

ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้ เจตคติ และทักษะ  
ในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์



นางมณฑวรรณ ยูซังกุล

สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2546

ISBN 974-17-3948-6

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

THE EFFECT OF PARTICIPATORY LEARNING ON KNOWLEDGE, ATTITUDE AND SKILL FOR  
NARCOTIC PREVENTION AMONG PRATHOM SUKSA 6 STUDENTS  
IN NAKHON SAWAN PROVINCE

Mrs Monthawan Yuchangkul

สถาบันวิทยบริการ

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Science in Mental Health

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2003

ISBN 974-17-3948-6

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ต่อ ความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการ  
ป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์  
โดย นางมณฑวรรณ ยุชังกุล  
ภาควิชา สุขภาพจิต  
อาจารย์ที่ปรึกษา ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ

---

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น  
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีคณะแพทยศาสตร์  
(ศาสตราจารย์นายแพทย์ภิรมย์ กมลรัตนกุล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ)

..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ)

..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พวงสร้อย วรรณกุล)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นางมณฑารวรรณ ยูซังกุล : ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์ (THE EFFECT OF PARTICIPATORY LEARNING ON KNOWLEDGE, ATTITUDE AND SKILL FOR NARCOTIC PREVENTION AMONG PRATHOM SUKSA 6 STUDENTS IN NAKHON SAWAN PROVINCE.) อาจารย์ที่ปรึกษา : ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ  
จำนวนหน้า 205 หน้า. ISBN 974-17-3948-6

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์ ก่อนและหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและศึกษาเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนระหว่างได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดกับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนวัดนิเวศูฒาราม จำนวน 51 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 26 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดโดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในกลุ่มทดลอง กับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเองในกลุ่มควบคุม ทั้ง 2 กลุ่มได้รับแบบวัดความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดทั้งก่อนและหลังการทดลอง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรม SPSS โดยการทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมแล้วพบว่าค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีผลต่อ ความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดดีกว่าการได้รับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง

ภาควิชา จิตเวชศาสตร์

ลายมือชื่อนิสิต .....

สาขาวิชา สุขภาพจิต

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....

ปีการศึกษา 2546

## 4475251030 : MAJOR MENTAL HEALTH  
 KEY WORD : PARTICIPATORY LEARNING / KNOWLEDGE/  
 ATTITUDE / SKILL / NARCOTICS PREVENTION.  
 MONTHAWAN YUCHANGKUL : THE EFFECT OF  
 PARTICIPATORY LEARNING ON KNOWLEDGE, ATTITUDE  
 AND SKILL FOR NARCOTIC PREVENTION AMONG  
 PRATHOM SUKSA 6 STUDENTS IN NAKHON SAWAN  
 PROVINCE. THESIS ADVISOR : PROF. UMAPORN  
 TRANGKASOMBAT ,M.D. 205 pp. ISBN : 974-17-3948-6

The purpose of this study was to determine the effect of knowledge, attitude and skill for narcotic prevention among prathom sukka 6 students in Nakhon Sawan province. The study also compared the level of knowledge, attitude and skill for narcotic prevention before and after introducing the participatory learning approach as well as after the training.

The samples were randomly collected from 51 students at Watnivetwuttaram School. The samples were randomly divided into two groups, 26 in the experimental group and 25 in the controlled group. In the experimental group, the instruments were handbooks for life skills used in participatory learning of the training program for narcotic prevention. In the controlled group, recreational activities for self-development were used. Student's level of knowledge, attitudes and skills for narcotic prevention were tested by using the pretest and posttest. The data were processed and analyzed by using the SPSS program.

It was found that for the experimental group, the posttest scores were significantly higher than the pretest scores ( $p < .01$ ). However, for the control group, the scores from the pretest and posttest were not statistically significant. When the scores of the experimental and control groups were compared, it was found that the mean scores of knowledge, attitude and skill for narcotic prevention were significantly higher than the control group ( $p < .05$ ) after the program. This study is, therefore, indicates that the participatory learning approach by life skills training program has positive effects on knowledge, attitude and skill of students rather than the recreative activity for self-development.

Department of Psychiatry  
 Field of Study: Mental Health  
 Academic Year 2003

Student's signature .....  
 Advisor's signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดีด้วยความกรุณาและความอนุเคราะห์อย่างยิ่งของ ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำและข้อคิดต่างๆ ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องจนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ ประธานกรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พวงสร้อย วรกุล กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องระเบียบวิธีการวิจัยและตรวจแก้ไขข้อบกพร่องให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ดร.สมพงษ์ จิตระดับ ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ เตชะ ลลิตอนันต์พงศ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปีติพร และอาจารย์วนิดา ชนินทยุทวงศ์ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ได้กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ รวมทั้ง คณะจัดทำคู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา ระดับประถมศึกษาโดย กรมสุขภาพจิตและอาจารย์สาวนะ พบสุข ที่กรุณาให้การช่วยเหลือแนะนำในรายละเอียดของคู่มือ ฉบับนี้

ขอขอบพระคุณนายแพทย์ชาญชัย พิณเมืองงาม ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 8 นครสวรรค์ นายแพทย์ชัยโรจน์ ชุมมงคล อดีตผู้อำนวยการศูนย์ฯ ทันตแพทย์หญิงพรทิพย์ ภูพัฒน์กุล และ อาจารย์ทิพย์วรรณ สุวีรานนท์ ในฐานะผู้บังคับบัญชาที่ให้การสนับสนุนในการศึกษาครั้งนี้ รวมทั้ง ผู้ร่วมงานทุกท่านที่คอยช่วยเหลือแนะนำและเป็นกำลังใจให้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณหัวหน้าการประถมศึกษาอำเภอเมืองนครสวรรค์ ศึกษาพิเศษ ผู้บริหาร โรงเรียน คณะอาจารย์และนักเรียนโรงเรียนวัดนิเวศคุณาราม โรงเรียนชุมชนวัดเกาะหงษ์ และ โรงเรียนอนุบาลเมืองนครสวรรค์ ที่ให้ความร่วมมือในการดำเนินงานวิจัยเป็นอย่างดีและ ขอขอบคุณคุณพัชรี นิลน้อย ผู้ช่วยผู้วิจัย รวมทั้งทุกๆ ท่านที่ผู้วิจัยไม่ได้กล่าวนามไว้ ณ ที่นี้

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้เนื่องจากพระคุณของพ่อและแม่ที่ให้การสนับสนุนในการศึกษาครั้งนี้และเป็นกำลังใจที่สำคัญยิ่งแก่ผู้วิจัย รวมทั้งขอขอบคุณทุกคนในครอบครัวที่ช่วย สนับสนุนและเป็นกำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้



# สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
1. บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
สมมติฐานของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	4
ข้อจำกัดของการวิจัย.....	4
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
พัฒนาการของวัยเด็กตอนปลาย.....	8
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสารเสพติด.....	11
ทักษะชีวิต.....	22
การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	27
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	43

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3. วิธีการดำเนินการวิจัย.....	47
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	47
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	49
การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ.....	53
วิธีดำเนินการทดลอง.....	54
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
5. สรุปผลการวิจัย อภิปรายและข้อเสนอแนะ.....	74
สรุปผลการวิจัย.....	74
อภิปรายผลการวิจัย.....	77
ข้อเสนอแนะ.....	87
รายการอ้างอิง.....	89
ภาคผนวก.....	95
ภาคผนวก ก. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	97
ภาคผนวก ข. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	98
ภาคผนวก ค. แผนการสอน.....	131
ภาคผนวก ง. หนังสือขอความอนุเคราะห์.....	204
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	205

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สารบัญตาราง

	หน้า
1 แสดงการจัดกลุ่มประเภทต่าง ๆ.....	29
2 แสดงองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้ .....	32
3 แสดงองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ .....	32
4 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ.....	34
5 แสดงองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ .....	38
6 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ.....	40
7 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามเพศ อายุ ระดับผลการเรียน จำนวนบุตรรวมบิดามารดา ลำดับที่การเป็นบุตร สัมพันธภาพของบิดามารดาและผู้ปกครองของนักเรียนในปัจจุบัน .....	58
8 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามระดับการศึกษาและรายได้ของบิดามารดา.....	60
9 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามสารเสพติดที่บุคคลในครอบครัวใช้ การถูกชักจูงให้ใช้สารเสพติดและการได้รับความรู้เรื่องสารเสพติดมาก่อน.....	62
10 การทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง.....	64
11 การทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง.....	66

## สารบัญตาราง (ต่อ)

บทที่	หน้า
12 การทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง .....68	
13 การทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง .....70	
14 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง .....72	



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญภาพ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	6
2 องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	28
3 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ .....	33
4 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ .....	39



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหากระจายตัวและสร้างยาเสพติด ถือเป็นปัญหาที่สำคัญทั้งของประเทศไทยและนานาชาติ เพราะปัญหาเสพติดได้ความเดือดร้อนอย่างกว้างขวาง ทั้งโดยส่วนรวมและบุคคล ในส่วนรวมผลกระทบต่อเศรษฐกิจนั้น เป็นการบ่อนทำลายทางเศรษฐกิจ โดยบั่นทอนประสิทธิภาพในการผลิต สูญเสียแรงงานโดยไร้ประโยชน์ เกิดผลกระทบต่อรายได้ของบุคคลและประเทศชาติ ความเสียหายอันเกิดแก่สังคม ได้แก่ การเกิดอาชญากรรมต่างๆ เกิดความไม่สงบภายในประเทศมากขึ้น ส่วนผลร้ายต่อร่างกายของผู้เสพ สร้างผลกระทบใน 2 ด้านคือ ผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย ทำให้ร่างกายทรุดโทรม สูญเสียบุคลิกภาพ และเกิดโรคติดต่อที่ร้ายแรงอื่นๆ ตามมา ซึ่งได้แก่ โรคเอดส์ เป็นต้น<sup>(1)</sup>

การติดสารเสพติดมีผลอย่างร้ายแรงต่อเด็กและวัยรุ่นโดยทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ อารมณ์ พฤติกรรม และปัญหาทางด้านกฎหมาย ในระยะเวลา 3 ทศวรรษที่ผ่านมา ปัญหาเด็กติดยาเสพติดเพิ่มขึ้นอย่างมาก ในปัจจุบันพบว่า การติดสารเสพติดในเด็กเป็นปัญหาของสังคม ที่มีความสำคัญในลำดับต้นๆ เด็กมีแนวโน้มว่าจะเสพยาตั้งแต่อายุน้อย และสารที่เสพมีอันตรายมากกว่าเดิม รวมทั้งมีการกระทำผิดกฎหมายเพิ่มขึ้นด้วย<sup>(2)</sup> จากรายงานการวิจัย โครงการวิจัยเพื่อประมาณการจำนวนนักเรียน นักศึกษาที่เกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติด : กรณีศึกษา ตัวอย่างนักเรียน-นักศึกษาจากสถาบันการศึกษาทุกสังกัดทั่วประเทศ ปี 2544<sup>(3)</sup> ซึ่งตัวอย่างทั้งหมดกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ถึงปริญญาตรี อายุระหว่าง 11-24 ปี จากทุกสังกัดการศึกษาทั่วประเทศ จำนวนทั้งหมด 6,092,472 คน เกี่ยวข้องกับยาเสพติด 374,653 คน คิดเป็นร้อยละ 6.2 ตัวอย่างที่ศึกษาร้อยละ 11.0 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ(สปช.) พบว่ามีนักเรียนสังกัด สปช. 22,607 คน คิดเป็นร้อยละ 1.7 ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด (ไม่นับรวมเหล่าและบุหรี) ชนิดยาเสพติดที่นักเรียน นักศึกษาเข้าไปเกี่ยวข้องส่วนใหญ่ ได้แก่ ยาบ้า ร้อยละ 3.6 รองลงมาคือ กัญชาร้อยละ 2.59 ยาปลอมประสาท ร้อยละ 2.07 และสารระเหยร้อยละ 1.02

จากข้อมูลผู้เข้ารับการรักษา การติดยาเสพติดของประเทศไทย ปี 2541 - 2545<sup>(4)</sup> พบว่า อายุที่เริ่มใช้ยาเสพติดครั้งแรก ต่ำกว่า 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.7 , 17.2 , 17.7, 17.16 และ 18.43 ตามลำดับ จากรายงานดังกล่าวจะเห็นว่าปัจจุบันเด็กและเยาวชนไทยได้ตกเป็นทาสของ

สารเสพติดและได้ระบาดไปสู่หมู่เยาวชนที่อายุน้อย ซึ่งเป็นวัยที่กำลังเรียนในระดับประถมศึกษา ช่วงอายุ 11-14 ปี อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายมาก มีความคิดหมกมุ่นกังวลกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายทำให้อารมณ์หงุดหงิดแปรปรวน<sup>(5)</sup> เด็กต้องการความรักความเข้าใจ ต้องการคำปรึกษาจากพ่อแม่ และบุคคลใกล้ชิด การที่เด็กกับพ่อแม่มีความห่างเหินกัน จึงเป็นการกระตุ้นให้เด็กใช้สิ่งเสพติด เนื่องจากมีความอยากรู้อยากเห็น อยากทดลอง ชอบสนุก อยากอวดเพื่อน จึงมีการทดลองเสพและติดในที่สุด

เด็กและเยาวชนในสถานศึกษา<sup>(6)</sup> เป็นทรัพยากรที่สำคัญของชาติ อยู่ในกระบวนการพัฒนาเพื่อให้มีคุณภาพ สำหรับเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป ปัญหา ยาเสพติดจึงจำเป็นจะต้องเร่งดำเนินการด้วยการใช้วิธีการป้องกันและแก้ไขอย่างเหมาะสม ในการดำเนินการป้องกันยาเสพติดในสถานศึกษา ส่วนที่สำคัญที่สุดคือ ตัวนักเรียน จึงจำเป็นต้องให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขเพื่อให้เกิดความรู้ ประสบการณ์ การยอมรับร่วมกัน ตลอดจนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปขยายผลต่อเพื่อน ครอบครัว และชุมชนได้ต่อไป ดังนั้นการให้ความรู้แก่นักเรียนเป็นการติดอาวุธทางปัญญาให้กับเด็ก เพื่อเด็กจะได้ใช้ข้อมูลความรู้ที่สมบูรณ์นี้ ในการพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหา หรือเลือกพฤติกรรมที่ดีที่สุด ในสถานการณ์เฉพาะหน้าของตนได้ กระบวนการเรียนการสอนจึงต้องอาศัยการให้เด็กมีส่วนร่วมคิดร่วมค้น ออกความเห็นร่วมโต้แย้ง และหาข้อสรุป เพื่อให้ได้ข้อยุติเป็นค่านิยมของตนเอง<sup>(7)</sup>

ในกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมอาศัยหลักการเรียนรู้ ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางโดยมีพื้นฐานสำคัญประการแรกคือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และประการที่สอง การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ<sup>(8)</sup> โดยนำกิจกรรมการเรียนการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดมาประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียนที่เป็นวัยรุ่น ซึ่งมีความต้องการเป็นตัวของตัวเองสูง ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่มาสั่งสอนโดยตรง และยึดถือเชื่อเพื่อนมาก จากพื้นฐานความต้องการเหล่านี้ จึงได้นำมาดัดแปลงให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมที่จะแสดงความคิดเห็น ความเข้าใจ สะท้อนความรู้สึกรจากการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ในกระบวนการกลุ่มที่นักเรียนร่วมกันคิดทำแนวทางการแก้ไขปัญหา และช่วยเหลือกันเองอันจะส่งผลให้เกิด ความรู้ เจตคติ และทักษะที่เปลี่ยนแปลงไปในลักษณะที่สอดคล้องกับกลุ่มเพื่อนฝูง และมีลักษณะยั่งยืน

จากนโยบายของภาครัฐทางด้านสาธารณสุข และด้านการศึกษาได้มีการสนับสนุนการป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาขึ้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติด โดยใช้แผนการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข โดยเลือกศึกษาทดลองในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมืองนครสวรรค์ เพื่อนำ

ผลการวิจัยมาเป็นแนวทางในการพัฒนา และปรับปรุงการดำเนินงานป้องกันสารเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชนต่อไป

### คำถามของการวิจัย

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีผลต่อ ความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หรือไม่ อย่างไร

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

### สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจะมีความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดแตกต่างจากก่อนได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
2. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจะมีความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดแตกต่างจากนักเรียนในกลุ่มควบคุม

### ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศูฒาราม สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ ซึ่งมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ในการคัดเลือก (Inclusion Criteria) และเกณฑ์ในการคัดออก (Exclusion Criteria) จำนวน 51 คน และสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 26 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 25 คน



## 2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ คือ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยใช้โปรแกรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด และ กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง

2.2 ตัวแปรตาม คือ คะแนนเฉลี่ยของแบบวัดความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

### ข้อตกลงเบื้องต้น

1. กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศูฆาราม จำนวน 51 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 26 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน

2. ตลอดการทดลองนี้ กลุ่มตัวอย่างต้องไม่ได้รับโปรแกรมการเรียนการสอนในเรื่องการป้องกันสารเสพติดเพิ่มเติม โดยชี้แจงตกลงกับทางโรงเรียนก่อนดำเนินการวิจัย

### ข้อจำกัดของการวิจัย

ประชากรที่ศึกษาจะเป็นตัวแทนเฉพาะกลุ่มที่ศึกษาเท่านั้น เนื่องจากมีความแตกต่างกันของโรงเรียนและนักเรียน ไม่สามารถดำเนินกิจกรรมให้กับนักเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมืองทั้งหมดได้ ผู้วิจัยจึงเลือกเฉพาะในกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ในการคัดเลือกและเกณฑ์ในการคัดออก

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หมายถึง การจัดการเรียนการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยให้ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้จากประสบการณ์เดิม ให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ด้วยการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและผู้สอน ซึ่งประกอบด้วย การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมุติ การฝึกทักษะ เกมส์ และการสาธิตเพื่อให้ผู้เรียนมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ได้

2. ทักษะชีวิต<sup>(9)</sup> หมายถึง คุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยาเป็นทักษะภายในที่ช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล และคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทักษะในการตัดสินใจ ทักษะในการประเมินตน และการควบคุมสถานการณ์ ทักษะในการสื่อสาร ต่อรอง ปฏิเสธ และโน้มน้าวจิตใจ ทักษะในการปรับตัว เป็นต้น



3. ความรู้ หมายถึง ข้อเท็จจริงและข้อเกี่ยวกับการป้องกันการใช้สารเสพติดเป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัวที่มีส่วนสนับสนุนการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาค้นหาทางเลือกต่าง ๆ เพื่อปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

4. เจตคติ หมายถึง ความรู้สึก ความคิดเห็น ของนักเรียนต่อการป้องกันสารเสพติดในด้านต่างๆ ทั้งทางบวกและทางลบ ประกอบด้วยทักษะด้านตระหนักรู้ในข้อดี ข้อด้อยที่เสี่ยงต่อการถูกชักจูงไปใช้สารเสพติด เห็นใจ เข้าใจผู้ใช้สารเสพติด ผู้เลิกใช้สารเสพติด และผู้ได้รับผลกระทบจากปัญหายาเสพติด ความภูมิใจในตนเองที่ไม่ใช้สารเสพติด และความคิดเห็นของตนเองในการป้องกันตนและครอบครัวจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด

5. ทักษะ หมายถึงความชัดเจน และความชำนาญในเรื่องการป้องกันสารเสพติด ซึ่งสามารถสร้างขึ้นได้จากการเรียนรู้ ประกอบด้วยทักษะด้านสัมพันธภาพและการสื่อสาร เป็นการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสารเสพติด และทักษะการจัดการกับอารมณ์ และความเครียดได้อย่างเหมาะสมกับตนเอง

6. สารเสพติด หมายถึงสารใดก็ตามเมื่อเข้าสู่ร่างกายโดยการกิน ฉีด สูดหรือดมแล้วจะทำให้มีผลต่อจิตใจและร่างกายของผู้เสพ ซึ่งจะมีลักษณะของการเสพคือ ต้องเพิ่มขนาดของสารตลอดเวลา เมื่อหยุดใช้สารจะทำให้เกิดอาการอดสารหรือขาดยาหรืออยากยา เมื่อเสพเป็นเวลานานจะเกิดมีความต้องการสารนี้มากขึ้นทั้งทางร่างกายและจิตใจ เมื่อเสพเป็นเวลานาน สารเสพติดนั้นจะก่อให้เกิดผลร้ายต่อสุขภาพของผู้ใช้นั้นด้วย

7. การป้องกันสารเสพติด หมายถึง การกระทำหรือแสดงออกที่หลีกเลี่ยงจากสารเสพติด เช่น การให้การศึกษา และข้อมูลที่ถูกต้องเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุของการติดสารเสพติดให้โทษ การเลือกคบเพื่อนที่ดี การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เพื่อป้องกันการเสพติด

8. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ ปีการศึกษา 2546

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.เป็นแนวทางการพัฒนาศักยภาพด้านความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

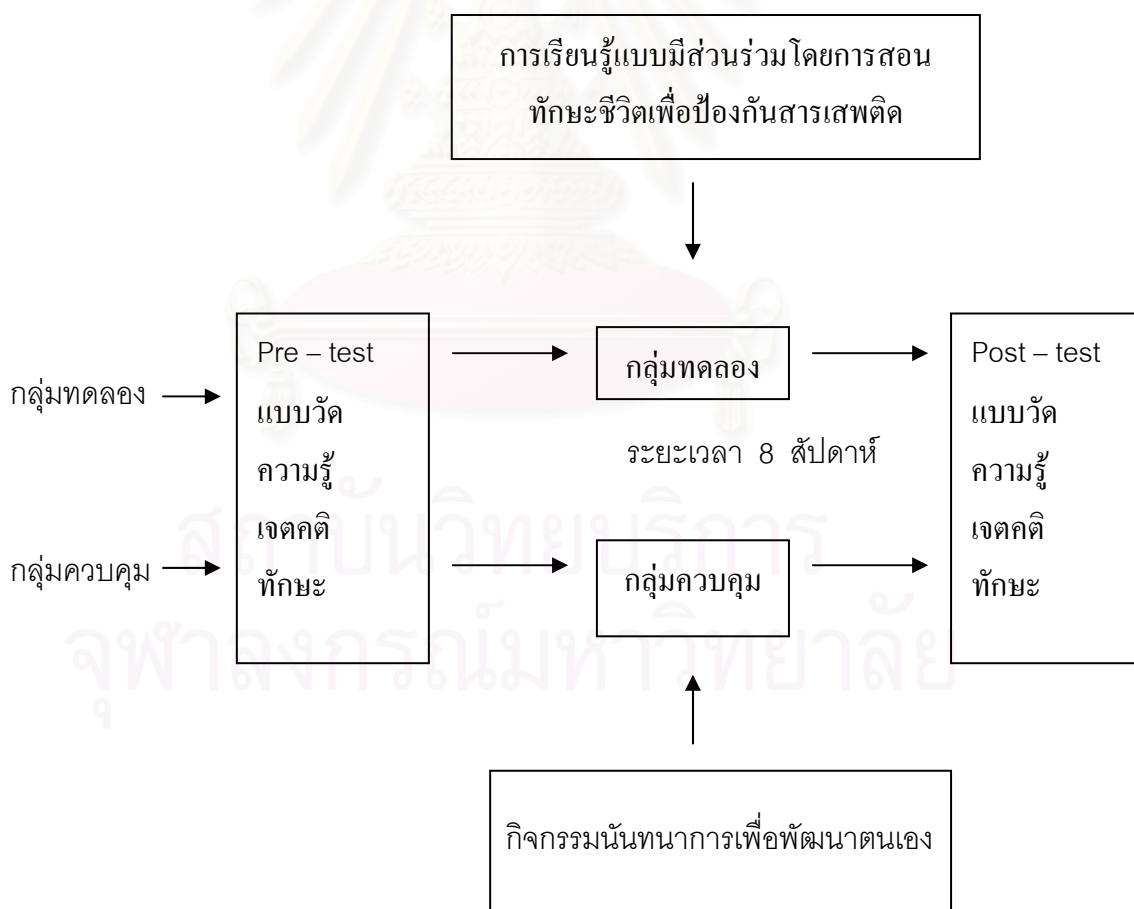
2. เป็นแนวทางในการจัดทำกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในด้านการป้องกันสารเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชน

3. เป็นแนวทางในการนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปขยายผลต่อเพื่อน ครอบครัวและชุมชน เพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

4. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยต่อไป

### แผนภาพที่ 1

#### กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Frame work)



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกัน  
สารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์ ผู้วิจัยได้ศึกษา ค้นคว้าเอกสาร  
และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. พัฒนาการของวัยเด็กตอนปลาย
2. สารเสพติดและการป้องกันสารเสพติด
3. ทักษะชีวิต
4. การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## พัฒนาการของวัยเด็กตอนปลาย (อายุ 11-13 ปี)

วัยเด็กตอนปลายเป็นช่วงคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยรุ่นตอนต้น วัยนี้ไม่แตกต่างกับวัยเด็กตอนกลางมากนัก แต่เกิดการเปลี่ยนแปลงในร่างกายเนื่องจากการทำงานของต่อมต่างๆ จึงมีการเปลี่ยนแปลงของโครงกระดูกและสัดส่วนของร่างกายเพื่อเตรียมเข้าสู่วัยรุ่น พัฒนาการของเด็กวัยนี้สามารถสรุปได้ดังนี้<sup>(10)</sup>

### 1. พัฒนาการทางร่างกาย (Physical Development)

เด็กในวัยช่วงอายุระหว่าง 12-13 ปี เด็กหญิงจะเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กชายวัยเดียวกันทั้งด้านความสูงและน้ำหนัก เพราะเด็กหญิงจะเข้าสู่วัยแรกรุ่น (Puberty) เร็วกว่าเด็กชายราวๆ 2ปี<sup>(11)</sup> ซึ่งจะเป็นเช่นนี้จนกระทั่งย่างเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายหลังจากนั้นเด็กชายจึงจะโตทันเด็กหญิง ในระยะนี้ร่างกายจะขยายทางสูงมากกว่าทางกว้าง ลำตัวและแขนขายาวออก รูปร่างเริ่มเปลี่ยนแปลงเป็นลักษณะผู้ใหญ่ ปอด อวัยวะเพศเติบโตเข้า เด็กในวัยนี้ไม่ชอบอยู่นิ่ง ชอบเล่นและทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้ความเร็ว มักไม่ค่อยมีความระมัดระวังจึงประสบอุบัติเหตุได้ง่ายและบ่อย การทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อน้อยและประสาทสัมผัสละเอียดอ่อนดีขึ้นมาก ทำให้การพัฒนาด้านสติปัญญาที่ต้องใช้อวัยวะพวกนี้เป็นสื่อสามารถปฏิบัติได้ดี เด็กอาจเล่นเกมที่ซับซ้อนและกิจกรรมการเล่นชนิดสร้างสรรค์ (Creative Plays) เช่น การอ่าน การเขียน การวาด การปั้น การทำงานฝีมือ การแกะสลัก ฯลฯ เด็กจะมีการเติบโตทางกายและตระหนักถึงบทบาททางเพศ ทำให้เกิดความอยากรู้อยากเห็นเรื่องราวทางกายของเพศตรงข้าม เริ่มสนใจรูปร่างหน้าตาและความอยากรู้อะไรเกี่ยวกับร่างกาย (Bodily Awareness) นี้จะมีมากขึ้นและสูงสุดในระยะวัยรุ่น ความเจริญเติบโตแข็งแรงทางกายจะขึ้นอยู่กับอิทธิพลหลายองค์ประกอบ เช่น ลักษณะกรรมพันธุ์ อาหาร การออกกำลังกาย ความมั่นคงทางอารมณ์ การพักผ่อนนอนหลับและความมีสุขภาพดี เป็นพื้นฐานของความเจริญเติบโตทางด้านอารมณ์ สังคมและสติปัญญา

### 2. พัฒนาการทางอารมณ์ (Emotional Development)

เนื่องจากเด็กวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงทางกายอย่างรวดเร็ว จึงมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ของเด็กด้วย เด็กวัยนี้มีความหุนหันดุเดือด สิ่งที่เด็กวัยนี้กลัวที่สุดก็คือ กลัวว่าจะถูกล้อเพราะแตกต่างกับเพื่อน การไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม ไม่ต้องการเด่นหรือด้อยกว่าเพื่อนฝูง อารมณ์ของเด็กวัยนี้จัดอยู่ในระดับปานกลาง คือไม่ดีหรือร้ายจนเกินไปสามารถรักษาอารมณ์ไว้ได้ดีพอสมควร สามารถเข้าใจอารมณ์ และความรู้สึกของบุคคลอื่น สิ่งที่ต้องพัฒนาในด้านอารมณ์ของเด็กในวัยนี้ คือ การเข้าใจอารมณ์ของตัวเองและบุคคลอื่น การรู้จักควบคุมอารมณ์และการรู้จักแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเหมาะสม เด็กจะมีอารมณ์ต่าง ๆ ทั้งที่น่าพึงพอใจ

และถ้าอารมณ์เหล่านี้ไม่มีโอกาสแสดงออกให้ผู้อื่นรับรู้หรือถูกเก็บกดเอาไว้มากเกินไป จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกเครียด ซึ่งจะนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางกายที่เนื่องมาจากทางอารมณ์ได้ (Psychosomatic Illness) หรือรู้สึกผิดจนทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้ถ้ามีการเตรียมตัวที่เหมาะสมในเรื่องดังกล่าวในเด็กวัยนี้จะทำให้เขาเติบโตเป็นเด็กวัยรุ่นที่มีความสุข แต่ถ้าเตรียมตัวไม่เหมาะสมก็จะทำให้เขาเป็นเด็กวัยรุ่นที่มีความสับสนทางอารมณ์มากกว่าที่ควรเป็น ดังนั้นการพัฒนาด้านอารมณ์จึงมีความสำคัญ และควรจะทำควบคู่ไปกับการพัฒนาความรู้และทักษะ

### 3. พัฒนาการทางสังคม (Social Development)

เด็กวัยนี้จะปลีกตัวออกจากบุคคลในครอบครัว แต่ชอบอยู่ในกลุ่มเพื่อนและให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมาก โดยจะแต่งตัว พูดจาและนิยมสิ่งต่าง ๆ เหมือนเพื่อน ซึ่งถ้าเด็กติดกลุ่มเพื่อนมากเกินไปก็อาจทำให้ละเลยหน้าที่ของตนเองได้ เด็กวัยนี้จะเริ่มมีความเป็นตัวของตัวเอง ชอบตัดสินใจเอง ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่เข้ามายุ่งในเรื่องส่วนตัว ชอบความเป็นอิสระและยึดถือความคิดของตนเอง วัยนี้เด็กชายจะเล่นกับเด็กหญิงน้อยลงและเริ่มสนใจเพื่อนต่างเพศ โดยระยะแรกจะสนใจเพื่อนต่างเพศเป็นกลุ่มรวม ๆ กันไปก่อน ระยะเวลาหลังจึงสนใจเฉพาะคน ลักษณะการคบเพื่อนของเด็กยังไม่แน่นอนมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เด็กชายจะมีความสามารถในการรวมกลุ่มได้นานกว่าและคบเพื่อนได้ดีกว่าเด็กหญิง มักจะมีเพื่อนที่ถูกใจเพียงคนเดียว ขณะที่เด็กหญิงจะมีเพื่อนที่ถูกใจ 3-5 คน เด็กจะรักกลุ่มและเพื่อนร่วมชั้นของตนต้องการให้กลุ่มยอมรับตน เด็กจะเลือกคบเพื่อนโดยพิจารณาจากตัวบุคคลเป็นอันดับแรก เช่น เลือกคบคนที่แจ่มใส ให้ความร่วมมือ พูดจาตกลงกันง่าย อารมณ์มั่นคง ฯลฯ เด็กจะเล่นอย่างอิสระนอกบ้าน ชอบการแข่งขันกันเป็นกลุ่ม ชอบเล่นกีฬา เด็กชายชอบเล่นผาดโผนและใช้ความว่องไว เช่น ของเล่นประเภทเครื่องยนต์กลไกต่าง ๆ ส่วนเด็กหญิงชอบเข้าครัวหรือการตัดเย็บตกแต่งบ้านและการเลียนแบบชีวิตจริง การเล่นเป็นกลุ่มของเด็กวัยนี้จะช่วยทำให้เด็กมีความกล้า รู้จักใช้ความคิดและให้ความร่วมมือกับผู้อื่นได้ เพื่อนร่วมวัยเป็น Socialization agent ที่สำคัญเด็กจะเลียนแบบพฤติกรรมจากเพื่อน เพื่อนเป็นผู้ที่ให้แรงเสริมและจะประเมินพฤติกรรมให้คำติชม ดังนั้นปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนจึงสำคัญมาก<sup>(12)</sup>

### 4. พัฒนาการทางสติปัญญา (Intellectual Development)

สติปัญญาของเด็กวัยนี้เห็นได้จากความสามารถในการใช้เหตุผล เข้าใจความหมายของคำพูดได้ถูกต้อง สามารถใช้คำจำกัดความแก่คำที่เป็นนามธรรมได้ สามารถมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น ความจำพัฒนาขึ้น เด็กวัยนี้จะสนใจการเล่นทายปัญหามากที่สุด เด็กที่สมองช้าจะไม่มีใครมีสมาธิในการทำงาน เด็กฉลาดจะมีความสามารถในการใช้คำพูดที่เป็นนามธรรมได้

ลักษณะพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็ก มีดังนี้

- 1) เริ่มพึ่งเหตุผลของผู้ใหญ่และต้องการให้ผู้ใหญ่รับฟังเหตุผลของตนเองบ้าง
- 2) การแก้ปัญหา มีความสามารถคิดโครงการและสามารถดำเนินการด้วยตนเอง โดยไม่ต้องอาศัยการนำทางของผู้ใหญ่ การตัดสินใจจะอาศัยประสบการณ์และคิดอย่างไตร่ตรอง
- 3) ความอยากรู้อยากเห็น เด็กวัยนี้ชอบแสวงหาความจริง มักจะถามเกี่ยวกับตนเอง
- 4) ความสนใจในทักษะ (Skill) ต่างๆ มีความต้องการทำงานเพื่อหาความสามารถและประสบการณ์ใหม่ๆ
- 5) ความคิดคำนึง การเล่นสมมติจะน้อยลง เริ่มมีความสนใจปัญหาสังคมและโลกภายนอกขอบอภิปราช แสดงความคิดเห็น และมีความคิดริเริ่ม
- 6) ความเข้าใจเกี่ยวกับเวลา มีความแม่นยำและกว้างขวางขึ้น สามารถเข้าใจลำดับวัน เดือน ปีได้ถูกต้อง

พัฒนาการทางด้านสติปัญญาและความคิดของเด็กวัยประถมศึกษายู่ในขั้น Concrete operation เด็กวัยนี้สามารถสร้างกฎเกณฑ์ในการแบ่งสิ่งแวดลอมออกเป็นหมวดหมู่ได้ สามารถเข้าใจเหตุผลว่าของที่มีขนาดเท่ากัน แม้ว่าจะแปรรูปร่างก็ยังคงมีขนาดเท่ากันหรือคงตัว และเข้าใจความหมายของการเปรียบเทียบว่าของจะสูงกว่า หนักรกว่า หรือเบากว่ามากหรือน้อยไม่ เป็นสิ่งที่เด็ดขาด หรือเป็นสิ่งที่สมบูรณ์ในตัว (Absolute) แต่ขึ้นกับว่าเปรียบอะไรกับอะไร

เด็กวัยนี้ควรได้รับการปลูกฝังในเรื่อง การให้ความร่วมมือ ความรับผิดชอบ ความกล้า มีเมตตา ความยุติธรรม การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น การซาบซึ้งในความดีงามและการมีความคิดสร้างสรรค์ คิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล เด็กจะควบคุมตนเองและเข้ากับสังคมได้มากขึ้น และมีความเชื่อมั่นในตนเองจากการที่เพื่อนยอมรับเข้ากลุ่ม โดยพยายามทำตนให้เหมือนเพื่อน รวมทั้งสร้างแนวทางของตนเองขึ้น

#### 5. พัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพ (Personality Development)

ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพที่จะนำมาอธิบายบุคลิกภาพของเด็กวัยประถมที่มีอายุราว ๆ 6-12 ปี คือ ทฤษฎีของฟรอยด์และอีริคสัน ฟรอยด์เรียกวัยประถมศึกษาว่า ขั้นแฝง (Latency)<sup>(13)</sup> ซึ่งความหมายว่าเป็นวัยที่เก็บกดความต้องการทางเพศ หรืออาจจะอธิบายว่าเป็นระยะที่ความต้องการทางเพศสงบ เด็กในวัยนี้มักจะรวมกลุ่มกับเพื่อนเพศเดียวกัน เด็กชายจะเล่นกับเด็กชายและเด็กหญิงจะเล่นกับเด็กหญิง เด็กวัยนี้จะมีมโนธรรม รู้จักว่าอะไรผิดอะไรถูก โดยใช้มาตรฐานจริยธรรมของผู้ใหญ่เป็นเกณฑ์



อิริคสัน<sup>(14)</sup> เรียกว่าวัยประถมศึกษาคือว่า ความต้องการที่จะทำกิจกรรมอยู่เสมอ ความรู้สึกด้อย (Industry vs Inferiority) อิริคสันไม่เห็นด้วยกับพรอยด์ที่กล่าวว่า ความต้องการทางเพศของเด็กวัยนี้สงบลง อิริคสันอธิบายว่า ความต้องการทางเพศยังคงอยู่ แต่เปลี่ยนแปลงเป็นพลังงานอย่างอื่น เด็กวัยนี้จะไม่อยู่เฉย มีความคล่องที่จะประกอบกิจกรรมต่าง ๆ อยู่เสมอ ต้องการมีสมรรถภาพที่จะทำอะไรได้สำเร็จ ดังนั้น ผู้ใหญ่ทั้งบิดา มารดา และครู จะต้องหาทางที่จะส่งเสริมสนับสนุนให้เด็กวัยนี้ได้ประสบความสำเร็จ เพื่อจะได้ช่วยสร้างอัตมโนทัศน์ที่ดี มีความภูมิใจว่าตนเป็นผู้มีสมรรถภาพ ถ้าเด็กวัยนี้ประสบกับความล้มเหลวจะมีปมด้อย มีอัตมโนทัศน์ที่ไม่ดีเกิดความรู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าคนอื่น การเปิดโอกาสให้เด็กวัยนี้ได้ทดลองทักษะต่าง ๆ และมีโอกาสที่จะพบความสำเร็จตามความสามารถของแต่ละบุคคลเป็นสิ่งที่ควรจะทำ ถ้าเด็กได้รับความสำเร็จในวัยนี้ เด็กจะสามารถพัฒนาบุคลิกภาพที่ดีในขั้นต่อไป

### ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสารเสพติด

WHO<sup>(15)</sup> ได้ให้ความหมายว่า ยาเสพติด หมายถึง ยาหรือสารใดก็ตาม เมื่อรับเข้าสู่ร่างกายจะโดยการรับประทาน ฉีด สูด หรือดม ติดต่อกันชั่วระยะเวลาหนึ่งแล้วทำให้มีผลต่อร่างกายและจิตใจของผู้ได้รับยาหรือสารนั้นในลักษณะดังต่อไปนี้

1. มีความต้องการอย่างแรงกล้าที่จะเสพยาหรือสารนั้นต่อไปอีก
2. มีความโน้มเอียงที่จะต้องเพิ่มปริมาณยาหรือสารนั้นมากขึ้นเรื่อยๆ
3. เมื่อหยุดยาหรือสารนั้น จะเกิดอาการอดยาหรืออยากยา
4. ผู้ที่ใช้ยาหรือสารนั้นเป็นเวลานาน จะเกิดผลร้ายต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ

ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พุทธศักราช 2522 ยาเสพติด<sup>(16)</sup> หมายถึง สารเคมีหรือวัตถุใดๆ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือประการใดแล้วทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะที่สำคัญ เช่น ต้องเพิ่มขนาดการเสพขึ้นเรื่อยๆมีอาการเมื่อยขา มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงอยู่ตลอดเวลา และสุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง กับให้รวมตลอดถึงสารเคมีที่ใช้ในการผลิตสารเสพติดดังกล่าวด้วย

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด<sup>(17)</sup> ให้ความหมายว่า หมายถึง ยาหรือสารเคมีใดก็ตามซึ่งเมื่อบุคคลเสพหรือรับเข้าร่างกายโดยการฉีด สูบ กิน ดม หรือวิธีอื่น ติดต่อกันเป็นเวลานาน หรือชั่วระยะเวลาหนึ่งแล้ว จะก่อให้เกิดพิษเรื้อรังทำให้เกิดความเสื่อมโทรมแก่ผู้เสพและแก่สังคมด้วย ทั้งจะทำให้ผู้เสพแสดงอาการลักษณะต่างๆกัน คือ มีความ



ต้องการเสพยาชนิดนั้นๆ ต่อเนื่องกันไป มีความต้องการเพิ่มปริมาณของยามากขึ้นทุกกระยะและมีภาวะการติดยาและอยากยาทั้งทางร่างกายและจิตใจ

พจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ พ.ศ. 2530<sup>(18)</sup> ได้ให้ความหมายของยาเสพติดไว้ดังนี้ ยาเสพติดหมายถึง ยาหรือสารเคมีซึ่งเมื่อเสพหรือฉีดเข้าสู่ร่างกายจะก่อให้เกิดพิษเรื้อรังทำให้ร่างกายและจิตใจเสื่อมโทรมได้

#### ประเภทของสารเสพติดให้โทษ

1. การแบ่งประเภทของยาเสพติดตามแหล่งกำเนิด<sup>(19)</sup> แบ่งได้เป็น 2 ประเภทคือ

1.1 ยาเสพติดธรรมชาติ เป็นยาเสพติดที่ได้มาจากพืชหรืออาจจะสกัดหรือกลั่นจากพืชหรือพันธุ์ไม้บางชนิดที่ขึ้นอยู่ตามธรรมชาติ เช่น ฝิ่น (opium), กัญชา (cannabis, marijuana, marihuana, hashish, bhang), พืชกระท่อม (mitragyna speciosa korth) และสามารถนำมาแปรสภาพเป็นลักษณะอย่างอื่น โดยกรรมวิธีทางเคมีได้

1.2 ยาเสพติดสังเคราะห์ เป็นยาเสพติดที่ผลิตขึ้นด้วยกรรมวิธีเคมีโดยตรงและนำมาใช้แทนยาเสพติดธรรมชาติได้เนื่องจากมีสารที่ทำให้เสพติดผสมอยู่ เช่น เพทิดีน (pethidine), เมธาโดน (methadone), เซโคบาร์บิทัล (secobarbital), เฮโรอีน (heroin), แอมเฟตามีน (amphetamine)

2. การแบ่งประเภทของยาเสพติดตามฤทธิ์ของยาที่มีต่อร่างกาย<sup>(20)</sup> แบ่งได้เป็น 4 ประเภทคือ

2.1 ออกฤทธิ์กดประสาท ยาเสพติดประเภทนี้จะออกฤทธิ์กดประสาทหรือระงับประสาทเกิดอาการง่วงซึม บรรเทาอาการปวด เช่น ยานอนหลับ, ยาแก้ปวดประสาท, ยาแก้ปวด, ยาคลายกังวล รวมถึงแอลกอฮอล์ (alcohol)

2.2 ออกฤทธิ์หลอนประสาท ยาเสพติดประเภทนี้ทำให้เกิด อาการประสาทหลอนเห็นภาพลวงตา ขาดการควบคุมตนเอง ประสาทรับรู้ความรู้สึก การมองเห็นการรับรู้ ได้กลิ่นหรือสัมผัสต่าง ๆ จะแปรวนแปรผิดปกติไปหมด เป็นประเภทที่มีอันตรายต่อผู้ใช้มากที่สุด ได้แก่ แอลเอสดี (LSD:lysergic acid diethylamine)

2.3 ออกฤทธิ์กระตุ้นประสาท ยาเสพติดประเภทนี้ออกฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้ประสาทตื่นตัว กระวนกระวายเพิ่มพลังกำลัง ลดความรู้สึกเหน็ดเหนื่อย ทำให้ร่างกายกระฉับกระเฉง ขยันทำงานตามฤทธิ์ยาเมื่อหมดฤทธิ์ยาจะอ่อนเพลียอย่างหนัก เช่น แอมเฟตามีนหรือยาบ้า, เมทิลฟินิเดท (methylphenidate) ,คาเฟอีน (caffeine), ค้าท (khat or cath)

2.4 ออกฤทธิ์ผสมผสานกัน จะออกฤทธิ์ต่อร่างกายหลายอย่างผสมกัน อาจออกฤทธิ์กดประสาท กระตุ้นประสาท หรือหลอนประสาทพร้อมกัน เช่นกัญชา พืชกระท่อม

3. การแบ่งประเภทของยาเสพติดตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ.2522 มาตรา 7 และประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 135 <sup>(16)</sup> เรื่องระบุชื่อและประเภทยาเสพติดให้โทษ โดยแบ่งยาเสพติดออกเป็น 5 ประเภท คือ

3.1 ประเภท 1 ยาเสพติดให้โทษชนิดร้ายแรง เช่น เฮโรอีน, แอลเอสดี, แอมเฟตามีนหรือยาบ้า, ยาอี (MDMA:3,4-methylenedioxymethamphetamine), ยาเลิฟ (MDA:methylenedioxyamphetamine) เป็นต้น

3.2 ประเภท 2 ยาเสพติดให้โทษชนิดทั่วไป เช่น มอร์ฟีน (morphine) โคเคน (cocaine) ,โคเดอีน (codeine), ผื่นยา (medicinal opium), เมตาโดน เป็นต้น

3.3 ประเภท 3 ยาเสพติดให้โทษที่มีลักษณะเป็นต้นตำรับยาและมียาเสพติดให้โทษในประเภท 2 ผสมอยู่ด้วย เช่น ยาแก้ไอ ยาแก้ปวด ยาแก้ท้องเสียที่มีโคเดอีนผสมอยู่ ยาฉีดระงับปวดเช่น มอร์ฟีน, เพทิดีน เป็นต้น

3.4 ประเภท 4 สารเคมีที่ใช้ในการผลิตยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 1 และ 2 เช่น อาเซติกแอนไฮไดรด์ (acetic anhydride) อาเซทิลคลอไรด์ (acetyl chloride) ที่ใช้เปลี่ยนมอร์ฟีนเป็นเฮโรอีน, สารเออร์โกเมทริน (ergometrine) หรือคลอซูโดอีเฟดริน (chlorpseudoephedrine) ซึ่งสามารถใช้ผลิตยาบ้าได้ เป็นต้น

3.5 ประเภท 5 ยาเสพติดให้โทษที่มีได้เข้าอยู่ในประเภท 1 ถึงประเภท 4 เช่น ทุกส่วนของกัญชา พืชกระท่อม ผื่น และเห็ดขี้ควาย (psilocybe cubensis, sing)

4.การแบ่งประเภทของยาเสพติดตามลักษณะการใช้ทางการแพทย์<sup>(21)</sup> แบ่งได้เป็น 7 ประเภทคือ

4.1 สารเสพติดประเภทผื่น หรือสารที่มีส่วนประกอบของผื่น ได้แก่ มอร์ฟีน เฮโรอีน เมทาโดน ทิงเจอร์ผื่น (tincture opium) โคเดอีน รวมทั้งสารสังเคราะห์อื่น ๆ ที่มีคุณสมบัติของผื่น

4.2 สารหรือยาที่มีฤทธิ์ทำให้อ่อนหลับ ได้แก่ยานอนหลับกลุ่มบาร์บิทูเรต (barbiturate) ได้แก่ เซโคนาล (seconal) หรือเหล้าแห้ง , ฟีนobarบิทัล (Phenobarbital) รวมทั้งยานอนหลับที่ไม่ใช่กลุ่มบาร์บิทูเรต ได้แก่ โบรไมด์ (bromide) , คลอรัลไฮเดรต (chloralhydrate) และพาราลดีไฮด์ (paraldehyde)

4.3 สารหรือยากล่อมประสาท ซึ่งยากลุ่มนี้ถ้าใช้จำนวนมาก และเป็นเวลานานก็จะทำให้เกิดการติดเช่นเดียวกับยานอนหลับ ยากลุ่มนี้ได้แก่ ไดอะซีแพม (Diazepam), คลอไดอะซีพ็อกไซด์ (chlordiazepoxide) ,เมโพรบาเมต(meprobamate) เป็นต้น

4.4 สารหรือยาที่มีฤทธิ์กระตุ้นประสาท ได้แก่ แอมเฟตามีนหรือยาบ้า โคเคนและใบกระท่อม

4.5 สารหรือยาที่ทำให้เกิดฤทธิ์ประสาทหลอน ได้แก่ กัญชา แอลเอสดี และเมสคาลีน (mescaline)

4.6 สารระเหยต่าง ๆ ได้แก่ ทินเนอร์ น้ำมันเบนซิน กาวติดเครื่องบิน แล็กเกอร์ที่ใช้ทารองเท้าเฟอร์นิเจอร์

4.7 สุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ซึ่งในประเทศไทยไม่ถือว่าเป็นสิ่งเสพติดให้โทษ แต่องค์การอนามัยโลกได้รวมแอลกอฮอล์เป็นสิ่งเสพติดด้วย

5. การแบ่งประเภทของยาเสพติดตามองค์การอนามัยโลก<sup>(22)</sup> แบ่งได้เป็น 9 ประเภทคือ

5.1 ประเภทฝิ่น หรือมอร์ฟีน รวมทั้งยาที่มีฤทธิ์คล้ายมอร์ฟีน เช่น ฝิ่น, มอร์ฟีน,เฮโรอีน, เพทิดีน, เมทาโดน, โคเคอีน, เพทิดีน, ไดไพพานอล(dipipanal)

5.2 ประเภทบาร์บิทูเรต รวมทั้งยาที่มีฤทธิ์ทำนองเดียวกัน เช่น เซโคบาร์บิทัล(secobarbital) ,ฟีโนบาร์บิทัล(phenobarbital), อะโมบาร์บิทัล(amobarbital), พาราดีไฮด์(Paraldehyde) ,เมโพรบาเมต, ไดอะซีแพม,คลอไดอะซีพ็อกไซด์

5.3 ประเภทแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ วิสกี้

5.4 ประเภทแอมเฟตามีน เช่น แอมเฟตามีน เมทแอมเฟตามีน

5.5 ประเภทโคเคน เช่นใบโคคา (coca leaf)

5. 6 ประเภทกัญชา เช่น ต้นกัญชา ยอดช่อดอกกัญชาตัวเมีย

5.7 ประเภทค้ำท (khat) เช่น ใบค้ำท ใบกระท่อม

5.8 ประเภทหลอนประสาท เช่น แอลเอสดี, ดีเอ็มที (DMT: dimethyltryptamine) ,เมสคาลีน เมล็ดมอร์นิ่งโกลี (morning glory seed) เห็ดเมาบางชนิด, ลำโพง, ยอดของเมสคัล (mescal cactus)

5.9 ประเภทอื่น ๆ เป็นพวกที่ไม่สามารถเข้าประเภทใดได้ เช่น ทินเนอร์, เบนซิน, น้ำยาล้างเล็บ, ยาแก้ปวด, ลูกจันทร์เทศ และน้ำมันหอมระเหยบางอย่าง

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด

เนื่องจากปัญหาการติดสารเสพติด เป็นปัญหาสำคัญปัญหาหนึ่งทางสาธารณสุข ซึ่งเกี่ยวข้องกับสุขภาพกายและสุขภาพจิต ปัจจัยที่ทำให้เกิดโรครีได้หลายปัจจัย ตามแนวคิดทางระบาดวิทยามี 3 ปัจจัย คือ <sup>(23)</sup>

### 1. ยาและฤทธิ์ของยา (Agent)

จากความหมายขององค์การอนามัยโลกดังกล่าวข้างต้นก็ทำให้รู้ว่า จากฤทธิ์ของยาทำให้ผู้ใดที่เสพเข้าไปจะเกิดการติด ฤทธิ์ของยาจะทำให้การทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายเปลี่ยนแปลงไป เช่น ในกลุ่มที่มีฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง เช่น เฮโรอีน มอร์ฟีน โคเคน เพซิดีน ผลที่ได้จะทำให้กดศูนย์ประสาทรับความรู้สึกส่วนกลาง ทำให้มีเมื่อง สมองเสื่อม เป็นต้น ถ้าใช้อย่างสม่ำเสมอจนถึงขั้นติด ร่างกายก็จะเกิดสภาพเคยชินต่อการทำงานในรูปร่างนั้น ถ้าขาดสารดังกล่าว ร่างกายก็จะพยายามคืนตัวเข้าสู่สภาพปกติ แต่การเปลี่ยนแปลงการทำงานของร่างกายที่เกิดขึ้นกะทันหันทำให้ผู้เสพมีอาการผิดปกติ ซึ่งมีความรุนแรงถึงขนาดทนไม่ได้ จึงต้องแสวงหามาเสพอยู่ตลอด เพื่อระงับอาการให้ร่างกายทำงานในระบบเดิมต่อไป จึงต้องแสวงหามาเสพอยู่เสมอ

### 2. ตัวผู้เสพ (Host)

จากสภาพสังคมที่มีความวุ่นวายสับสนและเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วประกอบกับสภาพของร่างกายและจิตใจของคนที่มีความบกพร่องในตัวไม่มากนักน้อย ทำให้คนมีความผิดปกติทางร่างกายทางจิตใจและทางสิ่งยึดเหนี่ยว เช่น บางคนหันไปหาสารเสพติดเพื่อลดความเจ็บปวดหรือลืมปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น หรือแพทย์บางรายสั่งยาระงับปวดหรือยารักษาโรคบางชนิด โดยขาดความระมัดระวังทำให้ผู้ป่วยติดยาได้ ทางด้านจิตใจ ความอ่อนไหวทางจิตใจ อารมณ์ ซึ่งรุนแรงมากน้อยเพียงใดแล้วแต่บุคคล ทำให้วัยรุ่นต้องการที่จะทำอะไรตามใจชอบหรือตามความนึกคิดของตน ต้องการที่จะได้รับสถานภาพทางสังคมเมื่อผิดหวังกับสิ่งที่ไม่ได้ตามความต้องการ ประกอบกับความอ่อนแอทางด้านจิตใจทำให้หันมาสร้างโลกของตนเอง โดยใช้สารเสพติด ความอ่อนไหวด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้ติดยา ประกอบกับสภาพแวดล้อมทางสังคมทำให้เป็นสาเหตุและแรงจูงใจในการเสพสารเสพติด

### 3. สิ่งแวดล้อม (Environment)

สิ่งแวดล้อมนับว่าเป็นอิทธิพลสำคัญอย่างยิ่งในการชักจูงให้บุคคลใช้สารเสพติด เช่น อยู่ในละแวกที่มีการค้าสารเสพติด ครอบครัวขาดความอบอุ่น

สุพรรณิ ธีรเวชเจริญชัย<sup>(15)</sup> กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้ติดสารเสพติด

1. เหตุจากการอยากทดลอง ซึ่งเป็นสัญชาตญาณอย่างหนึ่งของมนุษย์ เป็นสาเหตุสำคัญประการแรกในการติดยา
2. เหตุจากการชักชวน ซึ่งอาจจะกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการที่จะเป็นไปตามวัยหรือถูกชักชวนจากเพื่อน
3. เหตุจากการถูกหลอกลวง เนื่องจากสารเสพติดใหม่ ๆ มักมีรูปแบบต่าง ๆ เช่น เป็นลูกกวาด ท็อปปี้หรือแคปซูล เช่น เหล้าแห้ง โดยที่ผู้เสพไม่รู้ว่าสิ่งที่เสพเข้าไปมีโทษภัยแรง ผลสุดท้ายอาจติดได้
4. เหตุจากความคะนอง บุคคลประเภทนี้รู้ว่าสารเสพติดให้โทษไม่ดี แต่ด้วยความคึกคะนองในบางรายอาจนำไปเพื่อความสนุกสนาน แสดงความเก่ง เพื่ออวดเพื่อน อวดผู้หญิง
5. เหตุจากปัญหาทางครอบครัว ลักษณะที่ทำให้เกิดปัญหาครอบครัวดังนี้
  - 5.1 ความแตกร้างไม่เป็นปกติสุขในครอบครัว เป็นสาเหตุสำคัญอันหนึ่งที่ทำให้เด็กมีความวุ่นวายใจ แกร่งแย่งชิงดี
  - 5.2 ผู้ปกครองมีฐานะดี มีส่วนห้ามปรามเด็กก็มักไม่พอใจจึงหาทางออกคบเพื่อนเที่ยวเตร่ไปกับเพื่อนต่างเพศ
  - 5.3 ปัญหาเศรษฐกิจในปัจจุบัน ผู้ปกครองส่วนมากต้องทำงานหนัก ไม่มีเวลาอบรมสั่งสอนเด็ก
  - 5.4 บิดามารดา และผู้ปกครองขาดความรู้ธรรมชาติทางจิตใจ และความประพฤติของเด็กตามวัย ทำให้ไม่สามารถแนะนำให้เด็กเผชิญปัญหาชีวิตได้อย่างถูกต้อง
  - 5.5 ผู้ปกครองบางรายไม่เอาใจใส่ดูแลเด็กที่นำมาเลี้ยงแทนลูกเท่าที่ควร มีความรู้สึกเป็นคนอื่น ทำให้เด็กต้องไปหาที่พึ่งนอกร้าน
  - 5.6 ผู้ปกครองไม่สามารถตักเตือนให้เด็กเชื่อถือได้และในบางรายผู้ปกครองก็อยู่ห่างไกล
  - 5.7 ผู้ปกครองส่งเสริมในทางที่ผิด เช่น เมื่อเด็กมีคติเกิดขึ้นหรือประพฤติผิดแล้วผู้ปกครองให้ทำย บางรายหาทางช่วยเหลือจนพ้นโทษ ทำให้เด็กได้ใจและไม่ได้สำนึกถึงการกระทำของตนเอง
  - 5.8 บิดามารดาบางคนไม่มีเวลาพอสำหรับเด็ก ทำให้เด็กขาดความสนิทสนม และเด็กต้องไปหาที่พึ่งทางใจกับผู้อื่น ทำให้บุคลิกไม่เข้มแข็งตกเป็นเหยื่อของการถูกชักจูงได้ง่าย



5.9 สภาพบ้านแตกสาแหรกขาด บิดาหรือมารดาต่างมีภรรยาหรือสามีใหม่ผู้รับบาปคือเด็กผู้ซึ่งไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับบิดาเลี้ยงหรือมารดาเลี้ยงได้

5.10 เด็กประเภทที่เป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม เกิดจากสภาพบ้านแตกสาแหรกขาด ผู้ปกครองไม่ปรองดองกัน

5.11 บิดามารดาขาดความร่วมมือกับทางโรงเรียนในการอบรมสั่งสอนเด็ก

5.12 บางครอบครัวลุ่มหลงในเรื่องอบายมุขต่าง ๆ เช่น การพนัน ดื่มสุรา ทำให้เด็กเคยชินกับสิ่งอบายมุข

5.13 สภาพครอบครัวขาดสวัสดิภาพ เช่น บิดามารดาถูกรังแกจากผู้อื่น

5.14 ไม่เอาใจใส่ส่งเสริมให้เด็กทำงานตามวัย

สาเหตุของการติดยาเสพติด

มาลี ธรรมลิขิตกุล<sup>(24)</sup> ได้กล่าวถึงสาเหตุการติดยาในหมู่วัยรุ่นว่าเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ ดังนี้

1. วัยรุ่น เป็นวัยที่มีความอยากรู้อยากเห็น ต้องการทดลอง แสดงความคึกคะนอง ถ้าพิจารณาทางจิตวิทยา พบว่า การแสดงพฤติกรรมเหล่านี้จะช่วยลดความต้องการภายใน วัยรุ่นจึงมีโอกาสดลองสารเสพติดได้

2. การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม จารีตประเพณีที่โน้มเอียงไปตามตะวันตก ทำให้วัยรุ่นรับวัฒนธรรมเหล่านั้นมาปฏิบัติ เช่น การแต่งกาย การไว้ผม การเข้าสถานบันเทิง รวบรวมทั้งการใช้ยาเสพติด

3. วัยรุ่น เป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน ไม่ต้องการความสนใจ ความเอาใจใส่จากคนในครอบครัวเช่นในวัยเด็ก แต่ให้ความสนใจ ความผูกพัน ความรักและความไว้วางใจ เพื่อให้เกิดการยอมรับจากเพื่อนหรือกลุ่มเพื่อนได้มากขึ้น อาศัยเพื่อนกลุ่มเดียวกันเป็นประสบการณ์ในการเรียนรู้ ซึ่งกลุ่มอาจชักชวนกันประพฤตินิสัยที่สังคมยอมรับ เช่น การตั้งใจเรียน เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ การทุจริต การเสพยาเสพติด ฯลฯ

4. การพัฒนาประเทศทางเศรษฐกิจอย่างรวดเร็ว ทำให้ประชาชนดิ้นรนกับความ เป็นอยู่ ไม่มีเวลาอบรมเลี้ยงดูเด็กในปกครอง เด็กรู้สึกขาดความรัก ความอบอุ่น เด็กจึงหาที่พึ่ง คือ ยาเสพติด

5. ปัจจุบันมีสถานบันเทิงที่จัดเป็นอบายมุขในชุมชนเมือง เช่น กรุงเทพฯ ที่มีประชากรหนาแน่น อันเป็นเหตุให้เด็กเข้าไปมั่วสุมและติดยาเสพติดได้

6. ยาต่าง ๆ หาซื้อได้ง่าย ผู้ขายมักคำนึงถึงผลกำไรมากกว่าความปลอดภัยของประชาชน การจัดการกับยาเสพติด หรือยาที่เป็นอันตรายแก่ร่างกายตามกฎหมาย ยังให้ผลได้ไม่เต็มที่ ทำให้เด็กหรือวัยรุ่นหาซื้อยา หรือยาเสพติดมาบริโภคได้ง่าย

อุมพร ตรังคสมบัติ<sup>(25)</sup> ได้กล่าวถึงจุดประสงค์ที่วัยรุ่นใช้สารเสพติดว่ามีมากมาย เช่น

1. เพื่อลดความเจ็บปวดทางใจ เช่น ความเศร้า กังวล ทั้งนี้เพราะยาอาจจะทำให้ผู้ที่เสพยาที่มีความรู้สึกเคลิบเคลิ้ม หรือรู้สึกดีกว่าที่เคยเป็นอยู่
2. เพื่อสนองความอยากรู้อยากเห็น
3. เพื่อท้าทาย กฎเกณฑ์และคำสั่งของผู้ใหญ่
4. เพื่อท้าทายความคิดของผู้อื่นที่ว่า การติดยานั้นเป็นอันตราย วัยรุ่นมักคิดว่าตนเองเก่งพอที่จะเอาตัวรอด ไม่มีวันเป็นทาสของยาเช่นคนอื่น ๆ
5. เพื่อทำตนเป็นผู้ใหญ่ ทั้งนี้เพราะสัญลักษณ์อย่างหนึ่งของความเป็นผู้ใหญ่ในสังคมก็คือการใช้สารเสพติดได้โดยไม่มีคนตำหนิ เช่น บุหรี่ สุรา เป็นต้น
6. เพื่อทำให้ตนหายกลัว และมีความเชื่อมั่นในตัวเองมากขึ้น

Clayton<sup>(26)</sup> ได้รวบรวมปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้วัยรุ่นใช้สารเสพติด ไว้ดังนี้

1. เกรดเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำ
2. มีความคาดหวังผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาในระดับสูงเกินไป และไม่เป็นไปตามที่หวัง
3. ขาดการขัดเกลาทางศาสนา
4. มีประวัติเริ่มแรกในการดื่มสุรา
5. การมองเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ต่ำและไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง
6. มีพยาธิสภาพทางจิต มีปัญหาทางพฤติกรรมในวัยเด็ก
7. ปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวอยู่ในระดับต่ำ
8. ไม่ชอบอยู่ในกฎเกณฑ์
9. ความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจ
10. มีกลุ่มเพื่อนสนิทที่ติดสารเสพติด
11. เพื่อนมีลักษณะเกเร เช่น มีพฤติกรรมทางลบกับเพื่อน ๆ
12. มีคนในครอบครัวที่ใช้สารเสพติด
13. ความอบอุ่นในครอบครัวอยู่ในระดับต่ำ เช่น ครอบครัวที่มีลักษณะการเลี้ยงดูแบบบีบบังคับ และก้าวร้าว
14. การดูแลควบคุมภายในครอบครัวอยู่ในระดับต่ำ



15. มีการใช้อารมณ์อย่างรุนแรง

16. มีลักษณะหุนหันพลันแล่น

อดุลย์ ตันประยูร<sup>(27)</sup> กล่าวว่าลักษณะบุคลิกภาพของคนเป็นสาเหตุสำคัญในการติดยา คนที่ติดยาเสพติดส่วนมากจะเป็นคนชอบฟังคนอื่น เป็นคนเฉย ๆ เมื่อได้ทำอะไรแล้วสบายใจก็จะยึดเป็นที่พึ่งจนกระทั่งกลายเป็นติดยาเสพติดตลอดไป ลักษณะบุคลิกภาพเช่นนี้เรียกว่า “passive dependence” และสาเหตุของการติดยาเสพติดพอจะสรุปได้ดังนี้คือ<sup>(28)</sup>

1. เกิดจากความอยากรู้อยากลองไม่เชื่อว่ายาเสพติดจะทำให้เกิดการติดได้จริง ๆ โดยคิดว่าจิตใจของตนเองต้องเข้มแข็งกว่าบุคคลอื่น ๆ อยากรจะทดลองเสพดูว่าเป็นอย่างไรแล้วก็จะหยุดเสพ แต่เมื่อได้สัมผัสกับยาเสพติดเข้าจริง ๆ แล้วก็ไม่สามารถเลิกได้

2. เกิดจากปัญหาทุกข์ในชีวิต บางคนประสบปัญหาแล้วไม่สามารถหาทางแก้ไขได้จะอยู่ในความทุกข์ระทม คับข้องใจ วิตกกังวล ความท้อแท้หมดหวัง จึงหาทางออกโดยการเสพยาเสพติด ซึ่งในขณะที่เสพยาจะมีความสุขลืมปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตไปได้ แต่หาได้คิดไม่ว่าตนเองกำลังสร้างปัญหาที่ยิ่งใหญ่กว่าเดิมให้กับตนเอง ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาที่ผิดวิธีโดยการเติมพันทันด้วยชีวิตทั้งชีวิต

3. ความประมาทของแพทย์ ยาเสพติดหลายชนิดเป็นยาที่แพทย์ใช้ระงับความเจ็บปวดอย่างรุนแรงของคนไข้ แต่ถ้าใช้โดยปราศจากความระมัดระวังจะทำให้คนไข้ติดยาเสพติดโดยไม่รู้ตัว

4. การใช้อยาระงับความเจ็บปวดด้วยตนเอง เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการณ์อยู่ห่างไกลจากแพทย์เช่น การใช้ฝิ่นระงับความเจ็บปวด ทำให้ติดยาเสพติดได้ในที่สุด

5. สภาพแวดล้อมเสื่อมโทรม บ้าน หรือโรงเรียนตั้งอยู่ในแหล่งอบายมุข วิทยุรุ่นได้เห็นตัวอย่างทุกวัน จะทำให้วัยรุ่นสนใจใคร่รู้ หรือถูกชักจูงได้ง่าย

6. ถูกหลอกลวงให้ใช้ยาเสพติด อาจจะเป็นเพื่อนของวัยรุ่นที่เรียนอยู่ด้วยกัน หรืออาศัยอยู่ในละแวกบ้านเดียวกัน ชักชวนให้ติดยาเพราะจะได้มีสมาชิกกลุ่มที่ติดยาเสพติดเพิ่มขึ้น หรือเพิ่มจะได้รีดไถเงินจากเด็กที่มีฐานะทางครอบครัวที่ดีกว่า นำไปเป็นทุนในการซื้อสารเสพติดมาเพื่อแบ่งกันในกลุ่มได้

7. ต้องการต่อต้านสังคม เด็กที่มาจากครอบครัวแตกแยก พ่อแม่หย่าร้าง ทะเลาะเบาะแว้งกันเป็นประจำ เด็กจะขาดความรักความอบอุ่น ขาดความนับถือศรัทธาต่อพ่อแม่ คิดน้อยใจพ่อแม่ของตนเองเมื่อนำไปเปรียบเทียบกับพ่อแม่ของคนอื่นที่ดีกว่า เกิดความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม ดังนั้นเพื่อเป็นการโต้ตอบ เด็กจะทำทุกอย่างในทางตรงกันข้ามกับความต้องการของสังคม เช่น การเสพยาเสพติด ดื่มสุรา เป็นต้น

## โทษและอันตรายของสารเสพติด

บุญสม มาร์ตินและสำออง พ่วงบุตร<sup>(29)</sup> ได้กล่าวถึงโทษของสารเสพติดว่าเป็นสิ่งที่ก่อความเสียหายแก่ตัวเองและสังคมหลายประการ คือ

### 1. โทษทางร่างกาย

1.1 สารเสพติดให้โทษทำให้การปฏิบัติหน้าที่ของอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเสื่อมโทรม เช่น ทำให้สมองและประสาทเสื่อมโทรมลง กระเพาะอาหารและลำไส้พิการ เกิดอาการท้องผูกอย่างรุนแรง ร่างกายมีกำลังความต้านทานของโรคต่าง ๆ ต่ำทำให้ติดโรคอื่น ๆ ได้ง่าย เช่น วัณโรค กามโรค และโรคลำไส้

1.2 เมื่อสมองและประสาทเสื่อม เป็นผลให้การควบคุมทางกล้ามเนื้อและประสาท บกพร่อง ซึ่งอาจทำให้ประสบอุบัติเหตุได้โดยง่าย เช่น หกล้ม และถูกรถชน

1.3 เมื่อไม่ได้เสพสารเสพติดจะทำให้เกิดอาการต่าง ๆ อันเป็นผลสืบเนื่องมาจากการอดยา เช่น มีอาการนอนไม่หลับ น้ำตาไหล มีเหงื่อออก เป็นตะคริวตามขา หลัง และท้อง ลงแดง น้ำหนักตัวจะลด และในที่สุดทำให้มีอาการเหมือนคนวิกลจริตและถึงแก่ความตายได้

2. โทษทางจิตใจ เนื่องจากสารเสพติดทำลายสมองและระบบประสาท ฉะนั้นผู้ติดสารเสพติดจึงตีความประพฤติและอารมณ์ผิดปกติ เช่น ขาดความสนใจในตัวเอง มีการละเลยไม่สนใจในกิจวัตรประจำวัน มีความประพฤติเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ขาดเรียน ไม่สนใจการศึกษา

3. โทษต่อครอบครัว ในกรณีที่ผู้เป็นหัวหน้าครอบครัวติดสารเสพติดแล้ว ทำให้หมดความรู้สึกในเรื่องความรับผิดชอบที่พึงมีต่อครอบครัว ย่อมก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ภรรยาและบุตรไม่ได้รับความอบอุ่น เช่นครอบครัวอื่น ๆ

4. โทษทางสังคมและเศรษฐกิจ สังคมมักรังเกียจผู้ติดสารเสพติด และเมื่อผู้ติดสารเสพติดไม่สามารถจะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ได้ตามปกติวิสัย อาจทำให้หันหน้าเข้าไปประกอบอาชญากรรมเพื่อแลกเปลี่ยนกับสารเสพติด ส่วนโทษทางเศรษฐกิจนั้นทำให้เกิดการสูญเสียแรงงาน

5. โทษทางการปกครอง รัฐบาลต้องเสียค่าใช้จ่ายจำนวนมากในการปราบปรามและจัดสถานที่บำบัดรักษา อันเป็นการเพิ่มภาระการเสียภาษีอากรของประชาชนอีกทางหนึ่ง

## การป้องกันสารเสพติดให้โทษ

การป้องกันสารเสพติดให้โทษ<sup>(30)</sup> การป้องกันหมายถึง การให้การศึกษาและข้อมูลที่ถูกต้องแก่เยาวชนและประชาชนเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุของการติดสารเสพติดให้โทษ

ซึ่งการป้องกันนั้นไม่ว่าจะเป็นการป้องกันอะไรก็ตามผู้รับผิดชอบต้องมีความรู้ในสิ่งที่เราจะต้องปกป้องนั้นด้วยงานป้องกันปัญหาสารเสพติดในสถานศึกษานั้นเป้าหมายอยู่ที่นักเรียนคือสิ่งที่เราปกป้อง ความรู้ทางจิตวิทยาเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กวัยต่างๆและจิตวิทยาการเรียนรู้และความชัดเจนในการสอนประสบการณ์ในการใช้นวัตกรรมทางการศึกษาเป็นสิ่งที่จำเป็นและขาดไม่ได้<sup>(31)</sup>

### แนวคิดเกี่ยวกับการป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา

กระทรวงศึกษาธิการเสนอแนวคิดในการป้องกันสารเสพติดเน้นในกลุ่มเด็กและเยาวชนว่า<sup>(32)</sup>

1. ควรได้มีการฝึกอบรมเยาวชนตั้งแต่วัยแรกเริ่มของชีวิต โดยเริ่มจากสถาบันครอบครัว และสถาบันทางการศึกษา เพื่อปลูกฝังค่านิยมที่ดีไม่ให้เบี่ยงเบนไปจากสังคม
2. ควรจะใช้อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนเข้ามาช่วยในการแก้ไข้ปัญหา
3. ควรสร้างความสำเร็จในชีวิตให้กับเด็ก
4. สร้างภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจของเด็กให้เข้มแข็งเพื่อไม่ให้ถูกชักจูงไปใช้สารเสพติดได้ง่าย
5. ควรได้มีการศึกษาวิจัยเรื่องการป้องกันสารเสพติดเพื่อหาแนวทางในการป้องกันที่ถูกต้องวิธี
6. ป้องกันสกัดกั้นการแพร่ระบาดของสารเสพติด

### วิธีป้องกันการติดสารเสพติด

จากรายงานการวิจัยสถานการณ์ยาเสพติดในกลุ่มนักเรียน นักศึกษาในสถานศึกษา จังหวัดลำพูนปี 2542 ได้เสนอวิธีป้องกันการติดสารเสพติด ดังนี้<sup>(33)</sup>

1. ไม่ใช้ยารักษาตนเองจนพรวดพราดรวมทั้งไม่ใช้ยาชนิดหนึ่งชนิดใดติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ๆ โดยไม่ได้รับคำแนะนำจากแพทย์ เภสัชกร ทั้งนี้เพราะยาบางชนิดเสพติดได้หากใช้ผิดหลักการแพทย์ เช่น ยาแก้ปวด แก้ไข้ ฯลฯ
2. ไม่ทดลองชิมหรือเสพ เพราะสารเสพติดบางชนิด เช่น เฮโรอีน ฯลฯ แม้ลองเสพเพียง 1-2 ครั้ง ก็ทำให้ติดได้
3. ไม่เชื่อคำชักจูงที่ว่า สารเสพติดสามารถช่วยให้คลายทุกข์หรือ ก่อให้เกิดความสนุกสนานแบบต่าง ๆ ซึ่งผลดังกล่าวเกิดขึ้นขณะที่ยาออกฤทธิ์ หรือขณะลองเสพใหม่ ๆ แต่ภายหลังการเสพยาแล้วจะเพิ่มความทุกข์ทรมานมากขึ้น โดยเฉพาะเวลาเกิดอาการขาดยา

4. หากความรู้เกี่ยวกับสารเสพติดในแง่มุมต่าง ๆ ทั้งนี้เพราะเคยปรากฏว่าผู้เสพติดหลายรายไม่มีความรู้ด้านนี้มาก่อน จึงถูกหลอกให้ใช้สารเสพติดโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์
5. ทำงาน เล่นกีฬา หรือกิจกรรมสันทนาการต่าง ๆ ที่น่าสนใจ
6. เมื่อมีปัญหาที่คิดว่าไม่สามารถแก้เองได้ ควรปรึกษาผู้ใกล้ชิดหรือผู้ที่ไว้ใจได้ หรือบริการของหน่วยงานสังคมสงเคราะห์
7. ไม่รับของที่คนแปลกหน้าหยิบยื่นให้
8. ถ้ารู้ว่าใครผลิต นำเข้า ส่งออก หรือจำหน่ายสารเสพติด ควรแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทางการ ที่มีหน้าที่ทราบ เพื่อปราบปรามไม่ให้สิ่งเหล่านี้กระจายไปสู่ชุมชน

### ทักษะชีวิต

ความหมายของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO)<sup>(34)</sup> ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้อง ในการที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ประเสริฐ ต้นสกุล และคณะ<sup>(35)</sup> ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถ ความชำนาญในการประเมิน และวิเคราะห์สถานการณ์ เพื่อตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาทางพฤติกรรมและสังคมที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างถูกต้อง

ทวีศักดิ์ นพเกษร<sup>(36)</sup> ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถในการที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้า สิ่งกระตุ้นที่เกิดขึ้นภายในและภายนอกร่างกาย ภายใน เช่น ความรู้สึกทางเพศ ภายนอก เช่น ข่าวสารข้อมูลต่าง ๆ อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ปัจจัยทางด้านสังคมและการใช้กระบวนการจัดการกับสิ่งเร้าและสิ่งกระตุ้นเหล่านั้น

กรมอนามัย<sup>(37)</sup> ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัว ในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ สารเสพติด บทบาทชาย-หญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ สิ่งแวดล้อม จริยธรรมและปัญหาสังคม เป็นต้น

จิตรา ทองเกิด<sup>(38)</sup> ได้สรุปความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถหรือสมรรถภาพที่เกิดขึ้นในตัวบุคคล จากการฝึกอบรมในเชิงความคิดและการกระทำจนเกิดความเคยชินที่จะนำไปใช้ในการปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้สามารถเผชิญและแก้ไขปัญหาได้อย่างฉลาดรวมทั้งสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งในปัจจุบันและอนาคต

รัตนา ดอกแก้ว<sup>(39)</sup> ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถของบุคคลที่พยายามปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นไปในทางที่ถูกต้องและช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับความต้องการ และสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

โดยสรุปทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม ในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกฝนอบรม เพื่อป้องกันการปรับสภาพการขาดสมดุลให้กลับคืนสู่สภาพปกติ ทำให้บุคคลนั้น สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก<sup>(34)</sup> ได้กล่าวถึง องค์ประกอบทักษะชีวิต (Core life skills) มี 10 ประการและจัดเป็น 5 คู่ จำแนกตามพฤติกรรมการเรียนรู้ 3 ด้าน คือ

1. ด้านพุทธิพิสัย (ความรู้) ได้แก่ คู่ที่ 1 ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และ  
ความคิดสร้างสรรค์
2. ด้านจิตพิสัย (เจตคติ) ได้แก่ คู่ที่ 2 ความตระหนักรู้ในตนเอง และ  
ความเห็นใจผู้อื่น
3. ด้านทักษะพิสัย (ทักษะ) ได้แก่ คู่ที่ 3 การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร  
คู่ที่ 4 การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา  
คู่ที่ 5 การจัดการกับอารมณ์ และ ความเครียด

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์<sup>(40)</sup> ได้ปรับเปลี่ยนแนวคิดขององค์การอนามัยโลกโดยพัฒนาองค์ประกอบทักษะชีวิตให้เหมาะสมกับสภาพสังคม และวัฒนธรรมของประเทศไทย โดยการจัดความรู้ ซึ่งประกอบด้วยความคิดวิเคราะห์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ เป็นองค์ประกอบร่วมของทักษะชีวิตทุกองค์ประกอบและเพิ่มเจตคติอีก 1 คู่ คือความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคมรวมเป็นองค์ประกอบ 12 องค์ประกอบ จัดเป็น 6 คู่ จำแนกตามพฤติกรรมการเรียนรู้ 3 ด้าน คือ

1. ด้านพุทธิพิสัย (ความรู้) ได้แก่ คู่ที่ 1 ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และ  
ความคิดสร้างสรรค์
2. ด้านจิตพิสัย (เจตคติ) ได้แก่ คู่ที่ 2 ความตระหนักรู้ในตน และ  
ความเห็นใจผู้อื่น  
คู่ที่ 3 ความภูมิใจในตนเอง และ  
ความรับผิดชอบต่อสังคม



3. ด้านทักษะพิสัย (ทักษะ) ได้แก่
- คู่ที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร
  - คู่ที่ 5 การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา
  - คู่ที่ 6 การจัดการกับอารมณ์ และ ความเครียด
- องค์ประกอบทักษะชีวิต ทั้ง 12 ประการ ได้แก่<sup>(41)</sup>

1. ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical Thinking) - เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์แยกแยะข้อมูล ข่าวสารปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัว
2. ความคิดสร้างสรรค์ (Critical Thinking) - เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่าง กว้างขวาง โดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ
3. ความตระหนักรู้ในตน (Self awareness) - เป็นความสามารถในการค้นหา และเข้าใจจุดดี จุดด้อยของตนเองและความแตกต่างจากบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเรื่องความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สุขภาพ
4. ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) - เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก และเห็นอก เห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเราไม่ว่าจะเป็นเรื่องความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ฯลฯ
5. ความภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) - เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เช่น ความมั่นใจตน การรู้จักให้รู้จักรับ ค้นพบและภูมิใจในความสามารถ ต่างๆของตนเช่น ความสามารถด้านกีฬา, ดนตรี ฯลฯ
6. ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility) - เป็นความรู้สึกว่าตนเอง เป็นส่วนหนึ่งของสังคมและ มีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อความเจริญหรือความเสื่อม ของสังคม
- 7-8 การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (Interpersonal Relationship and Communication) - เป็นความสามารถในการใช้คำพูด และภาษาท่าทาง สื่อสารด้านความรู้สึกนึกคิดของตนเองและ ความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่าย เช่น ความชื่นชม การปฏิเสธ ฯลฯ
- 9-10 การตัดสินใจและการแก้ปัญหา (Decision Making and Problem Solving) - ความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือกวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือกและตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม

11-12 การจัดการอารมณ์และ ความเครียด (Coping with Emotion and stress)	- เป็นความสามารถในการประเมินอารมณ์รู้เท่าทัน อารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม และสามารถที่จะรู้ สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการควบคุมระดับ ความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงสาเหตุ พร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์
---	--

### แนวคิดในการประยุกต์ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด

ทักษะชีวิต (Life skill) เป็นความสามารถที่ประกอบด้วย ความรู้ เจตคติและทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหาหรรอบ ๆ ตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตในเรื่องการป้องกันสารเสพติด และการสอนทักษะชีวิต เป็นการจัดการเรียนการสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง หรือ “การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม” โดยมีพื้นฐานสำคัญ คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับการจัดหลักสูตรการเรียนการสอนในระดับประถมศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการที่มีแนวดำเนินการสำคัญคือ มุ่งเน้นให้นักเรียนได้พัฒนาตนเอง พัฒนาอาชีพและพัฒนาสังคมตามระดับวุฒิภาวะของผู้เรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลและสอดคล้องกับความต้องการของท้องถิ่นและสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษา ในหมวดที่ว่าด้วยการจัดการศึกษาที่เน้นให้จัดการเรียนการสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ให้ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ มีวิจารณญาณ อย่างสร้างสรรค์มีวิสัยทัศน์ มีความสามารถในการแก้ปัญหาได้ รวมทั้งมีคุณธรรมจริยธรรมและสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์ ในการจัดทำคู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสภาพศึกษาได้คำนึงถึงลักษณะเฉพาะของกลุ่มเป้าหมาย แนวคิดของหลักสูตรตามแนวพระราชบัญญัติฉบับปัจจุบัน แนวคิดของทักษะชีวิตและปัญหาสาเหตุของการแพร่ระบาดของสารเสพติดเข้าด้วยกันสร้างเป็นกิจกรรมการเรียนการสอนโดยคาดว่านักเรียนระดับประถมศึกษา เมื่อได้เรียนรู้จะช่วยให้เกิดทักษะในการป้องกันตนเองจากปัญหาสารเสพติดได้และอาจนำไปใช้ในการจัดการกับปัญหาอื่นๆ ในการดำเนินชีวิตอีกด้วย<sup>(8)</sup>



ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด

ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด ได้นำองค์ประกอบของทักษะชีวิตมากำหนดเป็นจุดประสงค์ของหลักสูตรดังนี้

องค์ประกอบทักษะชีวิต	จุดประสงค์	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน
<b>ด้านความรู้</b>		
ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์	-วิเคราะห์การแพร่ระบาดและวิธีป้องกันการแพร่ระบาดของสารเสพติด	คิดลึกซึ้ง...ไม่พึ่งสารเสพติด
ความคิดสร้างสรรค์	-ทราบแนวทางการป้องกันการใช้สารเสพติดและการแพร่ระบาดของสารเสพติดในระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน	คิดกว้างไว้ ห่างภัยสารเสพติด
<b>ด้านเจตคติ</b>		
ความตระหนักรู้ในตน	-ตระหนักข้อดี-ข้อเสียของตนเองในการป้องกันการถูกชักจูงให้ใช้สารเสพติด -ตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการใช้สารเสพติด	รู้ตัวไว้...ปลอดภัยดี ปลอดภัยไว้ก่อน
ความเห็นใจผู้อื่น	-เห็นใจเข้าใจผู้ใช้สารเสพติด -เห็นใจเข้าใจผู้เลิกใช้สารเสพติด -เห็นใจเข้าใจผู้ได้รับผลกระทบจากปัญหาสารเสพติด	หลงผิดไปเห็นใจด้วย ตั้งใจดีมีความสำเร็จ ผลข้างกายภัยข้างตัว
ความภูมิใจในตนเอง	-ภูมิใจตนเองที่ไม่ใช้สารเสพติด	มั่นใจ ทำได้เอง
ความรับผิดชอบต่อสังคม	-มีความรับผิดชอบในการป้องกันตนเอง ครอบครัวและชุมชนจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด	ร่วมคิด ร่วมทำ นำชีวิตสุข
<b>ด้านทักษะ</b>		
การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	-ปฏิเสธได้ถูกต้องตามหลักการปฏิเสธและบอกความรู้สึกนึกคิดความต้องการของตนเองต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม	บอกให้ชัด...ไม่ขัดใจ พูดอย่างไร...ผูกใจเพื่อน
การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา	-ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเมื่อถูกชักชวนให้ไปใช้สารเสพติดได้	คิดได้ ตัดสินใจเป็น
การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	-เลือกใช้วิธีจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้อย่างเหมาะสม	อารมณ์ดี มีสุข ฝึกไว้คลายเครียด

## การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) <sup>(8)</sup>

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม อาศัยหลักการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยพื้นฐานสำคัญประการแรก คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และประการที่ 2 การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์มุ่งเน้นอยู่ที่การให้ผู้เรียนสร้างความรู้จากประสบการณ์เดิม การเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีหลักสำคัญ 5 ประการ คือ

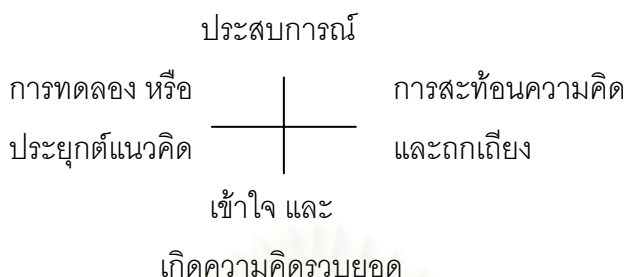
1. เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน
2. เป็นการเรียนรู้ใหม่ๆ ที่ทำอย่างต่อเนื่อง และเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า Active Learning
3. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน
4. ปฏิสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่างกว้างขวาง
5. มีการสื่อสารโดยการพูด หรือการเขียน เป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยน การวิเคราะห์ และสังเคราะห์ความรู้

องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

องค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีอยู่ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การสะท้อนความคิดและถกเถียง เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอดและการทดลองหรือประยุกต์แนวคิด

1. ประสบการณ์ (Experience) ครูช่วยให้นักเรียนนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้
2. การสะท้อนความคิดและถกเถียง (Reflex and Discussion) ครูช่วยให้นักเรียนได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง
3. เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and Conceptualization) นักเรียนเกิดความเข้าใจและนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด อาจเกิดขึ้นโดยนักเรียนเป็นฝ่ายริเริ่มแล้วครูช่วยเติมแต่งให้สมบูรณ์หรือในทางกลับกัน ครูเป็นผู้นำทางและนักเรียนเป็นผู้สานต่อจนความคิสนั้นสมบูรณ์ เป็นความคิดรวบยอด
4. การทดลอง หรือ ประยุกต์แนวคิด (Experiment /Application) นักเรียนนำเอาการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะ หรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของนักเรียนเอง

## องค์ประกอบเหล่านี้สามารถสรุปเป็นภาพรวมดังแผนภาพ



## แผนภาพที่ 2 องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง 4 ประการจะเป็นไปอย่างพลวัตร โดยอาจเริ่มจากจุดใดจุดหนึ่ง และเคลื่อนย้ายไปมาระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนั้นในแง่ของการเรียนการสอนจึงอาจเริ่มต้นที่จุดใดก่อนก็ได้ แต่สำคัญที่การจัดกระบวนการให้ครบทุกองค์ประกอบ

การสอนในลักษณะดังกล่าว นอกจากจะเป็นพื้นฐานของการสอนทักษะชีวิตในด้านพุทธิพิสัย โดยมุ่งเน้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิจารณ์แล้ว ยังเป็นพื้นฐานในการสอนทักษะชีวิตอื่น ๆ ในด้านจิตพิสัย และทักษะพิสัยอีกด้วย

### การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีหลักสำคัญอีกข้อหนึ่งคือต้องการให้เกิดการเรียนรู้สูงสุดโดยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมมากที่สุดในทุกๆ องค์ประกอบก็คือ การแบ่งปันประสบการณ์ การได้สะท้อนความคิดและถกเถียง การสรุปความคิดรวบยอด ตลอดจนได้ทดลองหรือประยุกต์แนวคิด และในทุกองค์ประกอบนั้นจะต้องเกิดการเรียนรู้สูงสุด หรืออาจกล่าวได้ว่า

การเรียนรู้สูงสุด (Maximum Learning) เกิดจาก การมีส่วนร่วมสูงสุด  
(Maximum Participation) และ การบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance)  
ทั้ง 4 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

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

### การมีส่วนร่วมสูงสุด (Maximum Participation)

การมีส่วนร่วมสูงสุดเกิดจากการออกแบบกลุ่มที่เหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบของการเรียนรู้ กลุ่มแต่ละประเภทจะมีข้อดีและข้อจำกัดที่ต่างกัน เช่น บางประเภทให้อำนวยความสะดวกให้มีส่วนร่วมได้มาก แต่อาจขาดความหลากหลายของแนวคิด จึงเหมาะสำหรับเวลาที่ผู้สอนต้องการให้เกิดการแสดงออกแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากประสบการณ์โดยยังไม่ต้องการข้อสรุป รายละเอียดของกลุ่มแต่ละประเภท ข้อบ่งชี้และข้อจำกัด ปรากฏในตารางดังนี้

ตารางที่ 1 การจัดกลุ่มประเภทต่าง ๆ

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งชี้	ข้อจำกัด
กลุ่ม 2 คน (Pair Gr.)	ให้ผู้เรียนจับคู่กันทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย	ต้องการให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการออกความเห็นหรือปฏิบัติ	ขาดความหลากหลายทางความคิดและประสบการณ์
กลุ่ม 3 คน (Triad Gr.)	ให้ผู้เรียนจับกลุ่ม 3 คนแต่ละคนมีบทบาทที่ชัดเจนและหมุนเวียนบทบาทกันได้	ทุกคนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ตามบทบาท และสามารถเรียนรู้ได้ครบทุกบทบาท	ขาดความหลากหลายและความกระฉับกระเฉงไปบ้าง
กลุ่มย่อยระดมสมอง (Buzz Gr.)	เป็นการรวมกลุ่ม 3-4 คนขึ้นไปชั่วคราวเพื่อแสดงความคิดเห็นโดยไม่ต้องการข้อสรุป	ต้องการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในเวลาสั้น ๆ โดยไม่ต้องการข้อสรุปหรือต้องการข้อสรุปที่ไม่ลึกซึ้งมากนัก	ขาดความลึกซึ้งซึ่งไม่มี การอภิปรายกันอย่างลึกซึ้ง
กลุ่มเล็ก (Small Gr.)	เป็นการจัดกลุ่ม 5-6 คน ทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายจนลุล่วง	ต้องการให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและถกเถียงอย่างลึกซึ้งจนได้ข้อสรุป	ใช้เวลามาก
กลุ่มใหญ่ (Large Gr.)	เป็นการอภิปรายในกลุ่ม 15-30 คนหรือทั้งชั้น	ต้องการให้เกิดการโต้แย้งหรือการรวบรวมความคิดจากกลุ่มย่อยเพื่อหาข้อสรุป	บางคนอาจให้ความสนใจหรือมีส่วนร่วมน้อยใช้เวลา

## ตารางที่ 1 การจัดกลุ่มประเภทต่างๆ (ต่อ)

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งชี้	ข้อจำกัด
กลุ่มไขว้ (Cross-over Gr.)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอน โดยแยกให้เด็กทำกิจกรรมเฉพาะบางกลุ่ม จนมีความเชี่ยวชาญ จากนั้นจึงให้ผู้เรียนจากแต่ละกลุ่มรวมกันเป็นกลุ่มใหญ่เพื่อบูรณาการ	ต้องการให้ผู้เรียนใช้ศักยภาพของตนเองในการสร้างความรู้ ผู้เรียนจะมีส่วนร่วม และได้เนื้อหา มาก	ใช้เวลามากอาจมีความรู้ที่ตกหล่น
กลุ่มแบ่งย่อย (Subgroup)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอน จาก 8-12 คนแต่ละกลุ่ม ถูกแบ่งเป็นกลุ่มย่อย 3-4 กลุ่มเพื่อให้งานกลุ่มละ 1 งาน (ที่ไม่เหมือนกัน) จากนั้นจึงให้กลุ่มย่อยมารวมกันเพื่อบูรณาการ	เหมือนกลุ่มไขว้	
กลุ่มปิรามิด (Pyramid Gr.)	รวบรวมความคิดเห็นเริ่มจากกลุ่ม 2-4 คนที่ขึ้นไปเป็นชั้นๆ จนครบทั้งชั้น	สร้างความตระหนักและเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของแต่ละกลุ่ม หรือฝ่ายขาดข้อสรุปและความลึกซึ้ง	ขาดข้อสรุปและความลึกซึ้ง

การร้อยรัดกระบวนการกลุ่มที่หลากหลายเข้าด้วยกันอย่างเหมาะสมในแต่ละชั่วโมงการสอน ก็จะทำให้การมีส่วนร่วมอย่างสูงสุด มีพลวัตหรือการเคลื่อนไหวของการเรียนรู้ตลอดเวลา ทำให้ผู้เรียนมีความสนใจอย่างต่อเนื่อง

## การบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance)

แม้การออกแบบกระบวนการกลุ่มที่หลากหลายจะช่วยให้เกิดการมีส่วนร่วมได้มาก แต่ไม่ได้หมายความว่า การมีส่วนร่วมนั้นได้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพโดยไม่เสียเวลา หัวใจสำคัญของการบรรลุงานสูงสุดจึงอยู่ที่การกำหนดงานให้กับกระบวนการกลุ่ม ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญของการกำหนดงาน 3 ประการ คือ

2.1 กำหนดกิจกรรมที่ชัดเจนว่าจะให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มอย่างไร เพื่อทำอะไร ใช้เวลามากน้อยแค่ไหน เมื่อบรรลุงานแล้วจะให้ทำอย่างไรต่อ (เช่น เตรียมนำเสนอ ในเวลาที่กำหนดให้)

2.2 กำหนดบทบาทของกลุ่มหรือสมาชิกที่ชัดเจน โดยปกติการกำหนดบทบาทในกลุ่มย่อยควรให้แต่ละกลุ่มมีบทบาทที่แตกต่างกัน เมื่อมารวมเสนอในกลุ่มใหญ่จึงจะเกิดการขยายเครือข่ายการเรียนรู้โดยไม่น่าเบื่อ การกำหนดบทบาทยังรวมถึงสมาชิกในกลุ่มด้วยเช่น บทบาทของผู้เล่น บทบาทสมมติ และผู้สังเกตการณ์หรือบทบาทของการนำกลุ่ม การรวบรวมความเห็น และการนำเสนอ เป็นต้น

2.3 ควรมีโครงสร้างของงานที่ชัดเจน ซึ่งบอกรายละเอียดของกิจกรรมและบทบาทโดยทำเป็นกำหนดงานที่ผู้สอนแจ้งแก่ผู้เรียน หรือทำเป็นใบงานมอบให้กับกลุ่ม ซึ่งประการหลังจะเหมาะกับการทำกลุ่มย่อยที่ต้องการทำงานให้มีผลงานที่เป็นข้อสรุปของกลุ่มโดยจัดทำเป็น

- ใบงาน เป็นกำหนดงาน หรือใบมอบหมายงานให้กลุ่มเล็ก หรือกลุ่มย่อยระดมสมองที่มีรายละเอียดมาก และต้องการผลงานที่เป็นข้อสรุปของกลุ่มที่มีความลึกซึ้งมาก ผู้สอนอาจพิมพ์หรือเขียนใส่กระดาษแจกให้ผู้เรียน หรือแจกให้กลุ่มประกอบการทำงานกลุ่ม มักใช้ในกิจกรรมสะท้อนความคิดและอภิปราย และกิจกรรมประยุกต์แนวคิด

- ใบชี้แจง เป็นการอธิบายงานที่มีรายละเอียดไม่มากนักในกลุ่มใหญ่ ก่อนทำกิจกรรมกลุ่มผู้สอนอาจเขียนบนกระดานหรือแผ่นใส ให้ผู้เรียนอ่านพร้อมกันในชั้นเรียนหรือในกลุ่มใหญ่ มักใช้ในกิจกรรมด้านประสบการณ์หรือประยุกต์แนวคิด

## หลักการสอนความรู้แบบมีส่วนร่วม

การสอนความรู้ (Knowledge) ที่ใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ช่วยสร้างทักษะชีวิตที่เป็นพื้นฐานและเป็นองค์ประกอบร่วมของทักษะชีวิตตัวอื่น ๆ ทั้งหมด นั่นก็คือความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้ที่ใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ดังตารางต่อไปนี้



ตารางที่ 2 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้

องค์ประกอบของ PL	ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้แบบ PL
ประสบการณ์	ตั้งคำถามเพื่อรวบรวมประสบการณ์ของผู้เรียน
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้ เพื่อสร้างความรู้ตามงานที่ได้รับมอบหมาย
ความคิดรวบยอด	การบรรยาย (โดยผู้สอน หรือสื่อ) การรายงานผล งานกลุ่ม หรือบูรณาการความรู้ของกลุ่มย่อยโดยการอภิปรายในกลุ่มใหญ่
ประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมที่ประยุกต์ความรู้ที่เกิดขึ้น เช่น เขียน คำขวัญ จัดบอร์ด ทำรายงาน เขียนเรียงความ ฯลฯ

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาวิชานั้น ไม่มีขั้นตอนการสอนที่เฉพาะเจาะจง เพียงแต่ให้คำนึงถึงการจัดกิจกรรมที่ครบองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทั้ง 4 ประการ

#### หลักการสอนเจตคติแบบมีส่วนร่วม

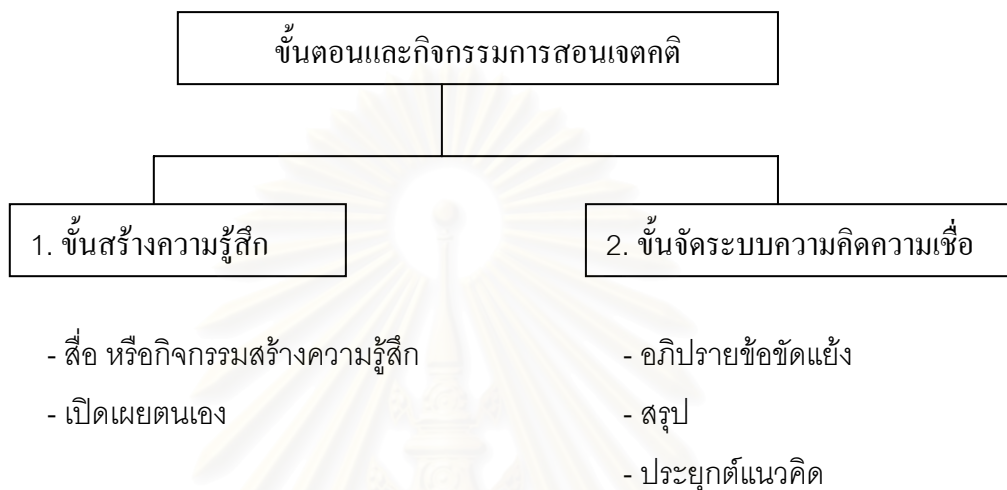
ถึงแม้กระบวนการสอนแต่ละครั้งจะมีองค์ประกอบทั้งด้าน พุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย แต่การสอนเจตคติจะมุ่งเน้นการสอนในด้านจิตพิสัย ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ การสร้างความรู้สึกลึกซึ้งสอดคล้องกับเจตคติดังกล่าว และการจัดระบบความคิดความเชื่อ เมื่อนำมาสัมพันธ์กับหลักการทั่วไปของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ซึ่งองค์ประกอบ 4 ประการ การสอนเจตคติจึงควรมีลักษณะเฉพาะดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ
ประสบการณ์	เน้นประสบการณ์ด้านความรู้สึกลึกซึ้งของผู้เรียน
การสะท้อนความคิด และถกเถียง	ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและโต้แย้งอย่างเต็มที่
การสรุปความคิดรวบยอด	ผู้เรียนได้ข้อสรุปด้วยตนเอง โดยผู้สอนกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดและช่วยเพิ่มเติม
การทดลอง หรือประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมทั้งในหรือนอกเวลาเรียน เพื่อให้มีเจตคติที่ฝังแน่นมากขึ้น

เนื่องจากเจตคติเป็น ความคิดหรือความเชื่อที่มีความรู้สึกเป็นองค์ประกอบ ดังนั้นการสอน จึงต้องมีทั้ง 2 องค์ประกอบ คือ ด้านความรู้สึกและด้านความคิดความเชื่อดังนี้

### แผนภาพที่ 3 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ



ขั้นสร้างความรู้สึก จะใช้สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก อาจใช้เวลาประมาณ 5-20 นาที ของคาบสอน ส่วนที่เหลือจะเป็นการจัดระบบความคิดความเชื่อ ดังนั้นผู้สอนจึงจำเป็นต้องมีทักษะในการสื่อสาร / กิจกรรมให้เกิดความรู้สึกได้จริง รวมทั้งมีทักษะในการใช้กระบวนการกลุ่ม ช่วยจัดระบบความคิดความเชื่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยให้ผู้เรียนมีโอกาส อภิปรายโต้แย้งจนผู้เรียนสามารถสรุปได้ด้วยตนเองและนำข้อสรุปที่ได้มาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่นๆ โดยมีรายละเอียดกิจกรรมสรุปได้ดังนี้

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 4      สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นสร้างความรู้สึก	ประสบการณ์	<p><u>สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก</u>เป็นการใช้สื่อหรือกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ร่วมกับเรื่องนั้น ๆ</p> <p><u>สื่อสร้างความรู้สึก</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- บทสำหรับอ่านในรูปแบบ กรณีศึกษา จดหมาย บันทึบบทสัมภาษณ์ ฯลฯ</li> <li>- แถบเสียง วิดิทัศน์</li> </ul> <p><u>กิจกรรมสร้างความรู้สึก</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กิจกรรมสร้างความรู้สึกโดยตรง เช่น ละคร หุ่นกระบอก</li> <li>- กิจกรรมจำแนกเจตคติของผู้เรียน เช่น การสำรวจความคิดเห็น แบบสอบถาม จัดลำดับความสำคัญ เป็นต้น</li> <li>- กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเชื่อมโยง การต่อเรื่องและกิจกรรมเร้าความสนใจอื่น ๆ เช่น การโต้ว่าที่</li> </ul> <p><u>การเปิดเผยตนเอง</u> เป็นการดึงประสบการณ์เก่าของผู้เรียนมักทำในกลุ่ม 2 คน หรือกลุ่มย่อยระดับสมองโดยกิจกรรมเช่น ให้เล่าความรู้สึกโดยตรง ให้สมมติตนเองเป็นบุคคลในเรื่อง ให้เขียนแล้วแลกเปลี่ยน เป็นต้น</p>
2. ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ	สะท้อนความคิด และอภิปราย ความคิดรวบยอด ประยุกต์แนวคิด	<p><u>การอภิปรายข้อขัดแย้ง</u></p> <p>เป็นการตั้งประเด็นคำถามให้เกิดการอภิปรายในกลุ่ม เพื่อให้มีการจัดระบบความคิดความเชื่อของสมาชิกกลุ่ม</p> <p><u>การสรุป</u> เป็นการให้กลุ่มรายงานข้อสรุป และร่วมกันสรุปแนวคิดในกลุ่มใหญ่</p> <p><u>การประยุกต์แนวคิด</u> เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ประยุกต์ใช้เจตคติที่เกิดขึ้น ควรเป็นกิจกรรมในห้องเรียนและอาจต่อยอดโดยการทำกิจกรรมเสริม</p>

การสอนเจตคติ ยังแบ่งเป็น 2 ระดับ คือการสร้างเจตติก่อนจะมีพฤติกรรม กับการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ความแตกต่างที่สำคัญในขั้นตอนการใช้สื่อและกิจกรรมสร้างความรู้สึกลึก คือในการสร้างเจตคติจะเน้นการสร้างความรู้สึกลึกที่เกี่ยวข้องกับเจตคตินั้น ๆ ส่วนการเปลี่ยนแปลงเจตคติจะให้ความสำคัญในการสื่อและกิจกรรมที่โยกคลอนความรู้สึกลึกของเจตคติเดิม ส่วนในขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อการเปลี่ยนแปลงเจตคติจะต้องมีประเด็นอภิปรายที่เข้มและชัดเจนกว่า

ในการสอนเจตคติ สิ่งที่น่าจะเกิดขึ้นได้ก็คือ ผู้เรียนสรุปประเด็นอภิปรายได้ไม่ตรงกับจุดประสงค์ผู้สอนจำเป็นต้องหาทางออกในกรณีเช่นนี้ โดยอาศัยแนวคิด 4 ประการ ต่อไปนี้

1. ผู้สอนควรมีใจกว้าง เพื่อที่จะยอมรับว่าเจตคติที่เหมาะสมอาจมีได้มีเพียงเจตคติตามผู้สอนคาดหวังเพียงประการเดียว

2. ผู้สอนควรไว้วางใจในตัวผู้เรียน ภายใต้วางใจที่เชื่อว่า หากเจตคติที่สอนนั้นเป็นสิ่งที่ดีก็ควรที่จะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทำทนายหรือทดสอบ โดยหาเหตุผลถกเถียงอภิปรายจนเกิดยอมรับในขั้นตอนกระบวนการกลุ่ม ซึ่งความคิดเห็นที่มีเหตุผลก็จะได้รับการสนับสนุน ไม่ว่าจะความคิดเห็นนั้นจะเป็นของใคร

3. ผู้สอนสามารถช่วยขยายเครือข่ายการเรียนรู้ของผู้เรียนได้ โดยช่วยตั้งคำถามให้ผู้เรียนคิดหรือผู้สอนกับผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน นั่นคือใช้การสื่อสารแบบ 2 ทางมากกว่าการยึดเยียด

4. การเรียนรู้เป็นกระบวนการสร้างความรู้ที่ผู้เรียนมีส่วนร่วม หากสิ่งใดที่ผู้สอนเห็นว่าดีแต่ผู้เรียนไม่ยอมรับ แม้ผู้สอนจะพยายามถ่ายทอดต่อไปก็ไม่เกิดเป็นการเรียนรู้ ในทางตรงข้าม หากผู้สอนยอมรับความคิดเห็นของผู้เรียนโดยผู้สอนสงวนความคิดเห็นของตนเองไว้ ผู้เรียนก็จะรู้สึกยอมรับผู้สอนเช่นกัน และขยายการเรียนรู้ออกไป

### กิจกรรมที่ใช้ในการสอนเจตคติ

1. **กิจกรรมในขั้นตอนสร้างความรู้สึกลึก** เป็นกิจกรรมที่มุ่งกระตุ้น จูงใจ หรือโน้มน้าวให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกตามจุดประสงค์ เพื่อนำไปสู่การจัดระบบความคิดความเชื่อและสร้างเป็นเจตคติที่ต้องการ หรือเปลี่ยนแปลงเจตคติที่พึงประสงค์ กิจกรรมในขั้นตอนนี้ ได้แก่

#### 1.1 สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึกลึก

1.1.1 **สื่อ** เป็นเรื่องราวที่บันทึกไว้ เช่น บทความ บันทึกประจำวัน จดหมาย อาจทำเป็น บทสำหรับอ่าน (Script) แถบเสียง วิดิทัศน์

**บทสำหรับอ่าน (Script)** ใช้ได้ง่าย แต่ต้องอาศัยความสามารถของผู้สอนในการใช้น้ำเสียง จังหวะ เพื่อช่วยให้เกิดความรู้สึกลึก

**แถบเสียง** ใช้ได้ง่าย และสามารถใช้ดนตรี รวมทั้งเสียงของบุคคลมีอาชีพมาช่วยทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีขึ้น

1.1.2 **กิจกรรม** กิจกรรมสำหรับสร้างความรู้สึกรวมแบ่งได้เป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

1) **กิจกรรมสร้างความรู้สึกรวมโดยตรง** เป็นการประยุกต์กรณีศึกษาให้เป็นกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม ได้แก่

**ละคร** เป็นเรื่องสั้น ๆ โดยเขียนบทให้ผู้เรียนเตรียมการแสดงมาก่อนซึ่งผู้เรียนมักแสดงได้ และเพื่อน ๆ ให้ความสนใจ จุดสำคัญอยู่ที่บทละครจะต้องสร้างอารมณ์ความรู้สึกที่สัมพันธ์กับจุดประสงค์ได้ดี ไม่ควรมีฉากหลายฉากเกินไป และแต่ละฉากควรจะสั้น ทั้งนี้เพื่อให้เล่นได้ง่ายชวนติดตามและไม่เสียเวลามาก

**ละครวิทยุ** ผู้เรียนสามารถแสดงได้ง่าย ๆ โดยใช้ฉากสั้น แล้วผู้เรียนอ่านตามบทที่เตรียมไว้ให้ได้อารมณ์ความรู้สึก โดยไม่ต้องมีการแสดง

**หุ่นกระบอก** ใช้กับเด็กระดับประถมหรือเด็กมัธยม เล่นในเรื่องที่ตัวละครจะแสดงออกได้ยาก สามารถสร้างบทให้ซับซ้อนกว่าละคร เพราะมีผู้พากย์ต่างหาก

2) **กิจกรรมที่จำแนกเจตคติของผู้เรียน** โดยหวังผลให้ผู้เรียนได้เกิดความรู้สึกประหลาดใจ และตระหนักในความคิดเห็นที่แตกต่างกันระหว่างกลุ่ม วิธีทำกิจกรรมนี้ได้แก่

**การสำรวจความเห็น** เป็นกิจกรรมที่ผู้สอนใช้เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้ความคิดของอีกฝ่าย ซึ่งจะโยกคลอนความรู้สึกเดิมที่ตนเองยึดถืออยู่ได้ดี จากนั้นก็ใช้กระบวนการกลุ่มมาอภิปรายต่อให้ลึกซึ้ง

**การตอบแบบสอบถาม** แบบสอบถามที่ออกแบบได้ดี จะทำให้เกิดความรู้สึกผิดคาดได้ว่าตนคิดแตกต่างกับคนอื่น หรือกลุ่มอื่นอย่างไร

**การจัดลำดับความสำคัญ** ทำให้ผู้เรียนเผชิญกับความรู้สึกขัดแย้งว่าจะให้ความสำคัญกับอะไรมากกว่า

3) **กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเชื่อมโยงกับเจตคติที่ต้องการ** จะช่วยสร้างความตระหนัก ซึ่งสามารถเชื่อมโยงไปสู่การจัดระบบความคิดความเชื่อได้ดี

4) **กิจกรรมอื่นๆ** เช่น การได้วาที การเล่นเกมบทบาทสมมติ การใช้จินตนาการ ฯลฯ หากจัดให้เข้ากับจุดประสงค์ที่กระตุ้นความรู้สึก และเหมาะสมกับผู้เรียน ก็จะช่วยในขั้นตอนนี้ของการสร้างและเปลี่ยนแปลงเจตคติได้



**1.2 การเปิดเผยตนเอง** เป็นการเปิดเผยความรู้สึกนึกคิดของผู้เรียนที่มาจากประสบการณ์เดิมมีกิจกรรมย่อย ๆ หลายกิจกรรม ที่มักทำในกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มระดมสมอง 3-4 คน เพื่อให้ผู้เรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็นได้เต็มที่

- **การเล่าความรู้สึกโดยตรง** เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงประสบการณ์ของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น
- **การสมมติตนเองเป็นบุคคลในเรื่อง** เพื่อให้เกิดประสบการณ์ของความสนใจและเข้าใจเหมือนกับเป็นบุคคลนั้นเอง
- **การเขียนแล้วแลกเปลี่ยนกันอ่าน** เหมาะสำหรับผู้เรียนกลุ่มที่ไม่กล้าแสดงออกในการระดมสมอง วิธีการนี้ยังแบ่งได้ 2 ชนิด คือ ให้เจ้าตัวอ่านเอง หรือสลับให้คนอื่นอ่านวิธีหลังเหมาะกับเรื่องที่อ่านไหวต่อการเปิดเผย เช่น การถามประสบการณ์ที่เคยใช้สารเสพติด หรือความเห็นที่ขัดแย้งกันและมีการแบ่งเป็นฝ่ายชัดเจน

**2. กิจกรรมในขั้นตอนจัดระบบความคิดความเชื่อ** โดยอาศัยกระบวนการกลุ่มเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมสูงสุด ประกอบไปกับการงานใน 3 กิจกรรม เป็นขั้นตอนต่อเนื่องกัน กล่าวคือ

**2.1 การอภิปราย** รูปแบบที่ดีที่สุดโดยวิธีแบ่งกลุ่ม โดยใช้กลุ่มเล็ก (5-6 คน) หรือกลุ่มย่อยระดมสมอง (3-4 คน) เพราะผู้เรียนได้แสดงออกมากกว่า ดังนั้นจึงควรให้แบ่งกลุ่มย่อยอภิปราย แล้วจึงช่วยกันหาข้อสรุปในกลุ่มใหญ่ภายหลัง อย่างไรก็ตามการอภิปรายแม้จะสนับสนุนให้ผู้เรียนกล้าแสดงความคิดเห็น แต่ก็ต้องเคารพสิทธิของคนที่เลือกจะเป็นฝ่ายฟังเช่นกันในการอภิปรายข้อขัดแย้ง หากมีน้อยจะทำให้เจตคติที่เกิดขึ้นไม่ยั่งยืน ผู้สอนจึงควรกระตุ้นให้เกิดประเด็นขัดแย้งโดยอาศัยใบงานที่ตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้แสดงความคิดเห็นที่แตกต่างกัน และอภิปรายต่อได้ชัดเจน การอภิปรายยังเป็นกิจกรรมสำคัญในการฝึกทักษะชีวิตในด้านการคิดวิเคราะห์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งจะผสมผสานไปในประเด็นที่ผู้สอนตั้งขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนคิด และถกเถียงกันตัวเอง

**2.2 การสรุป** เป็นการสร้างความคิดรวบยอดร่วมกัน ทั้งนี้ผู้สอนควรสนับสนุนให้ผู้เรียนเป็นผู้สรุปแนวคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม หากไม่ครอบคลุม ผู้สอนจึงเพิ่มเติมให้สมบูรณ์ ในระหว่างการสรุปควรสนับสนุนให้มีการอภิปรายความคิดเห็นที่ขัดแย้งกันในกลุ่มใหญ่ เพื่อช่วยให้มีการจัดระบบความคิดความเชื่อที่ชัดเจน



**2.3 การประยุกต์แนวคิด** ผู้สอนควรใช้เวลาช่วงท้ายชั่วโมงเพื่อให้ผู้เรียนได้ประยุกต์แนวคิดโดยการทำกิจกรรมที่ไม่ใช้เวลามาก เช่น เขียนคำขวัญ สรุปข้อความสำคัญ หรือตอบแบบทดสอบ ซึ่งเท่ากับเป็นการประเมินการสอนไปด้วยโดยใช้กลุ่มที่มีจำนวนคนน้อยเช่นกลุ่ม 2 คน หรือ 3 คน และอาจมอบหมายให้ผู้เรียนทำเป็นกิจกรรมเสริม เช่น เขียนจดหมาย จัดบอร์ดคุยกับบิดามารดา ฯลฯ

### การสอนทักษะแบบมีส่วนร่วม

ดังที่ทราบกันดีแล้วว่า การสอนแต่ละครั้งจะมีองค์ประกอบผสมผสานกันไปในด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัยและทักษะพิสัย แต่การสอนทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะการสื่อสารเป็นการสอนที่มุ่งเน้นในด้านทักษะพิสัยต้องอาศัยการสร้างให้เกิดความชัดเจนในตัวทักษะ ให้เห็นเป็นขั้นตอนที่ปฏิบัติได้ง่าย และผู้เรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติในสถานการณ์ใกล้เคียง เมื่อดูจากองค์ประกอบทั้ง 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การสอนทักษะจึงควรมีลักษณะเฉพาะดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 5 องค์ประกอบของการเรียนรู้ และลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ

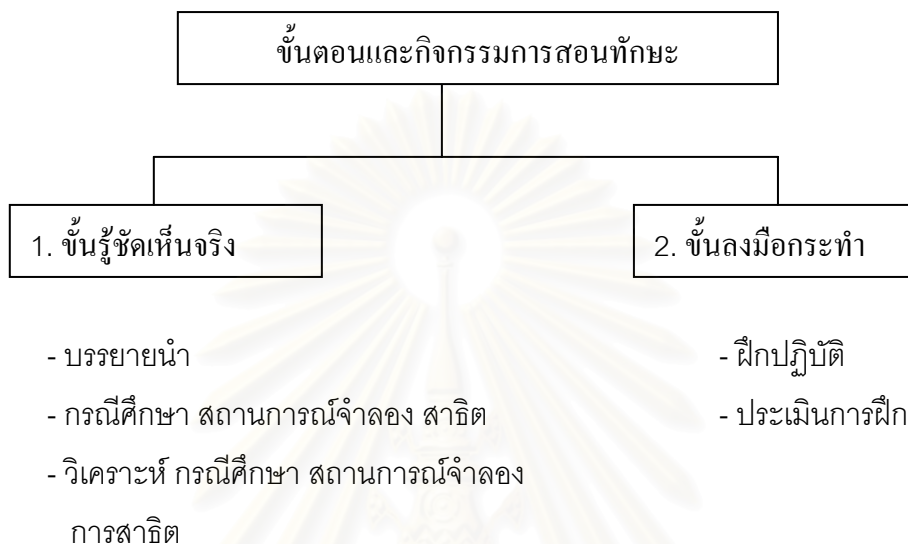
องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ
ประสบการณ์	อาศัยเหตุการณ์ที่ตรงกับชีวิตจริงในการเรียนรู้ทักษะ
การสะท้อนความคิด และอภิปราย	ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันในการวิเคราะห์ปัญหาหากฎเกณฑ์ หรือวิเคราะห์ขั้นตอนในการฝึกทักษะต่าง ๆ
การสรุปความคิดรวบยอด	ได้ความคิดรวบยอดหลายขั้นตอน ทั้งจากการฟังบรรยายจากการสังเกต การสาธิต การประเมินผลในกลุ่มและการประเมินผลรวม
การทดลอง หรือประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกซ้ำ ๆ โดยการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ต่าง ๆ

ทักษะ เป็นความสามารถที่คนเราไม่เคยมีมาก่อน แต่ได้เรียนรู้จนกระทั่งทำได้อย่างชำนาญ ดังนั้นการสอนทักษะจึงต้องมี 2 ขั้นตอน คือ

1) ขั้นรู้ชัดเห็นจริง เป็นขั้นตอนที่มุ่งให้ผู้เรียนรับรู้ว่า ทักษะเหล่านั้นมีความสำคัญ และฝึกฝนให้ทำเป็นหรือทำได้อย่างไร

2) ขั้นลงมือกระทำ เป็นขั้นตอนที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติตามที่ได้เรียนรู้มาจากขั้นตอนแรก

แผนภาพที่ 4 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ



ในขั้นรู้ชัดเห็นจริง เราใช้องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม 3 องค์ประกอบคือ ความคิดรวบยอด ประสบการณ์ และการสะท้อนความคิดและอภิปราย สำหรับองค์ประกอบความคิดรวบยอดเกิดขึ้นโดยการบรรยายนำ ประกอบกับการยกตัวอย่าง และให้ผู้เรียนร่วมอภิปรายถึงความสำคัญและวิธีการฝึกทักษะนั้นๆ องค์ประกอบด้านประสบการณ์ ผู้สอนใช้กรณีศึกษาหรือสถานการณ์จำลองให้ผู้เรียนคิดใช้ทักษะดังกล่าวหรือใช้การสาธิต ซึ่งอาจให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมได้สาธิตจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นจริงเป็นลำดับขั้นตอนอย่างชัดเจน ส่วนองค์ประกอบด้านการสะท้อนและอภิปราย ผู้สอนอาจให้ผู้เรียนจัดกลุ่มย่อยหรือกลุ่มระดมสมองเพื่อหากฎเกณฑ์โดยกิจกรรมทั้ง 3 องค์ประกอบ สามารถจัดเปลี่ยนลำดับได้ตามความเหมาะสม

สำหรับขั้นลงมือกระทำ เราใช้องค์ประกอบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมด้านการประยุกต์แนวคิดและทดลองโดยให้ผู้เรียนฝึกใช้ทักษะโดยการใช้บทบาทจนชำนาญ ดังนั้นการฝึกอบรมนี้จะต้องฝึกให้ผู้สอนมีทักษะในการใช้สถานการณ์จำลอง และการสาธิต เพื่อให้ผู้เรียนเห็นจริง ขณะเดียวกันก็มีทักษะในการนำมาฝึกบทบาทสมมติ หรือการซ้อมบท และประเมินผลการฝึกได้ มีรายละเอียดของกิจกรรมสรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 6      สรุปขั้นตอนและกิจกรรมสอนทักษะ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นรู้ชัดเห็นจริง	<p>ความคิดรวบยอด</p> <p>ประสบการณ์</p> <p>สะท้อนความคิดและอภิปราย</p>	<p><u>บรรยายนำ</u> เพื่อให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็นในเวลาสั้น ๆ</p> <p><u>กรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง หรือสาธิต</u></p> <p>- กรณีศึกษา เป็นการตั้งโจทย์ให้ผู้เรียนคิด และแสดงความเห็น</p> <p>- สถานการณ์จำลอง เป็นการตั้งโจทย์เป็นเหตุการณ์ที่มีผู้แสดง</p> <p>- การสาธิต เป็นการแสดงให้เห็นขั้นตอนปฏิบัติที่ถูกต้องโดยอาจแสดงเปรียบเทียบกับ การปฏิบัติที่ไม่ถูกขั้นตอน</p> <p><u>การวิเคราะห์</u> กรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง หรือการสาธิต</p>
2. ขั้นลงมือกระทำ	<p>ประยุกต์แนวคิด</p> <p>ความคิดรวบยอด</p>	<p><u>การฝึกปฏิบัติ</u> โดยการฝึกทักษะเป็นขั้นตอนหรือครบองค์ประกอบของทักษะนั้นโดยการแสดงบทบาทสมมติหรือการฝึกซ้อมบทบาทให้เกิดความชำนาญ</p> <p><u>การประเมินการฝึก</u> โดยให้สมาชิกในกลุ่มฝึกประเมินกันเองและผู้สอนประเมินอีกครั้งในกลุ่มใหญ่</p>

ในการสอนทักษะการสื่อสาร โดยเฉพาะทักษะการปฏิเสธ หรือ การสอนทักษะอื่นๆ ก็ตาม มักมีปัญหาว่าสถานการณ์ที่นำมาสอนนั้น จริง ๆ แล้วผู้เรียนไม่คิดจะปฏิเสธ เช่น เพื่อนชวนให้ลองดื่มเบียร์ ทำให้การฝึกเป็นไปอย่างแกน ๆ หรือไม่สมจริง ปัญหาเช่นนี้มีข้อคิด 2 ประการ คือ

1) การที่คนเราจะปฏิเสธสิ่งใดแสดงว่าเรามีเจตคติในเรื่องนั้นและได้ตัดสินใจอย่างชัดเจนไปแล้วเพียงแต่ยังขาดทักษะที่จะปฏิเสธให้ได้ผลโดยไม่ทำลายสัมพันธภาพระหว่างกันดังนั้น

ในโครงสร้างการสอนจึงจำเป็นต้องสอนเจตคติ และการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องนำมาก่อนการสอนทักษะการปฏิเสธ การปฏิเสธอย่างแท้จริงจึงจะเกิดขึ้น

2) ในขั้นตอนนำเข้าสู่บทเรียนหรือบรรยายสั้น ๆ ผู้สอนควรทบทวนการเรียนรู้ในชั่วโมงที่ผ่านมาเพื่อให้ผู้เรียนได้มีความเข้าใจที่ตรงกันว่า พฤติกรรมเหล่านี้เป็นสิ่งที่ผู้เรียนคิดที่จะปฏิเสธ

### กิจกรรมที่ใช้ในสอนทักษะ

**ขั้นรู้ชัดเห็นจริง** กิจกรรมการเรียนการสอน ได้แก่

1. การบรรยายนำ เป็นการนำเข้าสู่บทเรียนให้เกิดความน่าสนใจและให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็น ควรเป็นการใช้เวลาที่สั้นและดึงการมีส่วนร่วมจากผู้เรียน เช่น การตั้งคำถามหรือยกตัวอย่างที่ใกล้ตัวแล้วให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น

2. ประสบการณ์ใช้ทักษะ แบ่งได้เป็น 3 ชนิด

- กรณีศึกษา คือ ผู้สอนตั้งเป็นโจทย์ให้ผู้เรียนคิดและแสดงความคิดเห็นว่าจะทำอย่างไรกับการศึกษา

- สถานการณ์จำลอง คือ ผู้สอนกำหนดโจทย์เป็นสถานการณ์แล้วนำไปแสดงโดยผู้สอนสมมติตนเองเป็นบุคคลตามโจทย์ และแสดงการสนทนาตอบโต้กับผู้เรียนทั้งห้อง ซึ่งสมมติเป็นคู่สนทนา หรือให้ผู้เรียนจับคู่สนทนากันเอง

จุดสำคัญของการเรียนรู้อยู่ที่การอภิปราย และสอนประกอบสถานการณ์จำลอง

- การสาธิต โดยแสดงบทบาทสมมติ มักให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมเป็นคู่สนทนาคนใดคนหนึ่งหรือเป็นทั้ง 2 คน โดยผู้สอนจะซักซ้อมบทกับผู้เรียนที่ขึ้นมาพร้อมสาธิตก่อน หลังจากนั้นผู้สอนจะนำบทสนทนา (dialog) ขึ้นกระดานหรือแผ่นใส เพื่ออภิปราย และสอนประกอบบทสนทนานั้น

3. การอภิปรายในกลุ่มเล็ก เพื่อให้ผู้เรียนวิเคราะห์จากสถานการณ์จำลอง หรือจากการสาธิตเพื่อให้เข้าใจชัดเจนถึงขั้นตอนและวิธีการในแต่ละขั้นตอน

**ขั้นลงมือกระทำ** กิจกรรมการเรียนการสอน แบ่งได้เป็น 2 ส่วน คือ

1. การฝึกปฏิบัติ ทำได้โดย การฝึกบทบาทสมมติ และ การฝึกซ้อมบท

1.1 การฝึกบทบาทสมมติ เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการฝึกทักษะ โดยสมมติตัวละครและสถานการณ์ขึ้น เพื่อให้ผู้เรียนสมมติตัวเองเป็นตัวละครตามโจทย์ ดังนั้น ต้องกำหนดโจทย์ให้ชัดเจน คือ สถานการณ์บทบาทของตัวละคร 2 ฝ่าย และ บทบาทของผู้สังเกตการณ์

การฝึกบทบาทสมมติอาจแบ่งกลุ่ม เป็นกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มย่อย 5-6 คน ยิ่งกลุ่มมีคนมากขึ้นก็จะมีการเรียนรู้กันเองมากขึ้นจากการอภิปรายกลุ่ม แต่จะใช้เวลามากกว่าจะฝึกได้ทั่วถึง

1.2 การฝึกซ้อมบท เป็นการให้ผู้เรียนฝึกเป็นตัวของผู้เรียนเอง ในสถานการณ์ที่เป็นที่ทราบกันว่าเกิดขึ้นได้จริงในชีวิตประจำวัน เพื่อให้ผู้เรียน (ผู้ฝึก) และเพื่อน ๆ ได้ช่วยกันดูว่ามีการใช้ทักษะอย่างไร

การฝึกบทบาทสมมติ และ การฝึกซ้อมบท มีความแตกต่างกัน คือ

- การฝึกบทบาทสมมติจะตั้งโจทย์โดยการ “สมมติ ทั้งสถานการณ์และตัวละครที่ให้ผู้เรียนแสดง โจทย์มักขึ้นต้นด้วยคำว่า

“สมมติ ให้ผู้เรียนเป็น.....”

ขณะที่การฝึกซ้อมบท ให้ผู้เรียนเล่นเป็นตัวผู้เรียนเองเมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งผู้เรียนสามารถพูดหรือกระทำตามที่ต้องการโดยไม่ต้องสมมติตนเอง โจทย์มักขึ้นต้นว่า

“หากผู้เรียน .....”

การฝึกซ้อมบท เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับการฝึกทักษะการปฏิเสทในสถานการณ์ที่ผู้เรียนพบได้เสมอ ๆ และสถานการณ์ไม่ซับซ้อน ซึ่งสามารถฝึกได้ง่าย โดยให้ผู้เรียนแบ่งเป็นกลุ่ม 2 คน หรือกลุ่ม 3 คน

ขณะที่การฝึกบทบาทสมมติ เป็นการฝึกในสถานการณ์ที่ซับซ้อนกว่า เป็นเหตุการณ์ที่อาจเกิดขึ้นไม่บ่อยก็ได้ แต่มีความสำคัญที่ผู้เรียนควรได้ฝึกหาทางออก โดยมากมักจะฝึกในกลุ่มเล็ก

2. การประเมินการฝึก เป็นการช่วยกันสะท้อนความคิดว่า สิ่งที่ผู้ฝึกทักษะได้ทำไปนั้น ตรงตามขั้นตอนที่ควรจะเป็นหรือไม่ การประเมินการฝึกสามารถทำได้โดย ให้ผู้เรียนประเมินกันเองในกลุ่มหรือผู้สอนกับผู้เรียนช่วยกันประเมินในชั้นเรียน หรือทั้ง 2 แบบ

2.1 ในกรณีแรกทีให้ผู้เรียนประเมินเอง ผู้สอนควรกำหนดในใบงานให้ชัดเจนว่าจะประเมินอย่างไร เช่น

“หลังการฝึก ให้ผู้เรียนช่วยกันอภิปรายว่า ผู้ที่แสดงเป็นมาลีทำได้ตามขั้นตอนหรือไม่ สมศักดิ์ตอบสนองอย่างไร ขั้นตอนไหนที่มีความยุ่งยากในการฝึก และในชีวิตจริงจะนำทักษะนี้ไปใช้ได้หรือไม่เพียงใด”

2.2 ในกรณีที่ผู้สอนช่วยประเมิน ผู้สอนอาจใช้วิธีสุ่มให้ผู้ฝึกออกมาแสดงหน้าชั้น ผู้สอนช่วยวิจารณ์ประกอบการขอความคิดเห็นจากผู้เรียนในชั้น หรือผู้สอนอาจใช้วิธีสัมภาษณ์หรือสมาชิกกลุ่มเล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วผู้สอนให้ข้อเสนอแนะ



## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พิศมัย สุขอมรรตน์<sup>(42)</sup> ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 86 คน สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เป็นกลุ่มทดลอง 46 คน และกลุ่มควบคุม 40 คน ซึ่งกิจกรรมประกอบด้วย การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ ทักษะการจัดการกับความเครียดและพฤติกรรมกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ เป็นเวลา 7 สัปดาห์ หลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลอง มีทักษะการตัดสินใจไม่สูบบุหรี่ ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และมีพฤติกรรมกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ดีวก่อนการทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเองและทักษะการจัดการกับความเครียดดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและดีขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

พิมพ์ใจ บุญยัง<sup>(43)</sup> ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนราธิวาส โดยนำแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา และแนวคิดกระบวนการกลุ่มมาประยุกต์ใช้ เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจไม่ลองเสพยาเสพติด การแก้ปัญหาเมื่อเผชิญกับแรงกดดันจากเพื่อนที่เสพยาเสพติด ทักษะการปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนให้เสพยาเสพติด และมีพฤติกรรมในการป้องกันการเสพยาเสพติดดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และดีวกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ณัฐพล หาญไสกี<sup>(44)</sup> ได้ศึกษาผลของการประยุกต์โปรแกรมการสร้างพลังในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดสระบุรี พบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้ ความภาคภูมิใจในตนเอง ความคาดหวังในความสามารถของตนเองและการปฏิบัติตัวในการป้องกันการเสพยาเสพติดสูงขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ณัฐพงศ์ พุดห้ำ<sup>(45)</sup> ได้ศึกษาการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 40 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 40 คน หลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบในตนเองเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนทักษะการตัดสินใจ ทักษะ



การปฏิเสธ และพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าก่อนการทดลองและต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

นวนันท์ กิจทวี<sup>(46)</sup> ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี พบว่า กลุ่มทดลองมีทักษะในการเห็นคุณค่าของตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการปฏิเสธ พฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้า เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ และภายในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน ส่วนทักษะการจัดการกับความเครียดเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน แต่ภายในกลุ่มทดลองพบว่ามี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนทักษะการตัดสินใจเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบและภายในกลุ่มทดลอง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

มาริสา หะสาเมาะ<sup>(23)</sup> ได้ศึกษาประสิทธิผลของการจัดโครงการป้องกันการใช้ยา และสารเสพติดสำหรับนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่ากลุ่มที่ศึกษามีทักษะในการปฏิเสธ และทักษะการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลดีกว่าก่อนการทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบแผนความเชื่อในการใช้ยาและสารเสพติดสัมพันธ์ภาพและการสื่อสารในครอบครัว ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สุขฤดี ธัชศฤงคารสกุล<sup>(47)</sup> ได้ศึกษาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 46 คนและกลุ่มควบคุม 41 คน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลองมีทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้าไม่แตกต่างกัน ส่วนทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธ์ภาพ หลังการทดลองเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าและพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้าไม่แตกต่างกัน ส่วนทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธ์ภาพกลุ่มทดลองเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ยินดี อ้นถาวร<sup>(48)</sup> ได้ศึกษา ความรู้ เจตคติต่อสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 335 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับสารเสพติดอยู่ในระดับน้อย นักเรียน

ชายและหญิงมีความรู้เกี่ยวกับสารเสพติดแตกต่างกัน ( $P < .01$ ) โดยนักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สูงกว่านักเรียนชาย ด้านเจตคตินักเรียนมีเจตคติต่อสารเสพติดในระดับเห็นด้วยน้อย คือ มีพฤติกรรมไม่ชอบสารเสพติด นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีเจตคติต่อสารเสพติดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P < .01$ ) ผู้ปกครองที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความรู้และมีเจตคติต่อสารเสพติดแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

กฤษฎณา ตริยมณีรัตน์<sup>(49)</sup> ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนด เป็นระยะ 10 สัปดาห์พบว่ากลุ่มทดลอง มีความตระหนักรู้ในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ทักษะการตัดสินใจไม่สูบบุหรี่และแก้ไขปัญหา ทักษะปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพและทักษะการจัดการกับความเครียดดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมสุขศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Botvin et al.<sup>(50)</sup> ศึกษาการพัฒนาบุคลิกภาพ และความสามารถทางสังคม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษา เกรด 7 จำนวน 239 คน กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการพัฒนาบุคลิกภาพ และความสามารถทางสังคม มีจำนวน 20 บท เรียน ๆ ละ 45 นาที นอกจากนั้นได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจ การเผชิญต่อความเครียด ทักษะทางสังคมรวมถึงการฝึกเทคนิคการยืนยันที่จะปฏิเสธต่อการไปดื่มกับผู้อื่น มีการฝึกฝนให้เกิดความสามารถด้วยตนเอง เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ดีขึ้นพบว่า นักเรียนที่ได้รับกิจกรรมพัฒนามีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )

Maymon<sup>(51)</sup> ศึกษาประสิทธิผลของโครงการป้องกันการสูบบุหรี่ โดยการให้รู้จักการใช้การตัดสินใจในการแก้ปัญหา และวิธีการทำค่านิยมให้กระจ่างในนักเรียนมัธยมศึกษา อายุ 15-16 ปี ประเทศอิสราเอล กลุ่มตัวอย่างจำนวน 340 คน จาก 5 โรงเรียนในเขตเมือง พบว่าพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนในกลุ่มที่เข้าร่วมในโครงการ มีจำนวนนักเรียนสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโครงการ นอกจากนี้พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโครงการมีการเปลี่ยนแปลงด้านทัศนคติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่เปลี่ยนแปลงในด้านค่านิยม และการรับรู้ต่อการสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Gilchrist, Schinke and Maxell<sup>(52)</sup> ได้ทำการศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับทักษะชีวิต (Life Skills Counseling) เพื่อการป้องกันปัญหาต่าง ๆ ในวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาทักษะชีวิต สามารถที่จะลดปรับเปลี่ยนหรือป้องกันพฤติกรรมรวมทั้ง 4 อย่างในวัยรุ่น คือ การป้องกันการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ การลดความเครียดและการถูกสังคามทอดทิ้ง การลดและเลิกพฤติกรรมกาสูบหรี่ และในเรื่องการใช้ยาและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้วัยรุ่นมีการใช้ยาอย่างเหมาะสมและรู้จักวิธีการหลีกเลี่ยง

Sallis et al.<sup>(53)</sup> ได้ศึกษาโปรแกรมการฝึกทักษะปฏิเสธการสูบบุหรี่ในนักเรียนเกรด 4-7 จำนวน 78 คน ซึ่งมีอายุเฉลี่ย 12 ปี โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง คือ กลุ่มที่ได้รับการฝึกทักษะปฏิเสธการสูบบุหรี่จำนวน 39 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 39 คน ประเมินผลโดยการใช้แบบทดสอบการโต้ตอบของนักเรียนต่อการชักชวนให้สูบบุหรี่ โดยแบ่งคะแนนออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับดี ปานกลาง และไม่ดี ผลการทดลองพบว่า กลุ่มนักเรียนที่เข้าร่วมในโปรแกรมได้คะแนนในระดับดีมากกว่ากลุ่มควบคุม และมีผู้ที่ได้คะแนนในระดับไม่ดีน้อยกว่ากลุ่มควบคุม นอกจากนี้ นักเรียนในกลุ่มทดลองสามารถปฏิเสธบุหรี่จากการชักชวนของเพื่อนได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม

Quine et al.<sup>(54)</sup> เป็นการศึกษาภาคตัดขวาง (Cross sectional study) เพื่อเปรียบเทียบความตระหนักในเรื่องการใช้นยาเสพติดของเด็ก 2 กลุ่ม (อายุ 9-13 ปี) โดยที่เด็กกลุ่มที่ 1 จำนวน 1,044 คน จะได้รับการให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องสารเสพติดและโปรแกรมทักษะชีวิต ส่วนเด็กกลุ่มที่ 2 จำนวน 1,292 คน เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้รับโปรแกรมใดๆเลย ซึ่งการประเมินผลเด็กนั้นได้จากการตอบแบบสอบถามของผู้บริหารแต่ละโรงเรียน ผลการศึกษาเด็กที่ได้รับโปรแกรมนี้จะเป็นตัวทำนายในเรื่องความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดเท่านั้น แต่ไม่ได้เป็นตัวทำนายความตั้งใจต่อการสูบบุหรี่ หรือการดื่มแอลกอฮอล์

Dilorenzo<sup>(55)</sup> ศึกษาโปรแกรมป้องกันการสูบบุหรี่ในโรงเรียนของนักเรียนในสถานศึกษาเกรด 7 โดยใช้รูปแบบจิตวิทยา – สังคม รวมทั้งสอนทักษะการปฏิเสธเพื่อต่อต้านการสูบบุหรี่ของสังคม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้ทักษะการปฏิเสธเพิ่มมากขึ้น และได้มีการติดตามผลหลังจากจัดกิจกรรม 1 เดือน และอีก 1 ปี ต่อมาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองยังคงไม่สูบบุหรี่เช่นเดิม

## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อ ความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์ โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) แบบก่อนและหลังให้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยมีกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม (Before-After Experiment with one control group) ซึ่งผู้วิจัยมีวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า เป็นขั้นตอนดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ
4. วิธีดำเนินการทดลอง

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and Samples)

##### 1.1 ประชากรเป้าหมาย (Target Population)

คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์

##### 1.2 ประชากรตัวอย่าง (Samples Population)

คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ ที่เป็นโรงเรียนขนาดกลาง ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีจับฉลากมา 1 โรงเรียนจากจำนวน 7 โรงเรียน คือ โรงเรียนวัดนิเวศูฒาราม ซึ่งนักเรียนมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ในการคัดเลือก (Inclusion Criteria) และเกณฑ์ในการคัดออก (Exclusion Criteria)

##### 1.3 เกณฑ์ในการคัดเลือก (Inclusion Criteria)

1.3.1 เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง

1.3.2 เป็นนักเรียนในโรงเรียนขนาดกลาง (จำนวนนักเรียน 300-900 คน)

1.3.3 มีทั้งนักเรียนชายและนักเรียนหญิงในห้องเรียน

1.3.4 นักเรียนไม่เคยได้รับโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดของกรมสุขภาพจิตมาก่อน

1.3.5 ให้ความร่วมมือและยินยอมที่จะเข้าร่วมการศึกษาค้นคว้าวิจัย

#### 1.4 เกณฑ์ในการคัดออก (Exclusion Criteria)

1.4.1 นักเรียนที่มีการใช้สารเสพติด โดยการประเมินตนเองด้วยแบบคัดกรองเพื่อค้นหาการใช้สารในทางที่ผิด (DAST) ของ รศ.พญ.นันทิกา ทวิชาชาติ และ คณะ<sup>(56)</sup> แล้วพบว่า มีค่าคะแนนตั้งแต่ 3 คะแนนขึ้นไป

1.4.2 นักเรียนที่จะได้รับการอบรม ความรู้เรื่องสารเสพติดเพิ่มเติมในช่วงขณะทำการศึกษาวิจัย

1.4.3 นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมไม่ถึง 10 ใน 14 ครั้ง

#### 1.5 กลุ่มตัวอย่าง (Samples)

คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนวัดนิเวศธรรมาราม จำนวน 51 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 26 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน โดยในแต่ละห้องเรียน (ป.6/1 และ ป.6/2) แบ่งนักเรียนตามเพศชายหญิงในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำนวนเท่า ๆ กัน

#### 1.6 เทคนิคการสุ่มตัวอย่าง (Sampling Technique)

ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามที่กล่าวมา แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยจับสลากแบ่งนักเรียนเพศชายและเพศหญิงในแต่ละห้องเรียนให้มีจำนวนเท่า ๆ กันในแต่ละกลุ่มดังนี้

ห้อง ป.6/1 มีจำนวนนักเรียน 27 คน

นักเรียนชาย 14 คน จับสลากแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 7 คน กลุ่มควบคุม 7 คน

นักเรียนหญิง 13 คน จับสลากแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 7 คน กลุ่มควบคุม 6 คน

ห้อง ป.6/2 มีจำนวนนักเรียน 24 คน

นักเรียนชาย 12 คน จับสลากแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 6 คน กลุ่มควบคุม 6 คน

นักเรียนหญิง 12 คน จับสลากแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 6 คน กลุ่มควบคุม 6 คน

ดังนั้น ป.6/1 มีจำนวนนักเรียนกลุ่มทดลอง 14 คน กลุ่มควบคุม 13 คน

ป.6/2 มีจำนวนนักเรียนกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน

จากนักเรียน ป.6 ทั้งหมด 51 คน จะได้กลุ่มทดลอง 26 คน กลุ่มควบคุม 25 คน

#### 1.7 การคำนวณขนาดตัวอย่าง (Sample Size)

สูตรที่ใช้ในการคำนวณขนาดตัวอย่าง ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยในตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน<sup>(57)</sup>

$$n/\text{group} = \frac{2(Z \alpha/2 + Z\beta)^2 \delta^2}{(X_1 - X_2)^2}$$

กำหนด  $\alpha = 0.05,$   $\beta = 0.01$



$$Z_{\alpha/2} = \frac{Z_{0.05}}{2} = 1.96 \quad Z_{\beta} = Z_{0.01} = 1.28 \quad (\text{Two-tailed})$$

จากงานวิจัยของสมศักดิ์ นุกุลอุดมพาณิชย์ และคณะ<sup>(58)</sup> ศึกษาการสร้างเสริมทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุโขทัย

$$X_1 = 26.02 \quad , \quad X_2 = 22.05$$

$$\delta^2 = \text{Pooled variance} = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{(n_1 + n_2) - 2}$$

$$n_1 = \text{จำนวนนักเรียนกลุ่มทดลอง} = 45 \text{ คน}$$

$$n_2 = \text{จำนวนนักเรียนกลุ่มควบคุม} = 39 \text{ คน}$$

$$s_1 = 2.68 \quad , \quad s_2 = 2.76$$

$$\delta^2 = 7.38$$

$$n/\text{group} = \frac{2(1.96 + 1.28)^2 (7.38)}{(26.02 - 22.05)^2} = 9.83 \text{ หรือประมาณ } 10 \text{ คน}$$

เนื่องจากในโรงเรียนมีนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 2 ห้องเรียน (ป.6/1 จำนวน 27 คน และ ป. 6/2 จำนวน 24 คน) ผู้วิจัยจึงศึกษาในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งหมด รวม 51 คน เป็นกลุ่มทดลอง 26 คน และ กลุ่มควบคุม 25 คน

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

### 2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย

1. การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) โดยนำมาจากคู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาระดับประถมศึกษา<sup>(6)</sup> ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเครื่องมือได้ตรวจสอบเนื้อหาแผนการสอนโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 8 ท่าน และได้ผ่านการทดลองใช้คู่มือในโรงเรียนประถมศึกษาจำนวน 9 โรงเรียน ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม โดยมีขั้นตอนการนำคู่มือการเรียนการสอนไปใช้ในการทดลองดังนี้

1.1 นำกิจกรรมการเรียนการสอนให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์พิจารณาเพื่อให้ออกเสนอแนะ

1.2 นำกิจกรรมการเรียนการสอนไปทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในโรงเรียนชุมชนวัดเกาะหงษ์ จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 19 คน เพื่อดูความเหมาะสมของกิจกรรมการเรียนการสอน ภาษา และเวลาใช้

1.3 ปรับปรุงกิจกรรมการสอนให้เหมาะสมก่อนนำไปใช้ กับนักเรียนกลุ่มทดลอง

2. กิจกรรมนันทนาการเพื่อการพัฒนาตนเองในกลุ่มควบคุม ได้แก่ การเตรียมความพร้อมในการทำงานร่วมกัน การเข้าใจตนเองและผู้อื่น การยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น



การปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น และการระบายความคับข้องใจที่มีต่อผู้อื่นซึ่งระยะเวลาในการทำกิจกรรมพร้อมกันกับกลุ่มทดลอง แต่แตกต่างกันที่เนื้อหาของกิจกรรมโดยมีผู้ช่วยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม

2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม โดยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ซึ่งประกอบด้วย 3 ส่วน คือ

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียน ประกอบด้วย คำถามในเรื่อง เพศ อายุ ผลการเรียน ลำดับการเป็นบุตร สถานภาพของบิดา-มารดา อาชีพหลัก การศึกษาสูงสุดของบิดามารดา รายได้ของครอบครัว การใช้สารเสพติดของบุคคลในครอบครัว การถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด และ การได้รับความรู้ในเรื่องการป้องกันสารเสพติด

**ส่วนที่ 2** แบบคัดกรองผู้ใช้สารเสพติด (Drug Abuse Screening Test : DAST) พัฒนาโดย รศ.พญ.นันทิกา ทวิชาชาติและคณะ จำนวน 10 ข้อ

**ส่วนที่ 3** แบบวัดความรู้ เจตคติ และทักษะการป้องกันสารเสพติดของนักเรียน ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมาจากแนวคิดเนื้อหา และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 แบบวัดความรู้เรื่องการป้องกันสารเสพติด ประกอบด้วยคำถาม จำนวน 20 ข้อ ให้นักเรียนเลือกตอบ 2 ตัวเลือก คือ “ใช่” หรือ “ไม่ใช่”

แบบวัดความรู้แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ

1. ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical thinking) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ข้อ 1-10
2. ด้านความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ข้อ 11-20

#### วิธีการตอบ

ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุดโดยเลือกตอบเพียงข้อละคำตอบเดียว

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความด้านบวก - ให้คะแนน 1 คะแนน ถ้าตอบว่า “ใช่” ในข้อ 1, 3-9, 11, 13, 16, 17, 19, 20

ให้คะแนน 0 คะแนน ถ้าตอบว่า “ไม่ใช่”

ข้อความด้านลบ - ให้คะแนน 1 คะแนน ถ้าตอบว่า “ไม่ใช่” ในข้อ 2, 10, 12, 14, 15, 18

ให้คะแนน 0 คะแนน ถ้าตอบว่า “ใช่”

#### การแปลผล

คะแนนรวมของแบบวัดความรู้เรื่องการป้องกันสารเสพติด มีคะแนนสูงสุด = 20 คะแนน และต่ำสุด = 0 คะแนน ซึ่งได้จากคะแนนด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และด้านความคิดสร้างสรรค์ (ด้านละ 10 คะแนน) โดยนำคะแนนทั้ง 2 ด้านมารวมกัน

ตอนที่ 2 แบบวัดเจตคติเรื่องการป้องกันสารเสพติด ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 40 ข้อ เป็นมาตราวัด Likert scale แบ่งเป็น 5 ระดับ<sup>(59)</sup> ดังนี้

1. เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. เห็นด้วย
3. ไม่แน่ใจ
4. ไม่เห็นด้วย
5. ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

แบบวัดเจตคติ แบ่งเป็น 4 ด้านคือ

1. ด้านความตระหนักรู้ในตน (Self Awareness) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1-10
2. ด้านความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ ข้อ 11-20
3. ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ ข้อ 21-30
4. ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ ข้อ 31-40

#### วิธีการตอบ

ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด โดยเลือกคำตอบในแต่ละข้อเพียงข้อเดียว

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อคำถามด้านเจตคติ มีข้อความทางบวก และ ทางลบ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

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

ข้อความทางบวก ในข้อ 1, 2, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 15, 16, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 32, 34, 36, 38, 40

ข้อความทางลบ ในข้อ 3, 7, 9, 10, 13, 14, 17, 18, 22, 28, 31, 33, 35, 37, 39

#### การแปลผล

คะแนนของแบบวัดเจตคติเรื่องการป้องกันสารเสพติด มีคะแนนสูงสุด = 200 คะแนน และ ต่ำสุด = 40 คะแนน ซึ่งได้จากคะแนนรายด้านทั้ง 4 ด้าน (ด้านละ 50 คะแนน) คือ

ด้านความตระหนักรู้ในตน, ด้านความเห็นใจผู้อื่น, ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง และ ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม โดยนำคะแนนทั้ง 4 ด้านมารวมกัน

ตอนที่ 3 แบบวัดทักษะในการป้องกันสารเสพติด ประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 30 ข้อ เป็นสถานการณ์ให้นักเรียนเลือกตอบ มี 3 ตัวเลือก

แบบวัดทักษะ แบ่งเป็น 3 ด้านคือ

1. ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (Interpersonal Relationship and Communication) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ข้อ 1-10

2. ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา (Decision Making and Problem Solving) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ข้อ 11-20

3. ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (Coping with Emotion and Stress) มีจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ข้อ 21-30

#### วิธีการตอบ

ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความ หรือ สถานการณ์ที่นักเรียนเห็นว่าถูกต้องเหมาะสมที่สุด โดยเลือกตอบข้อละสถานการณ์เดียว

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ให้คะแนน 0 คะแนน ถ้าตัดสินใจเลือกสถานการณ์ที่ไม่เป็นประโยชน์ หรือ ผลเสียต่อตนเอง

ให้คะแนน 1 คะแนน ถ้าตัดสินใจเลือกสถานการณ์ที่เป็นประโยชน์ หรือ ผลดีต่อตนเองแต่ไม่ได้แสดงเหตุผล

ให้คะแนน 2 คะแนน ถ้าตัดสินใจเลือกสถานการณ์ที่เป็นประโยชน์ หรือ เป็นผลดีต่อตนเอง พร้อมกับแสดงเหตุผลที่เหมาะสม

0 คะแนน ในข้อ 1.1, 2.3, 3.3, 4.2, 5.2, 6.3, 7.1, 8.1, 9.3, 10.1, 11.1, 12.1, 13.3, 14.1, 15.3, 16.1, 17.3, 18.1, 19.1, 20.1, 21.3, 22.1, 23.2, 24.1, 25.3, 26.3, 27.1, 28.3, 29.3, 30.2

1 คะแนน ในข้อ 1.2, 2.1, 3.2, 4.1, 5.3, 6.1, 7.2, 8.2, 9.1, 10.2, 11.2, 12.2, 13.2, 14.2, 15.1, 16.2, 17.1, 18.2, 19.2, 20.2, 21.1, 22.2, 23.3, 24.2, 25.1, 26.1, 27.3, 28.2, 29.1, 30.1

2 คะแนน ในข้อ 1.3, 2.2, 3.1, 4.3, 5.1, 6.2, 7.3, 8.3, 9.2, 10.3, 11.3, 12.3, 13.1, 14.3, 15.2, 16.3, 17.2, 18.3, 19.3, 20.3, 21.2, 22.3, 23.1, 24.3, 25.2, 26.2, 27.2, 28.1, 29.2, 30.3

### การแปลผล

คะแนนรวมของแบบวัดทักษะในการป้องกันสารเสพติด มีคะแนนสูงสุด = 60 คะแนน และ ต่ำสุด = 0 คะแนน ซึ่งได้จากคะแนนรายด้านทั้ง 3 ด้าน (ด้านละ 20 คะแนน) คือ ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร, ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหาและด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดโดยนำคะแนนทั้ง 3 ด้านมารวมกัน

### 3. การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ

ขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบความรู้ เจตคติ และทักษะด้านการป้องกันสารเสพติด

1. ศึกษาเนื้อหาและแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติด จากตำราและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาสร้างเป็นแบบสอบถามวัดความรู้ เจตคติและทักษะการป้องกันสารเสพติดโดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้<sup>(60)</sup>

- 1.1 กำหนดวัตถุประสงค์
- 1.2 กำหนดประเด็นหลัก
- 1.3 แจกแจงประเด็นหลักออกเป็นประเด็นย่อย
- 1.4 กำหนดจำนวนข้อคำถาม
- 1.5 กำหนดประเภทคำถาม
- 1.6 กำหนดรูปแบบของคำถาม
- 1.7 ตรวจสอบความสอดคล้อง
- 1.8 จัดทำเป็นแบบสอบถามฉบับร่าง
- 1.9 ทดลองใช้

2. ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถามโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์จากคณะครุศาสตร์ 1 ท่าน, อาจารย์จากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ 3 ท่าน และนักจิตวิทยาจากกรมสุขภาพจิต 1 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาได้ค่า Validity ของแบบวัดความรู้เท่ากับ 0.89 , แบบวัดเจตคติเท่ากับ 0.93 และแบบวัดทักษะในการป้องกันสารเสพติดเท่ากับ 0.91 และทุกชุดรวมกันเท่ากับ 0.91

3.ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามผู้ทรงคุณวุฒิแนะนำ เพื่อให้ครอบคลุมและชัดเจนยิ่งขึ้น

4. ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) หลังจากปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามเสร็จแล้วผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเซกาบ (วิวรรณสุขวิทยา) ที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 33 คน แล้วนำไปหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ได้ผลดังนี้

- แบบวัดความรู้หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตร KR-20 ของ ดูเดอร์ ริชาร์ดสัน (Kuder Richardson)<sup>(61)</sup> มีระดับความเชื่อมั่น 0.79
- แบบวัดเจตคติ หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-coefficient) ของครอนบัค (Cronbach 1970)<sup>(62)</sup> มีระดับความเชื่อมั่น 0.76
- แบบวัดทักษะ หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-coefficient) ของครอนบัค (Cronbach 1970)<sup>(63)</sup> มีระดับความเชื่อมั่น 0.82

#### 4. วิธีดำเนินการทดลอง

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูล และ ดำเนินการจัดกิจกรรมในกลุ่มทดลองด้วยตนเอง โดยมีการดำเนินงาน ดังนี้

##### 1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยนำหนังสือจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเสนอเรื่องขออนุมัติการเข้าทำการศึกษาวิจัย

1.2 ประสานงานสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง เพื่อขอความร่วมมือในการสุ่มตัวอย่างเพื่อคัดเลือกโรงเรียนและติดต่อผู้บริหารโรงเรียน ชีแจ่งวัตถุประสงค์การวิจัย ขอความร่วมมือในการศึกษาวิจัย และนัดหมายการดำเนินกิจกรรมการวิจัย

1.3 ศึกษากิจกรรมการเรียนการสอนในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

1.4 เตรียมสื่อ อุปกรณ์ การทำกิจกรรม เช่น ใบงาน ใบความรู้ เทป บัตรคำ กระดาษ ปากกา ฯลฯ

1.4 เตรียมตัว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย โดยซักซ้อมกิจกรรมการเรียนการสอนก่อนแล้วผู้วิจัยได้ ทดลองทำกิจกรรมในนักเรียนโรงเรียนชุมชนวัดเกาะหงษ์ จำนวน 19 คน

##### 2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ในการคัดเลือก ทำแบบประเมินตนเองเพื่อคัดกรองการใช้สารในทางที่ผิด (DAST) ของ รศ.พญ. นันทิกา ทวิชาชาติและคณะ<sup>(66)</sup> จำนวน 10 ข้อ โดยเลือกนักเรียนที่มีคะแนนต่ำกว่า 3 คะแนน เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2.2 อธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินการศึกษาวิจัย ประโยชน์ที่จะได้รับและขอความร่วมมือในการเข้าร่วมวิจัยรวมทั้งความยินยอมจากผู้ปกครองด้วย

2.3 จับฉลากเพื่อแบ่งนักเรียนชายและนักเรียนหญิงในแต่ละห้องเรียน (ป.6/1และ ป.6/2)เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยการสุ่มแบบ Simple Random Sampling แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 26 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน และนัดหมายวันเวลาในการทำกิจกรรมกลุ่ม

2.4 เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pre-test) โดยใช้แบบวัดความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติด อธิบายวิธีการตอบแบบสอบถามให้นักเรียนเข้าใจก่อนทำ

2.5 กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม ดำเนินการทดลองดังนี้

กลุ่มที่ 1 (ป.6/1) วันจันทร์และวันพุธ เวลา 09.30-10.30 น. ครั้งละ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง จนครบกิจกรรม เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ เริ่มดำเนินการตั้งแต่วันที่ 26 พฤษภาคม 2546 - 9 กรกฎาคม 2546

กลุ่มที่ 2 (ป.6/2) วันอังคารและวันพฤหัสบดี เวลา 09.30-10.30 น. ครั้งละ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง จนครบกิจกรรม เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ เริ่มดำเนินการตั้งแต่วันที่ 27 พฤษภาคม 2546 - 10 กรกฎาคม 2546

2.6 กลุ่มควบคุม ผู้ช่วยผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง โดยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม (ป.6/1) และ (ป.6/2) ดำเนินกิจกรรมในวันและเวลาเดียวกันกับกลุ่มทดลอง ครั้งละ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง จนครบกิจกรรม เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์

กิจกรรมการเรียนการสอนมีดังนี้

สัปดาห์ที่	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	Pre – test คิดลึกซึ้ง ไม่พึ่งสารเสพติด	Pre - test ขยับเก้าอี้
2	คิดกว้างไว้ ห่างภัยสารเสพติด	เขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด
3	รู้ตัวไว้ ปลอดภัยดี ปลอดภัยไว้ก่อน	ผู้ใหญ่ที่ฉันรู้จัก ค้นหาข้อดีของผู้อื่น
4	หลงผิดไปเห็นใจด้วย ตั้งใจดีมีความสำเร็จ	ทายใจ รู้ไหม...ใครดีที่สุด
5	ผลข้างกายภัยข้างตัว มั่นใจ ทำได้เอง	นิทานล้อมวง ทำงานร่วมกัน
6	ร่วมคิด ร่วมทำ นำชีวิตสุข บอกให้ชัด ไม่ชัดใจ	ถนน ตราประจำตัว
	พูดอย่างไร ผูกใจเพื่อน	ใจเขาใจเรา



สัปดาห์ที่	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
7	คิดได้ ตัดสินใจเป็น อารมณ์ดี มีสุข	หลายคน หลายแบบ แม่ที่แสนดี
8	ฝึกไว้ คลายเครียด Post – test	พ่อของฉัน Post - test

(รายละเอียดกิจกรรมการเรียนการสอน ดูในภาคผนวก หน้า 133)

2.7 เก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองจากกลุ่มตัวอย่าง (Post-test) โดยใช้แบบ  
วัดความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดชุดเดียวกับก่อนการทดลอง

2.8 กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมน้อยกว่า 10 ใน 14 ครั้ง จะถูกตัดออกจาก  
การศึกษา

2.9 รวบรวมข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ต่อไป โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป  
SPSS <sup>(63) (64) (65) (66)</sup>

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 3 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
- ตอนที่ 2 ข้อมูลเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง
- ตอนที่ 3 ข้อมูลเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

## ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตารางที่ 7 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามเพศ อายุ ระดับผลการเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา จำนวนบุตรร่วมบิดามารดาเดียวกัน ลำดับที่การเป็นบุตรสัมพันธ์ภาพของบิดา มารดาและผู้ปกครองของนักเรียนในปัจจุบัน

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 26)		กลุ่มควบคุม (n = 25)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>เพศ</b>				
ชาย	13	50.0	13	52.0
หญิง	13	50.0	12	48.0
<b>อายุ</b>				
11 ปี	13	50.0	10	40.0
12 ปี	13	50.0	14	56.0
13 ปี	-	-	1	4.0
<b>ผลการเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา</b>				
1.00 - 1.99	6	23.1	8	32.0
2.00 - 2.99	9	34.6	10	40.0
3.00 - 4.00	11	42.3	7	28.0
<b>จำนวนบุตรร่วมบิดามารดาเดียวกัน</b>				
1 คน	8	30.8	5	20.0
2 คน	11	42.3	9	36.0
3 คน	2	7.7	5	20.0
4 คนขึ้นไป	5	19.2	6	24.0
<b>ลำดับที่การเป็นบุตร</b>				
1	16	61.5	12	48.0
2	7	26.9	7	28.0
3	2	7.7	1	4.0
4 ขึ้นไป	1	3.9	5	20.0

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 26)		กลุ่มควบคุม (n = 25)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>สัมพันธภาพของบิดามารดา</b>				
บิดามารดาอยู่ด้วยกัน	16	61.5	18	72.0
บิดามารดาหย่าร้าง / แยกทางกัน	8	30.8	4	16.0
บิดามารดาแยกกันอยู่คนละที่	2	7.7	-	-
เนื่องจากการทำงาน				
บิดาหรือมารดาเสียชีวิต	-	-	3	12.0
<b>ผู้ปกครองของนักเรียนในปัจจุบัน</b>				
บิดามารดา	15	57.7	18	72.0
บิดา หรือ มารดา	5	19.2	4	16.0
ญาติ	6	23.1	3	12.0

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนกลุ่มทดลอง เป็นเพศชาย และเพศหญิงเท่ากัน คือ ร้อยละ 50 อยู่ในช่วงอายุ 11 ปี ร้อยละ 50 และอายุ 12 ปี ร้อยละ 50 ผลการเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา นักเรียนส่วนใหญ่มีผลการเรียนอยู่ระหว่าง 3.00 - 4.00 คิดเป็นร้อยละ 42.3 มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน จำนวน 2 คน เป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 42.3 รองลงมาเป็นบุตรคนเดียวของบิดามารดาร้อยละ 30.8 ส่วนใหญ่เป็นบุตรคนแรก ร้อยละ 61.5 และ เป็นบุตรคนที่สอง ร้อยละ 26.9 สัมพันธภาพในครอบครัวส่วนใหญ่ บิดามารดาอยู่ด้วยกันร้อยละ 61.5 มีบิดามารดาหย่าร้างหรือแยกทางกัน ร้อยละ 30.8 ส่วนใหญ่มีผู้ปกครองที่เป็นบิดามารดา ร้อยละ 57.7 เป็นบิดาหรือมารดาคนใดคนหนึ่ง ร้อยละ 19.2 และนักเรียนที่อยู่กับญาติร้อยละ 23.1

ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุม เป็นเพศชายร้อยละ 52.0 เพศหญิงร้อยละ 48.0 ส่วนใหญ่มีอายุ 12 ปี ร้อยละ 56.0 และอายุ 11 ปี ร้อยละ 40.0 ผลการเรียนในภาคเรียนที่ผ่านมา ส่วนใหญ่มีผลการเรียนอยู่ระหว่าง 2.00 - 2.99 คิดเป็นร้อยละ 40.0 รองลงมา 1.00 - 1.99 ร้อยละ 32.0 มีจำนวนบุตรร่วมบิดามารดาเดียวกัน จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 36.0 และ ส่วนใหญ่เป็น บุตรคนแรกของบิดามารดาร้อยละ 48.0 สัมพันธภาพในครอบครัวส่วนใหญ่ บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 72.0 และผู้ปกครองของนักเรียนส่วนใหญ่เป็นบิดามารดา ร้อยละ 72.0

ตารางที่ 8 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามอาชีพ ระดับการศึกษา และรายได้ของครอบครัวของบิดามารดา

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 26)		กลุ่มควบคุม (n = 25)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>อาชีพของบิดา</b>				
ค้าขาย	3	11.5	5	20.0
รับจ้าง	9	34.6	9	36.0
ลูกจ้างเอกชน, บริษัท	2	7.7	1	4.0
เกษตรกรรม	6	23.1	3	12.0
เสียชีวิต หรือไม่ทราบ	6	23.1	7	28.0
<b>อาชีพของมารดา</b>				
แม่บ้าน	2	7.7	3	12.0
ค้าขาย	1	3.8	5	20.0
รับจ้าง	12	46.2	10	40.0
เกษตรกรรม	5	19.2	4	16.0
เสียชีวิต หรือไม่ทราบ	6	23.1	3	12.0
<b>ระดับการศึกษาของบิดา</b>				
ไม่ได้ศึกษา	1	3.8	1	4.0
ประถมศึกษา	14	53.9	13	52.0
มัธยมศึกษา	4	15.4	3	12.0
อนุปริญญา	1	3.8	-	-
เสียชีวิตหรือไม่ทราบ	6	23.1	8	32.0
<b>ระดับการศึกษาของมารดา</b>				
ไม่ได้ศึกษา	2	7.7	7	16.0
ประถมศึกษา	16	61.5	14	56.0
มัธยมศึกษา	2	7.7	4	16.0
เสียชีวิตหรือไม่ทราบ	6	23.1	3	12.0

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 26)		กลุ่มควบคุม (n = 25)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รายได้ของครอบครัว / เดือน				
0 - 2,999 บาท	9	34.6	13	52.0
3,000 - 4,999 บาท	11	42.3	9	36.0
5,000 - 9,999 บาท	4	15.4	1	4.0
10,000 - 14,999 บาท	2	7.7	2	8.0

จากตารางที่ 8 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลอง บิดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 34.6 และอาชีพของมารดาส่วนใหญ่คือ รับจ้าง เช่นกัน คิดเป็นร้อยละ 46.2 การศึกษาของบิดาส่วนใหญ่ อยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 53.9 และรองลงมาคือระดับมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 15.4 การศึกษาของมารดาส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 61.5 รองลงมาคือ ระดับมัธยมศึกษา และไม่ได้เรียนหนังสือเท่ากันคิดเป็นร้อยละ 7.7 รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายได้ 3,000 - 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 42.3 รองลงมามีรายได้ต่ำกว่า 3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 34.6

นักเรียนกลุ่มควบคุม บิดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 36.0 และมารดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างเช่นกัน คิดเป็นร้อยละ 40.0 การศึกษาของบิดา ส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 52.0 รองลงมาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 12.0 และการศึกษาของมารดา ส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 61.5 และรองลงมาคือ ระดับมัธยมศึกษา และไม่ได้เรียนหนังสือเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 16.0 รายได้ของครอบครัวต่อเดือนส่วนใหญ่มีรายได้ ต่ำกว่า 3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 52.0 รองลงมามีรายได้ 3,000 - 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 36.0

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 9 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม  
จำแนกตามสารเสพติดที่บุคคลในครอบครัวใช้ การถูกชักจูงให้ใช้สารเสพติด  
และการได้รับความรู้เรื่องสารเสพติดมาก่อน

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 26)		กลุ่มควบคุม (n = 25)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>สารเสพติดที่บุคคลในครอบครัวใช้</b>				
กัญชา	-	-	1	4.0
ยาบ้า	-	-	1	4.0
บุหรี่	15	57.7	10	40.0
สุรา, เบียร์	24	92.4	17	68.0
<b>การถูกชักจูงให้ใช้สารเสพติด</b>				
เคย	-	-	1	4.0
ไม่เคย	26	100.0	24	96.0
<b>การได้รับความรู้เรื่องสารเสพติด</b>				
ครูสอนในชั้นเรียน วิชา สปช.	26	100.0	25	100.0
ชมนิทรรศการ	-	-	2	8.0
การบรรยาย	6	23.1	8	32.0
การอบรม	10	38.5	9	36.0
จากวิทยุ	9	34.6	7	28.0
จากโทรทัศน์	17	65.4	13	52.0
จากหนังสือพิมพ์	11	42.3	10	40.0
หอกระจายข่าว	4	15.4	1	4.0
โปสเตอร์	2	7.7	2	8.0
เอกสารแผ่นพับ	1	3.8	-	-
ป้ายผ้า / ป้ายรณรงค์	8	30.8	6	24.0

**จากตารางที่ 9** พบว่า ในนักเรียนกลุ่มทดลอง สารเสพติดที่บุคคลในครอบครัวใช้ ส่วนใหญ่ คือ สุรา, เบียร์ คิดเป็นร้อยละ 92.4 และรองลงมา คือ บุหรี่ ร้อยละ 57.7 นักเรียนไม่เคยถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด คิดเป็นร้อยละ 100.0 และเรื่องการได้รับความรู้เรื่องสารเสพติด นักเรียนทุกคนได้เรียนในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต คิดเป็นร้อยละ 100.0 รองลงมาได้รับความรู้จากโทรทัศน์, หนังสือพิมพ์ และจากการอบรม คิดเป็นร้อยละ 65.4, 42.3 และ 38.5 ตามลำดับ

ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุม สารเสพติดที่บุคคลในครอบครัวใช้ส่วนใหญ่ คือ สุรา, เบียร์ และรองลงมา คือ บุหรี่ เช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง คิดเป็นร้อยละ 68.0 และ 40.0 ตามลำดับ และมีบุคคลในครอบครัวใช้กัญชา คิดเป็นร้อยละ 4.0 และยาบ้า ร้อยละ 4.0 เช่นกัน มีนักเรียนถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 4.0 และส่วนใหญ่ไม่เคยถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด ร้อยละ 96.0 เรื่องการได้รับความรู้เรื่องสารเสพติด นักเรียนทุกคนเรียนในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต คิดเป็นร้อยละ 100.0 และรองลงมาได้รับความรู้จากโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ และการอบรม เช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง คิดเป็นร้อยละ 52.0, 40.0 และ 36.0 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ข้อมูลเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการทดลอง มีดังนี้

2.1 วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองโดยการทดสอบค่าที (Paired t - test)

ตารางที่ 10 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (n = 26)				t	P - value
	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
<b>ความรู้</b>						
ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์	7.96	1.31	8.92	1.16	-2.63*	.014
ความคิดสร้างสรรค์	7.85	1.22	8.69	1.59	-2.95**	.007
ด้านรวม	15.81	1.83	17.61	2.40	-3.89**	.001
<b>เจตคติ</b>						
ความตระหนักรู้ในตน	33.81	4.66	37.96	6.49	-4.16**	.000
ความเห็นใจผู้อื่น	35.08	4.22	36.08	4.87	-1.21	.240
ความภูมิใจในตนเอง	37.65	5.25	40.88	4.30	-3.41**	.002
ความรับผิดชอบต่อสังคม	37.81	5.41	40.31	5.06	-2.56*	.017
ด้านรวม	144.35	14.29	155.23	15.71	-6.62**	.000
<b>ทักษะ</b>						
การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	14.77	2.27	16.58	2.61	-4.97**	.000
การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา	15.35	3.63	16.73	2.47	-2.36*	.027
การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	14.00	3.36	15.46	2.94	-3.26**	.003
ด้านรวม	44.12	7.79	48.77	6.92	-5.80**	.000

หมายเหตุ : \* P < .05, \*\* P < .01

**จากตารางที่ 10** การทดสอบค่าเฉลี่ยคะแนนความแตกต่างด้านรวมของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของกลุ่มทดลองก่อนได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม พบว่า ความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติด มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความรู้เป็นรายด้าน พบว่า ด้านความคิดวิเคราะห์ วิวิจารณ์ มีค่าความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความคิดสร้างสรรค์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของเจตคติเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความตระหนักรู้ในตน และด้านความภูมิใจในตนเอง มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และด้านความรับผิดชอบต่อสังคม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความเห็นใจผู้อื่น พบว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของทักษะเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร และด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองโดยการทดสอบค่าที (Paired t - test)

ตารางที่ 11 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

ตัวแปร	กลุ่มควบคุม (n = 25)				t	P - value
	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
<b>ความรู้</b>						
ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์	7.84	1.57	8.04	1.34	-.87	.395
ความคิดสร้างสรรค์	8.00	1.68	7.84	1.46	.46	.647
ด้านรวม	15.84	2.78	15.88	2.42	-.10	.922
<b>เจตคติ</b>						
ความตระหนักไว้ในตน	33.68	6.06	36.04	4.28	-2.25*	.034
ความเห็นใจผู้อื่น	35.00	4.20	35.56	3.36	-.53	.598
ความภูมิใจในตนเอง	39.60	4.99	37.20	5.61	2.24*	.035
ความรับผิดชอบต่อสังคม	38.44	4.40	37.36	4.89	1.16	.259
ด้านรวม	146.72	14.42	146.16	14.57	.24	.811
<b>ทักษะ</b>						
การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	14.32	2.93	15.48	2.58	-3.46**	.002
การตัดสินใจและแก้ไข	15.44	2.71	15.28	3.35	.51	.616
<b>ปัญหา</b>						
การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	14.56	3.06	13.96	2.79	1.13	.271
ด้านรวม	44.32	7.12	44.72	6.88	-.70	.491

หมายเหตุ : \* P < .05, \*\* P < .01

**จากตารางที่ 11** การทดสอบค่าเฉลี่ยคะแนนความแตกต่างด้านรวมของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม พบว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความรู้ในรายด้าน พบว่า ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และด้านความคิดสร้างสรรค์ ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของเจตคติในรายด้าน พบว่า ด้านความตระหนักรู้ในตน และด้านความภูมิใจในตนเอง มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และด้านความเห็นใจผู้อื่น และด้านความรับผิดชอบต่อสังคม ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของทักษะในรายด้าน พบว่า ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตอนที่ 3 ข้อมูลเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีดังนี้

3.1 วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง โดยการทดสอบค่าที (Independent t - test)

ตารางที่ 12 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง				t	P – value
	กลุ่มทดลอง(n=26)		กลุ่มควบคุม(n=25)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
<b>ความรู้</b>						
ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์	7.96	1.31	7.84	1.57	.30	.765
ความคิดสร้างสรรค์	7.85	1.22	8.00	1.68	-.38	.710
ด้านรวม	15.81	1.83	15.84	2.78	-.05	.961
<b>เจตคติ</b>						
ความตระหนักรู้ในตน	33.81	4.66	33.68	6.06	.09	.933
ความเห็นใจผู้อื่น	35.08	4.22	35.00	4.20	.07	.948
ความภูมิใจในตนเอง	37.65	5.25	39.60	4.99	-1.36	.182
ความรับผิดชอบต่อสังคม	37.81	5.41	38.44	4.40	-.46	.650
ด้านรวม	144.35	14.29	146.72	14.42	-.59	.558
<b>ทักษะ</b>						
การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	14.77	2.27	14.32	2.93	.61	.542
การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา	15.35	3.63	15.44	2.71	-.10	.917
การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	14.00	3.36	14.56	3.06	-.62	.537
ด้านรวม	44.12	7.79	44.32	7.12	-.09	.922

หมายเหตุ : \* P < .05, \*\* P < .01

จากตารางที่ 12 การทดสอบค่าเฉลี่ยคะแนนความแตกต่างด้านรวมของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม พบว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในรายด้านทุกด้านของความรู้ เจตคติ และทักษะ ก็พบว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกัน



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3.2 วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง โดยการทดสอบค่าที (Independent t - test)

ตารางที่ 13 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

ตัวแปร	หลังการทดลอง				t	P – value
	กลุ่มทดลอง(n=26)		กลุ่มควบคุม(n=25)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
<b>ความรู้</b>						
ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์	8.92	1.16	8.04	1.34	2.52*	.015
ความคิดสร้างสรรค์	8.69	1.59	7.84	1.46	1.99	.053
ด้านรวม	17.61	2.40	15.88	2.42	2.57*	.013
<b>เจตคติ</b>						
ความตระหนักรู้ในตน	37.96	6.49	36.04	4.28	1.24	.220
ความเห็นใจผู้อื่น	36.08	4.87	35.56	3.36	.44	.662
ความภูมิใจในตนเอง	40.88	4.30	37.20	5.61	2.64**	.001
ความรับผิดชอบต่อสังคม	40.31	5.06	37.36	4.89	2.12*	.040
ด้านรวม	155.23	15.71	146.16	14.57	2.14*	.038
<b>ทักษะ</b>						
การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	16.58	2.61	15.48	2.58	1.51	.138
การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา	16.73	2.47	15.28	3.35	1.77	.084
การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	15.46	2.94	13.96	2.79	1.87	.068
ด้านรวม	48.77	6.92	44.72	6.88	2.09*	.041

หมายเหตุ : \* P < .05 , \*\* P < .01

**จากตารางที่ 13** การทดสอบความแตกต่างด้านรวมของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความรู้เป็นรายด้าน พบว่า ด้านความคิดวิเคราะห์ วิวิจารณ์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความคิดสร้างสรรค์ ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของเจตคติเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความภูมิใจในตนเอง และด้านความรับผิดชอบต่อสังคม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความตระหนักรู้ในตนเองและด้านความเห็นใจผู้อื่น ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของทักษะเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา และด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3 วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง โดยการทดสอบค่าที (Independent t - test)

ตารางที่ 14 ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

ตัวแปร	หลังการทดลอง				t	P – value
	กลุ่มทดลอง(n=26)		กลุ่มควบคุม(n=25)			
	D	S.D.	D	S.D.		
<b>ความรู้</b>						
ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์	.96	1.86	.20	1.15	1.74	.087
ความคิดสร้างสรรค์	.84	1.46	-.16	1.72	2.25*	.029
ด้านรวม	1.80	2.36	4.00	2.01	2.86**	.006
<b>เจตคติ</b>						
ความตระหนักรู้ในตน	4.15	5.09	2.36	5.24	1.23	.221
ความเห็นใจผู้อื่น	1.00	4.23	.56	5.24	.33	.743
ความภูมิใจในตนเอง	3.23	4.83	-2.40	5.35	3.94**	.000
ความรับผิดชอบต่อสังคม	2.50	4.97	-1.08	4.67	2.64**	.011
ด้านรวม	10.88	8.38	-.56	11.59	4.05**	.000
<b>ทักษะ</b>						
การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	1.80	1.85	1.16	1.67	1.30	.197
การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา	1.38	2.99	-.16	1.57	2.29*	.026
การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	1.46	2.28	-.60	2.66	2.97**	.005
ด้านรวม	4.65	4.08	.40	2.85	4.29**	.000

หมายเหตุ : \* P < .05 , \*\* P < .01

**จากตารางที่ 14** การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยด้านรวมของความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมื่อพิจารณาค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้เป็นรายด้าน พบว่า ด้านความคิดวิเคราะห์หิววิจารณ์ ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความคิดสร้างสรรค์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของเจตคติเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นใจผู้อื่น ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของทักษะเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

##### 1. ข้อมูลทั่วไป

###### 1.1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศูฒาราม จำนวน 51 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 26 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน

จากการศึกษาข้อมูลของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม พบว่า ส่วนใหญ่มีข้อมูลคล้ายคลึงกัน คือ เป็นเพศหญิงและเพศชายเท่า ๆ กัน ส่วนใหญ่มีอายุช่วง 11-12 ปี ผลการเรียนรู้ในภาคเรียนที่ผ่านมา มีความแตกต่างกัน คือ กลุ่มทดลองส่วนใหญ่ มีผลการเรียนอยู่ระหว่าง 3.00-4.00 ร้อยละ 42.3 ส่วนกลุ่มควบคุมมีผลการเรียนอยู่ระหว่าง 2.00-2.99 ร้อยละ 40.0

จำนวนบุตรร่วมบิดามารดาเดียวกัน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีพี่น้องจำนวน 2 คน ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 42.3 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 36.0 นักเรียนส่วนใหญ่ในกลุ่มทดลองร้อยละ 61.5 และกลุ่มควบคุมร้อยละ 48.0 เป็นบุตรคนแรก และรองลงมาเป็นบุตรคนที่ 2 ของบิดามารดาในทั้ง 2 กลุ่ม

สัมพันธภาพของบิดามารดาส่วนใหญ่ บิดาและมารดาอยู่ด้วยกัน ในกลุ่มทดลอง ร้อยละ 61.5 กลุ่มควบคุมร้อยละ 72.0

ผู้ปกครองของนักเรียนในปัจจุบัน ส่วนใหญ่เป็นบิดามารดา ในกลุ่มทดลองร้อยละ 57.7 กลุ่มควบคุมร้อยละ 72.0 และนักเรียนที่มีญาติเป็นผู้ปกครอง ในกลุ่มทดลองร้อยละ 23.1 กลุ่มควบคุมร้อยละ 12.0

###### 1.2 ข้อมูลทั่วไปของบิดามารดา

อาชีพของบิดา ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง กลุ่มทดลองร้อยละ 34.6 และกลุ่มควบคุมร้อยละ 36.0 เช่นเดียวกับอาชีพของมารดาส่วนใหญ่ คือ รับจ้างเช่นกัน กลุ่มทดลองร้อยละ 46.2 กลุ่มควบคุมร้อยละ 40.0

ระดับการศึกษา ของบิดาและมารดาส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นประถมศึกษา ระดับการศึกษาของบิดาในกลุ่มทดลองร้อยละ 53.9 กลุ่มควบคุมร้อยละ 52.0 และระดับการศึกษาของมารดาในกลุ่มทดลองร้อยละ 61.5 กลุ่มควบคุมร้อยละ 56.0

รายได้ของครอบครัว พบว่ากลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีรายได้ตั้งแต่ 3,000-4,999 บาท/เดือน คิดเป็นร้อยละ 42.3 และกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีรายได้ ต่ำกว่า 3,000 บาท ร้อยละ 52.0

### 1.3 ข้อมูลเกี่ยวกับสารเสพติด

สารเสพติดที่บุคคลในครอบครัวใช้เป็นส่วนใหญ่ คือ สุรา เบียร์ ในกลุ่มทดลองร้อยละ 92.4 และกลุ่มควบคุม ร้อยละ 68.0 รองลงมา ได้แก่ บุหรี่ ในกลุ่มทดลองร้อยละ 57.7 และกลุ่มควบคุมร้อยละ 40.0

การถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด พบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองทุกคนไม่เคยถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติดคิดเป็นร้อยละ 100.0 และในกลุ่มควบคุมนักเรียนไม่เคยถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติดร้อยละ 96.0 ส่วนนักเรียนที่เคยถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติดมีจำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 4.0

การได้รับความรู้เรื่องสารเสพติด พบว่านักเรียนกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองทุกคนได้รับความรู้จากการเรียนในชั้นเรียนวิชาสปช.(สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต)ทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100.0 และรองลงมาได้รับความรู้จากโทรทัศน์ ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 65.4 และกลุ่มควบคุมร้อยละ 52.0

## 2. จากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลได้ดังนี้

### 2.1 ความรู้ในการป้องกันสารเสพติด

**กลุ่มทดลอง** หลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในด้านรวม และรายด้าน ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**กลุ่มควบคุม** หลังได้รับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในด้านรวมและรายด้านไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

### ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

**ก่อนการทดลอง** ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในด้านรวม และรายด้านของทั้ง 2 กลุ่มไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**หลังการทดลอง** ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในด้านรวมและด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความคิดสร้างสรรค์ ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ในด้านรวม กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมและมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และด้านความคิดสร้างสรรค์ กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## 2.2 เจตคติในการป้องกันสารเสพติด

**กลุ่มทดลอง** หลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติในด้านรวมและรายด้าน ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตน ความภูมิใจในตนเองมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความรับผิดชอบต่อสังคมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความเห็นใจผู้อื่นไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**กลุ่มควบคุม** หลังได้รับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติในด้านรวมและรายด้าน ได้แก่ความเห็นใจผู้อื่น และความรับผิดชอบต่อสังคม ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความตระหนักรู้ในตนและความภูมิใจในตนเองมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

**ก่อนการทดลอง** ค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติในด้านรวมและรายด้านไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**หลังการทดลอง** ค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติในด้านรวม และรายด้าน ได้แก่ ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่นไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่ค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติในด้านรวมและทุกด้านของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของเจตคติในด้านรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านความภูมิใจในตนเอง และ ความรับผิดชอบต่อสังคม กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่น ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### 2.3 ทักษะในการป้องกันสารเสพติด

**กลุ่มทดลอง** หลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะในด้านรวม และรายด้าน ได้แก่ การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การจัดการกับอารมณ์และความเครียดมีค่าเฉลี่ยคะแนนเพิ่มขึ้นและแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา มีค่าเฉลี่ยคะแนนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**กลุ่มควบคุม** หลังได้รับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะในด้านรวมและรายด้าน ได้แก่ การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารค่าเฉลี่ยคะแนนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

#### ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

**ก่อนการทดลอง** ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะในด้านรวม และรายด้านไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**หลังการทดลอง** ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะในด้านรวมกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมและมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในรายด้านค่าเฉลี่ยคะแนนในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมแต่ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของทักษะในด้านรวม และ ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์ เป็นการศึกษาเปรียบเทียบผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในกลุ่มทดลอง และการทำกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเองในกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทำกิจกรรม ซึ่งพบประเด็นที่น่าสนใจ ดังนี้

#### 1. ความรู้ในการป้องกันสารเสพติด

จากการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ไม่แตกต่างกัน (ดังตารางที่ 12) ในกลุ่มทดลองหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในการป้องกันสารเสพติดเพิ่มขึ้น ( $\bar{x}$  =15.81 และ 17.61 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาเนื้อหาความรู้เป็นรายด้านพบว่า ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และ ความคิดสร้างสรรค์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในการป้องกันสารเสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองในด้านรวมและความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และ 2 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ หงส์สุนีย์ เอื้อรัตนรักษา<sup>(67)</sup> ศึกษาผลของการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า คะแนนความคิดสร้างสรรค์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ผลการศึกษาไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรภรณ์ พิมละมาศ<sup>(68)</sup> ที่ศึกษาความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามแนวคิด 4 MAT กับที่ไม่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนพบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนดังกล่าวมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากนักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

เมื่อพิจารณาในด้านต่าง ๆ เป็นรายข้อพบว่า จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ตอบถูกเพิ่มขึ้นในด้านคิดวิเคราะห์วิจารณ์ หลังจากได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม นักเรียนมีความรู้เพิ่มขึ้น เรื่องการขาดความรู้เรื่องโทษและภัยของสารเสพติดและสภาพครอบครัวที่ยากจนและมีปัญหาเป็นสาเหตุให้มีการแพร่ระบาดของสารเสพติด การถูกชักชวนให้ขายสารเสพติดมีโอกาสติดสารเสพติดได้ การตระหนักถึงผลเสียต่อร่างกายจากการใช้สารเสพติด การป้องกันตนเองโดยหลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในแหล่งที่มั่วสุมสารเสพติด การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ไม่ควรลองใช้สารเสพติด ควรเตือนเพื่อนให้เลิกใช้สารเสพติด และ การมีความรู้เรื่องสารเสพติดช่วยป้องกันตนเองจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด ในด้านความคิดสร้างสรรค์ นักเรียนมีความรู้เพิ่มขึ้น เรื่อง ไม่ควรรับขนม อาหารจากคนแปลกหน้า ไม่ใช้ถ้อยคำรุนแรงต่อว่าผู้ที่มาชักชวนให้ใช้สารเสพติด ไม่ควรเกรงใจเพื่อนเมื่อถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด การไม่รับของจากผู้อื่นเป็นการป้องกันตนเองและครอบครัวจากการถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด การแพร่ระบาดของสารเสพติดมีผลกระทบต่อทุกคนในครอบครัวและสังคม การจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและต่อต้านสารเสพติดช่วยให้ชุมชนปลอดภัยจากสารเสพติด การเปลี่ยนแปลงความรู้ที่เพิ่มขึ้นนี้เป็นผลจากกิจกรรมการเรียนการสอนโดยการประยุกต์ทักษะชีวิตและการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ตามกิจกรรมที่ 1 เรื่อง คิดลึกซึ้ง.....ไม่พึ่งสารเสพติด นักเรียนได้มีการอภิปรายและร่วมกันสรุปตามใบ



งานในเรื่องวิธีการแพร่ระบาดของสารเสพติดเนื่องจากมีผู้เสพและผู้ขายสารเสพติด อาจแจกให้ลองเสิร์ฟ หรือเป็นผู้นำกลุ่มที่มาชักชวนให้ขายสารเสพติดเพื่อให้มีรายได้เพิ่มมากขึ้น สาเหตุของการแพร่ระบาดของสารเสพติดคือการขาดความรู้ถึงโทษและพิษภัยของสารเสพติด จำนวนผู้ขายมีมากและได้ค่าตอบแทนสูง คนในชุมชนไม่ร่วมมือกัน เจ้าหน้าที่ขาดความรับผิดชอบ และสภาพครอบครัวที่ยากจนมีปัญหาทำให้มีการแพร่ระบาดของสารเสพติด ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของสารเสพติดต่อตนเองและครอบครัว ได้แก่ ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินลดลง และอาจถูกชักจูงไปใช้สารเสพติดได้ง่าย ถูกเพื่อนบ้านรังเกียจว่าเป็นผู้ใช้สารเสพติด ทำให้ครอบครัวไม่มีความสุข และวิธีป้องกันตนเองจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด โดยหลีกเลี่ยงไม่ลองใช้สารเสพติด ปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด เตือนเพื่อนไม่ให้ใช้สารเสพติดและไม่เข้าไปอยู่ในแหล่งมั่วสุมสารเสพติด การรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ กิจกรรมที่ 2 เรื่อง คิดกว้างไว้ ห่างภัยสารเสพติด นักเรียนได้ร่วมกันวิเคราะห์แสดงความคิดเห็น มีส่วนร่วมในการเสนอแนวทางเพื่อป้องกันตนเองและครอบครัวจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด เนื่องจากเสพติดเป็นภัยใกล้ตัว ถ้ารู้เท่าทัน และคิดได้คิดเป็น จะป้องกันตนเองและครอบครัวจากสารเสพติดได้โดยนักเรียนมีแนวคิดในการหลีกเลี่ยงจากการถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติดที่เหมาะสม โดยรู้จักปฏิเสธและบอกถึงข้อดี ข้อเสีย ของการหลีกเลี่ยงนั้นได้ รวมทั้งสามารถบอกถึงโทษ พิษภัย วิธีการที่จะถูกชักชวนไปสู่สารเสพติดแก่คนในครอบครัวได้ จากการเรียนรู้ดังกล่าวทำให้นักเรียนมีความสามารถด้านพุทธิพิสัยตามแนวคิดของบลูม<sup>(69)</sup> ประกอบด้วย ความรู้ ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และการประเมินผลเกิดขึ้นหลังจากได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ส่วนด้านความคิดสร้างสรรค์หลังการทดลองเมื่อเปรียบเทียบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานในข้อ 2 ทั้งนี้เนื่องจาก ค่าเฉลี่ยคะแนนความคิดสร้างสรรค์หลังการทดลองของทั้ง 2 กลุ่มใกล้เคียงกัน ( $\bar{x} = 8.69$  และ  $7.84$  ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมมีความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่อง ถ้าเพื่อนในห้องใช้สารเสพติดควรบอกให้ครูทราบ ไม่ควรเกรงใจเพื่อนเมื่อถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด กำลังใจและความอบอุ่นในครอบครัวป้องกันไม่ให้คุณครูในครอบครัวใช้สารเสพติด และ ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของสารเสพติดในโรงเรียน แต่เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลอง นักเรียนมีความรู้ใกล้เคียงกันในเรื่อง ถ้ามีเพื่อนในห้องใช้สารเสพติดควรบอกให้ครูทราบ ไม่ควรเกรงใจเพื่อนเมื่อถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด กำลังใจและความอบอุ่นในครอบครัวป้องกันไม่ให้คุณครูในครอบครัวใช้สารเสพติด และ ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของสารเสพติดในโรงเรียน ผลการศึกษาสอดคล้องกับงานวิจัยของ พัชรภรณ์ พิมละมาศ<sup>(68)</sup> ที่พบว่านักเรียนทั้ง 2 กลุ่มมีความคิดสร้างสรรค์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



และเมื่อทดสอบค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของความรู้ในด้านรวม ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และด้านความคิดสร้างสรรค์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 14) แสดงว่า หลังจากการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการแพร่ระบาดของสารเสพติด ผลกระทบของสารเสพติด และค้นหาแนวทางในการป้องกันการแพร่ระบาดของสารเสพติด ได้ โดยการเรียนการสอนใช้กระบวนการกลุ่มและประสบการณ์จากผู้เรียน ซึ่งในปัจจุบันนี้ สถานการณ์การแพร่ระบาดและการป้องกันสารเสพติดก็เป็นที่ทราบกันโดยทั่วไป และในระบบโรงเรียนได้มีการให้ความรู้เพื่อป้องกันและสกัดกั้นการแพร่ระบาดของสารเสพติด ดังนั้นนักเรียนที่ได้รับการเรียนรู้ดังกล่าวจึงมีผลต่อความรู้ และความคิดสร้างสรรค์ในการป้องกันการแพร่ระบาดของสารเสพติดเพิ่มมากขึ้น ส่วนด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของความรู้ ค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยใกล้เคียงกัน ( $D=0.96$  และ  $0.20$ ) ตามลำดับ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจึงไม่มีความแตกต่างกัน อาจเนื่องจากความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนซึ่งอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษา อยู่ในขั้น Concrete operation ดังนั้นควรต้องส่งเสริมและปลูกฝังให้นักเรียนได้คิดวิเคราะห์หรืออย่างมีเหตุผลให้มากขึ้น

นักเรียนกลุ่มควบคุมภายหลังได้รับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง พบว่ามีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ ในด้านรวมและรายด้านใกล้เคียงกัน (ดังตารางที่ 11) และไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่ากิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเองไม่สามารถทำให้นักเรียนมีความรู้ในการป้องกันสารเสพติดเพิ่มขึ้นได้

## 2. เจตคติในการป้องกันสารเสพติด

จากการศึกษาพบว่า เจตคติในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $\bar{x} = 144.35$  และ  $155.23$  ตามลำดับ) เป็นไปตามสมมติฐาน ข้อที่ 1

พิจารณาในรายด้านพบว่าความตระหนักรู้ในตน ความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความเห็นใจผู้อื่น ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 10) เป็นผลจากกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ในกิจกรรมที่ 3 รู้ตัวไว้ปลอดภัยดี นักเรียนได้ตระหนักในตนเองถึงข้อดีในการป้องกันการถูกชักจูงให้ไปใช้สารเสพติดและข้อดีที่ยั่งยืนต่อการถูกชักจูงให้ไปใช้สารเสพติด โดยใช้กรณีศึกษาเรื่อง ทางเลือก เป็นสื่อในการสร้างความรู้สึกรู้สึก และอภิปรายโต้เถียง

ข้อขัดแย้งกันเพื่อสรุปเป็นข้อดีได้แก่ มั่นใจในตนเอง ไม่เชื่อคนง่าย ไม่ชอบบดอง ข้อดีอย่างได้แก่ ชอบบดอง ชี้แจงใจ เชื่อคนง่าย ชอบเสียง และวิธีในการป้องกันและหลีกเลี่ยงจากการถูกชักจูงไปใช้สารเสพติด เช่น ติดโทรศัพท์และการใช้เหตุผลในการตัดสินใจ กิจกรรมที่ 4 ปลอดภัยไว้ก่อน นักเรียนได้ตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการใช้สารเสพติด โดยร่วมอภิปรายภาพข่าว เมายาบ้า จี้จับตัวประกัน ถึงสาเหตุจากการใช้สารเสพติด ก่อให้เกิดความเดือดร้อนทั้งผู้ใช้สารเสพติด ผู้ใกล้ชิด และคนในสังคม โดยมีแนวคิดในการที่จะช่วยลดปัญหาที่เกิดจากการใช้สารเสพติด คือ ไม่ลองใช้แม้เพียงเล็กน้อย ช่วยเผยแพร่ความรู้เรื่องสารเสพติดแก่เพื่อนและผู้ใกล้ชิด เตือนเพื่อนไม่ให้ใช้สารเสพติด และร่วมรณรงค์ในการต่อต้านสารเสพติด กิจกรรมที่ 5 หลงผิดไปเห็นใจด้วย นักเรียนได้เห็นใจและเข้าใจผู้ใช้สารเสพติด จากกรณีศึกษาเรื่อง คุณตาของหนูแดง ในการสร้างความรู้สึกของนักเรียนต่อการติดยาหรือโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์และร่วมอภิปรายถึงแนวทางให้การช่วยเหลือ ให้กำลังใจ โดยบอกถึงโทษ พิษภัยของสารเสพติดแก่ผู้ใช้และให้กำลังใจกับผู้ที่พยายามเลิกใช้สารเสพติด กิจกรรมที่ 6 ตั้งใจดีมีความสำเร็จ นักเรียนได้เห็นใจและเข้าใจผู้เลิกใช้สารเสพติด จากกรณีศึกษาเรื่อง ความพยายามของแม่ นักเรียนสงสารและเห็นใจแม่ที่ต้องอดทนและทรมาณกับอาการอยากเหล้าและการได้รับกำลังใจจากบุคคลในครอบครัวทำให้แม่เลิกเหล้าได้สำเร็จ นักเรียนได้อภิปรายถึงการแสดงออกเพื่อเป็นกำลังใจให้ผู้เลิกใช้สารเสพติด ได้แก่ การให้อภัย ยอมรับและให้โอกาสแก่เขา และหลีกเลี่ยงจากการใช้สารเสพติด กิจกรรมที่ 7 ผลข้างกายภัยข้างตัว นักเรียนได้เห็นใจและเข้าใจผู้ได้รับผลกระทบจากปัญหาสารเสพติด จากกรณีศึกษาเรื่อง บ้านทึบของเก้ นักเรียนรู้สึกสงสาร เสียใจต่อครอบครัวของเก้ที่มีผู้ติดสารเสพติด และเห็นใจเพื่อนที่พ่อติดคุก แม่ป่วย นักเรียนได้สรุปแนวทางการช่วยเหลือโดยการให้กำลังใจเก้ พุดจาปลอบโยน ไปเยี่ยมแม่ที่ป่วย และช่วยทบทวนบทเรียนให้เก้ที่ต้องขาดเรียนเพราะต้องไปเฝ้าแม่ กิจกรรมที่ 8 มั่นใจทำได้เอง นักเรียนรู้สึกภูมิใจในตนเองที่ไม่ใช้สารเสพติด จากกรณีศึกษาเรื่องความภูมิใจของต้น นักเรียนรู้สึกไม่ชอบ รังเกียจวัยรุ่นที่ใช้สารเสพติด ทำให้เป็นภาระของสังคมและภูมิใจ ดีใจที่ต้นมีความคิดที่ดีไม่ไปร่วมกลุ่มวัยรุ่นในชุมชนที่มั่วสุมกับสารเสพติด และตระหนักถึงพิษภัยของสารเสพติด นักเรียนสรุปถึงความภูมิใจในตนเองที่ไม่ไปใช้สารเสพติด โดยการตั้งใจเรียน เชื่อฟังพ่อแม่ ไม่เชื่อผู้อื่น และไม่สร้างปัญหาให้ครอบครัว และ กิจกรรมที่ 9 ร่วมคิดร่วมทำ นำชีวิตสุข นักเรียนสามารถรับผิดชอบตนเองและครอบครัวจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด จากกรณีศึกษาเรื่อง ครอบครัวของมานะ นักเรียนเห็นด้วยกับมานะที่ไม่ต้องการให้พ่อแม่หาเงินด้วยการขายยาบ้าเพราะผิดกฎหมายและทำให้สังคมเดือดร้อน นักเรียนได้อภิปรายการรับผิดชอบตนเองไม่ให้ไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติดใดโดยเป็นลูกที่ดี ตั้งใจเรียน ช่วยทำงานบ้าน และหลีกเลี่ยงจากสารเสพติดโดยไม่ลองใช้ ควรเตือนเพื่อนไม่ให้ไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ นักเรียนกลุ่มทดลองมีเจตคติเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นด้านความตระหนักรู้ในตน เรื่อง นักเรียนที่ชอบลงมือมีโอกาสเสี่ยงในการติดสารเสพติด ถ้าเราเชื่อมั่นในตนเองจะถูกชักจูงไปใช้สารเสพติดยาก คนที่เชื่อคนง่ายจะถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด บุคคลในครอบครัวมีความทุกข์เมื่อมีสมาชิกในครอบครัวใช้สารเสพติด ผู้ที่ติดสารเสพติดนานๆ สุขภาพจะทรุดโทรม การใช้สารเสพติดเป็นครั้งคราวทำให้ติดสารเสพติดได้ ด้านความภูมิใจในตนเองเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ในเรื่อง ครอบครัวและพ่อแม่ภาคภูมิใจที่นักเรียนไม่ใช้สารเสพติด การลองใช้สารเสพติดไม่แท้และไม่ควรเกี่ยวข้องกับเพื่อนที่ใช้สารเสพติด นักเรียนภาคภูมิใจที่มีครอบครัวอบอุ่น นักเรียนรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้เตือนเพื่อนให้เลิกใช้สารเสพติด ความมั่นใจในตนเองเป็นสิ่งที่ควรภูมิใจ ผู้ใช้สารเสพติดเป็นคนไม่มีคุณค่าในตัวเองและไม่มีภูมิใจในตนเอง ผู้ใช้สารเสพติดเป็นภาระของสังคม

ด้านความรับผิดชอบต่อสังคมเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในเรื่อง เมื่อถูกชักชวนให้ลองสารเสพติดการปฏิเสธเพื่อนไม่ทำให้เพื่อนเสียใจ ควรเตือนเพื่อนไม่ให้เข้าไปในแหล่งมั่วสุมสารเสพติด นักเรียนควรตั้งใจเรียนไม่หนีเรียนและปฏิบัติตามกฎ ระเบียบของโรงเรียนอย่างเคร่งครัด ในสังคมทุกวันนี้สารเสพติดเป็นเรื่องใกล้ตัว นักเรียนไม่ควรลองใช้สารเสพติดแม้เพียงเล็กน้อย และควรใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพื่อป้องกันตนจากสารเสพติด ส่วนด้านความเห็นใจผู้อื่น พบว่ามีเจตคติเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในเรื่อง เห็นใจผู้ถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด ผู้ติดสารเสพติดเป็นบุคคลที่น่าสงสารเพราะมีสุขภาพเสื่อมโทรม สังคมควรให้โอกาสผู้เลิกใช้สารเสพติด ควรเห็นใจผู้ได้รับผลกระทบจากปัญหาสารเสพติด และ ผู้ติดสารเสพติดเป็นภาระของครอบครัว แต่มีเจตคติเปลี่ยนแปลงลดลงจากเดิม เรื่อง ควรให้กำลังใจผู้ที่เลิกใช้สารเสพติด การคบหาสมาคมกับผู้ที่ใช้สารเสพติดเป็นคนไม่น่าเชื่อถือ กำลังใจจากครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญในการเลิกใช้สารเสพติด สังคมไม่ควรรังเกียจครอบครัวผู้ติดสารเสพติด ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเจตคติดังกล่าวมีผลทำให้ค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความเห็นใจผู้อื่นใกล้เคียงกัน ( $\bar{x} = 35.08$  และ  $36.08$  ตามลำดับ) และไม่มี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการศึกษาสอดคล้องกับการศึกษาของจรรยา ลากศิริอนันต์กุล<sup>(70)</sup> ศึกษาการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผ่านชุมชนนักเรียน บ้านโป่ง ราชบุรี พบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ย การรู้จักตนเอง เข้าใจตนเองและเห็นคุณค่าของตนเองดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับณัฐพล หาญโสภี<sup>(44)</sup> ศึกษาประสิทธิผลของการป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดสระบุรี พบว่า ความภูมิใจในตนเอง ความคาดหวังในความสามารถตนเองในกลุ่มทดลองดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกฤษณา ตรียมณีนรัตน์<sup>(49)</sup> ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่มีต่อพฤติกรรม

การป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี พบว่ากลุ่มทดลองมีความตระหนักรู้ในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และผลการศึกษาสอดคล้องกับ พิศมัย สุขอมรัตน์<sup>(42)</sup> ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษากรุงเทพมหานคร พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มทดลอง ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับณัฐพงศ์ พุดหัว<sup>(45)</sup> ศึกษาการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี พบว่า ความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนเจตคติในการป้องกันสารเสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

พิจารณาในรายด้าน พบว่า ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นใจผู้อื่นไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 13) จะเห็นได้ว่าความตระหนักรู้ในตนเองในกลุ่มควบคุมหลังได้รับกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเองมีค่าคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 11) และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยใกล้เคียงกัน ( $\bar{x} = 36.04$  และ  $37.96$  ตามลำดับ) ซึ่งเป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงเจตคติไปในทางที่ดีขึ้นในเรื่อง นักเรียนที่ชอบลองมีโอกาสเสี่ยงในการติดสารเสพติด คนที่เชื่อคนง่ายจะถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด ผู้ติดสารเสพติดนานๆทำให้สุขภาพทรุดโทรม และ การเลิกคบเพื่อนมีผลต่อการติดสารเสพติด

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของเจตคติในด้านรวมด้านความภูมิใจในตนเอง และ ด้านความรับผิดชอบต่อสังคมในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม และมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ดังตารางที่ 14) ส่วนด้านความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นใจผู้อื่น ค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นผลจากการเรียนรู้ด้านเจตคติโดยการนำกรณีศึกษามาเป็นสื่อสร้างความรู้สึกให้นักเรียนเกิดความรู้สึก หรือเกิดอารมณ์ร่วมในเรื่องนั้นๆ การรวมกลุ่มเพื่ออภิปราย จนได้ข้อสรุปเป็นการสร้างความคิดรวบยอดร่วมกันของนักเรียนทำให้เกิดเจตคติหรือเปลี่ยนแปลงเจตคติได้ และจากสถานการณ์ในปัจจุบันเป็นยุคข้อมูลข่าวสาร ปัญหาเรื่องสารเสพติดได้แพร่ระบาดเข้ามาในกลุ่มเด็กและเยาวชนได้มีการรณรงค์ให้เยาวชนได้รับ



รู้ข่าวสารเรื่องสารเสพติดและการป้องกันสารเสพติด ผ่านสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์ และสื่อบุคคลทั้งในโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน นักเรียนได้รับข่าวสารต่างๆที่ทันต่อเหตุการณ์ ได้รวดเร็วและต่อเนื่อง รวมทั้งภาครัฐและเอกชนได้รณรงค์ส่งเสริมให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดและมีการจับกุมผู้กระทำความผิดคดียาเสพติดมาลงโทษทำให้มีอิทธิพลต่อการเพิ่มเจตคติด้านความตระหนักรู้ในตนเองเพื่อป้องกันสารเสพติดของนักเรียนได้ ดังนั้นจึงพบว่าด้านความตระหนักรู้และความเห็นใจผู้อื่น ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยใกล้เคียงกันแต่ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการศึกษาเปรียบเทียบเจตคติระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม สอดคล้องกับการศึกษาของ นวนันทน์ กิจทวี<sup>(46)</sup> และสุขฤดี ธัชศฤงคารสกุล<sup>(47)</sup> ที่พบว่าความตระหนักในตนเองของกลุ่มทดลองสูงขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับณัฐพล หาญโสภี<sup>(44)</sup> ที่พบว่า ความภูมิใจในตนเองในกลุ่มทดลองดีขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### 3. ทักษะในการป้องกันสารเสพติด

จากการศึกษาพบว่า ทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $\bar{x}$  =44.12 และ 48.77ตามลำดับ) เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

พิจารณาในรายด้าน พบว่า การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา การจัดการกับอารมณ์และความเครียด มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 10) เป็นผลจากได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ในกิจกรรมที่ 10 บอกให้ชัดไม่ชัดใจ นักเรียนสามารถใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารโดยปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนไปใช้สารเสพติด โดยใช้สถานการณ์จำลองเรื่อง ไปเล่นเกมส์กันดีกว่า ให้นักเรียนแสดงให้เพื่อนดูหน้าชั้นเรียนแล้วร่วมอภิปรายถึง การปฏิเสธที่ดี ผู้วิจัยได้อธิบายถึงหลักการปฏิเสธแล้วให้นักเรียนยกตัวอย่างสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธ โดยให้แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมุติแล้วร่วมกันประเมิน สรุปตามหลักและขั้นตอนการปฏิเสธ กิจกรรมที่ 11 พูดอย่างไรผูกใจเพื่อน นักเรียนสามารถใช้คำพูดที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆได้ ตามสถานการณ์เรื่อง ไม่ได้เรามาก่อน โดยให้นักเรียนแสดงให้เพื่อนดูหน้าชั้นเรียนแล้วแต่ละกลุ่มวิเคราะห์ผลของการสื่อสารที่ขัดแย้งกัน จากนั้นแต่ละกลุ่มร่วมกันฝึกทักษะการสื่อสารที่เหมาะสมเมื่ออยู่ในสถานการณ์ต่างๆ แล้วประเมินการฝึกร่วมกัน กิจกรรมที่ 12 คิดได้ตัดสินใจเป็นนักเรียนสามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาได้ เมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดโดย

นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันแก้ปัญหาจากกรณีศึกษาเรื่อง ของฝากสำหรับมันส์ โดยวิเคราะห์ตาม ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา แล้วมาสรุปร่วมกันแล้วแต่ละกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์การ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาตามกรณีศึกษาที่มอบหมายให้ เรื่อง อย่างนี้ซีเจ๋ง เบี้ยล่าง และเด็กป๊ม กิจกรรมที่ 13 อารมณ์ดี มีสุข นักเรียนสามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์ตนเองได้อย่าง เหมาะสม จากกรณีศึกษาเรื่อง อารมณ์ของนินมี แล้วร่วมอภิปรายเปรียบเทียบผลที่เกิดขึ้นจากการ แสดงอารมณ์ต่างๆ และสรุปร่วมกันในเรื่องขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์และให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ ตาม และ กิจกรรมที่ 14 ฝึกไว้ คลายเครียด นักเรียนสามารถเลือกวิธีการจัดการกับความเครียด ได้อย่างเหมาะสม โดยการอธิบายความรู้เรื่องความเครียด และฝึกวิธีการผ่อนคลายความเครียด ด้วยวิธีฝึกการหายใจและวิธีฝึกเกร็งและคลายกล้ามเนื้อ จากเทป และบอกถึงความแตกต่างของ ความรู้สึกที่เกิดขึ้น แล้วแบ่งกลุ่มอภิปรายถึงวิธีการเลือกการผ่อนคลายความเครียดที่เหมาะสมใน แต่ละสถานการณ์ที่กำหนดให้

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการ สื่อสารเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในข้อที่ 1,2,3,4,7,8,9 และ 10 (รายละเอียดในตารางวิเคราะห์ รายข้อ หน้า 125) ซึ่งเป็นการปฏิเสธรในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดได้ถูกต้องตาม ขั้นตอนของหลักการปฏิเสธร โดยใช้คำพูดท่าทางเพื่อบอกถึงความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนได้อย่าง เหมาะสม และ นักเรียนมีทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในข้อที่ 11,12,14,15,18,19 และ 20 (รายละเอียดในตารางวิเคราะห์รายข้อ หน้า 126) เป็นการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม ตามขั้นตอนการตัดสินใจในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการใช้สาร เสพติด และมีทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียดเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในข้อที่ 21,24,25 และ 29 (รายละเอียดในตารางวิเคราะห์รายข้อ หน้า 128) เป็นการเลือกวิธีจัดการกับ อารมณ์ และความเครียดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นใน ชีวิตประจำวัน

ผลการศึกษาสอดคล้องกับ กฤษณา ตริยมณีรัตน์<sup>(49)</sup> ที่พบว่ากลุ่มทดลอง มีทักษะการ ตัดสินใจไม่สุบบุหรืและแก้ไขปัญหา ทักษะปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพและทักษะการจัดการกับ อารมณ์และความเครียดดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับ พิมพีใจ บุญยัง<sup>(43)</sup> ที่พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจไม่ลองเสพสารระเหย ทักษะ การแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญแรงกดดันจากเพื่อนที่เสพสารระเหย ทักษะปฏิเสธเมื่อถูกเพื่อนชักชวน ให้เสพสารระเหยและมีพฤติกรรมในการป้องกันการเสพสารระเหยดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับ พิศมัย สุขอมรัตน์<sup>(42)</sup> ที่พบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมี ทักษะการตัดสินใจไม่สุบบุหรื การปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ การจัดการกับความเครียดและ



พฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ที่ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับ จรรยา ลากศิริอนันต์กุล<sup>(70)</sup> ที่พบว่า กลุ่มทดลองมีการแก้ปัญหาเพื่อเผชิญความกดดัน การปฏิเสธและต่อรอง และการจัดการกับความเครียดดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะในการป้องกันสารเสพติดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $\bar{x} = 48.77$  และ 44.72 ตามลำดับ) เป็นไปตามสมมติฐาน ข้อที่ 2

เมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่า การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา และการจัดการกับอารมณ์และความเครียดไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 13) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 เนื่องจากค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะในทุกด้านมีค่าใกล้เคียงกันโดยกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ( $\bar{x} = 16.58$  และ 15.48) , ( $\bar{x} = 16.73$  และ 15.28) และ ( $\bar{x} = 15.46$  และ 13.96) ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาในรายข้อ (จากตารางวิเคราะห์รายข้อ หน้า 125-134) จะเห็นว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีทักษะใกล้เคียงกัน ในด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ได้แก่ การปฏิเสธเพื่อนเมื่อถูกชักชวนให้หนีเรียน การสื่อสารกับเพื่อนเมื่อถูกชักชวนให้ลองยาบ้าและเมื่อเพื่อนขอยืมเงินไปซื้อสารเสพติด ด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ได้แก่ เมื่อบุคคลในครอบครัวชักชวนให้สูบบุหรี่ มีเพื่อนสนิทในห้องเสพยาบ้า และมีเพื่อนในกลุ่มใช้สารเสพติด ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ได้แก่ เมื่อทะเลาะกับเพื่อน มีปัญหาในครอบครัวและรู้สึกกลัวและเครียดเมื่อเข้าสู่ระยะวัยรุ่น ทั้งนี้อาจเป็นผลจากแบบวัดทักษะที่เป็นข้อคำถามโดยยกสถานการณ์ และให้นักเรียนเลือกตอบข้อความที่ใกล้เคียงกันและเหมาะสมที่สุด นักเรียนมีความคิดที่หลากหลายในการเลือกตัดสินใจ โดยต้องอาศัยประสบการณ์ของตนเอง ความคิดรวบยอดและประยุกต์แนวคิดจากการเรียนรู้ ในกิจกรรมการเรียนการสอนมีข้อจำกัดเรื่องระยะเวลาการฝึกทักษะในแต่ละด้านเป็นการใช้สถานการณ์จำลอง แสดงบทบาทสมมติ และ กรณีศึกษาให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติ และร่วมกันวิเคราะห์สรุป ประเมินกับผู้สอน ดังนั้นการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมและดำเนินกิจกรรมได้สมบูรณ์ตามขั้นตอนทั้งหมดได้ จึงมีผลต่อความสามารถในการแยกแยะได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ผลการศึกษาสอดคล้องกับ ญัฐพงศ์ พุดห้วย<sup>(45)</sup> ที่พบว่าทักษะการตัดสินใจทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่และพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับ นวนันท์ กิจทวี<sup>(46)</sup> ที่

พบว่า ทักษะปฏิเสธรและทักษะการจัดการกับความเครียดเปรียบเทียบกับทั้ง 2 กลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของทักษะในด้านรวมและในรายด้าน ได้แก่ ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 14) ซึ่งเป็นผลจากการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในด้านทักษะ นักเรียนได้ฝึกวิเคราะห์ กรณีศึกษา สถานการณ์จำลองทำให้นักเรียนได้คิดใช้ทักษะตลอดจนมีการสาธิต แสดงบทบาทสมมติเพื่อให้นักเรียนได้รู้ชัดเห็นจริง และสามารถนำทักษะมาปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเหมาะสม โดยจุดสำคัญในการเรียนรู้ที่นักเรียนทุกคนต้องมีส่วนร่วมฝึกปฏิบัติและร่วมอภิปรายกัน มีการประเมินการฝึกปฏิบัติทักษะร่วมกันกับผู้นำกลุ่ม ผลการศึกษาสอดคล้องกับ Botvin และคณะ<sup>(50)</sup> ที่ศึกษาการพัฒนาบุคลิกภาพและความสามารถทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ในนักเรียนมัธยมศึกษา เกรด 7 กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการพัฒนาบุคลิกภาพและความสามารถทางสังคม ได้ร่วมกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจ การเผชิญต่อความเครียด และฝึกเทคนิคการปฏิเสธต่อการไปดื่มกับผู้อื่นพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับ Sallis และคณะ<sup>(53)</sup> ที่ศึกษาโปรแกรมการฝึกทักษะปฏิเสธการสูบบุหรี่ในนักเรียน เกรด 4-7 พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมในโปรแกรมได้คะแนนในระดับดีมากกว่ากลุ่มควบคุม และสามารถปฏิเสธบุหรี่จากการชักชวนของเพื่อนได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม

ส่วนการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะมีค่าใกล้เคียงกันโดยกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ( $D = 1.80$  และ  $1.16$ ) ตามลำดับ และไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงความรู้ เจตคติและทักษะของนักเรียนในด้านต่างๆ ดังนั้นควรดำเนินการพัฒนาหรือเสริมสร้างทักษะชีวิตนี้ในการเรียนการสอนปกติ เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถเผชิญปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องเหมาะสมในสังคมปัจจุบัน

2. กิจกรรมการเรียนการสอนด้านทักษะ ควรเน้นขั้นตอนและองค์ประกอบให้ครบถ้วน สมบูรณ์ โดยเฉพาะการแสดงบทบาทสมมติ ต้องแบ่งกลุ่ม หรือจับคู่ฝึก และมีการอภิปรายร่วมกัน ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาพอสมควร จึงจะเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน

3. จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ นักเรียนมีส่วนร่วมในการอภิปรายน้อย เนื่องจากไม่คุ้นเคยกับการเรียนการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่ม ในแต่ละกิจกรรมผู้วิจัยต้องกระตุ้นให้ทุกคนมีส่วนร่วม ในกิจกรรมและแบ่งกลุ่มอย่างเหมาะสม จึงจะเกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพและบรรลุตาม จุดประสงค์การเรียนการสอนได้

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัย เพื่อติดตามผลเป็นระยะเวลาอย่างต่อเนื่อง เพื่อดูผลการเปลี่ยนแปลงความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดต่อไป หรือเพื่อให้เกิดความ ยั่งยืนต่อไป

2. ควรนำกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมไปใช้กับกลุ่มเป้าหมายอื่น เช่น เยาวชนนอกระบบโรงเรียน หรือ กลุ่มที่มีพฤติกรรมเสี่ยงอื่น ๆ

3. ควรทำการศึกษาวิจัยในรูปแบบอื่นๆ เช่น การวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ การสัมภาษณ์ เจาะลึก

4. ขยายผลการศึกษาวิจัยแก่หน่วยงานหรือองค์กรชุมชน ที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินการศึกษาวิจัยต่อไป

## รายการอ้างอิง

1. คณะกรรมการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด, สำนักงาน. ปัญหายาเสพติดกับภาวะทางจิตเวช. กรุงเทพมหานคร : อรุณการพิมพ์ , 2542.
2. สมภพ เรืองตระกูล . โรคทางจิตเวช เนื่องจากสารเสพติดในเด็ก. ใน เขียวชัย งามทิพย์วัฒนา, บรรณาธิการ. ตำราจิตเวชศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เรือนแก้ว , 2542 :340.
3. เอบแคโพลด์ , สำนักวิจัย. โครงการวิจัยเพื่อประมาณการจำนวนนักเรียน – นักศึกษาที่เกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติด : กรณีศึกษาตัวอย่างนักเรียน – นักศึกษาจากสถาบันการศึกษาทุกสังกัดทั่วประเทศ. กรุงเทพมหานคร:มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ, 2544 (อัดสำเนา).
4. คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, สำนักงาน. รายงานข้อมูลผู้เข้ารับการรักษาบำบัดรักษาปีปฏิทิน 2541 – 2545 ประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2545 (อัดสำเนา).
5. ดวงใจ กสานติกุล . วัยรุ่น. ใน :เกษม ต้นติมลาชีวะ,บรรณาธิการ. ตำราจิตเวชศาสตร์ สมาคมจิตเวชแห่งประเทศไทย . กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2536:817-51.
6. คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด,สำนักงาน. รายงานผลการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ปีงบประมาณ 2543. กรุงเทพมหานคร :สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2543 : 47 – 8 (อัดสำเนา).
7. กนิษฐา กล่อมเกลา, และคนอื่นๆ. การศึกษาวิจัยเพื่อประเมินครึ่งแผนงานการศึกษาเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ. 2540 – 2544. กรุงเทพมหานคร :สำนักงานกิจการพิเศษ กระทรวงศึกษาธิการ, 2543 (อัดสำเนา).
8. สุขภาพจิต, กรม. คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา ระดับประถมศึกษา. ใน :วนิดา ชนินത്യทวงศ์,บรรณาธิการ.กรุงเทพมหานคร :สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข , 2542.
9. กำไลรัตน์ เย็นสุจิตร. การพัฒนาทักษะชีวิต. วารสารสุขภาพศึกษา 2540; 76: 69-79.
10. ศรีเรือน แก้วกังวาล. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,2540
11. Tanner, J.M Physical Growth, In.P.H. Massen(ed.) Charmichael's Manual of Child Psychology (3 rd ed., Vol1) New York:Wiley, 1970.
12. สุรางค์ ไคว้ตระกูล. จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร : บริษัทด้านสุขภาพการพิมพ์,2544.
13. Freud, S. An Outline of Psychoanalysis. New York : Norton, 1949.

14. Erikson,E. Identity : Youth and Crises. New York : Nortow, 1968.
15. สุพัฒน์ ธีรเวชเจริญชัย. ยาและสิ่งเสพติดให้โทษ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2533
16. วิสูตร ธนชัยวัฒน์. พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522-2540. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุตราไพศาล, 2540
17. คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด,สำนักงาน. การป้องกันยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรไทย, 2531
18. สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, สำนักงานนายกรัฐมนตรี. ตอบปัญหา ยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร : วรุฒนิการพิมพ์,2534 :4.
- 19.โยธิน ปอยสูงเนิน. ปัจจัยคัดสรรที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการเสพยาบ้ากลับซ้ำของนักเรียนที่เข้ารับการรักษา : ศึกษาเฉพาะกรณี โรงพยาบาลธัญญารักษ์ จังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลสาธารณสุขศาสตร์:มหาวิทยาลัยมหิดล,2544
20. อัมพร โอตระกุล. สุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์ดี จำกัด,2540.
21. อัมพร โอตระกุล. สุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร :นำอักษรการพิมพ์,2538:125-42.
22. อานันท์ สุคนธาภิรมย์.การฟื้นฟูวิชาการด้านเภสัชกรรมคลินิก ครั้งที่ 1.กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ยูนิตีพับลิเคชั่น, 2528
23. มาริสา หะสาเมาะ. ประสิทธิผลของการจัดโครงสร้างป้องกันการใช้ยาและสารเสพติดสำหรับนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกพยาบาลสาธารณสุข:มหาวิทยาลัยมหิดล,2540.
24. มาลี ธรรมลิขิตกุล. วัยรุ่นกับปัญหาเสพติด. กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์องค์การคำคุณุสภา,2533
25. กรมวิชาการ. คู่มือการปฏิบัติงาน : การใช้กระบวนการแนะแนวเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษาระดับอาชีวศึกษา. กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์ศาสนา,2540.
26. Clayton RR. Transition in drug use:risk and protective factors . In : Glantz M, Pickens R, editors. Vulnerability to drug abuse. Washington, D.C. : American Psychological Association, 1992 : 15-2.
27. อุดุทธ์ ต้นประยูร. ปัญหาสังคม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พีระพัสนา, 2523.
28. ประธาน รัชต์จรัสญ. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเข้ากับการติดสารแอมเฟตามีนของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.



- 29.บุญสม มาร์ติน และลำอาง พ่วงบุตร. สุขศึกษา (พ.203-พ.204). พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, 2528.
30. คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.สำนักงาน.แนวทางการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขยาเสพติดในสถานศึกษา. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2540.
31. เรืองชัย บุญศักดิ์. ทัศนะของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา เขตการศึกษา 11 ที่มีต่อปัญหา ยาเสพติด. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527.
32. กระทรวงศึกษาธิการ . คู่มือการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและกิจกรรมเสริมเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา,2537.
33. คณะทำงานศึกษาข้อมูลสารเสพติดในสถานศึกษา. รายงานการวิจัยสถานการณ์ยาเสพติดในกลุ่มนักเรียนนักศึกษาในสถานศึกษา จังหวัดลำพูน, 2542.
34. World Health Organization. Life skill education for children and adolescents in schools (WHO/MNH/RSF/93.7A.Rev.2) Geneva:World Health Organization, 1994.
35. ประเสริฐ ต้นสกุล. Life Skills Education ในสถานศึกษา. การประชุมสัมมนาเพื่อหาแนวทางการนำยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตมาใช้ในการป้องกันยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2538.
36. ทวีศักดิ์ นพเกษร. ทักษะชีวิตในและนอกระบบโรงเรียน. สรุปรายงานการสัมมนาระดับชาติเรื่องโรคเอดส์ ครั้งที่ 6 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, 2539.
37. กรมอนามัย “การสอนทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม” เอกสารประกอบการอบรมโครงการพัฒนาบุคลากรสอนทักษะชีวิต เพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาโดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ณ .โรงแรมหัวหินแกรนด์ ประจวบคีรีขันธ์ 24-26 กรกฎาคม 2539. (อัดสำเนา).
38. จิตรา ทองเกิด. ทักษะชีวิตในโรงเรียน. เอกสารการประชุมวิชาการสุขศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 8 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สถาบันพัฒนาสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
39. รัตนา ดอกแก้ว. ผลการพัฒนาทักษะเพื่อป้องกันโรคเอดส์ในนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาอนามัยครอบครัว : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.
40. ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. การสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติด. วารสารต่อต้านยาเสพติด 2544 ; 17 : 25 -44.



41. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมใช้สารเสพติด. ในวนิดา ชนินത്യทวงศ์, บรรณาธิการ. กรุงเทพมหานคร: บริษัทศรีเมืองการพิมพ์ จำกัด, 2543.
42. พิศมัย สุขอมวรรตน์. การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
43. พิมพ์ใจ บุญยัง. การเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกสุศึกษา : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
44. ณัฐพล หาญโสภี. โปรแกรมการสร้างพลังในการส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการเสพยาตามีนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
45. ณัฐพงศ์ พุดหล้า. การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
46. นวนันท์ กิจทวี. ประสิทธิผลของโปรแกรมสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2541.
47. สุขฤดี รัชศฤงคารสกุล. โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษา: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2543.
48. ยินดี อ้นถาวร. ความรู้และเจตคติต่อสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต: มหาวิทยาลัยบูรพา, 2544.
49. กฤษณา ตริยมณีรัตน์. ประสิทธิผลของโปรแกรมสุศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกสุศึกษา: มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทร์วิโรฒ, 2540.

50. Botvin, G.J.; Baker, E.; Botvin, E.M. ; Filazzola, A.D.; and Millman, R.B. Alcohol abuse prevention through the development of personal and social competence : A pilot study. Journal of Studies on Alcohol. 45:550-552,1984 a.
51. Maymon, T. Effectiveness evaluation of smoking, drug, and alcohol education courses via actual relevant behavior (the smoking education curriculum) MSACS as an illustrative case study. Journal of Drug Education. 16(1) (1986) : 1-12.
52. Gilchrist, L.D.; Schinke, S.P.; and Maxwell, J.S. Life Skills counseling for Preventing Problems in Adolescence. Journal of Social Service Research 10 (1987) : 73-84.
53. Sallis, J.F.; Elder, I.P.; Wildey, M.B.; De Moor C; Young, R.L.; and Shulkin, J.J. An assessing skill for refusing cigarettes and smokeless tobacco. Journal of Behavior Medicine 13 (1990) : 489-503.
54. Quine et al. A role for drug awareness and prevention programs external to the school. Health Education Research: Theory & Practice. 7(2) (1992): 259-267.
55. Dilorenzo D. An evaluation of a tobacco use education-prevention program. Department of Psychology. 1993:73-78.
56. นันทิกา ทวิชาชาติ, อรรถพล สุคนธาภิรมย์, สุขเจริญ ตั้งวงษ์ไชย, พวงสร้อย วรกุล. โครงการวิจัยเรื่องการพัฒนาแบบทดสอบที่ใช้ในการคัดกรองโรคทางจิตเวช. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
57. ปิยะลัมพร หะวานนท์. การพิจารณาขนาดตัวอย่าง ใน : ภิมย์ กมลรัตน์กุล, มนต์ชัย ชาลา ประวรรตน์, ทวีสิน ต้นประยูร, บรรณานิการ. หลักการวิจัยให้สำเร็จ. กรุงเทพมหานคร : เทกซ์ แอนด์ เจอร์นัล พับริเคชัน, 2542.
58. สมศักดิ์ นกุลอุดมพานิชย์, สุดาภรณ์ กุมาร, วิยะดา ดิลกวัฒนา. การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุโขทัย. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 2543;8: 71-80.
59. วิเชียร เกตุสิงห์. การวิจัยเชิงปฏิบัติ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2533.
60. อุทุมพร จามรมาน. แบบสอบถาม : การสร้างและการใช้. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: ฟันนี้พับบลิชซิง, 2544.
61. สังวาล รักรัษเฝ้า. ระเบียบวิธีวิจัยและสถิติในการวิจัยทางคลินิก. เชียงใหม่ : คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2539.

62. บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: B&B. Publishing, 2537.
63. ชูศรี วงศ์รัตนะ. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: เทพเนรมิตการพิมพ์, 2544.
64. ศิริชัย พงษ์วิชัย. การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.
65. กัลยา วานิชย์บัญชา. การใช้ SPSS for Windows ในการวิเคราะห์ข้อมูล. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซี เค แอนด์ เอส โฟโต้สตูดิโอ, 2544.
66. บุญเรียง ขจรศิลป์. การวิเคราะห์และแปลความหมายข้อมูลในการวิจัยโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows. กรุงเทพมหานคร : โครงการงานบริการจัดพิมพ์เอกสารวิชาการและตำรา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2543.
67. หงส์สุนีย์ เอื้อรัตนรักษา. การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยการใช้รูปแบบการคิดแก้ปัญหาอนาคตตามแนวความคิดของทอเรนซ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาจิตวิทยาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
68. พัชราภรณ์ พิมพ์มาศ. ผลของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนวิชาสังคมศึกษาตามแนวคิด 4 MAT ที่มีต่อความสามารถในการคิดวิเคราะห์และการคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการสอนสังคมศึกษา : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
69. มาลินี จุฑะระพ. จิตวิทยาการเรียนการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ์, 2541.
70. จรรยา ลากศิริอนันต์กุล. การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมนุมนักเรียน บ้านโป่ง ราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2543.

ภาคผนวก



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ  
หัวหน้าหน่วยจิตเวชเด็กและวัยรุ่น  
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์ ดร.สมพงษ์ จิตระดับ  
ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยการศึกษาเพื่อเด็กด้อยโอกาส  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์เดชา ลลิตอนันต์พงศ์  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์หญิงศิริลักษณ์ ศุภปิติพร  
อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. อาจารย์วันิดา ชนินത്യทรวงศ์  
นักจิตวิทยา สำนักพัฒนาสุขภาพจิต  
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

สถาบันวิจัยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก ข  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ใบยินยอมให้ทำการวิจัยในมนุษย์**  
**การวิจัยเรื่อง ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสาร**  
**เสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์**

วันที่ให้คำยินยอม วันที่ ..... เดือน..... พ.ศ.....

ก่อนที่ข้าพเจ้าจะลงนามในใบคำยินยอมในการวิจัยครั้งนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อนำข้อมูลเกี่ยวกับผลของการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนทักษะชีวิตเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันสารเสพติดในนักเรียนต่อไป

วิธีการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงทดลองโดยดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรูแบบมีส่วนร่วมโดยการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดในนักเรียน และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการตอบแบบสอบถาม ข้อมูลที่ได้จะนำมาวิเคราะห์ในภาพรวม ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของแต่ละบุคคลไว้เป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปสรุปผลรวมของงานวิจัย

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่างๆที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความดังกล่าวข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ จึงได้ลงนามใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย

(นางมณฑารวรรณ ยุซังกุล)

ในกรณีผู้ยินยอมยังไม่บรรลุนิติภาวะจะต้องได้รับคำยินยอมจากผู้ปกครองหรือผู้อุปการะโดยชอบด้วยกฎหมาย

ลงนาม.....ผู้ปกครอง/ผู้อุปการะโดยชอบด้วยกฎหมาย

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย

(นางมณฑารวรรณ ยุซังกุล)

**ข้อมูลสำหรับผู้ร่วมการวิจัย**  
**การวิจัยเรื่องผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ต่อความรู้ เจตคติและทักษะในการป้องกันสารเสพติด**  
**ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์**

เรียน ท่านผู้เข้าร่วมการวิจัย

ดิฉัน นางมณฑวรรณ ยุซังกุล นิสิตปริญญาโท สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่องผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์โดยมีวัตถุประสงค์รายละเอียดของการวิจัยดังต่อไปนี้

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาเปรียบเทียบ ความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและเปรียบเทียบความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กับ กลุ่มที่ได้รับการกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง เพื่อนำผลการศึกษาเป็นแนวทางในการพัฒนาความรู้ เจตคติและทักษะในการป้องกันสารเสพติดในนักเรียนโดยการพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ซึ่งจะก่อให้เกิดผลประโยชน์ต่อนักเรียนในด้านความรู้ เจตคติและทักษะในการป้องกันสารเสพติดได้อย่างเหมาะสม

2. วิธีดำเนินการวิจัย

2.1 การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศดารามมีจำนวนทั้งสิ้น 51 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม จำนวน 26 คนและกลุ่มควบคุมได้รับการกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง จำนวน 25 คน

2.2 ผู้เข้าร่วมการวิจัยต้องเข้าร่วมกิจกรรมตามนัดหมายทุกครั้ง โดยกิจกรรมจะดำเนินการสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมงในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต กลุ่มทดลอง(ป.6/1) กิจกรรมจะดำเนินการวันจันทร์ เวลา 9.30-10.30 น. และวันพุธ เวลา 9.30-10.30 น. กลุ่มทดลอง(ป.6/2) กิจกรรมดำเนินการวันอังคาร เวลา 9.30-10.30 น.และวันพฤหัสบดี เวลา 9.30-10.30 น.รวมทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ กลุ่มควบคุม(ป.6/1) กิจกรรมจะดำเนินการในวันและเวลาเดียวกันกับกลุ่มทดลอง(ป.6/1) และกลุ่มควบคุม(ป.6/2) กิจกรรมจะดำเนินการในวันและเวลาเดียวกับกลุ่มทดลอง(ป.6/2) จนครบ 8 สัปดาห์ ถ้าหากผู้เข้าร่วมการวิจัยร่วมกิจกรรมไม่ถึง 10 ใน 14 ครั้งจะถูกตัดออกจากการวิจัย

3. ข้อมูลของผู้เข้าร่วมการวิจัยอาจถูกเปิดเผยในขณะที่ดำเนินกิจกรรมการวิจัย

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล จะดำเนินการโดยการตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับ ข้อมูลส่วนตัว ความรู้ เจตคติและทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม การเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ ท่านจะไม่สามารถสิทธิประโยชน์ใดๆเป็นพิเศษทั้งสิ้น ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็นความลับ การเสนอข้อมูลจะนำเสนอการสรุปผลการวิจัยในภาพรวม การเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับตัวท่านต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกระทำได้เฉพาะกรณีที่จำเป็นด้วยเหตุทางวิชาการเท่านั้น

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด ท่านสามารถติดต่อผู้ดำเนินการวิจัยได้ที่ เลขที่ 4 ถนนสุขาदा อำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ โทรศัพท์ 01-8877970 ซึ่งยินดีให้คำตอบท่านทุกประการ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่าน และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นางมณฑวรรณ ยุซังกุล)

ผู้วิจัย

### แบบคัดกรองเพื่อค้นหาการใช้สารในทางที่ผิด (DAST)

**คำชี้แจง**            ในช่วงเวลา 1 ปีที่ผ่านมา นักเรียนเคยมีประสบการณ์ความรู้สึกต่างๆ  
ต่อไปนี้อย่างหรือไม่ด้วยการตอบแบบสอบถาม โดยกากบาท (X) ว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” ลงใน  
ช่องว่างต่อไปนี้

ข้อ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1	ฉันเคยใช้ยาอื่นนอกเหนือจากยาที่ใช้รักษาอาการเจ็บป่วย		
2	ฉันเคยใช้ยาเองโดยไม่จำเป็นมากกว่า 1 อย่างในเวลาเดียวกัน		
3	ฉันสามารถหยุดใช้ยาที่ใช้เป็นประจำได้เองเมื่อต้องการหยุด		
4	.....		
5	.....		
6	.....		
7	.....		
8	.....		
9	.....		
10	.....		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย  $\surd$  ลงในกรอบ ( ) และเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

## ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

1. เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง
2. อายุ \_\_\_\_\_ ปี
3. ผลการเรียนในเทอมที่ผ่านมา \_\_\_\_\_
4. บิดา – มารดานักเรียนมีบุตร \_\_\_\_\_ คน นักเรียนเป็นบุตรคนที่ \_\_\_\_\_
5. ครอบครัวของนักเรียนขณะนี้เป็นอย่างใด
  - ( ) บิดา – มารดา มีชีวิตอยู่ และอยู่ด้วยกัน
  - ( ) บิดา – มารดา หย่าร้างกัน หรือแยกทางกัน
  - ( ) บิดา – มารดา แยกกันอยู่คนละที่เนื่องจากการทำงาน
  - ( ) บิดา ถึงแก่กรรม
  - ( ) มารดา ถึงแก่กรรม
  - ( ) อยู่กับผู้ปกครองหรือญาติ คือ \_\_\_\_\_
  - ( ) อยู่กับบุคคลอื่น คือ \_\_\_\_\_
  - ( ) อื่นๆ (ระบุ) \_\_\_\_\_

6. อาชีพหลักของผู้ปกครอง ( ถ้ามีทั้งบิดา มารดา ผู้ปกครอง กรุณาตอบทุกคน )

อาชีพ	บิดา	มารดา	ผู้ปกครอง
1. ทำงานบ้าน	( )	( )	( )
2. รับราชการ	( )	( )	( )
3. ค้าขาย	( )	( )	( )
4. รับจ้าง	( )	( )	( )
5. ลูกจ้างเอกชน / บริษัท / ธนาคาร	( )	( )	( )
6. รัฐวิสาหกิจ	( )	( )	( )
7. เกษตรกรรม	( )	( )	( )
8. อื่น ๆ (ระบุ) _____	( )	( )	( )

## 7. การศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง ( ถ้ามีทั้งบิดา มารดา ผู้ปกครอง กรุณาตอบทุกคน )

ระดับการศึกษา	บิดา	มารดา	ผู้ปกครอง
1. ไม่ได้เรียนหนังสือ	( )	( )	( )
2. ประถมศึกษา	( )	( )	( )
3. มัธยมศึกษา	( )	( )	( )
4. อนุปริญญา / เทียบเท่า	( )	( )	( )
5. ปริญญาตรี	( )	( )	( )
6. สูงกว่าปริญญาตรี	( )	( )	( )
7. อื่น ๆ ( ระบุ ) _____	( )	( )	( )

## 8. รายได้ของครอบครัวรวมทั้งสิ้นประมาณเดือนละเท่าไร ( รวมบิดาและมารดา )

- ( ) ต่ำกว่า 3,000 บาท
- ( ) 3,000 – 4,999 บาท
- ( ) 5,000 – 9,999 บาท
- ( ) 10,000 – 14,999 บาท
- ( ) 15,000 – 19,999 บาท
- ( ) 20,000 บาท ขึ้นไป

## 9. ในครอบครัวของนักเรียนมีบุคคลใช้สารเสพติดเหล่านี้ คือ

- ( ) เฮโรอีน
- ( ) มอร์ฟีน
- ( ) ฝิ่น
- ( ) กัญชา
- ( ) ยาบ้า
- ( ) สารระเหย
- ( ) บุหรี่
- ( ) สุรา
- ( ) เปียร์
- ( ) ไม่มีบุคคลในครอบครัวใช้สารเสพติด



10. นักเรียนเคยถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติดหรือไม่

- ( ) เคย จากใคร (ระบุ)\_\_\_\_\_
- ( ) ไม่เคย

11. นักเรียนเคยได้รับความรู้ เรื่องสารเสพติดมาก่อนด้วยวิธีใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ( ) ครูสอนในชั้นเรียน ในวิชา \_\_\_\_\_
- ( ) ชมนิทรรศการ
- ( ) ฟังบรรยาย
- ( ) เข้ารับการอบรม
- ( ) ฟังวิทยุ
- ( ) ดูโทรทัศน์
- ( ) อ่านหนังสือพิมพ์
- ( ) จากหอกระจายข่าว
- ( ) จากโปสเตอร์
- ( ) จากแผ่นพับ
- ( ) จากป้ายผ้า ป้ายรณรงค์
- ( ) อื่น ๆ (ระบุ)\_\_\_\_\_

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### แบบวัดความรู้ในเรื่องการป้องกันสารเสพติด

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนโดย  
เลือกตอบเพียงข้อละคำตอบเดียว

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
<b>ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์</b>		
1. การขาดความรู้เรื่องโทษและภัยของยาเสพติดเป็นสาเหตุให้มีการแพร่ระบาดของสารเสพติด		
2. สภาพครอบครัวยากจนมีปัญหาไม่ได้เป็นสาเหตุหนึ่งของการแพร่ระบาดของสารเสพติด		
3. ถ้ามีคนชวนให้นักเรียนขายสารเสพติด นักเรียนมีโอกาสติดสารเสพติดได้		
4. ถ้าผู้เสพตระหนักถึงผลเสียต่อร่างกายจะไม่มีอาการแพร่ระบาดของสารเสพติด		
5. สารเสพติดมักแพร่ระบาดในพวกที่ถูกชักจูงให้หลงเสฟได้ง่าย		
6. การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น เล่นกีฬา จะช่วยป้องกันตนเองจากสารเสพติด		
7. นักเรียนควรหลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในแหล่งที่มีผู้สูมสารเสพติด		
8. นักเรียนจะป้องกันตนเองจากสารเสพติดได้โดยไม่ต้องใช้สารเสพติด		
9. ถ้ามีเพื่อนติดสารเสพติดนักเรียนควรเตือนเพื่อนให้เลิกใช้		
10. การมีความรู้เรื่องสารเสพติดไม่เกี่ยวข้องกับการป้องกันสารเสพติด		
<b>ความคิดสร้างสรรค์</b>		
11. เมื่อมีคนแปลกหน้านำขนมหรือลูกอมมาให้ลองชิมนักเรียนไม่ควรรับไว้		
12. นักเรียนควรต่อว่า ผู้ที่มาชักชวนให้ใช้สารเสพติดด้วยถ้อยคำที่รุนแรง		
13. ถ้าเพื่อนในห้องใช้สารเสพติด นักเรียนควรบอกให้ครูทราบ		
14. เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้สารเสพติดและถูกชักชวนให้ใช้ นักเรียนไม่ควรขัดใจเพื่อน		
15. ถ้าครอบครัวนักเรียนอยู่ในชุมชนที่ใช้สารเสพติดและถูกชักชวนให้ใช้นักเรียนและครอบครัว ควรลองเล็กน้อยเพื่อรักษาหัวใจ		
16. การไม่รับของจากผู้อื่นเป็นการป้องกันตนเองและครอบครัวจากการถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด		
17. กำลังใจและความอบอุ่นภายในครอบครัว ช่วยป้องกันไม่ให้บุคคลในครอบครัวใช้สารเสพติด		
18. การแพร่ระบาดของสารเสพติดในโรงเรียนมีผลต่อผู้เสพเท่านั้น		
19. การจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและต่อต้านสารเสพติดช่วยให้ชุมชนปลอดภัยจากสารเสพติด		
20. เมื่อนักเรียนพบเหตุการณ์ที่อาจเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของสารเสพติด ควรแจ้งให้ผู้อื่นทราบ		

### แบบวัดเจตคติ เรื่องการป้องกันสารเสพติด

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย  $\checkmark$  ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด โดยเลือกตอบเพียงข้อละคำตอบเดียว

ข้อความ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
<b>ความตระหนักรู้ในตน</b>					
1. นักเรียนที่ชอบลองมีโอกาสเสี่ยงในการติดสารเสพติด					
2. ถ้าเราเชื่อมั่นในตนเองจะถูกชักจูงไปใช้สารเสพติดยาก					
3. คนที่กล้ารับคำท้าทายให้ทดลองใช้สารเสพติดเป็นคนเก่ง					
4. การคิดไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลช่วยป้องกันการถูกชักจูงไปใช้สารเสพติด					
5. คนที่เชื่อคนง่าย จะถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด					
6. บุคคลในครอบครัวมีความทุกข์เมื่อสมาชิกใช้สารเสพติด					
7. การใช้สารเสพติดจำนวนน้อยไม่มีผลเสียต่อตนเองและครอบครัว					
8. ผู้ที่ติดสารเสพติดนาน ๆ จะทำให้สุขภาพทรุดโทรม					
9. การเลือกคบเพื่อนไม่มีผลต่อการติดสารเสพติด					
10. สารเสพติดบางชนิดอาจใช้ได้เป็นครั้งคราว					
<b>ความเห็นใจผู้อื่น</b>					
11. ผู้ที่ใช้สารเสพติด ควรได้รับกำลังใจ ที่จะเลิกใช้สารเสพติด					
12. ผู้ที่ถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด เป็นบุคคลที่น่าเห็นใจ					
13. การคบหาสมาคมกับผู้ที่ใช้สารเสพติดทำให้เป็นคนไม่น่าเชื่อถือ					
14. ผู้ติดสารเสพติดแล้วมีสุขภาพเสื่อมโทรมไม่ใช่บุคคลที่น่าสงสาร					
15. สังคมควรให้โอกาส ผู้เลิกใช้สารเสพติด					
16. กำลังใจจากครอบครัว เป็นสิ่งสำคัญในการเลิกใช้สารเสพติด					
17. ผู้เลิกใช้สารเสพติด ยังคงเป็นบุคคลที่ไม่น่าไว้วางใจ					
18. สังคมควรรังเกียจครอบครัวผู้ติดสารเสพติด					
19. เราควรเห็นใจผู้ได้รับผลกระทบจากปัญหาสารเสพติด					
20. ผู้ติดสารเสพติดสร้างภาระให้แก่ครอบครัว					

ข้อความ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
<b>ความภูมิใจในตนเอง</b>					
21. นักเรียนเป็นคนที่ครอบครัวภาคภูมิใจที่ไม่ใช้สารเสพติด					
22. นักเรียนรู้สึกที่ตนเองเท่าถ้าได้ลองใช้สารเสพติด					
23. นักเรียนทำถูกต้องที่ไม่ไปเกี่ยวข้องกับเพื่อนที่ใช้สารเสพติด					
24. พ่อแม่จะภูมิใจถ้านักเรียนไม่ใช้สารเสพติด					
25. การมีครอบครัวอบอุ่นสร้างความภาคภูมิใจให้กับนักเรียน					
26. นักเรียนรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้เตือนเพื่อนให้เลิกใช้สารเสพติด					
27. นักเรียนเชื่อว่าความมั่นใจในตนเองเป็นสิ่งที่ควรภูมิใจ					
28. นักเรียนที่ใช้สารเสพติด เป็นคนไม่มีคุณค่าในตัวเอง					
29. นักเรียนที่ใช้สารเสพติดเป็นภาระของสังคม					
30. ถ้านักเรียนใช้สารเสพติดจะไม่มีคุณค่าภูมิใจในตนเอง					
<b>ความรับผิดชอบต่อสังคม</b>					
31. การหนีเรียนเป็นครั้งคราวเป็นเรื่องธรรมดา					
32. นักเรียนไม่ควรลองใช้สารเสพติด					
33. การปฏิเสธเพื่อนเมื่อถูกชวนให้ลองใช้สารเสพติดทำให้เพื่อนเสียหน้าใจ					
34. นักเรียนจะเตือนเพื่อนไม่ให้เข้าไปในแหล่งมั่วสุมสารเสพติด					
35. เมื่อเห็นเพื่อนใช้สารเสพติด นักเรียนจะไม่บอกครู					
36. นักเรียนควรตั้งใจเรียนและปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียนอย่างเคร่งครัด					
37. ในสังคมทุกวันนี้สารเสพติดเป็นเรื่องไกลตัว					
38. เมื่อพบเห็นพฤติกรรมที่น่าสงสัยเกี่ยวกับสารเสพติดควรบอกให้ครูทราบ					
39. นักเรียนอาจลองใช้สารเสพติดได้เล็กน้อยเพราะไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน					
40. การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ช่วยป้องกันตนเองจากการติดสารเสพติดได้					

### แบบวัดทักษะด้านการป้องกันสารเสพติด

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อเดียว และขีดเครื่องหมาย ( ✓ ) หน้าข้อที่เลือกตอบ กรุณาตอบคำถามทุกข้อ

#### การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร

1. ถ้านักเรียนมีเพื่อนมาชวนให้ลองสูบบุหรี่ หรือดื่มเบียร์ นักเรียนจะทำอย่างไร
  - ( ) ลองใช้เพียงเล็กน้อย เพราะใช้ครั้งเดียวคงไม่ติด
  - ( ) ปฏิเสธ โดยบอกว่า ไม่ชอบเป็นสิ่งไม่ดี
  - ( ) ปฏิเสธ โดยบอกว่า ไม่ชอบและขอบคุณที่ชวน
2. ถ้าเพื่อนมาชวนให้นักเรียนหนีเรียนเพื่อไปเที่ยว นักเรียนจะทำอย่างไร
  - ( ) บอกเพื่อนว่าไม่ไป กลัวครูจับได้ และจะถูกลงโทษ
  - ( ) บอกเพื่อนว่าไม่ไป ไม่สบายใจที่จะทำผิด อย่าโกรธนะ
  - ( ) ไปก็ได้ แต่ครั้งเดียวคงไม่เป็นไร
3. วันหนึ่งเพื่อนบ้านของนักเรียนบอกว่าจะฝากห่อของให้นักเรียนช่วยถือมา พอถึงหน้าโรงเรียน จะมีคนมารับของไป นักเรียนไม่แน่ใจว่าของในห่อเป็นอะไร นักเรียนจะทำอย่างไร
  - ( ) ปฏิเสธ โดยบอกว่า กลัวของหล่นหายกลางทางจะรับผิดชอบไม่ไหว อย่าโกรธนะ
  - ( ) ปฏิเสธ โดยบอกว่า วันนี้ต้องถือของหลายชิ้นแล้ว คงช่วยถือไม่ไหว
  - ( ) รับฝากของ เพื่อเพื่อนบ้านจะได้ไม่เสียเวลาไปเอง
4. เมื่อนักเรียนเครียดและกลุ่มใจมาก เพื่อนสนิทยื่นยาบ้ามาให้แล้วบอกว่าให้ลองดู จะคลายเครียดได้ นักเรียนจะทำอย่างไร
  - ( ) รับไว้ ขอบใจนะเพื่อน แต่เรายังไม่ใช้ตอนนี้
  - ( ) ช่วยได้แน่นอน เราจะลองดูสักครั้งก็แล้วกัน
  - ( ) ไม่เชื่อหรอก ยาบ้าเป็นยาเสพติด ไม่ได้ช่วยแก้ปัญหาแน่ ๆ
5. ถ้าเพื่อนคะยั้นคะยอให้เสพยาบ้าหลังจากนักเรียนปฏิเสธไปแล้วครั้งหนึ่งนักเรียนจะทำอย่างไร
  - ( ) ฉันทบอกแล้วไงว่าฉันไม่เสพ ไปก่อนนะ
  - ( ) เออ ๆ ก็ได้ ครั้งเดียวเท่านั้นนะ
  - ( ) บอกแล้วว่าไม่ อย่ามายุ่ง เดี่ยวฟ้องครูนะ
6. ถ้าเพื่อนมาชวนนักเรียนให้ไปเป็นเพื่อนซี้ของอย่างหนึ่ง นักเรียนสงสัยว่าอาจเป็นสารเสพติด นักเรียนจะทำอย่างไร
  - ( ) ไม่ไป บอกเพื่อนว่า วันนี้ไม่ว่างไปไม่ได้
  - ( ) ไม่ไป บอกเพื่อนว่า ไม่สบายใจที่จะไป อย่าโกรธนะ
  - ( ) ไป เพราะแค่ไปเป็นเพื่อน คงไม่เป็นไร

7. ในช่วงใกล้สอบมีเพื่อนนักเรียน แนะนำให้นักเรียนลองใช้ยาบ้า เพื่อที่จะอ่านหนังสือได้มากขึ้น นักเรียนจะตอบเพื่อนอย่างไร
- ( ) ไม่เอาหรอก เรายกัวติด เอาไปให้คนอื่นเถอะ
- ( ) ไม่เอาหรอก เราไม่สนใจ อย่ามายุ่งกับเรา
- ( ) ไม่เอาหรอก ขอบใจนะที่หวังดี เรามาติวหนังสือด้วยกันดีกว่า
8. เมื่อเพื่อนในกลุ่มขอยืมเงินนักเรียนเพื่อไปซื้อสารเสพติด นักเรียนจะทำอย่างไร
- ( ) ให้เพื่อนยืมโดยบอกเพื่อนให้นำเงินมาคืนพรุ่งนี้
- ( ) ไม่ให้ยืม บอกว่าไม่มีเงินพอ ต้องใช้เป็นค่ารถ ค่าอาหาร
- ( ) ไม่ให้ยืม บอกว่า นำจะนำเงินไปซื้อสิ่งที่มีประโยชน์ดีกว่า ใช้เงินทำลายตัวเอง
9. ถ้ามีคนในครอบครัว หรือบุคคลใกล้ชิดใช้สารเสพติด และชวนให้นักเรียนลองดู นักเรียนจะทำอย่างไร
- ( ) ไม่ลอง มันเป็นเรื่องไม่มีประโยชน์
- ( ) บอกว่าห่วงใยต่อสุขภาพของเขา และชวนให้เลิกใช้สารเสพติด
- ( ) ทดลองดู เพียงครั้งเดียวไม่ทำให้ติดหรอก
10. เมื่อเพื่อนที่ใช้สารเสพติด ชวนนักเรียนไปไหนมาไหน นอกเวลาเรียนด้วยกัน นักเรียนจะทำอย่างไร
- ( ) จะไปด้วย เพราะเป็นเพื่อนกัน
- ( ) หลีกเลี้ยงไม่ไปด้วยเป็นบางครั้ง เพราะเกรงใจเพื่อน
- ( ) หลีกเลี้ยงไม่ไปด้วยทุกครั้ง เพราะอาจถูกชักจูงได้

### **การตัดสินใจและแก้ไข้ปัญหา**

11. ถ้านักเรียนรู้สึกไม่สบายใจ กับเรื่องทางบ้านเป็นอย่างมาก มีเพื่อนเสนอให้ลองเสพยาบ้า เพื่อช่วยผ่อนคลายความไม่สบายใจ ช่วยคลายความทุกข์ นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร
- ( ) ลองเสพดูว่าจะช่วยผ่อนคลายทุกข์ได้จริงหรือไม่
- ( ) ไม่เสพ เพราะกลัวทางบ้านจะรู้ภายหลัง
- ( ) ไม่เสพ เพราะตั้งใจดูแล้วว่า มีผลเสียมากกว่าผลดี
12. ถ้านักเรียนในครอบครัวของนักเรียนสูบบุหรี่ และชักชวนให้นักเรียนสูบบุหรี่ นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร
- ( ) สูบ เพื่อไม่ให้บุคคลในครอบครัวเสียใจ
- ( ) ยังไม่สูบตอนนี้ แต่ขอผลัดไปสูบวันอื่น
- ( ) ไม่สูบ เพราะเห็นว่าการสูบบุหรี่เป็นโทษต่อร่างกาย



13. เมื่อนักเรียนทราบว่าเพื่อนสนิทเสพยาบ้า นักเรียนจะอย่างไร
- ( ) พุดกับเพื่อนให้เลิกยาบ้า เพราะไม่มีประโยชน์มีแต่ผลเสีย
  - ( ) บอกกับครูประจำชั้น เพราะรู้ว่าเพื่อนเชื่อฟังครูมากกว่าใคร
  - ( ) ไม่ยุ่งเกี่ยวกับยา เพราะเป็นเรื่องส่วนตัวของเขา
14. ถ้ามีคนฝากของซึ่งอยู่ในกล่องไปให้กับบุคคลที่เรารู้จัก และบอกนักเรียนว่าอย่าให้ตำรวจเห็น นักเรียนคิดว่าปัญหาของนักเรียน คืออะไร
- ( ) เป็นเด็ก ไม่สมควรไปรับฝากของแทนผู้ใหญ่
  - ( ) รับฝากของโดยไม่รู้ว่าเป็นอะไร
  - ( ) อยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการรับของผิดกฎหมาย
15. จากข้อ 14 นักเรียนจะแก้ปัญหอย่างไร ถ้ามีคนฝากของไปให้ผู้อื่น
- ( ) ไม่รับฝาก เพราะ ไม่แน่ใจว่าเป็นของอะไร
  - ( ) ไม่รับฝาก เพราะ อาจมีความผิดถ้าเป็นของผิดกฎหมาย
  - ( ) รับฝาก เพราะ เป็นคนรู้จักคุ้นเคยกัน
16. พวกดารานักร้องวัยรุ่น นิยมสูบบุหรี่กัน ท่าทางดูเก๋ เท่ นักเรียนรู้สึกอยากเท่บ้าง นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร
- ( ) จะสูบเป็นบางครั้งต่อหน้าเพื่อน เพื่อแสดงความเก๋ เท่
  - ( ) ไม่สูบ เพราะ ไม่ได้สวยหรือหล่อเหมือนดารา สูบอย่างไรก็ไม่เท่
  - ( ) ไม่สูบ เพราะกลัวลองแล้วติด ถ้าอยากจะเท่ใช้วิธีอื่นก็ได้
17. ถ้านักเรียนเข้า ม.1 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง มีรุ่นพี่ 3 – 4 คน ชวนให้ลองยาตี ๆ ถ้าไม่ลองจะไม่รับเข้ากลุ่ม นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร
- ( ) ไม่ลอง เพราะไม่มีความจำเป็นต้องเข้ากับรุ่นพี่กลุ่มนี้
  - ( ) ไม่ลอง เพราะยาเสพติดมีแต่ผลเสียต่อร่างกาย
  - ( ) ลอง เพราะกลัวรุ่นพี่ไม่ยอมรับ
18. เพื่อนสนิทพยายามให้สูบบุหรี่ นักเรียนจะตัดสินใจในสถานการณ์นี้อย่างไร
- ( ) สูบเพราะ เป็นเพื่อนที่รักกันมาก
  - ( ) ไม่สูบ เพราะ คบกันในความเป็นเพื่อนเรื่องบุหรี่ไม่เกี่ยว
  - ( ) ไม่สูบ เพราะ อันตรายต่อผู้สูบ และสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายด้วย
19. ถ้าเพื่อนสนิทในกลุ่มใช้สารเสพติด นักเรียนเกิดความรู้สึกอยากทดลองใช้ดูบ้าง แต่กลัวติด นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร
- ( ) ใช้สารเสพติดตามเพื่อน เพื่อจะได้อยู่กับกลุ่มเดียวกันได้
  - ( ) ลองใช้ เพื่อให้เพื่อนยอมรับ และใช้ครั้งเดียวคงไม่มีผลเสียอะไร
  - ( ) ไม่ใช้ เพราะเป็นอันตราย ถึงอย่างไรก็ยังคงเป็นเพื่อนกันได้

20. ในการสอบปลายภาค มีงานเลี้ยงสังสรรค์ก่อนเปิดเรียน เพื่อนกลุ่มหนึ่งชวนไปต่อกันที่บ้านของติง ซึ่งติงรู้ว่าติงติดยาบ้าถ้าไปต้องถูกชวนให้เสพยาแน่ๆ ถ้านักเรียนเป็นปอง นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร

- ( ) ไป เพราะนานๆจะได้มาสนุกกับเพื่อนสักครั้ง
- ( ) ไม่ไป เพราะเพื่อนที่มาชวนไม่ใช่เพื่อนสนิท รู้จักกันผิวเผิน
- ( ) ไม่ไป เพราะถ้าไปมั่วสุ่มเสพยาบ้า อนาคตไม่สดใสแน่

#### **การจัดการกับอารมณ์และความเครียด**

21. เอกกับบี กำลังเล่นหยอกล้อกันอยู่ เพลลั้งมือพลักบีเสียหลักล้มลง บีเจ็บ จึงลุกขึ้นมาผลักเอจนเอเซไปหลายก้าว จึงเกิดการต่อกันขึ้น นักเรียนคิดว่า เอกควรตอบบี อย่างไรเพื่อเป็นการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสม

- ( ) เราไม่ได้ตั้งใจ นายมาโกรธเราทำไม
- ( ) ขอโทษนะ เราไม่ได้ตั้งใจ
- ( ) เราไม่ได้แกล้ง เราพลั้งมือไปหน่อย

22. จากเหตุการณ์ในข้อ 21 นักเรียนคิดว่า บี ควรพูดกับ เอก ว่าเป็นอย่างไร

- ( ) ออย่ามาแก้ตัวเลย
- ( ) จั้่นนายขอโทษเราสิ
- ( ) จั้่นก็แล้วกันไป

23. ถ้านักเรียนเป็น บี นักเรียนจะใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสมวิธีใด

- ( ) ไม่ต้อย เอ แล้วนับ 1 – 10 ก่อนจะพูดโต้ตอบ
- ( ) เดินหนีจากสถานการณ์นั้นไปก่อน
- ( ) อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ตอบ

24. ถ้านักเรียนขัดแย้งกับเพื่อนแล้วถูกเพื่อนต่อว่าด้วยถ้อยคำที่รุนแรง จนทำให้นักเรียนโกรธมาก มีอาการตัวสั่น กำมือแน่น นักเรียนคิดว่าควรทำอย่างไร เพื่อเป็นการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสม

- ( ) ทำร้ายร่างกายเพื่อน
- ( ) โต้ตอบเพื่อนด้วยถ้อยคำที่รุนแรงเช่นกัน
- ( ) เดินหนีจากสถานการณ์นั้นไปก่อน

25. จากข้อ 24 นักเรียนคิดว่าควรทำอย่างไรต่อไปกับเพื่อนคนนี้

- ( ) ไม่ควรพูดคุยกับเพื่อนคนนี้อีก
- ( ) ทำความเข้าใจกับเพื่อนเมื่อตัวเองรู้สึกดีขึ้น
- ( ) บอกเพื่อนคนอื่นให้เลิกคบ

26. ถ้านักเรียนถูกกล่าวหาว่าขโมยเงินของเพื่อนไปจึงรู้สึกเครียดมาก นักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไร
- ( ) ไม่ทำอะไร เวลาจะเป็นเครื่องพิสูจน์ความจริง
  - ( ) ชี้แจงกับครู และเพื่อน ๆ ทุกคนให้เข้าใจ
  - ( ) โวยวายกับครูและเพื่อนว่ากล่าวหาโดยไม่มีหลักฐาน
27. ถ้าพ่อแม่ นักเรียน ตกลงงาน ไม่มีเงินพอที่จะใช้จ่ายในบ้าน นักเรียนอาจต้องออกจากโรงเรียน นักเรียนจะทำอย่างไร
- ( ) ไม่ทำอะไร ออกมารับจ้างหาเงินช่วยพ่อแม่
  - ( ) บริภาษกับครูประจำชั้น ขอทุนเรียน
  - ( ) พยายามระงับความกตัญญู ไม่คิดถึงเรื่องนี้
28. นักเรียนรู้สึกเครียดมาก เมื่อถูกพ่อแม่ดูว่ากล่าวอย่างรุนแรง เรื่องหลบหนีเรียนไปเกี่ยวกับเพื่อน นักเรียนจะทำอย่างไร
- ( ) ยอมรับผิดและสัญญากับพ่อแม่ว่า จะไม่หนีเรียน จะตั้งใจเล่าเรียน
  - ( ) เก่งและคลายกล้ามเนื้อ เพื่อผ่อนคลายเวลาถูกดู
  - ( ) คิดว่า พ่อแม่กำลังให้พรเราอยู่
29. นักเรียนเกิดความเครียด แล้วมักจะหงุดหงิดกับเพื่อนทุกคนที่เข้ามาเข้าชี้ซักถาม นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหาอย่างไรดี
- ( ) พยายามหลีกเลี่ยงออกจากเพื่อนให้มากที่สุด
  - ( ) ผ่อนคลายโดยการนับ 1 – 10 หรือหายใจลึก ๆ แล้วพยายามคิดแก้ปัญหาที่เป็นสาเหตุของความเครียด
  - ( ) ทะเลาะกับเพื่อน เพื่อระบายความหงุดหงิด
30. เมื่อเริ่มเข้าระยะวัยรุ่น นักเรียนรู้สึกว่าร่างกายและจิตใจเริ่มเปลี่ยนแปลงไป ทำให้รู้สึกเริ่มกลัวและเครียดนักเรียนจะทำอย่างไร เพื่อลดความกลัวนี้
- ( ) ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชอบ เช่น ฟังเพลง เล่นกีฬา อ่านหนังสือ
  - ( ) หัดตีมีสุรา และนุหรี เพื่อลดความกลัวและคลายเครียด
  - ( ) บริภาษเพื่อน เพราะคงมีความรู้สึกเหมือนกัน พูดกันเข้าใจง่ายกว่าพ่อแม่หรือครู

จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองจำแนกตามคำตอบด้านความรู้ในการป้องกันสารเสพติด

(n = 26)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	ตอบถูก		ตอบผิด		ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์</b>								
1.ขาดความรู้เรื่องโทษและภัยของยาเสพติดเป็นสาเหตุให้มีการแพร่ระบาดของสารเสพติด	22	84.6	4	15.4	26	100.0	-	-
2.สภาพครอบครัวยากจนมีปัญหาไม่ได้เป็นสาเหตุหนึ่งของการแพร่ระบาดของสารเสพติด	11	42.3	15	57.7	13	50.0	13	50.0
3.ถ้ามีคนชวนให้นักเรียนชายสารเสพติดนักเรียนมีโอกาสติดสารเสพติดได้	22	84.6	4	15.4	26	100.0	-	-
4.ถ้าผู้เสพตระหนักถึงผลเสียต่อร่างกายจะไม่มี การแพร่ระบาดของสารเสพติด	17	65.4	9	34.6	22	84.6	4	15.4
5.สารเสพติดมักแพร่ระบาดในพวกที่ถูกชักจูงให้ลองเสพได้ง่าย	24	92.3	2	7.7	24	92.3	2	7.7
6.การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่นเล่นกีฬา จะช่วยป้องกันตนเองจากสารเสพติด	23	88.5	3	11.5	26	100.0	-	-
7.นักเรียนควรหลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในแหล่งที่มั่วสุมเสพสารเสพติด	24	92.3	2	7.7	23	88.5	3	11.5
8.นักเรียนจะป้องกันตนเองจากสารเสพติดได้โดยไม่ลองใช้สารเสพติด	23	88.5	3	11.5	24	92.3	2	7.7
9.ถ้ามีเพื่อนติดสารเสพติดนักเรียนควรเตือนเพื่อนให้เลิกใช้	25	96.2	1	3.8	26	100.0	-	-
10.การมีความรู้เรื่องสารเสพติดไม่เกี่ยวข้องกับ การป้องกันสารเสพติด	16	61.5	10	38.5	22	84.6	4	15.4
<b>ความคิดสร้างสรรค์</b>								
11.เมื่อมีคนแปลกหน้านำขนมหรือลูกอมมาให้ลองชิมนักเรียนไม่ควรรับไว้	16	61.5	10	38.5	21	80.8	5	19.2
12.นักเรียนควรต่อว่าผู้ที่มาชักชวนให้ใช้สารเสพติดด้วยถ้อยคำที่รุนแรง	15	57.7	11	42.3	18	69.2	8	30.8
13.ถ้าเพื่อนในห้องใช้สารเสพติด นักเรียนควรบอกให้ครูทราบ	25	96.2	1	3.8	25	96.2	1	3.8
14.เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้สารเสพติดและถูกชักชวนให้ใช้ นักเรียนไม่ควรซัดใจเพื่อน	18	69.2	8	30.8	23	88.5	3	11.5

ข้อความ	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	ตอบถูก		ตอบผิด		ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
15. ถ้าครอบครัวนักเรียนอยู่ในชุมชนที่ใช้สารเสพติดและถูกชักชวนให้ให้นักเรียนและครอบครัวตรวจสอบเล็กน้อยเพื่อรักษาน้ำใจ	21	80.8	5	19.2	23	88.5	3	11.5
16. การไม่รับของจากผู้อื่นเป็นการป้องกันตนเองและครอบครัวจากการถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด	22	84.6	4	15.4	23	88.5	3	11.5
17. กำลังใจและความอบอุ่นภายในครอบครัวช่วยป้องกันไม่ให้บุคคลในครอบครัวใช้สารเสพติด	23	88.5	3	11.5	23	88.5	3	11.5
18. การแพร่ระบาดของสารเสพติดในโรงเรียนมีผลต่อผู้เสพเท่านั้น	14	53.8	12	46.2	21	80.8	5	19.2
19. การจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและต่อต้านสารเสพติดช่วยให้ชุมชนปลอดภัยจากสารเสพติด	24	92.3	2	7.7	25	96.2	1	3.8
20. เมื่อนักเรียนพบเหตุการณ์ที่อาจเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของสารเสพติด ควรแจ้งให้ผู้อื่นทราบ	26	100.0	-	-	24	92.3	2	7.7

จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มควบคุมจำแนกตามคำตอบด้านความรู้ในการป้องกันสารเสพติด

(n = 25)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	ตอบถูก		ตอบผิด		ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์</b>								
1.ขาดความรู้เรื่องโทษและภัยของยาเสพติดเป็นสาเหตุให้มีการแพร่ระบาดของสารเสพติด	21	84.0	4	16.0	19	76.0	6	24.0
2.สภาพครอบครัวยากจนมีปัญหาไม่ได้เป็นสาเหตุหนึ่งของการแพร่ระบาดของสารเสพติด	12	48.0	13	52.0	9	36.0	16	64.0
3.ถ้ามีคนชวนให้นักเรียนชายสารเสพติดนักเรียนมีโอกาสติดสารเสพติดได้	21	84.0	4	16.0	23	92.0	2	8.0
4.ถ้าผู้เสพตระหนักถึงผลเสียต่อร่างกายจะไม่มี การแพร่ระบาดของสารเสพติด	16	64.0	9	36.0	20	80.0	5	20.0
5.สารเสพติดมักแพร่ระบาดในพวกที่ถูกชักจูงให้ลองเสพได้ง่าย	22	88.0	3	12.0	24	96.0	1	4.0
6. การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่นเล่นกีฬา จะช่วยป้องกันตนเองจากสารเสพติด	24	96.0	1	4.0	24	96.0	1	4.0
7.นักเรียนควรหลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในแหล่งที่มั่วสุมเสพสารเสพติด	18	72.0	7	28.0	22	88.0	3	12.0
8.นักเรียนจะป้องกันตนเองจากสารเสพติดได้โดยไม่ลองใช้สารเสพติด	21	84.0	4	16.0	22	88.0	3	12.0
9.ถ้ามีเพื่อนติดสารเสพติดนักเรียนควรเตือนเพื่อนให้เลิกใช้	25	100.0	-	-	24	96.0	1	4.0
10.การมีความรู้เรื่องสารเสพติดไม่เกี่ยวข้องกับการป้องกันสารเสพติด	16	64.0	9	36.0	14	56.0	11	44.0
<b>ความคิดสร้างสรรค์</b>								
11.เมื่อมีคนแปลกหน้านำขนมหรือลูกอมมาให้ลองชิมนักเรียนไม่ควรรับไว้	20	80.0	5	20.0	18	72.0	7	28.0
12.นักเรียนควรต่อว่าผู้ที่มาชักชวนให้ใช้สารเสพติดด้วยถ้อยคำที่รุนแรง	14	56.0	11	44.0	12	48.0	13	52.0
13.ถ้าเพื่อนในห้องใช้สารเสพติดนักเรียนควรบอกให้ครูทราบ	23	92.0	2	8.0	24	96.0	1	4.0
14.เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้สารเสพติดและถูกชักชวนให้ใช้ นักเรียนไม่ควรซัดใจเพื่อน	21	84.0	4	16.0	23	92.0	2	8.0



ข้อความ	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	ตอบถูก		ตอบผิด		ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
15.ถ้าครอบครัวนักเรียนอยู่ในชุมชนที่ใช้สารเสพติดและถูกชักชวนให้ใช้นักเรียนและครอบครัวควรลงเล็กน้อยเพื่อรักษาน้ำใจ	21	84.0	4	16.0	20	80.0	5	20.0
16.การไม่รับของจากผู้อื่นเป็นการป้องกันตนเองและครอบครัวจากการถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด	20	80.0	5	20.0	18	72.0	7	28.0
17.กำลังใจและความอบอุ่นภายในครอบครัวช่วยป้องกันไม่ให้เกิดคนในครอบครัวใช้สารเสพติด	20	80.0	5	20.0	24	96.0	1	4.0
18.การแพร่ระบาดของสารเสพติดในโรงเรียนมีผลต่อผู้เสพเท่านั้น	13	52.0	12	48.0	14	56.0	11	44.0
19.การจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและต่อต้านสารเสพติดช่วยให้ชุมชนปลอดภัยจากสารเสพติด	24	96.0	1	4.0	22	88.0	3	12.0
20.เมื่อนักเรียนพบเหตุการณ์ที่อาจเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของสารเสพติด ควรแจ้งให้ผู้อื่นทราบ	24	96.0	1	4.0	21	84.0	4	16.0

จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามคำตอบด้านเจตคติในการป้องกันสารเสพติด (n=26)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง										หลังการทดลอง											
	เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ		ไม่เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ		ไม่เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
<b>ความตระหนักรู้ในตน</b>																						
1. นักเรียนที่ชอบลงมือโอกาสเสี่ยงในการติดสารเสพติด	2	7.7	5	19.2	4	15.4	-	-	15	57.7	13	50	6	23.1	3	11.5	2	7.7	2	7.7		
2. ถ้าเราเชื่อมั่นในตนเองจะถูกชักจูงไปใช้สารเสพติดยาก	10	38.5	5	19.2	4	15.4	3	11.5	4	15.4	14	53.8	6	23.1	4	15.4	1	3.8	1	3.8		
3. คนที่กล้ารับคำท้าทายให้ทดลองใช้สารเสพติดเป็นคนเก่ง	-	-	1	3.8	3	11.5	5	19.2	17	65.4	1	3.8	1	3.8	2	7.7	8	30.8	14	53.8		
4. การคิดไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลช่วยป้องกันการถูกชักจูงไปใช้สารเสพติด	10	38.5	6	23.1	3	11.5	2	7.7	5	19.2	9	34.6	9	34.6	3	11.5	3	11.5	2	7.7		
5. คนที่เชื่อกันง่ายจะถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด	9	34.6	10	38.5	-	-	2	7.7	5	19.2	15	57.7	5	19.2	3	11.5	2	7.7	1	3.8		
6. บุคคลในครอบครัวมีความทุกข์เมื่อสมาชิกใช้สารเสพติด	6	23.1	3	11.5	6	23.1	6	23.1	5	19.2	12	46.2	5	19.2	3	11.5	6	23.1	-	-		
7. การใช้สารเสพติดจำนวนน้อยไม่มีผลเสียต่อตนเองและครอบครัว	2	7.7	4	15.4	6	23.1	9	34.6	5	19.2	2	7.7	5	19.2	3	11.5	13	50.0	3	11.5		
8. ผู้ที่ติดสารเสพติดนาน ๆ จะทำให้สุขภาพทรุดโทรม	12	46.2	7	26.9	2	7.7	4	15.4	1	3.8	16	61.5	6	23.1	2	7.7	1	3.8	1	3.8		
9. การเลือกคบเพื่อนไม่มีผลต่อการติดสารเสพติด	3	11.5	8	30.8	11	42.3	1	3.8	3	11.5	10	38.5	3	11.5	9	34.6	3	11.5	1	3.8		
10. สารเสพติดบางชนิดอาจใช้ได้เป็นครั้งคราว	-	-	3	11.5	13	50.0	7	26.9	3	11.5	2	7.7	2	7.7	9	34.6	4	15.4	9	34.6		
<b>ความเห็นใจผู้อื่น</b>																						
11. ผู้ที่ใช้สารเสพติด ควรได้รับกำลังใจ ที่จะเลิกใช้สารเสพติด	15	57.7	8	30.8	2	7.7	1	3.8	-	-	14	53.8	5	19.2	5	19.2	1	3.8	1	3.8		
12. ผู้ที่ถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด เป็นบุคคลที่น่าเห็นใจ	1	3.8	9	34.6	7	26.9	5	19.2	4	15.4	4	15.4	12	46.2	8	30.8	2	7.7	-	-		
13. การคบหาสมาคมกับผู้ใช้สารเสพติดทำให้เป็นคนไม่น่าเชื่อถือ	3	11.5	14	53.8	2	7.7	2	7.7	5	19.2	4	15.4	8	30.8	7	26.9	4	15.4	3	11.5		
14. ผู้ติดสารเสพติดแล้วมีสุขภาพเสื่อมโทรมไม่ใช่บุคคลที่น่าสงสาร	5	19.2	6	23.1	7	26.9	8	30.8	-	-	4	15.4	4	15.4	6	23.1	8	30.8	4	15.4		
15. สังคมควรให้โอกาส ผู้เลิกใช้สารเสพติด	10	38.5	13	50.0	3	11.5	-	-	-	-	11	42.3	7	26.9	5	19.2	2	7.7	1	3.8		
16. กำลังใจจากครอบครัว เป็นสิ่งสำคัญในการเลิกใช้สารเสพติด	15	57.7	7	26.9	2	7.7	2	7.7	-	-	13	50.0	5	19.2	3	11.5	1	3.8	4	15.4		
17. ผู้เลิกใช้สารเสพติด ยังคงเป็นบุคคลที่ไม่น่าไว้วางใจ	1	3.8	8	30.8	11	42.3	4	15.4	2	7.7	2	7.7	2	7.7	11	42.3	8	30.8	3	11.5		
18. สังคมควรรังเกียจครอบครัวผู้ติดยาเสพติด	3	11.5	1	3.8	4	15.4	11	42.3	7	26.9	2	7.7	5	19.2	4	15.4	9	34.6	6	23.1		
19. เราควรเห็นใจผู้ได้รับผลกระทบจากปัญหาสารเสพติด	6	23.1	11	42.3	4	15.4	3	11.5	2	7.7	10	38.5	8	30.8	5	19.2	3	11.5	-	-		
20. ผู้ติดสารเสพติดสร้างภาระให้แก่ครอบครัว	5	19.2	8	30.8	9	34.6	3	11.5	1	3.8	7	26.9	8	30.8	9	34.6	2	7.7	-	-		

จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามคำตอบด้านเจตคติในการป้องกันสารเสพติด (n=26)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง										หลังการทดลอง						
	เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ		ไม่เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ		จำ
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
<b>ความภูมิใจในตนเอง</b>																	
21. นักเรียนเป็นผู้ที่รอบคอบรักษาภูมิทัศน์ที่ไม่ใช้สารเสพติด	16	61.5	7	26.9	3	11.5	-	-	-	-	17	65.4	7	26.9	2	7.7	
22. นักเรียนรู้สึกว่าคุณค่าที่ได้ลองใช้สารเสพติด	6	23.1	5	19.2	-	-	5	19.2	10	38.5	3	11.5	4	15.4	3	11.5	
23. นักเรียนทำถูกต้องที่ไม่ไปเกี่ยวข้องกับเพื่อนที่ใช้สารเสพติด	10	38.5	9	34.6	4	15.4	2	7.7	1	3.8	11	42.3	10	38.5	3	11.5	
24. พ่อแม่จะภูมิใจถ้านักเรียนไม่ใช้สารเสพติด	15	57.7	9	34.6	2	7.7	-	-	-	-	16	61.5	9	34.6	1	3.8	
25. การมีครอบครัวอบอุ่นสร้างความภาคภูมิใจให้กับนักเรียน	7	26.9	13	50.0	3	11.5	2	7.7	1	3.8	15	57.7	8	30.8	2	7.7	
26. นักเรียนรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้เตือนเพื่อนให้เลิกใช้สารเสพติด	9	34.6	9	34.6	6	23.1	2	7.7	-	-	14	53.8	8	30.8	4	15.4	
27. นักเรียนเชื่อว่าความมั่นใจในตนเองเป็นสิ่งที่ควรภูมิใจ	11	42.3	10	38.5	5	19.2	-	-	-	-	14	53.8	7	26.9	5	19.2	
28. นักเรียนที่ใช้สารเสพติด เป็นคนไม่มีคุณค่าในตัวเอง	1	3.8	10	38.5	7	26.9	3	11.5	5	19.2	3	11.5	5	19.2	10	38.5	
29. นักเรียนที่ใช้สารเสพติดเป็นภาระของสังคม	2	7.7	10	38.5	7	26.9	2	7.7	5	19.2	6	23.1	9	34.6	10	38.5	
30. ถ้านักเรียนที่ใช้สารเสพติดจะไม่มีความภาคภูมิใจในตนเอง	6	23.1	7	26.9	6	23.1	2	7.7	5	19.2	11	42.3	9	34.6	4	15.4	
<b>ความรับผิดชอบต่อสังคม</b>																	
31. การหนีเรียนเป็นครั้งคราวเป็นเรื่องธรรมดา	2	7.7	3	11.5	3	11.5	7	26.9	11	42.3	2	7.7	2	7.7	2	7.7	
32. นักเรียนไม่ควรลองใช้สารเสพติด	17	65.4	5	19.2	1	3.8	-	-	3	11.5	14	53.8	9	34.6	-	-	
33. การปฏิเสธเพื่อนเมื่อถูกชวนให้ลองใช้สารเสพติด ทำให้เพื่อนเสียหน้าใจ	5	19.2	5	19.2	4	15.4	5	19.2	7	26.9	2	7.7	2	7.7	8	30.8	
34. นักเรียนจะเตือนเพื่อนไม่ให้เข้าไปในแหล่งมั่วสุมสารเสพติด	12	46.2	10	38.5	2	7.7	-	-	2	7.7	14	53.8	9	34.6	2	7.7	
35. เมื่อเห็นเพื่อนใช้สารเสพติด นักเรียนจะไม่บอกครู	2	7.7	6	23.1	2	7.7	4	15.4	12	46.2	7	26.9	-	-	2	7.7	
36. นักเรียนควรตั้งใจเรียนและปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียนอย่างเคร่งครัด	11	42.3	7	26.9	4	15.4	3	11.5	1	3.8	17	65.4	8	30.8	1	3.8	
37. ในสังคมทุกวันนี้สารเสพติดเป็นเรื่องไกลตัว	7	26.9	6	23.1	4	15.4	4	15.4	5	19.2	3	11.5	2	7.7	8	30.8	
38. เมื่อพบเห็นพฤติกรรมที่น่าสงสัยเกี่ยวกับสารเสพติดควรบอกให้ครูทราบ	16	61.5	8	30.8	1	3.8	1	3.8	-	-	16	61.5	7	26.9	1	3.8	
39. นักเรียนอาจลองใช้สารเสพติดได้เล็กน้อยเพราะไม่ทำให้ผู้อื่นเดือนร้อน	2	7.7	-	-	11	42.3	6	23.1	7	26.9	1	3.8	4	15.4	4	15.4	
40. การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ช่วยป้องกันตนเองจากการติดสารเสพติด	10	38.5	8	30.8	4	15.4	3	11.5	1	3.8	15	57.7	6	23.1	4	15.4	

จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคำตอบด้านเจตคติในการป้องกันสารเสพติด (n =25)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง										หลังการทดลอง					
	เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ		ไม่เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ความตระหนักรู้ในตน</b>																
1. นักเรียนที่ทดลองมีโอกาสเสี่ยงในการคิดสารเสพติด	5	20.0	2	8.0	5	20.0	5	20.0	8	32.0	7	28.0	8	32.0	7	28.0
2. ถ้าเราเชื่อมั่นในตนเองจะถูกชักจูงไปใช้สารเสพติดยาก	7	28.0	11	44.0	3	12.0	-	-	4	16.0	5	20.0	9	36.0	4	16.0
3. คนที่กล้ารับคำท้าทายให้ทดลองใช้สารเสพติดเป็นคนเก่ง	1	4.0	2	8.0	4	16.0	4	16.0	14	56.0	-	-	-	-	2	8.0
4. การคิดใคร่ครวญอย่างมีเหตุผลช่วยป้องกันการถูกชักจูงไปใช้สารเสพติด	7	28.0	9	36.0	3	12.0	2	8.0	4	16.0	6	24.0	10	40.0	7	28.0
5. คนที่เชื่อคนง่าย จะถูกหลอกให้ใช้สารเสพติด	7	28.0	9	36.0	4	16.0	2	8.0	3	12.0	9	36.0	9	36.0	7	28.0
6. บุคคลในครอบครัวมีความทุกข์เมื่อสมาชิกใช้สารเสพติด	8	32.0	7	28.0	1	4.0	5	20.0	4	16.0	6	24.0	12	48.0	3	12.0
7. การใช้สารเสพติดจำนวนน้อยไม่มีผลเสียต่อตนเองและครอบครัว	4	16.0	2	8.0	5	20.0	9	36.0	5	20.0	5	20.0	2	8.0	7	28.0
8. ผู้ที่คิดสารเสพยา นาน ๆ จะทำให้สุขภาพทรุดโทรม	7	28.0	9	36.0	5	20.0	1	4.0	3	12.0	11	44.0	9	36.0	2	8.0
9. การเลือกคบเพื่อนไม่มีผลต่อการคิดสารเสพติด	5	20.0	7	28.0	6	24.0	5	20.0	2	8.0	8	32.0	5	20.0	6	24.0
10. สารเสพยาบางชนิดอาจใช้ได้เป็นครั้งคราว	3	12.0	-	-	17	68.0	3	12.0	2	8.0	2	8.0	1	4.0	15	60.0
<b>ความเห็นใจผู้อื่น</b>																
11. ผู้ที่ใช้สารเสพยา ควรได้รับกำลังใจ ที่จะเลิกใช้สารเสพยา	13	52.0	8	32.0	1	4.0	1	4.0	2	8.0	7	28.0	13	52.0	3	12.0
12. ผู้ที่ถูกหลอกให้ใช้สารเสพยา เป็นบุคคลที่น่าเห็นใจ	5	20.0	8	32.0	11	44.0	1	4.0	-	-	5	20.0	8	32.0	11	44.0
13. การคบหาสมาคมกับผู้ใช้สารเสพยาทำให้เป็นคนไม่น่าเชื่อถือ	7	28.0	4	16.0	8	32.0	5	20.0	1	4.0	4	16.0	7	28.0	11	44.0
14. ผู้คิดสารเสพยาแล้วมีสุขภาพเสื่อมโทรมไม่ใช่บุคคลที่น่าสงสาร	5	20.0	5	20.0	8	32.0	5	20.0	2	8.0	-	-	6	24.0	11	44.0
15. สังคมควรให้ออกาส ผู้เลิกใช้สารเสพยา	9	36.0	10	40.0	6	24.0	-	-	-	-	8	32.0	12	48.0	3	12.0
16. กำลั้งใจจากครอบครัว เป็นสิ่งสำคัญในการเลิกใช้สารเสพยา	13	52.0	8	32.0	3	12.0	-	-	1	4.0	8	32.0	13	52.0	1	4.0
17. ผู้เลิกใช้สารเสพยา ยังคงเป็นบุคคลที่ไม่น่าไว้วางใจ	-	-	5	20.0	15	60.0	4	16.0	1	4.0	1	4.0	4	16.0	13	52.0
18. สังคมควรรังเกียจครอบครัวผู้คิดสารเสพยา	1	4.0	4	16.0	10	40.0	7	28.0	3	12.0	-	-	1	4.0	9	36.0
19. เราควรเห็นใจผู้ได้รับผลกระทบจากปัญหาสารเสพยา	3	12.0	12	48.0	7	28.0	3	12.0	-	-	4	16.0	13	52.0	8	32.0
20. ผู้คิดสารเสพยาสร้างภาระให้แก่ครอบครัว	7	28.0	7	28.0	6	24.0	2	8.0	3	12.0	2	8.0	8	32.0	12	48.0

จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มควบคุมจำแนกตามคำตอบด้านเจตคติในการป้องกันสารเสพติด (n=25)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง										หลังการทดลอง					
	เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ		ไม่เห็นด้วย		ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วยอย่างยิ่ง		เห็นด้วย		ไม่แน่ใจ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ความภูมิใจในตนเอง</b>																
21. นักเรียนเป็นผู้ที่ครอบครัวภาคภูมิใจที่ไม่ใช้สารเสพติด	14	56.0	10	40.0	1	4.0	-	-	-	-	8	32.0	11	44.0	3	12.0
22. นักเรียนรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองถ้าได้ลองใช้สารเสพติด	-	-	2	8.0	5	20.0	4	16.0	14	56.0	-	-	4	16.0	6	24.0
23. นักเรียนทำถูกต้องที่ไม่ไปเที่ยวช้อปปิ้งกับเพื่อนที่ใช้สารเสพติด	8	32.0	11	44.0	5	20.0	-	-	1	4.0	5	20.0	12	48.0	5	20.0
24. พ่อแม่จะภูมิใจถ้านักเรียนไม่ใช้สารเสพติด	14	56.0	10	40.0	-	-	1	4.0	-	-	9	36.0	9	36.0	6	24.0
25. การมีครอบครัวอบอุ่นสร้างความภาคภูมิใจให้กับนักเรียน	11	44.0	8	32.0	6	24.0	-	-	-	-	9	36.0	13	52.0	2	8.0
26. นักเรียนรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้เตือนเพื่อนให้เลิกใช้สารเสพติด	10	40.0	7	28.0	6	24.0	1	4.0	1	4.0	5	20.0	10	40.0	8	32.0
27. นักเรียนเชื่อว่าความมั่นใจในตนเองเป็นสิ่งที่ดีควรภูมิใจ	9	36.0	7	28.0	8	32.0	1	4.0	-	-	7	28.0	14	56.0	2	8.0
28. นักเรียนที่ใช้สารเสพติด เป็นคนไม่มีคุณค่าในตัวเอง	4	16.0	7	28.0	8	32.0	4	16.0	2	8.0	2	8.0	7	28.0	10	40.0
29. นักเรียนที่ใช้สารเสพติดเป็นภาระของสังคม	5	20.0	9	36.0	6	24.0	2	8.0	3	12.0	6	24.0	5	20.0	8	32.0
30. ถ้านักเรียนที่ใช้สารเสพติดจะไม่มีคุณค่าภูมิใจในตนเอง	6	24.0	7	28.0	8	32.0	3	12.0	1	4.0	3	12.0	11	44.0	7	28.0
<b>ความรับผิดชอบต่อสังคม</b>																
31. การหนีเรียนเป็นครั้งคราวเป็นเรื่องธรรมดา	1	4.0	3	12.0	4	16.0	9	36.0	8	32.0	2	8.0	2	8.0	5	20.0
32. นักเรียนไม่ควรลองใช้สารเสพติด	10	40.0	5	20.0	2	8.0	3	12.0	5	20.0	9	36.0	8	32.0	5	20.0
33. การปฏิเสธเพื่อนเมื่อถูกชวนให้ลองใช้สารเสพติด ทำให้เพื่อนเสียใจ	-	-	4	16.0	7	28.0	5	20.0	9	36.0	2	8.0	1	4.0	10	40.0
34. นักเรียนจะเตือนเพื่อนไม่ให้เข้าไปในแหล่งมั่วสุมสารเสพติด	11	44.0	9	36.0	2	8.0	2	8.0	1	4.0	5	20.0	10	40.0	5	20.0
35. เมื่อเห็นเพื่อนใช้สารเสพติด นักเรียนจะไม่บอกครู	4	16.0	4	16.0	1	4.0	6	24.0	10	40.0	1	4.0	7	28.0	4	16.0
36. นักเรียนควรตั้งใจเรียนและปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียนอย่างเคร่งครัด	12	48.0	8	32.0	4	16.0	-	-	1	4.0	10	40.0	10	40.0	4	16.0
37. ในสังคมทุกวันนี้สารเสพติดเป็นเรื่องไกลตัว	1	4.0	3	12.0	9	36.0	7	28.0	5	20.0	1	4.0	4	16.0	14	56.0
38. เมื่อพบเห็นพฤติกรรมที่น่าสงสัยเกี่ยวกับสารเสพติดควรบอกให้ครูทราบ	13	52.0	10	40.0	1	4.0	1	4.0	-	-	7	28.0	14	56.0	4	16.0
39. นักเรียนอาจลองใช้สารเสพติดได้เล็กน้อยเพราะไม่ทำให้ผู้อื่นเดือนร้อน	2	8.0	4	16.0	4	16.0	6	24.0	9	36.0	1	4.0	-	-	10	40.0
40. การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ช่วยป้องกันตนเองจากการติดสารเสพติด	8	32.0	12	48.0	4	16.0	-	-	1	4.0	7	28.0	11	44.0	6	24.0

## จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองจำแนกตามคำตอบด้านทักษะในการป้องกันสารเสพติด

(n=26)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร</b>				
1. ถ้านักเรียนมีเพื่อนมาชวนให้ลองสูบบุหรี่ หรือดื่มเบียร์ นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. ลองใช้เพียงเล็กน้อย เพราะใช้ครั้งเดียวคงไม่ติด	-	-	-	-
2. ปฏิเสธ โดยบอกว่า ไม่ชอบเป็นสิ่งไม่ดี	11	42.3	8	30.8
3. ปฏิเสธ โดยบอกว่า ไม่ชอบและชอบคุณที่ชวน	15	57.7	18	69.2
2. ถ้าเพื่อนมาชวนให้นักเรียนหนีเรียนเพื่อไปเที่ยว นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. บอกเพื่อนว่าไม่ไป กลัวครูจับได้ และจะถูกลงโทษ	12	46.2	7	26.9
2. บอกเพื่อนว่าไม่ไป ไม่สบายใจที่จะทำผิด ออย่าโกรธนะ	13	50.0	19	73.1
3. ไปก็ได้ แต่ครั้งเดียวคงไม่เป็นไร	1	3.8	-	-
3. วันหนึ่งเพื่อนบ้านของนักเรียนบอกว่าจะฝากห่อของให้นักเรียนช่วยถือมาและจะมีคนมารับของไป นักเรียนไม่แน่ใจว่าของในห่อเป็นอะไร นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. ปฏิเสธ โดยบอกว่า กลัวของหล่นหายกลางทาง จะรับผิดชอบไม่ไหว ออย่าโกรธนะ	13	50.0	17	65.4
2. ปฏิเสธ โดยบอกว่า วันนี้ต้องถือของหลายชิ้นแล้ว คงช่วยถือไม่ไหว	13	50.0	8	30.8
3. รับฝากของ เพื่อเพื่อนบ้านจะไม่เสียเวลาไปเอง	-	-	1	3.8
4. เมื่อนักเรียนเครียดและกลุ่มใจมาก เพื่อนสนิทยื่นยาบ้ามาให้แล้วบอกว่าให้ลองดูจะคลายเครียดได้ นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. รับไว้ ขอบใจนะเพื่อน แต่เรายังไม่ใช้ตอนนี้	1	3.8	1	3.8
2. ช่วยได้แน่นอน เราจะลองดูสักครั้งก็แล้วกัน	2	7.7	1	3.8
3. ไม่เชื่อหรอก ยาบ้าเป็นยาเสพติด ไม่ได้ช่วยแก้ปัญหาแน่ ๆ	23	88.5	24	92.3
5. ถ้าเพื่อนคะยั้นคะยอให้เสพยาบ้า หลังจากนักเรียนปฏิเสธไปแล้วครั้งหนึ่ง นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. ฉันทบอกแล้วไงว่าฉันไม่เสพ ไปก่อนนะ	9	34.6	11	42.3
2. เออ ๆ ก็ได้ ครั้งเดียวเท่านั้นนะ	1	3.8	2	7.7
3. บอกแล้วว่าไม่ ออย่ามายุ่ง เดี่ยวฟ้องครูนะ	16	61.5	13	50.0
6. ถ้าเพื่อนมาชวนนักเรียนให้ไปเป็นเพื่อนซี้ของอย่างหนึ่ง นักเรียนสงสัยว่าอาจเป็นสารเสพติดนักเรียนจะทำอย่างไร				
1. ไม่ไป บอกเพื่อนว่า วันนี้ไม่ว่างไปไม่ได้	16	61.5	13	50.0
2. ไม่ไป บอกเพื่อนว่า ไม่สบายใจที่จะไป ออย่าโกรธนะ	9	34.6	13	50.0
3. ไป เพราะแค่ไปเป็นเพื่อน คงไม่เป็นไร	1	3.8	-	-



ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
7. ในช่วงใกล้สอบมีเพื่อนนักเรียนแนะนำให้นักเรียนลองใช้ยาบ้า เพื่อที่จะอ่านหนังสือได้มากขึ้นนักเรียนจะตอบเพื่อนอย่างไร				
1. ไม่เอาหรอก เรายกแล้วติด เอาไปให้คนอื่นเถอะ	5	19.2	2	7.7
2. ไม่เอาหรอก เราไม่สนใจ อย่ามายุ่งกับเรา	10	38.5	5	19.2
3. ไม่เอาหรอก ชอบใจนะที่หวังดี เรามาติวหนังสือด้วยกันดีกว่า	11	42.3	19	73.1
8. เมื่อเพื่อนในกลุ่มขอยืมเงินนักเรียนเพื่อไปซื้อสารเสพติด นักเรียนจะอย่างไร				
1. ให้เพื่อนยืมโดยบอกเพื่อนให้นำเงินมาคืนพรุ่งนี้	2	7.7	-	-
2. ไม่ให้ยืม บอกว่าไม่มีเงินพอ ต้องใช้เป็นค่ารถ ค่าอาหาร	9	34.6	10	38.5
3. ไม่ให้ยืม บอกว่า น่าจะนำเงินไปซื้อสิ่งที่มีประโยชน์ดีกว่า ใช้เงินทำลายตัวเอง	15	57.7	16	61.5
9. ถ้ามีคนในครอบครัว หรือบุคคลใกล้ชิดใช้สารเสพติด และชวนให้นักเรียนลองดู นักเรียนจะอย่างไร				
1. ไม่ลอง มันเป็นเรื่องไม่มีประโยชน์	10	38.5	9	34.6
2. บอกว่าห่วงใยต่อสุขภาพของเขา และชวนให้เลิกใช้สารเสพติด	14	53.8	17	65.4
3. ทดลองดู เพียงครั้งเดียวไม่ทำให้ติดหรอก	2	7.7	-	-
10. เมื่อเพื่อนที่ใช้สารเสพติด ชวนนักเรียนไปไหนมาไหน นอกเวลาเรียนด้วยกัน นักเรียนจะอย่างไร				
1. จะไปด้วย เพราะเป็นเพื่อนกัน	3	11.5	-	-
2. หลีกเลี้ยงไม่ไปด้วยเป็นบางครั้ง เพราะเกรงใจเพื่อน	4	15.4	3	11.5
3. หลีกเลี้ยงไม่ไปด้วยทุกครั้ง เพราะอาจถูกชักจูงได้	19	73.1	23	88.5
<b>การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา</b>				
11. ถ้านักเรียนรู้สึกไม่สบายใจ กับเรื่องทางบ้านเป็นอย่างมาก มีเพื่อนเสนอให้ลองเสพยาบ้าเพื่อช่วยผ่อนคลายความไม่สบายใจ ช่วยคลายความทุกข์ นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. ลองเสพดูว่าจะช่วยผ่อนคลายทุกข์ได้จริงหรือไม่	1	3.8	-	-
2. ไม่เสพ เพราะกลัวทางบ้านจะรู้ภายหลัง	8	30.8	3	11.5
3. ไม่เสพ เพราะตั้งใจดูแล้วว่า มีผลเสียมากกว่าผลดี	17	65.4	23	88.5
12. ถ้าบุคคลในครอบครัวของนักเรียนสูบบุหรี่ และชักชวนให้นักเรียนสูบบุหรี่ นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. สูบ เพื่อไม่ให้บุคคลในครอบครัวเสียใจ	2	7.7	-	-
2. ยังไม่สูบตอนนี้ แต่ขอผลัดไปสูบวันอื่น	3	11.5	1	3.8
3. ไม่สูบ เพราะเห็นว่าการสูบบุหรี่เป็นโทษต่อร่างกาย	21	80.8	25	96.2

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
13. เมื่อนักเรียนทราบว่าเพื่อนสนิทเสพยาบ้า นักเรียนจะอย่างไร				
1. พุดกับเพื่อนให้เลิกยาบ้า เพราะไม่มีประโยชน์มีแต่ผลเสีย	15	57.7	11	42.3
2. บอกกับครูประจำชั้น เพราะรู้ว่าเพื่อนเชื่อฟังครูมากกว่าใคร	6	23.1	6	23.1
3. ไม่ยุ่งเกี่ยวกับ เพราะเป็นเรื่องส่วนตัวของเขา	5	19.2	9	34.6
14. ถ้ามีคนฝากของซึ่งอยู่ในกล่องไปให้กับบุคคลที่เรารู้จักและบอกนักเรียนว่าอย่าให้ตำรวจเห็นนักเรียนคิดว่าปัญหาของนักเรียน คืออะไร				
1. เป็นเด็ก ไม่สมควรไปรับฝากของแทนผู้ใหญ่	13	50.0	10	38.5
2. รับฝากของโดยไม่รู้ว่าเป็นของอะไร	6	23.1	2	7.7
3. อยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการรับของผิดกฎหมาย	7	26.9	14	53.8
15. จากข้อ 14 นักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไร ถ้ามีคนฝากของไปให้ผู้อื่น				
1. ไม่รับฝาก เพราะไม่แน่ใจว่าเป็นของอะไร	9	34.6	3	11.5
2. ไม่รับฝาก เพราะอาจมีความผิดถ้าเป็นของผิดกฎหมาย	16	61.5	23	88.5
3. รับฝาก เพราะเป็นคนรู้จักคุ้นเคยกัน	1	3.8	-	-
16. พวกดารานักร้องวัยรุ่นนิยมสูบบุหรี่กัน ทำทางดูเก๋ เท่ นักเรียนรู้สึกอยากเท่บ้าง นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. จะสูบเป็นบางครั้งต่อหน้าเพื่อน เพื่อแสดงความเก๋ เท่	1	3.8	1	3.8
2. ไม่สูบ เพราะ ไม่ได้สวยหรือหล่อเหมือนดารา สูบอย่างไรก็ไม่เท่	4	15.4	7	26.9
3. ไม่สูบ เพราะกลัวลองแล้วติด ถ้าอยากจะทำใช้วิธีอื่นก็ได้	21	80.8	18	69.2
17. ถ้านักเรียนเข้า ม. 1 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง มีรุ่นพี่ 3-4 คน ชวนให้ลองยาตี ๆ ถ้าไม่ลองจะไม่รับเข้ากลุ่ม นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. ไม่ลอง เพราะไม่มีความจำเป็นต้องเข้ากับรุ่นพี่กลุ่มนี้	5	15.4	7	26.9
2. ไม่ลอง เพราะยาเสพติดมีแต่ผลเสียต่อร่างกาย	20	76.9	18	69.2
3. ลอง เพราะกลัวรุ่นพี่ไม่ยอมรับ	1	3.8	1	3.8
18. เพื่อนสนิทพยายามให้สูบบุหรี่ นักเรียนจะตัดสินใจในสถานการณ์นี้อย่างไร				
1. สูบเพราะ เป็นเพื่อนที่รักกันมาก	2	7.7	-	-
2. ไม่สูบ เพราะ คบกันในความเป็นเพื่อนเรื่องบุหรี่ไม่เกี่ยว	9	34.6	9	34.6
3. ไม่สูบ เพราะ อันตรายต่อผู้สูบและสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายด้วย	15	57.7	17	65.4
19. ถ้าเพื่อนสนิทในกลุ่มใช้สารเสพติด นักเรียนเกิดความรู้สึกอยากทดลองใช้ดูบ้าง แต่กลัวติดนักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. ใช้สารเสพติดตามเพื่อน เพื่อจะได้อยู่กับกลุ่มเดียวกันได้	3	11.5	-	-
2. ลองใช้ เพื่อให้เพื่อนยอมรับ และใช้ครั้งเดียวคงไม่มีผลเสียอะไร	3	11.5	2	7.7
3. ไม่ใช้เพราะเป็นอันตราย ถึงอย่างไรก็ยังคงเป็นเพื่อนกันได้	20	76.9	24	92.3

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
20. ในการสอบปลายภาค มีงานเลี้ยงสังสรรค์ก่อนเปิดเรียน เพื่อนกลุ่มหนึ่งชวนป๊อไปต่อกันที่บ้านของติง ซึ่งป๊อรู้ว่าติงติดยาบ้าถ้าไปต้องถูกชวนให้เสพยาแ่น ๆ ถ้านักเรียนเป็นป๊อ นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. ไป เพราะนาน ๆ จะได้มาสนุกกับเพื่อนสักครั้ง	2	7.7	-	-
2. ไม่ไป เพราะเพื่อนที่มาชวนไม่ใช่เพื่อนสนิท รู้จักกันผิวเผิน	6	23.1	3	11.5
3. ไม่ไป เพราะถ้าไปมีผู้คุมเสพยาบ้า อนาคตไม่สดใสแน่	18	69.2	23	88.5
<b>การจัดการกับอารมณ์และความเครียด</b>				
21. เอบีบี กำลังเล่นหยอกล้อกันอยู่ เอฟลั้งมือผลักบีเสียหลักล้มลง บีเจ็บ จึงลุกขึ้นมาผลักเอจนเอเซไปหลายก้าว จึงเกิดการต่อว่ากันขึ้น นักเรียนคิดว่า เควควรตอบป๊ออย่างไรเพื่อเป็นการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสม				
1. เราไม่ได้ตั้งใจ นายมาโกรธเราทำไม	4	15.4	3	11.5
2. ขอโทษนะ เราไม่ได้ตั้งใจ	18	69.2	19	73.1
3. เราไม่ได้แกล้ง เราพลั้งมือไปหน่อย	4	15.4	4	15.4
22. จากเหตุการณ์ในข้อ 21 นักเรียนคิดว่า บี ควรพูดกับ เอ ว่าอย่างไร				
1. อายามาแก้ตัวเลย	5	19.2	1	3.8
2. จ้มนายขอโทษเราสิ	5	19.2	9	34.6
3. จ้มนักแล้วกันไป	16	61.5	16	61.5
23. ถ้านักเรียนเป็น บี นักเรียนจะใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสมวิธีใด				
1. ไม่ต้อย เอ แล้วนับ 1-10 ก่อนจะพูดได้ต้อบ	3	11.5	7	26.9
2. เดินหนีจากสถานการณ์นั้นไปก่อน	10	38.5	12	46.2
3. อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ต้อบ	13	50.0	7	26.9
24. ถ้านักเรียนขัดแย้งกับเพื่อนแล้วถูกเพื่อนต่อว่าด้วยถ้อยคำที่รุนแรง จนทำให้นักเรียนโกรธมากมีอาการตัวสั่น กำมือแน่น นักเรียนคิดว่าควรทำอย่างไร เพื่อเป็นการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสม				
1. ทำร้ายร่างกายเพื่อน	3	11.5	1	3.8
2. ได้ต้อบเพื่อนด้วยถ้อยคำที่รุนแรงเช่นกัน	9	34.6	2	7.7
3. เดินหนีจากสถานการณ์นั้นไปก่อน	14	53.8	23	88.5
25. จากข้อ 24 นักเรียนคิดว่าควรทำอย่างไรต่อไปกับเพื่อนคนนี้				
1. ไม่ควรพูดคุยกับเพื่อนคนนี้อีก	6	23.1	6	23.1
2. ทำความเข้าใจกับเพื่อนเมื่อตัวเองรู้สึกดีขึ้น	18	69.2	19	73.1
3. บอกเพื่อนคนอื่นให้เลิกคบ	2	7.7	1	3.8

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
26. ถ้านักเรียนถูกกล่าวหาว่าขโมยเงินของเพื่อนไปจึงรู้สึกเครียดมาก นักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไร				
1. ไม่ทำอะไร เวลาจะเป็นเครื่องพิสูจน์ความจริง	3	11.5	7	26.9
2. ชี้แจงกับครู และเพื่อน ๆ ทุกคนให้เข้าใจ	19	73.1	19	73.1
3. ไหวววากับครูและเพื่อนว่ากล่าวหาโดยไม่มีหลักฐาน	4	15.4	-	-
27. ถ้าพ่อแม่นักเรียนแต่งงาน ไม่มีเงินพอที่จะใช้จ่ายในบ้าน นักเรียนอาจต้องออกจากโรงเรียน นักเรียนจะอย่างไร				
1. ไม่ทำอะไร ออกมารับจ้างหาเงินช่วยพ่อแม่	4	15.4	2	7.7
2. ปรีกษากับครูประจำชั้น ขอทุนเรียน	20	76.9	20	76.9
3. พยายามระงับความกลัวไม่คิดถึงเรื่องนี้	2	7.7	4	15.4
28. นักเรียนรู้สึกเครียดมาก เมื่อถูกพ่อแม่ดูว่ากล่าวอย่างรุนแรงเรื่องหลบหนีเรียนไปเที่ยวกับเพื่อน นักเรียนจะอย่างไร				
1. ยอมรับผิดและสัญญากับพ่อแม่ว่า จะไม่หนีเรียน จะตั้งใจเล่าเรียน	18	69.2	18	69.2
2. เกเรงและคลายกلامเนื้อ เพื่อผ่อนคลายเวลาถูกดู	1	3.8	4	15.4
3. คิดว่า พ่อแม่กำลังให้พรเราอยู่	7	26.9	4	15.4
29. นักเรียนเกิดความเครียด แล้วมักจะหงุดหงิดกับเพื่อนทุกคนที่เข้ามาเข้าช้ชักถามนักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหาอย่างไรดี				
1. พยายามหลีกเลี่ยงออกจากเพื่อนให้มากที่สุด	9	34.6	4	15.4
2. ผ่อนคลายโดยการนับ 1-10 หรือหายใจลึก ๆ แล้วพยายามคิดแก้ปัญหาคือเป็นสาเหตุของความเครียด	14	53.8	21	80.8
3. ทะเลาะกับเพื่อนเพื่อระบายความหงุดหงิด	3	11.5	1	3.8
30. เมื่อเริ่มเข้าระยะวัยรุ่น นักเรียนรู้สึกว่าร่างกายและจิตใจเริ่มเปลี่ยนแปลงไป ทำให้รู้สึกเริ่มกลัวและเครียดนักเรียนจะอย่างไร เพื่อลดความรู้สึก				
1. ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชอบ เช่น ฟังเพลง เล่นกีฬา อ่านหนังสือ	16	61.5	18	69.2
2. หัดตีหม้อสุรา และบุหรี่ เพื่อลดความกลัวและคลายเครียด	2	7.7	1	3.8
3. ปรีกษาเพื่อน เพราะคงมีความรู้สึกเหมือนกัน พุดกันเข้าใจง่ายกว่าพ่อแม่หรือครู	8	30.8	7	26.9

## จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มควบคุมจำแนกตามคำตอบด้านทักษะในการป้องกันสารเสพติด

(n=25)

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร</b>				
1. ถ้านักเรียนมีเพื่อนมาชวนให้ลองสูบบุหรี่ หรือดื่มเบียร์ นักเรียนจะอย่างไร				
1. ลองใช้เพียงเล็กน้อย เพราะใช้ครั้งเดียวคงไม่ติด	1	4.0	1	4.0
2. ปฏิเสธ โดยบอกว่า ไม่ชอบเป็นสิ่งไม่ดี	15	60.0	14	56.0
3. ปฏิเสธ โดยบอกว่า ไม่ชอบและขอบคุณที่ชวน	9	36.0	10	40.0
2. ถ้าเพื่อนมาชวนให้นักเรียนหนีเรียนเพื่อไปเที่ยว นักเรียนจะอย่างไร				
1. บอกเพื่อนว่าไม่ไป กลัวครูจับได้ และจะถูกลงโทษ	13	52.0	7	28.0
2. บอกเพื่อนว่าไม่ไป ไม่สบายใจที่จะทำผิด อย่าโกรธนะ	11	44.0	17	68.0
3. ไปก็ได้ แต่ครั้งเดียวคงไม่เป็นไร	1	4.0	1	4.0
3. วันหนึ่งเพื่อนบ้านของนักเรียนบอกว่าจะฝากห่อของให้นักเรียนช่วยถือมาจะมีคนมารับของไป นักเรียนไม่แน่ใจว่าของในห่อเป็นอะไร นักเรียนจะอย่างไร				
1. ปฏิเสธ โดยบอกว่า กลัวของหล่นหายกลางทาง จะรับผิดชอบไม่ไหว อย่าโกรธนะ	10	40.0	12	48.0
2. ปฏิเสธ โดยบอกว่า วันนี้ต้องถือของหลายชิ้นแล้ว คงช่วยถือไม่ไหว	13	52.0	12	48.0
3. รับฝากของ เพื่อเพื่อนบ้านจะไม่เสียเวลาไปเอง	2	8.0	1	4.0
4. เมื่อนักเรียนเครียดและกลัวใจมาก เพื่อนสนิทยื่นยาบ้ามาให้แล้วบอกว่าให้ลองดู จะคลายเครียดได้ นักเรียนจะอย่างไร				
1. รับไว้ ขอบใจนะเพื่อน แต่เรายังไม่ใช้ตอนนี้	1	4.0	2	8.0
2. ช่วยได้แน่นอน เราจะลองดูสักครั้งก็แล้วกัน	2	8.0	1	4.0
3. ไม่เชื่อหรอก ยาบ้าเป็นยาเสพติด ไม่ได้ช่วยแก้ปัญหาแน่ ๆ	22	88.0	22	88.0
5. ถ้าเพื่อนคะยั้นคะยอให้เสพยาบ้า หลังจากนักเรียนปฏิเสธไปแล้วครั้งหนึ่ง นักเรียนจะอย่างไร				
1. ชันบอกแล้วไงว่าฉันไม่เสพ ไปก่อนนะ	14	56.0	15	60.0
2. เออ ๆ ก็ได้ ครั้งเดียวเท่านั้นนะ	-	-	1	4.0
3. บอกแล้วว่าไม่ อย่ามายุ่ง เดี่ยวฟ้องครูนะ	11	44.0	9	36.0
6. ถ้าเพื่อนมาชวนนักเรียนให้ไปเป็นเพื่อนซี้ของอย่างหนึ่ง นักเรียนสงสัยว่าอาจเป็นสารเสพติดนักเรียนจะอย่างไร				
1. ไม่ไป บอกเพื่อนว่า วันนี้ไม่ว่างไปไม่ได้	19	76.0	18	72.0
2. ไม่ไป บอกเพื่อนว่า ไม่สบายใจที่จะไป อย่าโกรธนะ	4	16.0	7	28.0
3. ไป เพราะแค่ไปเป็นเพื่อน คงไม่เป็นไร	2	8.0	-	-

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
7. ในช่วงใกล้สอบมีเพื่อนนักเรียน แนะนำให้นักเรียนลองใช้ยาบ้า เพื่อที่จะอ่านหนังสือได้มากขึ้นนักเรียนจะตอบเพื่อนอย่างไร				
1. ไม่เอาหรอก เรายกัลดิด เอาไปให้คนอื่นเถอะ	8	32.0	4	16.0
2. ไม่เอาหรอก เขาไม่สนใจ อย่ามายุ่งกับเรา	6	24.0	6	24.0
3. ไม่เอาหรอก ชอบใจนะที่หวังดี เรามาติวหนังสือด้วยกันดีกว่า	11	44.0	15	60.0
8. เมื่อเพื่อนในกลุ่มขอยืมเงินนักเรียนเพื่อไปซื้อสารเสพติด นักเรียนจะอย่างไร				
1. ให้เพื่อนยืมโดยบอกเพื่อนให้นำเงินมาคืนพรุ่งนี้	2	8.0	-	-
2. ไม่ให้ยืม บอกว่าไม่มีเงินพอ ต้องใช้เป็นค่ารถ ค่าอาหาร	9	36.0	10	40.0
3. ไม่ให้ยืม บอกว่า น่าจะนำเงินไปซื้อสิ่งที่มีประโยชน์ดีกว่า ใช้เงินทำลายตัวเอง	14	56.0	15	60.0
9. ถ้ามีคนในครอบครัว หรือบุคคลใกล้ชิดใช้สารเสพติด และชวนให้นักเรียนลองใช้ ยาคุณนักเรียนจะอย่างไร				
1. ไม่ลอง มันเป็นเรื่องไม่มีประโยชน์	9	36.0	12	48.0
2. บอกว่าห่วงใยต่อสุขภาพของเขา และชวนให้เลิกใช้สารเสพติด	14	56.0	13	52.0
3. ทดลองดู เพียงครั้งเดียวไม่ทำให้ติดหรอก	2	8.0	-	-
10. เมื่อเพื่อนที่ใช้สารเสพติด ชวนนักเรียนไปไหนมาไหน นอกเวลาเรียนด้วยกัน นักเรียนจะอย่างไร				
1. จะไปด้วย เพราะเป็นเพื่อนกัน	1	4.0	-	-
2. หลีกเลียงไม่ไปด้วยเป็นบางครั้ง เพราะเกรงใจเพื่อน	4	16.0	5	20.0
3. หลีกเลียงไม่ไปด้วยทุกครั้ง เพราะอาจถูกชักจูงได้	20	80.0	20	80.0
<b>การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา</b>				
11. ถ้านักเรียนรู้สึกไม่สบายใจ กับเรื่องทางบ้านเป็นอย่างมาก มีเพื่อนเสนอให้ลอง เสพยาบ้า เพื่อช่วยผ่อนคลายความไม่สบายใจ ช่วยคลายความทุกข์ นักเรียน จะตัดสินใจอย่างไร				
1. ลองเสพดูว่าจะช่วยผ่อนคลายทุกข์ได้จริงหรือไม่	3	12.0	1	4.0
2. ไม่เสพ เพราะกลัวทางบ้านจะรู้ภายหลัง	6	24.0	5	20.0
3. ไม่เสพ เพราะตั้งใจดูแล้วว่า มีผลเสียมากกว่าผลดี	16	64.0	19	76.0
12. ถ้าบุคคลในครอบครัวของนักเรียนสูบบุหรี่ และชักชวนให้นักเรียนสูบบุหรี่ นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. สูบ เพื่อไม่ให้บุคคลในครอบครัวเสียใจ	-	-	1	4.0
2. ยังไม่สูบตอนนี้ แต่ของผลัดไปสูบวันอื่น	2	8.0	1	4.0
3. ไม่สูบ เพราะเห็นว่าการสูบบุหรี่เป็นโทษต่อร่างกาย	23	92.0	23	92.0



ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
13. เมื่อนักเรียนทราบว่าเพื่อนสนิทเสพยาบ้า นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. พุดกับเพื่อนให้เลิกยาบ้า เพราะไม่มีประโยชน์มีแต่ผลเสีย	12	48.0	11	44.0
2. บอกกับครูประจำชั้น เพราะรู้ว่าเพื่อนเชื่อฟังครูมากกว่าใคร	9	36.0	4	16.0
3. ไม่ยุ่งเกี่ยวกับ เพราะเป็นเรื่องส่วนตัวของเขา	4	16.0	10	40.0
14. ถ้ามีคนฝากของซึ่งอยู่ในกล่องไปให้กับบุคคลที่เรารู้จัก และบอกนักเรียนว่าอย่าให้ตำรวจเห็นนักเรียนคิดว่าปัญหาของนักเรียน คืออะไร				
1. เป็นเด็ก ไม่สมควรไปรับฝากของแทนผู้ใหญ่	12	48.0	17	68.0
2. รับฝากของโดยไม่รู้ว่าของเป็นอะไร	3	12.0	3	12.0
3. อยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการรับของผิดกฎหมาย	10	40.0	5	20.0
15. จากข้อ 14 นักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไร ถ้ามีคนฝากของไปให้ผู้อื่น				
1. ไม่รับฝาก เพราะไม่แน่ใจว่าเป็นของอะไร	10	40.0	8	32.0
2. ไม่รับฝาก เพราะอาจมีความผิดถ้าเป็นของผิดกฎหมาย	14	56.0	15	60.0
3. รับฝาก เพราะเป็นคนรู้จักคุ้นเคยกัน	1	4.0	2	8.0
16. พวกดารานักร้องวัยรุ่น นิยมสูบบุหรี่กัน ทำทางดูเก๋ เท่ นักเรียนรู้สึกอยากเท่บ้าง นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. จะสูบเป็นบางครั้งต่อหน้าเพื่อน เพื่อแสดงความเก๋ เท่	-	-	3	12.0
2. ไม่สูบ เพราะ ไม่ได้สวยหรือหล่อเหมือนดารา สูบอย่างไรก็ไม่เท่	6	24.0	10	40.0
3. ไม่สูบ เพราะกลัวลองแล้วติด ถ้าอยากจะทำเท่ใช้วิธีอื่นก็ได้	19	76.0	12	48.0
17. ถ้านักเรียนเข้า ม. 1 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง มีรุ่นพี่ 3-4 คน ชวนให้ลองยาดี ๆ ถ้าไม่ลองจะไม่รับเข้ากลุ่ม นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. ไม่ลอง เพราะไม่มีความจำเป็นต้องเข้ากับรุ่นพี่กลุ่มนี้	5	20.0	3	12.0
2. ไม่ลอง เพราะยาเสพติดมีแต่ผลเสียต่อร่างกาย	18	72.0	20	80.0
3. ลอง เพราะกลัวรุ่นพี่ไม่ยอมรับ	2	8.0	2	8.0
18. เพื่อนสนิทพยายามให้สูบบุหรี่ นักเรียนจะตัดสินใจในสถานการณ์นี้อย่างไร				
1. สูบเพราะ เป็นเพื่อนที่รักกันมาก	2	8.0	-	-
2. ไม่สูบ เพราะ คบกันในความเป็นเพื่อนเรื่องบุหรี่ไม่เกี่ยว	12	48.0	9	36.0
3. ไม่สูบ เพราะ อันตรายต่อผู้สูบ และสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายด้วย	11	44.0	16	64.0
19. ถ้าเพื่อนสนิทในกลุ่มใช้สารเสพติด นักเรียนเกิดความรู้สึกอยากทดลองใช้ดูบ้าง แต่กลัวติดนักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. ใช้สารเสพติดตามเพื่อน เพื่อจะได้อยู่กับกลุ่มเดียวกันได้	1	4.0	1	4.0
2. ลองใช้ เพื่อให้เพื่อนยอมรับ และใช้ครั้งเดียวคงไม่มีผลเสียอะไร	4	16.0	5	20.0
3. ไม่ใช้เพราะเป็นอันตราย ถึงอย่างไรก็ยังคงเป็นเพื่อนกันได้	20	80.0	19	76.0

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
20. ในการสอบปลายภาค มีงานเลี้ยงสังสรรค์ก่อนเปิดเรียน เพื่อนกลุ่มหนึ่งชวนป๋องไปต่อกันที่บ้านของตี่ง ซึ่งป๋องรู้ว่าตี่งติดยาบ้า ถ้าไปต้องถูกชวนให้เสพยาแ่น ๆ ถ้านักเรียนเป็นป๋อง นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร				
1. ไป เพราะนาน ๆ จะได้มาสนุกกับเพื่อนสักครั้ง	2	8.0	1	4.0
2. ไม่ไป เพราะเพื่อนที่มาชวนไม่ใช่เพื่อนสนิท รู้จักกันผิวเผิน	3	12.0	5	20.0
3. ไม่ไป เพราะถ้าไปมีว่สมเสพยาบ้า อนาคตไม่สดใสแน่	20	80.0	19	76.0
<b>การจัดการกับอารมณ์และความเครียด</b>				
21. เอกกับบี กำลังเล่นหยอกล้อกันอยู่ เอพลั้งมือผลักบีเสียหลักล้มลง บีเจ็บ จึงลุกขึ้นมาผลักเอจนเอเซไปหลายก้าว จึงเกิดการต่อกันขึ้น นักเรียนคิดว่า เอควรตอบบี อย่งไรเพื่อเป็นการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสม				
1. เราไม่ได้ตั้งใจ นายมาโกรธเราทำไม	-	-	5	20.0
2. ขอโทษนะ เราได้ตั้งใจ	21	84.0	17	68.0
3. เราไม่ได้แกล้ง เราพลั้งมือไปหน่อย	4	16.0	3	12.0
22. จากเหตุการณ์ในข้อ 21 นักเรียนคิดว่า บี ควรพูดกับ เอ ว่าอย่างไร				
1. ออย่ามาแก้ตัวเลย	1	4.0	3	12.0
2. จั้่นนายขอโทษเราสิ	7	28.0	6	24.0
3. จั้่นก็แล้วกันไป	17	68.0	16	64.0
23. ถ้านักเรียนเป็น บี นักเรียนจะใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสมวิธีใด				
1. ไม่ต้อย เอ แล้วยับ 1-10 ก่อนจะพูดได้ตอบ	3	12.0	3	12.0
2. เดินหนีจากสถานการณ์นั้นไปก่อน	8	32.0	15	60.0
3. อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ตอบ	14	56.0	7	28.0
24. ถ้านักเรียนขัดแย้งกับเพื่อนแล้วถูกเพื่อนต่อว่าด้วยถ้อยคำที่รุนแรง จนทำให้นักเรียนโกรธมากมีอารมณ์ตัวสั่น กำมือแน่น นักเรียนคิดว่าควรทำอย่างไร เพื่อเป็นการจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสม				
1. ทำร้ายร่างกายเพื่อน	5	20.0	6	24.0
2. ได้ตอบเพื่อนด้วยถ้อยคำที่รุนแรงเช่นกัน	2	8.0	-	-
3. เดินหนีจากสถานการณ์นั้นไปก่อน	18	72.0	19	76.0
25. จากข้อ 24 นักเรียนคิดว่าควรทำอย่างไรต่อไปกับเพื่อนคนนี้				
1. ไม่ควรพูดคุยกับเพื่อนคนนี้อีก	4	16.0	6	24.0
2. ทำความเข้าใจกับเพื่อนเมื่อตัวเองรู้สึกดีขึ้น	19	76.0	14	56.0
3. บอกเพื่อนคนอื่นให้เลิกคบ	2	8.0	5	20.0

ข้อความ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
26. ถ้านักเรียนถูกกล่าวหาว่าขโมยเงินของเพื่อนไปจึงรู้สึกเครียดมาก นักเรียนจะแก้ปัญหอย่างไร				
1. ไม่ทำอะไร เวลาจะเป็นเครื่องพิสูจน์ความจริง	3	12.0	3	12.0
2. ชี้แจงกับครู และเพื่อน ๆ ทุกคนให้เข้าใจ	19	76.0	20	80.0
3. โวยวายกับครูและเพื่อนว่ากล่าวหาโดยไม่มีหลักฐาน	3	12.0	2	8.0
27. ถ้าพ่อแม่ นักเรียนตงงาน ไม่มีเงินพอที่จะใช้จ่ายในบ้าน นักเรียนอาจต้องออกจากโรงเรียน นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. ไม่ทำอะไร ออกมารับจ้างหาเงินช่วยพ่อแม่	4	16.0	3	12.0
2. ปรึกษากับครูประจำชั้น ขอทุนเรียน	18	72.0	21	84.0
3. พยายามระงับความกุ่มใจ ไม่คิดถึงเรื่องนี้	3	12.0	1	4.0
28. นักเรียนรู้สึกเครียดมาก เมื่อถูกพ่อแม่ดูตำ ว่ากล่าวอย่างรุนแรง เรื่องหลบหนีเรียนไปเที่ยวกับเพื่อน นักเรียนจะทำอย่างไร				
1. ยอมรับผิดและสัญญากับพ่อแม่ว่า จะไม่หนีเรียน จะตั้งใจเล่าเรียน	20	80.0	21	84.0
2. เกร็งและคลายกล้ามเนื้อ เพื่อผ่อนคลายเวลาถูกดู	2	8.0	2	8.0
3. คิดว่า พ่อแม่กำลังให้พรเราอยู่	3	12.0	2	8.0
29.นักเรียนเกิดความเครียด แล้วมักจะหงุดหงิดกับเพื่อนทุกคนที่เข้ามาเข้าที่ซักถามนักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหอย่างไรดี				
1. พยายามหลีกเลี่ยงออกจากเพื่อนให้มากที่สุด	14	56.0	10	40.0
2. ผ่อนคลายโดยการนับ 1-10 หรือหายใจลึก ๆ แล้วพยายามคิดแก้ปัญหที่เป็นสาเหตุของความเครียด	9	36.0	10	40.0
3. ทะเลาะกับเพื่อน เพื่อระบายความหงุดหงิด	2	8.0	5	20.0
30.เมื่อเริ่มเข้าระยะวัยรุ่น นักเรียนรู้สึกว่าร่างกายและจิตใจเริ่มเปลี่ยนแปลงไป ทำให้รู้สึกเริ่มกลัวและเครียดนักเรียนจะทำอย่างไร เพื่อลดความรู้สึก				
1. ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชอบ เช่น ฟังเพลง เล่นกีฬา อ่านหนังสือ	19	76.0	19	76.0
2. หัดดื่มสุรา และบุหรี่ เพื่อลดความกลัวและคลายเครียด	2	8.0	2	8.0
3. ปรึกษาเพื่อน เพราะคงมีความรู้สึกเหมือนกัน พูดกันเข้าใจง่ายกว่าพ่อแม่หรือครู	4	16.0	4	16.0



ภาคผนวก ค  
แผนการสอน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กลุ่มทดลอง

### กิจกรรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาระดับประถมศึกษา

กิจกรรมที่ 1	คิดลึกซึ้ง...ไม่พึ่งสารเสพติด
กิจกรรมที่ 2	คิดกว้างไว้ ห่างภัยสารเสพติด
กิจกรรมที่ 3	รู้ตัวไว้ ปลอดภัยดี
กิจกรรมที่ 4	ปลอดภัยไว้ก่อน
กิจกรรมที่ 5	หลงผิดไปเห็นใจด้วย
กิจกรรมที่ 6	ตั้งใจดี มีความสำเร็จ
กิจกรรมที่ 7	ผลข้างกายภัยข้างตัว
กิจกรรมที่ 8	มั่นใจ ทำได้เอง
กิจกรรมที่ 9	ร่วมคิด ร่วมทำ นำชีวิตสุข
กิจกรรมที่ 10	บอกให้ชัด ไม่ชัดใจ
กิจกรรมที่ 11	พูดอย่างไร ผูกใจเพื่อน
กิจกรรมที่ 12	คิดได้ ตัดสินใจเป็น
กิจกรรมที่ 13	อารมณ์ดี มีสุข
กิจกรรมที่ 14	ฝึกไว้ คลายเครียด

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**กิจกรรมที่ 1**      คิดลึกซึ้ง...ไม่พึ่งสารเสพติด

**เวลา 60 นาที**

**วัตถุประสงค์**      สามารถวิเคราะห์การแพร่ระบาด และบอกวิธีป้องกันการแพร่ระบาดของสารเสพติดได้

**สาระสำคัญ**      สารเสพติดเป็นสารอันตรายเมื่อผู้ใดเสพเข้าสู่ร่างกาย นอกจากจะเป็นผลเสียต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจของผู้เสพแล้ว ยังมีผลร้ายแรงต่อบุคคลอื่น ๆ การที่นักเรียนศึกษาวิเคราะห์ปัญหา สาเหตุ และผลกระทบของการแพร่ระบาดของสารเสพติดดังกล่าวได้ชัดเจน จะทำให้เข้าใจ ได้กระจ่างถึงโทษและพิษภัยที่แท้จริงของสารเสพติด และสามารถป้องกันตนเองจากการแพร่ระบาดของสารเสพติดได้

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- นำเข้าสู่บทเรียน โดยผู้นำกลุ่มถามว่า “ นักเรียนเคยทราบข่าวการแพร่ระบาดของสารเสพติดบ่อยไหม ทราบจากไหน ทราบข่าวอะไรบ้าง “ - ผู้นำกลุ่มสุ่มถามที่ละคำถาม ประมาณ 3 – 4 คน - ผู้นำกลุ่มให้นักเรียนดูภาพการจับกุมผู้ขายและผู้เสพสารเสพติด	- ภาพการจับกุมผู้ขายและผู้เสพสารเสพติด
<b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก ( 20 นาที )	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และอภิปรายเพิ่มเติม - ผู้นำกลุ่มให้ความรู้เกี่ยวกับความหมายประเภทกฎหมาย บทลงโทษที่เกี่ยวกับสารเสพติด	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม - ใบความรู้ “ สารเสพติด “



องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 20 นาที )	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 2 - ตัวแทนกลุ่มรายงาน หรือนำข้อคิดเห็นของแต่ละกลุ่มมาจัดบอร์ด	- ใบงาน 2 - กรณีนำข้อคิดของกลุ่มจัดบอร์ด ผู้นำกลุ่มควรเตรียมอุปกรณ์การจัดบอร์ดไว้ด้วย

**ใบงานที่ 1****คิดลึกซึ้ง...ไม่พึ่งสารเสพติด****คำแนะนำ**

ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปรายตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย เพื่อให้ได้ข้อสรุป ( เวลา 15 นาที ) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ ( เวลา 5 นาที )

1. วิธีการแพร่ระบาดของสารเสพติด
2. สาเหตุของการแพร่ระบาดของสารเสพติด
3. การแพร่ระบาดของสารเสพติดส่งผลกระทบต่อตนเองและครอบครัวอย่างไร

**ใบงานที่ 2****คิดลึกซึ้ง...ไม่พึ่งสารเสพติด****คำแนะนำ**

ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปรายตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย เพื่อให้ได้ข้อสรุป ( เวลา 15 นาที ) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ ( เวลา 5 นาที )

ในสถานการณ์ที่มีการแพร่ระบาดของสารเสพติด นักเรียนจะมีวิธีป้องกันตนเองจากสารเสพติดได้อย่างไร

**ใบความรู้ เรื่องสารเสพติด**

**สารเสพติด** หมายถึง สารเคมี หรือวัตถุชนิดใด ๆ เมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยการรับประทาน ดม สูบ หรือฉีด หรือด้วยประการใด ๆ แล้วทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ เช่น ต้องเพิ่มขนาดการเสพเรื่อย ๆ มีอาการถอนยาเมื่อขาดยา มีความต้องการทั้งร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงตลอดเวลา และสุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง กับให้รวมถึงสารเคมีที่ใช้ในการผลิตสารเสพติดดังกล่าวด้วย

**ประเภทของสารเสพติด**

ในปัจจุบันสารเสพติดมีมากกว่าร้อยชนิด สามารถจัดแบ่งเป็นประเภทต่าง ๆ เช่น แบ่งตามการออกฤทธิ์ แบ่งตามแหล่งที่มา แบ่งตามกฎหมาย และแบ่งตามองค์การอนามัยโลก เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจง่าย จะอธิบายประเภทของสารเสพติดที่แบ่งตามการออกฤทธิ์ ดังนี้

1. ประเภทกดประสาท เช่น ฝิ่น มอร์ฟีน เฮโรอีน
2. ประเภทกระตุ้นประสาท เช่น แอมเฟตามีน บุหรี่ กาแฟ
3. ประเภทหลอนประสาท เช่น สารระเหย ลำโพง
4. ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน อาจกด กระตุ้น หรือหลอนประสาทผสมกัน เช่น กัญชา

**สาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาการติดสารเสพติด**

ข้อพิจารณาประกอบด้วย 3 ปัจจัย คือ

1. ตัวผู้เสพ ผู้ที่ติดสารเสพติดนั้น อาจติดโดยไม่รู้โทษหรือพิษภัย อยู่ในวัยคะนองขาดความ

รอบคอบ เป็นค่านิยมในกลุ่มเพื่อน ทางกาารแพทย์ตัวผู้เสฟจะประกอบด้วย

- กรรมพันธุ์
- อายุ เช่น อยู่ในวัยรุ่น ต้องการการยอมรับจากเพื่อน
- บุคลิกภาพที่นำไปสู่การติดยาได้ง่าย ได้แก่ ชี้ง่วง ปรับตัวยาก ชอบพึ่งพาคนอื่น เก็บกตอารมณั

2. ตัวยา หรือสารเสฟติด ทุกประเภทจะออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ทำให้มีฤทธิ์เสฟติด ถ้าใช้เป็นระยะเวลานาน จะทำให้ติด เลิกได้ยาก

3. สิ่งแวดล้อม เช่น ค่านิยม วัฒนธรรมท้องถิ่น งานพิธีต่าง ๆ ที่ใช้สุรา สิ่งแวดล้อมที่เป็นปัจจัยให้วัยรุ่นติดสารเสฟติดที่สำคัญ คือ อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน และค่านิยม

สารเสฟติดจัดเป็นสิ่งผิดกฎหมาย มีบทลงโทษรุนแรงต่างกัน ขึ้นกับ ประเภทของสารเสฟติด

ปริมาณที่ครอบครอง และความผิด ( ข้อหา ) ที่กระทำ

**ความผิดตามกฎหมายเกี่ยวกับเฮโรอีน ยาบ้า ยาอี**

ข้อหา	บทลงโทษ
1. ผลิต / นำเข้า / ส่งออก ( มีปริมาณคำนวณเป็นสารบริสุทธิ์ตั้งแต่ 20 กรัมขึ้นไป )	- จำคุกตลอดชีวิต *ประหารชีวิต
2. จำหน่าย ( มีปริมาณคำนวณเป็นสารบริสุทธิ์ 20 กรัมขึ้นไปถือว่ามิไว้ในครอบครองเพื่อจำหน่าย )	- จำคุก 5 ปี ถึงตลอดชีวิตและปรับ 50,000 – 500,000 บาท ( 20 กรัมขึ้นไปแต่ไม่เกิน 100 กรัม ) *จำคุกตลอดชีวิต หรือประหารชีวิต ( 100 กรัมขึ้นไป )
3. ครอบครอง ( มีปริมาณคำนวณเป็นสารบริสุทธิ์ตั้งแต่ 20 กรัมขึ้นไป )	- จำคุก 1 ปี ถึง 10 ปี และปรับ 10,000 – 100,000 บาท
4. เสฟ	- จำคุก 6 เดือน ถึง 10 ปี และปรับ 5,000 – 100,000 บาท
5. หลอกหลวง / ชูเกียรติ / ช่มชู้ใจให้ผู้อื่นเสฟ - ถ้ากระทำโดยมีอาวุธ *ถ้ากระทำกับหญิงและผู้ที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ	- จำคุก 2 ปี ถึง 20 ปี และปรับ 20,000 บาท - จำคุก 4 ปี ถึง 30 ปี และปรับ 40,000 – 300,000 บาท *ประหารชีวิต
6. ยุยงส่งเสริมให้ผู้อื่นเสฟ	- จำคุก 1 ปี ถึง 5 ปี และปรับ 10,000 – 50,000 บาท

ความผิดตามกฎหมายเกี่ยวกับ กัญชา

ข้อหา	บทลงโทษ
1. ผลิต / นำเข้า / ส่งออก	- จำคุก 2 ปี ถึง 15 ปี และปรับ 20,000 – 150,000 บาท
2. จำหน่าย ( มีปริมาณตั้งแต่ 10 กิโลกรัมขึ้นไปถือว่า มีไว้ในครอบครองเพื่อจำหน่าย )	- จำคุก 5 ปี ถึงตลอดชีวิต และปรับ 20,000 – 150,000 บาท
3. ครอบครอง ( มีปริมาณไม่ถึง 10 กิโลกรัม ถือว่ามีไว้ในครอบครอง )	- จำคุกไม่เกิน 5 ปี และปรับไม่เกิน 50,000 บาท
4. เสพ	- จำคุกไม่เกิน 1 ปี และปรับไม่เกิน 10,000 บาท

ความผิดตามกฎหมายเกี่ยวกับ สารระเหย

ข้อหา	บทลงโทษ
1. ขายให้แก่ผู้ที่มีอายุไม่เกิน 17 ปี ( เว้นแต่เป็นการขายโดยสถานศึกษาเพื่อการเรียนการสอน )	- จำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
2. ผลิต / นำเข้า / ขาย โดยไม่มีเครื่องหมายหรือข้อความเตือนให้ระวังการใช้สารระเหย	
3. ขาย / จัดหาให้แก่ผู้ที่ติดยา / ควรรู้ว่าเป็นผู้ติดสารระเหย	- จำคุกไม่เกิน 2 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
4. ชักนำ / ยุยงส่งเสริม / ใช้อุบายหลอกลวงให้ผู้อื่นใช้	
5. สูด / ดม / เสพสารระเหย ด้วยวิธีอื่น ๆ	

## ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. วิธีการแพร่ระบาดของสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> <li>-ผู้ที่เสพยาเสพติดแจกให้เพื่อนลองเสพฟรีก่อน</li> <li>-ผู้ที่เสพยาเสพติดเป็นผู้ขายสารเสพติด</li> <li>-ผู้ที่เป็นผู้นำของกลุ่มเป็นผู้ขายสารเสพติด</li> <li>-ผู้ที่อยากมีรายได้เพิ่มขึ้นเป็นผู้ขายสารเสพติด</li> </ul>
2. สาเหตุการแพร่ระบาดของสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> <li>-สาเหตุที่ทำให้เกิดการแพร่ระบาดของสารเสพติด</li> <li>*คนขาดความรู้ถึงโทษและพิษภัยของสารเสพติด</li> <li>*คนในชุมชนขาดความร่วมมือ</li> <li>*เจ้าหน้าที่ขาดความรับผิดชอบในการปราบปราม</li> <li>*จำนวนผู้ขายมีมากและได้ค่าตอบแทนสูง</li> <li>*สภาพครอบครัวยากจน / มีปัญหา</li> </ul>
3. การแพร่ระบาดของสารเสพติดส่งผลกระทบต่อตนเองและครอบครัวอย่างไร	<ul style="list-style-type: none"> <li>-มีโอกาสถูกชักจูงไปใช้สารเสพติดได้ง่าย</li> <li>-ความปลอดภัยในชีวิตลดลง</li> <li>-อาจถูกผู้อื่นมองว่าเป็นผู้ใช้สารเสพติดด้วย</li> <li>-มีชีวิตอยู่อย่างวิตกกังวล</li> </ul>
4. ในสถานการณ์ที่มีการแพร่ระบาดของสารเสพติด นักเรียนจะมีวิธีป้องกันตนเองได้อย่างไร	<ul style="list-style-type: none"> <li>-หาความรู้เกี่ยวกับสารเสพติด</li> <li>-ไม่ลองใช้สารเสพติด</li> <li>-ปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด</li> <li>-เตือนเพื่อนให้เลิกใช้สารเสพติด</li> <li>-ไม่ซื้อเมื่อมีคนนำสารเสพติดมาขาย</li> <li>-ไม่เข้าไปอยู่ในแหล่งมั่วสุมสารเสพติด</li> <li>-ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เช่นเล่นกีฬา</li> </ul>

**กิจกรรมที่ 2**      คิดกว้างไว้ ห่างภัยสารเสพติด

**เวลา 60 นาที**

**วัตถุประสงค์**      เสนอแนวทางการป้องกันการใช้สารเสพติดและการแพร่ระบาดของสารเสพติดในระดับบุคคล และครอบครัวได้อย่างหลากหลาย

**สาระสำคัญ**      การวิเคราะห์สภาพปัญหา และสาเหตุของการใช้สารเสพติดและการแพร่ระบาดของสารเสพติดอย่างครอบคลุม จะทำให้นักเรียนสามารถเสนอแนะวิธีการที่หลากหลายในการป้องกันการใช้สารเสพติดและการแพร่ระบาดของสารเสพติดในระดับบุคคลและครอบครัว

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- นำเข้าสู่บทเรียน โดยผู้นำกลุ่มนำเสนอสนทนาด้วยคำถาม “นักเรียนคิดว่าสารเสพติดระบาดเข้ามาในโรงเรียนเราบ้างไหม” แล้วถาม ต่อว่า “ถ้ามีนักเรียนคิดว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับโรงเรียนของเรา” - ผู้นำกลุ่มมาสุ่มถาม 5 – 6 คน	
<b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก (15 นาที)	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 - 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และ อภิปรายเพิ่มเติม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

## ใบงานที่ 1 คิดกว้างไว้ ห่างภัยสารเสพติด

**คำแนะนำ** ให้นักเรียนรวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่หัวหน้ากลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ (เวลา 5 นาที)

1. การแพร่ระบาดของสารเสพติดเข้าสู่โรงเรียน นักเรียนคิดว่ามีสาเหตุจากอะไร
2. นักเรียนในโรงเรียนนั้นจะได้รับผลกระทบอะไรบ้าง จากการแพร่ระบาดของสารเสพติด

## ใบงานที่ 2 คิดกว้างไว้ ห่างภัยสารเสพติด

**คำแนะนำ** ให้นักเรียนรวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่หัวหน้ากลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ (เวลา 5 นาที)

นักเรียนจะมีแนวทางในการป้องกันตนเองและครอบครัวจากการใช้สารเสพติดและการแพร่ระบาดของสารเสพติด ในประเด็นต่อไปนี้อย่างไร

กลุ่ม 1 – 2 เมื่อมีเพื่อนมาชวนให้นักเรียนลองใช้สารเสพติดชนิดหนึ่ง โดยบอกว่าจะทำให้สนุก อารมณ์ดีขึ้น เพื่อน ๆ ก็ใช้กัน

กลุ่ม 3 – 4 เมื่อมีคนแปลกหน้ามาชวนหรือลูกอมรสชาติใหม่ ๆ มาให้ลองชิม

กลุ่ม 5 – 6 เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้สารเสพติด

กลุ่ม 7 – 8 เสนอแนวทางการป้องกันสารเสพติดให้กับครอบครัว

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
<p>1. การแพร่ระบาดของสารเสพติดเข้าโรงเรียน นักเรียนคิดว่ามีสาเหตุอะไร</p> <p>2. นักเรียนในสถานศึกษานั้นจะได้รับผลกระทบอะไรบ้างจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีการชักจูงให้เยาวชนหลงใช้สารเสพติด เช่น ให้ลองใช้ฟรี หลอกว่าเป็นขนม</li> <li>- มีค่านิยมที่ไม่ถูกต้อง เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน หรือถูกบังคับ</li> <li>- มีสื่อที่กระตุ้นให้เยาวชนมีค่านิยมที่ไม่ถูกต้องในเรื่อง สารเสพติด</li> <li>- มีผลประโยชน์สูง</li> <li>- จากการถูกล่อลวงป้อนในอาหารและเครื่องดื่ม</li> <li>- เสี่ยงต่อการถูกชักจูงให้ใช้สารเสพติด เช่น แนะนำให้ใช้ยาในทางที่ผิด</li> <li>- เสื่อมสุขภาพ เสียเงิน เสียอนาคต เสียชื่อเสียง ถ้าไปใช้สารเสพติด</li> <li>- มีความรู้สึกไม่ปลอดภัยในการอยู่ที่โรงเรียน</li> </ul>
<p>3. นักเรียนจะมีแนวทางในการป้องกันตนเองและครอบครัว จากการใช้สารเสพติดและการแพร่ระบาดของสารเสพติด ในประเด็นต่อไปนี้ได้อย่างไร</p> <p>3.1 เมื่อมีเพื่อนมาชวนให้นักเรียนลองใช้สารชนิดหนึ่งโดยบอกว่าจะทำให้สนุก อารมณ์ดีขึ้นเพื่อน ๆ ก็ใช้กัน</p> <p>3.2 เมื่อมีคนแปลกหน้านำขนมหรือลูกอมรสชาติใหม่ ๆ มาให้ลองชิม</p> <p>3.3 เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้สารเสพติด</p> <p>3.4 เสนอแนวทางในการป้องกันสารเสพติดให้กับครอบครัว</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักเรียนมีแนวคิดในการหลีกเลี่ยงจากการถูกชวนได้สำเร็จ โดยเสนอวิธีการปฏิเสธที่เหมาะสมและให้เหตุผลถึงข้อดี ข้อเสีย ของวิธีการหลีกเลี่ยงนั้น ๆ เช่น ไม่ลอง ไม่เชื่อคำชวน</li> <li>- นักเรียนคิดวิเคราะห์ได้ว่าเป็นสารเสพติดหรือไม่ และอาจจะไม่เชื่อ ไม่รับของจากผู้อื่น เดินหนี</li> <li>- นักเรียนมีแนวคิดในการหลีกเลี่ยงจากการถูกชวนได้สำเร็จ โดยเสนอวิธีการปฏิเสธที่เหมาะสมและให้เหตุผลถึงข้อดี ข้อเสีย ของวิธีการหลีกเลี่ยงนั้น ๆ เช่น ไม่ลองตามคำชวนของเพื่อน เดินหนีออกจากกลุ่ม บอกครู</li> <li>- บอกถึงโทษ พิษภัย และวิธีการที่จะถูกชักชวนไปสู่การใช้สารเสพติดแก่บุคคลในครอบครัว</li> </ul>



### กิจกรรมที่ 3 รู้ตัวไว้ ปลอดภัยดี

เวลา 60 นาที

#### วัตถุประสงค์

ตระหนักว่าตนเองมีข้อดีในการป้องกันการถูกชักจูงให้ไปใช้สารเสพติด และข้อดีที่ยังต้องต่อการถูกชักจูงให้ไปใช้สารเสพติด

#### สาระสำคัญ

สถานการณ์เสี่ยงหลายอย่าง ที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติดโดยไม่คาดคิดโดยเฉพาะอาจเกิดจากบุคคลใกล้ชิด หรือคนแปลกหน้า ถ้านักเรียนสำรวจ และทราบว่าตนเองมีข้อดีและข้อดี นักเรียนจะสามารถนำข้อดี และข้อดีของตนเองมาเป็นแนวทางในการป้องกัน และหลีกเลี่ยงต่อการถูกชักจูงให้ไปใช้สารเสพติดได้

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<p>ขั้นสร้างความรู้ ประสบการณ์</p> <p>- กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )</p>	<p>- นำเข้าสู่บทเรียนด้วยคำถาม “นักเรียนเคยได้รับคำชมอย่างไรบ้าง” สุ่มถาม 4 – 5 คน โดยไม่ต้องสรุป</p> <p>- แจกแผ่นกระดาษรูปดาว ให้นักเรียนเขียนข้อดีของตนเอง คนละ 3 ข้อ</p> <p>- ผู้นำกลุ่มเก็บแผ่นกระดาษรูปดาว แล้วสุ่มอ่านข้อดีของนักเรียนที่น่าสนใจ 4 – 5 คน</p> <p>- ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ทางเลือก”</p>	<p>- กระดาษรูปดาว ( หรือรูปอื่นตามความเหมาะสม )</p>
<p>- กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มถามนักเรียนว่า เมื่อฟังกรณีศึกษาเรื่อง “ทางเลือก” “ แล้วนักเรียนรู้สึกอย่างไร</p>	<p>- กรณีศึกษาเรื่อง “ทางเลือก”</p>

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่ม 4 คน ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่มละ 4 คน ช่วยกันอภิปรายตามใบงานที่ 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- สุ่มรายงาน 3 – 4 กลุ่ม ผู้นำ กลุ่มสรุปประเด็นสำคัญ	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม
<b>ชั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ            ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่ม 4 คน ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่ม 4 คนเดิม ช่วยกันอภิปรายตามใบงานที่ 2 โดยเขียนคำตอบของกลุ่มลงใน กระจาดรูปดาว	- ใบงานที่ 2 - กระจาดรูปดาวใบใหญ่กลุ่ม ละ 1 ใบ
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- สุ่มรายงาน 3 – 4 กลุ่ม ผู้นำ กลุ่มช่วยสรุปประเด็นสำคัญ	ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1

#### รู้ตัวไว้ ปลอดภัยดี

#### คำแนะนำ

- ให้นักเรียนกลุ่มละ 4 คน ช่วยกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้ จนได้ข้อสรุป (เวลา 10 นาที )  
 แล้ว เตรียมตัวแทน 1 คนเพื่อรายงานหน้าชั้น ( เวลา 5 นาที )
1. เพราะเหตุใดชายกับหญิงจึงลองใช้ยาบ้า ในขณะที่หนุ่มไม่ลองใช้ทั้ง ๆ ที่ถูกรุ่นพี่ชวนให้ลองใช้ยาเหมือนกัน
  2. ให้นักเรียนช่วยกันสำรวจหา ข้อดี ของสมาชิกในกลุ่มที่คล้ายกับหนุ่มที่ทำให้ไม่ไปใช้สารเสพติด และ ข้อด้อย ที่อาจทำให้ไปทดลองใช้สารเสพติดคล้ายกับชายและหญิง

### ใบงานที่ 2

#### รู้ตัวไว้ ปลอดภัยดี

#### คำแนะนำ

- ให้นักเรียนกลุ่มละ 4 คน ช่วยกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้ จนได้ข้อสรุป โดยเขียนคำตอบลงในกระจาดรูปดาว (เวลา 10 นาที ) แล้วเตรียมตัวแทน 1 คน เพื่อรายงานหน้าชั้น ( เวลา 5 นาที )
- ให้นักเรียนช่วยกันนำข้อดี และข้อด้อยของสมาชิกกลุ่ม (จากใบงาน 1 ) มากำหนดเป็นวิธีการป้องกันและหลีกเลี่ยง จากการถูกชักจูงให้ไปใช้สารเสพติด

### กรณีศึกษาเรื่อง “ ทางเลือก ”

หนุ่มเป็นเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความมั่นใจในตัวเอง รับผิดชอบ เรียนหนังสือดี กลับบ้านตรงเวลา มีเพื่อนฝูงมาก ไม่เคยทำให้พ่อแม่เสียใจ เวลามีเรื่องอะไร หนุ่มจะมาคุยและปรึกษากับพ่อแม่เสมอ วันหนึ่ง หนุ่มไปเข้าห้องน้ำของโรงเรียน ได้พบนักเรียนรุ่นพี่กำลังขายยากันอยู่ พอเห็นหนุ่ม รุ่นพี่คนหนึ่งเดินเข้ามาหาแล้วบอกให้หนุ่มลองสูบยา หนุ่มเคยได้ยินพ่อกับแม่คุยกันเรื่องนี้ และเข้าใจว่าคงเป็นยาบ้า จึงบอกรุ่นพี่ว่า “ ไม่ครับ ผมไม่ลองครับ ผมจะรีบเข้าห้องเรียน ” รุ่นพี่อีกคนได้เข้ามาจับไหล่หนุ่มพร้อมกับบอกรด้วยเสียงดังว่า “ อ้าวจะให้ลื้อลองดู...แล้วจะติดใจ ” “ หนุ่มรู้สึกกลัว เพราะไม่มีคนอื่นอยู่ในห้องน้ำอีกเลย จึงสะดุ้งตัวออกพร้อมกับบอกรว่า “ อย่ามายุ่งกับผม ” แล้ววิ่งหนีออกมา

ชาย นักเรียนห้องเดียวกับหนุ่ม เป็นเด็กเรียบร้อย เฉย ๆ ไม่ค่อยออกความคิดเห็นอะไรเพื่อนจะไปไหนชายจะตามไปด้วยเสมอ เขาอยากให้เป็นเพื่อนรักเขา วันหนึ่ง ชายกับเดชไปห้องน้ำด้วยกัน พบรุ่นพี่ชั้นม. 5 กำลังสูบยาด้วยกันอยู่ รุ่นพี่เห็นชายกับเดชจึงเดินเข้ามาหาพร้อมกับยื่นยาให้ครึ่งเม็ด และบอกรว่า “ ลองดูใหม่.... น่าสนใจนะ อ้าวให้ลื้อสองคนลองสูบฟรี ” เดชมองหน้าชายแล้วถามว่า “ ลองใหม่ ” ชายตอบว่า “ แล้วแต่นายสิ ” เดชและชายจึงลองสูบยาบ้า

วันรุ่งขึ้น ชายและเดชไปห้องน้ำอีก และพบรุ่นพี่คนเดิม รุ่นพี่เอายามาให้ทั้งสองคนสูบอีก แต่พอวันที่สาม รุ่นพี่ไม่ให้แล้วบังคับให้ทั้งสองคนเอาเงินมาซื้อ ชายและเดชต้องหาเงินมาซื้อจากรุ่นพี่เกือบทุกวัน ในที่สุดชายถูกแม่จับได้เพราะขโมยเงินแม่ไปซื้อยา...

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. เพราะเหตุใดชายกับเดชจึงลองใช้ยาบ้า ในขณะที่หนุ่มไม่ลองใช้ทั้ง ๆ ที่ถูกรุ่นพี่ชวนให้ลองใช้ยาเหมือนกัน	- เพราะหนุ่มมีความมั่นใจในตัวเอง กล้าปฏิเสธสิ่งที่คาดว่าจะเป็นสิ่งไม่ดี ส่วนชายกับเดชมีข้อดีอยู่ที่ชอบยอม ทำตามผู้อื่น ไม่เป็นตัวของตัวเอง จึงถูกชักจูงง่าย
2. ให้นักเรียนช่วยกันสำรวจหา ข้อดี ของสมาชิกในกลุ่มที่คล้ายกับหนุ่มที่ทำให้ไม่ไปใช้สารเสพติด และข้อดีที่อาจทำให้ไปทดลองใช้สารเสพติดที่คล้ายกับชายและเดช	- ข้อดี เช่น มั่นใจในตนเอง ไม่เชื่อคนง่าย ไม่ชอบลอง - ข้อดีที่ยก เช่น ชอบลอง ชอบเสี่ยง เชื่อคนง่าย ขี้เกรงใจ
3. ให้นักเรียนช่วยกันนำข้อดี และข้อดีของสมาชิกกลุ่ม ( จากใบงานที่ 1 ) มากำหนดเป็นวิธีในการป้องกันและหลีกเลี่ยง จากการถูกชักจูงให้ไปใช้สารเสพติด	- รู้จักคิดไตร่ตรองก่อนทำสิ่งต่าง ๆ - ใช้เหตุผลในการตัดสินใจ

#### กิจกรรมที่ 4      ปลอดภัยไว้ก่อน

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์      ตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการใช้สารเสพติด

สาระสำคัญ      การที่บุคคลในครอบครัวเกี่ยวข้องกับสารเสพติด จะก่อความเดือดร้อนให้กับสมาชิกคนอื่น ๆ และบุคคลใกล้เคียง หากนักเรียนเห็นความสำคัญของปัญหาที่เกิดจากการใช้สารเสพติดนี้ จะช่วยให้นักเรียนเกิดแนวคิดในการป้องกันตนเอง และครอบครัวจากสารเสพติด

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )  - กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )	- ผู้นำกลุ่มตั้งคำถาม “ ถ้ามีเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นกับคนในครอบครัว เช่น มีคนเมาสุรามาทำร้ายคนในครอบครัวนักเรียนจะรู้สึกอย่างไร”  - ผู้นำกลุ่มถาม 4 – 5 คน - ให้นักเรียนดูภาพข่าวผู้ใช้สารเสพติดที่มีอาการคลุ้มคลั่ง จับผู้อื่นเป็นตัวประกัน หรือก่ออาชญากรรม แล้วถามว่า “เมื่อนักเรียนได้ทราบข่าวและเหตุการณ์เช่นนี้จากข่าวนักเรียนรู้สึกอย่างไร “	- ภาพข่าว ผู้ใช้สารเสพติดที่มีอาการคลุ้มคลั่ง จับผู้อื่นเป็นตัวประกัน หรือก่ออาชญากรรม
<b>ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ</b> <b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ช่วยกันทำงานตามใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงาน 2 – 3 กลุ่ม ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปประเด็นสำคัญและเพิ่มเติมตามใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม “แนวคิดที่ควรได้”	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่มเดิมช่วยกันทำงานตามใบงาน 2	- ใบงาน 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- สุ่มรายงาน 3 – 4 กลุ่ม ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นสำคัญและเพิ่มเติมให้ตามใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม “ แนวคิดที่ควรได้ “	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1      ปลอดภัยไว้ก่อน

**คำแนะนำ**      ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ช่วยกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้จนได้ข้อสรุป (เวลา 10 นาที) แล้วเตรียมตัวแทน 1 คน เพื่อรายงานหน้าชั้น (เวลา 5 นาที)

1. จากข่าว การที่คนไปทำร้ายร่างกายผู้อื่น หรือจับผู้อื่นเป็นตัวประกัน นักเรียนคิดว่า มีสาเหตุจากอะไร
2. เมื่อคนใช้สารเสพติดจนมีอาการคลุ้มคลั่งและไปทำร้ายร่างกายผู้อื่น หรือจับผู้อื่นเป็นตัวประกัน นักเรียนคิดว่า จะมีใครได้รับความเดือดร้อนบ้าง

### ใบงานที่ 2      ปลอดภัยไว้ก่อน

**คำแนะนำ**      ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ช่วยกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้จนได้ข้อสรุป (เวลา 10 นาที) แล้วเตรียมตัวแทน 1 คน เพื่อรายงานหน้าชั้น (เวลา 5 นาที)

เมื่อนักเรียนได้ทราบแล้วว่า การใช้สารเสพติดจะทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้ใช้สารเสพติดเอง และผู้ใกล้ชิด นักเรียนจะมีแนวคิดที่จะช่วยลดปัญหาที่เกิดจากการใช้สารเสพติดได้อย่างไร

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. จากข่าว การที่คนไปทำร้ายร่างกายผู้อื่น หรือจับผู้อื่นเป็นตัวประกัน นักเรียนคิดว่า มีสาเหตุจากอะไร	- จากการใช้สารเสพติดมานานจนเกิดอาการทางจิต
2. เมื่อคนใช้สารเสพติดจนมีอาการคลุ้มคลั่งและไปทำร้ายร่างกายผู้อื่น หรือจับผู้อื่นเป็นตัวประกัน นักเรียนคิดว่า จะมีใครได้รับความเดือดร้อนบ้าง	- ผู้ได้รับความเดือดร้อนนอกจากเป็นผู้ใช้สารเสพติดเองแล้ว ยังส่งผลถึงคนในครอบครัวผู้ใกล้ชิด และคนในสังคมด้วย
3. นักเรียนจะมีแนวคิดที่จะช่วยลดปัญหาที่เกิดจากการใช้สารเสพติดได้อย่างไร	- ไม่ลองใช้สารเสพติดแม้เพียงเล็กน้อย - ช่วยเผยแพร่ความรู้เรื่องสารเสพติดให้แก่เพื่อน และคนใกล้ชิด

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
	<ul style="list-style-type: none"> <li>-เมื่อพบเห็นเหตุการณ์ที่อาจเกี่ยวข้องกับสารเสพติด ควรแจ้ง พ่อแม่ ครู ตำรวจ เป็นต้น</li> <li>-เตือนเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด</li> <li>-เลือกคบเพื่อนที่ดี</li> <li>-มีส่วนร่วมในกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านสารเสพติดต่าง ๆ</li> </ul>

### กิจกรรมที่ 5 หลงผิดไปเห็นใจด้วย

เวลา 60 นาที

**วัตถุประสงค์** การติดสารเสพติดอาจเกิดขึ้นในผู้ที่ลองใช้โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือไม่รู้จักโทษหรือพิษภัยของสารเสพติดดีพอ คนที่ติดสารเสพติดจึงมิใช่คนไม่ดีทั้งหมดเราจึงควรเห็นใจในความผิดพลาดของเขา และพร้อมที่จะให้โอกาสเขาในการที่จะเลิกใช้สารเสพติด

### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้นำกลุ่มสนทนาด้วยคำถาม "ใครเคยเห็นหรือรู้จักผู้ใช้สารเสพติดบ้าง"</li> <li>- ผู้นำกลุ่มถาม และให้นักเรียนเล่าให้กลุ่มฟัง</li> <li>- ผู้นำกลุ่มอ่านหรือเปิดเทปเสียง กรณีศึกษา"คุณตาของหนูแดง"</li> <li>- หลังจากฟังกรณีศึกษาจบผู้นำกลุ่มถามว่า"นักเรียน รู้สึกอย่างไรกับเรื่องที่ได้ยิน"</li> <li>- ผู้นำกลุ่มถาม โดยไม่ต้องสรุป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บทสำหรับอ่าน / เทป "คุณตาของหนูแดง"</li> </ul>
<b>ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ</b> <b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบงาน 1</li> </ul>



องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และอภิปรายเพิ่มเติม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 2	- ใบงาน 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และอภิปรายเพิ่มเติม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1 หลงผิดไปเห็นใจด้วย

- คำแนะนำ** ให้รวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ ( เวลา 5 นาที)
1. นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่คุณตาของหนูแดงป่วยด้วยโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ เพราะเหตุใด
  2. ถ้านักเรียนเป็นหนูแดง นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด

### ใบงานที่ 2 หลงผิดไปเห็นใจด้วย

- คำแนะนำ** ให้รวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ ( เวลา 5 นาที)
- นักเรียนจะมีแนวทางในการช่วยเหลือและให้กำลังใจผู้ที่ใช้สารเสพติดโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ได้อย่างไร

### กรณีศึกษา เรื่อง “คุณตาของหนูแดง”

คุณตาของหนูแดงเป็นคนดี ช่วยแม่เลี้ยงหนูแดงมาตั้งแต่หนูแดงเด็ก เพราะพ่อหนูแดงตายตั้งแต่หนูแดงยังเล็ก ๆ คุณตาชอบพาหนูแดงไปตกปลา และไปรับส่งหนูแดงกลับจากโรงเรียนทุกวัน คุณตาสูบบุหรี่มาตั้งแต่เป็นหนุ่ม คุณตาเคยเล่าให้ฟังว่า สมัยก่อนผู้ชายในหมู่บ้านของคุณตาสูบบุหรี่กัน แทบจะทุกคน 2 ปีมานี้คุณตาไอและหอบบ่อยมาก คุณตาจึงต้องเข้าโรงพยาบาลบ่อย ๆ

6 เดือนที่ผ่านมาคุณตาหอบมากขึ้น จนหมอมต้องรับไว้ในห้องผู้ป่วยหนัก เพราะคุณตาไม่สามารถหายใจเองได้ หมอมต้องเจาะคอเพื่อใส่เครื่องช่วยหายใจ คุณตาคงทุกข์ทรมานมาก หนูแดงสงสารคุณตาจึงเลยที่ต้องอยู่โรงพยาบาลนาน ๆ คนเดียว คุณตาคงเหงา บางครั้งหนูแดงเห็นคุณตามีน้ำตาไหล เวลาหนูแดงกับแม่ไปเยี่ยม หนูแดงไม่คิดเลยว่า บุหรี่จะทำให้คุณตาของหนูแดงต้องทุกข์ทรมานเช่นนี้ หนูแดงได้แต่ภาวนาให้คุณตาหายเร็ว ๆ

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่คนตาของหนูแดงป่วยด้วยโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ เพราะเหตุใด	- รู้สึกสงสารคนตา ที่สูบบุหรี่โดยไม่คาดคิดถึงอันตรายของบุหรี่
2. ถ้านักเรียนเป็นหนูแดง นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด	- รู้สึกเห็นใจคนตาที่ต้องทุกข์ทรมานจากโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ ต้องจากครอบครัวและคนที่รัก มาอยู่โรงพยาบาลคนเดียว เพื่อรักษาตัว เพราะสูบบุหรี่มานาน
3. นักเรียนจะมีแนวทางในการช่วยเหลือและให้กำลังใจ ผู้ที่ใช้สารเสพติดโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ได้อย่างไร	- บอกถึงโทษและพิษภัยของสารเสพติดแก่ผู้ที่ใช้สารเสพติด - ขอร้องคนใกล้ชิดให้เลิกใช้สารเสพติด - ให้กำลังใจผู้ที่พยายามเลิกใช้สารเสพติด

#### กิจกรรมที่ 6 ตั้งใจดีมีความสำเร็จ

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์ เห็นใจและเข้าใจผู้เลิกใช้สารเสพติด

สาระสำคัญ บุคคลที่ติดสารเสพติดโดยไม่ตั้งใจรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เมื่อรู้ตัวและพยายามเลิกใช้สารเสพติดเพื่อกลับมาใช้ชีวิตตามปกติ ควรได้รับความเห็นใจจากบุคคลรอบข้าง โดยเฉพาะบุคคลในครอบครัว เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- นำเข้าไปสูบทเรียนโดยผู้นำกลุ่มถามว่า "สารเสพติดที่นักเรียนรู้จักมีอะไรบ้าง" - "เคยเห็นคนสูบบุหรี่ ดื่มเหล้าบ้างไหม" - ผู้นำกลุ่มสุ่มถามที่ละคำถามให้นักเรียนเล่าให้กลุ่มฟัง	

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<p><b>ความคิดรวบยอด</b></p> <p>- กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้นำกลุ่มให้แนวคิดที่ว่า ผู้ที่กำลังเลิกสูบบุหรี่หรือดื่มเหล้าในช่วงแรก ๆ จะมีอาการหงุดหงิดง่ายอารมณ์ไม่ดี อาจมีผลกระทบกับคนในครอบครัว ถ้าคนในครอบครัวไม่เข้าใจ จะเครียดอาจกลับไปสูบบุหรี่หรือเหล้าอีกก็ได้</li> <li>- ผู้นำกลุ่มอ่าน หรือเปิดเทปเสียง กรณีศึกษาเรื่อง “ความพยายามของแม่”</li> <li>- หลังจากฟังกรณีศึกษาจบผู้นำกลุ่มถามว่า “นักเรียน รู้สึกอย่างไรกับเรื่องที่ได้ยิน”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บทสำหรับอ่าน / เทปเสียง “ความพยายามของแม่”</li> </ul>
<p><b>ขั้นจัดระบบความคิดความเข้าใจ</b></p> <p><b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b></p>		
<p>- กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบงาน 1</li> </ul>
<p><b>ความคิดรวบยอด</b></p> <p>- กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และสรุปประเด็นสำคัญ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม</li> </ul>
<p><b>ประยุกต์แนวคิด</b></p> <p>- กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบงาน 2</li> </ul>
<p><b>ความคิดรวบยอด</b></p> <p>- กลุ่มใหญ่ (10 นาที)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และอภิปรายเพิ่มเติม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม</li> </ul>

**ใบงานที่ 1 ตั้งใจดีมีความสำเร็จ**

**คำแนะนำ** ให้รวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ (เวลา 5 นาที)

1. ถ้านักเรียนเป็นอื่น นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด
2. เพราะเหตุใดแม่ของอื่น จึงเลิกดื่มเหล้าได้ในที่สุด

**ใบงานที่ 2 ตั้งใจดีมีความสำเร็จ**

**คำแนะนำ** ให้รวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ (เวลา 5 นาที)

นักเรียนจะมีวิธีการแสดงออกอย่างไร เพื่อเป็นกำลังใจให้ผู้เลิกใช้สารเสพติด

**กรณีศึกษาเรื่อง “ความพยายามของแม่”**

ครอบครัวผมมีกัน 4 คน คือ พ่อ แม่ ผมชื่ออัน และน้องสาววัย 2 ขวบ ซึ่งขาพิการพ่อเป็นตำรวจ แม่เป็นแม่บ้าน พ่อไม่ดื่มเหล้า แต่แม่ดื่มยาตองเหล้าทุกวัน ทุกระยะหลัง ๆ แม่ดื่มจนเมา บางครั้งพูดไม่รู้เรื่อง อะอะโวยวาย ทะเลาะกับพ่อ ผมเพิ่งมารู้ว่าที่แม่ติดเหล้าจากการกินยาตองเหล้าหลังคลอดน้องและกลุ่มใจที่น้องขาพิการ แต่ระยะหลังแม่เพิ่มปริมาณมากขึ้น ถึงขั้นดองกินเอง จนวันหนึ่ง แม่บ่นปวดท้อง และอาเจียนหลายครั้ง ผมเห็นแม่อาเจียนออกมาเป็นเลือดสด ๆ ผมตกใจมากวิ่งไปบอกพ่อ พ่อรีบพาแม่ส่งโรงพยาบาลทันที แม่ต้องอยู่โรงพยาบาล 5 วัน เมื่อกลับบ้านแม่พยายามที่จะเลิกดื่มเหล้า ทั้ง ๆ ที่แม่มีความอยากดื่มเหล้าอีก ผมเห็นมือแม่สั่น อาเจียน กระวนกระวาย ไม่มีแรง นอนไม่หลับ ทำงานไม่ได้ แม่บังคับตัวเองที่จะไม่กลับไปดื่มอีก โดยพ่อพยายามปลอมโยนไม่ให้แม่ทุกขเรื่องน้อง และให้กำลังใจให้แม่อดทน จนแม่ไม่กลับไปดื่มเหล้าอีกเลย

**ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม**

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. ถ้านักเรียนเป็นอื่น นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด	- รู้สึกสงสารและเห็นใจแม่ ที่แม่ต้องพยายามและอดทนต่ออาการอยากเหล้า แต่ในที่สุดแม่ก็เลิกดื่มเหล้าได้สำเร็จ
2. เพราะเหตุใดแม่ของอื่น จึงเลิกดื่มเหล้าได้ในที่สุด	- เพราะได้รับกำลังใจและความเห็นใจ จากบุคคลในครอบครัว คือพ่อกับลูก
3. นักเรียนจะมีวิธีการแสดงออกอย่างไร เพื่อเป็นกำลังใจ ให้ผู้เลิกใช้สารเสพติด	- ให้อภัยในสิ่งที่เขาทำผิดพลาด - ให้การยอมรับและให้โอกาสที่เขาจะเริ่มต้นชีวิตใหม่ - ช่วยป้องกันไม่ให้เขาตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการกลับไปใช้สารเสพติดอีก

**กิจกรรมที่ 7 ผลข้างกาย ภัยข้างตัว**

เวลา 60 นาที

**วัตถุประสงค์** เห็นใจและเข้าใจผู้ที่ได้รับผลกระทบจากปัญหาสารเสพติด

**สาระสำคัญ** บุคคลหรือครอบครัวที่ได้รับผลกระทบจากปัญหาที่เกิดขึ้น จากการใช้สารเสพติดของคนใกล้ชิด บุคคลในสังคมควรให้ความเห็นใจ เข้าใจถึงความทุกข์ และการสูญเสียของพวกเขา ตลอดจนหาวิธีการช่วยเหลือและให้กำลังใจ

**กิจกรรมการเรียนรู้การสอน**

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ชั้นสร้างความรู้สึกร่วม</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นำเข้าสู่บทเรียน โดยผู้นำกลุ่มนำเสนอสนทนาด้วยคำถาม “ นักเรียนเคยเห็นครอบครัวที่มีสมาชิกดื่มเหล้าหรือสูบบุหรี่บ้างไหม ”</li> <li>- ผู้นำกลุ่มสุ่มถาม แล้วถามคำถามต่อว่า “ แล้วคนอื่น ๆ ในครอบครัวได้รับความเดือดร้อนอย่างไร ”</li> <li>- ผู้นำกลุ่มถาม และให้นักเรียนเล่าให้กลุ่มฟัง</li> <li>- ผู้นำกลุ่มอ่าน หรือเปิดเทปเสียง กรณีศึกษาเรื่อง “ บ้านที่กของเก ” หลังจากฟังกรณีศึกษาจบ ผู้นำกลุ่มถามนักเรียนว่า “ รู้สึกอย่างไรกับเรื่องที่ได้ยิน ”</li> <li>- ผู้นำกลุ่มสุ่มถาม โดยไม่ต้องสรุป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บทสำหรับอ่าน / เทปเสียง “ บ้านที่กของเก ”</li> </ul>
<b>ชั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ</b> <b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบงาน 1</li> </ul>

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำกลุ่ม รวบรวมข้อสรุป และอภิปราย เพิ่มเติม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- แบ่งกลุ่ม 5 –6 คน อภิปราย ตามประเด็นในใบงาน 2	- ใบงาน 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน ผู้นำ กลุ่มรวบรวมข้อสรุป และ อภิปรายเพิ่มเติม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1 ผลข้างกาย ภัยข้างตัว

**คำแนะนำ** ให้รวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ (เวลา 5 นาที)  
 ถ้านักเรียนเป็นเพื่อนของเก้ นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด

### ใบงานที่ 2 ผลข้างกาย ภัยข้างตัว

**คำแนะนำ** ให้รวมกลุ่ม 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุป ตามหัวข้อที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานในกลุ่มใหญ่ (เวลา 5 นาที)  
 นักเรียนจะมีแนวทางในการช่วยเหลือและให้กำลังใจได้อย่างไร

### กรณีศึกษาเรื่อง “บันทึกของเก้”

- 15 ม.ค. 42 สมุดจ๋า พ่อกับแม่ทะเลาะกันเสียงดังอีกแล้ว พวกบ้านเจ้าแดงชะงัดดูที่บ้านเราเหมือนเดิม พงุ่นนี่ฉันคงถูกเพื่อน ๆ ล้ออีก เพราะแดงคงไปเล่าให้เพื่อนฟังแน่ ๆ ฉันเบื่อไม่ยอมไปโรงเรียน
- 16 ม.ค. 42 สมุดจ๋า ฉันเกลียดจังเลย พวกเจ้าแดงตะโกนใส่ฉัน “ตาชี้ยี่เมา ๆ “ ตอนฉันเดินผ่านพวกเขา ฉันแทบจะเดินไม่ออกเลย บุปผาต้องมาช่วยฉันตะเพิด เจ้าพวกนั้น ถึงจะเงียบ
- 18 ม.ค. 42 สมุดจ๋า วันนี้พ่อซื้อเสื้อมาให้ฉัน 1 ตัว เวลาพ่อไม่เมาพอก็จะดี แต่ถ้าพ่อตีแม่แล้วที่ไรพ่อต้องทะเลาะและตีแม่ทุกที ถ้าฉันไม่หนีออกมา ฉันก็โดนลูกหลงเหมือนกัน ฉันจะทำอย่างไรดี ที่จะช่วยให้พ่อเลิกตีแม่ให้ได้
- 10 ก.พ. 42 สมุดจ๋า ช่วงนี้พ่อตีแม่แล้วทุกวันเลย พ่อคงกลัวที่จะต้องออกจากงานสิ้นเดือนนี้ถ้าแก่เขาว่างานน้อยลง เขาต้องลดคนงาน ไอ้ย... เสียงพ่อปาขวดเหล้าอีกแล้วฉันจะไปดูว่าพ่อตีแม่หรือเปล่า



- 12 ก.พ. 42 สมุดจ๋า พ่อโมให้ร้ายจ้งเลย พ่อตีแม่เหล้าหนัก แล้วอาละวาดอีก คงโกรธที่แม่ทำกับข้าวให้ พ่อช้า พ่อตบแม่ จับหัวแม่โขกกับโต๊ะ จนแม่สลบไป ตอนนี่แม่เข้าโรงพยาบาล ไม่รู้แม่จะเป็นอย่างไรบ้าง ฉันทกลัว ไม่รู้แม่จะตายหรือเปล่า พ่อก็ถูกตำรวจจับ นี่ก็ใกล้สอบแล้ว ฉันไม่ได้ไปโรงเรียนเพราะต้องไปเฝ้าแม่ที่โรงพยาบาล
- 13 ก.พ. 42 สมุดจ๋า แม่ยังไม่ฟื้นเลย หมอบอกว่าสงสัยเลือดคั่งในสมอง อาจต้องผ่าตัดถ้าแม่ตาย ฉันจะทำอย่างไรดี พ่ออาจต้องติดคุก แล้วฉันจะอยู่กับใคร

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. ถ้านักเรียนเป็นเก้ นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด	- รู้สึกเศร้า เหงา เสียใจ ที่มีพ่อตีแม่และครอบครัวไม่มีความสุข และไม่ยอมให้เหตุการณ์เช่นนี้เกิดขึ้นกับครอบครัวของตน เพราะอายเพื่อน และอาจต้องสูญเสียแม่ และพ่อต้องติดคุก
2. ถ้านักเรียนเป็นเพื่อนของเก้ นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด	- รู้สึกเห็นใจเก้ เพราะเก้มีความทุกข์ใจที่พ่อติดคุก แม่เจ็บป่วย และเก้ไม่ได้ไปโรงเรียน
3. นักเรียนจะมีแนวทางการช่วยเหลือและให้กำลังใจเก้ได้อย่างไร	- พุดจาปลอบโยนและให้กำลังใจเก้ ไปเยี่ยมแม่ของเก้ และนำบทเรียนมาให้เก้ดูระหว่างที่เก้เฝ้าแม่

### กิจกรรมที่ 8 มั่นใจ ทำได้เอง

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์ ภูมิใจในตนเองที่ไม่ใช้สารเสพติด

สาระสำคัญ

ความภาคภูมิใจเป็นความรู้สึกยอมรับตนเอง มีภาพพจน์ต่อตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่า เกิดจากการเป็นที่รักที่ต้องการของบุคคลใกล้ชิด เช่น พ่อ แม่ เลี้ยงดูมาอย่างอบอุ่น ความภาคภูมิใจจึงเป็นกุญแจให้เด็กพบกับ ความสำเร็จ มีการตัดสินใจดี และมีความรู้สึกเป็นอิสระ ไม่ต้องพึ่งพาหาที่ยึดเหนี่ยวในทางที่ผิด

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )  - จับคู่ 2 คน (เวลา 5 นาที )	- ผู้นำกลุ่มถามนำ นักเรียนว่า “ เคยมีคนชมนักเรียนว่าดี หรือเก่งบ้างไหม ถ้ามี เรื่อง อะไรบ้างแล้วนักเรียนรู้สึก อย่างไร “ - สุ่มถาม 5 – 6 คน ผู้นำกลุ่ม หรือเปิดเทปเสียงกรณีศึกษา เรื่อง”ความภูมิใจของต้น” - ให้เปิดเผยตนเอง โดยให้ นักเรียนคุยกัน 2 คน ช่วยกัน ตอบคำถาม “ จากกรณีศึกษา ถ้านักเรียน เป็นต้น นักเรียน จะรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด” - สุ่มถาม 3 – 4 คู่	- กรณีศึกษาเรื่อง ”ความภูมิใจ ของต้น” - ภูมิใจที่ได้ช่วยแม่ ภูมิใจที่เป็น คนดี
<b>ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ</b> <b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่ม 4 – 5 คน (เวลา 15 นาที)	- แบ่งกลุ่ม 4 – 5 คน ช่วยกัน ตอบคำถาม ตามใบงาน 1 และส่งตัวแทนรายงานหน้าชั้น	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงานหน้าชั้น ผู้นำกลุ่มเพิ่มเติมตามใบ ความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่ม 4 – 5 คน ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนเข้ากลุ่มเดิมตอบ คำถามตามใบงาน 2	- ใบงาน 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )	- สุ่มถาม 3 – 4 กลุ่ม - ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปตามใบ ความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

**ใบงานที่ 1 มั่นใจ ทำได้เอง**

**คำแนะนำ** ให้นักเรียน กลุ่ม 4 – 5 คน ช่วยกันตอบคำถามตามประเด็นที่กำหนด (เวลา 10 นาที) แล้วเตรียมตัวแทน 1 คน มารายงานหน้าชั้น (เวลา 5 นาที)

1. นักเรียนคิดว่าต้นทำความดีอะไรบ้างต่อครอบครัว แล้วต้นรู้สึกอย่างไร
2. นักเรียนรู้สึกอย่างไรต่อวัยรุ่นที่ใช้สารเสพติด เพราะเหตุใด
3. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร ในการที่ต้นไม่เข้าไปร่วมกลุ่มวัยรุ่นในชุมชน

**ใบงานที่ 2 มั่นใจ ทำได้เอง**

**คำแนะนำ** ให้นักเรียนกลุ่มเดิมช่วยกันตอบคำถาม ตามประเด็นต่อไปนี้จนได้ข้อสรุป (เวลา 10 นาที) แล้วเตรียมตัวแทน 1 คน เพื่อนำเสนอหน้าชั้น (เวลา 5 นาที)

นักเรียนมีความภูมิใจในตนเองอะไรบ้าง ที่ทำให้ตนเองไม่ไปใช้สารเสพติด

**กรณีศึกษาเรื่อง “ความภูมิใจของต้น”**

พ่อที่เคยดูแลครอบครัว คอยรับส่งลูกไปโรงเรียน และพาไปเที่ยวพักผ่อนเมื่อมีเวลาว่างได้จากไปโดยถูกโจรชิงทรัพย์ในคืนหนึ่งที่พ่อถูกจ้างไปส่งก่อนที่จะกลับเข้าบ้าน บ้านที่ทุกคืนแม่จะตั้งตาคอยพ่อกลับ เพื่อดูแลพ่อ ก่อนเข้านอน ต้นยังจำภาพการสูญเสียของครอบครัวได้ และสัญญากับตัวเองไว้ว่าจะจดจำคำที่พ่อเคยสอนไว้ตลอดไป ทุกวันนี้ความเป็นอยู่ของต้นลำบากขึ้นมาก ต้นต้องช่วยแม่ดูแลน้องชาย ทุกเช้าต้นขอไปช่วยแม่รับจ้างเข็นรถส่งผักในตลาด เป็นการหารายได้พิเศษอีกแรงหนึ่งก่อนไปโรงเรียน แม่ยอมรับพร้อมน้ำตาบอกว่า เป็นห่วงที่ต้นต้องตื่นแต่เช้า แต่ต้นรับปากกับแม่ว่าจะดูแลตนเองให้มาก ทุกวันหลังกลับจากโรงเรียน ต้นและน้องก็จะช่วยนำเสื้อผ้าที่แม่รับจ้างซักรีดไปส่งตามบ้านลูกค้า บางวันลูกค้าก็ให้ค่าขนมเพิ่มต้นจะนำมาให้แม่ทุกบาท แม่จะให้ส่วนที่เกินกับต้นและน้อง แม่บอกว่า “แม่ดีใจที่ต้นซื่อสัตย์ให้เก็บไว้ใช้เมื่อจำเป็นบ้าง “ ต้นทำงานอย่างนี้มา 3 ปีแล้ว ไม่มีโอกาสเที่ยวเล่นอย่างคนอื่น แต่ต้นก็พอใจที่มีงานทำ ได้ช่วยเหลือครอบครัวดีกว่าปล่อยให้ว่าง เด็กในชุมชนส่วนมากว่างมากพากันสูบบุหรี่ บ้างดมกาว บางคนเายาะเย้ยว่าต้น “ลูกแห่ง” ไม่เคยออกมาวิ่งเล่น หรือชุมนุมกับใครบ้าง ต้นไม่ชอบไปสูงลิงกับเขา เพราะเคยไปสูงลิงผ้ากลับมิด ๆ จะเห็นพวกเขาเอาแต่สูบบุหรี่ และกวนชาวบ้าน ที่ผ่านไปมา บางครั้งก็เมาเอะระบกววนชาวบ้าน บางคนสกปรก ไม่ทำงาน เอาแต่นั่งเหม่อลอยพูดไม่รู้เรื่อง ขโมยข้าวของชาวบ้าน ไม่เรียนหนังสือ ต้นเห็นชาวบ้านพากันรังเกียจและด่าทอพวกเขา ต้นดีใจที่ตนเองไม่เป็นแบบเขา ต้นสงสารแม่ “แม้อย่างไม่เคยยิ้มเลยนับตั้งแต่เสียพ่อไป”

**ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม**

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. นักเรียนคิดว่าต้นทำความดีอะไรบ้างต่อครอบครัว แล้วต้นรู้สึกอย่างไร	- ดูแลตนเองและน้องได้ ช่วยเหลือแม่ทำงานบ้าน และยังหารายได้พิเศษเพื่อแบ่งเบาภาระครอบครัว และรู้สึกภูมิใจในตนเอง
2. นักเรียนรู้สึกอย่างไรต่อวัยรุ่น ที่ใช้สารเสพติด เพราะเหตุใด	- รังเกียจ เพราะสกปรก ไม่เรียนหนังสือ ขาดความรับผิดชอบ ทำให้ครอบครัวเดือดร้อน เป็นที่รังเกียจ และเป็นภาระของสังคม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
3. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร ในการที่ต้นไม้เข้าไปร่วมกลุ่มวัยรุ่นในชุมชน	- เห็นด้วยกับต้น ไม้ใจแทนต้นที่มีความคิดดี เห็นถึงพิษภัยของสารเสพติด
4. นักเรียนมีความภูมิใจในตนเองอะไรบ้าง ที่ทำให้ตนเองไม่ไปใช้สารเสพติด	- เชื่อฟังพ่อแม่ - ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน - ช่วยเหลือพ่อแม่เท่าที่ทำได้ ไม่สร้างปัญหาให้ครอบครัว

### กิจกรรมที่ 9 ร่วมคิด ร่วมทำ นำชีวิตสุข

เวลา 60 นาที

**วัตถุประสงค์** นักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นต่อบทบาทความรับผิดชอบของตนเองในการป้องกันตนเอง และครอบครัวจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด

**สาระสำคัญ** การแพร่ระบาดของสารเสพติดยังคงเป็นปัญหาที่รุนแรงและนับวันจะยากต่อการแก้ไขยิ่งขึ้น การที่นักเรียนมีส่วนร่วมในความรับผิดชอบต่อสังคมของตนเอง สมาชิกในครอบครัวและเพื่อนในโรงเรียนไม่ให้ไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด จะเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยลดการแพร่ระบาดของสารเสพติดได้

### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มถามนักเรียน “ทุกวันนี้นักเรียนได้ช่วยที่บ้านทำอะไรบ้าง” - สุ่มถาม 4 – 5 คน - และถามต่อว่า “การที่นักเรียนช่วยงานที่บ้าน มีผลต่อสมาชิกในครอบครัวอย่างไรบ้าง” - สุ่มถาม 4 – 5 คน - ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ครอบครัวของมานิช” - ผู้นำกลุ่มถามนักเรียนว่า “เมื่อฟังเรื่องครอบครัวของมานิช” แล้วนักเรียนรู้สึกอย่างไร สุ่มถาม 5 – 6 คนโดยไม่ต้องสรุป	- ถึงแม้ว่านักเรียนเป็นเด็กนักเรียนก็มีส่วนช่วยแบ่งเบาภาระทางบ้านได้ - กรณีศึกษาเรื่อง “ครอบครัวของมานิช”

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ</b> <b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก (เวลา 15 นาที)	- ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ช่วยกันอภิปรายตามใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- สุ่มรายงาน 3 – 4 กลุ่มและ ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปประเด็น สำคัญตามใบความรู้สำหรับ ผู้นำกลุ่ม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่มเดิม ช่วยกัน อภิปรายตามใบงาน 2	- ใบงาน 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )	- สุ่มรายงาน 3 – 4 กลุ่ม ผู้นำกลุ่ม ช่วยสรุปประเด็นสำคัญตามใบ ความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1

#### ร่วมคิด ร่วมทำ นำชีวิตสุข

#### คำแนะนำ

ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ช่วยกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้จนได้ข้อสรุป (เวลา 10 นาที) แล้วเตรียมตัวแทน 1 คนไว้รายงานหน้าชั้น (เวลา 5 นาที)

1. นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่ที่มานิซไม่ต้องการให้พ่อแม่หาเงินด้วยการขายยาบ้า เพราะเหตุใด
2. การที่มานิซจะช่วยครอบครัวหารายได้พิเศษตอนปิดเทอม นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่ เพราะเหตุใด

### ใบงานที่ 2

#### ร่วมคิด ร่วมทำ นำชีวิตสุข

#### คำแนะนำ

ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ช่วยกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้จนได้ข้อสรุป (เวลา 10 นาที) แล้วเตรียมตัวแทน 1 คนไว้รายงานหน้าชั้น (เวลา 5 นาที)

ถ้านักเรียนและเพื่อนมีบ้านอยู่ในชุมชนที่มีการเสพและขายสารเสพติดนักเรียนจะทำอย่างไร เพื่อเป็นการรับผิดชอบตนเองและเพื่อนไม่ให้เกี่ยวข้องกับสารเสพติด

### กรณีศึกษาเรื่อง “ครอบครัวของมานิซ”

มานพและนิตยา พ่อและแม่ของมานิซ มีอาชีพทำสวนขนาดเล็ก มานิซซึ่งกำลังจะเรียนจบระดับประถมศึกษา และต้องการจะเรียนต่อระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่โรงเรียนในเมืองเพราะมานิซเป็นเด็กเรียนดี มานิซมาปรึกษาแม่เรื่องเรียนต่อของเขา แม่รับฟังและเห็นด้วยจึงปรึกษาพ่อเรื่องค่าเล่าเรียนของมานิซ ทั้งพ่อ

และแม่เห็นด้วยที่จะให้มาโนชเรียนต่อ แต่ติดขัดที่ปีนี้ผลผลิตไม่ดี รายได้ของครอบครัวแทบจะไม่พอใช้จ่าย จะหาเงินจากไหนมาให้ลูกเรียนต่อได้

พ่อและแม่พยายามหาเงินโดยการยืมจากญาติพี่น้อง แต่ได้รับการปฏิเสธ เพราะทุก ๆ ครอบครัวมีปัญหาเรื่องเงินเหมือนกัน ในขณะที่ไม่รู้จะทำอย่างไรนั้น ลุงซิด เพื่อนคนหนึ่งของพ่อแวะมาเยี่ยมที่บ้าน และแนะนำพ่อให้ขายยาบ้าเมื่อรู้ว่าครอบครัวกำลังมีปัญหาเรื่องเงิน มาโนชเดินผ่านมาจึงบังเอิญได้ยินพ่อปรึกษาแม่ว่าจะลองขายยาบ้าดูสักครั้งสองครั้งพอให้ได้เงินสักก้อนเป็นค่าเล่าเรียนของมาโนช เขาจึงเกิดความไม่สบายใจที่ตนเองเป็นสาเหตุให้พ่อแม่ต้องทำในสิ่งที่ผิดกฎหมาย

วันต่อมา มาโนชหาโอกาสพูดกับพ่อและแม่ว่าเขาไม่ต้องการให้พ่อแม่หาเงินด้วยการขายยาบ้า เขาไม่สบายใจกลัวว่าพ่อแม่อาจถูกตำรวจจับ และเขาจะช่วยหารายได้พิเศษในช่วงปิดเทอมด้วยอีกแรงหนึ่ง

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่ที่มาโนชไม่ต้องการให้พ่อแม่หาเงินด้วยการขายยาบ้า เพราะเหตุใด	- เห็นด้วย เพราะกลัวพ่อแม่ถูกตำรวจจับเนื่องจากยาบ้าเป็นสารเสพติดผิดกฎหมายจะทำให้เสียชื่อเสียง และการขายยาบ้าทำให้เยาวชนของชาติติดสารเสพติดเพิ่มขึ้น
2. การที่มาโนชจะช่วยครอบครัวหารายได้พิเศษตอนปิดเทอม นักเรียนเห็นด้วย หรือไม่ เพราะเหตุใด	- เห็นด้วย เพราะเป็นการช่วยแบ่งเบาภาระของครอบครัว เป็นวิธีการช่วยครอบครัวที่ถูกต้อง แสดงถึงความรับผิดชอบต่อตนเองและครอบครัวตามความสามารถ
3. ถ้านักเรียนและเพื่อนมีบ้านอยู่ในชุมชนที่มีการเสพและขายสารเสพติด นักเรียนจะทําอย่างไรเพื่อเป็นการรับผิดชอบต่อตนเองและเพื่อนไม่เกี่ยวข้องกับสารเสพติด	<p><b>ต่อตนเอง</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ปฏิบัติตนเป็นลูกที่ดีของครอบครัว ช่วยทำงานบ้านตามที่ได้รับมอบหมาย</li> <li>- การตั้งใจเรียน ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียนอย่างเคร่งครัด</li> <li>- หาความรู้เกี่ยวกับสารเสพติด</li> <li>- รู้เท่าทันสถานการณ์เสี่ยงที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติด</li> <li>- ไม่ลองใช้สารเสพติดทุกชนิด แม้เพียงเล็กน้อย</li> <li>- ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น เล่นกีฬา</li> </ul> <p><b>ต่อเพื่อน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กระตุ้นเตือนเพื่อนให้รู้เท่าทันสถานการณ์เสี่ยงที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติดเมื่อพบเห็นพฤติกรรมที่น่าสงสัยและอาจจะเกี่ยวข้องกับสารเสพติด ควรแจ้งให้ครูทราบ</li> </ul>



**กิจกรรมที่ 10** บอกให้ชัด...ไม่ชัดใจ

เวลา 100 นาที

**วัตถุประสงค์** นักเรียนสามารถปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนไปใช้สารเสพติดได้ถูกต้องตามหลักการปฏิเสธ

**สาระสำคัญ** การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลของทุกคน การที่นักเรียนสามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อนในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนไปใช้สารเสพติด ได้สำเร็จ จะช่วยป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ได้

**กิจกรรมการเรียนการสอน**

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- นำเข้าสู่บทเรียนโดยครูนำเสนอว่า การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล เมื่อเราไม่ชอบไม่เห็นด้วย สามารถปฏิเสธได้และถามนักเรียนว่า “นักเรียนเคยปฏิเสธเพื่อนบ้างหรือไม่สถานการณ์ใดบ้าง. - ผู้นำกลุ่มสุ่มถามนักเรียน 3 – 5 คน	
<b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 15 นาที )	- ให้นักเรียน 2 คน แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง (ผู้นำกลุ่มเตรียมนักเรียนไว้ล่วงหน้า )	- สถานการณ์จำลองเรื่อง “ไปเล่นเกมส์กันดีกว่า”
<b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่ม 4 คน (20 นาที )	- นักเรียนกลุ่มละ 4 คนช่วยกันอภิปรายตามใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 15 นาที )	- ตัวแทนรายงาน - ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปสถานการณ์ที่ควรปฏิเสธ - ผู้นำกลุ่มบรรยายประกอบใบความรู้ “หลักการปฏิเสธ”	- ใบความรู้ “หลักการปฏิเสธ”

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ชั้นลงมือกระทำ</b> <b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่ม 3 คน ( 20 นาที )  <b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 20 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่ม 3 คน ผลัดกันฝึกทักษะปฏิเสฐ ตามใบงาน 2  - สุ่มคู่ฝึก ให้แสดงบทบาทสมมุติตามบทที่กลุ่มช่วยกันคิด  - ประเมินการฝึก โดยให้กลุ่มช่วยกันประเมินแล้วผู้นำกลุ่มช่วยสรุปผลการประเมิน ผู้นำกลุ่มและนักเรียนร่วมกันสรุปหลักและขั้นตอนการปฏิเสฐ	- ใบงาน 2

**ใบงานที่ 1****บอกให้ชัด...ไม่ชัดใจ****คำแนะนำ**

จากสถานการณ์จำลอง ให้นักเรียนรวมกลุ่ม 4 คน ร่วมกันอภิปรายจนได้ข้อสรุป แล้ว (เวลา 15 นาที) เตรียมตัวแทน 1 คน นำเสนอหน้าชั้น ( เวลา 5 นาที )

1. เพราะเหตุใด ก้องจึงปฏิเสธใจ
2. การปฏิเสธที่เห็นเป็นการปฏิเสธที่ดี ( เพื่อนไม่โกรธ ) หรือไม่ เพราะเหตุใด
3. สถานการณ์ใดบ้างที่ควรปฏิเสธเพื่อน ให้นักเรียนยกตัวอย่าง กลุ่มละ 3 สถานการณ์

**ใบงานที่ 2****บอกให้ชัด...ไม่ชัดใจ****คำแนะนำ**

ให้นักเรียนรวมกลุ่ม 3 คน เพื่อฝึกทักษะปฏิเสฐตามหลักการปฏิเสธที่ดี กลุ่มละ 1 สถานการณ์ โดยคิดบทสนทนาเอง แล้วผลัดกันชวน ปฏิเสฐ และสังเกตการณ์แล้วเตรียมแสดงให้เพื่อนดูหน้าชั้น ( เวลา 20 นาที )

- สถานการณ์ที่ 1 เมื่อเพื่อนชวนให้ลองสูบบุหรี่
- สถานการณ์ที่ 2 เมื่อเพื่อนชวนให้หนีเรียน
- สถานการณ์ที่ 3 เมื่อเพื่อนชวนให้ลองดื่มเบียร์
- สถานการณ์ที่ 4 เมื่อมีคนฝากของที่นักเรียนไม่ทราบว่าเป็นของใคร
- สถานการณ์ที่ 5 เมื่อมีคนมาฝากให้ส่งของที่นักเรียนไม่ทราบว่าเป็นของใคร

### สถานการณ์จำลองเรื่อง “ไปเล่นเกมส์กันดีกว่า”

คำแนะนำสำหรับผู้นำกลุ่ม สถานการณ์จำลองนี้ใช้สำหรับให้ตัวแทนนักเรียนแสดงบทบาทสมมุติ ผู้นำกลุ่มควรเตรียมนักเรียนไว้ก่อนชั่วโมงสอน เพื่อฝึกซ้อมบทสนทนาให้มีความชำนาญเมื่อถึงขั้นตอนการแสดงบทบาทสมมุติจึงเชิญนักเรียนที่เตรียมไว้ออกไปแสดงหน้าชั้น

**สถานการณ์** ช่วงเวลาพักรับประทานอาหารเที่ยง

โจ : ก้อง กินข้าวเสร็จแล้วเราไปข้างรั้วโรงเรียนดีกว่า โกลั ๆ นั่นมีทางออกไปร้านเกมส์ด้วยเราไปเล่นเกมส์กันดีกว่า สนุกนะ

ก้อง : เฮ้ย! บ่ายมีเรียน สบข. นะ จะไปเหวอ

โจ : ไปเถอะน่า ไม่เป็นไรเหวอ วันเดียวเอง

ก้อง : ไม่ไปดีกว่า เรากลัวครูจับได้

โจ : อะไรวะ .. แค่นี้ทำเป็นขี้กั้วไปได้

ก้อง : เรากลัวครู แล้วเราก็ไม่มีเงินด้วย

โจ : เรื่องเล็กน้อย เดี๋ยวเราออกเงินให้

ก้อง : เราขอไม่ไปดีกว่า เรากลัวครู แล้วเราก็เรียนแะอยู่แล้วด้วย นายเข้าใจเรานะ ขอบใจนายมากที่ชวนเรา นายไม่โกรธเรานะ

โจ : เอะ! ตามใจ ไม่ไปก็ตามใจ

### ใบความรู้เรื่อง “หลักการปฏิเสธ “

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ
2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
3. การขอความเห็นชอบ และแสดงการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ จะเป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน
4. เมื่อถูกเข้าขี้ต้อ หรือสบประมาท ไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออกควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้
  - 4.1 ปฏิเสธซ้ำโดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกสาเหตุทางเลียงจากเหตุการณ์ไป
  - 4.2 การต่อรอง โดยการหากิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน
  - 4.3 การผัดผ่อน โดยการขอยี่ดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. เพราะเหตุใด ก้องจึงปฏิเสธโจ	- เพราะโจชวนทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง คือ หนีเรียน
2. การปฏิเสธที่เห็นเป็นการปฏิเสธที่ดี (เพื่อนไม่โกรธ) หรือไม่ เพราะเหตุใด	- ให้โอกาสนักเรียนตอบตามเหตุผลของกลุ่มได้อย่างอิสระ

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
3. สถานการณ์ใดบ้างที่ควรปฏิเสธเพื่อน ให้นักเรียนยกตัวอย่าง กลุ่มละ 3 สถานการณ์	- สถานการณ์ที่ผิดระเบียบของโรงเรียน และสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดทุกชนิด เช่น เพื่อนชวน หนีเรียน เทียวกลางคืน สูบบุหรี่ ดื่มเบียร์ ดื่มเหล้า
4. ให้นักเรียนรวมกลุ่ม 3 คน เพื่อฝึกทักษะปฏิเสธตามหลักการปฏิเสธ จากสถานการณ์ที่กำหนดให้	- ประเมินตามหลักการปฏิเสธ

### กิจกรรมที่ 11 พูดอย่างไร...ผูกใจเพื่อน

เวลา 80 นาที

**วัตถุประสงค์** นักเรียนสามารถใช้คำพูดและท่าทางเพื่อบอกความรู้สึกนึกคิด ความต้องการของตนเองต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

**สาระสำคัญ** คำพูดที่เหมาะสมกับสถานการณ์ ช่วยให้การสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นไปด้วยดี รวมทั้งยังส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลให้ดียิ่งขึ้น การฝึกทักษะการสื่อสารที่ถูกต้องจะช่วยให้นักเรียนนำไปใช้เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลทั่วไป

#### กิจกรรมการเรียนการสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่ม 2 คน ( 10 นาที )	- ให้นักเรียนช่วยกันเลือกคำพูดให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ตามใบชี้แจง	- ใบชี้แจง ( ผู้นำกลุ่มลอกข้อความและสถานการณ์ลงบนกระดานดำ)
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )	- ผู้นำกลุ่มสุ่มถามนักเรียน 3 – 4 คู่ - บรรยายสั้น ๆ ถึงความสำคัญของการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อบอกความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ	- คำพูดและท่าทางของคนในการสื่อสารระหว่างบุคคล ทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันเกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันหรือในทางตรงข้ามอาจทำให้เกิดความขัดแย้งกันก็ได้ ถ้าใช้อย่างไม่เหมาะสม

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 15 นาที )	- สาธิตการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองเรื่อง “ไม่ได้...เรามาก่อน”	- สถานการณ์จำลองเรื่อง “ไม่ได้...เรามาก่อน”
<b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน ช่วยกันอภิปรายตามใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- สุ่มรายงาน 2 – 3 กลุ่ม และ ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปประเด็นสำคัญตามใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม และใบความรู้” ประโยชน์ของการสื่อสาร”	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม และใบความรู้”ประโยชน์ของการสื่อสาร”
<b>ชั้นลงมือกระทำ</b> <b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่ม 3 คน ( 20 นาที )	- นักเรียนกลุ่ม 3 คนร่วมกันฝึกทักษะการสื่อสาร ตามใบงานที่ 2	- ใบงานที่ 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที )	- สุ่มรายงาน 2 – 3 กลุ่ม ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปประเด็นสำคัญ	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

#### ใบชี้แจง (แผนการสอนเรื่อง “พูดอย่างไร...ผูกใจเพื่อน”)

ให้นักเรียนจับคู่ 2 คน ช่วยกันเลือกข้อความที่เป็นคำพูดด้านซ้ายมือ มาใส่หน้าสถานการณ์ทางขวามือ ให้ได้ความหมายและเหมาะสมที่สุด

#### ข้อความ

สวัสดีค่ะ / ครับ

ขอบคุณค่ะ / ครับ

ขอโทษค่ะ / ครับ

เสียใจด้วยนะ

ไม่เอาไม่ไป

สงสารเธอนะ

ดีใจด้วย

อย่าทำเลย

ช่วยฉันหน่อย

#### สถานการณ์

1. เมื่อต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่น

2. ต้องการแสดงความเห็นใจเมื่อเพื่อนมีความทุกข์

3. แสดงความยินดีเมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จ

4. แสดงความไม่เห็นด้วย

5. แสดงความตั้งใจปฏิเสธ

6. เมื่อได้รับความช่วยเหลือหรือสิ่งของ

7. เมื่อทำผิดหรือคิดว่าการกระทำ / คำพูดของตนเอง ทำให้คนอื่นเดือดร้อน ไม่พอใจ

8. เมื่อเพื่อนได้รับความทุกข์ใจหรือเสียใจ

9. เมื่อพบกัน ทักทาย

### ใบงานที่ 1 พูดอย่างไร...ผูกใจเพื่อน

- คำแนะนำ** จากสถานการณ์จำลองที่นักเรียนได้ชมไปแล้ว ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ช่วยกันวิเคราะห์ตามประเด็นต่อไปนี้จนได้ข้อสรุป ( เวลา 15 นาที )
1. ถ้าโอบกอดอ้อมยังเถียงกันต่อไป จะเกิดปัญหาอะไรตามมา
  2. ถ้าไม่ต้องการให้โอบกอดมีปัญหากัน โอบกอดควรพูดกันอย่างไร ให้นักเรียนคิดบทสนทนาใหม่ และเตรียมแสดงให้เพื่อนดู (เวลา 10 นาที )

### ใบงานที่ 2 พูดอย่างไร...ผูกใจเพื่อน

- คำแนะนำ** ให้นักเรียนกลุ่มละ 3 คน ฝึกทักษะการสื่อสารตามสถานการณ์ต่อไปนี้ กลุ่มละ 1 สถานการณ์ โดย คิดบทสนทนาเอง แล้วเตรียมแสดงให้เพื่อนดูหน้าชั้น (เวลา 20 นาที )
- สถานการณ์ที่ 1 เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ขัดแย้ง
- สถานการณ์ที่ 2 เมื่อต้องการให้กำลังใจเพื่อน
- สถานการณ์ที่ 3 เมื่อต้องการแสดงความขอบคุณเพื่อน
- สถานการณ์ที่ 4 เมื่อทำผิดต้องการขอโทษเพื่อน / ครู
- สถานการณ์ที่ 5 เมื่อต้องการแสดงความเห็นใจเพื่อน

### สถานการณ์จำลองเรื่อง “ไม่ได้...เรามาก่อน”

**สถานการณ์ :** เวลาประมาณ 07.00 น. อ้อมมาโรงเรียนแต่เช้า และมาจองโต๊ะบิงปองเพื่อจะเล่นกับบ้อม แต่บ้อมยังไม่มา พอดีโอบเดินมากับก้อนเพื่อจะเล่นบิงปอง อ้อมไม่ยอมเพราะจองไว้ก่อน ทั้งคู่จึงทะเลาะกัน

- โอบ : อ้อม ให้เราเล่นบิงปองกับก้อนก่อนได้ไหม คุณนายยังไม่มานี่นา
- อ้อม : ไม่ได้หรอก เราอุตส่าห์ตื่นแต่เช้ามาโรงเรียน เพื่อจะเล่นบิงปองกับบ้อม เดี่ยวบ้อมก็มาแล้ว
- โอบ : อะไรวะ ใจดำจริง ขอเล่นแค่ 15 นาที ไม่ได้หรอก
- อ้อม : ไม่ได้ บอกว่าไม่ได้ ไม่เข้าใจหรือไง
- โอบ : คนอะไรหวังก้าง เดี่ยวเราไปฟ้องครูนะ
- อ้อม : เออ ! ไปเลย ไม่กลัวหรอก

### ใบความรู้เรื่อง “ประโยชน์ของการสื่อสารด้วยวาจา”

1. เป็นการประหยัดเวลาและค่าใช้จ่าย
2. สามารถสร้างความเข้าใจได้อย่างรวดเร็ว
3. มีประสิทธิภาพสูงขึ้น หากใช้กิริยาท่าทางประกอบ
4. ประเมินความเข้าใจของผู้สนทนาได้ทันที
5. สามารถแก้ไข ดัดแปลงคำพูดให้เหมาะสมกับโอกาสหรือสถานการณ์ได้ดีกว่าการสื่อสารวิธีอื่น ๆ



### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. ถ้าโอบกั๊บอ้อดยั้งเถียงกันต่อไป จะเกิดปัญหาอะไรตามมา	- อาจเกิดความขัดแย้งกันอย่างรุนแรงถึงขั้นลงมือกัน และจะเสียสัมพันธ์ภาพระหว่างกัน
2. ถ้าไม่ต้องการให้โอบกั๊บอ้อดมีปัญหากัน โอบกั๊บอ้อดควรพูดกันอย่างไร	- ถ้าไม่ต้องการให้โอบกั๊บอ้อดมีปัญหากัน โอบกั๊บอ้อดควรพูดกันอย่างไรให้เหตุผลโดยใช้การสื่อสาร 2 ทาง
3. ให้นักเรียนฝึกทักษะการสื่อสารตามสถานการณ์ต่อไปนี้ โดยคิดบทสนทนาเองแล้วเตรียมแสดงให้เพื่อนดูหน้าชั้น	- ประเมินการฝึกทักษะการสื่อสารของนักเรียนโดยดูจาก
สถานการณ์ที่ 1 เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ขัดแย้ง	• การใช้คำพูดที่เหมาะสมกับสถานการณ์
สถานการณ์ที่ 2 เมื่อต้องการให้กำลังใจเพื่อน	• เป็นการสื่อสารด้วยเหตุผล
สถานการณ์ที่ 3 เมื่อต้องการแสดงความขอบคุณเพื่อน	• เป็นการสื่อสารที่ทำให้เกิดความเข้าใจและสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน
สถานการณ์ที่ 4 เมื่อทำผิดต้องการขอโทษเพื่อน / ครู	
สถานการณ์ที่ 5 เมื่อต้องการแสดงความเห็นใจเพื่อน	

### กิจกรรมที่ 12 คิดได้ ตัดสินใจเป็น

เวลา 90 นาที

**วัตถุประสงค์** นักเรียนสามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงได้

**สาระสำคัญ** มีสถานการณ์หลายอย่างที่จูงใจให้นักเรียนเกี่ยวข้องกับการรับฝากของ หรือชักชวน ล่อลวงให้หลงเซฟ ให้ซื้อสารเสพติดจากบุคคลที่ใกล้ชิด หรือคนแปลกหน้า หากนักเรียนได้รับการฝึก ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาจากสถานการณ์เสี่ยงดังกล่าวนี้ จะทำให้นักเรียนสามารถป้องกันตนเองจากการเกี่ยวข้องกับการซื้อสารเสพติดได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มนำเสนอสนทนา โดยซักถามนักเรียนเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์ที่มีคนรู้จัก หรือคนแปลกหน้ามาชักชวนให้รับประทานขนม หรือฝากให้ช่วยถือของ แล้วปรากฏว่าคนที่รับประทานขนมได้รับสารเสพติดในขนม หรือรับฝากของกลายเป็นของผิดกฎหมายประเภทสารเสพติด”นักเรียนคิดว่าเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ขึ้นได้เพราะอะไร” และ “นักเรียนควรหลีกเลี่ยงสถานการณ์นี้หรือไม่ เพราะอะไรผู้นำกลุ่มสอบถาม	
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มบรรยายขั้นตอนการตัดสินใจประกอบใบความรู้”ขั้นตอนการตัดสินใจ และแก้ไข้ปัญหา”	- ใบความรู้ “ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไข้ปัญหา”
<b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ของฝากสำหรับมณัส”	- กรณีศึกษาเรื่อง “ ของฝากสำหรับมณัส “
<b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่ม 4 คน ( 20 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่มละ 4 คน ช่วยกันทำงานตามใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน / ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปตามใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม
<b>ชั้นลงมือกระทำ</b> <b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 20 นาที )	- นักเรียนกลุ่มเดิมช่วยกันทำงานตามใบงาน 2	- ใบงาน 2

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
ความคิดรวบยอด - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน / ผู้นำ กลุ่มนำอภิปราย - กลุ่มสรุปขั้นตอนการตัดสินใจ แก้ปัญหา	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1 คิดได้ ตัดสินใจเป็น

**คำแนะนำ** ให้นักเรียนรวมกลุ่ม 4 คน ร่วมกันแก้ปัญหาจากกรณีศึกษาเรื่อง “ของฝากสำหรับมนัส” โดยวิเคราะห์ขั้นตอนตามหลักการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา 4 ขั้นตอนที่เรียนมา และบันทึกลงในแบบบันทึกนี้ (เวลา 20 นาที )  
แบบบันทึกเรื่อง ของฝากสำหรับมนัส

1. กำหนดปัญหา ปัญหาของมนัสคือ.....
2. กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหาของมนัส มี.....ทางเลือก คือ
  - 1) .....
  - 2) .....
3. วิเคราะห์ ข้อดี ข้อเสียของแต่ละทางเลือก คือ

ทางเลือก	ข้อดี	ข้อเสีย
----------	-------	---------

- |         |       |       |
|---------|-------|-------|
| 1. .... | ..... | ..... |
| 2. .... | ..... | ..... |

4. มนัสควรตัดสินใจเลือกทางเลือก .....
5. การแก้ไขข้อเสียของทางเลือกที่ตัดสินใจคือ .....

### ใบงานที่ 2 คิดได้ ตัดสินใจเป็น

**คำแนะนำ** ให้นักเรียนรวมกลุ่มกัน 5 – 6 คน ร่วมกันวิเคราะห์การตัดสินใจและแก้ไขปัญหาตามกรณีศึกษาที่มอบหมายให้ โดยยึดหลักการแก้ปัญหาตามความรู้ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ที่ได้เรียนมาแล้ว (เวลา 15 นาที ) โดยเขียนคำตอบลงในแบบฟอร์มที่กำหนดหลังจากนั้นให้ส่งตัวแทนกลุ่มรายงานหน้าชั้น (เวลา 5 นาที)

#### กรณีศึกษาที่มอบหมาย

(กลุ่มที่ 1 – 2) เรื่องอย่างนี้ซิเจ๋ง

นักเรียนส่วนหนึ่งมีความชื่นชมกันในหมู่เพื่อนที่ทำผิวดินยเรื่องต่าง ๆ ของโรงเรียนว่า เก๋ เท่ เจ๋ง ยอด สะใจที่ทำเช่นนั้นได้ หลบครูได้ เอาชนะครูได้ วีระนักเรียนชั้น ป.6 ได้เล่าให้สุพรเพื่อนซึ่งเพิ่งเข้ามาเรียนใหม่ว่า

วีระ : “เด็กส่วนใหญ่มาจากชุมชนนี้แหละ พวกนี้คิดว่าถ้าดูบุหรืนะ จะเป็นผู้ใหญ่ จะเท่ หรือถ้าได้แต่งตัวแปลก ๆ ถือกระเป๋าสะพายหลังสี่สัด ๆ เขาจะเจ๋ง ใส่กางเกงขาบาน ใส่เจลให้ผมตั้ง เดินผ่านครู ก็ทำท่ายัด ๆ ไม่ต้องพูดอะไรหรอก ก็ถือว่าเป็นการทำท่ายแล้ว”

สุพร : “แล้วเรื่องการใช้ยาบ้าละ ในโรงเรียนนี้มีไหม”

วีระ : “โอ๊ย ! มีชี บางคนก็โดนไล่ออกไปแล้ว โดนทำโทษตี 6 ที่ก็มี โดนภาคทัณฑ์ และพักการเรียนก็มี ครูที่นี้เคร่งระเบียบจะตายไป”

สุพร : “คุณครูกวาดชั้นอย่างนี้ ยังมีเด็กฝ่าฝืนอีกหรือ “

วีระ : “เฮ้อ ! เด็กมันไม่กลัวหรอก ครูเคร่งมากไป ถ้าเห็นสูบบุหรี่แล้วตี ยิ่งกวาดชั้น เด็กยิ่งอยากเอาชนะใคร ผ่านตรงนี้มาได้ถือว่าเก่ง อยากเอาอีกรอบหนึ่ง นายจะลองบ้างไหมละ เหนะ จะบอกให้”

.....ถ้านักเรียนเป็นสุพร คิดว่าควรตัดสินใจทำอะไรดี.....

#### (กลุ่มที่ 3 – 4) เรื่องเบียดเบียน

กำพลเรียนอยู่ชั้น ป.4 พ่อแม่มีฐานะดี ให้เงินใช้สัปดาห์ละ 200 บาท เขามีรูปร่างเล็ก ผอมบาง จึงถูกรุ่นพี่กลุ่มนักเลงซุ่มกรวอชิงเงินใช้เสมอ ครั้งละ 5 – 10 บาท กำพลคิดว่าไม่มากจึงแบ่งให้ไปทุกครั้ง เพราะเขาตัวเล็ก สู้ไม่ไหว

กำพลเห็นรุ่นพี่กลุ่มนี้เล่นการพนันและสูบบุหรี่อย่างเปิดเผยในห้องน้ำชาย แต่เขาถูกขู่ห้ามมองหน้าและห้ามมองชื้อบนอกเสื้อกลุ่มนักเลงนี้ มิฉะนั้นจะโดนชก พวกรุ่นพี่กลุ่มนี้เสพและจำหน่ายยาบ้ากันด้วย พวกเขาพยายามชักชวนเพื่อนกลุ่มใหม่ ๆ ที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนชอบหลบครุมาอยู่ตามห้องน้ำ ให้ลองเสพยาบ้าฟรี ๆ ก่อน จนติดยา จึงขายยาบ้าให้

รุ่นพี่นักเลงกลุ่มนี้ พยายามจะชักชวนให้กำพลเสพ และซื้อยาบ้าให้ได้ เพราะเห็นว่าการกำพลมีเงินมาก

.....นักเรียนคิดว่ากำพลควรจะทำอย่างไรดี.....

#### (กลุ่มที่ 5 – 6) เรื่องเด็กบีม

ธนาเรียนอยู่ชั้น ป. 6 ปีนี้เขาจะจบการศึกษาจากโรงเรียนประถมศึกษาแห่งนี้เป็นแล้ว เขาอยากเรียนต่อระดับมัธยมศึกษา ปีที่ 1 ที่โรงเรียนประจำจังหวัด แต่ไม่แน่ใจว่าจะมีเงินเรียนต่อหรือไม่ เขาอยู่กับแม่ 2 คนและแม่ของเขาอยากจน มีอาชีพเป็นแม่ค้าขายพวกมาลัยในตลาดสด ธนาพยายามทำงานหารายได้พิเศษโดยการขับรถมอเตอร์ไซด์รับจ้าง โดยมีวินอยู่ที่บีมน้ำมันหัวมุมตลาด เขาทำงานตั้งแต่ ห้าโมงเย็นถึงสี่ทุ่มจึงกลับบ้าน การบ้าน และนอน

ธนาเห็นเด็กบีมและคนในบีมขายยาบ้าให้กับคนขับรถบรรทุกที่มาเติมน้ำมันที่บีม และคนงานโรงงานลับปะรดกระป๋องเป็นประจำ เด็กบีมหลายคนมาชวนให้ธนาลองกินยาบ้า โดยบอกว่าจะทำให้ผอมได้หลังจากเลิกขับมอเตอร์ไซด์แล้ว และตาสว่างทำการบ้านได้ดี ๆ

“หรือพี่จะลองแบ่งเอาไปขายบ้างไหมละ รายได้ดีนะ มากกว่าขับมอเตอร์ไซด์ ตั้ง 2 – 3 วัน เขียนนะ พี่จะได้มีเงินเก็บเยอะ ๆ สำหรับไว้เรียนต่อชั้นมัธยมไงพี่” เด็กบีมแนะนำ

.....ถ้านักเรียนเป็นธนา นักเรียนจะทำอย่างไร.....

#### แบบฟอร์มคำตอบใบงาน 2

1. ปัญหา คือ .....
2. กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหา มี 2 ทางเลือก คือ
  - 1) .....
  - 2) .....

3. วิเคราะห์ ข้อดี ข้อเสียของแต่ละทางเลือก คือ

ทางเลือก	ข้อดี	ข้อเสีย
1. ....	.....	.....
2. ....	.....	.....

4. มนัสควรตัดสินใจเลือกทางเลือก .....

5. การแก้ไขข้อเสียของทางเลือกที่ตัดสินใจคือ .....

### กรณีศึกษาเรื่อง “ของฝากสำหรับมนัส”

มนัส เป็นนักเรียนชั้น ป.4 เขามาโรงเรียนแต่เช้าตรู่ทุกวัน เพราะคุณพ่อต้องรีบไปทำงานที่บริษัทที่อยู่ไกลออกไป จึงแวะมาส่งมนัสก่อน หลายวันมานี้ มนัสสังเกตเห็นว่า มีรุ่นพี่ผู้ชายชั้น ป.6 รูปร่างสูงใหญ่ 3 – 4 คนมาโรงเรียนแต่เช้าเช่นเดียวกัน มีบางคนแอบดูอยู่ที่รั้วประตูด้านนอก ถ้ามีอาจารย์เวรเย็นที่ประตูหน้าโรงเรียน เขาก็จะเลี้ยวไปด้านข้างรั้ว แล้วขว้างห่อของเล็ก ๆ ห่อหนึ่งข้ามรั้วโรงเรียนเข้ามา เพื่อนข้างในรั้วคนหนึ่งก็จะไปเก็บของนั้นไว้ แล้วเดินตามไปพบกันที่ห้องน้ำชายหลังโรงเรียน

เมื่อมนัสเดินตามไปที่ห้องน้ำเขาพบว่า มีรุ่นพี่อีกคนหนึ่งแกะกระดาษที่ห่อของนั้นออกมาเป็นยาเม็ดเล็ก ๆ หลายเม็ด แล้วมีการซื้อขายแบ่งปันกันกัน พี่คนที่ซื้อสมมาตร พักหน้าเรียกมนัสเข้าไปหาแล้วพูดว่า พี่สมมาตร : “พี่รู้ว่าเธอเป็นคนขยัน เธอลองกินยานี้ดูซิ จะทำให้ดูหนังสื่อได้ทนนานและอยู่ดี ๆ ได้ด้วย “

มนัส : “ไม่หอรอครับ ขอขอบคุณ ผมไม่ชอบนอนดึก ชอบตื่นอ่านหนังสือตอนเช้า ๆ สดชื่นและทำให้จำได้ดีกว่าครับ” มนัสพูดแล้วทำท่าผละออกมา

พี่สมมาตร : “ไม่เป็นไร ถ้าฉันเอาอย่างนี้แล้วกันนะ น้องมาโรงเรียนแต่เช้าทุกวันใช่ไหม พงุนี่พี่รบกวนฝากของหน่อยซี ตอนเช้า น้องไปยืนที่ริมประตูรั้วโรงเรียนด้านขวานะ พี่จะฝากของกล่องเล็ก ใส่กระเป๋าน้ำใส่เข้ามาด้วย แล้วเดินเอามาให้พี่มั่งคลคนนี้ ที่ห้องน้ำนั่นนะ อย่าลืมเสียละ แล้วข้อสำคัญน้องไม่ต้องไปบอกใครนะ”

เมื่อพูดจบพี่สมมาตรก็เดินกอดคอกับพี่มั่งคลโซเซเข้าห้องเรียนไป มนัสรู้สึกสงสัย ลังเลและกังวลใจว่าควรจะทำอย่างไรในวันรุ่งขึ้น...

### ใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา”

การตัดสินใจเป็นสิทธิส่วนบุคคลในการเลือกที่จะทำหรือไม่ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง การตัดสินใจ มี 4 ขั้นตอน คือ

1. กำหนดทางเลือกเพื่อตัดสินใจ เช่น ไป / ไม่ไป เอา / ไม่เอา เป็นต้น
2. วิเคราะห์ผลดี – ผลเสีย ของทางเลือกทั้งสองทางเลือก
3. ตัดสินใจเลือกทางเลือกหนึ่ง
4. หาทางแก้ไขข้อเสียของทางเลือกที่เกิดจากการตัดสินใจนั้น ๆ

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. ปัญหาของมนัสคืออะไร	- เสี่ยงต่อการไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด
2. กำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหาของมนัส	- มี 2 ทางเลือก คือ 1. รับฝาก                      2. ไม่รับฝาก
3. วิเคราะห์ข้อดี – ข้อเสียของทางเลือกทั้ง 2 ทางเลือก	<b>ถ้ารับฝาก</b> ข้อดีคือ - ไม่ขัดใจกับรุ่นพี่ ไม่ถูกรุ่นพี่ต่อว่าหรือทำร้าย ข้อเสียคือ - ถ้าของนั้นเป็นสารเสพติดอาจเสี่ยงต่อการมีความผิด <b>ถ้าไม่รับฝาก</b> ข้อดีคือ - ไม่เสี่ยงต่อสารเสพติด และการทำความผิด ข้อเสียคือ - รุ่นพี่อาจโกรธ ต่อว่า ชมขู่
4. มนัสควรเลือกทางเลือกใด เพราะเหตุใด	- ควรเลือก ไม่รับฝาก เพราะอาจเสี่ยงต่อการไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด
5. การแก้ไขข้อเสียของทางเลือก	- ข้อเสียคือ - รุ่นพี่อาจโกรธ ต่อว่า ชมขู่ การแก้ไขข้อเสีย ทำได้โดย อธิบายเหตุผลให้รุ่นพี่ฟัง และคอยหลีกเลี่ยงรุ่นพี่กลุ่มนี้
6. ให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์การตัดสินใจและแก้ไขปัญหตามกรณีศึกษาที่มอบหมายให้โดยยึดหลักการแก้ปัญหาที่ได้เรียนมาแล้ว	- ประเมินการตัดสินใจของนักเรียนตามใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา”

### กิจกรรมที่ 13 อารมณ์ดี มีสุข

เวลา 90 นาที

**วัตถุประสงค์** นักเรียนสามารถเลือกใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ได้

**สาระสำคัญ** เหตุการณ์หลายอย่างในชีวิตมีผลทำให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ เมื่อตรงกับความมุ่งหวังก็พอใจ ดีใจ เมื่อผิดหวังก็เสียใจหรือโกรธ การแสดงออกทางอารมณ์ทางด้านใดก็ตามที่เกินพอดีหรือขาดการควบคุม เป็นสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ของสังคม การฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมจะทำให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข



## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มเข้าสู่บทเรียน โดย ผู้นำกลุ่มให้นักเรียนดูภาพ ใบหน้าที่มีอารมณ์ต่าง ๆ กัน และให้นักเรียนช่วยกันตอบว่า ภาพใบหน้าที่เห็นแสดง อารมณ์อะไรบ้าง - ผู้นำกลุ่มสนทนาว่า ใน ชีวิตประจำวันของนักเรียน มี โอกาสประสบเหตุการณ์หลาย อย่างที่ทำให้เกิดอารมณ์ เหล่านี้	- ภาพใบหน้าที่มีอารมณ์ต่าง ๆ กัน
- กลุ่มใหญ่ ( 5 นาที ) <b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง "อารมณ์ของนินม" - นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คน อภิปรายประเด็นตามใบงาน 1	- บทสำหรับอ่านเรื่อง "อารมณ์ของนินม" - ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 20 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน 2 – 3 กลุ่ม - ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และ เพิ่มเติมประเด็นสำคัญ - ผู้นำกลุ่มบรรยายความรู้เรื่อง "ขั้นตอนการจัดการกับ อารมณ์" พร้อมทั้งให้นักเรียน ฝึกปฏิบัติตาม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม - ใบความรู้เรื่อง "ขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์"
<b>ขั้นลงมือกระทำ</b> <b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 30 นาที )	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 – 5 คน อภิปรายประเด็นตามใบงาน 2	- ใบงาน 2

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่ม รายงาน 2 – 3 กลุ่ม  - ผู้นำกลุ่มรวบรวมข้อสรุป และ เพิ่มเติมประเด็นสำคัญและ สรุป “ ขั้นตอนการจัดการกับ อารมณ์ ”	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1 อารมณ์ดี มีสุข

- คำแนะนำ** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 – 5 คน ร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจนได้ข้อสรุปตามประเด็นที่  
 ผู้นำกลุ่มมอบหมาย (เวลา 10 นาที) หลังจากนั้นให้ส่งตัวแทนกลุ่ม 1 คน เพื่อนำเสนอหน้า  
 ชั้น (เวลา 5 นาที)
1. จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ถ้าฉันแสดงอารมณ์โกรธรุนแรงโดยการโต้เถียงด้วยถ้อยคำที่ไม่  
 เหมาะสม นักเรียนคิดว่า จะเกิดผลอย่างไร
  2. ถ้านักเรียนเป็นฉัน แล้วเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ นักเรียนจะแสดงออกอย่างไร

### ใบงานที่ 2 อารมณ์ดี มีสุข

- คำแนะนำ** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 – 5 คน เลือกวิธีจัดการกับอารมณ์ให้กับตนเอง ตามประเด็นต่อไปนี้  
 ให้ถูกต้องตามขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์ (เวลา 15 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงาน  
 หน้าชั้น ( 15 นาที )
- เมื่อนักเรียนได้เรียนรู้ขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์มาแล้ว ถ้านักเรียนเป็นฉัน นักเรียนจะมี  
 วิธีจัดการกับอารมณ์ของตนเองอย่างไร

1. สำรวจตนเองว่ารู้สึกอย่างไรในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น .....
2. คาดการณ์ถึงผลดี – ผลเสียของการแสดงอารมณ์นั้น

การแสดงอารมณ์	ผลดีที่เกิดขึ้น	ผลเสียที่เกิดขึ้น
ถ้าแสดงอารมณ์ <b>โกรธ</b>		
ไม่แสดงอารมณ์ <b>โกรธ</b>		

3. นักเรียนควรควบคุมอารมณ์ด้วยวิธี.....

4. สำรวจความรู้สึกครั้งสุดท้าย

- นักเรียนควบคุมอารมณ์ **ไม่ได้** จะรู้สึก .....
- ถ้านักเรียนควบคุมอารมณ์ **ได้** จะรู้สึก.....

5. ให้นักเรียนฝึกการแสดงออกของอารมณ์ในสถานการณ์เดียวกับนินิมให้ถูกต้องตามขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์ โดย
  - เขียนบทสนทนาเองสั้น ๆ เพื่อ ซ้อมบท แล้วเตรียมแสดงให้เพื่อนดู
  - โดยกำหนดตัวแสดงเอง ให้นักเรียน 1 คน เป็นนินิม อีก 1 คน เป็นผู้สังเกตการณ์ นักเรียนที่เหลือในกลุ่มเป็นเพื่อนกลุ่มที่มีฐานะดี

### กรณีศึกษาเรื่อง “อารมณ์ของนินิม”

นินิมเป็นนักเรียนชั้น ป. 6 ฐานะทางบ้านของเธอยากจน นินิมมีผลการเรียนดี เธอจึงได้รับการพิจารณาให้ได้รับทุนการศึกษา จนจบชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อน ๆ หลายคนอิจฉาเธอ

วันหนึ่ง... ที่โรงเรียนมินิทรศการทางวิชาการ มีร้านค้ามาขายหนังสือและอุปกรณ์การเรียน นินิมชอบใจหนังสือเล่มหนึ่ง ซึ่งมีราคาสูงพอสมควร เธอเห็นว่ามีค่าเป็นที่จะใช้ประกอบการเรียน จึงตัดสินใจซื้อ 1 เล่ม พอดีกลุ่มเพื่อนที่มีฐานะดี มีพ่อแม่เป็นผู้อุปการะโรงเรียนเห็นเข้า เพื่อนคนหนึ่งมองหนังสือในมือเธอ และมองเธอด้วยสายตาเหยียด ๆ แล้วพูดว่า “ขโมยเงินใครมาละสิ” นินิมรู้สึกอายและโกรธเป็นอย่างมาก อยากได้ตอบให้หายเจ็บใจ แต่พูดไม่ออกได้แต่ส่ายหน้า เข้มปากแน่น

### ใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์”

อารมณ์เป็นความรู้สึกอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นจากผลกระทบต่าง ๆ ภายนอก อารมณ์มีทั้งทางบวกและทางลบ การแสดงอารมณ์บางอย่างโดยปราศจากการควบคุม อาจก่อให้เกิดผลเสียได้ การจัดการหรือการควบคุมอารมณ์ เป็นทักษะที่เรียนรู้และฝึกฝนได้ โดยมีขั้นตอน 4 ขั้นตอน คือ

1. สำรวจอารมณ์หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น เช่น โกรธจนมีอาการมือสั่น ใจสั่น ตัวสั่น กัดฟัน กำมือ เป็นต้น
2. คาดการณ์ถึงผลดีหรือผลเสียของการแสดงอารมณ์นั้นออกมา
3. ใช้วิธีควบคุมอารมณ์ด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น
  - หายใจเข้า – ออก ยาว ๆ
  - นับเลข 1 – 10 ซ้ำ ๆ ( หรือนับต่อไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะรู้สึกว่าอารมณ์สงบลง )
  - ขอเวลานอก โดยการหนีออกไปจากสถานการณ์นั้น ๆ ชั่วครู่
  - กำหนดลมหายใจ โดยให้สติอยู่ที่การหายใจเข้า - ออก
4. สำรวจความรู้สึกของตนเองอีกครั้งหนึ่งและชื่นชมกับการที่ตนเองสามารถควบคุมอารมณ์ได้

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ถ้านิมแสดงอารมณ์โกรธรุนแรงโดยการโต้เถียงด้วยถ้อยคำที่ไม่เหมาะสม นักเรียนคิดว่าจะเกิดผลอย่างไร	- อาจมีการขัดแย้ง ได้เถียงกับเพื่อนอย่างรุนแรงถึงขั้นทำร้ายร่างกายกันและอาจถูกครูทำโทษ และยกเลิกทุนการศึกษา
2. ถ้านักเรียนเป็นนิม แล้วเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ นักเรียนจะแสดงออกอย่างไร	- ควรเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างหลากหลายโดยไม่ต้องสรุป
3. เมื่อนักเรียนได้เรียนรู้ขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์มาแล้ว ถ้านักเรียนเป็นนิม นักเรียนจะมีวิธีการจัดการกับอารมณ์ของตนเองอย่างไรแสดงออกอย่างไร และคาดว่าจะมีผลดีหรือผลเสียเกิดขึ้นอย่างไรบ้าง	- ประเมินคำตอบและประเมินการฝึกตามใบความรู้ “ขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์”

#### กิจกรรมที่ 14 ฝึกไว้ คลายเครียด

เวลา 100 นาที

วัตถุประสงค์ นักเรียนสามารถเลือกใช้วิธีการจัดการกับความเครียดได้

สาระสำคัญ ความเครียดทำให้เกิดความไม่สมดุลของร่างกายและจิตใจ นำไปสู่ความเจ็บป่วยได้ถ้านักเรียนได้ฝึกทักษะการจัดการกับความเครียดได้อย่างถูกต้อง จะทำให้เกิดผลดีกับสุขภาพร่างกายและจิตใจของตนเอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มถามนักเรียนว่า “มีใครเคยรู้สึกไม่สบายใจบ้าง” สุ่มถาม 4 – 5 คน ไม่ต้องสรุปและถามต่อว่า “ขณะที่ไม่สบายใจนักเรียนมีอาการอย่างไร” - สุ่มถาม 4 – 5 คน	
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 10 นาที )	- ผู้นำกลุ่มสรุปเฉพาะอาการที่มีสาเหตุมาจากความเครียด - ผู้นำกลุ่มอธิบายประกอบใบความรู้เรื่อง “ความเครียด”	- อาการที่เกิดจากความเครียด ได้แก่ ปวดศีรษะ นอนไม่หลับ ตกใจง่าย ใจสั่น ไม่มีสมาธิ - ใบความรู้เรื่อง “ ความเครียด ”
<b>ประสบการณ์</b> - กลุ่มใหญ่ ( 25 นาที )	- ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมสาธิตวิธีการผ่อนคลายความเครียดด้วยวิธีฝึกการหายใจ และวิธีฝึกเกร็งและคลายกล้ามเนื้อ - นักเรียนฝึกและทดลองทำตาม	- ใบความรู้เรื่อง “วิธีจัดการกับความเครียด” - แถบเสียงสำหรับฝึกการผ่อนคลายความเครียดทั้ง 2 วิธีของกรมสุขภาพจิต
<b>สะท้อนความคิด / อภิปราย</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มละ 5 – 6 คนช่วยกันอภิปรายตามใบงาน 1	- ใบงาน 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ ( 15 นาที )	- ตัวแทนกลุ่มรายงาน - ผู้นำกลุ่มช่วยสรุปประเด็นสำคัญตามใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม	- หลังการฝึกการผ่อนคลายความเครียดด้วยวิธีใดก็ตาม นักเรียนควรจะรู้สึกผ่อนคลายมากกว่าก่อนฝึก - ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

องค์ประกอบ / กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา / สื่อ
<b>ชั้นลงมือกระทำ</b> <b>ประยุกต์แนวคิด</b> - กลุ่มเล็ก ( 15 นาที )	- ให้นักเรียนกลุ่มเดิมร่วมกันอภิปรายตามใบงาน 2	- ใบงาน 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> - กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- ผู้นำกลุ่มสุ่มประเมินการฝึก 3 – 4 กลุ่มและช่วยสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม	- ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

### ใบงานที่ 1 ฝึกไว้ คลายเครียด

**คำแนะนำ** ให้นักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้ จนได้ข้อสรุป แล้วเตรียมตัวแทน 1 คน เพื่อตอบคำถามผู้นำกลุ่ม ( เวลา 15 นาที )

ให้นักเรียนบอกความแตกต่างของความรู้สึกที่เกิดขึ้น ก่อนและหลังการฝึกผ่อนคลาย

**ความเครียด** ทั้ง 2 วิธี คือ วิธีฝึกการหายใจ และวิธีฝึกเกร็งและคลายกล้ามเนื้อ

### ใบงานที่ 2 ฝึกไว้ คลายเครียด

**คำแนะนำ** ให้นักเรียนกลุ่มเดิม ร่วมกันฝึกผ่อนคลายความเครียดตามสถานการณ์ที่กำหนด โดยนักเรียนช่วยกันเลือกวิธีผ่อนคลายความเครียดที่คิดว่าเหมาะสมกับสถานการณ์คิดบทสนทนาและกำหนดบทบาทเองแล้วผลัดกันฝึกในกลุ่มจนชำนาญ เพื่อเตรียมแสดงหน้าชั้น (15 นาที)

**สถานการณ์ :**

กลุ่มที่ 1 – 2 ทะเลาะกับเพื่อนอย่างรุนแรง

กลุ่มที่ 3 – 4 ถูกพ่อแม่ดุว่าเรื่องห่วยเล่น ไม่ช่วยงานบ้าน

กลุ่มที่ 5 – 6 ถูกครูเรียกไปตักเตือนเรื่องผลการเรียน

กลุ่มที่ 7 – 8 พ่อหรือแม่ตงงาน / ในบ้านขาดเงิน

### ใบความรู้เรื่อง “ความเครียด”

**ความเครียด** เป็นเรื่องของจิตใจที่เกิดความตื่นตัวเตรียมรับเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งไม่น่าพึงพอใจ และเป็นเรื่องที่เราคิดว่าหนักหนาสาหัส เกินกำลังความสามารถที่จะแก้ไขได้ทำให้เกิดความรู้สึกหนักใจและพลอยทำให้เกิดอาการผิดปกติทางร่างกายขึ้นด้วย หากความเครียดนั้นมีมาก และคงอยู่เป็นเวลานาน

ความเครียดที่ไม่มากนัก จะเป็นแรงกระตุ้นให้คนเราเกิดแรงมูมานะที่จะเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ได้ คนที่มีความรับผิดชอบสูงจึงมักหนีความเครียดไปไม่พ้น

แต่ถ้าหากคนเราไม่รู้จักรู้จักผ่อนคลายความเครียดเสียบ้าง ปลดปล่อยใจจนสะสมมากเข้า ในที่สุดอาจมีปัญหาคือความผิดปกติทางกายและจิตตามมา เป็นผลให้ชีวิตไร้สุข ครอบครัวมีปัญหา และการทำงานก็ด้อยลง



### สาเหตุของความเครียด

ความเครียด เกิดจากสาเหตุ 3 ประการ คือ

1. สาเหตุทางด้านจิตใจ ได้แก่ ความกลัวว่าจะไม่ได้ดังหวัง กลัวจะไม่สำเร็จ หนักใจในงานที่ได้รับมอบหมาย รู้สึกว่าตัวเองต้องทำสิ่งที่ยากเกินความสามารถ มีความวิตกกังวลล่วงหน้ากับสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น เป็นต้น
2. สาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงในชีวิต ได้แก่ การเปลี่ยนวัย การแต่งงาน การตั้งครอบครัว การเริ่มเข้าทำงาน การเปลี่ยนงาน การเกษียณอายุ การย้ายบ้าน การสูญเสียคนรัก เป็นต้น
3. สาเหตุจากการเจ็บป่วยทางกาย ได้แก่ การเจ็บไข้ไม่สบายที่ไม่รุนแรง ตลอดไปจนถึงการเจ็บป่วยรุนแรง และเรื้อรัง เช่น เบาหวาน มะเร็ง ความดันโลหิตสูง เป็นต้น

### คุณเครียดแล้วหรือยัง

ตามปกติความเครียดภายในจิตใจ จะส่งผลทำให้เกิดอาการทางกายที่สังเกตได้อย่างชัดเจน ได้แก่

1. ปวดศีรษะ
2. หลับยาก หลับไม่สนิท
3. เหนื่อยง่ายกว่าปกติ
4. กินมากกว่าปกติ หรือเบื่ออาหาร
5. ท้องผูกหรือท้องเสียบ่อย ๆ
6. ท้องอืดท้องเฟ้อ
7. รู้สึกตื่นเต้นตกใจง่าย
8. ผื่นร่าย
9. หายใจไม่อิ่ม ถอนหายใจบ่อย ๆ
10. ประจำเดือนมาไม่ปกติ หรือสมรรถภาพทางเพศลดลง
11. หงุดหงิดกับคนรอบข้าง
12. ปวดต้นคอและไหล่
13. มือเท้าเย็น
14. ใจสั่น
15. ไม่มีสมาธิ

### ผลเสียที่เกิดจากความเครียด

หากปล่อยให้ตัวเองมีความเครียดสะสมไว้เป็นเวลานานโดยไม่ได้ผ่อนคลายความเครียดเลยจะส่งผลให้เกิดการเจ็บป่วยรุนแรงได้ เช่น

- โรคประสาท
- โรคแผลในกระเพาะอาหาร
- โรคความดันโลหิตสูง
- โรคหัวใจ
- โรคมะเร็ง ฯลฯ

ดังนั้น จึงไม่ควรปล่อยให้ตัวเองเครียดอยู่เป็นเวลานาน ควรหาทางผ่อนคลายความเครียดทุกวัน จะช่วยให้จิตใจสงบ เป็นสุข และสุขภาพร่างกายก็จะดีขึ้นด้วย

### ใบความรู้สำหรับผู้นำกลุ่ม

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. ให้นักเรียนบอกความแตกต่างของความรู้สึกที่เกิดขึ้น ก่อนและหลังการฝึกผ่อนคลายความเครียด ทั้ง 2 วิธี คือ วิธีฝึกการหายใจ วิธีฝึกเกร็งและคลายกล้ามเนื้อ	- หลังการฝึกการผ่อนคลายความเครียด ทั้ง 2 วิธี นักเรียนควรจะรู้สึกผ่อนคลายกว่าก่อนฝึก
2. ถ้านักเรียนมีความเครียด นักเรียนจะเลือกวิธีผ่อนคลายความเครียดวิธีใดที่เหมาะสมกับ	- วิธีใดก็ได้ ถ้าเลือกได้เหมาะสม นักเรียนจะต้องรู้สึกผ่อนคลายกว่าก่อนฝึก

### ใบความรู้เรื่อง “วิธีจัดการกับความเครียด”

คนเรามีความสามารถในการจัดการกับความเครียดได้ทุกคนอยู่แล้ว ขอเพียงแต่

1. ต้องรู้ตัวก่อนว่าตัวเองกำลังเครียด
2. รู้จักทบทวนหาสาเหตุของความเครียด
3. ยอมรับสภาพความเป็นจริงของชีวิตในปัจจุบัน และพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนเท่าที่จะทำได้ เพื่อให้ชีวิตดีขึ้น
4. เต็มใจที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองก่อนเป็นอันดับแรก

### วิธีจัดการกับความเครียด มีดังนี้

1. การเสริมสร้างสุขภาพกายให้แข็งแรง
  - 1.1 การรับประทานอาหารที่มีคุณค่า ครบทั้ง 5 หมู่
  - 1.2 ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ โดยเลือกการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตนเอง
  - 1.3 นอนหลับให้เพียงพอ หากนอนไม่หลับควรปรึกษาแพทย์ อย่าใช้ยานอนหลับเอง
  - 1.4 หลีกเลี่ยงการกระทำที่จะเป็นอันตรายต่อสุขภาพ เช่นการใช้สารเสพติด
2. การเปลี่ยนแปลงสภาพการณ์ที่ทำให้เครียด
  - 2.1 ปรับปรุงสถานที่ให้เหมาะสม ทั้งบ้านและที่ทำงานให้บรรยากาศดี
  - 2.2 เปลี่ยนบรรยากาศชั่วคราว เช่น เดินหนีจากสถานการณ์ที่ไม่ชอบ หรือไปเที่ยวพักผ่อนเพื่อผ่อนคลายความเครียด
  - 2.3 ปรับปรุงการทำงาน หรือการเรียน โดยจัดลำดับความสำคัญของงาน กิจกรรมที่ต้องรับผิดชอบ เพื่อให้งานหรือการเรียนบรรลุเป้าหมาย
  - 2.4 ให้ความสำคัญกับที่อยู่อาศัย จัดบ้านให้น่าอยู่ ทำบรรยากาศในบ้านให้ดี รวมทั้งการเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีภายในบ้านด้วย

3. การเปลี่ยนแปลงที่จิตใจ
  - 3.1 รู้จักมองโลกในหลาย ๆ แง่มุม คิดทางบวก
  - 3.2 มีอารมณ์ขัน รวมทั้งการอ่านหนังสือการ์ตูนและดูหนังตลก
  - 3.3 ให้อภัย ทำให้สบายใจขึ้นและไม่มีผลเสียกับร่างกาย
  - 3.4 ไม่ท้อถอย ความพยายามจะช่วยให้ผ่านพ้นอุปสรรคต่าง ๆ ไปได้
  
4. การฝึกผ่อนคลายความเครียด ( สาธิตการฝึกจากแถบเสียงทั้ง 3 วิธี )
  - 4.1 การฝึกเกร็งและผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
  - 4.2 การฝึกการหายใจ
  - 4.3 การใช้จินตนาการ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กลุ่มควบคุม

### กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาตนเอง

กิจกรรมที่ 1	ขยับเก้าอี้
กิจกรรมที่ 2	เขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด
กิจกรรมที่ 3	ผู้ใหญ่ที่ฉันรู้จัก
กิจกรรมที่ 4	ค้นหาข้อดีของผู้อื่น
กิจกรรมที่ 5	ทายใจ
กิจกรรมที่ 6	รู้ไหม ... ใครดีที่สุด
กิจกรรมที่ 7	นิทานล้อมวง
กิจกรรมที่ 8	ทำงานร่วมกัน
กิจกรรมที่ 9	ถนน
กิจกรรมที่ 10	ตราประจำตัว
กิจกรรมที่ 11	ใจเขา ใจเรา
กิจกรรมที่ 12	หลายคน หลายแบบ
กิจกรรมที่ 13	แม่ที่แสนดี
กิจกรรมที่ 14	พ่อของฉัน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมที่ 1

## “ขยับเก้าอี้”

เวลา 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้สมาชิกมีความพร้อมในการทำกิจกรรม

สาระสำคัญ

การกระตุ้นให้สมาชิกมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจเป็นสิ่งจำเป็นในการเริ่มต้นที่จะทำงานร่วมกัน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ให้สมาชิกนำเก้าอี้มาจัดเรียงเป็นวงกลมชิด ๆ กันเท่าจำนวนสมาชิก
3. ให้สมาชิกเลือกนั่งเก้าอี้ที่ตนเองต้องการ แล้วให้ทุกคนคล้องแขนกัน
4. ผู้นำกลุ่มอธิบายรายละเอียดของการทำกิจกรรมดังนี้
  - 4.1 นับ 1 ให้สมาชิกทุกคนขยับไปนั่งเก้าอี้ทางขวามือไป 1 ตัว
  - 4.2 นับ 2 ให้สมาชิกทุกคนขยับไปนั่งเก้าอี้ทางซ้ายมือไป 1 ตัว
  - 4.3 นับ 3 ให้สมาชิกทุกคนขยับไปนั่งเก้าอี้ทางขวามือไป 2 ตัว
  - 4.4 นับ 4 ให้สมาชิกทุกคนขยับไปนั่งเก้าอี้ทางซ้ายมือไป 2 ตัว
5. ผู้นำกลุ่มตัวเลขเรียงตามลำดับ 1 – 2 – 3 – 4 และให้ปฏิบัติตามความหมายของตัวเลขประมาณ 2 – 3 ครั้ง เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตรงกันและปฏิบัติให้ถูกต้อง
6. ผู้นำกลุ่มนับตัวเลขสลับกัน เช่น 1 – 3 – 4 , 2 – 4 – 2, 4 – 1 – 2 ฯลฯ และให้สมาชิกปฏิบัติตามความหมายของตัวเลข (แล้วแต่ผู้นำกลุ่มจะเรียงตัวเลข)
7. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม พุดคุยถึงประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมนี้ตามใบกิจกรรม 1 โดยใช้เวลากลุ่มละ 5 นาที
8. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกรวมกลุ่มในกลุ่มใหญ่ แล้วสุ่มถาม 3 -4 กลุ่ม และให้กลุ่มที่มีความเห็นแตกต่างเสนอเพิ่มเติม
9. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม ตามใบความรู้
10. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกเขียนผลดีของการพร้อมเพรียงกันตามใบกิจกรรม 2 เสร็จแล้วส่งใบกิจกรรม 2 ให้ผู้นำกลุ่ม โดยใช้เวลา 5 นาที
11. ปิดกลุ่ม

ใบกิจกรรม 1

ประโยชน์ที่ได้จากการทำกิจกรรม “ขยับเก้าอี้” (เวลา 5 นาที)

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

กลุ่ม .....

## ใบกิจกรรม 2

ให้เขียนผลดีของความพร้อมเพียง (เวลา 5 นาที)

1. ....
2. ....

ชื่อ .....สกุล .....

## ใบความรู้

ความพร้อมเพียง มีความสำคัญอย่างยิ่งในการทำงานหรือทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันที่จะทำงานหรือกิจกรรมนั้นประสบผลสำเร็จ ความพร้อมเพียงยังก่อให้เกิดความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เกิดความเข้าใจ ความรัก ความเอื้ออาทรต่อกันและทำให้ทุกคนสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

### กิจกรรมที่ 2

#### “เขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด”

เวลา 60 นาที

**จุดประสงค์การเรียนรู้** เพื่อเตรียมความพร้อมของสมาชิกก่อนทำกลุ่มขั้นต่อไป

**สาระสำคัญ** การทำงานที่ไม่ถนัดอาจเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติงาน แต่สามารถที่จะพัฒนาหรือฝึกฝนให้เกิดความชำนาญได้

#### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ผู้นำกลุ่มแจกกระดาษ ดินสอให้สมาชิกทุกคนเขียนชื่อ/ สกูลของตัวเองหรือเขียนข้อความง่าย ๆ มา
  1. ประโยค หรือวาดรูปลงในกระดาษด้วยมือข้างที่ไม่ถนัด เช่น ถนัดขวาให้ใช้มือซ้าย
3. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มพูดคุยถึงความรู้สึกและข้อคิดเห็นที่เกิดขึ้นขณะทำกิจกรรมและข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรมที่ 2
4. สุ่มตัวแทน 3 -4 กลุ่มนำเสนอและให้กลุ่มที่มีความเห็นแตกต่าง นำเสนอเพิ่มเติม
5. ให้สมาชิกยกตัวอย่างกิจกรรมที่ไม่ถนัด ตามใบกิจกรรม 2
6. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้
7. ปิดกลุ่ม

## ใบความรู้

การทำกิจกรรมที่เราไม่คุ้นเคยอาจทำให้รู้สึกวิตกกังวล ขาดความมั่นใจต่อผลงานที่ออกมา ซึ่งถ้าผลงานที่ออกมาไม่ตรงตามความคาดหวังไว้ก็ควรยอมรับผลงานที่เกิดขึ้นนั้น ทั้งนี้มิได้หมายความว่าเราไม่มีความสามารถ แต่ถ้าเราทำกิจกรรมนั้นบ่อย ๆ หรือฝึกจนเกิดความชำนาญก็สามารถพัฒนาผลงาน แล้วทำให้เกิดความรู้สึกรักหรือชอบงานนั้นได้



**ใบกิจกรรม 1**

ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะทำกิจกรรม “เขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด” (เวลา 5 นาที)

.....  
 .....  
 .....

ข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

กลุ่ม .....

**ใบกิจกรรม 2**

ยกตัวอย่างกิจกรรมที่ไม่ถนัด (เวลา 5 นาที)

1. ....
2. ....
3. ....

ชื่อ ..... สกุล .....

**กิจกรรมที่ 3**  
**“ผู้ใหญ่ที่ฉันรู้จัก”**

เวลา 60 นาที

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. ให้รู้จักระบายความรู้สึกคับข้องใจที่มีต่อผู้ใหญ่รอบ ๆ ตัว
2. เกิดการเรียนรู้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น ทำให้เข้าใจตนเองดีขึ้นและนำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม

**สาระสำคัญ**

โลกที่เราอาศัยอยู่นี้ย่อมประกอบด้วยทั้งคนดี และคนไม่ดีปะปนกันไป การที่เราเคยเจอกับความไม่ดีของผู้ใหญ่คนหนึ่ง ไม่ได้หมายความว่าผู้ใหญ่ทุกคนจะต้องเป็นเช่นนั้น

**ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :**

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ให้สมาชิกแต่ละคน วาดรูป “ผู้ใหญ่ที่ฉันรู้จัก” คนละ 1 รูป
3. ขออาสาสมัครสมาชิก 1 -2 คน มาเล่าเรื่องจากภาพให้เพื่อน ๆ รับฟัง
4. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม ตามใบความรู้ 1
5. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5-6 พุดคุยหัวข้อ “ผู้ใหญ่ที่ดีที่ฉันรู้จัก” ตามใบกิจกรรม 1

6. ให้สมาชิกส่งตัวแทนกลุ่ม 2-3 กลุ่ม นำมาเสนอและให้กลุ่มที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
7. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม ตามใบความรู้ 2
8. ให้สมาชิกแต่ละคน เขียนเรียงความในหัวข้อเรื่อง “ในอนาคต ฉันจะเป็นผู้ใหญ่อะไร” ตามใบกิจกรรม 2
9. ขออาสาสมัคร 1 คน เล่าถึงเรียงความของตนที่เขียนมา
10. ปิดกลุ่ม

### ใบความรู้ 1

ในสภาพสังคมไทย ผู้ใหญ่จะเป็นผู้ที่ทุกคนให้ความเคารพนับถือและผู้ใหญ่แต่ละคนก็ย่อมมีความแตกต่างกันไป แล้วแต่บุคลิกลักษณะและสัมพันธภาพที่แต่ละบุคคลมีต่อกัน

ผู้ใหญ่บางคนที่เราได้รู้จักผ่าน ๆ มา อาจจะเป็นผู้ที่ทำให้เราเจ็บปวด ได้รับความคับข้องใจ มีข้อกลางแกลงสงสัย อาจจะรู้สึกที่ไม่ได้รับความยุติธรรม แต่ในโลกของความเป็นจริงแล้วยังมีผู้ใหญ่ที่ดี ๆ สำหรับพวกเราแต่ละคนอีกมาก ทั้งที่เราเคยเจอผ่าน ๆ มา และพบเจออีกในอนาคต

### ใบความรู้ 2

โลกที่เราอาศัยอยู่นี้น่าจะมีทั้งคนที่ดีและไม่ดีคู่กัน บางเวลาเขาอาจทำสิ่งที่ไม่ดี ดังนั้นเราควรมองสิ่งที่ดีที่เขาถืออยู่บ้าง ซึ่งตามความเป็นจริงผู้ใหญ่ที่ดีมีอยู่มากมาย

### ใบกิจกรรม 1

ผู้ใหญ่ที่ดีที่ฉันรู้จัก มีลักษณะเป็นอย่างไร (เวลา 10 นาที)

.....

.....

.....

กลุ่ม .....

### ใบกิจกรรม 2

ให้เขียนเรียงความเรื่อง “ในอนาคต ฉันจะเป็นผู้ใหญ่อะไร” (เวลา 10 นาที)

.....

.....

.....

.....

ชื่อ .....สกุล .....

## กิจกรรมที่ 4 “ค้นหาข้อดีของผู้อื่น”

เวลา 60 นาที

**จุดประสงค์การเรียนรู้** เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้การหาข้อดีของคนอื่น  
**สาระสำคัญ** คนทุกคนมีทั้งข้อดีและข้อเสีย การรู้จักที่จะสนใจในข้อดีของผู้อื่นและพยายามปรับตัวเข้าหา ซึ่งกันและกันได้ จะก่อให้เกิดความสุขด้วยกันทั้ง 2 ฝ่าย

**ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :**

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. กำหนดหมายเลขประจำตัวให้สมาชิกแต่ละคน
3. คละบัตรหมายเลขแล้วหยิบขึ้นมาครั้งละ 2 หมายเลข ให้จับคู่กันตามหมายเลขที่หยิบขึ้นมาได้
4. ให้เวลา 5 นาที ในการเขียนข้อดีของแต่ละฝ่ายให้มากที่สุด โดยไม่ต้องปรึกษากันแล้วนำออกมามอบให้แก่กัน พร้อมทั้งกล่าวคำขอบคุณซึ่งกันและกัน
5. ให้สมาชิกจับคู่พูดคุยความรู้สึกของแต่ละคนที่ได้รับการเขียนถึงข้อดีของตนเองจากเพื่อน
6. แบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5 คน พูดคุยถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมนี้และเขียนลงใน ใบกิจกรรม 1
7. สุ่มตัวแทนกลุ่มประมาณ 2-3 กลุ่มนำเสนอผลงานกลุ่ม และให้กลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
8. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้
9. ให้สมาชิกแต่ละคนเขียน “ข้อดีของเพื่อน” เพิ่มเติมให้มากที่สุด ตามใบกิจกรรม 2 แล้วแลกเปลี่ยนกันอ่าน
10. ปิดกลุ่ม

### ใบกิจกรรม 1

ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมนี้ (เวลา 10 นาที)

.....

.....

.....

ชื่อ .....สกุล .....

### ใบกิจกรรม 2

ให้เขียนข้อดีของเพื่อนเพิ่มเติมจากที่ได้เขียนไปแล้ว ให้มากที่สุด (เวลา 5 นาที)

.....

.....

.....

.....

ชื่อ .....สกุล .....

## ใบความรู้

คนทุกคนมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ในการค้นหาข้อดีของผู้อื่นโดยเฉพาะคนที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่ชอบกันจะมีความลำบากเพราะฉะนั้นเราควรสนใจและใส่ใจซึ่งกันและกันในการค้นหาข้อดีของผู้อื่น จะก่อให้เกิดความสุขด้วยกันทั้งสองฝ่าย

### กิจกรรมที่ 5

#### “ทนายใจ”

เวลา 60 นาที

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้รู้จักสนิทสนมกันยิ่งขึ้นและทราบความต้องการของกันและกัน

#### สาระสำคัญ

บุคคลที่มีความสนิทสนมกันเพราะอุปนิสัยและความชอบที่คล้าย ๆ กัน แต่ไม่แน่นอนไปว่าเราจะรู้จักไปทุกเรื่อง เพื่อนสนิทเราต้องมีความไว้วางใจกันและกล้าเปิดเผยตนเองต่อเพื่อน

#### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ให้สมาชิกแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม และให้แต่ละกลุ่มนั่งเก้าอี้ที่จัดไว้ 2 แถว หันหน้าเข้าหากันแถวที่ 1 ให้กลุ่มที่ 1 นั่งและแถวที่ 2 นั่ง กลุ่มที่ 1 เป็นผู้ทนายและกลุ่มที่ 2 เป็นถูกทนาย ให้นั่งหันหน้าเข้าหากัน
3. ให้แต่ละคู่ทนายใจซึ่งกันและกัน โดยเริ่มแรกให้กลุ่มที่ 1 เป็นผู้ทนาย ซึ่งคำทนายจะถามตามใบกิจกรรม 1 ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมที่ได้ตามใบความรู้
4. เมื่อทนายเสร็จหมดทุกคนแล้ว ให้ผู้ทนายยืนขึ้นทีละคู่ แล้วบอกสิ่งที่จดเอาไว้ให้ผู้ถูกทนายตอบว่าถูกหรือไม่ถูก ให้เฉลยด้วย
5. หลังจากนั้นกลุ่มให้กลุ่มผู้ถูกทนายเปลี่ยนเป็นผู้ทนายบ้างและให้ทนาย ตามใบกิจกรรม 1
6. เมื่อเสร็จแล้วก็ให้ผู้ทนายและผู้ถูกทนายยืนขึ้นทีละคู่แล้วบอกสิ่งที่จดเอาไว้ และให้ผู้ถูกทนายตอบว่าถูกหรือไม่ ถ้าไม่ถูกให้เฉลยด้วย
7. แบ่งกลุ่มให้แต่ละกลุ่มพูดคุยตามใบกิจกรรม 2
8. สุ่มตัวแทนกลุ่มประมาณ 2-3 กลุ่ม ออกมานำเสนอผลการพูดคุยและให้สมาชิกกลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำมาเสนอเพิ่มเติม
9. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้
10. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกเขียนเรียงความในหัวข้อเรื่องวิธีการสร้างความเข้าใจให้ตรงกันทำอย่างไร ตามใบกิจกรรม 3
11. ปิดกลุ่ม

#### ใบกิจกรรม 1

ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทนายในเรื่องต่อไปนี้

1. ชอบทานข้าวกับอะไรมากที่สุด
2. ชอบขนมอะไรมากที่สุด
3. ชอบใส่เสื้อสีอะไรมากที่สุด
4. ชอบดื่มน้ำอัดลมยี่ห้ออะไรมากที่สุด
5. ชอบดูภาพยนตร์ของชาติใด และประเภทใดมากที่สุด

## ใบกิจกรรม 2

ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกอภิปรายในประเด็นดังนี้

1. ทำไมบางครั้งเราทนายใจเพื่อนถูก บางครั้งทนายไม่ถูกทั้ง ๆ ที่เรารู้จักกันดี อยู่บ้านเดียวกัน

.....

.....

.....

2. ผู้ทนายไม่ถูก หรือผิดเป็นส่วนมาก คิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร

.....

.....

.....

3. เวลาที่เราอยู่ด้วยกันเราเคยเปิดเผยความในใจทั้งข้อดีและไม่ดีของเรา แก่เพื่อนบ้างหรือไม่มีอะไรที่ทำให้ไม่เปิดเผย ลองยกตัวอย่าง

.....

.....

.....

กลุ่ม .....

(เวลา 10 นาที)

## ใบกิจกรรม 3

วิธีการที่เราจะเข้าใจคือความรู้สึกและความต้องการของเพื่อน (เวลา 5 นาที)

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

ชื่อ .....สกุล .....

## ใบความรู้

คนเราจะรู้สึกเข้ากันได้ดี เพราะมีอุปนิสัยใจคอ ความชอบคล้าย ๆ กัน แต่ก็ไม่น่าเสมอไป ที่เราจะรู้ใจเพื่อนในทุก ๆ เรื่อง หรือสามารถบอกได้ว่าเขาคิดอะไร หรือเขามีความคิดอย่างไรต่อเรื่องต่าง ๆ ซึ่งการจะทำความเข้าใจกันได้ นั้น จะต้องมีความไว้วางใจกันและกล้าเปิดเผยตนเองต่อเพื่อน

## กิจกรรมที่ 6 “รู้ใหม่ ...ใครดีที่สุดใน”

เวลา 60 นาที

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้สมาชิกเห็นความสำคัญของการแสดงความเข้าใจผู้อื่นโดยการแสดงการยอมรับต่อการสนทนาสื่อสารระหว่างบุคคล
2. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจความแตกต่างในด้านความรู้สึกนึกคิดประสบการณ์และค่านิยมของบุคคล

### สาระสำคัญ

บุคคลมีความรู้สึกนึกคิดและการกระทำที่แตกต่างกันไป อันเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดู สิ่งแวดล้อมและค่านิยมที่ยึดถือที่ต่างกัน รวมทั้งระดับการศึกษาและประสบการณ์ชีวิตของบุคคล ดังนั้นแม้ว่าบุคคลจะประสบกับสถานการณ์เดียวกัน แต่อาจมีการรับรู้ต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นไม่เหมือนกันการยึดมั่นในความคิดของตนเองโดยไม่ยอมรับฟังและเคารพความคิดเห็นของบุคคลอื่นจึงมักนำไปสู่ปัญหาขัดแย้งได้โดยง่าย ในการทำงานร่วมกันจึงต้องยอมรับฟังและเคารพความคิดเห็นของกันและ มีมุมมองร่วมกันในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ก็จะช่วยให้การทำงานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและกล่าวทักทายสมาชิก
2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม 1 และดินสอ/ปากกา แก่สมาชิก
3. ให้สมาชิกแต่ละคนพิจารณาจัดอันดับลักษณะของผู้ที่น่าจะเป็นเพื่อนที่ดีที่สุด 4 คน
4. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม 4-5 คน ร่วมกันพิจารณาจัดอันดับลักษณะของเพื่อนที่ดีที่สุดอีกครั้ง แล้วสรุปผลงานลงในใบกิจกรรม 2
5. ให้ตัวแทนออกมารายงานผลงานกลุ่ม รวมทั้งวิธีการทำงานของกลุ่ม
6. ผู้นำกลุ่มนำการอภิปราย โดยใช้คำถาม ตามแนวคำถามสำหรับวิทยากร
7. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมที่ได้ ตามใบความรู้
8. ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนถึงวิธีการที่เราจะเข้าใจความคิดความรู้สึกของผู้อื่น ตามใบกิจกรรม 3
9. ปิดกลุ่ม

### แนวคำถามสำหรับวิทยากร

แนวคำถามในการอภิปราย

1. คำตอบของกลุ่มใดถูกที่สุด เพราะเหตุใด
2. เพราะเหตุใดจึงตัดสินใจตัดสินคำตอบของกลุ่มใดถูกต้องที่สุดไม่ได้
3. สมาชิกคนใดยังไม่พอใจกับคำตอบของกลุ่ม เพราะเหตุใด
4. การยอมรับฟังความคิดเห็นของกันและกันช่วยให้แต่ละกลุ่มทำงานสำเร็จลงได้ เพราะเหตุใด
5. ทำไมบางกลุ่มหาข้อยุติได้ บางกลุ่มหาข้อยุติไม่ได้
6. อะไรเป็นเรื่องกำหนดการจัดอันดับความดี ความเลวของบุคคล



## ใบความรู้

### การเข้าใจความคิดและความรู้สึกของคนอื่น

ในขณะที่เพื่อนกำลังเล่าหรือแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของเขาต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เขาได้ประสบ ในฐานะที่เราเป็นผู้ฟัง การแสดงความเข้าใจในสิ่งที่เพื่อนพูด คิด และรู้สึก เป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินการสนทนา เป็นอย่างยิ่ง เพราะการเข้าใจในความรู้สึกจะทำให้เกิดความเป็นพวกเดียวกันเห็นอกเห็นใจกัน และมีความไว้วางใจที่จะบอกเล่าถึงความคิดและความรู้สึกที่แท้จริงของแต่ละฝ่ายได้โดยไม่ต้องปกปิด บิดเบือนหรือเสแสร้ง การสื่อสารก็จะมีลักษณะตรงไปตรงมา ทำให้กระบวนการสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

เราจะแสดงความเข้าใจในความคิดและความรู้สึกของคนอื่นได้อย่างไร  
การจะแสดงว่าเราเข้าใจผู้ที่เรากำลังสนทนาด้วย จะกระทำโดย

1. การสนใจและตั้งใจฟังขณะที่เขาพูด
2. การแสดงความเข้าใจโดยการพูดและการแสดงออกด้วยกิริยาท่าทาง

การแสดงความเข้าใจต่อผู้อื่นโดยการให้การยอมรับ  
บุคคลจะสามารถแสดงการยอมรับต่อบุคคลอื่นได้โดย

1. ไม่ตัดสินการกระทำของคนอื่นว่าถูกหรือผิด ดีหรือเลว
2. พยายามศึกษาดูว่าสิ่งที่ผู้อื่นแสดงออกเป็นอย่างไร มีอะไรที่ทำให้เขาต้องแสดงออกอย่างนั้น
3. ถามตัวเองว่า ถ้าเราต้องพบกับเหตุการณ์เช่นเดียวกับเขา เราจะทำอย่างเดียวกับเขาหรือไม่ เป็นการเอาใจเขามาใส่ใจเรา
4. ไม่พูดซ้ำเติมเมื่อผู้อื่นทำผิดพลาด และให้คำชมเชยเมื่อเขากระทำในสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม
5. ไม่พูดเรื่องราวของตนเองแทรกในขณะที่บุคคลอื่นกำลังพูด แม้เรื่องของเราจะเหมือนกับของเขาก็ตาม เพราะจะทำให้การเล่าเรื่องของเขาหยุดชะงักได้

## ใบกิจกรรม 1

### เหตุการณ์สมมติ

สมมติว่าสมาชิกมีเพื่อน 4 คน ซึ่งมีลักษณะนิสัยแตกต่างกันดังรายละเอียดข้างล่าง ถ้าให้สมาชิกพิจารณาจัดอันดับลักษณะพฤติกรรมของเพื่อน 4 คน จากดีมากที่สุดจนถึงน้อยที่สุด สมาชิกจะจัดอันดับได้อย่างไร

### เด็กชายก้อง

รูปร่างผอมสูง แข็งแรงคล่องแคล่วว่องไว เป็นนักกีฬาฟุตบอลโรงเรียน ค่อนข้างใจร้อนพูดจาโผงผาง แต่มีน้ำใจมาก รักเพื่อน ชอบช่วยเหลือเพื่อนจึงมักมีเรื่องชกต่อยเสมอ ๆ เพราะช่วยปกป้องเพื่อนจากการถูกรังแกจากนักเรียนต่างห้อง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เวลามีขนมจะแบ่งให้เพื่อนอยู่เสมอผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างต่ำ

### เด็กชายกล้า

รูปร่างอ้วนเตี้ย เป็นคนเรียบร้อย ขี้ใจน้อย ไม่ค่อยพูด ไม่ชอบเล่นกีฬาหรือเข้ากลุ่มกับเพื่อน ๆ ปลายมือสวดย  
ขยันเรียนหนังสือ ผลการเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างดีมาก เคารพและเชื่อฟังคุณครู รักษากฎระเบียบของโรงเรียนอย่าง  
เคร่งครัด ชอบสวดมนต์ก่อนนอนอยู่เสมอ

### เด็กชายเก่ง

รูปร่างสมส่วน พูดจาเรียบร้อย ค่อนข้างเจ้าระเบียบ ตรงเวลา ทำการบ้านส่งครูอย่างสม่ำเสมอ ผลการเรียน  
ดี มักชอบช่วยเหลือเพื่อน ๆ เวลาทำการบ้านไม่ได้ ชอบคุยกับครูพี่เลี้ยง

### เด็กชายเก๋

รูปร่างหล่อ คล่องแคล่ว มีลักษณะผู้นำ อารมณ์ดี ขี้เล่น พูดเก่ง มักมีเรื่องตลกขำขันมาเล่าให้เพื่อนฟังเสมอ  
เป็นมิตรกับทุกคน ชอบเล่นกีฬาเป็นชีวิตจิตใจ และยังเป็นนักบาสเกตบอลมือดีของโรงเรียนอีกด้วย รักเพื่อนฝูง ชอบ  
อาสาช่วยเหลือเพื่อนเสมอ ผลการเรียนค่อนข้างต่ำ

## ใบกิจกรรม 2

ตารางจัดลำดับลักษณะนิสัยที่ดีของเพื่อน

อันดับที่	ชื่อเพื่อน
1.	.....
2.	.....
3.	.....
4.	.....

ชื่อกลุ่ม .....

## ใบกิจกรรม 3

วิธีการที่เราจะเข้าใจถึงความคิด ความรู้สึกของผู้อื่น

1. ....
2. ....
3. ....

ชื่อ .....สกุล .....

## กิจกรรมที่ 7 “นิทานล้อมวง”

เวลา 60 นาที

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้รู้จักการทำงานร่วมกัน
2. เพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์

### สาระสำคัญ

ในการทำงานต้องอาศัยการมีสมาธิในการรับฟัง วางแผนร่วมกัน เสนอแนะความคิดเห็น ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งของการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ทำให้สำเร็จตามเป้าหมายได้

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
  2. ให้สมาชิกทุกคนนั่งเป็นวงกลม
  3. ผู้นำกลุ่มชี้แจงสมาชิกทราบว่า จะให้สมาชิกทุกคนช่วยกันแต่ง “นิทานล้อมวง” ขึ้นมาหนึ่งเรื่อง โดยมีอาสาสมัครเป็นผู้เริ่มต้นเล่านิทานด้วยประโยคที่ว่า “กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้วมี .....” จนจบประโยค โดยให้สมาชิกคนถัดไปเล่านิทานต่อคนละ 1 ประโยคจนมาถึงคนสุดท้ายให้เป็นคนจบนิทานล้อมวง พร้อมทั้งบอกคติประจำใจ เช่น “นิทานเรื่องนี้สอนให้รู้ว่า .....
  4. ผู้นำกลุ่มขออาสาสมัคร 1 คน เพื่อเริ่มต้นเล่านิทานและให้สมาชิกคนต่อ ๆ ไปช่วยกันเล่าจนจบและบอกคติประจำใจ
  5. ผู้นำกลุ่มสุ่มสมาชิกมาซัก 5 คน ให้พูดถึงความรู้สึกของตนเองในการเล่านิทาน
  6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนประชุมปรึกษากัน เพื่อจะได้เล่านิทานล้อมวงใหม่ 1 เรื่องโดยให้เวลาในการประชุมปรึกษากัน 3 นาที
  7. ให้สมาชิกเริ่มเล่า “นิทานล้อมวง” เรื่องใหม่ โดยใช้กติกาเหมือนนิทานเรื่องแรกโดยให้สมาชิกที่จบการเล่านิทานเรื่องแรกเป็นผู้เริ่มต้นเล่านิทาน และผู้จบนิทานพร้อมทั้งบอกคติประจำใจ
  8. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม พูดคุยถึงความรู้สึกและความแตกต่างของการเล่านิทานทั้ง 2 เรื่องตามใบกิจกรรม 1
  9. สุ่มตัวแทนกลุ่ม 3-4 กลุ่มนำเสนอและให้กลุ่มที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
  10. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้
  11. ให้สมาชิกยกตัวอย่างกิจกรรมที่ต้องใช้ไหวพริบและความคิดสร้างสรรค์ตามใบกิจกรรม 2
- ใช้เวลา 5 นาที
12. ปิดกลุ่ม

### ใบความรู้

การทำงานในหลาย ๆ เรื่องต้องการอาศัยการใช้ไหวพริบ ความคิดสร้างสรรค์ การมีสมาธิในการฟังจับประเด็นที่น่าสนใจและต่อเติมเรื่องราวให้ได้รูปแบบที่สอดคล้องกันนั้น ถ้าขาดการวางแผนร่วมกันจะทำให้การดำเนินกิจกรรมขาดเป้าหมายและมีความยุ่งยาก ซึ่งก็เช่นเดียวกับการทำงานจะต้องมีการวางแผนและทำความเข้าใจร่วมกัน และแบ่งบทบาทหน้าที่ของละคน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน อันจะทำให้การทำงานมีความสอดคล้องราบรื่นและบรรลุเป้าหมายได้ตามวัตถุประสงค์ของงาน

### ใบกิจกรรม 1

ข้อแตกต่างการเล่านิทานครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

กลุ่ม .....

### ใบกิจกรรม 2

ยกตัวอย่างกิจกรรมที่ใช้ไหวพริบและความคิดสร้างสรรค์ (เวลา 10 นาที)

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

ชื่อ .....สกุล .....

### กิจกรรมที่ 8 “ทำงานร่วมกัน”

เวลา 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้รู้จักการทำงานร่วมกัน
2. เพื่อให้รู้จักการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น

สาระสำคัญ

การทำงานร่วมกันต้องมีการวางแผนและยอมรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. แบ่งสมาชิก เป็นกลุ่ม ๆ ละ 5-6 คน
3. แจกกระดาษโปสเตอร์ ปากกา/ดินสอ และเทปกาว ให้กลุ่มละ 1 ชุด
4. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มนำกระดาษโปสเตอร์ไปติดไว้ที่ผนังหรือกระดาน
5. ให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนผลัดกันออกไปลากเส้น 1 เส้น จะเป็นเส้นตรงหรือเส้นโค้งก็ได้ในการลากเส้นให้แต่ละคนคิดไว้ในใจว่าตนเองต้องการจะให้ป็นรูปอะไร โดยจะลากเส้นบริเวณไหนของกระดาษก็ได้จะต่อเนื่องหรือไม่ก็ได้ เมื่อครบจำนวนสมาชิกแล้วให้วนกลับมาลากเส้นในแผ่นกระดาษเดิมอีกคนละเส้นระหว่างที่สมาชิกแต่ละคนออกไปลากเส้นบนกระดาษอาจจะทำให้พอมองเห็นรูปที่อาจสมบูรณ์ โดยรวมเป็นรูปใหญ่รูปเดียวหรือรูปเล็กหลายรูป ใช้เวลา 10 นาที
6. ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนลงกระดาษ ว่าตนเองต้องการวาดรูปอะไร

7. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันพูดคุยถึงรูปที่วาดว่าไม่เป็นไปตามที่ทุกคนตั้งใจเป็นเพราะเหตุผลอะไรตามใบกิจกรรม 1
8. สุ่มตัวแทน 2-3 กลุ่ม นำเสนอและกลุ่มที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
9. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้
10. ให้สมาชิกแต่ละคนยกตัวอย่างงานที่ต้องทำร่วมกันและมีวิธีการอย่างไรที่ทำงานนั้นบรรลุเป้าหมายตามใบกิจกรรม 2 ใช้เวลา 5 นาที
11. ปิดกลุ่ม

**ใบความรู้**

การทำงานร่วมกันที่มีการวางแผนร่วมกันย่อมทำให้งานประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมาย แต่ถ้าขาดการวางแผนร่วมกัน จะทำให้การทำงานมีอุปสรรคหรือข้อขัดแย้งจนทำให้งานล่าช้าหรือไม่ประสบความสำเร็จได้

**ใบกิจกรรม 1**

เพราะเหตุใดรูปภาพที่ได้ไม่เป็นไปตามความตั้งใจของแต่ละคน (เวลา 10 นาที)

.....

.....

.....

กลุ่ม .....

**ใบกิจกรรม 2**

ตัวอย่างงานที่ต้องทำร่วมกับผู้อื่น

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

วิธีการที่จะทำงานนั้นบรรลุเป้าหมาย

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

(เวลา 5 นาที)

ชื่อ .....สกุล .....

## กิจกรรมที่ 9

### “ถนน”

เวลา 60 นาที

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สร้างการยอมรับกฎ กติกา มารยาท
2. ตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อนตนเอง ครอบครัว และสังคม

#### สาระสำคัญ

การอยู่ร่วมกันในสังคม ควรเคารพตามกฎ กติกาที่วางไว้ และเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงกระทำ เพื่อความสงบสุขของตนเองและสังคม

#### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ผู้นำกลุ่มพูดถึงมารยาทในการใช้ถนน กฎจราจร
3. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนของกลุ่มเล่าประสบการณ์สิ่งที่เคยพบหรือได้ฟังถึงเหตุการณ์ที่เกิดจากการไม่เคารพกฎจราจร
4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 4-5 คน
5. ผู้นำกลุ่มแต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นต่าง ๆ ตามใบกิจกรรม 1
6. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนกลุ่มย่อยออกมารายงานผลการพูดคุยในกลุ่มใหญ่
7. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้
8. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนระบุถึงกฎระเบียบของการอยู่ร่วมกัน
9. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกเลือกสิ่งที่สมาชิกพึงปฏิบัติและทำสัญญา
10. ผู้นำกลุ่มกล่าวปิดกลุ่ม

#### ใบกิจกรรม 1

แผนการจัดกิจกรรมถนน ถึงผลกระทบที่จะได้รับ

1. ผลกระทบต่อการทำผิดกฎระเบียบจราจรที่มีต่อตนเอง

.....

.....

.....

ผลกระทบต่อการทำผิดกฎระเบียบจราจรที่มีต่อครอบครัว

.....

.....

.....

ผลกระทบการทำผิดกฎจราจรที่มีต่อสังคม

.....

.....

.....



## ใบกิจกรรม 2

1. ให้สมาชิกแต่ละคนระบุถึงกฎระเบียบ และสิ่งที่พึงปฏิบัติในขณะที่อยู่ร่วมกันอย่างชัดเจนและให้มากที่สุด
2. ให้สมาชิกแต่ละคนเลือกสิ่งที่ควรปฏิบัติ และเขียนสัญญา เพื่อให้แนวทางในการปฏิบัติเป็นจริง

## ใบความรู้

### แนวคิดที่ควรได้

การกระทำผิดกฎระเบียบจรรยาบรรณ มีผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ดังนี้

- ต่อตนเอง** - เกิดอุบัติเหตุได้รับบาดเจ็บ บางรายพิการ เสียชีวิต สูญเสียทรัพย์สิน เงินทอง เสียเวลา ขาดเรียน ขาดงาน ขาดรายได้ ถูกจับเป็นผู้ต้องหา เป็นต้น
- ต่อครอบครัว** - สมาชิกทุกคนในครอบครัวเดือนร้อน เสียเวลา เสียเงิน เสียการเรียน และทรัพย์สินเงินทอง เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล สุขภาพจิตเสีย เป็นต้น
- ต่อสังคม** - สร้างความเดือนร้อน รำคาญ สุขภาพจิตเสีย สูญเสียทรัพยากรมนุษย์ ซึ่งเป็นทรัพยากรที่มีค่าของชาติ สูญเสียเงินมหาศาลในการส่งเสริม ป้องกัน รักษาพยาบาล และฟื้นฟูสุขภาพของประชาชนแทนที่จะได้ใช้เงินเหล่านี้ไปพัฒนาในเรื่องที่จำเป็น เป็นต้น

## กิจกรรมที่ 10

### “ตราประจำตัว”

เวลา 60 นาที

**จุดประสงค์การเรียนรู้** เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจตนเองในด้านต่าง ๆ และพร้อมที่จะเปิดเผยตัวเอง

**สาระสำคัญ** การรู้จักและเข้าใจตนเองจะมีประโยชน์ ช่วยให้เราสามารถเรียนรู้การเข้าใจผู้อื่นและความแตกต่างระหว่างบุคคลได้

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. แจกใบกิจกรรม 1 (ตราประจำตัว) แก่สมาชิกทุกคน
3. ให้สมาชิกเขียนข้อความที่เกี่ยวข้องกับตนเองในช่องต่าง ๆ ตามหมายเลขที่ระบุไว้ในใบ
4. ให้สมาชิกแต่ละคนออกมาบรรยายตราประจำตัวของตนให้เพื่อน ๆ ได้รับฟังทีละคน
5. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม 5-6 คน พุดคุยถึงประโยชน์ของกิจกรรมตราประจำตัวตามใบกิจกรรม 2
6. ให้สมาชิกส่งตัวแทนของกลุ่มมานำเสนอรายงานที่ได้จากการพุดคุยกันในกลุ่ม
7. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมเชื่อมโยงความคิดเห็นของสมาชิกตามใบความรู้ใช้เวลา 5 นาที
8. ให้สมาชิกช่วยกันยกตัวอย่างความสามารถที่แตกต่างระหว่างบุคคลตามใบกิจกรรม 3
9. ปิดกลุ่ม

**ใบชี้แจง**

คำแนะนำ: ให้สมาชิกเขียนข้อความเกี่ยวกับตนเอง ในประเด็นต่าง ๆ ที่กำหนดให้ลงในภาพตามช่องหมายเลขต่างๆ

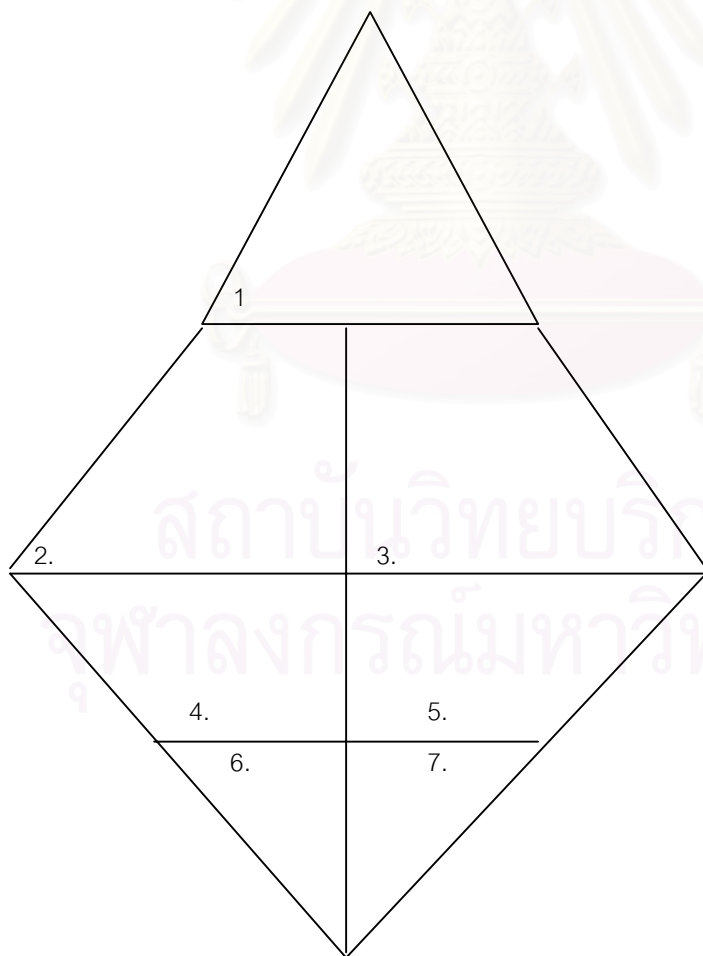
ลงในกิจกรรม 1 (ตราประจำตัว) ดังนี้

- ช่องที่ 1 คติประจำใจ
- ช่องที่ 2 ความสำเร็จที่ตนได้รับ
- ช่องที่ 3 การกระทำของผู้อื่นที่ทำให้ตนเกิดความสุข
- ช่องที่ 4 ความผิดหวังของตนเอง
- ช่องที่ 5 เป้าหมายในชีวิต
- ช่องที่ 6 สิ่งที่ตนเองอยากแก้ไข
- ช่องที่ 7 สิ่งที่ยากให้ผู้อื่นพูดถึงตน

**ใบความรู้**

การที่เราเปิดเผยตัวเองมากเท่าไรก็จะยิ่งทำให้เราเรียนรู้ที่จะเข้าใจตัวเองเข้าใจคนอื่นได้มากเท่านั้น เราจะพบว่าบางเรื่องที่คล้ายกันและมีอีกหลาย ๆ เรื่องที่แตกต่างกัน (ในด้านทัศนคติ ความคิด ความเชื่อ ประสบการณ์) ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองที่ผลักดันให้เรามีพฤติกรรมหรือการแสดงออกต่างกัน เมื่อเราได้เข้าใจปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ ก็จะทำให้เราเกิดการยอมรับตัวเองยอมรับและเข้าใจผู้อื่นพร้อมที่จะปรับตัวอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

**ใบกิจกรรม 1**



ชื่อ .....สกุล .....

(เวลา 5 นาที)

## ใบกิจกรรม 2

ประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมตราประจำตัว (เวลา 5 นาที)

1. ....
2. ....
3. ....

กลุ่ม .....

## ใบกิจกรรม 3

ยกตัวอย่างความสามารถที่ต่างกันระหว่างบุคคล (เวลา 5 นาที)

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

ชื่อ .....สกุล .....

## กิจกรรมที่ 11

### "ใจเขา ใจเรา"

เวลา 60 นาที

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น

**สาระสำคัญ**

ทุกชีวิตย่อมต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ดี การช่วยเหลือเกื้อกูล เห็นอกเห็นใจกันจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน

**ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :**

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ผู้นำกลุ่มให้ปรบมือ 2 ครั้งแนะนำเพื่อนที่อยู่ทางซ้ายชื่ออะไร
3. ผู้นำกลุ่มแจกบัตรคำให้สมาชิกคนละ 3 ใบ ตามใบชี้แจง 1
4. ให้สมาชิกทุกคนเปิดดูบัตรคำของตนเอง โดยไม่ให้ผู้อื่นเห็น
5. สมาชิกใดที่ต้องการจะแลกเปลี่ยนบัตรคำ ให้นำไปแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิกภายในเวลา 5 นาทีโดยต้องไม่ให้เพื่อนสมาชิกเห็นบัตรคำของตนเอง
6. ให้สมาชิกแต่ละคนแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับบัตรคำที่ตนเองมีอยู่ตามประเด็นในใบชี้แจง 2
7. ให้สมาชิกจับคู่กันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเรื่อง วิธีการแสดงความมีน้ำใจต่อเพื่อน
8. ปิดกลุ่ม

## ใบชี้แจง 1

1. ผู้นำกลุ่ม คละบัตรคำก่อนที่จะแจกให้สมาชิก
2. ผู้นำกลุ่มบอก สมาชิกทุกคนไม่ให้เปิดเผยบัตรคำของตนเอง

3. เมื่อสมาชิกนำบัตรคำไปแลกกับเพื่อน ต้องโน้มหน้าให้เพื่อนยินดีแลกบัตรคำตนเอง และผู้ที่ให้แลกควรมีน้ำใจที่จะยินดีแลกด้วย

### ใบชี้แจง 2

1. ให้สมาชิกพูดถึงวิธีการและความรู้สึกในการแลกบัตรคำกับเพื่อน
2. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกของตนต่อบัตรคำที่มีอยู่

### ใบกิจกรรม 1 (บัตรคำ)

บัตรคำ ขนาด 2x4 นิ้ว ใช้กระดาษแข็งทำ เพื่อเขียนคำต่าง ๆ เหล่านี้ ลงไป ใช้ประกอบการทำกิจกรรมเรื่อง “ใจเขาใจเรา” จำนวน 60 บัตรคำ

สวยจริง	หล่อจัง	อู๋!น่ารัก	ซึ้ง.. มาก	จำบ	น้ำใจงาม
มาดเท่	ตาหวาน	อึ้งสวย	พูดไพเราะ	เดินสวย	ร้องเพลงเก่ง
โอ้โฮ!หุ่่นดีจังเลย	เล่นกีฬาเก่งจัง	ใครนะ..เซ็กซี่จัง	เป็นเลิศทางการเรียน	ขยันจริงจังนะ	แข็งแรงจริง ๆ
คล่องแคล่วว่องไว	ปราดเปรียว	ไหวพริบดี	ฉลาดจริง ๆนะจ๊ะ	ร่ารวย	ทันสมัย
อารมณ์ดี	เสน่ห์แรง	อู๋!	กินจุ	อ้วนอย่างหมู	สมองทึบ
เซยระเบิด	อ่อนแอ	ซีไรค	ผอม	ซึ่กั้ว	พูดไม่เอาไหน
ยากจน	ใจแคบ	เห็นแก่ตัว	ซึ่ไม้	อึดอด	เกียจคร้าน
ไม่รับผิดชอบ	โกหกต่อแผล	หงุดหงิด	ก้าวร้าว	อารมณ์ร้อน	เฉื่อยชา
ซึ่ขโมย	นินทา ..ว่าร้าย	ซึ่เซา	สายเสมอ	อันธพาล	ไม่สวย
ไม่หล่อ	หลอกหลวง	หนีโรงเรียน	เจ้าเล่ห์	สกปรก	รับผิดชอบมาก ๆ

### ใบกิจกรรม 2

วิธีแสดงการมีน้ำใจต่อเพื่อน (เวลา 5 นาที)

.....

.....

.....

ชื่อ .....

## ใบความรู้

ธรรมชาติเราย่อมต้องการสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับตนเอง แต่ในสภาพความเป็นจริงของชีวิตย่อมเป็นไปได้ที่เราจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ ทุกชีวิตต้องพบกับสิ่งที่ดี และสิ่งที่ไม่ดี บางอย่างทำให้เราพอใจ แต่เหล่านี้ก็จะเกิดขึ้นกับคนอื่นเช่นเดียวกันฉะนั้นในบางครั้งเราที่เพื่อนประสบกับสิ่งที่ไม่ดีในชีวิตเราจึงควรมีน้ำใจแสดงความเข้าใจ และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเท่าที่จะทำได้

### กิจกรรมที่ 11

#### “หลายคนหลายแบบ”

เวลา 60 นาที

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ถึงลักษณะนิสัยที่แตกต่างกันและปรับปรุงตัวเข้าหากัน

#### สาระสำคัญ

คนทุกคนมีลักษณะนิสัยที่แตกต่างกัน แม้ในคนคนเดียวก็ยังมีนิสัยหลายอย่าง เพราะฉะนั้นถ้าเราทราบถึงความแตกต่างของแต่ละคนแล้วทำให้สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

#### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มเขียนลักษณะนิสัยของตนเองที่ดีและไม่ดีอย่างละ 1 ลักษณะนิสัยตาม

#### ใบกิจกรรม 1

3. ให้ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกจับคู่ และทำกิจกรรมตามใบกิจกรรม 2
4. ผู้นำกลุ่มสุ่มตัวแทนสมาชิกประมาณ 2-3 คู่ ออกมารายงานผลการพูดคุยกัน และให้กลุ่มที่มีความคิดเห็น แตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
5. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปเพิ่มเติม ตามใบความรู้
6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนเขียนรายงานความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับลักษณะนิสัยของเพื่อนที่เป็นในทางลบที่ตนเอง เคยพบและมีวิธี หรือแนวทางในการแก้ไขเพื่อลดความขัดแย้งตามใบกิจกรรม 3
7. ผู้นำกลุ่มกล่าวปิดกลุ่ม

#### ใบกิจกรรม 1

ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนลักษณะนิสัยของตนเอง 2 ลักษณะดังนี้

1. ลักษณะนิสัยที่ดีของข้าพเจ้าคือ .....
2. ลักษณะนิสัยที่ไม่ดีของข้าพเจ้าคือ .....

(เวลา 5 นาที)

#### ใบกิจกรรม 2

ให้สมาชิกจับคู่กันและสนทนาในประเด็นต่อไปนี้

- |              |                                      |                |
|--------------|--------------------------------------|----------------|
| ประเด็นที่ 1 | ลักษณะนิสัยที่ดีและไม่ดีของแต่ละฝ่าย |                |
| ประเด็นที่ 2 | สาเหตุของการมีลักษณะนิสัยนั้น        |                |
| ประเด็นที่ 3 | ความรู้สึกต่อการแสดงลักษณะนิสัยนั้น  | (เวลา 10 นาที) |

**ใบกิจกรรม 3**

ให้เขียนบรรยายถึงความรู้สึกเกี่ยวกับนิสัยของเพื่อนที่เป็นไปในทางที่ไม่ดีที่เคยพบและมีวิธีหรือแนวทางการแก้ปัญหาเพื่อลดความขัดแย้งอย่างไร (เวลา 5 นาที)

.....  
 .....  
 .....

ชื่อ .....สกุล .....

**ใบความรู้**

คนเราทุกคนมีลักษณะนิสัยที่ต่างกันไป แม้แต่คนเดียวกันก็มีนิสัยที่หลากหลาย ถ้าหากต้องการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขต้องมีการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เช่น คนที่มีลักษณะนิสัยที่สอดคล้องกลมกลืนกัน จะทำให้สัมพันธภาพของบุคคลดำเนินไปด้วยดี เช่น กรณีที่ลักษณะนิสัยต่างกัน อาจก่อให้เกิดปัญหาหรือความขัดแย้งได้ เช่น คนที่มีลักษณะนิสัยที่ชอบแก่งแย่งกับคนที่มีนิสัยพูดโกหก คนจู้จี้กับคนโหดร้าย เป็นต้น เพราะฉะนั้นถ้ามีนิสัยต่างกันควรจะปรับตัวเข้าหากันพยายามเข้าใจถึงความคิดและความรู้สึกของคนอื่น จะทำให้เราเข้าใจคนอื่นนั้นมากขึ้น และสามารถปรับตัวเข้าหากันได้ง่ายขึ้น

**กิจกรรมที่ 13**

**“แม่ที่แสนดี”**

เวลา 60 นาที

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. ให้อธิบายความคับข้องใจที่มีต่อแม่
2. เกิดการเรียนรู้ปัญหาตนเองและผู้อื่น ทำให้เข้าใจตนเองดีขึ้นและนำไปสู่การแก้ไขปัญหาก็ถูกต้อง

**สาระสำคัญ**

ปัญหาความขัดแย้งระหว่างแม่กับลูกย่อมเกิดขึ้นได้เสมอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่า คน ๆ นั้น รู้จักที่จะหาทางออกในการแก้ไขปัญหาได้อย่างไรจึงเหมาะสม

**ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :**

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม 1
3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคน เติมข้อความลงในช่องว่างตามความรู้สึกนึกคิดของตนเอง
4. ผู้นำกลุ่มให้อาสาสมัครมาเล่าเรื่องที่ตนเองเขียนขึ้นมาตามใบกิจกรรม 1 ทีละคนประมาณ 4 คน
5. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 1
6. ผู้นำกลุ่มแบ่งกลุ่ม 5-6 คน และแจกใบกิจกรรม 2
7. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยกันตามใบกิจกรรม 2
8. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนทุกกลุ่มเล่าเรื่องในสิ่งที่พูดคุยกันในกลุ่ม
9. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 2
10. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนเขียนจดหมายถึงแม่หรือใครก็ได้ที่ประทับใจเปรียบเสมือนแม่ตาม

ใบกิจกรรม 3



**ใบกิจกรรม 1**

วันหนึ่งฉันเห็นแม่คนหนึ่ง จูงลูกเดินเล่นที่สนามหญ้า ฉันรู้สึก .....

.....

.....

.....

ชื่อ .....สกุล .....

(เวลา 5 นาที)

**ใบกิจกรรม 2**

ถ้าเรามีแม่ซึ่งมีอารมณ์ฉุนเฉียวหรือขี้บ่น เราจะแก้สถานการณ์อย่างไร

.....

.....

.....

กลุ่ม .....

(เวลา 15 นาที)

**ใบกิจกรรม 3**

ให้เขียนจดหมายถึงแม่หรือใครก็ได้ที่ประทับใจเปรียบเสมือนแม่

.....

.....

.....

ชื่อ .....สกุล ..... (เวลา 10 นาที)

**ใบความรู้**

การระบายปัญหามีหลายวิธี นอกเหนือจากการพูดให้ผู้อื่นฟังแล้ว สามารถระบายปัญหาด้วยวิธีการเขียนก็ได้ ซึ่งผลของการระบายแบบนี้ สามารถทำให้เรารู้สึกสบายใจขึ้น

**ใบความรู้ 2**

การแก้ไขปัญหาในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้ง เราสามารถแก้ไขได้หลายวิธี แต่วิธีที่เหมาะสมควรทำความเข้าใจกับสาเหตุของการเกิดปัญหานั้นว่า มีสาเหตุเนื่องจากตัวเราหรือจากผู้อื่น หากสาเหตุของปัญหาเกิดจากตัวเรา เราก็ควรจะแก้ไขปรับปรุงตัวเราให้ถูกต้องเหมาะสมขึ้น

ปัญหาความขัดแย้งระหว่างแม่กับลูกย่อมเกิดขึ้นได้เสมอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าคน ๆ นั้น รู้จักจะหาทางออกในการแก้ไขปัญหได้อย่างไรจึงเหมาะสม

กิจกรรมที่ 14  
“พ่อของฉัน”

เวลา 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1. ให้รู้จักระบายความคับข้องใจที่มีต่อพ่อ
- 2. เกิดการเรียนรู้ปัญหาตนเองและผู้อื่น ทำให้เข้าใจตนเองดีขึ้นและนำไปสู่การแก้ไข ปัญหาที่ถูกต้อง

สาระสำคัญ

ปัญหาความขัดแย้งระหว่างแม่กับลูกย่อมเกิดขึ้นได้เสมอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่า คน ๆ นั้น รู้จักที่จะหาทางออกในการแก้ไขปัญหาได้อย่างไรจึงเหมาะสม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม :

- 1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวและให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
- 2. ผู้นำกลุ่มบรรยายเรื่องราวพ่อของมอส ตามกรณีศึกษา : พ่อของมอส
- 3. แบ่งกลุ่มสมาชิกกลุ่มละ 5-6 คน และให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม พุดคุยในหัวข้อ “พ่อของมอส” ตาม ใบกิจกรรม 1
- 4. ให้สมาชิกรวบรวมกลุ่ม สุ่มถามความคิดเห็นจากตัวแทนกลุ่ม
- 5. ผู้นำกลุ่มสรุปความคิดรวบยอด ตามใบความรู้ 1
- 6. ผู้นำกลุ่มขออาสาสมัคร สมาชิก 1-2 คน เพื่อออกมาเล่าเรื่อง “พ่อของฉัน” ให้สมาชิกกลุ่มฟังโดยมีกติกา การเล่าเรื่อง “พ่อของฉัน” ว่าการที่เราเข้ากลุ่มกิจกรรมวันนี้เราจะเก็บไว้เป็นความลับ ห้ามนำไปเปิดเผย หรือพูดล้อเล่นกันนอกกลุ่ม
- 7. เมื่อสมาชิกอาสาสมัครออกมาเล่าเรื่องจบ ผู้นำกลุ่มสอบถามความรู้สึกของสมาชิกว่าขณะที่เล่าเรื่อง “พ่อของฉัน” มีความรู้สึกอย่างไรหรือไม่ อย่างไร เมื่อสมาชิกเล่าเรื่องจบแล้ว ผู้นำกลุ่มให้เพื่อน ๆ ทุกคนปรบมือ ขึ้นชมสมาชิกอาสาสมัครที่มีความกล้าและพร้อมที่จะเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับ “พ่อของฉัน” ให้สมาชิก ทุกคนได้รับฟัง
- 8. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 2
- 9. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนเขียนจดหมายถึงพ่อ คนละ 1 ฉบับ ตามใบกิจกรรม 2 ปิดกลุ่ม

ใบกิจกรรม 1

ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5-6 คน และให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดเห็นเรื่อง กรณีศึกษา “พ่อของมอส” โดย ให้ระดมความเห็นความประเด็นต่อไปนี้

รู้สึกอย่างไรต่อกรณีศึกษา  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 ถ้าสมาชิกเป็นมอสจะทำอย่างไร  
 .....  
 .....  
 .....

กลุ่ม .....

**กรณีศึกษาเรื่อง “พ่อของมอส”**

มอสเป็นเด็กชายอายุ 12 ปี เป็นลูกชายคนกลางของครอบครัว พ่อของมอสมีอาชีพรับจ้างขับรถสองแถว เข้า-ออกซอยในหมู่บ้าน มอสรับรู้มาตั้งแต่เด็กจนโตว่า พ่อดื่มเหล้าเก่ง เวลาเมาเหล้าก็จะส่งเสียงเอะอะโวยวาย ต่ำทอลูกเมียและเวลาทำอะไรก็ไม่พอใจก็จะลงไม้ลงมือตบตีทำร้ายร่างกายลูก นอกจากนี้พ่อของมอสยังติดการพนัน ชอบเล่นหวย เล่นม้า มีหนี้สินมากมาย ปัญหาที่เกิดขึ้นทุกปีมอสต้องทนเก็บความรู้สึกไม่สบายใจไว้คนเดียวมานานแสนนาน

**ใบความรู้ 1**

ทุกคนควรยอมรับสภาพปัญหาความขัดแย้ง ไม่มีใครสมหวังในทุกเรื่องเสมอไป แต่สิ่งทำได้คือ การรู้จักระบายความรู้สึก ไม่สมหวัง ไม่พอใจ ผิดหวัง และการระบายนี้เป็นสิ่งที่ไม่น่าอาย

**ใบความรู้ 2**

การระบายปัญหาที่เราทุกข์ไม่ใช่เรื่องน่าอาย แต่จะทำให้เราลดความกดดันได้เหมือนปล่อยลมออกจากลูกโป่งที่ตึงใกล้จะแตก

**ใบกิจกรรม 2**

ให้เขียนจดหมายถึงพ่อ คนละ 1 ฉบับ (เวลา 5 นาที)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

ชื่อ .....สกุล .....



ภาคผนวก ง

หนังสือขอความอนุเคราะห์

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ที่ จว. 1 ๕. 3 /2546

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปทุมวัน  
พญาไท กรุงเทพฯ 10330

๓ เมษายน 2546

เรื่อง ขอความร่วมมืออนุเคราะห์ให้ผลิตเก็บข้อมูล

เรียน หัวหน้าการประถมศึกษาอำเภอเมืองนครสวรรค์

ด้วย นางมณฑวรรณ ยูซังกุล นิธิปริบุญโญ โสหาวิชาสุขภาพจิต (ภาคในเวลาราชการ) ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดนครสวรรค์" โดยมี ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ในการนี้ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้ขอความร่วมมือให้ นางมณฑวรรณ ยูซังกุล เข้าทำการเก็บรวบรวมข้อมูลกรณีวิจัย ณ โรงเรียนวัดนิเวศดาราม ตั้งแต่เดือน พฤษภาคม 2546 เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ โดยดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เรื่อง การป้องกันสารเสพติดและใช้แบบทดสอบเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนักเรียน แบบวัดความรู้ เจตคติ และทักษะในการป้องกันสารเสพติดในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

สถาบันวิทยบริการ

(รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนันทิกา ทวิชาชาติ)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร วท.ม. สาขาสุขภาพจิต

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

โทร. 2564298, 2564346

โทรสาร 2527592

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางมณฑารวรรณ ยุชังกุล เกิดวันที่ 22 ธันวาคม พ.ศ.2509 ที่จังหวัดนครสวรรค์ สำเร็จการศึกษา พยาบาลศาสตร์และผดุงครรภ์ชั้นสูง จากวิทยาลัยพยาบาลกรุงเทพ ปี พ.ศ. 2532 ปัจจุบันรับราชการ ในตำแหน่งนักวิชาการสาธารณสุข ศูนย์อนามัยที่ 8 นครสวรรค์ และลาศึกษา ต่อหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปี พ.ศ. 2544



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย