



ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่ม
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

กัญญ์กุลณัช รามศิริ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

2564

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง



กัญญ์กมลณี งามศิริ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

2564

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

EFFECTS OF AN INFORMATION-MOTIVATION-BEHAVIORAL SKILLS PROGRAM FOR
ALCOHOL DRINKING PREVENTION AMONG FEMALE ADOLESCENTS



KANKUNLANAD RAMSIRI

A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF
THE REQUIREMENTS FOR MASTER OF NURSING SCIENCE
IN COMMUNITY NURSE PRACTITIONER
FACULTY OF NURSING
BURAPHA UNIVERSITY

2021

COPYRIGHT OF BURAPHA UNIVERSITY

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ กัญญ์กุลณัช รามศิริ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ของมหาวิทยาลัย
บูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.พรนภา หอมสินธุ์)

อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์)

..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาภาพร เผ่าวัฒนา)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.พรนภา หอมสินธุ์)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมสมัย รัตนกรีฑากุล)

..... คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรชัย จุลเมตต์)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ของ
มหาวิทยาลัยบูรพา

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.นุจรี ไชยมงคล)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

61920071: สาขาวิชา: การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน; พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คำสำคัญ: การให้ข้อมูลข่าวสาร/ สร้างแรงจูงใจ/ พัฒนาทักษะ/ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

กัญญ์กุลณัช รามศิริ : ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง. (EFFECTS OF AN INFORMATION-MOTIVATION-BEHAVIORAL SKILLS PROGRAM FOR ALCOHOL DRINKING PREVENTION AMONG FEMALE ADOLESCENTS) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: พรนภา หอมสินธุ์, Ph.D., รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์, Ph.D. ปี พ.ศ. 2564.

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่ม วัดผลสามช่วงเวลาคือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 30 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับ โปรแกรม ฯ ซึ่งพัฒนาขึ้นตามแนวคิด Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) (Fisher & Fisher, 1992) จำนวน 4 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกัน 1 สัปดาห์ เก็บข้อมูลโดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน *t*-test และ Repeated measure ANOVA ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นหญิงกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง ($F = 30.50, p < .001, F = 16.42, p < .001, F = 17.12, p < .001$ และ $F = 26.16, p < .001$ ตามลำดับ) และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ($F = 11.68, p < .01, F = 8.71, p < .01, F = 5.99, p < .05$ และ $F = 5.48, p < .05$ ตามลำดับ) ผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ในการเป็นแนวทางแก่พยาบาล บุคลากรสุขภาพ ครู และผู้ที่เกี่ยวข้องในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีประสิทธิภาพของวัยรุ่นหญิงไทยต่อไป

61920071: MAJOR: COMMUNITY NURSE PRACTITIONER; M.N.S.
(COMMUNITY NURSE PRACTITIONER)

KEYWORDS: INFORMATION/ MOTIVATION/ BEHAVIORAL SKILL/ ALCOHOL
DRINKING

KANKUNLANAD RAMSIRI : EFFECTS OF AN INFORMATION-
MOTIVATION-BEHAVIORAL SKILLS PROGRAM FOR ALCOHOL DRINKING
PREVENTION AMONG FEMALE ADOLESCENTS. ADVISORY COMMITTEE:
PORNNAPA HOMSIN, Ph.D., RUNGRAT SRISURIYAWET, Ph.D. 2021.

The number of alcohol drinking among female adolescents trends to increase. This study was a quasi-experimental study with nonequivalent control group pretest posttest and followed up for 4 weeks. The purpose of this study was to examine effects of an information-motivation-behavioral skill program for alcohol drinking prevention among female adolescents. The samples were female students of Mattayom3, who had not drink alcohol. There were assigned to the experimental or the comparison group, 30 subjects in each group. The experimental group received a program based on an information-motivation-behavioral skill (Fisher & Fisher, 1992). The intervention procedures were conducted once a week for 4 weeks. Data collection was done by self-administered questionnaires. Statistical analysis was performed by using percentage, mean, standard deviation, *t*-test and repeated measure ANOVA.

The findings revealed that the experimental group had the higher scores of knowledge of drinking, drinking refusal attitudes, perceived drinking refusal self-efficacy and drinking refusal intention, at the end of the program and during the followed up period, comparing those in prior experiment ($F = 30.50, p < .001, F = 16.42, p < .001, F = 17.12, p < .001$ and $F = 26.16, p < .001$) and in control group significantly ($F = 11.68, p < .01, F = 8.71, p < .01, F = 5.99, p < .05$ and $F = 5.48, p < .05$). Study results then could be a guideline for nurses, health personnel, teachers and people concerned to apply this program for female adolescents to prevent them from alcohol drinking.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้และความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.พรนภา หอมสินธุ์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก รองศาสตราจารย์ ดร.รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วมที่กรุณาให้ความรู้ คำปรึกษา แนะนำ และข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความละเอียดถี่ถ้วนและเอาใจใส่ด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ คณะกรรมการสอบปากเปล่าทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไข ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความถูกต้องและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย รวมทั้งให้คำแนะนำแก้ไขเครื่องมือให้มีคุณภาพอันเป็นประโยชน์ต่อการวิจัย

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการเขตพื้นที่การศึกษา เขตที่ 18 จังหวัดชลบุรี ผู้อำนวยการโรงเรียนและอาจารย์ที่เกี่ยวข้องในการติดต่อประสานงานในการทำวิทยานิพนธ์อย่างดียิ่ง และกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่ให้ความร่วมมือ จนทำให้การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบพระคุณ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ที่กรุณาให้ทุนโครงการพัฒนาผู้มีความรู้ ความสามารถพิเศษเป็นอาจารย์ในคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ขอขอบพระคุณ ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา (ศวส.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ผู้ให้ทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณครอบครัวที่ให้ความรัก ความเข้าใจ การสนับสนุน และกำลังใจอันดีเยี่ยมจนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

กัญญ์กุลณัช งามศิริ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	5
สมมติฐานการวิจัย	6
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย	8
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	8
บทที่ 2 เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น	11
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	15
แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	24
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	28
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	37
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	37
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	40

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย	44
การทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล	45
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	50
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	50
บทที่ 4 ผลการวิจัย	51
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	51
ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความ ตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบในระยะ ก่อนการทดลอง	53
ส่วนที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความ ตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ และภายใน กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะ ติดตามผล	54
บทที่ 5 สรุปและอภิปรายผล.....	65
อภิปรายผลการวิจัย	66
ข้อเสนอแนะ	70
บรรณานุกรม	73
ภาคผนวก	80
ภาคผนวก ก	81
ภาคผนวก ข	83
ภาคผนวก ค	91
ภาคผนวก ง.....	102
ประวัติย่อของผู้วิจัย	107

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 การประยุกต์ใช้กระบวนการ Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) ทั้ง 3 ขั้นตอน	41
2 เปรียบเทียบจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	52
3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบในระบะก่อนการทดลอง ด้วยสถิติ Independent t-test	54
4 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ในระบะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระบะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA	55
5 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA	56
6 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Bonferroni	56
7 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ในระบะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระบะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA	58
8 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA	58
9 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Bonferroni	59

10	เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA.....	61
11	เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA.....	61
12	เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Bonferroni.....	62
13	เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA.....	63
14	เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA.....	64
15	เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Bonferroni.....	64
16	ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นรายข้อ.....	103
17	ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามแบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นรายข้อ.....	104
18	ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นรายข้อ.....	105
19	ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามแบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นรายข้อ.....	106

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
2 การให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะการป้องกันเอชไอวี.....	26
3 กระบวนการ IMB Model ในการจัดกิจกรรมในการจัดกิจกรรมป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี.....	27
4 สรุปขั้นตอนการดำเนินการทดลอง.....	49
5 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล.....	56
6 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล.....	59
7 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล.....	62
8 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล.....	64

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถือเป็นปัญหาสำคัญระดับโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเยาวชนหรือกลุ่มวัยรุ่น จากรายงานขององค์การอนามัยโลก พบว่าเยาวชนอายุ 15-19 ปี ทั่วโลกเป็นนักดื่มปัจจุบัน ร้อยละ 26.5 ซึ่งคิดเป็น 1 ใน 4 ของจำนวนเยาวชนทั้งหมด (World Health Organization [WHO], 2018) ประเทศไทยก็เช่นเดียวกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเยาวชนเป็นพฤติกรรมเสี่ยงที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างมาก จากผลการสำรวจพฤติกรรมการดื่มสุราของเยาวชนในปี พ.ศ. 2559 พบว่ากลุ่มเยาวชน อายุ 15-19 ปี สัดส่วนนักดื่มปัจจุบันเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 17.5 ในปี พ.ศ. 2550 มาเป็นร้อยละ 25.6 ในปี พ.ศ. 2559 ซึ่งในภาพรวมเยาวชนหญิงมีแนวโน้มที่จะเป็นนักดื่มสูงขึ้น โดยมีสัดส่วนนักดื่มปัจจุบันเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 13.1 ในปี พ.ศ. 2550 มาเป็นร้อยละ 24.1 ในปี พ.ศ. 2559 ซึ่งเป็นการเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 11.0 ในระยะเวลาเพียง 9 ปี คิดเป็นการเพิ่มขึ้นประมาณร้อยละ 1.1 ต่อปี (จุริย์ อูสาหะ และคณะ, 2559) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาในเขตพื้นที่ตามภูมิภาคต่าง ๆ ได้แก่ การศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ยอดนิล (2555) ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเขาคิชฌกูฏ จังหวัดจันทบุรี พบว่านักเรียนประมาณครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 50.2) ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การศึกษาของ อภิลักษณ์ ธรรมวิมุติ และประสพชัย พสุนนท์ (2559) ในนักศึกษาหญิงระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกลุ่มภูมิภาค ตะวันตก พบว่ามีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 39.0 และการศึกษาของ อังสุมาลิน จันทรมณี, สุกัญญา โลจนากวีวัฒน์ และจุฑารัตน์ สติธิปัญญา (2560) ในนักศึกษาหญิงที่กำลังศึกษาในสถาบันอาชีวศึกษา จังหวัดสงขลา มีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงถึงร้อยละ 68.2 ซึ่งมากกว่า 2 ใน 3 ของนักศึกษาหญิงทั้งหมด จะเห็นได้ว่าอัตราการดื่มในเยาวชนหญิงสูงขึ้น โดยมีอายุเฉลี่ยการเริ่มต้นดื่มประมาณ 15 ปี (อังสุมาลิน จันทรมณี และคณะ, 2560; อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ยอดนิล, 2555)

จากรายงานการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายจังหวัด พ.ศ. 2560 พบว่าจังหวัดชลบุรี มีอัตราการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชน อายุ 15-19 ปี สูงเป็นอันดับที่ 36 ของประเทศ โดยมีอัตราการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 12.6 (สาวิตรี อัยณางค์กรชัย, 2560) อำเภอศรีราชาซึ่งเป็นอำเภอหนึ่งในจังหวัดชลบุรีที่มีความโดดเด่นและเป็นที่ยอมรับในฐานะ “เมืองอุตสาหกรรม” ที่มีบทบาทสำคัญทั้งในด้านพาณิชยกรรมและด้านเศรษฐกิจ ที่สำคัญคือมีการเจริญเติบโตทางด้าน

เศรษฐกิจอย่างรวดเร็ว รายได้เฉลี่ยของประชากรอยู่ในระดับสูง ทำให้ตามพื้นที่ต่าง ๆ ในเขตอำเภอ ศรีราชามีร้านค้ากระจายอยู่ทั่วไปทั้งร้านอาหาร ห้างสรรพสินค้า รวมทั้งสถานบันเทิงต่าง ๆ เช่น คาเฟ่ ผับ บาร์เบียร์ และบาร์อะโกโก้เป็นจำนวนมาก ซึ่งร้านค้าเหล่านี้ต่างเป็นแหล่งจำหน่าย เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งสิ้น ทำให้วัยรุ่นจึงสามารถเข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้สะดวก ทำให้ วัยรุ่นในอำเภอศรีราชามีโอกาสเสี่ยงที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้มากขึ้น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการในด้านต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงอย่างมากใน เวลาอันรวดเร็ว ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การที่วัยรุ่นมีพฤติกรรมการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อให้เกิดผลกระทบต่อหลายด้านทั้งผลกระทบต่อสุขภาพกาย จิตใจ และสังคม โดยการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลต่อพัฒนาการทางสมองทำให้ขนาดของสมองส่วน Hippocampus เล็กกลงและการทำงานของสารสื่อประสาทต่าง ๆ ผิดปกติมีผลให้สมาธิ ความจำลดลง ส่งผลต่อปัญหาด้านการเรียน (Spear, 2018) อีกทั้งยังมีผลต่อสุขภาพจิต เช่น การเกิดภาวะซึมเศร้า นำไปสู่การทำร้ายตนเอง นอกจากนี้วัยรุ่นที่เริ่มบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนอายุ 15 ปียังคงมี พฤติกรรมการดื่มมาจนถึงปัจจุบันเป็นการเพิ่มความเสี่ยงในการติดแอลกอฮอล์เมื่ออายุมากขึ้นด้วย (Wang et al., 2015; WHO, 2018) วัยรุ่นที่บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีโอกาสที่จะสูบบุหรี่ถึง 7 เท่า และยังส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เช่น การใช้สารเสพติด การทะเลาะวิวาท การเกิดอุบัติเหตุ และการได้รับบาดเจ็บ (ทักษพล ธรรมรังสี, 2556) ที่สำคัญในวัยรุ่นหญิงส่งผลให้ เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรหรือการมีเพศสัมพันธ์อย่างไม่ ปลอดภัย โดยพบว่าวัยรุ่นหญิงที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีโอกาสมีเพศสัมพันธ์สูงถึง 3.75 เท่าของ วัยรุ่นหญิงที่ไม่ดื่ม และยังส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ตามมา (ทักษพล ธรรมรังสี, 2556)

กระทรวงสาธารณสุขตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวในปีงบประมาณ พ.ศ. 2561 กระทรวง สาธารณสุขจึงได้กำหนดยุทธศาสตร์เพื่อการพัฒนาระบบสุขภาพคนไทย โดยมีสาระสำคัญคือคน ไทยทุกคนจะมีสุขภาพแข็งแรงเพิ่มขึ้นเพื่อสร้างความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศทั้ง ทางตรงและทางอ้อมอย่างยั่งยืน ด้วยการดำเนินยุทธศาสตร์พัฒนาสุขภาพทั้ง 5 กลุ่มวัย ได้แก่ กลุ่ม เด็กปฐมวัย (0-5 ปี) และสตรี กลุ่มเด็กวัยรุ่น (5-14 ปี) กลุ่มเด็กวัยรุ่นหรือนักศึกษา (15-21 ปี) กลุ่ม วัยทำงาน (15-59 ปี) กลุ่มผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) และผู้พิการ โดยในกลุ่มเด็กวัยรุ่นให้มุ่งเน้น การเตรียมเยาวชนให้มีความพร้อมทั้งทางด้านจิตใจ ทักษะชีวิต และความรู้พื้นฐานโดยผลักดันให้ ครอบครัวมีส่วนร่วมในการพัฒนาเยาวชนให้ห่างไกลจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และยาเสพติด (สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กองยุทธศาสตร์และแผนงาน, 2561)

การศึกษาการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ในเยาวชนหญิงมีจำนวนจำกัดมาก และพบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ การถูกชักชวนให้ดื่มน้ำ และทัศนคติต่อการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ในเยาวชนหญิง โดยจากการศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ยอดนิล (2555) พบว่านักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ต่ำมีโอกาสเสี่ยงต่อการดื่มน้ำมากถึง 15 เท่าของนักเรียนที่มีการรับรู้สูง นักเรียนที่ถูกชักชวนมีโอกาสร้อยเสี่ยงต่อการดื่มน้ำเพิ่มขึ้นสูงถึง 6 เท่าของนักเรียนที่ไม่ถูกชักชวน และทัศนคติที่เห็นด้วยต่อการดื่มน้ำทำให้เสี่ยงต่อการดื่มน้ำมากเป็น 5.49 เท่าของนักเรียนที่ไม่เห็นด้วยต่อการดื่มน้ำ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อภิลักษณ์ ธรรมวิมุตติ และประสพชัย พสุนนท์ (2559) พบว่าทัศนคติเป็นตัวทำนายพฤติกรรมการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ของนักศึกษาหญิงที่สำคัญมากที่สุด และสอดคล้องกับการศึกษาของ พรนภา หอมสินธุ์ และรุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ (2553) ซึ่งศึกษาในเยาวชนเพศหญิงและเพศชาย เขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่าทัศนคติต่อการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์และการถูกชักชวนให้ดื่มน้ำเป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มน้ำในทุกๆ ระยะของการดื่มน้ำ

จากการศึกษาที่ผ่านมาจะเห็นได้ว่าทัศนคติต่อการดื่มน้ำ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มน้ำ และการถูกชักชวนให้ดื่มน้ำเป็นปัจจัยสำคัญที่มีความเกี่ยวข้องกับการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง ดังนั้นแนวทางหนึ่งที่จะป้องกันไม่ให้วัยรุ่นหญิงมีพฤติกรรม การทดลองดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ คือการเสริมสร้างการรับรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ การสร้างแรงจูงใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ และการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่า การศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมเพื่อป้องกันการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ในเยาวชนทั้งหมดเป็นการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นทั้งเพศหญิงและเพศชาย และทั้งหมดมีการเสริมสร้างการรับรู้ สร้างแรงจูงใจ และเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการหลีกเลี่ยงการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์เพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น มีเพียงการศึกษาเดียวของ ปันณวิษญ์ ปิยะอร่ามวงศ์, รุ่งระวี สมะวรรณนะ และเอมอชฌา วัฒนบุรานนท์ (2560) ที่ศึกษาเฉพาะในวัยรุ่นหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health belief model) ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อเพิ่มการรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ความรุนแรงของการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ การรับรู้ประโยชน์ของการไม่ดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ และการรับรู้อุปสรรคในการป้องกันการดื่มน้ำเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ พบว่าหลังการทดสอบกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย

การรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ความรุนแรงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ประโยชน์ของการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรับรู้อุปสรรคในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าก่อนการทดสอบและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

แนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) เป็นแนวคิดที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่ง Fisher and Fisher (1992) เชื่อว่าการที่บุคคลจะเริ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมขึ้นอยู่กับ การให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะที่จำเป็น โดยมีกระบวนการก่อนทำกิจกรรม คือการค้นหาข้อมูล เพื่อค้นหาความจริงว่ากลุ่มเป้าหมายมีระดับความรู้ แรงจูงใจ ทักษะและพฤติกรรมป้องกันโรคอย่างไร ซึ่งนำไปสู่การจัดกิจกรรม คือ 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) เป็นการให้ความรู้ในส่วนที่ขาดที่เฉพาะเจาะจงกับปัญหาของกลุ่มเป้าหมาย จะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง 2) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ทั้งแรงจูงใจส่วนบุคคลและแรงจูงใจทางสังคม เพื่อให้เกิดแรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอ ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนให้บุคคลมีทัศนคติที่ดี จะนำไปสู่การเพิ่มศักยภาพในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และ 3) การพัฒนาทักษะที่จำเป็น (Behavior skills) ที่จะช่วยให้บุคคลเกิดความมั่นใจและประสบความสำเร็จในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และหลังทำกิจกรรมต้องมีการประเมินความรู้ แรงจูงใจ ทักษะและพฤติกรรมป้องกันการโรค

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่า มีการพัฒนาโปรแกรมที่ใช้การให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะจำนวนไม่มากในกลุ่มวัยรุ่น โดยทั้งหมดเป็นโปรแกรมเพื่อการป้องกันการพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การติดเชื้อ HIV การป้องกันโรคฮัน และ การรับมือการบุกรุกทางไซเบอร์และการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมต่าง ๆ ดังกล่าวสามารถปรับเปลี่ยนการรับรู้ ทัศนคติ ความตั้งใจ และพฤติกรรมของวัยรุ่นไปในทางที่เหมาะสมได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่อย่างไรก็ตาม โปรแกรมดังกล่าวไม่ได้มีการนำกระบวนการทั้งหมดตั้งแต่ขั้นการค้นหาข้อมูล ขึ้นดำเนินการจัดกิจกรรม และขึ้นประเมินผลมาใช้ อีกทั้งยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (นัญญา สุวลักษณ์, สุปรียา ตันสกุล, มณีนรัตน์ ชีระวิวัฒน์ และขวัญเมือง แก้วคำเกิง, 2562; ชลดา กิ่งมาลา, ทศนีย์ รัววิรุฑ และอาภาพร เผ่าวัฒนา, 2558; นัสชาพร นันทะจันทร์, นงเยาว์ เกษตร์ภิบาล และนงศ์คราญ วิเศษกุล, 2558; Popovac & Fine, 2018; Daly, Pace, Berg, Menon, & Szalacha, 2016)

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎี IMB Model ทั้ง 3 ขั้นตอนในการพัฒนาโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะในวัยรุ่นหญิง เริ่มต้นตั้งแต่ขั้นตอนการค้นหาข้อมูล (Elicitation) ศึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus group discussion) ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความเข้าใจในสถานการณ์ ความรู้ แรงจูงใจ ทักษะ

พฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร ขั้นตอนการจัดกิจกรรม (Intervention) โดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ แรงจูงใจ และพัฒนาทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด และขั้นตอนการประเมินผล (Evaluation) โดยประเมินความรู้ ทักษะคติ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังทำกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนมีความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เนื่องจากความตั้งใจที่จะบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นตัวแทนพฤติกรรมได้ดีที่สุดเพราะเป็นความพร้อมที่นำไปสู่การปฏิบัติ (Fisher & Fisher, 2009) ผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่บุคลากรสาธารณสุข ครู และผู้ที่เกี่ยวข้องในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีประสิทธิภาพของวัยรุ่นหญิงไทยต่อไป

คำถามการวิจัย

โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถเพิ่มความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงหรือไม่อย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงในกลุ่มทดลอง ระหว่างระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล
2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มเปรียบเทียบระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

สมมติฐานการวิจัย

1. วัยรุ่นหญิงกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

2. วัยรุ่นหญิงกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียน ๑ กลุ่มเปรียบเทียบ

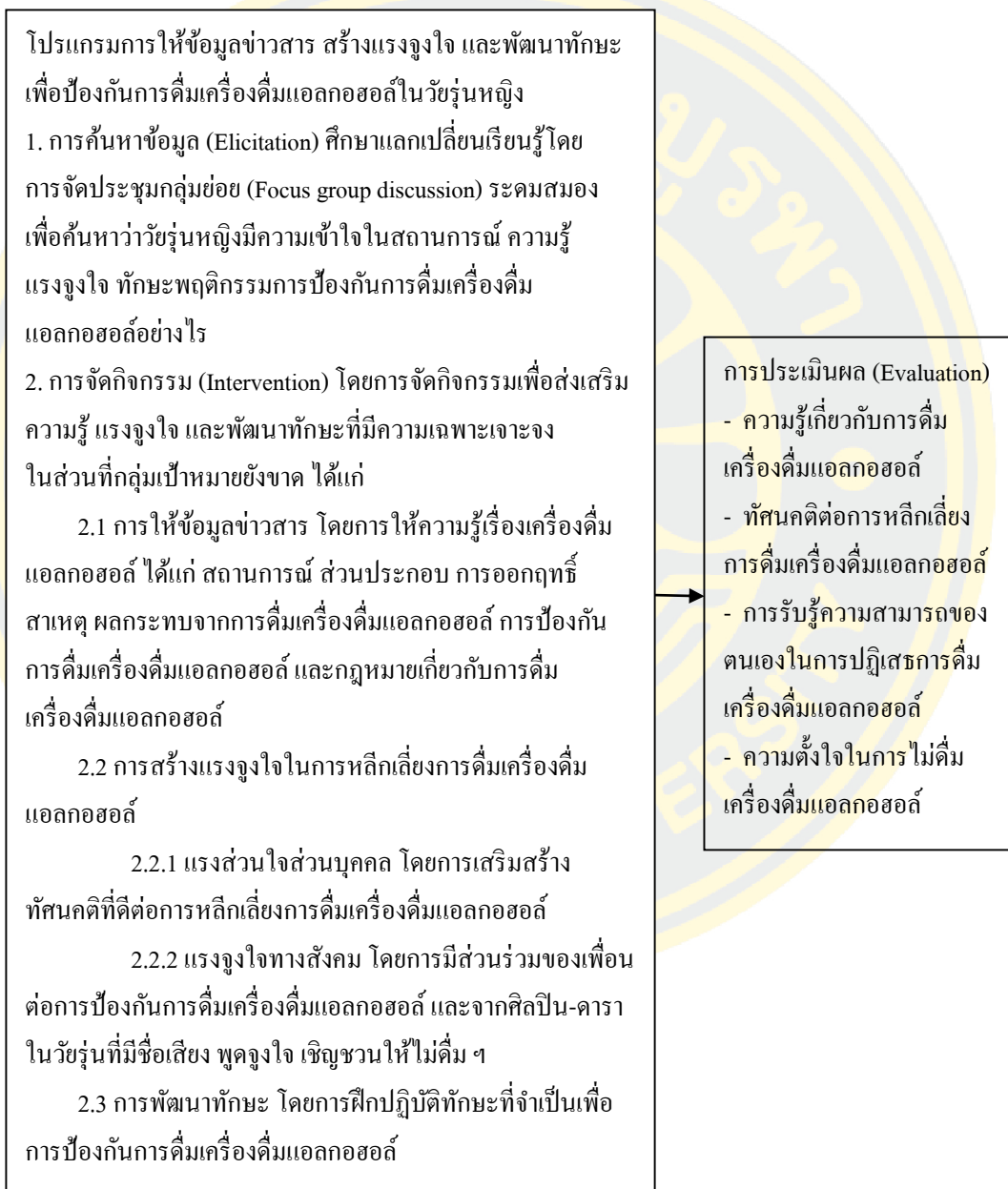
กรอบแนวคิดการวิจัย

โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง ที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิด Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) ของ Fisher and Fisher (1992) ทั้ง 3 ขั้นตอน เริ่มต้นตั้งแต่ขั้นตอนที่ 1 การค้นหาข้อมูล (Elicitation) ศึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus group discussion) ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความเข้าใจในสถานการณ์ ความรู้ แรงจูงใจ ทักษะพฤติกรรม การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร ขั้นตอนที่ 2 การจัดกิจกรรม (Intervention) โดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ แรงจูงใจ และพัฒนาทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด ดังนี้ 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) โดยการให้ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ สถานการณ์ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ทั้ง 2 ระดับ คือ 2.1) แรงจูงใจส่วนบุคคล (Personal motivation) โดยการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 2.2) แรงจูงใจทางสังคม (Social motivation) โดยการเสริมสร้างแรงจูงใจจากการมีส่วนร่วมของเพื่อนต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และจากศิลปิน-ดาราในวัยรุ่นที่มีชื่อเสียง พุดจูงใจ เชิญชวนให้ไม่ดื่ม ฯ และ 3) การพัฒนาทักษะ (Behavior skills) โดยการฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็นเพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำไปสู่ตัวแปรตามซึ่งเป็นขั้นตอนที่ 3 การประเมินผล (Evaluation) โดยประเมินความรู้ ทัศนคติ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังทำกิจกรรม กระบวนการดังกล่าวจะส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่ม

แอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง ดังแสดงรายละเอียดในภาพที่ 1

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนหญิงมัธยมศึกษา ปีที่ 3 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ระยะเวลาศึกษาระหว่างเดือนธันวาคม ถึงเดือนเมษายน พ.ศ. 2564

นิยามศัพท์เฉพาะ

โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีแบบแผน จำนวน 4 ครั้ง เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ เพื่อส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง ที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิด Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) ของ Fisher and Fisher (1992) ประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การค้นหาข้อมูล (Elicitation) ศึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus group discussion) ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความเข้าใจสถานการณ์ ความรู้ แรงจูงใจ ทักษะพฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร ขั้นตอนที่ 2 การจัดกิจกรรม (Intervention) โดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ แรงจูงใจ และพัฒนาทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด ดังนี้ 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) โดยการให้ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ สถานการณ์ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ทั้ง 2 ระดับ คือ 2.1) แรงจูงใจส่วนบุคคล (Personal motivation) โดยการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 2.2) แรงจูงใจทางสังคม (Social motivation) โดยการเสริมสร้างแรงจูงใจจากการมีส่วนร่วมของเพื่อนต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และจากศิลปิน-ดารานักร้องที่มีชื่อเสียง พุดจูงใจ เชิญชวนให้ไม่ดื่ม ฯ และ 3) การพัฒนาทักษะ (Behavior skills) โดยการฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็นเพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง ความเข้าใจที่ถูกต้องของวัยรุ่นหญิงเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัดโดยแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง

ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง ความคิดหรือความรู้สึกของวัยรุ่นหญิงที่เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยต่อการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ตามแนวคิดของ Webber (1992 อ้างถึงใน Homsin, Srisuphan, Pohl, Tiansawad, & Patumanond, 2009) 1) ด้านความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) ได้แก่ ความเชื่อของผลจากการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) ด้านความรู้สึก (Affective) ได้แก่ อารมณ์ ความรู้สึกที่มีต่อการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 3) ด้านปฏิบัติ (Behavioral) ได้แก่ ความเชื่อต่อพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัด โดยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง

การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง ความเชื่อมั่นของวัยรุ่นหญิงที่จะหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานการณ์ต่าง ๆ วัด โดยแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (Drinking Refusal Self-efficacy Questionnaire [DRSEQ]) (Young, Hasking, Oei, & Loveday, 2007) ซึ่งมีการแปลและใช้ในงานวิจัยของ อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ขอดนิล (2555)

ความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง การแสดงเจตนาไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงในระยะเวลา 1 ปี 5 ปีข้างหน้า และเมื่อมีเพื่อนสนิทชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัด โดยแบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ปรับจากแบบวัดของ Ford, Diamond, Kelder, Sterling, and McAlister (2009)

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ทุกชนิด ได้แก่ เหล้าสี เหล้าขาว เหล้าเถื่อน เหล้าคองยา สาโท เบียร์ สปาย ไวน์ ฟันช์ บรันดี วิสกี้ เป็นต้น

บทที่ 2

เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดชลบุรี ผู้ศึกษาได้ศึกษาค้นคว้าตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ดังต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น
2. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ทฤษฎี Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model)
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น
 - 4.2 โปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น
 - 4.3 โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในวัยรุ่น

แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เป็นวิกฤตช่วงหนึ่งของชีวิต เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่มีการเจริญเติบโตจากวัยเด็กที่ไม่มีวุฒิภาวะสู่วัยผู้ใหญ่ที่มีวุฒิภาวะ (Steinberg, 1996) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะต้นของวัยจะมีการเปลี่ยนแปลงมากมายเกิดขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นด้วยกันเองและบุคคลรอบข้าง หากกระบวนการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นไปอย่างเหมาะสมจะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและกระตุ้นให้พัฒนาการด้านอื่น ๆ เป็นไปด้วยดี

1. ความหมายของวัยรุ่น

การให้ความหมายของวัยรุ่นตลอดจนการกำหนดช่วงอายุอาจมีความเหลื่อมล้ำกัน มีผู้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ ดังนี้

Santrock (2007) วัยรุ่นเป็นพัฒนาการของชีวิตที่มีความต่อเนื่องเชื่อมโยงระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ จากความไม่มีวุฒิภาวะไปสู่การมีวุฒิภาวะ บุคคลแต่ละคนจึงอาจมีช่วงระยะเวลาของ

การเป็นวัยรุ่นสั้นยาวแตกต่างกันขึ้นอยู่กับพัฒนาการที่เกิดจากความเปลี่ยนแปลงภายในที่เกิดขึ้นกับตนเองและบริบทของสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว

Hockenberry and Wilson (2009) กล่าวว่า วัยรุ่นหมายถึงช่วงเวลาของการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

World Health Organization [WHO] (n.d.) ได้ให้คำจำกัดความของวัยรุ่นว่าเป็นบุคคลในช่วงอายุ 10-19 ปี

ราชบัณฑิตยสถาน (2556) พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ได้ให้ความหมายของคำว่า วัยรุ่น หมายถึง วัยที่มีอายุประมาณ 13-19 ปี

วินัดดา ปิยะศิลป์ (2550) กล่าวว่า ระยะเวลาที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายสูงสุด ตลอดจนมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ สังคม การศึกษา การทำงาน และต้องการค้นหาอุดมคติในชีวิตของตน

เพ็ญพิไล ฤทธากณานนท์ (2550) ได้กล่าวว่า วัยรุ่นนั้นเป็นวัยที่สำคัญของชีวิต ต้องพบกับ การเปลี่ยนแปลงในหลาย ๆ ด้าน ซึ่งต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้

สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์ (2551) ได้อธิบายเกี่ยวกับวัยรุ่นว่า เป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา

พนม เกตุมาน (2550) วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน โดยเข้าสู่ระยะวัยรุ่นตอนต้นในช่วงอายุ 10-13 ปี วัยรุ่นตอนกลาง อายุ 14-16 ปี และวัยรุ่นตอนปลาย ช่วงอายุ 17-19 ปี

อารักษ์ ดินาน (2551) กล่าวถึงวัยรุ่นว่าเป็นช่วงเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ต่อเนื่อง และมองเห็นได้อย่างชัดเจน นอกจากนี้มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจนแล้ว ช่วงวัยรุ่นยังเป็นช่วงที่ต้องเปลี่ยนแปลงบทบาทของตนเองจากเด็กสู่บทบาทของผู้ใหญ่ที่จะต้องมีความรับผิดชอบมากขึ้น

สรุปว่าวัยรุ่น หมายถึง ผู้ที่มีอายุอยู่ในช่วง 10-19 ปี แบ่งได้เป็นวัยรุ่นตอนต้น (10-13 ปี) วัยรุ่นตอนกลาง (14-16 ปี) และวัยรุ่นตอนปลาย (17-19 ปี) เป็นช่วงเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ต่อเนื่องทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นระยะเวลาที่มีการปรับตัวสำหรับบทบาทการเป็นผู้ใหญ่

2. พัฒนาการของวัยรุ่นหญิง

วัยรุ่นหญิงเป็นช่วงวัยที่สำคัญช่วงหนึ่งในชีวิตมนุษย์ เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตจากวัยเด็กไปสู่ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เป็นช่วงวัยแห่งการสร้างอัตลักษณ์ของตนเองที่นำไปสู่การยอมรับจากคนรอบข้าง

ดังนั้นจึงควรทราบธรรมชาติของวัยรุ่นหญิงเพื่อทำความเข้าใจและส่งเสริมให้วัยรุ่นหญิงได้มีพัฒนาการอย่างเหมาะสม โดยจะมีพัฒนาการที่สำคัญ ดังนี้

2.1 พัฒนาการด้านร่างกาย (Physical development)

พัฒนาการด้านร่างกายเป็นผลมาจากฮอร์โมนที่ควบคุมการเจริญเติบโตของร่างกาย ได้แก่ ฮอร์โมนเจริญเติบโต (Growth Hormone: GH) และฮอร์โมนเพศ ทำให้เกิดการเจริญเติบโตทางร่างกายและทางเพศอย่างสมบูรณ์ โดยพบว่าเด็กหญิงจะมีการเจริญเติบโตและเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชายประมาณ 2 ปี โดยมีการเปลี่ยนแปลงของน้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว กระดูกมีความหนาแน่นและแข็งแรงเพิ่มขึ้นพร้อม ๆ กับการพัฒนาของกล้ามเนื้อและไขมันในร่างกายอย่างต่อเนื่อง (พรนภา หอมสินธุ์, 2558; อภรณ์ คีนาน, 2551) วัยรุ่นหญิงจะมีสัดส่วนของร่างกายที่เปลี่ยนแปลง คือมีรูปร่าง ทรวดทรง และสะโพกผายออกมีขนาดใหญ่ขึ้น และเต้านมเริ่มขยายขนาดมากขึ้น เนื่องจากมีการเพิ่มจำนวนของต่อมน้ำนม ต่อมเหงื่อ และต่อมไขมันทำงานมากขึ้น มักมีสิวขึ้นตามใบหน้าและลำตัว รวมทั้งมีขนขึ้นบริเวณหัวหน้า และเริ่มมีรอบเดือนครั้งแรกตอนอายุประมาณ 12-13 ปี ทำให้ในช่วงประถมศึกษาตอนปลาย และมัธยมศึกษาตอนต้น วัยรุ่นหญิงจึงมีร่างกายที่สูงใหญ่ และดูเป็นสาวแรกรุ่น (อภรณ์ คีนาน, 2551) นอกจากนี้ยังมีการเจริญเติบโตของอวัยวะภายใน โดยเฉพาะพัฒนาการทางสมอง ซึ่งสมองของวัยรุ่นหญิงมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วทั้งขนาดและโครงสร้าง ทำให้เพิ่มศักยภาพของการคิดวิเคราะห์ให้สมบูรณ์มากขึ้น วัยรุ่นหญิงจึงสามารถคิดและเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มีความซับซ้อนและมีระบบมากขึ้น (Steinberg, 1996) แต่อย่างไรก็ตามสมองแต่ละส่วนของคนเราไม่ได้พัฒนาสมบูรณ์พร้อม ๆ กันทุกส่วน โดยเฉพาะในวัยรุ่นหญิง สมองส่วนระบบลิมบิก (Limbic system) สมองส่วนนี้ทำหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์และความกล้าเสี่ยงได้อย่างสมบูรณ์ก่อนสมองส่วนหน้า (Prefrontal cortex) ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมการใช้เหตุผล การตัดสินใจ และการยับยั้งชั่งใจ ทำให้วัยรุ่นหญิงมีพฤติกรรมชอบเสี่ยงหรือชอบทดลอง ดังนั้นเมื่อมีสิ่งกระตุ้นที่แปลกใหม่ ตื่นเต้น หรือสถานการณ์เสี่ยง จึงทำให้วัยรุ่นหญิงมีแนวโน้มจะตัดสินใจหรือลงมือทำสิ่งต่าง ๆ โดยไม่ทันยั้งคิดถึงผลที่จะตามมา หรือพยายามพิจารณาแล้วแต่ก็ยังเข้าไป (พรจิรา ปรีวัชรากุล, 2560)

2.2 พัฒนาการด้านสติปัญญา (Cognitive development)

วัยรุ่นหญิงมีพัฒนาการทางด้านสติปัญญาที่สูงขึ้น สามารถเชื่อมโยงโดยใช้หลักการและเหตุผลที่สมเหตุสมผลมากขึ้น มีความคิดจากรูปธรรมมาสู่ความคิดเชิงนามธรรม อีกทั้งมีความคิดที่ซับซ้อนขึ้นมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากกว่าเด็ก มีมุมมองแยกแยะถึงความ เป็นไปได้ต่าง ๆ ต่อสถานการณ์หรือประเด็นที่เกิดขึ้น และมีความคิดหรือความตระหนักที่มีต่อความคิดของตนเอง ทำให้สามารถประเมินและควบคุมความคิดของตนเองได้ (พรนภา หอมสินธุ์,

2558; อารมณ์ คีนาณ, 2551) อย่างไรก็ตามความคิดของวัยรุ่นก็ยังมองสิ่งต่าง ๆ แคบ ยึดมั่นกับอุดมการณ์และมีความเพื่อฝันในการแก้ปัญหาเนื่องจากยังขาดประสบการณ์ อีกทั้งยังเชื่อมั่นในความคิดของตนเอง ลักษณะนี้ทำให้วัยรุ่นอาจเกิดความขัดแย้งกับผู้ใหญ่ได้ (อารมณ์ คีนาณ, 2551)

2.3 พัฒนาการด้านอารมณ์ (Psychological development)

การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ของวัยรุ่นหญิงนั้นมีหลากหลายทั้ง รัก ชอบ โกรธ เกลียด อิจฉา ริษยา โอ้อวด หลงใหล วุ่นวายใจ เห็นอกเห็นใจ อารมณ์จะรุนแรง สับสน อ่อนไหว ไม่มั่นคง เปลี่ยนแปลงง่าย บางครั้งเก็บกด บางครั้งรู้สึกเป็นอิสระมั่นใจ หงุดหงิดและวุ่นวายใจได้ง่าย จึงมีนักวิชาการหลายท่านกล่าวว่าวัยรุ่นนี้เป็นวัยพายุคุกคาม (Storm and stress) (พรนภา หอมสินธุ์, 2558; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545) ในอดีตเชื่อว่าปรากฏการณ์นี้เกิดจากความเครียดและวิตกกังวลกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในตนเองซึ่งการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนทำให้เกิดความเครียด แต่จากการศึกษาต่อมากลับพบว่าการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นผลมาจากสิ่งแวดล้อม สังคม และวัฒนธรรมที่อยู่รอบ ๆ ตัววัยรุ่นมากกว่าปัจจัยที่เกิดขึ้นภายในตนเอง (Brooks-Gunn & Reiter, 1990) นอกจากการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ต่าง ๆ ดังที่กล่าวข้างต้นแล้ว วัยนี้จะเริ่มมีความสามารถในการรับรู้ตนเองในด้านต่าง ๆ ความคิดเกี่ยวกับตนเองเข้ามามีบทบาทอย่างมาก เช่น ทัศนคติการแต่งตัว รองเท้า ทรงผม จะสนใจหรือให้เวลาเกี่ยวกับรูปร่าง หน้าตา มากกว่าวัยอื่น ๆ และวัยนี้จะเริ่มแสดงออกถึงสิ่งที่ตนเองชอบ สิ่งที่ตนเองถนัด ซึ่งจะแสดงถึงความเป็นตัวตนของเขาที่โดดเด่น และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนอย่างมากเพื่อให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เข้าใจความรู้สึกของตนเองและร่วมทุกข์ร่วมสุข ทำให้รู้สึกปลอดภัยและกลุ่มเพื่อนยังสามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันได้ ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ การถ่ายทอดแบบอย่างจากกลุ่มเพื่อนทั้งแนวคิด ค่านิยม ระเบียบจริยธรรม การแสดงออกและการแก้ปัญหาในชีวิต จนสิ่งเหล่านี้กลายเป็นเอกลักษณ์ของตน และกลายเป็นบุคลิกภาพนั่นเอง (อารมณ์ คีนาณ, 2551)

2.4 พัฒนาการทางสังคม (Social Development)

นอกจากวัยรุ่นหญิงมีพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจอย่างมากแล้ว วัยรุ่นหญิงยังมีพัฒนาการทางสังคมที่ชัดเจนอีกด้วย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์หรือปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวด้วย ช่วงวัยนี้จะสร้างมิตรภาพที่ลึกซึ้งกับเพื่อนด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน มีการแบ่งปันความคิด ความรู้สึก ความหวัง ความกลัวร่วมกัน มีความเชื่อมั่น เห็นอกเห็นใจเข้าใจความรู้สึกซึ่งกันและกันและพร้อมที่จะช่วยเหลือสนับสนุนกัน (พรนภา หอมสินธุ์, 2558) วัยนี้จึงให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าครอบครัวหรือคนอื่น ๆ (พนม เกตุมาน, 2550; Steinberg, 1996) จะพยายามหาเพื่อนที่มีลักษณะเหมือนตนหรือมีความคล้ายคลึงกันทางความคิด ความสนใจ และรสนิยม มีการสร้างกฎเกณฑ์ขึ้น

ภายในกลุ่มวัยรุ่นหญิงส่วนใหญ่ก็มีแนวโน้มที่จะปฏิบัติตาม ๆ กัน ทั้งนี้เนื่องจากการการยอมรับจากกลุ่ม (พรนภา หอมสินธุ์, 2558) ซึ่งการคบเพื่อนร่วมวัยเป็นพฤติกรรมทางสังคมที่สำคัญของวัยนี้ซึ่งมีทั้งประโยชน์และโทษ คือถ้าคบเพื่อนที่ดี ชักชวนกันทำในสิ่งที่ดีก็จะมีประโยชน์ แต่ถ้าคบเพื่อนไม่ดี ชักชวนไปในทางที่ไม่ดีก็จะทำให้เกิดโทษได้ และอาจนำมาซึ่งปัญหาต่าง ๆ ได้ เช่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการชักชวนของเพื่อน เป็นต้น นอกจากนี้ในวัยนี้也将มีความสนใจเพื่อนต่างเพศ อยากพบปะสังสรรค์ อยากเรียนรู้เพื่อนต่างเพศโดยการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ซึ่งการมีสังคมของเพื่อนต่างเพศ ทำให้วัยรุ่นหญิงต้องเรียนรู้บทบาททางเพศและการปรับตัวเพิ่มขึ้น หากไม่สามารถเรียนรู้และปฏิบัติตัวได้อย่างเหมาะสม จะทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสมตามมา (อาภรณ์ ดินาน, 2551)

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่า วัยรุ่นหญิงมีการเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการในทุกด้านทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม ซึ่งมีความเชื่อมโยงและส่งผลกระทบต่อซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นหญิงตอนกลาง (14-16 ปี) ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นช่วงวัยที่จะยอมรับสภาพร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นหนุ่มเป็นสาวได้แล้ว มีความคิดที่ลึกซึ้ง จึงหันมาใส่ใจหาอุดมการณ์และหาเอกลักษณ์ของตนเอง มีความอยากรู้อยากเห็น และอยากทดลอง (พนม เกตุมาน, 2550) ซึ่งโดยตามธรรมชาติสมองของวัยรุ่นเองก็ชอบเข้าไปหาความเสี่ยงเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว โดยเฉพาะเมื่อเห็นว่าความเสี่ยงนั้นอาจทำให้ได้รางวัล (Reward) ซึ่งความโน้มเอียงนี้ไม่ได้หมายความว่าวัยรุ่นนิสัยไม่ดี แต่มันเป็นธรรมชาติของช่วงพัฒนาการ (พรจิรา ปริวชรากุล, 2560) และในขณะเดียวกันวัยนี้ก็ให้ความสำคัญกับเพื่อนและต้องการการยอมรับจากกลุ่มเป็นอย่างมาก ทำให้อาจถูกชักจูงจากเพื่อนได้ง่าย นำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งรวมถึงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งถือเป็นพฤติกรรมเสี่ยงที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างมากในวัยรุ่นหญิง ถ้าไม่สามารถดูแลให้เหมาะสมอาจทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ตามมาได้ เช่น พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ เป็นต้น

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

1. ความหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายความว่า สุราตามกฎหมายว่าด้วยสุรา ทั้งนี้ ไม่รวมถึงยา วัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ยาเสพติดให้โทษตามกฎหมายว่าด้วยการนั้น โดยสุราหมายความว่า รวมถึงวัตถุทั้งหลายหรือของผสมที่มีแอลกอฮอล์ซึ่งสามารถดื่มกินได้เช่นเดียวกับน้ำสุราหรือซึ่งดื่มกินไม่ได้แต่เมื่อได้ผสมกับน้ำหรือของเหลวอย่างอื่นแล้วสามารถดื่มกินได้เช่นเดียวกับน้ำสุรา (พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์, 2551; พระราชบัญญัติสุรา, 2493)

2. ประเภทเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (ศูนย์เรียนรู้สุขภาพ สำนักงานสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ [สสส], ม.ป.ป.)

2.1 เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั่วไป จะแบ่งเป็น 3 กลุ่มใหญ่ ๆ ได้แก่ เหล้า เบียร์ และไวน์

2.1.1 เหล้า เป็นเครื่องดื่มที่ได้จากการกลั่นโดยใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติ เช่น ข้าว ข้าวสาลี กากน้ำตาล อ้อยมีปริมาณแอลกอฮอล์สูงประมาณ 40-50 %

2.1.2 เบียร์ เป็นเครื่องดื่มที่ได้จากการหมักส่วนผสมจากธรรมชาติ เช่น ข้าวบาร์เลย์ มีปริมาณแอลกอฮอล์ประมาณ 3-6 %

2.1.3 ไวน์ เกิดจากการหมักน้ำตาลของผลไม้ เช่น องุ่น ลูกพลัม โดยส่วนมากจะมีปริมาณแอลกอฮอล์ตั้งแต่ 5-14 % ขึ้นอยู่กับประเภทของไวน์

2.2 เครื่องดื่มแอลกอฮอล์พื้นบ้าน ซึ่งในประเทศไทยแยกเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ดังนี้

2.2.1 กระแช่ หรือน้ำตาลเมา เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ทำมาจากน้ำตาลโตนด เกิดจากการหมักน้ำตาลที่ได้จากการปาดจั่นมะพร้าว งวงตาล งวงระกำ เป็นต้น

2.2.2 ลำโทะ เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประเภทไวน์ ทำจากข้าวเหนียวหมักแล้ว

2.2.3 น้ำขาว เกิดจากการหมักข้าวเหนียวและแป้งเหล้า

2.2.4 อุ ทำมาจากปลายข้าวและแอลกอฮอล์เบ้งข้าวหมักนำไปหมักในไห

2.3 เครื่องดื่มไวน์คูลเลอร์ ค็อกเทล หรือ RTD (Ready to Drink) ซึ่งเป็นกระแสนิยมของกลุ่มวัยรุ่นหญิง (สุราไทย, 2558) ได้แก่

2.3.1 สพายไวน์คูลเลอร์ (SPY Wine Cooler) เป็นผลิตจากไวน์องุ่นคุณภาพดี และน้ำแร่ธรรมชาติ ให้รสชาติกลมกล่อมมีพลาฟองอันสดชื่น หลากหลายรสชาติ ได้แก่ สพายคลาสสิก สพายเรด สพายไวท์ สพายแบล็ค และสพายมอสคาโต้โกลด์

2.3.2 บาคารดีบรีสเซอร์ (Bacardi Breezer) เป็นเหล้ารัมที่นำมาผสมเป็นค็อกเทลให้สามารถดื่มได้สะดวกโดยไม่ต้องนำเหล้ารัมมาผสมเอง

2.3.3 สเมอร์นอฟไอซ์ (Smirnoff Ice) หรือที่เรียกกันติดปากว่า “กระป๋องดำ” มีปริมาณแอลกอฮอล์ 5%

2.3.4 สเมอร์นอฟมิดไนท์ 100 (Smirnoff Midnight 100) ส่วนผสมได้แก่ น้ำโซดา น้ำตาล กรดที่ใช้ในอาหาร และกลีเซอรอล จุดเด่นคือมีความแรงแอลกอฮอล์สูงกว่าเครื่องดื่มในกลุ่มนี้โดยทั่วไปที่ 7 %

2.3.5 ฟูลมูน (Full Moon) เป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์พร้อมดื่มที่นิยมในวัยรุ่นหญิง มักมีขายตามร้านอาหารและผับ

นอกจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ประเภทต่าง ๆ ดังกล่าวไว้ข้างต้นแล้ว ยังมีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในรูปแบบที่กำลังนิยมในหมู่วัยรุ่นคือ เหล้าปั่น ซึ่งเป็นเครื่องดื่มที่เมื่อมองภายนอกแล้วเหมือนน้ำผลไม้ปั่นที่มีหลายสี เช่น ฟ้ายเขียว แดง ในการทำเหล้าปั่นนั้นจะผสมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และน้ำหวานกลิ่นผลไม้ชนิดต่าง ๆ นำไปปั่นพร้อมน้ำแข็ง โดยมีการจำหน่ายทั่วไปอย่างเปิดเผยในร้านที่ตกแต่งแบบสไตล์น่ารัก สวยงาม สร้างบรรยากาศทำให้รู้สึกผ่อนคลาย อีกทั้งมักมีโปรโมชันดึงดูดใจ เช่น ซื้อม 1 แกรม 1 หรือพาเพื่อนมา 5 รับผิดชอบ 1 ถัง เป็นต้น การเริ่มต้นดื่มจึงเป็นเรื่องง่ายสำหรับวัยรุ่น (พรนภา หอมสินธุ์, 2558) โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิงด้วยความที่สังคมไทยมองว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นเรื่องไม่เหมาะสมสำหรับผู้หญิง เหตุนี้เองเมื่อเหล้าเปลี่ยนรูปแบบกลายเป็นเหล้าปั่นที่มีสีสันท่าดึงดูด รสหวาน จึงทำให้อายุรุ่นหญิงไม่รู้สึกว่าตนกำลังทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมและเป็นอันตรายต่อร่างกาย ซึ่งเหล้าปั่นเป็นเครื่องดื่มที่มีอันตรายไม่ต่างจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ชนิดอื่นเพราะมีส่วนผสมของเหล้าชนิดต่าง ๆ อีกทั้งยังมีสูตรที่คนดื่มอาจมองว่าดี แต่ความจริงแล้วก่อให้เกิดผลเสียตามมามากมายเช่นเดียวกัน นอกจากนี้เหล้าปั่นมีรสไม่ขม จึงทำให้ดื่มได้คราวละมาก ๆ จนลืมนึกถึงปริมาณแอลกอฮอล์ที่ได้รับ ทำให้เมาโดยไม่รู้ตัว เสี่ยงต่อการถูกคุกคามทางเพศ หรืออุบัติเหตุตามมาได้ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560)

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีหลากหลายชนิด เครื่องดื่มดังกล่าวมีดีกรีหรือปริมาณความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ต่างกัน ดังนั้นการเปรียบเทียบการได้รับปริมาณแอลกอฮอล์เข้าไปในร่างกายจึงต้องมีการกำหนด Standard drink หรือเรียกว่า หน่วยดื่มมาตรฐาน ซึ่งในแต่ละประเทศกำหนดค่าหน่วยดื่มมาตรฐานที่แตกต่างกันไป สำหรับประเทศไทย 1 หน่วยดื่มมาตรฐาน หมายถึง มีเอทานอลเป็นส่วนผสมอยู่ในเครื่องดื่ม 10 กรัม การประเมินการดื่มของแต่ละบุคคลจึงต้องสอบถามแยกตามชนิดของเครื่องดื่มและปริมาณที่ดื่ม (แผนงานการพัฒนา ระบบ รูปแบบ และวิธีการบำบัดรักษาผู้มีปัญหาการบริโภคสุราแบบบูรณาการ [พรส.] (2552 อ้างถึงใน พรนภา หอมสินธุ์, 2558) ดังนี้

เหล้าแดง 35 ดีกรี	ปริมาณ 2 ฝาใหญ่หรือ 30 ซีซี	เท่ากับ 1 ดื่มมาตรฐาน
เหล้าขาว 40 ดีกรี	1 เป๊กหรือ 50 ซีซี	เท่ากับ 1.5 ดื่มมาตรฐาน
เบียร์ 5%	¾ กระป๋อง / ขวดเล็ก	เท่ากับ 1 ดื่มมาตรฐาน
เบียร์ 5%	1 ขวดใหญ่ (660 ซีซี)	เท่ากับ 2.5 ดื่มมาตรฐาน
เบียร์ 6.4%	½ กระป๋อง หรือ 1/3 ขวดใหญ่	เท่ากับ 1 ดื่มมาตรฐาน
ไวน์ 12%	1 แก้ว (100 ซีซี)	เท่ากับ 1 ดื่มมาตรฐาน
ไวน์คูลเลอร์	1 ขวด	เท่ากับ 1 ดื่มมาตรฐาน
น้ำชา อุ กระแส 10%	3 เป๊ก/ตอง/กัก หรือ 150 ซีซี	เท่ากับ 1 ดื่มมาตรฐาน

สาโท สุราแช่ สุราพื้นเมือง 6% 4 เป็ก/ตอง/กัก หรือ 200 ซีซี เท่ากับ 1 ดั้มมาตรฐาน

3. การออกฤทธิ์ของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สมภพ เรื่องตระกูล, 2550)

ระยะที่ 1 ออกฤทธิ์ต่อสมองโดยตรงโดยไปกดประสาทส่วนที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับความคิด ซึ่งจะทำให้มีความรู้สึกสบายใจ คลายกังวล จึงทำให้ผู้ดื่มรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ดี ขจัดความเครียดได้ ซึ่งนับว่าเป็นการคิดที่ผิด เพราะนั่นเป็นผลที่เกิดจากฤทธิ์ของแอลกอฮอล์กดประสาทไว้ชั่วคราว

ระยะที่ 2 ออกฤทธิ์ต่อสมองส่วนที่ควบคุมการเคลื่อนไหวและการพูด ทำให้ประสาทการรับรู้ช้ากว่าปกติ ทำให้พูดไม่ชัด เคลื่อนไหวได้ไม่ดี ใช้อวัยวะภายนอกทำตามความต้องการได้ช้ากว่าปกติ ในระยะนี้ถือว่าเริ่มเมาแล้ว

ระยะที่ 3 ออกฤทธิ์ที่ศูนย์ควบคุมการหายใจ โดยจะไปกดสมองส่วนที่ควบคุมการหายใจ ทำให้หายใจไม่สะดวก เกิดอาการไม่รู้สึกตัวหรือหมดสติ

4. สาเหตุของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (พรนภา หอมสินธุ์, 2558)

4.1 ทักษะชีวิต วัยรุ่นมักไม่ค่อยคำนึงถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้นจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โคนเฉพะอย่างยิ่งผลเสียในระยะยาว วัยรุ่นโดยทั่วไปรับรู้ถึงความพึงพอใจหรือผลดีที่จะได้รับในระยะสั้นมากกว่า เช่น ช่วยคลายเครียด สนุกสนาน ได้สัมผัสสภาพที่ดีกับเพื่อน ได้เข้าสังคม ได้รับการยอมรับ

4.2 ความสามารถและบุคลิกภาพ วัยรุ่นที่รับรู้ความสามารถของตนเองต่ำมีโอกาสดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าวัยรุ่นที่รับรู้ในคุณค่าของตนเองสูง ทั้งนี้เนื่องจากบุคคลเหล่านี้มักไม่เป็นตัวของตัวเอง ขาดความมั่นใจ จึงมักตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของเพื่อน ผู้ปกครอง/ บุคคลใกล้ชิด และสื่อต่าง ๆ โดยง่าย นอกจากนี้ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาซึ่งเป็นตัวชี้วัดหนึ่งถึงความสามารถทางสติปัญญาจะส่งผลต่อการตัดสินใจและการแสดงพฤติกรรมของวัยรุ่น รวมทั้งลักษณะบุคลิกภาพและความเครียดก็ส่งผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

4.3 เพื่อน วัยรุ่นมักให้ความสำคัญและใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน การได้ใกล้ชิดกับเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่เป็นประจำ และการถูกชักชวนหรือทำทนายให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นสถานการณ์ที่ยากลำบากสำหรับวัยรุ่นในการปฏิเสธเพื่อน

4.4 บิดา มารดา พ่อแม่ที่มีพฤติกรรมดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลต่อพฤติกรรมของลูก ทั้งนี้เนื่องจากพ่อแม่ย่อมเป็นต้นแบบของลูก

4.5 โรงเรียน โรงเรียนคือสังคมแรกของวัยรุ่นที่นอกเหนือจากบ้าน เป็นสถานที่ที่วัยรุ่นใช้เวลาส่วนมากในการทำกิจกรรมและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นกิจกรรมการเรียนการสอน นโยบาย กฎระเบียบ ความใส่ใจ รวมทั้งความพร้อมทางด้านเศรษฐกิจและสังคมของโรงเรียนนั้น ๆ จึงมีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น

4.6 สังคม สังคมปัจจุบันในยุคดิจิทัลด้วยรุ่นนิยมสื่อสารกันผ่านทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ เช่น เฟซบุ๊ก ไลน์ อินตาแกรม อย่างแพร่หลาย ตลอดจนภาวะเศรษฐกิจ นโยบาย กฎหมายของสังคมย่อมมีอิทธิพลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

5. ผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการในด้านต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงอย่างมากในเวลาอันรวดเร็วทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การที่วัยรุ่นมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อให้เกิดผลกระทบหลายด้านทั้งผลกระทบต่อสุขภาพกาย จิตใจ และสังคม

5.1 ผลกระทบต่อร่างกาย

สำหรับวัยรุ่นที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมากหรือดื่มอย่างต่อเนื่อง มีความเสี่ยงที่จะได้รับอันตรายจากการดื่ม โดยแอลกอฮอล์จะส่งผลกระทบต่อสมองและระบบประสาท ซึ่งกระบวนการพัฒนาสมองของมนุษย์เกิดขึ้นได้ถึง อายุ 25 ปี (ทักษพล ชรรมรังสี และอรทัย วลีวงศ์, 2559) การดื่มแอลกอฮอล์ก่อนที่สมองจะสิ้นสุดกระบวนการพัฒนาจึงมีผลต่อสมรรถนะของสมองได้ โดยแอลกอฮอล์ทำให้ขนาดของสมองส่วน Hippocampus เล็กลงและการทำงานของสารสื่อประสาทต่าง ๆ ผิดปกติมีผลทำให้สมาธิ ความจำลดลงส่งผลกระทบต่อปัญหาด้านการเรียนของวัยรุ่น (Spear, 2018) ซึ่งการออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะขึ้นอยู่กับระดับแอลกอฮอล์ในเลือด ดังนี้ ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 30% จะทำให้เกิดอาการสนุกสนาน ร่าเริง ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 50% จะเกิดอาการเสียการควบคุมการเคลื่อนไหวระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 100% แสดงอาการสับสน ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 200% จะเกิดอาการสับสน ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 300% จะเกิดอาการร่วง งง ซึม ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด 400% จะเกิดอาการสลบ และอาจถึงตายได้ อีกทั้งผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์มาเป็นเวลานานทำให้สมองเสื่อม มีการฝ่อลีบของเปลือกสมองส่วนนอกซึ่งจะมีผลต่อการเชื่อมต่อทางจิตตามมา นอกจากนี้แอลกอฮอล์ส่งผลกระทบต่อความสมดุลของฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตและลักษณะทางเพศ ทำให้กระทบต่อพัฒนาการของวัยรุ่นซึ่งกำลังมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในช่วงนี้ และยังส่งผลกระทบต่อความหนาแน่นของมวลกระดูกและการเจริญเติบโต (พรนภา หอมสินธุ์, 2558) ที่สำคัญสำหรับวัยรุ่นหญิง คือการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลกระทบต่อผิวพรรณ เนื่องจากการดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ร่างกายขาดน้ำ ผิวขาดความชุ่มชื้น เกิดริ้วรอยและหน้าแก่ก่อนวัยอันควร (ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สำนักงานสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ [สสส], ม.ป.ป.) นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อระบบอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย ได้แก่ ทำให้เกิดความผิดปกติของการผลิตเอนไซม์ตับ ซึ่งในผู้ดื่มที่มีอายุน้อยหรืออ้วนมีโอกาสเกิดความผิดปกติในการผลิตเอนไซม์ตับนี้ได้ง่ายแม้ดื่มเพียงเล็กน้อยก็ตาม (พรนภา หอมสินธุ์, 2558) ระบบทางเดินอาหารเพราะเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะกระตุ้นให้มีการหลั่งกรดและน้ำย่อยในกระเพาะอาหารเพิ่มมากขึ้นเกิดการระคาย

เคื่องและอีกเสบของเยื่อกระดูกอาหารและลำไส้เล็ก ทำให้เป็นแผลในกระเพาะอาหารและอาจส่งผลให้เกิดอาการแทรกซ้อนอื่น ๆ ตามมา เช่น มีอาการปวดท้อง เบื่ออาหาร และอาเจียนเป็นเลือดได้ ระบบกระดูก ทำให้กระดูกพรุน อีกทั้งแอลกอฮอล์ทำให้มีอาการข้ออักเสบชนิดหนึ่งที่เรียกว่า “โรคเกาต์ (Gout)” ระบบหัวใจและหลอดเลือด การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้อัตราการเต้นของหัวใจเร็วขึ้น การบีบตัวของหัวใจไม่ปกติ กล้ามเนื้อหัวใจทำงานได้ไม่ดี และยังส่งผลให้ความดันโลหิตสูงขึ้นเพิ่มโอกาสการสะสมไขมัน LDL ตามหลอดเลือดจึงทำให้ผู้ดื่มมีความเสี่ยงในการเกิดโรคหัวใจขาดเลือดได้ (ทักษพล ธรรมรังสี และอรทัย วลีวงศ์, 2559) นอกจากนี้ยังส่งผลต่อระบบเมตาบอลิซึมและต่อมไร้ท่อ ทำให้น้ำตาลในเลือดสูง จากการทำลายเซลล์ตับอ่อน ทำให้เกิดโรคเบาหวานได้ (สมภพ เรื่องตระกูล, 2550)

5.2 ผลกระทบต่อสุขภาพจิต

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น เมื่อดื่มปริมาณมากหรือดื่มอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน มีความเสี่ยงที่จะได้รับผลกระทบเกี่ยวกับสุขภาพจิต จากรายงานสถานการณ์การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบในประเทศไทย ปี พ.ศ. 2556 พบว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นตัวนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิต และมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล และโรคจิตเภทซึ่งสามารถเชื่อมโยงไปสู่การทำร้ายตนเอง โดยเมื่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เข้าสู่ร่างกาย สารพิษที่เกิดจากการเผาผลาญแอลกอฮอล์ในร่างกายคือ เตตราไฮโดรไอโซควินอลีน (Tetrahydroisouquinolines) จะเข้าทำลายสารเคมีในสมอง การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณน้อยจะทำให้ผู้ดื่มรู้สึกมีความสุข ผ่อนคลาย ตื่นเต้น เมื่อดื่มปริมาณมากขึ้นจะทำให้รู้สึกสับสน และถ้าดื่มต่อกันเป็นเวลานานอาจทำให้เกิดภาวะการคิดสุราเรื้อรัง เกิดอาการประสาทหลอน และโรคจิตเภทตามมาได้ จากการศึกษาขององค์การอนามัยโลกพบว่า 1 ใน 3 ของผู้ป่วยทางจิตในแต่ละประเทศ มีสาเหตุมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สำหรับประเทศไทยจากการสำรวจระบาดวิทยาโรคจิตเวชของคนไทยในปี พ.ศ. 2551 พบว่าสาเหตุเกิดจากความผิดปกติในพฤติกรรมกรรมการดื่มสุรามากถึงร้อยละ 11.7 อีกทั้งภาวะโรคที่มีสัดส่วนสูงที่สุดจากการดื่มสุรา คือปัญหาสุขภาพจิต (ทักษพล ธรรมรังสี, 2556)

5.3 ผลกระทบต่อสังคม

วัยรุ่นที่เริ่มบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนอายุ 15 ปียังคงมีพฤติกรรมกรรมการดื่มมาจนถึงปัจจุบันเป็นการเพิ่มความเสี่ยงในการติดแอลกอฮอล์เมื่ออายุมากขึ้นด้วย (Wang et al., 2015; WHO, 2018) วัยรุ่นที่บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีโอกาสที่จะสูบบุหรี่ด้วยถึง 7 เท่า และยังส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เช่น การใช้สารเสพติด การทะเลาะวิวาท การเกิดอุบัติเหตุ และการได้รับบาดเจ็บ จากการสำรวจพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร

ปี พ.ศ. 2554 พบว่าวัยรุ่นอายุ 15-19 ปีได้รับอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์และการดื่มสุราของตนเองและผู้อื่น ร้อยละ 3.8 และ 0.3 ตามลำดับ ที่สำคัญในวัยรุ่นหญิงส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรหรือการมีเพศสัมพันธ์อย่างไม่ปลอดภัย โดยพบว่าวัยรุ่นหญิงที่ดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีโอกาสมีเพศสัมพันธ์สูงถึง 3.75 เท่าของวัยรุ่นหญิงที่ไม่ดื่ม และยังส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ตามมา อีกทั้งการดื่มแบบหนักและดื่มประจำทำให้มีโอกาสเสี่ยงต่อ พฤติกรรมการเปลี่ยนคู่นอน อาจนำไปสู่โรคต่าง ๆ เช่น การติดเชื้อ HIV หรือโรคเอดส์ และ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (ทักษพล ธรรมรังสี, 2556)

จากข้อมูลดังกล่าวมาจะเห็นได้ว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นก่อให้เกิดความเสียหายอย่างมากทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว การเริ่มต้นดื่มแอลกอฮอล์ในช่วงพัฒนาการของชีวิตที่มีความเปราะบางนี้ ทำให้วัยรุ่นมีโอกาสสูงที่จะดื่มอย่างต่อเนื่องจนเสพติดในเวลาต่อมาและนำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงอื่น ๆ ตามมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเพศหญิงก่อให้เกิดความเสียหายในด้านต่าง ๆ มากกว่าเพศชาย

6. กฎหมาย ประกาศ คำสั่ง ระเบียบที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

6.1 พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ.2551

หมวด 4 การควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

มาตรา 26 ให้ผู้ผลิตหรือนำเข้าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ปฏิบัติดังต่อไปนี้

1. จัดให้มีบรรจุภัณฑ์ ฉลาก พร้อมทั้งข้อความคำเตือนสำหรับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผลิตหรือนำเข้า ทั้งนี้ ให้เป็นไปตามหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขที่คณะกรรมการควบคุม ประกาศกำหนด โดยความเห็นชอบของคณะกรรมการและประกาศในราชกิจจานุเบกษา
2. การอื่นตามที่คณะกรรมการควบคุมกำหนดโดยความเห็นชอบของคณะกรรมการและประกาศในราชกิจจานุเบกษา

มาตรา 27 ห้ามขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานที่หรือบริเวณดังต่อไปนี้

1. วัดหรือสถานที่สำหรับปฏิบัติพิธีกรรมทางศาสนา
2. สถานบริการสาธารณสุขของรัฐ สถานพยาบาลตามกฎหมายว่าด้วยสถานพยาบาลและร้านขายยาตามกฎหมายว่าด้วยยา
3. สถานที่ราชการ ยกเว้นบริเวณที่จัดไว้เป็นร้านค้าหรือสโมสร
4. หอพักตามกฎหมายว่าด้วยหอพัก
5. สถานศึกษาตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ
6. สถานบริการน้ำมันเชื้อเพลิงตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมน้ำมันเชื้อเพลิงหรือร้านค้าในบริเวณสถานบริการน้ำมันเชื้อเพลิง

7. สวนสาธารณะของทางราชการที่จัดไว้เพื่อการพักผ่อนของประชาชนโดยทั่วไป

8. สถานที่อื่นที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยความเห็นชอบของคณะกรรมการ

มาตรา 28 ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ในวัน หรือเวลาที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยคำแนะนำของคณะกรรมการ ทั้งนี้ประกาศดังกล่าวจะกำหนดเงื่อนไขหรือข้อยกเว้นใด ๆ เท่าที่จำเป็นไว้ด้วยก็ได้

ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดวันห้ามขายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2558 ห้ามผู้ใดขายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ในวันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา และวันออกพรรษา ยกเว้นการขายเฉพาะร้านค้าปลอดอากรภายในอาคารท่าอากาศยานนานาชาติ

ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดเวลา ห้ามขายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2558 ห้ามผู้ใดขายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ในเวลาอื่น นอกจากตั้งแต่เวลา 11.00 นาฬิกา ถึงเวลา 14.00 นาฬิกา และตั้งแต่เวลา 17.00 นาฬิกา ถึงเวลา 24.00 นาฬิกา ยกเว้นการขายในกรณี ดังต่อไปนี้

1. การขายในอาคารท่าอากาศยานนานาชาติ
2. การขายในสถานบริการซึ่งเป็นไปตามกำหนดเวลาเปิดปิดของสถานบริการตามกฎหมายว่าด้วยสถานบริการ

มาตรา 29 ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์แก่บุคคลดังต่อไปนี้

1. บุคคลซึ่งมีอายุต่ำกว่ายี่สิบปีบริบูรณ์
2. บุคคลที่มีอาการมึนเมาจนครองสติไม่ได้

มาตรา 30 ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์โดยวิธีการหรือในลักษณะดังต่อไปนี้

1. ใช้เครื่องขายอัตโนมัติ
2. การเร่ขาย
3. การลดราคาเพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมการขาย
4. ให้หรือเสนอให้สิทธิในการเข้าชมการแข่งขัน การแสดง การให้บริการการชิงโชค การชิงรางวัล หรือสิทธิประโยชน์อื่นใดเป็นการตอบแทนแก่ผู้ซื้อเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ หรือแก่ผู้นำหีบห่อหรือสลากหรือสิ่งอื่นใดเกี่ยวกับเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์มาแลกเปลี่ยนหรือแลกซื้อ

5. โดยแจก แถม ให้ หรือแลกเปลี่ยนกับเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ หรือกับสินค้าอื่นหรือการให้บริการอย่างอื่น แล้วแต่กรณี หรือแจกจ่ายเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ในลักษณะเป็นตัวอย่างของเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ หรือเป็นการจูงใจสาธารณชนให้บริโภคเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์ รวมถึงการกำหนดเงื่อนไขการขายในลักษณะที่เป็นการบังคับซื้อเครื่องดื่มน้ำอัดลมแอลกอฮอล์โดยทางตรงหรือทางอ้อม

6. โดยวิธีหรือลักษณะอื่นใดตามที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยคำแนะนำของ คณะกรรมการ

มาตรา 32 ห้ามมิให้ผู้ใดโฆษณาเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์หรือแสดงชื่อหรือเครื่องหมายของ เครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์อันเป็นการอวดอ้างสรรพคุณหรือชักจูงใจให้ผู้อื่นดื่มน้ำโดยตรงหรือโดยอ้อม การโฆษณาหรือประชาสัมพันธ์ใดๆ โดยผู้ผลิตเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ทุกประเภทให้ กระทำได้เฉพาะการให้ข้อมูลข่าวสาร และความรู้เชิงสร้างสรรค์สังคม โดยไม่มีการปรากฏภาพของ สินค้าหรือบรรจุภัณฑ์ของเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์นั้น เว้นแต่เป็นการปรากฏของภาพสัญลักษณ์ของ เครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ หรือสัญลักษณ์ของบริษัทผู้ผลิตเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์นั้นเท่านั้น ทั้งนี้ ตามที่ กำหนดในกฎกระทรวง

6.2 กฎกระทรวง ฉบับที่ 21 (พ.ศ. 2560) ออกตามความในพระราชบัญญัติจราจรทางบก พ.ศ. 2522

ข้อ 3 ถ้ามีปริมาณแอลกอฮอล์ในเลือดดังต่อไปนี้ให้ถือว่าเมาสุรา

(1) กรณีตรวจวัดจากเลือด เกิน 50 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์ เว้นแต่ผู้ขับขี่ในกรณี ดังต่อไปนี้ มีปริมาณแอลกอฮอล์ในเลือด เกิน 20 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์

(ก) ผู้ขับขี่ซึ่งมีอายุต่ำกว่ายี่สิบปีบริบูรณ์

(ข) ผู้ขับขี่ซึ่งได้รับใบอนุญาตขับรถชั่วคราวตามกฎหมายว่าด้วยรถยนต์

(ค) ผู้ขับขี่ซึ่งมีใบอนุญาตขับขี่สำหรับรถประเภทอื่นที่ใช้แทนกันไม่ได้

(ง) ผู้ขับขี่ซึ่งไม่มีใบอนุญาตขับขี่ หรืออยู่ระหว่างถูกพักใช้หรือเพิกถอนใบอนุญาต

ขับขี่

7. มาตรการหรือบริการสุขภาพเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโรงเรียน
กรมอนามัยได้ดำเนินงาน โครงการ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชน ด้านสุขภาพควบคู่ไปกับการพัฒนาด้านการศึกษา โดยการพัฒนาศักยภาพ โรงเรียนให้เป็นจุดเริ่มต้น และศูนย์กลางของการพัฒนาสุขภาพ โดยมีมาตรการหรือบริการสุขภาพเพื่อป้องกันการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโรงเรียน (กรมอนามัย, 2558) ดังนี้

1. การจัดทำโครงการด้านสุขภาพที่มีความสอดคล้องกับสภาพปัญหาจริงของโรงเรียน ซึ่งครอบคลุมมิติของการส่งเสริมสุขภาพ ดังนี้

1.1 การเฝ้าระวังและแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพและด้านสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อ สุขภาพ เช่น การจัดตั้งแกนนำป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น

1.2 การส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค เช่น โครงการต้านภัยจากเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์และยาเสพติด เป็นต้น

2. การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ

2.1 โรงเรียนกำหนดมาตรการห้ามดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และห้ามสูบบุหรี่ในโรงเรียน โดยผู้บริหารจัดทำเป็นลายลักษณ์อักษรและชี้แจงให้ทุกคนรับทราบชัดเจน

2.2 มีป้ายห้ามดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และห้ามสูบบุหรี่เห็นได้ชัดเจนในโรงเรียน

3. สุขศึกษาในโรงเรียน โดยโรงเรียนจัดกิจกรรมสุขศึกษาทั้งในหลักสูตรและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เพื่อมุ่งให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และมีการฝึกปฏิบัติที่นำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม โดยการให้ความรู้ เสริมสร้างเจตคติ และฝึกปฏิบัติด้วยตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เช่น การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เป็นต้น เพื่อให้เกิดทักษะและพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. ทฤษฎีการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (Information-Motivation-Behavioral Skill: IMB Model)

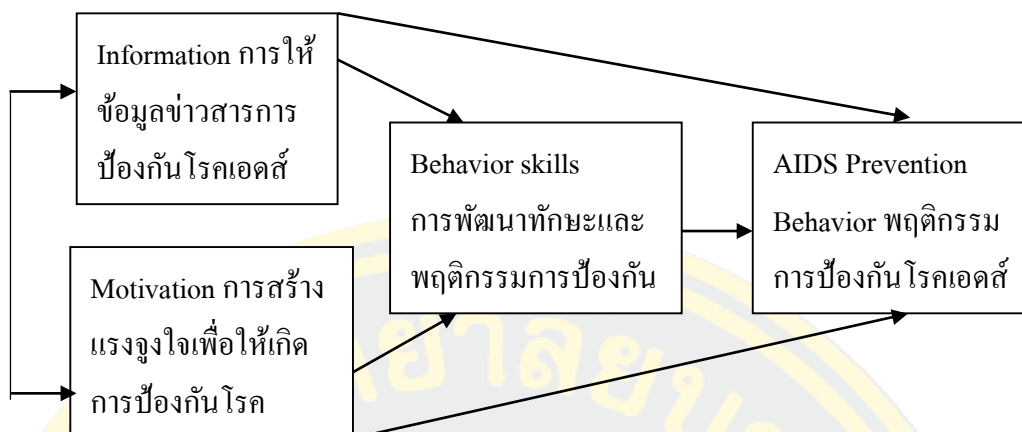
ทฤษฎีการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (Information-Motivation-Behavioral Skill: IMB Model) เป็นแนวคิดที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ถูกพัฒนาขึ้นโดย Fisher and Fisher (1992) ซึ่งพัฒนามาจากการวิเคราะห์ การบูรณาการของทฤษฎีงานวิจัยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีและเอดส์ และการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับจิตวิทยาสังคม เพื่ออธิบายและส่งเสริมพฤติกรรมในการป้องกันสุขภาพ โดยเชื่อว่า 3 ปัจจัยที่สามารถลดพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่ การให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะในเรื่องพฤติกรรมป้องกันโรค โดยผลลัพธ์ของทั้ง 3 ปัจจัยส่งผลให้เกิดการตัดสินใจในการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ (Fisher & Fisher, 1992, cited in Diclemente, Crosby, & Kegler, 2009)

1. การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) เป็นการให้ข้อมูลความรู้ที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจงกับกลุ่มเป้าหมายนั้น หรือความรู้ในส่วนที่ขาดหายไปของประชากรที่สนใจ ไม่ใช่การให้ข้อมูลข่าวสารความรู้ตามปกติ โดยต้องค้นหาข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงในส่วนที่ขาดหายไปว่าคืออะไร จากการทำ Focus group discussion และการใช้แบบสอบถาม ซึ่งการให้ข้อมูลความรู้นั้นเป็นปัจจัยนำ (Prerequisite) ที่สำคัญของการกระทำพฤติกรรมมีผล โดยตรงกับการกระทำพฤติกรรม และสามารถส่งผลให้เกิดการมีทักษะในการกระทำพฤติกรรม

2. การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) เป็นส่วนที่สนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมป้องกันโรค ประกอบด้วย 2.1) แรงจูงใจส่วนบุคคล (Personal motivation) ได้แก่ การส่งเสริมให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีนำไปสู่การเพิ่มศักยภาพในการกระทำพฤติกรรมป้องกันโรค และ 2.2) แรงจูงใจทางสังคม

(Social motivation) ได้แก่ การรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคมในการกระตุ้นเพื่อให้เกิดการกระทำ พฤติกรรมนั้น ๆ (Ajzen & Fishbein, 1980) แนวคิดการสร้างแรงจูงใจของ IMB Model ไม่ใช่แรงจูงใจโดยทั่วไปแต่เป็นแรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอ เพื่อให้เกิดทัศนคติ การรับรู้พฤติกรรมเสี่ยงหรือเกิดค่านิยม ซึ่งพัฒนามาจากทฤษฎีเหตุผลของการกระทำ (The Theory of Reasoned Action: TRA) ของ Ajzen and Fishbein (1980) โดยการเปลี่ยนแปลงความเชื่อจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมของบุคคล ซึ่งบุคคลจะคำนึงถึงเหตุผลก่อน จากการประเมินภาพรวมของพฤติกรรมรวม ไปถึงผลที่ตามมาของพฤติกรรม ซึ่งมีทั้งด้านบวกและด้านลบ คือถ้าผลการประเมินต่อผลที่ตามมา ของพฤติกรรมที่บุคคลได้กระทำเป็นทางด้านบวก บุคคลจะมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรม ในทาง ตรงกันข้ามถ้าผลการประเมินต่อผลที่ตามมาของพฤติกรรมที่บุคคลได้กระทำเป็นทางด้านลบ บุคคลจะมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อพฤติกรรมนั้น และการรับรู้ค่านิยมของสังคมเกี่ยวข้องกับบรรทัดฐาน ทางสังคมและการสนับสนุนทางสังคมในการกระทำเพื่อป้องกันโรค โดยหากบุคคลมีการประเมิน ว่ากลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพลต่อเขาต้องการให้แสดงพฤติกรรม แนวโน้มที่พฤติกรรมจะถูกแสดงออก จะเพิ่มมากขึ้น ในทางกลับกันบุคคลจะไม่แสดงพฤติกรรม ถ้าเกิดการรับรู้ว่าคุณสมบัติที่มีอิทธิพล ไม่ต้องการให้เขาแสดงพฤติกรรม

3. การพัฒนาทักษะ (Behavior skills) การที่บุคคลจะกระทำพฤติกรรมใด ๆ จำเป็น จะต้องมีทักษะที่จำเป็นในการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ ซึ่งทักษะที่ได้รับการพัฒนานั้นต้องเป็น ทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงกับการกระทำในการป้องกันโรค การพัฒนาทักษะยังรวมไปถึงการ ควบคุมพฤติกรรมเดิม ๆ ของบุคคลนั้นด้วย ซึ่งการพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการป้องกันโรคขึ้นอยู่กับ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน (Self efficacy) ของแต่ละบุคคล จะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในการ กระทำพฤติกรรมนั้น (Bandura, 1997) ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 การให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจและการพัฒนาทักษะการป้องกันเอชไอวี (Fisher & Fisher, 1992)

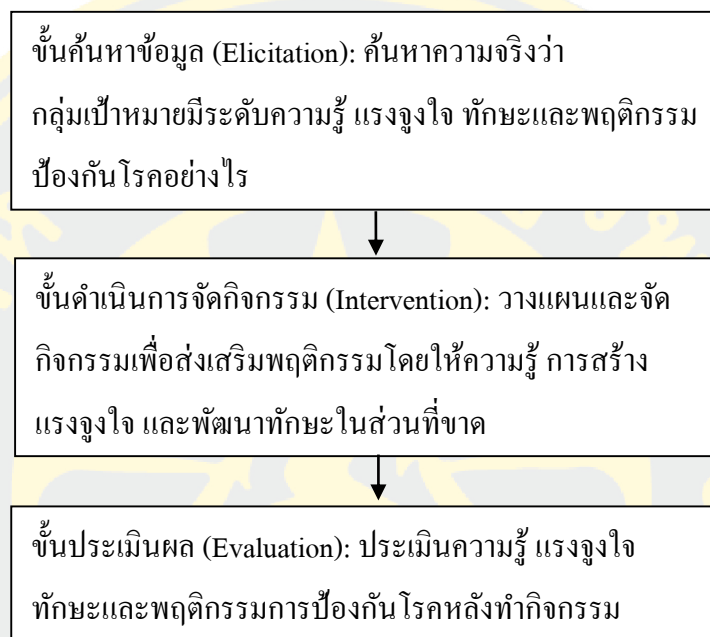
รูปแบบของ IMB Model ที่แสดงในแผนภูมิที่ 1 เป็นการแสดงรูปของการให้ข้อมูลที่จำเพาะกับการป้องกันเอดส์ ร่วมกับการสร้างแรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอในการป้องกันเอดส์ สามารถส่งผลโดยตรงต่อการกระทำพฤติกรรมป้องกันเอดส์และส่งผลให้เกิดทักษะในการป้องกันเอดส์ ซึ่งทักษะที่จำเป็นในการป้องกันเอดส์ขึ้นอยู่กับความรู้ความสามารถของตนเองและการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของแต่ละบุคคลจะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในการป้องกันเอดส์ ส่งผลให้มีพฤติกรรมป้องกันเอดส์ และรักษาพฤติกรรมนั้นไว้ให้คงอยู่ตลอดไป

การนำกระบวนการ IMB Model มาประยุกต์ใช้ในการปรับเปลี่ยนการรับรู้และพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลให้ดีขึ้นนั้น จำเป็นต้องมีกระบวนการในการจัดกิจกรรม 3 ขั้นตอน (Fisher & Fisher, 1992, cited in Diclemente et al., 2009) ได้แก่

1. ขั้นค้นหาข้อมูล (Elicitation) เป็นขั้นตอนแรกในกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นการค้นหาข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงในส่วนที่ขาดหายไปว่าคืออะไร เพื่อให้ทราบถึงปัจจัยด้านความรู้ แรงจูงใจ และทักษะที่สำคัญต่อสุขภาพที่มีอยู่ในกลุ่มเป้าหมาย โดยการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การทำ Focus group และการใช้แบบสอบถามในการรวบรวมข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นปัญหาที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดพฤติกรรมนั้น

2. ขั้นดำเนินการจัดกิจกรรม (Intervention) เป็นขั้นตอนที่สองในกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นการออกแบบและการดำเนินการจัดกิจกรรมที่เฉพาะเจาะจงกับพฤติกรรมและกลุ่มเป้าหมาย ตามข้อมูลที่ได้จากขั้นตอนแรก เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมโดยการให้ข้อมูลความรู้ การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะที่ขาดหายไป ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเฉพาะด้านสุขภาพที่ต้องการ

3. **ขั้นประเมินผล (Evaluation)** เป็นขั้นตอนสุดท้ายในกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งเป็นการประเมินผลหลังจากการดำเนินการจัดกิจกรรมที่ส่งผลต่อความรู้ แรงจูงใจ และทักษะที่ขาดหายไป เพื่อประเมินว่าสามารถทำให้กลุ่มเป้าหมายเกิดพฤติกรรมที่ดีและรักษาพฤติกรรมนั้นไว้ให้คงอยู่ได้หรือไม่ ดังภาพที่ 3



ภาพที่ 2 กระบวนการ IMB Model ในการจัดกิจกรรมในการจัดกิจกรรมป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี (Fisher & Fisher, 1992)

การที่บุคคลจะเริ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจึงขึ้นอยู่กับทำให้ข้อมูลข่าวสาร ซึ่งต้องเป็นข้อมูลความรู้ในส่วนที่ขาดที่เฉพาะเจาะจงกับปัญหาของกลุ่มเป้าหมาย การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ทั้งแรงจูงใจส่วนบุคคลและแรงจูงใจทางสังคม เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีจะนำไปสู่การเพิ่มศักยภาพในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และการพัฒนาทักษะที่จำเป็น (Behavior skills) ที่จะช่วยให้บุคคลเกิดความมั่นใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ในการศึกษาครั้งนี้ได้มีการนำกระบวนการ IMB Model มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาโปรแกรม เริ่มต้นตั้งแต่ขั้นตอนที่ 1 การค้นหาข้อมูล (Elicitation) โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus group discussion) ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความรู้ แรงจูงใจ ทักษะพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม แอลกอฮอล์อย่างไร ขั้นตอนที่ 2 การจัดกิจกรรม (Intervention) โดยการจัดกิจกรรมที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด ได้แก่ การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ทั้งแรงจูงใจส่วนบุคคล (Personal motivation) และแรงจูงใจทางสังคม

(Social motivation) โดยการมีส่วนร่วมของเพื่อน เนื่องจากวัยนี้จะสนใจใกล้ชิดกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าครอบครัว จะให้ความสำคัญกับเพื่อน และต้องการเลือกกลุ่มเพื่อนที่มีค่านิยม ความสนใจในสิ่งเดียวกันเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับ มีความรู้ที่มั่นคงและปลอดภัย (พนม เกตุมาน, 2550) และการพัฒนาทักษะ (Behavior skills) ขั้นตอนที่ 3 การประเมินผล (Evaluation) เป็นขั้นตอนสุดท้ายโดยประเมินความรู้ ทักษะ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังทำกิจกรรม

ในการศึกษาครั้งนี้จึงได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎี Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) มาใช้อย่างครบถ้วนทั้งกระบวนการตั้งแต่ 1) ขั้นตอนการค้นหาข้อมูล (Elicitation) 2) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม (Intervention) และ 3) ขั้นตอนการประเมินผล (Evaluation) เพื่อสร้างเสริมความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเกิดความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น

1.1 ทักษะต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ทักษะต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นความคิดความเชื่อที่มีต่อพฤติกรรมเป็นกระบวนการคิดที่เกิดขึ้นภายใน ซึ่งประเมินพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแง่มุมต่าง ๆ มาแล้ว ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจและสังคม เช่น ดีหรือไม่ดี เป็นประโยชน์หรือเป็นอันตราย เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ความคิดความเชื่อนี้จะส่งผลต่อความตั้งใจและพฤติกรรมต่อไป (Ajzen & Fishbein, 1998) ดังนั้นหากวัยรุ่นมีความเชื่อว่าการเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้ผลเชิงบวก เช่นการดื่มเป็นการผ่อนคลายความเครียด สร้างความสนุกสนาน ทำให้ดูเท่ ผู้หญิงก็สามารถดื่มได้ เช่นเดียวกับผู้ชาย อีกทั้งยังทำให้กล้าแสดงออกมากขึ้น ทำให้รู้สึกว่าโตเป็นผู้ใหญ่ วัยรุ่นก็เลือกที่จะดื่ม จากการศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ยอดนิล (2555) ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเขาคิชฌกูฏ จังหวัดจันทบุรี พบว่าทัศนคติที่เห็นด้วยต่อการดื่มทำให้เสี่ยงต่อการดื่มมากเป็น 5.49 เท่าของนักเรียนที่ไม่เห็นด้วยต่อการดื่ม สอดคล้องกับการศึกษาของ อภิลักษณ์ ธรรมวิมุติ และประสพชัย พสุนนท์ (2559) ในนักศึกษาหญิงระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกลุ่มภูมิภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่าทัศนคติเป็นตัวทำนายพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักศึกษาหญิงที่สำคัญมากที่สุด เช่นเดียวกับการศึกษาของ พรนภา หอมสินธุ์ และรุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ (2553) ซึ่งศึกษาในเยาวชนเพศหญิงและเพศชาย เขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า

ทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มในทุกๆ ของการดื่ม การศึกษาของ อัมมันดา ไชยกาญจน์ และอมรา ไชยกาญจน์ (2560) ในนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา พบว่านักศึกษาที่มีทัศนคติเชิงบวกต่อการดื่มมีโอกาสเสี่ยงต่อการที่จะดื่มมากกว่านักศึกษาที่มีทัศนคติเชิงลบถึง 5.96 เท่า สอดคล้องกับการศึกษาของ สุรเมศวร์ ฮาซิม, รัตนา เลิศสุวรรณศรี และรมิดา ศรีเหรา (2560) ซึ่งศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดปทุมธานี พบว่านักเรียนที่มีทัศนคติต่อการดื่มสูงมีโอกาสที่จะดื่มมากกว่านักเรียนที่มีทัศนคติต่อการดื่มต่ำ 1.97 เท่า เช่นเดียวกับจากการศึกษาของ ปริญญาภรณ์ ประยงค์กุล, ทศนา ทวีคุณ และโสภิต แสงอ่อน (2561) ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดหนึ่งในภาคใต้ พบว่าทัศนคติต่อการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยที่สามารถทำนายความตั้งใจบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยคะแนนทัศนคติต่อการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น 1 คะแนน เพิ่มโอกาสที่นักเรียนจะมีความตั้งใจบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถึง 1.02 เท่า และจากการศึกษาของ มนัสนันท์ ผลานิสงค์ และสุพัฒนา คำสอน (2557) ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร พบว่าทัศนคติต่อการละเว้นการดื่มมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมละเว้นการดื่มอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 สอดคล้องกับการศึกษาของ ชิวฮวย แซ่ลิ้ม, กนกพร หมู่พยัคฆ์ และนันทวัน สุวรรณรูป (2560) ซึ่งศึกษาในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม พบว่าทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตามความเสี่ยงต่อการเกิดอันตราย เช่นเดียวกับการศึกษาของ ดุษฎี แสงคำ, เสาวณิต รัตนรวมการ และสุชน ทิวทอง (2552) ในวัยรุ่น อายุ 15-19 ปี อำเภอลำดวน จังหวัดสุรินทร์ พบว่าทัศนคติต่อการดื่มเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนี้จากการศึกษาของ Samoraphum (2016) จากการทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยทั้งหมด 37 เรื่อง ระหว่างปี ค.ศ. 2004-2015 ซึ่งศึกษาในวัยรุ่นไทย อายุ 15-24 ปี พบว่าทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการดื่มของวัยรุ่นไทยมากที่สุด

1.2 การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นความเชื่อมั่นของบุคคลที่จะหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานการณ์ต่าง ๆ หากบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง บุคคลจะมีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรม แต่ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำบุคคลก็จะมีแนวโน้มที่จะไม่กระทำพฤติกรรมนั้น (Bandura, 1997) ดังนั้นหากวัยรุ่นมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูง จึงมีแนวโน้มที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่าวัยรุ่นที่มีการรับรู้

ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่ำ จากการศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ขอดนิล (2555) พบว่านักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่ำมีโอกาสเสี่ยงต่อการดื่มมากถึง 15 เท่าของนักเรียนที่มีการรับรู้สูง และการศึกษาของ ดรณวรรณ สมใจ (2560) ในนักศึกษาเพศหญิงและเพศชาย มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง พบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักศึกษามากที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาของ คุษฎี แสงคำ และคณะ (2552) พบว่าทักษะการปฏิเสธ มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น เช่นเดียวกับการศึกษาของ พรพิมล บัวสมบุญ (2550) ในนักเรียนอาชีวศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร พบว่าการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์มีความสัมพันธ์ทางลบกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน และสอดคล้องกับการศึกษาของ Elvira and Bruna (2011) พบว่านักศึกษาในประเทศอิตาลีที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำจะไม่สามารถปฏิเสธที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้และมีแนวโน้มที่จะดื่มเครื่องดื่มในอัตราที่สูงขึ้น

1.3 การถูกชักชวนให้ดื่ม

การถูกชักชวนให้ดื่มในวัยรุ่นเกิดจากอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน เนื่องจากช่วงวัยรุ่นเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อการกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างมาก (Osei-Bonsu et al., 2017) วัยนี้จะทำให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าครอบครัวหรือคนอื่น ๆ และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน (พนม เกตุมาน, 2550) ทำให้วัยรุ่นที่ถูกชักชวนให้ดื่มต้องแสดงพฤติกรรมการดื่มเพื่อให้เกิดการยอมรับของกลุ่ม จากการศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ขอดนิล (2555) พบว่านักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ถูกชักชวนมีโอกาสเสี่ยงต่อการดื่มเพิ่มขึ้นสูงถึง 6 เท่าของนักเรียนหญิงที่ไม่ถูกชักชวน เช่นเดียวกับการศึกษาของ พรนภา หอมสินธุ์ และรุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ (2553) พบว่าการถูกชักชวนให้ดื่มเป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการดื่มในทุกระยะของการดื่มของเยาวชน และสอดคล้องกับการศึกษาของ ชั่วฮวย แซ่ลิ้ม และคณะ (2560) พบว่าสาเหตุที่สำคัญของการดื่มครั้งแรกของวัยรุ่นเกิดจากเพื่อนชักชวน

1.4 อิทธิพลของเพื่อน

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่เพื่อนมีอิทธิพลต่อการกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ค่อนข้างสูง วัยนี้จะให้ความสำคัญกับเพื่อน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ทำให้วัยรุ่นยอมกระทำพฤติกรรมตามกลุ่มของตน (พนม เกตุมาน, 2550) โดยเมื่อเพื่อนดื่มสุราก็จะทำให้วัยรุ่นเกิดแรงจูงใจและตัดสินใจที่จะมีพฤติกรรมดื่มด้วย (Windle & Windle, 2018) จากการศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ

และศรีวรรณ ขอดนิต (2555) พบว่านักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีเพื่อนสนิทคัมมี โอกาสเสี่ยงต่อการคัม 3.76 เท่าของนักเรียนที่มีเพื่อนสนิทไม่คัม สอดคล้องกับการศึกษาของ อัมมันดา ไชยกาญจน์ และอมรา ไชยกาญจน์ (2560) พบว่านักศึกษาที่มีเพื่อนคัมมี โอกาสเสี่ยงที่จะ คัมมากกว่านักศึกษาที่ไม่มีเพื่อนคัมสูงถึง 6.43 เท่า เช่นเดียวกับการศึกษาของ Wang et al. (2015) ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ประเทศจีน พบว่าเพื่อนเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์มากที่สุดกับ พฤติกรรมการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ของนักเรียน โดยนักเรียนที่มีเพื่อนสนิทคัมมี โอกาสเสี่ยงที่จะ คัมมากกว่านักเรียนที่ไม่มีเพื่อนสนิทคัมถึง 6.82 เท่า และสอดคล้องกับการศึกษาของ Osei-Bonsu et al. (2017) ในเยาวชนประเทศกานา พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ ของเยาวชนมากที่สุดคือเพื่อน นอกจากนี้จากการศึกษาของ Wilson, Langille, Ogilvie, and Asbridge (2018) ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ประเทศแคนาดา พบว่าร้อยละ 63.8 ของ นักเรียนคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์กับกลุ่มเพื่อน

จากการทบทวนวรรณกรรมถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ ของวัยรุ่นดังกล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าการศึกษาคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ในเยาวชนหญิง มี จำนวนจำกัดมาก และพบว่าทัศนคติต่อการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของ ตนเองในการปฏิเสธการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ การถูกชักชวนให้คัม และอิทธิพลของเพื่อนเป็น ปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง ดังนั้นแนวทางหนึ่งที่จะ ป้องกันไม่ให้วัยรุ่นหญิงมีพฤติกรรมการทดลองคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ คือการเสริมสร้างการรับรู้ ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ การสร้างแรงจูงใจในการหลีกเลี่ยงการคัมเครื่องคัม แอลกอฮอล์ทั้งแรงจูงใจส่วนบุคคลโดยการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการคัมเครื่องคัม แอลกอฮอล์ และแรงจูงใจทางสังคม โดยการเสริมสร้างแรงจูงใจจากการมีส่วนร่วมของเพื่อน ตลอดจนการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ เพื่อป้องกันการ คัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์อย่างมีประสิทธิภาพของวัยรุ่นหญิง

2. โปรแกรมการป้องกันการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น

อัจฉรา มูลรัตน์, วิณา จิระแพทย์ และนรลัทภณ เอื้อกิจ (2557) ศึกษาผลของโปรแกรม การสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น เป็น การศึกษาทั้งทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน-หลัง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวนกลุ่มละ 25 คน โดยนำแนวคิดแรงจูงใจในการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ของ Cox and Klinger (1988) มาประยุกต์ใช้ ดำเนินกิจกรรมทั้งหมด 6 สัปดาห์ จัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ประกอบด้วย การให้ความรู้ การทำกิจกรรมกลุ่ม การระดมสมอง และการแสดงความคิดเห็น

และทำการประเมินพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผลการศึกษาพบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ปณณวิชญ์ ปิยะอร่ามวงศ์ และคณะ (2560) ศึกษาการจัดโปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร เป็นการศึกษาถึงทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน-หลัง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 1 กรุงเทพมหานคร ทั้งหมด 48 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 23 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 25 คน โดยนำทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health belief model) มาประยุกต์ใช้ ดำเนินการจัดกิจกรรมเป็นเวลา 4 สัปดาห์ ประกอบด้วย กิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมแนะแนวสุขภาพ และกิจกรรมการณรงค์ป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และทำการประเมินการรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ความรุนแรงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ประโยชน์ของการไม่ดื่ม ฯ และการรับรู้อุปสรรคในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ความรุนแรงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ประโยชน์ของการไม่ดื่ม ฯ และการรับรู้อุปสรรคในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าก่อนการทดสอบ และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ประทุมพร เชาว์ฉลาด, ศรีธัญญา เบญจกุล, มณฑา เก่งการพานิช และธราดล เก่งการพานิช (2561) ศึกษาผลของโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม เป็นการศึกษาถึงทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน-หลัง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนสังกัดเขตเทศบาล จังหวัดนครปฐม ทั้งหมด 71 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 36 คนและกลุ่มเปรียบเทียบ 35 คน ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มจำนวน 4 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ประกอบด้วย 1) การให้ความรู้เกี่ยวกับแอลกอฮอล์ 2) การฝึกทักษะการปฏิเสธและการเรียนรู้จากตัวแบบทั้งจากตัวแบบที่มีชีวิต และตัวแบบสัญลักษณ์ 3) การใช้คำพูดชักจูงจากสมาชิกกลุ่ม คุณครู และทีมผู้วิจัย และ 4) การกระตุ้นทางอารมณ์โดยการจัดกิจกรรมสันตนาการ และทำการประเมินความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองและระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการป้องกันตนเองต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมป้องกันตนเองต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดีกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

Komro and Toomey (2002) ศึกษาการทบทวนองค์ความรู้เกี่ยวกับกลยุทธ์เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนอายุต่ำกว่า 12 ปี ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีอิทธิพล 3 ทาง (The Theory of Triadic Influence) พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ทักษะที่มีต่อการใช้แอลกอฮอล์และการขาดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่ม ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจที่ตกต่ำและความขัดแย้งภายในของครอบครัว การดื่มของผู้ปกครองและเพื่อน อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่สำคัญ ได้แก่ กฎหมาย เศรษฐกิจ ตลอดจนบรรทัดฐานทางวัฒนธรรม การนำกรอบแนวคิดดังกล่าวมาพัฒนากลยุทธ์เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นจะทำให้เกิดประสิทธิผลที่ยั่งยืน ผลการศึกษาพบว่ากลยุทธ์ที่มีประสิทธิผล ได้แก่ การลดปัจจัยเสี่ยงส่วนบุคคลและปัจจัยทางสังคม โดยการให้ข้อมูลความรู้และการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสารเสพติดให้โทษอย่างครอบคลุม การพัฒนาทักษะส่วนบุคคล ทักษะทางสังคมและทักษะการปฏิเสธ และการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของครอบครัว เพื่อนและชุมชน โดยใช้มาตรการหลายด้านร่วมกัน

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่าการศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชนทั้งหมดเป็นการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นทั้งเพศหญิงและเพศชาย และทั้งหมดมีการเสริมสร้างการรับรู้ สร้างแรงจูงใจ และเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น มีเพียงการศึกษาเดียวของ ปันณวิษุทธิ์ ปิยะอร่ามวงศ์ และคณะ (2560) ที่ศึกษาเฉพาะในวัยรุ่นหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้ทฤษฎีแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health belief model) ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อเพิ่มการรับรู้โอกาสเสี่ยง การรับรู้ความรุนแรงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ประโยชน์ของการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรับรู้อุปสรรคในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3. โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในวัยรุ่น

นัสฎาพร นันทะจันทร์ และคณะ (2558) ศึกษาผลของการให้ข้อมูล การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะต่อความมีวินัยในการรับประทานยาต้านไวรัสในเยาวชนที่ติดเชื้อเอชไอวี เป็นการศึกษาทั้งทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน-หลัง กลุ่มตัวอย่างคือผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี ที่มารับยาต้านไวรัสที่คลินิกเอดส์ โรงพยาบาลชุมชนแห่งหนึ่ง จำนวนกลุ่มละ

28 คน โดยนำแนวคิดรูปแบบการให้ข้อมูล การสร้างแรงจูงใจและการพัฒนาทักษะ (IMB model) มาประยุกต์ใช้ ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่ม ประกอบด้วย 1) การให้ข้อมูลเกี่ยวกับความมีวินัยการรับประทานยาต้านไวรัส 2) การสร้างแรงจูงใจให้มีวินัยในการรับประทานยาต้านไวรัส และ 3) การส่งเสริมให้มีทักษะที่เกี่ยวกับความมีวินัยในการรับประทานยาต้าน และทำการประเมินความมีวินัยในการรับประทานยาต้านไวรัส และข้อมูลจำนวนเม็ดเลือดขาวชนิด CD4 ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง ผลการศึกษาพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีวินัยในการรับประทานยาต้านไวรัสและมีค่าเฉลี่ยของจำนวนเม็ดเลือดขาวชนิด CD4 เพิ่มขึ้นและมากกว่าก่อนการทดลองและกลุ่มควบคุม

ชลดา กิ่งมาลา และคณะ (2558) ศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิง เป็นการศึกษาทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน-หลัง และระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดกระทรวงศึกษาธิการ ในเขตอำเภอเมืองจังหวัดสุรินทร์ จำนวนกลุ่มละ 32 คน โดยนำแนวคิด IMB Model มาประยุกต์ใช้ ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มจำนวน 3 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง กิจกรรมประกอบด้วย 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร ได้แก่ ผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การทำแท้ง และวิธีการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น 2) การสร้างแรงจูงใจเพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติทางบวก และ 3) การพัฒนาทักษะ เพื่อให้เกิดการรับรู้ความสามารถในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และทำการประเมินความรู้ ทัศนคติ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และการรับรู้ความสามารถตนเองหลังทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนการทดลอง และพบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบทั้งหลังการทดลองและระยะติดตามผล และยังพบว่าพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงกว่าก่อนทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะติดตามผล

นัญญา สุวดีเกษณ์ และคณะ (2562) ศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การจูงใจ และทักษะเชิงพฤติกรรมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เป็นการศึกษาทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน-หลัง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ของโรงเรียนในเขตการศึกษา 3 จังหวัดนนทบุรี จำนวน 63 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 31 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 32 คน โดยนำแนวคิด IMB Model มาประยุกต์ใช้ ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มจำนวน 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที กิจกรรมประกอบด้วย 1) กิจกรรมความรู้เรื่องการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 2) กิจกรรมเจตคติต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 3) กิจกรรมแรงจูงใจทางสังคมต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ใน

วัยเรียน 4) กิจกรรมทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
 5) กิจกรรมการรับรู้ความสามารถตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และ
 6) กิจกรรมพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และทำการประเมินความรู้ เจตคติ
 แรงจูงใจทางสังคม ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา การรับรู้ความสามารถตนเอง และพฤติกรรม
 ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนทดลองและหลังทดลอง ผลการศึกษาพบว่าหลังการ
 ทดลองกลุ่มทดลองมีความรู้ เจตคติ แรงจูงใจทางสังคม ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา การรับรู้
 ความสามารถตนเอง และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนสูงกว่าก่อนการทดลอง
 และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

Fisher, Fisher, Bryan, and Misovich (2002) ศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูล
 ข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะเชิงพฤติกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการ
 ติดเชื้อเอชไอวีของเยาวชนในเขตเมือง เป็นการศึกษาที่ทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน หลังการ
 ทดลอง และระยะติดตามผล 3 เดือน และ 1 ปี กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จำนวน
 1,577 คน จากโรงเรียนมัธยมศึกษา 4 แห่ง แบ่งเป็นโรงเรียนที่ 1-3 เป็นกลุ่มทดลอง และโรงเรียนที่
 4 เป็นกลุ่มเปรียบเทียบ โดยนำแนวคิด IMB Model มาประยุกต์ใช้ กิจกรรมประกอบด้วย 1) การให้
 ข้อมูลข่าวสารที่มุ่งเน้นเกี่ยวกับวิธีการแพร่เชื้อเอชไอวีและการป้องกัน 2) การสร้างแรงจูงใจในการ
 ป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีโดยการปรับเปลี่ยนทัศนคติของนักเรียนและการรับรู้แรงสนับสนุนทาง
 สังคม 3) การพัฒนาทักษะพฤติกรรมป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี ผลการศึกษาพบว่าหลังการ
 ทดลอง 1 เดือนกลุ่มทดลองมีความรู้ ทัศนคติ การรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคม ทักษะการป้องกัน
 และความตั้งใจในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีสูงกว่าก่อนการทดลอง และในระยะติดตามผล
 3 เดือนและ 1 ปี พบว่ากลุ่มทดลองมีการใช้ถุงยางอนามัยเพิ่มขึ้นและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

Espada, Orgiles, Morales, Ballester, and Huedo-Medina (2012) ศึกษาประสิทธิภาพของ
 โปรแกรมการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี / เอดส์ ของวัยรุ่น ประเทศสเปน เป็นการศึกษาที่ทดลอง
 แบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่าง คือวัยรุ่น อายุระหว่าง 15 ถึง 18 ปี จาก
 โรงเรียนในประเทศสเปนจำนวน 15 โรงเรียน ทั้งหมด 827 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 607 คน และ
 กลุ่มเปรียบเทียบ 220 คน โดยนำแนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนา
 ทักษะ (IMB model) มาประยุกต์ใช้ ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มจำนวน 5 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ชั่วโมง
 โดยการให้ความรู้ สร้างแรงจูงใจในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี และฝึกทักษะการใช้ถุงยางอนามัย
 ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีความรู้ ทัศนคติในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี
 และความตั้งใจในการใช้ถุงยางอนามัยสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

Chang, Choi, Kim, and Song (2014) ศึกษาทบทวนงานวิจัยเชิงทดลองเกี่ยวกับผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (IMB model) เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยโรคเรื้อรังในประเทศเกาหลีใต้ ทั้งหมดจำนวน 12 เรื่อง ผลการศึกษาพบว่ากลยุทธ์ที่ใช้บ่อยที่สุดคือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยการให้ข้อมูลความรู้ การใช้เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะโดยการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งพบว่าหลังได้รับโปรแกรมผู้ป่วยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดีขึ้นกว่าก่อนได้รับ โปรแกรม ซึ่งกลยุทธ์แต่ละโครงสร้างของโมเดลสามารถนำไปใช้ในการออกแบบโปรแกรมอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

Daly et al. (2016) ศึกษาโปรแกรมการป้องกันโรคอ้วนในวัยรุ่นหญิง ของรัฐละติน ประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นการศึกษาเชิงทดลองแบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อน หลังการทดลอง และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่าง คือวัยรุ่นหญิงที่มีค่าดัชนีมวลกาย > 90 เปอร์เซ็นไทล์ จากโรงเรียนมัธยมของรัฐละติน ประเทศสหรัฐอเมริกา ทั้งหมดจำนวน 37 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 13 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 24 คน โดยนำแนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (IMB model) มาประยุกต์ใช้ ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มจำนวน 6 สัปดาห์ ๆ ละ 90 นาที กิจกรรมประกอบด้วย การให้ข้อมูล โภชนาการและการออกกำลังกาย การสร้างแรงจูงใจ และการฝึกฝนทักษะพฤติกรรมการกินที่เน้นการรับรู้อย่างมีสติ ผลการศึกษาพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีการรับรู้อย่างมีสติสูงกว่าก่อนการทดลองและค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ลดลงดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบทั้งระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

Popovac and Fine (2018) ศึกษาโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะต่อการรับมือการบุกรุกทางไซเบอร์และการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่นแอฟริกาใต้ กลุ่มตัวอย่าง คือวัยรุ่นอายุ 13-16 ปี ในแอฟริกาใต้ ทั้งหมดจำนวน 177 คน เป็นการศึกษาเชิงทดลองแบบ 1 กลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการทดลอง นำแนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (IMB model) มาประยุกต์ใช้ โดยให้ความรู้ สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเกี่ยวกับการรับรู้ความเสี่ยงออนไลน์ และความปลอดภัยทางออนไลน์ในวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความเสี่ยงออนไลน์สูงกว่าก่อนการทดลอง

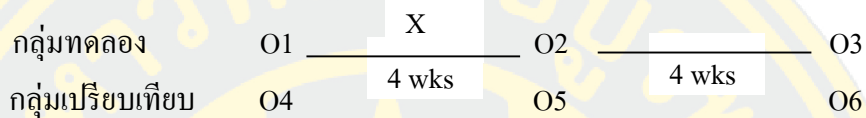
จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่า มีการพัฒนาโปรแกรมที่ใช้การให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะจำนวนไม่มากในกลุ่มวัยรุ่น โดยทั้งหมดเป็นโปรแกรมเพื่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การติดเชื้อ HIV การป้องกันโรคอ้วน และการรับมือการบุกรุกทางไซเบอร์และการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมต่าง ๆ ดังกล่าวสามารถปรับเปลี่ยนการรับรู้ ทศนคติ ความตั้งใจ และพฤติกรรมของวัยรุ่นไปในทางที่

เหมาะสมได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่อย่างไรก็ตาม โปรแกรมดังกล่าวไม่ได้มีการนำกระบวนการทั้งหมดตั้งแต่ขั้นการค้นหาข้อมูล ขึ้นดำเนินการจัดกิจกรรม และขึ้นประเมินผลมาใช้ อีกทั้งยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎี IMB Model ทั้ง 3 ขั้นตอนในการพัฒนาโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะในวัยรุ่นหญิง เริ่มต้นตั้งแต่ขั้นตอนที่ 1 การค้นหาข้อมูล (Elicitation) โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus group discussion) ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความรู้ แรงจูงใจ ทักษะพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร ขั้นตอนที่ 2 การจัดกิจกรรม (Intervention) โดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ แรงจูงใจ และพัฒนาทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด นำไปสู่ตัวแปรตามซึ่งเป็นขั้นตอนที่ 3 การประเมินผล (Evaluation) โดยประเมินความรู้ ทักษะ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังทำกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนมีความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีประสิทธิภาพของวัยรุ่นหญิง

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดศึกษาสองกลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ วัดผลก่อนการทดลอง หลังการทดลองเสร็จทันที และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ โดยมีรายละเอียดของการศึกษาดังต่อไปนี้



O1, O4 หมายถึง การวัดความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่สนใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มก่อนการทดลอง

O2, O5 หมายถึง การวัดความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่สนใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มหลังการทดลอง

O3, O6 หมายถึง การวัดความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่สนใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มระยะติดตามผล

X หมายถึง โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร เป็นนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอศรีราชา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563

ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอสรีราชา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี จำนวน 2 แห่ง คือ โรงเรียนแห่งที่ 1 และโรงเรียนแห่งที่ 2 ที่เป็นชุมชนเมือง เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบตามลำดับ กลุ่มละ 30 คน

โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด (Inclusion criteria) ดังนี้

1. ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยกเว้นการทดลองดื่ม 1 แก้วหรือ 1 กระป๋องเท่านั้น
2. ไม่เจ็บป่วยด้วยโรคที่ทำให้มีข้อจำกัดในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ไม่มีปัญหาด้านการเรียนรู้ (Learning disorder)

เกณฑ์ในการคัดออกจากการเป็นกลุ่มตัวอย่าง (Exclusion criteria)

1. ไม่สามารถเข้าร่วมโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิงได้ครบทุกครั้ง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างของงานวิจัยนี้ใช้คำนวณหาขนาดอิทธิพลของผลงานวิจัยกึ่งทดลอง (Effect Size) มากำหนดขนาดตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูป (Power table) ค่าขนาดอิทธิพลของงานวิจัยแบบทดลองและกึ่งทดลองโดยประมาณคำนวณหาขนาดอิทธิพลจากค่าเฉลี่ย 2 กลุ่ม คำนวณได้จากสูตรของแกส (Glass, 1976 อ้างถึงในรัตนศิริ ทาโต, 2561)

$$EX = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{SD}$$

เมื่อ EX คือ ขนาดอิทธิพล

\bar{X}_1 คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง

\bar{X}_2 คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม

SD คือ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มควบคุม

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยของ อโนทัย พึ่งขจร (2559) เรื่องผลของโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอบ่อทอง จังหวัดชลบุรี เป็นงานวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนหลังและหลังการทดลอง โดยภายหลังการทดลอง กลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเอง เท่ากับ 38.17 (SD = 2.26) และกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเอง เท่ากับ 31.87 (SD = 5.68) นำมาคำนวณหาค่าอิทธิพล (Effect Size) ได้ดังนี้

$$d = \frac{38.17-31.87}{5.68}$$

$$d = 1.11$$

จากค่าขนาดอิทธิพล (Effect Size) = 1.11 มีค่ามากกว่า 0.80 ประมาณค่าอิทธิพลขนาดใหญ่ (Cohen, 1988) จึงใช้ค่าขนาดอิทธิพล (Effect Size) = 0.80 มาเปิดตารางประมาณค่าขนาดตัวอย่างแบบทดสอบสมมติฐานทางเดียว โดยกำหนดให้ค่าระดับนัยสำคัญทางสถิติ (α) = 0.05, Power Analysis = 0.80 (Polit, 1996) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 คนต่อกลุ่ม แต่เพื่อป้องกันการสูญหายระหว่างการทดลอง ผู้วิจัยจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 20 (Lemeshow, Hosmer, Kler, & Lwanga, 1992) ได้เป็นกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 30 คน รวมผู้เข้าร่วมงานวิจัยทั้งสิ้น จำนวน 60 คน

ขั้นตอนการสุ่มตัวอย่าง

1. ในเขตอำเภอศรีราชา มีโรงเรียนมัธยมศึกษาทั้งหมด 5 โรงเรียน มีโรงเรียนที่มีบริบทและสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน คือเป็นโรงเรียนสหศึกษา มีจำนวนนักเรียนและขนาดโรงเรียนใกล้เคียงกัน รวมถึงสภาพแวดล้อมโดยรอบโรงเรียนเป็นชุมชนเมืองเช่นเดียวกัน 3 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนบึงศรีราชาพิทยาคม โรงเรียนสุรศักดิ์วิทยาคม และโรงเรียนทุ่งศุขลาพิทยา “กรุงไทยอนุเคราะห์” จึงทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยการจับฉลากแบบไม่ใส่คืน (Sampling without replacement) ได้โรงเรียน 2 โรงเรียนเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

2. โรงเรียนแห่งที่ 1 และโรงเรียนแห่งที่ 2 มีนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 5 ห้องเรียน ทั้งสองโรงเรียนมีจำนวนนักเรียนหญิงห้องละประมาณ 20 คน ในแต่ละโรงเรียนสุ่มเลือกห้องเรียนมา 2 ห้อง โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการจับฉลากแบบไม่ใส่คืน (Sampling without replacement) นักเรียนทั้งหมดทำแบบคัดกรองการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

โดยแบบคัดกรองมีจำนวน 1 ข้อคำถามถึงประสบการณ์การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีตัวเลือก 5 ตัวเลือก ได้แก่ ไม่เคยดื่มเลยแม้แต่ครั้งเดียวหรือเพียงแค่จิบเท่านั้น ทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่เกิน 1 แก้วหรือ 1 กระป๋องเท่านั้นในชีวิต ปัจจุบันดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นบางครั้งเท่านั้น เช่น เมื่ออยู่รวมกับเพื่อน เมื่อไปงานเลี้ยง หรือเมื่อไปเที่ยว ปัจจุบันดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่เป็นประจำทุกสัปดาห์ และปัจจุบันดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกวันหรือเกือบทุกวัน

3. สุ่มนักเรียนที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด ด้วยวิธีการจับฉลากแบบไม่ใส่คืน (Sampling without replacement) ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน

กลุ่มละ 30 คน กลุ่มตัวอย่างหากมีจำนวนไม่เพียงพอตามที่ได้คำนวณไว้ ผู้วิจัยจะทำการสุ่มเลือกกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเพิ่มทีละหนึ่งห้องจนกว่าจะได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างครบตามที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ชุด คือ ชุดที่ 1 โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง และชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ชุดที่ 1 โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง เป็นการปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีแบบแผนจำนวน 4 ครั้ง เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิด Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) ของ Fisher and Fisher (1992) ประกอบด้วยขั้นตอนที่ 1 การค้นหาข้อมูล (Elicitation) ศึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus group discussion) ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความเข้าใจในสถานการณ์ ความรู้ แรงจูงใจ ทักษะพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร และขั้นตอนที่ 2 การจัดกิจกรรม (Intervention) โดยการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ แรงจูงใจ และพัฒนาทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด ดังนี้ 1) การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) โดยการให้ความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ สถานการณ์ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ทั้ง 2 ระดับ คือ 2.1) แรงจูงใจส่วนบุคคล (Personal motivation) โดยการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 2.2) แรงจูงใจทางสังคม (Social motivation) โดยการเสริมสร้างแรงจูงใจจากการมีส่วนร่วมของเพื่อนต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และจากศิลปิน-คาราในวัยรุ่นที่มีชื่อเสียง พุดจูงใจ เชิญชวนให้ไม่ดื่ม ๆ และ 3) การพัฒนาทักษะ (Behavior skills) โดยการฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็นเพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ตารางที่ 1 การประยุกต์ใช้กระบวนการ Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model)

กระบวนการ IMB Model	กิจกรรม
1. การค้นหาข้อมูล (Elicitation)	1) ศึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้โดยการจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus group discussion) ระดมสมองเพื่อค้นหาว่าวัยรุ่นหญิงมีความเข้าใจในสถานการณ์ ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แรงจูงใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และทักษะพฤติกรรมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างไร
2. การจัดกิจกรรม (Intervention) โดยดำเนินกิจกรรมที่มีความเฉพาะเจาะจงในส่วนที่กลุ่มเป้าหมายยังขาด ดังนี้	
2.1 การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information)	1) การให้ข้อมูลความรู้เรื่องเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ สถานการณ์ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์สาเหตุ ผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
2.2 การสร้างแรงจูงใจ (Motivation)	
2.2.1 แรงจูงใจส่วนบุคคล (Personal motivation)	1) การเสริมสร้างทัศนคติในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการดูข่าวและสื่อออนไลน์ที่สะท้อนถึงผลกระทบด้านลบที่ตามมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง 2) การสร้างพันธะสัญญาใจ ตั้งเป้าหมายร่วมกันในการไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
2.2.2 แรงจูงใจทางสังคม (Social support)	1) การสร้างแรงจูงใจจากการมีส่วนร่วมของเพื่อน โดยการให้เพื่อนที่มีทักษะในการพูดนำเสนอวิธีการหลีกเลี่ยงการดื่ม ๆ และพูดโน้มน้าวให้วัยรุ่นหญิงเกิดแรงจูงใจ และมีทัศนคติที่ดี

ตารางที่ 1 (ต่อ)

กระบวนการ IMB Model	กิจกรรม
2.3 การพัฒนาทักษะ (Behavioral skills)	<p>ต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์</p> <p>2) การสร้างแรงจูงใจจากศิลปิน-ดาราในวัยรุ่นที่มีชื่อเสียง พูดยุติงานให้ไม่ดื่ม ฯ</p> <p>1) การฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็นและต้องการพัฒนาเพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการสาธิตและสาธิตย้อนกลับผ่านการแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ถูกเพื่อนชักชวนให้ดื่ม ฯ</p> <p>2) การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคในการฝึกทักษะและใช้ทักษะต่าง ๆ</p>

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) ที่พักอาศัยในปัจจุบัน ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน และสถานภาพของครอบครัว

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัด โดยแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง จำนวน 18 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก โดยมีตัวเลือกที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว มีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

ตอบถูก	ให้คะแนน	1
ตอบผิด	ให้คะแนน	0

คะแนนที่ได้อยู่ในช่วง 0-18 คะแนน

คะแนนสูง หมายถึง มีความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่ในระดับดี

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความคิดเห็นว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยต่อการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัดโดย

แบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง ตามแนวคิดของ Webber (1992 อ้างถึงใน Homsin et al., 2009) ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ

- 1) ด้านความรู้ความเข้าใจ จำนวน 7 ข้อ (Cognitive) 2) ด้านความรู้สึก (Affective) จำนวน 7 ข้อ และ
- 3) ด้านปฏิบัติ (Behavioral) จำนวน 6 ข้อ รวมข้อคำถามทั้งหมด จำนวน 20 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 15, 16, 17, 18, 19 และ 20 ข้อคำถามเชิงลบ 7 ข้อ ได้แก่ ข้อ 7, 8, 10, 11, 12, 13 และ 14 มีลักษณะมาตรวัดเป็นแบบลิเคิร์ต (Likert scales) แบ่งเป็น 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง มีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

	ข้อความเชิงบวก	ข้อความเชิงลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4 คะแนน	1 คะแนน
เห็นด้วย	3 คะแนน	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน	4 คะแนน
คะแนนที่ได้อยู่ในช่วง 20-80 คะแนน		

คะแนนสูง หมายถึง มีทัศนคติที่ดีต่อการการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่ม

แอลกอฮอล์ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความมั่นใจของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในสถานการณ์ต่าง ๆ วัดโดยแบบสอบถามของยังและคณะ (Young et al., 2007) เป็นการวัดความมั่นใจหรือความเชื่อมั่นของบุคคลในความสามารถของตนเองที่จะปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโอกาสต่าง ๆ (Drinking Refusal Self-efficacy Questionnaire [DRSEQ]) ซึ่งมีการแปลและประยุกต์ใช้ในงานวิจัยของ อัญชลี เหมชะญาติ และศิริวรรณ ขอดนิล (2555) โดยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93 จำนวน 14 ข้อ มีลักษณะมาตรวัดเป็นแบบลิเคิร์ต (Likert scales) แบ่งเป็น 4 ระดับ คือ มั่นใจอย่างยิ่ง ค่อนข้างมั่นใจ ค่อนข้างไม่มั่นใจ ไม่มั่นใจเลย มีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

มั่นใจอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	4
ค่อนข้างมั่นใจ	ให้คะแนน	3
ค่อนข้างไม่มั่นใจ	ให้คะแนน	2
ไม่มั่นใจเลย	ให้คะแนน	1

คะแนนที่ได้อยู่ในช่วง 14-56 คะแนน

คะแนนสูง หมายถึง มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาก

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นแบบประเมินเจตนาที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในระยะเวลา 1 ปี 5 ปีข้างหน้า และมีเพื่อนสนิทชวนให้ดื่ม โดยปรับจากแบบวัดของ Ford et al. (2009) ซึ่งใช้ในการศึกษาความตั้งใจในการสูบบุหรี่ของนักเรียนมัธยมศึกษาในสหรัฐอเมริกา ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับความคิดหรือความต้องการที่คาดว่าจะสูบบุหรี่ในระยะเวลา 1 ปี 5 ปีข้างหน้า และมีเพื่อนสนิทชวนให้สูบบุหรี่ มีค่าความเที่ยงของแบบสอบถามเท่ากับ 0.91 จำนวน 3 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า 4 ระดับ (Rating scale) คือ ไม่ดื่มแน่นอน มีโอกาสที่จะไม่ดื่ม มีโอกาสที่จะดื่ม ดื่มแน่นอน มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ไม่ดื่มแน่นอน	ให้คะแนน	4
มีโอกาที่จะไม่ดื่ม	ให้คะแนน	3
มีโอกาที่จะดื่ม	ให้คะแนน	2
ดื่มแน่นอน	ให้คะแนน	1

คะแนนที่ได้อยู่ในช่วง 3-12 คะแนน คะแนนสูง หมายถึง มีความตั้งใจที่จะไม่ดื่มสูง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ โดยการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และการตรวจสอบค่าความเที่ยง ดังนี้

1. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity)

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง ได้แก่ แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง ความครอบคลุม ความสอดคล้อง และความชัดเจนของเนื้อหา หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงได้นำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม และนำมาวิเคราะห์หาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content validity index [CVI]) ได้ค่าความตรงเท่ากับ 0.80 และ 1.00 ตามลำดับ สำหรับแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ผ่านการพัฒนามาแล้ว จึงไม่ได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

2. การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability)

การตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทุกฉบับ โดยทดลองใช้ (Try-out) กับวิทยุรุ่นหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนแห่งหนึ่งที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ จำนวน 40 คน แล้วหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยวิธีการของ Kuder-Richardson ด้วยสูตร KR-20 สำหรับแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ ใช้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคอัลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) สำหรับแบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ และใช้วิธีการทดสอบซ้ำใน 2 สัปดาห์ (2-week test-retest reliability) หาค่าความเชื่อมั่นสำหรับแบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.82, 0.88, 0.91 และ 0.85 ตามลำดับ

การทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นเตรียมการ

1. หลังจากโครงร่างวิทยานิพนธ์และเครื่องมือการวิจัยผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพาแล้ว ผู้วิจัยนำหนังสือจากคณบดี คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการเขตพื้นที่การศึกษา เขตที่ 18 จังหวัดชลบุรี ผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขออนุญาตทำการวิจัย
2. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่ยินดีเข้าร่วมวิจัยให้ลงนามเป็นลายลักษณ์อักษร รวมถึงทำหนังสือขออนุญาตจากผู้ปกครองของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างล่วงหน้าก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ จำนวน 34 คน มีผู้ปกครองลงนามอนุญาตในแบบยินยอมให้นักเรียนเข้าร่วมการวิจัยทั้งสิ้น 32 คน
3. ผู้วิจัยประสานงานและเตรียมสถานที่ดำเนินการวิจัย โดยในการทำกิจกรรมครั้งนี้ได้ดำเนินการตามหลักการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 โดยดำเนินการตามมาตรการของโรงเรียน และใช้ห้องประชุมโรงเรียนในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม จัดห้องมีความสะอาด ปลอดภัย ไม่มีสิ่งรบกวน
4. ผู้วิจัยเตรียมผู้ช่วยวิจัยจำนวน 1 คน เป็นพยาบาลวิชาชีพที่กำลังศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ซึ่งมีประสบการณ์การทำงานอย่างน้อย 3 ปี และมีประสบการณ์ในการทำงานวิชาการ โดยชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์การวิจัย

แผนการดำเนินงานวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย และบทบาทของผู้ช่วยวิจัยเพื่อให้มีความเข้าใจตรงกันและสามารถช่วยดำเนินกิจกรรมตามแผนการวิจัยได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ขั้นตอนการทดลอง

กลุ่มทดลอง

กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง โดยมีขั้นตอนดำเนินกิจกรรมดังนี้

1. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยกลุ่มตัวอย่างกำหนดรหัส (CODE) ประจำตัวของตนเอง 5 หลัก (วันที่เกิด วันเกิด จำนวนสมาชิกในครอบครัว) เช่น เกิดวันที่ 12 วันจันทร์ มีสมาชิก 3 คน รหัสคือ 12103 ให้กลุ่มตัวอย่างนั่งทำแบบสอบถามในห้องเรียนตามที่นั่งที่ผู้วิจัยได้จัดเตรียมไว้ให้ โดยเว้นระยะห่างระหว่างที่นั่งอย่างน้อย 1 เมตร

2. ผู้วิจัยดำเนินการตามโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แก่กลุ่มตัวอย่างโดยเริ่มตั้งแต่ขั้นการค้นหาข้อมูล (Elicitation) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม (Intervention) และขั้นประเมินผล (Evaluation) จำนวน 4 ครั้ง โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ใช้เวลา 4 สัปดาห์ ที่คำนึงถึงความปลอดภัยจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 โดยการจัดกิจกรรมทั้งในชั้นเรียน (ครั้งที่ 1-2) ที่คำนึงถึงการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social distancing) และสวมหน้ากากอนามัย (Surgical mask) และการจัดกิจกรรมผ่านออนไลน์ (ครั้งที่ 3-4) มีกระบวนการดังต่อไปนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) การค้นหาข้อมูล จัดกิจกรรม “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” เป็นการจัดกิจกรรมในชั้นเรียน ใช้เวลา 50 นาที ผู้วิจัยนำสนทนา (Focus group discussion) เพื่อประเมินความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แรงจูงใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และทักษะพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในบรรยากาศเป็นกันเอง และคอยกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นอย่างทั่วถึง

กิจกรรมครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2) จัดกิจกรรม “เหล้าอยากเล่า” เป็นการจัดกิจกรรม

ในชั้นเรียน ใช้เวลา 50 นาที ผู้วิจัยให้ข้อมูลความรู้เรื่องเครื่องดัดแอลกอฮอล์ ได้แก่ สถานการณ์ ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ สาเหตุ ผลกระทบจากการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ การป้องกันการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ และกฎหมายเกี่ยวกับการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ในส่วนที่กลุ่มตัวอย่าง ยังขาด โดยการบรรยายประกอบวีดิทัศน์

สำหรับกิจกรรมครั้งที่ 3 และ 4 ได้ปรับกิจกรรมเป็นรูปแบบออนไลน์ เนื่องจากผลกระทบจากสถานการณ์โควิด 19 ดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 3) “พลังแห่งแรงจูงใจ” เป็นการจัดกิจกรรมออนไลน์ ใช้เวลา 50 นาที เป็นการสร้างแรงจูงใจส่วนบุคคล โดยการเสริมสร้างทัศนคติในการหลีกเลี่ยงการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ ให้กลุ่มตัวอย่างควรวีดิทัศน์ข่าวเกี่ยวกับผลกระทบที่ตามมาจากการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง และให้กลุ่มตัวอย่างแสดงความรู้สึก มุมมอง ความคิด ร่วมกัน แลกเปลี่ยนถึงผลกระทบที่เกิดขึ้น และการเสริมสร้างแรงจูงใจทางสังคมจากการมีส่วนร่วมของเพื่อน โดยการให้เพื่อนที่มีทักษะในการพูด นำเสนอวิธีการหลีกเลี่ยงการดัด ฯ และพูดโน้มน้าว ให้วัยรุ่นหญิงเกิดแรงจูงใจและมีทัศนคติที่ดีต่อการหลีกเลี่ยงการดัด ฯ ต่อจากนั้นให้สมาชิกวิดิทัศน์ข่าว ศิลปิน-คาราในวัยรุ่นที่มีชื่อเสียง ร่วมรณรงค์ เชิญชวน “ลด ละ เลิก เหล้า ” และสร้างพันธะสัญญาใจตั้งเป้าหมายร่วมกันในการไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดัดแอลกอฮอล์ โดยให้กลุ่มตัวอย่างเขียนคำมั่นสัญญาเป็นข้อความสะท้อนถึงความมุ่งมั่นที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดัดแอลกอฮอล์ และนำรูปหัวใจมาประกอบรวมกันเป็นอ้อมบั้นของ Line Group

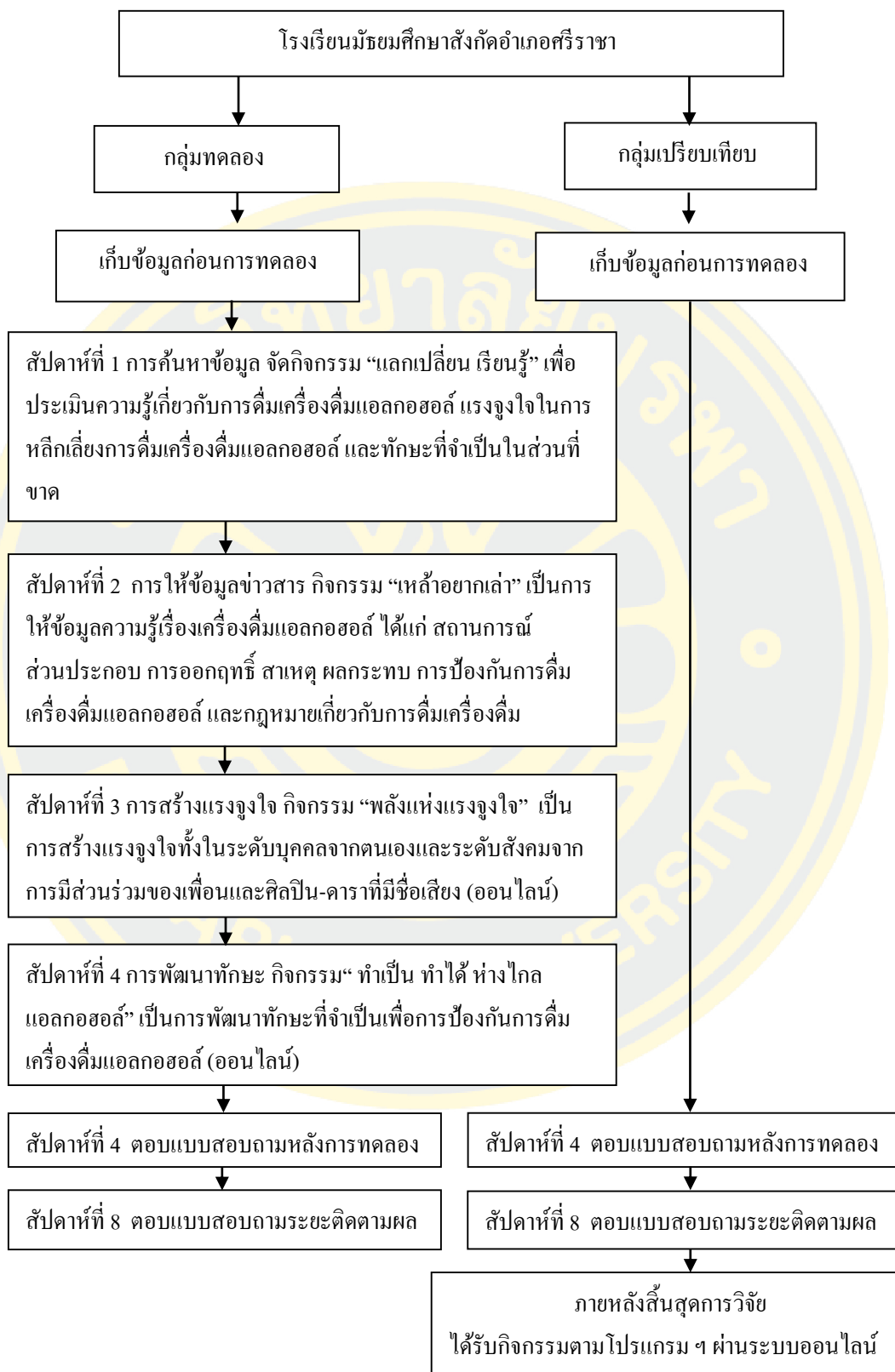
กิจกรรมครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 4) “ทำเป็น ทำได้ ห่างไกลแอลกอฮอล์” เป็นการจัดกิจกรรมออนไลน์ ใช้เวลา 50 นาที แบ่งเป็นห้องกิจกรรมย่อยจำนวน 3 ห้อง ๆ ละ 10 คน โดยพัฒนาทักษะที่จำเป็นและต้องการพัฒนาเพื่อป้องกันการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์ โดยผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างฝึกปฏิบัติทักษะต่าง ๆ โดยการสาธิตและสาธิตย้อนกลับ ผ่านการแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ถูกเพื่อนชักชวนให้ดัด จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคในการฝึกทักษะและใช้ทักษะต่าง ๆ

3. ชั้นประเมินผล (Evaluation) เก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองเสร็จทันที และภายหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 8) โดยใช้แบบสอบถามที่มีเนื้อหาเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง

กลุ่มเปรียบเทียบ

สำหรับกลุ่มเปรียบเทียบได้รับการเรียนการสอนตามปกติ และมีขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมดังนี้

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่ยินดีเข้าร่วมวิจัยให้ลงนามเป็นลายลักษณ์อักษร รวมถึงทำหนังสือขออนุญาตจากผู้ปกครองของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างล่วงหน้าก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ จำนวน 30 คน มีผู้ปกครองลงนามอนุญาตในแบบยินยอมให้นักเรียนเข้าร่วมการวิจัยทั้งสิ้น 30 คน
2. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มน้ำ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มน้ำ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มน้ำ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มน้ำ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยกลุ่มตัวอย่างมีรหัส (CODE) ประจำตัวของตัวเองเช่นเดียวกันกับกลุ่มทดลอง
3. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลในสัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 8 โดยให้กลุ่มเปรียบเทียบทำแบบสอบถามเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง
4. หากผลการศึกษาพบว่าโปรแกรมฯ มีประสิทธิภาพ หลังสิ้นสุดการวิจัยไม่เกิน 1 เดือน ผู้วิจัยจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มน้ำ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้กับกลุ่มเปรียบเทียบเช่นเดียวกับที่กลุ่มทดลองได้รับผ่านระบบออนไลน์ตามความสมัครใจ



ภาพที่ 3 สรุปรูปขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อรวบรวมข้อมูลได้ครบแล้ว ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล และนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์ด้วยสถิติการแจกแจงความถี่ จำนวน ร้อยละ และเปรียบเทียบความแตกต่างของข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Chi-square, Independent *t*-test

2. การวิเคราะห์เปรียบเทียบตัวแปรตาม

2.1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง ด้วยสถิติ Independent *t*-test

2.2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ และภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA

โดยมีข้อตกลงเบื้องต้น ดังนี้

1. ตัวแปรตามมีระดับการวัดตั้งแต่ระดับ Interval scale
2. ข้อมูลมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ
3. กลุ่มตัวอย่างมีการสุ่มมาจากประชากร
4. กลุ่มตัวอย่างมีอิสระต่อกัน
5. การทดสอบความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยหากเป็น Compound symmetry การอ่านผลการวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าของ Sphericity assumed หากไม่เป็น Compound symmetry การอ่านผลการวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าของ Greenhouse-Geisser assumed

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

1. ผู้วิจัยเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์และเครื่องมือการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา เนื่องจากผู้เข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้เป็นเด็กนักเรียนหญิงอายุต่ำกว่า 20 ปี ซึ่งเป็นผู้ที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ ผู้วิจัยจึงทำหนังสือขออนุญาตจากผู้ปกครองของ

นักเรียนหญิงที่ถูกคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้ปกครองได้ลงนามอนุญาตในแบบยินยอมให้เข้าร่วมการวิจัยก่อนการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อขอความร่วมมือในการวิจัย และแจ้งให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่า การตอบรับหรือปฏิเสธเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้เป็นความสมัครใจ และไม่มีผลเสียหรือเงื่อนไขใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง

3. ไม่มีการระบุ ชื่อ-สกุล ของกลุ่มตัวอย่าง แต่ใช้รหัสในแบบสอบถาม ข้อมูลทุกอย่างถือเป็นความลับมีเพียงผู้วิจัยเท่านั้นที่ได้อ่านและรับทราบข้อมูล ผลการศึกษาถูกนำเสนอในภาพรวมมิได้วิเคราะห์แยกตามโรงเรียน ข้อมูลถูกทำลายหลังจากวิจัยเผยแพร่และตีพิมพ์



บทที่ 4

ผลการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดศึกษาสองกลุ่ม วัดผลสามช่วงเวลา คือระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองเสร็จทันที และระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอสรรพยา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี จำนวน 60 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 30 คน คือ กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรม ฯ และกลุ่มเปรียบเทียบ ผลการศึกษานำเสนอเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง

ส่วนที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ และภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ มีลักษณะทั่วไปดังรายละเอียดตารางที่ 2 โดยพบว่าอายุของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ร้อยละ 76.7 มีอายุมากกว่าหรือเท่ากับ 15 ปี โดยมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 14.8 ($SD = 0.43$) ในกลุ่มทดลอง และ 14.8 ($SD = 0.88$) ในกลุ่มเปรียบเทียบ ตามลำดับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในปีที่ผ่านมา (GPA) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยมากกว่า 3 คิดเป็นร้อยละ 76.7 และ 86.7 ตามลำดับ โดยมีเกรดเฉลี่ยเท่ากับ 3.4 ($SD = 0.48$) ในกลุ่มทดลอง และ 3.3 ($SD = 0.42$) ในกลุ่มเปรียบเทียบ และพบว่ากลุ่มทดลอง

ส่วนใหญ่ ร้อยละ 70 พักอยู่กับบิดาและมารดา ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่ามากกว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 56.7) พักอยู่กับบิดาและมารดา กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวันอยู่ในช่วง 51-100 บาทคิดเป็น (ร้อยละ 63.3 และร้อยละ 70 ตามลำดับ) โดยมีค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวันเฉลี่ยเท่ากับ 70.7 ($SD = 22.11$) ในกลุ่มทดลอง และ 73.7 ($SD = 22.05$) ในกลุ่มเปรียบเทียบ สำหรับสถานภาพของครอบครัวพบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 66.7 และร้อยละ 60 มีบิดามารดาอยู่ร่วมกันในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบตามลำดับ

เมื่อทดสอบความแตกต่างทางสถิติของข้อมูลทั่วไปดังกล่าวระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าอายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) ที่พักอาศัยในปัจจุบัน ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน และสถานภาพของครอบครัว มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) ที่พักอาศัยในปัจจุบัน ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน และสถานภาพของครอบครัวไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง ($n = 30$)		กลุ่มเปรียบเทียบ ($n = 30$)		p -value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
อายุ					.779 ^b
< 15 ปี	7	23.3	7	23.3	
≥ 15 ปี	23	76.7	23	76.7	
Min, Max	14, 15		14, 16		
Mean, SD	14.8, 0.43		14.8, 0.88		
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)					.495 ^b
2.01-3.00	7	23.3	4	13.3	
> 3.00	23	76.7	26	86.7	
Min, Max	2.28, 4.00		2.03, 4.00		
Mean, SD	3.4, 0.48		3.3, 0.42		

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง ($n = 30$)		กลุ่มเปรียบเทียบ ($n = 30$)		p -value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
ที่พักอาศัยในปัจจุบัน					.284 ^a
พักอยู่กับบิดา มารดา	21	70.0	17	56.7	
เช่าหอพักอยู่คนเดียว/ อยู่กับเพื่อนหญิง/ชาย/ อยู่กับญาติ	9	30.0	13	43.3	
ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน					.601 ^b
≤ 50	11	36.7	9	30.0	
51 - 100	19	63.3	21	70.0	
Min, Max	40, 100		40, 100		
Mean, SD	70.7, 22.11		73.7, 22.05		
สถานภาพของครอบครัว					.592 ^a
บิดามารดาอยู่ร่วมกัน	20	66.7	18	60.0	
มารดา/ บิดาเสียชีวิต/ หย่าร้าง บิดามารดาแยกกันอยู่	10	33.3	12	40.0	

^aChi-Square test, ^bIndependent t -test

ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง

จากตารางที่ 3 เมื่อทดสอบความแตกต่างทางสถิติ พบว่าก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือ กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่ม

แอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง ด้วยสถิติ Independent *t*-test

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (<i>n</i> = 30)		กลุ่มเปรียบเทียบ (<i>n</i> = 30)		<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i> - value
	Mean	<i>SD</i>	Mean	<i>SD</i>			
ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่ม ฯ	9.7	2.42	9.7	2.36	-0.05	58	.96
ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่ม ฯ	66.7	6.49	68.4	7.00	-0.96	58	.34
การรับรู้ความสามารถในการไม่ดื่ม ฯ	45.6	8.70	45.7	9.02	-0.03	58	.98
ความตั้งใจในการไม่ดื่ม ฯ	8.9	2.46	8.9	2.56	-0.10	58	.92

ส่วนที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะคิด การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ และภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

1. ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากตารางที่ 4 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม โดยไม่คำนึงถึงเวลา พบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 11.68, p < .01$) และเมื่อพิจารณาอิทธิพลร่วมระหว่างเวลา กับกลุ่ม (Time * Group interaction) ก็มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 19.39, p < .001$) แสดงว่าโปรแกรม (Intervention) มีผลต่อตัวแปรตามแตกต่างกัน นั่นคือ เมื่อเวลาผ่านไปกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ

ดังแสดงในภาพที่ 3 เป็นกราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการวัดทั้ง 3 ช่วงเวลาแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ ($F = 30.50$, $p < .001$) ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 5) ดังนั้นจึงได้ทำการวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ของกลุ่มทดลองต่อ โดยใช้วิธี Bonferroni ผลการวิเคราะห์พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ส่วนคะแนนหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 6)

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA ($n = 60$)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม				
กลุ่ม (Group)	170.14	1	170.14	11.68**
ความคลาดเคลื่อน	845.26	58	14.57	
ภายในกลุ่ม				
เวลา (Time)	75.01	2	37.51	13.97
กลุ่มและเวลา (Group*Time)	104.14	2	52.07	19.39***
ความคลาดเคลื่อน	311.51	116	2.69	

SS = Sum Squares; df = degree of freedom; MS = Mean Square

** $p < .01$, *** $p < .001$,

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มน้ำแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA

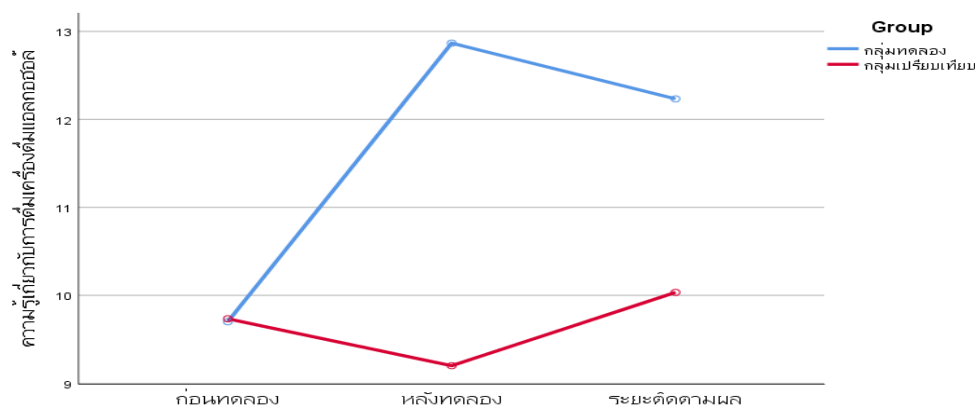
กลุ่ม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ระยะติดตามผล		F
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
กลุ่มทดลอง (n = 30)	9.7	2.42	12.9	3.12	12.2	2.93	30.50***
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 30)	9.7	2.36	9.2	2.44	10.0	2.04	2.05

*** $p < .001$

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มน้ำแอลกอฮอล์ ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Bonferroni (n = 30)

กลุ่ม	ผลต่างคะแนนเฉลี่ย (Mean Difference)
ก่อนการทดลอง-หลังการทดลอง	-3.17***
ก่อนการทดลอง-ระยะติดตามผล	-2.53***
หลังการทดลอง-ระยะติดตามผล	.63

*** $p < .001$



ภาพที่ 5 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มน้ำแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2. ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากตารางที่ 7 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม โดยไม่คำนึงถึงเวลา พบว่าคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 8.71, p < .01$) และเมื่อพิจารณาอิทธิพลร่วมระหว่างเวลากับกลุ่ม

(Time * Group interaction) ก็มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 23.78, p < .001$) แสดงว่าโปรแกรม (Intervention) มีผลต่อตัวแปรตามแตกต่างกัน นั่นคือ เมื่อเวลาผ่านไปกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ดังแสดงในภาพที่ 4 เป็นกราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการวัดทั้ง 3 ช่วงเวลาแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ ($F = 16.42, p < .001$) และ ($F = 8.14, p < .01$) ตามลำดับ (ตารางที่ 8) ดังนั้นจึงได้ทำการวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบต่อโดยใช้วิธี Bonferroni ผลการวิเคราะห์พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ส่วนคะแนนหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระยะก่อนการทดลองสูงกว่าหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) ส่วนคะแนนหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 9)

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA ($n = 60$)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F ^a
ระหว่างกลุ่ม				
กลุ่ม (Group)	785.42	1	785.42	8.71**
ความคลาดเคลื่อน	5231.36	58	90.20	
ภายในกลุ่ม				
เวลา (Time)	26.18	1.74	15.05	.81
กลุ่มและเวลา (Group*Time)	771.24	1.74	443.46	23.78***
ความคลาดเคลื่อน	1881.24	100.87	18.65	

SS = Sum Squares; df = degree of freedom; MS = Mean Square

a = Greenhouse-Geisser correction was used to reduce type I error (ความแปรปรวนไม่เป็น compound symmetry)

** $p < .01$, *** $p < .001$

ตารางที่ 8 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA

กลุ่ม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ระยะติดตามผล		F
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
กลุ่มทดลอง ($n = 30$)	66.7	6.492	71.8	5.584	71.9	5.108	16.42***
กลุ่มเปรียบเทียบ ($n = 30$)	68.4	7.000	65.0	6.693	64.5	7.215	8.14**

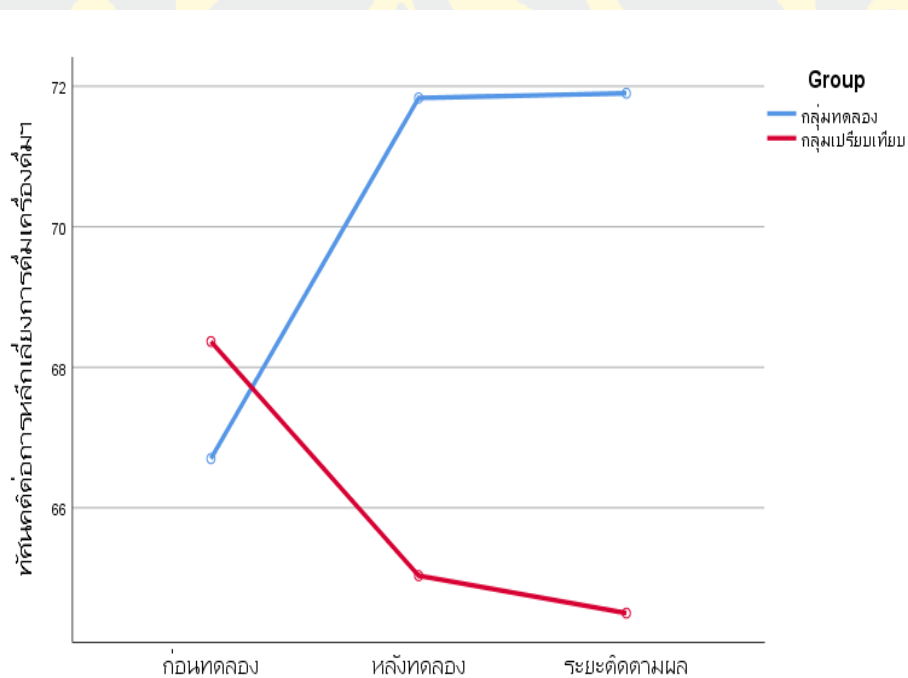
** $p < .01$, *** $p < .001$

ตารางที่ 9 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Bonferroni

กลุ่ม	ผลต่างคะแนนเฉลี่ย (MD)	
	กลุ่มทดลอง (n = 30)	กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 30)
ก่อนการทดลอง-หลังการทดลอง	-5.13***	3.33**
ก่อนการทดลอง-ระยะติดตามผล	-5.20***	3.87**
หลังการทดลอง-ระยะติดตามผล	-.07	.53

MD = Mean Difference

** $p < .01$, *** $p < .001$



ภาพที่ 4 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

3. การรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้

จากตารางที่ 10 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยไม่คำนึงถึงเวลา พบว่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้ทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 5.99, p < .05$) และเมื่อพิจารณาอิทธิพลร่วมระหว่างเวลากับกลุ่ม (Time * Group interaction) ก็มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 14.93, p < .001$) แสดงว่าโปรแกรม (Intervention) มีผลต่อตัวแปรตามแตกต่างกัน นั่นคือ เมื่อเวลาผ่านไปกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ดังแสดงในภาพที่ 5 เป็นกราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้ในแต่ละช่วงเวลาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้จากการวัดทั้ง 3 ช่วงเวลาแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ ($F = 17.12, p < .001$) ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้ไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 11) ดังนั้นจึงได้ทำการวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ของกลุ่มทดลองต่อ โดยใช้วิธี Bonferroni ผลการวิเคราะห์พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกเสริมการตีเครื่องตีแมลงกอสอด้หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ส่วนคะแนนหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 12)

ตารางที่ 10 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสชการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA ($n = 60$)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F ^a
ระหว่างกลุ่ม				
กลุ่ม (Group)	888.89	1	888.89	5.99*
ความคลาดเคลื่อน	8609.56	58	148.44	
ภายในกลุ่ม				
เวลา (Time)	227.41	1.69	134.22	7.41
กลุ่มและเวลา (Group*Time)	458.01	1.69	270.31	14.93***
ความคลาดเคลื่อน	1779.24	98.27	18.11	

SS = Sum Squares; df = degree of freedom; MS = Mean Square

a = Greenhouse-Geisser correction was used to reduce type I error (ความแปรปรวนไม่เป็น compound symmetry)

* $p < .05$, *** $p < .001$

ตารางที่ 11 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสชการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA

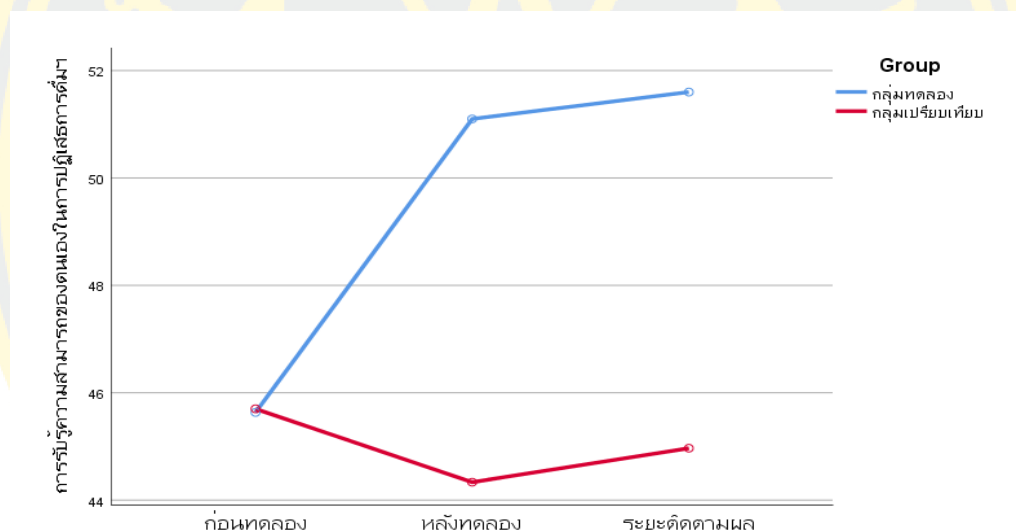
กลุ่ม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ระยะติดตามผล		F
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
กลุ่มทดลอง ($n = 30$)	45.6	8.70	51.1	4.87	51.6	3.74	17.12***
กลุ่มเปรียบเทียบ ($n = 30$)	45.7	9.02	44.3	9.02	45.0	9.06	1.22

*** $p < .001$

ตารางที่ 12 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Bonferroni ($n = 30$)

กลุ่ม	ผลต่างคะแนนเฉลี่ย (Mean Difference)
ก่อนการทดลอง-หลังการทดลอง	-5.47***
ก่อนการทดลอง-ระยะติดตามผล	-5.97***
หลังการทดลอง-ระยะติดตามผล	-.50

*** $p < .001$



ภาพที่ 5 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล

4. ความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากตารางที่ 13 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยไม่คำนึงถึงเวลา พบว่าคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 5.48, p < .05$) และเมื่อพิจารณาอิทธิพลร่วมระหว่างเวลากับกลุ่ม (Time * Group interaction) ก็มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 14.83, p < .001$) แสดงว่าโปรแกรม (Intervention) มีผลต่อตัวแปรตามแตกต่างกัน นั่นคือ เมื่อเวลาผ่านไป

กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ดังแสดงในภาพที่ 6 เป็นกราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการวัดทั้ง 3 ช่วงเวลาแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ ($F = 26.16$, $p < .001$) ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 14) ดังนั้นจึงได้ทำการวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ของกลุ่มทดลองต่อ โดยใช้วิธี Bonferroni ผลการวิเคราะห์พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ส่วนคะแนนหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 15)

ตารางที่ 13 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA ($n = 60$)

แหล่งความแปรปรวน	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>
ระหว่างกลุ่ม				
กลุ่ม (Group)	69.69	1	69.69	5.48*
ความคลาดเคลื่อน	738.29	58	12.73	
ภายในกลุ่ม				
เวลา (Time)	40.71	2	20.36	14.98
กลุ่มและเวลา (Group*Time)	40.31	2	20.16	14.83***
ความคลาดเคลื่อน	157.64	116	2.72	

SS = Sum Squares; *df* = degree of freedom; *MS* = Mean Square

* $p < .05$, *** $p < .001$

ตารางที่ 14 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA

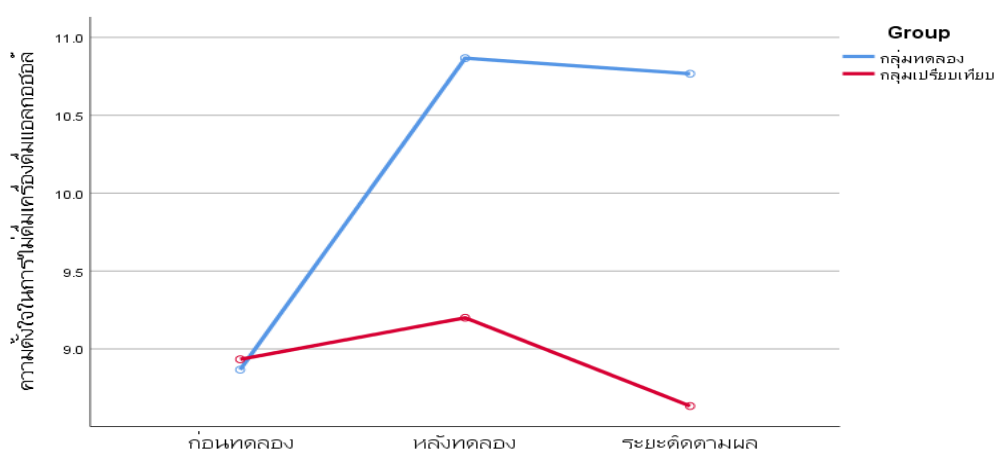
กลุ่ม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ระยะติดตามผล		F
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
กลุ่มทดลอง (n = 30)	8.9	2.46	10.9	1.41	10.8	1.78	26.16***
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 30)	8.9	2.56	9.2	2.51	8.6	2.62	1.91

*** $p < .001$

ตารางที่ 15 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในแต่ละช่วงเวลา ภายในกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติ Bonferroni (n = 30)

กลุ่ม	ผลต่างคะแนนเฉลี่ย (Mean Difference)
ก่อนการทดลอง-หลังการทดลอง	-2.00***
ก่อนการทดลอง-ระยะติดตามผล	-1.90***
หลังการทดลอง-ระยะติดตามผล	.10

*** $p < .001$



ภาพที่ 6 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

บทที่ 5

สรุปและอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดศึกษาสองกลุ่ม วัตถุประสงค์ของงานวิจัยนี้ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอศรีราชา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 30 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับ โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง นาน 4 สัปดาห์ ซึ่งพัฒนาจากแนวคิด Information-Motivation-Behavioral Skill (IMB Model) ของ Fisher and Fisher (1992) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับการเรียนการสอนตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐานตามปกติ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Chi-square, Independent *t*-test และ Repeated measure ANOVA

สรุปผลการวิจัย

1. วัยรุ่นหญิงที่ศึกษาทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) ที่พักอาศัยในปัจจุบัน ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวัน และสถานภาพของครอบครัวไม่แตกต่างกัน โดยในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 14.8 มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากกว่า 3 ร้อยละ 76.7 (Mean = 3.4, SD = 0.48) และ 86.7 (Mean = 3.3, SD = 0.42) ตามลำดับ พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา ร้อยละ 70.0 และ 56.7 ตามลำดับ มีค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อวันอยู่ในช่วง 51-100 บาท คิดเป็นร้อยละ 63.3 (Mean = 70.7, SD = 22.11) และร้อยละ 70.0 (Mean = 73.7, SD = 22.05) ตามลำดับ และสถานภาพของครอบครัวส่วนใหญ่มีบิดามารดาอยู่ร่วมกัน ร้อยละ 66.7 และ 60.0 ตามลำดับ

2. วัยรุ่นหญิงกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่ม

แอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

3. วิทยุรณรงค์กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียน ฯ กลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

อภิปรายผลการวิจัย

วิทยุรณรงค์กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่านักเรียน ฯ กลุ่มเปรียบเทียบเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และ สมมติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้เนื่องจากวิทยุรณรงค์กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรม ฯ ได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรมต่าง ๆ อย่างเป็นขั้นตอน ตามแนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (Information-Motivation-Behavioral Skill: IMB Model) ทำให้เกิดความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดังนี้

กิจกรรมเริ่มต้นจากการค้นหาข้อมูล (Elicitation) พบว่าวิทยุรณรงค์รับรู้ถึงสถานการณ์การดื่ม ฯ ของวิทยุรณรงค์ที่เพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง และมีลักษณะของการดื่มที่รุนแรงและเป็นปัญหามากขึ้น ได้แก่ การดื่มปริมาณมาก การดื่มที่ถี่ขึ้นในโอกาสต่าง ๆ เช่น ฉลองความสำเร็จ เทศกาลสำคัญ การพบปะสังสรรค์เพื่อความสนุกสนาน เป็นต้น เข้าใจว่าสาเหตุของการดื่ม ฯ มาจากหลายปัจจัยทั้งจากตนเอง ได้แก่ ต้องการความสนุกสนาน อยากรู้ อยากลอง เครียด ออกหัก เป็นต้น และจากสิ่งแวดล้อม ได้แก่ เพื่อนชักชวน ตามเพื่อน อยากสังสรรค์กับเพื่อน ครอบครัวมีปัญหา เป็นต้น และรับทราบถึงผลกระทบจากการดื่ม โดยทั่ว ๆ ไป ได้แก่ ทำให้ร่างกายทรุดโทรม การเรียนแย่ลง ทำให้ขาดสติ เกิดการทะเลาะวิวาท เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ และเกิดอุบัติเหตุ เป็นต้น แต่ยังคงมีความรู้ความเข้าใจถึงผลกระทบทางด้านร่างกายที่เกิดจากกลไกการออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ ส่วนใหญ่รับรู้ในแง่บวกของการไม่ดื่ม ฯ เช่น ทำให้ร่างกายแข็งแรง มีสติปัญญาที่ดี ไม่ขาดสติ ไม่เกิดอุบัติเหตุ ไม่เสียเงิน และมีอนาคตที่ดี เป็นต้น และรับรู้ในแง่ลบต่อการดื่ม ฯ เช่น ทำให้เจ็บป่วยง่าย

มีปัญหาด้านการเรียน ขาดสติ เกิดการทะเลาะวิวาท เกิดอุบัติเหตุ และเสียนาคต เป็นต้น แต่ยังมี ความคิดเห็นว่า การไม่ดื่ม ฯ เป็นข้อจำกัดต่อการใช้ชีวิต เช่น ไม่มีทางออกในการระบายความเครียด ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ไม่ได้สังสรรค์กับเพื่อน ขาดความสนุกสนาน เป็นต้น อย่างไรก็ตามวัยรุ่นหญิงไม่มีความรู้เกี่ยวกับกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเสนอแนะว่า ทักษะสำคัญที่จะช่วยให้วัยรุ่นหญิงสามารถหลีกเลี่ยงการดื่ม ฯ ได้สำเร็จ คือ ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการจัดการความเครียด จากการได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ทำให้ ผู้วิจัยสามารถประเมินถึงความรู้ ความคิดเห็นในแง่มุมต่าง ๆ และทักษะที่วัยรุ่นหญิงมีความต้องการ เสริมสร้างซึ่งนำไปสู่การจัดกิจกรรมที่ตรงกับความต้องการของวัยรุ่นหญิงต่อไป ได้แก่ การให้ ข้อมูลข่าวสาร (Information) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) และการพัฒนาทักษะ (Behavior skills)

การให้ข้อมูลข่าวสาร (Information) โดยผู้วิจัยให้ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ครอบคลุมเนื้อหา ส่วนประกอบ การออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ สาเหตุของการดื่ม ฯ ผลกระทบจากการดื่ม ฯ และกฎหมายเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่เน้นในประเด็นที่วัยรุ่น หญิงยังมีความรู้ความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง ด้วยการบรรยายประกอบสื่อการสอน การฉายวีดิทัศน์ จัด กิจกรรมระดมสมอง การสรุปเป็นแผนผังความคิด การนำเสนอ การเล่นเกมส์ตอบคำถามชิงรางวัล และแจกคู่มือความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่สรุปเนื้อหาโดยย่อของการบรรยายทั้งหมดใน เล่มให้กลับไปศึกษารายละเอียดหรือทบทวนความรู้ด้วยตนเอง จากการจัดกิจกรรมดังกล่าวทำให้ วัยรุ่นหญิงเกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากขึ้นเป็นลำดับ ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองทั้งใน ระยะหลังการทดลองทันทีและระยะติดตามผล จากผลการวิเคราะห์แบบสอบถามเป็นรายชื่อ (ภาคผนวก ง) พบว่าวัยรุ่นหญิงมีความรู้เกี่ยวกับการดื่ม ฯ โดยตอบถูกต้องประมาณร้อยละ 70 ถึง ร้อยละ 96.7 จำนวน 12 ข้อ จาก 18 ข้อ อย่างไรก็ตามวัยรุ่นหญิงยังมีความเข้าใจไม่ค่อยถูกต้อง เกี่ยวกับช่วงอายุที่ห้ามจำหน่ายสุรา ระดับแอลกอฮอล์ในเลือดขณะขับขี ผลกระทบของแอลกอฮอล์ ต่อการเจริญเติบโต และการออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ การให้ข้อมูลข่าวสารดังกล่าวที่เป็นการให้ ข้อมูลความรู้ที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจงกับกลุ่มเป้าหมายนั้น หรือความรู้ในส่วนที่ขาดหายไปไม่ใช่ การให้ข้อมูลความรู้ตามปกติ โดยต้องค้นหาข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงในส่วนที่ขาดหายไปว่าคืออะไร ซึ่งการให้ข้อมูลความรู้จะเป็นปัจจัยนำที่สำคัญของความคิดความเชื่อ และสามารถส่งผลให้เกิด การมีทักษะในการกระทำพฤติกรรม และมีผลต่อการกระทำพฤติกรรมตามมา (Fisher & Fisher, 1992)

นอกจากนี้วัยรุ่นหญิงยังได้รับการเสริมสร้างแรงจูงใจทั้งแรงจูงใจส่วนบุคคลและแรงจูงใจทางสังคม การสร้างแรงจูงใจส่วนบุคคลโดยรับชมวิดีโอทัศนข่าวที่สะท้อนถึงอันตรายและผลกระทบที่ตามมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงของวัยรุ่นหญิงที่มีอายุอยู่ในช่วงวัยเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง และได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นในแง่มุมต่าง ๆ ทั้งในแง่ลบจากการดื่ม ๆ และแง่บวกจากการไม่ดื่ม ๆ พบว่าวัยรุ่นหญิงตระหนักและรับรู้ถึงผลลัพธ์ที่แตกต่างระหว่างการดื่ม ๆ และไม่ดื่ม ๆ กล่าวคือการดื่ม ๆ จะทำให้พ่อแม่เสียใจ หมคอนาคตเสียสุขภาพ ขาดสติ ก่อให้เกิดอันตราย เสียการเรียน เป็นต้น ในขณะที่การไม่ดื่ม ๆ จะทำให้สุขภาพดี มีสมาธิ เรียนได้ดี และมีอนาคตที่ดีกว่า เป็นต้น จากการวิเคราะห์แบบสอบถามเป็นรายชื่อ (ภาคผนวก ง) ก็พบว่าวัยรุ่นหญิงส่วนใหญ่รับรู้ถึงผลกระทบต่าง ๆ จากการดื่ม ๆ ทั้งด้านความรู้ ความเข้าใจ (Cognitive) ด้านความรู้สึก (Affective) และด้านปฏิบัติ (Behavioral) อีกทั้งเมื่อเปิดโอกาสให้แต่ละคนได้แลกเปลี่ยนเรื่องราวต่าง ๆ จากประสบการณ์ตรงของตนเอง มีข้อความที่สะท้อนให้เห็นถึงความตระหนักถึงผลเสียจากการดื่ม ๆ และเกิดแรงจูงใจที่จะไม่ดื่ม ๆ ดังคำกล่าว เช่น “เมื่อก่อนพ่อแม่หนูดื่ม แล้วชอบทะเลาะกัน หนูไม่ชอบเลย หนูตั้งใจว่าถ้าหนูโตขึ้น หนูจะไม่ดื่ม โดยเด็ดขาดค่ะ” “หนูเคยเห็นคุณลุงแถวบ้านเขาโดนรถชนบาดเจ็บสาหัสจากคนเมาแล้วขับนำกล้วมากเลยคะ หนูจะไม่ดื่มคะ” เป็นต้น

กระบวนการสร้างแรงจูงใจทางสังคม โดยให้เรียนรู้จากเพื่อนที่มีลักษณะคล้ายคลึง เป็นบุคคลที่ดึงดูดความสนใจ และมีพฤติกรรมไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พุดคุยผ่านวิดีโอถึงความคิด ความเชื่อ และประสบการณ์ของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่ม ๆ ตลอดจนฉายวิดีโอทัศนข่าวตัวอย่างของศิลปิน-คารา ที่ร่วมกันรณรงค์ เชิญชวนให้ “ลด ละ เลิก เหล้า ” และการสร้าง “พันธะสัญญาใจ” หลังจากนั้นได้ให้วัยรุ่นหญิงเขียนข้อความคำมั่นสัญญา ข้อความที่เขียนสะท้อนให้เห็นถึงการรับรู้ ว่าพ่อแม่ เพื่อน และศิลปินที่ตนชื่นชอบไม่เห็นด้วยกับการดื่ม ๆ เกิดความมุ่งมั่นที่จะไม่ดื่ม และทำให้เกิดการกระตุ้นเตือนเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ ตัวอย่างข้อความ เช่น “หนูสัญญาว่าจะไม่ดื่ม เพราะไม่อยากทำให้พ่อแม่เสียใจ และจะเป็นเยาวชนที่ดีต่อสังคมคะ” “หนูจะไม่ดื่มสุราหรือของมีนเมาคะ จะตั้งใจเรียน จะทำให้พ่อแม่และครอบครัวภูมิใจคะ” “หนูสัญญาว่าจะไม่ดื่มสุราและยุ่งกับสารเสพติด เพราะอาจจะทำให้เราขาดสติและมีเรื่องร้าย ๆ ตามมาได้ หรือบางเรื่องอาจส่งผลกระทบต่ออนาคตได้คะ” “ หนูขอให้คำมั่นสัญญาว่าจะไม่ดื่มแอลกอฮอล์ไม่ว่าชีวิตจะพบเจอความทุกข์หรือความสุข” “หนูให้คำมั่นสัญญาว่าจะไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จะปฏิเสธทุกครั้งที่มีคนชักชวน หนูจะไม่ดื่มโดยเด็ดขาด ” แรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอจะก่อให้เกิดทัศนคติ การรับรู้พฤติกรรมเสี่ยงหรือเกิดค่านิยม โดยการเปลี่ยนแปลงความเชื่อจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงความตั้งใจและพฤติกรรมของบุคคลตามมา (Fisher & Fisher, 1992)

การได้รับการพัฒนาทักษะ (Behavior skills) ที่ตรงตามความต้องการ ได้แก่ ทักษะ ปฏิเสธ ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการจัดการความเครียด โดยการสาธิตและสาธิตย้อนกลับ และการได้นำไปใช้ในสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวัน ทำให้วัยรุ่นหญิงมีทักษะต่าง ๆ ดังกล่าว ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเองที่จะหลีกเลี่ยงการดื่ม ๆ ได้สำเร็จตามมา และจากการวิเคราะห์รายข้อ (ภาคผนวก ง) พบข้อมูลที่น่าสนใจคือ ความมั่นใจจะมีมากในสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง โดยจะยังคงไม่ดื่มแม้ว่าจะกำลังโกรธ รู้สึกหงุดหงิดไม่พอใจ กังวลใจ รู้สึกท้อแท้ เมื่ออยู่ตามลำพัง แต่ถ้าหากสถานการณ์ดังกล่าวเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นด้วย เช่นเมื่ออยู่กับเพื่อนที่กำลังดื่ม ผลของความสำเร็จหรือชัยชนะ มีคนคอยสนับสนุนให้ดื่ม อยู่กับแฟนที่กำลังดื่ม ความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการดื่ม ๆ จะลดน้อยลง สะท้อนให้เห็นถึงอิทธิพลของเพื่อนและสังคมที่มีต่อวัยรุ่น การได้รับการพัฒนาทักษะต่าง ๆ จากการฝึกปฏิบัติและการปฏิบัติในสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวันถือเป็นการได้รับประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (Mastery experiences) ที่ Bandura เชื่อว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง (สม โภชน์ เอี่ยมสุภากิจ, 2553) การที่บุคคลจะกระทำพฤติกรรมใด ๆ จำเป็นจะต้องมีทักษะที่จำเป็นในการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ ซึ่งทักษะที่ได้รับการพัฒนานั้นต้องเป็นทักษะที่มีความเฉพาะเจาะจงกับการกระทำในการป้องกันโรค และการพัฒนาทักษะที่จำเป็น จะทำให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง เกิดความเชื่อมั่นในการกระทำพฤติกรรมนั้น (Fisher & Fisher, 1992)

การให้ข้อมูลที่ตรงกับความต้องการทำให้เกิดความรู้เกี่ยวกับการดื่ม ๆ ที่เฉพาะเจาะจงสำหรับวัยรุ่นหญิง และการสร้างแรงจูงใจที่ฝังรากลึกพอในการหลีกเลี่ยงการดื่ม ๆ ร่วมกับการได้รับการพัฒนาทักษะสำคัญที่จำเป็นในการหลีกเลี่ยงการดื่ม ๆ ทำให้วัยรุ่นหญิงมีความตั้งใจในการไม่ดื่ม ๆ ซึ่งย่อมส่งผลโดยตรงต่อการกระทำพฤติกรรมต่อไป ซึ่งสอดคล้องเป็นไปตามแนวคิดทฤษฎี IMB Model (Fisher & Fisher, 1992) ทั้งนี้มีความแตกต่างอย่างเห็นได้ชัดกับกลุ่มเปรียบเทียบที่พบว่า นอกจากการไม่ได้รับโปรแกรม ๆ จะทำให้ไม่มีการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้เกี่ยวกับการดื่ม ๆ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่ม ๆ และความตั้งใจในการไม่ดื่ม ๆ แล้วยังทำให้ทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่ม ๆ ลดลงไปเรื่อย ๆ ตามเวลาที่ผ่านไปด้วย

ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาทั้งในประเทศและต่างประเทศ ได้แก่ การศึกษาของ นัสนิชาพร นันทะจันทร์ และคณะ (2558) ที่ศึกษาผลของการให้ข้อมูล การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะต่อความมีวินัยในการรับประทานยาต้านไวรัสของเยาวชนที่ติดเชื้อเอชไอวี ผลการศึกษาพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มทดลองมีวินัยในการรับประทานยาต้านไวรัสและมีค่าเฉลี่ยของจำนวนเม็ดเลือดขาวชนิด CD4 เพิ่มขึ้นและมากกว่าก่อนการทดลองและ

กลุ่มควบคุม การศึกษาของ ชลดดา กิ่งมาลา และคณะ (2558) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยนำแนวคิด IMB Model มาประยุกต์ใช้ ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และการรับรู้ความสามารถตนเองหลังทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง และพบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ทั้งหลังการทดลองและระยะติดตามผล และยังพบว่าพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงกว่าก่อนทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะติดตามผล การศึกษาของ นัญญา สุวักขณ์ และคณะ (2562) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การจูงใจ และทักษะเชิงพฤติกรรมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีความรู้ เจตคติ แรงจูงใจทางสังคม ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา การรับรู้ความสามารถตนเอง และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนสูงกว่าก่อนการทดลอง และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

สอดคล้องกับผลการศึกษาในต่างประเทศของ Fisher et al. (2002) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะเชิงพฤติกรรมเพื่อป้องกันการพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลอง 1 เดือนกลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะการรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคม ทักษะการป้องกัน และความตั้งใจในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีสูงกว่าก่อนการทดลอง และในระยะติดตามผล 3 เดือนและ 1 ปี พบว่ากลุ่มทดลองมีการใช้ถุงยางอนามัยเพิ่มขึ้นและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ และการศึกษาของ Espada et al. (2012) ที่ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี / เอดส์ ของวัยรุ่น โดยนำแนวคิดการให้ข้อมูลข่าวสาร การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะ (IMB Model) มาประยุกต์ใช้ ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะการตัดสินใจในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี และความตั้งใจในการใช้ถุงยางอนามัยสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. โปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิงนี้ ทำให้ความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิงเพิ่มมากขึ้น

พยาบาลและบุคลากรสาธารณสุขควรพิจารณานำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้ ซึ่งประกอบไปด้วย รูปแบบที่ดำเนินกิจกรรมทั้งในชั้นเรียนภายใน โรงเรียน (On site) และรูปแบบที่ดำเนินกิจกรรมผ่าน อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ (On line) ในการจัดกิจกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มวัยรุ่นหญิง และควรเผยแพร่โปรแกรมนี้แก่ครู และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอื่น ๆ โดยมีข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมดังนี้

1.1 การจัดกิจกรรมกลุ่มในชั้นเรียน

1.1.1 การดำเนินการจัดกิจกรรมตาม โปรแกรม ฯ พบว่าจำนวนที่เหมาะสมของวัยรุ่นหญิงในแต่ละกลุ่มควรเป็นกลุ่มละ 5-6 คน เพื่อทำให้เกิดการเรียนรู้และเกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ได้อย่างทั่วถึง โดยควรแบ่งกลุ่มให้วัยรุ่นหญิงคละห้องกันและแบ่งหน้าที่รับผิดชอบภายในกลุ่ม จะทำให้วัยรุ่นหญิงมีโอกาสเรียนรู้กันมากขึ้น และควรมีการกระตุ้นกล่าวชมเชยและให้กำลังใจภายในกลุ่มเป็นระยะ ๆ ที่สำคัญควรทำกิจกรรมด้วยบรรยากาศผ่อนคลาย สนุกสนาน เพื่อช่วยให้อารมณ์ดีสนใจทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและพร้อมที่จะเรียนรู้เพิ่มมากขึ้น

1.1.2 สถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมควรเป็นสถานที่ที่มิดชิด ไม่มีเสียงดังรบกวน และบรรยากาศถ่ายเทได้สะดวก จะทำให้วัยรุ่นหญิงผ่อนคลายและมีความตั้งใจในการทำกิจกรรมมากขึ้น

1.1.3 เนื่องจากการศึกษาพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรม ฯ ในกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยต่าง ๆ มีแนวโน้มคงที่หรือลดลง การนำโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไปประยุกต์ใช้ในโรงเรียน จึงควรมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและมีการกระตุ้นเตือน (Booster) เป็นระยะ ๆ โดยอาจจะทำการสอดแทรกในรายวิชาที่เกี่ยวข้องหรือทำกิจกรรมเสริมทั้งที่โรงเรียนและผ่านระบบออนไลน์ตามความเหมาะสมกับสถานการณ์ ซึ่งอาจเป็นครูหรือแกนนำนักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมมาแล้วมา เป็นผู้ดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรมผ่านออนไลน์

1.2.1 ควรมีการทำข้อตกลงหรือกติการ่วมกันก่อนทำกิจกรรมเพื่อให้ทุกคนรับทราบและปฏิบัติตรงกัน เช่น การตรงต่อเวลา ไม่มาสาย การเตรียมสถานที่ที่เงียบสงบ ไม่มีเสียงดังรบกวนขณะเข้าร่วมกลุ่ม เป็นต้น

1.2.2 ทดสอบสัญญาณ โทรศัพท์มือถือ หรือสัญญาณอินเทอร์เน็ต เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนร่วมกิจกรรม จะทำให้การดำเนินกิจกรรมเป็นไปด้วยความราบรื่นและต่อเนื่อง

2. ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง สามารถนำกิจกรรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่นการสูบบุหรี่ การใช้สาร

เสพติด ฯลฯ และควรรักษาในกลุ่มวัยรุ่นกลุ่มอื่น ๆ เช่น วัยรุ่นนอกระบบการศึกษา หรือในวัยรุ่นเพศชายเพื่อเปรียบเทียบผลการศึกษาและประยุกต์ใช้ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรพัฒนาโปรแกรมที่ให้ครูและนักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์กิจกรรมด้วย อาจทำให้ได้กิจกรรมที่มีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น
2. ควรพัฒนาโปรแกรมที่มีการนำสื่อออนไลน์รูปแบบต่าง ๆ เข้ามาใช้อย่างหลากหลายเพิ่มมากขึ้น อาจจะทำให้ได้รูปแบบโปรแกรม ๆ ที่มีความสอดคล้องเหมาะสมกับบริบทของวัยรุ่นยุควิถีชีวิตใหม่ (New normal) มากขึ้น
3. ควรมีการศึกษาติดตามผลภายหลังการทดลองในระยะเวลาที่นานขึ้นหรือติดตามเป็นระยะ ๆ เช่น ของทุก ๆ ภาคการศึกษา (3 เดือน) หรือ 6 เดือน รวมทั้งควรจัดกิจกรรมให้มีการกระตุ้น (Booster) ทุก ๆ 3 เดือน เพื่อพิจารณาถึงความยั่งยืนของโปรแกรม ๆ

บรรณานุกรม

- กฎกระทรวง ฉบับที่ 21. (2560). *ราชกิจจานุเบกษา*, เล่ม 134, ตอนที่ 59ก. หน้า 1-2.
- กรมอนามัย. (2558). *คู่มือการดำเนินงาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2558)*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). นนทบุรี: สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- จूरีย์ อูสาหะ, พลเทพ วิจิตรคุณากร, ดาริกา ไสงาม, นันทน์ภัส พรุเพชรแก้ว, อุดมศักดิ์ แซ่โจ้ว, กนิษฐา ไทยกล้า, ชนัญญ์ เกิดประดับ และอชิบ ตันอารีย์. (2559). *ข้อเท็จจริงและตัวเลข: เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.
- ชลดา กิ่งมาลา, ทศนีย์ รวีวรกุล และอาภาพร เผ่าวัฒนา. (2558). ผลของโปรแกรมการป้องกันการตั้งครกในวัยรุ่นหญิง. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ*, 31(3), 25-34.
- ชีวสวย แซ่ลิ้ม, กนกพร หมุ่มพยัคฆ์ และนันทวัน สุวรรณรูป. (2560). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น. *วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์*, 37(3), 25-36.
- ดร.ฉนวน สมใจ. (2560). พฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ของนักศึกษา มหาวิทยาลัย: กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง. *วารสารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ*, 40(20), 127-139.
- คุณหญิง แสงคำ, เสาวณิต รัตนรวมการ และสุรชน ทิวทอง. (2552). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น อำเภอลำดวน จังหวัดสุรินทร์. *วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์*.
- ทักษพล ธรรมรังสี. (2556). *สถานการณ์การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลกระทบในประเทศไทยปี 2556*. กรุงเทพฯ: เดอะ กราฟิโก ซิสเต็มส์.
- ทักษพล ธรรมรังสี และอรทัย วลีวงศ์. (2559). *เอกสารวิชาการ ชุดแอลกอฮอล์และสมอง*. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา.
- นัญญา สุวลักษณ์, สุปรียา ตันสกุล, มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์ และขวัญเมือง แก้วคำเกิง. (2562). ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร การจูงใจ ทักษะเชิงพฤติกรรมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. *วารสารสุขศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล*, 42(1), 29-42.

- นัชชฎาพร นันทะจันทร์, นงเยาว์ เกษตร์ภิบาล และนงศ์คราญ วิเศษกุล. (2558). ผลของการให้ข้อมูล การสร้างแรงจูงใจ และการพัฒนาทักษะต่อความมีวินัยในการรับประทานยาต้านไวรัสใน เยาวชนที่ติดเชื้อเอชไอวี. *พยาบาลสาร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*, 42(3), 72-83.
- ประทุมพร เชาว์ฉลาด, ศรีณญา เบญจกุล, มณฑา เก่งการพานิช และธราดล เก่งการพานิช. (2561). ผลของโปรแกรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ ความสามารถของตนเองในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนครปฐม. *วารสารพยาบาล รามาธิบดี*, 24(2), 210-224.
- ปรียาภรณ์ ประยงค์กุล, ทศนา ทวีคุณ และโสภณ แสงอ่อน. (2561). ปัจจัยทำนายความตั้งใจบริโภค เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารพยาบาลสภากาชาดไทย*, 11(2), 219-235.
- ปิ่นณวิษณุ ปิยะอร่ามวงศ์, รุ่งระวี สมะวรรณ และเอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์. (2560). การจัด โปรแกรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร. *วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 24(1), 56-66.
- แผนงานการพัฒนาระบบ รูปแบบ และวิธีการบำบัดรักษาผู้มีปัญหาการบริโภคสุราแบบบูรณาการ [พรส.]. (2552). แบบประเมินปัญหาการดื่มสุรา: *AUDIT: Alcohol Use Disorders Identification Test*.
- พนม เกตุมาน. (2550). *ตำราจิตเวชเด็กและวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: บิยอนด์เอ็นเทอร์ไพรซ์.
- เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์. (2550). *พัฒนาการมนุษย์*. กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- พรจิรา ปรีวัชรากุล. (2560). *การเจริญเติบโตและพัฒนาการที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพเด็ก วัยเรียนและวัยรุ่น* เอกสารคำสอน รายวิชา สศพส 652 การพยาบาลชุมชนในเด็กวัยเรียนและ วัยรุ่น 3: ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พรนภา หอมสินธุ์. (2558). *แนวคิดและทฤษฎีสู่การปฏิบัติ: การป้องกันการสูบบุหรี่และดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ในวัยรุ่น*. ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.
- พรนภา หอมสินธุ์ และรุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์. (2553). ความเชื่อ แบบแผนการดื่ม และปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์กับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะต่าง ๆ ของเยาวชนไทยในเขตภาค ตะวันออก. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 5(2), 28-39.

- พรพิมล บัวสมบุญ. (2550). *ปัจจัยทำนายเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ของนักเรียนอาชีวศึกษา เขต กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ (2551). *ราชกิจจานุเบกษา, เล่ม 125, ตอนที่ 33ก, หน้า 34-49.*
- พระราชบัญญัติสุรา (2493). *ราชกิจจานุเบกษา, หน้า 346-367.*
- มนัสนันท์ ผลานิสงค์ และสุพัฒนา คำสอน. (2557). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มน้ำแอลกอฮอล์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร. วารสารนเรศวรวิจัย, (12), 735-745.*
- รัตน์ศิริ ทาโต. (2561). *การวิจัยทางการพยาบาล: แนวคิดสู่การประยุกต์ใช้ (ฉบับปรับปรุง) (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2554. กรุงเทพฯ: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์.*
- วินัดดา ปิยะศิลป์. (2550). *ตำราจิตเวชเด็กและวัยรุ่น เล่ม 2. กรุงเทพฯ: ธนาพรส.*
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย: แนวคิดเชิงทฤษฎี-วัยเด็กตอนกลาง วัยรุ่น-วัยสูงอายุ (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.*
- ศูนย์เรียนรู้สุขภาพ สำนักงานสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ [สสส]. (ม.ป.ป.). *ชุดนิทรรศการ ยิ้ม-คืน ส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับเด็กและเยาวชน เรื่อง “เหล้าอยากเล่า”.* เข้าถึงได้จาก <http://resource.thaihealth.or.th/suraa/16641>
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2553). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- สมภพ เรื่องตระกูล. (2550). *ยาเสพติดมีอันตรายที่ป้องกันได้. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.*
- สาวิตรี อัยฉนงค์กรชัย. (2560). *รายงานการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายจังหวัด พ.ศ. 2560. กรุงเทพฯ: สหมิตรพัฒนาการพิมพ์.*
- สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กองยุทธศาสตร์และแผนงาน. (2561). *แผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ด้านสาธารณสุขประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561. กรุงเทพฯ.*
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). *การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2560. กรุงเทพฯ: เท็กซ์ แอนด์ เจอนัล พับลิเคชัน.*

- สุรเมศวร์ ฮาซิม, รัตนา เลิศสุวรรณศรี และรมิดา ศรีเหรา. (2560). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมปลาย จังหวัดปทุมธานี. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 6(1), 1-10.
- สุราไทย. (2558). เครื่องดื่มไวน์คูลเลอร์ ค็อกเทล หรือ RTD เข้าถึงได้จาก <https://surathai.wordpress.com/2015/03/09/wine-cooler/>
- สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐ์. (2551). *กลยุทธ์สร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ชัยเจริญ.
- อโนทัย ฟุ้งขจร. (2559). ผลของโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะหึ่งตนเองต่อการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์และพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอบ่อทอง จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์สาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสาธาณสุขศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อภิสิทธิ์ ธรรมวิมุติ และประสพชัย พสุนนท์. (2559). อิทธิพลของทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การคล้อยตามบรรทัดฐานของกลุ่มอ้างอิง การควบคุมพฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และบุคลิกภาพแบบเปิดเผยที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักศึกษาหญิงระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏกลุ่มภูมิภาคตะวันตก. *วารสารการศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 9(1), 1533-1548.
- อังสุมาลิน จันทรมณี, สุกัญญา โลจนากิวัฒน์, และจุฑารัตน์ สติรปัญญา. (2560). ปัจจัยและพฤติกรรมกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงในสถาบันอาชีวศึกษาจังหวัดสงขลา. *วารสารวิทยบริการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*, 28(2), 117-129.
- อัจฉรา มุลรัตน์, วิภา จีระแพทย์ และนรลักษณ์ เอื้อกิจ. (2557). ผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจต่อพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นตอนต้น. *วารสารเกื้อการุณย์*, 21, 219-233.
- อัญชลี เหมชะญาติ และศรีวรรณ ขอดนิล. (2555). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเขาคิชฌกูฏ จังหวัดจันทบุรี. *วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม*, 8(1), 115-128.
- อัมมันดา ไชยกาญจน์ และอมรา ไชยกาญจน์. (2560). พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์*, 7(1), 103-113.
- อาภรณ์ ดินาน. (2551). *แนวคิด & วิธีการส่งเสริมสุขภาพวัยรุ่น*. ชลบุรี: ไฮ เคนกรุ๊ป ปรีน แอนด์ มีเดีย.

- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1998). Attitudes and the attitude-behavior relation: Reasoned and automatic processes. In W. Stroebe, & M. Hewstone (Eds.), *European Review of Social Psychology* (pp. 1-33). Chichester, England: Wiley.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Brooks-Gunn, J., & Reiter, E. (1990). The role of pubertal process. In S. Feldman, & G. Elliott (Eds.), *At the Theshold: The Developing Adolescent* (pp. 16-23). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Chang, S. J., Choi, S., Kim, S. A., & Song, M. (2014). Intervention strategies based on information-motivation-behavioral skills model for health behavior change: a systematic review. *Asian Nursing Research*, 8(3), 172-181.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for Behavioral Sciences* (2nd ed). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Cox, W. M., & Klinger, E. (1988). A motivational model of alcohol use. *Journal of Abnormal Psychology*, 97(2), 168-180.
- Daly, P., Pace, T., Berg, J., Menon, U., & Szalacha, L. A. (2016). A mindful eating intervention: A theory-guided randomized anti-obesity feasibility study with adolescent Latino females. *Complementary Therapies in Medicine*, 28, 22-28.
- Diclemente, R. J., Crosby, R. A., & Kegler, M. C. (2009). *Emerging Theories in Health Promotion Practice and Research*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Elvira, C., & Bruna, Z. (2011). Alcohol Use Among Italian University Students : The Role Of Sensation Seeking, Peer Group Norms and Self-Efficacy. *Journal of Alcohol and Drug Education*, 55(2), 17-36.
- Espada, J. P., Orgilés, M., Morales, A., Ballester, R., & Huedo-Medina, T. B. (2012). Effectiveness of a school HIV/AIDS prevention program for Spanish adolescents. *AIDS Education and Prevention*, 24(6), 500-513.
- Fisher, J. D., & Fisher, W. A. (1992). Changing AIDS risk behavior. *Psychological Bulletin*, 111, 455-474.

- Fisher, J. D., & Fisher, W. A. (2009). *The Information-Motivation-Behavioral Skills Model of HIV prevention behavior*. New York: Jossey-Bass.
- Fisher, J. D., Fisher, W. A., Bryan, A. D., & Misovich, S. J. (2002). Information-motivation-behavioral skills model-based HIV risk behavior change intervention for inner-city high school youth. *Health Psychology, 21*(2), 177.
- Ford, K. H., Diamond, P. M., Kelder, S. H., Sterling, K. L., & McAlister, A. L. (2009). Validation of scales measuring attitudes, self-efficacy, and intention related to smoking among middle school students. *Psychology of Addictive Behaviors, 23*(2), 271-278.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2009). *Wong's essentials of pediatric nursing* (8th ed.). St. Louis, MO: Mosby/Elsevier.
- Homsin, P., Srisuphan, W., Pohl, J., Tiansawad, S., & Patumanond, J. (2009). Predictors of early stages of smoking uptake among Thai male adolescents. *Journal of Nursing Research, 13*(1), 28-42.
- Komro, K. A., & Toomey, T. L. (2002). Strategies to prevent underage drinking. *Alcohol Research and Health, 26*(1), 5-14.
- Lemeshow, S., Hosmer, D., Kler, J., & Lwanga, S. (1992). *Adequacy of Sample Size in Health Studies*. Chichester: John Wiley & Son.
- Osei-Bonsu, E., Appiah, P. K., Norman, I. D., Asalu, G. A., Kweku, M., Ahiabor, S. Y., Takramah, W. K., Duut, A. B., Ntow, G. E., & Boadu, S. (2017). Prevalence of alcohol consumption and factors influencing alcohol use among the youth in Tokorni-Hohoe, Volta Region of Ghana. *Science Journal of Public Health, 5*(3), 205-214.
- Polit, D. F. (1996). *Data Analysis & Statistics for Nursing Research* (5th ed). New York: Appleton & Lange.
- Popovac, M., & Fine, P. (2018). An intervention using the Information-Motivation-Behavioral Skills Model: Tackling cyberaggression and cyberbullying in South African adolescents. *Reducing Cyberbullying in Schools* (225-244).
- Samoraphum, C. (2016). Alcohol consumption behavior of Thai adolescents: A survey of knowledge factor and prevention alcohol consumption behavior. *Walailax Abode of Culture Journal, 16*(2), 65-72.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence* (7th ed). New York: McGraw-Hill.

- Spear, L. P. (2018). Effects of adolescent alcohol consumption on the brain and behaviour. *Nature Reviews Neuroscience*, 19, 197. doi:10.1038/nrn.2018.10
- Steinberg, L. (1996). *Adolescence* (4th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Wang, Z. Y., Jun, S., Zang, J. J., Huang, C. H., Zou, S. R., & Sheng, G. (2015). Drinking behavior and associated factors among middle school students in Shanghai, China. *Biomedical and Environmental Sciences*, 28(10), 765-768.
- Webber, A. L. (1992). *Social Psychology*. New York: Harper Perennial.
- Wilson, M. N., Langille, D. B., Ogilvie, R., & Asbridge, M. (2018). When parents supply alcohol to their children: Exploring associations with drinking frequency, alcohol-related harms, and the role of parental monitoring. *Drug and Alcohol Dependence*, 183, 141-149.
- Windle, R. C., & Windle, M. (2018). Adolescent precursors of young adult drinking motives. *Addictive Behaviors*, 82, 151-157.
- World Health Organization [WHO]. (2018). *Global Status Report on Alcohol and Health 2018*. Geneva.
- World Health Organization [WHO]. (n.d.). *Adolescent Development*. Retrieved from www.who.int/maternal_child_adolescent/topic/adolescence/dev/en/
- Young, R., Hasking, P. A., Oei, T. P. S., & Loveday, W. (2007). Validation of the drinking refusal self-efficacy questionnaire revised in an adolescent sample (DRSEQ-RA). *Journal of Addictive Behaviors*, 32, 862-868.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณรัตน์ ลาวัง สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมสมัย รัตนกริฑากุล สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. อาจารย์ ดร.จันทนา เกิดบางแถม สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤมล ชีระรังสิกุล สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
5. ดร.นิภา มหารัชพงศ์ ภาควิชาสุศึกษา คณะสาธาณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา



ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



**โครงการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนา
ทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง**

การดำเนินกิจกรรม ประกอบด้วยแผนจัดการเรียนรู้ 4 แผน ดังนี้

แผนจัดการเรียนรู้ที่ 1 แลกเปลี่ยน เรียนรู้

แผนจัดการเรียนรู้ที่ 2 เหล้าอยากเล่า

แผนจัดการเรียนรู้ที่ 3 พลังแห่งแรงจูงใจ

แผนจัดการเรียนรู้ที่ 4 ทำเป็น ทำได้ ห่างไกลแอลกอฮอล์

เลขที่แบบสอบถาม _____

รหัส _____

 วันที่เกิด วันเกิด จ-ศ จำนวนสมาชิก
 ในครอบครัว

ตัวอย่าง 0 7 3 0 9

 เกิดวันที่ 7 วันพุธ มีสมาชิกใน
 ครอบครัว 9 คน

แบบสอบถาม

ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะ
 เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

แบบสอบถามนี้ ทำขึ้นเพื่อสอบถามเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่ม
 แอลกอฮอล์ ทศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถ
 ของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่ม
 เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์ในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่ม
 แอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

ไม่ต้อง เขียนชื่อ-นามสกุลในแบบสอบถามนี้ การตอบแบบสอบถามนี้ถือเป็นความ
 สัมครใจ คำตอบของท่านจะเป็นความลับและใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น

การตอบ แบบสอบถาม ขอให้ตอบตามความเป็นจริง และโปรดตอบให้ครบทุกข้อ
 ทั้งนี้คะแนนที่ได้จะไม่มีผลต่อวิชาใด ๆ ในการศึกษา

กรุณาตรวจดูก่อนส่ง ว่านักเรียนได้ตอบคำถามครบแล้วก่อนใส่ลงในซองและ
 วางไว้บนโต๊ะ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้ท่านเติมข้อความลงในช่องว่างที่กำหนดหรือทำเครื่องหมาย (✓) หน้าข้อที่ตรงกับความเป็นจริง

1. ปัจจุบันอายุ.....ปี
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) ในปีปัจจุบัน คือ.....
3. ที่พักอาศัยในปัจจุบัน
 - () พักอยู่กับบิดาและมารดา
 - () พักอยู่กับบิดาหรือมารดา
 - () เช่าหอพักอยู่คนเดียว
 - () เช่าหอพักอยู่กับเพื่อนหญิง
 - () เช่าหอพักอยู่กับเพื่อนชาย
 - () พักอยู่กับญาติ
 - () อื่น ๆ ระบุ.....
4. ค่าใช้จ่ายที่ได้รับ
 - () ต่อวัน.....บาท
 - () ต่อสัปดาห์.....บาท
 - () ต่อเดือน.....บาท
5. สถานภาพของครอบครัว
 - () บิดามารดาอยู่ร่วมกัน
 - () บิดาเสียชีวิต
 - () มารดาเสียชีวิต
 - () ทั้งบิดามารดาเสียชีวิต
 - () บิดามารดาแยกกันอยู่ / หย่าร้าง

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

คำชี้แจง แบบสอบถามต่อไปนี้ สอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษรที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว (โปรดทำให้ครบทุกข้อ)

1. ข้อใด ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

- ก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์จัดเป็นสารเสพติดชนิดหนึ่ง
- ข เหล้าปั่นไม่ถือว่าเป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือสุรา
- ค เครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีเอทิลแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมหลัก
- ง เครื่องดื่มแอลกอฮอล์แต่ละชนิดมีดีกรีหรือปริมาณความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ต่างกัน

2. ข้อใดเป็นการออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ต่อสมองในระยะเริ่มแรก

- ก ง่วงซึม
- ข พุดไม่ชัด
- ค เคลื่อนไหวได้ไม่ดี
- ง รู้สึกสนุกสนาน คลายกังวล

3. คนที่มีแอลกอฮอล์ในกระแสเลือด 400 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์จะทำให้เกิดอาการแบบใด

- ก ทรงตัวไม่อยู่ เดินไม่ตรงทาง
- ข เกิดอาการสลบและอาจถึงตายได้
- ค เคลื่อนไหวไม่คล่อง ทำอะไรช้าลง
- ง มีอาการสับสน มักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาท

.
.

.

18. ตามกฎหมายไทยกำหนดให้ขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้เฉพาะช่วงเวลาใด

- ก 11.00 – 14.00 น.
- ข 14.00 – 17.00 น.
- ค. 17.00 – 24.00 น.
- ง ข้อ ก และ ค ถูกต้อง

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

คำชี้แจง แบบสอบถามต่อไปนี้ สอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นที่มีต่อการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แล้วทำเครื่องหมาย (/) ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นที่แท้จริงของท่านเพียงข้อเดียว (โปรดทำให้ครบทุกข้อ)

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านเป็นส่วนใหญ่

เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านบางส่วน

ไม่เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นไม่ค่อยตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านเลย

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. การไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลดีต่อสุขภาพ				
2. การไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและครอบครัว				
3. การไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้ประหยัดค่าใช้จ่าย				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
20. ฉันคิดว่ามันเป็นสิ่งที่ดีหากฉันจะเป็นวัยรุ่นที่ไม่ดื่ม				

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ คำชี้แจง แบบสอบถามต่อไปนี้ สอบถามเกี่ยวกับความมั่นใจของตนเองในการปฏิบัติการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ โดยให้ท่านประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ ที่กำหนดไว้แล้วทำเครื่องหมาย (/) ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นที่แท้จริงของท่านเพียงข้อเดียว (โปรดทำให้ครบทุกข้อ)

มั่นใจอย่างยิ่ง หมายถึง ท่านมั่นใจว่าท่านสามารถปฏิบัติการคัมได้เกือบทุกครั้ง

ค่อนข้างมั่นใจ หมายถึง ท่านมั่นใจว่าท่านสามารถปฏิบัติการคัมได้เป็นส่วนใหญ่

ค่อนข้างไม่มั่นใจ หมายถึง ท่านมั่นใจว่าท่านสามารถปฏิบัติการคัมได้เป็นส่วนน้อย

ไม่มั่นใจเลย หมายถึง ท่านมั่นใจว่าท่านไม่สามารถปฏิบัติการคัมได้

ฉันมั่นใจว่าจะไม่คัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์แม้เมื่อฉัน.....	มั่นใจ อย่างยิ่ง	ค่อนข้าง มั่นใจ	ค่อนข้าง ไม่มั่นใจ	ไม่มั่นใจ เลย
1. กำลังโกรธ				
2. อยู่ในงานเลี้ยงสังสรรค์				
3. มีคนคะยั้นคะยอให้คัม				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
14. รู้สึกเศร้า				

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แบบสอบถามต่อไปนี้
 สอบถามเกี่ยวกับความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในระยะเวลา 1 ปี 5 ปีข้างหน้า และ
 เมื่อมีเพื่อนสนิทชวนให้ดื่ม โดยทำเครื่องหมาย (/) ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นที่แท้จริง
 ของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว (โปรดทำให้ครบทุกข้อ)

ไม่ดื่มแน่นอน หมายถึง ท่านตั้งใจที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แน่นอน

มีโอกาสที่จะไม่ดื่ม หมายถึง ท่านคิดว่ามีแนวโน้มที่จะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

มีโอกาสที่จะดื่ม หมายถึง ท่านคิดว่ามีแนวโน้มที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ดื่มแน่นอน หมายถึง ท่านตั้งใจจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แน่นอน

ข้อความ	ไม่ดื่ม แน่นอน	มีโอกาสที่ จะไม่ดื่ม	มีโอกาสที่ จะดื่ม	ดื่ม แน่นอน
1. ท่านคิดว่าท่านจะไม่ดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ในหนึ่งปีข้างหน้า				
.				
3. ท่านคิดว่าท่านจะไม่ดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์เมื่อมีเพื่อนสนิทชวนให้ดื่ม				



ภาคผนวก ค

การพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมกิจกรรม



ที่ ๐๕๗/๒๕๖๓

เอกสารรับรองผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
มหาวิทยาลัยบูรพา

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้พิจารณาโครงการวิจัย

รหัสโครงการวิจัย : G-HS 073/2563

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

หัวหน้าโครงการวิจัย : นางกัญญ์กุลณัช งามศิริ

หน่วยงานที่สังกัด : นิติระดับบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้พิจารณาแล้วเห็นว่า โครงการวิจัยดังกล่าวเป็นไปตามหลักการของจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยที่ผู้วิจัยเคารพสิทธิและศักดิ์ศรีในความเป็นมนุษย์ ไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ตัวอย่างการวิจัยและผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ (ดูตามเอกสารตรวจสอบ)

- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| ๑. แบบเสนอเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ | ฉบับที่ ๒ วันที่ ๑๖ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ |
| ๒. เอกสารโครงการวิจัยฉบับภาษาไทย | ฉบับที่ ๒ วันที่ ๑๖ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ |
| ๓. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย | ฉบับที่ ๒ วันที่ ๑๖ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ |
| ๔. เอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย | ฉบับที่ ๑ วันที่ ๑๗ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๓ |
| ๕. เอกสารแสดงรายละเอียดเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยซึ่งผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว หรือชุดที่ใช้เก็บข้อมูลจริงจากผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย | ฉบับที่ ๒ วันที่ ๑๖ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓ |
| ๖. เอกสารอื่น ๆ (ถ้ามี) | ฉบับที่ - วันที่ - เดือน - พ.ศ. - |

วันที่รับรอง : วันที่ ๒๗ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

วันที่หมดอายุ : วันที่ ๒๖ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔

ลงนาม

Jan KLT

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิงมร. แยมประทุม)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา

สำหรับโครงการวิจัย ระดับบัณฑิตศึกษา และระดับปริญญาตรี

ชุดที่ ๓ (กลุ่มคลินิก/ วิทยาศาสตร์สุขภาพ/ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี)

เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย
(Participant Information Sheet)
(กลุ่มทดลอง)

รหัสโครงการวิจัย : G-HS 043/2563

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง
 เรียน ผู้ร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ นิสิตพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ขอเรียนเชิญนักเรียนเข้าร่วมโครงการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง” ก่อนที่นักเรียนจะตกลงเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าขอเรียนให้นักเรียนทราบรายละเอียดของโครงการวิจัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมฯ ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง

การศึกษาครั้งนี้จะทำการเก็บข้อมูลในนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอสรีราชา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี หากนักเรียนตกลงเข้าร่วมวิจัยนี้ สิ่งที่นักเรียนต้องปฏิบัติคือ ตอบแบบสอบถาม จำนวน 3 ครั้ง โดยตอบแบบสอบถาม ในระยะก่อนเข้าร่วมกิจกรรม หลังเข้าร่วมกิจกรรม และระยะติดตามผล ใช้เวลาในการตอบประมาณครั้งละ 20-30 นาที และเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมฯ เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 4 ครั้ง โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้งๆ ละ 50 นาที ในคาบวิชาอิสระชื่อวิชา “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ซึ่งจะไม่นับรวมเวลาเรียนตามปกติของนักเรียน ใช้เวลา 4 สัปดาห์ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 โดยเว้นระยะห่างระหว่างที่นั่งอย่างน้อย 1 เมตร เพื่อการเว้น

ระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) ผู้วิจัยและนักเรียนต้องสวมหน้ากากอนามัย (surgical mask) ทุกคน

ผลของการวิจัยนี้เป็นประโยชน์กับนักเรียนทางตรง คือได้รับความรู้ และฝึกทักษะที่จำเป็น เพื่อการป้องกันการติดเชื้อเครื่องเค็มแอลกอฮอล์ ประโยชน์ทางอ้อมคือ ผลการวิจัยสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการกำหนดแผนการดำเนินงานกิจกรรมหรือนโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการติดเชื้อเครื่องเค็มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงต่อไป

การเข้าร่วมการวิจัยของนักเรียนครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ นักเรียนสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวออกจากการเป็นผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจะไม่ส่งผลกระทบต่อการเรียนการสอนหรือผลการศึกษานักเรียนและไม่มีผลกระทบต่อสิทธิประการใดๆ ที่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยพึงได้รับ โดยไม่ต้องแจ้งให้ผู้วิจัยทราบล่วงหน้า

ทั้งนี้ข้อมูลของนักเรียนจะถูกเก็บรักษาไว้เป็นความลับ โดยใช้รหัสแทนการระบุชื่อ-สกุล การรายงานและเผยแพร่ผลการวิจัยนำเสนอในภาพรวม และข้อมูลจะถูกเก็บไว้ในเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีรหัสผ่านของคณะผู้วิจัย การเข้าถึงข้อมูลมีเพียงผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาเท่านั้น ไม่มีการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัยสู่สาธารณชน ส่วนเอกสารต่างๆ จะถูกเก็บในตู้เอกสารที่มีฉนวนกันความร้อนไว้ หลังผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่เรียบร้อยแล้วข้อมูลเหล่านี้จะถูกทำลาย

หากนักเรียนมีคำถามหรือข้อสงสัยประการใดสามารถติดต่อข้าพเจ้า นางกัญญ์กมลฉัตร รามศิริ สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โทร 038-102222 โทรศัพท์มือถือหมายเลข 086-3761729 ข้าพเจ้ายินดีตอบคำถาม และข้อสงสัยของนักเรียนทุกเมื่อ และหากผู้วิจัยไม่ได้ปฏิบัติตามที่ได้ชี้แจงไว้ สามารถแจ้งมายังคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม หมายเลขโทรศัพท์ 038-102620

เมื่อนักเรียนพิจารณาแล้วเห็นสมควรเข้าร่วมในการวิจัยนี้ ขอความกรุณาลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมร่วมโครงการที่แนบมาด้วย และขอขอบพระคุณในความร่วมมือของนักเรียนมา ณ ที่นี้

นางกัญญ์กมลฉัตร รามศิริ
ผู้วิจัย

เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย
(Participant Information Sheet)
(กลุ่มเปรียบเทียบ)

รหัสโครงการวิจัย : G-HS 0๙3/๒5๖3

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง
 เรียน ผู้ร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ นิสิตพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ขอเรียนเชิญนักเรียนเข้าร่วมโครงการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง” ก่อนที่นักเรียนจะตกลงเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าขอเรียนให้นักเรียนทราบรายละเอียดของโครงการวิจัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมฯ ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง

การศึกษาครั้งนี้จะทำการเก็บข้อมูลในนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอศรีราชา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี หากนักเรียนตกลงเข้าร่วมวิจัยนี้ สิ่งที่นักเรียนต้องปฏิบัติคือ ตอบแบบสอบถาม จำนวน 3 ครั้ง โดยตอบแบบสอบถาม ในระยะก่อนเข้าร่วมกิจกรรม หลังเข้าร่วมกิจกรรม และระยะติดตามผล ใช้เวลาในการตอบประมาณครั้งละ 20-30 นาที โดยเว้นระยะห่างระหว่างที่นั่งอย่างน้อย 1 เมตร ข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการนำไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนดแผนการดำเนินงานกิจกรรมหรือนโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงต่อไป

การเข้าร่วมการวิจัยของนักเรียนครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ นักเรียนสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวออกจากการเป็นผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจะไม่ส่งผลกระทบต่อการเรียนการสอนหรือผลการศึกษาของนักเรียนและไม่มี

ผลกระทบต่อสิทธิประการใดๆ ที่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยพึงได้รับ โดยไม่ต้องแจ้งให้ผู้วิจัยทราบล่วงหน้า

ทั้งนี้ข้อมูลของนักเรียนจะถูกเก็บรักษาไว้เป็นความลับ โดยใช้รหัสแทนการระบุชื่อ-สกุล การรายงานและเผยแพร่ผลการวิจัยนำเสนอในภาพรวม และข้อมูลจะถูกเก็บไว้ในเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีรหัสผ่านของคณะผู้วิจัย การเข้าถึงข้อมูลมีเพียงผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาเท่านั้น ไม่มีการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัยสู่สาธารณชน ส่วนเอกสารต่างๆ จะถูกเก็บในตู้เอกสารที่มีชนิดใส่กุญแจไว้ หลังผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่เรียบร้อยแล้วข้อมูลเหล่านี้จะถูกทำลาย

หากนักเรียนมีคำถามหรือข้อสงสัยประการใดสามารถติดต่อข้าพเจ้า นางกัญญ์กุลณัช งามศิริ สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โทร 038-102222 โทรศัพท์มือถือหมายเลข 086-3761729 ข้าพเจ้ายินดีตอบคำถาม และข้อสงสัยของนักเรียนทุกเมื่อ และหากผู้วิจัยไม่ได้ปฏิบัติตามที่ได้ชี้แจงไว้นี้ สามารถแจ้งมายังคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม หมายเลขโทรศัพท์ 038-102620

เมื่อนักเรียนพิจารณาแล้วเห็นสมควรเข้าร่วมในการวิจัยนี้ ขอความกรุณาลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมร่วมโครงการที่แนบมาด้วย และขอขอบพระคุณในความร่วมมือของนักเรียนมา ณ ที่นี้

นางกัญญ์กุลณัช งามศิริ
ผู้วิจัย

เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย
(Participant Information Sheet)
(ผู้ปกครองกลุ่มทดลอง)

รหัสโครงการวิจัย : G-HS 0๗3/๒5๒3

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อ
 ป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

เรียน ผู้ปกครองของผู้ร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ นิสิตพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวช
 ปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เด็กในปกครองของท่าน ได้รับการสุ่มเลือก
 เพื่อเชิญให้เข้าร่วมโครงการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และ
 พัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง” ก่อนที่ท่านและเด็กในปกครอง
 ของท่านจะตกลงเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าขอเรียนให้ท่านทราบรายละเอียดของโครงการวิจัย ดัง
 รายละเอียดต่อไปนี้

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมฯ ที่มีต่อการ
 เปลี่ยนแปลงความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่ม
 แอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความ
 ตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง หากเด็กในปกครองของท่านเข้าร่วมวิจัยนี้
 สิ่งที่จะต้องปฏิบัติคือ ตอบแบบสอบถาม จำนวน 3 ครั้ง โดยตอบแบบสอบถามในระยะก่อนเข้าร่วม
 โครงการ หลังเข้าร่วมโครงการ และระยะติดตามผล ซึ่งจะใช้เวลาประมาณครั้งละ 20-30 นาที และ
 เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมฯ จำนวน 4 ครั้ง โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้งๆ ละ 50 นาที ใน
 คาบวิชาอิสระชื่อวิชา “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ซึ่งจะไม่นับรวมเวลาเรียนตามปกติของเด็กใน
 ปกครองของท่าน ใช้เวลา 4 สัปดาห์ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่
 2019 โดยเว้นระยะห่างระหว่างที่นั่งอย่างน้อย 1 เมตร เพื่อการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social
 Distancing) ผู้วิจัยและเด็กในปกครองของท่านต้องสวมหน้ากากอนามัย (surgical mask) ทุกคน ซึ่ง
 เด็กในปกครองของท่านจะได้รับความรู้ และฝึกทักษะที่จำเป็นเพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่ม
 แอลกอฮอล์ ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการนำไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนด
 แผนการดำเนินงานกิจกรรมหรือ นโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการดื่มเครื่องดื่ม
 แอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงต่อไป

การเข้าร่วมการวิจัยของเด็กในปกครองของท่านครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ และต้องได้รับความยินยอมจากท่าน เด็กในปกครองของท่านสามารถปฏิเสธการเข้าร่วมหรือถอดตัวออกจากการเป็นผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจะไม่ส่งผลกระทบต่อการเรียนการสอนหรือผลการศึกษาของเด็กในปกครองของท่านและไม่มีผลกระทบต่อสิทธิประการใดๆ ที่ผู้เข้าร่วมวิจัยพึงได้รับ โดยไม่ต้องแจ้งให้ข้าพเจ้าทราบล่วงหน้า ทั้งนี้ข้อมูลส่วนบุคคลของเด็กในปกครองของท่านจะถูกเก็บรักษาไว้เป็นความลับ โดยใช้รหัสแทนการระบุชื่อ การรายงานและเผยแพร่ผลการวิจัยนำเสนอในภาพรวม ข้อมูลจะถูกเก็บไว้ในเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีรหัสผ่านของคณะผู้วิจัย การเข้าถึงข้อมูลมีเพียงผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาท่านนั้น ไม่มีการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวของเด็กในปกครองของท่านสู่สาธารณชน ส่วนเอกสารต่างๆ จะถูกทำลายหลังการเผยแพร่การศึกษาแล้ว

หากท่านมีคำถามหรือข้อสงสัยประการใดสามารถติดต่อข้าพเจ้า นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โทร 038-102222 โทรศัพท์มือถือหมายเลข 086-3761729 ข้าพเจ้ายินดีตอบคำถาม และข้อสงสัยของท่านทุกเมื่อ และหากผู้วิจัย ไม่ได้ปฏิบัติตามที่ได้ชี้แจงไว้นี้ สามารถแจ้งมายังคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม หมายเลขโทรศัพท์ 038-102620

เมื่อท่านพิจารณาแล้วเห็นสมควรเข้าร่วมในการวิจัยนี้ ขอความกรุณาลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมร่วมโครงการที่แนบมาด้วย และขอขอบพระคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ

ผู้วิจัย

เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย
(Participant Information Sheet)
(ผู้ปกครองกลุ่มเปรียบเทียบ)

รหัสโครงการวิจัย : G-HS 0๗3/๒5๖3

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อ
 ป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

เรียน ผู้ปกครองของผู้ร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ นิสิตพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวช
 ปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เด็กในปกครองของท่าน ได้รับการสุ่มเลือก
 เพื่อเชิญให้เข้าร่วมโครงการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และ
 พัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง” ก่อนที่ท่านและเด็กในปกครอง
 ของท่านจะตกลงเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าขอเรียนให้ท่านทราบรายละเอียดของโครงการวิจัย ดัง
 รายละเอียดต่อไปนี้

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมฯ ที่มีต่อการ
 เปลี่ยนแปลงความรู้เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะคิดต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่ม
 แอลกอฮอล์ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความ
 ตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิง หากเด็กในปกครองของท่านเข้าร่วมวิจัยนี้
 สิ่งที่จะต้องปฏิบัติคือ ตอบแบบสอบถาม จำนวน 3 ครั้ง โดยตอบแบบสอบถามในระยะก่อนเข้าร่วม
 โครงการ หลังเข้าร่วมโครงการ และระยะติดตามผล ซึ่งจะใช้เวลาประมาณครั้งละ 20-30 นาที โดย
 เว้นระยะห่างระหว่างที่นั่งอย่างน้อย 1 เมตร ข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการนำไปใช้เป็น
 แนวทางในการกำหนดแผนการดำเนินงานกิจกรรมหรือนโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกัน
 การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงต่อไป

การเข้าร่วมการวิจัยของเด็กในปกครองของท่านครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ และต้อง
 ได้รับความยินยอมจากท่าน เด็กในปกครองของท่านสามารถปฏิเสธการเข้าร่วมหรือถอดตัวออก
 จากการเป็นผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจะไม่ส่งผล
 กระทบต่อการเรียนการสอนหรือผลการศึกษาของเด็กในปกครองของท่านและไม่มีผลกระทบต่อ
 สิทธิประการใดๆ ที่ผู้เข้าร่วมวิจัยพึงได้รับ โดยไม่ต้องแจ้งให้ข้าพเจ้าทราบล่วงหน้า ทั้งนี้ข้อมูลส่วน
 บุคคลของเด็กในปกครองของท่านจะถูกเก็บรักษาไว้เป็นความลับ โดยใช้รหัสแทนการระบุชื่อ การ

รายงานและเผยแพร่ผลการวิจัยนำเสนอในภาพรวม ข้อมูลจะถูกเก็บไว้ในเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีรหัสผ่านของคณะผู้วิจัย การเข้าถึงข้อมูลมีเพียงผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาเท่านั้น ไม่มีการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวของเด็กในปกครองของท่านสู่สาธารณชน ส่วนเอกสารต่างๆ จะถูกทำลายหลังการเผยแพร่การศึกษาแล้ว

หากท่านมีคำถามหรือข้อสงสัยประการใดสามารถติดต่อข้าพเจ้า นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โทร 038-102222 โทรศัพท์มือถือหมายเลข 086-3761729 ข้าพเจ้ายินดีตอบคำถาม และข้อสงสัยของท่านทุกเมื่อ และหากผู้วิจัยไม่ได้ปฏิบัติตามที่ได้ชี้แจงไว้นี้ สามารถแจ้งมายังคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม หมายเลขโทรศัพท์ 038-102620

เมื่อท่านพิจารณาแล้วเห็นสมควรเข้าร่วมในการวิจัยนี้ ขอความกรุณาลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมร่วม โครงการที่แนบมาด้วย และขอขอบพระคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

นางกัญญ์กุลณัช รามศิริ
ผู้วิจัย



**เอกสารแสดงความยินยอม
ของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Consent Form)
(สำหรับผู้ที่อายุตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่ถึง 18 ปี)**

รหัสโครงการวิจัย : G-HS 0๙3/๒5๖3

(สำนักงานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา เป็นผู้ออกรหัสโครงการวิจัย)

โครงการวิจัยเรื่อง : ผลของโปรแกรมการให้ข้อมูลข่าวสาร สร้างแรงจูงใจ และพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นหญิง

ให้คำยินยอม วันที่ เดือน พ.ศ.

ก่อนที่จะลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย วิธีการวิจัย และรายละเอียดต่างๆ ตามที่ระบุในเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้ให้ไว้แก่ข้าพเจ้า และข้าพเจ้าเข้าใจคำอธิบายดังกล่าวครบถ้วนเป็นอย่างดีแล้ว และผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่างๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยเกี่ยวกับการวิจัยนี้ด้วยความเต็มใจ และไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และมีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ การบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อการศึกษา การได้รับบริการหรือผลประโยชน์ใดๆ ที่ข้าพเจ้าจะพึงได้รับต่อไป

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ จะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปแบบที่เป็นสรุปผลการวิจัย การเปิดเผยข้อมูลของข้าพเจ้าต่อหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องต้องได้รับอนุญาตจากข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้วมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม ผู้ยินยอม

(.....)

ข้าพเจ้า.....บิดามารดาหรือผู้ปกครอง ยินยอมให้

.....เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้

กรณีที่ข้าพเจ้าไม่สามารถอ่านหรือเขียนหนังสือได้ ผู้วิจัยได้อ่านข้อความในเอกสารแสดงความยินยอมให้แก่ข้าพเจ้าฟังจนเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้าจึงลงนามหรือประทับลายนิ้วหัวแม่มือของข้าพเจ้าในเอกสารแสดงความยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม

(.....)

บิดามารดาหรือผู้ปกครอง



ภาคผนวก ง

การวิเคราะห์ข้อความเป็นรายชื่อ

ตารางที่ 16 ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดื่มน้ำเครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์เป็นรายข้อ

ข้อความ	ตอบถูก	ตอบผิด
	ร้อยละ	ร้อยละ
1. ข้อใดไม่ถูกต้องเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	86.7	13.3
2. ข้อใดเป็นการออกฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ต่อสมองในระยะเริ่มแรก	56.7	43.3
3. คนที่มีแอลกอฮอล์ในกระแสเลือด 400 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์จะทำให้เกิดอาการแบบใด	56.7	43.3
.	93.3	6.7
.	63.3	36.7
.	80.0	20.0
.	86.7	13.3
.	33.3	66.7
.	73.3	26.7
.	80.0	20.0
.	66.7	33.3
.	73.3	26.7
.	70.0	30.0
.	90.0	10.0
.	40.0	60.0
.	96.7	3.3
.	30.0	70.0
18. ตามกฎหมายไทยกำหนดให้ขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้เฉพาะช่วงเวลาใด	70.0	30.0

ตารางที่ 17 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม
แบบสอบถามทัศนคติต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นรายข้อ

ข้อความ	เห็นด้วย	เห็น	ไม่เห็น	ไม่เห็นด้วย	Mean	SD
	อย่างยิ่ง	ด้วย	ด้วย	อย่างยิ่ง		
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		
1. การไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลดีต่อสุขภาพ	96.7	3.3	0.0	0.0	3.9	.18
2. การไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและครอบครัว	86.7	10.0	0.0	3.3	3.8	.61
3. การไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้ประหยัดค่าใช้จ่าย	80.0	20.0	0.0	0.0	3.8	.41
.	80.0	20.0	0.0	0.0	3.8	.41
.	70.0	30.0	0.0	0.0	3.7	.47
.	70.0	30.0	0.0	0.0	3.7	.47
.	3.3	3.3	60.0	33.3	3.2	.69
.	3.3	3.3	56.7	36.7	3.3	.69
.	60.0	33.3	3.3	3.3	3.5	.73
.	3.3	3.3	46.7	46.7	3.4	.72
.	0.0	3.3	46.7	50.0	3.5	.57
.	0.0	3.3	36.7	60.0	3.6	.57
.	0.0	3.3	40.0	56.7	3.5	.57
.	0.0	3.3	40.0	56.7	3.5	.57
.	66.7	30.0	3.3	0.0	3.6	.66
.	76.7	23.3	0.0	0.0	3.8	.50
.	80.0	16.7	3.3	0.0	3.8	.50
.	76.7	20.0	0.0	3.3	3.7	.65
.	30.0	46.7	16.7	6.7	3.0	.87
20. ฉันคิดว่ามันเป็นสิ่งที่ดีหากฉันจะเป็นวัยรุ่นที่ไม่ดื่ม	83.3	16.7	0.0	0.0	3.8	.38

ตารางที่ 18 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม
แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติการต้มเครื่องต้ม
แอลกอฮอล์เป็นรายชื่อ

ฉันมั่นใจว่าจะไม่ต้มเครื่องต้ม แอลกอฮอล์ แม้เมื่อฉัน.....	มั่นใจ อย่างยิ่ง	ค่อนข้าง มั่นใจ	ค่อนข้าง ไม่มั่นใจ	ไม่มั่นใจ เลย	Mean	SD
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		
1. กำลังโกรธ	96.7	3.3	0.0	0.0	3.9	.18
2. อยู่ในงานเลี้ยงสังสรรค์	60.0	36.7	3.3	0.0	3.6	.57
3. มีคนคะยั้นคะยอให้ดื่ม	53.3	40.0	6.7	0.0	3.5	.63
.	83.3	10.0	6.7	0.0	3.8	.57
.	63.3	33.3	3.3	0.0	3.6	.56
.	80.0	20.0	0.0	0.0	3.8	.41
.	80.0	20.0	0.0	0.0	3.8	.41
.	50.0	43.3	6.7	0.0	3.4	.63
.	66.7	30.0	3.3	0.0	3.6	.56
.	60.0	30.0	10.0	0.0	3.5	.68
.	63.3	30.0	6.7	0.0	3.6	.63
.	93.3	6.7	0.0	0.0	3.9	.25
.	76.6	23.3	0.0	0.0	3.8	.43
14. รู้สึกเศร้า	80.0	20.0	0.0	0.0	3.8	.41

ตารางที่ 19 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม
แบบสอบถามความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นรายข้อ

ข้อความ	ไม่ดื่ม	มีโอกาสที่	มีโอกาส	ดื่มแน่นอน	Mean	SD
	แน่นอน	จะไม่ดื่ม	ที่จะดื่ม			
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		
1. ท่านคิดว่าท่านจะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในหนึ่งปีข้างหน้า	80.0	13.3	6.7	0.0	3.7	.58
.	56.7	23.3	20.0	0.0	3.4	.81
3. ท่านคิดว่าท่านจะไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เมื่อมีเพื่อนสนิทชวนให้ดื่ม	73.3	20.0	6.7	0.0	3.7	.61

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	นางกัญญ์กฤษณ์ รามศิริ
วัน เดือน ปี เกิด	21 มกราคม พ.ศ. 2531
สถานที่เกิด	อำเภอบางขัน จังหวัดนครศรีธรรมราช
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	204/214 หมู่ที่ 6 ตำบลทุ่งสุขลา อำเภอสรีราชา จังหวัดชลบุรี 20230
ตำแหน่งและประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2556-2557 พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลรามคำแหง พ.ศ. 2557-2559 พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ฉัตรราชา สภากาชาดไทย พ.ศ. 2559-2561 พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสมิติเวช ศรีราชา พ.ศ. 2561-ปัจจุบัน พยาบาลประจำโรงงาน
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2555 พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย พ.ศ. 2564 พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน) มหาวิทยาลัยบูรพา