

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการศึกษา

การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (quasi-experimental designs) ชนิด 1 กลุ่มวัดก่อนหลัง (one group Pre-Post test) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่ม ต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นอายุ 14-18 ปี ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน ปีการศึกษา 2550

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่วัยรุ่นทั้งเพศชายและหญิงอายุ 14-18 ปี ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน ปีการศึกษา 2550

กลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ตามจำนวนวัยรุ่นทั้งเพศชายและหญิงอายุ 14-18 ปี ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน ปีการศึกษา 2550 ที่มีพฤติกรรมการดื่มแบบเสี่ยง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยมีอำนาจการทำนาย (power analysis) ที่ระดับอำนาจการทดสอบ 0.80 ค่าระดับนัยสำคัญที่ 0.05 (Polit & Beck, 2004) และคำนวณอิทธิพลของขนาดตัวอย่าง (effect size) เท่ากับ 0.86 ซึ่งคำนวณได้จากการศึกษาเรื่อง ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น (สมพร สิทธิสงคราม, 2549) ได้กลุ่มตัวอย่าง 11 ราย จากนั้นเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย โดยวิธีการจับฉลากรายชื่อเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 11 ราย จากนักเรียนที่มีพฤติกรรมการดื่มแบบเสี่ยง จำนวนทั้งหมด 82 รายและกำหนดคุณสมบัติกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. มีพฤติกรรมการดื่มสุราแบบเสี่ยง ประเมิน โดยแบบประเมินพฤติกรรมการดื่ม (The Alcohol Use Disorder Identification Test [AUDIT]) มีระดับคะแนนอยู่ระหว่าง 8-15 คะแนน
2. สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยได้เข้าใจ และอ่านออก เขียนได้
3. ยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษา และผู้ปกครองอนุญาตให้เข้าร่วมการศึกษา

## เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย

### 1. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับชั้นการศึกษา อายุที่เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ครั้งแรก ชนิดของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ดื่มเป็นประจำ และรายได้ที่ได้รับต่อเดือน

1.2 แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการดื่ม AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test [WHO]) ซึ่งองค์การอนามัยโลกเป็นผู้พัฒนาเครื่องมือนี้ขึ้น โดยนักวิชาการจากประเทศต่างๆ และได้ผ่านการทดลองใช้ในหลายประเทศทั่วโลก สำหรับในประเทศไทยแบบประเมินนี้ได้รับการแปลโดย สาวิตรี อัยฉานกักรัชย์ ในปี พ.ศ. 2544 และนำมาใช้ในสถานบริการทุกระดับ และบุคคลทั่วไปสามารถประเมินได้ด้วยตนเอง มีค่าความไว (sensitivity) 96% และความจำเพาะ (specificity) 96% ในการตรวจพบภาวะการดื่มที่เป็นอันตราย และมีค่าความไว (sensitivity) 87% และความจำเพาะ (specificity) 81% ในการตรวจพบภาวะการดื่มที่มีปัญหา แบ่งเป็น 4 ระดับ คือ (กรมสุขภาพจิต, 2549)

คะแนน 0-7 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบเสี่ยงน้อย (Low risk drinking)

คะแนน 8-15 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบเป็นอันตรายหรือเสี่ยง (Hazardous drinking หรือ risky drinking)

คะแนน 16-19 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบมีปัญหา (Harmful drinking)

คะแนน  $\geq 20$  คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบติด (Alcohol dependence)

ทั้งนี้ในการศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาได้ปรับระยะเวลาในข้อคำถามให้สอดคล้องกับบริบทของเรื่องที่ทำการศึกษา

### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการ

ปฏิบัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็น โปรแกรมที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นจากการศึกษาดำรงเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามแนวคิดทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของแบนดูรา (Bandura, 1997) ซึ่งการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ได้จากแหล่งข้อมูล 4 แหล่งคือ

2.1 การเรียนรู้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเองในการปฏิบัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (performance accomplishment)

2.2 การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่นในการปฏิบัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (vicarious experience)

2.3 การใช้คำพูดชักจูงเพื่อให้บุคคลเชื่อว่าตนเองสามารถจะประสบความสำเร็จในการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ (verbal persuasion)

2.4 การส่งเสริมให้มีสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ ให้มีความพร้อมต่อการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

มีกิจกรรมตามแผนคือ มีการกำหนดให้เข้ากลุ่ม จำนวน 7 ครั้ง ครั้งละ 45-60 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 4 สัปดาห์ กิจกรรมหลักในการดำเนินการแต่ละครั้งมีดังนี้

ครั้งที่ 1 การส่งเสริมสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ครั้งที่ 2 การส่งเสริมสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ครั้งที่ 3 การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่นในการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ครั้งที่ 4 การใช้คำพูดชักจูงเพื่อให้บุคคลเชื่อว่าตนเองสามารถจะประสบความสำเร็จในการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้

ครั้งที่ 5 การเรียนรู้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเองในการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ครั้งที่ 6 การเรียนรู้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเองในการปฏิบัติเสการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ครั้งที่ 7 สรุปและยุติการทำกลุ่ม กิจกรรมประกอบด้วย

#### การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในการศึกษานี้ ผู้ศึกษาได้ดำเนินการดังต่อไปนี้

##### 1. การหาความตรงของเครื่องมือ (content validity)

1.1 แบบประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test [WHO]) ซึ่งองค์การอนามัยโลกเป็นผู้พัฒนาเครื่องมือนี้ขึ้น โดยนักวิชาการจากประเทศต่างๆ และได้ผ่านการทดลองใช้ในหลายประเทศทั่วโลก สำหรับในประเทศไทยแบบประเมินนี้ได้รับการแปลโดย ศาวิตรี อัยฉางค์กรชัย ในปี พ.ศ. 2544 และนำมาใช้ในสถานบริการทุกระดับ และบุคคลทั่วไปสามารถประเมินได้ด้วยตนเอง มีค่าความไว (sensitivity) 96% และความจำเพาะ (specificity) 96% ในการตรวจพบภาวะการดื่มที่เป็นอันตราย และมีค่าความไว (sensitivity) 87% และ

ความจำเพาะ (specificity) 81% ในการตรวจพบภาวะการดื่มที่มีปัญหา(กรมสุขภาพจิต, 2549)และเป็นที่ยอมรับในการนำไปใช้ การศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาปรับระยะเวลาในข้อคำถามให้สอดคล้องกับบริบทของเรื่องที่ศึกษาโดยไม่ได้แก้ไขเนื้อหาใด จึงไม่ได้นำแบบประเมินไปหาความตรงตามเนื้อหาซ้ำอีกครั้ง

1.2 โปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ผู้ศึกษาจะได้นำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ได้แก่ จิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการบำบัดผู้ติดสุรา 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้มีความรู้ด้านแนวคิดการเพิ่มสมรรถนะแห่งตน 2 ท่าน พยาบาลผู้มีความรู้ด้านการบำบัดสุรา 2 ท่าน จากนั้นผู้ศึกษาได้นำโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ และผ่านการทดลองใช้กับนักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 2 ราย เพื่อประเมินความเข้าใจในเนื้อหา และความเหมาะสมของกิจกรรม

## 2. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability)

แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ ใช้ประเมินภาวะติดแอลกอฮอล์ (The Alcohol Use Disorder Identification Test [AUDIT]) ขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2001) แปลโดย สาวิตรี อัยนงกรณ์ชัย ในปี พ.ศ. 2544 ตรวจสอบความเชื่อมั่น (reliability) โดยนำไปทดลองใช้กับนักเรียนวัยรุ่นที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนมัธยมในเขตอำเภอบ้านธิ จังหวัดลำพูน ที่มีลักษณะเช่นเดียว กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย และได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค (Cronbach , s coefficient alpha) เท่ากับ 0 .84 ซึ่งเป็นค่าที่ยอมรับได้ (Polit, Beck, & Hungler, 2001)

## การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ศึกษาพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยนำเสนอ เรื่องที่ศึกษาครั้งนี้ต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่เพื่อพิจารณาขอความเห็นชอบ หลังจากนั้นจะเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อแนะนำตัวและอธิบายชี้แจงวัตถุประสงค์การศึกษาให้ได้รับทราบ และจัดทำเอกสารชี้แจงวัตถุประสงค์การศึกษาไปยังผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง สิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธในการเข้าร่วมการศึกษาค้นครั้งนี้จะไม่มีผลใดๆ ต่อการบริการพยาบาล สำหรับข้อมูลที่ได้ในการศึกษาผู้ศึกษาจะถือเป็นความลับ และนำไปใช้ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาเท่านั้น โดยจะนำเสนอข้อมูลที่ได้ในภาพรวมและหากกลุ่มตัวอย่างมีความไม่สบายใจในการเข้า

กลุ่ม สามารถออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลาหากต้องการ โดยไม่ต้องอธิบายเหตุผลใดๆ เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมการศึกษาและได้รับการอนุญาตจากผู้ปกครอง จึงให้ลงชื่อยินยอมในการให้ข้อมูลตอบแบบสอบถามและเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มแอลกอฮอล์

### การรวบรวมข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาได้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ภายหลังจากการพิจารณา จากคณะกรรมการจริยธรรมของคณะพยาบาลศาสตร์ ผู้ศึกษา ทำหนังสือถึงคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขออนุมัติดำเนินการวิจัย
2. ผู้ศึกษาขอหนังสือจากคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ถึงผู้อำนวยการ โรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล
3. เมื่อได้รับหนังสืออนุมัติจากผู้อำนวยการ โรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม ผู้ศึกษาเข้าพบผู้อำนวยการ โรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ผู้ศึกษาคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 11 คน เพื่อเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
5. ผู้ศึกษาเข้าพบกลุ่มตัวอย่างชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขึ้นตอน ระยะเวลา จำนวนครั้งของการเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการพิทักษ์กลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งจัดทำเอกสารชี้แจงและขออนุญาตเข้าร่วมโปรแกรม ไปถึงผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง
6. ผู้ศึกษาดำเนินการใช้โปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยมีกิจกรรมกลุ่มทั้งหมด 7 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที ซึ่งกิจกรรมแต่ละครั้ง เป็นไปตามแหล่งข้อมูล 4 แหล่งสำหรับการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมหลักในการดำเนินการแต่ละครั้งมีดังนี้

**ครั้งที่ 1 การส่งเสริมสถานะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิเสหการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมประกอบด้วย**

- 1) ชี้แจงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของโปรแกรม (10 นาที)

2) สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มและระหว่างสมาชิกกลุ่มด้วยกันเอง โดยให้ทำกิจกรรมกลุ่ม “มารู้จักกัน” (15 นาที)

3) ส่งเสริมสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิเสศการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยให้ทำกิจกรรม “ขยับกายคลายเครียด” (30 นาที)

4) สรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถามข้อสงสัย

**ครั้งที่ 2 การส่งเสริมสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิเสศการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมประกอบด้วย**

1) เปิดกลุ่ม กล่าวทักทาย ให้สมาชิกทำกิจกรรม “ฝนตก ฟ้าร้อง ฟ้าผ่า” เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และให้สมาชิกได้เรียนรู้เรื่องการฝึกสมาธิ และการไม่หวั่นไหวกับการชักจูงของผู้อื่น โดยหลังจบกิจกรรมให้สมาชิกกลุ่มอภิปรายร่วมกันถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม ผู้นำกลุ่มเป็นผู้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการอภิปราย และสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรม (15 นาที)

2) ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ฉันกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนถึงประสบการณ์ในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในการดื่มและสมรรถนะของตนเองในการปฏิเสศเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (15 นาที )

3) ส่งเสริมสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิเสศการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยการทำกิจกรรม “สมาธิ พิชิตความเครียด” (30 นาที)

4) สรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นซักถามข้อสงสัย

**ครั้งที่ 3 การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่นในการปฏิเสศการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมประกอบด้วย**

1) เปิดกลุ่ม กล่าวทักทาย ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “มะเขือ เสือ แพะ” เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และฝึกการใช้ความคิดสร้างสรรค์ โดยหลังจบกิจกรรมให้สมาชิกกลุ่มอภิปรายร่วมกันถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม ผู้นำกลุ่มเป็นผู้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการอภิปราย และสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรม (15 นาที)

2) ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ปฏิเสศอย่างไรให้สำเร็จ” เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่นในการปฏิเสศการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งจะก่อให้เกิดแรงจูงใจและความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการปฏิเสศการดื่ม (45 นาที)

3) สรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นซักถามข้อสงสัย

**ครั้งที่ 4 การใช้คำพูดชักจูงเพื่อให้บุคคลเชื่อว่าตนเองสามารถจะประสบความสำเร็จในการปฏิเสขการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ กิจกรรมประกอบด้วย**

1) เปิดกลุ่ม กล่าวทักทาย ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ตามฉันมา” เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ในการใช้วิจารณญาณ ในการเลือกที่จะทำตามหรือปฏิเสธผู้อื่น โดยหลังจบกิจกรรมให้สมาชิกกลุ่มอภิปรายร่วมกันถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม ผู้นำกลุ่มเป็นผู้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการอภิปราย และสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรม (10 นาที)

2) ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ฝันร้ายของแก้ม” และ “เหล้า เพื่อนรักที่ทำร้ายผม” เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตระหนักถึงโทษและพิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (20 นาที)

3) ให้สมาชิกกลุ่ม แต่ละคนแสดงความคิดเห็นถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรม และกระตุ้นให้ทบทวนถึงประสบการณ์การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของตนเอง เพื่อให้เกิดแรงจูงใจและเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการปฏิเสขการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (30 นาที)

4) สรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นซักถามข้อสงสัย

**ครั้งที่ 5 การเรียนรู้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเองในการปฏิเสขการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมประกอบด้วย**

1) เปิดกลุ่ม กล่าวทักทาย ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ไปง้อหย่า” เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ถึงอิทธิพลของคนและสถานการณ์รอบข้างที่บีบคั้นซึ่งอาจทำให้การตัดสินใจผิดพลาด โดยหลังจบกิจกรรมให้สมาชิกกลุ่มอภิปรายร่วมกันถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม ผู้นำกลุ่มเป็นผู้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการอภิปราย และสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรม(10นาที)

2) ให้สมาชิกกลุ่ม เล่าประสบการณ์ในการปฏิเสขการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของตนเองที่ประสบความสำเร็จ และบอกถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ปัจจัยที่สามารถทำให้ปฏิเสขการดื่มได้สำเร็จ (45 นาที)

3) สรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นซักถามข้อสงสัย

**ครั้งที่ 6 การเรียนรู้ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเองในการปฏิเสขการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมประกอบด้วย**

1) เปิดกลุ่ม กล่าวทักทาย ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ทำเรื่อง” เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ถึงความเชื่อมั่นในตนเอง ที่จะยืนหยัดกระทำ

ในสิ่งที่ถูกต้อง ไม่เคลื่อนตามบุคคล หรือสถานการณ์ โดยหลังจบกิจกรรมให้สมาชิกกลุ่มอภิปรายร่วมกันถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม ผู้นำกลุ่มเป็นผู้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการอภิปราย และสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรม (15 นาที)

2) ให้สมาชิกกลุ่มเล่าประสบการณ์ในการปฏิบัติภารกิจดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของตนเองที่ไม่ประสบความสำเร็จ และบอกถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้ปฏิบัติภารกิจดื่มไม่สำเร็จ (45 นาที)

3) สรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นซักถามข้อสงสัย

### ครั้งที่ 7 สรุปและยุติการทำกลุ่ม กิจกรรมประกอบด้วย

1) เปิดกลุ่ม กล่าวทักทาย สรุปกิจกรรม และประเด็นสำคัญของกิจกรรมร่วมกับสมาชิกตั้งแต่ครั้งที่ 1-6 (10 นาที)

2) ร่วมกับสมาชิกกลุ่มจัดกิจกรรม “Party no Alc.” ร่วมร้องเพลงรณรงค์การงดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกิจกรรมนันทนาการ (20 นาที)

3) ผู้นำกลุ่มกล่าวปิดกลุ่ม ให้สมาชิกตอบแบบประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDIT นัดหมายครั้งต่อไป อีก 2 สัปดาห์ (15)

หลังการทำกิจกรรมทุกครั้ง ผู้ศึกษายบันทึกผลการทำกิจกรรมและประเมินผลในแต่ละครั้ง ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ รวมทั้งประเมินความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม การมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม การแสดงความคิดเห็น การทำงานที่มอบหมายให้ และประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDIT เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมในโปรแกรม และประเมินซ้ำอีก 2 สัปดาห์ รวม 6 สัปดาห์

7. นำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบความถูกต้องก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่ได้ ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตน ในการปฏิบัติภารกิจดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์ทางสถิติ ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. ข้อมูลคะแนนพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ก่อนและหลังสิ้นสุดการทดลอง และหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ นำมาวิเคราะห์เปรียบเทียบโดยโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเมื่อมีการวัดซ้ำ (One-way repeated measures ANOVA) เนื่องจากข้อมูลที่ได้มีการแจกแจง

เป็นโค้งปกติเมื่อทดสอบด้วยสถิติโคลโมโกรอฟ-สไมนอฟ (Kolmogorov-Smirnov Test) และทดสอบความแตกต่างรายคู่คะแนนพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ด้วย วิธี ฟิชเชอร์ (Fisher's least significant difference [LSD])



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved