

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
คำอุทิศ	ค
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 คำถามการวิจัย	4
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
1.4 สมมติฐานในการทำวิจัย	4
1.5 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	4
1.6 ความหมายหรือนิยามศัพท์เฉพาะ	5
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
2.1 แอลกอฮอล์กับสังคมไทย ความเชื่อและวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป	7
2.2 ความรู้และผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์	8
2.3 กฎหมาย มาตรการ และแนวทางในการควบคุมและแก้ไขการบริโภคแอลกอฮอล์	13
2.4 พัฒนาการของวัยรุ่นกับการดื่มแอลกอฮอล์	18
2.5 การเสริมสร้างทักษะชีวิต เกราะป้องกันแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น	21
2.6 แรงสนับสนุนจากสังคม กระบวนการมีส่วนร่วมที่สำคัญ	36
2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	39
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
3.1 รูปแบบการวิจัย	47
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	48
3.3 เครื่องมือและขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	52
3.4 การพิจารณาด้านจริยธรรม	59
3.5 แผนการวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	60

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและอภิปรายผล	
4.1 ผลการวิจัย	61
4.2 การอภิปรายผล	91
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการวิจัย	107
5.2 จุดแข็งและข้อจำกัดในการวิจัย	110
5.3 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย	111
5.4 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	113
เอกสารอ้างอิง	115
ภาคผนวก	127
ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	129
ภาคผนวก ข คู่มือการทดลอง	147
ภาคผนวก ค การคำนวณขนาดตัวอย่างและความยากง่ายของแบบสอบถาม	167
ภาคผนวก ง ตารางวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่ม	173
ภาคผนวก จ ผลการเรียนรู้	197
ภาคผนวก ฉ รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือ	211
ภาคผนวก ช หนังสือรับรองการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์	215
ภาคผนวก ซ ภาพกิจกรรมการเข้าค่ายทักษะชีวิตกับแรงบันดาลใจทางสังคม	221
ภาคผนวก ฌ แผนการศึกษาวิจัย	231
ประวัติผู้เขียน	237

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	61
ตารางที่ 2	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนด้านความคิด วิจารณ์ญาณและความคิดสร้างสรรค์ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล	68
ตารางที่ 3	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนทักษะชีวิตด้าน ความภาคภูมิใจและความรับผิดชอบต่องานก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะ ติดตามผล	69
ตารางที่ 4	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนการตัดสินใจและ การแก้ไขปัญหาการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล	69
ตารางที่ 5	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนด้านการสื่อสาร และการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล	70
ตารางที่ 6	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนด้านการจัดการกับ อารมณ์และความเครียดก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล	70
ตารางที่ 7	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนการได้รับการ สนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและ ระยะติดตามผล	71
ตารางที่ 8	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนการปฏิเสธเมื่อถูก ชักชวนให้ดื่มแอลกอฮอล์ หลังการทดลองและระยะติดตามผล	72
ตารางที่ 9	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนนพฤติกรรมเพื่อ ป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ ในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์ การมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล	72
ตารางที่ 10	เปรียบเทียบความแตกต่างค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความคิดวิจารณ์ญาณและความคิด สร้างสรรค์ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อน หลังทดลอง และระยะ ติดตามผล	73
ตารางที่ 11	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิต ด้านความภาคภูมิใจและความ รับผิดชอบต่องานภายในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ ในระยะก่อน หลังทดลองและ ระยะติดตามผล	74
ตารางที่ 12	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและการ แก้ปัญหภายในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและ ระยะติดตามผล	75
ตารางที่ 13	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการสื่อสารและการ ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นภายในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ ในระยะก่อน หลังทดลอง และ ระยะติดตามผล	76
ตารางที่ 14	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และ ความเครียดภายในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ ในระยะก่อน หลังทดลอง และระยะ ติดตามผล	77

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่ 15	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการได้รับการสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ภายในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ ในระยะก่อนทดลองและหลังทดลอง และระยะติดตามผล	78
ตารางที่ 16	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยในด้านทักษะการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์เมื่อถูกชักชวนภายในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ ในระยะก่อนและหลังทดลอง และก่อนทดลองและระยะติดตามผล	80
ตารางที่ 17	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์และการมีพฤติกรรมส่งเสริมภายในกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบ ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และระยะติดตามผล	81
ตารางที่ 18	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความคิดวิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและ ระยะติดตามผล	84
ตารางที่ 19	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจและรับผิดชอบต่อสังคมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และติดตามผล	85
ตารางที่ 20	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา ระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล	86
ตารางที่ 21	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล	87
ตารางที่ 22	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล	88
ตารางที่ 23	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการได้รับการสนับสนุนทางสังคมระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล	89
ตารางที่ 24	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์เมื่อถูกชักชวน ระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล	90
ตารางที่ 25	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์และการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ระหว่างกลุ่มทดลองและเปรียบเทียบในระยะก่อนทดลอง หลังทดลองและ ระยะติดตามผล	91
ตารางที่ 26	ข้อมูลทักษะความภาคภูมิใจและความรับผิดชอบต่อสังคมของกลุ่มทดลอง	175
ตารางที่ 27	ข้อมูลทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาของกลุ่มทดลอง	177

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่ 28	ข้อมูลทักษะการสื่อสารและการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นของกลุ่มทดลอง	178
ตารางที่ 29	ข้อมูลทักษะการได้รับการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มทดลอง	166
ตารางที่ 30	ข้อมูลทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของกลุ่มทดลอง	168
ตารางที่ 31	ข้อมูลทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง	170
ตารางที่ 32	ข้อมูลพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง	171
ตารางที่ 33	ข้อมูลความคิดวิจารณ์ญาณและความคิดสร้างสรรค์ของกลุ่มทดลอง	173
ตารางที่ 34	ข้อมูลทักษะความภาคภูมิใจและความรับผิดชอบต่อสังคมของกลุ่มเปรียบเทียบ	174
ตารางที่ 35	ข้อมูลทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาของกลุ่มเปรียบเทียบ	176
ตารางที่ 36	ข้อมูลทักษะการสื่อสารและการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นของกลุ่มเปรียบเทียบ	178
ตารางที่ 37	ข้อมูลทักษะการได้รับการสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มเปรียบเทียบ	181
ตารางที่ 38	ข้อมูลทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของกลุ่มเปรียบเทียบ	183
ตารางที่ 39	ข้อมูลทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มเปรียบเทียบ	185
ตารางที่ 40	ข้อมูลพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มเปรียบเทียบ	186
ตารางที่ 41	ข้อมูลความคิดวิจารณ์ญาณและความคิดสร้างสรรค์ของกลุ่มเปรียบเทียบ	188
ตารางที่ 42	ข้อมูลจำนวน ร้อยละของความสามารถทางอารมณ์	189
ตารางที่ 43	ข้อมูลจำนวน ร้อยละของการประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง	192
ตารางที่ 44	แผนการศึกษาวิจัย	233

สารบัญภาพ

		หน้า
ภาพที่ 1	ผลของแอลกอฮอล์ที่มีผลต่อสมอง	10
ภาพที่ 2	ปัญหารอบตัวเด็ก และทักษะชีวิตที่พึงมี	22
ภาพที่ 3	องค์ประกอบของทักษะชีวิตของกรมอนามัย	24
ภาพที่ 4	หลักในการมีความคิดสร้างสรรค์	26
ภาพที่ 5	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม องค์ประกอบส่วนบุคคล และองค์ประกอบทางสิ่งแวดล้อม	31
ภาพที่ 6	ชั้นการเรียนรู้โดยการสังเกตและเลียนแบบ	29
ภาพที่ 7	ส่วนประกอบของการเรียนรู้ชั้นการรับมาซึ่งการเรียนรู้	30
ภาพที่ 8	กระบวนการในการเรียนรู้โดยการสังเกต	30
ภาพที่ 9	กระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิต	31
ภาพที่ 10	กระบวนการสอนทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย	32
ภาพที่ 11	กระบวนการสอนทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย	32
ภาพที่ 12	ผลจากกระบวนการสอนทักษะชีวิต	33
ภาพที่ 13	ตัวอย่างโปรแกรมการป้องกันยาเสพติด แอลกอฮอล์หรือยาเสพติดชนิดอื่น	34
ภาพที่ 14	ผลลัพธ์ของกระบวนการสอนทักษะชีวิต	36
ภาพที่ 15	สรุปแนวคิดที่พึงประสงค์ในการวิจัย	39
ภาพที่ 16	กรอบแนวคิดในการวิจัย	46
ภาพที่ 17	รูปแบบการวิจัย	47
ภาพที่ 18	แผนภูมิการทดลองกระบวนการสร้างเสริมทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคม	47
ภาพที่ 19	ขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัย	50
ภาพที่ 20	แผนที่ความคิดแสดงสถานการณ์และผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์	200
ภาพที่ 21	แผนที่ความคิดแสดงภาพที่อยากเห็นจากเวทีเสวนาชุมชน	201
ภาพที่ 22	ตัวอย่างการกำหนดเป้าหมายชีวิตของนักเรียนที่เข้าร่วมค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิต	206