

ผลของการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่ออึดทนในทศน์และปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นนิตติยาเสพติด
ในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
กรุงเทพมหานคร



นางสุวิมล พิริยะปัญญา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา

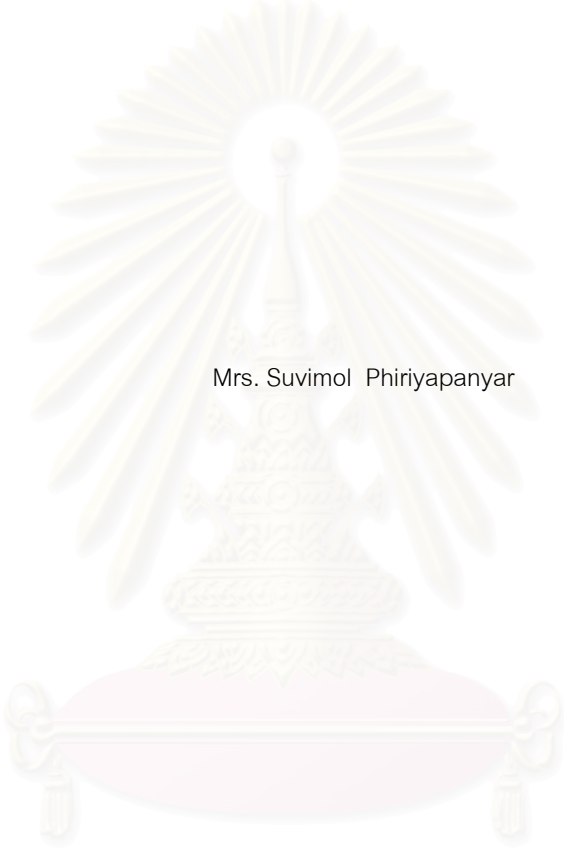
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2546

ISBN 974-17-3925-7

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF VOLLEYBALL SKILLS TRAINING ON SEL-CONCEPT AND
ADJUSTMENT PROBLEMS OF ADOLESCENT DRUG USERS IN NARCOTIC DRUG CLINICS, BANGKOK
METROPOLIS



Mrs. Suvimol Phiryapanyar

สําคัญวิทยปริฉฉ
จุฬาลงกรณ
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education in Physical Education

Department of Physical Education

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2003

ISBN 974-17-3925-7

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการฝึกทักษะกีฬาบอลเลย์บอลที่มีต่ออึดทนในทศนิยมและปัญหาการ
ปรับตัวของวัยรุ่นในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
ตึกกรุงเทพมหานคร

โดย

นางสุวิมล พิริยะปัญญา

ภาควิชา

พลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์ ดร. รัชณี ขวัญบุญจัน

อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณธาดา

คณะกรรมการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจ

..... คณบดีคณะกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ไพฑูริย์ สิ้นลารัตน์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิม ชัยวีชราภรณ์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร.รัชณี ขวัญบุญจัน)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ชัชชัย โภมารัตต์)

..... กรรมการ
(ดร. วันชัย บุญรอด)

สุวิมล พิริยะปัญญา : ผลของการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่ออัตมโนทัศน์และปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นติดยาเสพติดในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร. (EFFECTS OF VOLLEYBALL SKILLS TRAINING ON SELF-CONCEPT AND ADJUSTMENT PROBLEMS OF ADOLESCENT DRUG USERS IN NARCOTIC DRUG CLINICS, BANGKOK METROPOLIS) อ. ที่ปรึกษา : รองศาสตราจารย์ ดร. รัชนี

ขวัญบุญจัน, อ.ที่ปรึกษาร่วม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา 186 หน้า.

ISBN 974-17-3925-7

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่ออัตมโนทัศน์และปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นในสถานบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือสมาชิกบ้านพิชิตใจ จำนวน 40 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองเข้าร่วมฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลในเวลา 17.00-18.00น. เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน ครั้งละ 60 นาที กลุ่มควบคุมปฏิบัติตามปกติ ก่อนและหลังการทดลอง 8 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดอัตมโนทัศน์และแบบสำรวจปัญหาการปรับตัว นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่า "ที" (t-test) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 **ผลการวิจัยพบว่า**

1. อัตมโนทัศน์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. อัตมโนทัศน์หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ปัญหาการปรับตัวของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ปัญหาการปรับตัวหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชา พลศึกษา

ลายมือชื่อนิสิต.....

สาขาวิชา พลศึกษา

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ปีการศึกษา 2546

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

438 38014 27 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION

KEY WORD: Self-concept / Adjustment problems / Drug user / Adolescent / Narcotic drug clinics

SUVIMOL PHIRIYAPANYAR : EFFECTS OF VOLLEYBALL SKILLS TRAINING ON SELF-CONCEPT AND ADJUSTMENT PROBLEMS OF ADOLESCENT DRUG USERS IN NARCOTIC DRUG CLINICS, BANGKOK METROPOLIS . (THESIS TITLE) THESIS ADVISOR : ASSOCIATE PROFESSOR RUTCHANEE QUANBOONJUN Ph.D., THESIS COADVISOR : ASSOCIATE PROFESSOR SINLAPACHAI SUWANTHADA Ph.D,
186 pp. ISBN 794-17-3925-7.

The purposes of this study were to study and compare effects of volleyball skills training on self-concept and adjustment problems of adolescent drug users in narcotic drug clinics, Bangkok metropolis. Subjects were 40 men diving in two groups as follows: 1. Experimental group was participated in Volleyball skills training on 5.00-6.00 p.m., 8 weeks, 3 days a week and 60 minutes a day. 2. Control group. Subjects were tested of self-concept scale and adjustment problems scale before and finished the 8th week. Data were then analyzed in term of mean, standard deviation and t-test were computed to test the significant difference at the level.05 The result were:

1. Self-concept of experimental group before and after the 8th week were not significant difference at the level.05
2. Self-concept after the 8th week between experimental group and control group before were not significant difference at the level.05
3. Adjustment problems of experimental group before and after the 8th week were significant difference at the level.05
4. Adjustment problems after the 8th week between experimental group before and after the 8th week were significant difference at the level.05

Department.....Physical Education.....

Student's signature.....

Field of study...Physical Education....

Advisor's signature.....

Academic year 2003

Co-advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยดี เนื่องจากผู้วิจัยได้รับความกรุณาจากท่านอาจารย์ที่ปรึกษา คือ รองศาสตราจารย์ ดร. รัชณี ขวัญบุญจัน และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลป์ชัย สุวรรณาดา ในการให้คำปรึกษาและช่วยควบคุมการวิจัยมาโดยตลอด จึงขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ไว้ ณ.โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านในภาควิชาพลศึกษา โดยเฉพาะท่านศาสตราจารย์ ดร. วรศักดิ์ เพียรชอบ ที่มอบทุนการศึกษาเป็นค่าลงทะเบียนในเทอมสุดท้ายและทุนขณะทำการวิจัยจากบัณฑิตศึกษา

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้อำนวยการแพทย์สาธารณสุข เขตราชดำริ พี่ละม้ายและเจ้าหน้าที่ในบ้านพิชิตใจทุกท่าน

ขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างจากสมาชิกบ้านพิชิตใจทุกท่านที่เข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมตลอดระยะเวลา 2 เดือนด้วยความเต็มใจและมีความสุขกับกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้น จึงทำให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบคุณพี่วรินทร์ พี่พิทักษ์ พี่ชาติตระการ เสาวลักษณ์ และวิชุดา ที่คอยให้กำลังใจและให้คำปรึกษาแนะนำในทุกเรื่อง

ขอขอบคุณพี่ทรงกลด พี่ปาณิสรา พี่ริยะปัญญา ที่ให้ความช่วยเหลือในการพิมพ์วิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณพ่อสมเดช สุขประมุข คุณแม่จิราภรณ์ อ้นอำพล นายชัยคนิน ด.ญ ชฎามาศ และ ด.ช. อ้นยธธรณ์ พี่ริยะปัญญา รวมถึงนางสาวรื่นฤดี สุขประมุขผู้ช่วยวิจัย ที่สนับสนุนเวลา ทุนและกำลังใจในการเดินทาง อุปกรรมและการจัดเตรียมสถานที่ในการทำวิจัยครั้งนี้

ท้ายสุดผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณปู่ชั้น คุณย่าหลิน สุขประมุขและนางสาวจงจิตต์ บั้นประดิษฐ์ที่เป็นกำลังใจตลอดเวลาที่ผ่านมาและตลอดไป ในการพัฒนาตนเองด้วยการศึกษาจนมาถึงวันนี้ได้

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
บทที่	
1. บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
สมมติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	5
ข้อตกลงเบื้องต้นของการวิจัย.....	5
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	5
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
วัยรุ่น.....	9
พฤติกรรมทางธรรมชาติของวัยรุ่นที่สำคัญ.....	10
วัยรุ่นเป็นวัยที่ควรแก่การศึกษาเป็นพิเศษ.....	11
วัยรุ่นติดยาหรือสารเสพติด.....	12
ความหมายของยาเสพติด.....	13
ประเภทของยาเสพติด.....	14
สาเหตุของการติดยาเสพติด.....	14
ลักษณะผู้ติดยาเสพติด.....	15
การป้องกัน.....	16
ประวัติสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดประเวศ(บ้านพิชิตใจ).....	17
สรุปงานสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดประเวศ(บ้านพิชิตใจ).....	18

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การฟื้นฟูสมรรถภาพโดยใช้วิธีการชุมชนบำบัด.....	18
หลักการ T.C. สากล.....	19
การบริหารสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดพิเศษ(บ้านพิชิตใจ).....	20
ระยะการพัฒนาของสมาชิกบ้านพิชิตใจ.....	20
การดำเนินการในกรณีที่สมาชิกทำผิดกฎระเบียบ.....	21
สรุปผลการดำเนินงาน.....	21
อัครมโนทัศน์.....	23
โครงสร้างของอัครมโนทัศน์.....	23
ความนึกคิดเกี่ยวกับตนของเด็กวัยรุ่น.....	25
พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงอัครมโนทัศน์ในช่วงวัยรุ่น.....	26
การดำรงไว้ซึ่งสภาพการณ์ทางด้านสิ่งแวดล้อมของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล.....	26
เพศกับการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	27
ความหมายของการปรับตัว.....	28
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของวัยรุ่น.....	29
ลักษณะการปรับตัวที่ดี.....	30
ลักษณะที่แสดงถึงความยุ่งยากในการปรับตัว.....	31
องค์ประกอบที่เป็นสาเหตุของการปรับตัวไม่ได้ของเด็ก.....	32
พลศึกษากับการพัฒนาทางด้านจิตใจ.....	33
งานวิจัยภายในประเทศ.....	34
งานวิจัยในต่างประเทศ.....	38
สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	40
3. วิธีการดำเนินการวิจัย.....	41
กลุ่มประชากร.....	41
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	43
วิธีการดำเนินการวิจัย.....	45
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	47
5. สรุปผลการวิจัย อภิปราย ข้อเสนอแนะ.....	134

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
สรุปผลการวิจัย.....	134
อภิปรายผลการวิจัย.....	135
ข้อเสนอแนะในการวิจัย.....	141
รายการอ้างอิง.....	142
ภาคผนวก.....	147
ภาคผนวก ก สภาพปัญหาสาเหตุในประเทศไทย.....	148
ภาคผนวก ข แผนการสอนกีฬาบอลเลย์บอล.....	161
ภาคผนวก ค แบบวัดทัศนคติ.....	172
ภาคผนวก ง แบบสำรวจปัญหาการปรับตัว.....	175
ภาคผนวก จ หนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัย.....	184
ภาคผนวก ฉ จดหมายขออนุญาต.....	185
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	186

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ โดยรวม คะแนนอัศวินทัศนีย์ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ ปัญหาการปรับตัวโดยรวม และปัญหาการปรับตัวด้านสุขภาพและ พัฒนาการทางด้านร่างกาย.....	42
2. จำนวนและร้อยละของสมาชิกในบ้านพิศิตใจ จำแนกตามอายุและภูมิลำเนา.....	48
3. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัศวินทัศนีย์ ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	49
4. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	50
5. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัศวินทัศนีย์ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	54
6. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	55
7. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัศวินทัศนีย์ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง.....	59
8. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง.....	60
9. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัศวินทัศนีย์ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม.....	64
10. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของคะแนนอัศวินทัศนีย์ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม.....	65
11. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว รายด้าน ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	69

สารบัญญัตินำ (ต่อ)

ตาราง	หน้า
12. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	70
13. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านโรงเรียน ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	72
14. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านบ้านและครอบครัว ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	74
15. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านการเงิน การงาน และอนาคต ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	76
16. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	78
17. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	81
18. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	83
19. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว รายด้าน หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	86
20. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	87
21. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านโรงเรียน หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	89
22. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านบ้านและครอบครัว หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	91

สารบัญญัตินำ (ต่อ)

ตาราง	หน้า
23. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านการเงิน การงาน และอนาคต หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	93
24. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	95
25. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	98
26. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	100
27. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว รายด้าน ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	102
28. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	103
29. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านโรงเรียน ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	105
30. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านบ้านและครอบครัว ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	107
31. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านการเงิน การงาน และอนาคต ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	109
32. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	111

สารบัญญัตินำ (ต่อ)

ตาราง		หน้า
33.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	114
34.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	116
35.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว รายด้าน ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	118
36.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	119
37.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านโรงเรียน ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	121
38.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านบ้านและครอบครัว ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	123
39.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านการเงิน การงาน และอนาคต ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	125
40.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	127
41.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	130
42.	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า"ที" ของปัญหาการปรับตัว ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง หลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	132

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นทางด้านวัฒนธรรม เศรษฐกิจ การเมือง และวิทยาการใหม่ๆ ที่เกิดขึ้น สิ่งเหล่านี้ทำให้การดำเนินชีวิตของสมาชิกในสังคมเปลี่ยนแปลงไป เป็นผลให้เกิดปัญหาและความวุ่นวาย

สำหรับเยาวชนไทย ปัญหาที่กำลังรุมเร้าอยู่ในปัจจุบันนี้ได้แก่ ปัญหาครอบครัว ปัญหาทางการศึกษา และปัญหายาเสพติด ซึ่งจากการสอบถามเยาวชนไทยในโรงเรียนพบว่า มีเด็กที่มีปัญหาติดยาเสพติดถึง ร้อยละ 69.3 และพบว่า ยาเสพติดที่กำลังระบาดในสถาบันการศึกษาและเยาวชนติดกันมากเป็น ยาบ้าร้อยละ 63.3 เฮโรอีนร้อยละ 21.6 กาวร้อยละ 8.5 กัญชาร้อยละ 4.2 และอื่นๆ อาทิ ยาอี ร้อยละ 2.5 ในส่วนของการป้องกันและหลีกเลี่ยงการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดนั้น เยาวชนเห็นว่า วิธีป้องกันที่ดีที่สุดคือการไม่ลองหรือไม่ยุ่งเกี่ยวกับร้อยละ 51.3 รองลงมาคือการทำกิจกรรมหรือเล่นกีฬา ร้อยละ 27.4 และการไม่คบเพื่อนที่ติดยาเสพติด ร้อยละ 21.3 (หนังสือพิมพ์มติชน, 14 มกราคม 2544)

ทางด้านการปราบปรามและป้องกันยาเสพติดเป็นหน้าที่สำคัญที่ทุกหน่วยงานจะต้องร่วมมือกันดังจะเห็นได้ว่า ปีพุทธศักราช 2543 มีโครงการพิเศษโครงการหนึ่งของกรมการปกครองภายใต้การปกครองของ พล.ต.ท.นายกรัฐมนตรีนเรนทร์ กัญญา คือ โครงการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด จนสามารถประกาศเป็น หมู่บ้านเฉลิมพระเกียรติปลอดยาเสพติดได้ทั้งสิ้น 5,847 หมู่บ้าน 37 ชุมชน และในปีต่อมา ภายใต้การปกครองของ พล.ต.ท.นายกรัฐมนตรีนเรนทร์ ชินวัตร มีนโยบายเร่งด่วนในการจัดตั้งสถานบำบัดผู้ติดยาเสพติด ควบคู่ไปกับการปราบปรามและป้องกันยาเสพติด ทางด้านสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (OFFICE OF THE NARCOTICS CONTROL BOARD) หรือ สำนักงาน ป.ป.ส. สังกัดสำนักนายกรัฐมนตรีมีหน้าที่เป็นหน่วยงานกลาง และประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดทั้งในประเทศและต่างประเทศโดยตรงนั้น ก็ได้จัดโครงการลานกีฬาต้านยาเสพติด โดยมีแนวคิดว่า

การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา จัดเป็นกิจกรรมทางเลือกอย่างหนึ่งในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เพราะนอกจากจะทำให้ผู้เล่นกีฬามีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรงแล้ว ผู้เล่นกีฬายังมักจะมีจิตใจที่เข้มแข็งสามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต ซึ่งเท่ากับว่าเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในการป้องกันยาเสพติดทางหนึ่ง และนอกจากนี้เด็กและเยาวชนที่มีสุขภาพแข็งแรง มีจิตใจแจ่มใส มั่นคง ไม่เครียด ก็พร้อมที่จะรับการถ่ายทอดและเรียนรู้สิ่งที่ดี มีประโยชน์ เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป ตรงกับนโยบายด้านการพัฒนากีฬาชาติในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 มีวัตถุประสงค์การสร้างรากฐานเพื่อการพัฒนาขีดความสามารถของคน เน้นการเตรียมและทำให้คนไทยมีร่างกายแข็งแรง สุขภาพจิตดี มีคุณธรรม ซึ่งแผนพัฒนากีฬาชาติ ฉบับที่ 2 (พุทธศักราช 2540 – 2544) สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ที่ 1 ในเรื่องของการพัฒนาศักยภาพของคนไทย และมุ่งพัฒนาคุณภาพการออกกำลังกายและเล่นกีฬาให้สอดคล้องสัมพันธ์กับความต้องการของบุคคล ชุมชนในประเทศ เพื่อให้เด็ก เยาวชน และประชาชน ได้มีการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ

การออกกำลังกายและเล่นกีฬานอกจากจะมีคุณค่าทางด้านร่างกาย และจิตใจแล้ว ยังมีคุณค่าทางด้านสังคมด้วยดังนี้ วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ (2527: 9) ได้กล่าวเกี่ยวกับกิจกรรมพลศึกษาไว้ว่า จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลเป็นผู้ที่มีความเข้าใจ สามารถปรับตัวเองให้เข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี เช่น **ทางด้านคุณลักษณะประจำตัว** จะส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีความกล้า ความคิดริเริ่ม ความอดทน ความเชื่อมั่นในตัวเอง การรู้จักยับยั้งชั่งใจ และการมีศีลธรรมจรรยา **ทางด้านคุณลักษณะที่เกี่ยวกับหมู่หรือพวก** ก็จะส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน มีความสุภาพอ่อนโยน มีความร่วมมือ มีความซื่อสัตย์ สุจริต จงรักภักดี มีน้ำใจเป็นนักกีฬา เคารพสิทธิของผู้อื่น เคารพต่อกฎกติกาการเล่น เสียสละ ประโยชน์ส่วนตัวเพื่อส่วนรวม และมีความเป็นผู้นำและเป็นผู้ตามที่ดี และจะสามารถถ่ายทอดนำไปใช้ในสภาพการณ์ของการมีชีวิตอยู่ในสังคมจริงๆ ได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้การกีฬาสามารถส่งเสริมการพัฒนาทางสังคม ทั้งนี้เพราะลักษณะการเล่นกีฬามีลักษณะเป็นสังคมย่อยๆ ที่จะต้องมีการต่อสู้ แข่งขัน มีการแพ้ ชนะ ดีใจ เสียใจ การกีฬาส่งเสริมให้บุคคลมีความเข้าใจกันและสามารถปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์สิ่งแวดล้อม หมู่ พวก และสังคม

สถานการณ์กีฬาจึงจัดเป็นกลวิธีในการปรับตัวทางสังคมของมนุษย์อย่างหนึ่ง บุคควอลเตอร์ (Bookwater, 1969) ได้กล่าวไว้ว่า พลศึกษาเป็นการพัฒนาที่ได้ผลมากที่สุดทางด้านบูรณาการและการปรับตัวทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมโดยที่ได้รับการสอนและการเข้าร่วมกิจกรรมประเภทกีฬา

เบอร์นาร์ด (Bernard , 1961) ได้ให้นิยามของ การปรับตัว คือ การที่บุคคลสามารถปรับตนเองให้เข้ากับโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถที่จะเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต มีความขัดแย้งและความตึงเครียดน้อยที่สุด

นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายของการปรับตัวดังนี้ เลียวนาร์ด (Leonard, 1970) ได้กล่าวว่า “การปรับตัวทางสังคมนั้นเป็นความต้องการพื้นฐานที่เด็กควรได้รับ การสั่งสอนอบรม ซึ่งความต้องการนี้ กิจกรรมพลศึกษาสามารถสนองความต้องการได้ เด็กที่ปรับตัวได้ดีนั้น พบว่าเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จจากการเล่นกีฬา และมีการพัฒนาการทางร่างกาย ที่สมบูรณ์มากกว่าผู้ที่ปรับตัวไม่ค่อยได้” แม้ว่าส่วนประกอบในการปรับตัวจะมีปัจจัยหลายด้านก็ตาม ส่วนสำคัญอันเป็นที่ยอมรับก็คือ การเล่นซึ่งมีอิทธิพลอย่างมากต่อชีวิตในวัยเด็ก นับว่าการเล่นหรือการกีฬาที่มีอิทธิพลต่อสังคมของเด็กนักเรียนมาก การที่เด็กขาดความสามารถในการปรับตัวเป็นสาเหตุสำคัญที่ก่อให้เกิดปัญหาในเรื่องความประพฤติต่างๆ ได้

บลูม (Bloom, 1982) ได้อธิบายไว้ว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่น มีความภาคภูมิใจในตนเอง มีความกระตือรือร้นในกิจกรรมต่างๆ และสามารถปรับตัวได้ดี เป็นบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ดี เด็กวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา จะมีความกระตือรือร้นในการเล่นกีฬา มีอัตมโนทัศน์ไม่ดี และปรับตัวในสังคมไม่ดี จึงมักเป็นภาระของสังคม

พรอณี ช. เจนจิต, (2528) กล่าวว่า การที่บุคคลมีอัตมโนทัศน์เช่นไร จะสะท้อนให้เห็นว่า เขามองคนอื่นว่าเป็นอย่างไร ถ้าบุคคลอื่น มีอัตมโนทัศน์ต่อตนเองในทางบวก มองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่น มั่นใจในตนเองในทางบวก เขาก็จะประพฤติปฏิบัติต่อคนอื่น อย่างทัดเทียมกับคนที่เห็นคุณค่าในผู้อื่น เมื่อมีความรู้สึกเช่นนี้ให้กับผู้อื่น เขาก็จะได้รับการปฏิบัติต่อเช่นเดียวกัน ในทางตรงกันข้าม ถ้าคนมีอัตมโนทัศน์ในทางลบ มองเห็นตนเองต่ำต้อย ดูถูกตนเอง ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง เขาก็จะมีความรู้สึกเช่นเดียวกันให้กับผู้อื่น

สจวร์ต และซับดีน (Stuart and Subdeen, 1983) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เป็นความคิดเห็นความเชื่อ เป็นองค์ประกอบของความรู้สึกที่เกี่ยวกับตนเอง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เป็นการรับรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะและความสามารถของบุคคล ปฏิสัมพันธ์ของบุคคลกับบุคคลอื่น และสิ่งแวดล้อม เป็นค่านิยมของบุคคลที่เกี่ยวกับประสบการณ์ และวัตถุ รวมทั้งเป็นเป้าหมายและเป็นอุดมการณ์ของบุคคลด้วย

สรุปว่า อึดมโนทัศน์ คือความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่มีต่อตนเองในด้านต่างๆ เช่น ด้านพฤติกรรม สติปัญญา รูปร่างลักษณะ ความวิตกกังวล ความเป็นที่ไม่นิยม ความสุขความพอใจ เป็นต้น ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์และความสัมพันธ์ระหว่างคนกับสิ่งแวดล้อม อึดมโนทัศน์ของแต่ละบุคคลอาจไม่เป็นไปตามที่ตนเป็นจริงก็ได้ อึดมโนทัศน์มีทั้งบวก หรือ ทางที่ดี และทางลบ หรือ ทางที่ไม่ดี

จากความสำคัญดังกล่าว จะเห็นได้ว่า กีฬาสามารถเป็นสื่อกลางที่จะนำเด็กไปสู่การพัฒนาทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่สมบูรณ์ได้ อันจะเป็นพื้นฐานของการปรับตัวทางสังคมด้วย แต่ผู้ที่จะเล่นกีฬาต้องมีทักษะทางกีฬาเป็นส่วนประกอบสำคัญที่สุด กีฬาวอลเลย์บอลเป็นกีฬาประเภททีมประเภทหนึ่ง ซึ่งเป็นกีฬาที่ทุกคนสนใจ เพราะเป็นทักษะกีฬาที่ฝึกได้ง่าย บางคนอาจมีประสบการณ์พื้นฐานมาจากการเรียนในระดับประถมศึกษาตอนปลาย และยังเป็นกีฬาที่ช่วยส่งเสริมความรักใคร่ ความสามัคคีปรองดองในหมู่คณะ เพราะกีฬาประเภททีมมีการเล่นที่สัมพันธ์กัน ผู้เล่นจะต้องมีการปรับตัวพฤติกรรมเพื่อให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อเพื่อนร่วมทีม มีอึดมโนทัศน์ที่ดีกับตนเองและสามารถปรับตัวให้เข้ากับคนอื่นและสังคมได้เป็นอย่างดี

ปัจจุบันปัญหาของวัยรุ่นที่สำคัญที่สุดคือการติดยาเสพติด ซึ่งสาเหตุมาจากสภาพแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ภาวะทางเศรษฐกิจ และสภาพแวดล้อมทางจิต เช่น ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ และความผิดหวังต่างๆ ซึ่งเกิดมาจากการไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่อสภาพแวดล้อมทั้งสองลักษณะ ส่วนคนที่สามารถปรับตัวได้จะทำให้เป็นคนที่มีความสุข สุขภาพจิตดี มีหลักในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าของสังคม

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับผลของการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอล ที่มีต่ออึดมโนทัศน์ และการปรับตัวของวัยรุ่น ในสถานบำบัด รักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด เพื่อเป็นแนวทางในการช่วยเหลือ พัฒนา และฟื้นฟูสมรรถภาพของวัยรุ่น ผู้ติดยาเสพติดได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอึดมโนทัศน์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบอึดมโนทัศน์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง
3. เพื่อศึกษาปัญหาการปรับตัว ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลัง

การทดลอง

4. เพื่อเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัว ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

สมมติฐานการวิจัย

1. อັตมโนทัศน์ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกัน
2. อັตมโนทัศน์ หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน
3. ปัญหาการปรับตัวก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกัน
4. ปัญหาการปรับตัว หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ผู้เข้ารับการทดลองเป็นวัยรุ่นชายในสถานบำบัด รักษาฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (สมาชิกบ้านพิชิตใจ) อายุระหว่าง 12-25 ปี
2. ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง 8 สัปดาห์
3. สถานที่ใช้ในการฝึก คือสถานบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (บ้านพิชิตใจ)

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ผู้วิจัยถือว่าผู้เข้ารับการทดลองทุกคนปฏิบัติตามการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่กำหนดไว้เต็มความสามารถ
2. ผู้วิจัยถือว่าการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล แบบวัดอັตมโนทัศน์ และแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวเป็นเครื่องมือที่เชื่อถือได้
3. ในขณะที่ทำการทดลอง ผู้เข้ารับการทดลองสามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ
4. ผู้เข้ารับการทดลองทุกคนมีความสมัครใจและเต็มใจให้ผู้วิจัยเก็บข้อมูล

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ อັตมโนทัศน์ และการปรับตัว

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. การสอน หมายถึง กระบวนการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล เพื่อเพิ่มประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน
2. ทักษะกีฬาวอลเลย์บอล หมายถึง ความสามารถในการเล่นทักษะกีฬาวอลเลย์บอลเบื้องต้น การเล่นทักษะทีม รวมถึงมีความรู้และความเข้าใจในกติกาเกี่ยวกับการเล่นทีมได้อย่างถูกต้อง
3. อัตมโนทัศน์ คือ ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึกนึกคิด ทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเอง ด้านต่างๆ 6 ด้าน ได้แก่
 - 3.1 ด้านพฤติกรรม (Behavior)
 - 3.2 ด้านสติปัญญาและสถานภาพ(Intellectual & Status)
 - 3.3 ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ(Physical Appearance & Attributes)
 - 3.4 ด้านความวิตกกังวล(Anxiety)
 - 3.5 ด้านความเป็นคนน่านิยม(Popularity)
 - 3.6 ด้านความสุขและความพึงพอใจ(Happiness & Satisfaction)
4. การปรับตัว คือ การปรับตัวที่เป็นไปในรูปพฤติกรรมที่เป็นปกติ เป็นพฤติกรรมบูรณาการ(Integrative) การปรับตัวจะส่งผลในด้านความพอใจไม่เหลือรอยข้อใจ หรือขุ่นใจอย่างใดเอาไว้ และจะต้องเป็นการปรับตัวที่ไม่ก้าวท้าว ล้วงล้ำ หรือสร้างความไม่พอใจให้แก่ผู้อื่น
5. ปัญหาการปรับตัว หมายถึง ปัญหาที่นักเรียนประสบและรับรู้ในระดับจิตสำนึก โดยการตอบแบบสำรวจปัญหาของมูนีย์ (Mooney Problem Check List) ซึ่ง วราภรณ์ นิธิจันทร์ (2539)ได้แปลและเรียบเรียงมาจากแบบสำรวจปัญหาของมูนีย์ (MPCL - Mooney Problem Check List) ซึ่งมูนีย์และกอร์ดอน (Mooney and Gordon, 1950) เป็นผู้สร้างและปรับปรุงขึ้น โดยแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวที่ใช้คือ

แบบสำรวจของมูนีย์แบบเจ (Mooney problem check list Junior High School Form: J) สำรวจปัญหาการปรับตัว 7 ด้านคือ

 - 5.1 ด้านสุขภาพและพัฒนากายทางด้านร่างกาย (Health and Physical Development : HPD)
 - 5.2 ด้านโรงเรียน (School : S)
 - 5.3 ด้านบ้านและครอบครัว (Home and Family : HF)
 - 5.4 ด้านการเงิน การงาน และอนาคต (Money, Work, the Future : MWF)
 - 5.5 ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง (Boy and Girl : BG)

5.6 ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป (Relations to People in General : PG)

5.7 ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง (Self-centered Concerns : SC)

6. กลุ่มทดลอง คือ กลุ่มวัยรุ่นที่ติดยาเสพติด อยู่ในสถานบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกรุงเทพมหานคร ที่จะได้รับการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

7. กลุ่มควบคุม คือ กลุ่มวัยรุ่นที่ติดยาเสพติด อยู่ในสถานบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกรุงเทพมหานคร และไม่ได้รับการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

8. วัยรุ่น คือ ผู้ที่มีอายุ 12-25 ปี (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2542)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบถึงผลของการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่ออัตมโนทัศน์ ของวัยรุ่นติดยาเสพติด
2. ได้ทราบถึงผลของการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่อปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นติดยาเสพติด
3. ข้อมูลที่ได้จากการวิจัย จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่จะใช้กีฬาเป็นสื่อในการพัฒนาอัตมโนทัศน์ และการปรับตัวของวัยรุ่นที่ติดยาเสพติด

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องผลของการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล ที่มีต่ออัตรานักเรียนและปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นติดยาเสพติดในสถานบำบัดรักษา และฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร มีวรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ นำมาเสนอ ดังนี้

วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

1. วัยรุ่น

- 1.1 ความหมายและความสำคัญ
- 1.2 พฤติกรรมทางธรรมชาติของวัยรุ่น
- 1.3 วัยรุ่นติดยาหรือสารเสพติด

2. ยาเสพติด

- 2.1 ความหมาย
- 2.2 ประเภท
- 2.3 สาเหตุ
- 2.4 ลักษณะผู้ติดยาเสพติด
- 2.5 การป้องกันและวิธีดำเนินงานป้องกัน

3. สถานบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร

- 3.1 ประวัติ
- 3.2 การบริหารการดำเนินงาน

4. อัตรานักเรียน

- 4.1 ความหมาย
- 4.2 โครงสร้าง
- 4.3 แนวความคิดเกี่ยวกับตน
- 4.4 พัฒนาการเปลี่ยนแปลงอัตรานักเรียนในช่วงวัยรุ่น
- 4.5 การดำรงไว้ซึ่งสภาพการณ์ทางด้านสิ่งแวดล้อมของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

บุคคล

- 4.6 เพศกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
5. การปรับตัว
 - 5.1 ความหมาย
 - 5.2 สาเหตุของการปรับตัว
 - 5.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของวัยรุ่น
 - 5.4 ลักษณะการปรับตัวที่ดี
 - 5.5 ลักษณะที่แสดงถึงความยุ่งยากในการปรับตัว
 - 5.6 องค์ประกอบที่เป็นสาเหตุของการปรับตัวไม่ได้
6. กิจกรรมพลศึกษากับการพัฒนาด้านจิตวิทยา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ
2. งานวิจัยต่างประเทศ

วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

วัยรุ่น (Adolescence) อายุระหว่าง 13-21 ปี

การย่างเข้าสู่วัยรุ่น เป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญที่สุดระยะหนึ่งของชีวิต เป็นระยะที่เด็กมีปัญหา และต้องปรับตัวเข้ากับสิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งทางร่างกาย จิตใจและ สังคม เด็กวัยรุ่นส่วนมากมีอายุ 13-21 ปี เด็กบางคนอาจเริ่มวัยรุ่นก่อนอายุที่กำหนด บางคนอาจถึงวัยรุ่นหลังอายุที่กำหนด นอกจากนี้ในแต่ละสังคมยังกำหนดช่วงอายุของวัยรุ่นไว้แตกต่างกัน บางสังคมวัยรุ่นมีช่วงเวลาสั้นมาก จะเห็นว่าเด็กหญิงและชายแต่งงานเมื่ออายุยังน้อย และเริ่มรับผิดชอบหน้าที่เป็นผู้ใหญ่เมื่ออายุ 14-15 ปี

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2542) กล่าวว่า ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับว่า ช่วงความเป็นวัยรุ่นได้ขยายออกไป โดยประมาณตั้งแต่อายุ 12 - 25 ปี โดยให้เหตุผลว่า เนื่องจากเด็กทุกวันนี้ต้องอยู่ในสถานศึกษานานขึ้น การเป็นผู้ใหญ่ที่พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจก็ยี่ดระยะเวลาออกไป อีกทั้งรูปแบบชีวิตสมัยใหม่ทำให้เด็กมีวุฒิภาวะทางจิตใจ (Maturity) ซ้ำกว่ายุคสมัยที่ผ่านมา ในช่วงยาวของความเป็นวัยรุ่นอาจแบ่งได้เป็น 3 ระยะ โดยใช้เกณฑ์ความเป็นเด็ก-ผู้ใหญ่ตัดสิน คือ **ช่วงอายุประมาณ 12-15 ปี เป็นช่วงวัยแรกเริ่ม** ยังมีพฤติกรรมค่อนข้างไปทางเป็นเด็กอยู่มาก

ช่วงอายุ 16-17 ปี เป็นระยะวัยรุ่นตอนกลาง มีพฤติกรรมก้าวร้าวกว่าระหว่างความเป็นเด็ก-ผู้ใหญ่

ช่วงอายุ 18-25 ปี เป็นระยะวัยรุ่นตอนปลาย พฤติกรรมค่อนข้างผู้ใหญ่

พัฒนาการวัยรุ่นมีลักษณะเด่นในด้านต่างๆ ทุกด้านเช่น ทางกาย ทางอารมณ์ สังคม สติปัญญา คำว่า “เด่น” ในที่นี้มีความหมายว่า มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วมาก และเห็นได้ชัดเจน แต่การเปลี่ยนแปลงมากและรวดเร็วในทุกด้านของพัฒนาการ ก็ไม่จำเป็นเสมอไปที่วัยรุ่นจะเป็นวัยที่ “เต็มไปด้วยปัญหา”

พฤติกรรมทางธรรมชาติของวัยรุ่นที่สำคัญคือ

1. ความไม่แน่ใจในฐานะของตน บางครั้งอาจมีบุคลิกภาพของคนที่ย่อหน้ากว่าต่อคำวิพากษ์วิจารณ์และค่อนข้างมีความสับสน ซึ่งกิจกรรมพลศึกษาปรับปรุงพัฒนาบุคลิกภาพได้
2. ต้องการแสวงหาด้วยตนเอง เช่นการพยายามพัฒนาบุคลิกภาพและทัศนคติในแบบที่พอใจ
3. มีอุดมคติของตนเอง ซึ่งอุดมคติของวัยรุ่นจะเป็นไปใน 2 ลักษณะคือ ลักษณะที่เป็นจริงได้ (เป็นเรื่องธรรมชาติ) และลักษณะที่เป็นความฝันหรืออุดมคติ (เป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับคุณธรรม) กิจกรรมพลศึกษามีบทบาทในการช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกยอมรับในตนเองและรู้จักยอมรับความเป็นจริงได้
4. ต้องการงานที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ วัยรุ่นมีพลังมาก มีความกระตือรือร้น และพร้อมที่จะทำสิ่งใหม่ๆ เพื่อเป็นการทดสอบตนเอง อยากรู้อยากเห็น กิจกรรมต่างๆ จะต้องมีความปลอดภัยด้วย ซึ่งลักษณะของงานควรคำนึงถึงต่อไปนี้
 - 4.1 การใช้หลักความเป็นจริง จะต้องสนองต่อความต้องการของตน และกระทำตามความพอใจจะเป็นไปโดยธรรมชาติ
 - 4.2 การตรวจสอบความจริง วัยรุ่นชอบที่จะนำส่วนของประสบการณ์ในอดีตที่ประทับใจมาใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถตรวจสอบความเป็นจริงโดยใช้การสังเกต อุดมคติ ทัศนคติ และปฏิกิริยาตอบสนองตามความรู้สึก ซึ่งต้องอาศัยกำลังใจ และการรู้จักขอบเขตของตน
 - 4.3 การผ่อนคลายความกดดัน เป็นการเปลี่ยนแปลงความตึงเครียดที่มักเกิดในชีวิตจริงได้ ซึ่งกิจกรรมพลศึกษาช่วยให้ผ่อนคลายความกดดันทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เพราะกิจกรรมพลศึกษาเป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เผชิญกับปัญหาต่างๆ ด้วยการเข้าร่วมในการแข่งขันกีฬา
 - 4.4 ความขัดแย้งกับบุคคลวัยต่างๆ ซึ่งอาจจะเกิดจาก ช่องว่างระหว่างวัย วัยรุ่นจะรู้สึกว่าผู้ใหญ่ไม่เข้าใจตน และมองข้ามความสำคัญของตนไป

4.5 การให้ความไว้วางใจ วัยรุ่นต้องการคำแนะนำ แม้ว่าตนจะมีอุดมคติหรือหลักการที่มั่นคง และมีเหตุผลก็ตาม การให้คำแนะนำควรเป็นไปในแบบของการสร้างความเชื่อมั่น ความเป็นตัวของตัวเอง และควรทำให้เกิดความรู้สึกไว้วางใจและปลอดภัยด้วย

บางครั้งการสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างพ่อแม่ ครู กับวัยรุ่นนั้นเป็นเรื่องยาก เพราะวัยรุ่นเองต้องการทำตนหรือสร้างอุดมคติและพฤติกรรมให้ดีพอเพื่อให้ผู้ใหญ่เกิดความไว้วางใจและให้อิสระต่อตนเอง ฉะนั้นในบางครั้งเด็กจึงเรียกร้องสิทธิมากกว่าความรับผิดชอบ นี่คือพัฒนาการของเด็กวัยรุ่นที่แสดงให้เห็นถึงอุดมคติและหลักการของตนเองให้ผู้ใหญ่ได้เข้าใจก่อนที่จะมีการเรียกร้องความเป็นอิสระต่อไป

วัยรุ่นเป็นวัยที่ควรแก่การศึกษาเป็นพิเศษ เพราะ

1. วัยรุ่นเป็นวัยที่เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อจากวัยเด็กมาสู่วัยผู้ใหญ่ เด็กวัยรุ่นจึงมีความสับสนเกี่ยวกับการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับวัย บางครั้งเขาคิดว่าเขายังเป็นเด็ก เพราะครู ผู้ปกครอง บิดามารดา ยังคงให้ความดูแลเอาใจใส่ราวกับเขาเป็นเด็กๆ ยังไม่ปล่อยให้เขาได้ทำอะไรอย่างอิสระเสรี และบางครั้งเขาก็คิดว่าเป็นผู้ใหญ่แล้ว เขามีร่างกายเติบโตเหมือนผู้ใหญ่ทุกอย่างและเขาได้รับการบอกเล่าให้ประพฤติอย่างผู้ใหญ่ เขาไม่สามารถจะทำอะไรบางอย่างที่เขาเคยทำได้เมื่อเขาเป็นเด็ก

ฉะนั้นวัยรุ่นจึงมีปัญหาการปรับตัวมาก บ้างก็กลายเป็นอันธพาล บ้างก็เป็นโรคจิต โรคประสาท บ้างก็ฆ่าตัวตาย บ้างก็ล่องสูมในสิ่งที่เป็นอบายมุขต่างๆ **ติดยาเสพติด** เทียวโสเภณี เป็นต้น (สุชา จันทรเอม, 2539)

2. วัยรุ่นเป็นวัยที่เด็กเริ่มมีความรู้สึกทางเพศ เด็กวัยรุ่นต้องการความรู้ ต้องการคำแนะนำในเรื่องการปรับตัวทางเพศที่เหมาะสม

3. วัยรุ่นเป็นวัยที่เด็กต้องการเตรียมตัวสำหรับอาชีพ เขาต้องทำการศึกษา สำนึกความรู้ความสามารถ ความสนใจในการเลือกประกอบอาชีพ

4. วัยรุ่นเป็นวัยที่เด็กต้องการจะยึดมั่นในอุดมการณ์ ปรัชญาชีวิตของตนเอง เด็กวัยรุ่นมีพัฒนาการทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ที่เป็นลักษณะเฉพาะไม่เหมือนกับวัยอื่นๆ

โดยสรุปวัยรุ่นอาจเป็นวัยของความสับสน หรือวัยรุ่นอาจจะเป็นความเปลี่ยนแปลงที่นำตื่นเต้น สนุกสนาน ซึ่งขึ้นอยู่กับ

1. ประสบการณ์ในวัยเด็กเกี่ยวกับวัยรุ่น
2. กลุ่มสังคม วัฒนธรรมสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน
3. ทักษะจิตของบิดามารดาต่อวัยรุ่น

บางครั้งก็เป็นการยากสำหรับบิดามารดา ที่จะยอมรับว่าบุตรของตนนั้นจะไม่ใช่เด็กอีกต่อไป มีชีวิตเป็นของตนเองมากขึ้น จึงควรมีการอบรมเลี้ยงดู อย่างถูกวิธี ให้อิสระเสรีภาพใน ความรับผิดชอบบางเรื่อง ปัญหา และข้อขัดแย้ง รวมถึงความซับซ้อนใจต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นก็อาจจะ บรรเทาเบาบางลงได้ในระดับที่เข้าใจกัน

วัยรุ่นติดยาหรือสารเสพติด

สิ่งที่พ่อแม่ผู้ปกครองและครูของเด็กวัยรุ่นมักกลัวกันมาหลายสิบปีแล้ว คือ “การติดยา” เพราะ หากติดยาอย่างรุนแรง โอกาสหายติดยามีน้อย ถ้าไม่พยายามจริงก็ทำให้เสียเวลา เสียการเรียน เสียอนาคต เสียเงิน เพิ่มภาระให้แก่ผู้ปกครอง

ผู้ติดยาจะมีอาการทางจิตใจในแง่ลบ ตลอดไปจนถึงการเป็นอาชญากร ยาที่เด็กติดมีตั้งแต่ เบาไปจนถึงหนัก เช่น เหล้า สารระเหย กัญชา เฮโรอีน เป็นต้น ในบรรดาวัยรุ่นที่เป็นปัญหา ประเภทต่างๆ นั้นจะเป็นวัยรุ่นที่เป็นภัยต่อตนเอง ต่อครอบครัว และต่อสังคม

สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นติดยาเสพติดซึ่งอาจเกิดจากสภาพจิตใจของวัยรุ่นเอง และสิ่งแวดล้อมซึ่ง บันดาลให้เป็นไปด้วยและยังมีเหตุผลดังนี้

1. ความอยากลอง อยากมีประสบการณ์กับ “สิ่งต้องห้าม” ทั้งปวง เมื่อทดลองเข้าไปแล้วจะ กลายเป็นความ “กระหายไม่สิ้นสุด” โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กวัยรุ่นที่มีบุคลิกที่ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ ใจ อ่อน อ่อนไหว ไม่เป็นตัวของตัวเอง ชอบฟุ้งเฟ้อ
 2. ความอยากมีเพื่อน เอาใจเพื่อน และตามใจเพื่อน คิดว่ายาเสพติดเป็นการสร้างมิตรและ การผูกมิตร
 3. ความผิดหวัง ในเรื่องต่างๆ ความรู้สึกไม่สมหวังนำมาซึ่งความโศกเศร้าเสียใจ บางรายจึง หันไปพึ่งยาเสพติด เป็นการหนีปัญหาที่เป็นการหนีเสือปะจระเข้
 4. ครอบครัว มีส่วนผลักดันให้วัยรุ่นติดยาเสพติด ผู้ปกครองที่ยึดถือความสำเร็จของตนเป็น บรรทัดฐานความสำเร็จของลูก ผู้ปกครองที่สร้างความหวังกับลูกสูงส่งเกินไป ทำให้เกิดความขัดแย้ง ภายในครอบครัวไม่ได้มีส่วนให้กำลังใจแก่เด็กในการเผชิญปัญหาประจำวันโดยตรงต่อความเป็นจริง
- ประวัติวัยรุ่นผู้ติดยาเสพติดแทบทุกรายล้วนได้ข้อสรุปว่า สภาพครอบครัวเป็นสิ่งผลักดันให้เขา ต้องหันมาพึ่งยาเสพติด
5. สถาบันการศึกษา เพราะในสถาบันการศึกษาเป็นสถานที่วัยรุ่นได้มาชุมนุมกันวัน ละหลายชั่วโมง คำบอกเล่าเรื่องยาเสพติดจากเพื่อน มีส่วนสำคัญมากที่สุดที่จะชักจูงให้วัยรุ่นอื่นๆ อยากทดลองเสพยาประเภทยาเสพติด จนกลายเป็นวัยรุ่นติดยาได้ในที่สุด

ยาเสพติด

ความหมายของยาเสพติด

วีระ ไชยศรีสุข (2533) กล่าวถึง นิยามของยาเสพติดที่กำหนดโดยองค์การอนามัยโลกว่า หมายถึง สารใดๆ ก็ตาม เมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายด้วยการกิน ฉีด สูบ หรือดม หรือด้วยวิธีอื่น จะมีผลต่อจิตใจและร่างกายของผู้เสพดังนี้

1. การเสพติดทางใจ (Psychological Dependence) หรือการเสพจนเป็นนิสัย (Habituation) เป็นภาวะที่ผู้เสปมีความรู้สึกสบายใจขึ้นภายหลังที่ได้เสพยา จะมีการปรับตัวทางอารมณ์ มีความต้องการที่จะเสพ โดยเริ่มจากความต้อการเพียงเล็กน้อย จนถึงความปรารถนาอย่างแรงกล้า
2. การเสพติดทางร่างกาย (Physical Dependence) ระบบสรีรวิทยาจะเกิดการปรับตัวต่อยาที่เสพเข้าไป ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อเซลล์ต่างๆ ในร่างกาย โดยเฉพาะเซลล์สมอง การเปลี่ยนแปลงมี 2 ระยะ ระยะที่หนึ่งคือ ระยะหลังเสพยาเข้าไปแล้ว และระยะที่ยาหมดฤทธิ์ ทำให้ผู้เสพเกิดความต้อการยาขึ้นมาอีก เมื่อผู้เสพหยุดยาจะเกิดอาการเนื่องจากการหยุดยา
3. ความทนทาน (Tolerance) หมายถึง ผู้เสพมีความต้อการที่จะเพิ่มปริมาณของยามากขึ้น จึงจะทำให้เกิดผลเหมือนเดิม
4. การเสพติดเรื้อรัง (Addiction) หมายถึง ผู้เสพมีความต้อการที่จะเสพแล้วเสพอีก ความต้อการยาเป็นจำนวนมากขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจอย่างเห็นได้ชัด

นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายของยาเสพติด ดังนี้

วิทย์ เทียงบุญธรรม (2531) ได้ให้ความหมายของยาเสพติดว่า หมายถึง สารเคมี ที่มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีรวิทยา อารมณ์ และอุปนิสัยของผู้ที่ได้รับยาเข้าไปในร่างกาย

สุพัฒน์ ธีรเวชเจริญชัย (2533) ได้ให้ความหมายของยาเสพติดว่า หมายถึง สารใดๆ ก็ตาม ที่นำเสพแล้วทำให้เกิดการติดขึ้นมา เนื่องจากความเชื่อมั่นหรือนิสัยความเคยชินของผู้เสพเอง

อุดม ดุจศรีวัชร (2539) ได้ให้ความหมายของยาเสพติดว่า หมายถึง ยาหรือ สารเคมี ที่นำเข้าสู่ร่างกายโดยวิธีกิน สูบ ฉีด ดม เป็นต้น ด้วยวิธีใดก็ตามติดต่อกันในช่วงระยะเวลาหนึ่งแล้วก่อให้เกิดพิษเรื้อรัง เกิดความเสื่อมโทรมทางร่างกาย จิตใจ และสังคม เมื่อผู้เสพทำการเสพเข้าไปแล้ว จะมีลักษณะพฤติกรรมดังนี้

1. เกิดความอยากอยู่เสมอ
2. เมื่อถึงเวลาเสพไม่ได้เสพ จะมีอาการอยากยาอย่างรุนแรง
3. ต้องเพิ่มปริมาณของยาเสพติดมากขึ้นเรื่อยๆ
4. สุขภาพทรุดโทรม

สรุปความหมายของยาเสพติด หมายถึง สารใดๆ ที่เข้าสู่ร่างกายโดยวิธีต่างๆ แล้ว เกิดผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ พฤติกรรมของผู้เสพในทางเสื่อมลง นอกจากนี้ยังต้องเพิ่มปริมาณการเสพยามากขึ้นเรื่อยๆ จนติดเรื้อรัง ก่อให้เกิดปัญหาทางเศรษฐกิจและสังคม

ประเภทของยาเสพติด

ยาเสพติดแบ่งออกเป็น 4 ประเภท ตามลักษณะการออกฤทธิ์ต่อระบบประสาท คือ

1. ประเภทกดประสาท ได้แก่ เฮโรอีน ฝิ่น มอร์ฟีน ยาระงับประสาท ยาแก้ปวดประสาท เครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ สารระเหย เป็นต้น ผู้เสพยาจะมีร่างกายผอม ชูบชืด อ่อนเพลีย ฟุ้งซ่าน มึนงง ง่วง ซึม บางครั้งมีอาการคลื่นไส้
2. ประเภทกระตุ้นประสาท ได้แก่ ยาบ้า โคเคน ไบโครทอม เป็นต้น ผู้ที่เสพยาจะมีประสาทตื่นตัว ไม่ง่วงนอน กระวนกระวาย จิตสับสน หวาดระแวง หรือมีอาการทางประสาท
3. ประเภทหลอนประสาท ได้แก่ แอล เอส ดี (L.S.D.) ดี เอ็ม ที (D.M.T.) เห็ดขี้ควาย เป็นต้น ผู้เสพยาจะเกิดประสาทหลอน หูแว่ว เห็นภาพแปลกๆ เช่น ภาพที่น่าเกลียดน่ากลัว ภาพที่สวयงามวิจิตรพิสดาร
4. ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน ได้แก่ กัญชา ผู้ที่เสพยาจะมีอาการเคลิ้ม ประสาทหลอน เห็นภาพลวงตา หูแว่ว ความคิดสับสน และเป็นโรคจิตในที่สุด

สาเหตุของการติดยา

1. อยากู้้อยากลอง
2. เพื่อนที่ติดชักชวน เพราะต้องการสมาชิกเพิ่มร่วมเสพยา เพื่อขอเงินไปซื้อยา

3. ถูกหลอกให้เสพยาด้วยประโยชน์ต่างๆ
4. ขาดความระมัดระวังในการใช้ยา
5. สภาพแวดล้อมของสถานที่อยู่อาศัย ที่มีการค้ายา
6. เพื่อหนีปัญหาต่างๆ เช่นปัญหาทางครอบครัว ปัญหาทางการเงิน เป็นต้น

ลักษณะผู้ติดยาเสพติด

ผู้เสพยาเสพติดจะมีลักษณะและความประพฤติที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมโทรมลง โดยทั่วไป ลักษณะที่พึงสังเกตได้ 2 ทาง คือ

1. ความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย
 - สภาพร่างกายทรุดโทรม ผอมซูบซีด ไม่มีแรง
 - ตาแดงข้ำ น้ำมูกไหล เหงื่อออกมาก
 - ริมฝีปากเขียวคล้ำ แห้ง แตก
 - อ่อนแอ ซึ่โรค
 - มีรอยขีดข่วน หรือรอยแผลเป็น ที่ถูกกรีดด้วยของมีคม จากการทำร้ายตนเอง จนต้องสวมเสื้อแขนยาวเป็นประจำ เพื่อปกป้องรอยแผล
 - มักสวมแว่นกันแดดสีเข้ม เพื่อป้องกันแสงสว่าง เนื่องจากม่านตาขยาย
2. ความเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ และความประพฤติ
 - อารมณ์หงุดหงิด ฉุนเฉียว หรือเจี๊ยบขี้นมติดปกติ
 - ง่วงเหงาหาวนอน ตื่นสายติดปกติ
 - เกียจคร้าน เบื่อหน่ายการเรียนและการทำงาน
 - ชอบแยกตัวไปอยู่ลำพัง ทำตัวลึกลับ ไม่เข้าหน้าผู้อื่น
 - ใช้เงินเปลืองผิดปกติ
 - ขโมยของ ฉกชิงวิ่งราว เพื่อหาเงินไปซื้อยา
 - ไม่สนใจตนเอง หรือแต่งกายไม่สุภาพ
 - เบื่ออาหาร หรือไม่รับประทานอาหารตามปกติ

การป้องกัน

1. ไม่ทดลอง
2. ไม่รับชมจากคนแปลกหน้า

3. ระมัดระวังการใช้ยา
4. ไม่มั่วสุมกับคนติดยา
5. ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เช่นการทำงานอดิเรก อ่านหนังสือ และ**การเล่นกีฬา**(อุดม ดุจศรีวัชร, 2539)
6. เมื่อมีปัญหาปรึกษาพ่อแม่ ไม่ควรหมกมุ่นอยู่คนเดียว
7. เมื่อทราบว่าผู้ใดติดยา ต้องหาทางช่วยเหลือ แนะนำให้เข้ารับการรักษาโดยเร็ว
8. เมื่อทราบแหล่งผลิต จำหน่ายยาเสพติด ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจ นายอำเภอ ผู้ใหญ่บ้าน หรือเจ้าหน้าที่ของสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

นอกจากนี้ ท่านุ สิริสิงห์ (2531) ได้กล่าวถึง วิธีดำเนินงานป้องกันปัญหายาเสพติดที่หน่วยงานต่างๆ สามารถนำไปประยุกต์ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ว่ามี 6 วิธีดังนี้

1. การให้ข่าวสาร (Information) หมายถึง การให้ข้อมูลและข่าวสารต่างๆ เกี่ยวกับข้อเท็จจริง ซึ่งควรจัดให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายและต้องเป็นข่าวสารที่น่าเชื่อถือ
2. การให้การศึกษาด้านจิตใจหรือความรู้สึก (Affective education) หมายถึง การช่วยให้คนรู้จักใช้กระบวนการคิดและตัดสินใจในการเลือกค่านิยม หรือสิ่งหนึ่งสิ่งใดหลังจากที่ได้พิจารณาผลที่ได้ของตัวเลือกแต่ละตัว โดยใช้เหตุผลและวิจารณ์ญาณแล้ว
3. เพื่อนช่วยเพื่อน (Peer counseling) หมายถึง วิธีที่จัดขึ้นได้ง่าย เพราะโดยปกติเด็กที่รักเพื่อนจะปรึกษาเพื่อน หรือขอความช่วยเหลือและให้ความช่วยเหลือแก่เพื่อน
4. การให้การศึกษาเกี่ยวกับการทำงานและการวางแผนอาชีพ (Career planning) หมายถึง การช่วยให้คนมีความมุ่งมั่นในชีวิตเพื่อจะได้มีความสำเร็จและมีความภูมิใจในตนเอง เมื่อทุกคนมีแผนในการดำเนินชีวิตแล้ว จะรู้สึกว่าเป็นคนมีเป้าหมาย จะตัดสินใจทำอะไรลงไปต้องมีหลักการและเหตุผลที่เพียงพอ
5. การสร้างสื่อสัมพันธ์ภายในครอบครัว (Family communication) หมายถึง การสื่อความเข้าใจที่ถูกต้องตรงกันทั้งผู้ให้และผู้รับ จะก่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีงามต่อกันในครอบครัวจะช่วยขจัดปัญหาต่างๆ ทั้งในส่วนตัว ครอบครัว และสังคมได้มาก
6. การให้ทางเลือก (Alternative) หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริม สนับสนุน และตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานมีมากมาย ซึ่งสามารถเลือกนำไปใช้ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายได้เช่น ทางด้านร่างกาย ได้แก่ **การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา** ทางด้านจิตใจ ได้แก่ การศึกษาเกี่ยวกับ

ศาสนา ทางด้านสมอง ได้แก่ การเข้าชมรมอ่านหนังสือ ทางด้านสังคม ได้แก่ การบริการชุมชน ทางด้านสุนทรียภาพ ได้แก่ นาฏศิลป์ ดนตรี วาดเขียน การฝีมือ ฯลฯ

กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยให้เด็กใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เห็นคุณค่าของเวลา และช่วยเบี่ยงเบนความสนใจของกลุ่มเป้าหมายไปจากพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้

สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (The Winner House = บ้านพิชิตใจ)

ประวัติสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ประเวศ

เดิมโฉนดที่ดินเป็นของ **คุณหญิงหรั่ง กัณฑ์รัตติ** และได้ผ่อนถวายที่ดินจำนวน 84 ไร่ 2 งาน 40 ตารางวา บริเวณคลองตาฟูก ถ. สุขุมวิท 77 (อ่อนนุช 90) แขวงประเวศ เขตประเวศ กทม. แต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและพระบาทสมเด็จพระราชินีนาถ เพื่อให้ก่อสร้างเป็นโรงพยาบาล เพื่อเฉลิมพระเกียรติแด่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในพระราชวโรกาสที่ทรงได้รับพระราชทานปริญญาบัตรอักษรศาสตรบัณฑิตเกียรตินิยมอันดับหนึ่งจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้กรุงเทพมหานครเป็นผู้ดำเนินการเมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2521 (โฉนดเก็บที่สำนักงานการคลัง)

ต่อมากรุงเทพมหานครมอบให้อยู่ในความดูแลรับผิดชอบของสำนักแพทย์ (โฉนดที่ดิน เลขที่ 98 เขตประเวศ กทม.) และสำนักแพทย์ได้มอบให้สำนักอนามัยเข้ามาใช้พื้นที่เพื่อทำการก่อสร้างสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ตั้งแต่ พ.ศ. 2528 จนถึงปัจจุบัน

เมื่อ พ.ศ. 2540 สำนักแพทย์ได้ทำการก่อสร้างโรงพยาบาลสิรินธร บนพื้นที่ 50 ไร่ จึงเหลือพื้นที่ที่ดำเนินการของสถานฟื้นฟู ปัจจุบันเพียง 34 ไร่ 2 งาน 40 ตารางวา

สรุปงานสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ประเวศ (บ้านพิชิตใจ)

สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ประเวศ ตั้งอยู่เลขที่ 99/9 ริมคลองตาฟูก ซอยอ่อนนุช 90 ถนนสุขุมวิท 77 เขตประเวศ กรุงเทพมหานคร สังกัดกองป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร โดยเปิดให้บริการฟื้นฟูสมรรถภาพแบบผู้ป่วยนอก ตั้งแต่เดือนตุลาคม 2528 เป็นต้นมา จนถึงปีงบประมาณ 2533 ได้เริ่มโครงการเพิ่มพูนประสิทธิภาพ และขยายงานด้านฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด โดยได้รับการช่วยเหลือจากกองทุนควบคุมการใช้จ่ายในทางที่ผิดแห่งสหประชาชาติ(UNDCP) เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพกิจกรรมด้านนี้ให้ดียิ่งขึ้น พัฒนากิจกรรมการจัดกลุ่มช่วยกันเอง การสร้างงานอาชีพที่ทำให้เกิดรายได้โดยตรง และปรับปรุงสถานฟื้นฟู ประเวศ ให้รับสมาชิกแบบอยู่ประจำทั้งหมด จำนวน 50 คน เพื่อให้เกิดการพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพให้เหมาะสมยิ่งขึ้น โดยเริ่มดำเนินการตั้งแต่เดือนตุลาคม 2534 ซึ่งสมาชิกแต่ละคนจะใช้เวลาศึกษาประสบการณ์ในสถานฟื้นฟู ประเวศ อย่างน้อยเป็นเวลา 6 เดือน และโครงการทดลองที่ได้รับการสนับสนุนจาก UNDUP นี้ได้สิ้นสุดเมื่อเดือนธันวาคม 2538

หลังจากสิ้นสุดโครงการกรุงเทพมหานครได้ดำเนินการต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน โดยสามารถให้บริการแก่ประชาชนทั่วไปทั้งในและนอกกรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการชุมชนบำบัด (Therapeutic community- T.C.) หมายถึงการอาศัยชุมชนเพื่อบำบัด เพื่อเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และการแสดงออก โดยอาศัยกระบวนการทางสังคมมาช่วย

การฟื้นฟู สมรรถภาพโดยใช้วิธีการชุมชนบำบัด

จากการศึกษาการบำบัดผู้ติดยาเสพติดในชั้นตอนพิเศษ พบว่าปริมาณการกลับไปเสพซ้ำสูงถึง 70-80 เปอร์เซ็นต์ ทำให้เกิดข้อเสนอนะในการเพิ่มประสิทธิภาพของการฟื้นฟูสมรรถภาพ โดยใช้วิธีการชุมชนบำบัด แบบผู้ป่วยในมาประยุกต์ใช้ เพื่อช่วยเหลือผู้ที่ได้รับการบำบัดการติดยาเสพติดแล้วไม่ให้กลับไปใช้อีก

บ้านพิชิตใจได้ปรับเงื่อนไขและวิธีการบางอย่างที่แตกต่างไปจาก T.C. อื่นๆ คือ

1. กำหนดหลักสูตรเฉพาะเพื่อฟื้นฟู ผู้ติดยาทั้งทางจิต และการทำงาน (Addiction Recovery - AR and Vocational Recovery - VR) เพื่อพัฒนาความคิดของสมาชิกให้เป็นระบบชัดเจน
2. กำหนดระยะเวลาในการฟื้นฟู สั้นกว่า คือประมาณ 8 - 12 เดือน

หลักการ T.C. สากล

1. เป็นสังคมจำลอง (Microcosm) มีหลักการบำบัดคือ การจำกัดสิ่งเร้าที่ไม่ต้องการ โดยเป็นสถานที่ปลอดภัยเสถียร เพื่อจะได้ไม่เกิดพฤติกรรมเดิมๆ อีก

2. มีกฎระเบียบและค่านิยม ถือเป็นสิ่งใหม่สำหรับสมาชิก เพราะปกติผู้ติดยาเสพติดจะไม่สนใจกฎระเบียบและค่านิยมที่ไม่เหมาะสม จึงต้องฝึกระเบียบวินัยในตนเอง และเน้นค่านิยมในทางบวก เพื่อสร้างพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม และที่สำคัญคือไม่ต้องกลับไปพึ่งยาเสพติด

กฎใหญ่ 3 ข้อ

1. NO DRUG (รวมทั้งสุรา ยกเว้นบุหรี่ยี่ เพื่อมีสิ่งทดแทนภาวะความอยากทางจิตใจบ้าง)
2. NO VIOLENCE (ห้ามก้าวร้าวหรือทะเลาะวิวาท ทั้งกายและวาจา)
3. NO SEX

ระเบียบและวิถีชีวิต

จะต้องสวนทางกับวิถีชีวิตเดิม ทั้งในเรื่องของเวลา การวางแผน การสร้างความสัมพันธ์และระเบียบการใช้ชีวิตในบ้าน

ค่านิยม จะปรับค่านิยมทางลบให้เป็นค่านิยมทางบวกขึ้น เช่น

เกียจคร้าน → ขยัน

โกหก → ซื่อสัตย์

3. วิธีการจัดการพฤติกรรม ใช้หลักการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม(Behavior Modification) ได้แก่ **การให้รางวัล**

- ให้สิทธิพิเศษ ในการกลับไปเยี่ยมครอบครัว การโทรศัพท์
- การเลื่อนอันดับ จากลูกทีม เป็นหัวหน้าทีม ไปสู่ระยะที่สูงขึ้น

การลงโทษ

- การว่ากล่าว (Talk to)
- การตักเตือน (Pull up)
- คัดโทษ (Hair cut)

4. เครื่องมือในการบำบัด ซึ่งแต่ละ T.C. จะปรับใช้เทคนิควิธีการบำบัดเพื่อความเหมาะสมต่างกัน เช่น การให้คำปรึกษา กลุ่มต่างๆ เป็นต้น

การบริหาร

บ้านพิชิตใจใช้หลักการบริหารอย่างมีวัตถุประสงค์ ตลอดช่วงเวลา 8 - 12 เดือน จะมีการพัฒนาของสมาชิกแบ่งเป็น 4 ระยะ โดยมีวัตถุประสงค์หลักและย่อยไปตลอด และมี โครงสร้างการบริหารทั้งของสมาชิกและทีมเจ้าหน้าที่ประกอบไปด้วยร่วมกัน เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างดีดังนี้

หัวหน้าศูนย์ → คณะกรรมการ → ที่ปรึกษาสมาชิก → ทีมพี่เลี้ยง → ทีมงานต่างๆ

(เจ้าหน้าที่วิชาชีพ (สมาชิกที่จบโปรแกรม (สมาชิกที่พัฒนา (ทีมบ้าน
และที่ปรึกษาสมาชิก) ได้คัดเป็นลูกจ้าง กทม) ตนเองและกำลัง ทีมครัว
จะออกฝึกผู้สังคม) ทีมซักผ้า
ทีมเบเกอร์รี่
ทีม เกษตร1-4)

ปัจจุบันนี้ สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ประเวศมีการก่อสร้างอาคารเพิ่มจำนวน 2 อาคาร คือ

1. อาคารทำกิจกรรม เพื่อใช้จัดประชุมกลุ่มช่วยกันเองของผู้ติดยาเสพติด(Narcotic Anonymous)ที่จบโปรแกรมการฟื้นฟูสมรรถภาพแล้วอยู่ในระยะที่ 4 (ติดตามผล) เพื่อจัดกลุ่มเรียนรู้ทักษะสังคมและการดำเนินชีวิตให้กับสมาชิกระยะที่ 4 และให้คำปรึกษา รายบุคคล รายกลุ่ม

2. อาคารโรงอาหาร เพื่อใช้เป็นสถานที่ประกอบอาหารประจำวันสำหรับสมาชิก 50-80 คน และใช้เป็นสถานที่รับประทานอาหาร

โดยอาคารเอนกประสงค์เดิมจะปรับเป็นอาคารห้องประชุม และอาคารสำหรับทำกิจกรรมครอบครัวสัมพันธ์ และสันทนาการ

ระยะการพัฒนาของสมาชิกบ้านพิชิตใจ

ระยะเตรียมการ - เป็นช่วงของการจูงใจและเตรียมความพร้อม ประมาณ 7-14 วัน

ระยะที่ 1 - เป็นการเริ่มต้นการฟื้นฟูสมรรถภาพและปรับตัวให้เข้ากับการใช้ชีวิตในบ้าน ประมาณ 2-3 เดือน

ระยะที่ 2 - เป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างจริงจัง และฝึกทักษะที่จำเป็นสำหรับวิถีชีวิตแบบใหม่ ประมาณ 4-6 เดือน

ระยะที่ 3 - ฝึกการกลับสู่สังคม ประมาณ 3-4 เดือน

- ระยะที่ 4 - กลับคืนสู่สังคมเดิม มีวิถีชีวิตใหม่โดยไม่พึ่งยาเสพติด และใช้บริการดูแลหลังการรักษา (Aftercare) เพื่อป้องกันการกลับไปติดยาเสพติด ซ้ำอีก

การดำเนินการในกรณีที่สมาชิกทำผิดกฎและระเบียบของสถานฟื้นฟูฯ

1. ระยะเตรียมการ - ถ้าเข้าออกเกิน 3 ครั้ง ให้เว้นระยะ 3 เดือน จึงจะรับเข้าใหม่
2. ระยะที่ 1 ขึ้นไป - ขอกลับครั้งที่ 1 เปิดโอกาสให้เข้ามาต่อโปรแกรม โดยให้ติดต่อภายใน 7 วัน เข้ามารับการตรวจหาสารเสพติด หากมีการใช้สารเสพติดต้องเริ่มระยะเตรียมการใหม่
3. สมาชิกที่หลบหนี - พิจารณาเป็นรายบุคคลโดยคณะกรรมการ
 - หลบหนีครั้งแรก เว้นระยะ 3 เดือน
 - หลบหนีครั้งที่สอง เว้นระยะ 6 เดือน
 - หลบหนีครั้งที่สาม งดรับเข้าฟื้นฟูสภาพ

ถ้าขอกลับระหว่างรับโปรแกรม เว้นระยะ 3 เดือน กลับเข้ามารับโปรแกรมเดิม (เพิ่ม)

ถ้าหนีกลับระหว่างรับโปรแกรม เว้นระยะ 6 เดือน กลับเข้ามารับโปรแกรมเดิม (เพิ่ม)

ให้ สมาชิกกลับแต่ตัวและค่ารถเท่านั้น ไม่ให้นำสิ่งของและเสื้อผ้าออกไป ให้ผู้ปกครองมารับสิ่งของและเงินภายหลัง ของกิน ของที่เสี้ง่ายให้บริจาดไว้ตั้งแต่วันที่ออกไป หากไม่มารับของและเงิน ภายใน 1 เดือน จะดำเนินการต่อไป

สรุปผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ประเวศ (บ้านพิชิตใจ) เป็นสถานฟื้นฟูสมรรถภาพขนาดกลาง รับผู้ป่วยเข้าพักค้างได้ครั้งละ 50 คน

การดำเนินงานตั้งแต่เดือนมกราคม 2539 - กันยายน 2543 มีผู้เข้ารับบริการทั้งหมด 7,870 ราย แยกตามบริการดังนี้

1. ผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการฟื้นฟูแบบพักค้าง	จำนวน	674 ราย
2. ผู้ติดยาเสพติดแบบผู้ป่วยนอก	จำนวน	1,489 ราย
3. ผู้มีปัญหาเกี่ยวข้องกับยาเสพติดที่รับบริการทางโทรศัพท์	จำนวน	5,282 ราย
4. ผู้ติดยาเสพติดที่ผ่านกระบวนการฟื้นฟูแต่ไม่ครบขั้นตอน	จำนวน	350 ราย

สถานฟื้นฟูฯ ประเวศ ได้เป็นหน่วยงานที่ริเริ่มและเป็นต้นแบบกิจกรรมการป้องกันการติดยาเสพติดด้วยกลุ่มช่วยกันเอง (Self-help group) สำหรับผู้ติดยาเสพติดที่เรียกว่ากลุ่ม Narcotics Anonymous- NA (กลุ่มผู้ติดยา匿นาม) ซึ่งได้ผลในการป้องกันการติดยาเสพติดมากที่สุด และในปัจจุบันได้แพร่หลายไปสู่หน่วยงานที่บำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดทั่วประเทศ

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาตั้งแต่ปีงบประมาณ 2541 - ปัจจุบันพบว่า ผู้ติดยาเสพติดที่เข้ามาใช้บริการนั้น เป็นผู้เสพยาบ้า (เมทแอมเฟตามีน) มากกว่า 80 เปอร์เซ็นต์ (เฉพาะในปี 2543 มีมากกว่า 200 รายจากผู้สมัครทั้งสิ้น 250 ราย) และมีอายุเฉลี่ยระหว่าง 17 - 20 ปี

ดังนั้นสถานฟื้นฟูฯ จึงต้องเริ่มปรับเปลี่ยนหลักสูตรและกิจกรรมต่างๆ ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเยาวชนที่มีปัญหา เสพยาบ้า บุคลิกภาพ ครอบครัวยุคใหม่ การศึกษา และไม่มีประวัติเกี่ยวข้องกับอาชญากรรม ซึ่งทางบ้านพิชิตใจมีส่วนสำคัญในการแก้ปัญหา เนื่องจากมีการให้ความสำคัญกับการดูแลหลังการบำบัดรักษา โดยใช้กลุ่มช่วยกันเอง ทำให้หน่วยงานที่รับผิดชอบแก้ไขปัญหายาเสพติด (NAS) ของสถานทูตสหรัฐอเมริกาและกระทรวงสาธารณสุข ชื่นชม และยกย่องในฐานะที่เป็นผู้รู้จักนำวิธีการที่ทันสมัยและมีประสิทธิภาพมาใช้ในการพัฒนาการบำบัดในประเทศ และได้ร่วมกันกำหนดโครงการพัฒนาและอบรมหลักสูตรการป้องกันและบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญด้านการบำบัดรักษายาเสพติด รวมทั้งตัวแทนจากสำนักอนามัยและหน่วยงานของกระทรวงต่างๆ รวม 7 หน่วยงานเดินทางไปดูงานการรักษาผู้ติดยาเสพติด แบบผู้ป่วยนอกแบบ Matrix Model ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา

สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด เขตประเวศ มีรูปแบบของการบำบัดรักษาการติดยาเสพติด 2 รูปแบบคือ

1. ผู้ป่วยใน โดยวิธีการชุมชนบำบัด ดำเนินการมาแล้ว 9 ปี
2. ผู้ป่วยนอกใช้รูปแบบ Matrix Model เป็นโครงการทดลองตั้งแต่วันที่ 15 เดือน กันยายน

2543

บ้านพิชิตใจได้รับการยอมรับจากประชาชนที่มาใช้บริการ และเป็นที่ยกย่องของสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อได้รับการเผยแพร่ข้อมูลทางสื่อต่างๆ จึงทำให้ประชาชนทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด ติดต่อเข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมากขึ้น จนไม่สามารถสนองความต้องการได้ตามความคาดหวัง และได้รับการเรียกร้องจากผู้ติดยาและพ่อแม่ ให้เพิ่ม และขยายการบริการเพื่อพวกเขาอยู่ตลอดเวลา

อัตมโนทัศน์

แนวความคิดเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์

ความหมายของอัตมโนทัศน์ (Self - Concept)

ตามพจนานุกรมทางการศึกษา (The International Encyclopedia 1985 อ้างถึงใน มาลี เพ็ชรชะ, 2538: 2-14) ได้กล่าวว่า อัตมโนทัศน์ หมายถึง การที่แต่ละคนมีความเข้าใจตนเองจากประสบการณ์ที่ได้รับจากการปฏิบัติของผู้อื่น เป็นความเชื่อและคุณค่าที่บุคคลมีต่ออาการกระทำและประสบการณ์ต่างๆ

โรเจอร์ (Roger, 1951) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เป็นการรับรู้สิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นผลมาจากการสังเกตตนเองและการรับรู้จะมีโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะ ความสามารถของตนเอง ความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น เป็นความเชื่อและคุณค่าที่บุคคลมีต่ออาการกระทำและประสบการณ์ต่างๆ

เคนด์เลอร์ (Kendler, 1968) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เป็นทัศนคติที่มีต่อตนเอง การเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง จะเกิดขึ้นตามลำดับตั้งแต่เล็กจนโต การประเมินค่าของตนเองในการตัดสินใจ

จากแนวคิดดังกล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทุกๆ ด้าน อันเป็นผลมาจากประสบการณ์ที่ได้รับจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม แล้วแสดงออกมา อาจจะเป็นไปได้ทั้งด้านดี และไม่ดี อัตมโนทัศน์นี้จะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงได้ตามวุฒิภาวะและสิ่งแวดล้อม

โครงสร้างของอัตมโนทัศน์

ไวลี่ (Wylie, 1968:741) แบ่งอัตมโนทัศน์เป็น 2 ชนิดคือ

1. อัตมโนทัศน์ตามอรรถภาพ (Actual - Self Concept) คือทัศนคติหรือความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองว่า ในสภาพความเป็นจริงแล้วตนเป็นคนอย่างไร แบ่งออกเป็น 2 ชนิด
 - 1.1 อัตมโนทัศน์ที่รับรู้จากสังคม คือทัศนคติหรือความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองว่าคนอื่นในสังคมรับรู้ว่าเป็นคนอย่างไร
 - 1.2 อัตมโนทัศน์ที่รับรู้จากตนเอง คือทัศนคติหรือความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองว่าเป็นคนอย่างไร
2. อัตมโนทัศน์ตามปณิธาน (Ideal - Self Concept) คือทัศนคติหรือความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองว่าอยากเป็นตามอุดมคติอย่างไร แบ่งออกเป็น 2 ชนิด
 - 2.1 อัตมโนทัศน์ตามปณิธานของตน คือทัศนคติหรือความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเอง

ว่าตนอยากเป็นตามอุดมคติอย่างไร

2.2 อัตมโนทัศน์ตามปณิธานของสังคม คือทัศนคติหรือความรู้สึกนึกคิดว่าคนอื่น ๆ ในสังคมตั้งอุดมคติไว้สำหรับตัวเราอย่างไร

เฮอร์ลอค (Hurlock, 1974) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์ประกอบด้วยส่วนสำคัญ 3 ด้านคือ

1. ด้านการรับรู้ คือมโนภาพที่บุคคลมีต่อรูปร่างหน้าตาของตน มีต่อรูปร่างของตน ที่เป็นที่ประทับใจของคนอื่น รวมทั้งความประทับใจต่างๆ ที่ตนมีต่อบุคคลอื่นและมีต่อรูปร่างลักษณะของตนที่เหมาะสม

2. ด้านความคิด คือมโนภาพที่บุคคลมีต่อลักษณะนิสัยที่เป็นเอกลักษณ์ของตน ความสามารถ ตลอดจนพื้นเพเดิมและวงศ์ตระกูล อนาคตข้างหน้า มักจะเรียกว่า อัตมโนทัศน์ด้านจิตใจ รวมถึงความสามารถทางการปรับตัวในชีวิตด้านต่างๆ ด้วย

3. ด้านทัศนคติหรือความคิดเห็น คือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง ความรู้สึกที่มีต่ออัตมโนทัศน์เกี่ยวกับสถานะในปัจจุบันและอนาคตของตน รวมทั้งความหยิ่งในศักดิ์ศรีของตนเมื่อบุคคลเจริญเติบโตถึงวัยผู้ใหญ่ ด้านนี้รวมเข้ากับความเชื่อ ค่านิยม และความใฝ่ฝัน ผสมผสานกับเข้าเป็นปรัชญาชีวิตของบุคคลนั้นต่อไป

ดังนั้นคนที่มีอัตมโนทัศน์ที่ถูกต้องเหมาะสม ก็คือคนที่บุคคลนั้นเปรียบเทียบความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองกับความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลอื่น มีต่อตัวเขาว่าสอดคล้องกันหรือไม่และถ้าไม่สอดคล้อง ความรู้สึกนึกคิดใดที่ถูกต้อง หรือเป็นเหตุเป็นผลมากกว่าก็สมควรจะยอมรับความรู้สึกนึกคิดนั้นๆ ซึ่งอาจนำกิจกรรมพลศึกษาไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะประจำตัวและคุณลักษณะทางสังคมดังที่ได้กล่าวไว้ในส่วนของกีฬาบอลเลย์บอลและกิจกรรมทางกาย ซึ่งก็จะสามารถพัฒนาอัตมโนทัศน์ให้เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นได้

ความนึกคิดเกี่ยวกับตน (Self-Concept)

จุดกลาง(Nucleus) ของบุคคลอยู่ที่ความนึกคิดเกี่ยวกับตน การที่บุคคลหนึ่งมองตนเองว่าเป็นอย่างไร มีความสัมพันธ์กับจุดมุ่งหมาย ความรู้ความสามารถ ความเชื่อ และค่านิยมของบุคคลนั้น มนุษย์เราเป็นเลิศได้อยู่ตรงที่สามารถมองเห็นตนเองเหมือนวัตถุหนึ่งได้ นั่นคือ การความนึกคิดเกี่ยวกับตนนั่นเอง คนเรามีความสามารถในการคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมของตนและลักษณะปรากฏการณ์ของตนกับคนอื่นได้ ยิ่งไปกว่านั้นคนเราแต่ละคนมีความเชื่อและความรู้สึกต่อตนเองอยู่ ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะประกอบกันเข้าเป็นความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเองขึ้น การที่มนุษย์เรามีทัศนคติต่อ ตนเองนั้นมีอยู่ 3 แ่ง คือ

ความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรม ส่วนประกอบทางด้านความเชื่อจะเป็นเนื้อหาของความนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง เช่น การมีความคิดว่าฉันเป็นคนฉลาด มีความทะเยอทะยาน เชื่อสัจย์ เอาพวกพ้อง น้ำหนัก มากเกินไป และอื่น ๆ เป็นต้น ส่วนประกอบทางด้านความรู้สึกในความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองนี้สะท้อนออกมาในรูปของความรู้สึกว่า ตนเองเป็นคนมีคุณค่าหรือในแบบธรรมดา ๆ เช่น ฉันตกลงหรือไม่ตกลงด้วย ประการสุดท้ายส่วนประกอบทางด้านพฤติกรรม คือ แนวโน้มที่จะมีการกระทำต่อตนเองใน ลักษณะกิริยาท่าทางที่เป็นแบบถดถอย เงื่องหงอย หรืออี๊กเหนิม เป็นต้น

ความนึกคิดเกี่ยวกับตนเป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นประสบการณ์ทั้งหมด รวมถึงลักษณะต่าง ๆ และคุณภาพต่าง ๆ ของบุคคลที่แตกต่างไปจากบุคคลอื่น จากการที่บุคคลหนึ่งมีประสบการณ์กับบุคคลอื่น ๆ ความนึกคิดเกี่ยวกับตนเกิดขึ้นเป็นทัศนคติที่เป็นแกนกลางของลักษณะของบุคคลนั้น และเมื่อใดที่มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเกิดขึ้น และพฤติกรรมเฉพาะอย่างได้รับการปรับและเป็นที่ยอมรับก็จะมีแนวโน้มที่ยากต่อการเปลี่ยนแปลง

ความนึกคิดเกี่ยวกับตนของบุคคล เป็นผลเนื่องมาจากการปรับระดับของความมากมายของความคิดของบุคคลที่เห็นว่าตนเองมีค่าหรือไม่มีค่า กิจกรรมการปฏิบัติของบุคคลเป็นผล และสัมพันธ์กับตัวบุคคล และกับความนึกคิดเกี่ยวกับตนของบุคคล ซึ่งแต่ละบุคคลจะพัฒนาแนวทางการปฏิบัติในการดำรงชีวิตของตนแตกต่างกันออกไป แต่ละบุคคลมีบุคลิกลักษณะเฉพาะในการที่จะมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การติดต่อข่าวสาร การแก้ปัญหาข้อขัดแย้ง การคิด เป็นต้น นอกจากส่วนบุคคลแล้ว ความนึกคิดเกี่ยวกับตนจะเป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมของบุคคล และความสัมพันธระหว่างบุคคล

ความคิดเกี่ยวกับ “ตน” ของเด็กวัยรุ่น

1. แนวคิดในการประเมินตน

การประเมินตนเองของวัยรุ่น หรือความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self concept) มักมาจากความคิดเห็นหรือความรู้สึกที่บุคคลอื่นมีต่อตน มากกว่าที่เขาจะประเมินหรือคิดเห็นด้วยตนเอง เขามักคาดหวังว่าสิ่งที่เขาสนุก ตื่นเต้น สนใจ ชอบ คนอื่น ๆ จะต้องรู้สึกเช่นเดียวกับเขาด้วย ดังนั้นหากพ่อแม่แสดงไม่เห็นด้วยต่อดนตรีที่เขาชอบ ต่อเสื้อผ้าที่สวมใส่ ต่อทรงผมที่เขาเลือกไว้ เขาก็รู้สึกสับสนระคนแปลกใจ

2. ตน 3 ลักษณะ ตน หรือ Self ของวัยรุ่นอาจแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะ คือ Abiding self, Transient self และ Personal fable ดังนี้ Abiding self คือ ลักษณะบุคลิกภาพภายนอกของวัยรุ่นที่เห็นง่าย เปลี่ยนแปลงง่าย เป็นส่วนที่เด็กวัยรุ่นเปิดเผยให้ผู้อื่นรู้โดยเฉพาะเพื่อน

Transient self คือ บุคลิกลักษณะในด้านสติปัญญา ความสามารถ ส่วนนี้ค่อนข้างเป็นส่วนตัว ไม่อยากเปิดเผย Personal fable คือ ส่วนของความคิดฝัน เป็นโลกส่วนตัว เป็นจินตนาการเกินความเป็นจริง เขาอาจเปิดเผยโลกส่วนตัวโดยการจดบันทึก หรือบอกเล่าแก่เพื่อนสนิทที่ไว้วางใจลักษณะนี้อาจติดตัวไปจนเป็นผู้ใหญ่ได้

พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ในช่วงวัยรุ่น

อัตมโนทัศน์ของวัยรุ่นจะคงที่ แต่อาจจะมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้เพราะประสบการณ์ที่มากขึ้น โดยเฉพาะสังคมโรงเรียน เจตคติการได้รับการประเมินและการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนและครู มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ หากเด็กไม่ได้รับการยอมรับเด็กจะเรียนรู้วิธีการปรับตัว เพื่อให้บุคคล สิ่งแวดล้อมและอิทธิพลต่อตนยอมรับมากขึ้น การที่เด็กวัยรุ่นรู้สึกเกี่ยวกับตน ไม่ว่าจะทางบวกหรือทางลบ จะมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมในลักษณะต่างๆกัน เช่นเด็กที่เข้าโรงเรียนด้วยความคาดหวังว่าจะต้องเป็นผู้ประสบความสำเร็จมีความสุขมักจะเป็นผู้อาสาทำงาน มีความรับผิดชอบซึ่งถ้าความคาดหวังของเขาสอดคล้องกับอัตมโนทัศน์ของตัวเองก็จะช่วยให้เขาเป็นผู้ประสบความสำเร็จในชั้นเรียนและสังคม ตรงข้ามกับเด็กที่มีความรู้สึกนึกคิดต่อตนเองทางลบก็มักจะมองตนเองว่าไม่มีความสามารถ จะขาดความกระตือรือร้นในการทำงาน ขาดความรับผิดชอบ ซึ่งจะนำไปสู่ความล้มเหลว

การดำรงไว้ซึ่งสภาพการณ์ทางด้านสิ่งแวดล้อมของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Maintaining an Interpersonal Environment)

บุคคลจะมีความมั่นคงในสภาวะแวดล้อมในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ โดยการรักษาสัมพันธ์ภาพที่แน่นอนระหว่าง ความนึกคิดเกี่ยวกับตน และความเชื่อเกี่ยวกับว่าบุคคลอื่น ๆ มีพฤติกรรมและความรู้สึกในแง่ใดเกี่ยวกับความนึกคิดเกี่ยวกับตนที่มีอยู่ คนเราจะใช้วิธีการเฉพาะอย่างในการรักษาสภาพแวดล้อมของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เพื่อให้เกิดความสอดคล้องหรือความกลมกลืนให้มากที่สุด ปฏิกริยาตอบโต้ที่แน่นอนคงตัวเหล่านี้ ได้แก่

1. การสร้างความรู้ที่ผิดจากความเป็นจริง (misperception) เมื่อความคาดหวังที่แท้จริงของคนอื่นไม่สอดคล้องกับความนึกคิดเกี่ยวกับตน หรือพฤติกรรมของตน คน ๆ นั้นอาจจะสร้างการรับรู้ที่ผิดจากความเป็นจริงของการที่คนอื่นมองเขา เพื่อจะได้เกิดความสอดคล้องหรือกลมกลืน
2. การเลือกปฏิสัมพันธ์ (Selective interaction) คือ การที่คน ๆ หนึ่งเลือกที่จะมีปฏิสัมพันธ์ หรือมีความสัมพันธ์กับบุคคลที่เขาสามารถสร้างภาวะของความสัมพันธ์ที่ดีขึ้นได้

3. การเลือกประเมินบุคคล (Selective evaluation of the other persons) บุคคลอาจ จะเสริมความสอดคล้องได้สูงขึ้น โดยการเลือกประเมินจากบุคคลที่ตนชอบ คือ เป็นผู้ซึ่งมีความ ประพฤติสอดคล้องกับตนเอง และลดคุณค่าคนอื่น ๆ ที่มีความไม่สอดคล้องกับตนเองลง

4. การเลือกประเมินตนเอง (Selective evaluation of self) คนเราจะเน้น ความสอดคล้องให้ สูงขึ้น โดยการเปลี่ยนค่านิยมในแง่ต่างๆ ของความคิดเกี่ยวกับตน เพื่อว่าจะเอาแง่ที่ใช้ได้กับ การเรียนรู้ของตนเองที่มีอยู่ และของคนอื่นที่ได้รับการประเมินไว้สูงแล้ว

5. ปฏิกริยาที่ก่อให้เกิดสิ่งอื่น (Response evocation) คน ๆ หนึ่งอาจจะโดยความ ตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม จะประพฤติไปในทางที่ผลลัพธ์ซึ่งเกิดจากพฤติกรรมของผู้อื่นต่อตนมีความสอดคล้องกับของตนเอง คนๆ นั้นจะได้ควบคุมแนวทางเพื่อให้แน่ใจว่าคนอื่นจะมีพฤติกรรมดังกล่าวที่แน่นอน

เพศกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

เพศเป็นอีกเรื่องหนึ่งที่มีผู้ศึกษาว่า มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่ ดังนี้

ชวณพิศ สันติโรจน์ประไพ (2534) ได้ทำการศึกษาถึงความแตกต่างของการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน โดยใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith adult Form) ประกอบด้วยข้อคำถาม 25 ข้อ มีทั้งข้อคำถามทางด้านบวกและด้านลบ

พบว่า ตัวแปรเพศไม่มีผลต่อคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น

แต่พบว่าบทบาททางเพศมีผลต่อคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น โดยพบว่า วัยรุ่นชายที่มีบทบาทความเป็นชายสูง จะเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นชายที่มีบทบาทแอนโดรจีนี ส่วนวัยรุ่นหญิงพบว่า วัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายสูง จะเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทไม่เด่นชัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทแอนโดรจีนีและบทบาทความเป็นหญิงสูง

สถิตย์ ภัศระ (2535) บัณฑิตต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลวัยรุ่น ได้ทำการศึกษาถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลวัยรุ่น พบว่า บุคคลวัยรุ่นชายมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าบุคคลวัยรุ่นหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

โบรเวอร์แมน (Broverman และคณะ 1970 : อ้างใน Wylie & Eskilson) ได้ทำการศึกษาเรื่องค่านิยมต่อลักษณะแห่งเพศชายและเพศหญิง พบว่า ตัวอย่างประชากรเพศชายและเพศหญิงมีความเห็นตรงกันว่าลักษณะแห่งเพศหญิงมีค่านิยมน้อยกว่าลักษณะแห่งเพศชาย

ออฟเฟอร์ (Offer and Others, 1981 :96 ;citing Wylie 1979) ได้ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลวัยรุ่น พบว่า เพศชายและเพศหญิงมีการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกัน

ชวาทซ์ (Schwartz, 1988) ได้ศึกษาเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลวัยรุ่นเชื้อสายยิว จำนวน 255 คน ในประเทศแคนาดา โดยใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก พบว่า เพศชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง

จากการวิจัยจะเห็นได้ว่า ตัวแปรเพศชายและเพศหญิงมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยส่วนมากพบว่าเพศชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าเพศหญิง ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงผลของการสอนทักษะกีฬาออลเลย์บอลที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ในวัยรุ่นเพศชาย ในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร ได้หรือไม่

การปรับตัว (Adjustment)

ความหมาย

กมลรัตน์ หล้าสูงงษ์ (2524) ได้กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายาม ปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะ เป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และปัญหาด้านความต้องการให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถทนอยู่ได้ในสังคมหรือสภาพแวดล้อมนั้นๆ

เบอร์แทรนด์ (Bertrand, 1958 อ้างถึงใน สุรัชย์ โกคิยะกุล, 2526) ได้กล่าวว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการทางสังคมที่เกิดขึ้นกับบุคคลโดยไม่รู้ตัวหรือไม่ก็ตามในการที่จะเลือกทางเลือกต่างๆ เพื่อปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทางเลือกดังกล่าวนั้นเป็นการหลีกเลี่ยงการทำให้ลดลงหรือการทำให้หมดไป ซึ่งข้อขัดแย้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม การปรับตัวนี้จะเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคมมากกว่าจะเกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม

เบอร์นาร์ด (Bernard, 1961) ได้ให้นิยามว่า การปรับตัว หมายถึงการที่บุคคลสามารถปรับตนเองให้เข้ากับโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถที่จะเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต มีความขัดแย้งและความตึงเครียดน้อยที่สุด

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปฏิบัติ ในการสนองความต้องการของตนเอง หรือแก้ไขปัญหา ข้อคับข้องใจ เพื่อให้สามารถอยู่ในสิ่งแวดล้อมนั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการปรับตัวนี้จะเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคมมากกว่าจะเกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของวัยรุ่น

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของวัยรุ่นมีหลายประการ ซึ่งอาจทำให้พัฒนาการทางอารมณ์เป็นไปด้วยดี หรืออาจทำให้วัยรุ่นกังวลสับสนบ้าง ซึ่งถือว่าเป็นปกติ ปัจจัยต่างๆ มีดังนี้ (กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ, 2524)

1. การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การวางตัวเป็นชายหนุ่ม หญิงสาวในสังคมซึ่งยังมีความไม่แน่ใจและลังเลสงสัย
2. การเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ รับผิดชอบมากขึ้น ต้องตัดสินใจในเรื่องบทบาทของตนและความประพฤติ มีการสร้างอุดมการณ์ ซึ่งล้วนเป็นภาระที่ต้องเรียนรู้ มีความต้องการเป็นตัวของตัวเองแต่ก็ยังต้องการเป็นเด็กบางขณะ
3. การศึกษาเพื่อเตรียมตัวประกอบอาชีพ ยังไม่แน่ใจในความถนัดความสนใจและความต้องการของตน การแข่งขันด้านการศึกษาในปัจจุบันมีส่วนทำให้เด็กกังวลมากขึ้น
4. การเลือกอาชีพ วัยรุ่นไม่แน่ใจว่าตนต้องการทำงานอะไร การเลือกอาชีพเป็นตัวกำหนดชีวิตในอนาคต จึงก่อให้เกิดความหนักใจ
5. สังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ค่านิยมและทัศนคติที่ขัดแย้งกัน การมุ่งผลประโยชน์ส่วนตนเป็นเรื่องสำคัญ ทำให้วัยรุ่นปรับตัวได้ยาก ค่านิยมในการเที่ยวเตร่ การใช้จ่ายฟุ่มเฟือย การแต่งกายตามสมัยนิยม การมีเพื่อนเพศตรงข้าม การทดลองยาเสพติด อันเป็นการทำลายอนาคตทั้งสิ้น
6. สภาพครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไป ครอบครัวห่างเหิน ไม่มีเวลารับฟังหรือปรึกษาปัญหาของบุตร ทำให้เด็กขาดความอบอุ่น หันไปหาเพื่อนหรือบุคคลนอกบ้าน และทำให้เกิดปัญหาอื่นๆ ในสังคมตามมา ซึ่งจะตรงข้ามกับครอบครัวที่มีความอบอุ่น(ครอบครัวขยาย) พร้อมทั้งจะเป็นที่ปรึกษาและสามารถแก้ไขอุปสรรคต่างๆได้ โดยเฉพาะปู่ ย่า ตา ยายที่ทำหน้าที่และบทบาทแทนบิดามารดาของวัยรุ่นได้

จากข้อความดังกล่าวก็สามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของวัยรุ่น แบ่งเป็นปัจจัยภายในในร่างกาย คือพัฒนาการของตัววัยรุ่นเอง แลปัจจัยภายนอกในร่างกาย คือ สภาพแวดล้อมรอบๆ ตัวของวัยรุ่น

ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

เฮอล็อก (Hurlock, 1950 อ้างถึงใน พาสนา ฝโลศิลป์, 2534) ได้ใช้หลักเกณฑ์ในการพิจารณาลักษณะการปรับตัวที่ดี ของสังคมไว้ 4 ประการคือ

1. การแสดงออก ถ้าพฤติกรรมที่แสดงนั้นเหมาะสมกับกลุ่ม อายุ และระดับของการพัฒนาการแล้ว ก็ย่อมเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
2. สามารถปรับตัวให้เข้ากับคนได้ทุกกลุ่ม
3. มีทัศนคติต่อบุคคลอื่น
4. มีความพอใจสิ่งที่ตนเป็นอยู่

โรเจอร์ (Roger, 1974 อ้างถึงใน บรรจบ ปุจฉาการ, 2537) กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดีว่าเป็นการมีบุคคลเข้าใจตนเอง และเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง รู้จักความสามารถ และทัศนคติที่มีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุคคลอื่นก็จะเป็นการปรับตัวที่ดีทางจิตวิทยา

มูลี (Mouly, 1968) ได้กล่าวถึงการปรับตัวที่ดีใน 4 ด้าน คือ

1. ด้านการรับรู้และสติปัญญา คือมีประสิทธิภาพในการจัดการกับสภาพการณ์ต่าง ๆ โดยอาศัยความสามารถในการปรับตัว ให้สัมพันธ์กับความเป็นจริง โดยมีการเปิดรับประสบการณ์ และการรับรู้ที่ปราศจากการบิดเบือน
2. ด้านส่วนตัว จะต้องยอมรับตนเองและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน
3. ด้านสังคม มีความไวในการรับความรู้สึกของผู้อื่น คล้อยตามสังคม แต่พฤติกรรมนั้นต้องอยู่บนรากฐานของเหตุผล และความถูกต้อง
4. ด้านอารมณ์ มีชีวิตอย่างสงบสุข มีความชื่นชมกับชีวิต มีความคิดสร้างสรรค์ มีอารมณ์ขัน มีความแจ่มใสเบิกบาน

ลอร์ดัน (Lawton, 1967 อ้างถึงใน จิราภรณ์ เอมเยี่ยม, 2536) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่จะปรับตัวได้ดี พอสรุปดังนี้

1. มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
2. ให้ความรักและความปรารถนาดีได้ เช่น กล่าวคำชมเชยคนที่ประสบความสำเร็จและยอมรับคำชมเชยจากบุคคลอื่นได้

3. สามารถขจัดปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพรวมทั้งการขอคำแนะนำช่วยเหลือจากคนอื่นได้
4. ใช้เหตุผลในการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ เช่น การอดทนรอคอยในสิ่งที่ต้องการรับรู้ถึงความสามารถที่แท้จริงของตน รู้จักคิดวางแผนก่อนที่จะปฏิบัติจริง
5. สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากข้อผิดพลาดของตนเองได้
6. สามารถวางแผนการใช้เวลาของตนเองได้อย่างเหมาะสม
7. สามารถแสดงออกถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองได้ ป้องกันสิทธิเสรีภาพที่ตนพึงจะได้
อย่างเหมาะสม
8. ทนกับความคับข้องใจได้ ไม่ทำการขัดโทษผู้อื่นหรือสิ่งอื่น
9. สามารถนำเอาพลังงานทั้งหมดรวมถึงการมีสมาธิมาใช้ในการวางแผนเป้าหมายและ
ทำงานให้ประสบความสำเร็จ
10. ยอมรับสภาพความไม่แน่นอนของชีวิต

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ลักษณะของการปรับตัวที่ดี คือการที่บุคคลนั้นสามารถจัดการเกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นที่ยอมรับของตนเองและผู้อื่นในชุมชนหรือสังคมนั้นๆ

ลักษณะที่แสดงถึงความยุ่งยากในการปรับตัว

ได้มีผู้รู้หลายท่านได้กล่าวถึงลักษณะที่แสดงออกถึงความยุ่งยากในการปรับตัว ดังต่อไปนี้
นิภา นิธยานน (2530) ได้กล่าวถึงความยุ่งยากในการปรับตัวไว้ว่าจะน้อยหรือมากเพียงใดก็ตามมักจะปรากฏอาการในลักษณะต่อไปนี้ คือ

1. อาการเคร่งเครียด
2. อาการเจ็บป่วยทางกาย เป็นผลสืบเนื่องมาจากความเคร่งเครียด ได้แก่ โรคกระเพาะอาหาร โรคลำไส้ เป็นต้น
3. พฤติกรรมที่เบี่ยงเบนจากมาตรฐานที่ตั้งงามของสังคม
4. ความหย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต เช่น เกิดความกลัวหรือวิตกกังวล

แม็คคินเลย์ (Mc Kinney, 1961 อ้างถึงใน จิราภรณ์ เอมเอี่ยม, 2536) ได้กล่าวถึงเด็กวัยรุ่นที่เกิดความยุ่งยากในการปรับตัวทางสังคม มักจะแสดงอาการต่าง ๆ ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. พุดติดอ้าง
2. มีความรู้สึกที่ตนมีปมด้อย
3. มีความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย
4. ชอบปฏิเสธคำขอรับจากผู้อื่น
5. เกรงขริม จริงจัง ไม่ชอบพุดล้อเล่น
6. ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ หวั่นไหวง่าย
7. ชอบแยกตัวอยู่ในโลกของตนเอง ไม่สนใจโลกภายนอก
8. ปฏิบัติตนตามความเคยชิน ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง ไม่รู้จักยืดหยุ่น

บุคคลที่ไม่สามารถเข้าใจถึงสาเหตุของความยุ่งยากในการปรับตัวของตนได้ดี ย่อมที่จะเลือกวิธีการ ขอรับคำแนะนำและฝึกที่จะมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่นได้ง่ายขึ้น เพื่อที่เขาจะได้ เป็นที่รักใคร่ของคนทั่วไป มีความเป็นมิตร และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น มีบุคลิกลักษณะซึ่งเป็นผู้นำซึ่งการที่บุคคลจะมีลักษณะที่ดี ดังกล่าวนั้น เขาจะต้องยอมรับคนอื่น ๆ อย่างที่เป็นจริง

สรุปได้ว่า บุคคลที่เกิดความยุ่งยากในการปรับตัวมักจะไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ ไม่รู้จักยืดหยุ่น มักจะมีอาการทางร่างกายร่วมด้วย และทำให้หย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต

องค์ประกอบที่เป็นสาเหตุของการปรับตัวไม่ได้ของเด็ก

การปรับตัวเป็นทักษะชีวิตที่คนต้องมี เพราะจะทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข แต่ก็มีคนบางกลุ่มที่ไม่สามารถปรับตัวได้ จึงมีผู้รู้ได้กล่าวถึง องค์ประกอบที่เป็นสาเหตุการปรับตัวไม่ได้ของเด็ก เพื่อที่จะได้หาทางช่วยเหลือ ดังต่อไปนี้

สมชาย วรดิลก (สมชาย วรดิลก, 2527 อ้างถึงใน จิราภรณ์ เอมเยี่ยม, 2536) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ที่ทำให้เด็กปรับตัวไม่ได้ สรุปได้ดังนี้ ตัวเด็ก หมายถึง ความบกพร่องทางบุคลิกภาพเช่น ตาเหล่ พุดติดอ้าง เป็นต้น ซึ่งทำให้เด็กเกิดปมด้อย นอกจากนั้นระดับสติปัญญาเด็กที่ค่อนข้างต่ำ อาจทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้ในชั้นเรียน ดังนั้นการช่วยเหลือเด็กโดยการหาทางให้เด็กได้เกิดการยอมรับตนเอง การพุดให้เพื่อนเข้าใจยอมรับเด็ก ตลอดจนการส่งเสริมกิจกรรมบางอย่าง ก็จะช่วยให้เด็กสามารถปรับตัวได้ดีขึ้นดังนี้

1. บ้าน หมายถึง พ่อแม่พี่น้องของเด็ก พ่อแม่บางคนมุ่งทำงานเพื่อสร้างฐานะให้ครอบครัว

จนลืมนึกไปว่าลูกต้องการความรักความอบอุ่น ในทางตรงกันข้ามพ่อแม่บางคนก็ตามใจลูกจนเกินไป ลูกจะเรียกร้องสิ่งใดจะต้องแสวงหามาให้ บ้านที่ประกอบด้วยพ่อแม่ลักษณะดังกล่าวจะทำให้เด็กเกิดปัญหาการปรับตัวขึ้นได้

2. โรงเรียนและสังคมภายนอก ในวัยของการศึกษาเล่าเรียนนั้น ครูจะเป็นผู้ที่มีบทบาทอย่างยิ่งในการที่จะสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ ของเด็ก เช่น ความต้องการยอมรับ ความต้องการมีคุณค่าในกลุ่ม ความต้องการความสำเร็จ ฯลฯ ถ้าเด็กไม่ได้รับการตอบสนอง เด็กก็จะไม่สามารถปรับตัวได้ เด็กจะแสดงพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากปกติ เพื่อเรียกร้องความสนใจจากบุคคลแวดล้อม กลุ่มเพื่อน ก็มีส่วนที่จะทำให้พัฒนาการทางสังคมของเด็กเบี่ยงเบนไป ครูที่เข้าใจพัฒนาการของเด็กจะช่วยกระตุ้นและเร้าใจให้เด็กสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อน ๆ ได้

3. สภาพเศรษฐกิจ เด็กที่มาจากครอบครัวยากจนมักจะไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นทางกาย ทางใจ ในทางตรงกันข้ามเด็กที่มาจากครอบครัวที่ร่ำรวยก็อาจได้รับสิ่งของต่าง ๆ มากมาย แต่ขาดการตอบสนองทางด้านจิตใจ ดังนั้นสภาพเศรษฐกิจของครอบครัวจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในการปรับตัวของเด็ก

ฉะนั้นจึงควรศึกษาหาสาเหตุที่ทำให้เด็กปรับตัวไม่ได้ แล้วหาทางช่วยเหลือต่อไป เพื่อที่เด็กจะได้มีความสุขอยู่ในสังคมได้เหมือนกับคนทั่วไป และไม่เป็นภาระของสังคม

พลศึกษากับการพัฒนาทางด้านจิตใจ

วาสนา คุณาภสิทธิ์ (2539) ได้ให้ความหมายของ พลศึกษา ว่าหมายถึง กระบวนการเรียนรู้แขนงหนึ่ง ที่ใช้กิจกรรมทางกายเป็นสื่อ และก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

การฝึกกีฬาบอลเลย์บอล ก็ถือว่าเป็นกิจกรรมทางกายประเภททีมประเภทหนึ่งที่มีความสำคัญ จะเห็นได้จากการจัดให้มีการสอนไว้ในหลักสูตรประถมศึกษาตอนปลาย

จิตวิทยามีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์และกิจกรรมพลศึกษาก็มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์หลายรูปแบบ (สกอตต์ อ้างถึงใน Nixon and Jewett, 1980) ได้วิจัยพบว่า กิจกรรมพลศึกษามีส่วนช่วยให้เกิดการพัฒนาทางด้านจิตใจโดยสรุปดังนี้

1. พลศึกษาช่วยให้เกิดการพัฒนาทางด้านทัศนคติโดยส่วนรวมต่อองค์ประกอบต่างๆ เช่น การออกกำลังกาย การเรียนรู้ทักษะกลไก สมรรถภาพทางกาย และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ซึ่งจะมีผลต่อบทบาทการตัดสินใจในการสร้างเสริมให้มีสุขภาพแข็งแรง

2. พลศึกษาช่วยสร้างความรู้สึกรับผิดชอบและการแสดงออกต่างๆ ทำให้การตัดสินใจดีขึ้น เกิดการพัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพที่สังคมยอมรับและต้องการ สามารถส่งเสริมการปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดียิ่งขึ้น

3. พลศึกษาช่วยสร้างให้บุคคลมีความรู้สึกและการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมดีขึ้นและเร็วขึ้นด้วยการพัฒนาทางด้านต่างๆ ซึ่งนอกจากจะทำให้เข้าใจตนเอง เห็นคุณค่าของตัวเองแล้วยังสามารถส่งเสริมการเห็นคุณค่าของบุคคลอื่นๆ ในสังคมได้อีกด้วย

4. การเล่นกีฬาและการเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาทำให้เกิดการแสดงออกถึงความเป็นผู้กินดีอยู่ดีมากขึ้น เช่นการผ่อนคลายทางอารมณ์ ความสนุกสนาน และคลายเครียดจากการทำงานทำให้มีสุขภาพจิตดีขึ้น ซึ่งคำว่าสุขภาพจิตดีนั้นก็หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

5. พลศึกษามีส่วนช่วยได้มากในการพัฒนาทางด้านร่างกายให้ดีขึ้น เป็นการส่งเสริมบุคลิกภาพทำให้ตนเองมีความเชื่อมั่น และเห็นคุณค่าในตนเอง โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นเพราะเป็นวัยที่กำลังเจริญเติบโตและแสวงหาความมั่นใจในตนเองเป็นอย่างมาก นั่นก็หมายถึงการมีอัตมโนทัศน์ต่อตนเองในทางที่ดีขึ้นนั่นเอง

สรุปว่าพลศึกษามีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาทางด้านจิตใจ จึงสามารถพัฒนาบุคคลให้มีความเชื่อมั่น เห็นคุณค่าในตนเอง และสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมโดยใช้สื่อที่ได้เลือกสรรอย่างเหมาะสมเช่น การออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา เป็นต้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยภายในประเทศ

เฉลียว จุพันธ์ (2524) ทำการวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ระหว่างนักกีฬาประเภทชุตกับนักกีฬาประเภทบุคคล โดยใช้นักกีฬาที่เข้าแข่งขันกีฬากรมพลศึกษาประจำปี พ.ศ.2523 จำนวน 100 คน เป็นนักฟุตบอล 25 คน นักวอลเลย์บอล 25 คน นักเทเบิลเทนนิส 25 คน และนักแบดมินตัน 25 คน พบว่า นักกีฬาประเภทชุต และนักกีฬาประเภทบุคคล มีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมอยู่ในระดับสูง นักกีฬาประเภทชุต กับนักกีฬาประเภทบุคคลมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เสริมพงษ์ ศิริสุขเจริญพร (2524) ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการสอนทักษะกีฬาออลเลย์บอลที่มี อัจฉริยะในทัศนคติของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนักเรียนโรงเรียนพิบูลย์ ประชาสรรค์ จำนวน 45 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ ทักษะเก่ง ทักษะปานกลาง ทักษะอ่อน พบว่า การสอนทักษะกีฬาออลเลย์บอลทำให้มีทัศนคติดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

ลาดทองใบ ภูอภิรมย์ (2530) ทำการวิจัย เรื่องบทบาทของครอบครัวในการป้องกันการติดยาเสพติด เพื่อศึกษาวิธีการอบรมเลี้ยงดูและความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับภูมิทัศน์ด้าน ทานการเสพติดของเด็กเพียงใด โดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประจำปีการศึกษา 2528 ของโรงเรียนรัฐบาลสหศึกษาในกรุงเทพมหานคร 7 โรงเรียน จำนวน 667 คน ผลการวิจัย พบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักความเอาใจใส่ ตลอดจนทัศนคติของเด็กต่อการควบคุมการรับชมวิทยุโทรทัศน์ของผู้ปกครอง พบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภูมิทัศน์ด้านทานการเสพติดของเด็กทั้ง 3 ด้าน คือ ความรู้เกี่ยวกับสาเหตุของการเสพติด ปริมาณการชักจูงจากเพื่อน และปริมาณการใกล้ชิดกับยาเสพติด

นงลักษณ์ วงศ์ประเสริฐ (2533) ทำการวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบทัศนคติของวัยรุ่นปกติ กับวัยรุ่นติดยาเสพติดในสถานบำบัดรักษา กรุงเทพมหานคร พบว่าวัยรุ่นปกติมีทัศนคติในทุกด้าน ดีกว่าวัยรุ่นที่ติดยาเสพติด วัยรุ่นติดยาเสพติดเพศหญิงมีทัศนคติด้านครอบครัวดีกว่าวัยรุ่นติดยาเสพติดเพศชาย แต่วัยรุ่นเพศชายมีทัศนคติด้านสังคมดีกว่าวัยรุ่นติดยาเสพติดเพศหญิง

กิ่งเพชร ธนะชัยวิบูลย์วัฒน์ (2534) ทำการวิจัยเรื่อง อัจฉริยะในทัศนคติของวัยรุ่นเพศชายที่กระทำ ผิดกฎหมายในสถานฝึกอบรมของสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก จำนวน 200 คน โดยใช้แบบวัดทัศนคติ เสน่ห์ และแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูของ ชูศรี นักเพชร และสมพงษ์ ตรีพัฒน์ พบว่า วัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดกฎหมาย ที่บิดามารดาอยู่ร่วมกันมีทัศนคติสูงกว่าวัยรุ่นเพศชายที่กระทำ ผิดกฎหมายที่บิดามารดาไม่ได้อยู่ร่วมกัน

ประภาส พริพล (2534) ทำการวิจัยเรื่อง การปรับตัวทางสังคมของนักกีฬาที่ชนะเลิศการแข่งขันและนักกีฬาที่ไม่ชนะเลิศการแข่งขันในการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทยครั้งที่ 17 ประจำปีพุทธศักราช 2534 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมพบว่านัก กีฬาชนะเลิศการแข่งขันและนักกีฬาที่ไม่ชนะเลิศการแข่งขัน มีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมอยู่

ในระดับดีและนักกีฬาที่ชนะเลิศการแข่งขันมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมดีกว่านักกีฬาที่ไม่ชนะเลิศการแข่งขันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

พาสนา ผโลศิลป์ (2534) ทำการวิจัยเรื่อง การสำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่น กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ และช่วงระยะพัฒนาการของวัยรุ่น พบว่าเด็กวัยรุ่นตอนต้นเพศชายและเพศหญิงมีปัญหาการปรับตัวด้านโรงเรียนมากที่สุดวัยรุ่นตอนกลางเพศชายและเพศหญิงมีปัญหาการปรับตัวทางด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษามากที่สุด และวัยรุ่นตอนปลายเพศชายและเพศหญิงมีปัญหาการปรับตัวทางการเรียนมากที่สุด

ถิรนนท์ แก่นจันทร์หอม (2538) ทำการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายกับอัตมโนทัศน์ของนักเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายกับอัตมโนทัศน์ของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิงไม่มีความสัมพันธ์กัน แต่อัตมโนทัศน์ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุมาลี สังข์ศรี และคณะ (สำนักงาน ป.ป.ส., 2536) ทำการวิจัยการประเมินผลแผนป้องกันยาเสพติด พ.ศ. 2535-2539 ระยะที่ 1 เรื่อง การสำรวจความรู้ ความเข้าใจ และเจตคติต่อต้านยาเสพติดของกลุ่มเยาวชน ในสถานศึกษา เยาวชนนอกสถานศึกษา และประชากรวัยแรงงาน พบว่า ในการพิจารณาแนวโน้มของความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ความเข้าใจ และเจตคติต่อต้านยาเสพติด กลุ่มตัวอย่างที่มีความเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติดมาก มีแนวโน้มที่จะมีเจตคติต่อต้านยาเสพติดมากด้วย แต่เป็นที่น่าสังเกตว่าในกลุ่มมัธยมศึกษาชั้น นักเรียนยังมีเจตคติต่อต้านยาเสพติดไม่สูงนักและต่ำกว่ากลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างระดับประถมศึกษา อาชีวศึกษา เยาวชนนอกสถานศึกษา และประชากรวัยแรงงาน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนกลุ่มนี้เป็นกลุ่มวัยรุ่นที่กำลังอยากรู้อยากลอง ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องควรให้ความสนใจ และรณรงค์ให้มากขึ้นด้วย

วราภรณ์ นิธิจันทร์ (2539) ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวและเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรเพศและระดับคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 650 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามปัญหาการปรับตัวของมูเนย์แบบเจ (Mooney Problem Checklist Junior High School Form) พบว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีปัญหาการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านสุขภาพและการพัฒนาร่างกาย ด้านบ้านและครอบครัว และด้านการเงิน การงาน และอนาคต ซึ่งนักเรียนชายมีปัญหาการปรับตัวเรียงจากมากไปน้อยดังนี้ ด้านโรงเรียน ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ทั้งชายและหญิง ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ด้านการเงิน การงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป ด้านสุขภาพและพัฒนาร่างกาย ด้านบ้านและครอบครัว และยังพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับสูง ปานกลาง และต่ำ มีปัญหาการปรับตัวไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นในด้านโรงเรียน

ยวดี ลักษณะพิสุทธิ (2541) ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการสอนวิชาพลศึกษากระบี่ที่มีต่ออึดทนในทัศนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเบญจมราชาลัย พบว่าผลของการสอนวิชาพลศึกษา กระบี่ ทำให้ อึดทนในทัศนของนักเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บุษยา ทองมี (2542) ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการสอนทักษะกีฬาบอลเลย์บอลที่มีต่ออึดทนในทัศนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่าเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนอึดทนในทัศนหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มนักเรียน ที่มีระดับความสามารถทางทักษะสูง ปานกลาง ต่ำ มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทัศนีย์ ช้อนขุนทด (2542) ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการมีส่วนร่วมตามโปรแกรมเน้นหนักการที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านสมรรถภาพทางกายและอึดทนในทัศนของเยาวชนหญิงในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง พบว่าอึดทนในทัศนของเยาวชนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ทางด้านสติปัญญาและสถานภาพ ด้านรูปร่างและคุณสมบัติ และด้านความเป็นที่น่านิยม ในช่วงเวลาหลังสัปดาห์ที่ 8 อึดทนในทัศนของเยาวชนของกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ช่วงหลังสัปดาห์ที่ 8 ทางด้านพฤติกรรม ด้านรูปร่างลักษณะและคุณสมบัติ ด้านความวิตกกังวล ด้านความเป็นที่น่านิยมและด้านความเป็นสุขและความพึงพอใจ

อัปสรสิริ เอี่ยมประชา (2542) ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่าหลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับการโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรม และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

คมกฤช รัตตะมะณี (2543) ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการฝึกเกมเสริมกิจกรรมพลศึกษาที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษา พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวทางสังคมของกลุ่มทดลองเกมเสริมกิจกรรมพลศึกษามีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมก่อนการทดลองกับหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

โจนส์ (Jones, 1946) ทำการวิจัยเรื่อง การปรับตัวระหว่างนักเรียนที่มีร่างกายแข็งแรงกับนักเรียนที่มีร่างกายอ่อนแอ โดยคัดเลือกนักเรียนมัธยม 5 แห่ง ที่มีความแข็งแรงที่สุด 10 คน มีความอ่อนแอที่สุด 10 คน ใช้แบบทดสอบวัดการปรับตัวของแคลิฟอร์เนีย (California Reputation test) และระเบียบสะสม (Comulative Records) พบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีร่างกายแข็งแรงดีนั้น มีลักษณะรูปร่าง สมรรถภาพทางกาย การพัฒนาการด้านต่างๆ ฐานะทางสังคมและการปรับตัวมีผลดีอย่างน่าพึงพอใจมากกว่ากลุ่มที่มีร่างกายอ่อนแอ โจนส์ กล่าวสรุปว่า การปรับตัวทางสังคมกับความแข็งแรงทางสุขภาพร่างกายของนักเรียนมีความสัมพันธ์ในทางบวก แสดงว่าความแข็งแรงของสุขภาพเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งต่อการปรับตัวทางสังคม

บิดดูลพ์ (Biddulph, 1954) ทำการวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบบุคลิกภาพและการปรับตัวทางสังคมของผู้มีสัมฤทธิ์ผลทางกีฬาสูง และผู้มีสัมฤทธิ์ผลทางกีฬาต่ำ กลุ่มละ 50 คน โดยใช้นักเรียนชายระดับมัธยมศึกษา โดยใช้ความเห็นของครู (Teacher Rating) และแบบทดสอบบุคลิกภาพแคลิฟอร์เนีย (California Test of Personality) พบว่า ในกลุ่มผู้มีสัมฤทธิ์ผลทางกีฬาสูง มีบุคลิกภาพ และการปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่า กลุ่มผู้มีสัมฤทธิ์ผลทางกีฬาต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เพียร์ส และแฮร์ริส (Piers and Harris, 1964) ได้สร้างแบบทดสอบที่มีชื่อเสียงมากฉบับหนึ่ง เป็นแบบทดสอบวัดมโนภาพแห่งตน (The Piers -- Harris Self -- Concept Scale)

สำหรับเด็กอายุระหว่าง 8 -- 16 ปี โดยนำคุณลักษณะของเด็กที่ได้จากการสำรวจของเจอร์ซีลด์ มาเขียนประโยคบอกเล่าครอบคลุมลักษณะเกี่ยวกับตนทั้งในทางบวกและทางลบ จำนวนเท่าๆ กัน ซึ่งแต่ละประโยคจะมีระดับความเข้มของการประเมินมโนภาพแห่งตนแตกต่างกัน เพียร์สและแฮร์ริส ได้จัดแบ่งข้อความในแบบวัดนี้ออกเป็น 7 องค์ประกอบ คือ แสดงลักษณะทางด้านพฤติกรรมทางสังคม แสดงลักษณะทางสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน แสดงลักษณะทางรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ แสดงลักษณะทางความวิตกกังวล แสดงลักษณะความเป็นที่น่านิยม แสดงลักษณะทางความสุขและความพอใจ และแสดงลักษณะที่เป็นส่วนรวม ข้อความแต่ละข้อความของแบบสอบถามมีคำตอบ 2 คำตอบ คือ จริงและไม่จริง ผู้ตอบแบบทดสอบต้องเลือกคำตอบเพียงคำตอบเดียว คือ ถ้าข้อความตรงกับความจริงของผู้ตอบก็ให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ในช่องจริงและถ้าข้อความใดไม่ตรงกับความเป็นจริงของผู้ตอบก็ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องไม่จริงสำหรับการให้คะแนน ถ้าคำตอบข้อใดแสดงว่าบุคคลนั้นมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในทางบวก ข้อนั้นจะได้ 1 คะแนน และจะไม่ได้คะแนน ถ้าคำตอบข้อใดแสดงว่าบุคคลนั้นมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในทางลบ แบบทดสอบฉบับนี้หาค่าความเชื่อมั่นแบบสอบซ้ำได้ 0.77

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984) ได้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith Self-Esteem Inventory, 1985) โดยใช้รูปแบบของการรายงานตนเอง เขาได้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง 3 ฉบับ คือ ฉบับนักเรียน (School Form) ฉบับสั้น (School Short Form) และฉบับผู้ใหญ่ (Adult Form) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนเหมาะสมกับเด็กอายุ 8 -- 15 ปี ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความที่เป็นการรายงานตนเอง 50 ข้อแบ่งออกเป็นหมวดต่างๆ คือ ตนโดยทั่วไป ตนทางสังคม พ่อแม่และทางบ้าน โรงเรียน และการศึกษา และหมวดการตอบไม่ตรงกับความจริง

แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียน ได้มีผู้ศึกษาค่าความเที่ยง โดยการตรวจสอบความคงที่ภายในกับนักเรียนเกรด 5,9,12 รวม 600 คน ได้ค่า .81, .86, .80 ตามลำดับ และค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในจากการศึกษากับนักเรียนเกรด 4 - 8 จำนวน 2,600 คน สูงถึง .87 - .92 ส่วนความตรงได้ทดสอบกับนักเรียนเกรด 4 - 8 จำนวน 7,600 คนได้ยืนยันความตรงตามโครงสร้างทฤษฎี (Coopersmith, 1984)

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984) ได้นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนมาดัดแปลง และสร้างเป็นแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ฉบับสั้น แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้นประกอบด้วยข้อกระทย่อย 25 ข้อ มีการศึกษาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดการเห็น

คุณค่าในตนเอง ฉบับสั้นได้ค่า .86 ต่อมา มีการดัดแปลงภาษาและสถานการณ์ เป็นแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่เพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลที่มีอายุ ตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไปมีการศึกษานักเรียนระดับไฮสคูล และนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 647 คน โดยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น และแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่ แล้วหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดทั้ง 2 ได้ค่า สหสัมพันธ์สูงถึง .80 (Coopersmith, 1984) แสดงให้เห็นว่าแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith) ทั้ง 3 ฉบับ วัดในสิ่งเดียวกัน

เฮอร์แมน (Herman, 1994) ทำการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด การปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น พบว่าความเครียดและการปรับตัวมีความสัมพันธ์กันทางบวก และพ่อแม่หรือผู้ปกครอง แรงกดดันทางสังคมมีผลต่อความเครียดและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น

เชสโตพาล (Shestopal, 1998) ทำการวิจัยเรื่อง ผลกระทบทางจิตใจในการออกกำลังกายและโยคะที่มีต่ออึดมีทัศนคติของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและกิจกรรมด้านกายภาพที่มีต่ออึดมีทัศนคติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่แบบวัดรายงานตนเอง ตั้งแต่เริ่มศึกษาจนกระทั่งจบการศึกษา ผลการวิจัยพบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดไม่แตกต่างกันในด้านการนำเสนอด้านจิตใจ แต่แตกต่างกันด้านทัศนคติ และหลังการทดลองพบว่านักศึกษาที่เรียนวิชาโยคะ มีความเครียดมากกว่านักศึกษาที่เรียนวิชาออกกำลังกาย

สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษางานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่า ได้มีผู้วิจัยศึกษาถึงผลของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงด้านอึดมีทัศนคติ และการปรับตัวในทางที่ดีขึ้น ทั้งในด้านการสำรวจ การจัดกิจกรรม การเปรียบเทียบและการหาความสัมพันธ์ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น ที่เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงและความสับสนในชีวิตตนเองมากมาย แต่ยังไม่มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ เด็กวัยรุ่นที่อยู่ในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟู สมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) เพื่อศึกษาถึงผลของการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล ที่มีต่ออรรถมนทัศน์และปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นติดยาเสพติด ในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร

ประชากร

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นวัยรุ่นเพศชายผู้ติดยาเสพติด ที่สถานบำบัด รักษา และฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด ณ ศูนย์บริการสาธารณสุข เขตราชดำริ จำนวน 55 คน (บ้านพิชิตใจ) กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 12-25 ปี โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบอาสาสมัคร จำนวน 40 คน และใช้วิธีจับคู่เพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มทดลอง 20 คน ได้แก่ กลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่ผู้วิจัยจัดขึ้น เป็นเวลา 8 สัปดาห์ และสามารถปฏิบัติตามภารกิจได้ตามปกติ
2. กลุ่มควบคุม 20 คน ได้แก่ กลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล และสามารถปฏิบัติตามภารกิจได้ตามปกติ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ คะแนนอัตมโนทัศน์โดยรวม คะแนนอัตมโนทัศน์ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ ปัญหาการปรับตัวโดยรวม ปัญหาการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. อัตมโนทัศน์โดยรวม	.38	.47	.42	.48	.13
2. อัตมโนทัศน์ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ (Physical Appearances and Attributes)	.35	.46	.46	.41	1.34
3. ปัญหาการปรับตัวโดยรวม	1.55	.72	1.75	.83	.53
4. ปัญหาการปรับตัวด้านสุขภาพและการพัฒนาการทางด้านร่างกาย	1.42	.61	1.60	.83	.69

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 1 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบอัตมโนทัศน์โดยรวม อัตมโนทัศน์ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ ปัญหาการปรับตัวโดยรวม และปัญหาการปรับตัวด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย ก่อนทดลอง (pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 3 เครื่องมือ ดังนี้

1. โปรแกรมการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล โดยผู้วิจัยศึกษาจากแผนการสอนกีฬา วอลเลย์บอล ของบุษยา ทงมี (2542) เป็นแผนการสอน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ วันละ 1 ชั่วโมง ไว้ดังนี้ (ภาคผนวก ข)

- | | | |
|-------------|---|---------------------|
| เรื่องที่ 1 | การเคลื่อนที่เบื้องต้นของการเล่นวอลเลย์บอล | (แผนการสอนที่1-3) |
| เรื่องที่ 2 | การเล่นลูกสองมือล่าง | (แผนการสอนที่4-6) |
| เรื่องที่ 3 | การเล่นลูกสองมือล่างอยู่กับที่ และเคลื่อนที่ | (แผนการสอนที่7-9) |
| เรื่องที่ 4 | การเล่นลูกมือล่าง รับ-ส่งลูกตามจุดที่กำหนดให้ | (แผนการสอนที่10-12) |
| เรื่องที่ 5 | การเล่นลูกมือล่างข้ามตาข่าย | (แผนการสอนที่13-15) |
| เรื่องที่ 6 | การเสิร์ฟมือล่าง | (แผนการสอนที่16-18) |
| เรื่องที่ 7 | การวางตัวผู้เล่น การเสิร์ฟและการนับคะแนน | (แผนการสอนที่19-21) |
| เรื่องที่ 8 | กติกากการเล่นเป็นทีม | (แผนการสอนที่22-24) |

2. แบบวัดอัตมโนทัศน์ ซึ่งทัศนีย์ ช้อนขุนทด (2542) ได้พัฒนาจากแบบวัดอัตมโนทัศน์ของ เพียส และ แฮร์ริส (Ellen V. Piers and Dale B. Harris) ชื่อ The Piers-Harris Children's Self-Concept Scale เป็นประโยคบอกเล่า ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบดังนี้ (ภาคผนวก ค)

- | | |
|-----------------|---------------------------|
| องค์ประกอบที่ 1 | พฤติกรรม |
| องค์ประกอบที่ 2 | สภาพทางสติปัญญาและสถานภาพ |
| องค์ประกอบที่ 3 | รูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ |
| องค์ประกอบที่ 4 | ความวิตกกังวล |
| องค์ประกอบที่ 5 | ความเป็นที่น่านิยม |
| องค์ประกอบที่ 6 | ความสุขและความพึงพอใจ |

ลักษณะของแบบสอบถามเป็น ข้อความที่ผู้ตอบได้อ่านตรงกับความรู้สึกของตนเองหรือไม่ จึง มีคำตอบได้เพียง 2 คำตอบ คือ จริง และไม่จริง

ถ้าเป็นคำตอบที่แสดงว่าบุคคลนั้นมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในทางด้านดี (ทางบวก)
 ข้อนั้นได้ 1 คะแนน

คำตอบใดที่แสดงว่าบุคคลนั้นมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองไปในทางที่ไม่ดี (ทางลบ)
 ข้อนั้นจะได้ 0 คะแนน

การแปลความหมายของค่าเฉลี่ย (\bar{x}) เป็นระดับอัตมโนทัศน์ดังนี้

.00 - .25	อยู่ในระดับ	ควรปรับปรุง
.26 - .50	อยู่ในระดับ	พอใช้
.51 - .75	อยู่ในระดับ	ดี
.76 - 1.00	อยู่ในระดับ	ดีมาก

แบบทดสอบด้านอัตมโนทัศน์นี้ ทศนีย์ ช้อนขุนทด (2543) ได้พัฒนามาจากแบบวัด
 อัตมโนทัศน์ของเพียร์ส และ แฮร์ริส (Ellen V. Piers and Dale B. Harris) ชื่อ The Piers-
 Harris Children's Self- Concept Scale ได้นำไปทดสอบกับเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก
 และเยาวชนกลาง ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คนเพื่อหาค่าความเที่ยงของแบบวัด คำนวณโดย
 ใช้แบบของ คูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder - Richardson Formula) ผลปรากฏว่ามีความเชื่อถือได้
 ของแบบวัดมีค่า .80

3. แบบวัดการปรับตัว โดย วราภรณ์ นิธิจันทร์ (2539) ดัดแปลงมาจากแบบสำรวจปัญหา
 การปรับตัว (Mooney Problem Check list) ของมูนีย์ (Mooney, 1950) ลักษณะแบบสอบถาม
 เป็นแบบประเมินค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ ประกอบด้วยปัญหาต่างๆ จำนวน 7 ด้าน ดังนี้
 (ภาคผนวก ง)

1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย
2. ด้านโรงเรียน
3. ด้านบ้านและครอบครัว
4. ด้านการเงิน การงาน และอนาคต
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิงได้แก่
6. ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง

การแปลความหมายของค่าเฉลี่ย (\bar{x})	เป็นระดับปัญหาการปรับตัวดังนี้
1.00 -- 1.49	หมายถึง ไม่มีปัญหาการปรับตัว
1.50 -- 2.49	หมายถึง มีปัญหาการปรับตัวในระดับเล็กน้อย
2.50 -- 3.49	หมายถึง มีปัญหาการปรับตัวในระดับมาก
3.50 -- 4.00	หมายถึง มีปัญหาการปรับตัวในระดับมากที่สุด

วิเคราะห์หาความเที่ยงและความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Coefficient Alpha Cronbach Method) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามปัญหาการปรับตัวเท่ากับ .97 (อ้างถึงใน วราภรณ์ นิธิจันทร์, 2539)

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. ขอความร่วมมือจากหัวหน้าศูนย์บริการสาธารณสุข เขตราชดำริ เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย ณ.บ้านพิชิตใจ กรุงเทพมหานคร
2. ประสานงานในด้านเวลาการทำวิจัย และในด้านสถานที่ ณ. บ้านพิชิตใจในการทำวิจัย
2. ทำการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างประชากร โดยให้กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดอัตโนมัตินิทัศน์และแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวก่อนการทดลอง (Pre-test) แล้วบันทึกผลไว้
4. ทำการสอนทักษะกีฬาบอลเลย์บอลให้กับกลุ่มทดลองตามแผนการสอน
5. ภายหลังสัปดาห์ที่ 8 นำแบบวัดอัตโนมัตินิทัศน์และแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวให้กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมทำอีกครั้ง (Post-test)
6. นำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดไปวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลและค่าสถิติต่างๆ ด้วยคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรม SPSS (Statistical for the social science) โดยใช้สถิติดังนี้ คือ

1. หาค่าร้อยละ เพื่อบรรยาย อายุ และ ภูมิภาค
2. การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบวัดอัตโนมัตินิทัศน์และแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวดังนี้
 - 2.1 นำคะแนนที่ได้จากก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) มาหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
 - 2.2 หาค่าที (t-test) เปรียบเทียบผลก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

(หลังสัปดาห์ที่ 8) ของแต่ละรายการภายในกลุ่มและระหว่างกลุ่ม

3. กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. นำผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบวัดทัศนคติและแบบวัดการปรับตัวที่ได้มาเสนอในรูปแบบตารางและความเรียง



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีผลต่ออัฒมโนทัศน์ และปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นติดยาเสพติดในสถานบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร (สมาชิกบ้านพิชิตใจ) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบอัฒมโนทัศน์ และปัญหาการปรับตัว ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ และนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป (SPSS FOR WINDOW VERSION 11.0) เพื่อนำมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าสถิติเชิงเปรียบเทียบ คือ ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ค่า “ที” (t-test) แล้วนำผลการวิเคราะห์มาเสนอในรูปตารางและความเรียง ดังต่อไปนี้



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของสมาชิกในบ้านพิชิตใจ จำแนกตามอายุและภูมิลำเนา (N= 40)

รายการ	จำนวน (N=40คน)	ร้อยละ
อายุ		
17 ปี	2	5.00
18 ปี	7	17.50
19 ปี	7	17.50
20 ปี	4	10.00
22 ปี	3	7.50
23 ปี	5	12.50
24 ปี	7	17.50
25 ปี	5	12.50
รวม	40	100.00
ภูมิลำเนา		
กรุงเทพมหานคร	25	62.50
ต่างจังหวัด	15	37.50
รวม	40	100.00

จากตารางที่ 2 แสดงถึงจำนวนและร้อยละของสมาชิกบ้านพิชิตใจ พบว่าอายุของสมาชิกบ้านพิชิตใจร้อยละ 50.00 ขึ้นไป มีอายุมากกว่า 20 ปี และภูมิลำเนาของสมาชิกบ้านพิชิตใจในกรุงเทพมหานคร มีจำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 62.50 ภูมิลำเนาในต่างจังหวัด มีจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 37.50

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์ ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

องค์ประกอบของอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (Behavior)	.36	.47	.39	.50	.64
2. ด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน (Intellectual and Status)	.40	.49	.44	.41	1.04
3. ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ (Physical Appearances and Attributes)	.35	.46	.46	.41	1.34
4. ด้านความวิตกกังวล (Anxiety)	.47	.46	.48	.47	1.03
5. ด้านความเป็นที่น่านิยม (Popularity)	.20	.42	.33	.44	1.42
6. ด้านความสุขและความพอใจ (Happiness and Satisfaction)	.48	.46	.44	.44	.48
รวม	.38	.47	.42	.48	.13

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 3 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบคะแนนอัตมโนทัศน์ด้านองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์ ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ก่อนการทดลอง(pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม(N=40)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ฉันคุยกับเพื่อนเสมอเวลาเล่นกีฬาหรือกิจกรรมอื่นๆ เมื่อมีผู้สอน	.55	.51	.65	.49	.63
2.	ฉันมักจะคอยจ้อเพื่อนให้เล่นกีฬาด้วย	.40	.50	.30	.47	.65
3.	ฉันมักจะขัดใจเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอจนต้องมีคนแก้ไขให้	.25	.44	.15	.37	.77
4.	เพื่อนๆมักว่าฉันเป็นคนงุ่มง่าม	.30	.47	.20	.41	.71
5.	ฉันมักโกรธเพื่อนที่เล่นได้ไม่ดี	.30	.47	.45	.51	-.96
6.	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจเมื่อครูมอบหน้าที่ให้ฉันเป็นหัวหน้ากลุ่ม	.35	.49	.60	.50	1.59
7.	ฉันเป็นคนที่ชอบต่อว่าเพื่อนเมื่อเขาเล่นกีฬาไม่ถูกต้อง	.35	.49	.45	.51	.63
8.	ฉันขาดความอดทนในการฝึกทักษะร่วมกับเพื่อน	.30	.47	.40	.50	.65
9.	ในการเล่นทีมเพื่อนๆจะโทษว่าฉันเล่นไม่เก่ง	.30	.47	.45	.51	-.67
10.	ฉันได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนกลุ่มเดียวกันในการเล่นกีฬา	.80	.41	.80	.41	.00
11.	เมื่อฉันนำเล่นกีฬาเพื่อนๆมักจะไม่ทำตามที่ฉันสั่ง	.40	.50	.15	.37	-1.70
12.	ฉันมักจะฟ้องครูเสมอเมื่อมีเรื่องทะเลาะกับเพื่อน	.25	.44	.20	.41	.37
13.	ตามปกติเมื่อเกิดอะไรผิดพลาดขึ้นฉันจะเป็นความผิดของฉัน	.15	.37	.25	.44	.77

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
14.	ฉันมักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอ	.10	.31	.20	.41	.87
15.	ฉันไม่เคยได้รับเลือกให้เป็นผู้นำเลย	.25	.44	.30	.47	.34
16.	ฉันเล่นกีฬาที่ครูสอนได้เร็ว	.75	.44	.70	.47	.34
17.	ฉันไม่เข้าใจที่ครูอธิบายแต่ก็ไม่กล้าถาม ต้องขอให้เพื่อนถามให้	.35	.49	.35	.49	.00
18.	ฉันเป็นคนเล่นกีฬาเก่งเพื่อน ๆ มักเข้าร่วมทีมด้วย	.20	.41	.50	.51	-2.04*
19.	ฉันใช้เวลามากกว่าเพื่อนคนอื่นที่จะฝึกหรือเล่นกีฬาได้ดี	.55	.51	.45	.51	.62
20.	ฉันมักได้รับเลือกเป็นผู้เล่นในทีม	.55	.51	.65	.49	.63
21.	ฉันรู้และเข้าใจจุดอ่อนของฝ่ายตรงข้ามเสมอ					
22.	เวลาที่อยู่สถานที่ฝึกอบรม ฉันมักอาสาทำสิ่งต่างๆอยู่เสมอ	.50	.51	.50	.51	.00
23.	เพื่อน ๆ มักชมว่าฉันมีรูปร่างดี	.45	.51	.40	.50	.31
24.	ฉันเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมและเล่นกีฬาต่างๆ	.30	.47	.30	.47	.00
25.	ฉันอยากให้ครูทำโทษเพื่อน ๆ ที่ผิดระเบียบกติกาก	.10	.31	.20	.41	.87
26.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจเรื่องท่าทางการเดินและวิ่งของฉัน	.40	.51	.55	.51	.93
27.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นคนกล้าหาญ	.15	.37	.45	.51	-2.13*
28.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นตัวตลก	.55	.51	.50	.51	.30
29.	เพื่อน ๆ ยอมรับความคิดเห็นของฉันเสมอในการแข่งขัน	.25	.44	.35	.49	.67
		.65	.49	.70	.47	.33

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
30.	ฉันรู้สึกประหม่าตื่นเต้นตกใจเมื่ออยู่ในสนามแข่งขัน	.55	.51	.60	.50	.31
31.	ฉันดื่มน้ำมากก่อนการแข่งขัน	.35	.49	.30	.47	.33
32.	ฉันไม่เคยยอมแพ้จนกว่าจะสิ้นสุดการแข่งขัน	.80	.41	.80	.41	.00
33.	ฉันมักมีความประหม่าเมื่อครูให้ออกมาแสดงการเล่นให้เพื่อนดู	.45	.51	.60	.50	.93
34.	ฉันไม่ชอบเล่นกีฬาที่ฉันเล่นไม่ดี	.65	.49	.60	.50	.32
35.	ฉันรู้สึกประหม่าเมื่อครูเรียกให้ตอบคำถาม	.45	.51	.40	.50	.31
36.	ขณะทำการแข่งขันฉันรู้สึกกลัว	.35	.49	.30	.47	.33
37.	เพื่อนๆมักคอยจับผิดฉันเสมอ	.15	.37	.25	.44	.77
38.	ผู้คนมักสนใจฉันเล่นกีฬาเสมอ	.20	.41	.20	.41	.00
39.	ครูจะเลือกฉันเป็นคนสุดท้ายในการแข่งขัน	.15	.37	.25	.44	.77
40.	ฉันเคยได้รับรางวัลในการแข่งขันกีฬามาก	.15	.37	.25	.44	.77
41.	ในการแข่งขันกีฬาเพื่อนๆมักเลือกฉันเป็นผู้เล่นเสมอ	.45	.51	.35	.49	.63
42.	ในการเล่นทีมเพื่อนๆมักจะแย่งเลือกฉัน	.15	.37	.35	.49	-1.46
43.	เวลาครูให้รางวัลฉันอยากเป็นคนแรกที่ได้รับ	.10	.31	.60	.50	-3.79*
44.	เพื่อนๆยอมรับความคิดเห็นของฉันในการแข่งขัน	.60	.50	.55	.51	-.31
45.	เพื่อนร่วมทีมหวังในตัวฉันมากเกินไป	.15	.37	.40	.50	1.70
46.	ฉันพอใจเมื่อมีใครชมว่าฉันมีท่าทางที่สวยงามในการเล่นกีฬา	.70	.47	.35	.49	-2.30*

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
47.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจในเรื่องชุดกีฬาที่สวมใส่ของฉัน	.30	.47	.45	.41	.06
48.	ฉันพอใจที่จะเป็นผู้ดูมากกว่าผู้เล่น	.40	.50	.55	.51	-.93
49.	ฉันไม่อยากมีชื่อเสียงเหมือนน้องแว่น นักกีฬาบาสเกตบอลทีมชาติไทย	.80	.41	.40	.50	2.75*
50.	ฉันชอบกีฬาในร่มมากกว่ากีฬากลางแจ้ง	.40	.50	.40	.50	.00
รวม		.38	.47	.42	.48	.13

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ±2.02)

จากตารางที่ 4 แสดงว่า คะแนนอัตมโนทัศน์ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมค่า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่ 18, 26, 43, 46 และ ข้อที่ 49 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์ หลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

องค์ประกอบของอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (Behavior)	.44	.42	.36	.50	.83
2. ด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน (Intellectual and Status)	.45	.44	.55	.48	1.54
3. ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ (Physical Appearances and Attributes)	.58	.48	.51	.47	1.84
4. ด้านความวิตกกังวล (Anxiety)	.64	.52	.39	.47	1.92
5. ด้านความเป็นที่น่านิยม (Popularity)	.43	.32	.53	.49	2.09*
6. ด้านความสุขและความพอใจ (Happiness and Satisfaction)	.58	.31	.54	.34	1.42
รวม	.49	.46	.45	.47	.25

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 5 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบคะแนนอัตมโนทัศน์ด้านองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์ หลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านความเป็นที่น่านิยม (Popularity) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ หลังการทดลอง(post-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม(N=40)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ฉันคุยกับเพื่อนเสมอเวลาเล่นกีฬาหรือกิจกรรมอื่นๆ เมื่อมีผู้สอน	.50	.51	.45	.51	.30
2.	ฉันมักจะคอยจ้อเพื่อนให้เล่นกีฬาด้วย	.50	.51	.55	.51	.30
3.	ฉันมักจะขี้ใจเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอจนต้องมีคนแก้ไขให้	.40	.50	.20	.41	-1.37
4.	เพื่อนๆมักว่าฉันเป็นคนงุ่มง่าม	.25	.44	.10	.31	-1.24
5.	ฉันมักโกรธเพื่อนที่เล่นได้ไม่ดี	.50	.51	.20	.41	-2.04*
6.	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจเมื่อครูมอบหน้าที่ให้ฉันเป็นหัวหน้ากลุ่ม	.90	.20	.30	.47	1.19
7.	ฉันเป็นคนที่ชอบต่อว่าเพื่อนเมื่อเขาเล่นกีฬาไม่ถูกต้อง	.40	.50	.45	.51	.31
8.	ฉันขาดความอดทนในการฝึกทักษะร่วมกับเพื่อน	.60	.50	.35	.49	1.59
9.	ในการเล่นทีมเพื่อนๆจะโทษว่าฉันเล่นไม่เก่ง	.30	.47	.40	.50	.65
10.	ฉันได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนกลุ่มเดียวกันในการเล่นกีฬา	.45	.51	.60	.50	.93
11.	เมื่อฉันนำเล่นกีฬาเพื่อนๆมักจะไม่ทำตามที่ฉันสั่ง	.40	.50	.40	.50	.00
12.	ฉันมักจะฟ้องครูเสมอเมื่อมีเรื่องทะเลาะกับเพื่อน	.30	.47	.35	.49	.33
13.	ตามปกติเมื่อเกิดอะไรผิดพลาดขึ้นมักจะเป็นความผิดของฉัน	.20	.41	.30	.47	.71

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
14.	ฉันมักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอ	.25	.44	.30	.47	.34
15.	ฉันไม่เคยได้รับเลือกให้เป็นผู้นำเลย	.35	.49	.10	.31	-1.03
16.	ฉันเล่นกีฬาที่ครูสอนได้เร็ว	.45	.51	.65	.49	1.26
17.	ฉันไม่เข้าใจที่ครูอธิบายแต่ก็ไม่กล้าถาม ต้องขอให้เพื่อนถามให้	.60	.50	.35	.49	1.59
18.	ฉันเป็นคนเล่นกีฬาเก่งเพื่อน ๆ มักเข้าร่วมทีมด้วย	.35	.49	.55	.51	1.26
19.	ฉันใช้เวลามากกว่าเพื่อนคนอื่นที่จะฝึกหรือเล่นกีฬาได้ดี	.60	.50	.45	.51	.93
20.	ฉันมักได้รับเลือกเป็นผู้เล่นในทีม	.30	.47	.80	.41	3.58*
21.	ฉันรู้และเข้าใจจุดอ่อนของฝ่ายตรงข้ามเสมอ	.55	.51	.80	.41	-1.70
22.	เวลาที่อยู่สถานที่ฝึกอบรม ฉันมักอาสาทำสิ่งต่างๆอยู่เสมอ	.50	.51	.75	.44	-1.64
23.	เพื่อน ๆ มักชมว่าฉันมีรูปร่างดี	.50	.51	.75	.44	-1.64
24.	ฉันเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมและเล่นกีฬาต่างๆ	.60	.50	.40	.50	1.25
25.	ฉันอยากให้คุณครูทำโทษเพื่อน ๆ ที่ผิดระเบียบกติกากติกา	.45	.51	.50	.51	.30
26.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจเรื่องท่าทางการเดินและวิ่งของฉัน	.45	.51	.35	.49	.63
27.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นคนกล้าหาญ	.65	.49	.70	.47	.33
28.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นตัวตลก	.55	.51	.50	.51	.30
29.	เพื่อน ๆ ยอมรับความคิดเห็นของฉันเสมอในการแข่งขัน	.80	.41	.60	.50	-1.37

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตถิภาสกรรม	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
30.	ฉันรู้สึกประหม่าตื่นเต้นตกใจเมื่ออยู่ในสนามแข่งขัน	.25	.16	.20	.41	.72
31.	ฉันดื่มน้ำมากก่อนการแข่งขัน	.50	.51	.45	.51	.30
32.	ฉันไม่เคยยอมแพ้จนกว่าจะสิ้นสุดการแข่งขัน	.85	.37	.50	.51	-2.48*
33.	ฉันมักมีความประหม่าเมื่อครูให้ออกมาแสดงการเล่นให้เพื่อนดู	.55	.51	.35	.49	1.26
34.	ฉันไม่ชอบเล่นกีฬาที่ฉันเล่นไม่ดี	.65	.49	.60	.50	.31
35.	ฉันรู้สึกประหม่าเมื่อครูเรียกให้ตอบคำถาม	.45	.51	.45	.51	.00
36.	ขณะทำการแข่งขันฉันรู้สึกกลัว	.85	.21	.30	.47	1.09
37.	เพื่อนๆมักคอยจับผิดฉันเสมอ	.25	.44	.30	.47	.34
38.	ผู้คนมักสนใจฉันเล่นกีฬาเสมอ	.65	.49	.60	.50	.31
39.	ครูจะเลือกฉันเป็นคนสุดท้ายในการแข่งขัน	.40	.50	.50	.51	.62
40.	ฉันเคยได้รับรางวัลในการแข่งขันกีฬา	.40	.50	.50	.51	.62
41.	ในการแข่งขันกีฬาเพื่อนๆมักเลือกฉันเป็นผู้เล่นเสมอ	.45	.51	.60	.50	.93
42.	ในการเล่นทีมเพื่อนๆมักจะแย่งเลือกฉัน	.35	.49	.40	.50	.31
43.	เวลาครูให้รางวัลฉันอยากเป็นคนแรกที่ได้รับ	.30	.47	.55	.51	-1.61
44.	เพื่อนๆยอมรับความคิดเห็นของฉันในการแข่งขัน	.75	.44	.10	.15	.71
45.	เพื่อนร่วมทีมหวังในตัวฉันมากเกินไป	.55	.51	.55	.51	.00
46.	ฉันพอใจเมื่อมีใครชมว่าฉันมีท่าทางที่สวยงามในการเล่นกีฬา	.45	.51	.55	.51	.62

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
47.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจในเรื่องชุดกีฬาที่สวมใส่ ของฉัน	.60	.50	.35	.49	1.54
48.	ฉันพอใจที่จะเป็นผู้ดูมากกว่าผู้เล่น	.50	.51	.25	.44	-1.64
49.	ฉันไม่ยอมให้มีชื่อเสียงเหมือนน้องแว่น นัก กีฬาบาสเกตบอลทีมชาติไทย	.65	.49	.60	.50	.31
50.	ฉันชอบกีฬาในร่มมากกว่ากีฬากลางแจ้ง	.55	.51	.35	.49	1.26
รวม		.49	.46	.45	.47	.25

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 6 แสดงว่าคะแนนอัตมโนทัศน์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยรวม หลังการทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่ 5, 20 และข้อที่ 32 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ของกลุ่มทดลอง(N=40)

องค์ประกอบของอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (Behavior)	.36	.47	.44	.42	-.96
2. ด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน (Intellectual and Status)	.40	.49	.45	.44	-.60
3. ด้านรูปร่างและคุณสมบัติ (Physical Appearances and Attributes)	.35	.46	.58	.48	-3.20*
4. ด้านความวิตกกังวล (Anxiety)	.47	.66	.64	.52	-1.42
5. ด้านความเป็นที่น่านิยม (Popularity)	.20	.32	.43	.32	-2.74*
6. ด้านความสุขและความพอใจ (Happiness and Satisfaction)	.48	.36	.58	.31	-1.25
รวม	.38	.47	.49	.46	.83

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 7 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบคะแนนอัตมโนทัศน์ด้านองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์โดยรวม ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ของกลุ่มทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าองค์ประกอบด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ (Physical Appearances and Attributes) และด้านความเป็นที่น่านิยม (Popularity) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ ก่อน และหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8)ของกลุ่มทดลอง(N=40)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ฉันคุยกับเพื่อนเสมอเวลาเล่นกีฬาหรือกิจกรรมอื่นๆ เมื่อมีผู้สอน	.55	.51	.45	.51	.29
2.	ฉันมักจะคอยจ้อเพื่อนให้เล่นกีฬาด้วย	.40	.50	.55	.51	-.62
3.	ฉันมักจะขี้ใจเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอจนต้องมีคนแก้ไขให้	.25	.44	.20	.41	-1.00
4.	เพื่อนๆมักว่าฉันเป็นคนงุ่มง่าม	.30	.47	.10	.31	.37
5.	ฉันมักโกรธเพื่อนที่เล่นได้ไม่ดี	.30	.47	.20	.41	-1.71
6.	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจเมื่อครูมอบหน้าที่ให้ฉันเป็นหัวหน้ากลุ่ม	.35	.49	.30	.47	-1.07
7.	ฉันเป็นคนที่ชอบต่อว่าเพื่อนเมื่อเขาเล่นกีฬาไม่ถูกต้อง	.35	.49	.45	.51	-.32
8.	ฉันขาดความอดทนในการฝึกทักษะร่วมกับเพื่อน	.30	.47	.35	.49	-1.83
9.	ในการเล่นทีมเพื่อนๆจะโทษว่าฉันเล่นไม่เก่ง	.30	.47	.40	.50	.00
10.	ฉันได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนกลุ่มเดียวกันในการเล่นกีฬา	.80	.41	.60	.50	2.10*
11.	เมื่อฉันนำเล่นกีฬาเพื่อนๆมักจะไม่ทำตามที่ฉันสั่ง	.40	.50	.40	.50	.00
12.	ฉันมักจะฟ้องครูเสมอเมื่อมีเรื่องทะเลาะกับเพื่อน	.25	.44	.35	.49	-.37
13.	ตามปกติเมื่อเกิดอะไรผิดพลาดฉันมักจะเป็นความผิดของฉัน	.15	.37	.30	.47	-.43

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
14.	ฉันมักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอ	.10	.31	.30	.47	-1.14
15.	ฉันไม่เคยได้รับเลือกให้เป็นผู้นำเลย	.25	.44	.35	.49	.81
16.	ฉันเล่นกีฬาที่ครูสอนได้เร็ว	.75	.44	.45	.51	1.83
17.	ฉันไม่เข้าใจที่ครูอธิบายแต่ก็ไม่กล้าถาม ต้อง ขอให้เพื่อนถามให้	.35	.49	.60	.50	-1.75
18.	ฉันเป็นคนเล่นกีฬาเก่งเพื่อน ๆ มักเข้าร่วมทีมด้วย	.20	.41	.35	.49	-1.14
19.	ฉันใช้เวลามากกว่าเพื่อนคนอื่นที่จะฝึกหรือเล่นกีฬาได้ดี	.55	.51	.60	.50	-.37
20.	ฉันมักได้รับเลือกเป็นผู้เล่นในทีม	.55	.51	.30	.47	1.75
21.	ฉันรู้และเข้าใจจุดอ่อนของฝ่ายตรงข้ามเสมอ	.50	.51	.55	.51	-3.26*
22.	เวลาที่อยู่สถานที่ฝึกอบรม ฉันมักอาสาทำสิ่งต่างๆอยู่เสมอ	.45	.51	.50	.51	-.37
23.	เพื่อน ๆ มักชมว่าฉันมีรูปร่างดี	.30	.47	.50	.51	-1.28
24.	ฉันเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมและเล่นกีฬาต่างๆ	.10	.31	.60	.50	-3.68*
25.	ฉันอยากให้ครูทำโทษเพื่อน ๆ ที่ผิดระเบียบกติกาก	.40	.51	.45	.51	-.37
26.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจเรื่องท่าทางการเดินและวิ่งของฉัน	.15	.37	.45	.51	-2.34*
27.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นคนกล้าหาญ	.55	.51	.65	.49	-.69
28.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นตัวตลก	.25	.44	.55	.51	-2.34*
29.	เพื่อน ๆ ยอมรับความคิดเห็นของฉันเสมอในการแข่งขัน	.65	.49	.80	.41	-1.14

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
30	ฉันรู้สึกประหม่าตื่นเต้นตกใจเมื่ออยู่ในสนามแข่งขัน	.55	.51	.25	.16	-1.04
31	ฉันตื่นน้ำมาก่อนการแข่งขัน	.35	.49	.50	.51	-1.00
32	ฉันไม่เคยยอมแพ้จนกว่าจะสิ้นสุดการแข่งขัน	.80	.41	.85	.37	-.37
33	ฉันมักมีความประหม่าเมื่อครูให้ออกมาแสดงการเล่นให้เพื่อนดู	.45	.51	.55	.51	-.69
34	ฉันไม่ชอบเล่นกีฬาที่ฉันเล่นไม่ดี	.65	.49	.65	.49	.00
35	ฉันรู้สึกประหม่าเมื่อครูเรียกให้ตอบคำถาม	.45	.51	.45	.51	.00
36	ขณะทำการแข่งขันฉันรู้สึกกลัว	.35	.49	.85	.21	-.97
37	เพื่อนๆมักคอยจับผิดฉันเสมอ	.15	.37	.25	.44	-1.00
38	ผู้คนมักสนใจฉันเล่นกีฬาเสมอ	.20	.41	.65	.49	-3.32*
39	ครูจะเลือกฉันเป็นคนสุดท้ายในการแข่งขัน	.15	.37	.40	.50	-2.03*
40	ฉันเคยได้รับรางวัลในการแข่งขันกีฬามาก	.15	.37	.40	.50	-1.75
41	ในการแข่งขันกีฬาเพื่อนๆมักเลือกฉันเป็นผู้เล่นเสมอ	.45	.51	.45	.51	.00
42	ในการเล่นที่ทีมเพื่อนๆมักจะแย่งเลือกฉัน	.15	.37	.35	.49	-1.45
43	เวลาครูให้รางวัลฉันอยากเป็นคนแรกที่ได้รับ	.10	.31	.30	.47	-1.71
44	เพื่อนๆยอมรับความคิดเห็นของฉันในการแข่งขัน	.60	.50	.75	.44	-1.14
45	เพื่อนร่วมทีมหวังในตัวฉันมากเกินไป	.15	.37	.55	.51	-2.62*
46	ฉันพอใจเมื่อมีใครชมว่าฉันมีท่าทางที่สวยงามในการเล่นกีฬา	.70	.47	.45	.51	1.75

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
47.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจในเรื่องชุดกีฬาที่สวมใส่ของฉัน	.30	.47	.60	.50	-1.83
48.	ฉันพอใจที่จะเป็นผู้ดูมากกว่าผู้เล่น	.40	.50	.50	.51	-.62
49.	ฉันไม่อยากมีชื่อเสียงเหมือนน้องแว่น นักกีฬาบาสเกตบอลทีมชาติไทย	.80	.41	.65	.49	1.00
50.	ฉันชอบกีฬาในร่มมากกว่ากีฬากลางแจ้ง	.40	.50	.55	.51	-.90
รวม		.38	.47	.49	.46	.83

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 8 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบคะแนนอัตมโนทัศน์โดยรวม ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 10, 21, 24, 26, 28, 38, 39 และข้อที่ 45 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ จำแนกตามองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์ ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ของกลุ่มควบคุม(N=40)

องค์ประกอบของอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (Behavior)	.39	.40	.36	.50	.44
2. ด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน (Intellectual and Status)	.44	.41	.55	.48	-1.89
3. ด้านรูปร่างและคุณสมบัติ (Physical Appearances and Attributes)	.46	.41	.51	.47	-.59
4. ด้านความวิตกกังวล (Anxiety)	.48	.47	.39	.47	1.13
5. ด้านความเป็นที่น่านิยม (Popularity)	.33	.44	.53	.49	-1.96
6. ด้านความสุขและความพอใจ (Happiness and Satisfaction)	.44	.44	.54	.44	-.95
รวม	.42	.47	.45	.48	.72

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 9 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบคะแนนอัตมโนทัศน์ด้านองค์ประกอบของอัตมโนทัศน์ ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ของกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของคะแนนอัตมโนทัศน์ ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม(N=40)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ฉันคุยกับเพื่อนเสมอเวลาเล่นกีฬาหรือกิจกรรมอื่นๆ เมื่อมีผู้สอน	.65	.49	.45	.51	.29
2.	ฉันมักจะคอยจ้อเพื่อนให้เล่นกีฬาด้วย	.30	.47	.55	.51	-.62
3.	ฉันมักจะขี้ใจเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอจนต้องมีคนแก้ไขให้	.15	.37	.20	.41	-1.00
4.	เพื่อนๆมักว่าฉันเป็นคนงุ่มง่าม	.20	.41	.10	.31	.37
5.	ฉันมักโกรธเพื่อนที่เล่นได้ไม่ดี	.45	.51	.20	.41	-1.71
6.	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจเมื่อครูมอบหน้าที่ให้ฉันเป็นหัวหน้ากลุ่ม	.60	.50	.30	.47	-1.07
7.	ฉันเป็นคนที่ชอบต่อว่าเพื่อนเมื่อเขาเล่นกีฬาไม่ถูกต้อง	.45	.51	.45	.51	-.32
8.	ฉันขาดความอดทนในการฝึกทักษะร่วมกับเพื่อน	.40	.50	.35	.49	-1.83
9.	ในการเล่นทีมเพื่อนๆจะโทษว่าฉันเล่นไม่เก่ง	.45	.51	.40	.50	.00
10.	ฉันได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนกลุ่มเดียวกันในการเล่นกีฬา	.80	.41	.60	.50	2.10*
11.	เมื่อฉันนำเล่นกีฬาเพื่อนๆมักจะไม่ทำตามที่ผมสั่ง	.15	.37	.40	.50	.00
12.	ฉันมักจะฟ้องครูเสมอเมื่อมีเรื่องทะเลาะกับเพื่อน	.20	.41	.35	.49	-.37
13.	ตามปกติเมื่อเกิดอะไรผิดพลาดขึ้นมักจะ เป็นความผิดของฉัน	.25	.44	.30	.47	-.43

ตารางที่ 9 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
14.	ฉันมักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอ	.20	.41	.30	.47	1.14
15.	ฉันไม่เคยได้รับเลือกให้เป็นผู้นำเลย	.30	.47	.10	.31	-.81
16.	ฉันเล่นกีฬาที่ครูสอนได้เร็ว	.70	.47	.65	.49	1.83
18.	ฉันไม่เข้าใจที่ครูอธิบายแต่ก็ไม่กล้าถามต้องขอให้เพื่อนถามให้	.35	.49	.34	.49	-1.75
19.	ฉันเป็นคนเล่นกีฬาเก่งเพื่อน ๆ มักเข้าร่วมทีมด้วย	.50	.51	.55	.51	-1.14
20.	ฉันใช้เวลามากกว่าเพื่อนคนอื่นที่จะฝึกหรือเล่นกีฬาได้ดี	.45	.51	.45	.51	-.37
20.	ฉันมักได้รับเลือกเป็นผู้เล่นในทีม	.65	.49	.80	.41	1.75
21.	ฉันรู้และเข้าใจจุดอ่อนของฝ่ายตรงข้ามเสมอ	.50	.51	.80	.41	-3.26*
22.	เวลาที่อยู่สถานที่ฝึกอบรม ฉันมักอาสาทำสิ่งต่างๆอยู่เสมอ	.40	.50	.75	.44	-.37
23.	เพื่อน ๆ มักชมว่าฉันมีรูปร่างดี	.30	.47	.75	.44	-1.28
24.	ฉันเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมและเล่นกีฬาต่างๆ	.20	.41	.40	.50	-3.68*
25.	ฉันอยากให้ครูทำโทษเพื่อน ๆ ที่ผิดระเบียบกติกาก	.55	.51	.50	.51	-.37
26.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจเรื่องท่าทางการเดินและ วิ่งของฉัน	.45	.51	.35	.49	-2.34*
27.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นคนกล้าหาญ	.50	.51	.70	.47	-.69
28.	เพื่อน ๆ เห็นฉันเป็นตัวตลก	.35	.49	.50	.51	-2.34*
29.	เพื่อน ๆ ยอมรับความคิดเห็นของฉันเสมอในการแข่งขัน	.70	.47	.60	.50	-1.14

ตารางที่ 10 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
30.	ฉันรู้สึกประหม่าตื่นเต้นตกใจเมื่ออยู่ในสนามแข่งขัน	.60	.50	.20	.41	-1.04
31.	ฉันดื่มน้ำมากก่อนการแข่งขัน	.30	.47	.45	.51	-1.00
32.	ฉันไม่เคยยอมแพ้จนกว่าจะสิ้นสุดการแข่งขัน	.80	.41	.50	.51	-.37
33.	ฉันมักมีความประหม่าเมื่อครูให้ออกมาแสดงการเล่นให้เพื่อนดู	.60	.50	.35	.49	-.69
34.	ฉันไม่ชอบเล่นกีฬาที่ฉันเล่นไม่ดี	.60	.50	.60	.50	.00
35.	ฉันรู้สึกประหม่าเมื่อครูเรียกให้ตอบคำถาม	.40	.50	.45	.51	.00
36.	ขณะทำการแข่งขันฉันรู้สึกกลัว	.30	.47	.30	.47	.97
37.	เพื่อนๆมักคอยจับผิดฉันเสมอ	.25	.41	.30	.47	-1.00
38.	ผู้คนมักสนใจฉันเล่นกีฬาเสมอ	.20	.41	.60	.50	-3.32*
39.	ครูจะเลือกฉันเป็นคนสุดท้ายในการแข่งขัน	.25	.44	.50	.51	-2.03*
40.	ฉันเคยได้รับรางวัลในการแข่งขันกีฬามาก	.25	.44	.50	.51	-1.75
41.	ในการแข่งขันกีฬาเพื่อนๆมักเลือกฉันเป็นผู้เล่นเสมอ	.35	.49	.60	.50	.00
42.	ในการเล่นทีมเพื่อนๆมักจะแย่งเลือกฉัน	.35	.49	.40	.50	-1.45
43.	เวลาครูให้รางวัลฉันอยากเป็นคนแรกที่ได้รับ	.60	.50	.55	.51	-1.71
44.	เพื่อนๆยอมรับความคิดเห็นของฉันในการแข่งขัน	.55	.51	.10	.15	-1.14
45.	เพื่อนร่วมทีมหวังในตัวฉันมากเกินไป	.40	.50	.55	.51	-2.62*
46.	ฉันพอใจเมื่อมีใครชมว่าฉันมีท่าทางที่สวยงามในการเล่นกีฬา	.35	.49	.55	.51	1.75

ตารางที่ 10 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความอัตมโนทัศน์	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
47.	ฉันยุ่งยากรำคาญใจในเรื่องชุดกีฬาที่สวมใส่ ของฉัน	.45	.41	.35	.49	-1.83
48.	ฉันพอใจที่จะเป็นผู้ดูมากกว่าผู้เล่น	.55	.51	.25	.44	-.62
49.	ฉันไม่อยากมีชื่อเสียงเหมือนน้องแว่น นักกีฬาบาสเกตบอลทีมชาติไทย	.40	.50	.60	.50	1.00
50.	ฉันชอบกีฬาในร่มมากกว่ากีฬากลางแจ้ง	.40	.50	.35	.49	-.90
รวม		.42	.47	.45	.48	.72

$$*p < .05 \quad (t .05_{(38)} = \pm 2.02)$$

จากตารางที่ 10 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบคะแนนอัตมโนทัศน์โดยรวม ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 10, 21, 24, 26, 28, 38, 39 และข้อที่ 45 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัวรายด้าน ก่อนการทดลอง(pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย	1.42	.61	1.60	.83	.69
2. ด้านโรงเรียน	1.61	.70	1.83	.85	.76
3. ด้านบ้านและครอบครัว	1.69	.73	1.87	.79	.52
4. ด้านการเงิน การงานและอนาคต	1.62	.79	1.94	.84	.64
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง	1.47	.64	1.55	.83	.15
6. ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป	1.55	.81	1.67	.81	.58
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง	1.50	.81	1.81	.84	.38
รวม	1.55	.72	1.75	.83	.53

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 11 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวแต่ละด้าน ก่อนทดลอง (pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัว “ ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย” ก่อนการทดลอง (Pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ข้าพเจ้าปวดศีรษะบ่อย	1.40	.59	1.85	.99	1.02
2.	ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ	1.35	.49	1.95	.99	.96
3.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน	1.55	.68	1.65	.93	-1.45
4.	ข้าพเจ้ามีสุขภาพไม่ดี	1.50	.68	2.10	.97	.77
5.	ข้าพเจ้าออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านน้อยเกินไป	1.80	.89	1.75	.91	.90
6.	ข้าพเจ้าเตี้ยเกินไป	1.25	.44	1.65	.98	1.26
7.	ข้าพเจ้าสูงเกินไป	1.30	.47	1.45	.82	1.35
8.	ข้าพเจ้ามีการวางท่าทางเช่น การนั่ง ยืน หรือเดินไม่ดี	1.35	.58	1.80	.95	-1.03
9.	ข้าพเจ้ามีผิวพรรณไม่ดีหรือมีปัญหาเกี่ยวกับผิวหนัง	1.45	.60	1.55	.88	1.07
10.	ข้าพเจ้ารู้สึกที่ตัวเองมองดูไม่ดี (ลักษณะรูปร่าง การแต่งกาย บุคลิกภาพ)	1.50	.60	1.60	.88	1.10
11.	ข้าพเจ้ารับประทานอาหารที่ไม่มีคุณค่า	1.35	.68	1.50	.68	1.24
12.	ข้าพเจ้ามักไม่หิวในเวลาอาหาร	1.30	.57	1.45	.61	1.01
13.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักมากเกินกว่ามาตรฐาน	1.55	.88	1.75	.97	.80
14.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักน้อยเกินกว่ามาตรฐาน	1.25	.55	1.50	.76	1.01
15.	ข้าพเจ้าขาดเรียนบ่อยเนื่องจากป่วย	1.40	.59	1.55	.88	1.00
16.	ข้าพเจ้าเจ็บคอบ่อย	1.45	.61	1.50	.94	1.01
17.	ข้าพเจ้าเป็นหวัด	1.35	.49	1.65	.88	1.02
18.	ข้าพเจ้าเจ็บป่วยบ่อย	1.30	.47	1.65	.81	-1.23

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
19.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ ปวดท้องบ่อยๆ	1.35	.58	1.70	.98	1.20
20.	ข้าพเจ้ากลัวว่าจะต้องมีการผ่าตัด	1.50	.88	2.10	.95	.45
21.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการฟังไม่ดี	1.60	.82	1.45	.99	1.86
22.	ข้าพเจ้าพูดไม่ชัด	1.50	.51	1.45	.75	1.55
23.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา	1.60	.68	1.50	.68	2.00
24.	ข้าพเจ้าสูบบุหรี่	1.85	.99	2.70	.95	-1.99
25.	ข้าพเจ้าเหนื่อยง่าย	1.90	.96	2.15	.99	.98
26.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับจมูกหรือเป็นไซนัส	1.40	.68	1.35	.58	.78
27.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้า	1.30	.47	1.25	.55	.58
28.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่แข็งแรงเท่าเด็กคนอื่น ๆ	1.55	.80	2.60	.31	1.34
29.	ข้าพเจ้าไม่คล่องแคล่วและรุ่มงามเกินไป	1.50	.62	1.45	.83	2.01
30.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับส่วนของร่างกายที่บกพร่อง	1.50	.61	1.65	.93	- 2.00
รวม		1.42	.61	1.60	.83	.69

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 12 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านสุขภาพและการพัฒนาการทางด้านร่างกาย ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัว "ด้านโรงเรียน" ก่อนการทดลอง (pre-test) ของกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
31.	ข้าพเจ้าได้คะแนนผลการเรียนต่ำ	1.60	.68	1.55	.76	-2.04*
32.	ข้าพเจ้ากลัวการสอบ	1.50	.61	1.60	.88	.35
33.	ข้าพเจ้าเรียนช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน	1.65	.93	1.70	.99	.46
34.	ข้าพเจ้าไม่ชอบเรียนหนังสือ	1.40	.59	1.70	.87	1.00
35.	ข้าพเจ้าไม่สนใจการอ่านหนังสือ	1.60	.82	2.05	.99	1.25
36.	ข้าพเจ้ากลัวความผิดพลาดในการเรียน	1.65	.88	1.90	.97	1.33
37.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการคิดคำนวณ	1.50	.68	2.05	.90	2.16*
38.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการสะกดคำหรือไวยากรณ์	1.55	.61	1.60	.82	1.99
39.	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า	2.00	.72	1.35	.67	-.98
40.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการเขียน	1.60	.75	1.70	.93	1.78
41.	ข้าพเจ้าใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้าไม่เพียงพอ	2.00	.86	2.20	.90	1.96
42.	ข้าพเจ้ามีการบ้านมากเกินไป	1.45	.61	1.30	.57	.78
43.	ข้าพเจ้าไม่มีสมาธิในการเรียน	1.60	.75	2.15	.90	-2.55*
44.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลเกี่ยวกับคะแนนผลการเรียน	1.65	.93	1.75	.85	1.50
45.	ข้าพเจ้าเรียนหนังสือไม่ค่อยเก่ง	1.50	.69	2.15	.90	-.36
46.	ข้าพเจ้าไม่ชอบไปโรงเรียน	1.65	.75	2.05	.99	1.78
47.	โรงเรียนข้าพเจ้ามีระเบียบและกฎข้อบังคับเข้มงวดจนเกินไป	1.55	.83	1.80	.99	1.00
48.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเรียนจนไม่มีเวลาได้พักผ่อน	1.35	.58	1.55	.68	.96
49.	ข้าพเจ้าเข้ากับครูไม่ค่อยได้	1.40	.50	1.70	.86	.45
50.	ครูไม่ปฏิบัติในสิ่งที่พ่าร่ำสอน	1.85	.87	1.45	.76	.33
51.	ข้าพเจ้าอ่านตำราเรียนไม่ค่อยเข้าใจ	1.75	.64	1.75	.97	.75
52.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการออกไปรายงานปากเปล่า	1.30	.57	1.95	.99	.25

ตารางที่ 13 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
53.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเขียนรายงาน	1.50	.69	2.05	.99	2.39*
54.	ข้าพเจ้าความจำไม่ดี	1.55	.69	1.90	.99	1.25
55.	ข้าพเจ้าไม่กล้าพูดหรือแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน	1.70	.85	1.75	.85	.00
56.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ	1.90	.72	1.95	.83	2.00
57.	ข้าพเจ้ามีอิสระในห้องเรียนน้อยเกินไป	1.70	.80	1.95	.90	1.33
58.	ข้าพเจ้ามักไม่ค่อยได้อภิปรายในชั้นเรียน	1.60	.82	1.70	.86	-.26
59.	ข้าพเจ้าไม่สนใจเรียนบางวิชา	1.75	.85	2.25	.78	1.56
60.	ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ	1.50	.69	2.30	.73	2.50*
รวม		1.61	.70	1.83	.85	.76

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 13 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านโรงเรียน ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 31, 37, 43, 53 และข้อที่ 60 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว “ ด้านบ้านและครอบครัว ” ก่อนการทดลอง (pre - test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
61.	ข้าพเจ้ามักจะทำตัวเป็นเด็ก ๆ	1.75	.91	1.70	.86	-.98
62.	ข้าพเจ้าไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา	1.50	.62	1.65	.93	-1.35
63.	ข้าพเจ้ามีความกังวลเกี่ยวกับสมาชิกบางคนในครอบครัว	1.75	.91	1.75	.99	.48
64.	บิดามารดาของข้าพเจ้าทำงานหนักเกินไป	1.85	.81	2.40	.99	2.15*
65.	ข้าพเจ้าไม่เคยมีกิจกรรมที่สนุกสนานกับบิดามารดา	1.70	.80	1.80	.99	.75
66.	มีสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เจ็บป่วย	1.90	.90	1.35	.81	.96
67.	มีบุคคลในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.45	.61	1.75	.99	-1.00
68.	บิดาหรือมารดาข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.40	.59	1.30	.73	.56
69.	บิดามารดาของข้าพเจ้าแยกกันหรือหย่าร้างกัน	1.35	.49	1.90	.99	.39
70.	บิดามารดาไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า	1.50	.76	2.10	.85	-2.77*
71.	ครอบครัวมักปฏิบัติต่อข้าพเจ้าเหมือนเด็ก ๆ	1.85	.93	1.95	.90	.28
72.	บิดามารดาข้าพเจ้ารักพี่น้องๆมากกว่าข้าพเจ้า	1.35	.59	1.65	.93	.56
73.	บิดามารดามักตัดสินใจในเรื่องต่างๆให้ข้าพเจ้ามากเกินไป	1.85	.87	1.90	.96	..24
74.	บิดามารดาคาดหวังในตัวข้าพเจ้ามากเกินไป	1.85	.99	2.15	.99	2.00
75.	ข้าพเจ้าต้องการในสิ่งที่บิดามารดาไม่ยอมให้	1.80	.77	1.80	.95	.36
76.	ข้าพเจ้ามักถูกตำหนิจากบิดามารดา	1.65	.81	3.10	.99	2.40*
77.	บิดามารดาไม่ชอบเพื่อนของข้าพเจ้า	1.90	.97	2.20	.99	2.05*
78.	บิดามารดาไม่เชื่อในตัวข้าพเจ้า	1.75	.79	2.10	.90	2.00
79.	บิดามารดาของข้าพเจ้ามีความคิดล้าสมัย	1.40	.50	1.80	.90	1.69

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
80.	ข้าพเจ้าไม่สามารถปรึกษาปัญหาบางเรื่องกับครอบครัว	1.80	.95	2.25	.90	.78
81.	ครอบครัวของข้าพเจ้าทะเลาะกัน	1.40	.60	1.75	.97	.20
82.	ข้าพเจ้ามักเข้าไม่ได้กับเพื่อนๆ	1.50	.69	1.50	.68	.00
83.	ข้าพเจ้าไม่เล่าทุกเรื่องให้บิดามารดาฟัง	1.60	.68	2.10	.90	1.75
84.	ข้าพเจ้าต้องการความมีอิสระที่บ้านมากกว่าที่เป็นอยู่	1.75	.91	2.00	.91	-1.50
85.	ข้าพเจ้าต้องการย้ายบ้านไปอยู่ที่อื่น	1.70	.98	1.65	.60	.56
86.	ข้าพเจ้ามีความคิดเห็นขัดแย้งกับมารดา	1.70	.90	1.55	.76	.23
87.	ข้าพเจ้าชอบเถียงกับบิดามารดา	1.55	.61	2.20	.80	.56
88.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดา	1.40	.59	1.55	.95	.77
89.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดา	1.35	.49	1.85	.80	.85
90.	ข้าพเจ้าอยากหนีออกจากบ้าน	1.50	.83	1.60	.94	.56
รวม		1.69	.73	1.87	.79	.52

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 14 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านบ้านและครอบครัว ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 64, 70, 76 และข้อที่ 77 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัว" ด้านการเงิน การงาน และอนาคต " ก่อนการทดลอง
(pre- test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
91.	ข้าพเจ้าใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย	1.95	.99	2.30	.90	2.10*
92.	ข้าพเจ้าต้องขอเงินจากบิดามารดา	1.90	.99	2.35	.90	2.10*
93.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายอย่างสม่ำเสมอ	1.45	.69	1.70	.98	.89
94.	ครอบครัวของข้าพเจ้ามีความกังวลในเรื่องการเงิน	1.60	.88	2.20	.80	2.00
95.	ครอบครัวข้าพเจ้าไม่มีรถยนต์	1.20	.41	1.65	.80	.55
96.	ข้าพเจ้ามีเสื้อผ้าที่สวมง่ายน้อยมาก	1.50	.76	1.65	.90	-.86
97.	ข้าพเจ้าต้องการหารายได้เลี้ยงตัวเอง	1.85	.93	2.00	.81	1.02
98.	ข้าพเจ้าต้องการซื้อหาสิ่งของส่วนตัวมากขึ้น	1.90	.91	1.80	.83	.59
99.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีเลือกซื้อสินค้าอย่างเหมาะสม	1.60	.68	1.80	.83	.66
100.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยเกินไป	1.65	.67	1.75	.80	.23
101.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีการหางาน	1.75	.99	2.05	.80	-1.05
102.	ในขณะที่ข้าพเจ้าต้องการหางานพิเศษทำอยู่	1.45	.61	1.95	.80	1.02
103.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยกว่าเพื่อน	1.35	.59	1.75	.80	1.00
104.	ข้าพเจ้าตัดสินใจว่าจะเรียนโปรแกรม (สาขา)ใดในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.70	.92	1.85	.80	.56
105.	ข้าพเจ้าต้องการแนะนำด้านอาชีพหรือการดำเนินชีวิตในอนาคตหลังจากจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.70	.98	1.95	.80	.77
106.	ข้าพเจ้าต้องการความรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย	1.45	.76	2.30	.90	-2.04*
107.	ข้าพเจ้าต้องการรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการทำการค้า	1.60	.94	2.75	.80	2.02*

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
108.	ข้าพเจ้าอยากมีงานทำในช่วงปิดภาคเรียน	1.70	.99	2.55	.95	-2.10*
109.	ข้าพเจ้าต้องการค้นพบความสามารถตัวเอง ในการประกอบอาชีพ	1.65	.87	2.30	.80	2.09*
110.	ข้าพเจ้าอยากเลือกอาชีพด้วยตนเอง	1.90	.99	2.25	.80	1.69
111.	ข้าพเจ้าต้องการรับรู้เกี่ยวกับอาชีพต่างๆ มากกว่านี้	1.70	.99	2.20	.80	2.00
112.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกอาชีพได้ถูกต้อง เหมาะสมแก่ตนเอง	1.60	.68	1.85	.90	.45
113.	ข้าพเจ้ากลัวอนาคต	1.45	.61	1.70	.97	.26
114.	ข้าพเจ้าไม่รู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของ ข้าพเจ้า	1.65	.81	1.90	.80	-.21
115.	ข้าพเจ้าหวังใจว่าจะได้แต่งงานหรือไม่	1.40	.60	1.90	.80	.20
116.	ข้าพเจ้าชอบคิดเรื่องการตายของผู้คนว่าจะ เกิดอะไรหลังจากนั้น	1.45	.76	1.85	.80	.36
รวม		1.62	.79	1.94	.84	.64

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 15 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านการเงิน การงาน และอนาคต ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 91, 92, 106, 107, 108 และข้อที่ 109 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัว“ ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ” ก่อนการทดลอง (pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
117.	ครอบครัวไม่ยอมให้ข้าพเจ้าไปวิ่งเล่นกับ เด็กที่ข้าพเจ้าชอบ	1.45	.83	1.50	.80	.26
118.	ข้าพเจ้ามีโอกาสไปงานเลี้ยงน้อยมาก	1.35	.49	1.80	.90	.56
119.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีเวลาเล่นสนุกสนาน	1.65	.75	1.65	.93	.05
120.	ข้าพเจ้ามีโอกาสได้ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ น้อยมาก	1.60	.68	1.60	.82	.10
121.	ดูเหมือนเพื่อนผู้หญิงไม่ชอบข้าพเจ้า	1.45	.76	1.45	.61	.03
122.	ดูเหมือนเพื่อนผู้ชายไม่ชอบข้าพเจ้า	1.40	.50	1.40	.75	.00
123.	ข้าพเจ้ามีนัดกับเพื่อนต่างเพศ	1.70	.80	1.95	.80	.20
124.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการนัดเพื่อนต่างเพศ	1.50	.51	1.50	.89	.06
125.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีการมีนัดกับเพื่อนเพศ ตรงข้าม	1.40	.60	1.30	.70	.26
126.	ข้าพเจ้ารู้สึกที่ไม่มีอะไรน่าสนใจทำในเวลา ว่างเลย	1.50	.69	1.55	.80	.11
127.	ข้าพเจ้ามักไม่ได้รับอนุญาตให้ออกนอก บ้าน ในเวลากลางคืน	1.60	.88	1.65	.93	.03
128.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับอนุญาตให้มีนัดกับเพื่อน เพศตรงข้าม	1.25	.44	1.15	.36	.20
129.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้หญิงมากกว่านี้	1.65	.88	1.75	.91	-.26
130.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้ชายมากกว่านี้	1.20	.41	1.55	.88	-.66
131.	ที่บ้านข้าพเจ้าไม่มีที่ที่จะรับรองเพื่อนๆให้ สนุกสนานได้	1.40	.60	1.90	.91	.30
132.	ข้าพเจ้าไม่สบายใจในการเข้าสังคม	1.45	.68	1.75	.97	.55

ตารางที่ 16 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
133.	ข้าพเจ้าลำบากใจที่จะสนทนาได้ตอบเพื่อให้ การสนทนาดำเนินต่อไป	1.50	.61	1.85	.93	.48
134.	ข้าพเจ้าไม่มีความมั่นใจในกิจกรรมารยาท และ การเข้าสังคมของข้าพเจ้า	1.50	.61	1.50	.89	.52
135.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง	1.50	.88	1.40	.82	.23
136.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหญิง	1.25	.55	1.62	.75	.36
137.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนชาย	1.20	.52	1.55	.99	.40
138.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนหญิง	1.40	.68	1.60	.82	-.56
139.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนชาย	1.20	.41	1.45	.83	.52
140.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกคนที่คบอยู่เป็น คู่รักต่อไปหรือไม่	1.50	.82	1.65	.80	.20
141.	ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้วิธีการเต้นรำ	1.50	.69	1.65	.80	.33
142.	ข้าพเจ้าคอยดูแลให้ตัวเองเรียบร้อยและดู สง่างาม	1.60	.75	1.65	.90	-.10
143.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเพศตรงข้าม มากเกินไป	1.70	.80	1.90	.80	-.20
144.	ข้าพเจ้าต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับเรื่อง เพศเพิ่มขึ้น	1.65	.81	1.65	.90	.00
145.	ข้าพเจ้ามักเขินอายเมื่อต้องคุยเกี่ยวกับ เรื่อง ทางเพศ	1.55	.76	1.85	.90	.20
รวม		1.47	.64	1.55	.83	.15

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 16 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว “ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป” ก่อนการทดลอง (pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
146.	ข้าพเจ้าเป็นคนมีเพื่อนยาก	1.55	.83	1.70	.98	.48
147.	ข้าพเจ้าขี้อาย	1.80	.95	2.10	.90	-2.00
148.	ข้าพเจ้าไม่เคยได้รับเลือกเป็นผู้นำ	1.45	.76	1.60	.99	.95
149.	ข้าพเจ้าอยากให้ผู้คนชอบข้าพเจ้ามากขึ้น	1.45	.83	1.85	.80	1.00
150.	ข้าพเจ้าถูกยั่วหรือถูกล้อ	1.65	.98	1.40	.59	-1.65
151.	ข้าพเจ้ามักถูกนินทา	1.70	.86	1.40	.50	2.00
152.	ข้าพเจ้ารู้สึกกระทบกระเทือนใจง่ายเกินไป	1.85	.99	1.90	.90	1.02
153.	ข้าพเจ้าถูกชักนำโดยผู้อื่นได้ง่ายมาก	1.65	.81	1.40	.94	1.05
154.	ข้าพเจ้าเลือกคนผิดเป็นเพื่อน	1.55	.95	1.60	.99	.89
155.	ข้าพเจ้าต้องการมีบุคลิกภาพที่น่าชื่นชมมากกว่านี้	1.40	.75	2.05	.90	2.05*
156.	ข้าพเจ้าถูกทำให้เป็นตัวตลก	1.50	.83	1.30	.57	-.66
157.	ข้าพเจ้ามักถูกจับผิด	1.45	.76	1.45	.69	.05
158.	ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคลภายนอกกลุ่ม	1.40	.75	1.45	.69	.10
159.	ผู้คนมักจะค้นหาความผิดพลาดของข้าพเจ้า	1.40	.75	1.60	.75	.25
160.	ข้าพเจ้ารู้สึกเคอะเขินในการพบปะผู้คน	1.50	.61	2.00	.80	2.00
161.	ข้าพเจ้าต้องการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีกว่านี้	1.40	.68	2.20	.90	2.03*
162.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีผู้ใดเข้าใจในตัวข้าพเจ้า	1.35	.49	1.70	.80	2.00
163.	ข้าพเจ้าคิดถึงใครบางคนอย่างมาก	1.85	.99	2.00	.80	1.69
164.	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มีใครชอบข้าพเจ้า	1.40	.59	1.35	.49	1.02
165.	ข้าพเจ้ามักจะมีอาการได้เฉยๆอยู่เสมอ	1.60	.82	1.60	.88	.10

ตารางที่ 17 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
166.	ข้าพเจ้ามักมีเรื่องต่อสู้หรือทำร้ายร่างกายกับผู้อื่น	1.45	.831	.50	.82	.20
167.	ข้าพเจ้าอารมณ์เสียง่าย	1.55	.83	2.00	.80	-1.00
168.	ข้าพเจ้าเป็นคนหัวดี	1.70	.80	2.10	.80	-1.50
169.	ข้าพเจ้าทำลายความรู้สึกผู้อื่น	1.45	.69	1.75	.99	.60
170.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้อิจฉา	1.50	.69	1.60	.82	.20
171.	ข้าพเจ้าไม่ชอบใครบางคน	1.50	.69	1.95	.88	.95
172.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีคนบางคนไม่ชอบข้าพเจ้า	1.55	.51	1.95	.88	.77
173.	ข้าพเจ้าจะออกห่างเพื่อนที่ไม่ชอบ	1.65	.88	2.15	.90	1.05
174.	ไม่มีใครที่ข้าพเจ้าจะปรึกษาปัญหาด้วยได้	1.40	.75	1.60	.88	.50
รวม		1.55	.81	1.67	.81	.58

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 17 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 155 และข้อที่ 161 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว "ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง" ก่อนการทดลอง (pre-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
175.	ข้าพเจ้าหวาดหวั่น ตกใจง่าย	1.55	.63	1.70	.80	.25
176.	ข้าพเจ้าจริงจังกับสิ่งต่างๆ มากเกินไป	1.90	.99	2.05	.90	1.00
177.	ข้าพเจ้าตื่นเต้นมากเกินไป	1.60	.88	1.70	.97	.61
178.	ข้าพเจ้ากลัวการทำผิด	1.75	.99	2.00	.90	.20
179.	ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในสิ่งต่างๆ	1.55	.83	2.05	.90	.45
180.	ข้าพเจ้ากำลังมีปัญหาชีวิต	1.60	.94	2.10	.90	.50
181.	ข้าพเจ้ากำลังพยายามเลิกนิสัยที่ไม่ดี	1.70	.98	2.20	.80	.60
182.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าบางครั้งยังมีความซื่อสัตย์น้อยกว่าที่ควรจะเป็น	1.50	.76	1.50	.83	.00
183.	ข้าพเจ้ามักจะยอมต่อสิ่งที่ยั่ววยวนใจเสมอ	1.60	.88	1.80	.95	.20
184.	ข้าพเจ้าควบคุมตนเองไม่ได้	1.55	.76	1.55	.83	.00
185.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้สนุกสนานเหมือนเด็กคนอื่น ๆ	1.25	.64	1.50	.83	.20
186.	ข้าพเจ้ามักกังวลใจในสิ่งเล็กๆน้อยๆ	1.40	.75	1.60	.94	.15
187.	ข้าพเจ้าฝันร้าย	1.35	.75	1.35	.67	.00
188.	ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในตนเอง	1.55	.69	1.80	.89	.20
189.	บางครั้งข้าพเจ้าคิดว่าไม่น่าจะเกิดเลย	1.45	.76	1.75	.80	-.15
190.	ข้าพเจ้าเป็นคนไม่รอบคอบ	1.35	.49	2.05	.80	.50
191.	ข้าพเจ้ามักใจลอย	1.40	.60	1.50	.76	.25
192.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้ดีม	1.45	.51	1.80	.89	-.40
193.	ข้าพเจ้าเป็นคนเกียจคร้าน	1.60	.82	1.60	.68	.05
194.	ข้าพเจ้าไม่ได้เอาจริงเอาจังกับสิ่งต่างๆ เพียง พอ	1.40	.75	1.50	.68	.10

ตารางที่ 18 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
195.	ข้าพเจ้ารู้สึกอายใจกับการกระทำบางอย่างที่ได้กระทำลงไป	1.65	.99	2.05	.80	.50
196.	ข้าพเจ้าได้รับการลงโทษโดยที่ไม่ได้ทำอะไรมิได้	1.40	.59	1.95	.90	.45
197.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการสาบานเป็นเรื่องไร้สาระ	1.30	.73	1.50	.68	.36
198.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเรื่องนรก สวรรค์	1.35	.81	1.60	.80	-.30
199.	ข้าพเจ้ากลัวกรรมตามสนอง	1.55	.88	2.15	.80	-.77
200.	บางครั้งข้าพเจ้าพูดโกหกโดยไม่ได้ตั้งใจ	1.45	.61	1.95	.99	.50
201.	ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมความผิดที่ได้ทำลงไป	1.45	.89	1.85	.98	1.00
202.	ข้าพเจ้าทำใจในบางเรื่องได้ยาก	1.55	.95	2.20	.80	2.02*
203.	ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะทำสิ่งใหม่ๆ ด้วยตัวเอง	1.40	.75	1.85	.80	2.00
204.	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากในการพูดถึงปัญหาหรือความยุ่งยากของตัวเอง	1.50	.83	1.85	.98	.50
รวม		1.50	.81	1.81	.84	.38

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 18 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 202 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 18 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
195.	ข้าพเจ้ารู้สึกละอายใจกับการกระทำบางอย่างที่ได้กระทำลงไป	1.65	.99	2.05	.80	.50
196.	ข้าพเจ้าได้รับการลงโทษโดยที่ไม่ได้ทำอะไรมิผิด	1.40	.59	1.95	.90	.45
197.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการสาบานเป็นเรื่องไร้สาระ	1.30	.73	1.50	.68	.36
198.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเรื่องนรก สวรรค์	1.35	.81	1.60	.80	-.30
199.	ข้าพเจ้ากลัวกรรมตามสนอง	1.55	.88	2.15	.80	-.77
200.	บางครั้งข้าพเจ้าพูดโกหกโดยไม่ได้ตั้งใจ	1.45	.61	1.95	.99	.50
201.	ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมความผิดที่ได้ทำลงไป	1.45	.89	1.85	.98	1.00
202.	ข้าพเจ้าทำใจในบางเรื่องได้ยาก	1.55	.95	2.20	.80	2.02*
203.	ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะทำสิ่งใหม่ๆ ด้วยตัวเอง	1.40	.75	1.85	.80	2.00
204.	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากในการพูดถึงปัญหาหรือความยุ่งยากของตัวเอง	1.50	.83	1.85	.98	.50
รวม		1.50	.81	1.81	.84	.38

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 18 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 202 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 19 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัวรายด้าน หลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8)
ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย	1.36	.54	1.68	.74	-2.14*
2. ด้านโรงเรียน	1.60	.62	1.86	.78	-3.05*
3. ด้านบ้านและครอบครัว	1.52	.64	2.03	.84	-2.50*
4. ด้านการเงิน การงานและอนาคต	1.45	.57	1.84	.86	-2.05*
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง	1.42	.57	1.70	.69	2.00
6. ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป	1.38	.54	1.87	.78	-2.05*
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง	1.34	.50	1.86	.81	-2.18*
รวม	1.44	.57	1.83	.79	-2.04*

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 19 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวแต่ละด้าน หลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 20 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ปัญหาการปรับตัว "ด้านสุขภาพ และพัฒนาการทางด้านร่างกาย" หลังการทดลอง (Post-test) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ข้าพเจ้าปวดศีรษะบ่อย	1.25	.44	1.80	.95	-1.25
2.	ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ	1.30	.47	1.75	.85	- 2.00
3.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน	1.55	.69	2.05	.80	- 2.02*
4.	ข้าพเจ้ามีสุขภาพไม่ดี	1.45	.61	1.80	.95	1.30
5.	ข้าพเจ้าออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านน้อยเกินไป	1.50	.61	1.50	.89	-.04
6.	ข้าพเจ้าเตี้ยเกินไป	1.20	.41	1.85	.80	1.50
7.	ข้าพเจ้าสูงเกินไป	1.25	.44	1.65	.80	1.45
8.	ข้าพเจ้ามีการวางท่าทางเช่น การนั่ง ยืน หรือเดินไม่ดี	1.55	.69	1.70	.68	.80
9.	ข้าพเจ้ามีผิวพรรณไม่ดีหรือมีปัญหาเกี่ยวกับผิวหนัง	1.50	.51	1.75	.97	1.00
10.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณมองดูไม่ดี (ลักษณะรูปร่าง การแต่งกาย บุคลิกภาพ)	1.50	.61	1.90	.91	1.80
11.	ข้าพเจ้ารับประทานอาหารที่ไม่มีคุณค่า	1.50	.61	1.65	.75	-1.50
12.	ข้าพเจ้ามักไม่หิวในเวลาอาหาร	1.40	.75	1.80	.80	.90
13.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักมากเกินกว่ามาตรฐาน	1.25	.44	1.60	.88	-.90
14.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักน้อยเกินกว่ามาตรฐาน	1.25	.44	1.50	.76	-.80
15.	ข้าพเจ้าขาดเรียนบ่อยเนื่องจากป่วย	1.50	.61	1.45	.76	.50
16.	ข้าพเจ้าเจ็บคอบ่อย	1.35	.59	1.60	.88	-.30
17.	ข้าพเจ้าเป็นหวัด	1.35	.49	1.65	.93	.58
18.	ข้าพเจ้าเจ็บป่วยบ่อย	1.30	.47	1.50	.69	.50

ตารางที่ 20 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
19.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ ปวดท้องบ่อยๆ	1.30	.47	1.55	.76	.80
20.	ข้าพเจ้ากลัวว่าจะต้องมีการผ่าตัด	1.45	.68	1.95	.95	-1.00
21.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการฟังไม่ดี	1.40	.50	1.45	.99	.50
22.	ข้าพเจ้าพูดไม่ชัด	1.35	.49	1.55	.76	.59
23.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา	1.55	.61	1.85	.75	-1.00
24.	ข้าพเจ้าสูบบุหรี่	1.60	.75	2.35	.80	-3.08*
25.	ข้าพเจ้าเหนื่อยง่าย	1.62	.75	2.15	.80	-2.03*
26.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับจมูกหรือเป็นไซนัส	1.40	.68	1.70	.87	.99
27.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้า	1.35	.49	1.40	.59	-1.50
28.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่แข็งแรงเท่าเด็กคนอื่น ๆ	1.40	.50	1.85	.80	-.90
29.	ข้าพเจ้าไม่คล่องแคล่วและนุ่มนวลเกินไป	1.40	.50	1.50	.68	.50
30.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับส่วนของร่างกายที่บกพร่อง	1.55	.61	1.75	.91	-2.08*
	รวม	1.36	.54	1.68	.74	-2.14*

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 20 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านสุขภาพและการพัฒนาการทางด้านร่างกาย หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 21 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว
 “ด้านโรงเรียน” หลังการทดลอง (post-test) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
31.	ข้าพเจ้าได้คะแนนผลการเรียนต่ำ	1.50	.61	2.25	.80	2.15*
32.	ข้าพเจ้ากลัวการสอบ	1.50	.61	1.75	.96	-1.00
33.	ข้าพเจ้าเรียนช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน	1.55	.61	1.80	.80	2.00
34.	ข้าพเจ้าไม่ชอบเรียนหนังสือ	1.45	.51	1.80	.83	.90
35.	ข้าพเจ้าไม่สนใจการอ่านหนังสือ	1.40	.59	1.80	.83	-2.00
36.	ข้าพเจ้ากลัวความผิดพลาดในการเรียน	1.55	.69	1.90	.86	-2.01
37.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการคิดคำนวณ	1.45	.61	1.55	.83	.95
38.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการสะกดคำหรือไวยากรณ์	1.45	.61	1.99	.83	.85
39.	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า	2.00	.99	1.65	.81	2.11*
40.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการเขียน	1.50	.51	1.60	.82	-2.00
41.	ข้าพเจ้าใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้าไม่เพียงพอ	1.60	.50	1.75	.85	.15
42.	ข้าพเจ้ามีการบ้านมากเกินไป	1.40	.50	1.75	.85	.56
43.	ข้าพเจ้าไม่มีสมาธิในการเรียน	1.45	.61	1.90	.91	-2.04*
44.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลเกี่ยวกับคะแนนผลการเรียน	1.35	.49	1.85	.87	-2.05*
45.	ข้าพเจ้าเรียนหนังสือไม่ค่อยเก่ง	1.45	.61	1.80	.77	-2.03*
46.	ข้าพเจ้าไม่ชอบไปโรงเรียน	1.55	.69	1.95	.99	2.00
47.	โรงเรียนข้าพเจ้ามีระเบียบและกฎข้อบังคับเข้มงวดจนเกินไป	1.60	.75	1.90	.80	2.03*
48.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเรียนจนไม่มีเวลาได้พักผ่อน	1.60	.82	1.80	.80	2.00
49.	ข้าพเจ้าเข้ากับครูไม่ค่อยได้	1.50	.51	1.80	.84	1.58
50.	ครูไม่ปฏิบัติในสิ่งที่พ่ารุ่นสอน	1.88	.69	1.65	.81	1.90
51.	ข้าพเจ้าอ่านตำราเรียนไม่ค่อยเข้าใจ	1.50	.51	1.90	.97	-2.04*
52.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการออกไปรายงานปากเปล่า	1.45	.83	1.60	.75	-3.15*

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
53.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเขียนรายงาน	1.45	.69	1.75	.85	2.00
54.	ข้าพเจ้าความจำไม่ดี	1.40	.59	2.00	.80	3.14*
55.	ข้าพเจ้าไม่กล้าพูดหรือแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน	1.35	.59	1.85	.88	2.04*
56.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ	1.60	.59	1.90	.85	2.00
57.	ข้าพเจ้ามีอิสระในห้องเรียนน้อยเกินไป	1.55	.51	2.00	.92	-2.09*
58.	ข้าพเจ้ามักไม่ค่อยได้อภิปรายในชั้นเรียน	1.60	.68	1.75	.72	2.03*
59.	ข้าพเจ้าไม่สนใจเรียนบางวิชา	1.60	.59	2.00	.75	2.00
60.	ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ	1.40	.61	2.30	.80	-3.42*
รวม		1.60	.62	1.86	.78	-3.05*

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 21 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านโรงเรียน หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 22 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ปัญหาการปรับตัว “ด้านบ้านและครอบครัว” หลังการทดลอง (post - test) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
61.	ข้าพเจ้ามักจะทำตัวเป็นเด็ก ๆ	1.55	.76	1.80	.80	1.05
62.	ข้าพเจ้าไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา	1.60	.50	1.75	.91	.90
63.	ข้าพเจ้ามีความกังวลเกี่ยวกับสมาชิกบางคนในครอบครัว	1.65	.75	2.15	.93	-3.15*
64.	บิดามารดาของข้าพเจ้าทำงานหนักเกินไป	1.65	.67	1.85	.75	2.00
65.	ข้าพเจ้าไม่เคยมีกิจกรรมที่สนุกสนานกับบิดามารดา	1.55	.61	2.05	.95	2.18*
66.	มีสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เจ็บป่วย	1.60	.59	1.75	.91	.95
67.	มีบุคคลในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.35	.49	1.70	.86	.50
68.	บิดาหรือมารดาข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.50	.61	1.70	.86	.40
69.	บิดามารดาของข้าพเจ้าแยกกันหรือหย่าร้างกัน	1.45	.61	1.75	.80	2.00
70.	บิดามารดาไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า	1.55	.51	2.00	.97	-3.04*
71.	ครอบครัวมักปฏิบัติต่อข้าพเจ้าเหมือนเด็ก ๆ	1.70	.57	2.10	.78	-2.04*
72.	บิดามารดาข้าพเจ้ารักพี่น้องๆมากกว่าข้าพเจ้า	1.40	.59	2.10	.78	3.42*
73.	บิดามารดามักตัดสินใจในเรื่องต่างๆให้ข้าพเจ้ามากเกินไป	1.55	.88	2.05	.88	2.18*
74.	บิดามารดาคาดหวังในตัวข้าพเจ้ามากเกินไป	1.40	.59	2.10	.78	-3.00*
75.	ข้าพเจ้าต้องการในสิ่งที่บิดามารดาไม่ยอมให้	1.50	.51	2.85	.80	3.42*
76.	ข้าพเจ้ามักถูกตำหนิจากบิดามารดา	1.55	.51	1.95	.83	-1.05
77.	บิดามารดาไม่ชอบเพื่อนของข้าพเจ้า	1.70	.47	1.95	.88	2.04*
78.	บิดามารดาไม่เชื่อในตัวข้าพเจ้า	1.50	.61	2.85	.80	-3.15*
79.	บิดามารดาของข้าพเจ้ามีความคิดล้าสมัย	1.50	.51	1.80	.99	-.85

ตารางที่ 22 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
80.	ข้าพเจ้าไม่สามารถปรึกษาปัญหาบางเรื่องกับครอบครัว	1.55	.69	2.15	.99	-2.03*
81.	ครอบครัวของข้าพเจ้าทะเลาะกัน	1.55	.99	1.75	.71	1.00
82.	ข้าพเจ้ามักเข้าไม่ได้กับเพื่อนๆ	1.80	.76	1.70	.80	1.05
83.	ข้าพเจ้าไม่เล่าทุกเรื่องให้บิดามารดาฟัง	1.50	.61	1.75	.91	-1.50
84.	ข้าพเจ้าต้องการความมีอิสระที่บ้านมากกว่าที่เป็นอยู่	1.55	.69	1.85	.93	.95
85.	ข้าพเจ้าต้องการย้ายบ้านไปอยู่ที่อื่น	1.55	.61	1.70	.73	.56
86.	ข้าพเจ้ามีความคิดเห็นขัดแย้งกับมารดา	1.45	.69	1.60	.75	-1.55
87.	ข้าพเจ้าชอบเถียงกับบิดามารดา	1.45	.51	1.85	.75	-2.00
88.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดา	1.40	.59	1.70	.61	.30
89.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดา	1.40	.59	1.90	.78	.84
90.	ข้าพเจ้าอยากหนีออกจากบ้าน	1.30	.47	1.63	.81	-2.05*
รวม		1.52	.64	2.03	.84	-2.50*

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 22 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านบ้านและครอบครัว หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 23 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว “ด้านการเงิน การงาน และอนาคต” หลังการทดลอง (post-test) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
91.	ข้าพเจ้าใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย	1.55	.61	1.85	.75	-1.70
92.	ข้าพเจ้าต้องขอเงินจากบิดามารดา	1.45	.50	1.90	.55	-.80
93.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายอย่างสม่ำเสมอ	1.45	.68	1.85	.87	1.05
94.	ครอบครัวของข้าพเจ้ามีความกังวลในเรื่องการเงิน	1.45	.61	1.95	.95	.90
95.	ครอบครัวข้าพเจ้าไม่มีรถยนต์	1.30	.57	1.85	.80	.53
96.	ข้าพเจ้ามีเสื้อผ้าที่สวมง่ายน้อยมาก	1.40	.59	1.70	.87	-1.50
97.	ข้าพเจ้าต้องการหารายได้เลี้ยงตัวเอง	1.40	.50	2.10	.80	-2.41*
98.	ข้าพเจ้าต้องการซื้อหาสิ่งของส่วนตัวมากขึ้น	1.50	.51	1.90	.85	.90
99.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีเลือกซื้อสินค้าอย่างเหมาะสม	1.55	.61	1.80	.89	.56
100.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยเกินไป	1.45	.51	1.90	.85	-.50
101.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีการหางาน	1.45	.61	1.80	.95	2.00
102.	ในขณะที่ข้าพเจ้าต้องการงานพิเศษทำอยู่	1.50	.61	2.05	.80	-2.00
103.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยกว่าเพื่อน	1.45	.69	1.90	.78	.90
104.	ข้าพเจ้าตัดสินใจว่าจะเรียนโปรแกรม (สาขา)ใดในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.40	.50	1.80	.70	.45
105.	ข้าพเจ้าต้องการแนะแนวด้านอาชีพหรือการดำเนินชีวิตในอนาคตหลังจากจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.35	.49	1.65	.67	-1.08
106.	ข้าพเจ้าต้องการความรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย	1.45	.61	1.90	.70	-.55
107.	ข้าพเจ้าต้องการรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการทำการค้า	1.50	.68	1.75	.85	.48

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
108.	ข้าพเจ้าอยากมีงานทำในช่วงปิดภาคเรียน	1.35	.49	1.85	.87	-1.12
109.	ข้าพเจ้าต้องการค้นพบความสามารถตัวเอง ในการประกอบอาชีพ	1.45	.51	2.00	.87	2.04*
110.	ข้าพเจ้าอยากเลือกอาชีพด้วยตนเอง	1.40	.50	1.75	.85	-2.03*
111.	ข้าพเจ้าต้องการรับรู้เกี่ยวกับอาชีพต่างๆ มากกว่านี้	1.55	.61	1.85	.93	2.11*
112.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกอาชีพได้ถูกต้อง เหมาะสมแก่ตนเอง	1.55	.61	1.85	.99	-2.15*
113.	ข้าพเจ้ากลัวอนาคต	1.55	.51	1.80	.89	2.03*
114.	ข้าพเจ้าไม่รู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของ ข้าพเจ้า	1.60	.68	1.75	.79	2.00
115.	ข้าพเจ้าหวังใจว่าจะได้แต่งงานหรือไม่	1.45	.51	1.75	.91	1.05
116.	ข้าพเจ้าชอบคิดเรื่องการตายของผู้คนว่าจะ เกิดอะไรหลังจากนั้น	1.45	.61	1.70	.88	-.90
	รวม	1.45	.57	1.84	.86	-2.05*

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 23 แสดงว่า ค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านการเงิน การงาน และอนาคต หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 24 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัวรายข้อ“ ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ” หลังการ ทดลอง (post-test) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
117.	ครอบครัวไม่ยอมให้ข้าพเจ้าไปวิ่งเล่นกับ เด็กๆที่ข้าพเจ้าชอบ	1.30	.57	1.65	.67	1.50
118.	ข้าพเจ้ามีโอกาสไปงานเลี้ยงน้อยมาก	1.40	.59	1.80	.90	-.90
119.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีเวลาเล่นสนุกสนาน	1.50	.69	1.70	.80	-2.03*
120.	ข้าพเจ้ามีโอกาสได้ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ น้อยมาก	1.45	.51	1.70	.73	2.03*
121.	ดูเหมือนเพื่อนผู้หญิงไม่ชอบข้าพเจ้า	1.45	.61	1.45	.61	.00
122.	ดูเหมือนเพื่อนผู้ชายไม่ชอบข้าพเจ้า	1.55	.61	1.70	.87	.55
123.	ข้าพเจ้ามีนัดกับเพื่อนต่างเพศ	1.40	.50	1.70	.88	-1.50
124.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการนัดเพื่อนต่างเพศ	1.45	.61	1.60	.88	.60
125.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีการมีนัดกับเพื่อนเพศ ตรงข้าม	1.45	.61	1.65	.81	2.00
126.	ข้าพเจ้ารู้สึกที่ไม่มีอะไรน่าสนใจทำในเวลา ว่างเลย	1.25	.44	1.45	.69	-2.05*
127.	ข้าพเจ้ามักไม่ได้รับอนุญาตให้ออกนอก บ้าน นเวลากลางคืน	1.45	.61	1.70	.81	2.05*
128.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับอนุญาตให้มีนัดกับเพื่อน เพศตรงข้าม	1.55	.61	1.80	.99	-1.36
129.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้หญิงมากกว่านี้	1.35	.49	1.80	.99	.50
130.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้ชายมากกว่านี้	1.35	.49	1.75	.78	.98
131.	ที่บ้านข้าพเจ้าไม่มีที่ที่จะรับรองเพื่อนๆให้ สนุกสนานได้	1.35	.49	1.65	.67	-2.00
132.	ข้าพเจ้าไม่สบายใจในการเข้าสังคม	1.45	.51	1.60	.68	-1.45

ตารางที่ 24 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
133.	ข้าพเจ้าลำบากใจที่จะสนทนาได้ตอบเพื่อให้การสนทนาดำเนินต่อไป	1.70	.66	1.95	.88	-2.02*
134.	ข้าพเจ้าไม่มีความมั่นใจในกิจกรรมรายทและการเข้าสังคมของข้าพเจ้า	1.50	.61	1.76	.91	-1.45
135.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง	1.35	.59	1.55	.69	-.55
136.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหญิง	1.35	.59	1.70	.80	.70
137.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนชาย	1.35	.59	1.85	.81	.78
138.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนหญิง	1.35	.59	1.60	.75	.54
139.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนชาย	1.35	.59	1.55	.83	.40
140.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกคนที่คบอยู่เป็นคู่รักต่อไปหรือไม่	1.35	.49	1.75	.98	-.80
141.	ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้วิธีการเต้นรำ	1.50	.61	1.90	.92	-1.02
142.	ข้าพเจ้าคอยดูแลให้ตัวเองเรียบร้อยและดูสง่างาม	1.45	.51	1.60	.59	-2.00
143.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเพศตรงข้ามมากเกินไป	1.50	.51	1.75	.72	-2.05*
144.	ข้าพเจ้าต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องเพศเพิ่มขึ้น	1.55	.69	1.75	.80	1.78
145.	ข้าพเจ้ามักเขินอายเมื่อต้องคุยเกี่ยวกับเรื่องทางเพศ	1.30	.47	1.75	.91	-1.00
รวม		1.42	.57	1.70	.69	2.00

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ±2.02)

จากตารางที่ 24 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 119, 120, 126, 127, 133 และ ข้อที่ 143 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 25 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัว “ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป” หลังการทดลอง (post-test)
ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
146.	ข้าพเจ้าเป็นคนมีเพื่อนยาก	1.55	.61	1.65	.81	.45
147.	ข้าพเจ้าขี้อาย	1.50	.51	1.90	.85	-1.23
148.	ข้าพเจ้าไม่เคยได้รับเลือกเป็นผู้นำ	1.45	.51	1.55	.76	1.00
149.	ข้าพเจ้าอยากให้ผู้คนชอบข้าพเจ้ามากขึ้น	1.35	.59	1.90	.91	-2.03*
150.	ข้าพเจ้าถูกยั่วยุหรือถูกล้อ	1.40	.50	1.60	.75	2.05*
151.	ข้าพเจ้ามักถูกนิินทา	1.45	.51	1.90	.91	-2.00
152.	ข้าพเจ้ารู้สึกกระทบกระเทือนใจง่ายเกินไป	1.50	.61	1.60	.75	1.85
153.	ข้าพเจ้าถูกชักนำโดยผู้อื่นได้ง่ายมาก	1.30	.57	1.55	.69	-2.42*
154.	ข้าพเจ้าเลือกคนผิดเป็นเพื่อน	1.25	.44	1.80	.89	-3.40*
155.	ข้าพเจ้าต้องการมีบุคลิกภาพที่น่าชื่นชม มากกว่านี้	1.30	.47	1.80	.95	2.11*
156.	ข้าพเจ้าถูกทำให้เป็นตัวตลก	1.40	.59	1.60	.68	-2.00
157.	ข้าพเจ้ามักถูกจับผิด	1.30	.47	1.45	.76	-1.50
158.	ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็น บุคคล ภายนอกกลุ่ม	1.25	.44	1.50	.51	.36
159.	ผู้คนมักจะค้นหาความผิดพลาดของ ข้าพเจ้า	1.20	.41	1.75	.79	-1.65
160.	ข้าพเจ้ารู้สึกเคอะเขินในการพบปะผู้คน	1.30	.47	1.90	.99	3.44*
161.	ข้าพเจ้าต้องการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีกว่านี้	1.20	.52	1.85	.67	-2.56*
162.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีผู้ใดเข้าใจในตัวข้าพเจ้า	1.30	.47	1.68	.75	2.04*
163.	ข้าพเจ้าคิดถึงใครบางคนอย่างมาก	1.30	.47	1.60	.75	-2.11*
164.	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มีใครชอบข้าพเจ้า	1.45	.61	1.65	.75	-2.00
165.	ข้าพเจ้ามักจะมีอาการได้เถียงอยู่เสมอ	1.50	.61	1.65	.67	.58

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
166.	ข้าพเจ้ามักมีเรื่องต่อสู้หรือทำร้ายร่างกายกับผู้อื่น	1.30	.47	1.55	.69	-.25
167.	ข้าพเจ้าอารมณ์ได้ง่าย	1.30	.47	1.50	.69	.35
168.	ข้าพเจ้าเป็นคนหัวดี	1.55	.51	1.80	.80	2.00
169.	ข้าพเจ้าทำลายความรู้สึกผู้อื่น	1.55	.61	2.65	.80	-3.48*
170.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้อิจฉา	1.50	.61	1.50	.68	-.05
171.	ข้าพเจ้าไม่ชอบใครบางคน	1.40	.59	1.80	.89	-2.00
172.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีคนบางคนไม่ชอบข้าพเจ้า	1.45	.51	1.95	.80	-2.45*
173.	ข้าพเจ้าจะออกห่างเพื่อนที่ไม่ชอบ	1.40	.50	2.80	.80	3.00*
174.	ไม่มีใครที่ข้าพเจ้าจะปรึกษาปัญหาด้วยได้	1.30	.47	1.60	.75	-1.98
รวม		1.38	.54	1.87	.78	-2.05*

* $p < .05$ ($t_{.05(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 25 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 26 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัว “ ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ” หลังการทดลอง (post-test)
ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
175.	ข้าพเจ้าหวาดหวั่น ตกใจง่าย	1.40	.50	1.45	.76	.36
176.	ข้าพเจ้าจริงจังกับสิ่งต่างๆ มากเกินไป	1.45	.51	2.05	.95	-2.15*
177.	ข้าพเจ้าตื่นเต้นมากเกินไป	1.35	.49	1.90	.97	-2.05*
178.	ข้าพเจ้ากลัวการทำผิด	1.35	.49	1.90	.72	2.00
179.	ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในสิ่งต่างๆ	1.35	.49	1.85	.81	-2.03*
180.	ข้าพเจ้ากำลังมีปัญหาชีวิต	1.15	.36	1.80	.89	2.03*
181.	ข้าพเจ้ากำลังพยายามเลิกนิสัยที่ไม่ดี	1.35	.49	2.20	.89	3.15*
182.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าบางครั้งยังมีความซื่อสัตย์ น้อยกว่าที่ควรจะเป็น	1.45	.51	1.65	.74	-2.00
183.	ข้าพเจ้ามักจะยอมต่อสิ่งที่ยั่วยวนใจเสมอ	1.30	.47	1.70	.73	2.15*
184.	ข้าพเจ้าควบคุมตนเองไม่ได้	1.35	.49	1.90	.90	-2.05*
185.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้สนุกสนานเหมือนเด็กคนอื่น อื่นๆ	1.25	.44	1.70	.66	2.22*
186.	ข้าพเจ้ามักกังวลใจในสิ่งเล็กๆน้อยๆ	1.30	.47	1.60	.70	1.02
187.	ข้าพเจ้าฝันร้าย	1.25	.44	1.65	.88	.69
188.	ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในตนเอง	1.35	.49	1.75	.78	-2.05*
189.	บางครั้งข้าพเจ้าคิดว่าไม่น่าจะเกิดเลย	1.30	.47	1.95	.82	2.11*
190.	ข้าพเจ้าเป็นคนไม่รอบคอบ	1.40	.50	1.50	.61	-.59
191.	ข้าพเจ้ามักใจลอย	1.35	.48	1.65	.87	.65
192.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้ดื้อ	1.40	.50	2.15	.80	-3.12*
193.	ข้าพเจ้าเป็นคนเกียจคร้าน	1.40	.50	1.75	.71	.99
194.	ข้าพเจ้าไม่ได้เอาจริงเอาจังกับสิ่งต่างๆ เพียงพอ	1.35	.49	1.90	.72	-2.42*

ตารางที่ 26 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
195.	ข้าพเจ้ารู้สึกอายใจกับการกระทำบางอย่างที่ได้กระทำลงไป	1.30	.47	2.30	.86	-3.58*
196.	ข้าพเจ้าได้รับการลงโทษโดยที่ไม่ได้ทำอะไรผิด	1.35	.49	1.75	.91	-2.02*
197.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการสาบานเป็นเรื่องไร้สาระ	1.20	.41	1.75	.91	.55
198.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเรื่องนรกสวรรค์	1.30	.47	2.05	.95	-1.08
199.	ข้าพเจ้ากลัวกรรมตามสนอง	1.30	.47	1.90	.80	2.00
200.	บางครั้งข้าพเจ้าพูดโกหกโดยไม่ได้ตั้งใจ	1.35	.49	2.15	.90	-1.36
201.	ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมความผิดที่ได้ทำลงไป	1.25	.44	2.20	.80	-2.20*
202.	ข้าพเจ้าทำใจในบางเรื่องได้ยาก	1.41	.50	2.15	.80	1.42
203.	ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะทำสิ่งใหม่ๆ ด้วยตัวเอง	1.40	.50	1.70	.80	.30
204.	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากในการพูดถึงปัญหาหรือความยุ่งยากของตัวเอง	1.45	.51	1.75	.80	-.75
รวม		1.34	.50	1.86	.81	-2.18*

* $p < .05$ ($t_{.05(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 26 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง หลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 27 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัวรายด้าน ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง (N=40)

รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย	1.42	.61	1.36	.54	-2.02*
2. ด้านโรงเรียน	1.61	.70	1.60	.62	.30
3. ด้านบ้านและครอบครัว	1.69	.73	1.52	.64	.22
4. ด้านการเงิน การงานและอนาคต	.65	.79	1.45	.57	- 2.02*
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง	1.47	.64	1.42	.57	.33
6. ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป	1.55	.81	1.38	.54	- 2.04*
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง	1.50	.81	1.34	.50	- 2.10*
รวม	1.55	.72	1.44	.57	-2.05*

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ±2.02)

จากตารางที่ 27 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวแต่ละด้าน ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 28 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
 ปัญหาการปรับตัว "ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย" ก่อนและหลังการทดลอง
 (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ข้าพเจ้าปวดศีรษะบ่อย	1.40	.59	1.25	.44	1.08
2.	ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ	1.35	.49	1.30	.47	-.05
3.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน	1.55	.68	1.55	.69	.15
4.	ข้าพเจ้ามีสุขภาพไม่ดี	1.50	.68	1.45	.61	-2.03*
5.	ข้าพเจ้าออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านน้อยเกินไป	1.80	.89	1.50	.61	2.00
6.	ข้าพเจ้าเตี้ยเกินไป	1.25	.44	1.20	.41	.20
7.	ข้าพเจ้าสูงเกินไป	1.30	.47	1.25	.44	-2.10*
8.	ข้าพเจ้ามีการวางท่าทางเช่น การนั่ง ยืน หรือเดินไม่ดี	1.35	.58	1.55	.69	2.02*
9.	ข้าพเจ้ามีผิวพรรณไม่ดีหรือมีปัญหาเกี่ยวกับผิวหนัง	1.45	.61	1.50	.51	-2.02*
10.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณมองดูไม่ดี (ลักษณะรูปร่าง การแต่งกาย บุคลิกภาพ)	1.50	.61	1.50	.61	.00
11.	ข้าพเจ้ารับประทานอาหารที่ไม่มีคุณค่า	1.35	.49	1.50	.61	2.02*
12.	ข้าพเจ้ามักไม่หิวในเวลาอาหาร	1.30	.57	1.40	.75	1.55
13.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักมากเกินกว่ามาตรฐาน	1.55	.89	1.25	.44	-2.02*
14.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักน้อยเกินกว่ามาตรฐาน	1.25	.55	1.25	.44	.06
15.	ข้าพเจ้าขาดเรียนบ่อยเนื่องจากป่วย	1.40	.59	1.50	.61	-2.04*
16.	ข้าพเจ้าเจ็บคอบ่อย	1.45	.61	1.35	.59	1.11
17.	ข้าพเจ้าเป็นหวัด	1.35	.49	1.35	.49	.00
18.	ข้าพเจ้าเจ็บป่วยบ่อย	1.30	.47	1.30	.47	.00

ตารางที่ 28 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
19.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ ปวดท้องบ่อยๆ	1.35	.59	1.30	.47	.25
20.	ข้าพเจ้ากลัวว่าจะต้องมีการผ่าตัด	1.50	.89	1.45	.68	-2.02*
21.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการฟังไม่ดี	1.60	.82	1.40	.50	2.03*
22.	ข้าพเจ้าพูดไม่ชัด	1.50	.51	1.35	.49	-2.02*
23.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา	1.60	.68	1.55	.61	-.59
24.	ข้าพเจ้าสูบบุหรี่	1.85	.99	1.60	.75	.80
25.	ข้าพเจ้าเหนื่อยง่าย	1.90	.99	1.65	.75	-1.10
26.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับจมูกหรือเป็นไซนัส	1.40	.68	1.40	.68	.00
27.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้า	1.30	.47	1.35	.49	-.20
28.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่แข็งแรงเท่าเด็กคนอื่น ๆ	1.50	.61	1.40	.50	2.02*
29.	ข้าพเจ้าไม่คล่องแคล่วและรุ่มงามเกินไป	1.50	.61	1.40	.50	2.02*
30.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับส่วนของร่างกายที่บกพร่อง	1.50	.61	1.55	.61	-.55
รวม		1.42	.61	1.36	.54	-2.02*

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 28 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านสุขภาพและการพัฒนาการทางด้านร่างกาย ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 29 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัว "ด้านโรงเรียน" ก่อนทดลอง และหลังการทดลอง (สัปดาห์ที่ 8)
ของกลุ่มทดลอง (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
31.	ข้าพเจ้าได้คะแนนผลการเรียนต่ำ	1.60	.68	1.50	.61	.56
32.	ข้าพเจ้ากลัวการสอบ	1.50	.61	1.50	.61	.00
33.	ข้าพเจ้าเรียนช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน	1.65	.93	1.55	.61	.25
34.	ข้าพเจ้าไม่ชอบเรียนหนังสือ	1.40	.59	1.45	.51	-.30
35.	ข้าพเจ้าไม่สนใจการอ่านหนังสือ	1.60	.82	1.40	.59	1.01
36.	ข้าพเจ้ากลัวความผิดพลาดในการเรียน	1.65	.88	1.55	.69	-.56
37.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการคิดคำนวณ	1.50	.68	1.45	.61	2.02*
38.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการสะกดคำหรือไวยากรณ์	1.55	.61	1.45	.61	2.00
39.	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า	2.00	.90	2.00	.90	.00
40.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการเขียน	1.60	.75	1.50	.51	.50
41.	ข้าพเจ้าใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้าไม่เพียงพอ	2.00	.86	1.60	.50	.66
42.	ข้าพเจ้ามีการบ้านมากเกินไป	1.45	.61	1.40	.50	-1.00
43.	ข้าพเจ้าไม่มีสมาธิในการเรียน	1.60	.75	1.45	.61	2.03*
44.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลเกี่ยวกับคะแนนผลการเรียน	1.65	.93	1.35	.49	2.02*
45.	ข้าพเจ้าเรียนหนังสือไม่ค่อยเก่ง	1.50	.69	1.45	.61	2.02*
46.	ข้าพเจ้าไม่ชอบไปโรงเรียน	1.65	.75	1.55	.69	.80
47.	โรงเรียนข้าพเจ้ามีระเบียบและกฎข้อบังคับเข้มงวดจนเกินไป)	1.55	.83	1.60	.75	1.05
48.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเรียนจนไม่มีเวลาได้พักผ่อน	1.38	.58	1.60	.82	-2.05*
49.	ข้าพเจ้าเข้ากับครูไม่ค่อยได้	1.40	.50	1.50	.5	-1.06
50.	ครูไม่ปฏิบัติในสิ่งที่พ่าร่ำสอน	1.85	.87	1.55	.69	-.95
51.	ข้าพเจ้าอ่านตำราเรียนไม่ค่อยเข้าใจ	1.75	.64	1.50	.51	.89
52.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการออกไปรายงานปากเปล่า	1.30	.57	1.45	.83	-1.30

ตารางที่ 29 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
53.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเขียนรายงาน	1.50	.69	1.45	.69	2.03*
54.	ข้าพเจ้าความจำไม่ดี	1.55	.69	1.40	.59	-2.00
55.	ข้าพเจ้าไม่กล้าพูดหรือแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน	1.75	.85	1.35	.59	2.15*
56.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ	1.90	.72	1.60	.59	-1.00
57.	ข้าพเจ้ามีอิสระในห้องเรียนน้อยเกินไป	1.70	.80	1.55	.51	-.65
58.	ข้าพเจ้ามักไม่ค่อยได้อภิปรายในชั้นเรียน	1.60	.82	1.60	.68	.06
59.	ข้าพเจ้าไม่สนใจเรียนบางวิชา	1.75	.85	1.60	.59	.74
60.	ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ	1.50	.69	1.40	.61	-1.08
รวม		1.61	.70	1.60	.62	.30

* $p < .05$ ($t_{.05(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 29 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านโรงเรียน ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 37, 43, 44, 45, 48, 53 และข้อที่ 55 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 30 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว "ด้านบ้านและครอบครัว" ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
61.	ข้าพเจ้ามักจะทำตัวเป็นเด็ก ๆ	1.75	.91	1.55	.76	.36
62.	ข้าพเจ้าไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา	1.50	.62	1.60	.50	-.10
63.	ข้าพเจ้ามีความกังวลเกี่ยวกับสมาชิกบางคนใน ครอบครัว	1.75	.91	1.65	.75	.20
64.	บิดามารดาของข้าพเจ้าทำงานหนักเกินไป	1.85	.81	1.65	.67	.56
65.	ข้าพเจ้าไม่เคยมีกิจกรรมที่สนุกสนานกับบิดามารดา	1.70	.80	1.55	.61	-1.05
66.	มีสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เจ็บป่วย	1.90	.90	1.60	.59	1.66
67.	มีบุคคลในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.45	.61	1.35	.49	-.50
68.	บิดาหรือมารดาข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.40	.59	1.50	.61	2.00
69.	บิดามารดาของข้าพเจ้าแยกกันหรือหย่าร้างกัน	1.35	.49	1.45	.61	.15
70.	บิดามารดาไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า	1.50	.76	1.55	.51	-.55
71.	ครอบครัวมักปฏิบัติต่อข้าพเจ้าเหมือนเด็ก ๆ	1.85	.93	1.70	.57	1.02
72.	บิดามารดาข้าพเจ้ารักพี่น้องๆมากกว่าข้าพเจ้า	1.35	.58	1.40	.50	-.89
73.	บิดามารดามักตัดสินใจในเรื่องต่างๆให้ข้าพเจ้ามากเกินไป	1.85	.87	1.55	.88	1.02
74.	บิดามารดาคาดหวังในตัวข้าพเจ้ามากเกินไป	1.85	.99	1.40	.59	2.04*
75.	ข้าพเจ้าต้องการในสิ่งที่บิดามารดาไม่ยอมให้	1.80	.77	1.50	.51	-1.00
76.	ข้าพเจ้ามักถูกตำหนิจากบิดามารดา	1.65	.81	1.55	.51	-1.02
77.	บิดามารดาไม่ชอบเพื่อนของข้าพเจ้า	1.90	.97	1.70	.47	.59
78.	บิดามารดาไม่เชื่อในตัวข้าพเจ้า	1.75	.79	1.50	.61	-.50
79.	บิดามารดาของข้าพเจ้ามีความคิดล้าสมัย	1.40	.50	1.50	.51	2.02*

ตารางที่ 30 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
80.	ข้าพเจ้าไม่สามารถปรึกษาปัญหาบางเรื่องกับครอบครัว	1.80	.95	1.55	.69	-1.35
81.	ครอบครัวของข้าพเจ้าทะเลาะกัน	1.40	.60	1.55	.90	2.02*
82.	ข้าพเจ้ามักเข้าไม่ได้กับพี่ๆน้องๆ	1.50	.69	1.80	.76	.85
83.	ข้าพเจ้าไม่เล่าทุกเรื่องให้บิดามารดาฟัง	1.60	.68	1.50	.61	-.36
84.	ข้าพเจ้าต้องการความมีอิสระที่บ้านมากกว่าที่เป็นอยู่	1.75	.91	1.55	.69	-1.59
85.	ข้าพเจ้าต้องการย้ายบ้านไปอยู่ที่อื่น	1.70	.98	1.55	.61	1.80
86.	ข้าพเจ้ามีความคิดเห็นขัดแย้งกับมารดา	1.70	.90	1.45	.69	-1.48
87.	ข้าพเจ้าชอบเถียงกับบิดามารดา	1.55	.61	1.45	.51	2.00
88.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดา	1.40	.59	1.40	.59	.00
89.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดา	1.35	.49	1.40	.59	.59
90.	ข้าพเจ้าอยากหนีออกจากบ้าน	1.50	.83	1.30	.47	-2.03*
รวม		1.69	.73	1.52	.64	.22

* $p < .05$ ($t_{.05(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 30 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านบ้านและครอบครัว ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 74, 79, 81 และข้อที่ 90 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 31 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว “ด้านการเงิน การงาน และอนาคต” ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
91.	ข้าพเจ้าใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย	1.95	.90	1.50	.60	-1.20
92.	ข้าพเจ้าต้องขอเงินจากบิดามารดา	1.90	.90	1.45	.50	2.02*
93.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายอย่างสม่ำเสมอ	1.45	.69	1.45	.68	.00
94.	ครอบครัวของข้าพเจ้ามีความกังวลในเรื่องการเงิน	1.60	.88	1.45	.61	2.00
95.	ครอบครัวข้าพเจ้าไม่มีรถยนต์	1.20	.41	1.30	.57	.69
96.	ข้าพเจ้ามีเสื้อผ้าที่สวยงามน้อยมาก	1.50	.76	1.40	.59	1.00
97.	ข้าพเจ้าต้องการหารายได้เลี้ยงตัวเอง	1.85	.93	1.40	.50	2.03*
98.	ข้าพเจ้าต้องการซื้อหาสิ่งของส่วนตัวมากขึ้น	1.90	.91	1.50	.51	-1.50
99.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีเลือกซื้อสินค้าอย่างเหมาะสม	1.60	.68	1.50	.61	-1.02
100.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยเกินไป	1.65	.67	1.45	.51	2.02*
101.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีการหางาน	1.75	.90	1.45	.61	2.03*
102.	ในขณะที่ข้าพเจ้าต้องการหางานพิเศษทำอยู่	1.45	.61	1.50	.61	1.80
103.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยกว่าเพื่อน	1.35	.59	1.45	.69	-.80
104.	ข้าพเจ้าตัดสินใจว่าจะเรียนโปรแกรม (สาขา)ใดในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.70	.92	1.40	.50	2.05*
105.	ข้าพเจ้าต้องการแนะแนวด้านอาชีพหรือการดำเนินชีวิตในอนาคตหลังจากจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.70	.98	1.35	.49	-2.15*
106.	ข้าพเจ้าต้องการความรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย	1.45	.76	1.45	.61	.02
107.	ข้าพเจ้าต้องการรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการทำการค้า	1.60	.94	1.50	.68	.56

ตารางที่ 31 (ต่อ)-

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
108.	ข้าพเจ้าอยากมีงานทำในช่วงปิดภาคเรียน	1.70	.90	1.35	.49	-2.00
109.	ข้าพเจ้าต้องการค้นพบความสามารถตัวเอง ในการประกอบอาชีพ	1.65	.87	1.45	.51	2.42*
110.	ข้าพเจ้าอยากเลือกอาชีพด้วยตนเอง	1.90	.90	1.40	.50	2.05*
111.	ข้าพเจ้าต้องการรับรู้เกี่ยวกับอาชีพต่างๆ มากกว่านี้	1.70	.90	1.55	.61	.69
112.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกอาชีพได้ถูกต้อง เหมาะสมแก่ตนเอง	1.60	.68	1.55	.61	-.90
113.	ข้าพเจ้ากลัวอนาคต	1.45	.61	1.55	.51	2.00
114.	ข้าพเจ้าไม่รู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของ ข้าพเจ้า	1.65	.81	1.60	.68	-.20
115.	ข้าพเจ้าหวั่นใจว่าจะได้แต่งงานหรือไม่	1.40	.60	1.45	.51	.06
116.	ข้าพเจ้าชอบคิดเรื่องการตายของผู้คนว่าจะ เกิดอะไรหลังจากนั้น	1.45	.76	1.45	.61	-.10
รวม		1.62	.79	1.45	.57	-2.02*

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 31 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัว โดยรวม ด้านการเงิน การงาน และอนาคต ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง (สัปดาห์ที่ 8) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 32 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัว “ ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ” ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
117.	ครอบครัวไม่ยอมให้ข้าพเจ้าไปวิ่งเล่นกับ เด็กๆที่ข้าพเจ้าชอบ	1.45	.83	1.30	.57	.50
118.	ข้าพเจ้ามีโอกาสไปงานเลี้ยงน้อยมาก	1.35	.49	1.40	.59	.58
119.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีเวลาเล่นสนุกสนาน	1.65	.75	1.50	.69	.95
120.	ข้าพเจ้ามีโอกาสได้ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ น้อยมาก	1.60	.68	1.45	.51	2.05*
121.	ดูเหมือนเพื่อนผู้หญิงไม่ชอบข้าพเจ้า	1.45	.76	1.45	.61	.03
122.	ดูเหมือนเพื่อนผู้ชายไม่ชอบข้าพเจ้า	1.40	.50	1.55	.61	2.02*
123.	ข้าพเจ้ามีนัดกับเพื่อนต่างเพศ	1.70	.80	1.40	.50	-2.03*
124.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการนัดเพื่อนต่างเพศ	1.50	.51	1.45	.61	2.00
125.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีการมีนัดกับเพื่อนเพศ ตรงข้าม	1.40	.61	1.45	.61	-.50
126.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าจะไม่มีอะไรน่าสนใจทำในเวลา ว่างเลย	1.50	.69	1.25	.44	2.15*
127.	ข้าพเจ้ามักไม่ได้รับอนุญาตให้ออกนอกบ้าน ในเวลากลางคืน	1.60	.88	1.45	.61	2.05*
128.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับอนุญาตให้มีนัดกับเพื่อน เพศตรงข้าม	1.25	.44	1.55	.61	2.00
129.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้หญิงมากกว่านี้	1.65	.88	1.35	.49	-2.05*
130.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้ชายมากกว่านี้	1.20	.41	1.35	.49	.50
131.	ที่บ้านข้าพเจ้าไม่มีที่ที่จะรับรองเพื่อนๆให้ สนุกสนานได้	1.40	.60	1.35	.49	-.59
132.	ข้าพเจ้าไม่สบายใจในการเข้าสังคม	1.45	.68	1.45	.51	.03

ตารางที่ 32 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
133.	ข้าพเจ้าลำบากใจที่จะสนทนาได้ต่อไป ให้การสนทนาดำเนินต่อไป	1.50	.61	1.70	.66	-.50
134.	ข้าพเจ้าไม่มีความมั่นใจในกิจกรรมยาวๆ และการเข้าสังคมของข้าพเจ้า	1.50	.61	1.50	.61	.00
135.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง	1.50	.88	1.35	.59	2.01
136.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหญิง	1.25	.55	1.35	.59	-1.05
137.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนชาย	1.20	.52	1.35	.59	1.00
138.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนหญิง	1.40	.68	1.35	.59	-1.06
139.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนชาย	1.20	.41	1.35	.59	-.25
140.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกคนที่คบอยู่เป็น คู่รักต่อไปหรือไม่	1.50	.82	1.35	.49	2.02*
141.	ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้วิธีการเดินรำ	1.50	.69	1.50	.61	.05
142.	ข้าพเจ้าคอยดูแลให้ตัวเองเรียบร้อยและดู สง่างาม	1.60	.75	1.45	.51	-2.15*
143.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเพศตรงข้าม มากเกินไป	1.70	.80	1.50	.51	.59
144.	ข้าพเจ้าต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับเรื่อง เพศ เพิ่มขึ้น	1.65	.81	1.55	.69	.90
145.	ข้าพเจ้ามักจินตนาการเมื่อต้องคุยเกี่ยวกับ เรื่องทางเพศ	1.55	.76	1.30	.47	-2.01
รวม		1.47	.64	1.42	.57	.33

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 32 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าข้อที่ 120, 122, 123, 126, 127, 129, 140 และข้อที่ 142 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 33 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว “ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป” ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
146.	ข้าพเจ้าเป็นคนมีเพื่อนยาก	1.55	.83	1.55	.61	-.05
147.	ข้าพเจ้าขี้อาย	1.80	.95	1.50	.51	1.20
148.	ข้าพเจ้าไม่เคยได้รับเลือกเป็นผู้นำ	1.45	.76	1.45	.51	.02
149.	ข้าพเจ้าอยากให้ผู้คนชอบข้าพเจ้ามากขึ้น	1.45	.83	1.35	.59	.56
150.	ข้าพเจ้าถูกยั่วยุหรือถูกล้อ	1.65	.98	1.40	.50	2.15*
151.	ข้าพเจ้ามักถูกนิินทา	1.70	.86	1.45	.51	2.03*
152.	ข้าพเจ้ารู้สึกกระทบกระเทือนใจง่ายเกินไป	1.85	.99	1.50	.61	-.59
153.	ข้าพเจ้าถูกชักนำโดยผู้อื่นได้ง่ายมาก	1.65	.81	1.30	.57	3.42*
154.	ข้าพเจ้าเลือกคนผิดเป็นเพื่อน	1.55	.95	1.25	.44	-2.15*
155.	ข้าพเจ้าต้องการมีบุคลิกภาพที่น่าชื่นชมมากกว่านี้	1.40	.75	1.30	.47	.60
156.	ข้าพเจ้าถูกทำให้เป็นตัวตลก	1.50	.83	1.40	.59	1.06
157.	ข้าพเจ้ามักถูกจับผิด	1.45	.76	1.30	.47	1.90
158.	ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคลภายนอกกลุ่ม	1.40	.75	1.25	.44	1.99
159.	ผู้คนมักจะค้นหาความผิดพลาดของข้าพเจ้า	1.40	.75	1.20	.41	-.62
160.	ข้าพเจ้ารู้สึกเคอะเขินในการพบปะผู้คน	1.50	.61	1.30	.47	2.00
161.	ข้าพเจ้าต้องการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีกว่านี้	1.40	.68	1.20	.52	-1.60
162.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีผู้ใดเข้าใจในตัวข้าพเจ้า	1.35	.49	1.30	.47	.20
163.	ข้าพเจ้าคิดถึงใครบางคนอย่างมาก	1.85	.99	1.30	.47	2.11*
164.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีใครชอบข้าพเจ้า	1.40	.59	1.45	.61	-.09
165.	ข้าพเจ้ามักจะมีอาการได้เถียงอยู่เสมอ	1.60	.82	1.50	.61	.11

ตารางที่ 33 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
166.	ข้าพเจ้ามักมีเรื่องต่อสู้หรือทำร้ายร่างกายกับผู้อื่น	1.45	.83	1.30	.47	-1.00
167.	ข้าพเจ้าอารมณ์เสื่อง่าย	1.55	.83	1.30	.47	3.02*
168.	ข้าพเจ้าเป็นคนหัวดี	1.70	.80	1.55	.51	-1.11
169.	ข้าพเจ้าทำลายความรู้สึกผู้อื่น	1.45	.69	1.55	.61	2.00
170.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้อิจฉา	1.50	.69	1.50	.61	-.05
171.	ข้าพเจ้าไม่ชอบใครบางคน	1.50	.69	1.40	.59	-1.99
172.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีคนบางคนไม่ชอบข้าพเจ้า	1.55	.51	1.45	.51	3.03*
173.	ข้าพเจ้าจะออกห่างเพื่อนที่ไม่ชอบ	1.65	.88	1.40	.50	2.04*
174.	ไม่มีใครที่ข้าพเจ้าจะปรึกษาปัญหาด้วยได้	1.40	.75	1.30	.47	-1.30
รวม		1.55	.81	1.38	.54	-2.04*

* $p < .05$ ($t_{.05(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 33 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง(หลังสัปดาห์ที่ 8) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 34 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว “ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง” ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มทดลอง (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
175.	ข้าพเจ้าหวาดหวั่น ตกใจง่าย	1.55	.63	1.40	.50	2.02*
176.	ข้าพเจ้าจริงจังกับสิ่งต่างๆ มากเกินไป	1.90	.90	1.45	.51	-2.14*
177.	ข้าพเจ้าตื่นเต้นมากเกินไป	1.60	.88	1.35	.49	-2.22*
178.	ข้าพเจ้ากลัวการทำผิด	1.75	.90	1.35	.49	3.01*
179.	ข้าพเจ้าประสบความล้มเหลวในสิ่งต่างๆ	1.55	.83	1.35	.49	2.02*
180.	ข้าพเจ้ากำลังมีปัญหาชีวิต	1.60	.94	1.15	.36	-3.55*
181.	ข้าพเจ้ากำลังพยายามเลิกนิสัยที่ไม่ดี	1.70	.98	1.35	.49	3.20*
182.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าบางครั้งยังมีความซื่อสัตย์น้อยกว่าที่ควรจะเป็น	1.50	.76	1.45	.51	-2.00
183.	ข้าพเจ้ามักจะยอมต่อสิ่งที่ยั่วยวนใจเสมอ	1.60	.88	1.30	.47	2.02*
184.	ข้าพเจ้าควบคุมตนเองไม่ได้	1.55	.76	1.35	.49	2.01
185.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้สนุกสนานเหมือนเด็กคนอื่น ๆ	1.25	.64	1.25	.44	-.20
186.	ข้าพเจ้ามักกังวลใจในสิ่งเล็กๆน้อยๆ	1.40	.75	1.30	.47	.50
187.	ข้าพเจ้าฝันร้าย	1.35	.75	1.25	.44	-1.02
188.	ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในตนเอง	1.55	.69	1.35	.49	-2.03*
189.	บางครั้งข้าพเจ้าคิดว่าไม่น่าจะเกิดเลย	1.45	.76	1.30	.47	1.04
190.	ข้าพเจ้าเป็นคนไม่รอบคอบ	1.35	.49	1.40	.50	1.00
191.	ข้าพเจ้ามักใจลอย	1.40	.60	1.35	.48	1.23
192.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้ดื้อ	1.45	.51	1.40	.50	-.59
193.	ข้าพเจ้าเป็นคนเกียจคร้าน	1.60	.82	1.40	.50	2.04*
194.	ข้าพเจ้าไม่ได้เอาจริงเอาจังกับสิ่งต่างๆ เพียงพอ	1.40	.75	1.35	.49	-.88

ตารางที่ 34 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
195.	ข้าพเจ้ารู้สึกอายใจกับการกระทำบางอย่างที่ได้กระทำลงไป	1.65	.90	1.30	.47	2.10*
196.	ข้าพเจ้าได้รับการลงโทษโดยที่ไม่ได้ทำอะไรผิด	1.40	.59	1.35	.49	.55
197.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการสาบานเป็นเรื่องไร้สาระ	1.30	.73	1.20	.41	-.10
198.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเรื่องนรกสวรรค์	1.35	.81	1.30	.47	.25
199.	ข้าพเจ้ากลัวกรรมตามสนอง	1.55	.88	1.30	.47	-2.05*
200.	บางครั้งข้าพเจ้าพูดโกหกโดยไม่ได้ตั้งใจ	1.45	.61	1.35	.49	-.09
201.	ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมความผิดที่ได้ทำลงไป	1.45	.89	1.25	.44	.29
202.	ข้าพเจ้าทำใจในบางเรื่องได้ยาก	1.55	.95	1.40	.50	2.00
203.	ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะทำสิ่งใหม่ๆ ด้วยตัวเอง	1.40	.75	1.40	.50	-.08
204.	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากในการพูดถึงปัญหาหรือความยุ่งยากของตัวเอง	1.50	.83	1.45	.51	-.90
รวม		1.50	.81	1.34	.50	- 2.10*

* $p < .05$ ($t_{.05(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 34 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 35 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัวรายด้าน ก่อนและหลังการทดลอง
(หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม (N=40)

รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1. ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย	1.60	.83	1.68	.74	-.36
2. ด้านโรงเรียน	1.83	.85	1.86	.78	.03
3. ด้านบ้านและครอบครัว	1.87	.79	2.03	.84	-.28
4. ด้านการเงิน การงานและอนาคต	1.94	.84	1.84	.86	.08
5. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง	1.55	.83	1.70	.69	.04
6. ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป	1.67	.81	1.87	.78	.20
7. ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง	1.81	.84	1.86	.81	.17
รวม	1.75	.83	1.83	.79	.03

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 35 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวแต่ละด้าน ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 36 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
 ปัญหาการปรับตัว “ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย” ก่อนและหลังการทดลอง
 (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
1.	ข้าพเจ้าปวดศีรษะบ่อย	1.85	.98	1.80	.95	-1.95
2.	ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ	1.95	.99	1.75	.85	.84
3.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน	1.65	.93	2.05	.80	-1.56
4.	ข้าพเจ้ามีสุขภาพไม่ดี	2.10	.97	1.80	.95	1.45
5.	ข้าพเจ้าออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านน้อยเกินไป	1.70	.90	1.80	.89	-.19
6.	ข้าพเจ้าเตี้ยเกินไป	1.60	.90	1.85	.80	-.77
7.	ข้าพเจ้าสูงเกินไป	1.45	.83	1.65	.80	-.94
8.	ข้าพเจ้ามีการวางท่าทางเช่น การนั่ง ยืนหรือเดินไม่ดี	1.80	.99	1.70	.65	.38
9.	ข้าพเจ้ามีผิวพรรณไม่ดีหรือมีปัญหาเกี่ยวกับผิวหนัง	1.55	.88	1.75	.97	-.75
10.	ข้าพเจ้ารู้สึกตัวเองมองดูไม่ดี (ลักษณะรูปร่าง การแต่งกาย บุคลิกภาพ)	1.60	.88	1.90	.91	-1.18
11.	ข้าพเจ้ารับประทานอาหารที่ไม่มีคุณค่า	1.50	.68	1.65	.75	-.72
12.	ข้าพเจ้ามักไม่หิวในเวลาอาหาร	1.45	.61	1.80	.80	-1.51
13.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักมากเกินกว่ามาตรฐาน	1.75	.97	1.60	.88	.51
14.	ข้าพเจ้ามีน้ำหนักน้อยเกินกว่ามาตรฐาน	1.50	.76	1.50	.76	.00
15.	ข้าพเจ้าขาดเรียนบ่อยเนื่องจากป่วย	1.55	.88	1.45	.76	.38
16.	ข้าพเจ้าเจ็บคอบ่อย	1.50	.95	1.60	.88	-.40
17.	ข้าพเจ้าเป็นหวัด	1.65	.87	1.65	.93	.00
18.	ข้าพเจ้าเจ็บป่วยบ่อย	1.65	.81	1.50	.69	.72

ตารางที่ 36 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
19.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ ปวดท้องบ่อยๆ	1.70	.98	1.55	.76	.56
20.	ข้าพเจ้ากลัวว่าจะต้องมีการผ่าตัด	2.10	.99	1.95	.95	.44
21.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการฟังไม่ดี	1.45	.99	1.75	.85	-.97
22.	ข้าพเจ้าพูดไม่ชัด	1.45	.76	1.55	.76	-.44
23.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา	1.50	.68	1.85	.75	-1.51
24.	ข้าพเจ้าสูบบุหรี่	2.70	.90	2.35	.80	.97
25.	ข้าพเจ้าเหนื่อยง่าย	2.15	.90	2.15	.80	.00
26.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับจมูกหรือเป็นไซนัส	1.35	.58	1.70	.87	-1.93
27.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้า	1.25	.55	1.40	.59	-.90
28.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่แข็งแรงเท่าเด็กคนอื่น ๆ	1.55	.83	1.85	.80	-.80
29.	ข้าพเจ้าไม่คล่องแคล่วและรุ่มงามเกินไป	1.45	.83	1.50	.68	-.23
30.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับส่วนของร่างกายที่บัพรอง	1.65	.93	1.75	.91	-.38
รวม		1.60	.83	1.65	.74	-.36

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 36 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านสุขภาพและการพัฒนาการทางด้านร่างกาย ของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 37 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
ปัญหาการปรับตัว "ด้านโรงเรียน" ก่อนทดลอง และ หลังการทดลอง (สัปดาห์ที่ 8)
ของกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
31.	ข้าพเจ้าได้คะแนนผลการเรียนต่ำ	1.55	.76	2.25	.80	1.50
32.	ข้าพเจ้ากลัวการสอบ	1.60	.88	1.75	.96	.52
33.	ข้าพเจ้าเรียนช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน	1.70	.90	1.80	.80	.09
34.	ข้าพเจ้าไม่ชอบเรียนหนังสือ	1.70	.87	1.80	.83	-.10
35.	ข้าพเจ้าไม่สนใจการอ่านหนังสือ	2.05	.90	1.80	.83	-.90
36.	ข้าพเจ้ากลัวความผิดพลาดในการเรียน	1.90	.97	1.90	.86	.00
37.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการคิดคำนวณ	2.05	.90	1.95	.83	.59
38.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการสะกดคำหรือไวยากรณ์	1.60	.82	1.70	.98	-.09
39.	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า	1.35	.67	1.65	.81	2.15*
40.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการเขียน	1.70	.93	1.60	.82	.60
41.	ข้าพเจ้าใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้าไม่เพียงพอ	2.20	.90	2.00	.56	-1.00
42.	ข้าพเจ้ามีการบ้านมากเกินไป	1.30	.57	1.75	.85	2.45*
43.	ข้าพเจ้าไม่มีสมาธิในการเรียน	2.15	.90	1.90	.91	-.55
44.	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลเกี่ยวกับคะแนนผลการเรียน	1.75	.85	1.85	.87	.10
45.	ข้าพเจ้าเรียนหนังสือไม่ค่อยเก่ง	2.15	.90	1.80	.77	-.96
46.	ข้าพเจ้าไม่ชอบไปโรงเรียน	2.05	.90	1.95	.95	-.89
47.	โรงเรียนข้าพเจ้ามีระเบียบและกฎข้อบังคับเข้มงวดจนเกินไป	1.80	.99	1.90	.80	.50
48.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเรียนจนไม่มีเวลาได้พักผ่อน	1.55	.68	1.80	.80	-.25
49.	ข้าพเจ้าเข้ากับครูไม่ค่อยได้	1.70	.86	1.80	.84	.78
50.	ครูไม่ปฏิบัติในสิ่งที่พร่ำสอน	1.45	.76	1.65	.81	-2.02*
51.	ข้าพเจ้าอ่านตำราเรียนไม่ค่อยเข้าใจ	1.75	.97	1.90	.97	-.55
52.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการออกไปรายงานปากเปล่า	1.95	.90	1.60	.75	.50

ตารางที่ 37 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
53.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเขียนรายงาน	2.05	.90	1.75	.85	.78
54.	ข้าพเจ้าความจำไม่ดี	1.90	.90	2.00	.80	-.90
55.	ข้าพเจ้าไม่กล้าพูดหรือแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน	1.75	.85	1.85	.88	.10
56.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ	1.95	.83	1.90	.85	-.60
57.	ข้าพเจ้ามีอิสระในห้องเรียนน้อยเกินไป	1.95	.90	2.00	.92	-.45
58.	ข้าพเจ้ามักไม่ค่อยได้อภิปรายในชั้นเรียน	1.70	.86	1.75	.72	.09
59.	ข้าพเจ้าไม่สนใจเรียนบางวิชา	2.25	.78	2.00	.75	-.52
60.	ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ	2.30	.73	2.30	.80	.00
รวม		1.83	.85	1.86	.78	.03

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 37 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านโรงเรียน ของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 39, 42 และข้อที่ 50 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 38 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของปัญหาการปรับตัว “ด้านบ้านและครอบครัว” ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
61.	ข้าพเจ้ามักจะทำตัวเป็นเด็ก ๆ	1.70	.86	1.80	.80	-.09
62.	ข้าพเจ้าไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา	1.65	.93	1.75	.9	-.10
63.	ข้าพเจ้ามีความกังวลเกี่ยวกับสมาชิกบางคนในครอบครัว	1.75	.90	2.15	.93	.25
64.	บิดามารดาของข้าพเจ้าทำงานหนักเกินไป	2.40	.90	1.85	.75	-1.02
65.	ข้าพเจ้าไม่เคยมีกิจกรรมที่สนุกสนานกับบิดามารดา	1.80	.90	2.05	.95	.50
66.	มีสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เจ็บป่วย	1.35	.81	1.75	.91	2.03*
67.	มีบุคคลในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.75	.90	1.70	.86	-.05
68.	บิดาหรือมารดาข้าพเจ้าที่เสียชีวิต	1.30	.73	1.70	.86	2.02*
69.	บิดามารดาของข้าพเจ้าแยกกันหรือหย่าร้างกัน	1.90	.90	1.75	.80	-.59
70.	บิดามารดาไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า	2.10	.85	2.00	.97	.05
71.	ครอบครัวมักปฏิบัติต่อข้าพเจ้าเหมือนเด็ก ๆ	1.95	.90	2.10	.78	.09
72.	บิดามารดาข้าพเจ้ารักพี่น้องๆมากกว่าข้าพเจ้า	1.65	.93	1.90	.91	-.10
73.	บิดามารดามักตัดสินใจในเรื่องต่างๆให้ข้าพเจ้ามากเกินไป	1.90	.96	2.05	.88	-.25
74.	บิดามารดาคาดหวังในตัวข้าพเจ้ามากเกินไป	2.15	.90	2.10	.78	-.09
75.	ข้าพเจ้าต้องการในสิ่งที่บิดามารดาไม่ยอมให้	1.80	.95	2.85	.80	2.42*
76.	ข้าพเจ้ามักถูกตำหนิจากบิดามารดา	3.10	.99	1.95	.83	2.22*
77.	บิดามารดาไม่ชอบเพื่อนของข้าพเจ้า	2.20	.90	1.95	.88	.08
78.	บิดามารดาไม่เชื่อในตัวข้าพเจ้า	2.10	.90	2.85	.80	-2.12*
79.	บิดามารดาของข้าพเจ้ามีความคิดล้าสมัย	1.80	.90	1.80	.90	.00

ตารางที่ 38 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
80.	ข้าพเจ้าไม่สามารถปรึกษาปัญหาบางเรื่องกับครอบครัว	2.25	.90	2.15	.90	-.10
81.	ครอบครัวของข้าพเจ้าทะเลาะกัน	1.75	.97	1.75	.71	.00
82.	ข้าพเจ้ามักเข้าไม่ได้กับเพื่อนๆ	1.50	.68	1.70	.80	.26
83.	ข้าพเจ้าไม่เล่าทุกเรื่องให้บิดามารดาฟัง	2.10	.90	1.75	.91	-.22
84.	ข้าพเจ้าต้องการความมีอิสระที่บ้านมากกว่าที่เป็นอยู่	2.00	.90	1.85	.93	.09
85.	ข้าพเจ้าต้องการย้ายบ้านไปอยู่ที่อื่น	1.65	.90	1.70	.73	.09
86.	ข้าพเจ้ามีความคิดเห็นขัดแย้งกับมารดา	1.55	.76	1.60	.75	-.10
87.	ข้าพเจ้าชอบเถียงกับบิดามารดา	2.00	.80	1.85	.75	.18
88.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดา	1.55	.95	1.70	.61	-1.00
89.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดา	1.85	.80	1.90	.78	-.10
90.	ข้าพเจ้าอยากหนีออกจากบ้าน	1.60	.94	1.65	.81	.05
รวม		1.87	.79	2.03	.84	-.28

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 38 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านบ้านและครอบครัว ของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 66, 68, 75, 76 และข้อที่ 78 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 39 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัว “ด้านการเงิน การงาน และอนาคต” ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
91.	ข้าพเจ้าใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย	2.30	.90	1.85	.75	-.56
92.	ข้าพเจ้าต้องขอเงินจากบิดามารดา	2.35	.90	1.90	.55	-1.03
93.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายอย่างสม่าเสมอ	1.70	.98	1.85	.87	-.09
94.	ครอบครัวของข้าพเจ้ามีความกังวลในเรื่องการเงิน	2.20	.80	1.95	.95	.56
95.	ครอบครัวข้าพเจ้าไม่มีรถยนต์	1.65	.80	1.85	.80	.22
96.	ข้าพเจ้ามีเสื้อผ้าที่สวยงามน้อยมาก	1.65	.90	1.70	.87	.36
97.	ข้าพเจ้าต้องการหารายได้เลี้ยงตัวเอง	2.00	.80	2.10	.80	-.15
98.	ข้าพเจ้าต้องการซื้อหาสิ่งของส่วนตัวมากขึ้น	1.80	.95	1.90	.85	.33
99.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีเลือกซื้อสินค้าอย่างเหมาะสม	1.80	.83	1.80	.89	.00
100.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยเกินไป	1.75	.80	1.90	.85	.22
101.	ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีการหางาน	2.05	.80	1.80	.95	-.15
102.	ในขณะที่ข้าพเจ้าต้องการหางานพิเศษทำอยู่	1.95	.80	2.05	.80	.10
103.	ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยกว่าเพื่อน	1.75	.80	1.90	.78	-1.02
104.	ข้าพเจ้าตัดสินใจว่าจะเรียนโปรแกรม (สาขา)ใดในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.85	.80	1.80	.70	-.06
105.	ข้าพเจ้าต้องการแนะแนวด้านอาชีพหรือการดำเนินชีวิตในอนาคตหลังจากจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	1.95	.80	1.65	.67	.60
106.	ข้าพเจ้าต้องการความรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย	2.30	.90	1.90	.70	-1.00
107.	ข้าพเจ้าต้องการรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการทำการค้า	2.75	.80	1.75	.85	2.15*

ตารางที่ 39 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
108.	ข้าพเจ้าอยากมีงานทำในช่วงปิดภาคเรียน	2.55	.95	1.85	.87	-3.02*
109.	ข้าพเจ้าต้องการค้นพบความสามารถตัวเอง ในการประกอบอาชีพ	2.30	.80	2.00	.91	.50
110.	ข้าพเจ้าอยากเลือกอาชีพด้วยตนเอง	2.25	.80	1.75	.85	.65
111.	ข้าพเจ้าต้องการรับรู้เกี่ยวกับอาชีพต่างๆ มากกว่านี้	2.20	.80	1.85	.93	-.42
112.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกอาชีพได้ถูกต้อง เหมาะสมแก่ตนเอง	1.85	.90	1.85	.93	.00
113.	ข้าพเจ้ากลัวอนาคต	1.70	.97	1.80	.89	.10
114.	ข้าพเจ้าไม่รู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของ ข้าพเจ้า	1.90	.80	1.75	.79	-.20
115.	ข้าพเจ้าหวังใจว่าจะได้แต่งงานหรือไม่	1.90	.80	1.75	.91	.36
116.	ข้าพเจ้าชอบคิดเรื่องการตายของผู้คนว่าจะ เกิดอะไรหลังจากนั้น	1.85	.80	1.70	.88	-.20
รวม		1.94	.84	1.84	.86	.08

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 39 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านการเงิน การงาน และอนาคต ของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง (สัปดาห์ที่ 8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 107 และข้อที่ 108 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 40 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ
 ปัญหาการปรับตัว“ ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ”
 ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
117.	ครอบครัวไม่ยอมให้ข้าพเจ้าไปวิ่งเล่นกับ เด็ก ๆ ที่ข้าพเจ้าชอบ	1.50	.80	1.65	.67	.06
118.	ข้าพเจ้ามีโอกาสไปงานเลี้ยงน้อยมาก	1.80	.90	1.80	.90	.00
119.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีเวลาเล่นสนุกสนาน	1.65	.93	1.70	.80	-.05
120.	ข้าพเจ้ามีโอกาสได้ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ น้อยมาก	1.60	.82	1.70	.73	-.25
121.	ดูเหมือนเพื่อนผู้หญิงไม่ชอบข้าพเจ้า	1.45	.61	1.45	.61	.00
122.	ดูเหมือนเพื่อนผู้ชายไม่ชอบข้าพเจ้า	1.40	.75	1.70	.87	2.03*
123.	ข้าพเจ้ามีนัดกับเพื่อนต่างเพศ	1.95	.80	1.70	.88	.50
124.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการนัดเพื่อนต่างเพศ	1.50	.89	1.60	.88	.20
125.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีการมีนัดกับเพื่อนเพศ ตรงข้าม	1.30	.70	1.65	.81	-2.01
126.	ข้าพเจ้ารู้สึกที่ไม่มีอะไรน่าสนใจทำในเวลา ว่างเลย	1.55	.80	1.45	.69	.08
127.	ข้าพเจ้ามักไม่ได้รับอนุญาตให้ออกนอก บ้านในเวลากลางคืน	1.65	.93	1.70	.81	-.10
128.	ข้าพเจ้าไม่ได้รับอนุญาตให้มีนัดกับเพื่อน เพศตรงข้าม	1.15	.63	1.80	.99	3.55*
129.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้หญิงมากกว่านี้	1.75	.91	1.80	.89	-.25
130.	ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้ชายมากกว่านี้	1.55	.88	1.75	.78	-.89
131.	ที่บ้านข้าพเจ้าไม่มีที่ที่จะรับรองเพื่อนๆ ให้ สนุกสนานได้	1.90	.91	1.65	.67	.45
132.	ข้าพเจ้าไม่สบายใจในการเข้าสังคม	1.75	.97	1.60	.68	-1.08

ตารางที่ 40 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
133.	ข้าพเจ้าลำบากใจที่จะสนทนาได้ต่อไป ให้ การสนทนาดำเนินต่อไป	1.85	.93	1.95	.88	.10
134.	ข้าพเจ้าไม่มีความมั่นใจในกิจกรรมยาวๆ และการเข้าสังคมของข้าพเจ้า	1.50	.89	1.76	.91	-.55
135.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง	1.40	.82	1.55	.69	2.00
136.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหญิง	1.62	.75	1.70	.80	-.22
137.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนชาย	1.55	.90	1.85	.81	-1.33
138.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนหญิง	1.60	.82	1.60	.75	.05
139.	ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนชาย	1.45	.83	1.55	.83	-2.01
140.	ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกคนที่คบอยู่เป็น คู่รักต่อไปหรือไม่	1.65	.80	1.75	.98	.60
141.	ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้วิธีการเดินร่ำ	1.65	.80	1.90	.92	-.90
142.	ข้าพเจ้าคอยดูแลให้ตัวเองเรียบร้อยและดู สง่างาม	1.65	.90	1.60	.59	-.45
143.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเพศตรงข้าม มากเกินไป	1.90	.80	1.75	.72	1.22
144.	ข้าพเจ้าต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับเรื่อง เพศเพิ่มขึ้น	1.65	.90	1.75	.80	-.36
145.	ข้าพเจ้ามักจินตนาการเมื่อต้องคุยเกี่ยวกับ เรื่องทางเพศ	1.85	.90	1.75	.91	.40
รวม		1.55	.83	1.70	.69	.04

*p < .05 (t .05₍₃₈₎ = ± 2.02)

จากตารางที่ 40 แสดงว่าค่า “ที” (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นราย ข้อ พบว่าข้อที่ 122 และข้อที่ 128 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 41 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัว “ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป” ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
146.	ข้าพเจ้าเป็นคนมีเพื่อนยาก	1.70	.98	1.65	.81	.06
147.	ข้าพเจ้าขี้อาย	2.10	.90	1.90	.85	-.09
148.	ข้าพเจ้าไม่เคยได้รับเลือกเป็นผู้นำ	1.60	.99	1.55	.76	-.10
149.	ข้าพเจ้าอยากให้ผู้คนชอบข้าพเจ้ามากขึ้น	1.85	.80	1.90	.91	.06
150.	ข้าพเจ้าถูกยั่วยุหรือถูกล้อ	1.40	.59	1.60	.75	2.05*
151.	ข้าพเจ้ามักถูกนิินทา	1.40	.50	1.90	.91	2.15*
152.	ข้าพเจ้ารู้สึกกระทบกระเทือนใจง่ายเกินไป	1.90	.90	1.60	.75	-2.00
153.	ข้าพเจ้าถูกชักนำโดยผู้อื่นได้ง่ายมาก	1.40	.94	1.55	.69	.15
154.	ข้าพเจ้าเลือกคนผิดเป็นเพื่อน	1.60	.90	1.80	.89	.20
155.	ข้าพเจ้าต้องการมีบุคลิกภาพที่น่าชื่นชมมากกว่านี้	2.05	.90	1.80	.89	.62
156.	ข้าพเจ้าถูกทำให้เป็นตัวตลก	1.30	.57	1.60	.68	2.11*
157.	ข้าพเจ้ามักถูกจับผิด	1.45	.61	1.45	.76	-.04
158.	ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคลภายนอกกลุ่ม	1.45	.69	1.50	.51	2.00
159.	ผู้คนมักจะค้นหาความผิดพลาดของข้าพเจ้า	1.60	.75	1.75	.79	.25
160.	ข้าพเจ้ารู้สึกเคอะเขินในการพบปะผู้คน	2.00	.80	1.90	.90	-.64
161.	ข้าพเจ้าต้องการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีกว่านี้	2.20	.90	1.85	.67	.42
162.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีผู้ใดเข้าใจในตัวข้าพเจ้า	1.70	.80	1.65	.75	-.09
163.	ข้าพเจ้าคิดถึงใครบางคนอย่างมาก	2.00	.80	1.60	.75	.58
164.	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มีใครชอบข้าพเจ้า	1.35	.49	1.65	.75	3.14*
165.	ข้าพเจ้ามักจะมีอาการได้เฉยๆอยู่เสมอ	1.60	.88	1.65	.67	.07

ตารางที่ 41 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
166.	ข้าพเจ้ามักมีเรื่องต่อสู้หรือทำร้ายร่างกายกับผู้อื่น	1.50	.82	1.55	.69	-.09
167.	ข้าพเจ้าอารมณ์เสื่อง่าย	2.00	.80	1.50	.69	.22
168.	ข้าพเจ้าเป็นคนหัวดี	2.10	.80	1.80	.80	.24
169.	ข้าพเจ้าทำลายความรู้สึกผู้อื่น	1.75	.90	2.65	.80	-3.25*
170.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้ใจฉาน	1.60	.82	1.50	.68	.11
171.	ข้าพเจ้าไม่ชอบใครบางคน	1.95	.88	1.80	.89	-.24
172.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีคนบางคนไม่ชอบข้าพเจ้า	1.95	.88	1.95	.80	.00
173.	ข้าพเจ้าจะออกห่างเพื่อนที่ไม่ชอบ	2.15	.90	2.80	.80	-2.11*
174.	ไม่มีใครที่ข้าพเจ้าจะปรึกษาปัญหาด้วยได้	1.60	.88	1.60	.75	.04
รวม		1.67	.81	1.87	.78	.20

* $p < .05$ ($t_{.05(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 41 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของสมาชิกในบ้านพิชิตใจในแต่ละข้อและโดยรวม ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 150, 151, 156, 164, 169 และข้อที่ 173 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 42 ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า "ที" (t-test) ของ ปัญหาการปรับตัว "ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง" ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม (N=40)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
175.	ข้าพเจ้าหวาดหวั่น ตกใจง่าย	1.70	.80	1.45	.76	2.24*
176.	ข้าพเจ้าจริงจังกับสิ่งต่างๆ มากเกินไป	2.05	.90	2.05	.95	.00
177.	ข้าพเจ้าตื่นเต้นมากเกินไป	1.70	.97	1.90	.97	.25
178.	ข้าพเจ้ากลัวการทำผิด	2.00	.90	1.90	.72	-.36
179.	ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในสิ่งต่างๆ	2.05	.80	1.85	.81	.42
180.	ข้าพเจ้ากำลังมีปัญหาชีวิต	2.10	.90	1.80	.89	.55
181.	ข้าพเจ้ากำลังพยายามเลิกนิสัยที่ไม่ดี	2.20	.80	2.20	.89	.00
182.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าบางครั้งยังมีความซื่อสัตย์น้อยกว่าที่ควรจะเป็น	1.50	.83	1.65	.74	.18
183.	ข้าพเจ้ามักจะยอมต่อสิ่งที่ยั่วยวนใจเสมอ	1.80	.95	1.70	.73	.10
184.	ข้าพเจ้าควบคุมตนเองไม่ได้	1.55	.83	1.90	.90	.24
185.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้สนุกสนานเหมือนเด็กคนอื่น ๆ	1.50	.83	1.70	.66	-.09
186.	ข้าพเจ้ามักกังวลใจในสิ่งเล็กๆน้อยๆ	1.60	.94	1.60	.70	.08
187.	ข้าพเจ้าฝันร้าย	1.35	.67	1.65	.88	2.00
188.	ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในตนเอง	1.80	.89	1.75	.78	.54
189.	บางครั้งข้าพเจ้าคิดว่าไม่น่าจะเกิดเลย	1.75	.80	1.95	.82	.25
190.	ข้าพเจ้าเป็นคนไม่รอบคอบ	2.05	.80	1.50	.61	1.02
191.	ข้าพเจ้ามักใจลอย	1.50	.76	1.65	.87	-.08
192.	ข้าพเจ้าเป็นคนขี้ดื้อ	1.80	.89	2.15	.80	.58
193.	ข้าพเจ้าเป็นคนเกียจคร้าน	1.60	.68	1.75	.71	-.45
194.	ข้าพเจ้าไม่ได้เอาจริงเอาจังกับสิ่งต่างๆ เพียงพอ	1.50	.65	1.90	.72	-.55

ตารางที่ 42 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
		\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
195.	ข้าพเจ้ารู้สึกอายใจกับการกระทำบางอย่างที่ได้กระทำลงไป	2.25	.80	2.30	.86	-.40
196.	ข้าพเจ้าได้รับการลงโทษโดยที่ไม่ได้ทำอะไรผิด	1.95	.90	1.75	.91	.59
197.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการสาบานเป็นเรื่องไร้สาระ	1.50	.68	1.75	.91	.28
198.	ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเรื่องนรกสวรรค์	1.60	.80	2.05	.95	-1.00
199.	ข้าพเจ้ากลัวกรรมตามสนอง	2.15	.80	1.90	.80	-1.04
200.	บางครั้งข้าพเจ้าพูดโกหกโดยไม่ได้ตั้งใจ	1.95	.90	2.15	.90	.90
201.	ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมความผิดที่ได้ทำลงไป	1.85	.98	2.20	.80	-.99
202.	ข้าพเจ้าทำใจในบางเรื่องได้ยาก	2.20	.80	2.15	.80	-.07
203.	ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะทำสิ่งใหม่ๆ ด้วยตัวเอง	1.85	.80	1.70	.80	.48
204.	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากในการพูดถึงปัญหาหรือความยุ่งยากของตัวเอง	1.85	.98	1.75	.80	-.19
รวม		1.81	.84	1.86	.81	.17

* $p < .05$ ($t_{(38)} = \pm 2.02$)

จากตารางที่ 42 แสดงว่าค่า "ที" (t-test) ที่ได้จากการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวโดยรวม ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ของกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 175 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ผลของการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่ออึดทนในทัศนคติและปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกรุงเทพมหานคร” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่ออึดทนในทัศนคติและการปรับตัวของวัยรุ่นในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นวัยรุ่นในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกรุงเทพมหานคร(สมาชิกบ้านพิชิตใจ) จำนวน 40 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลอง ฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอล ในเวลา 17.00-18.00 น. เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน ครั้งละ 60 นาที กลุ่มควบคุม ปฏิบัติภารกิจตามปรกติก่อนและหลังการทดลอง ทำแบบทดสอบวัดอึดทนในทัศนคติและแบบวัดปัญหาการปรับตัว และนำผลที่ได้จากการทำแบบทดสอบมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีทางสถิติ โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยโดยใช้ค่า “ที”

ผลการวิจัยพบว่า

1. สถานภาพของกลุ่มตัวอย่าง มีอายุระหว่าง 12 – 25 ปี ส่วนใหญ่เกินกว่าร้อยละ 50.00 ขึ้นไปมีอายุมากกว่า 20 ปี และมีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร คิดเป็นร้อยละ 62.50
2. ผลการทดลอง
 - 2.1 อึดทนในทัศนคติของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน ด้านรูปร่างและคุณสมบัติ ด้านความเป็นที่น่านิยม และด้านความสุขความพอใจ มีค่าเฉลี่ยของอึดทนในทัศนคติขึ้น

2.2 อัตมโนทัศน์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ ด้านความวิตกกังวล ด้านความเป็นที่น่านิยม และด้านความสุขความพอใจ มีค่าเฉลี่ยของอัตมโนทัศน์ดีขึ้น

2.3 อัตมโนทัศน์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ด้านความเป็นที่น่านิยม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.4 ปัญหาการปรับตัวของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และไม่มีด้านใดที่มีค่าเฉลี่ยปัญหาการปรับตัวดีขึ้น

2.5 ปัญหาการปรับตัวของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.6 ปัญหาการปรับตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษา ผลของการฝึกทักษะกีฬาบอลเลย์บอลที่มีต่ออัตมโนทัศน์และการปรับตัวของวัยรุ่นในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกรุงเทพมหานคร เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลอง ฝึกทักษะกีฬาบอลเลย์บอล 3 วันต่อสัปดาห์ กลุ่มควบคุม ปฏิบัติภารกิจตามปกติ ผลการทดลองมีประเด็นอภิปรายดังนี้

1. สถานภาพของกลุ่มตัวอย่าง มีปัจจัยเกี่ยวข้องกับอัตมโนทัศน์และการปรับตัวดังนี้คือ

1.1 อายุระหว่าง 12 - 25 ปี เป็นช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงระยะเวลาคาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กต่อเนื่องกับความเป็นผู้ใหญ่ แอริคสัน (Erikson, 1968) แสดงทัศนะว่า วัยรุ่นเป็นระยะเวลาที่มนุษย์มีความสับสนทางจิตใจมากที่สุดยิ่งกว่าวัยอื่นๆ ดังนั้นจึงมีอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงง่าย สับสน อ่อนไหว มีความเข้มทางอารมณ์สูง อารมณ์ไม่มั่นคง ซึ่งลักษณะอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นเป็นแบบ พายุบุแคม (Storm and Stress) ควบคุมอารมณ์ไม่ดี บางครั้งมั่นใจสูง บางครั้งไม่แน่ใจ ซึ่งสาเหตุของความสับสนทางอารมณ์ ข้อหนึ่งคือ ขาดความอบอุ่นใจในครอบครัว นั่นก็แสดงให้เห็นว่า วัยรุ่น เป็นวัยที่ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จึงไม่เห็นคุณค่าในตัวเอง ซึ่งตรงกับ ทิพาวิตี เอมะวรรณนะ (2545) ได้กล่าวว่า ภาพที่วัยรุ่นติดยาเสพติดมองตนเอง คือภาพที่มองตนเองในเชิงลบหลายด้าน เช่นด้านสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ด้านสังคม ด้านความสามารถ ด้านการ

งานและอาชีพ ด้านครอบครัว เป็นต้น วัยรุ่นจึงเป็นวัยที่ควรส่งเสริมคุณภาพทางด้านร่างกายและด้านจิตใจ และการใช้กีฬาเป็นสื่อกลางในการพัฒนาคุณภาพทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นวิธีหนึ่งที่วัยรุ่นให้ความสนใจมากในปัจจุบัน

1.2 ภูมิลำเนา ส่วนใหญ่อยู่ในกรุงเทพมหานคร นักมานุษวิทยา ได้ทำการศึกษาปัญหาเด็กวัยรุ่นในสังคมง่าย ๆ ตามภูเขาและตามเกาะ แล้วนำมาเปรียบเทียบกับสภาพสังคมเศรษฐกิจซับซ้อนในเมืองใหญ่ พบว่าเด็กวัยรุ่นในสังคมง่าย ๆ ประสบปัญหาน้อยกว่า ยุ่งยากและสับสนน้อยกว่าในสังคมเมือง ดังนั้นเด็กวัยรุ่นที่อยู่ในกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นสังคมเมืองของประเทศไทย มีแนวโน้มที่จะมีปัญหา และความสับสนมากมาย โดยเฉพาะปัญหายาเสพติดที่กำลังทำลาย ทรัพยากรมนุษย์ของประเทศไทย ทำให้ประเทศไทยมีกำลังในการพัฒนาน้อยกว่าประเทศอื่น

2. ผลการทดลอง

2.1 จากสมมติฐานข้อที่ 1 ผลของการเปลี่ยนแปลงทางด้านอัตมโนทัศน์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองมีความแตกต่างกัน แต่จากผลการวิจัยพบว่า โดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่ตรงกับสมมติฐาน ทั้งนี้อาจเนื่องจากอัตมโนทัศน์ประกอบด้วยหลายองค์ประกอบ การฝึกทักษะกีฬาอาจมีผลให้เปลี่ยนแปลงในบางองค์ประกอบเท่านั้น ดังจะเห็นได้จาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ ด้านความเป็นที่น่านิยม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาโดยรวมแล้ว ทุกด้านมีแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของอัตมโนทัศน์ดีขึ้น แต่ไม่ชัดเจนมากเท่ากับด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ และด้านความเป็นที่น่านิยม

เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านดังนี้

ด้านพฤติกรรม มีข้อที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ดังนี้

ข้อที่ 10 ฉันได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนกลุ่มเดียวกันในการเล่นกีฬา ค่าเฉลี่ยอัตมโนทัศน์น้อยลง แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างรู้สึกว่าจะไม่ได้รับความช่วยเหลือจากสังคมเพื่อนในการเล่นกีฬา ซึ่งสอดคล้องกับ ทิพาวดี เอมะวรรณนะ ที่กล่าวว่า ผู้ติดยาเสพติด หย่อนทักษะทางสังคม มีสัมพันธภาพทางสังคมน้อยและเป็นไปอย่างติดขัด มักมีกลุ่มของตนเองเท่านั้น

ด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน มีข้อที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ดังนี้

ข้อที่ 21 ฉันรู้และเข้าใจจุดอ่อนของฝ่ายตรงข้ามเสมอ ค่าเฉลี่ยอัตมโนทัศน์ดีขึ้น แสดงว่า กิจกรรมกีฬาสามารถทำให้ผู้ติดยาเข้าใจผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับทิพาวดี เอมะวรรณนะ ที่กล่าวว่า ผู้ติดยาเสพติด ที่คิดจะเลิกยาจะมีการเข้าหาสังคมมากขึ้น ซึ่งกีฬาสามารถเป็นสื่อกลางในการกลับสู่สังคมได้

ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ เป็นด้านที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอัตมโนทัศน์ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545: 329-387) ซึ่งกล่าวว่า การลดปัญหาการค้นหาตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ส่วนหนึ่งมาจากการเลียนแบบจากสื่อ ที่คิดว่าเป็นสิ่งดี วัยรุ่นที่ใช้ปัญญาเผชิญเหตุการณ์มากกว่าใช้อารมณ์ และสู้ปัญหา จะค้นหาตนเองพบ และจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพมั่นคง วัยรุ่นที่โตเร็วมักเล่นกีฬาเก่ง มักได้รับเลือกเป็นหัวหน้า อารมณ์ดี สุขุมเยือกเย็น การโตเร็ว – ซ้ำมีผลต่อวัยรุ่น ภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่น (Body image) มีความสำคัญต่ออารมณ์และจิตใจของวัยรุ่นมากกว่าวัยรุ่นอื่นๆ เนื่องจากคุณค่าของวัยรุ่นส่วนหนึ่งมาจากรูปร่างหน้าตาของตน เป็นอย่างไรในสายตาของตนเอง ของเพื่อนของผู้ใหญ่ และการค้นหาตนเอง วัยรุ่นต้องการให้ผู้อื่นรู้สึกชื่นชม เกี่ยวกับลักษณะของตนสมตามเพศ เพราะคิดว่า ความงามทางกายเป็นเป็นความภูมิใจ และมั่นใจตัวเอง เป็นแรงจูงใจให้เข้ากลุ่มง่าย เป็นที่ยอมรับของสังคมเพราะการรวมพวกพ้องเป็นวิถีทางให้เด็กได้รับการสนองความต้องการหลายประการ เช่นความรู้สึกอบอุ่นใจ การได้รับยกย่อง ความรู้สึกว่ามีผู้ที่เข้าใจตนตามบทบาททางเพศ และตั้งตาคู่ใจต่อเพศตรงข้าม แสดงว่ากิจกรรมกีฬาสามารถพัฒนารูปร่างลักษณะทางร่างกายได้ ซึ่งประโยชน์ของการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ทางด้านร่างกายก็คือการพัฒนาร่างกาย ให้มีความแข็งแรง ความทนทาน รวมถึงส่งเสริมให้ มีบุคลิกภาพที่ดี การเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี รวมถึงมีความมั่นใจในตนเองเพิ่มขึ้นด้วย

ด้านความเป็นที่น่านิยม เป็นด้านที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอัตมโนทัศน์ดีขึ้น ซึ่งงานวิจัยของเจนเซน (Janzen ,1993) ได้สรุปสาเหตุสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นติดยาเสพติดว่า มาจากความภูมิใจในตนเองต่ำและมีความสามารถในการปรับตัวต่ำ การหนีความจริงของโลกและของชีวิตโดยการเสพยาเสพติด เท่ากับเป็นการหนีเสียประจักษ์ ซึ่งครอบครัวควรให้กำลังใจเด็ก ทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว เช่น เล่นดนตรี เล่นกีฬา เป็นต้น เพราะวัยรุ่นต้องเผชิญกับปัญหาหลายๆด้าน และผู้ใหญ่ก็ต้องทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่วัยรุ่นด้วย

ด้านความสุขความพอใจ มีข้อที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ดังนี้

ข้อที่ 45 เพื่อนร่วมทีมหวังในตัวฉันมากเกินไป มีคะแนนอัตมโนทัศน์ดีขึ้น แสดงว่าการเล่นกีฬาทำให้ผู้เล่นเกิดการพัฒนา มีความสามารถเพิ่มขึ้น จึงควรได้รับการยอมรับจากสังคม ซึ่งเบดนาร์ (Bednar, 1991) กล่าวว่า คนที่ได้รับความรัก และความไว้วางใจจากคนรอบข้าง โดยเฉพาะบุคคลสำคัญเช่น คนในครอบครัว เพื่อน จะเป็นผู้ที่มีความรู้สึกมีคุณค่า มั่นคงในตนเองสูงกว่า คนที่ไม่ค่อยได้รับความรัก ซึ่งตรงกับแนวคิดของอับราฮัม มาสโลว์ (Abraham Maslow,1989) ที่กล่าวไว้ว่า ความรู้สึกที่ตนเองมีค่า จะช่วยให้เกิดความสุขความภูมิใจ และ

พร้อมที่ฟันผ่าอุปสรรคใดๆก็ได้ต่อไปอีก มนุษย์จึงกระทำการสิ่งที่จะเพิ่มความรู้สึกเป็นสุขท่ามกลางความชื่นชมของคนอื่นต่อไป สำหรับผู้ติดยาก็คิดเลิกยา และรู้สึกที่ตนเองกลับมาอีกค่าครั้งหนึ่ง

จากผลการทดลองซึ่งไม่ตรงกับสมมติฐานข้อที่ 1 สรุปได้ว่า เนื่องจากอัตมโนทัศน์ประกอบไปด้วยหลายองค์ประกอบ การฝึกทักษะทางกีฬาอาจช่วยพัฒนาในบางด้านได้อย่างชัดเจน แต่ในภาพรวมอาจไม่เห็นถึงความแตกต่าง ดังนั้นจึงควรมีการฝึกกิจกรรมด้านอื่นๆ เสริมเช่น

การเล่นดนตรี การให้คำปรึกษา เป็นต้น จึงจะทำให้องค์ประกอบด้านอื่นๆ มีการพัฒนามากกว่านี้

อีกประการหนึ่ง เรื่องระยะเวลาในการฝึกทักษะเพียง 8 สัปดาห์ (2 เดือน) ซึ่งเป็นเวลาที่ทำให้เกิดการเสริมสร้างสุขภาพ และสมรรถภาพทางกาย (วิริยา บุญชัย, 2528: 151) และสอดคล้องกับทัศนีย์ ช้อนขุนทด (2542) ซึ่งทำการวิจัยเรื่องผลของการมีส่วนร่วมตามโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสมรรถภาพทางกายและอัตมโนทัศน์ของเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลางบ้านปราณี ผลการวิจัยพบว่า อัตมโนทัศน์ของเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลางบ้านปราณีที่เข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการ หลังสัปดาห์ที่ 8 อัตมโนทัศน์มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ คมกฤษ รัตตะมณี (2543) ซึ่งทำการวิจัยเรื่องผลของการฝึกเกมเสริมกิจกรรมพลศึกษาที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ผลการวิจัยพบวก่อนและหลังการทดลอง (หลังสัปดาห์ที่ 8) ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวทางสังคมของกลุ่มทดลองเกมเสริมกิจกรรมพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ระยะเวลาในการทำวิจัยที่มีกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่เคยติดยาเสพติดมาก่อนอาจเป็นเวลาที่น้อย ซึ่งการปรับตัวของผู้ติดยาเสพติดในการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพไม่ควรน้อยกว่า 6 เดือน (ทิพาวดี เอมะวรรณนะ, 2545) และถ้าดูจากระยะการพัฒนาศาชิกบ้านพิชิตใจ จะพบว่า ประมาณ 2-3เดือนแรกคือระยะการเริ่มฟื้นฟูสมรรถภาพและการปรับตัวให้เข้ากับการใช้ชีวิตในสถานบำบัด แต่ถ้าเป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างจริงจัง และฝึกทักษะที่จำเป็นสำหรับวิถีชีวิตแบบใหม่ จะต้องใช้เวลาประมาณ 4 – 6 เดือน นั่นหมายถึง ถ้าระยะเวลาในการฝึกทักษะกีฬาเพิ่มขึ้น อาจทำให้เห็นการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ในทางที่ดีขึ้นอย่างชัดเจน

2.2 จากสมมติฐานข้อที่ 2 ผลการเปลี่ยนแปลงทางด้านอัตมโนทัศน์ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน แต่จากผลการวิจัยโดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงไม่ตรงกับสมมติฐาน เนื่องจาก อัตมโนทัศน์ประกอบด้วยหลายองค์ประกอบดังได้กล่าวมาแล้ว อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความเป็นที่น่านิยมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ส่วนในด้านอื่นๆ ถึงแม้ว่าจะไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แต่ก็มีแนวโน้มว่ากลุ่มทดลองจะมีอัตมโนทัศน์ดีกว่าดังนี้

ด้านพฤติกรรม มีข้อที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ดังนี้

ข้อที่ 5 ชั้นมักโกรธเพื่อนที่เล่นได้ไม่ดี ค่าเฉลี่ยอัตมโนทัศน์ของกลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุม แสดงว่า การฝึกทักษะกีฬาทำให้ผู้เล่นสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี เพราะการเล่นกีฬาเป็นการเผชิญปัญหาโดยตรงจึงต้องมีการรู้จักแก้ปัญหาเฉพาะหน้า และการรู้จักควบคุมอารมณ์ด้วย ซึ่งตรงกับ ทิพาวดี เอมะวรรณะ ที่กล่าวว่า ผู้ที่จะเลิกเสพยาเสพติด จะมีอดทนสูงกว่า มีระเบียบวินัยสูงกว่าเดิม ดังนั้นกีฬาจึงสามารถพัฒนาความอดทน และความมีระเบียบวินัยของผู้ติดยาเสพติดได้

ด้านความวิตกกังวล มีข้อที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้

ข้อที่ 32 ชั้นไม่ยอมแพ้จนกว่าจะสิ้นสุดการแข่งขัน ค่าเฉลี่ยอัตมโนทัศน์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม แสดงว่า กลุ่มทดลองมีความพยายาม เห็นคุณค่าและความสามารถของตนมากขึ้น

สรุปได้ว่า การฝึกทักษะทางกีฬาช่วยพัฒนาอัตมโนทัศน์ได้ในบางด้านอย่างชัดเจน ถึงแม้ว่าในภาพรวมอาจจะยังไม่เห็นถึงความแตกต่าง ควรมีการส่งเสริมให้ทำกิจกรรมอื่นๆควบคู่กันไปด้วยดังที่ กรมสุขภาพจิต (2544) กล่าวว่า การช่วยเหลือและแก้ไขทางหนึ่งของผู้ติดยาเสพติด ก็คือ การส่งเสริมกิจกรรมในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เช่น การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี การให้คำปรึกษา และการทำงานอดิเรกตามความสนใจ เป็นต้น จะทำให้องค์ประกอบด้านอื่นๆ มีการพัฒนามากกว่านี้

นอกจากนี้เรื่องของระยะเวลาในการฝึกทักษะเพียง 8 สัปดาห์ (2 เดือน) อาจน้อยเกินไป ซึ่งการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติดในการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพไม่ควรน้อยกว่า 6 เดือน (ทิพาวดี เอมะวรรณะ, 2545) และถ้าพิจารณาจากระยะการพัฒนาของสมาชิกบ้านพิชิตใจ จะพบว่า ประมาณ 2-3เดือนแรกคือระยะการเริ่มฟื้นฟูสมรรถภาพและการปรับตัวให้เข้ากับการใช้ชีวิตในสถานบำบัด แต่ถ้าเป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างจริงจัง และฝึกทักษะที่จำเป็นสำหรับวิถีชีวิตแบบใหม่ จะต้องใช้เวลาประมาณ 4 – 6 เดือน นั่นหมายถึง ถ้าระยะเวลาในการฝึกทักษะกีฬาเพิ่มขึ้น จะทำให้เห็นการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ในทางที่ดีขึ้นอย่างชัดเจนดังได้กล่าวมาแล้ว

2.3 จากสมมติฐานข้อที่ 3 ผลการเปลี่ยนแปลงทางด้านการปรับตัวของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลองมีความแตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ด้านสุขภาพและพัฒนาร่างกาย ด้านการเงินการงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วไป และด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเองมีค่าเฉลี่ยของปัญหาการปรับตัวดีขึ้น สอดคล้องกับ วิภาพร มาพบสุข (2540) ได้กล่าวว่า บุคคลที่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพการณ์ทาง

กายภาพ และทางจิตใจได้ดี ย่อมจะนำมาซึ่งความสุขทางกาย และทางใจแก่บุคคลนั้น รวมถึงผลดีต่อการดำรงชีวิตของบุคคลรอบข้าง ทำให้บุคคลนั้นไม่เกิดความเครียด และความคับข้องใจ รวมทั้งสามารถจัดการความทุกข์ออกจากใจได้เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับกลไกการปรับตัวโดยบุคคลรู้ตัว ในสภาพการณ์ของการทำงานอดิเรก การออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาอยู่เป็นประจำ และกรมสุขภาพจิต (2544) ได้กล่าวถึงลักษณะที่สำคัญของการติดสารเสพติดว่า นอกจากจะมีการเพิ่มขนาดการเสพขึ้นเรื่อยๆ มีอาการอยากยาเมื่อขาด มีความต้องการทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงและต่อเนื่อง สุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมและเหม่อลอย ไม่มีสมาธิในการเรียน การเรียนตกลง ขาดความรับผิดชอบ ขาดเรียน หนีเรียน ชอบมั่วสุมในกลุ่มเพื่อน หรือคนที่มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการใช้สารเสพติด จะใช้เงินเปลือง ซึ่งสาเหตุเกิดจาก การขาดความรู้ ความรัก ปัญหาเศรษฐกิจและสภาพแวดล้อม การช่วยเหลือและแก้ไขทางหนึ่งก็คือ การส่งเสริมกิจกรรมในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เช่น การเล่นกีฬา การเล่นเกม และการทำงานอดิเรกตามความสนใจ

2.4 จากสมมติฐานข้อที่ 4 ผลการเปลี่ยนแปลงทางด้านการปรับตัวหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ตามสภาพการณ์จริงวัยรุ่นที่มีปัญหาการปรับตัวสาเหตุหนึ่งเกิดจากภาวะวิตกกังวล ซึ่งเป็นภาวะที่อารมณ์ไม่มั่นคง ความไม่สบายใจ กังวล กลัว ความเครียด ส่งผลกระทบต่อความสามารถด้านต่างๆ เช่นสมาธิในการเรียน การปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ เรียกร้องต้องการเครื่องยึดเหนี่ยว บางครั้งอาจพึ่งยาเสพติด การแก้ไขและช่วยเหลือวิธีหนึ่งก็คือ การเลือกกิจกรรมที่เด็กมีความถนัด และมีความสนใจ เช่นการเล่นกีฬา

การที่ผู้เรียนจะมีทักษะดีในกีฬาแต่ละประเภทนั้น จะต้องผ่านขั้นตอนต่างๆ ของกระบวนการเรียนรู้ทักษะตามลำดับ ซึ่งต้องอาศัยระยะเวลาในการฝึกมาก การฝึกทักษะกีฬาช่วยให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถปรับตัวทางสังคมได้ เนื่องจากผู้เรียนต้องมีการเปรียบเทียบ มีความอดทน รู้จักรอคอย รู้จักการทำงานเป็นกลุ่ม เคารพกฎกติกาของสังคม ฯลฯ ซึ่งเกิดขึ้นทีละน้อยโดยที่ผู้เรียนรู้ตัวและไม่รู้ตัวได้ ด้วยเหตุนี้กลุ่มทดลองฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลจึงต้องใช้เวลาในการฝึกนาน จึงจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอัตมโนทัศน์และการปรับตัวไปในทางที่ดีขึ้นในทุกด้าน นอกจากนี้นักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้ค้นพบว่า การใช้ของจริงและสภาพการณ์จริงในรูปแบบของการเล่นเป็นสิ่งเร้าที่มีประสิทธิภาพในการกระตุ้นให้เด็กอยากเรียนรู้และมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ทั้งนี้ต้องเหมาะสมกับบุคลิกภาวะของผู้เรียนด้วย

การวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า การฝึกทักษะกีฬาออลเลย์บอลจะช่วยส่งเสริมอัตมโนทัศน์ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นบางด้านอย่างชัดเจน เนื่องมาจากกีฬาอาจไม่สามารถพัฒนาอัตมโนทัศน์ได้ทุกด้าน และระยะเวลาในการฝึก แต่การฝึกทักษะกีฬาออลเลย์บอลสามารถส่งเสริมการปรับตัวให้ดีขึ้นได้อย่างชัดเจน

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. การให้วัยรุ่นติดเตียงเสพติดได้ฝึกทักษะกีฬาออลเลย์บอลในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพมีผลต่ออัตมโนทัศน์ให้ดีขึ้นในบางด้านและการปรับตัวดีขึ้นอย่างชัดเจน ภายในเวลา 8 สัปดาห์
2. สถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดควรนำทักษะกีฬาและการออกกำลังกายที่ถูกต้องสอดแทรกในโปรแกรมที่สมาชิกปฏิบัติภารกิจในแต่ละวัน
3. ควรจะมีการทดสอบความสามารถในการเล่นกีฬาออลเลย์บอลของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลอง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาถึงผลของฝึกกีฬาที่อยู่ในความถนัดและความสนใจของวัยรุ่นติดเตียงเสพติดในสถานบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์และปัญหาการปรับตัวในทางที่ดีขึ้น
2. ในการทดลองควรเพิ่มระยะเวลาการฝึกทักษะให้มากขึ้นและควรเพิ่มกิจกรรมเสริมควบคู่กับการฝึกทักษะกีฬา เช่น การเล่นเกม เป็นต้น

สถาบันนวัตกรรมการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กรมสุขภาพจิต. (2540). การบำบัดรักษายาเสพติด.

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ. (2524). สุขภาพจิตในโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มิ่งกุฎราชวิทยาลัย .

กิ่งเพชร ชนะชัยวิบูลย์วัฒน์. (2534). การศึกษาอัตมโนทัศน์ของวัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดกฎหมาย
ในสถานฝึกอบรมของสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด,สำนักงาน. (2536). เอกสารสรุปผลและประเมินผล
แผนป้องกันยาเสพติด ใ พ.ศ. 253-2539. ระยะที่ 1. กรุงเทพมหานคร:กองป้องกันยาเสพติด.

คมกฤช รัตตะมณี. ผลของการฝึกเกมเสริมกิจกรรมพลศึกษาที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ฉลองรัฐ อินทรีย์. (2522). อิทธิพลของสิ่งต่างๆที่มีต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็ก.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม.

เฉลียว จุพันธ์. (2523). การปรับตัวทางสังคมระหว่างนักกีฬาประเภทชกกับนักกีฬาประเภทบุคคล.

วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ถิรนนท์ แก่นจันทร์หอม. (2538). ความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายกับอัตมโนทัศน์ของ

นักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เทพพนม เมืองแมน และสวิง สุวรรณ. (2529). พฤติกรรมองค์การ. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนา
พานิช.

ทัศนีย์ ช้อนขุนทด. (2542). ผลของการมีส่วนร่วมตามโปรแกรมเน้นหนักการที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง

ทางด้านสมรรถภาพทางกายและอัตมโนทัศน์ของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก
และเยาวชนกลาง. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ทิพาวดี เอมะวรรณนะ. (2545). จิตวิทยาการปรึกษาสำหรับผู้ติดยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร:

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ทำนุ สิริสิงห์. (2531). แนวความคิดในการป้องกันยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร: ไทยมิตรการพิมพ์.

- นงลักษณ์ วงศ์ประเสริฐ. (2533). การเปรียบเทียบอัตรานักเรียนของวัยรุ่นนิตยาศาสดิตในสถาน
บำบัดรักษากรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์
สาขาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นพมาศ อังพระ (ธีรเวคิน). (2545). สังคมประกิตและพัฒนาการมนุษย์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- บุษยา ทองมี. (2542). ผลของการสอนทักษะกีฬาบอลเลย์บอลที่มีต่ออัตรานักเรียน
ประถมปีที่ 5 วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประนอม สโรชมาน. (2520). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร. (2530). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประภาส พรพิล. (2534). การศึกษาการปรับตัวทางสังคมของนักกีฬาที่ชนะเลิศการแข่งขันและ
นักกีฬาที่ไม่ชนะเลิศการแข่งขันในการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย
ครั้งที่ 17 ปีพุทธศักราช 2534. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์. (2534). ความสัมพันธ์ระหว่างกีฬากับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนต้น วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พาสนา ผลศิลป์. (2534). การสำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่น กรุงเทพมหานคร
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิชิต ภูติจันทร์. (2535). วอลเลย์บอล. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- พรรณี ช. เจนจิต. (2528). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์การพิมพ์.
- มาลี เพ็ชรชะ. (2535). การวิเคราะห์องค์ประกอบแห่งตน. ปริญญาโท กศ.ม. มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- มาโนช มิ่งทุม. (2528). ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการกิจกรรมพลศึกษาของเยาวชนในสถาน
พินิจและคุ้มครองเด็กกลาง ศาลคดีเด็กและเยาวชน วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ยุวดี ลักษณะพิสุทธ์. (2541). ผลของการสอนวิชาพลศึกษา- กระบี่ที่มีต่ออัตรานักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเบญจมราชาลัย. เอกสารหลักฐานประกอบการพิจารณา
ประเมินศักยภาพและสถานภาพครอบครัว.

- ลาดทองใบ ภูอภิรมย์. (2530). บทบาทของครอบครัวในการป้องกันยาเสพติด. รายงานการวิจัยสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วราภรณ์ นิธิจันทร์. (2539). การศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2539). การสอนพลศึกษา. คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร: วิทยพัฒน์จำกัด.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2527). หลักและวิธีการสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- วิทย์ เทียงบุญธรรม. (2531) ยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- วีระ ไชยศรีสุข. (2533). สุขภาพจิต. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ต้นอ้อ.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศุภณีย์วิจัยกสิกรไทย. (2544). ข่าวการศึกษา. มติชน (14 มกราคม) : 2
- สมคิด ชิตประสงค์. (2517). หลักการสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- สิวานี เข็ม. (2542). การศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนิสิตในมหาวิทยาลัยของรัฐ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุชา จันทร์อม. (2539). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุพัฒน์ ธีรเวชเจริญชัย. (2533). ยาและสิ่งเสพติดให้โทษ. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุรัชย์ โกคิยะกุล. (2531). การสร้างแบบทดสอบวัดความสามารถทางการปรับตัวสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดกำแพงเพชร. วิทยานิพนธ์ ก.ศ.ม. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เสริมพงษ์ ศิริสุขเจริญพร. (2524). ผลของการสอนทักษะกีฬาบอลเลย์บอลที่มีต่ออัตรานอกของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อัปสรสิริ เลี่ยมประชา. (2542). การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุดม ดุจศรีวัชร. (2539). ยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์.

อรชุนมา พุ่มสวัสดิ์. (2539). การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ได้รับการเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะศิลปศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อุทัย สงวนพงศ์. (2530). คู่มือออลเลย์บอล. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

ภาษาอังกฤษ

Bernard, H.W. (1961). Mental hygiene for classroom teacher. New York: McGraw-Hill Book Company .

Bednar, R.L., Wells, M.G. and Peterson, S.R. (1991). Self-esteem : Paradoxes and innovations in clinical the practice. Washington, D.C. American Psychological Association.

Biddulph, L.G. (1954). The research quarterly. Athletic Achievement and Personal and Social Adjustment of High School boys.

Bloom, Benjamins. (1982). Human characteristic and school learning. New : York McGraw-Hill Book Company.

Burns, Robert B. (1979). The self – concept in theory, measurement, development and behavior. Bungay : Richard Clay .

Bookwalter, Karl W. (1969). Physical education in the secondary school. (Library of Education Series, 1969) .

Coopersmith, S. (1981). The adolescent of self-esteem. 2 nd ed. California Consulting Psychologists Press.

Cronbach, L. J. (1970). Essential methods of psychological testing. 3 rd ed. New York:Harper and Row.

Edward, A. L. (1975). Statistical methods of the behavior science. New York: Rinehart.

Erikson, e.H. (1968). Identity, Youth and Crisis. New York: Norton and Company.

Eskilson, A and Parents Peers. (1998). Perceived Pressure and Adolescent Self-Concept : is a daughter a daughter all of her life. The Sociological Quarterly 25 135-154.

Fuhrmann, B.S. (1990). Adolescence. Illinois: Scott. Foresman and Co.

- Gormly, A.V. and Brodzinsky, D.M. (1989). Lifespan Human Development. New York: Holt Rinehart and Winston, Inc.
- Herman, M. A. (1994). Individual differences in the relationship between stress and adjustment during early adolescence. Pennsylvania : The Pennsylvania State University.
- Hurlock, E. B. (1950). Adolescence development. New York: McGraw-Hill Book Company
- .Janzen, H., Paterson, J., and Blashko, C. (1993). That is Living. Alberta: Three Pears Pupilshing.
- Jones, H. E (1946). Journal of Education Research. Physical Ability as a Factor in Social Adjustment in Adolescence.
- Kendler, H.H. (1968). Basic psychology. New York: Appleton Century Crofits.
- Leonard A. Larson. (1970). Curriculum foundations and standard for physical education Englewood Cliffs: Prentice-Hall .
- Maslow, A.H. (1989). Motivation and Personality. 2nd ed. New York: Harper and Row.
- Mooney, R.L. (1950). Mooney problem check list. New York: The Psychological Cooperation.
- Nixon, Jonh E. and Ann E. Jewett. (1980) . An Introduction to Physical Education. Philadelphia : Saunder College
- Piers, E.V. and Dale, E.H. (1964). Journal Educational Psychological. Age and other correlation of self- concept in Children.
- Roger, C. R. (1951). Client-centered therapy. Boston: Houghton Mifflin.
- Shestopal, A.L. (1998). Phychological effects of physical exercise and yoga on college students, self-concept University of Massachusetts Dissertation Abstracts InternationalNo. I9841923.
- Stuart, I. A. and Subdeen C. (eds.). (1983). Principles and practice of psychiatric nursing Saint louis: The C.V. Mosby
- Wylie, R.C. (1968). Handbook of peronality theories and research. Chicago: Romk McNally.



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก

สภาพปัญหายาเสพติดในประเทศไทย

ประเทศไทยประสบกับปัญหายาเสพติดทั้งในด้านการเป็นพื้นที่การค้า การเป็นพื้นที่แพร่ระบาด และการเป็นทางผ่านยาเสพติด โดยมีตัวยาหลักที่ประสบปัญหาคือ ผีน เฮโรอีน กัญชา ยาบ้า สารระเหย โคเคน เอ็คตาซี และสารเสพติดประเภทวัตถุบางชนิด

การเป็นพื้นที่ผลิต

เนื่องจากประเทศไทย มีส่วนที่ติดกับพื้นที่สามเหลี่ยมทองคำ ซึ่งเป็นแหล่งผลิตยาเสพติดที่สำคัญของโลกแห่งหนึ่ง จึงทำให้ไทยมีส่วนในการผลิตยาเสพติดประเภทฝิ่น และเฮโรอีน ซึ่งผลิตมากในพื้นที่สามเหลี่ยมทองคำ นอกจากนั้นแล้ว ในปัจจุบันยังมีการผลิตยาบ้า ในพื้นที่สามเหลี่ยมทองคำด้วย ยาเสพติดที่มีการผลิตในประเทศไทยอีกชนิดหนึ่ง คือ กัญชา ซึ่งมีมากในภาคอีสาน อย่างไรก็ตาม สำหรับการเป็นแหล่งผลิตของประเทศไทยนั้น ในปัจจุบันได้ลดปริมาณลงอย่างมาก โดยเฉพาะฝิ่น เฮโรอีน และกัญชา จนอยู่ในระดับที่สามารถควบคุมได้ ในส่วนของการผลิตยาบ้า ได้มีการย้ายแหล่งผลิตไปอยู่ในประเทศเพื่อนบ้านเป็นส่วนใหญ่

การเป็นพื้นที่การค้า

ประเทศไทยมีการค้ายาเสพติดที่สำคัญ 3 ชนิด คือ การค้าเฮโรอีน การค้ากัญชา การค้ายาบ้า

- การค้าเฮโรอีน กระจายอยู่บริเวณพื้นที่ภาคเหนือของประเทศไทย บริเวณที่ติดกับสามเหลี่ยมทองคำ พื้นที่ กทม.ภาคใต้ และชายงานต่างประเทศ ซึ่งเชื่อมโยงกับชายงานภายในประเทศ รวมทั้งชนกลุ่มน้อยในพื้นที่สามเหลี่ยมทองคำ เฮโรอีนส่วนใหญ่จะถูกลำเลียงไปยังต่างประเทศแต่บางส่วนจำหน่ายในตลาดภายในประเทศไทย ในปัจจุบัน เครือข่ายการค้าเฮโรอีนอยู่ในระดับที่สามารถควบคุมได้ ในส่วนของการผลิตยาบ้า ได้มีการย้ายแหล่งผลิตไปอยู่ในประเทศเพื่อนบ้านเป็นส่วนใหญ่
- การค้ากัญชา อยู่ในพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กทม.ภาคใต้พื้นที่ดำเนินการส่วนใหญ่อยู่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือกัญชาที่รวบรวมได้จะส่งออกไปต่างประเทศเป็นหลัก ปัจจุบันกล่าวได้ว่าการค้ากัญชาลดน้อยลงมาก กลุ่มผู้ค้าจะไป

ดำเนินการในประเทศเพื่อนบ้าน การค้าในประเทศส่วนใหญ่เพื่อใช้เสพยา
ในประเทศ

- การค้ายาบ้า ยาบ้าได้แพร่กระจายทั่วทุกภูมิภาค ผู้ค้ามีกระจายอยู่ในพื้นที่ต่างๆ ตั้ง
แต่ระดับรายใหญ่ ระดับกลาง และระดับย่อยในพื้นที่แพร่ระบาด เครือข่ายการค้ายา
บ้า ไม่มีกานจัดองค์กรที่ชัดเจนเหมือนกับเฮโรอีนและกัญชา แม้แต่นักค้ารายย่อยบาง
ครั้ง ก็สามารถไปจัดหายาเสพติดจากพื้นที่ผลิต บริเวณที่สามเหลี่ยมทองคำครั้งละ
เป็นปริมาณมากได้

การเป็นพื้นที่แพร่ระบาด

ยาเสพติดที่แพร่ระบาดในประเทศไทย ประกอบด้วย ผีน เฮโรอีน กัญชา ยาบ้า
สารระเหย โคเคน ยาอี และวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาทบางชนิด เช่น จำพวกยานอนหลับ อย่างไรก็ดี
ไรก็ตาม กล่าวสำหรับการแพร่ระบาดแล้ว ตัวยาหลักคือ ผีน เฮโรอีน กัญชา ยาบ้า สารระเหย
โคเคน เอ็กซ์ตาซี ยาเค โดยผีนและเฮโรอีน เคยเป็นยาเสพติดที่แพร่ระบาดรุนแรงในอดีต แต่
ปัจจุบันลดระดับลง ผีนคงมีบทบาทเฉพาะกลุ่มชาวเขา เฮโรอีนแพร่ระบาดในกลุ่มเสพเดิม ตัวยาที่
แพร่ระบาดมาก และมีปัญหาในระดับรุนแรง คือ ยาบ้า ซึ่งแพร่กระจายเป็นวงกว้าง โดยเฉพาะใน
กลุ่มเยาวชน นักเรียนนักศึกษา สำหรับโคเคน เอ็กซ์ตาซี และยาเค การแพร่ระบาดจำกัดอยู่เฉพาะ
กลุ่มเยาวชนผู้ใช้ในสถานบันเทิง และกลุ่มวัยรุ่นฐานะดี ส่วนสารระเหย จะแพร่ระบาดในกลุ่มเด็ก
นอกสถานศึกษา ส่วนใหญ่จะอยู่ในพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

การเป็นทางผ่านยาเสพติด

การที่ประเทศไทยมีส่วนที่ติดกับสามเหลี่ยมทองคำ และการคมนาคมภายในประเทศมี
ความสะดวก โดยเฉพาะการขนส่งทางบกและทางอากาศ จึงมีการลักลอบลำเลียงยาเสพติด ทั้ง
ที่ภายในประเทศและไปต่างประเทศ โดยเฉพาะการลำเลียงเฮโรอีนไปต่างประเทศ เช่น อเมริกา
ออสเตรเลีย และยุโรป นอกจากนั้นแล้วยังมีการลักลอบลำเลียงกัญชาจากทางภาคตะวันออกเฉียง
เหนือมายังกรุงเทพฯ ส่งไปต่างประเทศ โดยทางเรือหรือส่งลงทางใต้ไปยังประเทศมาเลเซีย
และต่อไปยังประเทศในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ญี่ปุ่น และประเทศในยุโรป บางประเทศ

การดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด

นโยบายการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

- นโยบายด้านยาเสพติดของรัฐบาล
- นโยบายและยุทธศาสตร์การป้องกันและปราบปรามยาเสพติด ตามคำสั่งสำนักนายกรัฐมนตรี
ที่ 141/2541

- มาตรการทางกฎหมายที่สำคัญ
- ยุทธศาสตร์การป้องกัน และปราบปรามยาเสพติด ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549)

1. นโยบายด้านยาเสพติดของรัฐบาล

1.1 นโยบายสมัยนายธานินทร์ กรัยวิเชียร

แถลงเมื่อวันที่ 29 ตุลาคม 2519

...จะป้องกันและปราบปรามการผลิต และการค้ายาเสพติดให้โทษ และแก้ไขบำบัด ผู้ติดยาเสพติดดังกล่าวให้ได้ผลโดยด่วน

1.2 นโยบายสมัยรัฐบาลพลเอกเกรียงศักดิ์ ชมะนันทน์

นโยบายรัฐบาลพลเอกเกรียงศักดิ์ ชมะนันทน์ (1) แถลงเมื่อวันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ.2520
นโยบายเกี่ยวกับสังคม

...จะเร่งรัดและดำเนินการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด และวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท ควบคู่กับการรักษาพยาบาลและฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติด

นโยบายรัฐบาลพลเอกเกรียงศักดิ์ ชมะนันทน์ (2) แถลงเมื่อวันที่ 7 มิถุนายน พ.ศ.2522

...ในด้านการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด จะป้องกันและปราบปราม การผลิต การค้า และการเสพติดและวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาทอย่างจริงจัง ทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม จะปราบปรามโดยใช้กฎหมายอย่างเด็ดขาด และให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น จัดให้มีการปลูกพืชทดแทน และการพัฒนาชาวไทยภูเขา ส่งเสริมการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพ และจิตใจของผู้ติดยาเสพติด รวมทั้งการสงเคราะห์ผู้ติดยาเสพติด เพื่อมิให้เป็นภาระแก่สังคมต่อไป จะร่วมมือกับนานาประเทศในการควบคุม ป้องกัน และปราบปรามการแพร่ระบาดของยาเสพติดทุกวิถีทาง

1.3 นโยบายสมัยรัฐบาลพลเอกเปรม ติณสูลานนท์

นโยบายรัฐบาลพลเอกเปรม ติณสูลานนท์ (1) แถลงเมื่อวันที่ 28 มีนาคม พ.ศ. 2523

...1. ยาเสพติด

จะดำเนินการกวาดล้างแหล่งผลิตและจำหน่ายยาเสพติดให้โทษโดยเด็ดขาด จับพวกล้น ส่วนทางด้านผู้ติดยาเสพติดจะให้การบำบัดรักษา และอบรมให้ตระหนักถึงภัยอันเกิดจากยาเสพติดนโยบายพลเอกเปรม ติณสูลานนท์ (2) แถลงเมื่อวันที่ 20 พฤษภาคม พ.ศ. 2526

...2. การขจัดภัยยาเสพติด

จะดำเนินการกวาดล้างแหล่งผลิตและจำหน่ายยาเสพติดให้โทษโดยเด็ดขาด จับพวกล้น ส่วนทางด้านผู้ติดยาเสพติดจะให้การบำบัดรักษาและอบรม ให้ตระหนักถึงภัยอันเกิดจาก

ยาเสพติดนโยบายรัฐบาลพลเอกเปรม ติณสูลานนท์ (3) แกลงเมื่อวันที่ 27 สิงหาคม พ.ศ. 2529 หนึ่ง ปัญหาการผลิตและการค้ายาเสพติดยังเป็นปัญหา รัฐบาลจึงมีนโยบายที่จะ ดำเนินการป้องกันและปราบปรามต่อไปอย่างจริงจังและเด็ดขาด ในขณะเดียวกันในด้านการ บำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด รัฐบาลจะร่วมมือกับภาคเอกชนโดยขยายบริการให้กว้างขวางยิ่ง ขึ้น เพื่อให้ผู้เคราะห์ร้ายเหล่านั้นกลับตนเป็นพลเมืองดี และเป็นกำลังของชาติสืบไป

1.4 นโยบายสมัยรัฐบาลพลเอกชาติชาย ชุณหะวัณ

นโยบายรัฐบาลพลเอกชาติชาย ชุณหะวัณ (1) แกลงเมื่อวันที่ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2531

...1. ความสงบเรียบร้อยในสังคม รักษาความสงบเรียบร้อยในสังคม ป้องกันและปราบปราม อาชญากรรมและยาเสพติดโดยเด็ดขาด

นโยบายรัฐบาลพลเอกชาติชาย ชุณหะวัณ (2) แกลงเมื่อวันที่ 9 มกราคม พ.ศ. 2534

... 7. นโยบายสังคม ความสงบเรียบร้อยในสังคมรัฐบาลจะป้องกันและปราบปรามยาเสพติด อย่างเด็ดขาด โดยร่วมมือกับประเทศเพื่อนบ้านในการทำลายแหล่งผลิตยาเสพติดและขอ ความร่วมมือจากประเทศที่มีผู้ค้ายาเสพติดสูง ให้ความร่วมมือแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างจริงจัง ขณะ เดียวกันจะเน้นการรณรงค์ในกลุ่มเยาวชนให้ตระหนักถึงโทษของยาเสพติด ทั้งในและนอก สถานศึกษา ทั้งจะให้มีการจัดหลักสูตรการศึกษาต่อไปด้วย

1.5 นโยบายสมัยรัฐบาลนายอานันท์ ปันยารชุน

รัฐบาลนายอานันท์ ปันยารชุน แกลงเมื่อวันที่ 4 เมษายน พ.ศ. 2534

...นโยบายสังคม

2. เร่งรัดการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดให้ได้ผลโดยเร็วที่สุด โดยใช้อำนาจที่มีอยู่ตาม กฎหมายอย่างเต็มที่ในการปราบปรามการผลิต การค้า และการบริโภคยาเสพติด ปรับปรุง กฎหมายและการบังคับใช้กฎหมายให้บังเกิดผลอย่างแท้จริงรวมทั้งการร่วมมือกับสหประชา ชาติและมิตรประเทศอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ จะดำเนินการกวาดล้างการใช้ยากระตุ้น ประสาทอย่างเข้มงวด และเร่งปราบปรามจับกุมผู้ผลิตและผู้ขายที่ผิดกฎหมายอย่างเด็ด ขาด

1.6 นโยบายสมัยรัฐบาลนายบรรหาร ศิลปอาชา

รัฐบาลนายบรรหาร ศิลปอาชา แกลงเมื่อวันที่ 26 กรกฎาคม พ.ศ. 2538

1. นโยบายการเมืองและการบริหาร

การรักษาความสงบเรียบร้อยและความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

- ป้องกันและปราบปรามอาชญากรรมทุกประเภทอย่างจริงจัง ด้วยการสนับสนุนปัจจัยการดำเนินงานอย่างเต็มที่ ขยายงานด้านชุมชนและมวลชนสัมพันธ์ ให้ความรู้ประชาชนและองค์กรประชาชน กำหนด ผู้ใหญ่บ้าน กลุ่มอาสาสมัคร และส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในการป้องกันอาชญากรรม รวมทั้งเร่งรัดปราบปรามการผลิตและการค้ายาเสพติด ตลอดจนแหล่งอบายมุขอันเป็นสาเหตุของการก่ออาชญากรรมอย่างเด็ดขาด

5. นโยบายสังคม

- นโยบายด้านสาธารณสุข
 - ส่งเสริมโครงการภาครัฐและภาคเอกชนที่มุ่งบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด เพื่อให้คนเหล่านั้นกลับมาเป็นกำลังของชาติต่อไป

1.7 นโยบายสมัยรัฐบาลพลเอกชวลิต ยงใจยุทธ

รัฐบาลพลเอกชวลิต ยงใจยุทธ แถลงต่อรัฐสภาเมื่อวันที่ 11 ธันวาคม พ.ศ. 2539

- นโยบายด้านการรักษาความสงบเรียบร้อยและความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน
 - ป้องกันและปราบปรามอาชญากรรมทุกประเภทอย่างจริงจัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการผลิตและการค้ายาเสพติด ยาบ้า และสารออกฤทธิ์ต่อประสาทอื่น รวมทั้งรณรงค์ให้ประชาชนตระหนักถึงมหันตภัยและโทษของสิ่งดังกล่าว

1.8 นโยบายสมัยรัฐบาลนายชวน หลีกภัย

รัฐบาลนายชวน หลีกภัย แถลงต่อรัฐสภา เมื่อวันที่ 20-21 พฤศจิกายน พ.ศ. 2540

นโยบายเร่งด่วน : การเสริมสร้างเสถียรภาพและความเชื่อมั่นในระบบเศรษฐกิจ

- การบรรเทาผลกระทบทางเศรษฐกิจ
 - การบรรเทาปัญหาด้านสังคม
 - (3) เพิ่มประสิทธิภาพระบบงานป้องกันและปราบปรามอาชญากรรม และกระบวนการยุติธรรม ให้สามารถอำนวยความสะดวก และดูแลรักษาความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของประชาชน โดยเฉพาะในด้านการป้องกันและปราบปรามอาชญากรรม การค้า ยาเสพติด และการลดจำนวนแรงงานต่างชาตินี้ ผิดกฎหมาย

1.9 นโยบายสมัยรัฐบาล พันตำรวจโท ทักษิณ ชินวัตร

รัฐบาลพันตำรวจโท ทักษิณ ชินวัตร แถลงต่อรัฐสภา เมื่อวันที่ 26 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2544

- นโยบายเร่งด่วน : เร่งจัดตั้งสถานบำบัดผู้ติดยาเสพติดควบคู่ไปกับการปราบปรามและป้องกัน

10 นโยบายเสริมสร้างสังคมเข้มแข็ง รัฐบาลจะพัฒนาคนให้
สมบูรณ์ทั้งร่างกายจิตใจและสติปัญญา รวมทั้งเสริมสร้างสังคมให้
เข้มแข็งและยั่งยืน เพื่อให้ประเทศไทยเป็นสังคมคุณภาพ สังคมคุณ
ธรรม และสังคมที่สมดุลย์

10.3 ด้านการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

รัฐบาลจะเร่งรัดดำเนินการเพื่อให้การป้องกันและปราบปรามยาเสพติดภายใต้นโยบายระยะเร่ง
ด่วน โดยหลักการป้องกันนำหน้าการปราบปราม ผู้เสพต้องได้รับการรักษา
ผู้ค้าต้องได้รับการลงโทษโดยเด็ดขาด ดังนี้

(1) เข้มงวดกับการบังคับใช้กฎหมาย และสร้างกระบวนการพิเศษ เพื่อควบคุมและปราบ
ปรามผู้ค้าและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการผลิตและการค้ายาเสพติดอย่างเด็ดขาด รวดเร็ว
และเป็นธรรม พร้อมทั้งแก้ไขกฎหมายเพื่อเพิ่มบทลงโทษสูงสุดกับข้าราชการการเมืองและเจ้าหน้าที่
ของรัฐที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และให้รางวัลและการคุ้มครองเป็นพิเศษแก่เจ้าหน้าที่ของรัฐและประชา
ชนที่ให้ความร่วมมือในการปราบปรามยาเสพติด

(2) ควบคุมการนำเข้าสารเคมีที่อาจนำไปสู่การผลิตยาเสพติดอย่างเข้มงวดและเสริม
สร้างกลไกของภาครัฐและมาตรการทางกฎหมายให้ก้าวทันการเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีในการ
ผลิตยาเสพติด

(3) สร้างความร่วมมือกับองค์กรระหว่างประเทศและนานาชาติ เพื่อควบคุมและกำจัด
แหล่งผลิต และเครือข่ายการจำหน่ายยาเสพติดข้ามชาติ

(4) แก้ไขปรับปรุงกฎหมายที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้ารับการบำบัดรักษา และการฟื้นฟู
สภาพร่างกายและจิตใจของผู้เสพยาเสพติดโดยให้ผู้ติดยาเสพติดสามารถเข้ารับการบำบัดและฟื้นฟู
สุขภาพได้ทันที โดยไม่มีความผิดทางกฎหมาย พร้อมกันนี้ รัฐบาลจะจัดให้มีระบบการบริการ
บำบัดการฟื้นฟู การฝึกอบรมด้านอาชีพ และการปรับสภาพแวดล้อมให้แก่ผู้เสพยาเสพติดอย่างทั่ว
ถึง เพื่อให้ผู้เสพสามารถกลับเข้าสู่สังคมได้อย่างปกติสุข

10.4 ด้านครอบครัว เด็ก เยาวชน สตรี และผู้สูงอายุ

รัฐบาลมีนโยบายในการสร้างครอบครัวให้อบอุ่นและเข้มแข็ง เป็นหน่วยพื้นฐานในการฟื้นฟู
เศรษฐกิจและเป็นภูมิคุ้มกันจากปัญหาสังคมแก่สมาชิกทุกวัยในครอบครัว

12 นโยบายความมั่นคงแห่งรัฐ

(4) สนับสนุนกองทัพบกในการให้ความร่วมมือกับส่วนราชการองค์กรและประชาชน เพื่อการแก้ไข
ปัญหายาเสพติดให้บรรลุผลอย่างเป็นรูปธรรม รวมทั้งให้การสนับสนุนการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพ
ติด

องค์กร

1. องค์กรนโยบาย

เป็นองค์กรในรูปคณะกรรมการทำหน้าที่กำหนดและประสาน นโยบาย มาตรการระหว่าง กระทรวง ทบวง กรม และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้ประสานสอดคล้อง และเป็นทิศทางเดียวกัน ประกอบด้วย

คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.) ตาม พ.ร.บ. ป้องกันและปราบปรามยาเสพติด พ.ศ. 2519 เป็นองค์กรสูงสุดในการกำหนดนโยบาย และมาตรการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

คณะกรรมการ เป็นองค์กรที่ทำหน้าที่ช่วยเหลือและกลั่นกรองการดำเนินงานในมาตรการแต่ละด้านให้แก่ คณะกรรมการ ป.ป.ส. ได้แก่ คณะกรรมการประสานการปราบปราม ยาเสพติด คณะกรรมการประสานการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด คณะกรรมการบริหารแผนและงบประมาณ คณะกรรมการประสานการป้องกันยาเสพติด คณะกรรมการบริหารจัดการระบบสารสนเทศ คณะกรรมการติดตามและประเมินผล

คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดกระทรวง เป็นองค์กรทำหน้าที่ประสานนโยบาย และแนวทางการดำเนินงานภายในกระทรวง ให้ประสานสอดคล้องกัน

คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดจังหวัด (ป.ป.ส.จ.) และ คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดกรุงเทพมหานคร (ป.ป.ส.ก.) เป็นองค์กรทำหน้าที่ กำหนดแนวทางการดำเนินงานของจังหวัดและกรุงเทพมหานครให้เหมาะสม และสอดคล้องกับสถานการณ์และปัจจัยแวดล้อมของแต่ละพื้นที่

2. องค์กรดำเนินงาน

นอกเหนือจากกระทรวง ทบวง กรม และหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงาน แต่ละภารกิจตามอำนาจหน้าที่แล้ว

ตามคำสั่งสำนักนายกรัฐมนตรี ที่ 141/2541 ได้มีการจัดตั้งองค์กรอำนวยการในระดับชาติและระดับพื้นที่ ในรูปการประกอบกำลังร่วมระหว่างหน่วยงาน โดยการแสวงหาความร่วมมือ การดำเนินงานจากทุกองค์กร ทั้งหน่วยงานภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กร ภาคธุรกิจ และเอกชน รวมทั้งองค์กรประชาชนให้เข้ามาร่วมการดำเนินงาน ประกอบด้วย

ศูนย์ปฏิบัติการยาเสพติดแห่งชาติ (ศ.ปส.ช.) เป็นองค์กรอำนวยการดำเนินงานในระดับชาติ ทำหน้าที่รับนโยบายป้องกันและปราบปรามยาเสพติด จากคณะกรรมการ ป.ป.ส. มาสู่ การปฏิบัติ อำนวยการโดยกำหนดทิศทางและเป้าหมายการดำเนินงานอย่างมีระบบ รวมทั้ง กำกับและติดตามการดำเนินงานของหน่วยปฏิบัติการศูนย์อำนวยการ (ศอ.) ทำหน้าที่อำนวยการ

การ มาตรการ การดำเนินงานเฉพาะด้าน เฉพาะพื้นที่ รองรับภารกิจของ ศ.ปส.ช. เพื่อสนับสนุน การดำเนินงานของ ศ.ปส.จ./ก. ให้สามารถดำเนินงานเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายทุกพื้นที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ศูนย์ป้องกันและปราบปรามยาเสพติดจังหวัด (ศ.ปส.จ.) และศูนย์ป้องกันและปราบปรามยาเสพติดกรุงเทพมหานคร (ศ.ปส.ก.) เป็นหน่วยดำเนินงานในระดับพื้นที่

กฎหมายและระเบียบเกี่ยวกับยาเสพติดที่สำคัญ แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

1. กฎหมายเกี่ยวกับมาตรการในการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด
 1. พ.ร.บ. ป้องกันและปราบปรามยาเสพติด ปี พ.ศ. 2519 ฉบับที่ 3 (แก้ไข) พ.ศ. 2543
 2. พ.ร.บ. มาตรการในการปราบปรามผู้กระทำความผิดเกี่ยวกับยาเสพติด พ.ศ. 2534
2. กฎหมายเกี่ยวกับมาตรการในการควบคุมยาเสพติด วัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท สารระเหย และเคมีภัณฑ์ ที่ใช้ในการผลิตยาเสพติด
 1. พ.ร.บ. ยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522
 2. พ.ร.บ. วัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท พ.ศ. 2518
 3. พ.ร.บ. ป้องกันการใช้สารระเหย พ.ศ. 2533
 4. พ.ร.บ. ควบคุมโคคาอีน พ.ศ. 2495
3. กฎหมายว่าด้วยมาตรการเฉพาะด้าน
 1. พระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ.2534
4. ระเบียบ ฯ ที่เกี่ยวข้อง
 1. เงินสินบนและเงินรางวัลคดียาเสพติด
 2. การแต่งตั้งเจ้าพนักงาน ป.ป.ส.
 3. จับ ยึด และตรวจพิสูจน์ยาเสพติด
 4. ประสานงานคดีความผิดตามกฎหมายเกี่ยวกับยาเสพติด
 5. ป้องกันเจ้าหน้าที่ของรัฐมิให้เกี่ยวข้องกับยาเสพติด

พระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ.2534

กฎหมายฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวางมาตรการให้ผู้ติดยาเสพติดที่ตกเป็นผู้ต้องหา พ้นจากการติดยาเสพติด ด้วยวิธีการบังคับบำบัดรักษาผู้ต้องหา ในกรณีดังต่อไปนี้

1. ข้อหาฐานเสพหรือครอบครอง ยาเสพติดให้โทษประเภท 1 ประเภท 2 หรือ ประเภท 5 ตามปริมาณที่กำหนดในกฎกระทรวงยุติธรรม

2. ไม่ปรากฏว่าต้องหาหรืออยู่ในระหว่างถูกดำเนินคดีในความผิดฐานอื่น ซึ่งมีโทษจำคุก หรือต้องคำพิพากษาให้จำคุก

พนักงานสอบสวนจะส่งตัวผู้นั้นไปยังศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพที่อยู่ในเขตอำนาจ เพื่อตรวจ พิสูจน์ว่าผู้ต้องหา นั้นติดยาเสพติดหรือไม่ เมื่อได้รับตัวผู้ต้องหาแล้ว ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพจะ ดำเนินการดังนี้

1. จัดทำบันทึกประวัติของผู้ต้องหา
2. ตรวจพิสูจน์ว่าผู้ต้องหาติดยาเสพติดหรือไม่
3. รายงานผลการตรวจพิสูจน์และบันทึกประวัติต่อคณะกรรมการประจำศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพ
3. ถ้าคณะกรรมการวินิจฉัยว่า ผู้นั้นไม่ติดยาให้ส่งตัวคืนพนักงานสอบสวน ถ้าคณะกรรมการวินิจฉัยว่า ผู้นั้นติดยา ให้ส่งตัวเข้ารับการฟื้นฟูสมรรถภาพเป็นเวลาไม่เกิน 6 เดือน แต่อาจขยายเวลาการฟื้นฟูได้แต่ละครั้งไม่เกิน 6 เดือน และรวมเวลาทั้งหมดต้องไม่เกิน 3 ปี
4. เมื่อผู้ต้องหาได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ จนพ้นจากการเป็นผู้ติดยาแล้วให้ถือว่าพ้นความผิด พนักงานเจ้าหน้าที่ต้องปล่อยตัว และส่งรายงานผลการฟื้นฟูสมรรถภาพ และความเห็นของคณะกรรมการประจำศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพ ให้พนักงานสอบสวนทราบเรื่อง เพื่องดการดำเนินคดี

หากผลการฟื้นฟูไม่เป็นที่น่าพอใจ และครบกำหนดเวลาแล้ว ให้ส่งตัวกลับไปยังพนักงานสอบสวน เพื่อพิจารณาว่าสมควรดำเนินคดีหรือไม่ หากผู้ต้องหาที่ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพแล้วถูกดำเนินคดี ศาลจะลงโทษน้อยกว่าที่กฎหมายกำหนดเพียงใด หรือไม่ลงโทษเลยก็ได้ โดยคำนึงถึงระยะเวลาที่ผู้นั้นได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพแล้ว

การดำเนินงานด้านปราบปรามยาเสพติด

สำนักงาน ป.ป.ส. เป็นหน่วยงานกลางในการประสานงานด้านการปราบปราม ได้ประสานและร่วมมืออย่างใกล้ชิดกับหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น กรมตำรวจ กรมศุลกากร หน่วยงานของกองทัพ และสำนักงานอัยการสูงสุด เป็นต้น โดยมุ่งเน้นการพัฒนามาตรการการปราบปรามให้ทันต่อเหตุการณ์ และเป็นศูนย์กลางด้านการข่าวยาเสพติดของประเทศ ในการปราบปรามได้ดำเนินการปราบปรามแหล่งผลิต การลักลอบปลูก สกัดกั้นการนำเข้าสารเคมีที่ใช้ในการผลิต ตลอดจนเร่งรัดปราบปรามการแพร่ระบาดภายในประเทศ การลักลอบลำเลียงยาเสพติดเข้ามาในประเทศ ออกนอกประเทศ โดยให้ความร่วมมือและประสานงานกับประเทศต่าง ๆ ในรูปแบบของการแลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูลและปฏิบัติการร่วมกัน และเพื่อให้การ

ปราบปรามสัมฤทธิ์ผลยิ่งขึ้น ก็ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนากฎหมาย และวิธีการสืบสวนให้จับกุมได้ถึงตัวการสำคัญหรือนายทุน และขจัดฐานทางการเงิน และทรัพย์สินที่ใช้เป็นแหล่งสนับสนุนการค้ายาเสพติด นอกเหนือไปจากการดำเนินคดียาเสพติด การตรวจพิสูจน์ยาเสพติด และการจ่ายเงินสินบนรางวัลคดียาเสพติด

การดำเนินการตามระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี

ว่าด้วยการป้องกันเจ้าหน้าที่ของรัฐมิให้เกี่ยวข้องกับยาเสพติด พ.ศ. 2542

สภาพปัญหา

การค้ายาเสพติดมีการขยายตัวอย่างกว้างขวางทั่วประเทศ ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งคือเจ้าหน้าที่ของรัฐเข้าไปมีส่วนร่วมในขบวนการค้ายาเสพติด การปราบปรามที่ผ่านมา ประสบความยากลำบากต่อการรวบรวมพยานหลักฐานเพื่อดำเนินคดีทางอาญา รัฐบาลจึงได้ออกระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี ว่าด้วยการป้องกันเจ้าหน้าที่ของรัฐมิให้เกี่ยวข้องกับยาเสพติด พ.ศ. 2542 เพื่อกำหนดมาตรการวางแนวทางการปฏิบัติตนของเจ้าหน้าที่ของรัฐมิให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ซึ่งมีผลบังคับใช้เมื่อวันที่ 29 มกราคม 2542 เป็นต้นมา

เจตนารมณ์ของระเบียบ

1. เพื่อให้หน่วยงานของรัฐ และสังคมสอดส่องดูแลป้องกันมิให้เจ้าหน้าที่ของรัฐเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด
2. เพื่อให้กลไกของรัฐมีมาตรการในการตรวจสอบพฤติการณ์เจ้าหน้าที่ของรัฐอย่างรอบคอบ
3. เพื่อลดหรือขจัดเงื่อนไขกลไกของรัฐในส่วนที่เป็นอุปสรรคในการแก้ไขปัญหา ยาเสพติด
4. การดำเนินงานที่ผ่านมา (ตั้งแต่ มกราคม 2542 - กุมภาพันธ์ 2544)

1. จับกุมดำเนินคดียาเสพติดจำนวน 208 ราย

2. รับเรื่องร้องเรียนจำนวน 1,401 ราย

คณะกรรมการกลั่นกรองข้อมูลหรือข่าวสารการกระทำที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดวินิจฉัยว่ามีมูลว่าเกี่ยวข้องกับยาเสพติด 165 ราย วินิจฉัยยุติเรื่อง 347 ราย ฯลฯ

ทหาร	ตำรวจ	ปกครองท้องถิ่น	ครู	พลเรือนอื่น	ลูกจ้าง	รัฐวิสาหกิจ	รวม
57	53	36	27	17	14	4	208
17.4	25.5	17.3	13.0	8.2	6.7	1.9	100.00

สถานบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด

การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด หมายถึง การดำเนินงานเพื่อแก้ไขสภาพร่างกาย และจิตใจของผู้ติดยาเสพติด ให้เลิกจากการเสพ และสามารถกลับไปดำรงชีวิต อยู่ในสังคมได้อย่างปกติ

ระบบการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด

แบ่งเป็น 3 ระบบ ดังนี้

1. ระบบสมัครใจ หมายถึง การที่ผู้ติดยาเสพติดสมัครใจเข้ารับการบำบัดรักษา ในสถานพยาบาลต่าง ๆ ซึ่งดำเนินการรักษาทั้งระบบแพทย์แผนปัจจุบัน และแผนโบราณ
2. ระบบต้องโทษ หมายถึง การที่ผู้ติดยาเสพติดกระทำความผิดและถูกคุมขัง ต้องเข้ารับการบำบัดรักษาภายใต้กฎข้อบังคับของกฎหมาย เช่น ทัณฑสถานบำบัดพิเศษต่าง ๆ ของกรมราชทัณฑ์ กระทรวงมหาดไทย กรมคุมประพฤติ และสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน สังกัดศาลเยาวชนและครอบครัวกลาง กระทรวงยุติธรรม
3. ระบบบังคับ หมายถึง การใช้กฎหมายบังคับให้ผู้ติดยาเสพติดเข้ารับการบำบัดรักษา ในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพที่จัดตั้งขึ้น ตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2534

ขั้นตอนการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด แบ่งเป็น 4 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นเตรียมการ (Pre-Admission)

ความหมาย เป็นการศึกษาประวัติข้อมูล และภูมิหลังผู้ติดยาเสพติด ทั้งจากผู้ขอรับการรักษาและครอบครัว เพื่อซักจงให้คำแนะนำ และกระตุ้นให้ผู้ติดยาเสพติด มีความตั้งใจในการรักษา

การดำเนินการ การสัมภาษณ์ การลงทะเบียนและวิธีการทางการแพทย์ ได้แก่ การตรวจร่างกาย เอกซเรย์ ตรวจเลือด ตรวจปัสสาวะ ชั่งน้ำหนัก
2. ขั้นถอนพิษยา (Detoxification)

ความหมาย การบำบัดอาการทางกาย ที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด

การดำเนินการ การให้ยาชนิดอื่นทดแทน เช่น เมธาโดน ยาสมุนไพรหรือให้เลิกเสพทันทีที่เรียกว่า หักดิบ แบ่งเป็นการถอนพิษแบบผู้ป่วยนอก คือ ไม่ต้องค้างคืนในสถานพยาบาล แต่ต้องรับประทานยาตามเวลาที่กำหนด และแบบผู้ป่วยใน คือ การค้างคืน

- ในสถานพยาบาล ซึ่งนอกจากจะถอนพิษยาแล้ว ยังมีการรักษาโรคแทรกซ้อนต่าง ๆ รวมทั้งการให้ความรู้ด้วย เช่น การดูแลสุขภาพ การป้องกันโรค เป็นต้น
3. **ขั้นตอนการฟื้นฟูสมรรถภาพ (Rehabilitation)**
- ความหมาย** เป็นการปรับสภาพร่างกายและจิตใจของผู้เสียหายให้มีความเข้มแข็งปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพและพฤติกรรม ให้สามารถกลับคืนสู่สังคมได้อย่างปกติ
- การดำเนินการ** ใช้กิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่ การให้คำแนะนำปรึกษา ทั้งเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่ม การอบรมธรรมะ การสันตนาการ การฝึกอาชีพ เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีรูปแบบอื่น ๆ เช่น การฟื้นฟูสมรรถภาพแบบ "ชุมชนบำบัด" ซึ่งเป็นการสร้างชุมชน หรือสังคมจำลองให้ผู้เสียหายเสพติดมาอยู่ร่วมกัน เพื่อให้การช่วยเหลือกัน เลียนแบบเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ฝึกความรับผิดชอบการรู้จักตนเอง และแก้ไขปัญหาย่างเหมาะสมเพื่อกลับไปดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติ และการฟื้นฟูจิตใจ โดยใช้หลักศาสนา ได้แก่ การนำผู้เสียหายเสพติดเข้ารับการอุปสมบท การศึกษาหลักธรรมทางศาสนา เป็นต้น
4. **ขั้นการติดตามดูแล (After-Care)**
- ความหมาย** เป็นการติดตามดูแลผู้เสียหายเสพติดที่ผ่านการบำบัดรักษา ทั้ง 3 ขั้นตอน เพื่อให้คำแนะนำปรึกษา ให้กำลังใจ ทั้งนี้เพื่อมิให้หวนกลับไปเสพยาซ้ำอีก
- การดำเนินการ** การเยี่ยมเยียน โทรศัพท์ นัดพบ ใช้แบบสอบถามและการตรวจปัสสาวะหาสารเสพติด

โครงการลานกีฬาต้านยาเสพติด

การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา จัดเป็นกิจกรรมทางเลือกอย่างหนึ่งในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เพราะนอกจากจะทำให้ผู้เล่นกีฬามีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรงแล้ว ผู้เล่นกีฬายังมักจะมีจิตใจเข้มแข็งสามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตเท่าเทียมว่าเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในการป้องกันยาเสพติดอีกทางหนึ่ง

แนวคิดในการจัดตั้งลานกีฬาต้านยาเสพติด

1. เพื่อเป็นการป้องกันยาเสพติดในกลุ่มเยาวชน
2. ลานกีฬาต้านยาเสพติดไม่ใช่เป็นการสร้างสนามกีฬา แต่เป็นการปรับปรุงพื้นที่ว่างในชุมชนให้ใช้ประโยชน์ในการเล่นกีฬาและออกกำลังกายได้

วัตถุประสงค์ของการจัดตั้งโครงการลานกีฬาต้านยาเสพติด

จัดหาพื้นที่ว่างในชุมชนเปิดเป็นลานกีฬาให้กับเยาวชนและประชาชนทั่วไป ทั้งชุมชนในกรุงเทพมหานคร และทุกจังหวัดทั่วประเทศได้ใช้เป็นสถานที่เล่นกีฬาและออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพอนามัยและสร้างภูมิคุ้มกันในการป้องกันยาเสพติด

เป้าหมาย (ปี 2540 – 2541)

เปิดลานกีฬาในกรุงเทพมหานคร 1,000 แห่ง

เปิดลานกีฬาในต่างจังหวัด 500 แห่ง

การคัดเลือกพื้นที่เพื่อสร้างลานกีฬาต้านยาเสพติด

1. เป็นพื้นที่ในชุมชนเมือง โดยพิจารณาจากพื้นที่ว่างของหน่วยงานราชการ เอกชน โรงเรียน วัด มัสยิด และพื้นที่ว่างในชุมชนที่เจ้าของพื้นที่ยินยอมอนุญาตให้จัดตั้งและควรมีระยะเวลาของการอนุญาตประมาณ 1 – 2 ปีเป็นอย่างน้อย
2. จะต้องไม่เป็นพื้นที่ที่ต้องใช้งบประมาณเป็นจำนวนมาก สำหรับการก่อสร้างหรือปรับปรุง
3. ขนาดพื้นที่ลานกีฬามีขนาดอย่างน้อย 20×30 เมตร และลักษณะเป็นลานอเนกประสงค์ที่สามารถปรับเล่นกีฬาได้หลายประเภท
4. ประชาชนและเยาวชนในชุมชนมีความพร้อมที่จะให้จัดตั้ง และสามารถจัดหาผู้รับผิดชอบ ควบคุม ดูแล
5. สามารถเปิดบริการได้ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วัน ในช่วงเวลา 18.00 – 21.00 น.

การดำเนินงานภายใต้โครงการลานกีฬาต้านยาเสพติด

1. จัดตั้งกองทุนลานกีฬาต้านยาเสพติด
2. สนับสนุนอุปกรณ์กีฬาแก่ลานกีฬาต้านยาเสพติดทั่วประเทศ
3. สนับสนุนการติดตั้งกระแสไฟฟ้า (ไม่รวมอุปกรณ์) และบริการกระแสไฟฟ้าฟรี

สรุปผลการดำเนินงาน (กุมภาพันธ์ 2540 – ตุลาคม 2541)

จำนวนลานกีฬา

กรุงเทพมหานคร 709 แห่ง

ต่างจังหวัด 3,824 แห่ง

ประโยชน์ที่ได้รับ

เด็กและเยาวชนมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีจิตใจแจ่มใส มั่นคง ไม่เครียด พร้อมที่จะรับการถ่ายทอดและเรียนรู้สิ่งที่ดีมีประโยชน์ เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

ภาคผนวก ข

แผนการสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

1. เรื่องการเล่นที่เบื้องต้นของการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลและการสร้างความคุ้นเคยกับลูกบอล

จุดประสงค์

1. สามารถเคลื่อนที่ไปในทิศทางที่ต้องการได้อย่างรวดเร็ว
2. มีทักษะการทรงตัวที่ถูกต้อง
3. มีความคุ้นเคยกับลูกบอล

เนื้อหา

1. การทรงตัวในท่าเตรียมพร้อม
 - การวางเท้า
 - ลักษณะของแขน
 - ลำตัวและสายตา
2. การเคลื่อนไหวเบื้องต้นของการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล
 - ด้านหน้า-ด้านหลัง
 - ด้านซ้าย-ด้านขวา

แผนการสอนที่ 1

- | | | | |
|------------------|-------|------|-------------------|
| 1. อบอุ่นร่างกาย | 5-10 | นาที | (ผู้สอนเป็นผู้นำ) |
| 2. อธิบาย | 5 | นาที | (เรื่องการทรงตัว) |
| 3. สอนและสาธิต | 10 | นาที | (การทรงตัว) |
| 4. การฝึก | 10-15 | นาที | |

กิจกรรมดังนี้ 4.1 ผู้เรียนเข้าแถวตอน แถวละ 4 คนจะได้ 5 แถว ขยายแถว1 ช่วงแขน ฟังสัญญาณนกหวีด ปฏิบัติท่าทรงตัวเคลื่อนที่ไป ฟังสัญญาณนกหวีดแล้วหยุดเริ่มทำอย่างช้าๆ ชำนาญก่อน แล้วจึงเร่งจังหวะ

4.2 แต่ละแถวคือ 1 ทีมให้คิดแบบฝึกให้ตรงกับทักษะการทรงตัว แล้วนำมา

ปฏิบัติให้เพื่อนดู

- | | | | |
|---------|------|------|--|
| 5. สรุป | 5-10 | นาที | |
|---------|------|------|--|

โดยให้ผู้เรียนสังเกตเพื่อนที่มีทักษะการทรงตัวที่ดีมาทำให้เพื่อนดู และแก้ไขในส่วนที่บก

พร่อง

แผนการสอนที่ 2

- | | | | |
|------------------------|------|------|-------------------|
| 1. อบอุ่นร่างกาย | 5-10 | นาที | (ผู้สอนเป็นผู้นำ) |
| 2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา | 5-10 | นาที | (เรื่องการทรงตัว) |

3. สอนสาธิต 10 นาที (ทักษะการเคลื่อนที่)

4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 4 คน ได้ 5แถว ขยายแถว1 ช่วงแขน ฟังสัญญาณนกหวีดแล้วเคลื่อนที่ตามสัญญาณมือ ปฏิบัติการเคลื่อนที่ที่ละแถว ผู้เรียนคนอื่นดู และช่วยสรุป

4.2 เปลี่ยนผู้บอกสัญญาณเป็นผู้เรียนแข่งกันทุกแถว แถวใดทำได้พร้อม และเป็นระเบียบที่สุด

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 3

1. ออบคูนร่างกาย 5-10 นาที (ผู้สอนนำ)

2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (เรื่องการเคลื่อนที่และการทรงตัว)

3. สอนสาธิต 10 นาที (การสร้างความคุ้นเคยกับลูกบอล)

4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 4 คน ได้ 5แถว ขยายแถว1 ช่วงแขน ส่งลูกบอล ให้คนแรก ส่งต่อข้ามศีรษะ คนสุดท้ายส่งรอดขามาให้คนข้างหน้า เป็นการแข่งชันกัน

4.2 แต่ละแถวนั่งลง เขยียดเท้าไปด้านหน้า มือกอดอก ส่งบอลจากเท้าให้คนต่อไปด้านข้าง เป็นการแข่งชันกัน

5. สรุป 5-10 นาที

2. เรื่องการเล่นลูกมือล่าง

จุดประสงค์

1. สามารถตั้งลูกสองมือล่างได้
2. สามารถเล่นลูกสองมือล่างได้ตามจำนวนที่ต้องการ

เนื้อหา

1.การประสานมือตั้งลูก

-ยืนแยกเท้าห่างกัน เท้าขนานหรือมีเท้าหน้าเท้าตามก็ได้ ก้มตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย

-แขนทั้งสองเขยียดไปข้างหน้า ศอกงอเล็กน้อย มือทั้งสองประสานกันระดับเอว

-เหยียดมือขึ้นโดยสูงไม่เกินระดับอก

-ลูกบอลจะโดนมือที่ระหว่างนิ้วหัวแม่มือทั้งสองที่ประสานกันกับท่อนแขนด้านล่าง ขนานกับพื้นหรือเฉียงไปข้างหน้า

แผนการสอนที่ 4

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (เรื่องการเคลื่อนที่และการทรงตัว)
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมือล่าง)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 4 คน ได้ 5แถว ขยายแถว1 ช่วงแขน นั่งลง ให้คนแรกของแต่ละแถวออกมาตีลูกสองมือล่าง จับเวลาคนละ 3 นาทีฟังสัญญาณนกหวีดเปลี่ยนคนต่อไปออกมาปฏิบัติ

4.2 สุ่มผู้เรียนแต่ละแถว แถวละ 1 คน ออกมาปฏิบัติการเล่นลูกสองมือให้ได้มากที่สุด

5. สรุป 5-10 นาที
- หาตัวอย่างที่แสดงทักษะได้ดี และแก้ไขจุดบกพร่องของผู้เรียนร่วมกันอภิปราย

แผนการสอนที่ 5

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (การเล่นลูกสองมือล่าง)
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมือล่าง)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 4 คน ได้ 5แถว ขยายแถว1 ช่วงแขน คนแรกของแต่ละแถวออกมาเป็นผู้โยนบอลห่างจากเพื่อนประมาณ 2 เมตร คนละ 10 ครั้งแล้วจึงเปลี่ยนผู้เรียนคนต่อไป

4.2 แบ่งเป็นแถว แถวละ5 คน ยืนเป็นวงกลม โดยมีผู้เรียนอยู่ตรงกลาง 1 วง โยนบอลให้เพื่อนคนละ 5 ครั้ง ผู้เรียนที่ตีลูกสองมือครบ ก็มาโยนบอลแทน

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 6

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (การเล่นลูกสองมือ)
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมือเคลื่อนที่)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 4 คน ได้ 5แถว ขยายแถว1 ช่วงแขน ผู้เรียนคนแรกในแต่ละแถวออกมาโยนบอลห่างจากผู้เรียน 3 เมตรให้ผู้เรียน โดยอาจโยนไปด้านซ้าย ด้านขวา ด้านหน้า หรือด้านหลังก็ได้

5. สรุป 5-10 นาที

ชมเชยผู้เรียนที่ปฏิบัติทักษะได้ดี

3. เรื่องการเล่นลูกมืองกลางอยู่กับที่และเคลื่อนที่

จุดประสงค์

1. สามารถรับและส่งลูกไปหาผู้เล่นคนอื่นได้ โดยตนเองอยู่กับที่
2. สามารถรับและส่งลูกไปหาผู้เล่นคนอื่นได้ โดยตนเองโดยต้องเคลื่อนที่

เนื้อหา

1. การรับลูกมืองกลางขณะอยู่กับที่
2. การรับส่งลูกมืองกลางขณะเคลื่อนที่

แผนการสอนที่ 7

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (การเล่นลูกสองมืองกลางให้แม่นยำ)
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมืองกลางอยู่กับที่และเคลื่อนที่)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวเป็นวงกลม วงละ 5 คน มี 1 คน ยืนอยู่ตรงกลาง ให้ผู้เรียน
ตีลูกสองมืองกลางมาให้ผู้ที่ยืนอยู่ตรงกลาง เพื่อให้ได้กลับไปผู้เรียนคนอื่นต่อไป
4.2 ตีโต้กันภายในวงกลม แข่งกันในแต่ละทีม ว่าทีมใดตีโต้ได้มากที่สุด

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 8

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที
3. สอนสาธิต 10 นาที (การตีลูกสองมืองกลางพร้อมเคลื่อนที่)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 5 คน ได้ 4 แถว ขยายแถว1 ช่วงแขน
เคลื่อนที่ไปด้านต่างๆพร้อมกับการตีลูกสองมืองกลาง
4.2 แต่ละแถวยืนหันหน้าเข้าหากันห่างประมาณ 3-5 เมตร ตีโต้กันไปมา
เมื่อลูกไปอยู่ใกล้ผู้เรียนคนใด ฝึกความรับผิดชอบในพื้นที่ของตน

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 9

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (การเล่นลูกสองมืองกลางตามตำแหน่ง)

3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกมือล่าง)

4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 7 คน ได้ 3 แถว แต่ละแถวยืนเป็นวงรัศมี
ประมาณ 3 เมตร ตีได้ด้วยลูกสองมือล่างแต่ อาจใช้ลูกมือเดียวหรือสองมือก็ได้

4.2 แสดงทักษะแต่ละวงให้ผู้เรียนวงอื่นๆดูและนับจำนวนครั้ง ทีมใดได้
จำนวนครั้งน้อยที่สุด มีการทำโทษเช่นวิ่งรอบสนามตามที่ทีมชนะเสนอ

5. สรุป 5-10 นาที

4. เรื่องการเล่นลูกมือล่าง-รับ-ส่ง ลูกตามจุดที่กำหนด

จุดประสงค์

1. เคลื่อนไปรับลูกมือล่างตามจุดที่กำหนดให้
2. ส่งลูกมือล่างไปยังทิศทางที่กำหนดให้ได้
3. เล่นลูกมือล่างภายในกลุ่มติดต่อกันหลายครั้ง

เนื้อหา

1. การเคลื่อนที่ไปรับลูก
2. การส่งลูกตามจุดที่กำหนด

แผนการสอนที่ 10

1. ออบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเคลื่อนที่ตามที่กำหนด)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 4 คน ได้ 5แถว ยืนห่างกันประมาณ 5-7 เมตร
หัวแถวแต่ละแถวยืนหันหน้าเข้าหากันเป็นรูปสี่เหลี่ยม การรับลูกบอลรับจากด้านซ้าย และส่งด้าน
ขวา เมื่อส่งแล้ววิ่งไปต่อทำผู้เรียนที่ส่งบอลไปให้

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 11

1. ออบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมือล่างตามจุดที่กำหนด)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 4 คน ได้ 5 แถว ยืนห่างกันประมาณ 5-7 เมตร หัวแถวแต่ละแถวยืนหันหน้าเข้าหากันเป็นรูปสี่เหลี่ยม การรับลูกบอลรับจากด้านซ้าย และส่งด้านขวา เมื่อส่งแล้ววิ่งไปต่อท้ายผู้เรียนที่รับบอลมา

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 12

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (การเล่นลูกสองมือล่างในรูปแบบต่างๆ)
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมือล่างในระยะไกลขึ้น)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 จับคู่ยืนห่างกัน 5-7 เมตร ตีได้ด้วยลูกสองมือล่าง จะใช้มือเดียวหรือสองมือก็ได้ นับจำนวนครั้งที่ได้มากที่สุด

5. สรุป 5-10 นาที

สรุปผลว่าคู่ใดตีได้มากที่สุด คู่ใดตีได้ได้น้อยที่สุด เพราะอะไรช่วยกันอภิปรายผล

5. เรื่องการเล่นลูกมือล่างข้ามตาข่าย

จุดประสงค์

1. เล่นลูกมือล่างข้ามตาข่าย
2. ส่งลูกมือล่างข้ามตาข่ายไปยังจุดที่กำหนดได้

เนื้อหา

การเล่นลูกมือล่างข้ามตาข่าย

แผนการสอนที่ 13

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. สอนสาธิต 10 นาที (การส่งลูกสองมือล่างข้ามตาข่าย)
3. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เข้าแถวตอนแถวละ 5 คน ได้ 4 แถว 2 แถวเป็น 1 คู่ ยืนอยู่ตรงข้ามกันโดยมีตาข่ายกั้น ผู้เรียนตีได้กันคู่ละ 2 โยน ครบเปลี่ยนคู่ต่อไป

4. การนำไปใช้ 10 นาที (ให้เวลาผู้เรียนฝึกซ้อม ผู้สอนแนะนำแก้ไข)

5. สรุป 5-10 นาที

ปัญหาที่เกิดขึ้น

แผนการสอนที่ 14

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)

2. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมือข้ามตาข่าย)

3. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 ผู้เรียนจับคู่ ยืนอยู่ตรงข้าม ตาข่ายกึ่งกลาง ตีโต้กันคู่หนึ่งให้ได้ 10 ครั้ง ในแดนรุก คือพื้นที่ใกล้ตาข่าย (ภายในระยะห่างตาข่าย 3 เมตร)

4. การนำไปใช้ 10 นาที

แบ่งเป็นทีม ทีมละ 1 คน ในแต่ละแดน ใช้การโยนบอลเป็นการเริ่มเล่น ตีโต้กัน ได้ทีมละไม่เกิน 3 ครั้ง ใน 1 โยน ตีออกเส้นสนาม ตีไม่โดน ตีติดตาข่ายหรือตัวผู้เล่นเสียแต้ม นับคะแนน 10 คะแนน ทีมแพ้ออก

5. สรุป 5-10 นาที

เราอภิปรายว่าปัญหาที่เกิดขึ้น เกิดจากอะไร

แผนการสอนที่ 15

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)

2. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นลูกสองมือข้ามตาข่าย)

3. การฝึกและการนำไปใช้ 30 นาที

กิจกรรมดังนี้ ทีมละแบ่งเป็นทีม ทีมละ 2 คน ในแต่ละแดน ใช้การโยนบอลเป็นการเริ่มเล่น ตีโต้กัน ได้ทีมละไม่เกิน 3 ครั้ง ใน 1 โยน ตีออกเส้นสนาม ตีไม่โดน ตีติดตาข่ายหรือตัวผู้เล่นเสียแต้ม นับคะแนน 15คะแนน ทีมแพ้ออก

4 สรุป 5-10 นาที

6. เรื่องการเสิร์ฟมือล่าง

จุดประสงค์

1. สามารถส่งลูกได้ตามเขตที่กำหนดให้
2. ส่งลูกข้ามตาข่าย สูงไม่เกิน 1.50 เมตร
3. สามารถรับลูกจากหลังได้

เนื้อหา

ทักษะการเสิร์ฟลูกมือล่าง

แผนการสอนที่ 16

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)

2. สอนสาธิต 10 นาที (การเสิร์ฟมือล่างอยู่กับที่)

4. การฝึกการนำไปใช้ 25-30 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 จับคู่ ยืนห่างกัน 5 เมตร เสรีฟมือล่างให้คู่ คู่รับและเสรีฟมือล่างกลับ ให้ครบ คนละ 20 ครั้ง เพิ่มระยะห่าง เป็น 7 เมตร และ 10 เมตรตามลำดับ

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 17

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. สอนสาธิต 10 นาที (การเสรีฟมือล่างข้ามตาข่าย)
3. การฝึกและการนำไปใช้ 25-30 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 จับคู่ อยู่คนละฝั่ง มีตาข่ายกั้นอยู่ ยืนห่างกัน 5 เมตร เสรีฟมือล่างให้คู่ คู่รับและเสรีฟมือล่างกลับ ให้ครบ คนละ 20 ครั้ง เพิ่มระยะห่าง เป็น 7 เมตร และ 10 เมตรตามลำดับ

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 18

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. สอนสาธิต 10 นาที (การเสรีฟมือล่างในแดนเสรีฟ)
4. การฝึก 25-30 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 แบ่งผู้เรียนออกเป็น 2 แถวเท่าๆกัน แต่ละแถวยืนอยู่หลังเส้นหลังสนาม ซึ่งเป็นแดนเสรีฟ หรือแดนส่งลูกบอล ผลัดกันเสรีฟ และรับตามลำดับ

5. สรุป 5-10 นาที

7. เรื่องการวางตัวผู้เล่น การเสรีฟและการนับคะแนน

จุดประสงค์

1. แบ่งหน้าที่ตามตำแหน่งและตามตำแหน่งได้ถูกต้อง
2. เล่นตามกติกา ที่กำหนดได้
3. สามารถเล่นเป็นชุดได้

เนื้อหา

1. การวางตัวผู้เล่น
2. การหมุนเพื่อเปลี่ยนที่
3. ลำดับการส่งและการนับคะแนน

แผนการสอนที่ 19

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (ทุกทักษะที่เรียนมา)
3. สอนสาธิต 10 นาที (ทักษะการเล่นเป็นทีม)

4. การฝึก 15-20 นาที

- กิจกรรมดังนี้ 4.1 นั่งเป็นวงกลม 1 วง ในเรื่องความรู้เกี่ยวกับการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล
- 4.2 แบ่งผู้เล่นออกเป็นทีม ทีมละ 2 คน เริ่มเล่นด้วยการเสิร์ฟข้ามตาข่าย
นับคะแนน ทีมละ 10 คะแนนแพ้

5. สรุป 5-10 นาที

สรุปปัญหาที่พบ หาทางช่วยแก้ไข

แผนการสอนที่ 20

1. ออบุ๋นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (การวางตัวผู้เล่น)
3. สอนสาธิต 10 นาที (การนับคะแนนลูกเสีย)
4. การฝึก 15-20 นาที

- กิจกรรมดังนี้ 4.1 แบ่งผู้เล่นออกเป็นทีม ทีมละ 3 คน เริ่มเล่นด้วยการเสิร์ฟข้ามตาข่าย
นับคะแนน ทีมละ 10 คะแนนแพ้

- 4.2 แบ่งผู้เล่นออกเป็นทีม ทีมละ 4 คน เริ่มเล่นด้วยการเสิร์ฟข้ามตาข่าย

นับคะแนน ทีมละ 10 คะแนนแพ้

5. สรุป 5-10 นาที

สรุปปัญหาที่เกิดขึ้น

แผนการสอนที่ 21

1. ออบุ๋นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (ทักษะเฉพาะบุคคล)
3. สอนสาธิต 10 นาที (ทักษะการเล่นทีม)
4. การฝึก 15-20 นาที

- กิจกรรมดังนี้ 4.1 แบ่งผู้เล่นออกเป็นทีม ทีมละ 6 คน เริ่มเล่นด้วยการเสิร์ฟข้ามตาข่าย
นับคะแนน ทีมละ 10 คะแนนแพ้ ผู้เรียนช่วยกันนับคะแนน

5. สรุป 5-10 นาที

อภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้นพร้อมช่วยกันแก้ และชมเชยทีมที่ตั้งใจ

8. เรื่องกติกาการเล่นเป็นชุด**จุดประสงค์**

1. เล่นตามกติกาบอล
2. เล่นเป็นทีมได้

เนื้อหา

1. กติกาการเล่น

2. การเล่นเป็นทีม

แผนการสอนที่ 22

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้สอนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที (การวางตัวผู้เล่น ตำแหน่ง)
3. สอนสาธิต 10 นาที (กติกาการเล่นทีม)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 นั่งเป็นวงกลม 1 วง ผู้เรียนบอกกติกา มาในเรื่องความรู้เกี่ยวกับการเล่น กีฬาวอลเลย์บอล คนละ 1 ข้อ พร้อมสาธิตเหตุการณ์สมมติ

4.2 การเล่นทีม ทีมละ 6 คน สุ่มผู้เรียนมาเป็นกรรมการตัดสิน คู่ละ 10

คะแนน

5. สรุป 5-10 นาที

แผนการสอนที่ 23

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที
3. สอนสาธิต 10 นาที (กติกา มารยาทในการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 เล่นทีม ทีมละ 6 คน นับคะแนนตามหลักสากล 25 คะแนน ผู้เรียนที่ยัง ไม่ได้ลงแข่ง เป็นกรรมการ ช่วยตัดสิน ให้สัญญาณมือ ดูเส้นออกหลัง ออกข้าง

5. สรุป 5-10 นาที

อภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้น

แผนการสอนที่ 24

1. อบอุ่นร่างกาย 5-10 นาที (ผู้เรียนนำ)
2. ทบทวนสิ่งที่เรียนมา 10 นาที
3. สอนสาธิต 10 นาที (การเล่นทีม น้ำใจ มารยาท)
4. การฝึก 15-20 นาที

กิจกรรมดังนี้ 4.1 จับฉลากแบ่งเป็นทีม ทีมละ 6 คน แข่งกันแพ้คัดออก หาทีมชนะ เกมละ 25 คะแนน ผู้คนอื่นเป็นกรรมการตัดสิน

5. สรุป 5-10 นาที

สรุปการเล่นทีม ชมเชยผู้มีน้ำใจ ผู้ที่ควบคุมอารมณ์ตัวเองได้ และแก้ไขผู้เรียนที่ควบคุม อารมณ์ไม่

สื่อการเรียน

1. ลูกวอลเลย์บอล
2. เครื่องให้สัญญาณ
3. สนามพื้นเรียบ
4. ตาข่าย

วิธีวัดผล

1. สังเกตจากการปฏิบัติทักษะ ความสนใจ และการตั้งใจฝึก
2. สังเกตพัฒนาการที่เกิดขึ้นในแต่ละครั้ง



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ค

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพ

1. อายุ.....ปี
2. ภูมิลำเนา
(.....) กรุงเทพมหานคร (.....) ต่างจังหวัด ระบุ....

ตอนที่ 2 แบบวัดอัตมโนทัศน์

โปรดอ่านข้อความเหล่านี้แล้วเขียนเครื่องหมาย ลงในช่องหนึ่งซึ่งตรงกับความรู้สึกของท่าน เพียงคำตอบเดียว คำตอบของท่านไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิด จะเก็บไว้เป็นความลับ ฉะนั้นขอให้ตอบตามความเป็นจริง

ข้อที่	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
	<u>องค์ประกอบที่ 1 พฤติกรรม (Behavior)</u>		
1	ฉันคุยกับเพื่อนเสมอเวลาเล่นกีฬาหรือกิจกรรมอื่นๆเมื่อมีผู้สอน
2	ฉันมักจะคอยจ้อเพื่อนให้เล่นกีฬาด้วยกัน
3	ฉันมักจะขัดใจกับเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอจนต้องมีคนแก้ไขให้
4	เพื่อนๆมักว่าฉันเป็นคนงุ่มง่าม
5	ฉันมักโกรธเมื่อเพื่อนเล่นได้ไม่ดี
6	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจเมื่อครูมอบหน้าที่ให้ฉันเป็นหัวหน้ากลุ่ม
7	ฉันเป็นคนที่ชอบต่อว่าเพื่อนเมื่อเขาเล่นกีฬาไม่ถูกต้อง
8	ฉันขาดความอดทนในการฝึกทักษะร่วมกับเพื่อน
9	ในการเล่นทีมเพื่อนๆจะโทษว่าฉันเล่นไม่เก่ง
10	ฉันได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนกลุ่มเดียวกันในการเล่นกีฬา
11	เมื่อฉันนำเล่นกีฬาเพื่อนๆมักจะไม่ทำตามที่ฉันสั่ง
12	ฉันมักจะฟ้องครูเสมอเมื่อมีเรื่องทะเลาะกับเพื่อน
13	ตามปกติเมื่อเกิดอะไรผิดพลาดขึ้นมักจะเป็นความผิดของฉันเสมอ
	<u>องค์ประกอบที่ 2 สภาพทางสติปัญญาและสถานภาพ (Intelligent & Status)</u>		
14	ฉันมักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเพื่อนที่เล่นด้วยเสมอ
15	ฉันไม่เคยได้รับเลือกให้เป็นผู้นำบ้างเลย
16	ฉันเล่นกีฬาที่ครูสอนได้เร็ว

ข้อที่	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
17	ฉันไม่เข้าใจที่ครูอธิบายแต่ก็ไม่กล้าถามต้องขอให้เพื่อนถามให้
18	ฉันเป็นคนเล่นกีฬาเก่งเพื่อนๆมักเลือกเข้าร่วมทีมด้วย
19	ฉันใช้เวลามากกว่าเพื่อนคนอื่นๆ ที่จะฝึกหรือเล่นกีฬาได้ดี
20	ฉันมักได้รับเลือกเป็นผู้เล่นในทีม
21	ฉันรู้และเข้าใจจุดอ่อนของฝ่ายตรงข้ามเสมอ
22	เวลาที่อยู่สถานฝึกอบรมฉันมักอาสาทำสิ่งต่างๆอยู่เสมอ
23	เพื่อนๆมักชมว่าฉันมีรูปร่างดี
	<u>องค์ประกอบที่ 3 รูปร่างลักษณะและคุณสมบัติ</u> (Physical Appearance & Attributes)		
24	ฉันเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมและเล่นกีฬาต่างๆ
25	ฉันอยากให้ครูทำโทษเพื่อนๆที่ผิดระเบียบกติกา
26	ฉันยุ่งยากรำคาญใจเรื่องท่าทางการเดินและวิ่งของฉัน
27	เพื่อนๆเห็นฉันเป็นคนกล้าหาญ
28	เพื่อนๆเห็นฉันเป็นตัวตลก
29	เพื่อนๆยอมรับความคิดเห็นของฉันเสมอในการแข่งขัน
	<u>องค์ประกอบที่ 4 ความวิตกกังวล (Anxiety)</u>		
30	ฉันรู้สึกประหม่าตื่นเต้นตกใจเมื่ออยู่ในสนามแข่งขัน
31	ฉันดื่มน้ำมากก่อนการแข่งขัน
32	ฉันไม่เคยยอมแพ้จนกว่าจะสิ้นสุดการแข่งขัน
33	ฉันมักมีความประหม่าเมื่อครูให้ออกมาแสดงการเล่นให้เพื่อนๆดู
34	ฉันไม่ชอบเล่นกีฬาที่ฉันเล่นได้ไม่ดี
35	ฉันรู้สึกประหม่าเมื่อครูเรียกให้ตอบคำถาม
36	ขณะทำการแข่งขันฉันรู้สึกกลัว
37	เพื่อนๆมักคอยจับผิดฉันเสมอ
	<u>องค์ประกอบที่ 5 ความเป็นคนนิยม (Popularity)</u>		
38	ผู้คนมักสนใจฉันเล่นกีฬาเสมอ
39	ครูจะเลือกฉันเป็นคนสุดท้ายในการแข่งขัน
40	ฉันเคยได้รับรางวัลในการแข่งขันมาก
41	ในการแข่งขันกีฬาเพื่อนๆมักเลือกฉันเป็นผู้เล่นเสมอ
42	ในการเล่นทีมเพื่อนๆมักจะแย่งเลือกฉัน
43	เวลาครูให้รางวัลฉันอยากเป็นคนแรกที่ได้รับ

ข้อที่	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
	<u>องค์ประกอบที่ 6 ความสุขความพอใจ(Happiness & Satisfaction)</u>		
44	เพื่อนๆยอมรับความคิดเห็นของฉันในการแข่งขัน
45	เพื่อนร่วมทีมหวังในตัวฉันมากเกินไป
46	ฉันพอใจเมื่อมีใครชมว่าฉันมีท่าทางที่สวยงามในการเล่นกีฬา
47	ฉันยุ่งยากรำคาญใจในเรื่องชุดกีฬาที่สวมใส่ของฉัน
48	ฉันพอใจที่จะเป็นผู้ดูมากกว่าผู้เล่น
49	ฉันไม่ยอมมีชื่อเสียงเหมือนน้องแว่นนักกีฬาบาสเกตบอลทีมชาติไทย
50	ฉันชอบกีฬาในร่มมากกว่ากีฬากลางแจ้ง

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ง

ตอนที่ 2 แบบวัดปัญหาการปรับตัว

โปรดเขียนเครื่องหมาย ลงในช่องว่าที่ตรงกับปัญหาต่างๆดังนี้

หมายเลข 1 หมายถึง ไม่เป็นปัญหาเลย

หมายเลข 2 หมายถึง เป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย

หมายเลข 3 หมายถึง เป็นปัญหามาก

หมายเลข 4 หมายถึง เป็นปัญหามากที่สุด

รายการ	1	2	3	4
1. ข้าพเจ้าปวดศีรษะบ่อย
2. ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ
3. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน
4. ข้าพเจ้ามีสุขภาพไม่ดี
5. ข้าพเจ้าออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านน้อยเกินไป
6. ข้าพเจ้าเตี้ยเกินไป
7. ข้าพเจ้าสูงเกินไป
8. ข้าพเจ้ามีการวางท่าทางเช่น การนั่ง ยืนหรือเดินไม่ดี
9. ข้าพเจ้ามีผิวพรรณไม่ดีหรือมีปัญหาเกี่ยวกับผิวหนัง
10. ข้าพเจ้ารู้สึกที่ตัวเองมองดูไม่ดี (ลักษณะรูปร่าง การแต่งกาย บุคลิกภาพ)
11. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารที่ไม่มีคุณค่า
12. ข้าพเจ้ามักไม่หิวในเวลาอาหาร
13. ข้าพเจ้ามีน้ำหนักมากเกินกว่ามาตรฐาน
14. ข้าพเจ้ามีน้ำหนักน้อยเกินกว่ามาตรฐาน
15. ข้าพเจ้าขาดเรียนบ่อยเนื่องจากป่วย
16. ข้าพเจ้าเจ็บคอบ่อย
17. ข้าพเจ้าเป็นหวัด
18. ข้าพเจ้าเจ็บป่วยบ่อย

รายการ	1	2	3	4
19. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ ปวดท้องบ่อยๆ
20. ข้าพเจ้ากลัวว่าจะต้องมีการผ่าตัด
21. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการฟังไม่ดี
22. ข้าพเจ้าพูดไม่ชัด
23. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา
24. ข้าพเจ้าสูบบุหรี่
25. ข้าพเจ้าเหนื่อยง่าย
26. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับจมูกหรือเป็นไซนัส
27. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้า
28. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่แข็งแรงเท่าเด็กคนอื่นๆ
29. ข้าพเจ้าไม่คล่องแคล่วและรุ่มงามเกินไป
30. ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับส่วนของร่างกายที่บกพร่อง
31. ข้าพเจ้าได้คะแนนผลการเรียนต่ำ
32. ข้าพเจ้ากลัวการสอบ
33. ข้าพเจ้าเรียนช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน
34. ข้าพเจ้าไม่ชอบเรียนหนังสือ
35. ข้าพเจ้าไม่สนใจการอ่านหนังสือ
36. ข้าพเจ้ากลัวความผิดพลาดในการเรียน
37. ข้าพเจ้ามีปัญหาในการคิดคำนวณ
38. ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการสะกดคำหรือไวยากรณ์
39. ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า
40. ข้าพเจ้ามีปัญหาในเรื่องการเขียน
41. ข้าพเจ้าใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้าไม่เพียงพอ
42. ข้าพเจ้ามีการบ้านมากเกินไป
43. ข้าพเจ้าไม่มีสมาธิในการเรียน
44. ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลเกี่ยวกับคะแนนผลการเรียน
45. ข้าพเจ้าเรียนหนังสือไม่ค่อยเก่ง

รายการ	1	2	3	4
46. ข้าพเจ้าไม่ชอบไปโรงเรียน
47. โรงเรียนข้าพเจ้ามีระเบียบและกฎข้อบังคับเข้มงวดจนเกินไป
48. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเรียนจนไม่มีเวลาได้พักผ่อน
49. ข้าพเจ้าเข้ากับครูไม่ค่อยได้
50. ครูไม่ปฏิบัติในสิ่งที่พ่ารุ่นสอน
51. ข้าพเจ้าอ่านตำราเรียนไม่ค่อยเข้าใจ
52. ข้าพเจ้ามีปัญหาในการออกไปรายงานปากเปล่า
53. ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเขียนรายงาน
54. ข้าพเจ้าความจำไม่ดี
55. ข้าพเจ้าไม่กล้าพูดหรือแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน
56. ข้าพเจ้าเห็นว่าการศึกษาในห้องเรียนน่าเบื่อ
57. ข้าพเจ้ามีอิสระในห้องเรียนน้อยเกินไป
58. ข้าพเจ้ามักไม่ค่อยได้อภิปรายในชั้นเรียน
59. ข้าพเจ้าไม่สนใจเรียนบางวิชา
60. ข้าพเจ้าจำเป็นต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ
61. ข้าพเจ้ามักจะทำตัวเป็นเด็ก ๆ
62. ข้าพเจ้าไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา
63. ข้าพเจ้ามีความกังวลเกี่ยวกับสมาชิกบางคนในครอบครัว
64. บิดามารดาของข้าพเจ้าทำงานหนักเกินไป
65. ข้าพเจ้าไม่เคยมีกิจกรรมที่สนุกสนานกับบิดามารดา
66. มีสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เจ็บป่วย
67. มีบุคคลในครอบครัวของข้าพเจ้าที่เสียชีวิต
68. บิดาหรือมารดาข้าพเจ้าที่เสียชีวิต
69. บิดามารดาของข้าพเจ้าแยกกันหรือหย่าร้างกัน
70. บิดามารดาไม่เข้าใจในตัวข้าพเจ้า
71. ครอบครัวมักปฏิบัติต่อข้าพเจ้าเหมือนเด็ก ๆ

รายการ	1	2	3	4
72. บิดามารดาข้าพเจ้ารักที่ๆน้องๆมากกว่าข้าพเจ้า
73. บิดามารดามักตัดสินใจในเรื่องต่างๆให้ข้าพเจ้ามากเกินไป
74. บิดามารดาคาดหวังในตัวข้าพเจ้ามากเกินไป
75. ข้าพเจ้าต้องการในสิ่งที่บิดามารดาไม่ยอมให้
76. ข้าพเจ้ามักถูกตำหนิจากบิดามารดา
77. บิดามารดาไม่ชอบเพื่อนของข้าพเจ้า
78. บิดามารดาไม่เชื่อในตัวข้าพเจ้า
79. บิดามารดาของข้าพเจ้ามีความคิดล้าสมัย
80. ข้าพเจ้าไม่สามารถปรึกษาปัญหาบางเรื่องกับครอบครัว
81. ครอบครัวของข้าพเจ้าทะเลาะกัน
82. ข้าพเจ้ามักเข้าไม่ได้กับที่ๆน้องๆ
83. ข้าพเจ้าไม่เล่าทุกเรื่องให้บิดามารดาฟัง
84. ข้าพเจ้าต้องการความมีอิสระที่บ้านมากกว่าที่เป็นอยู่
85. ข้าพเจ้าต้องการย้ายบ้านไปอยู่ที่อื่น
86. ข้าพเจ้ามีความคิดเห็นขัดแย้งกับมารดา
87. ข้าพเจ้าชอบเถียงกับบิดามารดา
88. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดา
89. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับบิดา
90. ข้าพเจ้าอยากหนีออกจากบ้าน
91. ข้าพเจ้าใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย
92. ข้าพเจ้าต้องขอเงินจากบิดามารดา
93. ข้าพเจ้าไม่ได้รับเงินค่าใช้จ่ายอย่าสม่ำเสมอ
94. ครอบครัวของข้าพเจ้ามีความกังวลในเรื่องการเงิน
95. ครอบครัวข้าพเจ้าไม่มีรถยนต์
96. ข้าพเจ้ามีเสื้อผ้าที่สวยงามน้อยมาก
97. ข้าพเจ้าต้องการหารายได้เลี้ยงตัวเอง

รายการ	1	2	3	4
98. ข้าพเจ้าต้องการซื้อหาสิ่งของส่วนตัวมากขึ้น
99. ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีเลือกซื้อสินค้าอย่างเหมาะสม
100. ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยเกินไป
101. ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีการหางาน
102. ในขณะที่ข้าพเจ้าต้องการหางานพิเศษทำอยู่
103. ข้าพเจ้ามีเงินใช้จ่ายน้อยกว่าเพื่อน
104. ข้าพเจ้าตัดสินใจว่าจะเรียนโปรแกรม(สาขา)ใด
ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
105. ข้าพเจ้าต้องการแนะนำด้านอาชีพหรือการ ดำเนินชีวิตในอนาคตหลังจากจบชั้นมัธยม ศึกษาตอนปลาย
106. ข้าพเจ้าต้องการความรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการ เรียนในระดับมหาวิทยาลัย
107. ข้าพเจ้าต้องการรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับการทำการ ค้า
108. ข้าพเจ้าอยากมีงานทำในช่วงปิดภาคเรียน
109. ข้าพเจ้าต้องการค้นพบความสามารถตัวเอง ในการประกอบอาชีพ
110. ข้าพเจ้าอยากเลือกอาชีพด้วยตนเอง
111. ข้าพเจ้าต้องการรับรู้เกี่ยวกับอาชีพต่างๆ มากกว่านี้
112. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกอาชีพได้ถูกต้อง เหมาะสมแก่ตนเอง
113. ข้าพเจ้ากลัวอนาคต
114. ข้าพเจ้าไม่รู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของ ข้าพเจ้า
115. ข้าพเจ้าหวังใจว่าจะได้แต่งงานหรือไม่
116. ข้าพเจ้าชอบคิดเรื่องการตายของผู้คนว่าจะ เกิดอะไรหลังจากนั้น

รายการ	1	2	3	4
117. ครอบครัวไม่ยอมให้ข้าพเจ้าไปวิ่งเล่นกับ เด็กๆที่ข้าพเจ้าชอบ
118. ข้าพเจ้ามีโอกาสไปงานเลี้ยงน้อยมาก
119. ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีเวลาเล่นสนุกนาน
120. ข้าพเจ้ามีโอกาสได้ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ น้อยมาก
121. ดูเหมือนเพื่อนผู้หญิงไม่ชอบข้าพเจ้า
122. ดูเหมือนเพื่อนผู้ชายไม่ชอบข้าพเจ้า
123. ข้าพเจ้ามีนัดกับเพื่อนต่างประเทศ
124. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการนัดเพื่อนต่างประเทศ
125. ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีการมีนัดกับเพื่อนเพศ ตรงข้าม
126. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีอะไรน่าสนใจทำในเวลา ว่างเลย
127. ข้าพเจ้ามักไม่ได้รับอนุญาตให้ออกนอก บ้าน ในเวลากลางคืน
128. ข้าพเจ้าไม่ได้รับอนุญาตให้มีนัดกับเพื่อน เพศตรงข้าม
129. ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้หญิงมาก กว่านี้
130. ข้าพเจ้าต้องการรู้จักเกี่ยวกับผู้ชายมากกว่านี้
131. ที่บ้านข้าพเจ้าไม่มีที่ที่จะรับรองเพื่อนๆให้ สนุกสนานได้
132. ข้าพเจ้าไม่สนใจในการเข้าสังคม
133. ข้าพเจ้าลำบากใจที่จะสนทนาได้ตอบเพื่อ ให้ การสนทนาดำเนินต่อไป
134. ข้าพเจ้าไม่มีความมั่นใจในกิจกรรมรายท และ การเข้าสังคมของข้าพเจ้า
135. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง

รายการ	1	2	3	4
136. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหญิง
137. ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนชาย
138. ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนหญิง
139. ข้าพเจ้าไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวกับเพื่อนชาย
140. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะเลือกคนที่คบอยู่เป็น คู่รักต่อไปหรือไม่
141. ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้วิธีการเดินรำ
142. ข้าพเจ้าคอยดูแลให้ตัวเองเรียบร้อยและดู สง่างาม
143. ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเพศตรงข้าม มาก เกินไป
144. ข้าพเจ้าต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับเรื่อง เพศเพิ่มขึ้น
145. ข้าพเจ้ามักเขินอายเมื่อต้องคุยเกี่ยวกับ เรื่อง ทางเพศ
146. ข้าพเจ้าเป็นคนมีเพื่อนยาก
147. ข้าพเจ้าขี้อาย
148. ข้าพเจ้าไม่เคยได้รับเลือกเป็นผู้นำ
149. ข้าพเจ้าอยากให้ผู้คนชอบข้าพเจ้ามากขึ้น
150. ข้าพเจ้าถูกยั่วหรือถูกล้อ
151. ข้าพเจ้ามักถูกดูนิินทา
152. ข้าพเจ้ารู้สึกกระทบกระเทือนใจง่ายเกินไป
153. ข้าพเจ้าถูกชักนำโดยผู้อื่นได้ง่ายมาก
154. ข้าพเจ้าเลือกคนผิดเป็นเพื่อน
155. ข้าพเจ้าต้องการมีบุคลิกภาพที่น่าชื่นชม มากกว่านี้
156. ข้าพเจ้าถูกทำให้เป็นตัวตลก
157. ข้าพเจ้ามักถูกจับผิด
158. ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคล ภายนอกกลุ่ม

รายการ	1	2	3	4
159. ผู้คนมักจะค้นหาความผิดพลาดของข้าพเจ้า
160. ข้าพเจ้ารู้สึกเคอะเขินในการพบปะผู้คน
161. ข้าพเจ้าต้องการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีกว่านี้
162. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่มีผู้ใดเข้าใจในตัวข้าพเจ้า
163. ข้าพเจ้าคิดถึงใครบางคนอย่างมาก
164. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มีใครชอบข้าพเจ้า
165. ข้าพเจ้ามักจะมีการโต้เถียงอยู่เสมอ
166. ข้าพเจ้ามักมีเรื่องต่อสู้อหรือทำร้ายร่างกาย กับผู้อื่น
167. ข้าพเจ้าอารมณ์เสียง่าย
168. ข้าพเจ้าเป็นคนหัวดี
169. ข้าพเจ้าทำลายความรู้สึกผู้อื่น
170. ข้าพเจ้าเป็นคนซื่อจาง
171. ข้าพเจ้าไม่ชอบใครบางคน
172. ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีคนบางคนไม่ชอบข้าพเจ้า
173. ข้าพเจ้าจะออกห่างเพื่อนที่ไม่ชอบ
174. ไม่มีใครที่ข้าพเจ้าจะปรึกษาปัญหาด้วยได้
175. ข้าพเจ้าหวาดหวั่น ตกใจง่าย
176. ข้าพเจ้าจริงจังกับสิ่งต่างๆ มากเกินไป
177. ข้าพเจ้าตื่นเต้นมากเกินไป
178. ข้าพเจ้ากลัวการทำผิด
179. ข้าพเจ้าประสบความล้มเหลวในสิ่งต่างๆ
180. ข้าพเจ้ากำลังมีปัญหาชีวิต
181. ข้าพเจ้ากำลังพยายามเลิกนิสัยที่ไม่ดี
182. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าบางครั้งยังมีความซื่อสัตย์ น้อยกว่าที่ควรจะเป็น
183. ข้าพเจ้ามักจะยอมต่อสิ่งที่ย่ำแย่จนใจเสาะ
184. ข้าพเจ้าควบคุมตนเองไม่ได้
185. ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้สนุกสนานเหมือนเด็กคนอื่น อื่นๆ

รายการ	1	2	3	4
186. ข้าพเจ้ามักกังวลใจในสิ่งเล็กๆน้อยๆ
187. ข้าพเจ้าฝันร้าย
188. ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในตนเอง
189. บางครั้งข้าพเจ้าคิดว่าไม่น่าจะเกิดเลย
190. ข้าพเจ้าเป็นคนไม่รอบคอบ
191. ข้าพเจ้ามักใจลอย
192. ข้าพเจ้าเป็นคนขี้ลืม
193. ข้าพเจ้าเป็นคนเกียจคร้าน
194. ข้าพเจ้าไม่ได้เอาจริงเอาจังกับสิ่งต่างๆ เพียง พอ
195. ข้าพเจ้ารู้สึกละอายใจกับการกระทำบาง อย่างที่ได้กระทำลงไป
196. ข้าพเจ้าได้รับการลงโทษโดยที่ไม่ได้ทำ อะไรผิด
197. ข้าพเจ้าเห็นว่าการสาบานเป็นเรื่องไร้สาระ
198. ข้าพเจ้าคิดถึงเรื่องเกี่ยวกับเรื่องนรก สวรรค์
199. ข้าพเจ้ากลัวกรรมตามสนอง
200. บางครั้งข้าพเจ้าพูดโกหกโดยไม่ได้ตั้งใจ
201. ข้าพเจ้าไม่สามารถลืมความผิดที่ได้ทำลงไป
202. ข้าพเจ้าทำใจในบางเรื่องได้ยาก
203. ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะทำสิ่งใหม่ๆ ด้วยตัวเอง
204. ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากในการพูดถึงปัญหาหรือ ความยุ่งยากของตัวเอง

ภาคผนวก จ

ที่ ทม.0302(2770.0603)938

หนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัย

ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

12 เมษายน 2545

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสุวิมล พิริยะปัญญา นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีต่ออึดทนในทัศนียภาพการปรับตัวของวัยรุ่นนิตติยาเสพติดในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกรุงเทพมหานคร” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.รัชณี ขวัญบุญจัน และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูล ณ บ้านพิชิตใจ ในระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ - เดือนมีนาคม ระหว่างเวลา 17.00 - 18.00 น. สัปดาห์ละ 3 วัน ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้ นางสุวิมล พิริยะปัญญา ได้ทำการเก็บข้อมูลวิจัยดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุลักษณ์ ศรีบุรี)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2680

ภาคผนวก จ
จดหมายขอทุน

ที่ ทม ๐๓๐๒(๒๗๐๕)/พิเศษ

ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท ปทุมวัน กทม. ๑๐๓๓๐

๒๔ มิถุนายน ๒๕๔๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เงินทุนดอกผลของมูลนิธิวิลลีส พี พอร์ตเตอร์

เรียน คณะกรรมการมูลนิธิวิลลีส พี พอร์ตเตอร์

ข้าพเจ้า นางสาววิมล พิริยะปัญญา นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อยู่บ้านเลขที่ ๔๗/๔ หมู่ ๗ จังหวัดสมุทรปราการ ขณะนี้ได้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การสอนทักษะกีฬาวอลเลย์บอลที่มีผลต่ออัตมโนทัศน์และการปรับตัวของวัยรุ่นติดยาเสพติดในสถานบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรุงเทพมหานคร" เสร็จเรียบร้อยแล้ว แต่มีปัญหาไม่สามารถดำเนินการสอบได้ เนื่องจากมีความขาดแคลนทางด้านเงินทุนที่จะชำระค่าลงทะเบียนเป็นจำนวนเงิน ๑๑,๐๐๐.๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นหนึ่งพันบาทถ้วน) ในการศึกษา ทำให้ไม่สามารถที่จะสำเร็จการศึกษาได้ ดังนั้นจึงใคร่ขอความอนุเคราะห์เงินทุนของมูลนิธิ เพื่อชำระค่าลงทะเบียนเรียนประจำภาคการศึกษานี้เพื่อข้าพเจ้าจะได้สำเร็จการศึกษาและจะได้ทำประโยชน์แก่ประเทศชาติต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อทราบและโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์เงินทุนค่าลงทะเบียนในครั้งนี้ด้วย
จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ



(นางสาววิมล พิริยะปัญญา)
นิสิตปริญญาโท

ภาควิชาพลศึกษา

โทร. ๐-๒๒๑๘-๒๘๐๔

โทรสาร ๐-๒๒๑๘-๒๘๐๔

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

- ชื่อ : นางสาววิมล พิริยะปัญญา
- เกิด : 29 กันยายน พ.ศ. 2520
- สถานที่เกิด : สมุทรปราการ
- ที่อยู่ปัจจุบัน : 47/4 หมู่ 7 ต. บางกอบัว อ.พระประแดง
จ.สมุทรปราการ
- ประวัติการศึกษา : สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย เข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโท
ภาควิชาพลศึกษาเมื่อปีการศึกษา 2543

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย