรรมที่จัด	ชั่วโมงที่	จำนวนชั่วโมง
7. ผู้เรียนพบผู้สอนหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกผล ติดตามและ สอบถามพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากการได้รับการเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางใจ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมถึงทำแบบประเมินผลการจัด กิจกรรม	79-102	24
รวม		102

กำหนดการการจัดกิจกรรม

วันเสาร์ที่ 5 ตุลาคม 2556

09:00 – 10:30 น.	ผู้วิจัยแนะนำโปรแกรมการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สอบถามข้อมูลส่วนบุคคลก่อนเข้าร่วมกิจกรรม
10:30 – 12:00 น.	ทำแบบประเมินก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 14:30 น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อละลายพฤติกรรมของผู้เรียน
14:30 – 15:00 น.	แจ้งกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม
15:00 – 15:30 น.	รับประทานอาหารว่าง
15:30 – 17:00 น.	บรรยายความหมายและความสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจ

วันอาทิตย์ที่ 6 ตุลาคม 2556

10:00 – 11:00 น.	ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดเกี่ยวกับการทำความเข้าใจในปัญหาและภาวะวิกฤต แบ่งกลุ่มผู้เรียน พร้อมทั้งมอบหมายชิ้นงาน
11:00 – 12:00 น.	ผู้เรียนทำกิจกรรมกลุ่ม อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม พร้อมทั้งตอบคำถามตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 14:00 น.	ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอความคิดรวบยอดของกลุ่ม พร้อมทั้งแลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างกลุ่ม
14:00 – 15:00 น.	ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรมพร้อมบรรยายความรู้ที่ได้จากกิจกรรม

กำหนดการการจัดกิจกรรม (ต่อ)

วันอาทิตย์ที่ 13 ตุลาคม 2556

10:00 – 11:00 น.	ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดเกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมายและสำรวจบทบาทใหม่ จับคู่ผู้เรียน พร้อมทั้งมอบหมายชิ้นงาน
11:00 – 12:00 น.	ผู้เรียนทำกิจกรรมโดยการวาดภาพจากกิจกรรมที่ผู้วิจัยมอบหมาย
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 14:00 น.	ผู้เรียนในแต่ละคู่ออกมานำเสนอ โดยกลุ่มใหญ่ร่วมกันเสนอแนวทาง พร้อมทั้งแลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกัน
14:00 – 15:00 น.	ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรม พร้อมเสนอแนะทางเลือกและบทบาทใหม่ที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินชีวิต

วันเสาร์ที่ 20 ตุลาคม 2556

10:00 – 12:00 น.	ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดเกี่ยวกับการวางแผนรับมือกับภาวะวิกฤตในชีวิต โดยใช้องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 ด้าน พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 14:00 น.	ผู้วิจัยแจกใบความรู้เพื่อเพิ่มความเข้าใจ และให้ผู้เรียนร่วมกันนำเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาชีวิต
14:00 – 15:00 น.	ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้รับจากการร่วมกันแสดงความคิดเห็น และตอบคำถามเพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกันในกลุ่มผู้เรียน

กำหนดการการจัดกิจกรรม (ต่อ)

วันอาทิตย์ที่ 21 ตุลาคม 2556

10:00 – 11:00 น.	ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดของการค้นหาความรู้ และทักษะที่จำเป็น พร้อมการเลือกทางเลือกที่มีประสิทธิภาพที่สุด
11:00 – 12:00 น.	ผู้เรียนเลือกปัญหาในชีวิตของตนเองรวมถึงระบุแนวทางในการแก้ปัญหาโดยใช้องค์ประกอบของภูมิคุ้มกันทางใจเป็นทักษะที่ช่วยหาทางออก
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 14:00 น.	ผู้เรียนนำเสนอแนวทางการแก้ปัญหาจากใบงานที่ได้รับมอบหมาย ต่อกลุ่มใหญ่รวมถึงแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน
14:00 – 15:00 น.	ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้รับจากการร่วมกันแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ

วันเสาร์ที่ 26 ตุลาคม 2556

09:00 – 11:00 น.	ผู้เรียนฟังวิทยากรที่เคยประสบปัญหาชีวิตและหันไปพึ่งพายาเสพติด บรรยายถึงประสบการณ์ในชีวิตที่ผิดพลาด และการขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ
11:00 – 12:00 น.	ผู้เรียนซักถามข้อสงสัยหรือขอคำแนะนำจากวิทยากร
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 16:00 น.	ผู้เรียนชมภาพยนตร์เรื่อง “น้ำพุ”
16:00 – 17:00 น.	ผู้เรียนร่วมกันอภิปรายกลุ่ม พร้อมทั้งตอบคำถามตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย ผู้วิจัยให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอความคิดเห็นของกลุ่มที่ได้จากละคร พร้อมทั้งสรุปข้อคิดที่ได้

กำหนดการการจัดกิจกรรม (ต่อ)

กิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ

วันอาทิตย์ที่ 27 ตุลาคม 2556

09:00 – 10:00 น.	ผู้วิจัยกระตุ้นให้ผู้เรียนตรวจสอบตนเองถึงพฤติกรรมที่ผ่านมาที่ขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ
10:00 – 11:00 น.	แบ่งกลุ่มผู้เรียน กลุ่มละ 6 คน เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน
11:00 – 12:00 น.	ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมาเล่าถึงพฤติกรรมที่ได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ให้กลุ่มใหญ่ฟัง
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 15:00 น.	ผู้เรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน ร่วมกันแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์จำลอง 3 สถานการณ์ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้ตามใบงาน
15:00 – 16:00 น.	ให้แต่ละกลุ่มแสดงความคิดเห็นจากสถานการณ์จำลองทั้ง 3 สถานการณ์ พร้อมทั้งร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

กิจกรรมการเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ

วันเสาร์ที่ 9 พฤศจิกายน 2556

09:00 – 11:00 น.	ผู้เรียนฟังวิทยากรบรรยายเรื่อง “การสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความเชื่อมั่นในตนเอง” เพื่อสร้างศรัทธาและกำลังใจที่ดีให้กับผู้เรียน
11:00 – 12:00 น.	ผู้เรียนซักถามข้อสงสัยหรือขอคำแนะนำจากวิทยากร
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 14:30 น.	ผู้เรียนร่วมกันทำกิจกรรม “Give & Take” ตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย
14:30 – 16:00 น.	ผู้เรียนออกมาอ่านคำปรึกษาหรือกำลังใจที่ได้รับจากเพื่อนๆ ให้กลุ่มใหญ่ฟังจากการทำกิจกรรม “Give & Take”

กำหนดการการจัดกิจกรรม (ต่อ)

กิจกรรมการเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ

วันอาทิตย์ที่ 10 พฤศจิกายน 2556

09:00 – 09:10 น.	ผู้เรียนดูและฟังมิวสิควีดีโอเพลง“ศรัทธา” ของศิลปินวง หิน เหล็ก ไฟ
09:10 – 10:00 น.	แบ่งกลุ่มผู้เรียน กลุ่มละ 6 คนเพื่อร่วมกันอภิปรายกลุ่ม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันถึงแง่คิดที่ได้รับจากเพลงนี้
10:00 – 11:00 น.	ผู้วิจัยให้ผู้เรียนร่วมกันระดมสมองถึงอุปสรรคที่คอยขัดขวางการสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จและความเชื่อมั่นในตัวเอง
11:00 – 12:00 น.	ตัวแทนกลุ่มนำเสนอเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับกลุ่มใหญ่
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 13:30 น.	ผู้วิจัยกระตุ้นให้ผู้เรียนสำรวจตัวเองถึงพฤติกรรมและการใช้ชีวิตที่ผ่านมา
13:30 – 15:00 น.	ผู้เรียนทำกิจกรรม “นี่แหละตัวฉัน” ตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย พร้อมทั้งร่วมกันอภิปรายข้อคิดที่ได้รับจากกิจกรรม
15:00 – 16:00 น.	ผู้เรียนเขียนเล่าเรื่องราวของตนเองใส่กล่องไปรษณีย์ใจ โดยผู้วิจัยจะเขียนตอบเพื่อให้ข้อเสนอแนะและคำปรึกษาเป็นการส่วนตัว

กิจกรรมการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

วันเสาร์ที่ 16 พฤศจิกายน 2556

08:00 – 11:00 น.	ผู้เรียนดูภาพยนตร์เรื่อง The pursuit of Happiness
11:00 – 12:00 น.	ผู้เรียนตอบคำถามตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย ผู้วิจัยสรุปแง่คิดจากภาพยนตร์เกี่ยวกับความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ความสามารถในการแสวงหาโอกาสและสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ และการปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ให้ผู้เข้าร่วมฟัง
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 15:00 น.	ผู้เรียนอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ชวนลอง” จากนั้นร่วมกันอภิปรายกลุ่มตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย
15:00 – 16:00 น.	ตัวแทนกลุ่มออกมาแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัยแจกใบความรู้ “การเจรจาเพื่อปฏิเสธเมื่อถูกรุกเร้าหรือสร้างแรงกดดัน” และสรุปแนวคิดจากกิจกรรม

กำหนดการการจัดกิจกรรม (ต่อ)

กิจกรรมการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

วันอาทิตย์ที่ 17 พฤศจิกายน 2556

08:00 – 09:00 น.	ผู้เรียนสนทนากลุ่มถึงประสบการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวันที่ไม่สามารถตัดสินใจหรือแก้ปัญหาได้
09:00 – 09:30 น.	สุ่มผู้เรียน 5 คน ออกมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง และให้ช่วยกันแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ
09:30 – 11:00 น.	ผู้เรียนฟังกรณีศึกษา แล้วให้ฝึกการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาตามหัวข้อในใบกิจกรรม ผู้วิจัยร่วมกันสรุปวิธีการและแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม
11:00 – 12:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
12:00 – 14:00 น.	ผู้วิจัยบรรยายถึงการปฏิเสธอย่างประนีประนอม และให้ผู้เรียนทำกิจกรรมตามที่ได้รับมอบหมายในใบงาน
14:00 – 15:30 น.	ผู้เรียนร่วมกันทำกิจกรรม “ไฟหมุนวน”
15:30 – 16:00 น.	ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรม

กิจกรรมสะท้อนความคิดเชิงวิพากษ์

วันเสาร์ที่ 23 พฤศจิกายน 2556

12:00 – 13:00 น.	ผู้เรียนวิพากษ์ร่วมกัน โดยมีการตั้งคำถาม การตอบคำถามถึงความรู้ที่ได้รับ และพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง
13:00 – 14:00 น.	แบ่งผู้เรียนออกเป็น 6 กลุ่ม เพื่อช่วยกันระดมสมองโดยวิพากษ์ความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมร่วมกัน
14:00 – 14:15 น.	รับประทานอาหารว่าง
14:15 – 15:15 น.	ผู้เรียนในแต่ละกลุ่มร่วมกันสนทนาหาวิธีการในการแก้ปัญหาชีวิต โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด
15:15 – 15:30 น.	ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้รับจากการร่วมกันแสดงความคิดเห็น
15:30 – 17:00 น.	ทำแบบประเมินหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม

วันเสาร์ที่ 30 พฤศจิกายน 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม

วันเสาร์ที่ 7 ธันวาคม 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม

วันเสาร์ที่ 14 ธันวาคม 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม

วันเสาร์ที่ 21 ธันวาคม 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม

วันเสาร์ที่ 28 ธันวาคม 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม

วันเสาร์ที่ 4 มกราคม 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม

การติดตามผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม (ต่อ)

วันเสาร์ที่ 11 มกราคม 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม

วันอาทิตย์ที่ 19 มกราคม 2556

09:00 – 10:00 น.

สัมภาษณ์คณะกรรมการชุมชนถึงพฤติกรรมโดยรวมของผู้เรียน

10:00 – 12:00 น.

พบปะพูดคุยกับผู้เรียนถึงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

กิจกรรมที่ 1

กิจกรรมฉลากตัวเอง

วัตถุประสงค์	เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ ความคุ้นเคย และให้ผู้เข้าร่วมรู้จักกันและกันมากขึ้น
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. กระดาษ A 5 2. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมแต่ละคนแนะนำตัวเองต่อกลุ่มใหญ่
2. ให้แต่ละคนเขียนสิ่งที่บ่งบอกลักษณะของตัวเอง เช่น ชื่อขึ้นต้นด้วยตัวอักษรอะไร ผมทรงอะไร ลักษณะโดดเด่นบนใบหน้า เป็นต้น เมื่อเขียนเสร็จแล้วให้ผู้วิจัยรวบรวมกระดาษฉลากทั้งหมดใส่กล่อง
3. ให้ผู้เข้าร่วมเดินออกมาหยิบกระดาษคนละใบ เมื่อเปิดอ่านข้อความให้หาบุคคลที่เป็นเจ้าของในกระดาษนั้น หากมีคน ให้คนที่ถูกทายผิดออกมาช่วยตามหาบุคคลในกระดาษด้วย เพื่อให้ผู้เข้าร่วมรู้จักกันมากขึ้น

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

ผู้เข้าร่วมแต่ละคนมีความแตกต่างกัน การที่คนมารวมกลุ่มกันทำกิจกรรมควรได้รู้จักกันมากขึ้นซึ่งการบ่งบอกลักษณะเด่นของตัวเองจะทำให้คนอื่นจำตัวเราได้ง่ายขึ้น และก่อให้เกิดความสัมพันธ์อันมิตรในการอยู่ร่วมกันเป็นทีม

การประเมินผล

จากการให้ผู้เข้าร่วมแต่ละคนทายบุคคลที่มีลักษณะในภาพให้ถูกต้อง

ใบความรู้
ภาวะวิกฤตเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตคน
To be human is to experience crisis

คนเราแต่ละคนเกิดมาด้วยต้นทุนชีวิตที่ไม่เท่ากัน บางคนมีทุกสิ่งเพียบพร้อม แต่บางคนมีชีวิตที่เรียกได้ว่าแห้งๆ วัณๆ เช่น เกิดมาพร้อมความพิการ มีโรคประจำตัว ครอบครัวยากจนต้องอดมื้อกินมื้อ เป็นเด็กกำพร้า ถูกทารุณกรรม หรืออาศัยในสลัม เป็นต้น คนเหล่านี้ต้องเผชิญความยากลำบากในชีวิตมาอย่างยาวนาน แต่พวกเขาจำนวนมากไม่ย่อท้อต่อชะตาชีวิต ทั้งยังมุ่งมั่นหาหนทางเอาชนะอุปสรรค จนกระทั่งบางคนประสบความสำเร็จในชีวิตมากกว่าคนทั่วไปเสียอีก

ภาวะวิกฤต หมายถึง เหตุการณ์ต่างๆ ที่เข้ามากระทบซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อชีวิตหรือไม่ได้ แต่มีผลกระทบต่อจิตใจ อารมณ์ และความรู้สึกอย่างรุนแรง

ส่วนใหญ่ภาวะวิกฤตจะเป็นเหตุการณ์ที่บุคคลนั้นไม่เคยพบมาก่อน ไม่คาดคิดว่าจะเกิดขึ้น ไม่ทันตั้งตัว เตรียมตัว เตรียมใจ เช่น การสูญเสียบ้านและคนในครอบครัวในมหันตภัยสึนามิ การถูกปลดจากงาน การหย่ากับภรรยา การขาดทุนทางธุรกิจจนต้องขายทรัพย์สินทอดทิ้ง การประสบอุบัติเหตุพิการตลอดชีวิต การตรวจพบมะเร็งระยะสุดท้าย การถูกที่ประชุมใหญ่ต่อว่าอย่างหนัก เป็นต้น

ดังนั้นวิกฤตเป็นเหตุการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อความสมดุลทางอารมณ์และจิตใจ ก่อให้เกิดความว้าวุ่น สับสน และความผิดพลาดที่คนเราไม่สามารถจะใช้วิธีคิดและการปฏิบัติที่เคยใช้ในภาวะปกติมาจัดการได้ หากบุคคลขาดภูมิคุ้มกันทางใจซึ่งเป็นพลังสุขภาพจิตในการรับมือกับภาวะวิกฤต ผลกระทบที่ตามมาอาจแสดงออกในลักษณะของภาวะเครียดที่รุนแรง การมีบาดแผลทางใจเรื้อรังทำให้อารมณ์ บุคลิกภาพผิดปกติ จนถึงขั้นป่วยทางจิตเวช หรือการหาทางออกโดยการพึ่งพายาเสพติด เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม เป็นที่รู้กันมาอย่างยาวนานแล้วว่า เมื่อเกิดวิกฤตขึ้นย่อมหมายถึงมีโอกาที่จะเกิดสิ่งที่ดี หรือสิ่งใหม่ๆ ตามมาด้วยเช่นกัน สิ่งที่สำคัญคือ ต้องเรียนรู้ และเตรียมพร้อมว่าหากวันใดที่เราโชคร้ายต้องพบกับเคราะห์กรรมหรือเหตุการณ์ที่นำความเสียหาย ผิดหวัง ทุกข์ใจอย่างรุนแรง เราจะก้าวผ่านวิกฤตไปสู่โอกาสได้อย่างไร

โดยทั่วไปเมื่อคนเราเผชิญกับปัญหาวิกฤต เราจะมีกระบวนการตอบสนองทางอารมณ์และจิตใจแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ

1. ระยะช็อค เป็นระยะแรกในการเกิดภาวะวิกฤต ปฏิกริยาแรกๆ ที่เกิดขึ้นในอารมณ์และจิตใจของเรามากเป็นความรู้สึกกลัวและวิตกกังวล ต่อมาคือพยายามปฏิเสธ โดยคิดและหวังว่าสิ่งนั้นไม่ได้เกิดขึ้นจริง

2. ระยะของการยอมรับปัญหา เป็นระยะที่บุคคลยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น ในช่วงนี้ความรู้สึกมากมายจะประดังเข้ามา เช่น ความโกรธ จึงเริ่มโทษตัวเอง โทษคนอื่น อาจมีความรู้สึกอาย รู้สึกผิด และเกิดความเศร้าเสียใจ พฤติกรรมที่แสดงออกมาชัดเจนคือ ไม่มีสมาธิที่จะทำอะไร เก็บตัว ซึมเศร้า รวมทั้งอาจเกิดอาการทางกายร่วมด้วย

3. ระยะที่อารมณ์และจิตใจฟื้นตัว เมื่อเหตุการณ์ผ่านไป การตอบสนองทางอารมณ์ในช่วงนี้จะเป็นไปในลักษณะปรองดองหรือปรับตัวเข้ากับเหตุการณ์

โดยส่วนใหญ่บุคคลที่อาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่ถูกสุขลักษณะ มีความเป็นอยู่ในลักษณะอดมื้อกินมื้อ หรืออยู่ในครอบครัวที่พ่อแม่ไม่ได้ดูแลเอาใจใส่ มักจะประสบปัญหาชีวิตที่รุนแรงมากกว่าบุคคลที่มีความเป็นอยู่ปานกลาง และมีฐานะ เนื่องด้วยสาเหตุและปัจจัยในการอยู่อาศัย สภาพแวดล้อม การศึกษา รายได้ ไม่เอื้อต่อการพัฒนาศักยภาพชีวิต ดังนั้นจะเห็นได้ว่า บุคคลที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดมักจะมีปัญหาชีวิตรุนแรงหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ซึ่งทางออกที่พบอยู่บ่อยครั้ง คือ การดื่มสุรา การพนัน การเสพยาเสพติด โดยสิ่งที่ตามมาได้ส่งผลกระทบต่อบุคคลรอบข้าง ก่อให้เกิดปัญหาครอบครัว การทำร้ายร่างกาย การฉกชิงวิ่งราว ปัญหาอาชญากรรม เป็นต้น ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นตามมาถือได้ว่าเป็นปัญหาของสังคมโดยรวม

ทั้งนี้เราไม่สามารถจะปรับระดับความเป็นอยู่ให้กับทุกชุมชนได้อย่างทันที หรือเพิ่มพูนรายได้ให้กับครอบครัวแต่ละครอบครัวได้อย่างฉับพลัน สิ่งเหล่านี้ต้องอาศัยความร่วมมือจากหน่วยงานภาครัฐและองค์กรต่างๆ แต่สิ่งที่เราสามารถเพิ่มพูนให้กับบุคคลได้คือ การเพิ่มศักยภาพภายในตัวบุคคลให้สามารถรับมือหรือเผชิญกับวิกฤตหรือสภาพปัญหาที่กำลังประสบอยู่ได้ถูกวิธีและเหมาะสม ในการรับมือกับวิกฤตที่เกิดขึ้นอยู่ที่มุมมองของเราเป็นสิ่งสำคัญ ถ้าเรามองว่าวิกฤตนั้นเป็นสิ่งคุกคาม เราก็จะเกิดความกังวล และความตึงเครียด และอาจจะแก้ปัญหาไม่ถูกวิธี เมื่อไม่สามารถแก้ไขได้ อาจจะส่งผลให้เกิดความสูญเสีย ความปวดร้าว ความสิ้นหวังได้ แต่หากเรามองว่าวิกฤตนั้นเป็นสิ่งท้าทาย เราก็จะเกิดแรงกระตุ้นในการจัดการกับปัญหา และหาทางแก้ไขได้อย่างถูกต้อง ทั้งนี้หากใจของเรามีภูมิคุ้มกันที่ดี มีจิตใจที่เข้มแข็ง เราก็จะสามารถปรับตัวหรือฟื้นตัวเมื่อเจอกับภาวะวิกฤตได้สำเร็จ แสดงให้เห็นถึงการเอาชนะปัญหาอุปสรรคของชีวิตโดยใช้ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นแนวทางในการแก้ปัญหา

บทบาทของชุมชน ชุมชนมีส่วนสำคัญในการเสริมสร้างปัจจัยเชิงบวก เพื่อลดทอนปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้เด็กและเยาวชนมีภูมิคุ้มกันทางใจต่ำ เช่น เด็กที่เติบโตในครอบครัวที่พ่อแม่ทะเลาะเบาะแว้ง ยากจน อาศัยในชุมชนแออัดที่มีสิ่งเสพติด มีพ่อที่ดื่มสุราจัด มีแม่ที่เครียดจัดและเป็นคนโมโหร้าย เป็นต้น โดยชุมชนต้องมีการจัดบริการ และเอื้ออำนวยให้เด็กเข้าถึงบริการทางสังคม เช่น การสอนหนังสือ การฝึกอาชีพ การอบรมจริยธรรม กิจกรรมกีฬา ศิลปะ ร่วมกับการที่สังคมหรือชุมชนมีการบอกกล่าวตอกย้ำกับเด็กและเยาวชนว่าค่านิยมหรือความคาดหวังของสังคมต่อความประพฤติที่ดีของเด็กและเยาวชนว่ามีอะไรบ้าง ตลอดจนการทำให้เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนอย่างมีความหมาย มีคุณค่า และมีความรู้สึกหรือจิตวิญญาณแห่งการเป็นพลเมืองที่ดีตั้งแต่ยังอยู่ในวัยเยาว์ ซึ่งปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ล้วนส่งเสริมภูมิคุ้มกันทางใจในเด็กและเยาวชนได้เป็นอย่างดี

ใบความรู้ ภูมิคุ้มกันทางใจ

ภูมิคุ้มกันทางใจ (RQ: Resilience Quotient) เป็นอีกมิติหนึ่งของพลังสุขภาพจิตและเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อความอยู่ดีมีสุขของเรา ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ยากลำบากหรือวิกฤตได้สำเร็จ

ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นตัวช่วยหนึ่งที่จะช่วยป้องกันเราไม่ให้สูญเสียสุขภาพจิตเมื่อถึงวันที่ชีวิตเหวี่ยงเราเข้าไปในเหตุการณ์วิกฤต ซึ่งเราควบคุมไม่ได้ ลักษณะของอารมณ์และจิตใจที่มีภูมิคุ้มกันสูงเปรียบได้กับสิ่งของที่มีความยืดหยุ่นสูง แม้ว่าจะมีแรงกดลงไป แต่ก็สามารถที่จะคืนตัวและกลับมาเหมือนเดิมได้อย่างรวดเร็ว ภูมิคุ้มกันทางใจจึงช่วยปกป้องตัวเราและครอบครัวของเราจากปัญหาทางสุขภาพจิต เช่น เครียด ซึมเศร้า วิตกกังวล การเจ็บป่วยทางจิต หรือสูญเสียภาวะสุขภาพจิตที่ดีไปหลังภาวะสุขภาพจิตที่ดีไปหลังเผชิญเหตุการณ์ที่มากกระทบ รวมทั้งยังช่วยป้องกันปัญหาสุขภาพจิตทางกายที่เป็นต่อเนื่องจากความเครียด ในแง่ประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตในภาพรวม ภูมิคุ้มกันทางใจยังเป็นพลังแห่งชีวิตที่ช่วยให้คนเราเอาชนะอุปสรรคและชะตากรรมชีวิตได้ จนอาจนำไปสู่การประสบความสำเร็จในชีวิต ด้วยว่าเกิดการเรียนรู้เพิ่มขึ้นหลังจากที่ความทุกข์ในใจบีบคั้น จนในที่สุดได้ค้นพบศักยภาพที่แท้จริงภายในของตนเอง การตระหนักถึงประโยชน์ของภูมิคุ้มกันทางใจ จะเปิดทางให้เราสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับเทคนิค วิธีการพัฒนาตนเองในเรื่องการปรับตัวในสถานการณ์ยากลำบาก ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นในสังคมปัจจุบันที่มักเกิดสถานการณ์ที่คุกคามจิตใจที่เราไม่คาดคิดมาก่อน

ศักยภาพของภูมิคุ้มกันทางใจจะแสดงออกได้ในหลายช่วงเวลา ตั้งแต่ช่วงเวลาที่เกิดเหตุการณ์วิกฤตขึ้นใหม่ๆ จนกระทั่งฟื้นตัวหลังวิกฤตผ่านพ้นไป โดยผู้ที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ เมื่อรับรู้ปัญหาครั้งแรก และแม้จะเป็นปัญหาร้ายแรง ก็ยังสามารถที่จะดำรงความสงบและสมดุลของจิตใจได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะ ตื่นตระหนก วิตกกังวลมากจนเกินไป ซึ่งย่อมส่งผลต่อการคิดเพื่อแก้ปัญหา และกอบกู้ภาวะวิกฤตได้อย่างมีประสิทธิภาพในระยะต่อมาด้วย คนที่มีภูมิคุ้มกันทางใจจึงเป็นคนไม่ตีโพยตีพายเมื่อเกิดปัญหา เป็นคนที่สามารถสงบจิตใจ จัดการกับอารมณ์ที่พลุ่งพล่าน ระวังความว้าวุ่น ค่อยคิดแก้ปัญหาอย่างสุขุมรอบคอบ ไม่คิดร้ายไปกว่าที่เป็นจริง แต่ขณะเดียวกันก็ไม่ได้หมายถึงการเป็นคนเย็นชา ไม่ใช่คนที่คิดแบบงุ่นง่านประวิงประมาท และไม่ได้หมายถึงการเป็นคนเข้มแข็งจนไม่แสดงออกถึงความเสียใจและปฏิเสธการช่วยเหลือจากคนอื่น ตรงกันข้าม การที่สามารถเข้าหาและขอรับคำแนะนำการช่วยเหลือจากผู้อื่นได้ นับเป็นส่วนสำคัญของภูมิคุ้มกันทางใจ

จากงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ สรุปได้ว่า ภูมิคุ้มกันทางใจไม่ใช่ความเข้มแข็งในจิตใจที่เกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคลเพียงอย่างเดียว แต่มีความเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมหรือปัจจัยภายนอก เช่น พ่อ แม่ พี่ น้อง ครู เพื่อน ด้วย นอกจากนี้ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นสิ่งที่สามารถสร้างและพัฒนาให้เกิดขึ้นได้อยู่เสมอ ทั้งการเข้าไปช่วยเหลือโดยตรงที่ตัวบุคคลนั้นและการจัดสิ่งแวดล้อมต่างๆ ให้เกื้อหนุนต่อการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางใจ และทำให้กลายเป็นศักยภาพติดตัวบุคคลนั้นๆ ไปตลอด การค้นพบทางจิตวิทยาเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจของกลุ่มคนที่ต้องผจญความทุกข์ยากและมีชีวิตอยู่ภายใต้ข้อจำกัดด้านต่างๆ อย่างยาวนาน นับว่าเป็นรากฐานขององค์ความรู้ว่าด้วย

ภูมิคุ้มกันทางใจในฐานะพลังสุขภาพจิตที่เป็นแรงขับเคลื่อนให้คนเหล่านี้สามารถปรับตัวได้ในทุกสถานการณ์ และมีความมุ่งมั่นไม่ย่อท้อ ต่อสู้ด้วยหัวใจที่กล้าแกร่ง ไม่ท้อถอยที่จะนำพาชีวิตตัวเองไปสู่สภาพที่ดีขึ้น

นักจิตวิทยาได้จำแนกการแสดงออกของภูมิคุ้มกันทางใจออกเป็น 5 ระดับ คือ

1. ระดับพื้นฐาน คือ ความสามารถในการดำรงความมั่นคง ความสมดุลทางอารมณ์ สุขภาพ และคุณภาพชีวิตพื้นฐานไว้ได้

2. ระดับที่สอง เป็นศักยภาพในการจัดการกับปัจจัยภายนอก กล่าวคือ เมื่อเจอปัญหาสามารถลุกขึ้นมาจัดการกับปัญหาได้อย่างเป็นรูปธรรม บ่งบอกถึงการเป็นคนที่มีมุ่งแก้ปัญหามากกว่าติดอยู่ในกับดักของอารมณ์และความรู้สึก

3. ระดับที่สาม เป็นศักยภาพที่จะจัดการกับปัจจัยภายในตนเอง กล่าวคือ แม้นิยามที่มีความทุกข์ สิ่งต่างๆดูมืดมน แต่ก็ยังมีความรู้สึกว่าคุณค่า มีความมั่นใจ มีจิตใจที่เป็นอิสระ เชื่อมมั่นว่าหากไม่ท้อถอยก็จะก้าวผ่านเรื่องราวๆไปได้แน่นอน

4. ระดับที่สี่ เป็นทักษะ บุคลิกภาพ และการแสดงออกต่างๆของคนที่มีภูมิคุ้มกันทางใจสูง เช่น ทักษะการใช้อารมณ์ขันเข้ามาช่วยทำให้สถานการณ์ดีขึ้น ทักษะในการสื่อสาร การขอความเห็น และคำแนะนำ ทักษะการปรับเป้าหมายในชีวิต เป็นต้น

5. ระดับที่ห้า เป็นระดับสูงสุด คือ ความสามารถหรือพรสวรรค์ที่จะเปลี่ยนโชคร้ายให้กลายเป็นดีได้อย่างน่าทึ่ง โดยการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และใช้ประสบการณ์ความผิดพลาดหรือความเจ็บปวดไปสู่การปรับเปลี่ยนตนเอง ผลลัพธ์ที่ตามมาอาจมีทั้งด้านจิตใจและด้านวัตถุ เช่น ได้รับความประทับใจหรือเกิดปิติสุข และยังอาจค้นพบทางใหม่ในชีวิต การงาน ครอบครัว เป็นต้น

ในเชิงวิชาการ ภูมิคุ้มกันทางใจสำหรับคนแต่ละเชื้อชาตินั้นมีองค์ประกอบที่แตกต่างกันออกไป ลักษณะบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจที่ได้จากการวิเคราะห์รวบรวมความรู้จากตำราและงานวิจัยเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจทั้งในและต่างประเทศ ผู้วิจัยจึงได้สรุปลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจที่ทำให้เราเอาชนะปัญหาวิกฤตต่างๆไปได้ ออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่

1. มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ คือ ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

2. มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ คือ มีความรู้สึกถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสถานะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

3. มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ คือ มีความสามารถในการระบุงสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

เมื่อเจอปัญหาหนักหนาสาหัสในชีวิต คนเราแต่ละคนอาจมีวิธีการในการรับมือกับภาวะกดดันที่แตกต่างกัน ทั้งนี้กรมสุขภาพจิตได้เสนอแนะสูตร “สี่ปรับ สามเติม” ให้กับประชาชน โดยเป็นสูตรที่ผ่านการคิดค้นจนตกผลึกในทางวิชาการว่าครอบคลุมกระบวนการทางอารมณ์และจิตใจของคนไทย และหากเราเข้าใจหลักการนี้ก็จะสามารถปรับใช้ได้ดีกับสถานการณ์ต่างๆ

สี่ปรับ หมายถึง 1) ปรับอารมณ์ 2) ปรับความคิด 3) ปรับการกระทำ 4) ปรับเป้าหมาย

สามเติม หมายถึง 1) เติมศรัทธา 2) เติมมิตร 3) เติมจิตใจให้กว้าง

ดังนั้นลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 ด้านที่ได้ผนวกเข้ากับสูตร “สี่ปรับ สามเติม” จะได้แนวทางที่เราสามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตและแก้ปัญหาในชีวิตได้ด้วยตนเอง ดังนี้

ความสามารถในการ ยับยั้งชั่งใจ	ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ	ความกล้าเผชิญกับความ เปลี่ยนแปลงใหม่ๆ
การทนต่อแรงกดดัน	การมีความหวังและกำลังใจ	การต่อสู้เอาชนะอุปสรรค
เพิ่มพลังโดย	เพิ่มพลังโดย	เพิ่มพลังโดย
ปรับอารมณ์ ปรับความคิด	เติมศรัทธา (เพิ่มความหวัง) เติมมิตร (ปรึกษาคนที่เราไว้วางใจ) เติมจิตใจให้กว้าง (เปิดมุมมอง)	ปรับการกระทำ/พฤติกรรม ปรับเป้าหมายชีวิต

ใบความรู้ บุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ

ภูมิคุ้มกันทางใจเป็นพลังสุขภาพจิตหรือคุณสมบัติทางบวกที่มีอยู่ในตัวคนทุกคนมากบ้างน้อยบ้างไม่เท่ากัน เป็นพลังที่มีความสำคัญที่จะช่วยให้บุคคลต่อสู้เอาชนะปัญหาวิกฤตต่าง ๆ ไปได้ ดังนั้น บางขณะคนๆ หนึ่งอาจมีภูมิคุ้มกันทางใจ อยู่ในตัวมากแต่เมื่อเผชิญกับปัญหาพลังที่มีอยู่อาจลดน้อยลง แต่สามารถเสริมสร้างให้เพิ่มขึ้นอีกได้ ภูมิคุ้มกันทางใจจึงเป็นพลังที่ไม่คงที่ขึ้นอยู่กับคนจะรู้จักฝึกฝนเสริมสร้างให้มีพลังคงอยู่ต่อไป

บุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจ ต้องมีลักษณะอย่างไร

1. มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ คือ ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน และความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ
2. มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ คือ มีความรู้สึถึงความสามารถและความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้ มีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้และเชื่อว่าสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้ มีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความหวังในชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความหวังว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้
3. มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ คือ มีความสามารถในการระบุงสาเหตุของปัญหาได้อย่างเข้าใจและถูกต้อง มีความสามารถที่จะแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว

ใบงานกิจกรรม “เรียนรู้จากความผิดพลาด”

คำชี้แจง ให้แสดงความคิดเห็นหลังจากได้ฟังวิทยากรบรรยายในหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านได้ข้อคิดอะไรบ้างจากการฟังวิทยากรบรรยายในครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ถ้าท่านประสบปัญหาเช่นเดียวกับวิทยากร ท่านจะมีวิธีการแก้ปัญหาแบบเดียวกันหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ท่านสามารถนำข้อคิดที่ได้รับจากการบรรยายไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 3

กิจกรรมบทเรียนจากยาเสพติด

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเห็นจุดจบของการเสพยาเสพติด การขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และขาดความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ ผลเสียต่อร่างกายและจิตใจของผู้เสพ รวมถึงครอบครัวและคนรอบข้าง

ระยะเวลา 4 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. จอ LCD
2. ละครเรื่อง “น้ำพุ”
3. ใบความรู้
4. ใบงาน
5. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าร่วมดูละครเรื่อง “น้ำพุ” บางตอนที่ตัวละครประสบปัญหาครอบครัวและหันไปพึ่งพยาเสพติด การขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และขาดความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

2. ให้ผู้เข้าร่วมอภิปรายกลุ่มถึงพฤติกรรมของตัวละคร “น้ำพุ” พร้อมทั้งตอบคำถามตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย

3. ผู้วิจัยให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมานำเสนอความคิดเห็นของกลุ่มที่ได้จากละคร พร้อมทั้งสรุปข้อคิดที่ได้

4. ผู้วิจัยสรุปข้อคิดที่ได้จากเรื่องน้ำพุให้ผู้เข้าร่วมฟัง

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

ปัญหาและวิกฤตในชีวิตมีทางออกที่ดีเสมอ บางครั้งการตัดสินใจที่ผิดพลาด หรือการประขยวมถึงการพลาดพลั้งเลือกเส้นทางเดินชีวิตที่ผิด เพราะขาดศักยภาพในการควบคุมความมั่นคงและการยับยั้งชั่งใจของตนเอง อาจเป็นสาเหตุในการทำลายอนาคตของเรา ทั้งนี้ครอบครัวเป็นสถาบันที่มีความสำคัญที่สุดในการให้ความรัก ความเข้าใจ และความอบอุ่นแก่สมาชิก

การประเมินผล

สังเกตจากการร่วมกันอภิปรายกลุ่ม และการนำเสนอความคิดเห็นที่ได้จากการทำกิจกรรม

ใบงานกิจกรรม “บทเรียนจากยาเสพติด”

คำชี้แจง ให้แสดงความคิดเห็นหลังจากดูละครเรื่อง “น้ำพุ” ในหัวข้อต่อไปนี้

1. ตัวละครใดที่ท่านชื่นชอบมากที่สุดในละครเรื่อง “น้ำพุ” จงอธิบายเหตุผล และลักษณะเด่นของตัวละครที่ท่านชื่นชอบ

.....

.....

.....

.....

2. ถ้าท่านประสบปัญหาเช่นเดียวกับน้ำพุ ท่านจะมีวิธีการหาทางออกอย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. ฉากในละครมีตอนไหนบ้างที่สะท้อนให้เห็นการขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และขาดความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

.....

.....

.....

.....

4. ท่านได้ข้อคิดอะไรบ้างจากการดูละครเรื่อง “น้ำพุ”

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้กิจกรรม “บทเรียนจากยาเสพติด”

ข้อคิดที่ได้จาก เรื่องของน้ำพุ

1. เรื่องบางเรื่องในชีวิต สุดท้ายคนตัดสินใจคือตัวเราเอง พ่อแม่เป็นคนให้กำเนิด แต่เราก็มีสิทธิ์ที่จะเลือกทางเดินของเราเอง ในเรื่องน้ำพุ น้ำพุตามใจแม่โดยการไปเรียนตามที่แม่ต้องการให้เรียน ทั้งที่ตนไม่ชอบ สุดท้ายก็ต้องขอแม่กลับมาเรียนที่ตนอยากเรียนไม่ควรทำอะไรตามใจเพื่อน
2. การเลือกคบเพื่อน ควรเลือกคบเพื่อนที่ดี ไม่คบเพื่อนที่เกเร ควรรู้จักปฏิเสธในสิ่งที่คิดว่าไม่ดี เช่น การพนัน ยาเสพติด ฯลฯ ควรชักจูงเพื่อนให้กลับมาในทางที่ถูก ในเรื่องนี้ น้ำพุเลือกคบเด็กเกเร และไปเสพยาตามเพื่อนแทนที่จะชักจูงกลับมาในทางที่ถูก ทำให้เสียทั้งเวลาและอนาคต
3. ครอบครัวต้องให้ความอบอุ่นและปรับตัวเข้าหากัน ในเรื่อง น้ำพุเป็นผู้ชายคนเดียวในบ้าน ซึ่งน้ำพุปรับตัวไม่ได้ ทำให้เกิดความรู้สึกว่าเหว ซึ่งอาจเป็นสาเหตุให้หันไปพึ่งยาเสพติด
4. เมื่อมีปัญหาร้ายแรงไม่ควรคิดแก้ปัญหาด้วยตัวคนเดียว ควรปรึกษาพ่อแม่เพื่อหาทางออกที่ดีที่สุดในเรื่องตอนแรกน้ำพุคิดจะไปถ้าเขากระบอกโดยไม่บอกแม่ สุดท้ายหาเงินไม่ได้จึงกลับมาสารภาพ
5. ควรให้โอกาสคนกระทำความผิดกลับตัว ไม่มีใครเลวมาตั้งแต่เกิด ไม่มีใครที่อยากทำความผิด เมื่อคนผิดสำนึกตัวก็ควรให้โอกาส น้ำพุรู้ว่าตนทำผิดจึงไปสารภาพกับแม่ ซึ่งแม่ น้ำพุก็ให้เงินเพื่อไปรักษาตัวที่ถ้าเขากระบอก
6. ยาเสพติดไม่ใช่สิ่งที่ดี การริอาจลองกับมันมีแต่ทำให้เสีย ไม่ว่าจะเป็นเสียเวลา เสียเงิน เสียอนาคตของตัวเอง ยังพลอยทำให้คนรอบข้างเสียใจไปด้วย

กิจกรรมที่ 4

กิจกรรมเล่าสู่กันฟัง

วัตถุประสงค์	เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมได้มีการวิเคราะห์และตรวจสอบตนเองถึงพฤติกรรมที่ผ่านมาที่ขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และขาดความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ รวมถึงการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน ทำให้ได้ข้อคิด และวิธีการแก้ปัญหาที่หลากหลาย
ระยะเวลา	2 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. ใบงาน 2. ปากกา
วิธีดำเนินกิจกรรม	<ol style="list-style-type: none"> 1. ให้ผู้เข้าร่วมตรวจสอบตนเองถึงพฤติกรรมที่ผ่านมาที่ขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และขาดความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ 2. แบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คนเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน 3. ให้แต่ละกลุ่มเลือกพฤติกรรม 1 พฤติกรรม แล้วออกมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง 4. ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่าพฤติกรรมนั้นๆส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตอย่างไรอย่างไร
สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม	บุคคลที่ไม่มีเกราะป้องกันทางใจที่แข็งแรง ย่อมเป็นเหตุให้ถูกชักจูงและหลงเชื่อตามคำชักชวนได้ง่าย ดังนั้นบุคคลต้องมีความเข้มแข็งภายในจิตใจเพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงอยู่ในสังคมโดยไม่ให้ถูกหลอกหรืออ่อนไหวต่อคำเชิญชวนในทางที่ผิด
การประเมินผล	สังเกตจากการร่วมกันอภิปรายกลุ่ม และการนำเสนอความคิดเห็นที่ได้จากการทำกิจกรรม

ใบงานกิจกรรม “เล่าสู่กันฟัง”

คำชี้แจง ให้แสดงความคิดเห็นหลังในหัวข้อต่อไปนี้

1. ให้เล่าประสบการณ์ที่ผ่านมาของตนเอง ที่แสดงให้เห็นว่าขาดความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ และขาดความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. พฤติกรรมดังกล่าวส่งผลเสียต่อท่านอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 5 กิจกรรมภัยใกล้ตัว

วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมคิดหาทางออกด้วยการใช้ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ชักนำไปสู่การหาทางออกด้วยการเสพยาเสพติด ช่วยให้ผู้เข้าร่วมเข้าใจการกระทำที่แสดงออกถึงการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจมากขึ้น และรู้จักการแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น
ระยะเวลา	3 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. เอกสาร Role play ของแต่ละกลุ่ม 2. ปากกา
วิธีดำเนินกิจกรรม	<p>1. แบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม กลุ่มละ 20 คน ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์จำลอง 3 สถานการณ์ ดังนี้</p> <p>กลุ่ม 1: เยาวชนอยู่ในครอบครัวที่พ่อติดเหล้า แม่ติดการพนัน และมีการทะเลาะเบาะแว้งกันทุกวัน ถ้าเยาวชนมีความมั่นคงในจิตใจจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <p>กลุ่ม 2: เยาวชนอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่นัดกันโดดเรียนเพื่อไปลองเสพยา ถ้าเยาวชนมีความมั่นคงในจิตใจจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <p>กลุ่ม 3: เยาวชนโดนเพื่อนล้อว่าเป็นตุ๊ดเพราะสูบบุหรี่ไม่เป็น ถ้าเยาวชนมีความมั่นคงในจิตใจจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร</p> <p>2. ให้แต่ละกลุ่มแสดงความคิดเห็นจากสถานการณ์จำลองทั้ง 3 สถานการณ์</p>
สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม	ในแต่ละช่วงชีวิตของบุคคล ย่อมต้องเจออุปสรรคและปัญหาบ้าง น้อยบ้าง แตกต่างกันไป วัยรุ่นเป็นวัยที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้เสพยาเสพติดมากที่สุด เพราะเป็นวัยที่อ่อนไหว และถูกชักจูงได้ง่าย ดังนั้นเยาวชนในวัยนี้ต้องสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจให้กับตัวเองเพื่อให้สามารถผ่านพ้นอุปสรรค หาทางออกให้กับปัญหา และทนต่อภาวะกดดันทางสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบข้างได้อย่างมั่นคง
การประเมินผล	สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติที่ได้รับมอบหมาย และการร่วมกันแสดงความคิดเห็นของกลุ่ม

ใบงานกิจกรรม ”ภัยใกล้ตัว” Roleplay กลุ่มที่ 2

คำชี้แจง ให้ทุกคนในกลุ่มร่วมกันแสดงบทบาทตามเหตุการณ์ดังต่อไปนี้

- ท่านอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่นัดกันโดดเรียนเพื่อไปลองเสพยา ถ้าท่านมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร

1. ในสถานการณ์ดังกล่าว ทุกคนในกลุ่มคิดว่า บุคคลที่มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ ต้องแสดงพฤติกรรมอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ประโยชน์ที่ได้รับจากการแสดงบทบาทของกลุ่มที่ 1 คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ประโยชน์ที่ได้รับจากการแสดงบทบาทของกลุ่มที่ 3 คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 6 กิจกรรมกำลังใจที่ตีสร้างได้

วัตถุประสงค์ เพื่อให้กำลังใจผู้เข้าร่วมทุกคนทั้งที่ประสบปัญหาชีวิต และกำลังเผชิญวิกฤตที่เลวร้าย นอกจากนี้ยังทำให้ผู้เข้าร่วมได้ข้อคิด มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ระยะเวลา 3 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้
2. ใบงาน
3. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยเชิญวิทยากรมาบรรยายเรื่อง “การสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความเชื่อมั่นในตนเอง” เพื่อสร้างศรัทธาและความเชื่อให้กับผู้เรียนว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงได้ และสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตตนเองได้

2. ให้ผู้เข้าร่วมเสวนากลุ่มถึงข้อคิดที่ได้จากการบรรยายในครั้งนี้

3. ให้ผู้เข้าร่วมซักถามข้อสงสัยหรือข้อคำแนะนำจากวิทยากร

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

ในภาวะที่ชีวิตกำลังเกิดความท้อแท้ อ่อนแอ และทุกข์ระทม กำลังใจดูเหมือนจะเป็นสิ่งที่ทุกชีวิตต่างก็แสวงหาอยู่เสมอ เพื่อที่จะช่วยชูชีวิตให้มีความกระชุ่มกระชวย มีพลัง และพร้อมที่จะโลดแล่นไปสู่หนทางข้างหน้าได้อย่างมีความเชื่อมั่นมากยิ่งขึ้น เมื่อมีความทุกข์หรือปัญหาใดๆเกิดขึ้น จนทำให้เราเกิดความรู้สึกเหน็ดเหนื่อยและต้องการศรัทธาและกำลังใจมาช่วย บุคคลคนแรกที่สามารถจะเอาใจช่วย ให้กำลังใจและความเชื่อมั่นกับเราได้ก็คือ ตัวของเราเอง

การประเมินผล

สังเกตจากการตั้งใจฟังวิทยากร และการซักถามข้อสงสัย รวมถึงการร่วมกันเสวนากลุ่มถึงข้อคิดที่ได้รับ

ใบงานกิจกรรม “กำลังใจที่ดีสร้างได้”

คำชี้แจง ให้แสดงความคิดเห็นหลังจากได้ฟังวิทยากรบรรยายในหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านได้ข้อคิดอะไรบ้างในการฟังการบรรยายครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ท่านคิดว่าการมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จและมีความเชื่อมั่นในตนเองมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ให้เล่าประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมา เหตุการณ์ใดบ้างที่ท่านได้ให้กำลังใจตัวเองและสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้กิจกรรม “กำลังใจที่ดีสร้างได้” การสร้างกำลังใจให้ตัวเอง

คนเราทุกคน ล้วนมีโอกาสที่จะประสบกับช่วงเวลา ที่เกิดอารมณ์เศร้าหมอง หดหู่ และยิ่งเรารู้สึกไม่ดี หรือเก็บความรู้สึกเหล่านี้เอาไว้กับตัวเรามากเท่าไร ก็ยิ่งส่งผลเสียกับตัวเองมากเท่านั้น วิธีที่จะสามารถแก้ไขในเรื่องนี้ได้ คือ การเสริมสร้างกำลังใจให้กับตัวเอง เพราะจะช่วยให้เราคิดอะไรในทางบวก และเพิ่มความสุขในชีวิตให้มากขึ้น

อันดับที่ 1 ฝึกการหายใจ การหายใจของคนเราเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เรียกได้ว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นลึกลงไปในจิตใต้สำนึก ศาสตร์ทั้งในตะวันออก และตะวันตก ได้พิสูจน์ออกมาแล้วว่า ถ้าเราสามารถรับรู้ถึงจังหวะการหายใจ และหายใจด้วยวิธีที่ถูกต้อง ก็จะมีส่วนช่วยในการลดความตึงเครียดลงได้มาก เพียงแค่ฝึกการหายใจเข้า – ออก อย่างช้าๆ จะช่วยให้คุณมีใจจดจ่ออยู่กับปัจจุบัน และช่วยเพิ่มสมาธิในการทำกิจกรรมต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

อันดับที่ 2 สร้างเสียงหัวเราะ การหัวเราะ คือยาขนานเอก ช่วยเพิ่มเสียงหัวเราะและอารมณ์ดีได้ด้วยการดูหนังตลกๆ หรือพกหนังสือตลกๆ ตัดไม้ตัดมือเอาไว้อ่านยามว่าง ยิ่งไปกว่านั้น การได้หัวเราะออกมาแบบสุดๆ จะช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันโรค และช่วยให้คุณมองเห็นมุมมองในการแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้นกว่าเดิม

อันดับที่ 3 เข้าหาธรรมชาติ ไปเดินเล่นในสวนสาธารณะ นั่งเล่นสบายๆที่น้ำพุ สูดอากาศบริสุทธิ์ ปลูกต้นไม้สวยๆ ที่ระเบียงบ้าน ออกไปเที่ยวพักผ่อนตามต่างจังหวัดเพื่อชื่นชมทัศนียภาพที่สวยงาม ทั้งน้ำตก ชวนเขา และท้องทะเลหลังที่มีอยู่ในธรรมชาติจะช่วยเพิ่มพลังชีวิตให้กับคุณ

อันดับที่ 4 ออกกำลังกาย เริ่มต้นได้อย่างง่ายๆ ด้วยการทำอะไรอย่างกระฉับกระเฉงเพื่อให้ร่างกายรู้สึกกระปรี้กระเปร่า หรือถ้าทำงานจนไม่มีเวลาก็ลองการออกกำลังกายแบบใหม่ๆ อย่างเช่น วันไหน ที่รถติดมาก ก็ลองลงรถเมล์ก่อนถึงบ้านสัก 2 ป้าย แล้วเดินกลับบ้าน นี่เป็นการออกกำลังกายอย่างง่ายๆ โดยไม่เสียเวลาหรือยามมีเวลาว่างในวันหยุดพักผ่อน ก็อาจจะออกไปวิ่งจ็อกกิ้ง หรือปั่นจักรยานตามสวนสาธารณะ ร่างกายที่แข็งแรงจะส่งผลให้กลไกต่างๆ ในร่างกายทำงานได้ดี และมีสภาพจิตใจที่ดีขึ้นตามมา

อันดับที่ 5 นึกถึงเรื่องราวดีๆ รำลึกถึงช่วงเวลาๆ ดี ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต เช่น ช่วงเวลาสนุกๆ ระหว่างเพื่อนสนิท ช่วงเวลาแห่งความสุข ที่เกิดขึ้นกับเพื่อนแฟน หรือช่วงเวลาของความอบอุ่นภายในครอบครัว หybrid รูปเก่าๆ ขึ้นมาดูบ้าง เมื่อมีโอกาส เปิดดูการ์ดเก่าๆ ที่เคยมีคนเขียนข้อความดีๆ เอาไว้ให้ แล้วยิ้มกับมันอีกครั้ง รับรู้ถึงความรู้สึกดีๆ ว่ายังมีคนที่ห่วงใยคุณอยู่

อันดับที่ 6 เห็นคุณค่าในตัวเอง แยกรายการสิ่งที่คุณคิดว่ายอดเยี่ยมที่สุดในชีวิตของคุณ ออกมาสัก 3 -5 หัวข้อ พิจารณาดูแต่ละเรื่องว่าสิ่งไหนที่ทำแล้วจะส่งผลดีให้กับชีวิต ได้ทำสิ่งที่ชอบ และเกิดผลดีไปพร้อมๆ กัน จะช่วยสร้างกำลังใจ และแรงผลักดันให้ทำสิ่งต่างๆอย่างมีความสุข

อันดับที่ 7 เพิ่มความใส่ใจลงในสิ่งที่ชอบ ไม่ว่าจะชอบอะไร ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ ดูหนัง ฟังเพลง อ่านหนังสือ ท่องเที่ยว แต่งรถ ซ่อมปั๊ว ตกแต่งบ้าน ฯลฯ การให้ความใส่ใจเพิ่มเติมถึงสิ่งที่เราชอบอย่างจริงๆ จังๆ จะสามารถช่วยลดความรู้สึกเบื่อ และเสริมสร้างกำลังใจให้กับชีวิต ได้อย่างตรงประเด็น

อันดับที่ 8 รู้จักกล่าวคำขอโทษความรู้สึกอายใจ และเสียใจจากการที่เราทำความผิด สามารถสร้างความกังวลใจให้เกิดขึ้นได้มาก ดังนั้นการรู้จักกล่าวคำขอโทษด้วยความจริงใจ หลังจากที่คุณทำผิดกับผู้อื่นจะช่วยให้คุณรู้สึกผ่อนคลายเหมือนการปลดปล่อยภาระในตัวออกไป



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

กิจกรรมที่ 7 กิจกรรม Give & Take

วัตถุประสงค์	เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมรู้จักการให้กำลังใจคนอื่น และความรู้สึกจากการได้รับกำลังใจจากคนรอบข้าง ทำให้ผู้เข้าร่วมไม่รู้สึกลำบากใจว่าเหตุจากการต้องเผชิญปัญหาเพียงลำพัง
ระยะเวลา	3 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. ใบงาน 2. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าร่วมเขียนเล่าเหตุการณ์ที่รู้สึกทุกข์และไม่สบายใจในขณะนี้ที่ทำให้ท้อแท้ และขาดกำลังใจ โดยผู้เข้าร่วมต้องจำตัวเลขมุมบนขวาของใบงานที่แต่ละคนได้รับ
2. ผู้วิจัยรวบรวมใบงานทั้งหมดแล้วแจกจ่ายให้กับผู้เข้าร่วมทุกคนโดยทุกคนห้ามได้ใบงานของตัวเอง แล้วให้แต่ละคนเขียนให้กำลังใจหรือวิธีการแก้ปัญหาในความคิดของตนเองตามเหตุการณ์ในแต่ละใบงานที่ได้รับ โดยต้องเขียนคำพูดเชิงบวก และข้อคิดเชิงบวกเท่านั้น
3. เมื่อแจกใบงานคืนกลับไปให้เจ้าของ ให้แต่ละคนออกมาอ่านความทุกข์ของตนเองและกำลังใจจากเพื่อนที่ได้รับให้กลุ่มใหญ่ฟัง

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

หากเราได้พบเห็นผู้อื่นที่กำลังมีปัญหาในการดำเนินชีวิตและต้องการกำลังใจ เราก็ควรที่จะเข้าไปช่วยเหลือโดยการให้คำแนะนำและปลอบใจเขา เพื่อที่จะช่วยทำให้เขาได้มีความหวังและมีกำลังใจในการต่อสู้กับชีวิตมากยิ่งขึ้น เราสามารถที่จะให้กำลังใจแก่คนอื่นได้ในทุกๆ เวลา โดยมีคำพูดเป็นสื่อผ่านทาง เพราะคำพูดจะทำหน้าที่เป็นตัวแทนแห่งความรัก ความหวังดีและความปรารถนาดีที่มีอยู่ทั้งหมด การให้กำลังใจขณะที่ใครคนใดคนหนึ่งกำลังมีความทุกข์หรือความไม่สบายใจ ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีควรกระทำ เพราะเป็นการสร้างกุศลที่ยิ่งใหญ่มหาศาล เพราะจะช่วยทำให้ผู้คนที่เหล่านั้นเกิดมีความรู้สึกที่ดีๆ และมีความหวังในชีวิตมากยิ่งขึ้น

การประเมินผล

สังเกตผู้เข้าร่วมขณะออกมาอ่านใบงานให้กลุ่มใหญ่ฟัง เพื่อวิเคราะห์ปัญหาที่ทำให้ไม่สบายใจ ทุกข์ใจ และวิธีการให้กำลังใจจากผู้เข้าร่วมท่านอื่น เพื่อประเมินความเข้าใจในการให้กำลังใจผู้อื่น และเข้าใจปัญหาพื้นฐานที่แต่ละคนเผชิญ

กิจกรรมที่ 8 กิจกรรมศรัทธาไม่มีข้อ

วัตถุประสงค์ เพื่อสร้างพลังศรัทธาและความมุ่งมั่นในความสำเร็จในตัวผู้เข้าร่วมให้เกิดความศรัทธาในตัวเอง เชื่อมั่นในสิ่งที่กระทำ และมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จและความเชื่อมั่นในตนเองในการก้าวผ่านอุปสรรคต่างๆ

ระยะเวลา 3 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. Notebook
2. MV
3. ใบงาน
4. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าร่วมดูและฟังมิวสิควิดีโอเพลง “ศรัทธา” ของศิลปินวง หิน เหล็ก ไฟ โดยเนื้อเพลงจะส่งเสริมให้คนไม่ท้อถอยกับปัญหา มีกำลังใจที่ดี และมีความมุ่งมั่นในตนเอง

2. ให้ผู้เข้าร่วมอภิปรายกลุ่ม กลุ่มละ 6 คนถึงแง่คิดที่ได้รับจากเพลงนี้ และคำหรือประโยคที่โดนใจ พร้อมเหตุผล

3. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมระดมสมองถึงอุปสรรคที่คอยขัดขวางการสร้างกำลังใจที่ดีและการสร้างความเชื่อมั่นให้กับตัวเอง พร้อมนำเสนอเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกันกับกลุ่มใหญ่

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

พลังความสำเร็จทุกอย่างเกิดขึ้นจากพลังความคิด ความศรัทธาในตัวเอง ซึ่งเป็นพลังที่แฝงอยู่ในตัวทุกคน เพราะทุกคนต่างมีความคิด ความศรัทธาเป็นของตัวเอง ขึ้นอยู่ที่ว่าจะคิดให้ตัวเองเป็นอย่างไร ถ้าคุณคิดว่าคุณสามารถ คุณก็จะเกิดพลัง และทำได้อย่างที่คิด แต่ถ้าคุณคิดว่าคุณทำไม่ได้ คุณก็จะเกิดความท้อแท้ และทำไม่สำเร็จ คนที่ประสบความสำเร็จทุกคนต่างมีศรัทธาในตัวเอง คิดว่าตัวเองทำได้ ดังนั้นถ้าเราอยากประสบความสำเร็จ หรือก้าวผ่านอุปสรรคต่างๆ ก็ควรมีศรัทธาในตัวเองก่อน

การประเมินผล

สังเกตจากการอภิปรายกลุ่มและการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 9 กิจกรรมนี้แหละตัวฉัน

วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฝึกสำรวจและให้กำลังใจตัวเอง และบอกกล่าวความรู้สึกกับบุคคลอื่น
ระยะเวลา	2:30 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. ใบงาน 2. ปากกา 3. กล้องไปรษณีย์ใจ

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยเปิดคำถามถามผู้เข้าร่วมว่า ในแต่ละวันผู้เข้าร่วมเคยมีช่วงเวลาสำรวจตัวเองบ้างหรือไม่ จากนั้นให้ร่วมพูดคุยกันในกลุ่มใหญ่
2. ให้ผู้เข้าร่วมจับคู่กันทำกิจกรรมตามใบงาน จากนั้นให้แต่ละคู่อ่านความรู้สึกของตนเองให้กลุ่มใหญ่ฟัง
3. ผู้วิจัยร่วมอภิปรายข้อคิดที่ได้รับจากกิจกรรม
4. แจกกระดาษให้ผู้เข้าร่วมเขียนเรื่องที่ต้องการบอกแต่ไม่ต้องการเล่าในห้อง โดยให้ใส่กล่องไปรษณีย์ใจ จากนั้นให้ผู้วิจัยเขียนตอบเป็นการส่วนตัวหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การที่สมาชิกมีโอกาสได้สำรวจความรู้สึกของตัวเองที่มีทั้งสุขและทุกข์ในชีวิตประจำวันทั้งในเรื่องทั่วไป และเรื่องยาเสพติดเป็นประจำ จะทำให้สมาชิกเข้าใจความรู้สึกของตนเอง มีโอกาสระบายความทุกข์และแบ่งปันความสุข อันจะช่วยลดความกดดันในใจรวมถึงสามารถวางแผนหรือเฝ้าระวังแก้ปัญหาของตัวเองได้ดีกว่าการปล่อยชีวิตไปวันๆหนึ่ง

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจ การอภิปรายและการแสดงความคิดเห็น

ใบงานกิจกรรม “นี่แหละตัวฉัน”

คำชี้แจง ให้ท่านเขียนความรู้สึกของตนเองตามอิสระ

1. ฉันรู้ว่าตัวฉัน
-
-
2. ฉันอยากบอกกับเธอว่า
-
-
3. วันนี้ฉันได้สัญญากับตัวเองว่า
-
-
4. เรื่องฮาแตกของฉันวันนี้ มีอยู่ว่า
-
-
5. เรื่องเศร้าที่ไม่อยากบอกเท่าไร คือ
-
-
6. เรื่องสารเสพติด สำหรับฉันแล้ว.....
-
-
7. เพราะฉันหวังดีกับเธอนะ ฉันจึงอยากบอกเธอว่าฉัน
-
-
-
-
-

กิจกรรมที่ 10

กิจกรรมชีวิตต้องสู้

วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ในการดำเนินชีวิต และเผชิญกับปัญหาต่างๆ ทำให้ตระหนักว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ
ระยะเวลา	4 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. จอ LCD 2. VCD ภาพยนตร์ 3. ใบงาน 4. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าร่วมดูภาพยนตร์เรื่อง “The pursuit of Happiness” หลังจากดูจบให้ตอบคำถามตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย

2. สุ่มผู้เข้าร่วม 5 คน ออกมาสอบถามข้อคิดที่ได้รับจากภาพยนตร์เรื่องนี้

3. ผู้วิจัยสรุปแง่คิดจากภาพยนตร์เกี่ยวกับความกล้าเผชิญต่อปัญหา การแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ รวมถึงการปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ให้ผู้เข้าร่วมฟัง

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การเรียนรู้ในการดำเนินชีวิตหรือการเผชิญกับปัญหาต่างๆนั้น ทุกคนต้องมีความหวัง และต้องมีเป้าหมายในชีวิต ไม่ว่าจะเกิดปัญหารุนแรงมากขนาดไหน ถ้าเรามีความกล้าในการเผชิญกับปัญหาและพลังใจที่ดี เราก็จะผ่านอุปสรรค และหาทางออกให้กับปัญหาได้

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย

ใบงานกิจกรรม “ชีวิตต้องสู้”

คำชี้แจง ให้แสดงความคิดเห็นหลังจากได้ชมภาพยนตร์ในหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านประทับใจฉากไหนของภาพยนตร์มากที่สุด เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ท่านได้ข้อคิดอะไรบ้างจากการชมภาพยนตร์เรื่องนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ท่านคิดว่าสามารถนำทักษะการแก้ปัญหา การปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ และความกล้าเผชิญต่อปัญหาต่างๆ จากตัวละครหลักไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 11

กิจกรรมชวนลอง

วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฝึกทักษะการปฏิเสธเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยง
ระยะเวลา	2:30 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. ใบความรู้ 2. ใบงาน 3. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าร่วมอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ชวนลอง”
2. ร่วมกันอภิปรายกลุ่มตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย พร้อมแจกใบความรู้ “การเจรจาเพื่อปฏิเสธเมื่อถูกรุกเร้าหรือสร้างแรงกดดัน”
3. ให้ตัวแทนกลุ่มออกมาสรุปข้อคิดที่ได้
4. ผู้วิจัยสรุปแนวคิดจากกิจกรรม โดยเป็นการเสริมสร้างพลังสู่จากการฝึกปฏิเสธในสถานการณ์ที่เสี่ยง

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

ในชีวิตจริง คนเราสามารถปฏิเสธในสิ่งที่ไม่ชอบได้ การปฏิเสธเมื่อถูกรุกเร้าหรือได้รับแรงกดดันเป็นสิ่งที่ต้องฝึกฝน และหัดทำงานเป็นนิสัย เพื่อสามารถนำมาใช้ในสถานการณ์ที่คับขันและจะช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถปฏิเสธได้สำเร็จ

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย

ใบความรู้กิจกรรม “ชวนลอง” การเจรจาเพื่อปฏิเสธเมื่อถูกรุกเร้าหรือสร้างแรงกดดัน

การเจรจาเพื่อปฏิเสธอย่างประนีประนอม บางครั้งอาจใช้ไม่ได้ผลโดยเฉพาะกับบุคคลที่จะพยายามรุกร้าเพื่อให้เราจะต้องปฏิบัติตามการชักชวน ให้กระทำการหนึ่งสิ่งใดที่เราไม่อยากจะกระทำ ดังนั้นการเรียนรู้ถึงวิธีการตอบสนองต่อการรุกร้าของบุคคลจึงเป็นสิ่งสำคัญ ประเด็นสำคัญที่บุคคลเหล่านั้นใช้ก็คือ การพยายามนอกเรื่องและทำให้เราสับสนจนต้องทำตามเขาในที่สุด ซึ่งอาจจะเกิดผลอย่างร้ายแรงกับเราได้ โดยทั่วไปการสร้างควมสับสน มี 6 แบบ ได้แก่

1. การดูถูก เช่น เธอกลัวใช่ไหม เธอไม่กล้านี้
2. การโต้แย้ง เช่น ทำไมละ ใคร ๆ เขาก็ทำกัน คนรุ่นใหม่เขาทำอย่างนี้ทุกคน
3. การข่มขู่ เช่น จะทำหรือไม่ทำ ไป...ไป เดียวนี้ นี่ถ้าคุณไม่ทำ...เจ็บแน่
4. การพยายามมองไม่เห็นปัญหา เช่น ไม่มีอะไรร้ายแรงหรอก พ่อไม่ว่าหรอก ไม่มีใครเห็นหรอก ไม่มีใครรู้หรอก
5. การอ้างเหตุผล เช่น คุณโตแล้วนะ อย่าเป็นเด็กอยู่เลย มาเถอะ ไม่มีใครรู้หรอก ผมอยู่ทั้งคน ทำไมต้องแคร์คนอื่น ลองดูจะติดใจแน่นอน
6. การพยายามออกนอกเรื่อง เช่น เพิ่งรู้ว่านายเท่หามากเลย เราปลื้มนายมากเลยนะเวลานายกล้าได้กล้าเสีย นายนี้กล้าจริงๆ เลย นับถือๆ

เมื่อเราพบการเจรจากับบุคคลที่รุกร้าเราเช่นนี้ ควรจะพูดอย่างไรกับเขา ในทุกกรณีที่คุณเจรจาพยายามทำให้เราสับสน เราควรพยายามเจรจาให้เข้าสู่ประเด็น และพยายามอย่าให้คู่เจรจาพูดนอกเรื่อง โดยอาจใช้คำพูดต่อไปนี้

- ขอให้ฉันพูดให้จบก่อน
- เดี่ยวฉันพูดก่อนซิ
- อย่าเพิ่งขัดจังหวะซิ....ฉันยังพูดไม่จบเลย
- ตี...ข้อเสนอของเธอ....แต่ฟังฉันก่อนนะ
- ฉันเข้าใจ.....แต่ให้ฉันพูดให้จบก่อนนะ

ถ้าการเจรจายังไม่มีท่าทีจะสำเร็จ เนื่องจากคู่เจรจาของเราพยายามจะชักชวนให้เรากระทำตามเขาให้ได้ นั่นคือเขาได้พยายามรุกร้า และสร้างแรงกดดันอย่างมาก ดังนั้นเราสามารถเลือกปฏิบัติได้ 3 ประการตามความเหมาะสม ได้แก่

1. การปฏิเสธอย่างจริงจัง อาจใช้คำพูดดังต่อไปนี้ (ถ้ายังไม่เชื่อก็เดินจากไป)
 - ไม่....ไม่ ฉันหมายความว่าไม่
 - ไม่....ไม่ ฉันบอกว่าไม่ เข้าใจไหม
 - ไม่....ขอบคุณ
 - ไม่....ฉันบอกว่าไม่ ฉันไปละ (เดินจากไป)

2. การผัดผ่อน เป็นความพยายามที่จะไม่ปฏิบัติหรือกระทำตามโดยยืดเวลาออกไป โดยพูดว่า

- ฉันยังไม่พร้อมที่จะทำแบบนั้นเลย

- เอาอย่างนี้ได้ไหม.....ขอเวลาให้ฉันตัดสินใจอีกทีนะ
 - เอาไว้คุยกันอีกครั้งดีกว่า...วันนี้สับสน
 - ขอให้ฉันปรึกษาเพื่อนก่อนนะ
3. การต่อรอง เป็นความพยายามที่จะให้โอกาสตัดสินใจเพื่อกระทำในสิ่งที่ดีกว่า ได้แก่
- ไปเราไปทำ....กันดีกว่า
 - ผมไม่อยากทำเลย...แต่เราอาจจะทำ...ดีกว่านะ
 - ผมคิดว่า.....วิธีการนี้ไม่เหมาะ ผมว่าทำ....ดีกว่า
 - ขอให้ผมตัดสินใจนะ.....เราไป.....ดีกว่า



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

กิจกรรมที่ 12

กิจกรรมเธอจะทำอย่างไร

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมรู้จักคิด ฝึกตัดสินใจ และฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เมื่อถูกชักชวนไปในทางที่ไม่ถูกต้อง

ระยะเวลา 2:30 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้
2. ใบงาน
3. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มถึงประสบการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวันที่ไม่สามารถตัดสินใจหรือแก้ปัญหาได้
2. สุ่มผู้เข้าร่วม 5 คน ออกมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง และให้ช่วยกันแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ
3. ให้ผู้เข้าร่วมฟังกรณีศึกษา แล้วให้ฝึกการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาตามหัวข้อในใบกิจกรรม
4. ผู้วิจัยร่วมกันสรุปวิธีการและแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การตัดสินใจเพื่อแก้ไขปัญหา ควรกระทำอย่างมีวิธีการด้วยการคิดวิเคราะห์ผลดี ผลเสียและประเมินทางเลือกเพื่อการแก้ไขปัญหา

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย

ใบงานกิจกรรม “เธอจะอย่างไร”

คำชี้แจง ให้แต่ละกลุ่มนำกรณีศึกษา มาคิดวิเคราะห์เพื่อการตัดสินใจ และหาวิธีแก้ไขปัญหาสรุปความคิดเห็นลงตามแบบที่กำหนด

กรณีศึกษาที่ 1

สุรัตน์เป็นสมาชิกชั้น ม.1 ที่หน้าตาดีและฐานะค่อนข้างดี วันหนึ่งสุรัตน์เดินไปเข้าห้องน้ำเพียงคนเดียว เมื่อทำธุระเสร็จแล้วและกำลังจะเดินออกจากห้องน้ำ ได้มีรุ่นพี่สองคนมาดึงแขนของสุรัตน์ให้ เข้าไปในห้องน้ำอีกครั้ง รุ่นพี่คนหนึ่งบังคับให้สุรัตน์อมควั่นและกลืนลงคอไป สุรัตน์ไม่ยอมทำ จึงถูกรุ่นพี่ทำร้าย ถ้าท่านประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกับสุรัตน์ ท่านจะอย่างไร

กรณีศึกษาที่ 2

เพื่อนในกลุ่มของแดง ชวนแดงให้ไปลองสูบบุหรี่หลังโรงเรียนในตอนเย็นหลังจากเลิกเรียนแดงเกิดความกลัวจึงตัดสินใจไม่ได้ว่าจะไปหรือไม่ ถ้าไปก็มีโอกาสติดบุหรี่ เพราะแดงรู้ว่าบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ และอาจนำไปสู่การติดสารเสพติดอื่นๆ ถ้าไม่ไปก็เกรงว่าเพื่อนจะโกรธ ถ้าท่านเป็นแดง จะอย่างไร

วิธีการแก้ไขปัญหา	ข้อดี	ข้อเสีย
<u>กรณีศึกษาที่ 1</u>		
<u>กรณีศึกษาที่ 2</u>		

ใบความรู้กิจกรรม “เธอจะอย่างไร” ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ปัญหา

การตัดสินใจในการแก้ปัญหา เป็นการเลือกทางในการแก้ปัญหาที่มีทางเลือกมากกว่า 1 ทางเลือก ในการเผชิญปัญหาที่หาทางออกไม่ได้ และการตัดสินใจแก้ปัญหานั้นอาจจะส่งผลกระทบต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ซึ่งจะนำไปสู่ความสำเร็จ หรือความล้มเหลว ฉะนั้นจึงควรให้ความสำคัญต่อการตัดสินใจที่รอบคอบโดยอาศัยข้อมูลที่ถูกต้อง เหมาะสม ทันสมัย และเพียงพอในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาลงแต่ละครั้ง ควรกำหนดขั้นตอนเลือกกระบวนการตัดสินใจด้วยวิธีการที่มีระบบและมีเหตุผล ซึ่งกระบวนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหามี 5 ขั้นตอน คือ

1. การกำหนดปัญหา เป็นขั้นตอนที่กำหนดให้ชัดเจนว่าอะไรคือปัญหาที่แท้จริง
2. การค้นหาสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือก โดยพิจารณาจากสาเหตุของปัญหาและพัฒนาทางเลือกหลายๆ ทางเลือกที่มีความเป็นไปได้ในการแก้ไขปัญหา
3. การวิเคราะห์ทางเลือก โดยการประเมินทางเลือกแต่ละทางเลือกว่าเกิดผลดี ผลเสียอะไรตามมาและสามารถปฏิบัติได้หรือไม่ โดยใช้ข้อมูลต่างๆที่มีอยู่ หรือหาข้อมูลประกอบเพิ่มเติม
4. การตัดสินใจเลือก วิธีแก้ปัญหา จากทางเลือกต่างๆด้วยเหตุผลและข้อมูลที่มีโดยอาศัยหลักจริยธรรม ค่านิยม และหลักกฎหมาย มาเป็นเกณฑ์ในการตัดสินใจ
5. การแก้ไขข้อเสียของทางเลือก เสนอแนะวิธีการแก้ไขข้อเสียที่เกิดจากวิธีแก้ปัญหาที่เลือกใช้ถ้าทดลองใช้แล้วได้ผลสรุปเป็นแนวทางปฏิบัติจริง

กิจกรรมที่ 13

กิจกรรมสิ่งที่ฉันปฏิเสธ

วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฝึกปฏิเสธ และฝึกทักษะในการพูดอย่างประนีประนอม รวมถึงสามารถอธิบายผลดี-ผลเสียจากการปฏิเสธในสถานการณ์นั้นๆ ได้
ระยะเวลา	2:30 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. ใบความรู้ 2. ใบงาน 3. ปากกา

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยบรรยายถึงการปฏิเสธอย่างประนีประนอม
2. ให้ผู้เข้าร่วมทำกิจกรรมตามที่ได้รับมอบหมายในใบงาน
3. ร่วมกันอภิปรายถึงผลดี-ผลเสียจากการปฏิเสธเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์เฉพาะหน้า
4. ผู้วิจัยสรุปแนวคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การวิเคราะห์ผลดี ผลเสียที่เกิดขึ้น เป็นการช่วยเตรียมตัวเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์เฉพาะหน้า จะได้สามารถแก้ไขสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม และสามารถป้องกันตนเองจากสถานการณ์อันตรายที่ไม่คาดคิดได้

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย

ใบงานกิจกรรม “สิ่งที่ฉันปฏิเสธ”

คำชี้แจง ให้ท่านเขียนวิธีการปฏิเสธ รวมถึงผลดี ผลเสียที่เกิดขึ้นในเรื่องที่ได้รับมอบหมายลงในตารางที่กำหนด

เรื่องที่ปฏิเสธ	วิธีการปฏิเสธ	ผลดี		ผลเสีย	
		ต่อตนเอง	ต่อผู้อื่น	ต่อตนเอง	ต่อผู้อื่น
1. เพื่อนชวนโดดเรียนไปแท็กซี่เกอร์					
2. เพื่อนชวนสูบบุหรี่					
3. เพื่อนชวนดื่มเบียร์ในงานเลี้ยงสังสรรค์					
4. เพื่อนชวนเที่ยวกลางคืน					

ใบความรู้กิจกรรม “สิ่งที่ฉันปฏิเสธ”

การปฏิเสธอย่างประนีประนอม

การเจรจาเพื่อปฏิเสธอย่างประนีประนอมเป็นการเจรจาเพื่อรักษาจุดยืนของเราในเรื่องที่เราไม่อยากจะทำตามคำชักชวนของบุคคลรอบข้างเรา การปฏิเสธอย่างประนีประนอมจะเป็นการรักษาสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกันซึ่งควรฝึกฝนเป็นประจำ ในระยะแรกของการฝึกอาจจะทำไม่ได้ดีนัก แต่ถ้าฝึกต่อไปและพยายามนำวิธีการไปใช้ก็จะทำให้สามารถปฏิเสธอย่างประนีประนอมได้อย่างมีประสิทธิภาพและเป็นธรรมชาติ การเจรจาเพื่อปฏิเสธอย่างประนีประนอมมีขั้นตอน 4 ขั้นตอน ได้แก่

ขั้นตอนที่ 1 บอกความรู้สึกของตนเอง ต่อเรื่องที่ถูกรบกวน

- ฉันรู้สึกไม่สบายเลย ถ้าฉัน.....
- ฉันรู้สึกยุ่งยากใจ ถ้าจะต้อง.....
- ฉันสับสนมาก ถ้าจะต้อง.....
- ฉันไม่ชอบเลย.....
- แย่แน่เลยถ้าฉัน.....

ขั้นตอนที่ 2 เสนอแนะแนวทางที่เราอยากจะทำให้คู่เจรจากับเราปฏิบัติ ดังตัวอย่าง

- เอาอย่างนี้ได้ไหม ถ้าเราจะ.....
- ฉันคิดว่าเราควร..... ดีกว่านะ
- ฉันอยากให้เธอ.....

ขั้นตอนที่ 3 สอบถามความรู้สึกกับคู่เจรจากับข้อเสนอของเรา ดังตัวอย่าง

- คงจะดีกับเธอนะ.....
- คุณคงเห็นด้วยกับฉันนะ.....
- คุณคงจะชอบนะ.....
- ไม่ยุ่งยากกับเธอนะ.....
- เธอรู้สึกดีขึ้นแล้วนะ.....
- เธอคงเห็นด้วยกับฉันนะ.....

ขั้นตอนที่ 4 กล่าวสรุปและขอบคุณเมื่อคู่เจรจาเห็นด้วยกับข้อเสนอแนะของเรา ดังตัวอย่าง

- ขอบคุณมาก
- คุณน่ารักจังเลยที่เห็นด้วย.....ขอบคุณมาก
- ฉันดีใจจังเลยที่เธอชอบ.....ขอบคุณมาก
- วิเศษเลยที่เธอรู้สึกดีขึ้น.....ขอบคุณมาก
- ดีใจที่ไม่ทำความลำบากกับเธอ.....ขอบคุณมาก

กิจกรรมที่ 14

กิจกรรมไฟหมนวน

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมรู้จักการปรับตัวเข้ากับกฎเกณฑ์ใหม่ๆ หรือสถานการณ์ใหม่ๆ ที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เป็นพลวัตร ฝึกให้เกิดพลังสู่ในการดำรงชีวิตในสังคม

ระยะเวลา 3 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. ไฟ 4 สำหรับ
2. กติกาการเล่น

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าร่วมแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน โดยผลัดกันเล่นเกมทุกกลุ่มจนครบ เล่นครั้งละ 4 กลุ่ม

2. แจกไฟทั้ง 4 กลุ่ม กลุ่มละ 1 สำหรับ โดยใช้เฉพาะ A-10 โดยในแต่ละกลุ่มจะมีกติกาการเล่นเขียนในกระดาษวางไว้ ซึ่งแต่ละกลุ่มจะมีกติกาการเล่นที่ไม่เหมือนกัน

กลุ่ม 1: แจกไฟตามเข็มนาฬิกา A แต้มสูงสุด 10 แต้มต่ำสุด

กลุ่ม 2: แจกไฟทวนเข็มนาฬิกา A แต้มต่ำสุด 10 แต้มสูงสุด

กลุ่ม 3: แจกไฟตามเข็มนาฬิกา ดอกจิก แต้มสูงสุด โปดำ แต้มต่ำสุด

กลุ่ม 4: แจกไฟทวนเข็มนาฬิกา ดอกจิก แต้มต่ำสุด โปดำ แต้มสูงสุด

3. แจกไฟให้กับทุกคนในกลุ่ม คนละ 2 ใบ ให้ทุกคนเปิดไฟแล้วรวมแต้มที่ได้ ใครที่ได้แต้มสูงสุดจะเป็นผู้ชนะ โดยผู้ชนะจะต้องหมุนไปเล่นกลุ่มอื่นเรื่อยๆ ประมาณ 3-4 รอบ

4. เมื่อจบเกม ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรม ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้เข้าร่วมรู้จักปรับตัวให้เข้ากับกฎเกณฑ์ใหม่ๆ ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

โลกและสังคมมีการเปลี่ยนแปลงทุกขณะ ปัจจุบันสังคมมีสิ่งยั่วเยวและล่อแหลมมากมาย ดังนั้นบุคคลควรรู้ทันการเปลี่ยนแปลง และต้องมีความยืดหยุ่นในการปรับตัวเข้ากับเหตุการณ์ใหม่ๆ อยู่เสมอ เพื่อให้เท่าทันการถูกชักจูงไปในทางที่ไม่เหมาะสม และการดำเนินชีวิตในทางที่ผิด

การประเมินผล

สังเกตพฤติกรรมผู้เข้าร่วมขณะเล่นเกม

ใบงานกิจกรรม “ไฟหมუნวน”

กติกาการเล่น กลุ่มที่ 1

1. แจกไฟตามเข็มนาฬิกา A แต้้มสูงสุด 10 แต้้มต่ำสุด
2. แจกไฟให้กับทุกคนในกลุ่ม กลุ่มละ 2 ใบ
3. ให้แต่ละคนเปิดไฟ แล้วรวมแต้้ม ใครแต้้มเยอะที่สุดเป็นผู้ชนะ

กติกาการเล่น กลุ่มที่ 2

1. แจกไฟทวนเข็มนาฬิกา A แต้้มต่ำสุด 10 แต้้มสูงสุด
2. แจกไฟให้กับทุกคนในกลุ่ม กลุ่มละ 2 ใบ
3. ให้แต่ละคนเปิดไฟ แล้วรวมแต้้ม ใครแต้้มเยอะที่สุดเป็นผู้ชนะ

กติกาการเล่น กลุ่มที่ 3

1. แจกไฟตามเข็มนาฬิกา ดอกจิก แต้้มสูงสุด โปดำ แต้้มต่ำสุด
2. แจกไฟให้กับทุกคนในกลุ่ม กลุ่มละ 2 ใบ
3. ให้แต่ละคนเปิดไฟ แล้วรวมแต้้ม ใครแต้้มเยอะที่สุดเป็นผู้ชนะ

กติกาการเล่น กลุ่มที่ 4

1. แจกไฟทวนเข็มนาฬิกา ดอกจิก แต้้มต่ำสุด โปดำ แต้้มสูงสุด
2. แจกไฟให้กับทุกคนในกลุ่ม กลุ่มละ 2 ใบ
3. ให้แต่ละคนเปิดไฟ แล้วรวมแต้้ม ใครแต้้มเยอะที่สุดเป็นผู้ชนะ

กิจกรรมที่ 15

กิจกรรมสะท้อนความคิด

วัตถุประสงค์	เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมมีการแลกเปลี่ยนและรู้จักวิพากษ์ซึ่งกันและกันถึงพฤติกรรมของแต่ละคนที่ผ่านมาจากการร่วมทำกิจกรรม ฝึกให้เกิดการแสดงออก การตั้งคำถาม การตอบคำถาม เพื่อให้เรียนรู้ถึงพฤติกรรมเดิมที่ผ่านมามีโอกาสจะไม่สอดคล้องกับแนวคิดหรือมโนทัศน์ใหม่ๆที่ได้เรียนรู้ไป เมื่อทราบถึงความแตกต่างจะทำให้ผู้เข้าร่วมปรับเปลี่ยนบทบาท มโนทัศน์ และพฤติกรรมของตัวเองใหม่
ระยะเวลา	การวิพากษ์ 3 ชั่วโมง การระดมสมอง 1 ชั่วโมง การสนทนากลุ่ม 1 ชั่วโมง
สื่อและอุปกรณ์	1. จัดโต๊ะเป็นวงกลม 2. กระดาษ A 4 3. ปากกา
วิธีดำเนินกิจกรรม	<ol style="list-style-type: none"> 1. การวิพากษ์ <ul style="list-style-type: none"> - แลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างอิสระ - ตั้งคำถามที่ท้าทาย - โต้เถียงหรือเสนอข้อขัดแย้งระหว่างพฤติกรรมเดิม และพฤติกรรมใหม่เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติใหม่ 2. การระดมสมอง <ul style="list-style-type: none"> - เพื่อร่วมกันพิจารณา และสรุปคุณลักษณะของบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันทางใจในแต่ละองค์ประกอบว่ามีลักษณะอย่างไรจากกระบวนการวิพากษ์ที่ผ่านมา 3. การสนทนากลุ่ม <ul style="list-style-type: none"> - เพื่อร่วมกันสนทนาหาวิธีการในการแก้ปัญหาชีวิตโดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด ทั้งนี้ให้นำลักษณะของภูมิคุ้มกันทางใจที่ได้ผ่านการวิพากษ์และเรียนรู้เบื้องต้นมาใช้ในการดำเนินชีวิต
สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม	การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์และพฤติกรรมเดิมให้เป็นผู้มีภูมิคุ้มกันทางใจ และดำเนินชีวิตด้วยการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ
การประเมินผล	สังเกตจากการวิพากษ์ การระดมสมอง การสนทนากลุ่ม และการนำไปปฏิบัติในชีวิตจริง



ภาคผนวก ค
รายนามผู้เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**การนำเสนอมาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของ
เยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำแบบบูรณาการที่ใช้ปัญหาของเยาวชนเป็นศูนย์กลาง**

ผู้วิจัยทำการจัดการสนทนากลุ่มขึ้น ในวันที่ 30 พฤศจิกายน 2556 เพื่อร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ โดยมีการร่วมกันเสนอแนะเชิงนโยบายทางการศึกษาจากการจัดโปรแกรมดังกล่าว ซึ่งประกอบด้วย

1. คุณอามีน๊ะห์ ปิติลและ

นายกสมาคมต่อต้านยาเสพติดของเขตคลองเตยและตัวแทนสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภาคประชาชน

2. คุณสุนทร จำปาทอง

เลขานุการชุมชนลือค 4-5-6 เขตคลองเตย

3. พระพิศาลธรรมานุสิฐ

เจ้าอาวาสวัดสะพานที่เคยจัดกิจกรรมบำบัดยาเสพติดให้กับเยาวชนในชุมชน

4. คุณตุ๊กตา ม่วงศรี

ผู้ปกครองของเยาวชนที่เคยติดยาเสพติด

5. คุณสมบัติ เกரியมงคล

ผู้ปกครองของเยาวชนที่กำลังติดยาเสพติด

6. คุณสุวรรณา ว่องวานิช

เจ้าหน้าที่คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (ปปส.กทม.)

7. คุณชนิษฐา ระโหฐาน

นักจิตวิทยา

8. คุณอรอุมา ศุภศรี

นักวิจัยและจัดกิจกรรมโครงการสำหรับเยาวชน



ภาคผนวก ง
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

เครื่องมือชุดที่ 1 แบบสอบถามความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ข้อมูลที่ได้จะนำเสนอในภาพรวมและใช้ประกอบการวิจัยในเบื้องต้นเท่านั้น ซึ่งการให้ข้อมูลในครั้งนี้อาจไม่มีผลกระทบต่อท่านทั้งทางตรงและทางอ้อม

2. แบบสอบถามฉบับนี้ แบ่งออกเป็น 3 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับเนื้อหาสาระที่ต้องการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ในการเลือกตอบแบบสอบถามในตอนที่ 3 ผู้ตอบเลือกตอบโดยอาศัยเกณฑ์ตามความต้องการการเรียนรู้ของตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ระดับ 5	หมายถึง	เนื้อหาดังกล่าวตรงกับความต้องการของท่านมากที่สุด
ระดับ 4	หมายถึง	เนื้อหาดังกล่าวตรงกับความต้องการของท่านมาก
ระดับ 3	หมายถึง	เนื้อหาดังกล่าวตรงกับความต้องการของท่านปานกลาง
ระดับ 2	หมายถึง	เนื้อหาดังกล่าวตรงกับความต้องการของท่านน้อย
ระดับ 1	หมายถึง	เนื้อหาดังกล่าวตรงกับความต้องการของท่านน้อยที่สุด

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง หรือกรอกข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ

1. ชาย 2. หญิง

2. อายุ..... ปี (เกิน 6 เดือน ให้นับเพิ่มเป็นอีก 1 ปี)

3. ระดับการศึกษาสูงสุด

1. ประถมศึกษา (ป.6) 2. มัธยมศึกษา (ม.3)
 3. มัธยมศึกษา (ม.6) 4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

4. ท่านอาศัยอยู่ในชุมชนคลองเตยเป็นระยะเวลาานานเท่าใด (เกิน 6 เดือน ให้นับเพิ่มเป็นอีก 1 ปี)

1. ไม่เกิน 3 ปี 2. 4-8 ปี
 3. 9-13 ปี 4. 14-18 ปี

5. ปัญหาชีวิตที่ท่านเคยเผชิญ คือ (ตอบได้หลายข้อตามที่เป็นจริง)

1. ปัญหาครอบครัว 2. ปัญหาการเรียน
 3. ปัญหาการเงิน 4. ปัญหาการงาน
 5. ปัญหาสุขภาพ 6. ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน
 7. ปัญหาความรัก 8. อื่นๆ (โปรดระบุ)

6. บุคคลที่ท่านจะขอคำแนะนำเมื่อประสบปัญหาในชีวิต (ตอบได้หลายข้อตามที่เป็นจริง)

1. พ่อ 2. แม่
 3. ญาติ 4. เพื่อน
 5. คนรัก 6. อื่นๆ (โปรดระบุ)

7. ท่านเคยเข้าร่วมโครงการ/กิจกรรมต่อต้านยาเสพติดหรือไม่

1. เคย (โปรดระบุ)..... 2. ไม่เคย

8. ชนิดของยาเสพติดที่ท่านเคยทดลองเสพ (ตอบได้หลายข้อตามที่เป็นจริง)

1. ไอซ์ 2. ยาบ้า
 3. กัญชา 4. กระท่อม
 5. เฮโรอีน 6. อื่นๆ (โปรดระบุ)

9. ระยะเวลาที่ท่านติดยาเสพติด (เกิน 6 เดือน ให้นับเพิ่มเป็นอีก 1 ปี)

1. ไม่ถึง 1 ปี 2. 1 ปี
 3. 2 ปี 4. 3 ปี
 5. 4 ปี 6. 5 ปี
 7. เกินกว่า 5 ปี

10. ท่านสนใจการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจทางใจต่อการติดยาเสพติดหรือไม่

1. สนใจ 2. ไม่สนใจ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น

1. รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ท่านต้องการ คือ (ตอบได้หลายข้อตามที่เป็นจริง)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. การบรรยาย | <input type="checkbox"/> 2. การสาธิต |
| <input type="checkbox"/> 3. การอภิปราย/สนทนากลุ่ม | <input type="checkbox"/> 4. การแสดงบทบาทสมมติ |
| <input type="checkbox"/> 5. การศึกษาดูงาน | <input type="checkbox"/> 6. ศิลปะบำบัด (การบำบัดรักษาที่ใช้กิจกรรมทางศิลปะ) |
| <input type="checkbox"/> 7. เกม | <input type="checkbox"/> 8. อื่นๆ (โปรดระบุ)..... |

2. สื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่ท่านต้องการ คือ (ตอบได้หลายข้อตามที่เป็นจริง)

- | | |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. เอกสาร/คู่มือการฝึกปฏิบัติ | <input type="checkbox"/> 2. วีดิทัศน์ |
| <input type="checkbox"/> 3. ภาพยนตร์/เรื่องสั้น | <input type="checkbox"/> 4. เกม |
| <input type="checkbox"/> 5. อื่นๆ (โปรดระบุ)..... | |

3. สถานที่จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ท่านต้องการ คือ (ตอบได้หลายข้อตามที่เป็นจริง)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. วัด | <input type="checkbox"/> 2. ศาลาประชาคม |
| <input type="checkbox"/> 3. ศูนย์กายภาพบำบัด | <input type="checkbox"/> 4. ห้องสมุด |
| <input type="checkbox"/> 5. ศูนย์กศน. เขต | <input type="checkbox"/> 6. อื่นๆ (โปรดระบุ)..... |

4. ข้อเสนอแนะอื่นๆ

.....

.....

.....

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเนื้อหาสาระที่ต้องการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความแต่ละข้อความ และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือ ตามที่ท่านเห็นว่าตรงกับต้องการมากที่สุด

ระดับ 5	หมายถึง	มีความต้องการในระดับมากที่สุด
ระดับ 4	หมายถึง	มีความต้องการในระดับมาก
ระดับ 3	หมายถึง	มีความต้องการในระดับปานกลาง
ระดับ 2	หมายถึง	มีความต้องการในระดับน้อย
ระดับ 1	หมายถึง	มีความต้องการในระดับน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความคำถาม	ระดับความต้องการ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	<u>ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</u>					
	1.1 ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด)					
	1.2 ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน (การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด)					
	1.3 ความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว่เขวหรือกระตุ้นความสนใจ (การควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆมีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้)					
2	<u>ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</u>					
	2.1 การมีความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้(การมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และตนเองสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้)					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความต้องการ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
	2.2 การมีความสามารถในการอ่านสถานะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น)					
	2.3 การมีความหวังในชีวิต (การมีความเชื่อมั่น มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี)					
3	<u>ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</u>					
	3.1 ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหา และการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง)					
	3.2 ความสามารถในการแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธภาพใหม่ๆ (การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ท้าทาย และสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม)					
	3.3 การมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว (การเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ถูกต้องเหมาะสม)					

เครื่องมือชุดที่ 2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชน
กลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง

1. แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อ
การเสพยาเสพติดซ้ำฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวัดระดับความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชน
กลุ่มเสี่ยง ข้อมูลที่ได้จะนำเสนอในภาพรวม และใช้ประกอบในการวิจัย ซึ่งการให้ข้อมูลในครั้งนี้จะไม่มี
ผลกระทบต่อท่านทั้งทางตรงและทางอ้อม
2. แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 25 ข้อ โดย
เป็นแบบปรนัยประเภทเลือกตอบ (Multiple Choice) ชนิด 4 ตัวเลือกในแต่ละข้อคำถาม ซึ่งจะมี
คำตอบที่ถูกต้องเพียงคำตอบเดียวเท่านั้น

**แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด
ของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ**

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ล้อมรอบตัวอักษรที่ท่านเห็นว่าเป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดเป็นความหมายของภูมิคุ้มกันใจที่ถูกต้องที่สุด
 - ก. เป็นภูมิคุ้มกันเกี่ยวกับโรคที่เกี่ยวข้องหัวใจ
 - ข. เป็นทักษะทางสังคมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
 - ค. เป็นความสามารถของบุคคลในการอดทนต่อความเจ็บปวด
 - ง. เป็นศักยภาพภายในตัวบุคคลที่สามารถรับมือกับเหตุการณ์ในชีวิตได้
2. บุคคลที่ขาดภูมิคุ้มกันทางใจคือบุคคลในข้อใด
 - ก. ตำซุกหน้าแดงที่มาแข่งควีซื้ออาหาร
 - ข. เขียวกำมือแน่นเมื่อโดนเด่นล้อชื่อพ่อ-แม่
 - ค. ขาวเดินหนีเมื่อโดนกลุ่มเพื่อนล้อว่ายากจน
 - ง. โด่งยิ้มสู้เมื่อรู้ว่าโดนตัดเงินค่าขนมเพราะครอบครัวมีรายจ่ายสูง
3. วิธีที่ไม่ควรกระทำในการหาทางออกจากการทะเลาะกับพ่อ-แม่คือข้อใด
 - ก. โต้เถียงพ่อ-แม่ด้วยเหตุผล
 - ข. ขอโทษพ่อ-แม่ในสิ่งที่ทำผิดพลาดไป
 - ค. นิ่งเงียบรอให้พ่อ-แม่ใจเย็นแล้วค่อยกลับมาคุย
 - ง. สู้บุหรืตามคำชักชวนของเพื่อนเพื่อลดความเครียด
4. บุคคลที่มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ เมื่อประสบปัญหาชีวิตจะมีลักษณะอย่างไร
 - ก. แก้ไขปัญหาได้อย่างทันถ่วงที
 - ข. มีกำลังใจในการเอาชนะปัญหา
 - ค. มีจิตใจเข้มแข็ง ยิ้มสู้กับปัญหาที่เกิดขึ้น
 - ง. ปรับตัวเข้ากับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม
5. ข้อใดเป็นลักษณะสำคัญของบุคคลที่ถือได้ว่ามีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ
 - ก. แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี
 - ข. เข้ากับคนรอบข้างได้ง่าย
 - ค. ยิ้มแย้มแจ่มใส ไม่ไขว่เขวต่อสิ่งต่างๆ
 - ง. ไม่อ่อนไหวต่อคำชักชวนที่ไม่เหมาะสม

6. เมื่อชีวิตเจอกับอุปสรรค บุคคลที่มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จจะมีลักษณะอย่างไร
- มองโลกในแง่ดี
 - ยิ้มสู้และพยายามหาทางออก
 - ปล่อยวาง ไม่สนใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น
 - สร้างกำลังใจและความเชื่อมั่นให้ตนเองเพื่อเอาชนะอุปสรรค**
7. บุคคลที่มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ต้องมีลักษณะอย่างไร
- แข็งแรงแรง
 - มีกำลังใจที่ดี
 - อารมณ์ดี ไม่เครียด
 - แก้ไขปัญหาได้อย่างชาญฉลาด**
8. ข้อใดไม่เข้าพวกในมิติของการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ
- สมทรวงจัดการกับความรู้สึกทุกข์ของตนเองได้ดี
 - สมบูรณ์เป็นคนมีความอดทนและยับยั้งอารมณ์ของตนเองได้ดี
 - สมชายควบคุมอารมณ์ได้ดีในตอนที่โดนเพื่อนรังแก
 - สมหมายเป็นคนเข้มแข็งและปรับตัวได้ดีเมื่อเจอเพื่อนใหม่**
9. ถ้าเพื่อนชักชวนให้ลองสูบบุหรี่ เราควรทำอย่างไร
- ปฏิเสธอย่างสุภาพ**
 - ลองตามคำชักชวน
 - ไม่สนใจแล้วเดินหนีไป
 - บอกเพื่อนว่าบุหรี่เป็นสิ่งไม่ดี
10. ข้อใดหมายถึงความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ
- รู้จักช่วยเหลือผู้อื่น
 - รู้จักให้กำลังใจตัวเอง
 - รู้จักจัดการกับอารมณ์และยับยั้งความรู้สึกของตนเอง**
 - รู้จักเอาชนะกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิต
11. บุคคลที่มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จคือบุคคลที่มีลักษณะอย่างไร
- ร่าเริง หัวเราะง่าย
 - เป็นกันเอง ไม่ถือตัว
 - ไม่ท้อถอย มีความมั่นใจในตนเอง**
 - อารมณ์รุนแรง หงุดหงิดง่าย

12. วิธีการรับมือที่ดีที่สุดเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจคือวิธีใด
- ปรึกษาเพื่อน
 - ร้องไห้คนเดียว
 - ออกไปเที่ยวให้ลืมเรื่องไม่สบายใจนั้น
 - คิดทบทวนและพยายามแก้ไขในสิ่งที่เกิดขึ้น**
13. เมื่อเห็นเพื่อนมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เราควรทำอย่างไร
- ทำตัวห่างเหินออกไป
 - บอกครูให้สั่งสอนเพื่อน
 - ไม่สนใจเพราะไม่ใช่เรื่องของเรา
 - เตือนเพื่อนพร้อมทั้งหากิจกรรมอื่นที่ดีกว่าให้ลองทำ**
14. ข้อใดหมายถึงความมุ่งมั่นในความสำเร็จ
- การปรับตัวได้ดีในทุกสถานการณ์
 - การดูแลจิตใจตนเองในสภาพกดดันต่างๆ
 - การให้กำลังใจและมีความเชื่อมั่นในตนเองเมื่อเจอปัญหาในชีวิต**
 - การใช้ทักษะของตนเองในการแก้ปัญหาชีวิต
15. บุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จะมีลักษณะอย่างไร
- เงียบขรึม
 - เศร้า หดหู่
 - ย่ำคิดย่ำทำ
 - ไม่ศรัทธาในตนเอง ท้อถอย**
16. ข้อใดหมายถึงความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ
- มีแรงใจในการดำเนินชีวิต
 - มีวิธีการดูแลจิตใจตนเองในสภาพกดดัน
 - มีกำลังใจที่ดีและให้กำลังใจคนรอบข้างเสมอ
 - มีความกล้าที่จะเผชิญกับปัญหาและพร้อมจะต่อสู้เพื่อเอาชนะอุปสรรค**
17. ข้อใดไม่ใช่ปัจจัยภายนอกที่ก่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจ
- การได้รับกำลังใจจากพ่อแม่
 - การได้รับความรักจากครอบครัว
 - การมีความมั่นใจในศักยภาพของตนเอง**
 - การได้รับการสนับสนุนให้มีอิสระในตัวเอง

18. ข้อใดเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่ก่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจ
- มีเพื่อนที่ดี มีน้ำใจ
 - มีความภาคภูมิใจในตนเอง**
 - การมีพ่อแม่เป็นตัวอย่างที่ดี
 - ครอบครัวสนับสนุนและชื่นชมอยู่เสมอ
19. วิธีการใดที่เป็นการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ
- มีเป้าหมายในชีวิต
 - ทำความรู้จักเพื่อนใหม่เสมอ
 - มีจิตใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
 - รู้จักยับยั้งอารมณ์และปรับความคิดเมื่อตกอยู่ในสภาพกดดัน**
20. วิธีการใดที่เป็นการเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ
- ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง
 - กล้าแสดงออกในที่สาธารณะ
 - มีศรัทธาและมีกำลังใจในตนเอง**
 - ควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเจอเรื่องที่ทำให้โกรธ
21. วิธีการใดที่เป็นการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ
- มีความหวังและกำลังใจในชีวิต
 - เปิดมุมมองรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
 - ปรึกษาปัญหาหากับคนที่ไว้ใจและน่าเชื่อถือ
 - ปรับพฤติกรรมและการกระทำของตนเองให้เข้ากับสถานการณ์**
22. ข้อใดไม่ใช่เหตุผลของการมีภูมิคุ้มกันทางใจ
- เพื่อให้บุคคลรอบข้างมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีด้วย**
 - เพื่อให้สามารถแก้ปัญหา/อุปสรรคที่เผชิญอยู่ได้อย่างถูกต้อง
 - เพื่อให้กำลังใจตัวเองในสถานการณ์กดดันหรือเหตุการณ์ที่ทำให้ท้อถอย
 - เพื่อให้สามารถจัดการกับความเครียดและอารมณ์ด้านลบได้อย่างเหมาะสม
23. ข้อใดเกี่ยวข้องกับความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ
- การเห็นคุณค่าของผู้อื่น
 - การพอใจกับสิ่งที่เป็นอย่างอยู่
 - การมีเพื่อนและคนรอบข้างคอยเป็นกำลังใจในชีวิต
 - การไม่ทุกข์ร้อนกับเหตุการณ์หรือสภาวะที่กดดันที่เกิดขึ้นในชีวิต**

24. ข้อใดเกี่ยวข้องกับความสำเร็จกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ
- ก. การสร้างกำลังใจให้กับตนเอง
 - ข. การยอมรับและเปิดใจในสิ่งที่ผู้อื่นคิด
 - ค. มีการตัดสินใจแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม**
 - ง. การหาวิธีผ่อนคลายเป็นตัวเองจากความทุกข์
25. ข้อใดไม่เกี่ยวข้องกับคำว่า “ภูมิคุ้มกันทางใจ”
- ก. ศักยภาพในการแสดงออกอย่างมีวุฒิภาวะ
 - ข. พลังแห่งชีวิตที่ช่วยให้คนเราเอาชนะอุปสรรคต่างๆ
 - ค. ความเข้มแข็งที่เกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคลเพียงคนเดียว**
 - ง. วิธีการพัฒนาตนเองต่อการปรับตัวในสถานการณ์ที่คุกคามจิตใจ

เครื่องมือชุดที่ 3 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง

1. แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ข้อมูลที่ได้จะนำเสนอในภาพรวมและใช้ประกอบการวิจัยเท่านั้น ซึ่งการให้ข้อมูลในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบต่อท่านทั้งทางตรงและทางอ้อม
2. แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจฉบับนี้ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 60 ข้อที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันทางใจทั้ง 3 มิติ ได้แก่ ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ดังนี้

1. มิติด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ
2. มิติด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ
3. มิติด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ

ในการเลือกตอบแบบภูมิคุ้มกันทางใจฉบับนี้ ผู้ตอบเลือกตอบโดยอาศัยเกณฑ์ตามความรู้สึกของตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ระดับ 5	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
ระดับ 4	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความรู้สึกของท่านมาก
ระดับ 3	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความรู้สึกของท่านปานกลาง
ระดับ 2	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความรู้สึกของท่านน้อย
ระดับ 1	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความรู้สึกของท่านน้อยที่สุด

แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความแต่ละข้อความและใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ระดับ 5	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นจริงมากที่สุด
ระดับ 4	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นจริงมาก
ระดับ 3	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นค่อนข้างจริง
ระดับ 2	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นจริงบางครั้ง
ระดับ 1	หมายถึง	ไม่เคยมีความรู้สึกเช่นนั้น

ข้อ	ลักษณะพฤติกรรม	ระดับความรู้สึก				
		จริง มาก ที่สุด (5)	จริง มาก (4)	ค่อนข้าง จริง(3)	จริง บาง ครั้ง(2)	ไม่จริง (1)
1	ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันกังวล ว่าวุ่นใจ					
2	ฉันสอนและเตือนตัวเองเสมอเมื่อเจอ เรื่องแย่ๆ					
3	ฉันไม่จดจำเรื่องเลวร้ายในอดีตที่ผ่านมา					
4	เมื่อฉันทำเรื่องผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ ตามมาเสมอ					
5	เมื่อมีปัญหาหนักใจ ฉันสามารถปรับ อารมณ์และความรู้สึกของฉันได้					
6	ฉันรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน เวลา โกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ					
7	เมื่อฉันถูกขัดใจ ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดจน ควบคุมอารมณ์ไม่ได้					
8	ฉันมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่ เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย					
9	เมื่อทำผิด ฉันไม่ลังเลที่จะกล่าวคำขอ โทษผู้อื่น					

ข้อ	ลักษณะพฤติกรรม	ระดับความรู้สึก				
		จริง มาก ที่สุด (5)	จริง มาก (4)	ค่อนข้าง จริง(3)	จริง บาง ครั้ง(2)	ไม่จริง (1)
10	บ่อยครั้งที่ฉันรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันไขว้เขว และเบี่ยงเบนความสนใจของฉัน					
11	ฉันรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันไม่คุ้นเคย					
12	ฉันรู้สึกว่าตัวเองอ่อนแอและด้อยกว่าผู้อื่น					
13	เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนาน และผ่อนคลายได้					
14	ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดีๆ มากกว่าฉัน					
15	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันสามารถหาทางออกที่ดีให้กับตัวเองได้					
16	ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ฉันต้องการ					
17	ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ					
18	ฉันสามารถยิ้มให้กับทุกคน แม้รู้ว่าคนๆ นั้นเกลียดฉัน					
19	ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้ แม้ว่าฉันเพิ่งทะเลาะกับคนในครอบครัวของฉัน					
20	ฉันสามารถหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์ได้ โดยไม่ทำความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น					
21	<u>ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</u> จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้					

ข้อ	ลักษณะพฤติกรรม	ระดับความรู้สึก				
		จริง มาก ที่สุด (5)	จริง มาก (4)	ค่อนข้าง จริง(3)	จริง บาง ครั้ง(2)	ไม่จริง (1)
22	ฉันมีกำลังใจในการใช้ชีวิตเสมอแม้จะต้องเจอกับปัญหาใดๆก็ตาม					
23	ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า					
24	เมื่อเจอวิกฤต ฉันรู้สึกที่ตัวเองไร้ความสามารถ					
25	เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น					
26	ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน					
27	ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับ ถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด					
28	ฉันยอมรับได้ ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่จะไม่พอใจในการกระทำของฉัน					
29	เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ					
30	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้					
31	ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้หน้าที่ของฉันให้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด					
32	ฉันไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อฉันต้องทำงานที่ต้องเผชิญกับความยากลำบาก					
33	แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันก็มีความหวังเสมอว่าจะต้องดีขึ้น					
34	ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด					
35	ฉันเป็นคนมองโลกในแง่ดีเสมอ					
36	ฉันไม่หมดกำลังใจและไม่ย่อท้อ แม้จะต้องเจอเรื่องที่ยากลำบากในชีวิต					

ข้อ	ลักษณะพฤติกรรม	ระดับความรู้สึก				
		จริง มาก ที่สุด (5)	จริง มาก (4)	ค่อนข้าง จริง(3)	จริง บาง ครั้ง(2)	ไม่จริง (1)
37	ฉันเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่มีสิ่งใดที่ฉันทำไม่ได้					
38	เมื่อฉันพ่ายแพ้ ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ					
39	แม้ฉันต้องเจอกับความล้มเหลว ฉันก็มีความมุ่งมั่นและกำลังใจที่ดีที่จะลุกขึ้นสู้ต่อไป					
40	ฉันสามารถสร้างกำลังใจและความหวังในชีวิตให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดาย					
41	<u>ด้าน ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</u> ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ					
42	ฉันอยากหนีไปให้พ้น หากเจอปัญหาที่ต้องรับผิดชอบ					
43	การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ทำให้ฉันมีประสบการณ์มากขึ้น					
44	ในการแสดงความคิดเห็น ฉันมีวิธีการหาเหตุผลให้ทุกคนยอมรับหรือเห็นด้วยกันฉัน					
45	ฉันมีการเตรียมทางออกไว้หลายๆทาง ถ้าปัญหาที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิดไว้					
46	เป็นเรื่องธรรมดาที่จะหาโอกาสใหม่ๆ เพื่อเป็นประสบการณ์ในชีวิต					
47	ฉันพยายามแสวงหาความท้าทายในชีวิตเสมอ					
48	เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ					
49	ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก					

ข้อ	ลักษณะพฤติกรรม	ระดับความรู้สึก				
		จริง มาก ที่สุด (5)	จริง มาก (4)	ค่อนข้าง จริง(3)	จริง บาง ครั้ง(2)	ไม่จริง (1)
50	ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน					
51	ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ					
52	ฉันไม่ยืดหยุ่นมากพอในการปรับตัวเมื่อเริ่มรู้จักกับคนอื่น					
53	ฉันทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย					
54	เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ					
55	ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้					
56	ฉันมีพลังที่จะต่อสู้กับปัญหาเสมอ					
57	ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน					
58	ฉันไม่เคยคิดจะยอมแพ้หรือท้อถอยต่ออุปสรรคใดๆ ที่เข้ามาในชีวิต					
59	เมื่อพบเจออุปสรรค ฉันพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้					
60	ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่หรือสังคมใหม่ได้โดยไม่ตะขิดตะขวงใจ					

เครื่องมือชุดที่ 4 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง
ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง

1. แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน
ทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีวัตถุประสงค์เพื่อวัด
คุณภาพของโปรแกรม และผลการดำเนินกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นหลังสิ้นสุด
การดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

2. แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน
ทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ ประกอบด้วยข้อคำถาม
จำนวน 20 ข้อ แบ่งเนื้อหาที่ใช้ในการประเมินออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ด้านกิจกรรมและวิทยากร	8	ข้อ
ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม (ปฏิบัติ)	6	ข้อ
ด้านการจัดการ	6	ข้อ

ในการเลือกตอบแบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมฉบับนี้ ผู้ตอบเลือกตอบโดยอาศัยเกณฑ์
ตามความพึงพอใจของตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ระดับ 5	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความพึงพอใจของท่านมากที่สุด
ระดับ 4	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความพึงพอใจของท่านมาก
ระดับ 3	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความพึงพอใจของท่านปานกลาง
ระดับ 2	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความพึงพอใจของท่านน้อย
ระดับ 1	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความพึงพอใจของท่านน้อยที่สุด

แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง
ภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด โดยคำตอบจะมี
5 ตัวเลือก ดังนี้

ระดับ 5	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงมากที่สุด
ระดับ 4	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงของท่านมาก
ระดับ 3	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงของท่านปานกลาง
ระดับ 2	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงของท่านน้อย
ระดับ 1	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ปัจจัยที่ประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปาน กลาง (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
1	ด้านกิจกรรมและวิทยากร วัตถุประสงค์ของกิจกรรมมีความชัดเจน					
2	หัวข้อที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมีความ เหมาะสม					
3	เนื้อหาสาระของกิจกรรมสอดคล้องกับ ความต้องการ การ					
4	เนื้อหาสาระของกิจกรรมสามารถนำไป ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้					
5	เนื้อหาสาระของกิจกรรมมีความน่าสนใจ และง่ายต่อการทำความเข้าใจ					
6	วิทยากรมีความรอบรู้และสามารถ ถ่ายทอดความรู้ได้ดี					
7	วิทยากรสามารถอำนวยความสะดวก และให้ความช่วยเหลือผู้เรียนในการ เรียนรู้					
8	วิทยากรสามารถอธิบายเรื่องภูมิคุ้มกัน ทางใจได้ชัดเจนและนำไปปฏิบัติได้จริง					
9	ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม (ปฏิบัติ) บรรยากาศในการเข้าร่วมกิจกรรมมี ความผ่อนคลาย					
10	เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมมีความ เหมาะสม					

ข้อ	ปัจจัยที่ประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
11	กิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนเป็นสำคัญ					
12	กิจกรรมที่จัดสามารถพัฒนาให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจมากขึ้น					
13	การจัดกิจกรรมดำเนินไปอย่างเป็นลำดับขั้นตอน					
14	ผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้					
15	<u>ด้านการจัดการ</u> สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรมมีความเหมาะสมและน่าสนใจ					
16	การใช้สื่อมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับเนื้อหา					
17	ความเหมาะสมของระยะเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม					
18	ความเหมาะสมของสถานที่และสิ่งแวดล้อมในการจัดกิจกรรม					
19	การได้รับประสบการณ์ใหม่จากกิจกรรม					
20	ความพึงพอใจต่อกิจกรรมในภาพรวม					

เครื่องมือชุดที่ 5 แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เจื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ

คำชี้แจง

1. แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เจื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดซ้ำ มีวัตถุประสงค์เพื่อหาปัจจัย เจื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นหลังสิ้นสุดการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

2. แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เจื่อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 3 ข้อ โดยกำหนดประเด็นดังนี้ วัตถุประสงค์ กลุ่มผู้เรียน เจ้าหน้าที่ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ เนื้อหาสาระ กิจกรรมการเรียนรู้ แหล่งข้อมูลและสื่อการเรียนรู้ การวัดและประเมินผล สภาพแวดล้อม ปัญหาที่เกิดขึ้นพร้อมข้อเสนอแนะ

แบบสัมภาษณ์ปัจจัย เจื้อนไข และปัญหาของการใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1. ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้น
 - 1.1 การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ มีความเหมาะสมที่จะทำให้กลุ่มผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นหรือไม่ อย่างไร
 - เหมาะสม เพราะ.....
 - ไม่เหมาะสม เพราะ.....
 - สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
 - 1.2 การวิเคราะห์หาความต้องการในการเรียนรู้ มีความเหมาะสมที่จะทำให้กลุ่มผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นหรือไม่ อย่างไร
 - เหมาะสม เพราะ.....
 - ไม่เหมาะสม เพราะ.....
 - สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
 - 1.3 โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นมีความครบถ้วนและเหมาะสมที่จะทำให้กลุ่มผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นหรือไม่ อย่างไร
 - เหมาะสม เพราะ.....
 - ไม่เหมาะสม เพราะ.....
 - สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
 - 1.4 กลุ่มผู้เรียนมีความเหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ และมีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้หรือไม่ อย่างไร
 - เหมาะสม เพราะ.....
 - ไม่เหมาะสม เพราะ.....
 - สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
 - 1.5 ผู้ดำเนินกิจกรรมและผู้ช่วยมีความเหมาะสมในการอธิบายและกระตุ้นให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นและสร้างบรรยากาศที่ดีระหว่างดำเนินกิจกรรมหรือไม่ อย่างไร
 - เหมาะสม เพราะ.....
 - ไม่เหมาะสม เพราะ.....
 - สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
 - 1.6 ผู้ดำเนินกิจกรรมมีความรู้ความสามารถในการอธิบายให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น รวมถึงมีการจัดสื่อการเรียนรู้ แหล่งข้อมูล เช่น เอกสาร และตำราที่มีความเหมาะสม และก่อให้เกิดการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจหรือไม่ อย่างไร
 - เหมาะสม เพราะ.....
 - ไม่เหมาะสม เพราะ.....
 - สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....

- 1.7 เนื้อหาสาระของกิจกรรมทำให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น มีความเหมาะสม และเป็นประโยชน์ต่อชุมชนหรือไม่ อย่างไร
- เหมาะสม เพราะ.....
- ไม่เหมาะสม เพราะ.....
- สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
- 1.8 กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ กลุ่มผู้เรียนได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมและขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม รวมถึงระยะเวลาที่ใช้มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร
- เหมาะสม เพราะ.....
- ไม่เหมาะสม เพราะ.....
- สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
- 1.9 วิธีการวัดและการประเมินผล เวลาที่ใช้ และเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินมีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร
- เหมาะสม เพราะ.....
- ไม่เหมาะสม เพราะ.....
- สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
- 1.10 สภาพแวดล้อมในการดำเนินกิจกรรมมีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร
- เหมาะสม เพราะ.....
- ไม่เหมาะสม เพราะ.....
- สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
2. ความเหมาะสมของแบบสอบถามที่ใช้ประกอบในการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นในประเด็นรูปแบบของแบบสอบถาม และภาษาที่ใช้
- 2.1 แบบสอบถามเพื่อศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร
- เหมาะสม เพราะ.....
- ไม่เหมาะสม เพราะ.....
- สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....
- 2.2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร
- เหมาะสม เพราะ.....
- ไม่เหมาะสม เพราะ.....
- สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....

2.3 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร

เหมาะสม เพราะ.....

ไม่เหมาะสม เพราะ.....

สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....

2.4 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร

เหมาะสม เพราะ.....

ไม่เหมาะสม เพราะ.....

สิ่งที่ควรปรับปรุง คือ.....

3. ประเด็นอื่นๆ ที่ควรพัฒนาเพื่อให้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นมีความสมบูรณ์ และสามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เครื่องมือชุดที่ 6 ประเด็นการสนทนากลุ่มการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

1. ท่านคิดว่าโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น มีความเหมาะสมกับสภาพของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่เป็นกลุ่มเป้าหมายในงานวิจัยชิ้นนี้หรือไม่ อย่างไร

2. ท่านคิดว่าโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น จะเสริมสร้างให้เยาวชนกลุ่มเสี่ยงมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ได้มากน้อยเพียงใด อย่างไร

3. ท่านคิดว่าโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นควรมีการปรับปรุง แก้ไขเพิ่มเติมอะไรบ้าง อย่างไร เพื่อให้เยาวชนกลุ่มเป้าหมายเกิดภูมิคุ้มกันทางใจครอบคลุมมิติของการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ การมีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และการมีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ

4. ท่านคิดว่ามาตรการทางสังคมในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลควรมีมาตรการใดบ้าง อย่างไร เพื่อให้มีพลังการขับเคลื่อนมากยิ่งขึ้น (พิจารณาในมิติของมาตรการช่วยเหลือ พี่นฟู และติดตามผล มาตรการปราบปราม และมาตรการบำบัดรักษา)



ภาคผนวก จ

คะแนนการประเมินคุณภาพเครื่องมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางแสดงคะแนนประเมินแบบสอบถามความต้องการการเรียนรู้ของเยาวชนในชุมชนคลองเตย

ข้อที่	ค่า IOC
ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ	
1.1 ความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ (การมีความเข้มแข็งทางจิตใจ และยับยั้งชั่งใจตัวเองต่อการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด)	1
1.2 ความสามารถในการอยู่ได้อย่างสงบภายใต้ความกดดัน (การควบคุมอารมณ์ตนเองต่อสภาวะกดดันในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด)	1
1.3 ความสามารถในการควบคุมสิ่งที่ทำให้ไขว้เขวหรือกระตุ้นความสนใจ (การควบคุมตนเองและปิดกั้นไม่ให้ปัจจัยต่างๆมีอิทธิพลหรือรบกวนความสนใจได้)	1
ความมุ่งมั่นในความสำเร็จ	
2.1 การมีความสามารถและมีความเชื่อมั่นว่าจะอยู่ในโลกนี้ได้(การมีความเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงให้ดีกว่าเดิมได้ และตนเองสามารถควบคุมทิศทางในชีวิตได้)	1
2.2 การมีความสามารถในการอ่านสภาวะทางอารมณ์และจิตใจของผู้อื่นได้ (การเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น)	1
2.3 การมีความหวังในชีวิต (การมีความเชื่อมั่น มีความหวังที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต และการมองโลกในแง่ดี)	0.8
ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ	
3.1 ความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ (การมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงเข้าใจสาเหตุของปัญหาได้อย่างถูกต้อง)	1
3.2 ความสามารถในการแสวงหาโอกาส ความท้าทาย และสัมพันธ์ภาพใหม่ๆ (การแสวงหาโอกาสในชีวิต มีไหวพริบต่อสิ่งที่ท้าทาย และสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับคนรอบข้างในสังคม)	1
3.3 การมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการปรับตัว (การเรียนรู้ต่อการปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ๆ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆที่ถูกต้องเหมาะสม)	1

**ตารางแสดงคะแนนประเมินแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ
ต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ**

ประเด็นคำถาม	IOC	ข้อเสนอแนะ
<p>1. ความหมายของภูมิคุ้มกันใจในข้อใดต่อไปนี้เป็นถูกต้องที่สุด</p> <p>ก. เป็นภูมิคุ้มกันเกี่ยวกับโรคที่เกี่ยวข้องหัวใจ</p> <p>ข. เป็นทักษะทางสังคมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น</p> <p>ค. เป็นความสามารถของบุคคลในการอดทนต่อความเจ็บปวด</p> <p>ง. เป็นศักยภาพภายในตัวบุคคลที่สามารถรับมือกับเหตุการณ์ในชีวิตได้</p>	1.0	-
<p>2. บุคคลในข้อใดขาดภูมิคุ้มกันทางใจ</p> <p>ก. อเนกชนกหน้าอิทธิมาแข่งควีซื้ออาหาร</p> <p>ข. กนกเดินหนีเมื่อโดนกลุ่มเพื่อนล้อว่ายากจน</p> <p>ค. วิชัยกำมือแน่นเมื่อโดนสมศักดิ์ล้อชื่อพ่อ-แม่</p> <p>ง. วิณัยยิ้มสู้เมื่อรู้ว่าโดนตัดเงินค่าขนมเพราะครอบครัวมีรายจ่ายสูง</p>	1.0	น่าจะใช้ชื่อ ก,ข หรือ คำ,แดง
<p>3. วิธีการใดที่ไม่เหมาะสมที่สุดในการหาทางออกจากการทะเลาะกับพ่อ-แม่</p> <p>ก. โต้เถียงพ่อ-แม่ด้วยเหตุผล</p> <p>ข. ขอโทษพ่อ-แม่ในสิ่งที่ทำผิดพลาดไป</p> <p>ค. นิ่งเงียบบอให้พ่อ-แม่ใจเย็นแล้วค่อยกลับมาคุย</p> <p>ง. สูบบุหรี่ตามคำชักชวนของเพื่อนเพื่อลดความเครียด</p>	1.0	-
<p>4. บุคคลที่มีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ เมื่อประสบปัญหาชีวิตจะมีลักษณะอย่างไร</p> <p>ก. มีจิตใจเข้มแข็ง ยึดมั่นกับปัญหาที่เกิดขึ้น</p> <p>ข. แก้ไขปัญหาได้อย่างทันถ่วงที</p> <p>ค. ปรับตัวเข้ากับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม</p> <p>ง. มีกำลังใจในการเอาชนะปัญหา</p>	1.0	-
<p>5. บุคคลใดที่ถือว่ามีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</p> <p>ก. แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี</p> <p>ข. เข้ากับคนรอบข้างได้ง่าย</p> <p>ค. สามารถจัดการกับความเครียดได้</p> <p>ง. ไม่อ่อนไหวต่อคำชักชวนที่ไม่เหมาะสม</p>	1.0	-

ประเด็นคำถาม	IOC	ข้อเสนอแนะ
<p>6. เมื่อชีวิตเจอกับอุปสรรค บุคคลที่มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จจะมีลักษณะอย่างไร</p> <p>ก. มองโลกในแง่ดี</p> <p>ข. ยึดสู้และพยายามหาทางออก</p> <p>ค. ปล่อยวาง ไม่สนใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น</p> <p>ง. สร้างกำลังใจและความเชื่อมั่นให้ตนเองเพื่อเอาชนะอุปสรรค</p>	1.0	-
<p>7. บุคคลที่มีความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ต้องมีลักษณะอย่างไร</p> <p>ก. แข็งแกร่ง</p> <p>ข. มีกำลังใจที่ดี</p> <p>ค. อารมณ์ดี ไม่เครียด</p> <p>ง. แก้ไขปัญหาได้อย่างชาญฉลาด</p>	1.0	-
<p>8. ข้อใดไม่เข้าพวกในมิติของการมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</p> <p>ก. สมทรงจัดการกับความรู้สึกทุกข์ของตนเองได้ดี</p> <p>ข. สมบูรณ์เป็นคนมีความอดทนและยับยั้งอารมณ์ของตนเองได้ดี</p> <p>ค. สมชายควบคุมอารมณ์ได้ดีในขณะที่โดนเพื่อนรังแก</p> <p>ง. สมหมายเป็นคนเข้มแข็งและปรับตัวได้ดีเมื่อเจอเพื่อนใหม่</p>	0.6	ไม่เข้าพวกในเรื่องอะไร
<p>9. ถ้าเพื่อนชักชวนให้ลองสูบบุหรี่ เราควรทำอย่างไร</p> <p>ก. เลิกคบเพื่อน</p> <p>ข. ลองตามคำชักชวน</p> <p>ค. แสดงท่าทางรังเกียจแล้วเดินหนีไป</p> <p>ง. ปฏิเสธอย่างสุภาพพร้อมทั้งแนะนำข้อเสียของบุหรี่ให้เพื่อนทราบ</p>	0.8	ไม่ควรมีตัวเลือกไม่ดี
<p>10. ข้อใดหมายถึงความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</p> <p>ก. รู้จักช่วยเหลือผู้อื่น</p> <p>ข. รู้จักให้กำลังใจตัวเอง</p> <p>ค. รู้จักจัดการกับอารมณ์และยับยั้งความรู้สึกของตนเอง</p> <p>ง. รู้จักเอาชนะกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิต</p>	1.0	-

ประเด็นคำถาม	IOC	ข้อเสนอแนะ
<p>11. บุคคลที่มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จคือบุคคลที่มีลักษณะอย่างไร</p> <p>ก. ร่าเริง หัวเราะง่าย</p> <p>ข. เป็นกันเอง ไม่ถือตัว</p> <p>ค. ไม่ท้อถอย มีความมั่นใจในตนเอง</p> <p>ง. อารมณ์รุนแรง หงุดหงิดง่าย</p>	1.0	-
<p>12. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ วิธีการรับมือแบบใดที่ดีที่สุด</p> <p>ก. ปรึกษาเพื่อน</p> <p>ข. ร้องไห้คนเดียว</p> <p>ค. ออกไปเที่ยวให้ลืมเรื่องไม่สบายใจนั้น</p> <p>ง. คิดทบทวนและพยายามทำใจยอมรับ</p>	0.6	ข้อ ง. ไม่น่าเป็นการยอมรับเสนอไป บางเรื่องต้องแก้ไข
<p>13. เมื่อเห็นเพื่อนมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เราควรทำอย่างไร</p> <p>ก. ตำหนอ ดุฎก</p> <p>ข. ฟ้องครูให้ลงโทษเพื่อน</p> <p>ค. ไม่สนใจเพราะไม่ใช่เรื่องของเรา</p> <p>ง. เตือนเพื่อนพร้อมทั้งหากิจกรรมอื่นที่ดีกว่าให้ลองทำ</p>	0.6	ไม่ควรมีตัวเลือกไม่ดี
<p>14. ข้อใดหมายถึงความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</p> <p>ก. การปรับตัวได้ดีในทุกสถานการณ์</p> <p>ข. การดูแลจิตใจตนเองในสภาพกดดันต่างๆ</p> <p>ค. การให้กำลังใจและมีความเชื่อมั่นในตนเองเมื่อเจอปัญหาในชีวิต</p> <p>ง. การใช้ทักษะของตนเองในการแก้ปัญหาชีวิต</p>	0.6	ไม่แน่ใจว่าข้ออื่นถูกได้ไหม
<p>15. บุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จะมีลักษณะอย่างไร</p> <p>ก. เงียบขรึม</p> <p>ข. เศร้า หดหู่</p> <p>ค. จริงจังอยู่ตลอดเวลา</p> <p>ง. ไม่ศรัทธาในตนเอง ท้อถอย</p>	0.8	ไม่ควรมีตัวเลือกไม่ดี

ประเด็นคำถาม	IOC	ข้อเสนอแนะ
<p>16. ข้อใดหมายถึงความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</p> <p>ก. มีแรงใจในการดำเนินชีวิต</p> <p>ข. มีวิธีการดูแลจิตใจตนเองในสภาพกดดัน</p> <p>ค. มีกำลังใจที่ดีและให้กำลังใจคนรอบข้างเสมอ</p> <p>ง. มีความกล้าที่จะเผชิญกับปัญหาและพร้อมจะต่อสู้เพื่อเอาชนะอุปสรรค</p>	1.0	-
<p>17. ปัจจัยภายนอกที่ก่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจคือข้อใด</p> <p>ก. การได้รับกำลังใจจากพ่อแม่</p> <p>ข. การได้รับความรักจากครอบครัว</p> <p>ค. การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างให้มีอิสระในตัวเอง</p> <p>ง. ถูกทุกข้อ</p>	0.8	ไม่ควรสร้างข้อสอบ ถูกทุกข้อ
<p>18. ข้อใดเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่ก่อให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจ</p> <p>ก. มีเพื่อนที่ดี มีน้ำใจ</p> <p>ข. มีความภาคภูมิใจในตนเอง</p> <p>ค. การมีพ่อแม่เป็นตัวอย่างที่ดี</p> <p>ง. ครอบครัวสนับสนุนและชื่นชมอยู่เสมอ</p>	1.0	-
<p>19. วิธีการใดที่เป็นการเสริมสร้างความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</p> <p>ก. มีเป้าหมายในชีวิต</p> <p>ข. ทำความรู้จักเพื่อนใหม่เสมอ</p> <p>ค. มีจิตใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น</p> <p>ง. รู้จักยับยั้งอารมณ์และปรับความคิดเมื่อตกอยู่ในสภาพกดดัน</p>	1.0	-
<p>20. วิธีการใดที่เป็นการเสริมสร้างความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</p> <p>ก. ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง</p> <p>ข. กล้าแสดงออกในที่สาธารณะ</p> <p>ค. มีศรัทธาและมีกำลังใจในตนเอง</p> <p>ง. ควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเจอเรื่องที่ทำให้โกรธ</p>	1.0	-

ประเด็นคำถาม	IOC	ข้อเสนอแนะ
<p>21. วิธีการใดที่เป็นการเสริมสร้างความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</p> <p>ก. มีความหวังและกำลังใจในชีวิต</p> <p>ข. เปิดมุมมองรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น</p> <p>ค. ปรึกษาปัญหากับคนที่ไว้ใจและน่าเชื่อถือ</p> <p>ง. ปรับพฤติกรรมและการกระทำของตนเองให้เข้ากับสถานการณ์</p>	1.0	-
<p>22. เพราะเหตุใดบุคคลจึงต้องมีภูมิคุ้มกันทางใจ</p> <p>ก. เพื่อให้สามารถแก้ปัญหา/อุปสรรคที่เผชิญอยู่ได้อย่างถูกต้อง</p> <p>ข. เพื่อให้กำลังใจตัวเองในสถานการณ์กดดันหรือเหตุการณ์ที่ทำให้ท้อถอย</p> <p>ค. เพื่อให้สามารถจัดการกับความเครียดและอารมณ์ด้านลบได้อย่างเหมาะสม</p> <p>ง. ถูกทุกข้อ</p>	0.8	-
<p>23. ข้อใดเกี่ยวข้องกับความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ</p> <p>ก. การเห็นคุณค่าของผู้อื่น</p> <p>ข. การพอใจกับสิ่งที่เป็นอยู่</p> <p>ค. การมีเพื่อนและคนรอบข้างคอยเป็นกำลังใจในชีวิต</p> <p>ง. การไม่ทุกข์ร้อนกับเหตุการณ์หรือสภาวะที่กดดันที่เกิดขึ้นในชีวิต</p>	1.0	-
<p>24. ข้อใดเกี่ยวข้องกับความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ</p> <p>ก. การสร้างกำลังใจให้กับตนเอง</p> <p>ข. การยอมรับและเปิดใจในสิ่งที่ผู้อื่นคิด</p> <p>ค. มีการตัดสินใจแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม</p> <p>ง. การหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์</p>	1.0	-
<p>25. ข้อใดไม่เกี่ยวข้องกับคำว่า “ภูมิคุ้มกันทางใจ”</p> <p>ก. ศักยภาพในการแสดงออกอย่างมีวุฒิภาวะ</p> <p>ข. พลังแห่งชีวิตที่ช่วยให้คนเราเอาชนะอุปสรรคต่างๆ</p> <p>ค. ความเข้มแข็งที่เกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคลเพียงคนเดียว</p> <p>ง. วิธีการพัฒนาตนเองต่อการปรับตัวในสถานการณ์ที่คุกคามจิตใจ</p>	1.0	-

ตารางแสดงคะแนนประเมินแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด

ประเด็นคำถาม	ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ	
	IOC	ข้อเสนอแนะ
ด้านความสามารถในการยับยั้งชั่งใจ		
1. เรื่องที่ไม่สบายใจทำให้ฉันทงวล ว้าวุ่นใจ	1.0	-
2. ฉันทอนและเตือนตัวเองเสมอ	0.6	-
3. ฉันทไม่จดจำเรื่องเลวร้ายในอดีตที่ผ่านมา	1.0	-
4. เมื่อฉันททำเรื่องผิดพลาด ฉันทยอมรับผลที่ตามมาเสมอ	1.0	-
5. เมื่อมีปัญหาหนักใจ ฉันทสามารถปรับอารมณ์และความรู้สึกของฉันทได้	1.0	-
6. ฉันทรู้ตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉันท เวลาโกรธหรือมีเรื่องไม่สบายใจ	1.0	-
7. เมื่อฉันทถูกขัดใจ ฉันทจะรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้	1.0	-
8. ฉันทมักมีปฏิกิริยาที่รุนแรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อย	1.0	-
9. เมื่อทำผิด ฉันทไม่ลังเลที่จะกล่าวคำขอโทษผู้อื่น	1.0	-
10. บ่อยครั้งที่ฉันทรู้ว่าอะไรที่ทำให้ฉันทไขว่เขวและเปี่ยงเบนความสนใจของฉันท	0.8	-
11. ฉันทรู้สึกอึดอัดและลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนที่ฉันทไม่คุ้นเคย	1.0	-
12. ฉันทรู้สึกว่าตัวเองอ่อนแอและด้อยกว่าผู้อื่น	1.0	-
13. เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันทสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนาน และผ่อนคลายได้	1.0	ซ้ำ (เลือกถามเพียงข้อเดียว)
14. เมื่อเจอเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันทสามารถปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องสนุกสนานและผ่อนคลายได้	1.0	
15. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันทสามารถหาทางออกที่ดีให้กับตัวเองได้	1.0	-
16. ฉันทไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ฉันทต้องการ	1.0	-
17. ฉันทมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กๆน้อยๆที่เกิดขึ้นเสมอ	1.0	-
18. ฉันทสามารถยิ้มให้กับทุกคน แม้รู้ว่าคนๆนั้นเกลียดฉันท	1.0	-
19. ฉันทสามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้ แม้ว่าฉันทเพิ่งทะเลาะกับคนในครอบครัวของฉันท	1.0	-
20. ฉันทสามารถหาวิธีผ่อนคลายตัวเองจากความทุกข์ได้ โดยไม่ทำความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น	1.0	-

ตารางแสดงคะแนนประเมินแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด

ประเด็นคำถาม	ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ	
	IOC	ข้อเสนอแนะ
<u>ด้านความมุ่งมั่นในความสำเร็จ</u>		
21. จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้	1.0	-
22. ฉันมีกำลังใจในการใช้ชีวิตเสมอแม้จะต้องเจอกับปัญหาใดๆ ก็ตาม	1.0	-
23. ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า	1.0	-
24. เมื่อเจอวิกฤต ฉันรู้สึกว่าคุณเองไร้ความสามารถ	1.0	-
25. เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น	1.0	-
26. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้ฉัน	1.0	-
27. ฉันจะไม่เปิดใจยอมรับ ถ้าผู้อื่นทำในสิ่งที่ต่างจากที่ฉันคิด	0.6	เหมือนเป็นพลังอึด
28. ฉันยอมรับได้ ถ้าผู้อื่นมีเหตุผลที่ไม่พอใจในการกระทำของฉัน	0.8	-
29. เมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ	1.0	-
30. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค และความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้	1.0	-
ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะทำหน้าที่ของฉันให้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด	1.0	-
32. ฉันไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อฉันต้องทำงานที่ต้องเผชิญกับความยากลำบาก	1.0	-
33. แม้ต้องเจอสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันก็มีความหวังเสมอว่า จะต้องดีขึ้น	1.0	-
34. ฉันไม่มั่นใจว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด	1.0	-
35. ฉันเป็นคนมองโลกในแง่ดีเสมอ	1.0	-
36. ฉันไม่หมดกำลังใจและไม่ย่อท้อ แม้จะต้องเจอเรื่องที่ยากลำบากในชีวิต	1.0	-
37. ฉันเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่มีสิ่งใดที่ฉันทำไม่ได้	1.0	-
38. เมื่อฉันพ่ายแพ้ ฉันรู้สึกท้อถอยและหมดกำลังใจ	1.0	-
แม้ฉันต้องเจอกับความล้มเหลว ฉันก็มีความมุ่งมั่นและกำลังใจที่ดีที่จะลุกขึ้นสู้ต่อไป	1.0	-
40. ฉันสามารถสร้างกำลังใจและความหวังในชีวิตให้กับตัวเองได้อย่างง่ายดาย	1.0	-

ตารางแสดงคะแนนประเมินแบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติด (ต่อ)

ประเด็นคำถาม	ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ	
	IOC	ข้อเสนอแนะ
ด้านความกล้าเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ		
41. ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉันเสมอ	1.0	-
42. ฉันอยากหนีไปให้พ้น หากเจอปัญหาที่ต้องรับผิดชอบ	1.0	-
43. การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ทำให้ฉันมีประสบการณ์มากขึ้น	1.0	-
44. ในการแสดงความคิดเห็น ฉันมีวิธีการหาเหตุผลให้ทุกคนยอมรับหรือเห็นด้วยกันฉัน	1.0	-
45. ฉันมีการเตรียมทางออกไว้หลายๆ ทาง ถ้าปัญหาที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิดไว้	1.0	-
46. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะหาโอกาสใหม่ๆ เพื่อเป็นประสบการณ์ในชีวิต	1.0	-
47. ฉันพยายามแสวงหาความท้าทายในชีวิตเสมอ	1.0	-
48. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ	1.0	-
49. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่เอาความคิดของตัวเองเป็นหลัก	1.0	-
50. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน	1.0	-
51. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ	0.8	-
52. ฉันไม่ยืดหยุ่นมากพอในการปรับตัวเมื่อเริ่มรู้จักกับคนอื่น	1.0	-
53. ฉันทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย	0.8	-
54. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ	1.0	-
55. ฉันสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่กำลังรุมเร้าตัวฉันได้	1.0	-
56. ฉันมีพลังที่จะต่อสู้กับปัญหาเสมอ	1.0	-
57. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน	1.0	-
58. ฉันไม่เคยคิดจะยอมแพ้หรือท้อถอยต่ออุปสรรคใดๆ ที่เข้ามาในชีวิต	1.0	-
59. เมื่อพบเจออุปสรรค ฉันพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้	1.0	-
60. ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่หรือสังคมใหม่ได้ โดยไม่ตะขิดตะขวงใจ	1.0	-

ตารางแสดงคะแนนประเมินแบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ

ประเด็นคำถาม	ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ	
	IOC	ข้อเสนอแนะ
<u>ด้านกิจกรรมและวิทยากร</u>		
1. วัตถุประสงค์ของกิจกรรมมีความชัดเจน	1.0	-
2. หัวข้อที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	1.0	-
3. เนื้อหาสาระของกิจกรรมสอดคล้องกับความต้องการ	1.0	-
4. เนื้อหาสาระของกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน	1.0	-
5. เนื้อหาสาระของกิจกรรมมีความน่าสนใจและง่ายต่อการทำความเข้าใจ	1.0	-
6. วิทยากรมีความรอบรู้และสามารถถ่ายทอดความรู้ได้ดี	1.0	-
7. วิทยากรสามารถอำนวยความสะดวกและให้ความช่วยเหลือผู้เรียนในการเรียนรู้	1.0	-
8. วิทยากรสามารถอธิบายเรื่องภูมิคุ้มกันทางใจได้ชัดเจนและนำไปปฏิบัติได้จริง	1.0	-
<u>ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม (ปฏิบัติ)</u>	1.0	-
9. บรรยากาศในการเข้าร่วมกิจกรรมมีความผ่อนคลาย	1.0	-
10. เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	1.0	-
11. กิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนเป็นสำคัญ	1.0	-
12. กิจกรรมที่จัดสามารถพัฒนาให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจมากขึ้น	1.0	-
13. การจัดกิจกรรมดำเนินไปอย่างเป็นลำดับขั้นตอน	1.0	-
14. ผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้	1.0	-
<u>ด้านการจัดการ</u>		
15. สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรมมีความเหมาะสมและน่าสนใจ	1.0	-
16. การใช้สื่อมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับเนื้อหา	1.0	-
17. ความเหมาะสมของระยะเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม	1.0	-
18. ความเหมาะสมของสถานที่และสิ่งแวดล้อมในการจัดกิจกรรม	1.0	-
19. การได้รับประสบการณ์ใหม่จากกิจกรรม	1.0	-
20. ความพึงพอใจต่อกิจกรรมในภาพรวม	0.6	ควรถามแยกเป็นประเด็นย่อยๆ

**ตารางแสดงคะแนนประเมินแบบสัมภาษณ์ปัจจัย เงื่อนไข และปัญหาของ
การใช้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน**

ประเด็นคำถาม	ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ	
	IOC	ข้อเสนอแนะ
1. ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้น		
1.1 การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ มีความเหมาะสมที่จะทำให้อะไรกลุ่มผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.2 การวิเคราะห์หาความต้องการในการเรียนรู้ มีความเหมาะสมที่จะทำให้อะไรกลุ่มผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.3 โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นมีความครบถ้วนและเหมาะสมที่จะทำให้อะไรกลุ่มผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้นหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.4 กลุ่มผู้เรียนมีความเหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจ และมีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้หรือไม่ อย่างไร	0.6	สัมภาษณ์ประเด็นหลักๆ เน้นเรื่องปัจจัยส่งเสริมและข้อจำกัด
1.5 ผู้ดำเนินกิจกรรมและผู้ช่วยมีความเหมาะสมในการอธิบายและกระตุ้นให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นและสร้างบรรยากาศที่ดีระหว่างดำเนินกิจกรรมหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.6 ผู้ดำเนินกิจกรรมมีความรู้ความสามารถในการอธิบายให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น รวมถึงมีการจัดสื่อการเรียนรู้ แหล่งข้อมูล เช่น เอกสาร และตำราที่มีความเหมาะสม และก่อให้เกิดการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.7 เนื้อหาสาระของกิจกรรมทำให้อะไรกลุ่มผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจเพิ่มสูงขึ้น มีความเหมาะสม และเป็นประโยชน์ต่อชุมชนหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.8 กิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ กลุ่มผู้เรียนได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรม และขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมรวมถึงระยะเวลาที่ใช้มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.9 วิธีการวัดและการประเมินผล เวลาที่ใช้ และเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินมีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร	0.6	
1.10 สภาพแวดล้อมในการดำเนินกิจกรรมมีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร	0.6	

ประเด็นคำถาม	ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิ	
	IOC	ข้อเสนอแนะ
<p>2. ความเหมาะสมของแบบสอบถามที่ใช้ประกอบในการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นในประเด็นรูปแบบของแบบสอบถาม และภาษาที่ใช้</p> <p>2.1 แบบสอบถามเพื่อศึกษาความต้องการการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร</p> <p>2.2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางใจ ต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร</p> <p>2.3 แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร</p> <p>2.4 แบบประเมินผลการดำเนินโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจต่อการเสพยาเสพติดของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติดซ้ำ มีความเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร</p>	0.6 0.6 0.6 0.6	<p>สัมภาษณ์ประเด็นหลักๆ เน้นเรื่องปัจจัยส่งเสริมและข้อจำกัด</p>
<p>3. ประเด็นอื่นๆ ที่ควรพัฒนาเพื่อให้โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นมีความสมบูรณ์ และสามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป</p>	0.6	<p>สัมภาษณ์ประเด็นหลักๆ เน้นเรื่องปัจจัยส่งเสริมและข้อจำกัด</p>

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวเมธปียา เกิดผล แต่งรัตนา เกิดเมื่อวันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2528 ที่จังหวัดภูเก็ต ในปี พ.ศ. 2550 ได้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี (เกียรตินิยมอันดับสอง) สาขาวิชาสังคมวิทยา คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และในปี พ.ศ. 2552 ได้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชานโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จากนั้นในปี พ.ศ. 2553 ได้เข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาเอก สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY