

ชื่อวิทยานิพนธ์ การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ ในนักเรียนชั้น
 มัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
 ผู้วิจัย พิศมัย สุขอมรัตน์
 ปรินญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)
 สาขาวิชาเอกสุขศึกษา

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

นิรัตน์ อิมามี วท.บ. (เกียรตินิยม), M.P.H., Ph.D.

บุญยง เกี่ยวการค้า วท.บ., ค.ม., M.P.H., Dr.P.H.

เฉลิมพล ตันสกุล กศ.บ., กศ.ม., ส.ด.

วันที่สำเร็จการศึกษา 13 พฤษภาคม พ.ศ.2540

บทคัดย่อ

การสูบบุหรี่นอกจากเป็นสาเหตุการป่วยและการตายด้วยโรกระบบทางเดินหายใจ
 ยังเป็นสาเหตุของการติดยาเสพติดชนิดร้ายแรง การพัฒนาทักษะชีวิตที่จำเป็นจะช่วยป้องกันการ
 การสูบบุหรี่ได้

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของ
 โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัด
 กรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลกและกรมอนามัย กลุ่ม
 ตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 86 คน เป็นกลุ่มทดลอง 46 คน กลุ่ม
 เปรียบเทียบ 40 คน โปรแกรมสุขศึกษาที่จัดให้แก่โรงเรียนทดลอง ประกอบด้วยแผน
 การสอน จำนวน 7 แผน มีลักษณะเป็นคู่มือครู ซึ่งประกอบด้วย การเห็นคุณค่าในตนเอง
 ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ และทักษะการจัดการกับความเครียด โดยเน้นการ
 เรียนรู้จากสถานการณ์จำลอง บรรยายนำสั้น ๆ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และฝึก
 ปฏิบัติโดยแสดงบทบาทสมมติ การเก็บรวบรวมข้อมูลกระทำ 3 ครั้งก่อนการทดลอง หลัง
 การทดลอง 1 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ โดยใช้แบบสอบถามและวิธี
 "โบกัส ไลฟ์ไลน์"

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจไม่สมบูรณ์
ทักษะการปฏิเสธ โดยไม่เสียสัมพันธภาพ และมีพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ดีกว่าก่อนการ
ทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเองและทักษะ
การจัดการกับความเครียดดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการทักษะชีวิตสามารถนำมาใช้ในการ
การพัฒนาทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันการสูบบุหรี่ได้ ดังนั้น จึงควรประยุกต์โปรแกรม
ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นอื่น ๆ ต่อไป