

ประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกัน  
ปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน  
THE EFFECTIVENESS OF EXECUTIVE FUNCTION PROGRAM AS  
A PROTECTIVE FACTOR FOR SUBSTANCE USE AMONG YOUTH

ผู้วิจัย

เกรียงไกร พึ่งเชื้อ<sup>1</sup>Kriengkrai Peungchuer<sup>1</sup>

kimonkung@gmail.com

กาญจนา ภัทราวินวัฒน์<sup>2</sup>Kanchana Patrawiwat<sup>2</sup>วิไลลักษณ์ ลังกา<sup>3</sup>Wilailak Langka<sup>3</sup>

Received: May 8, 2019

Revised: June 16, 2019

Accepted: June 29, 2019

## บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน โดยการศึกษาแนวคิดการพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนร่วมกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1. โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนผ่านการตรวจสอบความสอดคล้องและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน 2. แบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนในกลุ่มเยาวชนดัชนีความความตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือทั้งหมด (Scale-level CVI; SCVI) เท่ากับ .95 มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.94 Corrected Item-Total Correlation (CITC) มีค่าระหว่าง .249 - .7943. แบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน SCVI เท่ากับ .91 มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88 CITC มีค่าระหว่าง .220 - .775

ผลการศึกษา พบว่า คะแนนเฉลี่ยความสามารถคิดบริหารจัดการตนของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นเล็กน้อยจากหลังจากได้รับการจัดกระทำ (หลังการทดลอง) และลดลงภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 3.18, 3.30 และ 3.19 ตามลำดับ ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงในทิศทางเดียวกันแต่มีความแตกต่างกันค่อนข้างน้อยมาก คือ 3.27, 3.30 และ 3.24 ตามลำดับ การประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน พบว่าคะแนนลดลงเล็กน้อยจากหลังจากได้รับการจัดกระทำ (หลังการทดลอง) และลดลงภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 2.25, 2.20 และ 2.00 ตามลำดับ ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงเพียงเล็กน้อยภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 2.26, 2.26 และ 2.14 ตามลำดับการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่ม (Tests of Within-Subjects Effects) ของความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (RISK) ของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลาก่อนการทดลองหลัง

<sup>1</sup> นิสิต ปรด. จิตวิทยาประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>2</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>3</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การทดลองทันที และติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือนพบว่า พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (RISK) ของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และ ติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ( $p = .004$ ) และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพบว่า ผลต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดก่อนการทดลองแตกต่างกับค่าเฉลี่ยพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยแตกต่างกัน 0.245 คะแนน

**คำสำคัญ:** ความสามารถคิดบริหารจัดการตน สารเสพติด เยาวชน

#### ABSTRACT

The objective of this research to study the effectiveness of Executive Function Program as a Protective Factor for Substance use Among Youth. It is a research and development conducted by studying the concept of Executive Function (EF) and protective factor for substance use to determine factors and then design evaluation of Executive Function (EF) for youth. Evaluation of risk behavior of substance abuse among youth is developed from risk behavior of substance abuse screening test and then create Executive Function Program as a protective factor for substance abuse among youth. Research instrument are 1) function program as a protective factor for substance abuse among youth 2) evaluation of Executive Function (EF) for youth (Scale-level-CVI; SCVI = .95,  $\alpha = 0.94$ , CITC = .249 - .794) 3) evaluation of risk behavior of substance abuse among youth (SCVI = .91,  $\alpha = 0.88$ , CITC = .220 - .775)

The research findings were as follows:

Evaluation of Executive function (EF) of experimented group is slightly increased after immediately participated in Executive Function Program but decreased 1 month later (3.18, 3.30 and 3.19). Meanwhile Executive Function (EF) of controlled group is in the same way but slightly different (3.27, 3.30, and 3.24). Evaluation of risk behavior of substance abuse among youth of experimented group is slightly decreased after immediately participated in Executive Function Program and decreased 1 month later (2.25, 2.20 and 2.00). Meanwhile risk behavior of substance abuse among youth of controlled group is slightly difference 1 month later (2.26, 2.2, and 2.14).

The analysis of variance to test the differences within groups (Tests of Within-Subjects Effects) of Executive Function (EF) and the behavioral risk of substance abuse (RISK) of an experimental group based on the time interval before the trials. Immediately after the trial and track later finished 1 month trial found that the risk of substance abuse (RISK) of an experimental group based on the time interval before the trials. Immediately after the trial and track later finished 1 month trial there were differences statistically significant at the .01 level ( $p = .004$ ) and compare the differences of the average than found. The difference of average risk behaviors drugs before the experiment is different to the average risk behaviors drugs track later completed the experiment. 1 month, statistically significant at the .05 level by different 0.245 score.

**Keywords:** Executive Function (EF), Substance Abuse, Youth

## บทนำ

ในปี พ.ศ. 2561 มีเด็กและเยาวชนในประเทศไทย ที่อายุต่ำกว่า 18 ปี จำนวน 14.3 ล้านคนเศษ จากประชากร ทั้งประเทศ 66.4 ล้านคน (กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย, 2562) หรือคิดเป็นประมาณ 1 ใน 5 ของประชากรทั้งประเทศ ซึ่งเด็กและเยาวชนเหล่านี้ถือเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าสำหรับการพัฒนาประเทศ เป็นกำลังที่สำคัญต่อการพัฒนาขับเคลื่อนทั้งด้านแรงงาน เศรษฐกิจ สังคมในอนาคต แต่จะเป็นเช่นนั้นได้ประชากรกลุ่มนี้จะต้องเติบโตอย่างมีคุณภาพ มีทักษะพร้อมในการเผชิญความเสี่ยงอย่างมากมาย ทั้งในเรื่องของการใช้สารเสพติดทั้งที่ถูกกฎหมายและผิดกฎหมาย ความรุนแรง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอันจะนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ ทั้งต่อตนเองและสังคม อาทิ การตั้งครกรักไม่พร้อม การติดเชื้อเอชไอวี เป็นต้น

ปัญหาสารเสพติดเป็นปัญหาของประเทศไทย ส่งผลกระทบต่ออย่างกว้างขวางทั้งต่อบุคคลและสังคมส่วนรวมในมิติต่าง ๆ อาทิ สุขภาพอนามัย เศรษฐกิจ สังคม และความมั่นคงของประเทศ การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดของไทยนั้น ถือเป็นนโยบายจำเป็นเร่งด่วน และเป็นยุทธศาสตร์เฉพาะของรัฐบาลทุกรัฐบาล จากการสำรวจเพื่อการคาดประมาณการจำนวนผู้เกี่ยวข้องกับสารเสพติดในประเทศไทย พ.ศ. 2559 พบว่า ประชากรไทย จำนวน 2,964,444 คน รายงานว่าเคยใช้สารเสพติดที่ผิดกฎหมายชนิดใดชนิดหนึ่งในชีวิต โดยยังคงใช้ใน 30 วัน ก่อนการสัมภาษณ์ 794,542 คน ในจำนวนนี้เป็นประชากรอายุต่ำกว่า 12 - 19 ปี จำนวน 275,887 คน (มานพ คณะโต, และคนอื่น ๆ, 2559) นอกจากนี้ ตั้งแต่ปี 2554-2558 พบว่า ผู้เข้ารับการรักษาในคลินิกมีแนวโน้มสูงขึ้น จาก 187,246 คน ในปี 2554 เป็น 303,509 คน ในปี 2557 เกือบร้อยละ 50 เป็นเยาวชนอายุระหว่าง 15-24 ปี ถึงแม้มีอัตราการลดลงอย่างต่อเนื่องแต่เนื่องจากกลุ่มนี้เป็นกลุ่มเสี่ยงที่สำคัญที่ต้องเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด (ศูนย์อำนวยการป้องกันและปราบปรามสารเสพติดแห่งชาติ, 2558) และระหว่างปี 2548-2552 พบว่ากลุ่มเด็กและเยาวชนอายุต่ำกว่า 20 ปี เป็นกลุ่มหลักที่ถูกจับกุมและเข้ารับการรักษาและมีแนวโน้มสัดส่วนที่เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชนในสถานศึกษา

ซึ่งกลุ่มเด็กมัธยมศึกษาตอนต้นและประถมศึกษา (วิชา ด้านร่างกาย, สมปอง สิมมา, อนุกุล วัชรธรรมเสมอ, สำรวัย วรเทศะคงคา, และ สุภาพร สวัสดิ์ชัย, 2555)

พฤติกรรมเสี่ยงการใช้สารเสพติดก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมายทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคม ตลอดจนระดับชาติ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาสุขภาพจากการใช้สารเสพติด การเข้าสู่กระบวนการค้าสารเสพติด การสูญเสียโอกาสทางการศึกษาตลอดจนหน้าที่การงานและความก้าวหน้าในชีวิต ซึ่งปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ต้องได้รับการแก้ไข เพื่อการป้องกันปัญหาและผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงในเยาวชนดังที่กล่าวมา ดังนั้นเราจำเป็นต้องแสวงหามาตรการในการป้องกัน ซึ่งจะดีกว่าการหาทางแก้ไขการจัดการที่ล่าช้าไปจนเยาวชนเกิดทัศนคติและพฤติกรรมในทิศทางบวกต่อพฤติกรรมเสี่ยงจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยง่าย เป้าหมายสำคัญของการป้องกันคือการสร้างปัจจัยป้องกันให้มีความเข้มแข็งมากกว่าปัจจัยเสี่ยง (National Institute on Drug Abuse, 2003) ซึ่งการสร้างให้เยาวชนมีความสามารถคิดบริหารจัดการตน (Executive Function) ก็เป็นปัจจัยป้องกันอันหนึ่งที่น่าสนใจ

ความสามารถคิดบริหารจัดการตน (Executive Function) เป็นการทำงานของสมองในระดับสูงที่เชื่อมโยงประสบการณ์ในอดีตกับสิ่งที่กำลังทำในปัจจุบัน ช่วยให้เราควบคุมความคิด การตัดสินใจและภาวะกระทำ (Anderson, 2002) ซึ่งทักษะต่าง ๆ ที่เป็นองค์ประกอบของความสามารถคิดบริหารจัดการตน อาทิ ความจำ (Working Memory) การยับยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control) การยืดหยุ่นทางความคิด (Cognitive Flexibility) การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) การใส่ใจจดจ่อ (Attention) การติดตามและประเมินตนเอง (Self-Monitoring) การริเริ่มลงมือทำ (Initiating) การวางแผนและจัดระบบดำเนินการ (Planning/ Organizing) และการมุ่งเป้าหมาย (Goal Directed Persistence) ล้วนมีความสำคัญทำให้เยาวชนคิดไตร่ตรองก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่นหรือกระทำการใดโดยขาดการยั้งคิด ควบคุมอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองได้ มีความคิดยืดหยุ่นปรับตัวง่าย

การที่สมองส่วนหน้าทำงานบกพร่องนั้นจะทำให้ขาดการยับยั้งความคิดและการกระทำ อาทิ การพาตัวไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง การทดลองใช้สารเสพติด ใช้สารเสพติดซ้ำจนติดแม้จะเข้ารับการรักษาบำบัดแล้วก็กลับไปใช้ใหม่ ซึ่งเป็นวงจรการใช้และติดสารเสพติด (Moreinn-Zamir, 2015) จากการศึกษาภาพถ่ายทางสมองและอาการทางคลินิกในผู้ที่ติดสารเสพติดพบว่ามีความบกพร่องในการทำงานของสมองส่วนหน้า (Goldstein & Volkow, 2011) และความบกพร่องในความสามารถคิดบริหารจัดการตนเป็นสาเหตุของการติดสารเสพติด (Self, Staley, & Julie, 2010) จากงานวิจัยที่ศึกษาในเรื่องความสามารถคิดบริหารจัดการตนที่เกี่ยวข้องกับสารเสพติดพบว่า การมีพ่อแม่หรือเพื่อนที่ใช้สารเสพติดเป็นแบบอย่างตลอดจนมีความพร้อมในความสามารถคิดบริหารจัดการตน เป็นปัจจัยเสี่ยงที่พบอยู่ในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น โดยบุหรี่ไฟฟ้าเป็นสารเสพติดชนิดแรกที่น่าไปสู่อการใช้สารเสพติดชนิดอื่น ๆ (Pentz, et al., 2015)

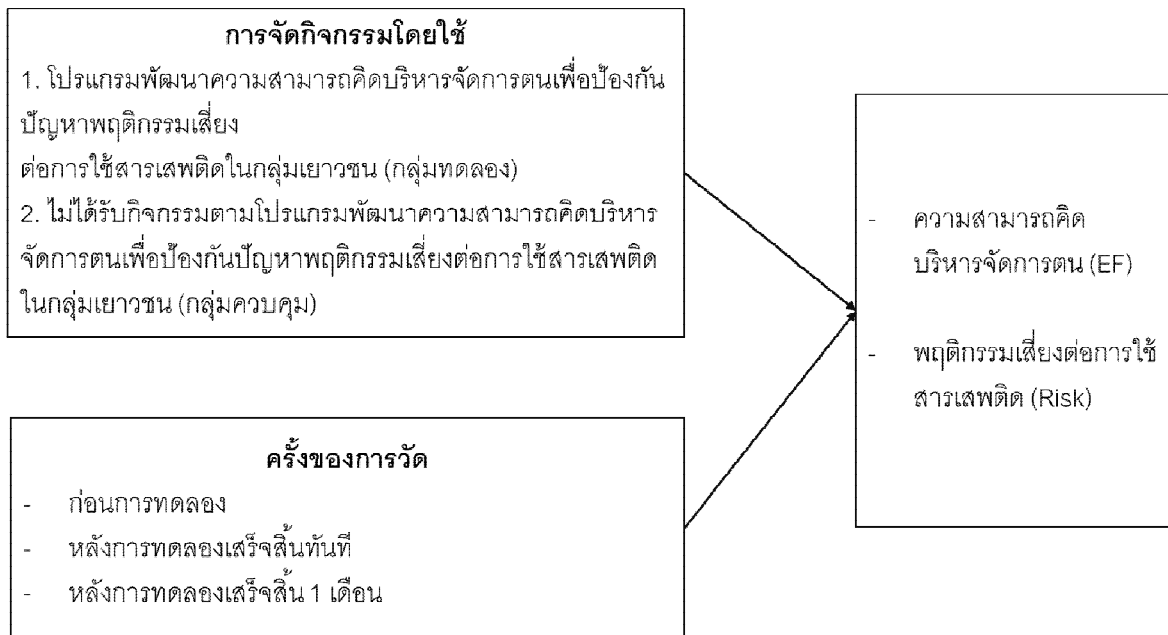
นอกจากนี้คุณลักษณะส่วนบุคคล อิทธิพลจากพ่อแม่และเพื่อน ตลอดจนความพร้อมในทักษะการคิดบริหารจัดการตน สามารถพยากรณ์การใช้นิโคตินและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นตอนต้น (Pentz & Riggs, 2013) เด็กที่มีความเสี่ยงในการใช้สารเสพติดเพราะพวกเขามีพ่อแม่ที่ใช้สารเสพติด ในทำนองเดียวกันกับผู้ที่มีความบกพร่องในความสามารถการคิดบริหารจัดการตน (Peter R. Giancola, 1999) นอกจากนี้ระดับคะแนนความสามารถคิดบริหารจัดการตนที่อยู่ในระดับต่ำสัมพันธ์กับการเพิ่มปริมาณการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของผู้ติดแอลกอฮอล์ (Tarter & Parsons, 1971)

ศูนย์พัฒนาการเด็กแห่งมหาวิทยาลัย ฮาร์วาร์ด (Harvard University) ได้จัดทำารพัฒนาเด็กผ่านความสามารถคิดบริหารจัดการตน (Executive Function) และการกำกับตนเอง (Self – Regulation) ทักษะเหล่านี้ เป็นกระบวนการทางจิตที่ทำให้พวกเราสามารถวางแผน มีสมาธิอย่างแน่วแน่ จดจำแบบแผน จัดการกับงานที่มีความซับซ้อนและหลากหลายได้ โดยการจัดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสนับสนุน

เด็ก ๆ ด้วยการเสริมต่อการเรียนรู้ (scaffolding) ที่ช่วยเหลือเด็ก ๆ ในการฝึกฝนทักษะที่จำเป็นก่อนที่เด็ก ๆ จะต้องทำด้วยตนเอง ผู้ใหญ่นั้นสามารถสนับสนุนการพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตน โดยการทำให้เป็นกลายเป็นกิจวัตรประจำวัน การเป็นแบบอย่างพฤติกรรมทางสังคม สร้างให้เกิดและสนับสนุนการคงอยู่ของพฤติกรรมนั้น ๆ และเป็นสิ่งที่พึงพาได้ (Center on the Developing Child, 2012)

การสร้างภูมิคุ้มกันสารเสพติดที่มีกลุ่มเป้าหมายเป็นเด็กปฐมวัย โดยการสร้างปัจจัยการรู้คิดซึ่งเชื่อว่าจะได้ผลดีกว่าการให้ข้อมูลข่าวสาร ซึ่งการเรียนรู้จะช่วยให้คนสามารถทำการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง (มานพ คณะโต พูนรัตน์ สยติกุล ชวนพิศ ชุ่มวัฒนะ และ อิศราภรณ์ เทพวงษา (บ.ก.), 2560) การศึกษาความสามารถคิดบริหารจัดการตนได้รับความสนใจจากนักวิชาการทั้งไทยและต่างประเทศเป็นจำนวนมากแต่ผู้วิจัยยังไม่พบว่ามีการศึกษาการพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนในมิติของการป้องกันปัญหาสารเสพติดในกลุ่มเยาวชนของประเทศไทย จึงเป็นความท้าทายที่สำคัญในการให้การจัดการกระทำที่มีประสิทธิผลเพื่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดให้กับกลุ่มเยาวชนที่เหมาะสมกับบริบทของประเทศไทย ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนเพื่อประโยชน์ในการป้องกันปัญหาการใช้สารเสพติดของเยาวชนในประเทศไทยต่อไป

### กรอบแนวคิดในการวิจัย



### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน

### สมมติฐานการวิจัย

1. ผู้เข้าร่วมวิจัยกลุ่มทดลองที่ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน มีความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม และมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดต่ำกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน
2. ความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของผู้เข้าร่วมวิจัยกลุ่มทดลองที่ได้รับการจักกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน

ในระยะก่อนได้รับกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมฯ และหลังได้รับกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมฯ มีความแตกต่างกัน

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนเป็นการวิจัยและพัฒนา (research and development: R&D) โดยการศึกษาแนวคิดการพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองร่วมกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดเพื่อสังเคราะห์องค์ประกอบของความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองจาก Miyake; et al,(2000); Greenstone, (2011); นวลจันทร์ จุฑาทักดีกุล,(2555); Hansen, (2013); Naglieri, et al, (2013); Wenner, et al,(2013); Shaul & Schwart, (2014); Zelazo, (2015); พัชรา กระแจะเจิม และวรรณิ์แกมเกตุ, (2558); สุภาพณีย์ แสงสว่างและคณะ, (2559) องค์ประกอบที่ใช้ในงานวิจัยได้แก่ ความจำในการทำงาน (Working Memory) ความยืดหยุ่นทางปัญญา (Shifting /Cognitive Flexibility) การยับยั้ง (Inhibition Control) การวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบ (Plan/Organize) การตรวจสอบตนเอง (Self-Monitoring) การควบคุมอารมณ์

(Emotional Control) และการริเริ่ม (Initiate) และแบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดที่พัฒนาจากแบบคัดกรองพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของวัยรุ่น ของ พระอภิเดช โยชน์เนียน (2551) จากนั้นพัฒนาสร้างโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน โดยอิงทฤษฎีการเรียนรู้แบบ Scaffolding (Center on the Developing Child, 2012; Spruijt, Dekker, Ziermans, & Swaab, 2018; Hopkins, Lavigne, Gouze, LeBailly, & Bryant, 2013; Matte-Gagné & Bernier, 2011) โดยออกแบบกิจกรรมให้เป็นไปตามหลักการออกแบบการสอนของ Smith, P.L. & Ragan, T.J. (2005) โดยมีขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรมคือสร้างความสนใจให้เห็นความสำคัญหรือ

เป้าหมายของงานที่ทำ แบ่งกิจกรรมออกเป็นหน่วยย่อย ๆ กำหนดลักษณะสำคัญของสิ่งที่จะเรียนรู้ให้เด่นชัด ใช้การสาธิตเพื่อแสดงตัวอย่างการแก้ปัญหาหรือการทำกิจกรรม มีการสร้างแรงจูงใจอย่างต่อเนื่องสร้างความท้าทายต่อกิจกรรม และควบคุมปัญหาหรือความคับข้องใจของผู้เรียน (Wood Bruner; & Ross. 1976: 98) จากนั้นทำการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนโดยให้การจัดกระทำตามโปรแกรมฯ แก่กลุ่มทดลอง ทำการประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด 3 ระยะ คือ ก่อนการจัดกระทำ ภายหลังจากจัดกระทำทันที และ ติดตามภายหลังจากจัดกระทำ 1 เดือน

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	การจัดกระทำ	ทดสอบหลังทันที	ทดสอบภายหลัง 1 เดือน
ทดลอง	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>	O <sub>3</sub>
ควบคุม	O <sub>1</sub>		O <sub>2</sub>	O <sub>3</sub>

O - ความสามารถคิดบริหารจัดการตนในกลุ่มเยาวชน และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน

X - โปรแกรมส่งเสริมความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้เข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ประกอบด้วยนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2561 โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม โดยสุ่มเลือกจากห้องเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถคิดบริหารจัดการตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ยระดับชั้น จำนวน 2 ห้องเรียน และทำเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความสามารถคิดบริหารจัดการตนและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองพบว่าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ  $p = .967$  และ  $.834$  ตามลำดับ แสดงถึงความเท่าเทียมกันระหว่าง 2 กลุ่มเพื่อเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ จากนั้นทำการสุ่มโดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน จำนวน 38 คน และเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียนที่ดำเนินกิจกรรมโดยใช้โปรแกรม

พัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน จำนวน 38 คน รวมนักเรียนทั้งสิ้นที่เข้าร่วมโปรแกรม 76 คน

### ตัวแปรที่ศึกษา

การวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรอิสระ 1 ตัว ได้แก่ โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน และตัวแปรตาม 2 ตัว ได้แก่ ระดับความสามารถคิดบริหารจัดการตน และระดับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด



## วิธีการรวบรวมข้อมูล

การรวบรวมข้อมูลเพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน การดำเนินงานเริ่มตั้งแต่เดือนมกราคม 2562 – กุมภาพันธ์ 2562 แบ่งเป็น 2 ระยะ คือ

### 1. ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยได้ขอความอนุเคราะห์จากผู้บริหารสถานศึกษา จัดให้มีการชี้แจงขั้นตอนการดำเนินงานวิจัยวัตถุประสงค์ของการวิจัยตลอดจนสิทธิ ต่าง ๆ ของผู้เข้าร่วมวิจัย และลงนามในหนังสือยินยอมเข้าร่วมวิจัย นอกจากนี้ยังได้จัดให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งระดับชั้นได้ทำแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อหาค่าเฉลี่ยและคัดห้องเรียนเข้าร่วมวิจัยในระยะต่อไป จำนวน 2 ห้องเรียน

### 2. ระยะทดลอง

เมื่อได้กลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัย 2 กลุ่มแล้วนั้นผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองทำแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองในกลุ่มเยาวชน และแบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชนก่อนให้การจัดกระทำ (Pre-Test) จากนั้นผู้วิจัยได้ให้การจัดกระทำกับผู้เข้าร่วมวิจัยในกลุ่มทดลองโดยจัดกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนที่ออกแบบให้สะท้อนถึงการพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองประกอบต่าง ๆ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง เป็นเวลา 4 สัปดาห์รวม 12 ชั่วโมง

เมื่อดำเนินการจัดกระทำตามโปรแกรมฯ เสร็จสิ้นแล้วผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองทำแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองในกลุ่มเยาวชน และแบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชนภายหลังการให้การจัดกระทำทันที (Post-Test) และทำการวัดซ้ำภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมฯ 1 เดือน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยเรื่องประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนมีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยดังนี้

1. โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนเป็นกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองในมิติของการเกี่ยวข้องกับ การใช้สารเสพติดของกลุ่มเยาวชน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เข้าร่วมวิจัยมีความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองสามารถตรวจสอบตนเอง ประเมินความสามารถ วางแผน และจัดการ มีความตรงใจในการทำงาน ความยับยั้งชั่งใจ การเรียนรู้ที่จะปรับตัว การใส่ใจจดจ่อ การควบคุมอารมณ์ ความริเริ่ม และความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย จนสามารถช่วยควบคุมความคิด การตัดสินใจและการกระทำจากประสบการณ์ในอดีต ส่งผลให้ลงมือทำและมุ่งมั่นทำจนสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้โดยห่างไกลจากยาเสพติด และรู้และตระหนักถึงอันตราย โทษ ของการใช้สารเสพติดโดยผ่านกระบวนการวิเคราะห์การออกแบบการสอน (Instructional Analysis) ตามลำดับขั้นตอนของ Smith, Patricial L. และ Ragan, Tillman J. (2005) ดังนี้คือ 1. การวิเคราะห์บริบทการเรียนรู้ (Analyzing the learning context) 2. การวิเคราะห์ผู้เรียน (Analyzing the learner) 3. การวิเคราะห์ภาระงานในการเรียนรู้ (Analyzing the learning task) และ 4. การประเมินการเรียนรู้จากการสอน (Assessing learning from instruction) โดยโปรแกรมนั้นมีขั้นตอนตั้งแต่ให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม ให้ผู้เรียนสามารถมองเห็นความแตกต่าง ความสัมพันธ์กับสถานการณ์ขณะนั้น แล้วสะท้อนแนวคิดของตนเองออกมาด้วยมุมมองที่หลากหลายให้ผู้เรียนสรุปความรู้จากการสังเกต การสะท้อนความคิด โดยบูรณาการสิ่งต่าง ๆ ที่ได้รับรู้ และสุดท้ายคือให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้ไปใช้กับสถานการณ์ใหม่ ๆ ซึ่งโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดใน

กลุ่มเยาวชนชุดนี้ได้ผ่านการตรวจสอบความสอดคล้อง  
และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน

ตาราง 1 แผนกิจกรรมการเรียนรู้กลุ่มทดลอง

วัตถุประสงค์การเรียนรู้	ใบงาน/ใบความรู้	จัดกระทำในองค์ประกอบ	สิ่งที่ต้องเรียนรู้มาก่อน (Prerequisite)
<b>กิจกรรมที่ 1 “แรกพบ” 1 ชั่วโมง</b>			
- ผู้เข้าร่วมวิจัยมีความเข้าใจในภาพรวมของกิจกรรมที่จะเกิดขึ้นในโครงการ - ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถทำแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนในกลุ่มเยาวชน และ แบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน	1. หนังสือยินยอมเข้าร่วมโครงการ 2. แบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนในกลุ่มเยาวชน 3. แบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน	-	-
<b>กิจกรรมที่ 2 “ประเมินตนเองเข้าใจ” 2 ชั่วโมง</b>			
- ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถบอกถึงบุคลิกภาพทางอาชีพและอาชีพที่สอดคล้องกับบุคลิกภาพและความสนใจของตน	1. ใบงาน แบบสำรวจบุคลิกภาพ 2. ใบงาน บุคลิกภาพกับอาชีพ 3. ใบงาน อาชีพที่ฉันอยากเป็น	1. ความตรงใจในการทำงาน 2. ความยืดหยุ่นทางปัญญา 3. การวางแผนและจัดการ 4. การตรวจสอบตนเอง 5. ความริเริ่ม	-
<b>กิจกรรมที่ 3 “ประสบแรงบันดาลใจ” 1 ชั่วโมง</b>			
- ผู้เข้าร่วมวิจัยมีแรงบันดาลใจในการตั้งเป้าหมายชีวิตของตนเอง - ผู้เข้าร่วมวิจัยเข้าใจเกี่ยวกับอาชีพต่าง ๆ ที่หลากหลายรวมถึงอาชีพในฝันของตนเอง - ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถบอกถึงเส้นทางการศึกษาของสาขาวิชาชีพที่ตนเองสนใจได้	1. แบบบันทึกกิจกรรม “รู้จริงในสิ่งที่ฉันอยากเป็น”	1. ความตรงใจในการทำงาน 2. ความยืดหยุ่นทางปัญญา 3. การวางแผนและจัดการ 4. ความริเริ่ม 5. การตรวจสอบตนเอง	อาชีพที่สอดคล้องกับบุคลิกภาพของตน



วัตถุประสงค์การเรียนรู้	ใบงาน/ใบความรู้	จัดกระทำในองค์ประกอบ	สิ่งที่ต้องเรียนรู้มาก่อน (Prerequisite)
<b>กิจกรรมที่ 4 “ตารางชีวิตพิชิตชัย” 1 ชั่วโมง</b>			
- สามารถวางแผนเข้าสู่อาชีพที่สอดคล้องกับความสนใจ บุคลิกภาพ และความสามารถของตน	1. ใบงาน ตารางชีวิตพิชิตชัย	1.ความทรงจำในการทำงาน 2.ความยับยั้งชั่งใจ 3.ความยืดหยุ่นทางปัญญา 4.การควบคุมอารมณ์	- ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจอาทิ ลักษณะงานเส้นทางการศึกษาที่
- สามารถบอกได้ถึงสิ่งที่ควรปฏิบัติเพื่อนำพาตนเองไปสู่เป้าหมายที่วางไว้		5.การวางแผนและจัดการ 6.การตรวจสอบตนเอง	จำเป็นสำหรับอาชีพนั้น ๆ
<b>กิจกรรมที่ 5 “ใน 1 วัน ฉันต้องทำอะไรให้สำเร็จ” 1 ชั่วโมง</b>			
- สามารถวางแผนกิจกรรมในแต่ละวันที่ควรทำใน 1 วันได้ - สามารถบอกได้ถึงสิ่งที่ควรปฏิบัติเพื่อนำพาตนเองไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ในแต่ละวัน	1. ใบงาน ในหนึ่งวันฉันต้องทำอะไรสำเร็จ	1.ความทรงจำในการทำงาน 2.ความยับยั้งชั่งใจ 3.ความยืดหยุ่นทางปัญญา 4.การควบคุมอารมณ์ 5.การวางแผนและจัดการ 6.การตรวจสอบตนเอง 7.ความริเริ่ม	- สิ่งที่ต้องและไม่ควรปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้
<b>กิจกรรมที่ 6 “Movie Time รักผิดทาง” 1 ชั่วโมง</b>			
- ผู้เข้าร่วมวิจัยได้เห็นตัวแบบผ่านตัวละครจากภาพยนตร์ที่สร้างจากเรื่องจริง - ผู้เข้าร่วมวิจัยเข้าใจถึงผลและผลกระทบเมื่อเกี่ยวข้องกับยาเสพติด - ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถบอกถึงการหลีกเลี่ยงการเข้าไปเกี่ยวข้องกับการใช้สารเสพติดได้	1. ใบงาน ข้อคิดจาก รักผิดทาง	1.ความทรงจำในการทำงาน 2.ความยับยั้งชั่งใจ 3.ความยืดหยุ่นทางปัญญา 4.การวางแผนและจัดการ 5.การตรวจสอบตนเอง 6.ความริเริ่ม	- ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับผลกระทบบทจากการใช้สารเสพติด
<b>กิจกรรมที่ 7 “บันไดงู สอนหนูรู้ทันยาเสพติด” 2 ชั่วโมง</b>			
- ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถบอกได้ถึงข้อมูลเกี่ยวกับยาเสพติดชนิดต่าง - ผู้เข้าร่วมวิจัยเข้าใจถึงผลและผลกระทบเมื่อเกี่ยวข้องกับยาเสพติด	1. ใบงาน คำถามพร้อมเฉลย ประกอบกิจกรรมบันไดงู	1.ความทรงจำในการทำงาน 2.ความยับยั้งชั่งใจ 3.ความยืดหยุ่นทางปัญญา 4.การควบคุมอารมณ์ 5.การวางแผนและจัดการ 6.การตรวจสอบตนเอง	- ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับผลกระทบบทจากการใช้สารเสพติด

วัตถุประสงค์การเรียนรู้	ใบงาน/ใบความรู้	จัดกระทำในองค์ประกอบ	สิ่งที่ต้องเรียนรู้อีกก่อน (Prerequisite)
<b>กิจกรรมที่ 4 “ตารางชีวิตพิชิตชัย” 1 ชั่วโมง</b>			
- สามารถวางแผนเข้าสู่อาชีพที่สอดคล้องกับความสนใจ บุคลิกภาพ และความสามารถของตน	1. ใบงาน ตารางชีวิตพิชิตชัย	1.ความทรงจำในการทำงาน 2.ความยับยั้งชั่งใจ 3.ความยืดหยุ่นทางปัญญา 4.การควบคุมอารมณ์	- ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจ อาชีพ ลักษณะงาน เส้นทางการศึกษาที่
- สามารถบอกได้ถึงสิ่งที่ควรปฏิบัติเพื่อนำพาตนเองไปสู่เป้าหมายที่วางไว้		5.การวางแผนและจัดการ 6.การตรวจสอบตนเอง	จำเป็นสำหรับอาชีพนั้น ๆ
<b>กิจกรรมที่ 8 “บิงโก ยาโผล่มาจากไหน”2 ชั่วโมง</b>			
- ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถบอกได้ถึงข้อมูลเกี่ยวกับยาเสพติดชนิดต่าง - ผู้เข้าร่วมวิจัยเข้าใจถึงผลและผลกระทบเมื่อเกี่ยวข้องกับยาเสพติด	1. กระดาษบิงโก พร้อมแผ่นความรู้เรื่องยาเสพติด	1.ความทรงจำในการทำงาน 2.ความยับยั้งชั่งใจ 3.การควบคุมอารมณ์ 4.ความริเริ่ม 5.การตรวจสอบตนเอง	-
<b>กิจกรรมที่ 9 “แรงใจให้ก้าวเดิน”ประเมินผลหลังจัดกิจกรรม (Posttest)1 ชั่วโมง</b>			
- ผู้เข้าร่วมวิจัยมีกำลังใจและความมุ่งมั่นในการก้าวไปสูเป้าหมายที่ตั้งไว้	1. แบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนในกลุ่มเยาวชน 2. แบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน 3. วิดีทัศน์ นิควุจิกิก	1. ความยับยั้งชั่งใจ 2. ความยืดหยุ่นทางปัญญา 3. การตรวจสอบตนเอง	-

2. ข้อคำถามเพื่อประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์และวัตถุประสงค์ของเครื่องมือ ให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านตรวจสอบตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและภาษาที่ใช้ (Content Validity) แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำที่ได้รับ ดำเนินการตรวจสอบคุณภาพ แบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนในกลุ่มเยาวชนชุดนี้ได้ผ่านการตรวจสอบความสอดคล้องและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน มี ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของข้อคำถามรายข้อ (item-level CVI; ICVI) มีค่าระหว่าง 0.8 - 1.0 ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือทั้งชุด (Scale-level CVI; SCVI)

เท่ากับ .95 ซึ่งมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือ .90 (Polit & Beck, 2006) และใช้การทดสอบความเชื่อมั่นโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.94 ผ่านเกณฑ์ต้องมากกว่า .80 และค่าสหสัมพันธ์ของคะแนนข้อคำถามกับคะแนนรวมของแบบประเมินทั้งฉบับ (Corrected Item-Total Correlation) .249 - .794 ซึ่งผ่านเกณฑ์มากกว่า .20 ทุกข้อ

3. แบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชนผู้วิจัยได้พัฒนาจากแบบคัดกรองพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของวัยรุ่น ของ พระอภิเดช โยชน์เขียน (2551) ประกอบด้วยข้อคำถาม

มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 24 ข้อเป็นข้อความทางบวก (พฤติกรรมทางลบ) 21 ข้อ และข้อความทางลบ (พฤติกรรมทางบวก) 3 ข้อ(ภาคผนวก ข) โดยเป็นการประเมินการกระทำ ความคิด ความรู้สึกทัศนคติ ของบุคคล การเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ที่มีโอกาสในการใช้สารเสพติดทั้งที่ผิดกฎหมายและมีกฎหมายควบคุม อาทิ บุหรี่ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยาแก้ปวดชนิดเฉียบพลัน ยาบ้า กัญชา กระเทียม ไซส์ โคเคน เฮโรอีน เป็นต้น การทดลองใช้สารเสพติด หรือการเข้าไปอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีการใช้สารเสพติด โดยมีปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยง คือ ปัจจัยที่เกิดจากตนเอง และปัจจัยจากสภาพแวดล้อม ซึ่งแบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชนได้ผ่านการตรวจสอบความสอดคล้องและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 5 มีค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาของข้อคำถามรายข้อ (item-level CVI; ICVI) มีค่าระหว่าง 0.8 - 1.0 ดัชนีความความตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือทั้งชุด (Scale-level CVI; SCVI) เท่ากับ .91 ซึ่งมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดคือ .90 (Polit & Beck, 2006) และใช้การทดสอบความเชื่อมั่นโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88 ผ่านเกณฑ์ต้องมากกว่า .80 และค่าสหสัมพันธ์ของคะแนนข้อคำถามกับคะแนนรวมของแบบประเมินทั้งฉบับ (Corrected Item-Total Correlation) .220 - .775 ซึ่งผ่านเกณฑ์มากกว่า .20 ทุกข้อ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามได้แก่ เพศ อายุ ด้วยการแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ
2. ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สำหรับแสดงลักษณะการกระจายของข้อมูล
3. วิเคราะห์และเปรียบเทียบความแตกต่างของความสามารถคิดบริหารจัดการตน และพฤติกรรม

เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในแต่ละช่วงก่อนและหลังการใช้โปรแกรมฯ ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุคูณ (One-way repeated measures MANOVA)

### สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนแบ่งการนำเสนอได้เป็น 3 ตอน ได้แก่

## 1. คุณลักษณะของผู้เข้าร่วมวิจัย

### ตาราง 2 คุณลักษณะของผู้เข้าร่วมวิจัย

		กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	28	84.8	19	70.4	47	78.3
	หญิง	5	15.2	8	29.6	13	21.7
	รวม	33	100.0	27	100.0	60	100.0
อายุ	12 ปี	9	27.3	4	14.8	13	21.7
	13 ปี	16	48.5	19	70.4	35	58.3
	14 ปีขึ้นไป	8	24.2	4	14.8	12	20.0
	รวม	33	100.0	27	100.0	60	100.0

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งสิ้นที่อยู่ร่วมกิจกรรมครบตามโปรแกรมฯ และตอบแบบประเมินครบถ้วนทั้งก่อนการทดลอง หลังการทดลองและติดตามภายหลังการทดลองครบถ้วน จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 78.9 จากผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งสิ้น 76 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 33 คน และกลุ่มควบคุม 27 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 84.8 และ 70.4 ตามลำดับ มีอายุระหว่าง 12 – 14 ปี ส่วนใหญ่อายุ 13 ปี ร้อยละ 48.5 ในกลุ่มทดลอง และร้อยละ 70.4 ในกลุ่มควบคุม (ตาราง 2)

## 2. โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถคิดบริหารจัดการตน และ พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

ความสามารถคิด บริหารจัดการตน	กลุ่มทดลอง (n=33)		กลุ่มควบคุม (n=27)	
	M	SD	M	SD
ก่อนการทดลอง	3.18	.33	3.27	.35
หลังการทดลอง	3.30	.32	3.30	.36
ติดตามภายหลัง 1 เดือน	3.19	.32	3.24	.33
พฤติกรรมเสี่ยง ต่อการใช้สารเสพติด	กลุ่มทดลอง (n=33)		กลุ่มควบคุม (n=27)	
	M	SD	M	SD
ก่อนการทดลอง	2.25	.56	2.26	.59
หลังการทดลอง	2.20	.71	2.26	.59
ติดตามภายหลัง 1 เดือน	2.00	.60	2.14	.68

การประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนในกลุ่มเยาวชน พบว่าคะแนนเฉลี่ยความสามารถคิดบริหารจัดการตนของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นเล็กน้อยจากหลังจากได้รับการจัดกระทำ (หลังการทดลอง) และลดลงภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 3.18, 3.30 และ 3.19 ตามลำดับ ซึ่งก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยกลุ่มทดลองเป็น 3.18 อยู่ในเกณฑ์ที่มีความสามารถบริหาร

จัดการตนในระดับน้อยเมื่อเทียบกับคะแนนที่ปกติ และหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 3.30 อยู่ในระดับน้อย เช่นเดียวกันในขณะที่กลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงในทิศทางเดียวกันแต่มีความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของการประเมิน ทั้ง 3 ระยะเวลาต่างกันค่อนข้างน้อยมาก คือ 3.27, 3.30 และ 3.24 ตามลำดับ อยู่ในเกณฑ์มีความสามารถบริหารจัดการตนในระดับน้อยทั้ง 3 ช่วงระยะเวลาทดลอง ในส่วนของการประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน พบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชนของกลุ่มทดลองลดลงเล็กน้อยจากหลังจากได้รับการจัดกระทำ (หลังการทดลอง) และลดลงภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 2.25, 2.20 และ 2.00 ตามลำดับ ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงเพียงเล็กน้อยในระยะภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 2.26, 2.26 และ 2.14 ตามลำดับ

จากสมมติฐานในการวิจัยที่ 1 ความสามารถคิดบริหารจัดการตนและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของผู้เข้าร่วมวิจัยกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน ในระยะก่อนได้รับกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมฯ หลังได้รับกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมฯ และระยะติดตามผลหลังได้รับกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมฯ มีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ทางสถิติด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุคูณแบบวัดซ้ำ ณ ช่วงเวลาต่างกัน (MANOVA-repeated measures) ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามหรือความเป็นเมทริกซ์เอกลักษณะด้วย Bartlett's test of Sphericity พบว่า ตัวแปรความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (Risk) มีความสัมพันธ์กันแตกต่างจากเมทริกซ์เอกลักษณะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (Chi-Square = 25.540, df = 2, p = .000) แสดงความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (Risk) มีความสัมพันธ์กันซึ่งเหมาะสมต่อการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุคูณได้

**ตาราง 4** ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุคูณของตัวแปรความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (RISK) ของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลา

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	p
ช่วงเวลา	Pillai's Trace	.215	3.864	4.000	128.000	.005
	Wilks' Lambda	.794	3.860	4.000	126.000	.005
	Hotelling's Trace	.249	3.855	4.000	124.000	.005
	Roy's Largest Root	.188	6.015	2.000	64.000	.004
Tests of Within-Subjects Effects						
แหล่งความแปรปรวน	ตัวแปรตาม	Type III SS	df	MS	F	p
ภายในกลุ่ม	EF	.305	2	.153	2.058	.136
	RISK	1.108	2	.554	5.918	.004
ความคลาดเคลื่อน	EF	4.747	64	.074		
	RISK	5.992	64	.094		
รวม	EF	5.053	66.000			
	RISK	7.100	66.000			

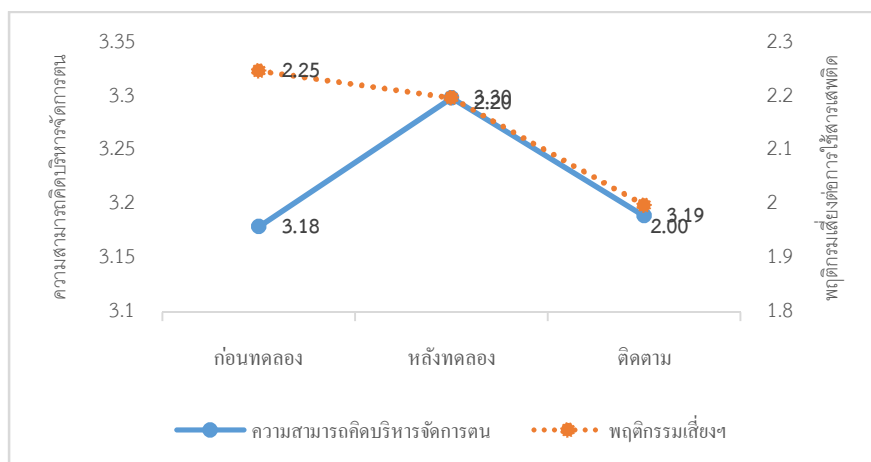
จากตาราง 4 พบว่าความแปรปรวนพหุนามของตัวแปรความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (RISK) ของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และ ติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Wilks' Lambda = .794,  $F = 3.860$ ,  $p = .005$ ) การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่ม (Tests of Within-Subjects Effects) ของความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (RISK) ของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และ ติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือนพบว่า พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (RISK) ของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และ ติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ( $p = .004$ ) และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพบว่า ผลต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดก่อนการทดลองแตกต่างกับค่าเฉลี่ยพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยแตกต่างกัน 0.245 คะแนน

จากสมมติฐานการวิจัยที่ 2 ผู้เข้าร่วมวิจัยกลุ่มทดลองที่ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน มีความสามารถคิดบริหารจัดการตนสูงกว่ากลุ่มควบคุม และมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดต่ำกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนไม่พบความแตกต่างระหว่างระดับความสามารถคิดบริหารจัดการตน และระดับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองในการประเมินช่วงเวลาหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที (ตาราง 5)

ตาราง 5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุนามของตัวแปรความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) ของกลุ่มและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (RISK) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตามช่วงเวลาหลังการทดลองทันที

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	p
กลุ่มควบคุม	Pillai's Trace	.003	0.083	2.000	57.000	.921
กลุ่มทดลอง	Wilks' Lambda	.997	0.083	2.000	57.000	.921
	Hotelling's Trace	.003	0.083	2.000	57.000	.921
	Roy's Largest Root	.003	0.083	2.000	57.000	.921

ภาพ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความสามารถคิดบริหารจัดการตนกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน จำแนกตามช่วงเวลาทดลอง



จากภาพที่ 1 จะเห็นได้ว่าผู้เข้าร่วมวิจัยกลุ่มทดลองมีความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพิ่มขึ้นภายหลังการได้รับการจัดกระทำ จาก 3.18 เป็น 3.30 และมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดลดลงอย่างต่อเนื่องในระยะเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และติดตามภายหลังจัดกระทำ 1 เดือน จาก 2.25 2.20 และ 2.00

## อภิปรายผล

โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนผู้วิจัยได้ออกแบบโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน ตามลำดับขั้นตอนของ Smith, Patricial L. และ Ragan, Tillman J. (2005) โดยทำการวิเคราะห์บริบทการเรียนรู้ (Analyzing the learning context) การวิเคราะห์ผู้เรียน (Analyzing the learner) การวิเคราะห์ภาระงานในการเรียนรู้ (Analyzing the learning task) การประเมินการเรียนรู้จากการสอน (Assessing learning from instruction) ออกแบบกลยุทธ์ตามแนวคิดทฤษฎีการเสริมต่อการเรียนรู้ ของ Eggen และ Kauchak (1997:57) คือ การเป็นตัวอย่าง (Modeling) การคิดดัง (Think-aloud) การใช้คำถาม (Questions) การปรับสาระการเรียนรู้การสอน (Adapting instructional material) และการใช้สิ่งเตือนหรือตัวชี้แนะ (Prompts and clues) บนพื้นฐานทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Learning) ประกอบด้วย 9 กิจกรรม ใช้เวลา 12 ชั่วโมง และจัดกระทำในองค์ประกอบต่าง ๆ ของความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองในแต่ละกิจกรรมจะจัดกระทำในองค์ประกอบต่าง ๆ ของความสามารถคิดบริหารจัดการตนเององค์ประกอบตรวจสอบตนเอง ถูกใช้ในกิจกรรมต่าง ๆ มากที่สุด คือ 8 กิจกรรม รองมาคือ ความทรงจำในการทำงาน ความยืดหยุ่นทางปัญญา ถูกใช้ใน 7 กิจกรรม ความยับยั้งชั่งใจ การวางแผนและการจัดการ ถูกใช้ใน 7 กิจกรรม ส่วนความริเริ่ม และการควบคุมอารมณ์ ถูกใช้ใน 5 และ 4 กิจกรรม ตามลำดับ

ในส่วนของการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน แม้จะไม่พบความแตกต่างทางสถิติของคะแนน

ความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนนั้น เป็นไปได้ว่าเกิดการปนเปื้อน (Contamination) ระหว่างการทดลอง เนื่องจากการทดลองใช้โรงเรียนแห่งเดียวเป็นสนามวิจัย ใช้ระยะเวลาในการทำกิจกรรมตามโปรแกรม นานประมาณ 1 เดือน มีโอกาสที่ผู้เข้าร่วมวิจัยซึ่งเป็นนักเรียนในระดับชั้นเดียวกันของโรงเรียนนี้ได้พูดคุยหรือแผ่กระจายความรู้ที่ได้รับจากกิจกรรมซึ่งกันและกันระหว่างการกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง และในขณะเดียวกันผู้เข้าร่วมวิจัยนั้นได้รับการจัดกระทำอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับการศึกษาของผู้วิจัยแต่ส่งผลต่อผลการศึกษา (Co-intervention) ซึ่งในระหว่างการทำการศึกษาวิจัยนี้เป็นช่วงภาคการศึกษา ที่ 2 ของปีการศึกษา 2561 มีกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ การเข้าค่ายพักแรมลูกเสือ-เนตรนารี ประจำปีการศึกษา กิจกรรมโครงการเปิดโลกการศึกษา และอาชีพอิสระ และ โครงการอบรมเพื่อนที่ปรึกษา ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้มีเป้าหมายที่ค่อนข้างสอดคล้องวัตถุประสงค์ของกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชน ซึ่งถือได้ว่า กิจกรรมต่าง ๆ ที่กล่าวมานั้นเป็น ปัจจัยรบกวน (Confounder) ที่ส่งผลต่อผลการวิจัยดังกล่าว แต่ทั้งนี้ยังพบว่าพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของกลุ่มทดลองตามช่วงเวลาก่อนการทดลอง และระยะติดตามภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยแตกต่างกัน 0.245 คะแนน จากคะแนนเฉลี่ยความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นเล็กน้อยจากหลังจากได้รับการจัดกระทำ (หลังการทดลอง) และลดลงภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 3.18, 3.30 และ 3.19 ตามลำดับ



ในส่วนของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชนของกลุ่มทดลองลดลงเล็กน้อยจากหลังจากได้รับการจัดกระทำ (หลังการทดลอง) และลดลงภายหลังการจัดกระทำ 1 เดือน คือ 2.25, 2.20 และ 2.00 ตามลำดับ

แม้โปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนจะสามารถทำให้ค่าเฉลี่ยหลังการจัดกระทำทันทีเพิ่มขึ้นมากกว่าค่าเฉลี่ยของการวัดก่อนการจัดกระทำ แต่เมื่อประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนระยะติดตามหลังการทดลอง 1 เดือน ลดลงเท่ากับก่อนการจัดกระทำ ด้วยการเปลี่ยนแปลงความสามารถ (Ability) นั้น จำเป็นต้องอาศัยการรู้คิด (Cognitive) ซึ่งการสร้างให้เกิดการรู้คิดได้นั้นจำเป็นต้องการเชื่อมโยงการเรียนรู้จากเนื้อหาหรือข้อมูลที่ได้รับกับประสบการณ์ในชีวิต อาศัยการรับรู้ความสามารถของตนเอง การตรวจสอบตนเองและการกำกับตนเองจนเกิดการเปลี่ยนแปลงความสามารถหรือพฤติกรรมอย่างถาวร ซึ่งกระบวนการเปลี่ยนแปลงนั้น Prochaska และ Di Clemente (1982) ได้กล่าวว่า เริ่มจากการเฝ้าเฉย ลังเลใจ ตัดสินใจ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกระทำต่อเนื่อง และจะเกิดการเปลี่ยนพฤติกรรม หรือกลับไปสู่พฤติกรรมเดิม ซึ่งกระบวนการจัดโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนนั้น ได้เริ่มจากการให้ข้อมูลจนนำไปสู่การตัดสินใจและมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ แต่อาจด้วยระยะเวลาในการจัดกระทำที่จำกัด ขาดความต่อเนื่องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือความสามารถอย่างถาวรจึงไม่เกิดขึ้นอย่างที่ควรพิจารณาความสัมพันธ์ สหสัมพันธ์ พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดช่วงเวลาติดตามภายหลัง 1 เดือน แปรผกผันกับ ความสามารถคิดบริหารจัดการตน ช่วงเวลาหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันทีและความสามารถคิดบริหารจัดการตนช่วงเวลาติดตามติดตามภายหลัง 1 เดือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์เท่ากับ -.293 และ -.343 ตามลำดับซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศที่บ่งชี้ถึงความสัมพันธ์ของความสามารถคิด

บริหารจัดการตนกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด (Pentz, et al., 2015; Pentz & Riggs, 2013; Giancola & Tarter, 1999; Tarter & Parsons, 1971)

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. จากการศึกษาที่ไม่พบความแตกต่างทางสถิติของความสามารถคิดบริหารจัดการตนระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองที่อาจเกิดขึ้นจากการปนเปื้อนระหว่างการทดลอง (Contamination) หากประสงค์จะทดสอบประสิทธิภาพของโปรแกรมเพิ่มเติมในการวิจัยครั้งต่อไป จำเป็นต้องออกแบบการทดลองโดยวางมาตรการเพื่อป้องกันการปนเปื้อน หรือการแบ่งปันข้อมูลระหว่างกันของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วย รวมถึงการพิจารณาถึงผลกระทบจากกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในสนามวิจัยที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรที่ศึกษามาร่วมพิจารณาด้วย

2. ในการศึกษาการการเปลี่ยนความสามารถนั้น จำเป็นต้องอาศัยความเข้มข้นของการจัดกระทำ ระยะเวลา กล่าวคือต้องอาศัยทั้งความเข้มและความถี่ ความบ่อย ควรพิจารณาเพิ่มความเข้มข้นของการจัดกระทำของโปรแกรมมากยิ่งขึ้น

3. ตรวจสอบคุณภาพขอเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทดสอบความเที่ยงตรงเชิงเหมือน (Convergent Validity) ของแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตน กับแบบวัด The Wisconsin Card Sorting Test (WEST) และหรือ แบบวัด The Behavior Rating Inventory of Executive Function (BRIEF) รวมถึง การตรวจสอบจากกลุ่มที่แตกต่างกัน (Known-Group Technique) ทั้งแบบประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด และแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตน กับเยาวชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยง มีประวัติการใช้สารเสพติด หรือเยาวชนที่ต้องกักขังในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม กับเยาวชนทั่วไปที่มีความประพฤติดี ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด

#### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการวิจัยที่ได้แบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับเยาวชนไทยที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ กอปรโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ซึ่งเปรียบเสมือนชุดการเรียนการสอนสำเร็จรูปที่สามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มเยาวชนได้ ซึ่งหากได้รับการสนับสนุนการวิจัยและพัฒนาต่อยอดผลการวิจัยตลอดจน การเผยแพร่เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ ทั้งแบบประเมินความสามารถคิดบริหารจัดการตน หรือโปรแกรมพัฒนาความสามารถคิดบริหารจัดการตนเพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มเยาวชน อันจะเป็นเครื่องมือที่สำคัญยิ่งต่อการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย อีกทั้งยังสามารถประเมินความคุ้มค่า ประสิทธิภาพของการดำเนินงานป้องกันได้อย่างชัดเจนเป็นรูปธรรมมากกว่าในอดีตที่ผ่านมาที่ไม่สามารถบอกได้ว่าการดำเนินงาน

ป้องกันปัญหายาเสพติดนั้น มีผลผลิต (Outcome) อะไรบ้าง มีความคุ้มค่าหรือไม่อย่างไรกับการดำเนินงานนั้น ๆ ซึ่งต้องยอมรับการดำเนินงานด้านป้องกันปัญหายาเสพติดนั้นต่างจากการดำเนินงานด้านอื่น ๆ ที่สามารถตอบได้ว่างบประมาณของรัฐที่จัดสรรเพื่อการดำเนินงานด้านยาเสพติดนั้นได้ผลเป็นอย่างไร อาทิ การดำเนินงานด้านการปราบปรามยาเสพติดจะมีข้อมูลสถิติการจับกุมจำนวนผู้ต้องหา หรือปริมาณของกลางเป็นตัวชี้วัด การดำเนินงานด้านการบำบัดรักษาเสพติดก็สามารถตอบได้ถึงจำนวนผู้เข้ารับการบำบัดรักษาในแต่ละปี การเข้ารับการบำบัดซ้ำ หรือการติดตามผู้เข้ารับการบำบัดว่าสามารถเลิกหรือหยุดการใช้สารเสพติดได้หรือไม่ แต่การดำเนินงานด้านการป้องกันปัญหายาเสพติดไม่สามารถตอบคำถามเหล่านี้ได้ การใช้ผลการวิจัยนี้ต่อยอดอาจเป็นตัวช่วยให้เกิดการดำเนินงานด้านการป้องกันปัญหายาเสพติดเป็นรูปธรรมและได้รับการยอมรับในระดับนโยบายมากยิ่งขึ้น

### บรรณานุกรม

- กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. (2562, มกราคม). *ระบบสถิติทางการทะเบียน*. Retrieved from <http://stat.dopa.go.th>: [http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat\\_age\\_disp.php](http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age_disp.php)
- ฐาปถีย์ แสงสว่าง, วิไลลักษณ์ ลังกา, และ ดารณี อุทัยรัตนก. (2559, มกราคม - มิถุนายน). การพัฒนาตัวบ่งชี้ทักษะการบริหารการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรมสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา. *BU ACADEMIC REVIEW*, 1(15), 14-28.
- นวลจันทร์ จุฑาทักติกุล. (2555). *Executive Functions กับความพร้อมทางการเรียนในเด็กปฐมวัย*. Retrieved พฤศจิกายน 25, 2559, from [www.escd.or.th](http://www.escd.or.th): [www.escd.or.th/data/2016/ef.pdf](http://www.escd.or.th/data/2016/ef.pdf)
- พระอภิเดช โยชน์เยี่ยม. (2551). *การสร้างแบบคัดกรองและโปรแกรมป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สิ่งเสพติดของวัยรุ่น*. วิทยาลัยนพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ.
- พัชรา กระแจะเจิม และ วรณี แกมเกตุ. (2558). การพัฒนาเครื่องมือวัดการควบคุมความคิดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*, 10 (1), 249-261.
- มานพ คณะโต พูนรัตน์ ลีลิตกุล ชวนพิศ ชุ่มวัฒนะ และ อิศราภรณ์ เทพวงษา (บ.ก.). (2560). *รายงานเฝ้าระวังสถานการณ์สารเสพติดอาเซียน ประจำปี 2015*. กรุงเทพฯ: ศูนย์ประสานงานความร่วมมือด้านสารเสพติดอาเซียน.
- มานพ คณะโต, อภินันท์ อร่ามรัตน์, สาวิตร์ อัมมวาทย์, อุษณีย์ พึ่งปาน, ศยามล เจริญรัตน์, นพดล กรรณิกา, & พูนรัตน์ ลีลิตกุล. (2559). *รายงานผลการสำรวจครัวเรือนเพื่อคาดประมาณจำนวนประชากรผู้ใช้สารเสพติดของประเทศไทย ปี 2559*. ขอนแก่น: เครือข่ายพัฒนาวิชาการและข้อมูลสารเสพติดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.

วิชา ด้านอำนวยการ, สมปอง สิมมา, อนุกุล รักษ์ธรรมเสมอ, สำรวย วรเดชะคงคา, และสุภาพร สวัสดิชัย. (2555). *ปัญหาสารเสพติดในวัยเสี่ยงที่สังคมต้องเข้าใจ*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามสารเสพติด. ศูนย์อำนวยการป้องกันและปราบปรามสารเสพติดแห่งชาติ. (2558). *ผนวกแนบท้ายคำสั่ง ศอ.ปส.ที่ 8 / 2558 เรื่อง แนวปฏิบัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติด ปี 2558*. กรุงเทพฯ.

Anderson, V. (2002). Executive function in children: Introduction. *Child Neuropsychology*, 8, 69-70.

Center on the Developing Child (2012). *Executive function and self-regulation*. Retrieved 4 2, 2017 from [www.developingchild.harvard.edu](http://www.developingchild.harvard.edu).

Goldstein, R. Z., & Volkow, N. D. (2011). Dysfunction of the prefrontal cortex in addiction: neuroimaging findings and clinical implications. *Reviews Neuroscience*, 12, 656-669.

Greenstone, H. (2011). Executive function in the classroom: neurological implications for classroom intervention. *LEARNING Landscapes*, 5(No.1 Autumn 2011).

Hansen, S. A. (2013). *The executive functioning workbook for teens*. Oakland, CA 94609: Raincoast Books.

Hopkins, J., Lavigne, J. V., Gouze, K. R., LeBailly, S. A., & Bryant, F. B. (2013). Multi-domain models of risk factors for depression and anxiety symptoms in preschoolers: evidence for common and specific factors. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(5), 705-722. Retrieved January 1, 2018, from <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10802-013-9723-2>

Matte-Gagné, C., & Bernier, A. (2011). Prospective relations between maternal autonomy support and child executive functioning: Investigating the mediating role of child language ability. *Journal of Experimental Child Psychology*, 611-625. Retrieved January 1, 2018, from <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022096511001639?via%3Dihub>

Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H., Howerter, A., & Wager, D. T. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex "frontal lobe" tasks: a latent variable analysis. *Cognitive Psychology*, 41, 49-100.

Morein-Zamir, S. & Robbins, T. W. (2015, December). Fronto-striatal circuits in response-inhibition: relevance to addiction. *Brain Research*, 1628(A), 117-129. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0006899314011998>

Naglieri, J. A., Das, J. P., & Goldstein, S. (2013). *Cognitive assessment system2*. Austin: ProEd.

National Institute on Drug Abuse. (2003). *NIH : What are risk factors and protective factors?* Retrieved 4 2, 2017, from [www.drugabuse.gov](http://www.drugabuse.gov): <https://www.drugabuse.gov/publications/preventing-drug-abuse-among-children-adolescents/chapter-1-risk-factors-protective-factors/what-are-risk-factors>

Pentz, M. A., & Riggs, N. R. (2013). Longitudinal relationships of executive cognitive function and parent influence to child substance use and physical activity. *Prevention science Journal*, 229-237.

Pentz, M. A., Shin, H., Riggs, N., Unger, J. B., Collison, K. L., & Ping Chou, C. (2015). Parent, peer, and executive function relationships to early adolescent e-cigarette use: A substance use pathway? *Addictive Behaviors*, 73-78.

- Peter R. Giancola, R. E. (1999). Executive cognitive functioning and risk for substance abuse. *Psychological Science*, 203-205.
- Polit, D.F., & Beck, C.T. (2006). The content validity index: Are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 29, 489-497.
- Self, D. W., Staley, G., & Julie, K. (Eds.). (2010). *Behavioral neuroscience of drug addiction*. Springer.
- Shaul, S., & Schwartz, M. (2014). The role of executive functions in school readiness among preschool-age children. *Reading and Writing*, 27(4), 749-768.
- Smith, P. L., & Ragan, T. J. (2005). *Instructional design* (3 ed.). Oklahoma: John Wiley & Sons, Inc.
- Spruijt, A. M., Dekker, M. C., Ziermans, T. B., & Swaab, H. (2018). Attentional control and executive functioning in school-aged children: Linking self-regulation and parenting strategies. *Journal of Experimental Child Psychology*, 340-359. Retrieved January 1, 2018, from [www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022096517301856?via%3Dihub](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022096517301856?via%3Dihub)
- Tarter, R. E., & Parsons, O. A. (1971). Conceptual shifting in chronic alcoholics. *Journal of Abnormal Psychology*, 77, 71-75.
- Wenner, C. J., Bianchi, J., Figueredo, A. J., Rushton, J. P., & Jacobs, W. J. (2013). Life history theory and social deviance: the mediating role of executive function. *Intelligence*, 41, 102-113.
- Wood, D. J., Bruner, J. S., & Ross, G. (1976). The role of tutoring in problem solving. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 17, 89-100. From <http://dx.doi.org/10.1111/j.1469-7610.1976.tb00381.x>