

การศึกษารั้ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพ ของนักกีฬาเยาวชนประเภทปะทะจังหวัดเชียงใหม่ โดยรวบรวมข้อมูลจากอาจารย์ / ผู้ฝึกสอนของ นักกีฬา โดยศึกษากลุ่มนักกีฬาจำนวน 4 ชนิดกีฬา ได้แก่ กีฬามวยปล้ำ กีฬามวย กีฬาญูโด กีฬาเทควันโด จำนวน 20 คน ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อสิ่งเสพติดอยู่ ใ้รับการ ฝึกอบรม เครื่องมือ ที่ใช้ศึกษาประกอบด้วย แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และการสังเกต ส่วนการ วิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการบรรยาย

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักกีฬามีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพในด้านร่างกาย และนันทนาการอยู่ใน ระดับที่ดี นำพอใจหลังจากการได้รับการฝึกอบรม
2. นักกีฬามีความสามารถดูแลตัวเองโดยไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งเสพติดได้
3. นักกีฬามีการดำเนินชีวิตอยู่บนพฤติกรรมที่ดีขณะฝึกซ้อมกีฬา
4. นักกีฬามีความสัมพันธ์ภาพกับกลุ่มกีฬาชชนิดอื่น ๆ ได้ และกับบุคคลอื่นได้ในสังคม เกี่ยวกับกีฬาในจังหวัดเชียงใหม่
5. นักกีฬามีพฤติกรรมด้านการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางด้านสุขภาพได้ดีมาก
6. นักกีฬามีความพึงพอใจกับกิจกรรมที่ได้รับและปฏิบัติตามจนเกิดผล
7. นักกีฬาารู้ถึงผลข้างเคียงในการที่มีพฤติกรรมเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติดต่าง ๆ ว่าส่งผล เสียต่อสุขภาพทั้งทางตรงและทางอ้อมภายภาคหน้า
8. นักกีฬาู้ถึงผลเสียทั้งทางด้านร่างกายตัวเองและสังคม
9. นักกีฬาสามารถทราบถึงปัจจัยที่นำไปสู่การติดสิ่งเสพติด
10. นักกีฬาสามารถทราบการจัดการความเครียดต่อชนิดกีฬาที่เล่น และสามารถใช้กิจกรรม เข้ามาสอดแทรกเพื่อประ โยชน์ของนักกีฬา

The purpose of this study was to study the Health Behavior Modification of methods Chiang Mai Youth Athletes in contact sports. The data was collected from the athlete's teachers and trainers. The 20 studied athletes were from 4 group of sport wrestling, Boxing, Judo Taekwondo. There are high risk groups for drug addict who joined in the training. The study tools used in this study were questionnaire, interviewing from and observation. The data were analyzed by using percentage, mean, standard deviation and interpretation.

The study found that:

1. The athletes adjusted their physical health behavior and recreation in satisfied level after being trained.
2. The athletes were able to control themselves not to get involved in drug.
3. The athletes behaved well while practicing their sport.
4. The athletes got along well with other group of sport and people concerned in Chiang Mai sport.
5. The athletes avoided facing a risk to health.
6. The athletes admired and followed the provided activities.
7. The athletes were aware the side effects of getting involved in drug that might cause health problems both direct and indirect.
8. The athletes realized the problem of their health and society.
9. The athletes knew the factors leading to drug addition.
10. The athletes knew the stress management method for each sport and can activities to intervene for athletes's benefit.