

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	การพัฒนารูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสุราและบุหรี่ของเด็กกำพร้าในศูนย์สงเคราะห์เด็กเคอสถานมรกต อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่
ผู้เขียน	นางวิชชุดา บุญदानต
ปริญญา	ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์	รองศาสตราจารย์ มนต์ ยอดคำ

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสุราและบุหรี่ของเด็กกำพร้าในศูนย์สงเคราะห์เด็กเคอสถานมรกต อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม และเครื่องมือเสริมสร้างทักษะชีวิตที่สัมพันธ์สอดคล้องกับวัฒนธรรมและความเชื่อของเด็กกำพร้าในศูนย์สงเคราะห์เด็กเคอสถานมรกต ที่ประยุกต์จากแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข และกิจกรรมความเชื่อทางศาสนา เป็นกิจกรรมที่เน้นการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ซึ่งประกอบด้วย การบรรยาย การระดมสมอง การสาธิต การแสดงบทบาทสมมติ เกม การอภิปรายกลุ่ม และกิจกรรมความเชื่อทางศาสนา ได้แก่ การร้องเพลง การอธิษฐาน การศึกษาพระคัมภีร์ เพื่อฝึกให้เด็กเกิดทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เกี่ยวข้องกับสุราและบุหรี่ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติหาค่าจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Paired Samples t-test

ผลการวิจัยพบว่า

1. รูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสุราและบุหรี่ มีดังนี้
 - ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความคุ้นเคย ผู้วิจัยจะใช้ระยะเวลาในการสร้างสัมพันธภาพ โดยผู้วิจัยเข้าไปคลุกคลีกับเด็กในทุกกิจกรรมที่มีโอกาส โดยเฉพาะกิจกรรมทางศาสนา ส่งผลให้เด็กและผู้วิจัยมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันมากขึ้น เมื่อผู้วิจัยแสดงความจริงใจให้แก่เด็ก ส่วนตัวเด็กเองก็มีความไว้วางใจต่อผู้วิจัย และครั้งผู้วิจัยเข้าไปทำกิจกรรมกับเด็ก ทุกคนจึงร่วมกันทำกิจกรรมด้วยความสุขใจทุกครั้ง

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง ผู้วิจัยจะเน้นกิจกรรมทางศาสนา ได้แก่ การร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า การอธิษฐาน และการศึกษาจากพระคัมภีร์ที่เด็กมีความศรัทธา เข้าไปผสมผสานกับกิจกรรมทักษะชีวิตที่มีอยู่แล้ว ทำให้พวกเขาเกิดความสุขใจ ความคุ้นเคย ความมั่นคงและได้สร้างให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองตามมา และสามารถส่งผลต่อเนื่องแม้ว่าจะจบกิจกรรมแล้ว เด็กก็ยังมีกิจกรรมสรรเสริญพระเจ้าการอธิษฐาน และทบทวนคำสอนจากในพระคัมภีร์ ดังนั้นเด็กก็จะมีโอกาสได้เสริมสร้างทักษะด้านนี้อย่างต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ 3 การสร้างความเข้าใจในเรื่องของสุราและบุหรี่ ผู้วิจัยเริ่มด้วยการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้า เพื่อรวบรวมจิตใจให้มาอยู่ในกิจกรรมที่จะทำครั้งนี้ และเพื่อให้เด็กได้พร้อมเปิดรับความรู้ใหม่ แม้ว่าสิ่งที่เรียนรู้ใหม่จะมีเนื้อหาที่ยากสำหรับบางคน ทั้งนี้ผู้วิจัยจึงนำเกมเข้ามาทำให้เด็กสนใจที่จะค้นหาคำตอบ และร่วมกันทำกิจกรรมที่โยงคู่คำสอนของศาสนาโดยให้ศึกษาจากพระคำของพระเจ้า เมื่อเด็กมีความรู้ก็ทำให้เด็กได้มีความมั่นใจในความรู้ของตน และเกิดความเข้าใจของตนไปพร้อม ๆ กับความสนุกสนานและสอดคล้องกับคำสอนกับของศาสนาที่พวกเขาศรัทธา ผลคือทำให้เด็กได้เรียนรู้ว่าสุราและบุหรี่เป็นอันตรายต่อตัวเขา ถ้าพวกเขาเข้าไปเสพสิ่งเหล่านี้ก็จะเป็นการทำลายพระวิหารของพระเจ้าด้วย ผู้วิจัยเห็นว่า ความรู้ที่เขาได้รับบวกกับคำสอนจากศาสนาที่เขายึดเหนี่ยวไว้นี้จะเป็นจุดที่จะส่งผลการกระทำในอนาคตของเขาได้

ขั้นตอนที่ 4 การสร้างทักษะการตัดสินใจ ผู้วิจัยเริ่มด้วยการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้าร่วมกัน เพื่อทำให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ผ่อนคลายและมีความพร้อมที่จะฝึกทักษะการตัดสินใจตั้งแต่ต้นจนจบ ผลจากการเรียนรู้ที่ได้ในครั้งนี้คือทำให้เด็กสามารถคิดวิเคราะห์จากกรณีศึกษา และคิดสะท้อนกลับมาได้ว่าควรเลือกทางใด โดยเด็กได้ทำความเข้าใจกับเนื้อหา แยกแยะผลดีผลเสียได้ และหาทางแก้ไขในผลเสียที่จะเกิดขึ้นจากการตัดสินใจได้ นอกจากนี้เด็กยังสามารถเข้าใจคำสอนจากข้อพระคัมภีร์ที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ ซึ่งจะเป็นการเน้นย้ำให้เด็กสามารถนำมาประยุกต์ และวิเคราะห์แล้วนำมาใช้ประกอบในการตัดสินใจที่เหมาะสมกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ และหากได้รับการชี้แนะทางที่เหมาะสมจากผู้ใหญ่ที่ดีก็จะสามารถเพิ่มเติมทักษะด้านนี้ได้ด้วย

ขั้นตอนที่ 5 การสร้างทักษะการแก้ไขปัญหา ผู้วิจัยเริ่มด้วยการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้านั้น เพื่อทำให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ผ่อนคลายและมีความพร้อมที่จะฝึกทักษะการแก้ไขปัญหาตั้งแต่ต้นจนจบ ผลการเรียนรู้คือเด็กสามารถใช้ความคิดวิเคราะห์ สามารถรวบรวมปัญหาต่างๆ และคิดวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและเลือกวิธีการในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่กำหนดได้ อีกทั้งในการประยุกต์แนวคิดนั้น เมื่อนำตัวอย่างจากบุคคลใน

พระคัมภีร์ที่เคยประสบกับปัญหาทำให้เด็กศึกษา เด็กสามารถมองเห็นภาพชัดเจนขึ้นและสามารถคิดสะท้อนกลับมาได้ว่าควรเลือกทางใดที่จะเกิดผลดีสำหรับตนได้ อนาคตข้างหน้าหากเด็กประสบกับปัญหาที่ต้องแก้ไขซึ่งก็คือว่าเป็นการฝึกฝนทักษะด้านทักษะการแก้ไขปัญหานี้ด้วย และหากเด็กไม่ทราบว่าควรจะแก้ปัญหายังไงเมื่อเด็กศึกษาพระคัมภีร์เขาก็จะพบกับคำตอบได้ด้วยตนเองเช่นกัน

ขั้นตอนที่ 6 การสร้างทักษะการปฏิเสธ ผู้วิจัยเริ่มด้วยการร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้า แล้วอธิษฐานขอการทรงนำจากพระเจ้านั้น ทำให้เด็กผ่อนคลายและมีความพร้อมที่จะฝึกทักษะการปฏิเสธตั้งแต่ต้นจนจบ ผลการเรียนรู้คือเด็กได้เรียนรู้ถึงความจำเป็นและสิทธิในการปฏิเสธที่ทุกคนสามารถทำได้ และสามารถใช้ความคิดวิเคราะห์ และคิดสะท้อนกลับมาได้ว่าควรใช้วิธีการใดในการช่วยปฏิเสธได้อย่างปลอดภัยและไม่เสียสัมพันธภาพ และมีมุมมองที่กว้างขึ้นจากในพระคัมภีร์แล้วสามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นในชีวิตจริงได้ แต่อย่างไรก็ตามแม้จะได้รับการฝึกฝนแล้ว แต่ก็ยังไม่ควรประมาทเนื่องจากทักษะนี้ผู้ที่สามารถฝึกฝนไปได้ส่วนหนึ่งก็ขึ้นอยู่กับจิตใจที่เข้มแข็งของเด็กแต่ละคนด้วยเช่นกัน เพราะปฏิเสธไม่ได้ว่าเด็กวัยนี้ เห็นเพื่อนสำคัญที่สุด ถ้าเด็กยอมทำตามคำชักชวนที่ไม่ดีของเพื่อนก็จะนำพาสู่ความผิดพลาดได้เช่นกัน ดังนั้นอีกทางที่สำคัญคือเด็กต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดจากผู้ใหญ่ ไม่ควรปล่อยตามลำพังจนเกินไปหรือไว้ใจเด็กจนเกินไป ผู้ใหญ่ควรสังเกตพฤติกรรมและคอยให้คำแนะนำเมื่อมีโอกาสตามสมควร อีกทั้งคำสอนในพระคัมภีร์จะมีส่วนสำคัญยิ่งเพราะผู้วิจัยเห็นว่าเด็กมีโอกาสศึกษาพระคัมภีร์อย่างสม่ำเสมอ สิ่งนี้จะช่วยเด็กได้อีกทางที่สำคัญ ทำให้พวกเขาได้รู้จักว่าควรจะทำอะไรถึงจะไม่กระทบต่อสัมพันธภาพและตัวเองปลอดภัยได้

ขั้นตอนที่ 7 การติดตามประเมินผล เชื่อมเขียน และกระตุ้นเตือน พบว่า ความเชื่อและความศรัทธาในศาสนาของเด็กนั้นเป็นเกราะป้องกันภัยในพวกเขาได้เป็นอย่างดี อีกทั้งการเลี้ยงดูของศูนย์สงเคราะห์เด็กแห่งนี้ทำให้เด็กมีกิจกรรมที่เหมาะสมกับเด็ก ทำให้เด็กรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และได้ฝึกฝนการดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการเชื่อมเขียนนี้เองเป็นสิ่งที่จำเป็นที่ควรทำอย่างต่อเนื่อง เพราะเป็นการแสดงออกถึงความจริงใจที่ผู้วิจัยมีให้กับเด็ก ที่ส่งผลให้เด็กมีกำลังใจ และทำให้เด็กรับรู้ได้ว่าผู้วิจัยต้องการให้พวกเขาปลอดภัยจากสุราและบุหรี่จริงๆ

2. ผลของการใช้รูปแบบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสุราและบุหรี่ มีดังนี้

2.1 ทักษะด้านความภาคภูมิใจในตนเอง พบว่า หลังการทำกิจกรรม เด็กมีค่าคะแนนเฉลี่ย มากกว่าก่อนการทำกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.2 ทักษะการตัดสินใจ พบว่า หลังการทำกิจกรรม เด็กมีค่าคะแนนเฉลี่ยมากกว่าก่อนการทำกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.3 ทักษะการแก้ปัญหา พบว่า หลังการทำกิจกรรม เด็กมีค่าคะแนนเฉลี่ยมากกว่าก่อนการทำกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.4 ทักษะการปฏิเสธ พบว่า หลังการทำกิจกรรม เด็กมีค่าคะแนนเฉลี่ยมากกว่าก่อนการทำกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Thesis Title	Development of Life Skills Patterns for Preventing Alcohol and Cigarette Consumption Among Orphans in Kirsten Jade Rescue Center, Mae Taeng District, Chiang Mai Province
Author	Mrs. Wittchuda Boondantok
Degree	Master of Education (Health Promotion)
Thesis Advisor	Assoc. Prof. Manus Yodkom

ABSTRACT

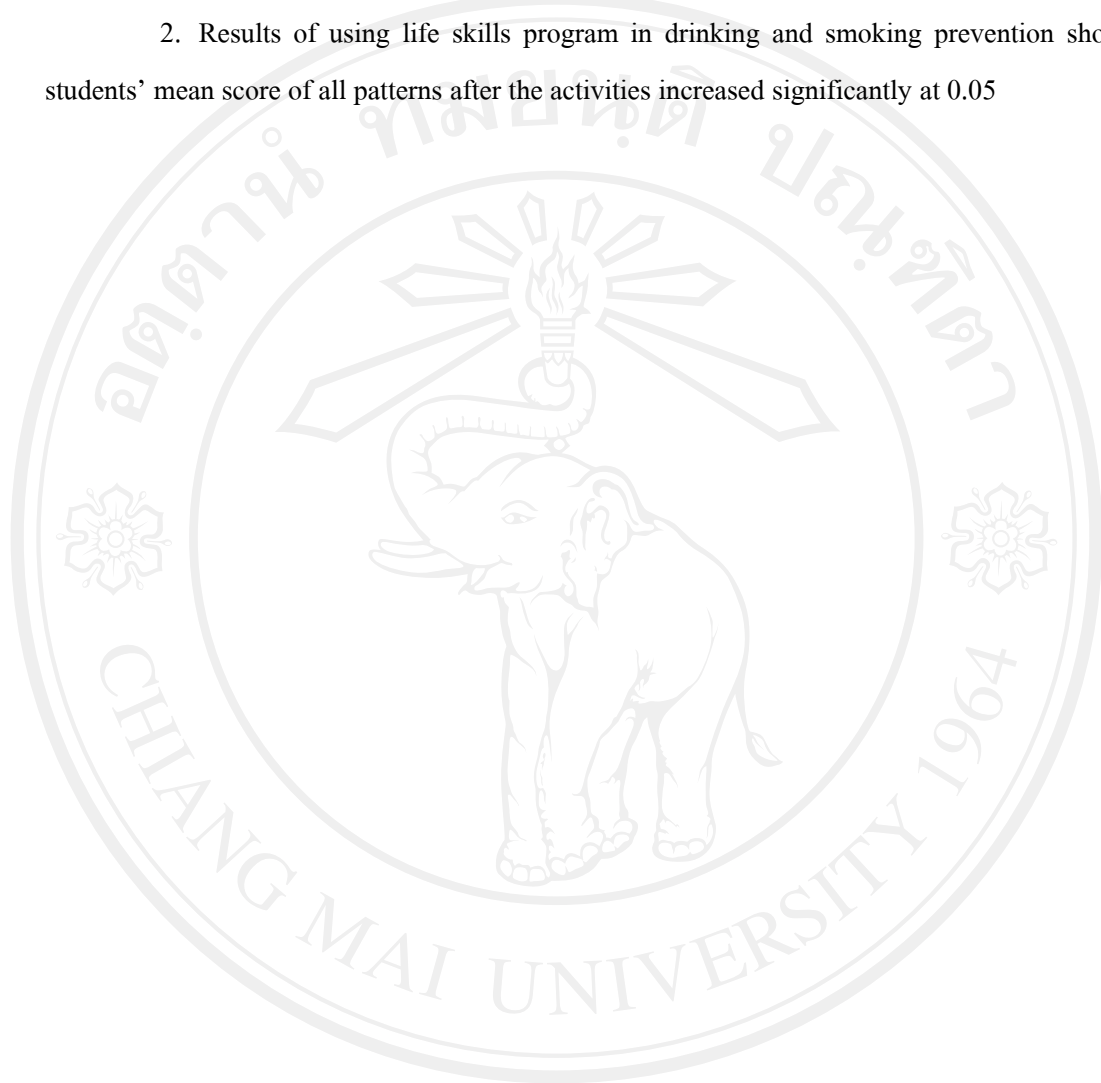
This research was action research design. The objective was to investigate the patterns of life skills to prevent alcohol and cigarette consumption among 27 orphans in Kirsten Jade Rescue Center. Questionnaire and life skills related to culture and believes of the orphans in Kristen Jade Rescue Center creating tool adapted from life skills guideline from World Health Organization and Department of Health, Ministry of Public Health as well as activities related to religious believe were used to collect data. The purpose of activities is to provide participants learning life skills together. The activities consisted of lecture, brainstorming, demonstration, role-play, games, group discussion, and religious activities which are singing, prayer, and Bible learning. These are to make children have self awareness skill, decision making skill, problem solving skill, and denying skill when persuaded to use alcohol and cigarettes. Data were analyzed by using statistics of percentages, means, standard deviation, and paired sample t-test.

The research revealed that:

1. To create life skills patterns to prevent alcohol and cigarettes, following steps were to adhere; 1) Ice-breaking; 2) skills and self-esteem building; 3) alcohol and cigarettes knowledge training; 4) decision making; 5) problem solving; 6) denying; and 7) evaluating and monitoring. In conclusion, researcher created relationship with participants by joining every activity as much as possible especially religious activities. Singing praising songs and praying were good start to conduct any activities in order to draw participants' attention. Belief and faith in God would lead

participants to build up their life skills to protect themselves from alcohol and cigarettes consumption. Treat or support from the center was also taken part in forming children's life skills.

2. Results of using life skills program in drinking and smoking prevention showed students' mean score of all patterns after the activities increased significantly at 0.05



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved