



**การพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียน  
ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา  
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4**

**The Development of Life Skills Enhancement Program for Drug Prevention among Lower  
Secondary Students in Educational Opportunity Expansion Schools  
under Udon Thani Primary Educational Service Area Office 4**

จตุรันต์ สีม่าเพชร<sup>1</sup> และภมรพรณ์ ยูระยาตร์<sup>2</sup>

Jaturan Seemaphet<sup>1</sup> and Phamornpun Yurayat<sup>2</sup>

สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม<sup>1,2</sup>

Master of Psychology, Faculty of Education, Mahasarakham University<sup>1,2</sup>

Corresponding author, E-mail: Jaturan092@gmail.com<sup>1</sup>

**บทคัดย่อ**

การวิจัยนี้ มีความมุ่งหมายเพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 และ 2) เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียน ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมฯ แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน แบบประเมินความเหมาะสมของโปรแกรม และแบบวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติ Nonparametric Statistics ได้แก่ Wilcoxon Matched-Pairs Signed-Rank Test

ผลการวิจัยพบว่า 1. โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ประกอบด้วย 1) หลักการและแนวคิด 2) วัตถุประสงค์ 3) เนื้อหา 4) วิธีดำเนินการ 5) การวัดและประเมินผล ใช้ระยะเวลารวม 18 ชั่วโมง ขั้นตอนดำเนินการเสริมสร้างทักษะชีวิต คือ 1) ขั้นประสบการณ์ 2) ขั้นอภิปรายและสะท้อนผล 3) ขั้นความคิดรวบยอด 4) ขั้นทดลองฝึกทักษะ และ 5) ขั้นประยุกต์ใช้และการพัฒนา ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมฯ พบว่า มีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.75$ , S.D. = 0.47) 2. ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียน พบว่า นักเรียนมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดหลังเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

**คำสำคัญ :** ทักษะชีวิต, การป้องกันยาเสพติด, โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น



### ABSTRACT

This research aimed to: 1) develop a life skills enhancement program for drug prevention among lower secondary school students in Educational Opportunities Expansion Schools under the Udon Thani Primary Educational Service Area Office 4, and 2) compare the students' life skills for drug prevention before and after participating in the program. This study employed a one-group pretest-posttest research design. The sample, selected by purposive sampling, consisted of 30 lower secondary school students studying in Educational Opportunities Expansion Schools under the Udon Thani Primary Educational Service Area Office 4 in the academic year 2025. The research instruments included the life skills enhancement program for drug prevention, student behavior observation record form, program suitability assessment form, and a life skills assessment form. The data were analyzed using mean, standard deviation, and hypothesis testing with nonparametric statistics, specifically Wilcoxon Matched-Pairs Signed-Rank Test.

The results revealed that: 1. The life skills enhancement program for drug prevention consisted of: 1) principles and concepts, 2) objectives, 3) contents, 4) implementation procedures, and 5) measurement and evaluation. The total duration of the program was 18 hours. The life skills development process included five stages: 1) Experience, 2) Discussion and Reflection, 3) Concept Formation, 4) Experimentation, and 5) Application and Development. The evaluation of the program's suitability revealed that it was highly suitable overall ( $\bar{X} = 4.75$ , S.D. = 0.47).

2. The comparison of students' life skills for drug prevention indicated that the posttest scores were significantly higher than the pretest scores at the .01 level of statistical significance.

**Keywords :** Life Skills, Drug Prevention, Life Skills Enhancement Program, Secondary Education Students



## บทนำ

ปัจจุบันปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดในประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และเป็นปัญหาลังคมที่รุนแรงมาอย่างยาวนาน โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนซึ่งเป็นวัยที่ถูกชักจูงได้ง่าย อายากรู้อยากลอง และได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมและค่านิยมทางสังคม ส่งผลกระทบต่อสังคม เศรษฐกิจ และการพัฒนาประเทศ (คณะกรรมการบริหารเครือข่าย องค์การวิชาการสารเสพติด, 2556) รัฐบาลได้กำหนดแผนยุทธศาสตร์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ. 2567 ภายใต้แผนระยะยาว 5 ปี (2566-2570) โดยบูรณาการ 5 ยุทธศาสตร์หลัก ได้แก่ การป้องกัน การปราบปราม การบำบัดฟื้นฟู การสร้างความร่วมมือระหว่างประเทศ และการบริหารจัดการ เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างยั่งยืน ผ่านการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2567) แต่ยังคงพบเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีเกี่ยวกับยาเสพติดมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในช่วงปี พ.ศ. 2559-2563 โดยส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุ 15-24 ปี และนิยมใช้ยาบ้า ยาไอซ์ เฮโรอีน และสารอื่น ๆ (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2563) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยาเสพติดของเด็กและเยาวชนไทย ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว และสภาพแวดล้อมทางสังคม เช่น การควบคุมตนเองต่ำ ครอบครัวบกพร่อง การคบเพื่อนกลุ่มเสี่ยง และการอยู่อาศัยในพื้นที่ที่มีปัญหายาเสพติดสูง (วิไลลักษณ์ ลังกา และคณะ, 2562)

แม้การดำเนินนโยบายของรัฐบาลที่ผ่านมา จะช่วยให้จำนวนผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดลดลงในบางช่วง แต่การป้องกันในกลุ่มเสี่ยงยังคงมีความจำเป็น เนื่องจากเมื่อสังคมคลายความเข้มงวด กลุ่มเสี่ยงและผู้ติดยาเสพติดที่แฝงตัวอยู่สามารถกลับเข้าสู่วงจรยาเสพติดได้อีก ทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญต่อการป้องกันปัญหายาเสพติด เนื่องจากช่วยให้บุคคลสามารถจัดการปัญหาในชีวิตประจำวัน และปกป้องตนเอง และครอบครัวจากยาเสพติดได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทักษะชีวิต (Life Skills) ขององค์การอนามัยโลก ที่ชี้ให้เห็นว่าความรู้และเจตคติเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอ หากขาดทักษะในการนำไปใช้เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2562) ซึ่ง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2554) และยุทธร วงศ์ภิรมย์กานต์ (2540) ได้อธิบายว่า ทักษะชีวิต (Life Skills) คือ ความสามารถที่ประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการปัญหาและปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตปัจจุบันและอนาคต ทั้งด้านยาเสพติด สุขภาพ สังคม และจริยธรรม ทักษะชีวิตเป็นการนำกระบวนการดังกล่าวมาใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง โดยประกอบด้วย 5 ทักษะสำคัญ ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด และทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง ซึ่งสามารถวัดและประเมินได้

การจัดการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในประเทศไทย แบ่งโรงเรียนรัฐบาลออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ คือ โรงเรียนมัธยมทั่วไป และโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ซึ่งจัดตั้งขึ้นเพื่อรองรับนักเรียนที่มีข้อจำกัดต่าง ๆ ในการเรียนต่อในระดับมัธยมศึกษา เพื่อเพิ่มโอกาสการเข้าถึงการศึกษาภาคบังคับแก่เด็กในพื้นที่ห่างไกล นักเรียนที่มีฐานะยากจน นักเรียนที่มีปัญหาด้านสุขภาพหรือด้านการเรียนรู้ให้มีโอกาสได้ศึกษาต่อในระดับมัธยมศึกษา โดยกระทรวงศึกษาธิการได้จัดตั้งโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษายึดกฎหมายที่เกี่ยวข้องหลายฉบับ ได้แก่ รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พระราชบัญญัติการศึกษาภาคบังคับ เป็นต้น (สำนักนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2553) จากการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อยาเสพติดของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา (ศรธรรม ภาษา และชนะชัย อวนวงษ์, 2563) พบว่านักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อยาเสพติด และมีการศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิภาพของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และพฤติกรรมในการใช้สารเสพติดของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี (วิราวรรณ สว่างแจ้ง และนงนภัทร รุ่งเนย, 2567) ประกอบด้วยกิจกรรมเสริมสร้างความตระหนักรู้คุณค่าของตนเองและผู้อื่น การพัฒนาความรู้เกี่ยวกับโทษและการป้องกันการใช้สารเสพติด การพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การส่งเสริมการจัดการกับอารมณ์และความเครียด การพัฒนาทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น แต่จากการศึกษา ดังกล่าวยังขาดการเสริมสร้างทักษะการปฏิเสธซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญประการหนึ่ง ในการป้องกันยาเสพติดให้แก่นักเรียน



สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ได้ดำเนินนโยบายป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา โดยจัดโครงการออกตรวจสารเสพติดของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงในปีการศึกษา 2563 และ 2565 เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับพิษภัยของยาเสพติดและ คัดกรองนักเรียนกลุ่มเสี่ยงให้สามารถป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ตรงจุด กลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนขยายโอกาส พร้อมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง ผลการดำเนินงานปีการศึกษา 2563 พบว่าผู้ตรวจนักเรียน 1,943 ราย พบสารเสพติดในนักเรียนชาย 62 ราย และหญิง 11 ราย (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4, 2563) และในปีการศึกษา 2565 ผู้ตรวจนักเรียน 1,545 ราย พบสารเสพติดในนักเรียนชาย 24 ราย และหญิง 3 ราย โดยได้แจ้งสถานศึกษาดำเนินการตามแนวทางที่กำหนด ซึ่งโครงการดังกล่าวเป็นการ คัดกรองและช่วยเหลือนักเรียนเบื้องต้นตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4, 2565) ผู้วิจัยในฐานะนักจิตวิทยาโรงเรียนประจำสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 มีหน้าที่ดูแลช่วยเหลือนักเรียน วิเคราะห์ ปัญหา และวางแผนส่งเสริมแก้ไขพฤติกรรมนักเรียนในโรงเรียนสังกัด จึงตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจแก่นักเรียน กลุ่มเสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติด เพื่อป้องกันพฤติกรรมที่นำไปสู่การเสพยาเสพติด และเห็นความจำเป็นของการเสริมสร้างเจตคติและทักษะที่ เหมาะสม ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 โดยมุ่งพัฒนาทักษะชีวิตสำคัญ 5 ด้าน ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด และทักษะการตระหนักรู้ ในตนเอง เพื่อให้นักเรียนสามารถดำรงตนได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่ยั่วเย้า และส่งเสริมการป้องกันปัญหายาเสพติด พร้อมพัฒนานักเรียนให้มีคุณภาพต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาส ทางการศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

### สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 มีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดหลังเข้าร่วมโปรแกรม “สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม”



## กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการภายใต้กรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pre-test Post-test Design) (พิสนุ พองศรี, 2553) ซึ่งการจัดกิจกรรม ทั้งหมด 5 ทักษะ รวมทั้งสิ้น 18 ชั่วโมง (เป็นเวลา 6 สัปดาห์) และตอบแบบวัดจำนวน 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 ก่อนการทดลองครั้งที่ 2 หลังการทดลอง ดำเนินการ 2 ระยะ ดังนี้

**ระยะที่ 1 การพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4**

### 1. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลและกลุ่มทดลองใช้เครื่องมือ

1.1 กลุ่มผู้ให้ข้อมูล คือ คณะผู้เชี่ยวชาญผู้พิจารณาเครื่องมือ ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 5 คน โดย

1) เป็นผู้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโทเป็นต้นไป สาขาจิตวิทยา หรือสาขาบริหารการศึกษา หรือสาขาวิจัยการศึกษา 2) เป็นผู้มีความรู้ประสบการณ์ ด้านการสอนสาขาจิตวิทยาในระดับอุดมศึกษา หรือ 3) เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ที่จิตวิทยา หรือ 4) เป็นผู้บริหารหรือครู ผู้ปฏิบัติหน้าที่เกี่ยวข้อง กับงานแนะแนวในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา

1.2 กลุ่มทดลองใช้เครื่องมือ (Try Out) คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 โรงเรียนแห่งหนึ่งในสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ที่มีพฤติกรรมเสี่ยง หรือเคยยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด จำนวนรวม 30 คน



## 2. เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือการวิจัย ได้แก่

2.1 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและหาคุณภาพโปรแกรม ดังนี้ 1) ศึกษาเอกสาร ตำรา หลักการ แนวคิด งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมทักษะชีวิต แนวทางการเสริมสร้างทักษะชีวิต และสังเคราะห์องค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง และวิธีการเสริมสร้างทักษะชีวิต 2) สร้างโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 และ 3) นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาเห็นชอบ และอนุมัติให้นำโปรแกรมเสนอต่อคณะผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งได้ให้ข้อเสนอแนะให้ปรับปรุงโปรแกรม โดยให้ตรวจการใช้คำให้คงที่ ยาเสพติด หรือสารเสพติด ผู้วิจัยได้ปรับปรุงโปรแกรม โดยปรับคำในโปรแกรม การอ้างอิงหน่วยงานชื่อโครงการ และชื่อ VDO ยังคงใช้คำว่าสารเสพติดให้ตรงกับแหล่งที่มา ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมโดยคณะผู้เชี่ยวชาญ พบว่า โปรแกรม มีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.75$ , S.D. = 0.47)

2.2 แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน มีลักษณะเป็นแบบสังเกตโดยใช้เกณฑ์การให้คะแนนแบบรูบริคสกอว์ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อสังเกตพฤติกรรมด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียน 5 ด้าน ได้แก่ 1) การสังเกตพฤติกรรมการเสริมสร้างทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง 2) การสังเกตพฤติกรรมการเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจ 3) การสังเกตพฤติกรรมการเสริมสร้างทักษะการแก้ปัญหา 4) การสังเกตพฤติกรรมการเสริมสร้างทักษะการปฏิเสธ 5) การสังเกตพฤติกรรมการเสริมสร้างทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด ดำเนินการสร้างโดย 1) ศึกษาเอกสารและแนวคิดเกี่ยวกับการสังเกตพฤติกรรม และการให้คะแนนแบบรูบริคสกอว์ 2) สร้างแบบสังเกตและนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม 3) อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาแล้ว และเห็นชอบให้นำไปใช้เก็บข้อมูลได้ 4) จัดพิมพ์แบบสังเกตให้พร้อมสำหรับนำไปใช้จริงต่อไป

2.3 แบบประเมินความเหมาะสมของโปรแกรม ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้าง ดังนี้ 1) ศึกษาเอกสารและแนวคิดเกี่ยวกับการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรม 2) สร้างแบบประเมิน มีลักษณะเป็นแบบประเมินมาตรฐานค่า 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ทำการประเมินโปรแกรม 5 ด้าน คือ หลักการและแนวคิดของโปรแกรม วัตถุประสงค์ของโปรแกรม เนื้อหา วิธีดำเนินการ การวัดและประเมินผล 3) นำแบบประเมินที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องและเหมาะสมของแบบประเมิน อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาแล้ว และเห็นชอบให้นำไปใช้เก็บข้อมูลได้ 4) จัดพิมพ์แบบประเมินให้พร้อมสำหรับนำไปใช้จริงต่อไป

2.4 แบบวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและหาคุณภาพแบบวัดโดย 1) ศึกษาเอกสาร ตำรา หลักการ แนวคิด เกี่ยวกับการสร้างแบบวัดทักษะ การสร้างแบบวัดมาตรฐานค่า และการหาคุณภาพแบบวัด 2) สร้างแบบวัดทักษะชีวิต แบบมาตรฐานค่า 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด จำนวนรวม 28 ข้อ 3) นำแบบวัดทักษะชีวิต ที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาเห็นชอบ และอนุมัติให้นำแบบวัดทักษะชีวิต ไปเสนอต่อคณะผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพิจารณาความเหมาะสมและขอคำแนะนำในการปรับปรุงแบบวัดต่อไป 4) ผู้วิจัยสร้างแบบประเมินความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดทักษะชีวิต โดยใช้วิธีการประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะ IOC (Index of Item-Objective Congruence) โดยผลการหาพิจารณาความสอดคล้อง (IOC) ของแบบวัดทักษะชีวิต พบว่า แบบวัดทุกข้อ มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.60-1.00

ผลการวิเคราะห์คุณภาพของแบบวัดทักษะชีวิต มีดังนี้



ตอนที่ 2 แบบวัดทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง มีค่าอำนาจจำแนก ( $r_{xy}$ ) ตั้งแต่ 0.371 - 0.717 และค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ ( $\alpha$ ) เท่ากับ 0.720

ตอนที่ 3 แบบวัดทักษะการตัดสินใจ มีค่าอำนาจจำแนก ( $r_{xy}$ ) ตั้งแต่ 0.768- 0.980 และค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ ( $\alpha$ ) เท่ากับ 0.955

ตอนที่ 4 แบบวัดทักษะการปฏิเสธ มีค่าอำนาจจำแนก ( $r_{xy}$ ) ตั้งแต่ 0.340- 0.622 และค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ ( $\alpha$ ) เท่ากับ 0.806

ตอนที่ 5 แบบวัดทักษะการแก้ปัญหา มีค่าอำนาจจำแนก ( $r_{xy}$ ) ตั้งแต่ 0.366- 0.693 และค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ ( $\alpha$ ) เท่ากับ 0.756

ตอนที่ 6 แบบวัดทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด มีค่าอำนาจจำแนก ( $r_{xy}$ ) ตั้งแต่ 0.404- 0.889 และค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ ( $\alpha$ ) เท่ากับ 0.753

6) ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ ( $\alpha$ ) เท่ากับ 0.855

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ตามลำดับดังนี้

3.1 ขอหนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ และขอความอนุเคราะห์ทดลองใช้เครื่องมือจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

3.2 ติดต่อผู้เชี่ยวชาญ ส่งเอกสารการประเมินในช่องทางที่ผู้เชี่ยวชาญสะดวก และนัดหมายขอรับผลการประเมินเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ

3.3 ปรับแก้ไขเครื่องมือตามที่ผู้เชี่ยวชาญประเมิน และจัดทำเอกสารขอรับใบรับรองการวิจัยในคน ซึ่งได้รับใบรับรองการวิจัยในคน เลขที่การรับรอง 326-212/2568 วันที่รับรอง 21 พฤษภาคม 2568 วันหมดอายุ 20 พฤษภาคม 2569

3.4 ผู้วิจัยนำเครื่องมือ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มทดลองเครื่องมือ ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง โดยทำการทดลองใช้เครื่องมือด้วยตนเอง และวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ค่าเฉลี่ยคะแนนที่ได้จากการตอบแบบประเมินความเหมาะสมของโปรแกรม และนำมาแปลความหมายตามเกณฑ์ต่อไปนี้ (Best and Kahn, 1989)

ค่าเฉลี่ย 4.50 - 5.00 หมายถึง เหมาะสมมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.50 - 4.49 หมายถึง เหมาะสมมาก

ค่าเฉลี่ย 2.50 - 3.49 หมายถึง เหมาะสมปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.50 - 2.49 หมายถึง เหมาะสมน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.49 หมายถึง เหมาะสมน้อยที่สุด



## ระยะที่ 2 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

#### 1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชายและนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ประจำปีการศึกษา 2568 จำนวน 45 โรงเรียน จำนวนนักเรียนทั้งหมด 2,912 คน (ที่มา: ระบบจัดเก็บข้อมูลนักเรียนรายบุคคล Data Management Center: DMC สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ข้อมูลวันที่ 14 พฤษภาคม 2568)

#### 1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ประจำปีการศึกษา 2568 จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นนักเรียน โรงเรียนที่ผู้วิจัยเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากทั้งหมด 45 โรงเรียน จากข้อมูลสถิติผลการตรวจสารเสพติด ประจำปี 2563 และประจำปี 2565 (กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4) และทำการเลือกโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง ที่นักเรียนมีปัญหาเสพติดตามสถิติ และเป็นโรงเรียนที่มีลักษณะตรงตามเกณฑ์การวิจัยและมีความพร้อมในการดำเนินกิจกรรมต่อเนื่อง ซึ่งเป็นโรงเรียนแห่งหนึ่งในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ผู้วิจัยได้ติดต่อฝ่ายกิจการนักเรียนของโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอข้อมูลนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มมีปัญหา จำนวนรวม 30 คน เพื่อเป็นกลุ่มตัวอย่างในการนำโปรแกรมฯ ไปใช้

### 2. เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือการวิจัย ได้แก่

- 2.1 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด
- 2.2 แบบวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
- 2.3 แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ตามลำดับดังนี้

- 3.1 ขอหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการทำวิทยานิพนธ์จากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- 3.2 ติดต่อประสานงานไปยังโรงเรียนซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย ในช่วงวันที่ 17 กรกฎาคม ถึง 21 สิงหาคม 2568 ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการกิจกรรมและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต ทั้งหมด 5 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด การเสริมสร้างทักษะชีวิตแต่ละทักษะ ประกอบด้วยขั้นตอนดำเนินการหลัก 5 ขั้นตอน คือ ขั้นประสบการณ์ ขั้นอภิปราย/สะท้อนผล ขั้นความคิดรวบยอด ขั้นทดลองฝึกทักษะ และขั้นประยุกต์ใช้และการพัฒนา รวมระยะเวลาดำเนินการโปรแกรมทั้งสิ้น 18 ชั่วโมง (เป็นเวลา 6 สัปดาห์)

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล มีรายละเอียดการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

- 4.1 เปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตของนักเรียนระหว่างก่อนและหลังการใช้โปรแกรมฯ เนื่องจากข้อมูลมีการแจกแจงแบบไม่ปกติ จึงใช้สถิติ Nonparametric Statistics (Wilcoxon Matched-Pairs Signed-Rank Test)
- 4.2 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

## ผลการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 สามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4

โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 พัฒนาขึ้นตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของ อัลเบิร์ต แบนดูรา (Bandura, 1977) ประกอบด้วย องค์ประกอบของโปรแกรม คือ 1) หลักการและแนวคิด 2) วัตถุประสงค์ 3) เนื้อหา 4) วิธีดำเนินการ 5) การวัดและประเมินผล ประกอบด้วย 6 กิจกรรม ระยะเวลาดำเนินการรวม 18 ชั่วโมง ขั้นตอนดำเนินการเสริมสร้างทักษะชีวิต คือ 1) ชั้นประสบการณ์ (Experience) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เป็นการให้โอกาสผู้เรียนได้รับรู้ทางกาย ทางจิตอารมณ์ และสภาพแวดล้อมเชิงประจักษ์เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนรู้ โดยการสังเกต พิจารณาคุณค่าผ่านสื่อต่าง ๆ ทั้งทางตรงหรือทางอ้อม รวมทั้งร่วมทดลองหรือปฏิบัติการต่าง ๆ ซึ่งมีผลต่ออารมณ์และความรู้สึกสนใจใฝ่รู้ต่อไป 2) ชั้นอภิปรายและสะท้อนผล (Discussion and Reflection) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เป็นการจัดให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้สึก ความคิด วิเคราะห์หรือเสนอผลลัพธ์จากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับรู้ในชั้นประสบการณ์ โดยมีการกำหนดประเด็นต่าง ๆ ในการอภิปรายไว้ในขั้นนี้ให้ชัดเจน โดยสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่เรียนรู้ 3) ชั้นความคิดรวบยอด (Concept Formation) การเรียนรู้ในขั้นนี้ ส่งเสริมให้ผู้เรียนสรุปผลการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสิ่งที่ได้เรียนรู้ในขั้นต้นระหว่างเหตุและผล หรือระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเป็นองค์ความรู้ หรือเป็นหลักการที่ใช้อธิบายเรื่องราว กรณีหรือสถานการณ์อื่น ๆ ในทำนองเดียวกัน 4) ชั้นทดลองฝึกทักษะ (Experimentation) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ตรวจสอบตนเองจากหลักการหรือองค์ความรู้ที่สรุปมาก่อนหรือทดลองตามหลักการซ้ำ หรือฝึกทักษะเพิ่มความชำนาญ รวมทั้งการประเมินพฤติกรรมตนเองว่าสามารถพัฒนาได้ในระดับต่าง ๆ 5) ชั้นประยุกต์ใช้และการพัฒนา (Application & Development) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เป็นการสนับสนุนให้ผู้เรียนได้ประยุกต์องค์ความรู้ ความคิด หรือข้อสรุปไปสู่ชีวิตประจำวันพัฒนาให้มีความสามารถเพิ่มขึ้น รวมทั้งประเมินผลความก้าวหน้าของตนเอง รวมทั้งการพัฒนาแนวคิดและวิธีการให้มีคุณภาพมากขึ้น สื่อที่ใช้ในโปรแกรม ประกอบด้วย VDO เอกสารประกอบ สไลด์ ใบงาน เครื่องเขียน เครื่องฉายภาพ ขำคีรีระ คอมพิวเตอร์ จอภาพ แบบวัดทักษะชีวิตฯ แบบฟอร์มบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมฯ พบว่า มีความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.75$ , S.D. = 0.47)

2. ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม แสดงผลดังตาราง 1 และ 2

**ตารางที่ 1** ผลการวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียน ในระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม n = 30

| รายการ    | คะแนนการวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียน |                     |
|-----------|------------------------------------------------------|---------------------|
|           | ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม                                  | หลังเข้าร่วมโปรแกรม |
| รวม       | 1,869                                                | 2,953               |
| $\bar{X}$ | 62.30                                                | 98.43               |
| S.D.      | 3.26                                                 | 5.19                |

หมายเหตุ. คะแนนการวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ได้จากการทำแบบวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ในช่วงก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และหลังเข้าร่วมโปรแกรม (คะแนนเต็ม 125 คะแนน)



จากตารางที่ 1 พบว่า นักเรียนมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียน ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม เฉลี่ย 62.30 คะแนน และหลังเข้าร่วมโปรแกรม เฉลี่ย 98.43 คะแนน

**ตารางที่ 2** ผลการสังเกตพฤติกรรมและการมีส่วนร่วมของนักเรียนในกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต  $n = 30$

| ทักษะชีวิต                           | ความถี่ในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง            | 3                                                   |
| ทักษะการตัดสินใจ                     | 2                                                   |
| ทักษะการปฏิเสธ                       | 5                                                   |
| ทักษะการแก้ปัญหา                     | 15                                                  |
| ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด | 18                                                  |

หมายเหตุ. ผลการสังเกตความถี่ในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียน

จากตารางที่ 2 พบว่า ผลการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต พบว่า นักเรียนบางคนมาจากครอบครัวที่ใช้นาเสพติด และจากการสังเกตการมีส่วนร่วมของนักเรียน ได้แก่ การตอบคำถาม การตั้งใจดูวิดีโอ ตั้งใจฟัง และการตั้งใจทำงาน พบว่า นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียดมากที่สุด ( $f = 18$ ) รองลงมา คือ ทักษะการแก้ปัญหา ( $f = 15$ ) ทักษะการปฏิเสธ ( $f = 5$ ) ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง ( $f = 3$ ) และทักษะการตัดสินใจ ( $f = 2$ ) ตามลำดับ

**ตารางที่ 3** การเปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยการทดสอบด้วยสถิติ Nonparametrics Statistics (Wilcoxon Matched-Pairs Signed-Rank Test)

| กลุ่มตัวอย่าง       | $\bar{X}$ | S.D. | จำนวนผลต่างคะแนน               | จำนวน | ค่าเฉลี่ยอันดับที่ | ผลรวมอันดับที่ | z      | sig     |
|---------------------|-----------|------|--------------------------------|-------|--------------------|----------------|--------|---------|
| ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม | 62.30     | 3.26 | ผลต่างคะแนนที่มีเครื่องหมายลบ  | 0     | 0.00               | 0.00           | -4.787 | 0.000** |
| หลังเข้าร่วมโปรแกรม | 98.43     | 5.19 | ผลต่างคะแนนที่มีเครื่องหมายบวก | 30    | 15.50              | 465.00         |        |         |
|                     |           |      | รวม                            | 30    |                    |                |        |         |

หมายเหตุ. \*\*มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 3 พบว่า นักเรียนมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดหลังเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

### อภิปรายผลการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 สามารถนำเสนอการอภิปรายผลการวิจัย ได้ดังนี้

1. โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 ประกอบด้วย หลักการและแนวคิด วัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการ การวัดและประเมินผล ประกอบด้วย 6 กิจกรรม สอดคล้องตามแนวคิดของนักวิชาการหลายท่านซึ่งได้นำเสนอเกี่ยวกับองค์ประกอบของโปรแกรมไว้สอดคล้องกัน (ยอดอนงค์ จอมหงษ์พิพัฒน์, 2553, หรรษา สุขกาล, 2553, อนันต์ พันนึก, 2554, สุวิทย์ ยอดสละ, 2556) ทักษะชีวิตที่พัฒนาในโปรแกรมนี้ ได้แก่ ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด ซึ่งมีความสำคัญต่อนักเรียน ในการเจริญเติบโตเพื่อให้นักเรียนเข้าใจตนเอง และปรับตัวให้สอดคล้องกับสภาพสังคม และจัดการกับอารมณ์ ความเครียด และปัญหาของตนเองได้ โดยไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ขั้นตอนการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่ใช้ในโปรแกรม ประกอบด้วย ขั้นตอนประสบการณ์ (Experience) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เป็นการให้โอกาสผู้เรียนได้รับรู้ทางกาย ทางจิต อารมณ์ และสภาพแวดล้อมเชิงประจักษ์ โดยผู้วิจัยได้นำ VDO ที่มีแนวคิดสอนใจนักเรียนเพื่อให้ตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดจากการเกี่ยวข้องกับยาเสพติดและโทษของยาเสพติด เมื่อนักเรียนได้ประสบการณ์จากการชม VDO แล้ว จึงนำสู่ขั้นอภิปราย/สะท้อนผล (Discussion and Reflection) ซึ่งจะเกิดขึ้นหลังจากเรียนรู้จาก VDO โดยนำประเด็นสำคัญที่ได้มาสรุปและอภิปรายผลร่วมกัน และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้และอภิปรายเป็นความคิดรวบยอด (ขั้นความคิดรวบยอด Concept Formation) และการปฏิบัติในขั้นทดลองฝึกทักษะ (Experimentation) โดยใช้เกมหรือกิจกรรมต่าง ๆ และ 5) ขั้นประยุกต์ใช้และการพัฒนา (Application and Development) เป็นการฝึกให้นักเรียนได้สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้หรือประสบการณ์ที่ได้รับ เพื่อนำสู่การประยุกต์ใช้ ขั้นตอนการเสริมสร้างทักษะชีวิตของโปรแกรม ยังมีความสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมและความคิด (Cognition-Social Learning Theory) ของอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura, 1977) ซึ่งมีความเชื่อว่าเด็กเรียนรู้ในการแสดงพฤติกรรมโดยผ่านการสังเกตและการสังเกต อาจกล่าวได้ว่าพฤติกรรมจะถูกเสริมแรงหรือปรับเปลี่ยน โดยผลของการกระทำหรือการตอบสนองของบุคคลอื่น ๆ ต่อพฤติกรรมของตนเอง เด็กมีการเรียนรู้ที่จะแสดงพฤติกรรมโดยผ่านการสังเกตและปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากกว่าแค่ผ่านการพูดหรือการสั่งสอน ดังนั้นเด็กควรจะได้รับ การสอนเกี่ยวกับทักษะต่าง ๆ โดยผ่านกระบวนการของการสั่งสอน (Instruction) การฝึกซ้อม (Rehearsal) และการให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) มากกว่าที่จะเพียงแต่ใช้การสั่งสอนเพียงอย่างเดียว ขั้นตอนการเสริมสร้างทักษะชีวิตในโปรแกรมนี้สอดคล้องตามวิธีการเสริมสร้างทักษะชีวิต ของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) โดยโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้นคณะผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นว่า โปรแกรมที่มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด และการนำ VDO ที่มีคำแนะนำและแนวคิดสอนใจนักเรียน ให้ตระหนักถึงปัญหาของยาเสพติดและไม่ข้องเกี่ยวกับยาเสพติดนั้น ช่วยให้นักเรียนที่ได้รับชม VDO เกิดการคิด วิเคราะห์ วิจารณ์ และเรียนรู้ทักษะชีวิตและแนวคิดที่ VDO ได้นำเสนอ สอดคล้องกับ ชีววัฒน์ พงศ์ภานุพัฒน์ และคณะ (2568) ได้ศึกษาโปรแกรมการสอนสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ตำบลบ้านยาง อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ และได้สร้างโปรแกรมสุขศึกษาโดยในโปรแกรมมีการออกแบบกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนมีการพัฒนากระบวนการฟังอ่าน พูด คิดวิเคราะห์ วิจารณ์ สังเคราะห์ ผ่านสื่อภาพยนตร์ นวนิยาย หนังสือ การ์ตูน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างเป็นเหตุเป็นผล เพื่อให้เกิดความรอบรู้ในการป้องกันพฤติกรรมอันไม่เหมาะสม

2. ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 หลังการเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น สามารถช่วยให้นักเรียนมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น โดยพิจารณาคะแนนการวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดของนักเรียนซึ่งมีคะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรม



สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างชัดเจน สาเหตุที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก โปรแกรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ยึดหลักการตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมและความคิดของ Albert Bandura โดยผู้วิจัยได้ออกแบบโปรแกรมให้นักเรียนมีการเรียนรู้ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดผ่านทาง VDO ที่ให้แง่คิด และนำเสนอตัวอย่างในการใช้ทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ เพื่อป้องกันยาเสพติดแก่นักเรียน ได้แก่ VDO ที่สอนให้นักเรียนรู้จักโทษของยาเสพติด ที่ส่งผลกระทบต่อชีวิต และคนใกล้ชิด ที่แสดงถึงการใช้ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิเสธที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด โดยนำเสนอการปฏิเสธอย่างเป็นขั้นเป็นตอน เพื่อให้นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตจริง ซึ่งการเรียนรู้ของนักเรียนในแต่ละกิจกรรมจะเกิดขึ้นจากการสังเกตและปฏิบัติสัมพันธ์ทางสังคมที่ได้จากการดู VDO และการทำกิจกรรมตามโปรแกรม โดยผู้วิจัยได้ออกแบบให้มีการสะท้อนความคิดโดยให้นักเรียนให้ข้อมูลย้อนกลับหลังจากการได้ร่วมกิจกรรม โดยการทำให้ให้นักเรียนได้เขียนตอบตามความรู้สึก ความคิดและความเข้าใจของตนเอง เป็นการทบทวนให้นักเรียนได้ตระหนักถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการร่วมกิจกรรมของโปรแกรม จึงทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด สอดคล้องกับที่ Bandura (1977) ซึ่งนำเสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมและความคิด และมีความเชื่อว่า เด็กมีการเรียนรู้ที่จะแสดงพฤติกรรมโดยผ่านการสังเกตและปฏิบัติสัมพันธ์ทางสังคม มากกว่าแค่ผ่านการพูดหรือการสั่งสอน ดังนั้นเด็กควรจะได้รับการสอนเกี่ยวกับทักษะต่าง ๆ โดยผ่านกระบวนการของการสั่งสอน (Instruction) การฝึกซ้อม (Rehearsal) และการให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) มากกว่าที่จะเพียงแค่ใช้การสั่งสอนเพียงอย่างเดียว ผลการวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ จุลจิรา จันทะมุงคุณ และคณะ (2563) ซึ่งได้ศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย จังหวัดชัยภูมิ พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมฯ มีค่าทักษะชีวิตทั้ง 7 ด้าน ได้แก่ การตระหนักรู้ การปฏิเสธ การตัดสินใจและแก้ไขปัญหาการจัดการอารมณ์และความเครียด ความภาคภูมิใจ ความคิดสร้างสรรค์ และความรับผิดชอบ ดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ออกแบบโปรแกรมให้มีการนำเสนอเนื้อหาผ่าน VDO ซึ่งสามารถสร้างความสนใจของนักเรียนได้ดี แต่กิจกรรมการสะท้อนผลการพัฒนายังมีน้อยและเป็นรูปแบบเดิมตลอดทั้งโปรแกรม คือ การทำใบงาน จึงทำให้เกิดข้อจำกัด คือ ขาดความหลากหลายของกิจกรรมและนักเรียนมีกิจกรรมในเชิงการปฏิบัติน้อย จึงควรมีการศึกษาเพิ่มเติมซึ่งจะได้เสนอแนะไว้ต่อไป

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ในการนำโปรแกรมไปใช้ ครู หรือฝ่ายกิจการนักเรียน อาจเพิ่มเติมกิจกรรมการละลายพฤติกรรม เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักและคุ้นเคยกันโดยอาจจัดกิจกรรมในช่วงการปฐมนิเทศ เนื่องจากนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม มาจากต่างระดับชั้นมีช่วงอายุต่างกัน และยังไม่คุ้นเคยกัน
2. ในการนำโปรแกรมไปใช้ ครู หรือฝ่ายกิจการนักเรียน สามารถออกแบบใบงานที่กระตุ้นการคิดวิเคราะห์แบบเป็นลำดับขั้นตอน เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกการคิดตามลำดับขั้น แล้วจึงนำสู่การสรุปพฤติกรรมตามที่กำหนด
3. ในการนำโปรแกรมไปใช้ ครู หรือฝ่ายกิจการนักเรียน ควรตรวจให้คะแนนการทำใบงาน โดยอาจพิจารณาจากจำนวนประเด็นที่นักเรียนตอบ เพราะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นยังขาดทักษะการเขียน มักจะเขียนตอบสั้น ๆ โดยขาดการอธิบายรายละเอียด

#### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับ การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้จากสถานการณ์จำลองหรือบทบาทสมมติ เพื่อให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในสถานการณ์จำลอง หลังจากได้เรียนรู้เนื้อหาจาก VDO จะทำให้นักเรียนได้ปฏิบัติและเพิ่มความสนุกสนานมากยิ่งขึ้น



2. ควรศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับ การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนที่มีสถานะครอบครัวแตกแยกหรือนักเรียนที่ไม่ได้อยู่กับบิดามารดา ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด และช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวและพึ่งพาตนเองในยามวิกฤตได้

### รายการอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2554). *กรอบทิศทางงานพัฒนาสุขภาพจิตและแผนยุทธศาสตร์ กรมสุขภาพจิต ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559)*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). ละม่อม.
- คณะกรรมการบริหารเครือข่าย องค์การวิชาการสารเสพติด. (2556). *สังเคราะห์สถานการณ์สารเสพติด พ.ศ.2545 -2555*. สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กระทรวงยุติธรรม.
- จุลจิรา จันทะมุงคุณ และคณะ. (2563). ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายจังหวัดชัยภูมิ. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 28(4), 304-316. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/jmht/article/view/241153>
- ธีรวัฒน์ พงศ์ภาณุพัฒน์ และคณะ. (2568). โปรแกรมการสอนสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ตำบลบ้านยาง อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์. *วารสารสิ่งแวดล้อมศึกษาการแพทย์และสุขภาพ*, 10(1), 51-59. <https://so06.tci-thaijo.org/index.php/hej/article/view/280879>
- พิสนุ ฟองศรี. (2553). *เทคนิควิธีประเมินโครงการ*. (พิมพ์ครั้งที่ 7). บริษัทด้านสุทธาการพิมพ์จำกัด.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (2540). *หลักและวิธีการสอนทักษะชีวิต*. กองบริการการศึกษา.
- ยอดอนงค์ จอมหงษ์พิพัฒน์. (2553). *การพัฒนาโปรแกรมพัฒนาครูผู้นำการจัดการเรียนรู้ตามแนวทางปฏิรูปการศึกษา ขั้นพื้นฐาน*. [วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร]. <https://alist.snru.ac.th/BibDetail.aspx?bibno=60068>
- วิราวรรณ สว่างแจ้ง และณณนัท รุ่งเนย. (2567). ประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และพฤติกรรม การป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเพชรบุรี. *วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ*, 42(1), 1-13. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/jnat-ned/article/view/269137/181669>
- วิไลลักษณ์ ลังกา และคณะ. (2562). การวิเคราะห์สภาพการณ์ปัจจุบันของปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยภูมิคุ้มกันและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการ ใช้สารเสพติดของเด็กและเยาวชนในพื้นที่หมู่บ้านอาสาพัฒนาและป้องกันตนเอง (อพป.). *วารสารการจัดการทางการศึกษาปฐมวัย*, 1(1), 28-43. <https://doi.org/10.14456/jecem.2019.4>
- ศรารม ภาชา และชนะชัย อวนวงษ์. (2563). พฤติกรรมเสี่ยงต่อยาเสพติดของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอบ้านแท่น จังหวัดชัยภูมิ. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*, 5(3), 291-302.
- สุวิทย์ ยอดสละ. (2556). *การพัฒนาภาวะผู้นำเชิงวิสัยทัศน์ของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาขั้นพื้นฐาน*. [วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม]. [https://khoon.msu.ac.th/\\_dir/fulltext/fulltextman/full2/suwit5293/titlepage.pdf](https://khoon.msu.ac.th/_dir/fulltext/fulltextman/full2/suwit5293/titlepage.pdf)
- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4. (2563). *ผลการตรวจสอบสารเสพติด ประจำปี 2563*. กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4.



- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4. (2565). ผลการตรวจสอบการเสกติด ประจำปี 2565. กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4.
- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4. (2568). ระบบจัดเก็บข้อมูลนักเรียนรายบุคคล Data Management Center : DMC. <https://portal.bopp-obec.info/obec68/>
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2562). รายงานผลการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ประจำปีงบประมาณ 2562 สถิติข้อมูลยาเสพติด. รีปรีน.
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2563). รายงานผลการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ประจำปีงบประมาณ 2563. สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (สำนักงาน ปปส.).
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2567). แผนปฏิบัติการระยะยาว 5 ปี (พ.ศ. 2566- 2571) ฉบับทบทวน พ.ศ. 2567 และแผนปฏิบัติการของกองทุนป้องกัน ปราบปราม และแก้ไขปัญหายาเสพติด ประจำปีบัญชี 2568. <https://shorturl.asia/d6Chv>
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2559). การออกแบบกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการพัฒนาทักษะสำหรับผู้เรียน. โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2553). แนวทางการดำเนินงาน ตามระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วย การขยายชั้นเรียน ในสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2553. สำนักนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา ขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. <https://www.bopp.go.th/wp-content/uploads/2024/09/6.-แนวทางการดำเนินงานตามระเบียบกระทรวงศึกษา.pdf>
- หรรษา สุขกาล. (2553). การพัฒนารูปแบบโปรแกรมการทำงานระหว่างเรียนเพื่อส่งเสริมจริยธรรมในการทำงานของนิสิต นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตในสถาบันอุดมศึกษา สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย. [วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย]. <https://cuir2.car.chula.ac.th/dspace/bitstream/123456789/9028/1/Hansa.pdf>
- อนันต์ พันนึก. (2554). การวิจัยและพัฒนาโปรแกรมพัฒนาศมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน. [วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น]. [https://phd.mbuisc.ac.th/KKU\\_Thesis/Anan6.pdf](https://phd.mbuisc.ac.th/KKU_Thesis/Anan6.pdf)
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. General Learning Press.
- Best, J. W., & Kahn, J. V. (1989). *Research in education*. (6<sup>th</sup> Edition). Prentice-Hall.