

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถามเลขที่.....
(...)กลุ่มทดลองครั้งที่.....
(...)กลุ่มเปรียบเทียบครั้งที่.....

ID (.....)

IDI (.....)

IDC(.....)

แบบสอบถามเรื่อง

**การเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์
ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง
จังหวัดขอนแก่น**

คำชี้แจง

เนื่องด้วยข้าพเจ้า นางราณี วงศ์คงเดช นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น เพื่อนำผลการศึกษาในครั้งนี้ ไปปรับปรุง พัฒนางานและส่งเสริมให้เกิดประโยชน์แก่เยาวชน ครอบครัว ชุมชนและสังคมไทยต่อไป

ข้าพเจ้าจึงใคร่ขออนุญาตและขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามนี้ โดยให้ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็นที่เป็นความจริงที่สุด โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อท่าน เพราะข้อมูลนี้จะเก็บเป็นความลับ และจะนำเสนอผลการศึกษาเป็นภาพรวม

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....
บ้าน.....ตำบล.....อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

นางราณี วงศ์คงเดช

นักศึกษาปริญญาโท

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

แบบสอบถามนี้ ให้ผู้ตอบแบบสอบถามตอบคำถามทุกข้อให้ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด โดยไม่มีผลกับคะแนนหรือผลกระทบใดๆกับตัวท่าน ประกอบด้วยแบบสอบถาม 8 ส่วนคือ

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม
- ส่วนที่ 2 ความคิดวิจารณ์ญาณและความคิดสร้างสรรค์
- ส่วนที่ 3 ความรับผิดชอบต่อสังคมและความภาคภูมิใจในตนเอง
- ส่วนที่ 4 การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา
- ส่วนที่ 5 การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
- ส่วนที่ 6 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด
- ส่วนที่ 7 การรับรู้การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม
- ส่วนที่ 8 พฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์

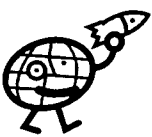
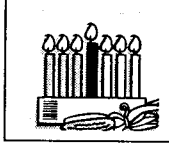


ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

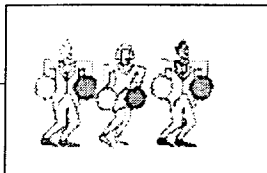
คำชี้แจง : ให้ตอบคำถามต่อไปนี้โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () และเติมคำในช่องว่างตามความเป็นจริง

สำหรับนักเรียน	สำหรับนักวิจัย
1. ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี (อายุเต็ม)	age ()
2. เพศ () 1. ชาย () 2. หญิง	sex ()
3. กำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ () 1 () 2	edu ()
4. เกรดเฉลี่ยของท่านเป็นอย่างไรในปีการศึกษาที่ผ่านมา () 1. ไม่ทราบ () 2. เท่ากับ.....	Gpa()
4. จำนวนพี่น้อง.....คน (รวมตัวท่านเอง)	cou ()
5. ท่านเป็นบุตรคนที่.....	no ()
6. ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ () 1. บิดาและมารดา () 2. บิดา () 3. มารดา () 4. ญาติ () 5. ปู่ ย่า ตา ยาย () 6. เพื่อน () 7. อื่น ระบุ.....	live ()
7. สถานภาพทางครอบครัว () 1. บิดามารดาอยู่ด้วยกัน () 2. บิดามารดาแยกกันอยู่หรือหย่าร้างกัน () 3. บิดาหรือมารดาเสียชีวิต () 4. อื่น ๆ ระบุ.....	sta ()
8.1 การศึกษาสูงสุดของบิดา () 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ () 2. จบ ป. 4 () 3. จบ ป. 6 () 4. จบ ม.ศ 3 หรือม. 3 () 5. จบ ม.ศ. 5 หรือ ม. 6 () 6. จบอนุปริญญา หรือเทียบเท่า () 7. จบปริญญาตรี () 8. อื่น ๆ ระบุ.....	Edufi()

8.2 การศึกษาสูงสุดของมารดา () 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ () 2. จบ ป. 4 () 3. จบ ป. 6 () 4. จบ ม.ศ 3 หรือม. 3 () 5. จบ ม.ศ. 5 หรือ ม. 6 () 6. จบอนุปริญญา หรือเทียบเท่า () 7. จบปริญญาตรี () 8. อื่น ๆ ระบุ.....	Eduf2 ()
9.1 อาชีพหลักของบิดา () 1. ทำนา () 2. ทำไร่..... () 3. รับจ้าง () 4.ค้าขาย () 5. รับราชการ () 6. อื่น ๆระบุ..... 9.2 อาชีพหลักของมารดา () 1. ทำนา () 2. ทำไร่..... () 3. รับจ้าง () 4.ค้าขาย () 5. รับราชการ () 6. อื่น ๆระบุ.....	Occ.1 () Occ.2 ()
10.รายได้ของครอบครัวประมาณ.....บาทต่อเดือน	inco ()
11. ค่าใช้จ่ายที่ท่านได้รับต่อวัน.....บาทหรือ.....ต่อเดือน 11.1 ท่านได้รับค่าใช้จ่ายจากใคร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) () 1. จากพ่อ/แม่ () 2. ปู่ย่า ตายาย () 3. ตัวเองจาก..... () 4. อื่น ๆ..... 11.2 เพียงพอหรือไม่ () 1. พอไม่เหลือเก็บ () 2. พอเหลือเก็บ.....บาท/เดือน () 3. ไม่พอ เนื่องจาก (ระบุ).....แก้ไขโดย.....	expl () expw1 () expw2 () expw3 () expw4 () expe () 
12. ถ้าท่านมีเวลาว่างท่านทำอะไร (เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) () 1. อ่านหนังสือเรียน/ทำการบ้าน () 2. อ่านหนังสืออ่านเล่น () 3. ช่วยงานบิดามารดา () 4. ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา () 5. เทียวเตรที่..... () 6. คุยกับเพื่อน () 7. ดูทีวี /ฟังเพลง () 8. อื่น ๆ...ระบุ..... 	hab1 () hab2 () hab3 () hab4 () hab5 () hab6 () hab7 () hab8 ()
13. นักเรียนทำอะไร เมื่อไม่สบายใจ/เครียด (เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) () 1. อยู่คนเดียวเงียบ ๆ () 2. ปรึกษาคนที่ไว้ใจ () 3. ฟังเพลง () 4. เล่นกีฬา () 5. นอนหลับ () 6. สูบบุหรี่ () 7. ดื่มแอลกอฮอล์ () 8. โทรศัพท์คุยกับเพื่อน () 9. อื่น ๆระบุ..... 	str1 () str2 () str3 () str4 () str5 () str6 () str7 () str8 () str9 ()

14. เมื่อมีเรื่องราวไม่สบายใจ นักเรียนปรึกษาใครมากที่สุด เรียงตามลำดับที่ 1, 2, 3, 4.....ใน () ตามที่ท่านปรึกษาก่อน-หลัง พ่อ/แม่ พี่/น้อง ญาติ ครูที่โรงเรียน เพื่อนสนิท อื่น ๆ...ระบุ.....	 Cou1() Cou2() Cou3() Cou4() Cou5() Cou6()
15.ท่านเคยได้รับรู้เกี่ยวกับแอลกอฮอล์หรือไม่ () 1. ไม่เคย () 2. เคย จาก(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ) () 2.โทรทัศน์ () 3.วิทยุ () 4.หนังสือพิมพ์ () 5.นิตยสาร () 6.อินเทอร์เน็ต () 7.ครู () 8.อื่น ๆ ระบุ..... 	per1 () per2 () per3 () per4 () per5 () per6 () per7 () per8 ()
16.นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับแอลกอฮอล์ (เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) () 1. ทำให้สนุกสนาน กล้าแสดงออก () 2. ทำให้ลืมเรื่องราวที่ไม่สบายใจได้ () 3. ทำให้หลับดี () 4. บาบ ผิดศีลธรรม () 5. ทำให้มีเพื่อน มีสังคม () 6. เป็นสาเหตุของอุบัติเหตุ () 7.เท่ เก๋ ดูเป็นผู้ใหญ่. () 8.เอาไว้สังสรรค์ () 9.ทำให้กินข้าวอร่อย เป็นยา () 10..อื่น ๆระบุ..... 	Kno1 () Kno2 () Kno3 () Kno4 () Kno5 () Kno6 () Kno7 () Kno8 () Kno9 () Kno10()
17.1ท่านดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์หรือไม่ () 1. ไม่ดื่ม (ถ้าไม่ดื่มข้ามไปตอบข้อ 18) () 2. เคยดื่มและปัจจุบันเลิกดื่มแล้ว () 3. ยังดื่มอยู่ 17.2 ความถี่ในการดื่ม () 1. ทุกวัน () 2. 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ () 3. เดือนละ 1-2 ครั้ง () 4. ปีละ 1-2 ครั้ง 17.3 ปริมาณการดื่มต่อครั้ง.....แก้ว (ถ้าเป็นเหล้ายังไม่ผสมโซดาหรือน้ำ) 17.4 ชนิดของแอลกอฮอล์ที่ดื่ม(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) () 1. เบียร์ () 2. ไวน์ () 3. เหล้าขาว () 4. เหล้าสี(แมโขง แสงโสม วันฮันเดอร์ทาลา) () 5.เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ () 6.อื่นๆ ระบุ..... 	Dri () Fdri () Adr () Kdr1 () Kdr2 () Kdr3 () Kdr4 () Kdr5 () Kdr6 ()

18. โอกาส/สาเหตุในการติ่มบ๋อยที่สุดเรียงตามลำดับ 1, 2, 3, 4.....ใน..... ตามลำดับก่อน-หลัง วันเกิด ปีใหม่ สงกรานต์ บุญเผวด บุญบั้งไฟ บุญแจกข้าว ไม่สบายใจ อื่น ๆ ระบุ.....	Cau1 () Cau2 () Cau3 () Cau4 () Cau5 () Cau6 () Cau7 () Cau8 () 
19.บุคคลใกล้ชิดที่ติ่มแอลกอฮอล์ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) () 1. บิดา () 2. มารดา () 3. พี่/น้อง () 4.ญาติสนิท () 5.เพื่อนสนิท () 6.ครู () 7. อื่น ๆ ระบุ.....	Dfa1 () Dfa2 () Dfa3 () Dfa4 () Dfa5 () Dfa6 () Dfa7 ()



คำชี้แจง



ส่วนที่ 2 ถึงส่วนที่ 8 เป็นเรื่องราวหรือสถานการณ์ที่ผู้วิจัยได้สมมติขึ้น ให้
ใกล้เคียงกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน โดยเหตุการณ์นี้อาจไม่เคยเกิดขึ้นจริง
ในชีวิตจริงของนักเรียน แต่เพื่อให้นักเรียนได้มีการฝึกการคิด วิเคราะห์และ
ตัดสินใจเลือกคำตอบที่เหมาะสมกับวัฒนธรรม ประเพณีในท้องถิ่นของนักเรียน จึง
ให้นักเรียนอ่านเรื่องราวในแต่ละสถานการณ์อย่างละเอียด พิจารณาและตอบ
คำถามในแต่ละสถานการณ์อย่างรอบคอบ โดยไม่มีผลกระทบต่อผลการเรียนของ
นักเรียนด้านอื่น ๆแต่อย่างใด



ส่วนที่ 2

ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์จำลองที่กำหนดขึ้น แล้วพิจารณาประเด็นคำถามที่กำหนดให้อย่างรอบคอบ ตอบคำถามในช่องว่างที่กำหนดให้ตามความคิดเห็นของนักเรียนให้ครอบคลุมและเหมาะสมกับประเพณี วัฒนธรรมในท้องถิ่นนักเรียนมากที่สุด

ตามี... เป็นนักต้มคอตองแดงประจำหมู่บ้าน ในงานศพของสนลูกชายคนที่ 3 ของตามี ตามีกินเหล้าดับความเศร้าโศก กินยิ่งกว่าอาบทั้งวันทั้งคืนจนไม่เป็นอันดูแลแขกหรือที่มาในงาน กลิ่นเหล้าคลุ้งไปทั่ว ยายสอนเมียของทิดมีมาขอร้องให้หยุดดื่มเกิดทะเลาะกัน ตามีจึงขว้างขวดเหล้าใส่ยายสอนหัวแตก ผู้คนในงานมองดูด้วยความเอือมระอา เพราะเป็นภาพที่เห็นเป็นประจำหรือบางทีก็มีอ้ายมา ลูกชายคนโตที่กำลังป่วยด้วยโรคตับแข็งและสมองเสื่อมก็ร่วมวงดื่มและอาละวาดด้วยเป็นครั้งคราว ส่วนลูก 2 คนที่ยังเล็กๆ อยู่ยืนดูร้องไห้ระงอแง แต่สาวหมี ลูกสาววัย 15 ปีที่ท้องไม่มีพ่อและกำลังตั้งท้องได้ 2 เดือนกำลังดื่มเบียร์และหัวร่อต่อกระซิกกับหนุ่มรุ่นราวคราวเดียวกันอย่างไม่มียั้ง ทำให้ผู้คนคิดถึงสน เป็นคนที่นิสัยดี มีน้ำใจและเป็นหัวเรี่ยวหัวแรงของบ้าน แต่ต้องตายเพราะไปห้ามพ่อแม่และพี่ที่ทะเลาะกันจนถูกลูกหลงโดนผลักตกเรือน.....ถ้าสนยังอยู่ อะไร ก็คงดีขึ้น.....หรือไม่เลวร้ายอย่างที่เห็น.....อนิจจา



จากสถานการณ์ที่กำหนดให้ จงแสดงความคิดเห็นในประเด็นต่อไปนี้ให้เหมาะสม

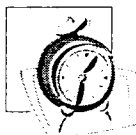
1. การที่ตามีและยายสอนทะเลาะกันนักเรียนคิดว่า แอลกอฮอล์เกี่ยวข้องกับหรือไม่ เพราะเหตุใด
 () เกี่ยวข้อง เพราะ.....
 () ไม่เกี่ยวข้อง เพราะ.....
2. นักเรียนคิดว่าอ้ายมาเป็นโรคตับแข็งและสมองเสื่อมจากสาเหตุใดได้บ้าง บอกเหตุผลประกอบ

3. ลูกในครรภ์ของสาวหมีไม่น่าจะเป็นอันตราย เพราะเบียร์ดีกรีไม่แรง และอาจทำให้กินข้าวอร่อย ช่วยบำรุงลูกในครรภ์อีกด้วย นักเรียนเห็นด้วยกับคำกล่าวนีหรือไม่ จงให้เหตุผลประกอบ
 () เห็นด้วย เพราะ.....
 () ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

4. ลูกตัวเล็กทั้งสองคนของตามี มีโอกาสตีมีแอลกอฮอล์ตอนโตขึ้นได้หรือไม่ เพราะเหตุใด
 () ได้ เพราะ.....
 () ไม่ได้ เพราะ.....

5. หากย้อนเวลากลับไปได้ถ้านักเรียนเป็นหมี...จะเลือกเส้นทางชีวิตอย่างไร
 ให้เหตุผลประกอบ.....

6. ถ้านักเรียนเป็นชาวบ้านที่อยู่ในเหตุการณ์วันนั้นจะช่วยเหลือครอบครัวนี้อย่างไร



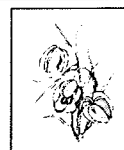
ส่วนที่ 3



คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง เพียงข้อละ 1 ช่อง ตาม
 ความคิดเห็นของนักเรียนจากข้อความที่กำหนดให้มากที่สุด โดยมีความหมายดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายความว่า ท่านเห็นด้วยกับข้อความนั้นอย่างมาก
เห็นด้วย	หมายความว่า ท่านเห็นด้วยกับข้อความนั้น
ไม่แน่ใจ	หมายความว่า ท่านยังตัดสินใจไม่ได้ว่าจะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายความว่า ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายความว่า ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นอย่างมาก

ดังตัวอย่างต่อไปนี้



ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ นักวิจัย
1.ฉันรักตนเองมากที่สุด	✓					
2.ฉันมีเพื่อนกินหลายคน			✓			

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ นักวิจัย
1.ฉันรู้สึกว่าคุณเองไม่มีค่าอะไร						
2.ฉันรู้สึกว่าคุณแม่ยุ่งวุ่นวายกับชีวิตของคุณ						
3.ถ้าเลือกได้ ฉันไม่อยากเป็นอย่างที่ฉัน เป็นอยู่ในปัจจุบัน						
4.ฉันเป็นความหวังของครอบครัว						
5.ฉันไม่ค่อยกล้าตัดสินใจทำอะไร เพราะกลัวผิดพลาด						
6.ฉันเป็นที่รักของเพื่อนและได้รับการ ยอมรับจากเพื่อน						
7.ฉันรู้สึกดีเกี่ยวกับคนอื่น						
8.ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมาย ได้ดีที่สุด						
9.ฉันมักทำอะไรด้วยตนเอง						
10.ฉันรู้สึกภาคภูมิใจในตัวฉัน						
11.ฉันมีความสุขพอใช้						
12.ฉันจะรู้สึกเดือดร้อนถ้ามีใครทำลาย ทรัพย์สินหรือชื่อเสียงโรงเรียน						
13.ถ้าฉันดื่มแอลกอฮอล์อาจทำให้พ่อ แม่หรือครอบครัวเสียใจหรือเดือดร้อนได้						
14.ฉันไม่กล้าดื่มแอลกอฮอล์เพราะกลัว เกิดผลเสียต่อผู้อื่น						
15.ถ้าเราดื่มแอลกอฮอล์จะเป็นตัวอย่าง ที่ไม่ดีแก่รุ่นน้องได้						
16.คนที่ดื่มแอลกอฮอล์แม้รู้สึกว่าเมาไม่ มากก็ไม่ควรขับรถ						
17.ถ้าฉันจะอาละวาดเพราะเมา ก็ไม่ ควรใส่ใจความรู้สึกคนอื่น เพราะ แอลกอฮอล์ทำให้ขาดสติ						
18.ฉันไม่ควรใส่ใจในความเดือดร้อนคน อื่น						
19.ฉันยินดีให้ความร่วมมือกับกิจกรรม พัฒนาโรงเรียนหรือหมู่บ้าน						
20.ฉันรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของหมู่บ้านจึง ควรรับผิดชอบร่วมกัน						

ส่วนที่ 4



ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามตามความคิดเห็นของนักเรียนในแต่ละสถานการณ์ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง เพียงข้อละ 1 ช่อง ตามความคิดเห็นของนักเรียนจากข้อความที่กำหนดให้มากที่สุด

แมน..เรียนอยู่ชั้นม.2 เรียนหนังสือพอใช้ ฐานะของครอบครัวไม่ค่อยดีนัก พ่อมีอาชีพรับจ้างในตัวเมือง แม่เลี้ยงน้องที่บ้าน แมนค่อนข้างเจ็บและเก็บตัว เพราะรู้สึกว่ายากกว่าเพื่อนในห้อง จึงไม่ค่อยมีเพื่อน พ่อของแมนชอบดื่มเหล้าหลังจากกลับมาจากทำงาน บางครั้งเมามากจนไม่สบาย ไปทำงานไม่ได้และไม่มีเงิน จึงหงุดหงิดและทำร้ายแม่เป็นประจำ แมนเองก็มักจะโดนดุและถูกลูกหลงเวลาเข้าไปห้าม แต่พี่ชายของแมนเป็นหนุ่มหน้าตาดี คารมคมคายและมักจะร่วมวงดื่มกับพ่อเสมอ จึงมักจะถูกเปรียบเทียบและเป็นลูกรักของพ่อ วันหนึ่งหลังจากกลับมาจากโรงเรียน เห็นพ่อและพี่กำลังดื่มเหล้าจนเมาได้ที่และกำลังจะอาละวาดแม่ จึงใช้ให้แมนไปซื้อเหล้าที่ปากซอยมาให้อีก โดยก่อนไปให้ดื่มเหล้า และบอกว่าเพื่อความเป็นลูกผู้ชาย แต่แมนไม่อยากดื่ม พ่อจึงด่าว่าไม่ได้ตั้งใจ..ซี้ซั๊ด ไม่สมกับเป็นลูกพ่อ แมนเสียใจ ลังเลใจ ไม่อยากดื่ม ไม่อยากซื้อ แต่ก็ไม่อยากให้พ่อโกรธและกลัวทำร้ายแม่อีก ถ้านักเรียนเป็นแมนจะตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างไรดี



ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ นักวิจัย
1. ดื่มเล็กน้อยเพื่อไม่ให้พ่อโกรธ แล้วออกไปซื้อเหล้าให้พ่อเพื่อเอาใจ						
2. แสดงท่าทางฮึดฮัดไม่พอใจ และเดินหนีไม่พูดด้วย จะเกิดอะไรขึ้นก็ช่าง						
3. ขอร้องพ่อให้หยุดดื่ม เพื่อเห็นแก่ครอบครัว						
4. เลียงให้รู้ตัวรู้แดง เพราะพ่อควรจะเข้าใจเราบ้าง						

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ นักเรียน
5.บอกตรง ๆ ว่าไม่อยากดื่มเพราะครูบอก ว่าเป็นสิ่งไม่ดีต่อสุขภาพ ให้พ่อหยุดดื่ม ก่อน และขอตัวไปช่วยแม่เลี้ยงน้อง						
6.ปฏิเสธและขอตัวไปทำการบ้านและอ่าน หนังสือสอบ						
7.ปฏิเสธตรง ๆ และเดินเลี่ยงไปทำงาน ช่วยแม่						
8. ไปซื้อเหล้าให้แล้วนั่งร่วมวงแต่พยายาม ไม่ดื่ม						
9.ทำทีไปซื้อแล้วบอกว่าเหล้าหมด พร้อม ขอตัวไปทำงานช่วยแม่						
10.ยืมห้องให้อยู่อย่างนั้นเพราะไม่อยากดื่ม						
11.ออกไปซื้อเหล้าและคอยดูแลอย่าง ใกล้ชิดแต่พยายามไม่กิน						
12.วิ่งเข้าห้อง ปิดประตูขังตัวเอง						

ส่วนที่ 5

ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ แล้วแสดงความคิดเห็นของนักเรียน โดยทำเครื่องหมาย
✓ ลงในช่องว่าง เพียงข้อละ 1 ช่อง ตามความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

เบิร์ต..สมาชิกใหม่ของห้อง ฟังย้ายมาจากต่างจังหวัดมาอยู่กับป้าผู้ใจดีได้อาหารดีกว่า ๆ ไก่ มาเพียซาใจร่วมห้องที่อยากแสดงความเป็นหัวหน้าแก๊งที่มีเพื่อนมากมาย จึงชวนแกมบังคับเบิร์ตให้ร่วมวงสังสรรค์เป็นการรับน้องใหม่ท้ายหมู่บ้าน และจะพาไปเที่ยวคาราโอเกะของเฮียซังขาประจำ เบิร์ตไม่อยากดื่มเหล้าเพราะกลัวเมาและกลัวพ่อกับป้ารู้ และคิดว่ายังเด็กอยู่จึงไม่ควรลอง แต่ก็เกรงใจเพื่อนและไม่อยากขัดแย้งกับเพื่อนในห้อง นิตยา เป็นทั้งญาติและเพื่อนร่วมห้อง ไม่อยากให้เบิร์ตคบกับโก๋จึงทะเลาะกับโก๋ ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นในสถานการณ์ดังกล่าวในประเด็นต่อไปนี้ ว่าเบิร์ตควรสื่อสารอย่างไรจึงจะเหมาะสมและไม่เสียสัมพันธภาพกับโก๋และนิตยา



ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ นักวิจัย
1. ตะโกล่นิด “นิตยา..อย่าไปว่าโก้เลย เราเป็นเพื่อนกันนะ..ขอบใจนะโก้ที่ชวน พอดีวันนี้เราต้องไปทำธุระให้ป้า วันหลังไปกินข้าวฝีมือป้าเราดีกว่า ไปก่อนนะ”						
2. เข้าไปห้าม และตำหนินิตยา แล้วมาพูดเอาใจโก้เพื่อไม่ให้โก้โกรธ						
3. ตะโกนด้วยเสียงอันดังให้หยุด แล้วปฏิเสธอย่างไม่มีเชื้อไข จะได้ว่าไม่อยากจะไป						
4. ดึงมือนิตยาออกมา และจับมือเบิร์ต ขอร้องอย่างจริงใจและบอกว่า “ขอโทษนะเพื่อน เราไม่เต็มเหล้า ขอตัวไปช่วยงานป้าก่อนนะ แก่แกแล้ว ไป..นิตยากลับบ้าน” พร้อมโบกมือลา						
5. ดึงมือนิตยามาปรึกษาว่าจะทำอย่างไรดี โดยเอามือป้องปากพูดกันสองคนเพื่อไม่ให้โก้ได้ยิน						
6. “โก้..เราไปไม่ได้หรอก ขอบใจนะที่ชวน เราไม่เต็มแอลกอฮอล์และป้าเราก็ไม่ค่อยสบายอยู่ด้วย เราต้องอยู่ดูแล ขอตัวนะเอาไว้วันหลังเราชื้อขนมมากินกับเพื่อนที่โรงเรียนดีกว่า หลายคนสนุกดี ”พร้อมกับมีสายตามุ่งมั่นและจริงจัง						
7. ตำนิตยา“นิตยาเธออย่าพูดอย่างนั้นสิ..ขอโทษนะโก้เข้านี้เจอกันเราขอเลี้ยงเองดีกว่า เตียวชวนเพื่อนไปเยอะ ฐานะแล้วค่อยคุยกัน ”						
8. โบกมือห้าม“เอาจีตีกว่านะเพื่อนๆ ไปกินข้าวบ้านเราดีกว่า.. ประหยัดดีป้าเราก็อายุรู้จักเพื่อนใหม่ ไปนะโก้ นิตยาเธอก็ช่วยเราด้วยนะ”.หันมาสบตานิดเพื่อขอร้อง.						
9. เจียบ ปล่อยให้นิตยาทะเลาะกับโก้ แล้วเดินหนี						
10. ขอร้องทั้งสองคนให้หยุด แล้วชวนกันไปฉลองในเมืองให้สนุกเพื่อมิตรภาพ						

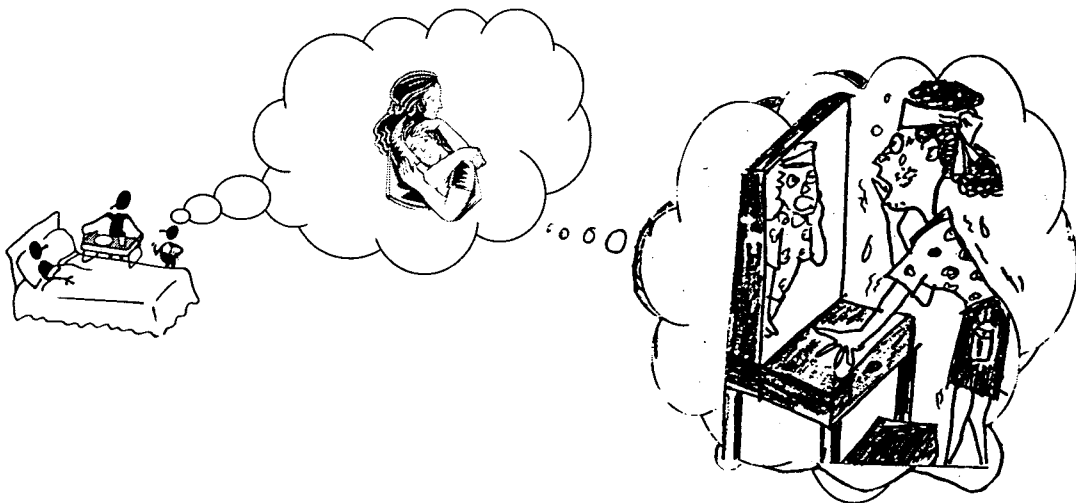


ส่วนที่ 6



ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามตามความคิดเห็นของนักเรียนในแต่ละสถานการณ์ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง เพียงข้อละ 1 ช่อง ตามความคิดเห็นของนักเรียนจากข้อความที่กำหนดให้มากที่สุด

หมิวกับเจมส์เป็นแฟนกัน ทั้งสองชอบขับรถมอเตอร์ไซด์ไปเที่ยวในเมือง บางครั้งก็พากันไปดื่มเบียร์ .หมิวชอบไวน์เพราะอร่อยและไม่ค่อยเมามาก ดื่มแล้วรู้สึกดูสดใสมีสเน่ห์..มีรสนิยม ใคร ๆ ก็ดื่ม. พ่อแม่หมิวห่วงหมิวมาก จะคอยห้ามลูกตลอดแต่หมิวมักรำคาญ และทะเลาะกับแม่เสมอ วันหนึ่งทั้งสองมาเที่ยวในเมืองและดื่มตามเคย เจมส์และหมิวเมาพอควร ขากลับชนสุนัขที่วิ่งตัดหน้าอย่างจัง เจมส์มีแผลถลอกเล็กน้อย แต่หมิวมีบาดแผลบริเวณใบหน้า แขนและขาหักและหมอบอกว่าอาจเกิดแผลเป็น .. และข่าวร้ายกว่านั้นคือหมิวท้อง หมิวเสียใจ สับสน และกังวลใจมาก ทั้งกลัวเสียโฉม กลัวท้องไม่มีพ่อ และถ้าพ่อแม่รู้ว่าโกรธมาก.. จึงเครียดมากจนนอนไม่หลับ...ยิ่งเห็นพ่อแม่คอยเช็ดตัวและเฝ้าอย่างใกล้ชิดตลอดเวลา ยิ่งทำให้หมิวรู้สึกผิด ถ้านักเรียนเป็นหมิวจะทำอย่างไรเพื่อจัดการปัญหานี้และเพื่อเรียกสติและกำลังใจให้ต่อสู้



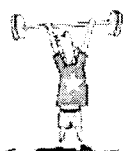
ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	สำหรับ นักเรียน
1. หมิวยอมรับผิดกับแม่ เผชิญกับปัญหาที่จะเกิดขึ้น เพราะแม่รักเรามาก ขอตั้งต้นชีวิตใหม่						
2. เปิดเพลงอะไรก็ได้แม้จะชอบหรือไม่ ชอบก็ตามให้เสียงดังสุด ๆ จะได้ลืมเรื่องราว ๆ ที่เกิดขึ้น						
3. เดินออกไปสูดอากาศข้างนอกบ้างและทำให้สบาย พบหน้าผู้คนเพราะเป็นเรื่องที่ไม่มีใครอยากให้เกิดขึ้น แต่ชีวิตยังต้องอยู่เพื่อตัวเอง ลูกในท้อง พ่อและแม่						
4.ดูกระจกบ่อย ๆ เพราะกลัวเสียโฉม						
5.ทบทวนตนเองและมองดูความรักของพ่อ กับแม่ จะได้มีแรงใจต่อสู้						
6.ระบายอารมณ์โกรธกับสิ่งของและบุคคลรอบตัว จะได้ลดแรงกดดัน						
7. พยายามอ่านหนังสือธรรมะแม่จะไม่ชอบมาก ๆ						
8. ไม่พูดกับใครและพยายามข่มตาให้หลับ จะได้ลืมเรื่องราว ๆ						
9. กินยานอนหลับ จะได้สบายใจ						
10.หลบหน้าแม่ เพื่อนเพราะจะได้ไม่ได้ยินใครว่าอีก						
11.ร้องไห้จนกว่าจะสบายใจ และหายใจเข้าลึก ๆ เริ่มต้นชีวิตใหม่						
12.ปรึกษากับเจมส์และพ่อแม่เพื่อจะได้วางแผนแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น						
13.หางานอดิเรกที่ไม่กระทบกับความเจ็บป่วยทำ						
14.ชวนเจมส์ดื่มเหล้าเพื่อแก้ความกลุ้ม						

ส่วนที่ 7

ให้นักเรียนอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามตามความคิดเห็นของนักเรียน
 โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง เพียงข้อละ 1 ช่อง ตามความรู้สึกที่ตรงใจมากที่สุด

ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย	สำหรับ นักวิจัย
1. เมื่อฉันมีปัญหา พ่อหรือแม่มักจะรับฟังและร่วมแก้ปัญหา						
2. พ่อแม่หรือครอบครัว จะดูแลและใส่ใจฉันพอสมควร						
3. เมื่อฉันมีปัญหาไม่ว่าเรื่องใด ๆ ก็ตามฉันจะมีเพื่อนคอยให้กำลังใจและใส่ใจช่วยเหลือเสมอ						
4. ฉันไม่กล้าเล่าให้พ่อแม่หรือคนในครอบครัวฟัง เมื่อเกิดปัญหา แม้เพียงเล็กน้อยก็ตาม						
5. เพื่อนฉันมักจะคอยตักเตือนให้ฉันทำในสิ่งที่ดี						
6. ฉันไม่สามารถปรึกษาปัญหาต่าง ๆ กับคุณครูได้เลย						
7. ฉันรู้สึกว่าเหวเหมือนไม่มีใคร แม้เวลาที่ฉันต้องการคำปรึกษา						
8. คนในครอบครัวฉันมักจะรำคาญเมื่อฉันร่วมพูดคุยหรือปรึกษาในทุก ๆ เรื่อง						
9. คนในครอบครัวฉันมักจะมีกิจกรรมร่วมกันเสมอ						
10. พ่อแม่ฉันมักจะซ้ำเติม ถ้าฉันทำสิ่งที่ผิดพลาด						





ส่วนที่ 8



ให้นักเรียนอ่านข้อความที่กำหนดให้ ตอบคำถามตามความเป็นจริงของพฤติกรรมนักเรียน
ในหัวข้อต่อไปนี้ ถ้านักเรียนไม่เคยมีพฤติกรรมดังกล่าว คิดว่าจะทำอย่างไรถ้าเจอเหตุการณ์เหล่านี้)

8.1 นักเรียนมีวิธีการปฏิเสธอย่างไรเมื่อถูกชักชวนให้ดื่มแอลกอฮอล์

ข้อความ	ปฏิบัติ ทุกครั้ง	ปฏิบัติ บ่อยครั้ง	ไม่แน่ใจ	ปฏิบัติ เป็น บางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย	สำหรับ นักเรียน
1.ขอความเห็นเพื่อนก่อนแล้วค่อยตัดสินใจ						
2.บอกความรู้สึกตรง ๆ พร้อมอ้างเหตุผลที่คิดว่าดีที่สุด						
3.ปฏิเสธแล้วเดินหนีไปเลย โดยไม่ต้องใส่ใจเขา						
4.บอกปฏิเสธ พร้อมให้เหตุผลประกอบและกล่าวขอบคุณในการชวน						
5.ปฏิเสธแต่ขอร้องเป็นเพื่อน เพราะเกรงใจ						
6.ปฏิเสธและขอร้องเพื่อนให้เห็นใจ ถ้ายังเข้าชื้ออยู่ที่ดื่มพอเป็นพิธีค่อยขอตัวกลับ						
7.อ้างเหตุผลไม่สบาย ขอตัวกลับไปพัก						
8.ถ้าถูกเข้าชื้อมาก ๆ แม้ปฏิเสธแล้ว และขอผลัดไปวันหลัง กล่าวขอบคุณ พร้อมเดินหนี						
9.ปฏิเสธแล้วคุยเรื่องอื่นเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ						
10. ติดธุระด่วน ขอผลัดไปวันหลังจะมาร่วมด้วย						



8.2 นักเรียนทำกิจกรรมหรือมีพฤติกรรมเหล่านี้มากน้อยเพียงใด
ให้ตอบตามความเป็นจริง

ข้อความ	ปฏิบัติ ทุกครั้ง	ปฏิบัติ บ่อยครั้ง	ไม่ แน่ใจ	ปฏิบัติ เป็น บางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย	สำหรับ นักเรียน
1.ไปเที่ยวหรือช่วยงานที่มีการขายหรือดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่นงานบุญต่าง ๆ การแสดงหมอลำ ฯลฯ						
2. สังสรรค์หรือฉลองกับเพื่อนกลุ่มที่ดื่ม แอลกอฮอล์เช่นหลังสอบเสร็จ เมื่อได้เงิน พิเศษหรืองานวันเกิด						
3.ช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน						
4.นั่งร่วมวงกับเพื่อนหรือญาติที่ดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์						
5.นั่งหรือนั่งคุยกับเพื่อนในร้านที่ขาย เครื่องดื่มแอลกอฮอล์						
6.นอนดูทีวีหลังเลิกเรียนหรือวันหยุดทั้งวัน						
7.ร่วมกิจกรรมพัฒนาหมู่บ้านหรือโรงเรียน						
8.ไปซื้อเครื่องดื่มให้ครอบครัว ญาติหรือ เพื่อน						
9.นั่งคุยเล่นหรือคุยโทรศัพท์กับเพื่อนที่ โรงเรียนเป็นเวลานาน						
10. อ่าน / ฟังธรรมหรือคำสอนเตือนใจ						
11.ทำงานอดิเรกที่ชอบกับเพื่อนหรือ ครอบครัว						
12.ขับรถเที่ยวกับเพื่อน						



ขอขอบพระคุณในการให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

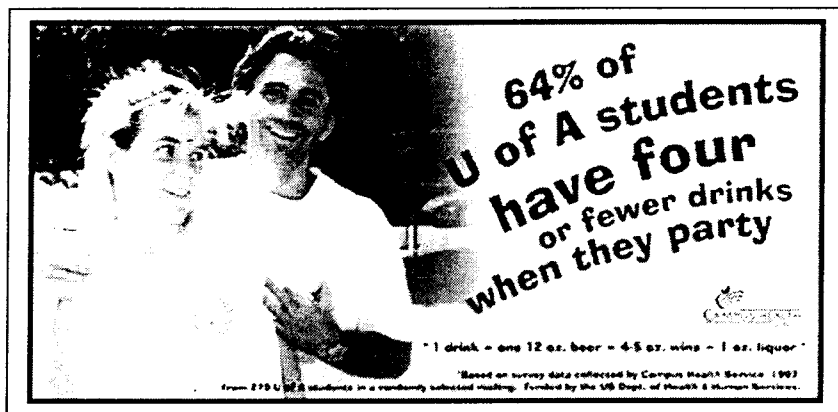
ราณี วงศ์คงเดช

นักศึกษาปริญญาโท สาขาสุศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ภาคผนวก ข
คู่มือการทดลอง

คู่มือการอบรม
กระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา
อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
(ฉบับทดลอง)



โดย
นางราณี วงศ์คงเดช
นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ
คณะสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ปีการศึกษา 2549

คำนำ

การบริโภคแอลกอฮอล์ เป็นวัฒนธรรมของหลายประเทศมาช้านาน เป็นเหมือนสัญลักษณ์ของการสังสรรค์ การฉลอง การต้อนรับแขกผู้มาเยือน หรือบางครั้งใช้เป็นเครื่องตบยา หลังจากดื่มทำให้มีพฤติกรรมเปลี่ยนไปตามความแรงของแอลกอฮอล์ เช่นเกิดความครึ้มอกครึ้มใจ สนุกสนาน กล้าพูดกล้าแสดงออก แต่ถ้าดื่มปริมาณที่สูงมาก อาจกดสมองส่วนควบคุมการหายใจและหยุดหายใจได้ ผลในระยะยาว มีผลต่อระบบการทำงานทั้งร่างกายและจิตใจเหมือนยาเสพติด เช่นต่อสมอง หัวใจ ปอด กระเพาะอาหาร ไต ตับ อวัยวะสืบพันธุ์ และผลต่อจิตใจทำให้ เกิดอาการอยากเมื่อหยุดดื่มทันทีหลังจากดื่มมานาน ทำให้เกิดอาการทางประสาท หงุดหงิด ประสาทหลอน อาจทำร้ายคนอื่นได้ และปัญหาที่ตามมามีมากมายทั้งบุคคล ครอบครัวและสังคม เช่น การเกิดอุบัติเหตุ ความรุนแรงในครอบครัว อาชญากรรม เศรษฐกิจ หรือการคุกคามทางเพศ ซึ่งจะพบข่าวได้ในสื่อทุกประเภทและทุกวัน

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นช่วงวัยที่มีพัฒนาการจากเด็กสู่ผู้ใหญ่ ต้องมีการปรับตัวทั้งร่างกายและจิตใจค่อนข้างมาก เพื่อน ตัวแบบและสื่อ จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นสูง ทำให้เกิดการเลียนแบบเพื่อสร้างความมั่นใจในตนเอง สร้างเพื่อนและสร้างค่านิยม กระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นกลวิธีหนึ่งที่ได้รับคามนิยมนั้นในประเทศไทยและต่างประเทศ ที่นำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมนุษย์โดยเฉพาะในวัยรุ่น เป็นการสร้างความสามารถให้บุคคลมีกระบวนการคิดวิเคราะห์ พิจารณามีเหตุผล รู้จักนำข้อมูลมาวางแผนและตัดสินใจในการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม ทำให้บุคคลนั้นมีความเข้มแข็งในตนเอง สามารถเผชิญกับสถานการณ์ใด ๆ อย่างฉลาด แต่ทั้งนี้ควรนำแรงเสริมจากบุคคลในครอบครัว เพื่อนและชุมชน ที่เป็นสิ่งแวดล้อมในสังคม ให้เป็นปัจจัยเอื้อต่อการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มเป้าหมายดังกล่าว เพื่อให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับโรงเรียนอื่น กลุ่มเป้าหมายอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผู้วิจัยได้ออกแบบโปรแกรมเหล่านี้ โดยประยุกต์จากแนวคิด การอบรมทักษะชีวิต การอบรม และจากแนวคิดในการทำวิจัย/โครงการป้องกันแอลกอฮอล์ในต่างประเทศ เพื่อให้เกิดประสิทธิผลสูงสุด โดยเป็นลักษณะการเข้าค่าย ใช้ระยะเวลาในการอบรม 3 วัน 2 คืน และเตรียมผู้ให้การสนับสนุนทางสังคมโดยการจัดประชุมผู้มีส่วนสำคัญต่อการป้องกันและแก้ไขแอลกอฮอล์ของชุมชน เช่น ผู้นำชุมชน องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น ครูและผู้ประกอบการ เพื่อสร้างความเข้าใจและเสนอข้อมูลด้านสถานการณ์การป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ ผลกระทบและร่วมกันหาวิธีแก้ไขโดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วมในการคิด วิเคราะห์และวางแผนแก้ไขปัญหา โดยทีมวิทยากรกระบวนการที่ผ่านการประชุม วางแผนอบรมเป็นอย่างดี เพื่อให้กระบวนการมีความตรงมากที่สุด ซึ่งเครื่องมือดังกล่าว เป็นเพียงจุดเริ่มต้น ต้องอาศัยการปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับระยะเวลา กลุ่มเป้าหมายในแต่ละพื้นที่มากที่สุด

นางราณี วงศ์คงเดช

มีนาคม 2549

**การประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตและแรงสนับสนุนทางสังคม
เพื่อป้องกันการติดยาเสพติด
ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา
อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น**

องค์การอนามัยโลกได้นำทักษะชีวิตมาเป็นกลยุทธ์ในการแก้ไขหรือป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชน
มากกว่า 10 ปี โดยมีองค์ประกอบ 10 ประการคือ

- 1.ด้านพุทธิพิสัยหรือความรู้ ประกอบด้วยความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิจารณ์ญาณ
- 2.ด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ ประกอบด้วย
 - ✱ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา
 - ✱ ความตระหนักในตนเองและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- 3.ด้านทักษะพิสัย ประกอบด้วย
 - ✱ การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นและการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 - ✱ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

และประเทศไทยโดยกรมสุขภาพจิตได้เพิ่มด้านจิตพิสัยอีก 1 คู่เป็น 6 คู่ หรือ 12 ประการคือ ความ
ภาคภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่องานสังคม

ทักษะชีวิตเป็นกระบวนการที่จะส่งเสริมภายในบุคคลให้ตระหนักในความสามารถ/การเรียนรู้ของ
ตนเอง เจตคติและมีทักษะและตัดสินใจในการจัดการเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้อย่างเหมาะสมกับตนเอง กับ
สถานการณ์สิ่งแวดล้อมรอบตัว มีเหตุผล มีผล มีความรับผิดชอบต่องานตนเองและผู้อื่น และสามารถสื่อสารกับบุคคล
อื่นได้อย่างสร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ เพื่อให้บุคคลนั้น สามารถปรับตัวและดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมี
ความสุข เหมาะสมกับสังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม (WHO, 2001; กรมสุขภาพจิต, 2544; สมบัติ
สุวรรณพิทักษ์, 2542; จุฬารักษ์ โสตะ, 2546) องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้เสนอแนะว่าการ
สอนทักษะชีวิตในเยาวชน ต้องคำนึงถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรม แบบแผนการดำรงชีวิตและผสมผสานกับ
ข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากชีวิตจริงรอบ ๆ ตัว

สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ได้เลือกองค์ประกอบของทักษะชีวิต 5 คู่ ให้ครอบคลุมทั้ง 3 ด้านคือ

- 1) ด้านความรู้ โดยสร้างความคิดวิจารณ์ญาณและความคิดสร้างสรรค์
- 2) ด้านเจตคติ เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองและรับผิดชอบต่อสังคม
- 3) ด้านทักษะ โดยการสร้างทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา การสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์

กับผู้อื่นและทักษะในการจัดการกับอารมณ์และความเครียด เนื่องจากการป้องกันการติดยาเสพติด เป็น
คำถามที่หาคำตอบค่อนข้างยาก ซับซ้อนต่อการแก้ปัญหา เนื่องจากเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของคน โดยเฉพาะ
ในวัยรุ่นที่ต้องการความเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเอง แต่เพื่อน สื่อ ตัวแบบจะมีอิทธิพลต่อแบบแผนดำเนินชีวิต
นอกจากระบบโรงเรียนจะมีบทบาทหน้าที่ในการอบรมสั่งสอนให้เด็กได้รับความรู้แล้ว ต้องมีการปรับระบบการ
คิดของเด็กโดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วม เพื่อให้เกิดการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ การทดลองปฏิบัติเพื่อให้เกิด
การเชื่อมโยงเหตุผลและสรุปขยายความคิดอย่างเป็นระบบ และควรได้รับการกล่อมเกลาความคิดด้าน
จริยธรรม โดยต้องอาศัยการสนับสนุนจากสังคม ในการสร้างปัจจัยนำ(ตัวเด็ก) ปัจจัยเอื้อ (สิ่งแวดล้อม) และ
ปัจจัยเสริม (เพื่อน ผู้ปกครอง ชุมชน) ให้เด็กตั้งใจและตัดสินใจเลือกทางเดินที่ถูกต้อง ไม่หันมาบริโภค
ยาเสพติดในที่สุด สำหรับกระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตในการวิจัยครั้งนี้ มีรายละเอียดดังนี้

ตารางกิจกรรมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2548

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
จัดประชุมผู้ให้แรงสนับสนุนทางสังคม	การสร้างความร่วมมือจากผู้สนับสนุนทางสังคมต้องสร้างความเข้าใจในการมีส่วนร่วมร่วม การมีส่วนร่วมร่วม ตั้งแต่การรับรู้ รับฟังข้อมูลร่วม คิดวิเคราะห์ วางแผนร่วม ตัดสินใจ ดำเนินการและ ร่วมประเมินผล ซึ่งนี้โดยคำนึงถึง ด้านจริยธรรมในการวิจัย	เพื่อชี้แจงแนวทาง การดำเนินการ ศึกษาวิจัย ผลที่คาดว่าจะ ได้รับจากงานวิจัย และผลที่จะเกิดกับ ชุมชน - เพื่อศึกษาแบบมี ส่วนร่วม ในเรื่อง สถานการณ์ ปัญหา ผลกระทบ และ แนวทางแก้ไขปัญหา โดยชุมชน	- ใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วม - ใช้หลักการวิเคราะห์ที่สอดคล้องกับท้องถิ่น คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค	- ชี้แจงแนวทางในการทำวิจัย □ วัตถุประสงค์ □ กระบวนการ/วิธีการ □ ระยะเวลา □ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ - นำเสนอสถานการณ์ ปัญหาและผลกระทบจากแอลกอฮอล์ในระดับโลก ประเทศไทย ภาค จังหวัดและอำเภอเมือง และแนวทางในการแก้ไขปัญหานั้นทางด้านนโยบาย โครงการ เครือข่ายในการทำงาน - ร่วมกันวิเคราะห์ชุมชนตั้งแต่อดีต จนถึงปัจจุบัน ตั้งแต่ประวัติศาสตร์ของชุมชน วิถีชีวิต การพัฒนา และการวิวัฒนาการของดื่มแอลกอฮอล์ สาเหตุและ หรือปัญหาที่เกิดจากแอลกอฮอล์ สาเหตุและ มาตรการหรือแนวทางในการแก้ไขปัญหของชุมชน - ร่วมกันสร้างสรค่อนาคโดยมีลูกหลานเป็นเป้าหมายในการพัฒนา □ กำหนดแนวทางในการพัฒนา □ จัดทำแผนปฏิบัติการแก้ไขปัญา แอลกอฮอล์ ในชุมชนโดยมีรายละเอียดว่าใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่และอย่างไร	4 ชั่วโมง	- กระดาษฟาง - กระดาษขาว - กระดาษเขียน (Card) - สีสจกแผ่น ภาพโปสเตอร์ เอกสาร หนังสือพิมพ์ - สีสจก คอมพิวเตอร์ วิดีโอ	- รายงานผลที่ได้จากกลุ่ม - แผนปฏิบัติการ - ชวกัน	- ผู้ปกครอง - แกนนำ - ชุมชน - ครู - ผู้แทน หน่วยงาน มหาวิทยาลัย ที่เป็น ชุมชน

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์และการฉ้อโกงในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2548

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
จัดกระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับนักเรียน	ใช้แรงสนับสนุนทางสังคมตามแนวคิดของ House (1981) และการใช้กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม โดยมีการประยุกต์ใช้แนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกและกรมสุขภาพจิต 10 ประการ	เพื่อให้นักเรียนกลุ่มเป้าหมายได้เรียนรู้และเกิดประสบการณ์จากการสังเกต การวิเคราะห์สถานการณ์ อภิปรายและสรุปผล กิจกรรมตามใบงาน ตัวอย่างในบทบาทสมมติ การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ	ใช้กระบวนการเรียนการสอนโดยเน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลาง และมีพื้นฐานของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) โดยมีหลากหลายรูปแบบ และวิธีการ ทั้งการฝึกปฏิบัติ การเรียนรู้จากประสบการณ์ การอภิปรายกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และการดูตัวอย่างจากสื่อต่างๆ ทั้งบุคคล เอกสารและจากคอมพิวเตอร์	โดยใช้กระบวนการสอนแบบจัดและทักษะ ตามขั้นตอนการสอนในแต่ละด้าน โดย เนื้อหาที่กำหนดตามองค์ประกอบของทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ซึ่งมีรูปแบบทั้งสถานการณ์จำลอง กรณีศึกษา ความรู้เรื่องแอลกอฮอล์และผลกระทบ การสาธิตโดยผู้เชี่ยวชาญเพื่อให้การฝึกปฏิบัติตามความเหมาะสมในแต่ละรูปแบบ	3 วัน 2 วัน	- ใบงาน - ปากกาลูกกลิ้ง - ปากกาเคมี - กระดาษฟาง - กลอง - วีดิทัศน์ - โปสเตอร์ - ข้าวจากหนังสือพิมพ์ - คอมพิวเตอร์ - อุปกรณ์โสตทัศนศึกษา - สื่อบุคคลโดยใช้ตัวแบบสาธิต	- ประเมินการมีส่วนร่วมในกิจกรรม - การนำเสนอผลการประชุมกลุ่ม - การประเมินความคิดเห็นในเรื่องราวก่อนที่นำเสนอ - การประเมินความคิดเห็นของกระบวนกรทั้งหมด	กลุ่มนักเรียน (กลุ่มทดลอง) ชั้น ม.1 ม.2 บ้านหนองคูหนองสูงเหลื่อม

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
2. กิจกรรมค้นหาความเข้าใจของกลุ่มเป้าหมายและนำมาใช้ในการวางแผนทำกิจกรรมให้สอดคล้องกับความต้องการโดยอยู่ในกรอบของการวิจัย	ช่วยให้ผู้วิจัยเห็นความต้องการ การเบื้องต้นของกลุ่มเป้าหมาย และนำมาใช้ในการวางแผนทำกิจกรรมให้สอดคล้องกับความต้องการโดยอยู่ในกรอบของการวิจัย	2. เพื่อประเมินและสร้างความเข้าใจในความคาดหวังร่วมของกลุ่มเป้าหมาย	2. เกม "ผืนดินร่าย" ให้แต่ละคนเขียนสิ่งที่คาดหวังว่าอยากพบเห็น อยากได้ อยากเป็น และไม่อยากพบเห็น ไม่อยากได้ ไม่อยากเป็น	ผืนดิน คือ สิ่งที่ถูกกลุ่มเป้าหมายคาดหวังในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้ ผืนร่ายคือ สิ่งที่ถูกกลุ่มเป้าหมายไม่พึงปรารถนาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้	30 นาที	- กระดาษฟาง - กระดาษกาว - กระดาษเขียน (Card) - ปากกาเคมี	- ประเมินการมีส่วนร่วมในส่วนร่วมในกิจกรรม - ความตั้งใจในการเขียน	
3. กิจกรรมรู้จักตนเอง	การวิเคราะห์ความต้องการด้านการตัดสินใจ การดำเนินชีวิตของตนเอง ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์เป็นตัวชี้วัดหนึ่งของการประสบความสำเร็จและความสำเร็จในชีวิต	3. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้ร่วมวิเคราะห์ให้รู้จักและเข้าใจลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง รวมทั้งทราบแนวทางพัฒนาและปรับตัวให้เหมาะสม	3.1 ใช้แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่ม 3.2 สรุปผลการทดสอบและแนะนำแนวทางพัฒนาและการปรับตัว	แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิตอายุ 12 - 18 ปี ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ มีความสุข	1 ชั่วโมง	- แบบทดสอบ - เอกสารแนวทางการพัฒนาและปรับตัวในสังคม	- ประเมินความร่วมมือในการทำแบบทดสอบและซักถาม	

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
4. กิจกรรมรู้จักผู้อื่น	คนทุกคนมีความดีความเด่นที่สร้างประโยชน์ให้สังคมได้ การเข้าใจบุคคลอื่นทำให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข	4. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รวมวิเคราะห์ให้เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล รวมทั้งคุณค่าของการรวมกัน	4.1 เกม “คุณค่าของดอกไม้” 4.2 สรุปลักษณะและแนะนำพลัง/คุณค่าของการรวมกันของคน	- ทุกคนมีความแตกต่างกัน - ความแตกต่างเป็นธรรมชาติมนุษย์ และความแตกต่างนั้นล้วนมีความดีเด่นอยู่ด้วยกัน - การมองผู้อื่นในแง่ดีจะทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข - การรวมกันของคนจะสร้างความงดงามใหม่ให้สังคม	1 ชั่วโมง	- ดอกไม้หลายชนิด - จำนวนเท่าผู้ร่วมกิจกรรม - กระดาษฟาง - ปากกาเคมี	- ประเมินจากความร่วมมือในกิจกรรมและซักถาม	
5. กิจกรรมคุณค่าสร้างประโยชน์แก่ตนเอง ครอบครัวและสังคมได้	ทุกชีวิตที่เกิดมามีคุณค่า สามารถสร้างประโยชน์แก่ตนเอง ครอบครัวและสังคมได้	5. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายซาบซึ้งถึงคุณค่าของชีวิตที่ได้เกิดมาและบอกถึงคุณค่าของตัวเอง	5. ฉายภาพเรื่องราวการก่อเกิดของคนตั้งแต่เป็นรังไข่และอสุจิจนคลอดออกมาจากท้องมารดา	- มีสุจิตเพียงหนึ่งในหลายร้อยล้านที่ผสมกับไข่ คนเราคือ หนึ่งในนั้น - มารดาอุ้มท้องมีความสัมพันธ์กับลูกน้อยอย่างลึกซึ้งและรักใคร่ - มารดาทนทุกข์ทรมานเพื่อให้ลูกได้เกิดมา - ชีวิตนี้มีคุณค่ามหาศาลเกินกว่าจะไปทำลายด้วยการสร้างสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม	30 นาที	- ภาพสไลด์ผ่านคอมพิวเตอร์ - เพลงประกอบบรรยากาศ	- ความสนใจ ปฏิติยา และการแสดงความคิดเห็น - หลังการดูและฟัง	
6. กิจกรรม “ผู้นำผู้ตามและตามใจ”	ภาวะผู้นำ ผู้ตามแบบต่าง เห็นจากสถานการณ์จำลอง	6. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้ร่วมกันเรียนรู้ถึงการเป็นผู้นำ ผู้ตามที่เหมาะสม	6.1 กิจกรรม ปิดตาฝ่าอุปสรรค 2 ครั้งสลับกัน 6.2 สรุปลักษณะและอธิบายเรื่อง ผู้นำ ผู้ตาม และการเป็นโค้ช	- ผู้นำมีหลายแบบ ซึ่งจะเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ การที่เข้าใจทั้งการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี จะทำให้ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดีในสถานการณ์ต่าง ๆ - การที่มีคนเข้าใจและตัดสินใจได้เหมาะสม จะสร้างความมั่นใจและตัดสินใจได้เหมาะสม	1 ชั่วโมง 30 นาที	- ผ้าปิดตาจำนวนครึ่งหนึ่งของผู้ร่วมกิจกรรม - อุปกรณ์ในการจัดสถานการณ์	- ประเมินความร่วมมือและการแสดงความคิดเห็น	

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์และลดโอกาสในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (กลางวัน)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์การเรียนรู้	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
7. กิจกรรม “ทุกคนมีพลัง เราทำได้”	- พลังความสามารถที่มีในตัวบุคคลมีมากกว่าที่แสดงออกมาในภาวะปกติ สามารถเอาชนะสิ่งท้าทายและไม่นำเป็นไปไม่ได้สำเร็จ กว่าจะถึงทุกวันนี้ทุกคนมีเรื่องราวที่ผ่านมามากมายแตกต่างกันไป การเรียนรู้ซึ่งกันและกันจะเป็นการสร้างความเข้าใจและให้กำลังใจต่อกัน	7. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้เรียนรู้จากประสบการณ์ถึงพลังที่ทุกคนมีอยู่การทำงานเป็นทีมและมีโค้ชจะสามารถทำสิ่งที่ยากให้สำเร็จได้เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายรู้จักกันและกันอย่างลึกซึ้ง นำไปสู่ความรักความเข้าใจระหว่างกัน	7.1 แบ่งกลุ่มๆ ละ 10 คนให้ทำภารกิจที่ท้าทาย (บอกชุดตัวเลข 6 หลัก จำนวน 10 ชุดต่อๆ กัน ได้ถูกต้อง ทันเวลา)	- คนเราสามารถเอาชนะสิ่งที่ยากลำบากจนคิดว่าไม่น่าจะทำได้ แต่สามารถทำได้สำเร็จ ถ้ามีความเชื่อมั่น ตั้งใจ ทุ่มเท มีทีมที่ดี มีโค้ช(ผู้ให้คำแนะนำ)ที่ดี	3 ชั่วโมง	- ชุดตัวเลขสำหรับกิจกรรมนี้โดยเฉพาะ - ชุดตรวจความถูกต้อง	- ประเมินความร่วมมือร่วมใจ - ผลงานของกลุ่ม	
8. กิจกรรม เปิดใจ (กิจกรรม สายน้ำ แห่งชีวิต	ทุกคนมีเรื่องราวที่ผ่านมามากมายแตกต่างกันไป การเรียนรู้ซึ่งกันและกันจะเป็นการสร้างความเข้าใจและให้กำลังใจต่อกัน	8.1 เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายรู้จักกันและกันอย่างลึกซึ้ง นำไปสู่ความรักความเข้าใจระหว่างกัน	8.1 แบ่งกลุ่มเป็นชั้น ชั้นละ 2 กลุ่ม 8.2 แต่ละคนเขียนภาพบอกเล่าชีวิตโดยมีสายน้ำภาพแสดงความคิดเห็นของชีวิตของแต่ละคน 8.3 แต่ละคนบอกเล่าเรื่องราวของสายน้ำให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มฟัง	- ทุกคนมีที่ผ่านมา ที่เป็นอยู่ และที่จะเป็นไปในอนาคตที่อาจจะแตกต่างหรือคล้ายคลึงกัน การได้บอกเล่า แลกเปลี่ยนเรื่องทีละเล็ก ๆ ของชีวิตตนเอง เป็นเหมือนการได้สรุปอดีตของชีวิตและพร้อมจะก้าวเพื่ออนาคต - การที่มีความเข้าใจในชีวิตของคนอื่น ๆ และของตนเองจะเสริมสร้างความเอื้ออาทร ผูกพันในสังคม	2 ชั่วโมง	- กระดาษ A4 - ปากกา - ดินสอ - สีไม้ 3	- จากการมีส่วนร่วมในกลุ่ม - ผลจากการสรุปบทเรียนของกลุ่ม	

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2548

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
9. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์	- การเตรียมความพร้อมก่อนร่วมกิจกรรมที่ต้องระดมสมอง โดยกิจกรรมที่สนุกสนานจะสร้างกำลังใจและผ่อนคลายความเครียด	เพื่อเตรียมกลุ่มเป้าหมายให้พร้อมรับการเรียนรู้และพร้อมร่วมแสดงความคิดเห็นร่วมทั้งสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกันและกัน	- ฝึกร้องเพลง "ผัดมันด" - แสดงท่าประกอบชั้นที่ 1 - แสดงท่าประกอบ ชั้นที่ 2	เพลง "มากกลางวัน เอนิดไทม์มากกลางคืน มากกลางคืน เอนิดไทม์มากกลางวัน" ทำประกอบต้องใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าระหว่างมือซ้าย มือขวา	15 นาที	- แผ่นใสเนื้อเพลง - กลอง	- ประเมินการมีส่วนร่วมในกิจกรรม	
10. สรุปบทเรียนจากวันก่อน	- การทบทวน สรุปบทเรียนที่ผ่านมาจะทำให้ได้ตอกย้ำเห็นความเชื่อมโยงและพร้อมเข้าสู่บทเรียนต่อไป	เพื่อให้ทุกคนรู้เรื่องที่มีการเรียนรู้จากวันที่ผ่านมาและเชื่อมโยงสู่การเรียนรู้ในชั้นต่อไป	- ให้ตัวแทนกลุ่มมาสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ - วิทยากรสรุปเพิ่มเติม	- ความคาดหวังร่วม - ความแตกต่างระหว่างบุคคล - คุณค่าของการได้ร่วมกันสร้างสรรค์ - คุณค่าแห่งชีวิต - พลังชีวิต ทุกคนทำได้ - สายน้ำแห่งชีวิต - เด็กสาวที่มือนอดอันดีและสวยงามถูกคนเมาขับรถชน และเกิดฝันร้ายกับผู้ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งคนที่ขับรถชน - เนื้อหาและเรื่องราวมีความหลากหลายในแต่ละกลุ่มโดยเน้นความสูญเสียที่เกิดขึ้นจากแอลกอฮอล์ ทั้งสาเหตุที่มาจากตนเองและผู้อื่นเป็นการสร้างและสะท้อนความรู้สึกรู้สึกจากใจ	20 นาที	- แผ่นใสรูปบทเรียน	- ประเมินเนื้อหาที่กลุ่มเสนอ	
11. แอลกอฮอล์กับฝันร้าย	- การนำเสนอประสบการณ์ที่เคยเกิดขึ้นจริงจะสร้างผลสะท้อนใจกับผู้ที่ได้รับรู้เรื่องราวและจดจำภาพได้ดีและนาน	เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายรับรู้ถึงความรู้สึกลึกที่เลวร้ายกับผลกระทบที่เกิดจากการบริโภคแอลกอฮอล์	- ฉายภาพเรื่องราวกรณีตัวอย่าง - แบ่งกลุ่มวิเคราะห์สถานการณ์ สาเหตุ และผลกระทบต่อบุคคลรอบตัว ชุมชนและประเทศชาติ		45 นาที	- ภาพเรื่องราว, ข่าวเหตุการณ์ - กระดาษเขียน (card)	- การสังเกตปฏิกิริยาในกลุ่ม - ผลการนำเสนอในกลุ่ม - ประเมินการแสดงความความคิดเห็น	

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์และก๊อปปี้ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
12. กิจกรรม "เล่าเล้า สู่กันฟัง"	- การนำ ประสบการณ์ของ กลุ่มเป้าหมาย เกี่ยวกับการดื่ม แอลกอฮอล์มา แลกเปลี่ยนทำให้ เห็นสถานการณ์ที่ ใกล้ตัว ทำให้เกิด การวิเคราะห์ เชื่อมโยงความรู้ ความรู้สึกที่ใกล้ตัว มากขึ้น	เพื่อให้กลุ่ม เป้าหมายร่วมกัน วิเคราะห์ สถานการณ์ แลกเปลี่ยน ประสบการณ์ เกี่ยวกับการดื่ม แอลกอฮอล์	แบ่งกลุ่มแลกเปลี่ยน ประสบการณ์การดื่ม การ ซื้อ การนั่งร่วมวง -วิเคราะห์ถ่ายทอด ความรู้สึก	- ประสบการณ์เกี่ยวกับการดื่ม แอลกอฮอล์ทั้งทางตรง (ตนเองดื่ม) ทางอ้อม(คนอื่น ดื่มใกล้เคียงดื่ม) - สรุปสถานการณ์ของชุมชน	30	- กระดาษฟาง - กระดาษ เขียน(card) - ปากกาเคมี	ประเมินจาก แผนที่ ความคิดที่ เกิดขึ้น	
13.สาเหตุ ความ เชื่อมโยง ของ สถานการณ์	- การมีส่วนร่วมใน การเชื่อมโยง สถานการณ์ด้วย เหตุและผลนำไป สู่การสรุปเหตุที่ทำให้ เกิดผล	- เพื่อแสดงความคิดและ เชื่อมโยงเหตุและ ผลให้เกิดความ ตระหนักถึง ปัญหา แอลกอฮอล์	- ใช้ผังแสดงเหตุและผล แบบมีส่วนร่วม	- สาเหตุของการดื่มแอลกอฮอล์ - ผลที่เชื่อมโยงกับเหตุอื่นและอะไรเป็น ต้นเหตุ	30 นาที	- กระดาษฟาง - กระดาษ เขียน(card) - ปากกาเคมี	ประเมินผล จากกลุ่ม	

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์และก๊อปปี้ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
14. การฝึกศึกษา สถานการณ์ และทางออก	- การใช้ประสบการณ์ร่วมพิจารณา สถานการณ์และ ทางออกเพื่อนำไปสู่ทักษะของบุคคล	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร่วมพิจารณา สถานการณ์และ ทางออกเพื่อนำไปสู่ทักษะของบุคคล	- ให้งานกรณีศึกษา และให้กลุ่มร่วมพิจารณา และเตรียมนำเสนอ	- การวิเคราะห์สถานการณ์ - การร่วมกันพิจารณาทางออกหรือการแก้ไขปัญห - การนำไปใช้ในชีวิตจริง	45 นาที	- กระดาษฟาง - กระดาษเขียน(card) - ปากกาเคมี	ประเมินผล งานของกลุ่ม	
15. แสดงบทบาทสมมติเรื่อง “เมื่อฉันเครียด”	- การแสดงบทบาทสมมติเป็นเทคนิค เรียนรู้วิธีจัดการ ความเครียดอย่างสร้างสรรค์และ โดยใช้เทคนิค บทบาทสมมติในการนำเสนอ	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้เรียนรู้วิธีการจัดการ ความเครียดอย่างสร้างสรรค์และ โดยใช้เทคนิค บทบาทสมมติในการนำเสนอ	- ชี้แจงการแสดงบทบาทสมมติ - มอบงานให้กลุ่มเพื่อเตรียมนำเสนอ - นำเสนอผลการเรียนรู้เรื่อง การจัดการ ความเครียดโดยวิธี บทบาทสมมติ - สรุปผลการนำเสนอ	- หลักการ/เทคนิคแสดงบทบาทสมมติที่ดี - กติกาและแนวทางที่ให้กลุ่มฝึกซ้อมและนำเสนอ - การนำเสนอผลงานกลุ่มโดยการแสดงบทบาทสมมติในภาคค่ำ - อภิปรายสาเหตุในการเกิดความเครียด ผลกระทบ และแนวทางในการบริหารจัดการความเครียด - สอนวิธีการคลายความเครียดโดยการนั่งสมาธิ การนวด	กลางวัน 1 ชม. กลางคี่ น็อก 3 ชม.	- แผ่นใส - ใบงาน - สื่อบทพูด - ตัวแบบ	- ประเมิน การมีส่วนร่วมในกลุ่ม - ประเมินผล งานกลุ่ม	
17. ประกาดบทความ บทเรียนและการเชื่อมโยงบทเรียนสู่ประสบการณ์ชีวิตจริง	เพื่อสร้างความตระหนัก และมองว่าเป็นปัญหาใกล้ตัวที่ทุกคนต้องรับผิดชอบร่วมกัน	- ชี้แจงเงื่อนไข - แจกกระดาษและสี - ทำเป็นบ้านและส่งพวงนี้ตอนเช้า	- ถ่ายทอดความรู้จากประสบการณ์ตรง ในการที่เห็น/มีคนใกล้ตัว ต้มแอลกอฮอล์ - ผลกระทบหรือปัญหาที่พบจากการต้มแอลกอฮอล์ทั้งต่อตนเอง ครอบครัวและชุมชน	ช่วง กลางคี่ ก่อนนอน	ช่วง กลางคี่ ก่อนนอน	- กระดาษ - สีดินสอ	- จากเนื้อหาที่ถ่ายทอด - รูปภาพที่สื่อ - ความรู้สึก	- ให้คะแนนโดยทีมวิจัยและครูพี่เลี้ยง

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์และก๊อปปี้ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ. 2548

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
18. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์	- การเตรียมความพร้อมก่อนร่วมกิจกรรมที่ต้องระดมสมอง โดยกิจกรรมที่สนุก สนุกสนานจะสร้างกำลังใจและผ่อนคลายความเครียด	- เพื่อเตรียมกลุ่มเป้าหมายให้พร้อมรับการเรียนรู้และพร้อมร่วมแสดงความคิดเห็น รวมทั้งสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกันและกัน	- ฝึกร้องเพลง "ไม่ไผ่" - ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมโดยการต่อเพลง ไม่ไผ่ - สรุปบทเรียนจากเพลง และนำเสนอสู่กระบวนการเรียนรู้ต่อไป	- เพลง "ไม่ไผ่" เป็นเพลงทำนองพื้นบ้าน เนื้อเพลงบอกถึงประโยชน์ของไม้ไผ่ ซึ่งเป็นตัวแทนของสิ่งที่มีคุณค่าในท้องถิ่นหรือชุมชนที่ควรจะได้มีการดูแลรักษา และนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่ ตามความจำเป็นและสอดคล้องกับวิถีชุมชน	15 นาที	- แผ่นใสเนื้อเพลง - กลอง	- ประเมินการมีส่วนร่วมในกิจกรรม	
19. สรุปบทเรียน	- การทบทวน สรุปบทเรียนที่ผ่านมา จะทำให้ได้ต่อยอด เห็นความเชื่อมโยง และพร้อมเข้าสู่บทเรียนต่อไป	- เพื่อทบทวนเรื่องที่มีการเรียนรู้จากวันที่ผ่านมาและเชื่อมโยงสู่การเรียนรู้ในขั้นต่อไป	- ให้ตัวแทนกลุ่มมาสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ - วิทยากรสรุปเพิ่มเติม	- ผลกระทบจากแอลกอฮอล์ - เหตุและผลของสถานการณ์การดื่มแอลกอฮอล์ในชุมชน - การหาทางออก/แนวทางแก้ไขปัญหาโดยชุมชน	20 นาที	- แผ่นใสสรุปบทเรียน	- ประเมินเนื้อหาที่กลุ่มเสนอ	
20. วิธีการสื่อสารและการปฏิเสธอย่างมีประสิทธิภาพ	- การสื่อสารและการปฏิเสธเป็นองค์ประกอบสำคัญในทักษะที่วัยรุ่นควรมี	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายรับรู้และฝึกทักษะในการสื่อสารและการปฏิเสธที่มีประสิทธิภาพเมื่อถูกชวนไปในทางที่มีความเสี่ยง	- แบ่งกลุ่มเป็น 5 กลุ่มและมอบใบงานที่มีสถานการณ์ในการปฏิเสธให้กลุ่มฝึกปฏิบัติ - ร่วมอภิปรายแสดงความคิดเห็นและสรุปบทเรียน	- สถานการณ์ที่หลากหลายในการใช้ทักษะการสื่อสาร การปฏิเสธ - หลักการสื่อสารและการปฏิเสธที่มีประสิทธิภาพ - การให้ข้อเสนอแนะหลังการฝึกปฏิบัติ	1 ชั่วโมง	- ใบงาน - แผ่นใสสรุปและเสนอแนะ	- ประเมินการมีส่วนร่วมและประเมินผล การฝึกปฏิบัติ	

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
21. การสร้างเป้าหมายในชีวิตด้วยความคิด	- การสร้างเป้าหมายในชีวิตของแต่ละคน จะสร้างความหวังและความท้าทายที่จะมุ่งไปให้ถึง	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้วางเป้าหมายในอนาคตของชีวิตที่เป็นความสุขของแต่ละคนและมี ความหวังที่จะไปให้ถึง	- การบรรยายธรรมโดย พระครูสุเมธธรรมวงศ์ เจ้าอาวาสวัดบ้านหนองเหล็ก	- สิ่งที่เป็นความสุขของชีวิตแต่ละคน คืออะไร - ความหวังและความท้าทายที่จะไปให้ถึงมีมากน้อยเพียงใด	1 ช.ม.	- อุปกรณ์ทางสงฆ์	ประเมินการมีส่วนร่วมและประเมินการเขียนแบบฟอร์ม	
22. สร้างแผนชีวิตอีก 10 ปีข้างหน้า	- การสร้างความมุ่งมั่นที่จะทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จตามเป้าหมายอย่างชัดเจนเป็นรูปธรรมจะช่วยให้สร้างความมั่นใจและความเป็นไปได้	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายกำหนดแผนการดำเนินชีวิตในอีก 10 ปีข้างหน้า อย่างเป็นรูปธรรม	- ซึ่งแจ้งการทำกิจกรรม - แจกแบบฟอร์มแผนชีวิต 10 ปีข้างหน้า - ให้แต่ละคนเขียนแผนชีวิตและส่งทีมวิจัย	แผนดำเนินชีวิตในด้าน - การเรียน - การทำงาน - สังคม - ครอบครัว พ่อ แม่ ผู้ปกครอง - สุขภาพ - พฤติกรรม	1 ช.ม.	- ใบงาน/ แบบฟอร์ม	ประเมินการมีส่วนร่วมและประเมินการเขียนแบบฟอร์ม	- หลังการประเมินแล้วส่งแผนชีวิตคืนให้กลุ่มเป้าหมายนำไปทำ

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์และก๊อปปี้ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
วันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
23. ผู้ซื้อต่อแชน	- การให้แรงใจสนับสนุนจากผู้ที่อยู่ใกล้ชิด โดยเฉพาะ พ่อแม่ ครู ช่วยเสริมพลังในการดำเนินชีวิตที่ดี	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการให้แรงใจจากผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิดโดยใช้วิธีการที่สอดคล้องกับวิถีชีวิต	- ให้ผู้ปกครองและครูผู้เกี่ยวข้อง - ให้เด็กหันกลับด้านสมาธิ วิทยากรพูดถึงความยิ่งใหญ่ของแม่พร้อมเปิดวิธีทัศนภาพความรักความห่วงใยจากแม่พร้อมเปิดเพลงแม่และคำนำนม-อ่านกลอนพระคุณของแม่ - จัดพิธีผูกข้อต่อแขน - ให้ตัวแทนพ่อแม่ ครู และเด็กแสดงความรู้สึก	- การให้แรงใจ เพื่อสนับสนุนการทำดีแก่กลุ่มเป้าหมาย ด้วยวิธีการที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตในท้องถิ่น	45 นาที	- ชุดพานบายูก - แชน - วีซีดี - ค่ำกลอน	- สังเกตการมีส่วนร่วมและปฏิกิริยาในการทำกิจกรรมของกลุ่มเป้าหมายและผู้ให้หมายและสนับสนุนทางสังคม	
24. ประกาศเจตนารมณ์ จะไม่ดื่มแอลกอฮอล์	- การกล้าประกาศเจตนารมณ์ที่จะทำสิ่งที่ดีในโอกาสอันเป็นโอกาสแสดงถึงความตั้งใจอย่างแรงกล้าที่จะทำตามคำประกาศ	- เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายได้แสดงความคิดเห็นในการไม่ดื่มแอลกอฮอล์ของตนเองในโอกาสสาธารณะ	- ชี้แจงทบทวนเรื่องการเมืองมั่งมีที่จะทำดี - ให้กลุ่มเป้าหมายที่สมัครใจอาสาประกาศเจตนารมณ์ - ดำเนินการประกาศเจตนารมณ์	- คนเราควรมุ่งมั่นสู่ความดี - ผลเสีย ผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ และเราไม่ควรดื่ม	30 นาที	- เพลงประกอบ	- การมีส่วนร่วม - ความคิดเห็นกลุ่มผู้ปกครอง - จาการประกาศเจตนารมณ์	

ตารางกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์และเด็กติดแรงงาน
วันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ. 2548 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	แนวคิดหลัก	วัตถุประสงค์	กระบวนการ/วิธีการ	เนื้อหา	ระยะเวลา	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล	หมายเหตุ
25. กิจกรรม สัญญาใจ	- การให้คำสัญญา กับตนเองบอกถึง ความตั้งใจอีกส่วน หนึ่งและเป็นการ สร้างความประทับใจ ให้ระลึกถึงสิ่งที่ เคยสัญญาในช่วง หนึ่งของชีวิต	- เพื่อให้กลุ่ม เป้าหมายได้ให้ สัญญาในสิ่งที่ ดี ๆ ตามที่ ตั้งใจโดยการ เขียนแบบ อิสระ	- แจกกระดาษรูปหัวใจ ให้กลุ่มเป้าหมาย - ชี้แจงการเขียนสัญญา ใจ - ชมภาพกิจกรรมใน 3 วัน 2 คืน เพื่อทบทวน ความทรงจำ	- ความตั้งใจของแต่ละคนที่จะสร้างสรรค์ สิ่งที่ดี ๆ ให้ชีวิต - สัญญาใจ ไม่มีการลงโทษเมื่อผิดสัญญา แต่ก็เป็นสัญญาที่บอกคุณค่าของมนุษย์ ประการหนึ่ง	20 นาที	- เพลงประกอบ บรรยากาศ "คำ สัญญา" สื่อคอมพิวเตอร์	- ประเมิน การมีส่วนร่วม - คำสัญญาที่ เขียน	
26. สร้างขวัญ กำลังใจ - มอบรางวัล - มอบวุฒิบัตร - พิธีปิด	- การมอบรางวัล แสดงถึงความ สามารถ ความรู้สึก ของนักเรียนต่อ แอลกอฮอล์ - การมอบวุฒิบัตร แสดงถึงความ ภาคภูมิใจและเป็น สิ่งเตือนใจให้ระลึก ถึงกิจกรรมที่ได้ทำ ผ่านมาในช่วงเวลา 3 วัน	- เพื่อสร้าง แรงเสริมด้าน จิตใจต่อ ความสามารถ ของนักเรียน - เพื่อรับรอง การผ่าน กิจกรรมเรียนรู้ ทั้งหมด และ เพื่อสร้างความ ภาคภูมิใจให้ กลุ่มเป้าหมาย	- เตรียมรายชื่อ ของ รางวัล - ประกาศเกียรติคุณ แก่ ผู้ร่วมกิจกรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่ อาสาประกาศไม่ดื่ม แอลกอฮอล์ - อ่านบทความและโชว์ ภาพที่ส่งเข้าประกวด ทั้งหมด	- การสร้างแรงเสริมทางบวกเป็นสิ่งที่ช่วย ส่งเสริมให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ดี - ทุกคนคือความหวังใหม่ของเยาวชน ของ ครอบครัว ของชุมชน และของประเทศชาติ ไม่ว่าจะเรียน จะทำงานอะไร ถ้าไม่ดื่ม แอลกอฮอล์ได้ ก็จะทำให้มีความสุขในชีวิต	20 นาที	- ของรางวัล - ใบวุฒิบัตร	- ผลงานของ นักเรียน - จำนวนผู้เข้า รับวุฒิบัตร	

ภาคผนวก ค

การคำนวณขนาดตัวอย่างและความยากง่ายของแบบสอบถาม

การคำนวณขนาดตัวอย่าง

เนื่องจากการการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นการดูประสิทธิผลของโปรแกรม/กระบวนการเพื่อป้องกันการติ่มแอลลกอซอสส์ จึงเป็นการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยด้านพฤติกรรมการป้องกันการติ่มแอลลกอซอสส์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง และมีการวัดผลการทดลองซ้ำ 2 ครั้งเพื่อดูความคงอยู่ของพฤติกรรม ดังนั้น จึงใช้สูตร Repeated measure ของ Frison, L. and S. Pocock (1992) ดังนี้ (นิคม ถนอมเสียง, 2540)

$$n/\text{Group} = \frac{2\sigma^2}{\delta^2} \left[\frac{1+(r-1)\rho}{r} - \frac{P\rho^2}{1+(P-1)\rho} \right] f(\alpha, \beta)$$

ที่ระดับนัยสำคัญที่ 0.05 อำนาจการทดสอบ 90 เปอร์เซนต์ และสมมติฐานเป็นแบบทางเดียว

โดย n = ขนาดของตัวอย่างต่อกลุ่ม
 σ^2 = ความแปรปรวนของผลต่างของตัวแปรผลหลัก
 α = คือความน่าจะเป็นของความผิดพลาดในการปฏิเสธสมมติฐานเท่ากับ 0.05
 β = คือความน่าจะเป็นของความผิดพลาดในการยอมรับสมมติฐานเท่ากับ 0.2
 r = จำนวนครั้งของการวัดซ้ำหลังการทดลองเท่ากับ 2
 p = จำนวนครั้งของการวัดซ้ำก่อนการทดลองเท่ากับ 1
 ρ = ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างผลลัพธ์ก่อนหรือหลังให้การทดลองหรือค่า follow up มีค่าเท่ากับ 0.7

δ = ค่าเฉลี่ยของผลการศึกษาของกลุ่มทดลอง ลบด้วยค่าเฉลี่ยของผลการศึกษาของกลุ่มเปรียบเทียบ ($\mu_{\text{postt}} - \mu_{\text{postc}}$) ในที่นี้ใช้ผลการศึกษาของพิศมัย สุขอมรัตน์ (2540) เท่ากับ 6.65-6.20 จึงได้ค่าความต่างเท่ากับ 0.45 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S_{postt}) เท่ากับ 0.97 และ (S_{postc}) เท่ากับ 1.44 จึงนำมาคำนวณหาความแปรปรวนร่วม (Pooled Variance) หรือ σ^2 ได้จากสูตร

$$\begin{aligned} S_p^2 &= \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \\ &= \frac{(46-1)0.97^2 + (40-1)1.44^2}{46+(40-2)} \\ &= \frac{(45 \times 0.94) + (39 \times 2.07)}{84} \\ &= \frac{42.3+80.73}{84} = 1.47 \end{aligned}$$

$$f(\alpha, \beta) = (Z_{\alpha} + Z_{\beta})^2 \quad \text{โดย}$$

$$Z_{\alpha 0.5} = 1.64$$

$$Z_{\beta 0.1} = 1.28$$

แทนค่าในสูตรหาขนาดตัวอย่างต่อกลุ่ม

$$\begin{aligned}
 &= \frac{2 (1.47)^2}{(0.45)^2} \left[\frac{1+(2-1) 0.7}{2} - \frac{1 (0.7)^2}{1+(1-1) 0.75} \right] (1.64+1.28)^2 \\
 &= \frac{2 (2.1609)}{0.2025} \left[\frac{1+0.7}{2} - \frac{1(0.49)}{1} \right] (2.92)^2 \\
 &= 21.34 \times 0.36 \times 8.5264 \\
 &= 65.50 \text{ หรือ } 66 \text{ คน}
 \end{aligned}$$

แต่เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาทั้งทดลอง เพื่อทดสอบประสิทธิผลของเครื่องมือ ถ้าขนาดกลุ่มตัวอย่างมีขนาดมากเกินไป ผู้วิจัยไม่สามารถดำเนินการได้ในระยะเวลาและงบประมาณที่จำกัด และผู้วิจัยคาดหวังว่า การตีแผ่แอลกอฮอล์ก่อให้เกิดผลกระทบรุนแรง ถ้าโปรแกรมมีประสิทธิภาพ อาจทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความตระหนักและมีพฤติกรรมป้องกันดีกว่าแอลกอฮอล์ ในที่นี้ผู้วิจัยจึงเพิ่มความต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยด้านพฤติกรรมในการป้องกันการตีแผ่แอลกอฮอล์เป็น 0.70 คะแนน เมื่อคำนวณตามสูตรจะได้จำนวนขนาดตัวอย่างเท่ากับ 27.07 หรือเท่ากับ 28 คน และคำนวณเพื่อไม่สับสนใจ 10 เปอร์เซนต์ จะได้จำนวนเท่ากับ 30.8คนหรือเท่ากับ 31 คน แต่จำนวนนักเรียนของโรงเรียนทดลองมีจำนวน 35 คน เพื่อให้นักเรียนได้รับโอกาสการพัฒนาตนเองอย่างเท่าเทียมกับเพื่อน และมีจำนวนที่ไม่มากเกินไป จึงได้ใช้จำนวนนักเรียนทั้งหมด 35 คนเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา

สูตรการคำนวณค่าความยากของแบบทดสอบอัตนัย
หมวดการวิเคราะห์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์
 [Whitney. and Saber.1970]

1. เรียงลำดับคะแนนจากน้อยไปหามาก แล้วแบ่งกลุ่มคนด้วยเทคนิค 27 % โดยกลุ่มที่เหลือคือกลุ่มปานกลาง
2. คำนวณหาผลรวมของคะแนนในข้อหนึ่งของคนในกลุ่มสูง $[\sum H]$ และกลุ่มต่ำ $[\sum L]$
3. คำนวณหาค่าความยากจากสูตร

$$\text{Diff} = \frac{\sum H + \sum L - 2[n \text{ score}_{\min}]}{2n[\text{score}_{\max} - \text{score}_{\min}]}$$

โดย

$\sum H$	=	ผลรวมของคะแนนในกลุ่มสูง
$\sum L$	=	ผลรวมของคะแนนในกลุ่มต่ำ
$\text{score}_{\max}$	=	คะแนนสูงสุดที่มีผู้ทำได้ในข้อนั้น
$\text{score}_{\min}$	=	คะแนนต่ำสุดที่มีผู้ทำได้ในข้อนั้น
n	=	จำนวนคนในกลุ่มสูงหรือกลุ่มต่ำ (ในที่นี้มีจำนวนเท่ากันคือ 27 % เท่ากับ 8 คน)

การวิเคราะห์ความยากง่ายและค่าอำนาจจำแนกของข้อสอบ
หมวดการวิเคราะห์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์(ข้อสอบอัตนัย)

ข้อ	ค่าความยาก	ผลการวิเคราะห์	การนำไปใช้	ค่าอำนาจจำแนก	ผลการวิเคราะห์
1	0.59	ค่อนข้างง่าย	ใช้ได้	0.44	จำแนกได้ดีมาก
2	0.31	ยาก	พอใช้ได้	0.50	จำแนกได้ดีมาก
3	0.56	ค่อนข้างง่าย	ใช้ได้	0.25	จำแนกได้ดีพอควร
4	0.51	ความยากพอเหมาะ	ใช้ได้	0.38	จำแนกได้ดี
5	0.69	ง่าย	พอใช้ได้	0.66	จำแนกได้ดีมาก
6	0.56	ค่อนข้างง่าย	ใช้ได้	0.50	จำแนกได้ดีมาก

สัดส่วนของความยากของแบบสอบถามที่ควรมี(นงนุช ภัทรادر ; 361-362)

ระดับความยาก	สัดส่วนที่ควรมี	สัดส่วนที่ได้ในเครื่องมือของผู้วิจัย
0.20-0.40	25 %	17 %
0.41-0.60	50 %	66 %
0.61-0.80	25 %	17 %

ภาคผนวก ง
ตารางวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม

ตารางที่ 26 ข้อมูลทักษะความรับผิดชอบต่อสังคมและความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.การรู้สึกว่าได้ทำอะไรดี	12	11	7	0	1	10	14	5	2	0	8	20	3	0	0
	(38.7)	35.5	(22.6)		(3.2)	(32.3)	(45.2)	(16.1)	(6.5)		(25.8)	(64.5)	(9.7)		
2.การรู้สึกได้ว่าพ่อแม่รักฉัน	10	8	5	5	0	9	16	5	1	0	7	17	6	1	0
	(32.3)	(25.8)	(25.8)	(16.1)		(29.0)	(51.6)	(16.1)	(3.2)		(22.6)	(54.8)	(19.4)	(3.9)	
3.ถ้าเลือกได้ ไม่อยากเป็นอย่างที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน	4	11	8	4	4	5	15	10	1	0	2	18	11	0	0
	(12.9)	(35.5)	(25.8)	(12.9)	(12.9)	(16.1)	(48.4)	(32.3)	(3.2)		(6.5)	(58.1)	(35.5)		
4.ตัวเองเป็นความหวังของครอบครัว	1	1	10	10	9	0	0	5	18	8	6	16	9	0	0
	(3.2)	(3.2)	(32.3)	(32.3)	(29.0)			(16.1)	(58.1)	(25.8)	(19.4)	(51.6)	(29.0)		
5. เป็นคนไม่ค่อยกล้าตัดสินใจ เพราะกลัวผิดพลาด	0	6	11	12	2	2	10	18	1	0	17	10	4	0	0
		(19.4)	(35.5)	(38.7)	(6.5)	(6.5)	(32.3)	(58.1)	(3.2)		(54.8)	(32.3)	(12.9)		
6.เป็นที่รักของเพื่อน และได้รับการยอมรับจากเพื่อน.	1	2	18	8	2	0	2	16	13	0	0	1	15	14	1
	(3.2)	(6.5)	(58.8)	(25.8)	(6.5)		(6.5)	(51.6)	(41.9)			(3.2)	(48.4)	(45.2)	(3.2)
7.การรู้สึกดีต่อกว่าคนอื่น	3	10	16	2	0	4	8	17	2	0	4	13	11	3	0
	(9.7)	(32.3)	(51.6)	(6.5)		(12.9)	(25.8)	(54.8)	(6.5)		(12.9)	(41.9)	(35.5)	(9.7)	
8.สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด	0	1	15	11	4	1	13	14	3	0	0	2	9	17	3
		(3.2)	(48.4)	(35.5)	(12.9)	(3.2)	(41.9)	(45.2)	(9.7)			(6.5)	(29.0)	(54.8)	(9.7)
9.การทำอะไรด้วยตนเอง	0	3	8	18	2	0	1	12	16	2	0	1	8	19	3
		(9.7)	(25.8)	(58.1)	(6.5)		(3.2)	(38.7)	(51.6)	(6.5)		(3.2)	(25.8)	(61.3)	(9.7)
10.การรู้สึกภาคภูมิใจในตัวเอง	0	1	5	16	9	0	0	6	16	9	0	0	3	21	7
		(3.2)	(16.1)	(51.6)	(29.0)			(19.4)	(51.6)	(29.0)			(9.7)	(67.7)	(22.6)
11.เป็นคนที่มีความสุขพอใช้	0	0	6	21	4	0	1	7	20	3	0	1	3	21	6
			(19.4)	(67.7)	(12.9)		(3.2)	(22.6)	(64.5)	(9.7)		(3.2)	(9.7)	(67.7)	(19.4)
12.การรู้สึกดีต่อเพื่อนถ้ามีคนทำลายทรัพย์สินหรือชื่อเสียงโรงเรียน	0	2	2	18	9	0	0	9	18	4	0	2	6	19	4
		(6.5)	(6.5)	(58.1)	(29.0)			(29.0)	(58.1)	(12.9)		(6.5)	(19.4)	(61.3)	(12.9)

ตารางที่ 26 ข้อมูลทักษะความรับผิดชอบต่อสังคมและความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง) (ต่อ)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13.การดื่มแอลกอฮอล์อาจทำให้พ่อแม่หรือครอบครัวเสียใจหรือเดือดร้อน	2	0	2	8	19	0	0	4	11	16	0	1	2	14	14
	(6.5)		(6.5)	(25.8)	(61.3)			(12.9)	(35.5)	(51.6)		(3.2)	(6.5)	(45.2)	(45.2)
14.ไม่กล้าดื่มแอลกอฮอล์เพราะกลัวเกิดผลเสียต่อผู้อื่น	1	0	10	9	11	0	1	9	13	8	0	0	7	18	6
	(3.2)		(32.3)	(29.0)	(35.5)		(3.2)	(29.0)	(41.9)	(25.8)			(22.6)	(58.1)	(19.4)
15.การดื่มแอลกอฮอล์เป็นตัวอย่างที่ไม่ดีแก่รุ่นน้อง	2	1	1	10	17	0	0	2	16	13	0	0	3	18	10
	(6.5)	(3.2)	(3.2)	(32.3)	(54.8)			(6.5)	(51.6)	(41.9)			(9.7)	(58.1)	(32.3)
16.แม้รู้สึกว่าเขาไม่มากก็ไม่ควรขับรด	0	0	2	9	20	0	1	3	10	17	0	0	4	12	15
			(6.5)	(29.0)	(64.5)		(3.2)	(9.7)	(32.3)	(54.8)			(12.9)	(38.7)	(48.4)
17.เวลาเมาแล้วอาจจะควบคุมสติไม่ได้	6	7	4	5	9	5	5	15	6	0	10	9	7	5	0
	(19.4)	(22.6)	(12.9)	(16.1)	(29.0)	(16.1)	(16.1)	(48.4)	(19.4)		(32.3)	(29.0)	(22.6)	(16.1)	
18.ไม่ใส่ใจในความรู้สึกคนอื่น	8	10	5	6	2	7	12	12	0	0	8	11	7	5	0
	(25.8)	(32.3)	(16.1)	(19.4)	(6.5)	(22.6)	(38.7)	(38.7)			(25.8)	(35.5)	(22.6)	(16.1)	
19.การยินดีให้ความร่วมมือกับกิจกรรมพัฒนาโรงเรียนหรือหมู่บ้าน	0	0	3	11	17	0	0	3	13	15	0	1	3	20	7
			(9.7)	(35.5)	(54.8)			(9.7)	(41.9)	(48.4)		(3.2)	(9.7)	(26.5)	(22.6)
20.การรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของหมู่บ้าน	0	1	5	15	10	0	2	7	16	6	0	0	5	20	6
		(3.2)	(16.1)	(48.8)	(32.3)		(6.5)	(22.6)	(51.6)	(19.4)			(16.1)	(64.5)	(19.4)

ตารางที่ 27 ข้อมูลทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและ
ระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย
5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. ตี๋มเล็กน้อย เพื่อไม่ให้โกรธ /ออกไปซื้อเหล้า เพื่อเอาใจ	12	12	2	2	3	6	16	8	1	0	5	19	6	1	0
	(38.7)	(38.7)	(6.5)	(6.5)	(9.7)	(19.4)	(51.6)	(25.8)	(3.2)		(16.1)	(61.3)	(19.4)	(3.2)	
2. แสดงท่าทาง ไม่พอใจ/เดินหนี	4	5	10	12	0	0	14	8	8	0	1	12	8	10	0
	(12.9)	(16.1)	(32.3)	(38.7)			(45.2)	(25.8)	(25.8)		(3.2)	(38.7)	(25.8)	(32.3)	
3. ขอร้องพ่อให้ หยุดตี๋ม	1	1	1	13	15	0	2	2	12	15	0	0	0	22	9
	(3.2)	(3.2)	(3.2)	(41.9)	(48.4)		(6.5)	(6.5)	(38.7)	(48.4)				(71.0)	(29.0)
4. โต้เถียง อย่างรุนแรง	5	11	9	4	2	0	14	8	9	0	2	22	6	1	0
	(16.1)	(35.5)	(29.0)	(12.9)	(6.5)		(45.2)	(25.8)	(29.0)		(6.5)	(71.0)	(19.4)	(3.2)	
5. การบอกตรงๆ ว่าไม่ตี๋ม/ห้าม พ่อและไปช่วย แม่เลี้ยงน้อง	1	1	2	9	18	0	3	2	11	15	0	0	1	17	13
	(3.2)	(3.2)	(6.5)	(29.0)	(58.1)		(9.7)	(6.5)	(35.5)	(48.4)			(3.2)	(54.8)	(41.9)
6. การปฏิเสธ/ ไปทำการบ้าน และอ่านหนังสือ	0	3	2	3	23	0	0	2	10	19	0	0	0	19	12
		(9.7)	(6.5)	(9.7)	(74.2)			(6.5)	(32.3)	(61.3)				(61.3)	(38.7)
7. ปฏิเสธตรงๆ และเดินเลี้ยง ไปช่วยงานแม่	0	1	3	8	19	0	2	5	12	12	0	0	3	21	7
		(3.2)	(9.7)	(25.8)	(61.3)		(6.5)	(16.1)	(38.7)	(38.7)			(9.7)	(67.7)	(22.6)
8. ออกไปซื้อ เหล้าและรวม วงแต่ไม่ตี๋ม	8	11	3	6	3	9	12	9	1	0	8	20	3	0	0
	(25.8)	(35.5)	(9.7)	(19.4)	(9.7)	(29.0)	(38.7)	(29.0)	(3.2)		(25.8)	(64.5)	(9.7)		
9. บอกว่าเหล้า หมดและไป ทำงานช่วยแม่	0	0	5	13	13	2	4	24	1	0	0	0	4	26	1
			(16.1)	(41.9)	(41.9)	(6.5)	(12.9)	(77.4)	(3.2)				(12.9)	(83.9)	(3.2)
10. ยืนร้องไห้	4	8	8	9	2	7	8	13	1	2	9	12	9	1	0
	(12.9)	(25.8)	(25.8)	(29.0)	(6.5)	(22.6)	(25.8)	(41.9)	(3.2)	(6.5)	(29.0)	(38.7)	(29.0)	(3.2)	
11. ออกไปซื้อ เหล้า/ดูแลอยู่ ใกล้ๆแต่ไม่ตี๋ม	3	6	8	10	4	4	8	14	4	1	2	17	8	4	0
	(9.7)	(19.4)	(25.8)	(32.3)	(12.9)	(12.9)	(25.8)	(45.2)	(12.9)	(3.2)	(6.5)	(54.8)	(25.8)	(12.9)	
12. ปิดประตู ตัวเอง	5	10	11	3	2	6	11	13	1	0	5	15	8	3	0
	(16.1)	(32.3)	(35.5)	(9.7)	(6.5)	(19.4)	(35.5)	(41.9)	(3.2)		(16.1)	(48.4)	(25.8)	(9.7)	

ตารางที่ 28 ข้อมูลทักษะการสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. ใช้มือแตะไหล่และปรามเพื่อนไม่ให้ทะเลาะกัน	0	3	3	13	12	0	2	3	10	16	0	0	3	15	13
		(9.7)	(9.7)	(41.9)	(38.7)		(6.5)	(9.7)	(32.3)	(51.6)			(9.7)	(48.4)	(41.9)
2. ห้ามและตำหนินิตยา / พุดเอาใจโก้	5	7	12	5	2	6	9	9	6	1	1	18	10	2	2
	(16.1)	(22.6)	(38.7)	(16.1)	(6.5)	(19.4)	(29.0)	(29.0)	(19.4)	(3.2)	(3.2)	(58.1)	(32.3)	(6.5)	(6.5)
3. ตะโกนห้ามและปฏิเสธอย่างแข็งขัน	2	12	8	6	3	0	10	12	9	0	2	18	6	5	0
	(6.5)	(38.7)	(25.8)	(19.4)	(9.7)		(32.3)	(38.7)	(29.0)		(6.5)	(58.1)	(19.4)	(16.1)	
4. ดึงมือนิตยาออกมาและขอรับรองเพื่อนอย่างจริงจังพร้อมโบกมือลา	2	3	6	10	10	1	8	8	14	0	0	0	3	16	12
	(6.5)	(9.7)	(19.4)	(32.3)	(32.3)	(3.2)	(25.8)	(25.8)	(45.2)				(9.7)	(51.6)	(38.7)
5. ดึงมือนิตยาออกมาและทำท่าซุบซิบ	3	5	12	10	1	0	0	6	11	14	0	10	12	9	0
	(9.7)	(16.1)	(38.7)	(32.3)	(3.2)			(19.4)	(35.5)	(45.2)		(32.3)	(38.7)	(29.0)	
6. ปฏิเสธและหาเหตุผลอ้างอิงจริงจัง	0	2	5	7	17	12	12	5	2	0	0	0	4	15	12
		(6.5)	(16.1)	(22.6)	(54.8)	(38.7)	(38.7)	(16.1)	(6.5)				(12.9)	(48.4)	(38.7)
7. ตำหนินิตยาและนัดเลี้ยงเพื่อขอโทษ	10	6	12	3	0	0	2	9	9	11	13	12	5	1	0
	(32.3)	(19.4)	(38.7)	(9.7)			(6.5)	(29.0)	(29.0)	(35.5)	(41.9)	(38.7)	(16.1)	(3.2)	
8. โบกมือห้ามและชวนไปรับประทานอาหารที่บ้าน	0	2	10	11	8	0	2	9	9	11	0	1	3	17	10
		(6.5)	(32.3)	(35.5)	(25.8)		(6.5)	(29.0)	(29.0)	(35.5)		(3.2)	(9.7)	(54.8)	(32.3)
9. เหยียบ ปลอ้ยให้ทะเลาะกันแล้วเดินหนี	4	13	10	3	1	8	18	5	0	0	8	16	4	3	0
	(12.9)	(41.9)	(32.3)	(9.7)	(3.2)	(25.8)	(58.1)	(16.1)			(25.8)	(51.6)	(12.9)	(9.7)	
10. ขอรับรองทั้งสองคนให้หยุดแล้วชวนกันไปฉลองในเมือง	11	7	6	5	2	13	12	3	2	1	11	13	5	2	0
	(35.5)	(22.6)	(19.4)	(16.1)	(6.5)	(41.9)	(38.7)	(9.7)	(6.5)	(3.2)	(35.5)	(41.9)	(16.1)	(6.5)	

ตารางที่ 29 ข้อมูลการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มทดลองระยะก่อนทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. พ่อหรือแม่รับฟังและร่วมแก้ปัญหา	0	0	4	18	9	0	0	3	16	12	0	0	2	21	8
			(12.9)	(58.1)	(29.0)			(9.7)	(51.6)	(38.7)			(6.5)	(67.7)	(25.8)
2. พ่อแม่/ครอบครัว ดูแลและใส่ใจพอสมควร	0	1	4	17	9	0	0	2	19	10	0	0	1	21	9
		(3.2)	(12.9)	(54.8)	(29.0)			(6.5)	(61.3)	(32.3)			(3.2)	(67.7)	(29.0)
3. เมื่อมีปัญหาจะมีเพื่อนคอยให้กำลังใจและใส่ใจช่วยเหลือเสมอ	0	0	10	16	5	0	3	15	11	2	0	2	10	13	6
			(32.3)	(51.6)	(16.1)		(9.7)	(48.4)	(35.5)	(6.5)		(6.5)	(32.3)	(41.9)	(19.4)
4. ไม่กล้าเล่าปัญหาให้พ่อแม่หรือคนในครอบครัวฟังแม้เพียงเล็กน้อย	5	10	8	7	1	1	10	12	8	0	2	11	10	7	1
	(16.1)	(32.3)	(25.8)	(22.6)	(3.2)	(3.2)	(32.3)	(38.7)	(25.8)		(6.5)	(35.5)	(32.3)	(22.6)	(3.2)
5. เพื่อนจะเตือนให้ทำสิ่งที่ดี	2	18	7	2	2	0	0	5	19	7	0	3	7	16	5
	(6.5)	(58.1)	(22.6)	(6.5)	(6.5)			(16.1)	(61.3)	(22.6)		(9.7)	(22.6)	(51.6)	(16.1)
6. ไม่สามารถปรึกษาปัญหาต่างๆกับคุณครู	1	4	12	9	5	2	6.5	12	9	8	1	17	9	3	1
	(3.2)	(12.9)	(38.7)	(29.0)	(16.1)			(38.7)	(29.0)	(25.8)	(3.2)	(54.8)	(29.0)	(9.7)	(3.2)
7. รู้สึกว่าพ่อแม่เวลาที่ต้องการคำปรึกษา	8	9	9	3	2	5	13	10	3	0	3	23	4	1	0
	(25.8)	(29.0)	(29.0)	(9.7)	(6.5)	(16.1)	(41.9)	(32.3)	(9.7)		(9.7)	(74.2)	(12.9)	(3.2)	
8. คนในครอบครัวจะรำคาญเมื่อคุย/ปรึกษากับคนในครอบครัวเสมอ	7	13	2	8	1	8	11	7	5	0	7	18	3	3	0
	(22.6)	(41.9)	(6.5)	(25.8)	(3.2)	(25.8)	(35.5)	(22.6)	(16.1)		(22.9)	(58.1)	(9.7)	(9.7)	
9. มีกิจกรรมกับคนในครอบครัว	1	1	9	12	8	0	0	8	16	7	0	3	9	15	4
	(3.2)	(3.2)	(29.0)	(38.7)	(25.8)			(25.8)	(51.6)	(22.6)		(9.7)	(29.0)	(48.4)	(12.9)
10. พ่อแม่ มักจะซ้ำเติมถ้าผิดพลาด	9	9	4	7	2	8	21	6	4	1	6	12	8	5	0
	(29.0)	(29.0)	(12.9)	(22.6)	(6.5)	(25.8)	(38.7)	(19.4)	(12.9)	(3.2)	(19.4)	(58.1)	(25.8)	(16.1)	

ตารางที่ 30 ข้อมูลทักษะการจัดการความเครียดของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง					หลังการทดลอง					ระยะติดตาม				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. หมิวยอม รับผิดชอบแม่ และเผชิญ กับปัญหาที่ จะเกิดขึ้น	0	0	3	11	17	0	0	2	13	16	0	0	1	15	15
			(9.7)	(35.5)	(54.8)			(6.5)	(41.9)	(51.6)			(3.2)	(48.4)	(48.4)
2. เปิดเพลง ให้เสียงดังๆ เพื่อให้ลืม เรื่องราว	5	16	9	0	1	3	21	5	2	0	2	20	7	2	0
	(16.1)	(51.6)	(29.0)		(3.2)	(9.7)	(67.7)	(16.1)	(6.5)		(6.5)	(64.5)	(22.6)	(6.5)	
3. ออกไป สูดอากาศ ข้างนอก และทำให้ สบาย	0	1	6	19	5	0	1	8	14	0	0	0	2	20	9
		(3.2)	(19.4)	(61.3)	(16.1)		(3.2)	(25.8)	(45.2)				(6.5)	(64.5)	(29.0)
4. ดูกระจก บ่อยๆ เพราะกลัว เสียโฉม	5	11	13	0	2	6	19	5	1	0	2	22	5	2	0
	(16.1)	(35.5)	(41.9)		(6.5)	(19.4)	(61.3)	(16.1)	(3.2)		(6.5)	(71.0)	(16.1)	(6.5)	
5. ทบทวน ตนเองและ คิดถึงความ รักของพ่อแม่	0	1	6	13	11	0	2	2	12	15	0	0	0	21	10
		(3.2)	(19.4)	(41.9)	(35.5)		(6.5)	(6.5)	(38.7)	(48.4)				(67.7)	(32.3)
6. ระบาย อารมณ์โกรธ กับสิ่งของและ คนรอบข้าง	10	15	3	2	1	13	17	0	0	1	9	16	4	2	0
	(32.3)	(48.4)	(9.7)	(6.5)	(3.2)	(41.9)	(54.8)			(3.2)	(29.0)	(51.6)	(12.9)	(6.5)	
7. อ่าน หนังสือธรรมะ แม้จะไม่ชอบ	0	4	4	14	9	2	3	12	13	1	1	3	18	9	0
		(12.9)	(12.9)	(45.2)	(29.0)	(6.5)	(9.7)	(38.7)	(41.9)	(3.2)	(3.2)	(9.7)	(58.1)	(29.0)	
8. ไม่พูดกับ ใครและ พยายามหลับ	8	9	12	1	1	7	16	6	2	0	2	14	11	4	0
	(25.8)	(29.0)	(38.7)	(3.2)	(3.2)	(22.6)	(51.6)	(19.4)	(6.5)		(6.5)	(45.2)	(35.5)	(12.9)	
9. กินยานอน หลับ	13	9	7	0	2	11	14	6	0	0	6	15	5	5	0
	(41.9)	(29.0)	(22.6)		(6.5)	(35.5)	(45.2)	(19.4)			(19.4)	(48.4)	(16.1)	(16.1)	
10. หลบหน้า แม่/เพื่อน	10	13	6	2	0	9	16	5	1	0	6	18	6	1	0
	(32.3)	(41.9)	(19.4)	(6.5)		(29.0)	(51.6)	(16.1)	(3.2)		(19.4)	(58.1)	(19.4)	(3.2)	

ตารางที่ 30 ข้อมูลทักษะการจัดการความเครียดของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง) (ต่อ)

ข้อความ	ก่อนทดลอง					หลังการทดลอง					ระยะติดตามผล				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11.ร้องไห้และ หายใจเข้าลึก ๆ เพื่อเริ่มต้นชีวิต ใหม่	4	4	7	11	5	0	7	6	11	7	0	3	7	18	3
	(12.9)	(12.9)	(22.6)	(35.5)	(16.1)		(22.6)	(19.4)	(22.6)	(22.6)		(9.7)	(22.6)	(58.1)	(9.7)
12.ปรึกษากับ เจมส์และพ่อแม่ เพื่อวางแผน แก้ปัญหา	0	2	6	13	10	0	2	1	16	12	0	1	2	20	8
		(6.5)	(19.4)	(41.9)	(32.3)		(6.5)	(3.2)	(51.6)	(38.7)		(3.2)	(6.5)	(64.5)	(25.8)
13.ทำงาน อดิเรก	0	1	9	18	3	0	1	2	20	8	0	0	2	23	6
		(3.2)	(29.0)	(58.1)	(9.7)		(3.2)	(6.5)	(34.5)	(25.8)			(6.5)	(74.2)	(19.4)
14.ชวนเจมส์ดื่ม เหล้าแก่กลุ่ม	21	6	3	1	0	22	5	2	2	0	22	8	0	1	0
	(67.7)	(19.4)	(9.7)	(3.2)		(71.0)	(16.1)	(6.5)	(6.5)		(71.0)	(25.8)		(3.2)	

ตารางที่ 31 ข้อมูลทักษะการปฏิเสธของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.ขอความเห็น เพื่อนก่อนค่อย ตัดสินใจ	3	8	12	7	1	1	8	11	9	2	1	14	9	7	0
	(9.7)	(25.8)	(38.7)	(22.6)	(3.2)	(3.2)	(25.8)	(35.5)	(29.0)	(6.5)	(3.2)	(45.2)	(29.0)	(22.6)	
2.บอกความรู้สึก ตรง ๆ พร้อมอ้าง เหตุผลที่ดีที่สุด	1	9	9	7	5	0	15	8	6	2	0	11	8	12	0
	(3.2)	(29.0)	(29.0)	(22.6)	(16.1)		(48.4)	(25.8)	(19.4)	(6.5)		(35.5)	(25.8)	(38.7)	
3.ปฏิเสธแล้ว เดินหนี	2	11	9	7	2	11	7	9	4	0	6	11	7	7	0
	(6.5)	(35.5)	(29.0)	(22.6)	(6.5)	(35.5)	(22.6)	(29.0)	(12.9)		(19.4)	(35.5)	(22.6)	(22.6)	
4.บอกปฏิเสธ พร้อมให้เหตุผล ประกอบและ กล่าวขอบคุณ	0	11	5	9	6	0	8	5	16	2	1	11	3	15	1
		(35.5)	(16.1)	(29.0)	(19.4)		(25.8)	(16.1)	(51.6)	(6.5)	(3.2)	(35.5)	(9.7)	(48.4)	(3.2)
5.ปฏิเสธและ นั่งเป็นเพื่อน	5	9	5	8	4	9	7	13	2	0	7	12	5	7	0
	(16.1)	(29.0)	(16.1)	(25.8)	(12.9)	(29.0)	(22.6)	(41.9)	(6.5)		(22.6)	(38.7)	(16.1)	(22.6)	
6.ปฏิเสธและขอ ร้องไห้เห็นใจ ถ้า เข้าซั้ก็ดื่มพอเป็น พิธีและขอตัวกลับ	14	7	5	5	0	12	12	5	2	0	12	9	6	3	1
	(45.2)	(22.6)	(16.1)	(16.1)		(38.7)	(38.7)	(16.1)	(6.5)		(38.7)	(29.0)	(19.4)	(9.7)	(3.2)

ตารางที่ 31 ข้อมูลทักษะการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล
(1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)
(ต่อ)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7.อ้างเหตุผลไม่ สบาย ขอดัว กลับไปพัก	5 (16.1)	9 (29.0)	5 (16.1)	9 (29.0)	3 (9.7)	0	5 (16.1)	13 (11.9)	12 (38.7)	1 (3.2)	0	11 (31.4)	2 (6.5)	15 (48.4)	3 (9.7)
8. ถ้าถูกเข้าชี้ มาก ๆ ขอผลัด ไปวันหลัง กล่าว ขอบคุณ พร้อม เดินหนี	5 (16.1)	10 (29.0)	9 (29.0)	3 (9.7)	4 (12.9)	0	9 (29.0)	8 (25.8)	13 (41.9)	1 (3.2)	3 (9.7)	8 (25.8)	4 (12.9)	13 (41.9)	3 (9.7)
9.ปฏิเสธแล้วคุย เรื่องอื่นเพื่อเบี่ยง เบนความสนใจ	4 (12.9)	12 (38.7)	8 (25.8)	5 (16.1)	2 (6.5)	0	9 (29.0)	11 (35.5)	9 (29.0)	2 (6.5)	3 (9.7)	6 (19.4)	4 (12.9)	15 (48.4)	3 (9.7)
10. อ้างติดธุระ ด่วน/ ขอผลัด ไปวันหลัง	3 (9.7)	10 (32.3)	9 (29.0)	6 (19.4)	3 (9.7)	0	4 (21.9)	12 (38.7)	12 (38.7)	3 (9.7)	2 (6.5)	10 (32.3)	2 (6.5)	13 (41.9)	4 (12.9)

ตารางที่ 32 ข้อมูลพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง
และระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย
5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.ไปเที่ยว/ ช่วยงานที่ชาย/ ดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์	15 (48.4)	8 (25.8)	5 (16.1)	1 (3.2)	2 (6.5)	18 (58.1)	5 (16.1)	7 (22.6)	1 (3.2)	0	17 (54.8)	5 (16.1)	3 (9.7)	5 (16.1)	1 (3.2)
2. สังสรรค์กับ เพื่อนกลุ่มที่ดื่ม แอลกอฮอล์	16 (51.6)	8 (25.8)	3 (9.7)	2 (6.5)	2 (6.5)	16 (51.6)	14 (45.2)	1 (3.2)	0	0	9 (29.0)	12 (38.7)	6 (19.4)	4 (12.9)	0
3.ช่วยพ่อแม่ ทำงานบ้าน	1 (3.2)	4 (12.9)	1 (3.2)	13 (41.9)	12 (38.7)	0	5 (16.1)	6 (19.4)	20 (64.5)	0	0	3 (9.7)	2 (6.5)	10 (32.3)	16 (51.6)
4.นั่งร่วมวงดื่ม กับเพื่อน/ญาติ	20 (64.5)	5 (16.1)	4 (12.9)	1 (3.2)	1 (3.2)	15 (48.4)	9 (29.0)	5 (16.1)	2 (6.5)	0	15 (48.4)	8 (25.8)	6 (19.4)	2 (6.5)	0
5.นัด/นั่งคุยกับ เพื่อนในร้านชาย แอลกอฮอล์	23 (74.2)	3 (9.7)	3 (9.7)	1 (3.2)	1 (3.2)	19 (61.3)	5 (16.1)	7 (22.6)	0	0	15 (48.4)	1 (3.2)	4 (11.4)	2 (5.7)	0

ตารางที่ 32 ข้อมูลพฤติกรรมหลักเสี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง) (ต่อ)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6.นอนดูทีวีหลังเลิกเรียนหรือวันหยุดทั้งวัน	1	17	5	5	3	1	17	7	6	0	2	17	3	9	0
	(3.2)	(54.8)	(16.1)	(16.1)	(9.7)	(3.2)	(54.8)	(22.6)	(19.4)		(6.5)	(54.8)	(9.7)	(29.0)	
7.ร่วมกิจกรรมพัฒนาหมู่บ้านหรือโรงเรียน	1	13	5	8	4	0	4	5	15	7	0	11	4	13	3
	(3.2)	(41.9)	(16.1)	(25.8)	(12.9)		(12.9)	(16.1)	(48.4)	(22.6)		(35.5)	(12.9)	(41.9)	(9.7)
8.ไปซื้อเครื่องดื่มให้ครอบครัวญาติหรือเพื่อน	4	15	2	8	2	7	18	5	1	0	6	13	5	7	0
	(12.9)	(48.4)	(6.5)	(25.8)	(6.5)	(22.6)	(58.1)	(16.1)	(3.2)		(19.4)	(41.9)	(16.1)	(22.6)	
9.นั่งคุยหรือคุยโทรศัพท์กับเพื่อนที่โรงเรียนเป็นเวลานาน	16	11	2	2	0	12	9	8	2	0	9	12	4	6	0
	(51.6)	(35.5)	(6.5)	(6.5)		(38.7)	(29.0)	(25.8)	(6.5)		(29.0)	(38.7)	(12.9)	(19.4)	
10. อ่าน /ฟังธรรมะหรือคำสอนเตือนใจ	1	19	6	3	2	0	14	3	11	3	0	13	6	9	2
	(3.2)	(61.3)	(19.4)	(9.7)	(6.5)		(45.2)	(9.7)	(35.5)	(9.7)		(41.9)	(19.4)	(29.0)	(6.5)
11.ทำงานอดิเรกที่ชอบกับเพื่อนหรือครอบครัว	0	9	5	16	1	0	9	5	16	1	0	9	5	14	3
		(29.0)	(16.1)	(51.6)	(3.2)		(29.0)	(16.1)	(51.6)	(3.2)		(29.0)	(16.1)	(45.2)	(9.7)
12.ขับรถเที่ยวกับเพื่อน	13	12	3	2	1	13	12	3	2	1	13	9	1	7	1
	(41.9)	(38.7)	(9.7)	(6.5)	(3.2)	(41.9)	(38.7)	(9.7)	(6.5)	(3.2)	(41.9)	(29.0)	(3.2)	(22.6)	(3.2)

ตารางที่ 33 ข้อมูลความคิดเห็นวิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)				หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)				ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)			
	0	1	3	5	0	1	3	5	0	1	3	5
1.การที่ตามีและยายสอนทะเลาะกัน เกี่ยวข้องกับการดื่มแอลกอฮอล์	2 (6.5)	15 (48.4)	13 (41.9)	1 (3.2)	2 (6.5)	15 (48.8)	13 (41.9)	1 (3.2)	0 (32.3)	10 (38.7)	12 (29.0)	9
2.อายุมาเป็นโรคตับแข็งและสมอง เสื่อมจากการดื่มแอลกอฮอล์	5 (16.1)	24 (77.4)	2 (6.5)	0	5 (16.1)	24 (77.4)	2 (6.5)	0	4 (12.9)	22 (71.0)	3 (9.7)	2 (6.5)
3.ลูกในครรภ์ของสาวหมีไม่น่าจะเป็น อันตราย เพราะเบียร์ดีกรีไม่แรง และ อาจทำให้กินข้าวอร่อย ช่วยบำรุงลูกใน ครรภ์	1 (3.2)	10 (32.3)	20 (64.5)	0	1 (3.2)	10 (32.3)	20 (64.5)	0	0 (3.2)	1 (67.7)	21 (29.0)	9
4.ลูกตัวเล็กทั้งสองคนของตามี มี โอกาสดื่มแอลกอฮอล์ตอนโตขึ้นได้	3 (9.7)	6 (19.4)	20 (64.5)	2 (6.5)	3 (9.7)	6 (19.4)	20 (64.5)	2 (6.5)	0 (6.5)	1 (16.1)	5 (77.4)	24
5. ถ้าเป็นสาวหมีจะเลือกเส้นทางชีวิตที่ ดี ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ ดูแลครอบครัว	2 (6.5)	19 (61.3)	1 (3.2)	9 (29.0)	2 (6.5)	19 (61.3)	1 (3.2)	9 (29.0)	0 (19.4)	6 (58.1)	18 (22.6)	7
6.ถ้าเป็นชาวบ้านที่อยู่ในเหตุการณ์ จะ ช่วยห้าม ดูแลและดักเตือน	4 (12.9)	21 (67.7)	6 (19.4)	0	4 (12.9)	21 (67.7)	6 (19.4)	0	1 (3.2)	17 (54.8)	12 (38.7)	1 (3.2)

ตารางที่ 34 ข้อมูลทักษะความรับผิดชอบต่อสังคมและความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.การรู้สึกตัวเองไม่มีค่า	13 (41.9)	10 (32.3)	7 (22.6)	1 (3.2)	0	1 (3.2)	2 (6.5)	4 (12.9)	7 (22.6)	17 (54.8)	14 (45.2)	11 (35.5)	5 (16.1)	1 (3.2)	0
2.การรู้สึกตัวพ่อแม่ วุ่นวายกับชีวิตของ ตนเอง	12 (38.7)	9 (29.0)	8 (25.8)	2 (6.5)	0	0	3 (9.7)	4 (12.9)	12 (38.7)	12 (38.7)	10 (32.3)	12 (38.7)	5 (16.1)	4 (12.9)	0
3.ถ้าเลือกได้ ไม่ อยากเป็นอย่างที่ เป็นอยู่ในปัจจุบัน	8 (25.8)	14 (45.2)	8 (25.8)	1 (3.2)	0	3 (9.7)	1 (3.2)	10 (32.3)	10 (32.3)	7 (22.6)	7 (22.6)	7 (22.6)	13 (41.9)	1 (3.2)	3 (9.7)
4.ตัวเองเป็นความ หวังของครอบครัว	0	0	8 (25.8)	8 (25.8)	15 (48.8)	0	1 (3.2)	10 (32.3)	7 (22.6)	13 (41.9)	0	0	4 (12.9)	8 (25.8)	19 (61.3)
5. เป็นคนไม่ค่อย กล้าตัดสินใจ เพราะ กลัวผิดพลาด	0	9 (29.0)	20 (64.5)	2 (6.5)	0	2 (6.5)	5 (16.1)	12 (38.7)	10 (32.3)	2 (6.5)	0	4 (12.9)	15 (48.8)	11 (35.5)	1 (3.2)
6.เป็นที่รักของเพื่อน และได้รับการ ยอมรับจากเพื่อน.	0	0	17 (54.8)	11 (35.5)	3 (9.7)	0	2 (6.5)	13 (41.9)	13 (41.9)	3 (9.7)	0	0	13 (41.9)	14 (45.2)	4 (12.9)
7.การรู้สึกด้อยกว่า คนอื่น	5 (16.1)	18 (58.1)	7 (22.6)	1 (3.2)	0	0	5 (16.1)	8 (25.8)	13 (41.9)	5 (16.1)	3 (9.7)	13 (41.9)	10 (32.3)	4 (12.9)	1 (3.2)
8.สามารถทำงานที่ ได้รับมอบหมาย อย่างดีที่สุด	0	0	6 (19.4)	18 (58.1)	7 (22.6)	0	0	9 (29.0)	17 (54.8)	5 (16.1)	0	0	4 (12.9)	19 (61.3)	8 (25.8)
9.การทำอะไรด้วย ตนเอง	0	2 (6.5)	7 (22.6)	17 (54.8)	5 (16.1)	0	2 (6.5)	13 (41.9)	11 (35.5)	5 (16.1)	0	0	10 (32.3)	15 (48.8)	6 (19.4)
10.การรู้สึกภาค ภูมิใจในตัวเอง	0	0	2 (6.5)	9 (29.0)	20 (64.5)	1 (3.2)	0	3 (9.7)	12 (38.7)	15 (48.4)	0	0	2 (6.5)	12 (38.7)	17 (54.8)
11.เป็นคนที่มี ความสุขพอใช้	0	0	1 (3.2)	17 (54.8)	13 (41.9)	0	1 (3.2)	3 (9.7)	19 (61.3)	8 (25.8)	0	0	5 (16.1)	15 (48.8)	11 (35.5)
12.การรู้สึก เดือดร้อนถ้ามีคน ทำลายทรัพย์สินหรือ ชื่อเสียงโรงเรียน	0	0	8 (25.8)	13 (41.9)	10 (32.3)	0	1 (3.2)	7 (22.6)	15 (48.4)	8 (25.8)	1	0	8 (25.8)	11 (35.5)	11 (35.5)

ตารางที่ 34 ข้อมูลทักษะความรับผิดชอบต่อสังคมและความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อน
การทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย
3 = ไม่น่าใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง) (ต่อ)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13.การดื่ม แอลกอฮอล์อาจ ทำให้พ่อแม่หรือ ครอบครัวเสียใจ หรือเดือดร้อน	0	2	5	4	20	1	3	1	10	16	1	0	1	8	21
		(6.5)	(16.1)	(12.9)	(64.5)	(3.2)	(9.7)	(3.2)	(32.3)	(51.6)	(3.2)		(3.2)	(25.8)	(67.7)
14.ไม่กล้าดื่ม แอลกอฮอล์ เพราะกลัวเกิด ผลเสียต่อผู้อื่น	0	1	3	5	22	2	14	0	0	15	0	1	3	8	19
		(3.2)	(9.7)	(16.1)	(71.0)	(6.5)	(45.2)			(48.4)		(3.2)	(9.7)	(25.8)	(61.3)
15.การดื่ม แอลกอฮอล์เป็น ตัวอย่างที่ไม่ดีแก่ รุ่นน้อง	0	1	1	8	21	0	1	3	10	17	0	0	0	12	19
		(3.2)	(3.2)	(25.8)	(67.7)		(3.2)	(9.7)	(32.3)	(54.8)				(38.7)	(61.3)
16.แม้รู้สึกว่าเมา ไม่มากก็ไม่ควร ขับรถ	0	1	1	6	23	1	2	1	10	17	0	1	0	11	9
		(3.2)	(3.2)	(19.4)	(74.2)	(32.3)	(6.5)	(3.2)	(32.3)	(54.8)		(3.2)		(35.5)	(29.0)
17.เวลาเมาแล้ว อาละวาดไม่ควร ใส่ใจความรู้สึก คนอื่น	9	6	6	8	2	5	3	14	8	1	5	4	10	7	5
	(29.0)	(19.4)	(19.4)	(25.8)	(6.5)	(16.1)	(9.7)	(45.2)	(25.8)	(3.2)	(16.1)	(12.9)	(32.3)	(22.6)	(16.1)
18.ไม่ใส่ใจใน ความเดือดร้อน คนอื่น	10	4	16	1	0	0	2	11	11	7	5	10	12	1	3
	32.3()	(12.9)	(51.6)	(3.2)			(6.5)	(35.5)	(35.5)	(22.6)	(16.1)	(32.3)	(38.7)	(3.2)	(9.7)
19.การยินดีให้ ความร่วมมือกับ กิจกรรมพัฒนา โรงเรียนหรือ หมู่บ้าน	0	1	1	9	20	1	0	4	17	9	0	0	6	12	13
		(3.2)	(3.2)	(29.0)	(64.5)	(3.2)		(12.9)	(54.8)	(29.0)			(19.4)	(38.7)	(41.9)
20.การรู้สึกเป็น ส่วนหนึ่งของ หมู่บ้าน	0	1	8	12	10	0	1	6	15	9	1	0	6	16	8
		(3.2)	(25.8)	(38.7)	(32.3)		(3.2)	(19.4)	(48.5)	(29.0)	(3.2)		(19.4)	(51.6)	(25.8)

ตารางที่ 35 ข้อมูลทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. ต้มเล็กน้อยเพื่อไม่ให้โกรธ/ออกไปซื้อเหล้าเพื่อเอาใจ	10 (32.3)	7 (22.6)	9 (29.0)	5 (16.1)	0	1 (3.2)	2 (6.5)	10 (32.3)	11 (35.5)	7 (22.6)	10 (32.3)	12 (38.7)	7 (22.6)	2 (6.5)	0
2. แสดงท่าทางไม่พอใจ/เดินหนี	3 (9.7)	7 (22.6)	12 (38.7)	5 (16.1)	4 (12.9)	2 (6.5)	6 (19.4)	13 (41.9)	8 (25.8)	2 (6.5)	0	12 (38.7)	11 (35.5)	4 (12.9)	4 (12.9)
3. ขอร้องพ่อให้หยุดดื่ม	0	0	3 (9.7)	5 (16.1)	23 (74.2)	0	0	1 (3.2)	12 (38.7)	18 (58.1)	0	0	1 (3.2)	16 (51.6)	14 (45.2)
4. โต้เถียงอย่างรุนแรง	4 (12.9)	6 (19.4)	11 (35.5)	6 (19.4)	4 (12.9)	6 (19.4)	4 (12.9)	7 (22.6)	13 (41.9)	1 (3.2)	4 (12.9)	8 (25.8)	11 (35.5)	7 (22.6)	1 (3.2)
5. การบอกตรงๆ ว่าไม่ดื่ม/ห้ามพ่อและไปช่วยแม่เลี้ยงน้อง	0	1 (3.2)	4 (12.9)	7 (22.6)	19 (61.3)	0	0	4 (12.9)	11 (35.5)	16 (51.6)	1 (3.2)	0	1 (3.2)	14 (45.2)	15 (48.4)
6. การปฏิเสธ/ไปทำการบ้านและอ่านหนังสือ	0	2 (6.5)	2 (6.5)	9 (29.0)	18 (58.1)	0	0	6 (19.4)	15 (48.4)	10 (32.3)	0	1 (3.2)	1 (3.2)	1 (3.8.7)	17 (54.8)
7. ปฏิเสธตรงๆ และเดินเลี่ยงไปช่วยงานแม่	0	1 (3.2)	3 (9.7)	12 (38.7)	15 (48.4)	0	0	8 (25.8)	12 (38.7)	11 (35.5)	0	1 (3.2)	4 (12.9)	10 (32.3)	16 (51.6)
8. ออกไปซื้อเหล้าและร่วมวงแต่ไม่ดื่ม	8 (25.8)	8 (25.8)	7 (22.6)	8 (25.8)	0	1 (3.2)	3 (9.7)	9 (29.0)	13 (41.9)	5 (16.1)	4 (12.9)	10 (32.3)	9 (29.0)	4 (12.9)	4 (12.9)
9. บอกว่าเหล้าหมดและไปทำงานช่วยแม่	0	1 (3.2)	5 (16.1)	10 (32.3)	15 (48.4)	0	2 (6.5)	8 (25.8)	9 (29.0)	12 (38.7)	1 (3.2)	2 (6.5)	7 (22.6)	11 (35.5)	10 (32.3)
10. ยินร้องไห้	2 (6.5)	9 (29.0)	13 (41.9)	5 (16.1)	2 (6.5)	2 (6.5)	3 (9.7)	16 (51.6)	7 (22.6)	3 (9.7)	2 (6.5)	12 (38.7)	13 (41.9)	2 (6.5)	2 (6.5)
11. ออกไปซื้อเหล้า/ดูแลอยู่ใกล้ๆ แต่ไม่ดื่ม	5 (16.1)	3 (9.7)	14 (45.2)	4 (12.9)	5 (16.1)	1 (3.2)	8 (25.8)	13 (41.9)	3 (9.7)	6 (19.4)	3 (9.7)	3 (9.7)	18 (58.1)	4 (12.9)	3 (9.7)
12. ปิดประตูข้างตัวเอง	3 (9.7)	13 (41.9)	10 (32.3)	3 (9.7)	2 (6.5)	3 (9.7)	0	11 (35.5)	11 (35.5)	6 (19.4)	2 (6.5)	10 (32.3)	11 (35.5)	6 (19.4)	2 (6.5)

ตารางที่ 36 ข้อมูลทักษะการสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)						หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)						ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)					
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
1. ใช้มือแตะไหล่และปรามเพื่อนไม่ให้ทะเลาะกัน	0	1	5	8	17	1	0	5	11	14	0	1	4	9	17			
		(3.2)	(16.1)	(25.8)	(54.8)	(3.2)		(16.1)	(35.5)	(45.2)		(3.2)	(12.9)	(29.0)	(54.8)			
2. ห้ามและตำหนินิตยา / พุดเอาใจโก้	5	14	3	8	1	0	3	10	12	6	6	11	9	4	1			
	(16.1)	(45.2)	(9.7)	(25.8)	(3.2)		(9.7)	(32.3)	(38.7)	(19.4)	(19.4)	(35.5)	(29.0)	(12.9)	(3.2)			
3. ตะโกนห้ามและปฏิเสธอย่างแข็งขัน	2	7	16	4	2	4	3	17	5	2	4	8	10	5	4			
	(6.5)	(22.6)	(51.6)	(12.9)	(6.5)	(12.9)	(9.7)	(54.8)	(16.1)	(6.5)	(12.9)	(25.8)	(32.3)	(16.1)	(12.9)			
4. ดึงมือนิตยาออกมา และขอรับรองเพื่อนอย่างจริงใจ พร้อมโบกมือลา	1	2	7	10	11	0	0	7	10	14	1	0	2	13	15			
	(3.2)	(6.5)	(22.6)	(32.3)	(35.5)			(22.6)	(32.3)	(45.2)	(3.2)		(6.5)	(41.9)	(48.4)			
5. ดึงมือนิตยาออกมาและทำท่าซุบซิบ	1	2	19	5	4	4	6	16	5	0	0	4	21	4	2			
	(3.2)	(6.5)	(61.3)	(16.1)	(12.9)	(12.9)	(19.4)	(51.6)	(16.1)			(12.9)	(67.7)	(12.9)	(6.5)			
6. ปฏิเสธและหาเหตุผลอ้างอิงจริงใจ	0	2	3	9	17	2	1	5	8	15	1	2	3	9	16			
		(6.5)	(9.7)	(29.0)	(54.8)	(6.5)	(3.2)	(16.1)	(25.8)	(48.4)	(3.2)	(6.5)	(9.7)	(29.0)	(51.6)			
7. ตำหนินิตยาและนัดเลี้ยงเพื่อขอโทษ	9	10	5	4	3	6	4	6	10	5	8	5	11	5	2			
	(29.0)	(32.3)	(16.1)	(12.9)	(9.7)	(19.4)	(12.9)	(19.4)	(32.3)	(16.1)	(25.8)	16.1	(35.5)	(16.1)	(6.5)			
8. โบกมือห้ามและชวนไปรับประทานที่บ้านแทน	0	1	9	9	12	0	0	7	12	12	0	1	3	12	15			
		(3.2)	(29.0)	(29.0)	(38.7)			(22.6)	(38.7)	(38.7)		(3.2)	(9.7)	(38.7)	(48.4)			
9. เจียบ ปลอ่ยให้ทะเลาะกันแล้วเดินหนี	9	14	8	0	0	0	2	7	12	10	9	11	8	2	1			
	(29.0)	(45.2)	2(5.8)				(6.5)	(22.6)	(38.7)	(32.3)	(29.0)	(35.5)	(25.8)	(6.5)	(3.2)			
10. ขอรับรองทั้งสองคนให้หยุดแล้วชวนกันไปฉลองในเมือง	7	10	5	5	4	4	3	9	10	5	8	6	12	3	2			
	(22.6)	(32.3)	(16.1)	(16.1)	(12.9)	(12.9)	(9.7)	(29.0)	(32.3)	(16.1)	(25.8)	(19.4)	(38.7)	(9.7)	(6.5)			

ตารางที่ 37 ข้อมูลการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1= ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)					
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1. พ่อหรือแม่รับฟังและร่วมแก้ปัญหา	0	0	3	9	19	0	0	2	19	10	0	0	2	13	16	
			(9.7)	(29.0)	(61.3)			(6.5)	(61.3)	(32.3)			(6.5)	(41.9)	(51.6)	
2. พ่อแม่/ครอบครัว ดูแลและใส่ใจพอสมควร	0	1	5	14	11	0	1	2	13	15	0	1	3	14	13	
			(3.2)	(16.1)	(45.2)	(35.5)		(3.2)	(6.5)	(41.9)	(48.4)		(6.5)	(9.7)	(45.2)	(41.9)
3. เมื่อมีปัญหาจะมีเพื่อนคอยให้กำลังใจและใส่ใจช่วยเหลือเสมอ	0	1	8	13	9	0	2	5	16	8	0	2	5	11	13	
			(3.2)	(25.8)	(14.9)	(29.0)		(6.5)	(16.1)	(51.6)	(25.8)		(6.5)	(16.1)	(35.5)	(41.9)
4. ไม่กล้าเล่าปัญหาให้พ่อแม่หรือคนในครอบครัวฟัง แม้เพียงเล็กน้อย	4	5	13	8	1	0	6	16	6	3	3	7	12	6	3	
	(12.9)	(16.1)	(41.9)	(25.8)	(3.2)		(19.4)	(51.6)	(19.4)	(9.7)	(9.7)	(22.6)	(38.7)	(19.4)	(9.7)	
5. เพื่อนจะเตือนให้ทำสิ่งที่ดี	0	0	7	14	10	2	1	6	14	8	0	2	7	13	9	
			(22.6)	(45.2)	(32.3)	(6.5)	(3.2)	(19.4)	(45.2)	(25.8)		(6.5)	(22.6)	(41.9)	(29.0)	
6. ไม่สามารถปรึกษาปัญหาต่างๆกับคุณครู	5	9	13	4	0	1	1	16	9	4	0	8	12	6	5	
	(16.1)	(29.0)	(41.9)	(12.9)		(3.2)	(3.2)	(51.6)	(29.0)	(12.9)		(26.8)	(38.7)	(19.4)	(16.1)	
7. รู้สึกว่าหาเวลาที่ต้องการคำปรึกษา	3	5	15	5	3	2	2	17	7	3	7	6	9	5	4	
	(9.7)	(16.1)	(48.4)	(16.1)	(9.7)	(6.5)	(6.5)	(54.8)	(22.6)	(9.7)	(22.6)	(19.4)	(29.0)	(16.1)	(12.9)	
8. คนในครอบครัวจะรำคาญเมื่อคุย/ปรึกษา	7	8	8	2	6	0	6	6	12	7	9	7	6	4	5	
	(22.6)	(25.8)	(25.8)	(6.5)	(19.4)		(19.4)	(19.4)	(38.7)	(22.6)	(29.0)	(22.6)	(19.4)	(12.9)	(16.1)	
9. มีกิจกรรมกับคนในครอบครัวเสมอ	0	2	5	16	8	0	2	6	13	10	0	0	7	12	12	
			(6.5)	(16.1)	(51.6)	(25.8)		(6.5)	(19.4)	(41.9)	(32.3)		(22.6)	(38.7)	(38.7)	
10. พ่อแม่มักจะซ้ำเติม ถ้าผิดพลาด	11	7	7	5	1	1	2	8	6	14	12	7	6	2	4	
	(35.5)	(22.6)	(22.6)	(16.1)	(3.2)	(3.2)	(6.5)	(25.8)	(19.4)	(45.2)	(38.7)	(22.6)	(19.4)	(6.5)	(12.9)	

ตารางที่ 38 ข้อมูลทักษะการจัดการความเครียดของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและ
ระยะติดตามผล (1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย
5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง					หลังการทดลอง					ระยะติดตาม				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. หมียอมรับ ผิดกับแม่ และ เผชิญกับปัญหาที่ จะเกิดขึ้น	0	0	3	10	18	0	0	0	9	22	0	0	1	7	23
			(9.7)	(32.3)	(58.1)				(29.0)	(71.0)			(3.2)	(22.6)	(74.2)
2. เปิดเพลงให้ เสียงดังๆ เพื่อให้ ลืมเรื่องร้าย	2	8	15	6	0	2	5	9	13	2	1	8	15	3	4
	(6.5)	(25.8)	(48.4)	(19.4)		(6.5)	(16.1)	(29.0)	(41.9)	(6.5)	(3.2)	(25.8)	(48.4)	(9.7)	(12.9)
3. ออกไปสูด อากาศข้างนอก และทำให้สบาย	0	1	10	11	9	1	0	7	9	14	0	1	5	9	16
		(3.2)	(32.3)	(35.5)	(29.0)	(3.2)		(22.6)	(29.0)	(45.2)		(3.2)	(16.1)	(29.0)	(51.6)
4. ดูกระจกบ่อยๆ เพราะกลัวเสีย โฉม	6	12	9	4	0	0	1	9	12	9	8	9	12	1	1
	(19.4)	(38.7)	(29.0)	(12.9)			(3.2)	(29.0)	(38.7)	(29.0)	(25.8)	(29.0)	(38.7)	(3.2)	(3.2)
5. ทบทวนตนเอง และคิดถึงความรัก ของพ่อแม่	0	1	4	10	16	2	1	1	12	15	1	0	1	11	18
		(3.2)	(12.9)	(32.3)	(51.6)	(6.5)	(3.2)	(6.5)	(38.7)	(48.4)	(3.2)		(3.2)	(35.5)	(58.1)
6. ระบายอารมณ์ โกรธกับสิ่งของและ คนรอบข้าง	10	10	5	4	2	1	0	4	14	12	6	13	10	2	0
	(2.3)	(32.3)	(16.1)	(12.9)	(6.5)	(3.2)		(12.9)	(45.2)	(38.7)	(19.4)	(41.9)	(32.3)	6.5)	
7. อ่านหนังสือ ธรรมะแม่ไม่ชอบ	0	4	9	10	8	9	13	7	2	0	1	1	7	11	11
		(12.9)	(29.0)	(32.3)	(25.8)	(29.0)	(41.9)	(22.6)	(6.5)		(3.2)	(3.2)	(22.6)	(35.5)	(35.5)
8. ไม่พูดกับใคร และพยายามหลับ	2	12	11	3	3	1	5	14	9	2	3	8	17	1	2
	(6.5)	(38.7)	(35.5)	(9.7)	(9.7)	(3.2)	(16.1)	(45.2)	(29.0)	(6.5)	(9.7)	(25.8)	(54.8)	(3.2)	(6.5)
9. กินยานอนหลับ	5	18	7	1	0	2	3	7	13	6	7	13	8	1	2
	(16.1)	(58.1)	(22.6)	(3.2)		(6.5)	(9.7)	(22.6)	(41.9)	(19.4)	(22.6)	(41.9)	(25.8)	(3.2)	(6.5)
10. หลบหน้าแม่/ เพื่อน	6	16	7	0	2	0	0	5	18	8	5	18	4	4	0
	(19.4)	(51.6)	(22.6)		(6.5)			(16.1)	(58.1)	(25.8)	(16.1)	(58.1)	(12.9)	(12.9)	
11. ร้องไห้และ หายใจเข้าลึกๆเพื่อ เริ่มต้นชีวิตใหม่	0	3	6	14	8	1	1	8	8	13	2	2	4	12	11
		(9.7)	(19.4)	(45.2)	(25.8)	(3.2)	(3.2)	(25.8)	(25.8)	(41.9)	(6.5)	(6.5)	(12.9)	(38.7)	(35.5)
12. ปรึกษากับเจมส์ และพ่อแม่เพื่อ วางแผนแก้ปัญหา	0	2	10	9	10	0	1	3	12	15	0	2	1	11	17
		(6.5)	(32.3)	(29.0)	(32.3)		(3.2)	(9.7)	(38.7)	(48.4)		(3.2)	(3.2)	(35.5)	(54.8)
13. ทำงานอดิเรก	1	6	6	14	4	1	1	6	14	9	0	3	9	10	9
	(3.2)	(19.4)	(19.4)	(45.2)	(12.9)	(3.2)	(3.2)	(19.4)	(45.2)	(29.0)		(9.7)	(29.0)	(2.3)	(29.0)
14. ชวนเจมส์ดื่ม เหล้าแก๊งค์	16	7	5	3	0	0	0	1	2	13	0	7	1	2	1
	(51.6)	(22.6)	(16.1)	(9.7)				(3.2)	(6.5)	(41.9)		(22.6)	(3.2)	(6.5)	(3.2)

ตารางที่ 39 ข้อมูลทักษะการปฏิเสธของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตาม

ผล (1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย

5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.ขอความเห็น เพื่อนก่อนค่อย ตัดสินใจ	0	6	10	8	7	4	14	6	6	1	2	7	9	7	6
		(19.4)	(32.3)	(25.8)	(22.6)	(12.9)	(45.2)	(19.4)	(19.4)	(3.2)	(6.5)	(22.6)	(29.0)	(22.6)	(19.4)
2.บอกความรู้สึก ตรงๆ พร้อมอ้าง เหตุผลที่ดีที่สุด	1	5	9	12	4	1	1	13	9	6	0	3	4	12	12
	(3.2)	(16.1)	(29.0)	(38.7)	(12.9)	(3.2)	(3.2)	(41.9)	(29.0)	(19.4)		(9.7)	(12.9)	(38.7)	(38.7)
3.ปฏิเสธและเดิน หนี	5	3	14	3	6	1	6	13	7	4	2	3	12	9	5
	(16.1)	(9.7)	(45.2)	(9.7)	(19.4)	(3.2)	(19.4)	(41.9)	(22.6)	(12.9)	(6.5)	(9.7)	(38.7)	(29.0)	(16.1)
4.บอกปฏิเสธ พร้อมให้เหตุผล ประกอบและกล่าว ขอบคุณ	0	6	9	7	9	1	5	8	12	5	0	7	3	13	8
		(19.4)	(29.0)	(22.6)	(29.0)	(3.2)	(16.1)	(25.8)	(38.7)	(16.1)		(22.6)	(9.7)	(41.9)	(25.8)
5.ปฏิเสธและนั่ง เป็นเพื่อน	3	5	9	12	2	2	11	6	8	4	2	5	10	12	2
	(9.7)	(16.1)	(29.0)	(38.7)	(6.5)	(6.5)	(35.5)	(19.4)	(25.8)	(12.9)	(6.5)	(16.1)	(32.3)	(38.7)	(6.5)
6.ปฏิเสธและขอ ร้องไห้เห็นใจ	8	4	9	7	3	0	7	12	6	6	8	6	10	7	0
	(25.8)	(12.9)	(29.0)	(22.6)	(9.7)		(22.6)	(38.7)	(19.4)	(19.4)	(25.8)	(19.4)	(32.3)	(22.6)	
เข้าซั๊กตี๋มพอเป็นพิธี และขอตัวกลับ															
7.อ้างเหตุผลไม่ สบาย ขอตัว กลับไปพัก	5	5	7	12	2	4	5	7	13	2	3	7	8	9	4
	(16.1)	(16.1)	(22.6)	(38.7)	(6.5)	(12.9)	(16.1)	(22.6)	(41.9)	(6.5)	(9.7)	(22.6)	(26.8)	(29.0)	(12.9)
8. ถ้าถูกเข้าซั๊กมาก ๆ ขอผลัดไปวันหลัง กล่าวขอบคุณ พร้อม เดินหนี	0	2	4	8	5	2	2	9	14	4	3	8	10	5	5
		(6.5)	(12.9)	(25.8)	(6.1)	(6.5)	(6.5)	(29.0)	(45.2)	(12.9)	(6.5)	(25.8)	(32.3)	(16.1)	(16.1)
9.ปฏิเสธแล้วคุย เรื่องอื่นเพื่อเบี่ยง เบนความสนใจ	0	8	7	11	5	3	4	14	9	1	1	8	9	5	8
		(25.8)	(22.6)	(35.5)	(16.1)	(9.7)	(12.9)	(45.2)	(29.0)	(3.2)	(3.2)	(25.8)	(29.0)	(16.1)	(25.8)
10. อ้างติดธุระ ด่วน/ ขอผลัดไป วันหลัง	4	6	9	11	1	5	5	10	10	1	2	7	10	7	5
	(12.9)	(19.4)	(29.0)	(35.5)	(3.2)	(16.1)	(12.1)	(32.3)	(32.3)	(3.2)	(6.5)	(22.6)	(32.3)	(22.6)	(16.1)

ตารางที่ 40 ข้อมูลพฤติกรรมหลักเกี่ยวกับการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ข้อความ	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)					ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.ไปเที่ยว/ช่วยงาน ที่ชาย/ดื่ม เครื่องดื่ม แอลกอฮอล์	17 (54.8)	5 (16.1)	5 (16.1)	4 (12.9)	0	0	9 (29.0)	5 (25.8)	2 (6.5)	12 (38.7)	14 (45.2)	7 (22.6)	4 (12.9)	6 (19.4)	0
2. สันสรค์กับ เพื่อนกลุ่มที่ดื่ม แอลกอฮอล์	16 (51.6)	9 (29.0)	4 (12.9)	2 (6.5)	0	0	1 (3.2)	8 (25.8)	11 (35.5)	11 (35.5)	12 (38.7)	10 (29.0)	2 (6.5)	3 (9.7)	4 (12.9)
3.ช่วยพ่อแม่ ทำงานบ้าน	2 (6.5)	1 (3.2)	1 (3.2)	6 (19.4)	21 (67.7)	0	0	0	9 (29.0)	22 (71.0)	0	0	2 (6.5)	9 (29.0)	20 (64.5)
4.นั่งร่วมวงดื่มกับ เพื่อน/ญาติ	17 (54.8)	8 (25.8)	2 (6.5)	4 (12.9)	0	1 (3.2)	4 (12.9)	6 (19.4)	9 (29.0)	11 (35.5)	14 (45.2)	6 (19.4)	9 (29.0)	1 (3.2)	1 (3.2)
5.นัด/นั่งคุยกับ เพื่อนในร้านขาย แอลกอฮอล์	19 (61.3)	6 (19.4)	3 (9.7)	3 (9.7)	0	1 (3.2)	1 (3.2)	6 (19.4)	7 (22.6)	16 (51.6)	14 (45.2)	6 (19.4)	8 (25.8)	2 (6.5)	1 (3.2)
6.นอนดูทีวีหลังเลิก เรียนหรือวันหยุด ทั้งวัน	1 (3.2)	10 (32.3)	5 (16.1)	8 (25.8)	7 (22.6)	4 (12.9)	8 (25.8)	4 (12.9)	11 (35.5)	4 (12.9)	1 (3.2)	11 (35.5)	2 (6.5)	11 (35.5)	6 (19.4)
7.ร่วมกิจกรรม พัฒนาหมู่บ้าน หรือโรงเรียน	0	7 (22.6)	7 (22.6)	10 (32.3)	0	0	8 (25.8)	8 (25.8)	11 (35.5)	4 (12.9)	5 (19.4)	10 (32.3)	3 (9.7)	7 (22.6)	6 (19.4)
8.ไปซื้อเครื่องดื่ม ให้ครอบครัว ญาติหรือเพื่อน	3 (9.7)	11 (35.5)	8 (25.8)	8 (25.8)	1 (3.2)	0	6 (19.4)	8 (25.8)	15 (48.4)	2 (6.5)	2 (6.5)	13 (41.9)	8 (25.8)	7 (22.6)	1 (3.2)
9.นั่งคุยเล่นหรือ คุยโทรศัพท์กับ เพื่อนที่โรงเรียน เป็นเวลานาน	6 (19.4)	6 (19.4)	8 (25.8)	7 (22.6)	4 (12.9)	1 (3.2)	9 (29.0)	9 (29.0)	7 (22.6)	5 (16.1)	8 (25.8)	12 (38.7)	2 (6.5)	2 (6.5)	7 (22.6)
10. อ่าน /ฟัง ธรรมะหรือคำ สอนเตือนใจ	1 (3.2)	11 (35.5)	3 (9.7)	12 (38.7)	4 (12.9)	2 (6.5)	8 (25.8)	14 (45.2)	2 (6.5)	5 (16.1)	1 (3.2)	13 (41.9)	8 (25.8)	7 (22.6)	2 (6.5)
11.ทำงานอดิเรก ที่ชอบกับเพื่อน หรือครอบครัว	0	3 (9.7)	6 (19.4)	11 (35.5)	11 (35.5)	0	4 (12.9)	7 (22.6)	13 (41.9)	7 (22.6)	0	10 (32.3)	4 (12.9)	13 (41.9)	4 (12.9)
12.ขับรถเที่ยวกับ เพื่อน	10 (32.3)	8 (25.8)	7 (22.6)	6 (19.4)	0	1 (3.2)	5 (16.1)	3 (9.7)	12 (38.7)	10 (32.3)	9 (29.0)	7 (22.6)	5 (16.1)	6 (19.4)	4 (12.9)

ตารางที่ 41 ข้อมูลความคิดเห็นวิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล (1=ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง)

ความคิดเห็นวิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์	ก่อนทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)				หลังการทดลอง(จำนวน/ร้อยละ)				ระยะติดตามผล(จำนวน/ร้อยละ)			
	0	1	3	5	0	1	3	5	0	1	3	5
1.การที่สามีและยายสอนทะเลาะกัน เกี่ยวข้องกับการดื่มแอลกอฮอล์	8 (25.8)	16 (25.6)	5 (16.1)	2 (6.5)	0 (38.7)	12 (58.1)	18 (3.2)	1 (3.2)	1 (38.7)	12 (51.6)	16 (6.5)	2
2.อายุมาเป็นโรคตับแข็งและสมองเสื่อมจากการดื่มแอลกอฮอล์	8 (25.8)	16 (1.6)	5 (16.1)	2 (6.5)	5 (16.1)	18 (58.1)	7 (22.6)	1 (3.2)	1 (3.2)	26 (83.9)	3 (9.7)	1 (3.2)
3.ลูกในครรภ์ของสาวหมิ่นน่าจะเป็อันตราย เพราะเบียร์ดีกรีไม่แรง และอาจทำให้กินข้าวอร่อย บำรุงลูกในครรภ์	1 (3.2)	5 (16.1)	8 (25.8)	17 (58.4)	1 (3.2)	5 (16.1)	14 (45.2)	11 (35.5)	0 (16.1)	5 (71.0)	22 (12.9)	4
4.ลูกตัวเล็กทั้งสองคนของตามี มีโอกาสดื่มแอลกอฮอล์ตอนโตขึ้นได้	4 (12.9)	6 (19.4)	7 (22.6)	14 (45.2)	6 (19.4)	3 (9.7)	18 (58.1)	4 (12.9)	4 (12.9)	6 (19.4)	8 (25.8)	13 (41.9)
5. ถ้าเป็นสาวหมิ่นจะเลือกเส้นทางชีวิตที่ดี ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ ดูแลครอบครัว	2 (6.5)	16 (51.6)	10 (32.3)	3 (9.7)	2 (6.5)	16 (51.6)	10 (32.3)	3 (9.7)	1 (32.3)	10 (64.5)	20	0
6.ถ้าเป็นชาวบ้านที่อยู่ในเหตุการณ์ จะช่วยห้าม ดุแลและดักเตือน	9 (29.0)	13 (41.9)	7 (22.6)	2 (6.5)	5 (16.1)	15 (48.4)	11 (35.5)	0 (9.7)	3 (74.2)	23 (16.1)	5	0

ตารางที่ 42 แสดงจำนวน ร้อยละของความสามารถทางอารมณ์

ข้อความ	ไม่จริง		จริงบางครั้ง		ค่อนข้างจริง		จริงมาก	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. เวลาโกรธหรือไม่สบาย รับรู้ว่าอะไรเกิดขึ้น	2	6.5	15	48.4	14	45.2	0	0
2. บอกไม่ได้ว่า อะไรทำให้โกรธ	3	9.7	8	25.8	14	45.2	6	19.4
3. เมื่อถูกขัดใจ มักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้	4	12.9	6	19.4	18	58.1	3	9.7
4. สามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ	3	9.7	12	38.7	11	35.5	5	16.1
5. มักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย	0	0	6	19.4	14	45.2	11	35.5
6. เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนคนอื่นยอมรับได้	4	12.9	14	45.2	12	38.7	1	3.2
7. ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง	4	12.9	8	25.8	11	35.5	8	25.8
8. ไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ตนเอง ไม่รู้จัก	5	16.1	2	6.5	14	45.2	10	32.3
9. ไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำแตกต่างจากที่ตนเองคิด	8	25.8	15	48.4	6	19.4	2	6.5
10. ยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่ไม่พอใจการกระทำเรา	2	6.5	9	29.0	13	41.9	7	22.6
11. รู้สึกว่าผู้อื่นเรียกร้องความสนใจมากเกินไป	3	9.7	10	32.3	13	41.9	5	16.1

ตารางที่ 42 แสดงจำนวน ร้อยละของความสามารถทางอารมณ์ (ต่อ)

ข้อความ	ไม่จริง		จริงบางครั้ง		ค่อนข้างจริง		จริงมาก	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
12. แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของ คนอื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ	2	6.5	11	35.5	9	29.0	9	29.0
13. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส	1	3.2	1	3.2	19	61.3	10	32.3
14. เห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีให้	1	3.2	5	16.1	3	22.6	4	58.1
15. เมื่อทำผิด ก็สามารถกล่าวคำ “ขอโทษ” ผู้อื่นได้	0	0	5	16.1	4	12.9	22	71.0
16. ยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก	2	6.5	12	38.7	13	41.9	4	12.9
17. ถึงแม้จะเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ก็ยินดีที่จะ ทำเพื่อส่วนรวม	2	6.5	10	32.3	14	45.2	5	16.1
18. รู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น	1	3.2	2	6.5	19	61.3	9	29.0
19. ไม่รู้ว่าเก่งเรื่องอะไร	8	25.8	12	38.7	6	19.4	5	16.1
20. แม้จะเป็นงานงานยาก ก็มั่นใจว่าสามารถทำได้	4	12.9	5	48.4	9	29.0	3	29.7
21. เมื่อฉันทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันก็รู้สึกหมดกำลังใจ	5	16.1	9	29.0	12	38.7	5	16.1
22. รู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็ม ความสามารถ	1	3.2	4	12.9	9	29.0	17	54.8
23. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ก็ จะไม่ยอมแพ้	2	6.5	9	29.0	11	35.5	9	29.0
24. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด มักทำต่อไปไม่สำเร็จ	0	0	1	3.2	22	71.0	8	25.8
25. พยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิด เอาเองตามใจชอบ	5	16.1	12	38.7	13	41.9	1	3.2
26. บ่อยครั้งที่ไม่ว่าอะไรทำให้ไม่มีความสุข	2	6.5	8	25.8	17	54.8	4	12.9
27. รู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยาก	2	6.5	5	16.1	17	54.8	7	22.6
28. เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ก็ ตัดสินใจได้ว่า ควรทำอะไรก่อนหลัง	0	0	14	45.2	11	35.5	6	19.4
29. รู้สึกลำบากใจเมื่อต้องเจอกับคนแปลกหน้า คน ที่ไม่คุ้นเคย	8	25.8	11	35.5	10	32.3	2	6.5
30. ทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัด กับความเคยชินของฉัน	2	6.5	10	32.3	9	29.0	10	32.3
31. ทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย	2	6.5	16	51.6	6	19.4	7	22.6
32. มีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน	1	3.2	4	12.9	10	32.3	16	51.6
33. ไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้	5	16.1	13	41.9	9	29.0	4	12.9
34. สามารถทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่น เดือดร้อน	0	0	14	45.2	12	38.7	5	16.1
35. เป็นการยากที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลที่ เพียงพอ	2	6.5	8	25.8	16	51.6	5	16.1
36. เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น สามารถอธิบายเหตุผล ที่เขายอมรับได้	2	6.5	15	48.4	12	38.7	2	6.5

ตารางที่ 42 แสดงจำนวน ร้อยละของความสามารถทางอารมณ์ (ต่อ)

ข้อความ	ไม่จริง		จริงบางครั้ง		ค่อนข้างจริง		จริงมาก	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
37. รู้สึกดีน้อยกว่าผู้อื่น	1	3.2	0	0	17	54.8	13	41.9
38. สามารถทำหน้าที่ได้ดี แม้จะอยู่ในบทบาทใด	2	6.5	16	51.6	11	35.5	2	6.5
39. สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด	3	9.7	12	38.7	14	45.2	2	6.5
40. ไม่มั่นใจการทำงานที่ยากลำบาก	1	3.2	9	29.0	17	54.8	4	12.9
41. แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น	0	0	7	22.6	16	51.6	8	25.8
42. ทุกปัญหามีทางออกเสมอ	0	0	2	6.5	9	29.0	20	64.5
43. เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียดมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายและสนุกสนานได้	1	3.2	16	51.6	7	22.6	7	22.6
44. รู้สึกสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์ และวันหยุดพักผ่อน	0	0	8	25.8	9	29.0	14	45.2
45. รู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน	0	0	4	12.9	15	48.4	12	38.7
46. พอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่	0	0	2	6.5	12	38.7	17	54.8
47. ไม่รู้ว่าทำอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย	0	0	7	22.6	16	51.6	8	25.8
48. เมื่อว่างจากภาระหน้าที่ จะทำในสิ่งที่ชอบ	1	3.2	3	9.7	13	41.9	14	45.2
49. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ จะมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้	2	6.5	11	35.5	8	25.8	10	32.3
50. สามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่	1	3.2	11	35.5	14	45.2	5	16.1
51. ไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ฉันต้องการ	14	45.2	11	35.5	6	19.4	0	0
52. มักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กน้อยๆที่เกิดขึ้นเสมอ	4	12.9	7	22.6	17	54.8	3	9.7

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12-60 ปี

โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2543

ด้านดี ประกอบด้วย การควบคุมตนเอง เห็นใจผู้อื่นและความรับผิดชอบ (1-18)

ด้านเก่ง ประกอบด้วย มีแรงจูงใจ ตัดสินใจแก้ปัญหาและสัมพันธภาพ (19-36)

ด้านสุข ประกอบด้วย ภูมิใจในตนเอง พอใจชีวิต และสุขสงบทางใจ (37-52)

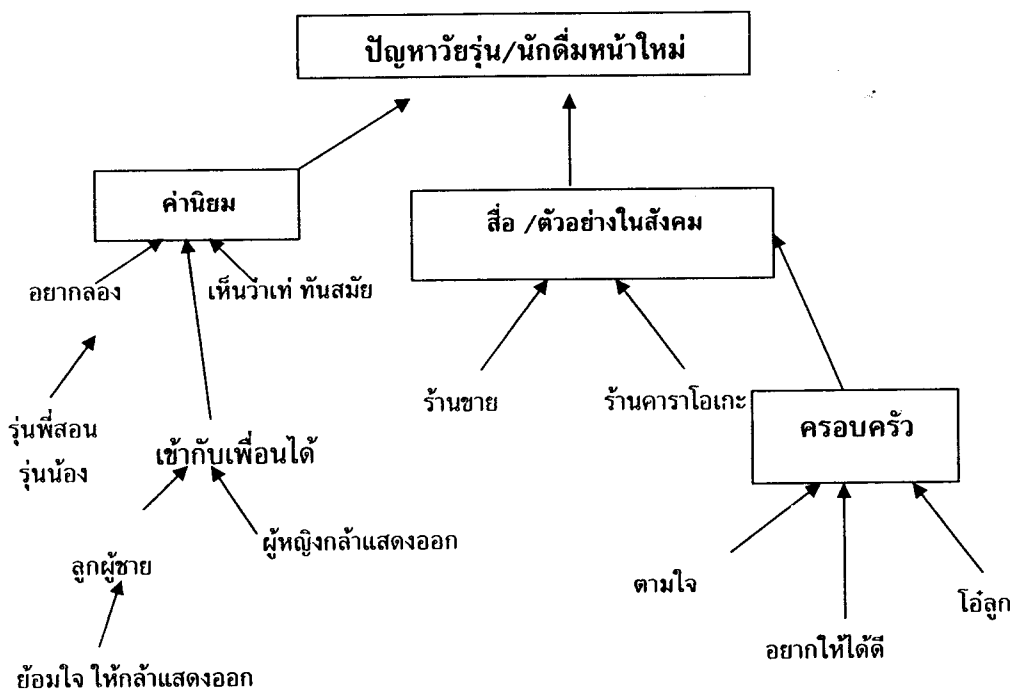
ตารางที่ 43 แสดงจำนวน ร้อยละของพฤติกรรมด้านความเครียด

อาการ พฤติกรรมหรือความรู้สึก	ระดับอาการ							
	ไม่เคยเลย		เป็นครั้งคราว		เป็นบ่อยๆ		เป็นประจำ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.นอนไม่หลับเพราะคิดมากหรือกังวลใจ	5	16.0	22	71.0	4	12.9	0	0
2.รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจ	3	9.7	17	54.8	10	32.3	1	3.2
3.ทำอะไรไม่ได้เลย	14	45.2	14	45.2	2	6.5	1	3.2
4.มีความวุ่นวายใจ	5	16.1	21	67.7	2	6.5	3	9.7
5.ไม่อยากพบปะผู้คน	12	38.7	16	51.6	3	9.7	0	0
6.ปวดหัวข้างเดียว หรือปวดบริเวณขมับทั้งสองข้าง	3	9.7	19	61.	6	19.4	3	9.7
7.รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง	9	29.0	17	54.8	5	16.1	0	0
8.รู้สึกหมดหวังในชีวิต	13	41.9	16	51.6	1	3.2	1	3.2
9.รู้สึกว่าชีวิตตนเองไม่มีคุณค่า	19	61.3	11	35.5	1	3.2	0	0
10.กระวนกระวายใจตลอดเวลา	10	32.3	18	58.1	2	6.5	1	3.2
11.รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมาธิ	1	3.2	23	74.2	6	19.4	1	3.2
12.รู้สึกเพลียไม่มีแรงจะทำอะไร	4	12.9	23	74.2	3	9.7	1	3.2
13.รู้สึกเหนื่อยไม่อยากจะทำอะไร	3	9.7	21	67.7	6	19.4	1	3.2
14.มีอาการหัวใจเต้นแรง	7	22.6	20	64.5	4	12.9	0	0
15.เสียงสั้น ปากสั้น	18	58.1	9	29.0	2	6.5	2	6.5
16.รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำสิ่งต่างๆ	4	12.9	15	48.4	11	35.5	1	3.2
17.ปวดหรือเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอยหลัง หรือไหล่	8	25.8	16	51.6	6	19.4	1	3.2
18.ตื่นตื่นง่ายกับเหตุการณ์ที่ไม่คุ้นเคย	12	38.7	12	38.7	7	22.6	0	0
19.มีเหงื่อ หรือเวียนศีรษะ	5	16.1	14	45.2	9	29.0	3	9.7
20.กระสับกระส่าย นอนไม่ค่อยหลับ	9	29.0	17	54.8	4	12.9	1	3.2

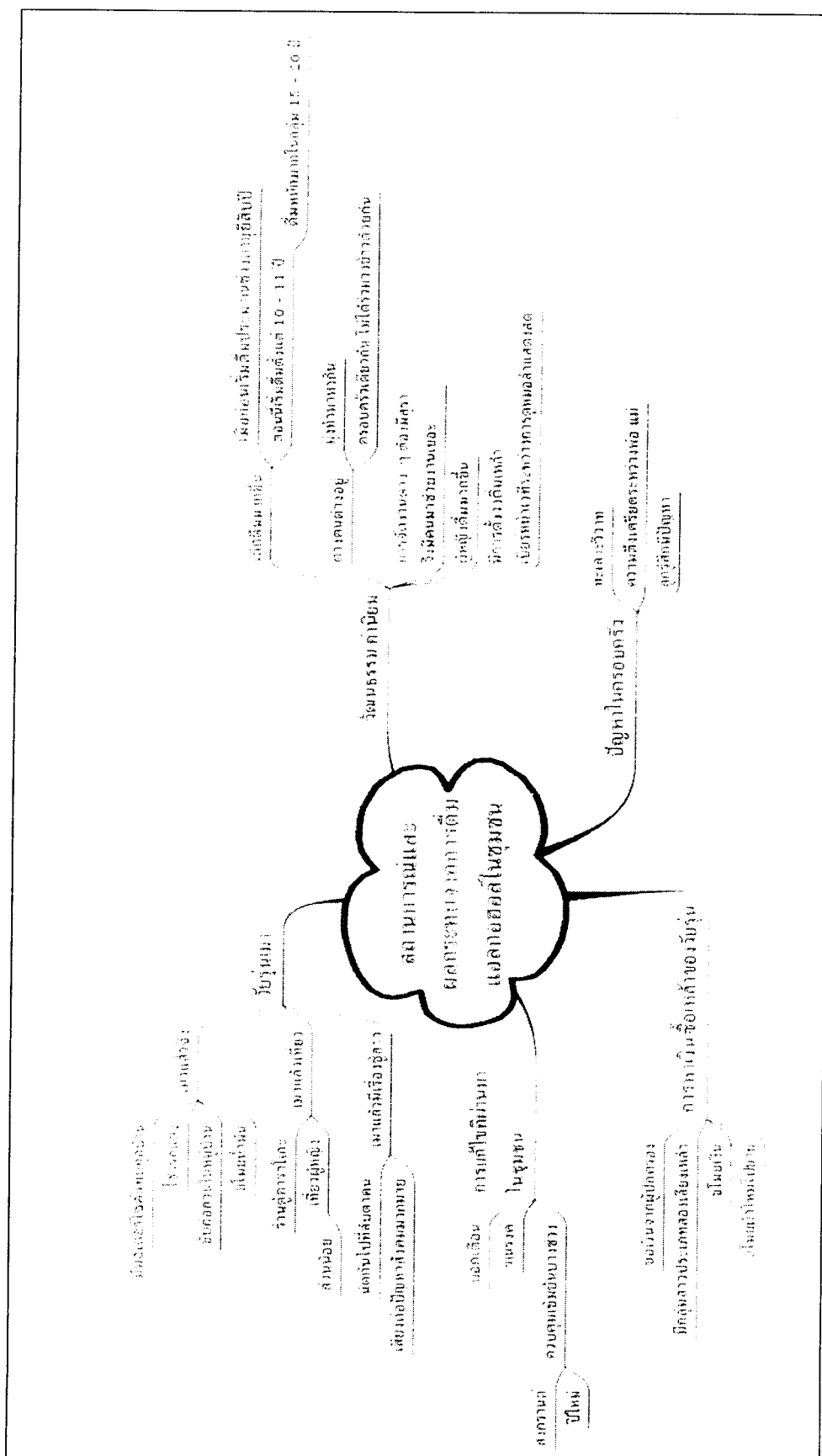
ภาคผนวก จ
ผลการเรียนรู้

1. การจัดเวทีเสวนาชุมชน กลุ่มผู้ให้แรงสนับสนุนทางสังคม คือ ผู้ปกครอง ครูและแกนนำชุมชน โดยมีวิทยากรกระบวนการกลุ่ม (Facilitators) ดำเนินกระบวนการเสวนาแบบมีส่วนร่วม มีประเด็นที่เสวนาดังนี้

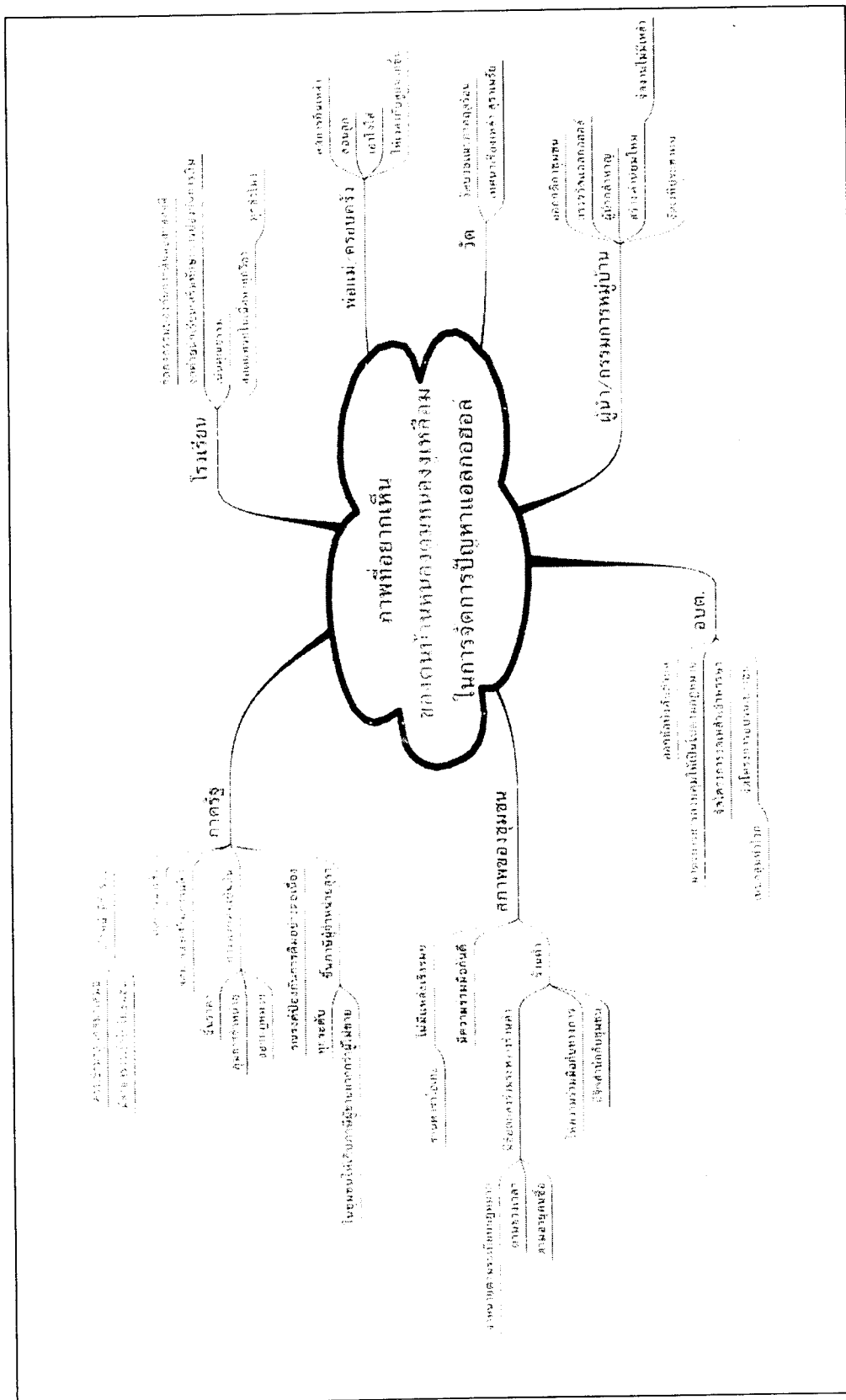
- 1.1 การชี้แจงโครงการวิจัยและแนวทางการดำเนินการศึกษาวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล
- 1.2 สถานการณ์ ปัญหา ความรุนแรงและผลกระทบของแอลกอฮอล์ จากเวทีเสวนา ผู้ปกครองและแกนนำชุมชน ได้ร่วมกันระดมสมอง มองสถานการณ์ ซึ่งเขียนแผนที่ความคิดได้ดังภาพที่ 17
- 1.3 ร่วมกันวิเคราะห์สาเหตุ ผลกระทบที่เกิดต่อชุมชนและสมาชิกในครัวเรือน
- 1.4 ร่วมกันวิเคราะห์สาเหตุ ผลกระทบที่เกิดต่อชุมชนและสมาชิกในครัวเรือน โดยใช้หลักของผังเหตุและผล กล่าวคือ พิจารณาที่ผลแล้วโยงไปหาเหตุที่ 1 ไปหาเหตุที่ 2 ต่อเนื่องไปเรื่อย ๆ ดังตัวอย่างการวิเคราะห์ในผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ดังนี้



- 1.5 ร่วมกันหาแนวทางแก้ไขอย่างมีส่วนร่วมของคนในชุมชน โดยระดมสมองเพื่อสร้างวิสัยทัศน์ การป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ของชุมชนดังภาพที่ 18



ภาพที่ 20 แผนผังความคิดแสดงสถานการณ์และผลกระทบจากกรณีแอลกอฮอล์



ภาพที่ 21 แผนที่ความคิดแสดงภาพที่อยากเห็นจากเวทีเสวนาชุมชน

1.6 โดยการร่วมกันกำหนดภาพที่พึงประสงค์ของการแก้ไขปัญหว่าแต่ละฝ่ายที่เกี่ยวข้องจะต้องทำอย่างไรบ้าง และร่วมกันกำหนดเจตนารมณ์ของผู้ที่เกี่ยวข้องดังนี้

- 1.6.1 ครอบครัว ปลุกฝังค่านิยมที่ดี โดยพ่อแม่เป็นตัวอย่างที่ดีของลูก
- 1.6.2 โรงเรียนสอดแทรก เรื่อง คุณธรรมและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในทุกวิชาเรียน
- 1.6.3 ผู้นำชุมชน สอดส่องดูแล ตักเตือน เข้มงวดกับมาตรการต่าง ๆ ประชาสัมพันธ์ทุกวัน เรื่องผลเสียของการดื่มแอลกอฮอล์
- 1.6.4 ร้านค้า มีจิตสำนึกและร่วมมือกันปฏิบัติตามกฎกติกาสังคม
- 1.6.5 วัด มีโครงการเรียนพุทธศาสนาภาคฤดูร้อนและบวชสามเณรภาคฤดูร้อน
- 1.6.6 กลุ่มเยาวชน วัยรุ่น จะทำหน้าที่ “เพื่อนเตือนเพื่อน”

ผลการเรียนรู้จากกระบวนการค่ายทักษะชีวิต 3 วัน 2 คืน มีประเด็นที่น่าสนใจคือ

1.1 การวิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุการดื่มแอลกอฮอล์ในชุมชน

1.1.1. ปัญหาจากการดื่มแอลกอฮอล์

- 1) เด็กเสียนาคด
- 2) ครอบครัวมีปัญหา พ่อแม่เสียใจและทำให้ชุมชนเดือดร้อน
- 3) ทำให้คนขาดสติ คุ่มคลั่ง
- 4) เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย เสียทรัพย์สินเงินทอง

1.1.2 สาเหตุการดื่มแอลกอฮอล์

- 1) เห็นในโฆษณา
- 2) ดื่มตามเพื่อน / เพื่อนชักชวนและปฏิเสธไม่ได้
- 3) เห็นพ่อแม่ดื่ม
- 4) อยากลอง อยากเท่
- 5) มีงานเทศกาล เช่น ปีใหม่ บุญบั้งไฟ ออกพรรษา ฯ

1.1.3 คนที่ดื่ม ส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นชายและพ่อแม่

1.2 ความคาดหวัง หรือ สิ่งที่เป็นภาพที่พึงประสงค์ของนักเรียน

1.2.1 ด้านครอบครัว

- อยากเห็นครอบครัวมีความสุข เป็นคนดีของสังคมและไม่ทะเลาะวิวาทในครอบครัว
- ไม่ดื่มแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์ จะได้สุขภาพดี ไม่เป็นตับแข็ง โรคอื่น ๆ
- ตักเตือนลูกหลานได้และลูก ๆ เชื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่
- ให้อะไรกับลูกมากขึ้น และมีเงินเก็บมากขึ้น

1.2.2 ด้านชุมชน

- มีความสุข มีความสามัคคี มีสติในการทำงาน
- ไม่มีการดื่มสุรา หันมาดื่มมัทนและไม่อยากให้มีร้านขายสุรา
- ทุกคนในชุมชน หันมาเล่นกีฬา
- ไม่อยากให้คุณแม่ที่มีลูกในท้องดื่มสุรา เพราะจะเป็นอันตรายต่อลูกในท้อง
- อยากให้ชุมชนรู้ว่าสุราเป็นสิ่งอันตราย ทำลายหัวใจ และสุขภาพ
- อยากให้ชุมชนรู้ว่า ดื่มแล้วขับ เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุว่าปกติเป็นร้อยละ

1.2.3 เพื่อน

- เป็นคนดีของสังคมไม่ยุ่งเกี่ยวกับแอลกอฮอล์ทุกชนิด จะได้มีอนาคตที่สดใส

- มีครอบครัวที่อบอุ่น ไม่ทะเลาะวิวาทกัน
- ห่างไกลจากยาเสพติดทุกชนิด
- มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ อารมณ์ดีกล้าคิดกล้าแสดงออกมีความสามัคคี
- ไม่ทำให้พ่อแม่เสียใจ หรือลำบากใจ
- ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนถึงวัยอันควร

1.3 ความตระหนักและการจัดลำดับความสำคัญของสถานการณ์/ปัญหาที่ใกล้ตัวนักเรียน เรียงตามลำดับดังนี้

1. พ่อแม่แล้ว ทะเลาะกับแม่
2. วัยรุ่นเมาแล้วตีกันเราอาจโดนลูกหลง
3. ผู้ใหญ่ วัยรุ่น เมา/ตั้งวงหน้าเวทีหมอลำทำให้เราดูหมอลำไม่สนุกและไม่ปลอดภัย
4. ชีแมซึ่งรูดชนกับรถเราหรือญาติเรา
5. ที่บ้านอาจมีคนขโมยเงินไปซื้อเหล้า
6. ช้อนท้ายรถมอเตอร์ไซด์ของเพื่อนรุ่นพี่ที่เมาแล้วพาเราชิง
7. ชายเมา หญิงเมา อาจทำให้เสียตัวและเที่ยวผู้หญิงจะติดเอดส์
9. ทะเลาะกับเพื่อนบ้านเพราะเมา
10. คนเมาลวนลามหรือคุกคามทางเพศกับเราหรือเพื่อนเรา
11. ที่บ้านมีคนกินเหล้าจนเงินใช้สำหรับสิ่งสำคัญไม่พอ

1.4 บทบาทของเยาวชน/นักเรียนในการแก้ไขปัญหาแอลกอฮอล์ของชุมชน

1.4.1 การช่วยเหลือครอบครัว

- ช่วยทำงานบ้าน
- บอกพ่อเลิกสุราและสิ่งเสพติดและไม่ไปซื้อสุราให้ผู้ใหญ่ พ่อ หรือญาติพี่น้อง
- บอกพ่อให้ออกกำลังกาย
- ไม่ดื่มสุราเหมือนพ่อ
- หาเวลาว่างทำกิจกรรมในครอบครัวร่วมกัน
- ซื้อสิ่งของที่เป็นประโยชน์ ไม่ใช่จ่ายฟุ่มเฟือย
- เป็นตัวอย่างที่ดีของครอบครัว

1.4.2 การช่วยเหลือเพื่อน

- ไม่ชักชวนเพื่อนไปในทางที่ผิด
- ห้ามไม่ให้ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดและดักเตือน/ห้ามเพื่อนเมื่อเพื่อนต้องการเสพ
- ช่วยเหลือเพื่อนเวลาเพื่อนมีทุกข์
- เป็นตัวอย่างที่ดี
- ชวนเพื่อนไปเล่นกีฬา
- เมื่อเห็นคนดื่มแอลกอฮอล์และมีคนชวนให้ดื่ม ชวนเพื่อนปฏิเสธหรือเดินหนี
- ถ้าเพื่อนกลับบ้านไม่ได้ให้ไปส่งเพื่อน
- ถ้าเห็นเพื่อนดื่มสุราให้บอกหยุด

1.4.3 การช่วยครู

- บอกครูไม่ให้ดื่มสุราต่อหน้าเด็ก ให้ครูดื่มมนหรือน้ำแทนแอลกอฮอล์

- ช่วยครูยับยั้งห้ามใจเมื่อเห็นคนดื่มแอลกอฮอล์
- เป็นหู เป็นตา ช่วยครูสอดส่องดูแลเพื่อน ๆ
- ถ้าเห็นนักเรียนสูบบุหรี่หรือดื่มสุราให้แจ้งครู
- ช่วยครูรณรงค์การดื่มสุรภายในโรงเรียน
- เป็นเด็กดี เช่น ทำความสะอาดห้องหรือช่วยครูถือของและปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน

1.4.4 การช่วยสังคม

- ไม่ดื่มแอลกอฮอล์และร่วมรณรงค์ป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ในเทศกาลต่าง ๆ
- สอดส่องดูร้านค้าให้ขายสุราตามเวลาที่กฎหมายกำหนด
- ติดป้ายห้ามจำหน่ายแอลกอฮอล์ให้กับเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี (ที่ได้รับจากทีมวิจัย)
- ห้ามดื่มสุราให้เด็กเห็น
- บอกให้พ่อแม่ห้ามลูกหลานดื่มสุรา
- ชักชวนคนในชุมชนให้หันมาเล่นกีฬา
- ไม่ขับรถซิ่ง
- ไม่สร้างปัญหาทุกอย่างให้สังคมรังเกียจ ไม่รังแกคนอ่อนแอ
- เก็บขยะในชุมชน

1.5 การเขียนโครงการเพื่อป้องกันและแก้ไขการดื่มแอลกอฮอล์

1.5.1 โครงการเยาวชนรุ่นใหม่ห่างไกลแอลกอฮอล์ (กลุ่มที่ 1)

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้เยาวชนห่างไกลแอลกอฮอล์
- 2) เพื่อให้สังคมดีขึ้น ถ้าไม่มีแอลกอฮอล์
- 3) เพื่อการมีอนาคตที่ดีของเยาวชน
- 4) เพื่อให้ทุกคนร่างกายแข็งแรง ถ้าไม่ดื่มแอลกอฮอล์

ผลที่คาดว่าจะได้รับ ได้ความสุขความสบายใจ เพราะได้ทำเพื่อสังคมและทุกคนคงเลิกดื่มแอลกอฮอล์

วิธีการ

- 1) ปรึกษากันระหว่างสมาชิกในกลุ่มและคนที่พร้อมมือในการทำว่า จะทำอย่างไร
- 2) จัดการวางแผนว่าจะทำอะไร วิทยุรุ่นถึงจะไม่สนใจแอลกอฮอล์
- 3) ไปขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่บ้าน อบต.
- 4) จัดประชุมสมาชิกในหมู่บ้านว่าจะทำอะไร
- 5) จัดกิจกรรม เช่น เล่นกีฬาตอนเย็น จัดการแข่งขันกีฬภายในหมู่บ้าน อาจมีการจัด

กิจกรรมยามว่างในหมู่บ้าน

ระยะเวลา เริ่มจาก มกราคม 2549 เป็นต้นไป

หน่วยงานสนับสนุน อบต. ผู้ใหญ่บ้านและคนในหมู่บ้านช่วยกันสร้างลานกีฬาหรือช่วยกันจัดกิจกรรมต่าง ๆ

ผู้รับผิดชอบโครงการ สมาชิกกลุ่มช่วยกัน โดยมี ผู้ใหญ่บ้าน อบต. สนับสนุน

การประเมินผล

- 1) ดูจากการดื่มแอลกอฮอล์ของเยาวชนว่าลดหรือเพิ่มมากขึ้น
- 2) ดูว่าเยาวชนแต่ละคนสุขภาพดีขึ้นหรือไม่

1.5.2 โครงการณรงค์ต่อต้านการดื่มแอลกอฮอล์ในชุมชน (กลุ่ม 2)

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้สังคมไทยงดดื่มแอลกอฮอล์จะได้ร่างกายแข็งแรงและเพื่อลดการเกิดอุบัติเหตุ
- 2) เพื่อให้ไม่ต้องเสียทรัพย์สินเงินทองมาก

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) ทำให้ชุมชนไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับแอลกอฮอล์
- 2) ทำให้คนในชุมชนเกิดความสามัคคี ชุมชนมีความสุข

วิธีการ

- 1) จัดกิจกรรมการอบรมและเปิดให้ซักถามในเรื่องแอลกอฮอล์
- 2) อธิบายภัยร้ายเรื่องแอลกอฮอล์ในหอกระจายข่าว
- 3) มีการจัดการแข่งขันกีฬาต่อต้านภัยแอลกอฮอล์
- 4) รณรงค์ต่อต้านการดื่มแอลกอฮอล์

หน่วยงานสนับสนุน

- 1) ต้องการให้ผู้ใหญ่บ้านช่วยประชาสัมพันธ์เรื่องการรณรงค์ต่อต้านการดื่มแอลกอฮอล์
- 2) ต้องการให้ครูช่วยในการจัดกีฬาต่อต้านแอลกอฮอล์

ผู้รับผิดชอบโครงการ คือสมาชิกกลุ่ม

ระยะเวลา ช่วงปีใหม่ 2549

การประเมินผล ดูจากผลการทำงานที่ผ่านมาว่าได้ผลดีอย่างไร

1.5.3 โครงการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ (กลุ่ม 3)

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้สุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยได้ง่ายและจิตใจแจ่มใส ไม่เครียดง่าย
- 2) เพื่อใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
- 3) เพื่อให้นักเรียนได้รู้ถึงโทษและผลที่จะเกิดตามมาจากการดื่มแอลกอฮอล์

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) ไม่ป่วย ไม่เป็นโรคเมเริง หรือโรคตับแข็งและไม่เครียดง่าย
- 2) รู้ถึงโทษและรู้ผลกระทบที่จะเกิดตามมาจากแอลกอฮอล์เช่นการทะเลาะวิวาท

วิธีการ

- 1) กิจกรรมเต้นแอโรบิก โดยการจัดตั้งทีมคณะทำงาน แต่งตั้งผู้นำและปรึกษาอาจารย์ เรื่องโครงการและประชาสัมพันธ์หาสมาชิกและกำหนดวันเต้น เช่น จันทร์ พุธ ศุกร์
- 2) จัดรายการเสียงตามสายชื่อ “วัยรุ่นยุคใหม่ไม่ดื่มแอลกอฮอล์” โดยการศึกษาอาจารย์ ตั้งทีมนักจัดรายการและหาเนื้อเรื่องและกำหนดวันเวลาจัดรายการ

หน่วยงานสนับสนุน

- 1) โรงเรียน โดยอาจารย์สนับสนุนอุปกรณ์ เช่น เครื่องเสียง ซีดี ลำโพง
- 2) หน่วยงานสาธารณสุข ให้เอกสารความรู้

ระยะเวลา เริ่มเดือนมกราคม 2549 เป็นต้นไป

ผู้รับผิดชอบ สมาชิกในกลุ่มทุกคน

การประเมินผล

- 1) ดูจำนวนสมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมเต้นแอโรบิก
- 2) มีสมาชิกเข้าร่วมการจัดรายการเสียงตามสายเป็นประจำ

1.6 การกำหนดเป้าหมายในชีวิต ของนักเรียนมัธยมต้น (ม.1 และ ม.2)

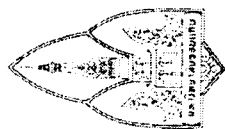
นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการได้กำหนดเป้าหมายชีวิตระยะยาวของตนเอง เพื่อให้มองภาพที่ต้องการให้เป็นในอนาคตของตนเอง อย่างเป็นขั้นตอนตามช่วงเวลา ซึ่งจะช่วยเสริมความตระหนักว่าถ้าไม่ตั้งใจทำให้ดี ก็อาจจะไม่ได้ความสำเร็จตามที่วาดภาพหรือกำหนดเป้าหมายไว้ และเป็นการแสดงความตั้งใจของนักเรียน โดยมีเครื่องมือเป็นตารางกำหนด “เส้นทางสู่ความสำเร็จ” ตัวอย่างของตารางดังกล่าว ส่วนผลการกำหนดเป้าหมายชีวิตของนักเรียน สรุปได้ดังภาพที่ 19

เป้าหมาย	หลังจาก 1 ปี พ.ศ. 2550	หลังจาก 2 ปี พ.ศ. 2551	หลังจาก 3 ปี พ.ศ. 2552	หลังจาก 4 ปี พ.ศ. 2553	หลังจาก 5 ปี พ.ศ. 2554	หลังจาก 10 ปี พ.ศ. 2559	หลังจาก 20 ปี พ.ศ.2569
สุขภาพ ร่างกาย	จะออกกำลังกายทุกวัน จะมีร่างกายที่แข็งแรง จะดูแลสุขภาพตนเอง ไม่สนใจยาเสพติด	-จะออกกำลังกายเช้า-เย็น -จะวิ่งทุกวัน -แข็งแรง อดทน -ไม่ดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์	ร่างกายแข็งแรงสดใส ตัวใหญ่มาก ออกกำลังกายวันละ 30-50 นาที ไม่ดื่ม แอลกอฮอล์	-ออกกำลังกายสม่ำเสมอ	-ดูแลสุขภาพคนที่เรารัก -จะออกกำลังกายสม่ำเสมอ	-ดูแลสุขภาพทุกคน -ให้ทุกคนออกกำลังกาย	-แข็งแรงกว่าเดิม จะรักษา ร่างกายให้แข็งแรงเสมอ ดูแลสุขภาพตัวเองให้ดี อยู่เสมอ
จิตใจ	-แจ่มใสไม่เครียด ฝึกทำสมาธิวันละ 5-6 นาที	-ทำจิตใจให้แจ่มใสเสมอ -ฝึกสมาธิวันละ 5 นาที	จะทำให้จิตใจให้สงบด้วยการเข้าวัด ฟังเทศน์ ฟังธรรม ดื่มน้ำ รักพ่อแม่	จะทำให้จิตใจให้สงบสุข	- ทำให้จิตใจแจ่มใสทุกวัน - มีน้ำใจ ช่วย ชุมชน	-มีจิตใจที่เป็นสมาธิ	-มีเมตตา กรุณา เข้าวัดฟังธรรม

ภาพที่ 22 ตัวอย่างการกำหนดเป้าหมายชีวิตของนักเรียนที่เข้าร่วมค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิต

เป้าหมาย	หลังจาก 1 ปี พ.ศ. 2550	หลังจาก 2 ปี พ.ศ. 2551	หลังจาก 3 ปี พ.ศ. 2552	หลังจาก 4 ปี พ.ศ. 2553	หลังจาก 5 ปี พ.ศ. 2554	หลังจาก 10 ปี พ.ศ. 2559	หลังจาก 20 ปี พ.ศ. 2569
การเงิน	จะใช้เงินอย่าง ประหยัด	พยายามใช้ อย่าง ประหยัด	ช่วยพ่อแม่ ทำงานพิเศษ	จะใช้เงิน ประหยัด - มีเงินเก็บ	จะใช้เงิน อย่าง ประหยัด - จะเก็บ เงิน	- มีเงินเดือน ใช้เป็นของ ตนเอง - จะอดออม	- มีเงินเดือน ใช้เป็นของ ตนเอง - มีเงินเก็บ เลี้ยง ครอบครัว ได้
ครอบครัว	พ่อแม่ดีมีเหล่า - จะช่วยงาน พ่อแม่ - เชื่อฟังพ่อแม่	รักใคร่ ปรองดอง กัน - จะไม่เกร	ดูแลซึ่งกันและ กัน	- เป็นลูกที่ ดีของพ่อ แม่ - พ่อแม่ไม่ เดือดร้อน เพราะลูก ไม่ติดยา	- จะไม่ทำ ให้ ครอบครัว ผิดหวัง - หาเงินให้ ได้ก่อนจึง จะมีแฟน	- มีครอบครัว - กินอยู่อย่าง พอเพียง - ครอบครัวที่ รักและเข้าใจ กัน	มีครอบครัว ของตนเอง ที่อบอุ่น
สังคม	เป็นคนดีของ สังคม - ไม่สร้างความ เดือดร้อนให้ สังคม - แนะนำสังคม ไม่ให้ดื่มแอล กอฮอล์	ไม่ยุ่งเกี่ยวกับ สิ่งที่ไม่ดี - เลือกคบคนดี - เป็นคนดีมี วัฒนธรรม	ทำสิ่งดี ๆ ให้ สังคม - จะคบเพื่อน อย่างจริงจัง	- ทำสิ่งดี ๆ ให้สังคม - เลือก คบคนดี - ไม่ยุ่ง เกี่ยวกับ แอลกอฮอล์	- ความรู้ไป พัฒนา สังคม - สังคม ยอมรับ	- พัฒนาสังคม ให้ดีขึ้น - อยู่แบบ เพียงพอ - มีเพื่อนและ ญาติคบหา	เป็นคนดี ของสังคม ตลอดไป - ไม่ทำความ ชั่วให้สังคม

ภาพที่ 22 ตัวอย่างการกำหนดเป้าหมายชีวิตของนักเรียนที่เข้าร่วมค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิต (ต่อ)



คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

เกียรตินี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

ได้เข้าร่วมกระบวนการ

เสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการค้ามนุษย์

ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ระหว่างวันที่ ๒๕ - ๒๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘

ให้ไว้ ณ วันที่ ๒๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘

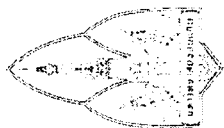
(นายวิชัย อ่อนบัว)

ผู้อำนวยการโรงเรียนหนองสูงเหนือ

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

(ผศ. วีระศักดิ์ ขายผา)

คณบดีคณะสาธารณสุขศาสตร์



คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

เกียรติบัตรนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

คณะครู-อาจารย์โรงเรียนหนองตูมหนองงูเห่ล้อม ตำบลหนองตูม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ได้เข้าร่วมกระบวนการ

เสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์

ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ระหว่างวันที่ ๒๕ - ๒๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๘

ให้ไว้ ณ วันที่ ๒๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๘

(นายวิชัย อ่อนเป้า)

ผู้อำนวยการโรงเรียนหนองตูมหนองงูเห่ล้อม

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

(ผศ. วีระศักดิ์ ขายผา)

คณบดีคณะสาธารณสุขศาสตร์



คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

เกียรติบัตรนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

คณะครู-อาจารย์โรงเรียนบ้านกุดกว้างประชาสรรค์ ตำบลท่าพระ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ได้เข้าร่วมกระบวนการ

เสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์

ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ระหว่างวันที่ ๒๕ - ๒๖ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๘

ให้ไว้ ณ วันที่ ๒๖ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๘

(นายวิชัย อ่อนบัว)

ผู้อำนวยการโรงเรียนหนองสูงเหนือ

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

(ผศ. วีระศักดิ์ ชายผา)

คณบดีคณะสาธารณสุขศาสตร์

ภาคผนวก จ
รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ มีดังต่อไปนี้

1. รศ.ดร.สุทธิลักษณ์ ตั้งกรีติชัย ภาควิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
2. รศ.ดร.ชลิดา ธนรัฐธีรกุล ภาควิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
3. คุณจิระนันท์ พากเพียร วิทยากรย์ 6 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

ภาคผนวก ข
หนังสือรับรองการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น โทร. (043)363723, (043)363749
 ที่ ศธ 0514.1.27/ 1207 วันที่ 29 ส.ค. 2548
 เรื่อง ขอส่งเอกสาร

เรียน นางรศกัญญา วงศ์ดวงเดชา (นศ. ปรึกษาราชการแทน อธิการบดีมหาวิทยาลัยขอนแก่น)

ตามที่ท่านได้ส่งโครงการวิจัยมาเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่นนั้น บัดนี้ ที่ประชุมคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น ได้ประเมินและมีมติรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์สำหรับโครงการวิจัยแล้ว จึงขอส่งเอกสารดังต่อไปนี้ เพื่อเป็นหลักฐานและถือปฏิบัติตามข้อกำหนดโดยเคร่งครัด และเพื่อเป็นการปกป้องคุ้มครองสิทธิประโยชน์ของอาสาสมัคร/ผู้ป่วยผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

1. ไปรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ☒ ภาษาไทย ☐ ภาษาอังกฤษ
2. ข้อกำหนดเรื่องหน้าที่และความรับผิดชอบของผู้วิจัยในโครงการที่ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(รองศาสตราจารย์จิราภรณ์ ศรีนันทินทร)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น



มหาวิทยาลัยขอนแก่น
หนังสือฉบับนี้ให้ไว้ เพื่อแสดงว่า

โครงการวิจัยเรื่อง: การเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์
ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง
จังหวัดขอนแก่น
(Life skills enhancement and social support application to prevent alcohol use among
junior high school students in extended opportunities education school, Muang district,
Khon Kaen province, Thailand)

ผู้วิจัย: นางราณี วงศ์คงเดช และคณะ

หน่วยงานที่สังกัด: นักศึกษาหลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น
โดยยึดหลักเกณฑ์ตามคำประกาศเฮลซิงกิ (Declaration of Helsinki)

ให้ไว้ ณ วันที่ 20 ธันวาคม พ.ศ. 2548

(รองศาสตราจารย์จารึก ศรีนครินทร์)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ลำดับที่ 4.2.19: 12/2548

เลขที่: HE481035

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Institutional Review Board Number; IRB00001189

สำนักงาน: 123 ถนนมิตรภาพ อ. เมือง ข. ขอนแก่น 40002

Federalwide Assurance; FWA00003418

โทร. (043) 363723, (043) 363749 โทรสาร (043) 348373

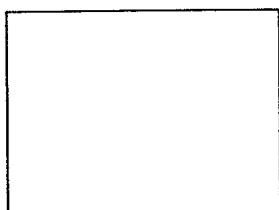
แบบฟอร์มยินยอมให้ทำการศึกษา

ข้าพเจ้า.....อายุ.....ปี
 อยู่บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....บ้าน.....ตำบล.....
 อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น เป็นบิดา/มารดา/ผู้ปกครองของ (ด.ญ.ด.ช)....
ได้รับฟังคำอธิบายจาก...นางราณี...วงศ์คงเดช..(ผู้วิจัย)

เกี่ยวกับการเป็นอาสาสมัครในโครงการวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น โดยได้อธิบายในหัวข้อต่อไปนี้

- วัตถุประสงค์และระยะเวลาที่ทำการวิจัย
- ขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติตัวที่ข้าพเจ้าต้องปฏิบัติ
- ผลประโยชน์ที่ข้าพเจ้าจะได้รับ
- ผลข้างเคียงหรืออันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโครงการ (ระบุนตามความเหมาะสมให้สอดคล้องกับลักษณะโครงการ)

และข้าพเจ้าสามารถถอนตัวจากการศึกษานี้เมื่อใดก็ได้ถ้าข้าพเจ้าปรารถนา โดยไม่กระทบกับการเรียนการสอนหรือผลประโยชน์อื่นใด ข้าพเจ้าได้อ่านและเข้าใจคำอธิบายข้างต้นแล้ว จึงได้ลงนามยินยอมเป็นอาสาสมัครของโครงการวิจัยดังกล่าว



ลายมือชื่ออาสาสมัคร.....

(.....)

ลายมือชื่อผู้ปกครอง.....

(.....)

ลายมือชื่อผู้วิจัย.....

(นางราณี วงศ์คงเดช)

พิมพ์ลายนิ้วมือขวา

(ในกรณีเขียนหนังสือไม่ได้)

พยาน.....(ไม่ใช่ผู้อธิบาย)

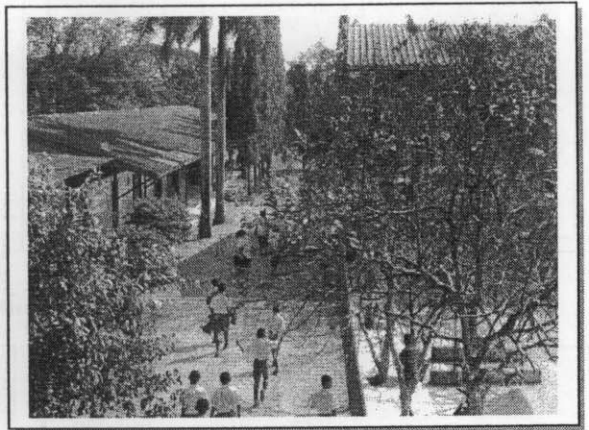
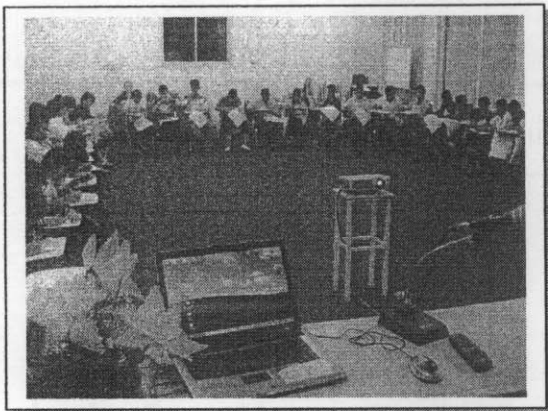
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ภาคผนวก ช
ภาพกิจกรรมค่ายทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคม

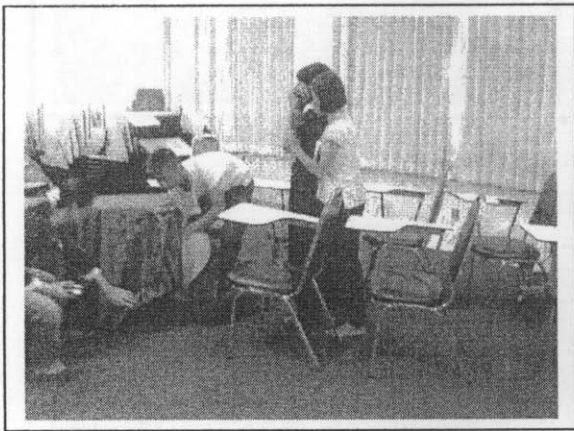
ภาพแสดงกระบวนการศึกษาและการจัดกิจกรรม
ค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงบันดาลใจทางสังคม

บริเวณและอาคารเรียนกลุ่มทดลอง

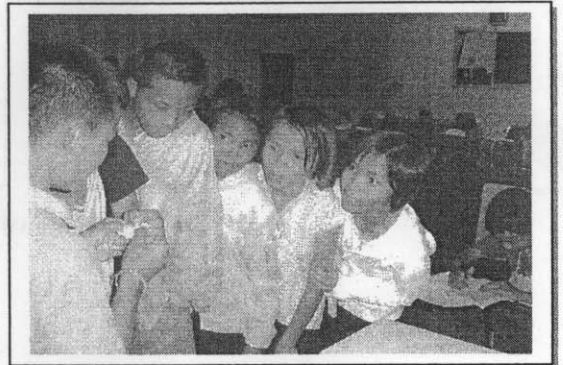
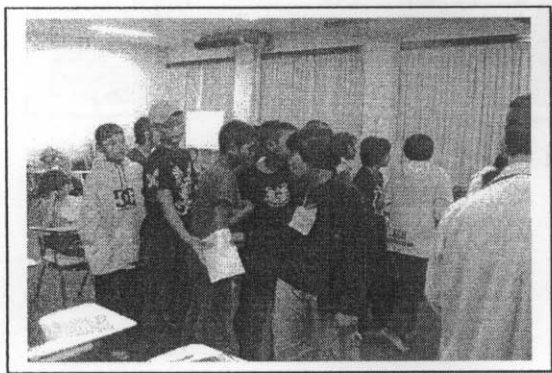
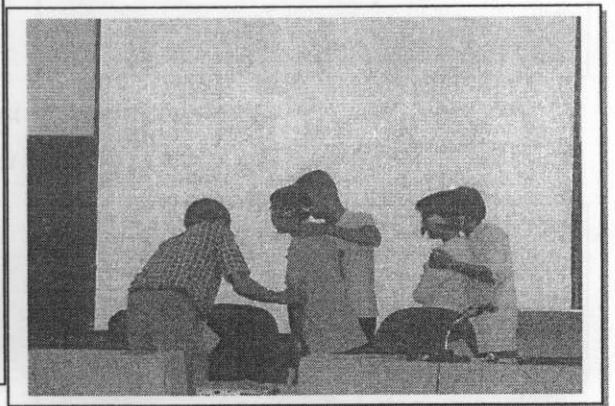


บรรยากาศ

ศูนย์ฝึกอบรมและพัฒนาสุขภาพภาคประชาชน ภาค
ตะวันออกเฉียงเหนือ สถานที่ตั้งค่ายฯ

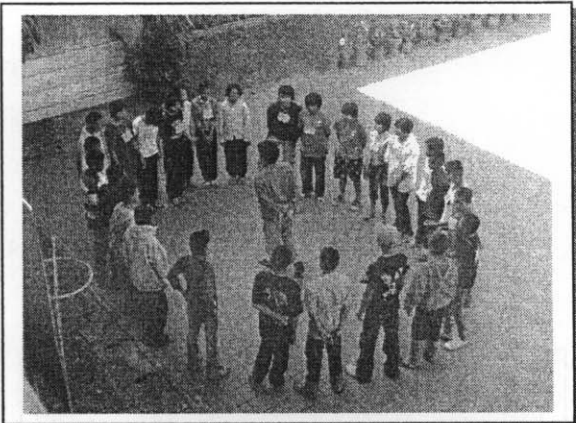
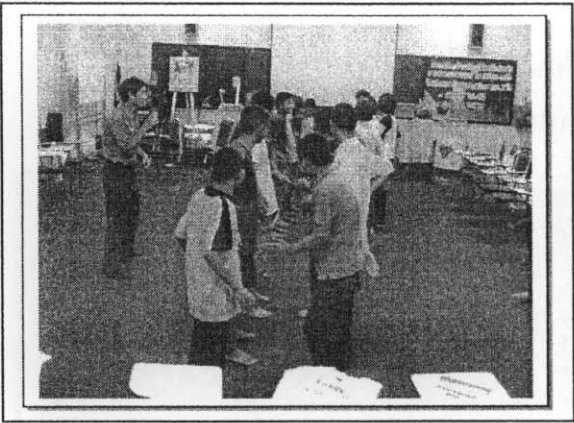


กิจกรรม ผู้นำ ผู้ตาม



กิจกรรมกลุ่ม

“คุณทำได้ ฉันทำได้ เราทำได้”



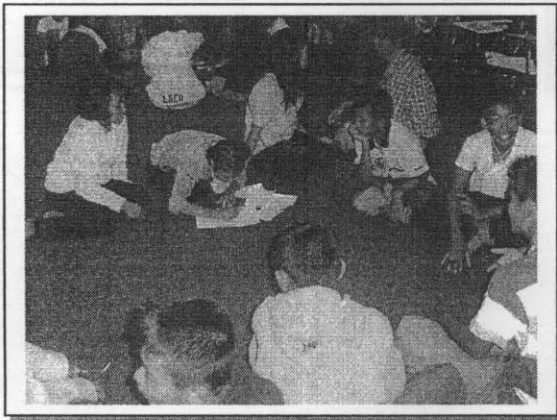
กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์



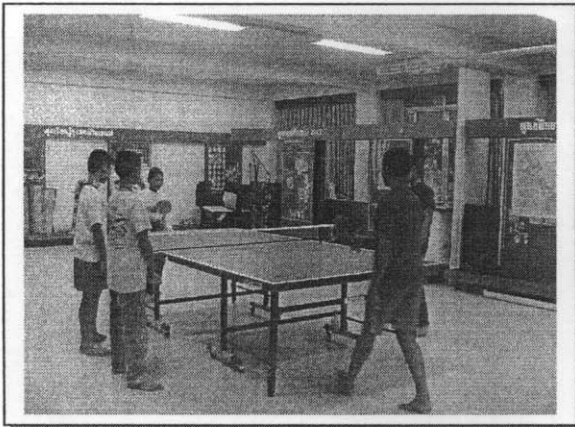
แลกเปลี่ยนความภาคภูมิใจ
(คุณค่าแห่งชีวิต)



กิจกรรม คุณค่าแห่งดอกไม้



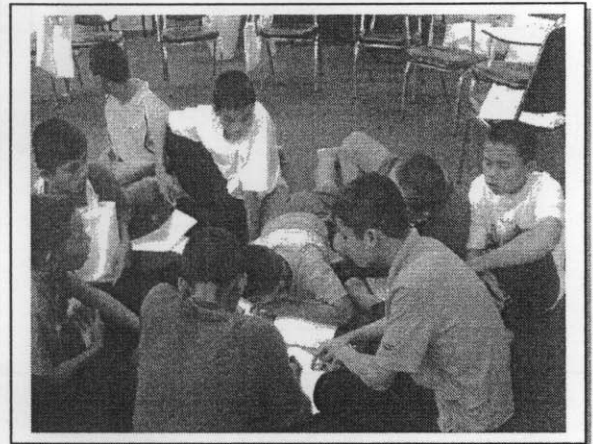
เล่นกีฬาขามเย็นบริหารร่างกายขามเช้า
ผ่านคลายขามบ่าย

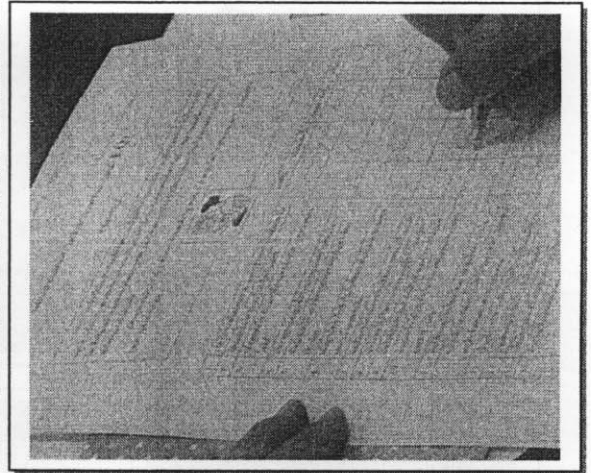
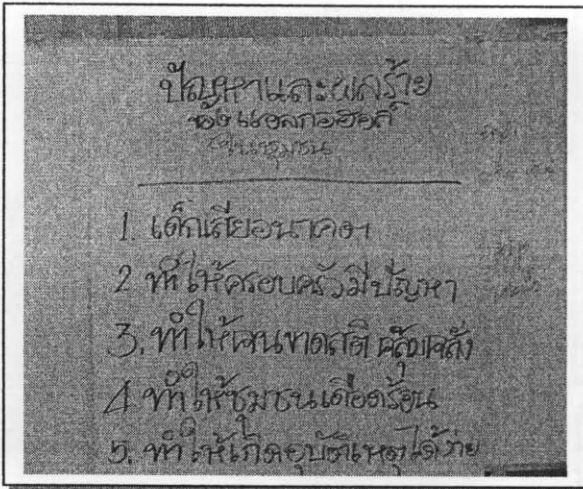


เกม บิงโก
รู้จักเพื่อนแค่ไหน ?

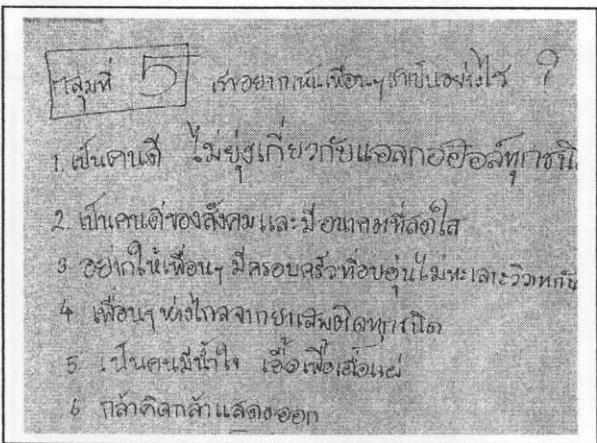
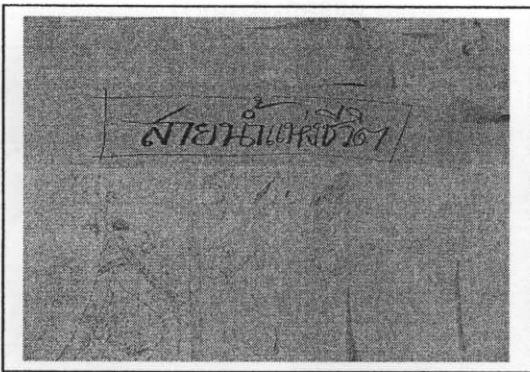


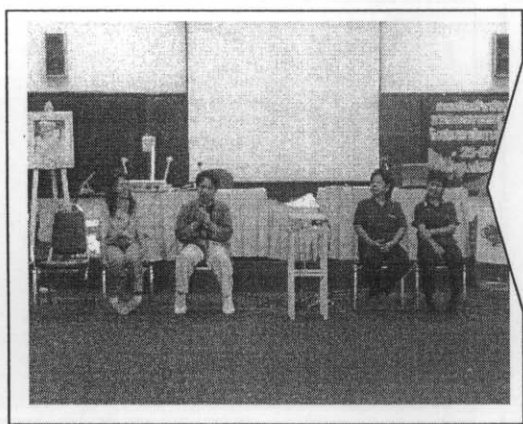
การระดมสมองและการนำเสนอ เป็นวิธีการที่ใช้
ตลอดกระบวนการ





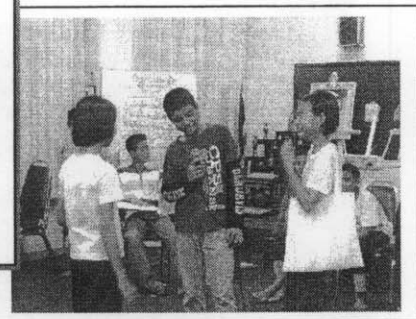
ผลงานของพลึงเยาวชน



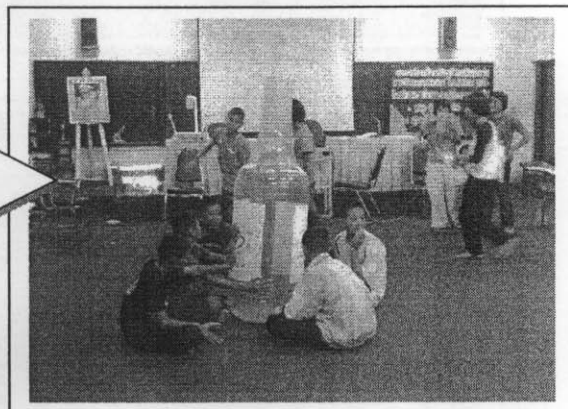


เวลาที่ชีวิต ...

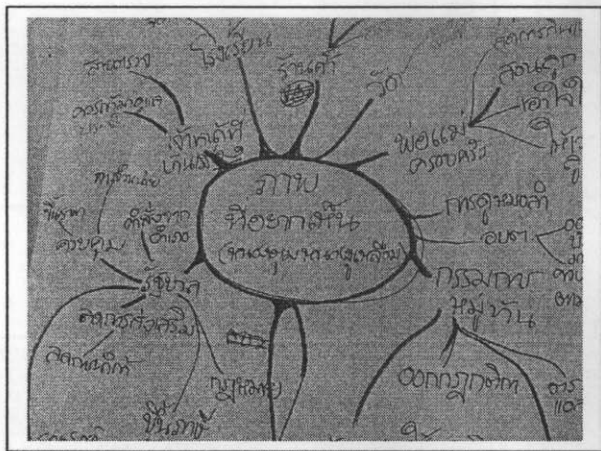
จาก
ประสบการณ์
จริง



บทบาทสมมุติ
ด้วยกระบวนการ สร้างสรรค์
ของสมาชิกค่าย ฯ

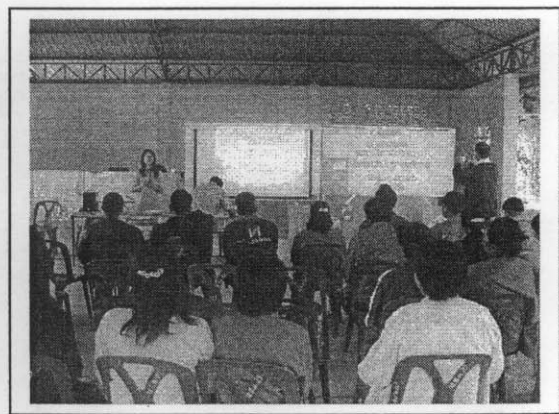


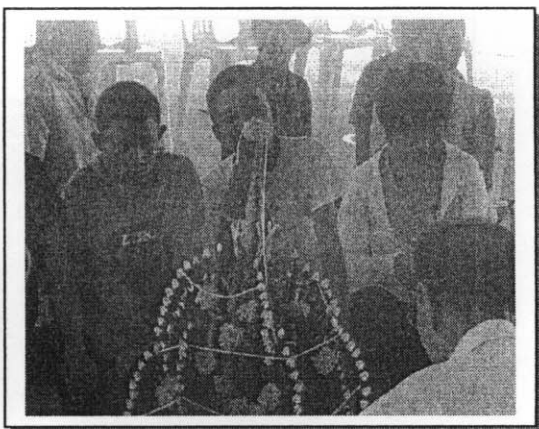
เวทีเสวนาชุมชน



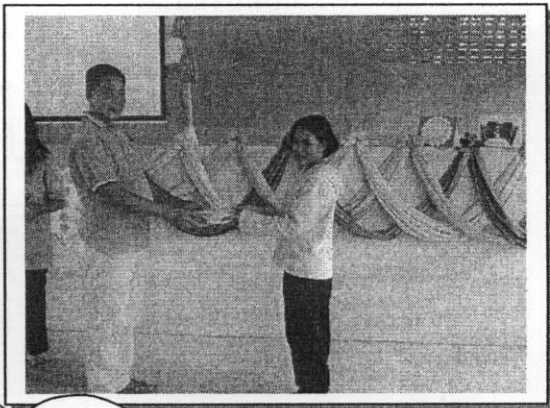
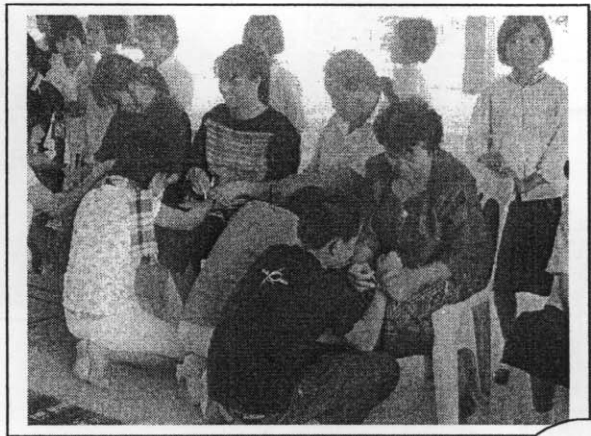
69012052626
828526

1. คออบคิ้ว ปู่ลูกสาวคนในขมกั๊ต
(พ่อแม่ เป็นเฒ่าอย่างกั๊ตที่ขมกั๊ต)
2. โรนเรียม สอดเสาะหาเรื่องคุณธรรม และ
~~คุณ~~ คุณลักษณะที่ดีในปราชญ์ ในทุกวิชา

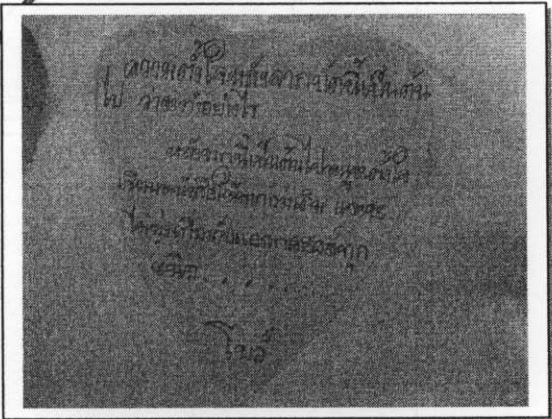
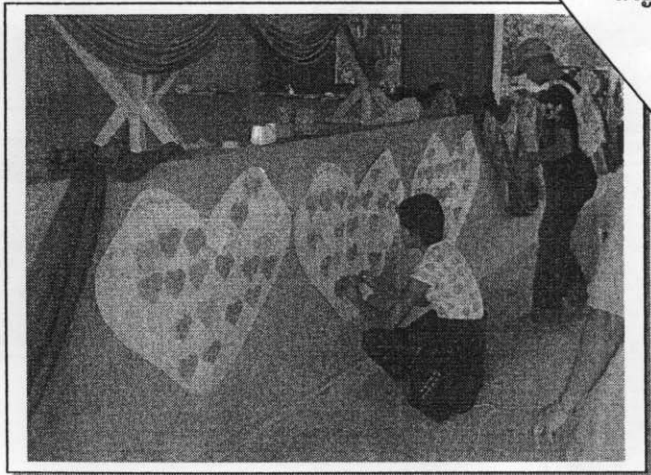




เดิมนวัญ กำลั้งใจ



สัญญาใจ





ธรรมะจากหลวงตา



สนทนากลุ่ม และเก็บข้อมูลหลังการทดลอง



ระยะติดตามผล



สมาชิกชั่วคราว ฯ 31 คน

ภาคผนวก ณ
แผนการศึกษาวิจัย

แผนการศึกษาวิจัย

ขั้นตอนการศึกษา	ระยะเวลา												หมายเหตุ
	มิ.ย. 48	ก.ค. 48	ส.ค. 48	ก.ย. 48	ต.ค. 48	พ.ย. 48	ธ.ค. 48	ม.ค. 49	ก.พ. 49	มี.ค. 49	เม.ย. 49	พ.ค. 49	
1. เตรียมคำถามวิจัย	■												
2. ทบทวนวรรณกรรม	■	■	■										
3. ศึกษาข้อมูลเบื้องต้นของพื้นที่			■										
4. เขียนโครงร่างวิทยานิพนธ์		■	■										
5. เสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ			■	■									
6. ปรับปรุงโครงร่างวิทยานิพนธ์				■									
7. เสนอขอสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์				■									
8. ออกแบบเครื่องมือเก็บข้อมูลและทดลองใช้					■	■	■						
9. เก็บข้อมูลก่อนให้โปรแกรมแก่กลุ่มเป้าหมาย							■						
10. ดำเนินการให้โปรแกรมแก่กลุ่มเป้าหมาย								■					
11. เก็บข้อมูลหลังให้โปรแกรม (2 ครั้ง)								■	■				
12. วิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผล									■				
13. เขียนรายงานการศึกษา									■	■	■		
14. เสนอขอสอบวิทยานิพนธ์										■			
15. จัดพิมพ์และเข้ารูปเล่มวิทยานิพนธ์											■		