

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัย ครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research Design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาและบุหรี่ของเด็กอายุระหว่าง 10-18 ปี ในศูนย์สงเคราะห์เด็กเคสสถานมรกด ตำบลสบเปิง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ต่อการเปลี่ยนแปลงในเรื่องทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เกี่ยวข้องกับสุราและบุหรี่ โดยใช้กิจกรรมต่างๆ เพื่อให้เด็กได้มีส่วนร่วมเพื่อที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินงานวิจัยดังนี้

1. ประชากร
2. เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย
3. วิธีการดำเนินการวิจัย
4. การสร้างเครื่องมือ
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากร

ประชากร ที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กอายุระหว่าง 10-18 ปี ในศูนย์สงเคราะห์เด็กเคสสถานมรกด ตำบลสบเปิง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 27 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

- 1.1 แบบสอบถามก่อนทำกิจกรรม มีทั้งหมด 5 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลลักษณะทั่วไปและสถานการณ์ของประชากร เป็นแบบสอบถามชนิดตรวจสอบรายการ (Check-List) จำนวนทั้งหมด 17 ข้อ

ตอนที่ 2 ผู้วิจัยใช้แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองโดยดัดแปลงมาจากแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของ ชลศิริรัตน์ มาตผล (2551) ซึ่งศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดจันทรสโมสร กรุงเทพมหานคร ลักษณะของแบบวัดความรู้สึภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) มีจำนวนทั้งสิ้น 20 ข้อ ซึ่งเป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

มากที่สุด หมายถึง ข้อความตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อตนเองมากที่สุด

มาก หมายถึง ข้อความตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อตนเองมาก

ปานกลาง หมายถึง ข้อความตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อตนเองตรงบ้าง ไม่ตรงบ้าง

น้อย หมายถึง ข้อความตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อตนเองน้อย

น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อตนเองน้อยที่สุด

ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนน ดังนี้

|               |   |       |
|---------------|---|-------|
| มากที่สุดให้  | 5 | คะแนน |
| มาก ให้       | 4 | คะแนน |
| ปานกลางให้    | 3 | คะแนน |
| น้อย ให้      | 2 | คะแนน |
| น้อยที่สุดให้ | 1 | คะแนน |

ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนน ดังนี้

|               |   |       |
|---------------|---|-------|
| มากที่สุดให้  | 1 | คะแนน |
| มากให้        | 2 | คะแนน |
| ปานกลางให้    | 3 | คะแนน |
| น้อยให้       | 4 | คะแนน |
| น้อยที่สุดให้ | 5 | คะแนน |



การแปลผลคะแนนรวมของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง ใช้เกณฑ์การ

จัดระดับคะแนนความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนี้

- ค่าเฉลี่ย 4.51 -5.00 หมายถึง มีระดับคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองระดับมากที่สุด  
 ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มีระดับคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองระดับมาก  
 ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง มีระดับคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง  
 ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง มีระดับคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองระดับน้อย  
 ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง มีระดับคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 แบบสอบถามทักษะการตัดสินใจ โดยให้เลือกให้ตรงกับความคิดเห็น

ของตนเองเพียง 1 ข้อ จำนวนทั้งหมด 13 ข้อ เกณฑ์ในการให้คะแนนมีดัง ต่อไปนี้

- ถ้าเลือกการตัดสินใจที่ไม่เหมาะสม หรือเป็นผลเสียต่อตนเอง ให้ 1 คะแนน  
 ถ้าเลือกการตัดสินใจที่เหมาะสมน้อย และเป็นผลดีต่อ  
 ตนเองน้อย ให้ 2 คะแนน  
 ถ้าเลือกการตัดสินใจที่เหมาะสมปานกลางและเป็นผลดีต่อตนเอง  
 ปานกลาง ให้ 3 คะแนน  
 ถ้าเลือกการตัดสินใจที่เหมาะสมมากที่สุด และเป็นผลดีต่อตนเอง  
 มากที่สุด ให้ 4 คะแนน

ตอนที่ 4 แบบสอบถามทักษะการแก้ปัญหาโดยให้เลือกให้ตรงกับความคิดเห็น

ของตนเองเพียง 1 ข้อ จำนวนทั้งหมด 11 ข้อ เกณฑ์ในการให้คะแนนมีดัง ต่อไปนี้

- ถ้าเลือกการรับรู้ปัญหาและสาเหตุที่ไม่ตรงประเด็นให้ 1 คะแนน  
 ถ้าเลือกการรับรู้ปัญหาและสาเหตุที่ตรงประเด็นน้อยให้ 2 คะแนน  
 ถ้าเลือกการรับรู้ปัญหาและสาเหตุที่ตรงประเด็นปานกลางให้ 3 คะแนน  
 ถ้าเลือกการรับรู้ปัญหาและสาเหตุที่ตรงประเด็นมากที่สุดให้ 4 คะแนน

ตอนที่ 5 แบบสอบถามทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เกี่ยวข้องกับสุราและ

บุหรี่ โดยให้เลือกให้ตรงกับความคิดเห็นของตนเองเพียง 1 ข้อ จำนวนทั้งหมด 11 ข้อ เกณฑ์ในการให้คะแนนมีดัง ต่อไปนี้

|                                                                                                         |         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| ถ้าไม่ปฏิเสธและยอมทำตามเพื่อนชักชวน หรือการปฏิเสธ<br>แต่แสดงเหตุผลที่ไม่เหมาะสม                         | 1 คะแนน |
| ถ้าปฏิเสธแต่ไม่แสดงเหตุผล และความรู้สึกของตนเอง<br>ประกอบเหตุผล                                         | 2 คะแนน |
| ถ้าปฏิเสธประกอบเหตุผล และความรู้สึกของตนเอง ได้อย่าง<br>เหมาะสมปานกลาง                                  | 3 คะแนน |
| ถ้าปฏิเสธประกอบเหตุผล ความรู้สึก หรือปฏิเสธซ้ำ หรือ<br>มีการคัดค้านหรือต่อรอง ได้อย่าง เหมาะสมมากที่สุด | 4 คะแนน |

## 1.2 การสังเกตแบบมีส่วนร่วม

### 1.3 การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง

### 1.4 กล้องถ่ายรูปและกล้องวิดีโอ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมรูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยา  
และบุหรี่ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จากการศึกษาความรู้จากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำไป  
ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ และกำหนดเป็นโปรแกรมประกอบด้วย 7 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความคุ้นเคย

ขั้นตอนที่ 2 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 1 การสร้างทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 2 สุราและบุหรี่ทำลายชีวิตฉัน

ขั้นตอนที่ 4 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 3 การสร้างทักษะการตัดสินใจ

ขั้นตอนที่ 5 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 4 เรื่องทักษะการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 6 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 5 การสร้างทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้  
เกี่ยวข้องกับสุราและบุหรี่

ขั้นตอนที่ 7 การกระตุ้นเตือนและติดตามประเมินผลหลังทำกิจกรรมเป็นระยะ

โดยขั้นตอนที่ 1 จะเป็นการสร้างความคุ้นเคย เริ่มตั้งแต่เดือนธันวาคม 2552 เป็นต้นมา  
ใช้เวลาประมาณ 1 ปี ก่อนที่ผู้วิจัยจะเริ่มขั้นตอนต่อไป ซึ่งในขั้นตอนที่ 2-6 จะเป็นกิจกรรมการ  
เรียนรู้ที่เน้นการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ที่ประยุกต์จากแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การ  
อนามัยโลก กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข และกิจกรรมความเชื่อทางศาสนา ครั้งละ 3 ชั่วโมง  
เป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์ ซึ่งกิจกรรมประกอบด้วย การบรรยาย การระดมสมอง การสาธิต การแสดง  
บทบาทสมมติ เกม การอภิปรายกลุ่ม และกิจกรรมความเชื่อทางศาสนา ได้แก่ การร้องเพลง การ  
อธิษฐาน การศึกษาพระคัมภีร์ เพื่อฝึกให้เกิดทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ  
ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เกี่ยวข้องกับสุราและบุหรี่ และขั้นตอน

ที่ 7 จะเป็นการกระตุ้นเตือนและติดตามประเมินผลหลังทำกิจกรรมเป็นระยะ ผู้วิจัยใช้เวลาครั้งละประมาณ 2 ชั่วโมง โดยใช้เวลาช่วงเช้าวันหยุดที่ผู้วิจัย ครอบครัวและเพื่อนผู้วิจัยมีโอกาสได้ไปเยี่ยมเยียน โดยจะไปเดือนละครั้งเป็นจำนวน 2 ครั้ง

### วิธีดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการตั้งแต่ เดือนธันวาคม 2552 ถึงเดือนมีนาคม 2554

#### 1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ประสานงานกับผู้อำนวยการของศูนย์สงเคราะห์เด็กเคสสถานมรกต

1.2 รวบรวมข้อมูลพื้นฐานของศูนย์สงเคราะห์เด็กเคสสถานมรกตโดยศึกษาจากการลงพื้นที่สำรวจ สังกัด สอบถามข้อมูลจากเด็กและผู้ปกครองศูนย์สงเคราะห์เด็กเคสสถานมรกต รวมทั้งเอกสารที่ศูนย์สงเคราะห์เด็กเคสสถานมรกตมอบให้ศึกษา

1.3 นำเสนอโปรแกรมเพื่อให้ผู้บริหารศูนย์สงเคราะห์เด็กเคสสถานมรกตพิจารณาอนุมัติ ในการดำเนินโปรแกรมรูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาและบุหรื

#### 2. ขั้นดำเนินการ

ดำเนินโปรแกรมรูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาและบุหรื จำนวน 7

ขั้นตอน

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความคุ้นเคย

ขั้นตอนที่ 2 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 1 การสร้างทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 2 สุราและบุหรืทำลายชีวิตฉัน

ขั้นตอนที่ 4 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 3 การสร้างทักษะการตัดสินใจ

ขั้นตอนที่ 5 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 4 เรื่องทักษะการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 6 ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 5 การสร้างทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้

เกี่ยวข้องกับสุราและบุหรื

ขั้นตอนที่ 7 การกระตุ้นเตือนและติดตามประเมินผลหลังทำกิจกรรมเป็นระยะ

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความคุ้นเคย เป็นกระบวนการแรกของรูปแบบทักษะชีวิต โดยผู้วิจัยแนะนำตัวเองและทำความรู้จักกับเด็ก แล้วชี้แจงวัตถุประสงค์ รวมทั้งรายละเอียดในการทำวิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยได้ทราบก่อน อีกทั้งเมื่อมีโอกาสได้ร่วมนมัสการพระเจ้าร่วมกับเด็ก ก็จะใช้เวลานั้นด้วย ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้เวลาช่วงหนึ่งในกระบวนการนี้เนื่องจากผู้วิจัยคิดว่าเป็นสิ่งสำคัญมาก เพื่อเกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างตัวผู้วิจัยและเด็ก ซึ่งผู้วิจัยใช้เวลาตั้งแต่เดือนธันวาคม 2552 เป็นต้นมา



วันที่ 5 ธันวาคม 2553 ผู้วิจัยจึงใช้แบบสอบถามเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนทำกิจกรรม ซึ่งแบบสอบถามประกอบไปด้วยเรื่องของข้อมูลทั่วไป สถานการณ์ของเด็ก ทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิเสธ หลังจากทำแบบสอบถามเสร็จจึงอธิษฐานขอพระคุณพระเจ้าและขอการทรงนำจากพระเจ้า มอบของที่ระลึกก่อนแยกย้ายกัน

**ขั้นตอนที่ 2** ทำกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 1 การสร้างทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง โดยประยุกต์จากแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และกิจกรรมความเชื่อทางศาสนา เริ่มจากการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้า แล้วเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ โดยเริ่มจากการสร้างเมืองร่วมกันในกลุ่ม ทำให้ค้นพบความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน แล้วให้เด็กเขียนคุณสมบัติของเพื่อนต่อท้ายชื่อเพื่อนของตน แล้วให้เจ้าตัวเขียนคุณสมบัติของตัวเองลงไปบนกระดาษรูปใบไม้เรียกว่า “ใบไม้ประจำตัว” ซึ่งจะได้คุณสมบัติด้านต่าง ๆ จากมุมมองของเพื่อนๆ ทำให้เด็กเกิดความพอใจกับสิ่งที่ตนเป็นอยู่ในกลุ่มเพื่อน เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง หลังจากนั้นให้เด็กช่วยกันหาข้อพระคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องกับความรักที่พระเจามีให้ เพื่อให้เด็กมีความภาคภูมิใจในตนเอง มีความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่าและจะได้นำข้อพระคัมภีร์ไปหนุนนำจิตใจให้มีกำลังเข้มแข็งเพื่อเป็นกรอบคุ้มครองจากสุราและบุหรี่ต่อไป ผู้วิจัยสรุปโดยสร้างจินตภาพเกี่ยวกับสิ่งที่มีค่ามากที่สุดให้เด็กตอบปิดท้ายด้วยการอธิษฐานขอพระคุณพระเจ้าและขอการทรงนำจากพระเจ้า ก่อนแยกย้ายกันในขั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมงคือ 9.00-12.00 น.

| เวลา        | กิจกรรม                                |
|-------------|----------------------------------------|
| 08.45-09.00 | ลงทะเบียน                              |
| 09.00-09.15 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานเปิด |
| 09.15-10.30 | สร้างเมืองร่วมกัน                      |
| 10.30-11.00 | ใบไม้ประจำตัว                          |
| 11.00-11.45 | สรุปโดยนำข้อพระคัมภีร์ออกมานำศึกษา     |
| 11.45-12.00 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานปิด  |

**ขั้นตอนที่ 3** ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 2 สุราและบุหรี่ทำลายชีวิตฉัน เพื่อให้เด็กตระหนักถึงผลกระทบของสุราและบุหรี่ ซึ่งเป็นปัญหาใกล้ตัวและมีความรุนแรง เริ่มจากการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้า เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเรียนรู้ แล้วจึงเข้าสู่บทเรียน โดยแบ่งกลุ่มเล่นเกมจับคู่ให้ค้นหาคำตอบจากโจทย์ที่กำหนด เป็น

การจูงใจในสิ่งที่ยังไม่รู้ให้ค้นหาคำตอบในบทเรียน เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้จากความรู้ของตนเองก่อน โดยยังไม่เฉลยคำตอบให้ทราบ แล้วจึงเปิดวีซีดี เรื่องอันตรายของสุราและบุหรี่ คอกย์อันตรายของ บุหรี่ โดยให้เด็กได้เห็นภาพที่ชัดเจนขึ้นจากการทำการทดลองเรื่อง “ผลการเผาไหม้ของบุหรี่” หลังจากนั้นให้ความรู้เรื่อง “สุราและบุหรี่ทำลายชีวิตฉัน” ผ่านใบงาน แล้วให้ทุกกลุ่มหาคำตอบจาก สิ่งที่ได้เรียนรู้มาสรุปผลกระทบด้านต่าง ๆ ออกมาเป็นแผนภาพเพื่อทำความเข้าใจซ้ำ แล้วกลับมาที่ เกมจับคู่ครั้งแรกที่ยังไม่ได้เฉลย ให้กลุ่มใช้ความรู้ที่ได้มาเฉลยคำตอบด้วยตนเอง เพื่อตรวจสอบอีก ครั้งว่าเด็กเข้าใจมากน้อยแค่ไหน ส่วนที่เด็กยังไม่เข้าใจผู้วิจัยเพิ่มเติมให้ แล้วศึกษาพระคัมภีร์ ร่วมกันโดยผู้วิจัยเองได้เตรียมข้อพระคัมภีร์ที่สัมพันธ์กับเรื่องของสุราและบุหรี่ไว้ เพื่อให้เด็กได้เปิด ค้นหาลำหัดขึ้นแล้วเด็กเขียนออกมาเป็นแผนภาพ เพื่อเป็นการย้ำอีกครั้งให้เห็นว่าการดื่มสุราและสู บุหรี่ทำให้เกิดผลกระทบในด้านต่างๆ มากมาย และพระเจ้าไม่ทรงพอพระทัยให้ทำร้ายพระวิหาร ของพระองค์ ผู้วิจัยนำความเชื่อมาไปใช้ประกอบในการเรียนรู้ครั้งนี้ เพื่อให้เด็กเข้าใจในเรื่อง อันตรายและประกอบกับความเชื่อที่เขามีอยู่จะส่งเสริมให้เด็กได้รู้ว่าควรปฏิบัติตัวอย่างไรถึงจะ ปลอดภัยและเป็นที่ยอมรับของพระเจ้า แล้วปิดท้ายด้วยการอธิษฐานขอบพระคุณพระเจ้า และขอการทรงนำจากพระเจ้า ก่อนแยกย้ายกัน ในชั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมงคือ 9.00- 12.00 น.

| เวลา        | กิจกรรม                                                   |
|-------------|-----------------------------------------------------------|
| 08.45-09.00 | ลงทะเบียน                                                 |
| 09.00-09.10 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานเปิด                    |
| 09.10-09.15 | เกมจับคู่พิชภัยของสุราและบุหรี่ที่มีต่อร่างกาย            |
| 09.15-09.55 | วีซีดีเรื่อง “สุราและบุหรี่ทำลายชีวิตฉัน”                 |
| 09.55-10.15 | ทำการทดลอง “ผลการเผาไหม้ของบุหรี่”                        |
| 10.15-11.00 | ทำงานกลุ่มโดยมีใบงาน แล้วนำเสนอ และเฉลย คำตอบของเกมจับคู่ |
| 11.00-11.45 | สรุปโดยนำข้อพระคัมภีร์ออกมาศึกษา                          |
| 11.45-12.00 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานปิด                     |

**ขั้นตอนที่ 4** ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 3 การสร้างทักษะการตัดสินใจมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้เด็กสามารถอธิบายขั้นตอนการตัดสินใจและสามารถตัดสินใจจากสถานการณ์ที่กำหนดให้ ได้อย่างเหมาะสม เริ่มจากการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้า แล้วเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้เกม “กล่องปริศนา” ให้เด็กหัดคิดและให้อธิบายเหตุผลจากการ

ทนายของรวมทั้งได้รับความสนุกสนานเพื่อถึงความสนใจของเด็ก จากนั้นยกตัวอย่างกรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” เพื่อเป็นการฝึกทักษะการตัดสินใจร่วมกันแล้วให้เด็กแสดงความคิดเห็นเป็นกลุ่มใหญ่ แล้วแบ่งกลุ่มย่อยเพื่อฝึกจากสถานการณ์ตามใบงานอีกครั้ง เป็นการทำความเข้าใจในกลุ่มย่อย อภิปราย วิเคราะห์ แล้วสรุปขั้นตอนการตัดสินใจ หลังจากนั้นร่วมกันศึกษาพระคัมภีร์โดยผู้วิจัยได้เตรียมข้อพระคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องกับการช่วยในการตัดสินใจไว้ส่วนหนึ่ง เพื่อเป็นการสะดวกและรวดเร็วในการให้เด็กได้เปิดค้นข้อพระคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อนี้ แล้วให้เด็กเขียนออกมาไว้ในแผนที่ความคิด เพื่อให้เด็กได้เห็นภาพและจดจำแล้ว อนาคตเด็กสามารถหยิบนำไปประยุกต์ใช้ในการช่วยตัดสินใจต่อไป ปิดท้ายด้วยการอธิษฐานขอบพระคุณพระเจ้าและขอการทรงนำจากพระเจ้า ก่อนแยกย้ายกัน ในขั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมงคือ 9.00-12.00 น.

| เวลา        | กิจกรรม                                |
|-------------|----------------------------------------|
| 08.45-09.00 | ลงทะเบียน                              |
| 09.00-09.15 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานเปิด |
| 09.15-09.35 | เล่นเกม “กล่อ่งปริศนา”                 |
| 09.35-09.45 | บรรยาย “ขั้นตอนการตัดสินใจ”            |
| 09.45-10.45 | ศึกษาโดยใช้กรณีศึกษา                   |
| 10.45-11.20 | นำเสนอและอภิปรายกลุ่ม                  |
| 11.20-11.50 | สรุปโดยนำข้อพระคัมภีร์ออกมาศึกษา       |
| 11.50-12.00 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานปิด  |

**ขั้นตอนที่ 5** ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 4 เรื่องทักษะการแก้ปัญหา มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กสามารถอธิบายขั้นตอนการแก้ปัญหา และสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุราและบุหรี่จากสถานการณ์ที่กำหนดให้ได้เหมาะสม โดยเริ่มจากการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้า แล้วเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้เกม “เก็บของ” เพื่อให้เด็กได้หัดคิดหาวิธีการแก้ปัญหาจากสถานการณ์เฉพาะหน้า แล้วนำเสนอขั้นตอนการแก้ปัญหาให้เด็กเห็นถึงขั้นตอนและลำดับความคิดก่อน ต่อด้วยการนำกรณีศึกษา “ปัญหาของต่อ” และ “สงสารผมเถอะ” มาให้ร่วมกันคิดอภิปรายและสรุปทางแก้ปัญหา หลังจากนั้นร่วมกันศึกษาพระคัมภีร์โดยผู้วิจัยได้เตรียมข้อพระคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลในพระคัมภีร์ที่เคยมีปัญหาไว้บางส่วน เพื่อให้เด็กได้ศึกษาจากบุคคลในอศิตว่าเขาใช้วิธีการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นอย่างไรและผลเป็นอย่างไร เพื่อจะได้นำแบบอย่างที่ถูกต้องไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับตนเองต่อไป ปิดท้ายด้วยการอธิษฐาน

ขอบพระคุณพระเจ้าและขอการทรงนำจากพระเจ้า ก่อนแยกย้ายกัน ในชั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมงคือ 9.00-12.00 น.

| เวลา        | กิจกรรม                                |
|-------------|----------------------------------------|
| 08.45-09.00 | ลงทะเบียน                              |
| 09.00-09.10 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานเปิด |
| 09.10-09.20 | เกม “จิ๊กซอทายภาพ”                     |
| 09.20-09.30 | บรรยายเรื่อง “การแก้ปัญหา”             |
| 09.30-10.15 | ศึกษาโดยใช้กรณีศึกษา                   |
| 10.15-11.00 | นำเสนอและอภิปรายกลุ่ม                  |
| 11.00-11.45 | สรุปโดยนำข้อพระคัมภีร์ออกมาศึกษา       |
| 11.45-12.00 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานปิด  |

**ชั้นตอนที่ 6** ทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 5 การสร้างทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เกี่ยวข้องกับสุราและบุหรี่ เพื่อให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจหลักการปฏิเสธและสามารถปฏิเสธการชวนที่ทำให้ประพฤติน่าไม่เหมาะสมได้ เริ่มจากการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้า แล้วเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ โดยให้เกม “เปิดจิ๊กซอทายภาพ” เพื่อความสนุกสนานและใช้ความคิดเป็นการกระตุ้นให้เด็กตื่นตัว แล้วนำกรณีศึกษา “ไม่น่าเลย” มาให้เด็กได้พูดคุยข้อดีและข้อเสียของการปฏิเสธและสิทธิของการปฏิเสธ แล้วสรุปเหตุผลและความจำเป็นของการปฏิเสธ จากนั้นให้เด็กได้มีโอกาสแสดงบทบาทสมมติเรื่อง “เพื่อนชวนไปดูหนังหนึ่งวันก่อนสอบ” เพื่อทำให้มองเห็นภาพชัดเจนขึ้น พร้อมจะเกิดความคิดวิเคราะห์เกิดประโยชน์ปฏิเสธที่เหมาะสมได้ แล้วสรุปหลักการปฏิเสธ จากนั้น แบ่งกลุ่มย่อยเพื่อฝึกปฏิเสธตามสถานการณ์ที่กำหนดอีกครั้ง เพื่อตรวจสอบถึงความเข้าใจของเด็ก หากมีส่วนไหนยังไม่เหมาะสม ผู้วิจัยจึงเพิ่มเติมให้ หลังจากนั้นร่วมกันศึกษาพระคัมภีร์ โดยผู้วิจัยได้เตรียมข้อพระคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลในพระคัมภีร์ที่เคยใช้การปฏิเสธมาแล้ว ให้เด็กได้ศึกษาจากบุคคลในคัมภีร์ว่าเขาใช้วิธีการปฏิเสธในรูปแบบอย่างไรบ้าง ทำให้เห็นมุมมองที่กว้างขึ้น และจะได้นำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับตนเองต่อไป ปิดท้ายด้วยการอธิษฐานขอบพระคุณพระเจ้าและขอการทรงนำจากพระเจ้า แล้วสรุปผลการจัดกิจกรรม กล่าวคำขอบคุณที่ได้รับความร่วมมือจากเด็กและเจ้าหน้าที่ของศูนย์สงเคราะห์ ให้ของที่ระลึก จากนั้นให้เด็กทำแบบสอบถามหลังทำกิจกรรม และ ในชั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 4 ชั่วโมงครึ่ง คือ 9.00-13.30 น.

| เวลา        | กิจกรรม                                                                        |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 08.45-09.00 | ลงทะเบียน                                                                      |
| 09.00-09.10 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานเปิด                                         |
| 09.10-09.20 | เกม “จิ๊กซอทายภาพ”                                                             |
| 09.20-09.45 | ศึกษาโดยใช้กรณีศึกษาให้เห็นข้อดีและข้อเสีย<br>ของการปฏิเสธและสิทธิของการปฏิเสธ |
| 09.45-09.50 | สรุปเหตุผลและความจำเป็นของ<br>การปฏิเสธ                                        |
| 09.50-10.10 | แสดงบทบาทสมมติ<br>“เพื่อนชวนไปคูหนึ่งวันก่อนสอบ”                               |
| 10.10-10.30 | ทำงานกลุ่มและนำเสนอประโยชน์การปฏิเสธ                                           |
| 10.30-10.40 | บรรยายหลักการปฏิเสธ                                                            |
| 10.40-11.15 | ฝึกปฏิเสธตามสถานการณ์ที่กำหนดให้                                               |
| 11.15-11.50 | สรุปโดยนำข้อพระคัมภีร์ออกมาศึกษา                                               |
| 11.50-12.00 | ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า และอธิษฐานปิด                                          |
| 12.00-13.00 | ร่วมรับประทานอาหารและกล่าวคำขอบคุณ                                             |
| 13.00-13.30 | เด็กทำแบบสอบถาม                                                                |

**ขั้นตอนที่ 7** การกระตุ้นเตือนและติดตามประเมินผลหลังทำกิจกรรมเป็นระยะ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนเด็กในเรื่องการป้องกันการเสพสุราและบุหรี่ ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยใช้เวลาช่วงเช้าครั้งละประมาณ 2 ชั่วโมง จำนวน 2 ครั้ง โดยผู้วิจัยพร้อมกับครอบครัวและเพื่อนร่วมกันไปเยี่ยมเยียนและติดตามผลจากการสังเกตและให้กำลังใจแก่เด็ก ในเดือนกุมภาพันธ์ 2554 1 ครั้ง และเดือนมีนาคม 2554 อีก 1 ครั้ง

#### การสร้างเครื่องมือ

1. จัดทำแบบสอบถามและโปรแกรมรูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพบุหรี่และสุราโดยศึกษาจาก เอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. กำหนดโครงสร้างเนื้อหาของแบบสอบถามและโปรแกรมรูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพบุหรี่และสุรา ให้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยและการวิเคราะห์ข้อมูล

3. นำแบบสอบถามและโปรแกรมรูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาหรืและสุรา ที่จัดทำขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบถูกต้อง ความครอบคลุมของเนื้อหาและภาษาที่ใช้
4. นำแบบสอบถามที่แก้ไขแล้วไปทดลองใช้ กับเด็กอายุระหว่าง 10-18 ปี เพื่อหาความเชื่อมั่น

### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีการในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้เทคนิควิธีการต่อไปนี้

1. ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ข้อมูลทั่วไปและสถานการณ์ของประชากร และแบบสอบถามวัดทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะปฏิเสธ
2. เก็บข้อมูลจากการทำกระบวนการกลุ่มของเด็ก โดยบันทึกแบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม กล้องวิดีโอ และกล้องถ่ายรูป
3. การสัมภาษณ์เด็กตามแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทางคุณลักษณะของประชากร โดยใช้การแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ
2. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เกี่ยวข้องกับสุราและนุหรีของประชากร ก่อนและหลังทำกิจกรรม โดยใช้สถิติ Paired Sample t-test
3. เก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในทุกระยะทางของการดำเนินการ โดยทำการวิเคราะห์ข้อมูลและเนื้อหาจากการบันทึกการสังเกต สัมภาษณ์ สันทนากลุ่ม และการจัดกระบวนการกลุ่ม และเขียนบรรยายสรุปภาพรวมตามรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ