

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคล และระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชน ในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

วิทยานิพนธ์
ของ
ธิดามาศ ยะภักดี

เสนอต่อมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตร
ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์
มิถุนายน 2569
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคล และระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชน ในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

วิทยานิพนธ์

ของ

ธิดามาศ ยะภักดี

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

เสนอต่อมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตร

ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์

มิถุนายน 2569

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

A COMPARATIVE STUDY OF DRUG PREVENTION LIFE SKILLS BASED ON PERSONAL FACTORS AND LEVELS OF PARTICIPATION IN THE TO BE NUMBER ONE PROJECT AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN SAKON NAKHON PROVINCE

BY

THIDAMARD YAPAKDEE

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for

The Master of Public Health in Public Health

at Sakon Nakhon Rajabhat University

June 2026

All Rights Reserved by Sakon Nakhon Rajabhat University

ใบรับรองวิทยานิพนธ์
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

ชื่อผู้ทำวิทยานิพนธ์ ธิดามาศ ยะภักดี

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการสอบ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คมสันต์ ธงชัย) ผู้ทรงคุณวุฒิ

..... กรรมการสอบและประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง)

..... กรรมการสอบ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำพร อินสิน) แต่งตั้งเพิ่มเติม

..... กรรมการสอบ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิราภรณ์ จำปาจันทร์) แต่งตั้งเพิ่มเติม

คณะกรรมการบริหารหลักสูตรรับรองแล้ว

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำพร อินสิน)
ประธานหลักสูตร
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัยรับรองแล้ว

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

เมื่อวันที่ 15 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2569

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณา ความช่วยเหลือ และการสนับสนุนจากบุคคลหลายฝ่าย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผศ.ดร.ณีรนุช วรไธสง ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดียิ่งตลอดระยะเวลาการดำเนินการวิจัย จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ประจำหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ แนวคิด และประสบการณ์อันทรงคุณค่า ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการศึกษาและการดำเนินงานวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตรจารย์ ดร.นำพร อินสิน ดร.ดวงละพา กุดนอก และดร.อนัญญา ขุนศรี ผู้เชี่ยวชาญ ที่ให้ความกรุณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย ให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแบบสอบถาม และตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ของเครื่องมือวิจัย ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการพัฒนาเครื่องมือให้มีความสมบูรณ์และเหมาะสมสำหรับการวิจัย

ขอขอบพระคุณสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร ผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้รับผิดชอบโครงการ TO BE NUMBER ONE และนักเรียนทุกคน ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณเพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมชั้นเรียน ตลอดจนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่คอยให้กำลังใจ ให้คำแนะนำ และสนับสนุนผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา

เหนือสิ่งอื่นใด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา และครอบครัว ที่ให้ความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และการสนับสนุนในทุกด้าน จนผู้วิจัยสามารถผ่านอุปสรรคและดำเนินการศึกษาจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณแก่บิดา มารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

ธิดามาศ ยะภักดี

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ชื่อเรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร
ผู้วิจัย ธิดามาศ ยะภักดี
กรรมการที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตรจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง
ปริญญา ส.ม. (สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต)
สถาบัน มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
ปีที่พิมพ์ 2569

บทคัดย่อ

การวิจัยภาคตัดขวางครั้งนี้เพื่อ 1) ศึกษาระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร 2) เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาจังหวัดสกลนคร กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนเยาวชนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร จำนวน 475 คน คัดเลือกแบบใช้วิธีการสุ่มหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้แบบสอบถาม พัฒนาโดยผู้วิจัย ผ่านการตรวจสอบด้วยผู้เชี่ยวชาญ 3 คน และทดสอบความเชื่อมั่นด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบราคเท่ากับ 0.95 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความสัมพันธ์ตัวแปรด้วยสถิติไควสแควร์

ผลการวิจัยพบว่า

1. เยาวชนมีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}$ = 87.05, S.D. = 14.85)

2. เปรียบเทียบตามปัจจัยส่วนบุคคล มีระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดอยู่ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ เพศหญิง (X^2 =23.096, p <.001) ช่วงอายุ 16-19 ปี (X^2 =34.69, p <.001) ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (X^2=37.10, p <.001) เกรดเฉลี่ยสะสม 3.00 ขึ้นไป (X^2 =19.32, p <.001) และการเป็นสมาชิกชมรมทูบีนัมเบอร์วัน (X^2 =50.54, p <.001)

3. เยาวชนมีการเข้าร่วมกิจกรรมทูบีนัมเบอร์วันระดับมาก มีทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่เข้าร่วมน้อยและปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (X^2 =58.52, p <.001)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ดังนั้น โรงเรียนควรมีการส่งเสริมและจูงใจให้นักเรียนได้สมัครเป็นสมาชิกและเข้าร่วมในกิจกรรมโครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะใน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น นักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำ กลุ่มเพศชายและเพศทางเลือก รวมถึงการศึกษาเปรียบเทียบกับโรงเรียนที่ยังไม่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ในการวิจัยครั้งต่อไป

คำสำคัญ: ทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด โครงการ TO BE NUMBER ONE เยาวชน ระดับมัธยมศึกษา

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

TITLE A Comparative Study of Drug Prevention Life Skills Based on Personal Factors and Levels of Participation in the TO BE NUMBER ONE Project among Secondary School Students in Sakon Nakhon Province

AUTHOR Thidamard Yapakdee

ADVISOR Asst. Prof. Dr. Neeranute Wontaisong

DEGREE M.P.H. (Master of Public Health Program)

INSTITUTION Sakon Nakhon Rajabhat University

YEAR 2026

ABSTRACT

This cross-sectional research aimed to 1) examine the level of drug prevention life skills among secondary school students participating in the TO BE NUMBER ONE Project in Sakon Nakhon Province and 2) compare drug prevention life skills according to personal characteristics and the level of participation in the TO BE NUMBER ONE Project. The sample consisted of 475 students in Grades 7–12 enrolled in schools under the Sakon Nakhon Secondary Educational Service Area Office during the 2025 academic year. Samples were selected using multistage random sampling. The research instrument was a questionnaire developed by the researcher. Content validity was evaluated by three experts, and the reliability of the questionnaire was confirmed using Cronbach's alpha coefficient (α = 0.95). Data were analyzed using descriptive statistics, including frequency, percentage, mean, and standard deviation. Associations between variables were examined using the Chi-square test.

The results showed that:

1. Overall, students had a high level of drug prevention life skills (Mean = 87.05, SD = 14.85).

2. Drug prevention life skills were significantly associated with personal characteristics, including being female (X^2 = 23.096, $p < 0.001$), being 16–19 years of age (X^2 = 34.69, $p < 0.001$), studying at the upper secondary level (X^2 = 37.10, $p < 0.001$), having a cumulative GPA of 3.00 or higher (X^2 = 19.32, $p <$

0.001), and being a member of the TO BE NUMBER ONE Club (X^2 = 50.54, $p < 0.001$).

3. Students with a high level of participation in TO BE NUMBER ONE activities had significantly higher drug prevention life skills than those with low or moderate levels of participation (X^2 = 58.52, $p < 0.001$).

Therefore, schools should encourage students to become members of and continuously participate in TO BE NUMBER ONE activities, particularly lower secondary school students, students with low academic achievement, male and gender-diverse students. Future studies should compare these findings with schools that have not yet participated in the TO BE NUMBER ONE Project.

Keywords: Drug Prevention Life Skills, TO BE NUMBER ONE Project, High School Students

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
คำถามของการวิจัย	5
ความมุ่งหมายของการวิจัย	5
สมมติฐานของการวิจัย	6
ความสำคัญของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	6
กรอบแนวคิดของการวิจัย	7
นิยามศัพท์เฉพาะ	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	12
แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต	12
แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่นและเยาวชน	27
โครงการ TO BE NUMBER ONE	34
บริบทจังหวัดสกลนคร	38
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	40
งานวิจัยในประเทศ	40
งานวิจัยต่างประเทศ	50
3 วิธีดำเนินการวิจัย	57
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	57
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	63
การเก็บรวบรวมข้อมูล	66
การวิเคราะห์ข้อมูล	67
สถิติที่ใช้ในการวิจัย	68
ข้อพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัย	72

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ **หน้า**

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 74
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง 74
ระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร 82
การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดจำแนกตาม
ปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE 83

5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 85
สรุปผล 85
อภิปรายผล 87
ข้อเสนอแนะ 92

บรรณานุกรม 93

ภาคผนวก 103
ภาคผนวก ก หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการวิจัย 104
ภาคผนวก ข รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ 126
ภาคผนวก ค เครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการวิจัย 128
ภาคผนวก ง หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ 138
ภาคผนวก จ ผลการทดสอบคุณภาพเครื่องมือ 144

ประวัติย่อของผู้วิจัย 147

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัญชีตาราง

ตาราง **หน้า**

1 การสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิต 23
2 จำนวนผู้เข้ารับการบำบัดรักษาผู้เสพ ผู้ติดสารเสพติด 3 ปีย้อนหลัง (2565-2567) แยกตามกลุ่มอายุ 39
3 การสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิตจากการทบทวนวรรณกรรมทั้งในและต่างประเทศ 55
4 จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนครและดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE 58
5 รายชื่อโรงเรียนที่กลุ่มตัวอย่างและจำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาในแต่ละโรงเรียน 61
6 จำนวนกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนและจำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาในแต่ละโรงเรียน 62
7 จำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง 74
8 จำนวนและร้อยละร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกลุ่มตัวอย่าง (n=475) 76
9 จำนวนและร้อยละระดับการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกลุ่มตัวอย่าง (n=475) 78
10 จำนวนและร้อยละจำแนกตามทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายข้อ (n=475) 82
11 ระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร (n=475) 83
12 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ด้วยสถิติ Mann–Whitney U test ในตัวแปร 2 กลุ่ม (n=475) 84
13 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE Kruskal-wallis test ในตัวแปร 3 กลุ่ม 84

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัญชีตาราง

ตาราง **หน้า**

14 ผลการประเมิน แบบสอบถามของผู้เชี่ยวชาญ เรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร 138

15 แบบสรุปผลการหาค่า IOC ของแบบสอบถาม การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร 142

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ **หน้า**

1 กรอบแนวคิดการวิจัย 8
2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต 20

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัจจุบันสังคมศตวรรษที่ 21 เต็มไปด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ทำให้การรับข้อมูลข่าวสารและการสื่อสารเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ท่ามกลางความหลากหลายทางเชื้อชาติ วัฒนธรรม ความคิด และความเชื่อ ส่งผลให้เด็กและเยาวชนอายุ 10-24 ปี ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นความคาดหวังทางการศึกษา สิ่งยั่วยุรอบตัว หรือแบบอย่างที่ไม่เหมาะสม ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ เช่น การปรับตัว อารมณ์และจิตใจ สุขภาพ ความรุนแรง ติดเกม ยาเสพติด และพฤติกรรมทางเพศ หากไม่ได้รับการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและทักษะชีวิต เด็กและเยาวชนอาจขาดความสามารถในการเผชิญปัญหา มีโอกาสล้มเหลวในชีวิต และกลายเป็นภาระต่อสังคม ดังนั้น โรงเรียนและครูจึงมีบทบาทสำคัญในการจัดการเรียนรู้และกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกัน ใช้ชีวิตอย่างมีสติ และรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางสังคม (มูลนิธิไร้ท์ ทูเพลย์, 2560) จากสถานการณ์ดังกล่าว องค์การอนามัยโลกได้สะท้อนให้เห็นความสำคัญของทักษะชีวิต ถึงความสามารถของบุคคลในการปรับตัวเพื่อเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประวัน มีพฤติกรรมที่ถูกต้องในสภาวะกดดันที่เกิดขึ้นรอบตัว ซึ่งมีองค์ประกอบของทักษะชีวิตครอบคลุม 10 ด้าน คือ ทักษะการตัดสินใจ การแก้ปัญหา การคิดสร้างสรรค์ร่วมกับการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะการสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง การจัดการอารมณ์และการจัดการความเครียด การมีทักษะชีวิตพื้นฐานดังกล่าว พบว่าช่วยป้องกันและลดพฤติกรรมเสี่ยงในเยาวชน เช่น ปัญหาสุขภาพจิต การทะเลาะวิวาท การใช้สารเสพติด และปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ได้ (World Health Organization [WHO], 1997) เช่นเดียวกับการศึกษาของมนัสนันท์ ผลานิสงค์ (2564) พบว่าทักษะชีวิตเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันยาเสพติด

สถานการณ์ปัญหาในกลุ่มเยาวชนไทย ส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพจิตร้อยละ 76.3 และมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นร้อยละ 56.7 การใช้สารเสพติดร้อยละ 51.1 ตามลำดับ (Thailand Policy Lab, 2021) และจากข้อมูลค้นพบของกรมอนามัยจากการศึกษาการพัฒนาบริการสุขภาพที่เป็นมิตรสำหรับวัยรุ่นเยาวชนไทย พบว่า 1 ใน 5 ของนักเรียนมีการใช้แอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ และการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย สะท้อนถึงผลกระทบต่อคุณภาพของการเป็นพลเมืองที่มีศักยภาพในระยะยาว (กรมอนามัย, 2568) โดยเฉพาะปัญหาการใช้สารเสพ

ติด ซึ่งจะนำสู่ปัญหาด้านอื่นตามมา ได้แก่ อาการมึนเมานำสู่การทะเลาะวิวาท อุบัติเหตุจากจราจร การมีเพศสัมพันธ์ไม่ปลอดภัย จากข้อมูลรายงาน World Drug Report (2022) ของสำนักงานว่าด้วยยาเสพติดและอาชญากรรมแห่งสหประชาชาติ ปีพ.ศ. 2563 ประชากรทั่วโลกติดยาเสพติด ร้อยละ 26.0 เพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับปีที่ผ่านมา ประเด็นสำคัญที่พบ คือ ผู้ติดยาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชนมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น และปริมาณการใช้ยาเสพติดมากกว่าผู้ใหญ่ (United Nations Office on Drugs and Crime [UNODC], 2022) ปัจจัยที่ส่งผลให้กลุ่มเยาวชนตัดสินใจใช้สารเสพติด วราภรณ์ ประทีปธีรานันต์ (2568) แบ่งได้เป็น 2 ด้าน คือ ด้านส่วนบุคคล ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรสของบิดามารดา ความรู้เรื่องยาเสพติด การเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้ความสามารถในตนเอง พฤติกรรมต่อต้านสังคม และด้านสภาพแวดล้อม คือ ที่ตั้งของบ้าน สัมพันธภาพในครอบครัว โดยปัจจัยเหล่านี้จะส่งผลต่อการแสดงออกหรือพฤติกรรมเสี่ยงที่ตัดสินใจใช้สารเสพติด (ผกามาศ โรยทอง, 2565) เช่น การสูบบุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า การดื่มสุรา เรียนรู้พฤติกรรมจากบุคคลใกล้ชิด ซึ่งการใช้สารเสพติดมีเส้นทางการใช้สารเสพติด ตั้งแต่ระยะเริ่มเสพจนกระทั่งติด (ศูนย์บำบัดยาเสพติด, 2568)

ประเทศไทยจึงได้กำหนดนโยบาย พ.ศ. 2566-2570 เพื่อให้การป้องกัน ปราบปราม และแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นไปอย่างมีเอกภาพ (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด : ป.ป.ส., 2567) ซึ่งได้มีการดำเนินตามแผนดังนี้ 1) ด้านการป้องกัน เน้นการพัฒนาเด็กและเยาวชน ในระบบการศึกษาเน้นการเสริมสร้างทักษะชีวิต ด้วยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551) การกำหนดให้มีการพัฒนาทักษะ 4 ด้านที่สำคัญ ได้แก่ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เข้าไปในหลักสูตรแกนกลางระดับประถมและมัธยมศึกษา ผ่านรายวิชาหลัก และกิจกรรมต่าง ๆ รวมทั้งมีโครงการสถานศึกษาสีขาว ปลอดยาเสพติดและอบายมุข (กระทรวงศึกษาธิการ, 2567) ส่วนนโยบายด้านแก้ไขปัญหา กระทรวงสาธารณสุข (สำนักงานเลขานุการคณะกรรมการบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด กระทรวงสาธารณสุข ; สลบ.ยส, 2565) เน้นการดูแลสุขภาพผู้ป่วยแบบองค์รวมและบูรณาการโดยมอง “ผู้เสพ คือ ผู้ป่วย” โดยการใช้กระบวนการบำบัดรักษาและฟื้นฟู ในสัดส่วนที่มากกว่าการลงโทษทางอาญา และนโยบายด้านการปราบปราม (ป.ป.ส., 2567) ดำเนินการภายใต้แนวคิดการแก้ไขปัญหายาเสพติด ตั้งแต่ต้นทาง - กลางทาง - ปลายทาง ในการดำเนินการอย่างเป็นระบบคือ 1) พื้นที่แหล่งผลิตภายนอกประเทศ 2) การสกัดกั้นการนำเข้าส่งออกยาเสพติด 3) การปราบปรามกลุ่มการค้ายาเสพติด 4) การเสริมสร้างความเข้มแข็งของหมู่บ้าน/ชุมชนตามแนวชายแดน 5) การป้องกันยาเสพติด

ในแต่ละกลุ่มเป้าหมายอย่างเหมาะสมเป็นรูปธรรม 6) การปรับสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม 7) การดูแลผู้ใช้ผู้เสพผู้ติดยาเสพติดให้เข้าถึงการบำบัดรักษาและการลดอันตรายหรือผลกระทบจากยาเสพติด นอกจากนี้ยังมีเครือข่ายเยาวชนป้องกันยาเสพติด (Youth Network on Drugs Prevention Program, YNDPP) (ป.ป.ส., 2567) สะท้อนให้เห็นถึงนโยบายด้านการป้องกัน ปราบปราม บำบัดรักษาและฟื้นฟู ซึ่งบูรณการคลอบคลุมหลายหน่วยงาน และจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของสารเสพติด พบมากในกลุ่มเยาวชน โดยกลุ่มนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษามีโอกาสเข้ามาเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ ดังนั้น กระทรวงศึกษาธิการโดยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส) มุ่งดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษาตั้งแต่ระดับปฐมวัยจนถึงระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เน้นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคม การเฝ้าระวังและส่งเสริมความประพฤตินักเรียน การพัฒนาระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เสริมสร้างทักษะชีวิตโครงการ TO BE NUMBER ONE (ธนภัทร ธนภทฺโท (ทิพย์วงษ์) และคณะ, 2566; กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2567)

โครงการ TO BE NUMBER ONE หรือโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เริ่มดำเนินงานมาตั้งแต่ปี 2545 จนถึงปัจจุบัน มีเป้าหมายในการพัฒนาเยาวชน วัยรุ่น ให้มีภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจและเปิดโอกาสให้ผู้เสพ ผู้ติดยาเสพติด เปิดเผยตัวเองเข้ารับการบำบัดรักษา ฟื้นฟู โดยสมัครใจ ภายใต้ กิจกรรม “ใครติดยายกมือขึ้น” มีกลยุทธ์สำคัญคือการใช้สโลแกน “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” แนวคิดหลักคือ ยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง เพิ่มโอกาสให้เยาวชนได้รับการพัฒนาและแสดงความสามารถที่หลากหลาย ในลักษณะส่งเสริมการแข่งกันทำความดี และกิจกรรมในโครงการเน้นการให้โอกาสมากกว่าการปราบปราม เช่น การแสดงความสามารถสนับสนุนให้รวมกลุ่มทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ สร้างความรู้และทักษะให้ห่างไกลจากยาเสพติด เพื่อนช่วยเพื่อน สร้างศูนย์รวมให้เยาวชนรวมกลุ่มทำกิจกรรม สร้างเครือข่ายในการป้องกันยาเสพติด ผ่านการดำเนินงานตาม 3 ยุทธศาสตร์หลักของโครงการ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2560) ซึ่งเป็นแนวคิดที่สอดคล้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตให้กับเยาวชนในสถานศึกษา ทีมีความเฉพาะและโดดเด่นของทักษะที่เน้นให้เกิดการแสดงออกเชิงบวกต่อการสร้างคุณค่าในตนเองและความภูมิใจ กล้าตัดสินใจและกล้าแสดงออกในเชิงสร้างสรรค์ ประกอบด้วยทักษะชีวิต 3 ด้าน คือ ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด ซึ่งคาดหวังว่าจะช่วยให้เยาวชนหลีกเลี่ยงการข้องเกี่ยวกับสารเสพติดได้

จากการทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิตที่ผ่านมา ส่วนใหญ่มีทั้งการศึกษาทักษะชีวิตทั่วไปและทักษะชีวิตที่เฉพาะกับปัญหา เช่น ยาเสพติด ปัญหาด้านเพศสัมพันธ์ กลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่ศึกษาในนักเรียนมัธยม พบว่ามีทักษะชีวิตทั่วไปอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 70.08 ทักษะชีวิตอยู่ในระดับดี ร้อยละ 28.61 (ดุสิต ทีบุญมา และคณะ, 2556) ส่วนทักษะชีวิตป้องกันยาเสพติด ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาเชิงทดลอง ซึ่งมีการพัฒนารูปแบบโปรแกรมที่พัฒนาทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การคิดวิเคราะห์และการตัดสินใจ พบว่าทักษะชีวิตดังกล่าวเพิ่มขึ้น (สุนิสา วงศ์อารีย์ และคณะ, 2566; Sabah M. Ebrahem และคณะ, 2565)เช่นเดียวกับการศึกษาอย่างเป็นระบบของ Leiblein et al. (2022) ได้รวบรวมงานวิจัยการประเมิน school-based life skills programs (LSPs) ที่ออกแบบมาเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติดในโรงเรียน โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์ว่าโปรแกรมที่ใช้ส่งเสริมทักษะชีวิต (life skills) ผู้เรียนอย่างไร นอกเหนือจากดูผลพฤติกรรม เช่น การลดการใช้สารเสพติด เพียงอย่างเดียว พบว่าผลลัพธ์ที่ได้นอกจากพฤติกรรมการใช้สารเสพติดลดลง ยังมีผลต่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่เด่นชัด โดยเฉพาะทักษะภายในบุคคล ได้แก่ 1) การควบคุมตนเอง (Self-regulation) 2) ความเชื่อมั่นความสามารถในตนเอง (Self-efficacy) 3) การสะท้อนตนเอง (Self-reflection) และ4) ทัศนคติเชิงลบต่อสารเสพติด ซึ่งทักษะที่ยังไม่มีการวัดประเมิน คือ ทักษะทางสังคมที่สำคัญ ได้แก่ ทักษะการสื่อสารและความเห็นใจผู้อื่น ที่มีในกรอบของ WHO เมื่อนำมาวิเคราะห์จากงานวิจัยที่ทบทวน พบว่าองค์ประกอบของทักษะชีวิตตามกรอบแนวคิดของ WHO และเลือกทักษะชีวิตที่สำคัญต่อการป้องกันให้เฉพาะกับปัญหา รวมทั้งประเด็นทักษะที่ยังไม่ได้มีการประเมินที่ชัดเจน ซึ่งเป็นข้อพิจารณาต่อการนำมาวิจัยครั้งนี้ โดยให้สอดคล้องกับโครงการ TO BE NUMBER ONE

บริบทจังหวัดสกลนคร เป็นพื้นที่เสี่ยงต่อการแพร่กระจายของยาเสพติด เพราะเป็นพื้นที่ติดจังหวัดชายแดน ปัญหายาเสพติดมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ด้านสถานการณ์สารเสพติด พบว่าเยาวชนในสถานศึกษาอายุ 12-15 ปี มีการใช้สารเสพติดซึ่งรวมถึง ยาบ้า บุหรี่ แอลกอฮอล์ กัญชา ยาแก้ไอผสมยาทามาดอล ภาพรวมร้อยละ 43.5 มีการใช้สารเสพติด และในคนที่ใช้มีการดื่มสุรามากที่สุด ร้อยละ 77.8 สูบบุหรี่ ร้อยละ 39.8 ยาแก้ไอผสมยาทามาดอล ร้อยละ 29.2 และกัญชา ร้อยละ 8.2 (สุวพันธุ์ คะโยธา และวุธิพงศ์ ภักดีกุล, 2561) ส่วนการศึกษาของ ณีรนุช วรไธสง (2562) ศึกษาในโรงเรียนแห่งหนึ่ง เขตอำเภอเมือง จังหวัดสกลนคร ที่เข้าร่วมและดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE พบว่านักเรียนมีความรู้เท่าทันสารเสพติดร้อยละ 97.0 และมีความชุกของการใช้สารเสพติด

ร้อยละ 4.1 ซึ่งข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่ามีการประเมินผลเบื้องต้นของการดำเนินงานในสถานศึกษาแต่ยังไม่ครอบคลุมทักษะทุกด้านที่มีในโครงการ TO BE NUMBER ONE และยังพบว่ามีการใช้สารเสพติด ซึ่งการศึกษาดังกล่าวไม่ครอบคลุมทุกโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการทั้งจังหวัด และสถานการณ์แนวโน้มยาเสพติดที่เปลี่ยนไป รวมทั้งการดำเนินการที่ผ่านมา พบว่ามีสถานศึกษาเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE เพิ่มขึ้นและมีกิจกรรมต่อเนื่อง มีการติดตาม ประเมินและแข่งขันในระดับจังหวัด ระดับภาค และระดับประเทศทุกปี ขณะที่การศึกษาติดตามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนที่ เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ยังมีข้อจำกัด จากช่องว่างของการศึกษาและการทบทวนดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาระดับทักษะชีวิตและการเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานให้กับสถานศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการพัฒนา และส่งเสริมกิจกรรมที่ช่วยในการรณรงค์ป้องกัน และแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติดได้ตรงจุดและครอบคลุมทั้งทักษะชีวิตและพฤติกรรม

คำถามของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดคำถามของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. ทักษะชีวิตของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร อยู่ระดับใด

2. ทักษะชีวิตของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร แตกต่างกันตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE หรือไม่

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดความมุ่งหมายของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร

2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

สมมติฐานของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. เยาวชนที่มีระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดแตกต่างกัน ตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ความสำคัญของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดความสำคัญของการวิจัย ไว้ดังนี้

1. ด้านวิชาการ เป็นการสร้างองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมโครงการกับทักษะชีวิตของเยาวชน ซึ่งจะช่วยเติมเต็มช่องว่างของงานวิจัยที่มีอยู่

2. ด้านการปฏิบัติ เป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ที่สามารถใช้ในการปรับปรุงและพัฒนากิจกรรมภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE ให้ตอบสนองต่อความต้องการของเยาวชนได้ดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะการออกแบบกิจกรรมที่เหมาะสมตามระดับการมีส่วนร่วม

3. ด้านนโยบาย เป็นหลักฐานทางวิชาการที่สามารถสนับสนุนหน่วยงานด้านสาธารณสุข การศึกษา และผู้กำหนดนโยบายในการพัฒนาแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มเยาวชนอย่างยั่งยืน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับ ทักษะชีวิตด้านการป้องกันยาเสพติด ในโครงการ TO BE NUMBER ONE จำนวน 3 ด้าน ดังนี้ 1) ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร คือ นักเรียนเยาวชนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1- 6 ปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร, 2568) และเป็นโรงเรียนที่มีการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดสกลนคร จำนวน 34 แห่ง โดยมีนักเรียนทั้งหมด จำนวน 35,028 คน (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร, 2568)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนเยาวชนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร, 2568) และเป็นโรงเรียนที่มีการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดสกลนคร ซึ่งกำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางหรือสูตรของ Krejcie & Morgan (1970) ผู้วิจัยปรับเพิ่มเพื่อทดแทนร้อยละ 20.0 กรณีไม่ส่งแบบสอบถามและข้อมูลแบบสอบถามไม่สมบูรณ์ ได้ขนาดตัวอย่าง จำนวน 475 คน

3. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็นดังนี้

3.1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) สถานศึกษา การพักอาศัย ตำแหน่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE

3.1.2 ระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่ เข้าร่วมในระดับสูง เข้าร่วมในระดับปานกลาง และเข้าร่วมในระดับน้อย

3.2 ตัวแปรตาม แบ่งเป็นดังนี้

3.2.1 ทักษะชีวิต 3 ด้านในการป้องกันสารเสพติด ดังนี้

3.2.1.1 ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

3.2.1.2 ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

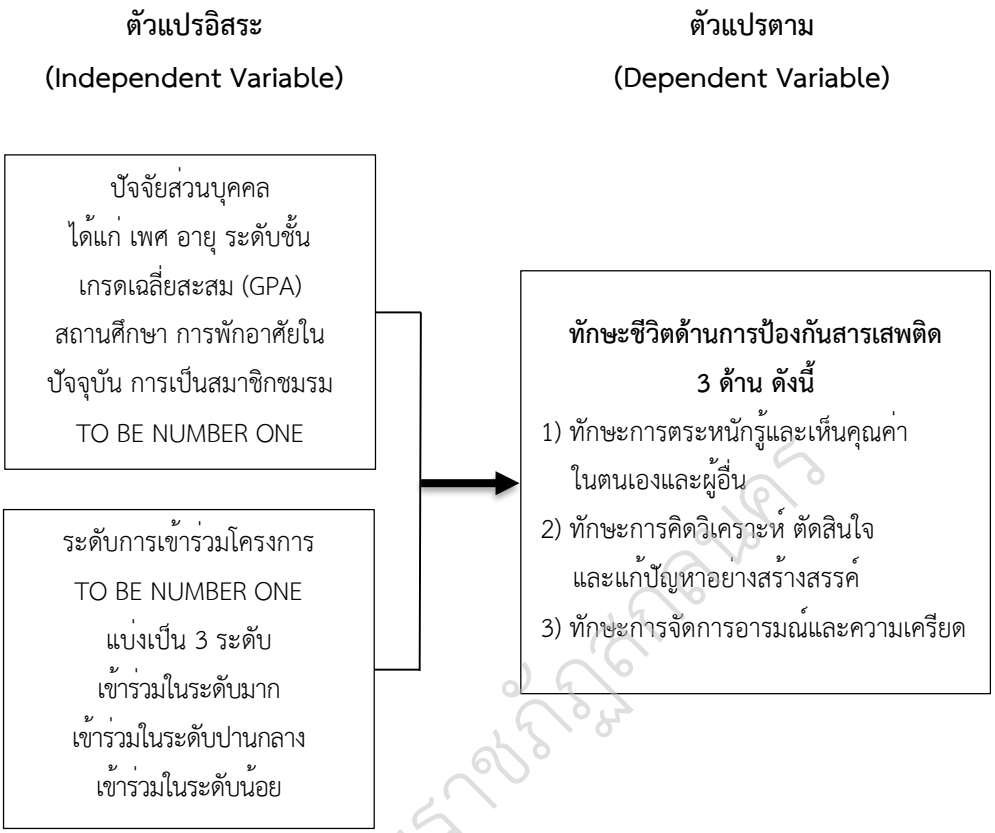
3.2.1.3 ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด

4. ขอบเขตด้านระยะเวลา

ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาเดือนพฤศจิกายน 2568 – มิถุนายน 2569

กรอบแนวคิดของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ทักษะชีวิต ผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดจากการสังเคราะห์วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด แสดงดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

นิยามศัพท์เฉพาะ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นิยามศัพท์เฉพาะไว้ ดังนี้

1. ทักษะชีวิต หมายถึง บุคคลสามารถคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจเลือกและปฏิบัติในการใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข รวมทั้งสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ซึ่งต้องมีทักษะครอบคลุมทักษะพื้นฐาน

2. สารเสพติด หมายถึง ยา สารเคมีหรือวัตถุใด ๆ เมื่อเข้าสู่ร่างกายด้วยการรับประทาน ดม สูบ หรือฉีด ส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ นำไปสู่การเสพติด ครอบคลุม บุหรี่ บุหรี่ไฟฟ้า แอลกอฮอล์ ยาบ้า กัญชา กระท่อม ยาแก้ไอผสมยาทามาดอล

3. เยาวชน หมายถึง นักเรียนระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร ที่เข้าร่วมและดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

4. ทักษะชีวิตป้องกันสารเสพติด หมายถึง เยาวชนสามารถคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและปฏิบัติในการใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และสามารถที่จะหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ครอบคลุมทักษะ 3 ด้าน คือ 1) ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ และ 3) ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด รายละเอียด ดังนี้

4.1 ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของเยาวชน มีการยอมรับตนเอง และมีความภาคภูมิใจในตนเอง มีการช่วยเหลือและเคารพผู้อื่น รวมถึงการคิดเชิงบวก การมีความอดทน และการปฏิบัติตนอย่างมีประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เพื่อป้องกันการเข้าไปเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงและการใช้สารเสพติด

4.2 ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง ความสามารถของเยาวชนในการพิจารณา วิเคราะห์สถานการณ์ที่เผชิญอยู่ รู้จักประเมินข้อมูลและมีการสื่อสารที่เหมาะสม มีการปฏิเสธในสิ่งที่ไม่ดี มีการวางแผนก่อนตัดสินใจ เช่น การจัดลำดับสิ่งที่ต้องทำ ปฏิเสธการสูบบุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า

4.3 ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด หมายถึง ความสามารถของเยาวชนในการควบคุมอารมณ์ เช่น ความโกรธ ความกดดัน หรือความวิตกกังวล รวมถึงการรู้จักวิธีคลายเครียดในทางที่เหมาะสม เช่น การออกกำลังกาย การใช้เทคนิคผ่อนคลาย หรือการทำกิจกรรมสร้างสรรค์ และมีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เพื่อลดโอกาสในการระบายออกด้วยการใช้สารเสพติด

5. โครงการ TO BE NUMBER ONE หมายถึง โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา ในจังหวัดสกลนคร ที่เข้าร่วมและดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE มีกิจกรรมภายใต้การดำเนินการตาม 3 ก ได้แก่ กรรมการ กองทุน และกิจกรรม

6. ระดับการเข้าร่วม หมายถึง เยาวชนมีการร่วมกิจกรรมที่ทางโรงเรียนหรือหน่วยงานจัดขึ้นตลอดปีการศึกษา ภายใต้กิจกรรม โครงการ TO BE NUMBER ONE โดยแบ่งเป็นระดับเข้าร่วม 3 ระดับ คือ เข้าร่วมในระดับสูง เข้าร่วมในระดับปานกลาง เข้าร่วมในระดับน้อย

7. ปัจจัยส่วนบุคคล หมายถึง ข้อมูลส่วนบุคคลของเยาวชน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น เกรดเฉลี่ยสะสม(GPA) การเป็นสมาชิกในโครงการ TO BE NUMBER ONE ในโรงเรียน ดังนี้

7.1 เพศ หมายถึง เพศชาย เพศหญิง และเพศทางเลือกของเยาวชน

7.2 อายุ หมายถึง จำนวนปี นับตามวัน เดือน ปี เกิด ถึงปัจจุบันในช่วงการเก็บข้อมูล หากเกิน 6 เดือน ปัดเป็น 1 ปี

7.3 ระดับชั้น หมายถึง เยาวชนกำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษา ม.1-ม. 6 ของปีการศึกษา 2568

7.4 เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสะสม

7.5 การพักอาศัยอยู่ในปัจจุบัน หมายถึง บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย

7.6 การเป็นสมาชิกและกรรมการ หมายถึง บทบาทของเยาวชนในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของโรงเรียน ประกอบด้วย การเป็น/ไม่เป็นสมาชิก การเป็นกรรมการ เป็นต้น

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการเปรียบเทียบทักษะชีวิตของเยาวชนตามระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาทบทวนเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบการวิจัย ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง

1.1 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

1.1.1 ความหมายของทักษะชีวิต

1.1.2 ความสำคัญของทักษะชีวิต

1.1.3 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

1.1.4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อทักษะชีวิต

1.1.5 การประเมินทักษะชีวิตและเครื่องมือประเมิน

1.1.6 การส่งเสริมหรือพัฒนาทักษะชีวิต

1.2 แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่นและเยาวชน

1.2.1 ความหมายของวัยรุ่นและเยาวชน

1.2.2 พัฒนาการของวัยรุ่นและเยาวชน

1.2.3 สถานการณ์ปัญหาของของวัยรุ่นและเยาวชน

1.2.4 นโยบายพัฒนาเยาวชนเพื่อป้องกันยาเสพติด

1.3 โครงการ TO BE NUMBER ONE

1.3.1 แนวคิดของโครงการ TO BE NUMBER ONE

1.3.2 แนวทางการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE

1.3.3 ระดับของโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE

1.3.4 กิจกรรมการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE

1.4 บริบทจังหวัดสกลนคร

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 งานวิจัยภายในประเทศ

2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง

1.1 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

1.1.1 ความหมายของทักษะชีวิต

WHO (1997) ได้ให้ความหมายของคำว่า ทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถ ในการปรับตัว มีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องและเหมาะสม เพื่อเผชิญกับ สิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันไอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นสิ่งที่จะทำให้เกิดการดำรงไว้ซึ่งสภาวะจิตที่ดี สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้อง ในขณะที่เผชิญกับแรงกดดันหรือสิ่งที่กระทบกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัว

UNICEF (2001) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถในการใช้ความรู้ เจตคติและทักษะต่าง ๆ ที่ช่วยในการสนับสนุนพฤติกรรมของบุคคล เพื่อให้สามารถรับผิดชอบตนเอง ทำให้บุคคลสามารถตัดสินใจในเรื่องที่สำคัญได้ มีการสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาทักษะในการจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ได้ โดยมีการสร้างทางเลือกที่ดี ตลอดจนสามารถจัดการกับสิ่งที่เข้ามาคุกคามในชีวิตได้

กรมสุขภาพจิต (2540) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถอันประกอบไปด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการที่จะจัดการกับปัญหารอบด้านในสังคมปัจจุบัน และ เตรียมพร้อมสำหรับอนาคต

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) ได้กำหนดความหมายของทักษะชีวิตและองค์ประกอบของทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยระบุว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียม พร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต

สำนักปลัดกระทรวงศึกษาธิการ (2553) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า ทักษะชีวิต คือ ความสามารถพื้นฐานที่ทุกคน ทุกเพศ ทุกวัยและทุกอาชีพต้องใช้ในการเลือกทางดำเนินชีวิตให้มีประสิทธิภาพ ขณะที่สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว

กรมอนามัย (2558) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิต หมายถึงความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆรอบตัวที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันในสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมนั้นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีประสิทธิภาพสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข วันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสามารถที่จะปรับตัวได้ในอนาคต

ถิรนันท์ ผิวผา (2560) ได้ให้ความหมายของคำว่าทักษะชีวิตว่า หมายถึงความสามารถในการจัดการกับความต้องการสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ทั้งทางด้านอารมณ์ การรู้คิด การตัดสินใจ สามารถปรับตัวและแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข

วิระญา กิจรัตน์ (2560) ได้ให้ความหมายของคำว่าทักษะชีวิตว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปรับตัวและเลือกแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้สามารถเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับในอนาคตได้อย่าง มีประสิทธิภาพ

ขนิษฐา สุขทวี (2562) ได้ให้ความหมายของคำว่าทักษะชีวิตว่า หมายถึง ทักษะที่มี ความจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมในปัจจุบัน และเป็นทักษะที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัว และลดประเด็นปัญหาที่สำคัญ ที่มากระตุ้นมากระทบจิตใจอันเกิดจากสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่มีผลกระทบ ทำให้บุคคลต้องใช้ความสามารถที่ตนเองมีอยู่ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิดความเชื่อ และ ความต้องการของตนเอง ให้สามารถแสดงพฤติกรรมเพื่อสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม ปลอดภัยสอดคล้องกลมกลืนกับสถานการณ์และสภาพแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนช่วย เสริมสร้างการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะด้านชีวิตส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสังคมกลุ่มเพื่อน ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

พัฒน์พงศ์ ตันเจริญ (2562) ได้ให้ความหมายของคำว่าทักษะชีวิต หมายถึง พฤติกรรม ที่แสดงออกถึงความสามารถของบุคคลที่จะคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย ทักษะด้านสังคม ทักษะด้านการคิด และทักษะด้านการเผชิญทางอารมณ์ เพื่อให้ตนเองสามารถดำเนิน ชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ

สุภาพร ภาภักดี (2563) ได้ให้ความหมายของคำว่าทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่มีความจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมในปัจจุบัน และเป็นทักษะที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัว รวมทั้งเป็นความสามารถ ในการปรับตัวและเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีพฤติกรรม ที่ถูกต้องจัดการกับสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้สามารถมีชีวิต อยู่ในสังคมได้ อย่างมีความสุข หรือสามารถแก้ไขปัญหาที่ต้องเผชิญได้ เพื่อให้อยู่รอดปลอดภัยและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ อย่างมีความสุข

จิติมา วรรณศรี (2566) กล่าวว่า ทักษะชีวิต เป็นคุณลักษณะสำคัญที่ควรพัฒนาและฝึกฝนให้ผู้เรียนในทุกระดับการศึกษามีทักษะชีวิต เพื่อให้ผู้เรียนฝึกฝนความสามารถในการรับมือและจัดการกับสถานการณ์ที่เผชิญในชีวิตจริงทั้งในสถานศึกษาและนอกสถานศึกษาซึ่งทักษะชีวิตจะเป็นเครื่องมือของเด็กและเยาวชน ให้สามารถดำรงชีวิตในโลกและสังคมที่มีความเปลี่ยนแปลง พลิกผันเกินความคาดหมาย สามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วม กับผู้อื่นอย่างมีความสุข

สรุปได้ว่า ทักษะชีวิต คือ ความสามารถพื้นฐาน ที่ใช้ในการดำเนินชีวิต ทั้งการคิด การตัดสินใจ การแก้ปัญหาต่าง ๆ รวมถึงพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน เพื่อให้มีภูมิคุ้มกันอยู่ในสังคมปัจจุบันได้อย่างมีความสุข

1.1.2 ความสำคัญของทักษะชีวิต

สุดารัตน์ พิมลรัตนกานต์ (2558) กล่าวว่า ทักษะชีวิตมีความสำคัญต่อบุคคล ครอบครัว ประเทศ และสังคมโลก เนื่องจากทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตและการแก้ไขปัญหาในระดับบุคคล ซึ่งส่งผลต่อคุณภาพของประชากรโดยรวม ทักษะชีวิตมีความสำคัญต่อการแก้ปัญหา ดังต่อไปนี้

1) ปัญหาสุขภาพจิต เนื่องจากสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างมากมายในสังคม ย่อมส่งผล ต่อบุคคล ถ้าบุคคลมีทักษะชีวิตย่อมเข้าใจปัญหา รู้เท่าทันปัญหา และสามารถวิเคราะห์ปัญหาได้ ด้วยหลักเหตุผล จนสามารถแก้ปัญหาได้ลุล่วง

2) ปัญหายาเสพติด ใช้ทักษะชีวิตเพื่อหลีกเลี่ยงและปกป้องตนเอง และครอบครัว จากการแพร่ระบาดของยาเสพติด

3) ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ ทักษะชีวิตจะช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจเรื่องเพศสัมพันธ์ และรู้ว่าจะป้องกัน หลีกเลี่ยงและหาทางออกให้กับตนเองได้อย่างไร เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาการมีเพศสัมพันธ์

4) ปัญหาการทะเลาะวิวาทและใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา ซึ่งเกิดจากการใช้อารมณ์ ความรู้สึกมากกว่าการใช้เหตุผล ทำให้ขาดความยั้งคิดในการกระทำใด ๆ ซึ่งผู้ที่มีทักษะชีวิตสามารถนำหลักการแห่งเหตุผลมาตัดสินใจแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้

5) ปัญหาครอบครัว ทักษะชีวิตจะช่วยให้เยาวชนมีความเข้าใจและมีแนวทางที่ดี ให้กับตนเองได้แม้ว่าครอบครัวจะไม่สมบูรณ์ก็ตาม

6) ปัญหาสังคม ซึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงค่านิยม วัฒนธรรม ประเพณี ระบบเศรษฐกิจ ระบบการเมืองการปกครอง และระบบการสื่อสารโทรคมนาคม ส่งผลต่อทัศนคติ การคิดการตัดสินใจ และการแสดงออก หรือพฤติกรรมของบุคคล ถ้าเยาวชนไม่มีทักษะชีวิต ก็ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่เหมาะสม อาจแสดงออกหรือกระทำการที่เป็นปัญหาของสังคม ทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญ ต่อเยาวชนในการคิดเลือกแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสมกับตัวเอง

7) ปัญหาการพัฒนาตนเอง เนื่องจากสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทักษะชีวิตจะช่วยให้เยาวชนรู้จักตนเอง รู้ความต้องการและความสามารถที่แท้จริงของตนเอง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างถูกต้องและสำเร็จตามเป้าหมายของตนเอง

8) ปัญหาสุขภาพร่างกาย เพราะเยาวชนเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดความกังวล ทักษะชีวิตจะช่วยให้เยาวชนเข้าใจความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและความต้องการ ของจิตใจควบคู่กัน สามารถปรับตัวเองและดูรักษาตัวเองในทางที่ถูกต้องเหมาะสม และปลอดภัย

ขนิษฐา สุขทวี (2562) กล่าวว่า ในกระแสความเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม และความเจริญก้าวหน้าในคุณภาพชีวิตนั้น ทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง ทั้งนี้ ได้จำแนกไว้ 3 ประการ ดังนี้

1) ความสำคัญต่อเด็กและเยาวชน ในสภาวการณ์ปัจจุบัน เกิดปัญหาทางพฤติกรรม ที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้ส่วนใหญ่พบว่ามักเกิดขึ้นกับวัยรุ่น แนวโน้มปัญหา ส่วนใหญ่จะเกี่ยวกับสุขภาพกายและสุขภาพใจ โดยปัญหาที่เกิดขึ้น คือ การใช้สารเสพติด การฆ่าตัวตาย การติดเชื้อเอดส์ และการกระท าความผิด จากปัญหาที่กล่าวมานั้น คือ ปัญหาสภาพเศรษฐกิจและสังคม ของประเทศ เพราะเด็กเหล่านี้จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า ดังนั้น หากเด็กและเยาวชนได้รับ การดูแลป้องกันปัญหาเหล่านี้ ก็จะทำให้เกิดความเจริญก้าวหน้าต่อตนเองและประเทศชาติได้ การดูแล ปัญหาได้ในเบื้องต้นและการวางรากฐานที่ดีต่อชีวิตไว้นั้น คือ ทักษะชีวิต เพราะทักษะชีวิตจะทำให้ เยาวชนเหล่านี้สามารถเรียนรู้และปรับตัว เพื่อเผชิญปัญหาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อที่จะแก้ไขปัญหาดังกล่าว

2) ความสำคัญต่อสังคม ด้วยเหตุที่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคม จำเป็นต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่น ดังนั้นจึงหลีกเลี่ยงการกระทบกระทั่งกันยาก เป็นเหตุให้นำมาสู่ปัญหาความขัดแย้งไม่พอใจกับความขัดแย้งนี้เป็นอุปสรรคสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เพราะการประกอบกิจการต่าง ๆ เราจำเป็น ต้องมีความสัมพันธ์ต่อกัน อีกทั้งลักษณะพฤติกรรมของผู้อื่นในสังคมรอบข้าง ส่งผลต่อความรู้สึกและการกระทำ ของเรา เช่นกัน ดังนั้นหากเราด าเนินชีวิตอย่างมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันก็ย่อมเกิดความสุข ปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ ทักษะชีวิตจึงเป็นการเสริมสร้างให้แต่ละบุคคลอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ

3) ความสำคัญต่อการศึกษา การจัดการเรียนรู้ในปัจจุบันไม่ได้มุ่งเน้น แต่คุณภาพเนื้อหาทางวิชาการเฉพาะศาสตร์เท่านั้น แต่การจัดการศึกษาในปัจจุบัน มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิด การเรียนรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิต ในสภาพเหตุการณ์ปัจจุบันและปัญหาสังคม โดยบูรณาการสอดแทรกข้อคิด ความรู้ต่าง ๆ เพื่อให้สามารถเข้าใจสภาพการณ์จริงของสังคมไม่ใช่คนที่มีลักษณะความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด เพราะไม่สามารถแก้ไขปัญหาชีวิตได้ ดังนั้น การจัดการศึกษาในปัจจุบัน จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะต้องบูรณาการความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการ

สร้างสัมพันธภาพ เข้าไปในรายวิชาทุกวิชา ทุกคาบเรียนเพื่อเป็นทักษะพื้นฐานในการดำเนินชีวิตต่อไป

WHO (1997) กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้น เพื่อพัฒนามนุษย์ในสังคมและช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมซึ่งมีความสำคัญ ดังนี้

1) ความสำคัญต่อเด็กและเยาวชน วัยรุ่นจำนวนมากมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาทางด้านสุขภาพ กายและสุขภาพจิต ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหา ได้แก่ การใช้สารเสพติด การสูบบุหรี่ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การกระทำความผิด ดังนั้นการจัดกิจกรรมสามารถชี้แนวทางที่จะส่งเสริมเด็กและวัยรุ่นให้จัดการกับความเครียดและความกดดันต่าง ๆ ดำรงชีวิตได้อย่างเข้มแข็ง และปรับเปลี่ยนตนเองให้มีพฤติกรรมที่ เหมาะสมได้ ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ปัญหาได้ในที่สุด

2) ความสำคัญต่อสังคม ด้วยเหตุที่ทุกคนมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อความเจริญก้าวหน้าทางสังคม โดยเฉพาะในเด็กและวัยรุ่น จำเป็นต้องมีความสามารถในการดำรงชีวิตทั้งภายนอกและภายในครอบครัวอย่างเหมาะสม อาทิ เข้ากับผู้อื่น การสื่อสาร การแก้ไขความขัดแย้ง โดยเฉพาะ การสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งถ้ามีความสัมพันธ์ในครอบครัวดีจะส่งผลให้เด็กและวัยรุ่น มองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่น รับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ หากมี ความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดี ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแก่สังคม

3) ความสำคัญต่อการศึกษา ผู้เรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นจะมีความเป็นตัวของตัวเองสูง ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่ออกคำสั่ง ในขณะเดียวกันก็ให้ความสำคัญกับเพื่อน ดังนั้น การเรียนการสอน ควรกระตุ้น ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียน เพราะจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบคิดเอง แก้ไขปัญหาเอง และ การเรียนรู้แบบการมีส่วนร่วมจะช่วยให้ผู้เรียนได้แบบอย่างเจตคติและทักษะต่าง ๆ และที่สำคัญเป้าหมาย ในการสอนทักษะชีวิตนั้น ผู้สอนจะเน้นให้วัยรุ่นเกิดทัศนคติหรือการแลกเปลี่ยนทัศนคติไปในทางที่ถูกต้อง และสามารถผ่านเหตุการณ์ที่ยั่วยุไปได้โดยเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ขึ้นดังนั้นจึงมีความจำเป็น ต้องตระหนักและให้ความสำคัญต่อโปรแกรมการศึกษาที่จะต้องสอนทักษะชีวิตเข้าไปด้วย เพราะสิ่งเหล่านี้มีความสัมพันธ์ต่อการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในบุคคล

สรุปได้ว่า ความสำคัญของทักษะชีวิต แบ่งเป็น 3 ประเด็นหลัก คือ 1) ความสำคัญต่อการแก้ปัญหาในเด็กและเยาวชน ได้แก่ การป้องกันปัญหาสุขภาพจิต ยาเสพติด เพศสัมพันธ์ก่อนวัย ความรุนแรง ปัญหาครอบครัว และพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ โดยทักษะชีวิตช่วยให้เยาวชนรู้จักคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ ควบคุมอารมณ์ ปรับตัว และแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม

ส่งผลให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัยและพัฒนาตนเองได้อย่างถูกต้อง 2) ความสำคัญต่อการศึกษา คือ การจัดการศึกษายุคปัจจุบันมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้สามารถดำเนินชีวิตและเผชิญปัญหาในสังคมได้จริง ไม่เพียงมีความรู้ทางวิชาการ แต่ต้องมีทักษะคิด แก้ปัญหา สื่อสาร และสร้างสัมพันธภาพ โดยการบูรณาการทักษะชีวิตในกระบวนการเรียนรู้จะช่วยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมเรียนรู้ด้วยตนเอง และมีพฤติกรรมที่เหมาะสม 3) ความสำคัญต่อสังคม ทักษะชีวิตช่วยให้บุคคลอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ลดความขัดแย้งและปัญหาสังคม สร้างความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว และส่วนรวม รวมทั้งส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวและสังคม อันนำไปสู่คุณภาพประชากรและความเจริญก้าวหน้าของประเทศในระยะยาว

สรุปได้ว่า ทักษะชีวิตมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตท่ามกลางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ทั้งตัวบุคคล คนรอบข้าง ครอบครัว สังคมและประเทศ เพื่อให้เกิดการเผชิญปัญหาหรือสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมได้อย่างเข้มแข็ง และดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขในอนาคต

1.1.3 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

จาการทบทวนองค์ประกอบของทักษะชีวิต มีหลากหลายด้าน ขึ้นกับแนวคิดและบริบทพื้นที่ ดังนี้

1) องค์การอนามัยโลก (WHO,1997) ได้ระบุองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 ทักษะ ซึ่งถือได้ว่าเป็นหัวใจสำคัญในการดำรงชีวิตได้แก่

1.1) ทักษะการตัดสินใจ (Decision Making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น บุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเองที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพหรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือกและตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสมก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ

1.2) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียดทางกายและจิตใจจนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข

1.3) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจและแก้ปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือกและสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

1.4) ทักษะการคิดอย่างวิจารณญาณ (Critical Thinking) เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ และประเมินปัญหาหรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

1.5) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรมสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิด การแสดงความต้องการ การแสดงการชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การตักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ

1.6) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) เป็นความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว

1.7) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-awareness) เป็นความสามารถในการค้นหารู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดีข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการและสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดและสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานในการพัฒนาไปสู่ทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

1.8) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคลในด้านความสามารถ เพศ วัยระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอดส์

1.9) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping With Emotion) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้ว่ามีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธและความโศกเศร้าที่ส่งผลทางลบต่อร่างกายจิตใจได้อย่างเหมาะสม

1.10) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping With Stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียดและแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

2) สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 4 องค์ประกอบ คือ

2.1) องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง การรู้ความถนัดความสามารถจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคล รู้จักตนเอง ยอมรับ เห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่น มีเป้าหมายในชีวิตและมีความรับผิดชอบต่อสังคม

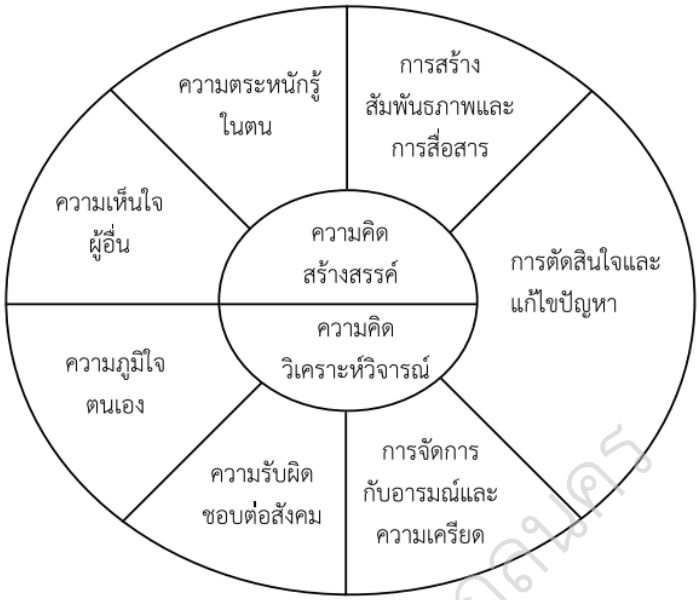
2.2) องค์ประกอบที่ 2 การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง การแยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์รอบตัว วิพากษ์วิจารณ์และประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผลและข้อมูลที่ถูกต้อง รับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือกและตัดสินใจในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์

2.3) องค์ประกอบที่ 3 การจัดการอารมณ์และความเครียด หมายถึง ความเข้าใจและรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของบุคคล รู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการควบคุมอารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย หลีกเลี่ยงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ไปในทางที่ดี

2.4) องค์ประกอบที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจมุมมอง อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นใช้ภาษาพูดและภาษากายเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้ความรู้สึกนึกคิดและความต้องการของผู้อื่น วางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ ใช้การสื่อสารที่สร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

3) กรมสุขภาพจิต (2541) ได้กำหนดองคประกอบของทักษะชีวิต โดยจัดความคิด สรางสรรค ความคิดวิเคราะหวิจารณ์ เป็นองค์ประกอบรวมและเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ จัดความตระหนักรู้ในตนเองและความเป็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัย โดยกำหนดเจตคติอีก 1 คู่ คือความภาคภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม ส่วนที่เหลืออีก 3 คู่เป็นด้านทักษะพิสัย ดังภาพประกอบ 2

สำนักวิทยบริการฯ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ภาพประกอบ 2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

จากภาพประกอบ ส่วนที่เป็นแกนกลาง จะเป็นองคประกอบด้านพุทธิพิสัย ซึ่งเป็นองคประกอบร่วมของทักษะชีวิตอื่น ๆ ทั้งหมด ส่วนในวงกลมรอบนอกจะเป็นด้านจิตพิสัย และทักษะพิสัย

3.1) องคประกอบของทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัยที่เป็นองคประกอบร่วม ได้แก่

3.1.1) ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์(Critical Thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหาและสถานการณต่าง ๆ รอบตัว

3.1.2) ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไป อย่างกว้างขวาง โดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

3.2) องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ ประกอบด้วย องค์ ประกอบ 2 คูคือ คูที่ 1 ได้แก ความตระหนักรูในตนเองและความเห็นใจผู้อื่น คูที่ 2 ได้แก่ ความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบตอสังคม

3.2.1) ความตระหนักรูในตน (Self-awareness) เป็นความ สามารถในการคนหาและเข่าใจในจุดดีจุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างที่ตนเองมีกับบุคคลอื่นไม่วาจะในแงความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ทองถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

3.2.2) ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเขาใจความรูสึกและเห็นอกเห็นใจบุคคลที่แตกต่างกับเรา ไม่วาจะในด้านเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ทองถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

3.2.3) ความภูมิใจในตนเอง (Self esteem) หมายถึง ความรูสึกวาตนเองมีคุณค่า เช่น ความมีน้ำใจ รูจักให รูจักรับ คนพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ (สังคม ดนตรีกีฬา ศิลปะ ฯลฯ) ของตนเอง โดยมิได้มุ่งสนใจอยู่แต่ในรูปร่างหน้าตา เสนหหรือความสามารถทางเพศ การเรียนเกง ฯลฯ เทานั้น

3.2.3) ความรับผิดชอบตอสังคม (Social responsibility) หมายถึง ความรูสึกวาตนเองเป็นสวนหนึ่งของสังคม และมีสวนรับผิดชอบในความเจริญหรือเสื่อมของสังคม ความรับผิดชอบตอสังคม มีส่วนสัมพันธ์ใกลชิดกับความภูมิใจในตนเพราะหากคนเรามีความภูมิใจในตน คนเหล่านี้ก็จะมีแรงจูงใจที่จะทำดีกับผู้อื่น

3.3) องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 คู ได้แก่ คูที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร คูที่ 2 การตัดสินใจและการแกไขปญหา และคูที่ 3 การจัดการกับอารมณและความเครียด

3.3.1) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (Interpersonal relationship and Communication skill) เป็นความสามารถในการใชคำพูดและภาษาทาทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง และความสามารถในการรับรู้ ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายไม่วาจะในการแสดงความต่องการ ความชื่นชม การปฏิเสธ การสร้างสัมพันธภาพ ฯลฯ

3.3.2) ทักษะการตัดสินใจและแกไขปญหา (Decision making and Problem solving skill) เป็นความสามารถในการรับรูปญหา สาเหตุของปญหา หาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาที่เหมาะสม และลงมือแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเกมาะสม

3.3.3) ทักษะการจัดการกับอารมณและความเครียด (Coping with Emotion and Stress skill) เปนความสามารถในการประเมินอารมณ รูเทาทันอารมณวามีอิทธิพลตอพฤติกรรมของตน เลือกใชวิธีการจัดการกับอารมณที่เกิดขึ้นไดเหมาะสม และเปนความสามารถที่จะรูสาเหตุของความเครียด เรียนรูวิธีการควบคุมระดับของความเครียด รูวิธีผอนคลายและหลีกเลี่ยงสาเหตุ พรอมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

4) สำนักงานคณะกรรมการป้องกันปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.:2564) ได้กำหนดองคประกอบของทักษะชีวิตด้าน การป้องกันยาเสพติด ไว้ 4 องค์ประกอบ ดังนี้

4.1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

การสร้างความตระหนักในคุณค่าของตนเองเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่ง ในการป้องกันการใช้ยาในทางที่ผิดในหเด็กและเยาวชน เด็กมีความตระหนักในคุณค่าของตนเองต่ำ จะสร้างความสัมพันธ์ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่นได้ยาก จะแยกตัวจากคนอื่น และมีแนวโน้มในการใช้ยา และฆ่าตัวตายสูง เพราะฉะนั้นเด็กจะต้องมีการพัฒนาพฤติกรรมสำคัญต่อไปนี้ คิดเชิงบวก ฝึกให้มีความอดทนกับตัวเอง หลีกเลี่ยงจากสถานการณ์เสี่ยง (การทะเลาะวิวาท ยาเสพติด) ปฏิบัติตนเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น มีอารมณ์ขัน มีความรับผิดชอบต่อผู้อื่น

4.2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

การเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องตัดสินใจว่าจะยอมรับหรือปฏิเสธข้อเสนอเด็กจะต้องตระหนักถึงผลที่ตามมาของการตัดสินใจเลือก ฉะนั้น ต้องมีการฝึกฝนในการตัดสินใจ โดยต้องศึกษาข้อมูลในเรื่องที่ต้องตัดสินใจหรือแก้ปัญหา แล้วจึงพิจารณาทางเลือก และผลที่จะเกิดจากแต่ละทางเลือกแล้วจึงตัดสินใจเลือกทางที่ดีที่สุด

4.3) การจัดการอารมณ์และความเครียด

ความสามารถในการจัดการความเครียด ความโกรธ ความขัดแย้งและการบริหารเวลา เป็นทักษะที่สำคัญในการเผชิญปัญหา เด็กและเยาวชนที่ไม่สามารถจัดการกับความกดดันทางสังคม จากตัวเองหรือจากกลุ่มเพื่อน จะมีแนวโน้มในการใช้สารเสพติด

4.4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

การสื่อสารเป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลทั้งที่เป็นคำพูดและไม่เป็นคำพูด การพัฒนาทักษะในการสื่อสาร เช่น สามารถปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนไปใช้สารเสพติดหรือเตือนเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ให้หลีกเลี่ยงหรือเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกจะช่วยให้เด็กและเยาวชนมีความมั่นใจที่จะปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น และสามารถจัดการกับสถานการณ์เสี่ยงได้

5) กรมสุขภาพจิต (2563) ซึ่งโครงการ TO BE NUMBER ONE ได้กำหนดเคล็ดลับในการใช้ชีวิตอย่างฉลาดและรู้เท่าทัน มีหลักใหญ่ๆ ที่ต้องเรียนรู้และฝึกฝนอยู่ 3 ประการ คือ

5.1) วิธีการเอาตัวรอดจากปัญหายาเสพติด ได้แก่ วิธีการปฏิเสธ วิธีประเมินสถานการณ์ และวิธีพัฒนาความคิด เพื่อพิชิตอารมณ์

5.2) วิธีตัดสินใจและแก้ปัญหา ได้แก่ วิธีการสื่อสารเพื่อขอความช่วยเหลือ

5.3) วิธีสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง

สรุปได้ว่า ทักษะชีวิตที่นำมาใช้ ส่วนใหญ่ใช้องค์ประกอบตามกรอบของ WHO แต่เมื่อนำมาปรับกับปัญหาเฉพาะด้าน พบว่ามีการเลือกใช้ที่เฉพาะเจาะจง เช่น ทักษะชีวิตป้องกันสารเสพติด ได้แก่ สำนักงานป.ป.ส. และโครงการ TO BE NUMBER ONE ในกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข นอกจากนี้ เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพปัจจุบันและทิศทางในการพัฒนาประเทศ ผู้วิจัยจึงได้สังเคราะห์ทักษะชีวิต ดังตาราง 1

ตาราง 1 การสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์ประกอบทักษะชีวิต	ทักษะชีวิตทั่วไป	WHO (1997)	สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559)	กรมสุขภาพจิต (2541)	ทักษะชีวิตเฉพาะด้านยาเสพติด	ป.ป.ส.(2564)	โครงการ TO BE NUMBER ONE (2563)
ทักษะการตัดสินใจ		√	√	√		√	√
ทักษะการแก้ปัญหา		√	√	√		√	√
ทักษะการคิดสร้างสรรค์		√	√	√			
ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ		√		√		√	√
ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ		√		√			
ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล		√	√	√		√	
ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง		√	√	√		√	√
ทักษะการเข้าใจผู้อื่น		√	√	√			
ทักษะการจัดการอารมณ์		√	√	√		√	√
ทักษะการจัดการกับความเครียด		√	√	√		√	√
ทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง				√			
ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม			√	√			
ทักษะเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น						√	√

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ทักษะชีวิตและทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด(ป.ป.ส.) และโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยกำหนดใช้ทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ 1) ทักษะการตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น 2) ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด

1.1.4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อทักษะชีวิต

ปัจจัยที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของเยาวชนมีหลายมิติ โดยมีทั้งทฤษฎีและผู้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในเยาวชน ดังนี้

1) ทฤษฎีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (Problem-behavior Theory)

ชวัลวิทย์ จินดา (2560) กล่าวถึง ทฤษฎีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาว่า ผู้พัฒนาทฤษฎีพฤติกรรม ที่เป็นปัญหา ต่าง ๆ ของวัยรุ่น และพฤติกรรมเสี่ยง จากหลักการพื้นฐานของทฤษฎี อาจกล่าวได้ว่า การลดหรือการช่วยเหลือในพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ไม่สามารถใช้ตัวแปรเพียงตัวเดียวในการ ช่วยเหลือหรือเข้าใจพฤติกรรม แต่เป็นผลผลิตของการปฏิสัมพันธ์ที่ซับซ้อนระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม ทฤษฎีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาจะให้ความสนใจกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ด้านจิตสังคม (Psychosocial Variables) 3 ประเภท ได้แก่

1.1) ระบบบุคลิกภาพ (Personality System) ได้แก่ ค่านิยม ความคาดหวัง ความเชื่อ เจตคติ และทิศทางเกี่ยวกับตนเองและสังคม

1.2) การรับรู้ระบบของสิ่งแวดล้อม (Perceived Environment System) ได้แก่ การรับรู้ ในเจตคติและพฤติกรรมของพ่อ แม่ และเพื่อน

1.3) ระบบพฤติกรรม (Behavior System) พฤติกรรมต่าง ๆ ที่เป็นปัญหา ได้แก่ การใช้แอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ และการใช้ยาอื่น ๆ ซึ่งรวมไปถึงพฤติกรรมทางเพศของบุคคล ระบบ ทางด้านจิตสังคมเหล่านี้จะเป็นตัวแปรที่จะกระต้น หรือควบคุมต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ถ้าตัวแปร กระตุ้นมีความเข้มแข็งก็จะมีแนวโน้ม หรืออาจเป็นไปได้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาขึ้น ในทางตรงกันข้ามถ้าตัวแปรกระตุ้นไม่เข้มแข็ง และตัวแปรควบคุมเข้มแข็ง ก็จะทำให้ช่วยลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้

2) สมชาย ธัญธนกุล (2553) ระบุว่า สาเหตุที่วัยรุ่นติดยาเสพติดมีหลายประการสาเหตุที่สำคัญ คือ ความอยากรู้อยากเห็นและอยากทดลอง อยากมีเพื่อนเอาใจเพื่อนและตามใจเพื่อน ถูกหลอกลวง ความเชื่อผิด ๆ ความผิดหวัง ขาดความอบอุนทางใจ การเจ็บปวยทางกาย การตอต่านผู้ใหญ่ และสิ่งแวดลอม

3) วราภรณ์ ประทีปธีรานันต์ (2568) ระบุว่า แบ่งได้เป็น 2 ด้าน คือ ด้านส่วนบุคคล ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรสของบิดามารดา ความรู้เรื่องยาเสพติด การเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้ความสามารถในตนเอง พฤติกรรมต่อต้านสังคม และด้านสภาพแวดล้อม

4) ผกามาศ โรยทอง (2565) ระบุว่า สภาพแวดล้อมส่งผลกระทบต่อการใช้สารเสพติดโดยตรง คือ ที่ตั้งของบ้าน สัมพันธภาพในครอบครัว และจะส่งผลต่อการแสดงออกหรือพฤติกรรมเสี่ยงที่ตัดสินใจใช้สารเสพติด

5) ศูนย์บำบัดยาเสพติด Day one rehab center (2568) ระบุว่าพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการใช้สารเสพติด เช่น การสูบบุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า การดื่มสุรา เรียนรู้พฤติกรรมจากบุคคลใกล้ชิด ซึ่งการใช้สารเสพติดมีเส้นทางการใช้สารเสพติด ตั้งแต่ระยะเริ่มเสพจนกระทั่งติด

สรุปได้ว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของเยาวชนมีหลายมิติ ทั้งด้านบุคคล ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และสังคม โดยปัจจัยส่วนบุคคล เช่น ความตระหนักรู้ในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการคิดวิเคราะห์ เป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิต ขณะที่ครอบครัวมีบทบาทในการปลูกฝังวินัย การสื่อสาร และการเป็นแบบอย่างที่ดี โรงเรียนและสถานศึกษาช่วยเสริมสร้างทักษะผ่านหลักสูตรและกิจกรรม นอกจากนี้ สภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรม รวมถึงสื่อออนไลน์และเพื่อน ก็มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการเรียนรู้และการตัดสินใจของเยาวชน การบูรณาการทุกภาคส่วนจึงเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิต

1.1.5 การประเมินทักษะชีวิตและเครื่องมือประเมิน

พบว่าด้านการปะเมินสามารถประเมินได้จากการสังเกต การสัมภาษณ์เชิงลึก การประเมินตนเองด้วยแบบสอบถาม จากการศึกษาทบทวน พบว่าส่วนใหญ่นิยมใช้แบบสอบถามประเมินตนเอง ดังนี้

ดุสิต ทีบุญมา และคณะ (2556) ได้พัฒนาสร้างแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 แบบวัดทักษะชีวิตที่สร้างขึ้นจำนวน 60 ข้อ จำแนกเป็นด้านการคิด 10 ข้อ ด้านการตระหนักรู้ในตน 10 ข้อ ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม จำนวน 10 ข้อ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ 10 ข้อ ด้านการตัดสินใจ 10 ข้อ ด้านการจัดการกับอารมณ์ 10 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ตั้งแต่ 0.60 ถึง 1.00 ค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.27 ถึง 0.66 ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ .92 ผลการตรวจสอบค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างโดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่า องค์ประกอบของทักษะชีวิตสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยมี ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of fit index : GFI) มีค่าเท่ากับ 0.86 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted goodness of fit index : AGFI)

มีค่าเท่ากับ 0.81 เมื่อนำไปใช้พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทักษะชีวิตอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 70.08 ทักษะชีวิตอยู่ในระดับดี ร้อยละ 28.61 ทักษะชีวิตอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 1.3

1.1.6 การส่งเสริมหรือพัฒนาทักษะชีวิต

การส่งเสริมทักษะชีวิต คือ กระบวนการพัฒนาความสามารถของบุคคลให้สามารถปรับตัว แก้ปัญหา และจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากการทบทวน กลยุทธ์ครอบคลุมทั้งการส่งเสริม ป้องกัน และแกไขหรือรักษาและฟนฟู (ยงยุทธ วงศภิรมยศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ, 2553) ซึ่งมีกลวิธีในการสรางทักษะชีวิตโดยทั่วไปและเฉพาะด้าน ตามปัญหาหรือบริบทพื้นที่ ของปัญหาที่พบ โดยมีกลยุทธ์ ดังนี้

1) การสรางทักษะชีวิตโดยระบบเรียนรู (การเรียนการสอน) จากความหมายของทักษะชีวิตที่วา “ทักษะชีวิตเปนความสามารถอันประกอบดวย ความรูเจตคติและทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัว ในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต” จากองคประกอบทั้ง 12 ประการ ของทักษะชีวิตอาจจะแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม

1.1) ทักษะชีวิตทั่วไป ซึ่งเป็นความสามารถ พื้นฐานของเด็กที่จะเผชิญกับปัญหาปกติในชีวิตประจำวัน เช่นความขัดแย้งทะเลาะกัน การตัดสินใจเลือกทำสิ่งต่าง ๆ เป็นต้น ความสามารถนี้ กระทรวงศึกษาธิการ เรียกว่า “คิดเป็น ทำเป็นและแก้ปัญหาได้” และเป็นองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่เรียกว่า ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) และความคิดวิเคราะห์วิจารณ (Critical Thinking) ความสามารถทั้ง 2 ประการนี้ เกิดจากการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็น โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ในการสอนตามปกติในชั้นเรียน ซึ่งการสอนแบบนี้ช่วยใหเด็กไดฝกคิดวิเคราะห์ ก็จะเกิดทักษะชีวิตพื้นฐาน 2 ประการนี้

1.2 ทักษะชีวิตเฉพาะ คือความสามารถที่จำเป็นในการเผชิญปัญหาเฉพาะ เช่นปัญหายาเสพติด ปัญหาโรคเอดส์ และเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม ฯลฯ ก็ต้องมีทักษะชีวิตเฉพาะอีก 10 ประการที่เหลือ เช่น ความตะหนักรู้ในตนก็คือ ตระหนักในความแตกต่างระหว่างชายหญิง ในเรื่องเพศ ความภูมิใจในตนเอง เช่น ตระหนักในคุณค่าและศักดิ์ศรีของชายหญิง ทักษะในการปฏิเสธในการชวนไปมีพฤติกรรมเสี่ยง เป็นต้น แต่ในการสอนปกติในหลักสูตรที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางอย่างแท้จริง ก็สามารถสร้างทักษะชีวิตได้ครบทุกตัว เช่นกัน ทักษะชีวิตเฉพาะเกิดจากการสอนทักษะชีวิตในวิชาที่เกี่ยวข้องกับปัญหา สังคมศึกษา สุขศึกษา พลานามัย การแนะแนวและรายวิชาทักษะชีวิต เป็นต้น

2) การสรางทักษะชีวิตโดยกิจกรรมพัฒนาผูเรียน

2.1) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่จำเป็นในการสรางทักษะชีวิตมีหลากหลายลักษณะ เช่น การทำกิจกรรมชมรมต่าง ๆ เมื่อเด็กทำงานร่วมกัน ได้มีโอกาสสร้าง

สัมพันธภาพ ได้สื่อสารกับผู้อื่นได้รู้จักกับตนเองและรู้จักผู้อื่น ได้ตัดสินใจแก้ไขปัญหา เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เกิดความรับผิดชอบต่อสังคม ฯลฯ

2.2) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่สร้างทักษะชีวิตทั่วไปให้กับเด็ก เช่น กิจกรรมชมรม กิจกรรมค่าย กิจกรรมสาธารณประโยชน์ กิจกรรมกีฬา กิจกรรมลูกเสือ-ยุวกาชาด เป็นต้น

2.3) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่สร้างทักษะชีวิตเฉพาะปัญหา เช่นชมรมต่อต้านยาเสพติด ชมรม TO BE NUMBER ONE ชมรมเพื่อนที่ปรึกษา ชมรมแอนตี้ความรุนแรง ฯลฯ

3) การสร้างทักษะชีวิตเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยการช่วยเหลือแนะนำ (Advisory) โดยครูประจำชั้น ซึ่งหน้าที่การให้คำปรึกษาและช่วยเหลือของครูประจำชั้น ต่อการคัดกรอง วิเคราะห์แยกแยะพฤติกรรมของเด็กเพื่อการค้นหากลุ่มเสี่ยงและให้ความช่วยเหลือเด็กเหล่านี้ตั้งแต่ต้น ก่อนที่เด็กจะเป็นเด็กที่มีปัญหา

4) สร้างทักษะชีวิตเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเกินกว่าครูประจำชั้นจะแก้ไขได้และต้องการอาศัยการใช้จิตวิทยาแนะแนว หรือให้คำปรึกษา(Counseling) หรืออาจส่งต่อ (Refer) กรณีต้องบำบัดรักษาจากสถานบริการทางสาธารณสุข เช่น การติดยาบาหรือพฤติกรรมทางจิต เป็นต้น

สรุปได้ว่า การส่งเสริมทักษะชีวิตเป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นการพัฒนาความสามารถของบุคคลให้สามารถรับมือกับปัญหาและความท้าทายต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีกลยุทธ์หลัก 4 ประการ ได้แก่ 1) การสร้างทักษะชีวิตผ่านระบบการเรียนรู้ในห้องเรียน ซึ่งแบ่งเป็นทักษะชีวิตทั่วไปและทักษะชีวิตเฉพาะ 2) การสร้างทักษะชีวิตผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน 3) การให้คำปรึกษาแนะนำโดยครูประจำชั้น และ 4) การให้คำปรึกษาโดยผู้เชี่ยวชาญหรือการส่งต่อเพื่อบำบัดรักษาในกรณีที่มีปัญหาซับซ้อน

1.2 แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่นและเยาวชน

1.2.1 ความหมายวัยรุ่นและเยาวชน

1.2.1.1 ความหมายวัยรุ่น

WHO (2011) ได้ให้ความหมายของ วัยรุ่น (Adolescence) คือ ช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยมีลักษณะสำคัญคือ การพัฒนาวุฒิภาวะทางเพศ การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจจากเด็กสู่ผู้ใหญ่ และการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจจากการพึ่งพาผู้อื่นเป็นการพึ่งพาตนเอง โดยกำหนดวัยรุ่นเป็นช่วงอายุระหว่าง 10–19 ปี

สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์ (2551) ได้ให้ความหมาย วัยรุ่น ว่าเป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโต อย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และสติปัญญา

อาภรณ์ ดีนาน (2551) ได้ให้ความหมาย วัยรุ่นว่า เป็นช่วงเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ต่อเนื่องและมองเห็นได้อย่างชัดเจน นอกจากมีการเปลี่ยนแปลง ทางด้านร่างกาย ที่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจน แล้วช่วงวัยรุ่นยังเป็นช่วงที่ต้องเปลี่ยนแปลงบทบาท ของตนเองจากเด็กสู่บทบาทของผู้ใหญ่ที่จะต้องมีความรับผิดชอบมากขึ้น

ศรัญญา อิชิดะ (2553) ได้ให้ความหมายว่า เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ ระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ ขณะเดียวกัน วัยรุ่นไม่ควรได้รับการปฏิบัติเยี่ยงเด็ก แต่ก็ยังไม่พร้อมที่จะได้รับการปฏิบัติเช่นผู้ใหญ่

สรุปได้ว่า วัยรุ่น คือ ช่วงวัยระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ ระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ รวมทั้งเป็นวัยที่สำคัญในการพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้มีคุณค่าและกำลังสำคัญในการพัฒนาของประเทศชาติ

1.2.1.2 การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น

ในปัจจุบันได้มีการแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น ไว้ตามระยะของพัฒนาการและการเจริญเติบโตโดยสามารถแบ่ง ดังนี้

พนม เกตุมาน (2550) แบ่งกลุ่มวัยรุ่นเป็น 3 ระยะ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) วัยรุ่นตอนต้น อยู่ในช่วงอายุ 10-13 ปี เป็นช่วงแรกของการเข้าสู่วัยรุ่น ในช่วงนี้ ที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทุกระบบ มีความคิดหมกมุ่น กังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และกระทบไปยังจิตใจ ทำให้อารมณ์หงุดหงิดและแปรปรวนง่าย

2) วัยรุ่นตอนกลาง อยู่ในช่วงอายุ14-16 ปี เป็นช่วงที่มีพฤติกรรมก้ำกึ่งระหว่างความเป็นเด็กกับผู้ใหญ่ และยอมรับสภาพร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นหนุ่มเป็นสาว มีความคิดที่ลึกซึ้ง ต้องการหาอุดมการณ์และหาความเป็นตัวของตัวเอง

3) วัยรุ่นตอนปลาย 17-19 ปีเป็นช่วงเวลาของการตัดสินใจ ที่จะเลือกอาชีพที่เหมาะสม และเป็นช่วงเวลาที่จะมีความผูกพัน กับเพื่อนต่างเพศมากขึ้น รวมทั้งมีสภาพทางร่างกายเปลี่ยนแปลงเติบโตโดยสมบูรณ์เต็มที่ และบรรลุนิติภาวะในเชิงกฎหมาย

อาภาพร เผ่า วัฒนา (2552) สรุปพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่นไว้ 3 ระยะคือวัยรุ่นตอนต้น โดยเพศหญิงอายุระหว่าง 10-12 ปีและเพศชายอายุระหว่าง 13-14 ปี วัยรุ่น ตอนกลางอายุระหว่าง 14-17 ปี และวัยรุ่นตอนปลายอายุระหว่าง 18-20 ปี

สรุปได้ว่า วัยรุ่นแบ่งเป็น 3 ช่วง คือวัยรุ่นตอนต้น ตอนกลาง และตอนปลาย ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกัน ทั้งทางด้านร่างกาย ความคิด จิตใจ และการต้องการเป็นที่ยอมรับ

1.2.2 พัฒนาการของวัยรุ่นและเยาวชน

พัฒนาการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น พบว่ามีการเปลี่ยนทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ตามบริบทสังคม สิงแวดล้อม และวัฒนธรรม .แต่ละด้านมีพัฒนาการ (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539; ชวัลวิทย์ จินดาม,2560) ดังนี้

1.2.2.1 สำหรับวัยรุ่น เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลง

1) พัฒนาการทางด้านร่างกาย ร่างกายของวัยรุ่นจะมีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นต่อระบบอวัยวะภายใน เช่น ระบบการผลิตฮอร์โมนของต่อมไร้ท่อ และลักษณะโครงสร้างภายนอกางกาย เช่น การเปลี่ยนแปลงของเสียง การขยายตัวของกล้ามเนื้อและกระดูก การมีชนขึ้นตามร่างกายและการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ทั้งนี้เพื่อให้ร่างกายของวัยรุ่นเจริญเติบโตเต็มที่ผู้ใหญ่ควรเตรียมความพร้อมให้แก่เด็กในการก้าวเข้าสู่วัยรุ่น โดยการให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นและการปฏิบัติตัวให้ถูกต้อง

2) พัฒนาการทางด้านอารมณ์ อารมณ์ของวัยรุ่นจะมีความแปรปรวนและเกิดความเครียดได้ง่าย ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างเห็นได้ชัด จึงทำให้เกิดความกังวลและขาดความมั่นใจในบุคลิกภาพของตนเองเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน และการทำงานของต่อมไร้ท่อ จะทำให้วัยรุ่นมีพลังงานมาก และอาจไม่ได้ใช้พลังงานที่มีให้เกิด ประโยชน์จนทำให้ผู้ใหญ่ไม่พอใจ นอกจากนี้เมื่อต่อมเพศถูกพัฒนาเต็มที่วัยรุ่นจะเริ่มสนใจในเพศตรงข้าม และมีพฤติกรรมเรียกร้องความสนใจจากเพศตรงข้าม ซึ่งบางครั้งก็อาจจะขัดใจผู้ใหญ่ และทำให้ถูกผู้ใหญ่ต่อว่าจนทำให้เกิดความเครียดได้

3) พัฒนาการทางด้านสังคม วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางเจตคติและพฤติกรรมทางสังคมในทุกด้าน วัยรุ่นต้องการอิสรเสรีภาพในการคิด การปฏิบัติตัวการคบเพื่อนและความเป็นส่วนตัวจึงทำให้บางครั้งอาจเกิดปัญหาความไม่เข้าใจกันกับผู้ใหญ่ และส่งผลให้วัยรุ่น หันไปใกล้ชิดกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าครอบครัววัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับการคบเพื่อน และต้องการเลือกเพื่อนที่มีค่านิยม และมีความสนใจในสิ่งเดียวกันเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับมีความรู้สึกมั่นใจและปลอดภัย ทั้งนี้การคบเพื่อนจะช่วยให้วัยรุ่นรู้จักการปรับตัวให้เข้ากับสังคม เรียนรู้การรักษามิตรภาพมีความเข้าใจตัวเองและรู้จักรับฟังความเห็นของผู้อื่น การปรับตัวให้เข้ากับสังคมนับว่าเป็นพัฒนาการที่ยากที่สุดของวัยรุ่น

4) พัฒนาการทางด้านสติปัญญา ช่วงวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญต่อการพัฒนา ระดับสติปัญญาเป็นอย่างมาก นักจิตวิทยาด้านพัฒนาการทางสติปัญญาของมนุษย์หลายท่านเห็นตรงกันว่า สติปัญญาของมนุษย์จะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ระหว่างอายุ 18 ถึง 20 ปี โดยในวัยนี้มนุษย์จะสามารถให้นิยามวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ได้อย่างชัดเจน สามารถแบ่งแยกคุณลักษณะของสิ่งของต่าง ๆ ได้ดีมีพัฒนาการทางความคิดรวบยอด และมีความคิดในระดับที่เป็นนามธรรม พัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นปรากฏในหลายรูปแบบ เช่น รู้จักลองตั้งสมมุติฐานหลายๆ แบบเพื่อหาข้อสรุปที่ดี สามารถแก้ปัญหาหลายๆแบบ โดยมีกระบวนการคิดที่มีระบบและมีเหตุผล มีความจำดีสามารถจดจำ สิ่งที่ตนสนใจได้อย่างแม่นยำแต่มักไม่นำไปใช้ในเรื่องการเรียน มีความคิดกว้างไกลมีจินตนาการคิดฝันถึงสิ่งต่าง ๆ อยากรู้อยากเห็นอยากทดลอง และมีความเชื่อมั่นในความเชื่อหรือความเห็นของตนอย่างรุนแรง (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539)

สรุปได้ว่า วัยรุ่นหรือเยาวชน คือช่วงเปลี่ยนผ่านที่สำคัญจากวัยเด็กสู่ความเป็นผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงที่ซับซ้อนทั้งร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และสังคม โดยวัยรุ่นจะเริ่มพัฒนาอัตลักษณ์ของตัวเอง ต้องการอิสรภาพ และให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าครอบครัว ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งกับผู้ใหญ่ได้ การเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลให้วัยรุ่นมีอารมณ์แปรปรวน และอาจมีความกังวลจากรูปลักษณ์ภายนอกที่เปลี่ยนไป ด้านสติปัญญา วัยรุ่นจะมีความคิดที่เป็นนามธรรมมากขึ้น สามารถตั้งสมมติฐานและแก้ปัญหาได้อย่างมีระบบ การทำความเข้าใจพัฒนาการเหล่านี้จึงสำคัญอย่างยิ่งต่อการส่งเสริมให้วัยรุ่นเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ

1.2.3 สถานการณ์ปัญหาของเยาวชน

มีคนติดยาบ้า 1.6 ล้านคนในไทย ขณะที่มีผู้ใช้กัญชาราว 1.5 ล้านคน ส่งผลให้ทั้งสองกลุ่มเป็นคนกลุ่มใหญ่ที่เข้ารับการบำบัดเลิกสารเสพติดในปีที่ผ่านมา ข้อมูลจากรายงานเรื่อง "ยาเสพติดสังเคราะห์ในเอเชียตะวันออกและเอเชียตะวันออกเฉียงใต้: พัฒนาการและความท้าทายล่าสุดในปี 2025 (Synthetic Drugs in East and Southeast Asia: Latest developments and challenges 2025)" ซึ่งจัดทำโดยสำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติดแห่งสหประชาชาติ หรือ ยูเอ็นโอดีซี (UNODC) สถานการณ์ยาเสพติดของไทยไม่ใช่มีแค่จำนวนผู้เสพที่เพิ่มมากขึ้นเท่านั้น แต่ปริมาณของยาเสพติดที่ถูกตรวจยึดได้ก็เพิ่มขึ้นเช่นกัน สะท้อนถึงความต้องการที่สูงขึ้นในตลาดและประสิทธิภาพการบังคับใช้กฎหมายของเจ้าหน้าที่ที่สูงขึ้นเช่นกัน นอกจากนี้ ยังพบว่า 94% ของเมทแอมเฟตามีนทั้งหมด ที่ตรวจยึดได้ในปีที่แล้วนั้นมาจากประเทศในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ หรือคิดเป็นน้ำหนักราว 221.2 ตัน นี่สะท้อนให้เห็นว่ามีเมทแอมเฟตามีนจำนวนมหาศาลถูกลักลอบขนผ่านประเทศแถบนี้ โดยเฉพาะในกลุ่มประเทศ

ลุ่มน้ำโขงตอนล่าง เช่น กัมพูชา ลาว พม่า ไทย และเวียดนาม โดยมีศูนย์กลางการผลิตอยู่ในรัฐฉาน ประเทศเมียนมา (มีคนติดยาบ้า 1.6 ล้านคนในไทยฯ, 2568)

กรมกิจการเด็กและเยาวชน (2568) พบประเด็นปัญหาที่ปรากฏในสื่อ 12 ประเด็น 23 กรณี โดยพบ 5 ประเด็น ที่เป็นสถิติสูงสุดสามารถจัดอยู่ใน 4 อันดับ ดังนี้ อันดับที่ 1 ถูกฆ่า จำนวน 5 กรณี คิดเป็นร้อยละ 21.74 อันดับที่ 2 ทะเลาะวิวาท จำนวน 4 กรณี คิดเป็นร้อยละ 17.40 อันดับที่ 3 ทำ ร้ายร่างกายผู้อื่น จำนวน 3 กรณี คิดเป็นร้อยละ 13.04 อันดับที่ 4 ค้ายาเสพติด จำนวน 2 กรณี คิดเป็นร้อยละ 8.70 และถูกกระทำ อนาจาร/ข่มขืน จำ นวน 2 กรณี คิดเป็นร้อยละ 8.70

สุขภาพคนไทย (2566) จากข้อมูลการเข้ารับการบำบัดรักษายาเสพติดในปี 2564 พบว่า “ยาบ้า” แพร่ระบาดมากที่สุด ร้อยละ 75 รองลงมาคือไอซ์ ร้อยละ 8.6 กัญชาแห้ง ร้อยละ 4.7 และเฮโรอีน ร้อยละ 3.9 ตามลำดับ มีประชากรอายุ 18–24 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มวัยรุ่นเยาวชน เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมากที่สุด โดยปัจจัยที่ทำให้เยาวชนเข้าถึงยาเสพติดได้ง่าย คือ ยาเสพติดมีราคาที่ถูกลง และกลุ่มผู้ค้ารายย่อยมีกลุ่มเป้าหมายเป้นกลุ่มเยาวชนที่มีอายุไม่เกิน 17 ปี (เนื่องจากหากเยาวชนถูกจับกุมได้ จะต้องโทษในระดับที่ไม่มากเท่ากับผู้ใหญ่) โดยเยาวชนส่วนใหญ่ เป็นผู้เสพมากกว่าผู้ค้า แต่ในเวลาต่อมา อาจเติบโตจากการเป็นผู้เสพแล้วกลายเป็นผู้ค้า

สุขภาพคนไทย (2568) สถานการณ์และผลกระทบสุขภาพจิตในประเทศไทย คนไทยถึง 13.4 ล้านคนเคยประสบปัญหาสุขภาพจิต หรือโรคจิตเวช และอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จในประเทศไทยที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา ซึ่งปัญหาสุขภาพจิต ส่งผลต่อสุขภาวะของประชากร โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเยาวชนอายุ 15-29 ปี ที่ได้รับผลกระทบจากปัญหาสุขภาพจิตมากที่สุด

ด้านปัจจัยและสาเหตุที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตคนไทย ความรุนแรงในครอบครัวและสังคม เป็นปัจจัยพื้นฐานอันสำคัญในประเทศไทย มีแนวโน้ม จำนวนครอบครัว ที่มีความรุนแรงสูงขึ้น ในปี 2566 มีรายงานความรุนแรงในครอบครัว ถึง 2,311 ราย ทั้งความรุนแรงด้านร่างกาย จิตใจ และเพศ ยังไม่นับรวมข่าวความรุนแรงในครอบครัวที่มีจำนวนมากในแต่ละปี และยังมีในโรงเรียนที่นักเรียนถูกข่มเหงรังแก

เทคโนโลยีดิจิทัล เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะเรื่องการติดสื่อสังคมออนไลน์ที่น่ากังวล ในภูมิภาคเอเชีย คน 1 ใน 3 ติดสื่อสังคมออนไลน์ และมีความรู้สึกกลัวพลาดหรือตกกระแส

สารเสพติด เป็นปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตเป็นอย่างมาก ครึ่งหนึ่งของผู้ป่วยจิตเวชที่เป็นผู้ป่วยในเกิดจากการใช้สารออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท สุราและบุหรี่

นอกจากนั้น ปัญหาจากสารเสพติดยังสร้างปัญหาความเดือดร้อนในชุมชน เช่น การส่งเสียงดัง การกระทำผิดเกี่ยวกับทรัพย์ และการทะเลาะวิวาท ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพจิตของคนในชุมชนได้เช่นเดียวกัน

เมกะเทรนด์ และการเปลี่ยนแปลงอันรวดเร็วทางสังคมไม่ว่าจะเป็นการพลิกผันของเทคโนโลยี การเปลี่ยนแปลงแปลงโครงสร้างสังคม เศรษฐกิจ หรือแม้กระทั่งการเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศ ส่งผลต่อสุขภาพจิตได้เช่นกัน ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ความเสี่ยงการตกงาน โดยเฉพาะอาชีพบริการกว่า 3 ล้านคน นอกจากนั้นภัยพิบัติทางธรรมชาติ เช่น น้ำท่วมใหญ่ในภาคเหนือ ส่งผลให้คนในพื้นที่มีความเครียดเพิ่มขึ้น 3 เท่าตัว

สรุปได้ว่า สถานการณ์ยาเสพติดและสุขภาพจิตในไทยน่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง โดยมีผู้ติดยาบ้ากว่า 1.6 ล้านคน และผู้ใช้กัญชา 1.5 ล้านคน โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชน ซึ่งเข้าถึงยาเสพติดได้ง่าย และเผชิญกับปัญหาความรุนแรงในสังคม และครอบครัว นอกจากนี้ ปัญหาการใช้สารเสพติด ยังเชื่อมโยงกับปัญหาสุขภาพจิตที่ส่งผลกระทบต่อคนไทยกว่า 13 ล้านคน โดยเฉพาะกลุ่มอายุ 15-29 ปี และเป็นหนึ่งในปัจจัยหลักที่ทำให้เกิดอาชญากรรมและความรุนแรงในชุมชน ดังนั้น สถานการณ์ดังกล่าวจึงเป็นความท้าทายสำคัญที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน ทั้งในเชิงการป้องกันปราบปรามยาเสพติด และการดูแลสุขภาพจิตของประชากร โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงที่เป็นเด็กและเยาวชน

1.2.4 นโยบายพัฒนาเยาวชนเพื่อป้องกันยาเสพติด

ประเทศไทยดำเนินการพัฒนาและป้องกันเยาวชนอย่างเนื่องและเข้มข้น โดยมีหน่วยงานที่ดำเนินการได้จัดทำแผนพัฒนาที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1.2.4.1 สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2566) กำหนดให้การแก้ไขปัญหายาเสพติด เป็นนโยบายเร่งด่วน โดยรัฐบาลจะแก้ปัญหายาเสพติดอย่างเด็ดขาดและครบวงจร และสามารถขับเคลื่อนนโยบายและแผนระดับชาติว่าด้วยการป้องกันปราบปราม และแก้ไขปัญหายาเสพติด (พ.ศ. 2566-2570) ให้บรรลุเป้าหมายและวัตถุประสงค์ คือ “ปัญหายาเสพติดในประเทศไทยดีขึ้นอย่างต่อเนื่องจนไม่ส่งผลกระทบต่อสังคมไทย” ซึ่งมีมาตรการและแนวทางป้องกันยาเสพติดในเด็กและดังนี้

1) ส่งเสริมและสนับสนุนการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมนอกหลักสูตรหรือกิจกรรมทางเลือกต่าง ๆ ที่ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้แสดงความสามารถ และทำตามความคิดสร้างสรรค์ส่งเสริมการสร้างคุณค่าในตนเอง ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เบี่ยงเบนออกจากวงจรยาเสพติด และเป็นการสร้างทักษะที่สามารถนำไปต่อยอดได้ในอนาคต อาทิ กิจกรรมการประกวดแข่งขันทักษะต่าง ๆ ทั้งด้านดนตรี กีฬา ศิลปะวรรณกรรม วัฒนธรรม

การพูด การสื่อสาร เทคโนโลยีสื่อสารสนเทศ และทักษะร่วมสมัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องตามความสนใจและความชื่นชอบของเด็กและเยาวชน

2) ส่งเสริมกิจกรรมสร้างการมีส่วนร่วมในการสื่อสารเพื่อการป้องกันยาเสพติดในเด็กและเยาวชน อาทิ ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนร่วมพัฒนาสื่อการป้องกันยาเสพติด รวมทั้งส่งเสริมให้มีการประชาสัมพันธ์ และเผยแพร่อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถเข้าถึงเด็กและเยาวชน ทั้งในและนอกสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3) ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเยาวชนด้วยการพัฒนาศักยภาพแกนนำเยาวชนเพื่อเป็นผู้นำทางความคิด และแบบอย่างที่ดีในการดำเนินงานป้องกันยาเสพติด รวมถึงการสนับสนุนให้เกิดกลไกการขับเคลื่อนงานเยาวชนเครือข่ายเยาวชน/องค์กรเยาวชนในระดับประเทศ ระดับจังหวัด และระดับอำเภอโดยสนับสนุนทรัพยากร/องค์ความรู้เพื่อการป้องกันยาเสพติด

4) ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้แทนเยาวชนได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการสื่อสารเพื่อการป้องกันยาเสพติดในเวทีระดับประเทศ และเวทีระหว่างประเทศเพื่อเป็นผู้นำทางความคิดและแบบอย่างที่ดีในการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดให้กับเด็กและเยาวชน

5) เสริมสร้างความรู้เท่าทันยาเสพติด ผ่านหลักสูตรการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องโดยมุ่งเน้นในประเด็น “ปัญหายาบ้าเป็นปัญหาของประเทศ” ให้กับเด็กและเยาวชนในสถานศึกษาทุกระดับ

6) ส่งเสริม/พัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างทักษะการดำเนินชีวิต ทักษะสมอง (Executive Functions: EF) ทักษะทางจิตวิทยา และประยุกต์/สอดแทรก/บูรณาการในการเรียนการสอนในหลักสูตร และกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่เกี่ยวข้อง

7) พัฒนาสื่อประกอบการเรียนการสอน พัฒนาทักษะครูผู้สอน การจัดการเรียนรู้และการดูแลนักเรียน เพื่อส่งเสริมให้เกิดการจัดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนในปัจจุบัน

8) จัดพื้นที่และกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ให้นักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมเช่น ชมรมดนตรี กีฬา ศิลปะ การแสดง และอื่น ๆ ที่เข้ากับยุคสมัย

9) จัดให้มีกลไกการดูแลช่วยเหลือ หรือบริการทางจิตวิทยา/การให้คำปรึกษาในสถานศึกษา เพื่อดูแลให้คำแนะนำนักเรียน/นักศึกษาที่เป็นกลุ่มเสี่ยง

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

10) ส่งเสริมกลไกการเฝ้าระวังในสถานศึกษา เช่น การจัดเวรยามตรวจขจัดพื้นที่เสี่ยงในสถานศึกษาไม่ให้เป็นแหล่งมั่วสุม รวมถึงพัฒนาสถานที่ให้มีความสะอาดและปลอดภัย

1.2.4.2 กองควบคุมวัตถุเสพติด สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข (2566) ได้ระบุว่า การติดยาเสพติดในเยาวชนย่อมส่งผลกระทบในหลายด้าน ทั้งด้านสุขภาพและคดีความ ผลด้านร่างกายและจิตใจที่เยาวชนจะได้รับ คือ ส่งผลให้ทำลายระบบประสาทและสมอง สมรรถภาพทางด้านจิตใจเสื่อมลง เกิดอาการหลอนในกรณีที่เสพอย่างต่อเนื่องยาวนานเกิดความหวาดระแวง ซึ่งส่งผลกระทบด้านสังคมตามมา เช่น ผลกระทบด้านการเรียน ด้านความสัมพันธ์กับคนรอบตัว เป็นต้น นอกจากนี้ยังเกิดผลด้านกฎหมายด้วย คือ พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษพ.ศ. 2522 ได้กำหนดโทษให้ผู้เสพยาเสพติดประเภทที่ 1 มีโทษจำคุกตั้งแต่ 6 เดือน–3 ปี หรือปรับตั้งแต่ 10,000–60,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ และหากกรณีที่มีไว้ในครอบครองเพื่อจำหน่าย โทษสูงสุดถึงประหารชีวิต

สรุปได้ว่า หน่วยงานมีส่วนเกี่ยวข้องอย่างยิ่งในการให้ความสำคัญ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างครบวงจร โดยเน้นที่การป้องกันในกลุ่มเด็กและเยาวชน การปราบปรามเครือข่ายยาเสพติดอย่างเด็ดขาด และการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยา แผนนี้มุ่งหวังที่จะลดปัญหายาเสพติดในประเทศไทยให้หมดไป และคืนคนดีสู่สังคม โดยมีมาตรการสำคัญตั้งแต่การสร้างภูมิคุ้มกันในโรงเรียน ไปจนถึงการยึดทรัพย์ผู้ค้า และฟื้นฟูสภาพจิตใจผู้เสพให้กลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติ

1.3 โครงการ TO BE NUMBER ONE

1.3.1 แนวคิดของโครงการ TO BE NUMBER ONE

โครงการTO BE NUMBER ONE หรือโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดีมีเป้าหมายการพัฒนาเยาวชน วัยรุ่น ให้มีภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจ และเปิดโอกาสให้ผู้เสพ ผู้ติดยาเสพติดเปิดเผยตัวเองเข้ารับการบำบัดรักษา ฟื้นฟู โดยสมัครใจ ภายใต้กิจกรรม “ใครติดยายกมือขึ้น” โดยมียุทธศาสตร์และวิธีการดำเนินโครงการที่ยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลางบนพื้นฐานการเข้าถึงสาเหตุของปัญหา เข้าใจธรรมชาติ พฤติกรรมและความต้องการของเยาวชน วัยรุ่นและกลุ่มเสี่ยงอื่น ๆ ทั้งวัยทำงานในสถานประกอบการ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มเสพ ในสถานพินิจฯ เรือนจำและสำนักงานคุมประพฤติโดยมีกลยุทธ์สำคัญคือการใช้สโลแกน “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ก่อให้เกิดความท้าทายและจูงใจเยาวชนไม่ให้ยุ่งกับยาเสพติดแต่มุ่งค้นหาความเป็นหนึ่งของตนเอง แนวคิดและกิจกรรมในโครงการ เน้นการให้โอกาสมากกว่าการปราบปราม โดยเพิ่มโอกาส

ให้เยาวชน ได้รับการพัฒนาและแสดงความสามารถที่หลากหลาย ในลักษณะส่งเสริมการแข่งกัน ทำความดีเป็นสิ่งจูงใจให้เยาวชนอยากเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้เป็นลักษณะ Play and Learn ใช้กิจกรรมเป็นสื่อให้เยาวชนได้เรียนรู้อย่างมีความสุขและสนุกกับการเรียนรู้โดยการประยุกต์กับองค์ความรู้สุขภาพจิตและมีแนวทางการดำเนินงานโดยใช้วิธีบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งภาครัฐและเอกชนในทุกระดับ กิจกรรม ในโครงการส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นการให้โอกาสและทางเลือกแก่เด็กและเยาวชนที่เท่าเทียมกัน เพื่อพัฒนาทักษะทางร่างกายอารมณ์จิตใจและสังคม โดยใช้กระบวนการกลุ่ม เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงจาก “ภายใน” เช่น การค้นพบความสามารถของตนเองการนับถือ ภาคภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเอง ให้เยาวชนเลือกทำกิจกรรมที่ตนเองสนใจและชื่นชอบ มีวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านและเป็น Idol ของเยาวชนด้วยวิธีการสอน และฝึกทักษะแบบไม่กดดัน ซึ่งมีความเหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมาย โครงการ TO BE NUMBER ONE ตั้งแต่ปี 2545 ถึง 2560 และการดำเนินงานในอนาคตแบ่งเป็นเป้าหมายในแต่ละระยะคือ ทศวรรษแรก: มุ่งเน้นการรณรงค์เพื่อให้เกิดกระแสและค่านิยมใหม่“เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ทศวรรษที่ 2: มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพสมาชิกให้เป็นคนเก่งและดีและทศวรรษที่ 3 : เน้นการทำให้สมาชิกมีความสุข ทั้งนี้โดยอ้างอิงจาก ดี เก่ง สุข ซึ่งเป็นองค์ประกอบ ของความฉลาดทางอารมณ์(EQ) ของกรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต, 2560)

1.3.2 หลักการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE

ดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง บนพื้นฐานความเข้าใจธรรมชาติ พัฒนาการ ความต้องการ ความสนใจและพฤติกรรมเฉพาะของวัยรุ่น กล่าวคือ ช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงชีวิตระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่งเพราะมีการเปลี่ยนแปลง อันซับซ้อนทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญาและสังคม โดย

ด้านร่างกาย จะมีอัตราการเจริญเติบโตของร่างกายเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว สัดส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเปลี่ยนแปลงไปสู่การเป็นผู้ใหญ่

ด้านอารมณ์ จะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและรุนแรงเป็นวัยที่มีความรู้สึกรุนแรง ไม่ว่าจะเป็นความโกรธ ความรัก ความอิจฉาริษยา บางครั้งมีความเชื่อมั่นในตัวเองสูงไม่เชื่อฟังใคร บางครั้งก็เกิดความกังวลใจและรู้สึกหดหู่ มีความอยากรู้อยากเห็น ต้องการความเป็นอิสระ มีจินตนาการและความเพ้อฝันสูง เพราะลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นเป็นเช่นนี้ จึงเข้ากับบุคคล ต่างวัยยาก วัยรุ่นจึงเกาะกลุ่มกันได้ดีมากกว่าวัยอื่น ๆ เพราะเข้าใจและยอมรับกันได้ง่าย

ด้านสติปัญญา เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นร่างกายมีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ส่งผลให้เซลล์สมองได้รับการพัฒนาทำให้วัยรุ่นมีความสามารถในการคิดอ่านมากขึ้น มีความจำดีสามารถใช้ความคิดของตนได้อย่างเป็นเหตุเป็นผลและลึกซึ้ง แต่จะขาดความรอบคอบและการยับยั้งชั่งใจตลอดจนขาดประสบการณ์ ความชำนาญ และคุณภาพเมื่อเทียบกับความคิดของผู้สูงวัย

ด้านสังคม พัฒนาการ จะเปลี่ยนแปลงไปตามร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ที่สำคัญคือ สังคมกลุ่มเพื่อนร่วมวัย การคบเพื่อนร่วมวัยเป็นพฤติกรรมสังคมที่สำคัญยิ่งต่อจิตใจของเด็กวัยรุ่น เพราะสามารถร่วมสุข ร่วมทุกข์ แก้ไข และเข้าใจปัญหาของกันและกันดีกว่าคนต่างวัย ซึ่งมีความคับอกคับใจต่างกัน กลุ่มยังสนองความต้องการทางสังคมด้านต่าง ๆ ซึ่งเด็กต้องการมากในระยะนี้ เด็กที่เข้ากลุ่มมีความจงรักภักดีต่อกลุ่ม ยอมรับเอาค่านิยม ความเชื่อความสนใจของกลุ่มด้วยความเต็มใจ และสนิทสนมกับเพื่อนร่วมกลุ่มแน่นแฟ้น การรวมกลุ่มทำให้เด็กมีความรู้สึกอบอุ่นใจ กล้าแสดงความขัดขืนผู้ใหญ่ ต่อต้านกรณีที่เขาเห็นว่าไม่ยุติธรรม การชักนำให้วัยรุ่นรวมกลุ่มกันเพื่อปฏิบัติกิจกรรมที่วัยรุ่นชอบนั้น ทำได้ง่ายมากกว่าวัยอื่น ๆ ทั้งหมด

ดังนั้นการจัดกิจกรรมหรือชมรมต่าง ๆ ที่สร้างสรรค์ จึงเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมเพื่อสนองความต้องการของเด็กในด้านการเข้ากลุ่มและเรียนรู้พฤติกรรมสังคมที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การนับถือวีรบุรุษ เป็นการแสวงหาแบบอย่างเพื่อดำเนินชีวิตอย่างผู้ใหญ่ นอกจากความเปลี่ยนแปลงทั้ง 4 ด้านแล้ว วัยรุ่นยังมีธรรมชาติความต้องการ ความสนใจและพฤติกรรมซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะ ได้แก่ ความต้องการความรักในทุกรูปแบบในฐานะที่เป็นผู้ให้และผู้รับ ความต้องการความสนุกสนานเพลิดเพลิน ความต้องการ ความเป็นอิสระ ความต้องการได้รับการยกย่องต้องการมีชื่อเสียง ความต้องการมีปรัชญาชีวิตหรือมีอุดมคติของตนเอง ความต้องการเกี่ยวกับเรื่องเพศ โดยมากมักเป็นวัยที่มีความรักแบบหลงใหลใฝ่ฝัน ความต้องการประสบการณ์ใหม่ ๆ ส่วนมากเป็นความอยากลองและอยากเรียนรู้ในสิ่งแปลกใหม่ที่ตนเองไม่เคยกระทำมาก่อน ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง อยากพึ่งพาตนเองได้ มีความฝันและมีจุดมุ่งหมายในอนาคต สนใจช่วยเหลือบุคคลอื่น สนใจกิจกรรมสร้างสรรค์ที่เป็นของใหม่และมีประโยชน์

ซึ่งจากพื้นฐานความเข้าใจ และการยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลางข้างต้น นำไปสู่หลักการดำเนินงานของโครงการ TO BE NUMBER ONE ได้แก่ ส่งเสริมการแสดงความสามารถ กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออกและช่วยสร้างเสริมความภาคภูมิใจ ใช้สื่อ ดนตรี กีฬา ในการเข้าถึงเยาวชน และกระตุ้นให้เยาวชนเข้ามารวมกลุ่มกัน สร้างความรู้และทักษะในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญสำหรับเยาวชนในชุมชนให้ปลอดภัยจากปัญหายาเสพติด “เพื่อนช่วยเพื่อน” สร้างศูนย์รวมให้วัยรุ่นรวมกลุ่มกัน ทำกิจกรรมที่สนใจ สร้างสรรค์และเกิดสุข สร้างเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ที่มีศักยภาพ จะทำให้การ

ดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ต่อเนื่องและยั่งยืน โดยการดำเนินงานภายใต้ 3 ยุทธศาสตร์หลัก คือ 1) การรณรงค์ปลุกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด 2) การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน 3) การสร้างและพัฒนาเครือข่ายเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด และหลัก 3 ก ได้แก่ กรรมการ กองทุน และกิจกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย “วัยรุ่นและเยาวชนมีกระแสนิยม การเป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ตลอดจนวัยรุ่นและเยาวชนมีภูมิคุ้มกันทางจิตใจ สามารถดำรงความเข้มแข็งในการต่อต้านยาเสพติด เพื่อป้องกันปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติด” (กรมสุขภาพจิต, 2560)

1.3.3 ระดับของโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE เกณฑ์คะแนนที่ได้รับรางวัลระดับประเทศ (กรมสุขภาพจิต, 2560)

ระดับดีเด่น	ผ่านเกณฑ์ 75 คะแนนขึ้นไป	คัดเลือกทีมที่มีคะแนนสูงสุด 5 อันดับแรก สำหรับประเภทชมรมที่เข้าประกวดตั้งแต่ 20 ชมรมขึ้นไป
ระดับเงิน	ผ่านเกณฑ์ 80 คะแนนขึ้นไป	คัดเลือกทีมที่มีคะแนนสูงสุด 3 อันดับแรก
ระดับทอง	ผ่านเกณฑ์ 85 คะแนนขึ้นไป	คัดเลือกทีมที่มีคะแนนสูงสุด 3 อันดับแรก
ระดับเพชร	ผ่านเกณฑ์ 90 คะแนนขึ้นไป	คัดเลือกทีมที่มีคะแนนสูงสุด 3 อันดับแรก
ระดับยอดเพชร	ผ่านเกณฑ์ 95 คะแนนขึ้นไป	ไม่มีการคัดเลือกและจัดลำดับ

1.3.4 กิจกรรมการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE ประกอบด้วย

1.3.4.1 การจัดมหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ระดับภาค/ประเทศ

1.3.4.2 การผลิตและเผยแพร่รายการวิทยุและโทรทัศน์

1.3.4.3 การจัดกิจกรรมการประกวด

- การประกวดผลการดำเนินงานจังหวัด/ชมรม TO BE NUMBER ONE
- การประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE
- การประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE (TO BE NUMBER ONE IDOL)

1.3.4.4 การผลิตสื่อสัญลักษณ์ประจำโครงการ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

1.3.4.5 การผลิตและจำหน่ายผลิตภัณฑ์ในโครงการ

1.3.4.6 การแต่งตั้งและจัดประชุมคณะกรรมการอำนวยการโครงการ

1.3.4.7 การแต่งตั้งและจัดประชุมคณะอนุกรรมการบูรณาการโครงการ

1.3.4.8 การจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE

1.3.4.9 การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE (TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER)

1.3.4.10 การจัดค่าย TO BE NUMBER ONE สำหรับแกนนำอาสาสมัคร (TO BE NUMBER ONE FOR LEADERS)

1.3.4.11 การจัดค่าย TO BE NUMBER ONE สำหรับสมาชิก (TO BE NUMBER ONE FOR MEMBERS) (กรมสุขภาพจิต, 2560)

1.4 บริบทจังหวัดสกลนคร

จังหวัดสกลนคร แถลงผลปฏิบัติการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โครงการร่วมแก้ไขปัญหาเพื่อทำให้ประชาชนมีความสุข จาก “ธวัชบุรีโมเดล” สู่ “สกลนครโมเดล” (สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดสกลนคร, 2568) โดยกำหนดให้อำเภอเมืองเป็นพื้นที่ปฏิบัติการเข้มข้นหรือพื้นที่ไข่แดง อำเภอที่เป็นเขตรอยต่อ 7 อำเภอ เป็นพื้นที่ไข่ขาว และอำเภอโดยรอบ 10 อำเภอ เป็นพื้นที่กระทะ ดำเนินการ ร่วมกันทั้ง 18 อำเภอ ด้วยการ Re X-Ray ประชากรในห้วงอายุ ตั้งแต่ 12-65 ปี สะสมรวมกว่า 170,000 คน มากที่สุดเป็นอันดับ 1 ใน 10 จังหวัดนำร่อง และหากพบมีการใช้สารเสพติด จะนำไปสู่การขยายผลผู้ถูกซัดทอด และผู้ต้องหา นำผู้เสพเข้าสู่กระบวนการบำบัดรักษา ครอบคลุมทั้ง 18 อำเภอ จากรายงานข้อมูล (กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อฯ, 2568) ระบบข้อมูลการบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดของประเทศ (บสต.) จำนวนผู้เข้ารับการบำบัดรักษาผู้เสพ ผู้ติดสารเสพติด 3 ปีย้อนหลัง (2565-2567) ดังตาราง 2

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 2 จำนวนผู้เข้ารับการบำบัดรักษาผู้เสพ ผู้ติดสารเสพติด 3 ปีย้อนหลัง (2565-2567) แยกตามกลุ่มอายุ

ปี / กลุ่มอายุ	ปี 2565	ปี 2566	ปี 2567	รวม
อายุต่ำกว่า 14 ปี	24	25	49	**98**
อายุ 15 – 27 ปี	1,302	1,387	1,216	**3,905**
อายุ 28 – 43 ปี	865	1323	1569	**3,757**
อายุ 44 – 59 ปี	261	391	549	**1,201**
อายุ 60 – 78 ปี	22	21	43	**86**
รวม	**2,474**	**3,147**	**3,426**	**9,047**

จังหวัดสกลนคร ได้ดำเนินงานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (TO BE NUMBER ONE) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2545 เป็นต้นมา โดยน้อมนำพระราชดำริของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการมาดำเนินการในพื้นที่โดยการบูรณาการงานระหว่างหน่วยงานภาครัฐองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและภาคเอกชน ประสานความร่วมมือและรวมพลังจากทุกฝ่ายจาก ระดับอำเภอ, ระดับชุมชน, สถานศึกษา,สถานประกอบการ,สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดสกลนคร,สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดสกลนคร,เรือนจำจังหวัดสกลนคร,และเรือนจำอำเภอสว่างแดนดิน มีกลุ่มเป้าหมายในการดำเนินงานที่ชัดเจนในกลุ่มเยาวชนอายุ 6-24 ปี ที่เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่อาจถูกชักจูงไปทางที่ผิดได้ง่ายโดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชน ปัจจุบัน จังหวัดสกลนคร อยู่ในกลุ่มรักษามาตรฐานพร้อมเป็นต้นแบบระดับทองปีที่ 2 ประเภทอำเภอ ได้แก่ อำเภอพรรณานิคม และอำเภอพังโคน อยู่ในกลุ่มรักษามาตรฐานพร้อมเป็นต้นแบบระดับเงิน ปีที่ 1 ประเภทสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้แก่โรงเรียนสกลนครพัฒนศึกษา อยู่ในกลุ่มรักษามาตรฐานพร้อมเป็นต้นแบบระดับยอดเพชร ปีที่ 1 และโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 53 อยู่ในกลุ่มดีเด่น ประเภทสถานประกอบการ คือ บริษัทอีสานพัฒนาอุตสาหกรรมปาล์ม จำกัด ประเภทสถานพินิจ คือ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน อยู่ในกลุ่มรักษามาตรฐานพร้อมเป็นต้นแบบระดับเงิน ปีที่ 2 ประเภทเรือนจำหรือทัณฑสถาน คือ เรือนจำจังหวัดสกลนคร อยู่ในกลุ่มรักษามาตรฐานพร้อมเป็นต้นแบบระดับเงิน ปีที่ 1 ซึ่งชมรม TO BE NUMBER ONE ประเภทสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่

การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร มีทั้งหมดจำนวน 45 แห่ง โรงเรียนที่ดำเนินการชมรม TO BE NUMBER ONE จำนวน 34 แห่ง คิดเป็นร้อยละ 75.56 (กลุ่มงานควบคุมโรคไม่ติดต่อ, 2568)

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 งานวิจัยภายในประเทศ

ดุสิต ทีบุญมา และคณะ (2556) ได้ศึกษาเรื่อง การสร้างแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ ประการแรก เพื่อสร้างและหาคุณภาพของแบบวัดทักษะชีวิตหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และประการที่สอง ศึกษาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2554 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 27 จำนวน 381 คน ที่ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage random sampling) ผลการวิจัยพบว่า 1. แบบวัดทักษะชีวิตที่สร้างขึ้นจำนวน 60 ข้อ จำแนกเป็นด้านการคิด 10 ข้อ ด้านการตระหนักรู้ในตน 10 ข้อ ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม จำนวน 10 ข้อ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ 10 ข้อ ด้านการตัดสินใจ 10 ข้อ ด้านการจัดการกับอารมณ์ 10 ข้อ2. คุณภาพของแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ตั้งแต่ 0.60 ถึง 1.00 ค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.27 ถึง 0.66 ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ .92 ผลการตรวจสอบค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างโดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่า องค์ประกอบของทักษะชีวิตสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยมี ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of fit index : GFI) มีค่าเท่ากับ 0.86 ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted goodness of fit index : AGFI) มีค่าเท่ากับ 0.81 และดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (Root mean of square residual : RMR) ที่คำนวณได้เท่ากับ 0.034 3. ทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดร้อยเอ็ด พบว่านักเรียนมีทักษะชีวิตอยู่ในระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 70.08 ทักษะชีวิตอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 28.61 ทักษะชีวิตอยู่ในระดับพอใช้ คิดเป็นร้อยละ 1.3

สุวพันธุ์ คะโยธา และวุธิพงศ์ ภักดีกุล (2561) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดและปัจจัยที่มีผลต่อการป้องกันยาเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตเทศบาลนครสกลนคร การวิจัยเชิงสำรวจนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สารเสพติด ปัจจัยเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดและปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติตนป้องกันการใช้สารเสพติดของเยาวชน ในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตเทศบาลนครสกลนคร ทั้งหมด 2 แห่ง จำนวน 393 คน ด้วยการสุ่มอย่างง่ายเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ในช่วงเดือนมิถุนายน 2559 ถึง

สิงหาคม 2560 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงด้วยสถิติ Odd Ratio, 95% CI และวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณเพื่อหาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติตนป้องกันการใช้สารเสพติดของเยาวชน ผลการศึกษา พบว่า เยาวชนกลุ่มตัวอย่างมีการใช้สารเสพติด ร้อยละ 43.5 ดื่มสุรา ร้อยละ 77.8 สูบบุหรี่ ร้อยละ 39.8 ยาว์ ร้อยละ 29.2 และกัญชา ร้อยละ 8.2 มีความรู้เรื่องสารเสพติดและกฎหมายด้านสารเสพติดใน ระดับปานกลาง ร้อยละ 44.0 ($\bar{x}$ =14.21±3.2) มีทัศนคติเกี่ยวกับการป้องกันการเสพสารเสพติด ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.7($\bar{x}$ =100.95±14.6) ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติดในระดับมาก ร้อยละ 49.7($\bar{x}$ =73.78±12.1) ปัจจัยด้านเพศ อายุชั้นปีการศึกษา ค่าใช้จ่ายต่อวัน การเล่นการพนัน การเที่ยวกลางคืน การปรึกษาคนรัก การหนีเรียน เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดของเยาวชน ($p < 0.05$) ส่วนปัจจัยด้านความรู้เรื่องสารเสพติดและกฎหมาย การอ่านหนังสือ การออกกำลังกาย ทัศนคติการช่วยทำงานบ้าน อายุ และการสนับสนุนของผู้ปกครอง เป็นปัจจัยที่สามารถร่วมกันทำนายการป้องกันการใช้สารเสพติดได้ ร้อยละ 27.5 ($R2=0.275$; $p < 0.05$)

ณีรนุช วรไธสง (2561) ได้ศึกษาเรื่องผลของกิจกรรมป้องกันสารเสพติดในนักเรียนโรงเรียนสกลนครพัฒนศึกษา จังหวัดสกลนคร การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจร่วมกับการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษารูปแบบและผลของกิจกรรมป้องกันสารเสพติดโรงเรียนสกลนครพัฒนศึกษา 2) ประเมินความรู้เท่าทันสารเสพติด และพฤติกรรมการใช้สารเสพติดในนักเรียนโรงเรียนสกลนครพัฒนศึกษา และ3) ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เท่าทันสารเสพติดและพฤติกรรมการใช้สารติด กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้อำนวยการโรงเรียน ตัวแทนครู จำนวน 6 คน และตัวแทนนักเรียน จำนวน 18 คน ร่วมกับการสำรวจนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 1,666 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง การสนทนากลุ่ม แบบสอบถามการคัดกรอง ส่งต่อผู้ป่วยที่ใช้ยาและสารเสพติดเพื่อรับการบำบัดรักษา ของกระทรวงสาธารณสุข (บคก.กสธ.) V.2 แบบสอบถามมาตรวัดความรู้เท่าทันสารเสพติด พัฒนาโดยกิตติมา โมะเมนและมานพ คณะโต (2559) ชุดที่ 2 ฉบับย่อ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความสัมพันธ์ใช้สถิติ Pearson Chi -Square และวิเคราะห์เนื้อหาข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการศึกษา พบว่ารูปแบบกิจกรรมป้องกันสารเสพติดในโรงเรียนสกลนครพัฒนศึกษา ประกอบด้วย 1) มาตรการเฝ้าระวังยาเสพติด ได้แก่ การตรวจคัดกรองนักเรียน การเยี่ยมบ้าน และระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน 2) การพัฒนาผู้เรียนในรายวิชาและกิจกรรมชมรม 3) การพัฒนานักเรียนต้นแบบ และ 4) สนับสนุนส่งเสริมโครงการ To Be Number One

ผลการดำเนินงาน ตรวจไม่พบสารเสพติดในนักเรียนกลุ่มเสี่ยง นักเรียนเกิดความรู้ ตระหนักในปัญหายาเสพติด การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และลดปัญหาการใช้สารเสพติดในนักเรียน ข้อมูลการสำรวจนักเรียนที่ตอบแบบสอบ จำนวน 1,274 คน คิดเป็นร้อยละ 76.5 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 56.8 อายุเฉลี่ย 14.9 ปี มีประสบการณ์ใช้บุหรี่และแอลกอฮอล์ ร้อยละ 4.8 มีความรู้เท่าทันสารเสพติดร้อยละ 97.0 ความชุกของการใช้สารเสพติด ร้อยละ 4.1 โดยกลุ่มที่ใช้มีระดับความเสี่ยงต่ำ (อนุมานว่าผู้ใช้) ร้อยละ 99.6 และสารเสพติดที่ใช้คือ คือ กัญชามากที่สุด รองลงมา ยาแก้ไอ โหว่ง(ยาแก้ไอผสมน้ำอัดลม) และยาบ้า ตามลำดับ ในกลุ่มที่ใช้สารเสพติดมีเฉพาะชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 ข้อเสนอแนะ การเฝ้าระวัง ควรตรวจสารเสพติดในนักเรียนทุกคน เน้นการสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสารเสพติด และการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน

ปริยศ กิตติธีระศักดิ์ (2562) ได้ศึกษาเรื่องแบบจำลองความเครียดในคนกลุ่มน้อย กรอบแนวคิดของภาวะเสี่ยงทำสุขภาพจิตในคนกลุ่มน้อยทางเพศและเพศสภาวะ ปัญหาสุขภาพจิตเป็นสาเหตุหลักของการเกิดภาวะทุพพลภาพอีกทั้งยังเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดโรคทางกายและการเกิดภาระโรคซึ่งทำให้เกิดการสูญเสียและส่งผลกระทบต่อสังคมในวงกว้างเป็นที่น่าสังเกตว่าปัญหาสุขภาพจิตมักพบในกลุ่มเปราะบางโดยเฉพาะคนกลุ่มน้อยทางเพศ(sexual and gender minority) ที่เป็นผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศ (sexual and gender diversity) เนื่องจากอัตลักษณ์ทางเพศที่แตกต่างออกไปจากระบบ เพศส่วนใหญ่ของสังคมทำให้บุคคลกลุ่มนี้ถูกแบ่งแยกและได้รับการปฏิบัติอย่างไม่เป็นธรรม ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่สูงกว่าบุคคลทั่วไปหลายเท่าตัว บทความนี้จึงต้องการนำเสนอภาพรวม ของกรอบแนวคิดที่ได้รับการยอมรับในระดับนานาชาติเพื่อใช้อธิบายการเกิดความเครียดของบุคคลกลุ่มนี้ นั่นคือ แบบจำลองความเครียด ในคนกลุ่มน้อยหรือ Minority Stress Model ในฐานะที่พยาบาลเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพและการดูแลแบบองค์รวม การมีความเข้าใจในสาเหตุ กระบวนการ และปัจจัยร่วมที่มีผลกระทบต่อภาวะสุขภาพจิตในคนกลุ่มน้อยทางเพศจึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาการวิจัยและระบบการดูแลทางการพยาบาลในอนาคต

สุจิตรา ตรีรัตนนุกูล และคณะ (2564) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนามาตรวัดทักษะชีวิตของนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดฉะเชิงเทรา การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามาตรวัดทักษะชีวิตของนักเรียนอาชีวศึกษา และตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัดทักษะชีวิตของนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดฉะเชิงเทรา ทั้งในด้านคุณภาพรายข้อ ความตรงและความเที่ยงทั้งฉบับ ประชากรเป็นนักเรียนที่ศึกษาด้วยวิธีเทียบโอนความรู้และประสบการณ์งานอาชีพ วิทยาลัยการอาชีพบางปะกง จังหวัดฉะเชิงเทรา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 343 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วย

ค่าสถิติพื้นฐานของมาตรวัดทักษะชีวิต วิเคราะห์ค่าดัชนีอำนาจจำแนกรายข้อ และค่าความเที่ยงด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ผลการวิจัยพบว่า มาตรวัดทักษะชีวิตของนักเรียนอาชีวศึกษาจังหวัดฉะเชิงเทรา มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งสิ้น 117 ข้อ ซึ่งจำแนกเป็นองค์ประกอบหลัก 10 ด้าน ได้แก่ 1) ด้าน การตัดสินใจ (11 ข้อ) 2) ด้านการแก้ปัญหา (11 ข้อ) 3) ด้านการคิดสร้างสรรค์ (11 ข้อ) 4) ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (10 ข้อ) 5) ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (12 ข้อ) 6) ด้านการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (14 ข้อ) 7) ด้านการตระหนักรู้ในตน (15 ข้อ) 8) ด้านการเข้าใจผู้อื่น (12 ข้อ) 9) ด้านการจัดการกับอารมณ์ (10 ข้อ) และ10) ด้านการจัดการความเครียด (11 ข้อ) ข้อคำถามทุกข้อมีความตรงเชิงเนื้อหาทั้งฉบับ (S-CVI/Ave) เท่ากับ .93 มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.453 ถึง 0.749 ค่าความเที่ยงแต่ละด้านตั้งแต่ 0.912 ถึง 0.953 และค่าความเที่ยงทั้งฉบับ เท่ากับ 0.989

สุทธญาณ์ จำปาทอง และคณะ (2564) ได้ศึกษาเรื่องรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สร้างรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และ 2) ทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษามหาสารคาม เป็นการวิจัยแบบผสานวิธี กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโนนราษีวิทยา จำนวน 30 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ คู่มือรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายแบบประเมินผลการจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิต แบบประเมินทักษะชีวิตของนักเรียน และแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแล้วแปลความหมายตามเกณฑ์ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ผลการวิจัยพบว่า 1. การสร้างรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่สร้างขึ้นประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่ 1) หลักการและแนวคิด 2) วัตถุประสงค์ 3) เนื้อหาประกอบด้วย 4 Module 4) กระบวนการพัฒนา ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ สร้างการตระหนักรู้ (A: Awareness) การลงมือทำ (D: Doing) การสะท้อนผล (R: Reflection) การเชื่อมโยง (C: Connection) การประยุกต์ใช้ (A: Application) และการประเมินผล (E: Evaluation) 5) สื่อ อุปกรณ์ และแหล่งเรียนรู้ และ 6) การวัดและประเมินผล 2. การทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษามหาสารคาม พบว่า นักเรียนมีผลการพัฒนาทักษะชีวิตหลังพัฒนาสูงกว่าก่อนการ

พัฒนาและผ่านเกณฑ์การประเมินระดับมาก โดยนักเรียนมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิต โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

อณัญญา ขุนศรี (2564) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่น โดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในเขตสุขภาพที่ 8 บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสถานการณ์ พัฒนารูปแบบและประเมินผล รูปแบบการป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่นโดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในเขต สุขภาพที่ 8 เป็นการวิจัยและพัฒนาแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ศึกษาสถานการณ์ การป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่น 216 คน ภาคีเครือข่าย 15 คน ระยะที่ 2 พัฒนารูปแบบโดยจัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้และทักษะการป้องกันการใช้สารเสพติด กลุ่มตัวอย่าง 35 คน ระยะที่ 3 ประเมินผลรูปแบบ ใช้ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติ Repeated ANOVA และ MANOVA รวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ ค่าความเชื่อมั่น (α) ทั้งฉบับ 0.77 แบบสัมภาษณ์ ตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ IOC ทั้งฉบับ 0.70 ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นมีความรู้เรื่องสารเสพติด ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธระดับสูง ความภาคภูมิใจ ระดับไม่แน่ใจ พฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติด ระดับปานกลาง รูปแบบการป้องกันการใช้สารเสพติดของวัยรุ่นโดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย มี 3 องค์ประกอบ คือ 1) หลักการและแนวคิดใช้ของ McKinsey’s 7S Framework; 7S-NIP 2) ใช้กิจกรรม 3 ชุดกิจกรรม 3) ภาคีเครือข่ายจัดทำแผนป้องปรามแหล่งมั่วสุม จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เวทีประกวดเยาวชนต้นแบบ หลังทดลองใช้รูปแบบ 6 สัปดาห์ และ 8 สัปดาห์ วัยรุ่นมีความรู้เรื่องสารเทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมการป้องกันการใช้ สารเสพติดอยู่ในระดับสูง และสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เพื่อให้การป้องกัน การใช้สารเสพติดตามแนวคิด McKinsey’s ประสบผลสำเร็จต้องพัฒนาความภาคภูมิใจใน ตนเองให้กับวัยรุ่น และภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วมโดยแท้จริง

ธีรวัฒน์ พงศ์ภาณุพัฒน์ และคณะ (2565) ได้ศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ตำบลอิสาณ อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ตำบลอิสาณ อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ ได้แก่ ความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการเสพสารเสพติด การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 เลือกแบบ

เจาะจง ตามเกณฑ์ข้อตกลงเบื้องต้น ได้กลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน และ กลุ่มควบคุมจำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถาม ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติที หายาเสพติดเป็นปัญหาทางสังคมที่มีความสำคัญยิ่ง ทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้วและ ประเทศกำลังพัฒนา ในหลายส่วนทั้งภาครัฐและเอกชน ได้มองปัญหาแบบองค์รวมใน มุมมองต่าง ๆ เพื่อนำมาใช้ในการบริหารจัดการเพื่อแก้ไขปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ ผลการศึกษาพบว่า 1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมสุขศึกษาก่อน และหลังการทดลองมีทักษะชีวิตไม่แตกต่างกัน ส่วนในด้านความตระหนักในตนเอง และด้านการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลองมีความแตกต่างก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.05 2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมสุขศึกษามีทักษะชีวิต ไม่แตกต่างกับนักเรียนกลุ่มควบคุม ส่วนในด้านความตระหนักในตนเองพบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง และด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถเพิ่มทักษะชีวิตในเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาได้ ควรมีการศึกษาเพิ่มเติม และนำไปประยุกต์ใช้ในสถานศึกษาอื่นเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ทักษะชีวิตที่ดีขึ้น และสามารถนำไปปฏิบัติเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติดได้

สุนิสา วงศ์อารีย์ และคณะ (2566) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับ มัธยมศึกษาตอนต้น และ 2) ศึกษาผลจากการใช้รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 เป็นการวิจัยแบบผสานวิธี กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านม่วงสว่างสามัคคี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 จำนวน 30 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง ซึ่งเป็นโรงเรียนขนาดเล็ก ที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ คู่มือการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น แบบสอบถามทักษะชีวิตของนักเรียน และแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียน สถิติที ่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แล้วแปลความหมายตามเกณฑ์ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ผลการวิจัยพบว่า 1) การพัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ที่สร้างขึ้น ประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่ 1) หลักการและ

แนวคิด 2) จุดมุ่งหมาย 3) เนื้อหา ประกอบด้วย 4 โมดูล 12 กิจกรรม 4) กระบวนการพัฒนา ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างประสบการณ์ การสะท้อน การเชื่อมโยง และการปรับใช้ 5) สื่อ และอุปกรณ์ และ 6) การวัดและประเมินผล 2) ผลจากการใช้รูปแบบ และกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนมีผลการพัฒนาทักษะชีวิตหลังพัฒนา สูงกว่าก่อนการพัฒนาและผ่านเกณฑ์การประเมินระดับมาก โดยนักเรียนมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิต โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$ =4.41, S.D.=0.69)

ฉวีวรรณ เผ่าพันธุ์ และคณะ (2567) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนารูปแบบจัดการสุขภาพชุมชน เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จังหวัดมหาสารคาม การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันยาเสพติด 2) พัฒนารูปแบบการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ใช้วิธีการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพ แบ่งการศึกษาเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันยาเสพติด กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จำนวน 405 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90 วิเคราะห์ข้อมูลด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการถดถอยพหุคูณ ระยะที่ 2 พัฒนารูปแบบการดำเนินงานป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ใช้วิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการ Action research กลุ่มตัวอย่างเลือกแบบเฉพาะเจาะจง คือ แกนนำ TO BE NUMBER ONE ผู้นำนักศึกษา อาจารย์ บุคลากรในมหาวิทยาลัย จำนวน 58 คน เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์ และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยในระยะที่ 1 ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติการณ์การป้องกันยาเสพติดของนักศึกษา พบว่า พฤติกรรมการป้องกันยาเสพติด ของนักศึกษาอยู่ในระดับมาก และปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การควบคุมตนเอง และทักษะชีวิต ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัว และปัจจัยด้านสังคม ได้แก่ แรงสนับสนุนจากเพื่อนและสถานศึกษา ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันยาเสพติดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยสามารถทำนายพฤติกรรมการป้องกันยาเสพติดได้ร้อยละ 33.4 ระยะที่ 2 พัฒนารูปแบบการดำเนินงาน ผลของการสนทนากลุ่มแบบมีส่วนร่วม จำนวน 3 ครั้ง ได้รูปแบบการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด 4 ก (กรรมการ กองทุน กิจกรรม กลยุทธ์) 3 ย บทเรียนแห่งความสำเร็จของการพัฒนารูปแบบการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE คือ ก. กลยุทธ์ RMU TAKASILA ประกอบด้วย R=Reaction การตอบสนองเพื่อการสร้างกระแส M=Modern การจัดกิจกรรมที่ทันสมัย U=Unity ความสามัคคีในการทำงาน T=Teamwork การทำงานร่วมกันอย่างบูรณาการ

ถ่ายทอดการทำงานจากรุ่นสู่รุ่น A=Attitude ทัศคติที่ดี ในการทำงาน K=Knowledge สร้างองค์ความรู้ที่ถูกต้อง S=Service Mind มีจิตใจบริการ I=Innovation สร้างนวัตกรรมที่ทันสมัย L=Love การทำงานด้วยความรักอย่างมีความสุข

บุญเลี้ยง จอดนอก (2567) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาสภาพปัจจุบัน ในการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนให้ปลอดภัยจากสารเสพติด และการถูกล่วงละเมิดทางเพศ กรณีศึกษาโรงเรียนขยายโอกาส สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบัน ในด้านนโยบาย แนวคิด หลักการในการดำเนินงานพัฒนาทักษะชีวิต ของนักเรียนให้ปลอดภัยจากสารเสพติด และการถูกล่วงละเมิดทางเพศของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาส สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี 2) เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วม ของเครือข่ายภายในและเครือข่ายภายนอกสถานศึกษา ในการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาส 3) เพื่อศึกษาปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการดำเนินงานพัฒนาทักษะชีวิตให้ ปลอดภัยจากสารเสพติด และการถูกล่วงละเมิดทางเพศ กลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ บุคลากรที่ปฏิบัติงานในสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา จำนวน 16 คน และบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงเรียน จำนวน 18 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบ เจาะจง เครื่องมือที ใช้ในการศึกษา คือ แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ และวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า 1) สภาพปัจจุบันสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาและโรงเรียนมีการดำเนินงานพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งเป็นไปตามนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน แต่มีความแตกต่างกันในรายละเอียดด้านความถี่ของการทำกิจกรรมใน โรงเรียนและความต่อเนื่องของการดำเนินงาน 2) มีเครือข่ายภายในและเครือข่ายภายนอกเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานขึ้นกับ ความต้องการเฉพาะเรื่องที่สถานศึกษาต้องการพัฒนา 3) ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานคือ ขาดบุคลากรที่มีความรู้และ ความสามารถในการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน เช่น นักจิตวิทยา และครูแนะแนวที่มีความเข้าใจในระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ระบบการรายงานข้อมูลการติดตามผล การทำงานที ไม่ต่อเนื่องและไม่รายงานข้อมูลตามสภาพจริง ขาดเทคนิควิธีการช่วยเหลือ นักเรียน ขาดแคลนงบประมาณเฉพาะที่จะนำมาพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียน และปัญหาด้านเศรษฐกิจในชุมชน นอกจากนั้นสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาควรเพิ่มจำนวนครูแนะแนวและพัฒนาครูให้มีความรู้ด้านจิตวิทยา รวมถึงการสนับสนุนสื่อ นวัตกรรม และ งบประมาณในการทำกิจกรรมที่ต่อเนื่อง ในส่วนของโรงเรียนควรมีหลักสูตร คู่มือ แนวทางดำเนินงานและส่งเสริมให้ครูได้พัฒนาความรู้ในด้านการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนและการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

พิชญ์สินี ณ ระนอง และธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน (2567) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาความสัมพันธ์ ของสัมพันธภาพในครอบครัว มิตรภาพ และทักษะชีวิตของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบูรณะรำลึก อำเภอเมืองตรัง จังหวัดตรัง การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ1) ศึกษาระดับสัมพันธภาพในครอบครัว ระดับมิตรภาพและระดับทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย2) ศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวและทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และ4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมิตรภาพและทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบูรณะรำลึก อำเภอเมืองตรัง จังหวัดตรัง จำนวน 178คนเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน t-test, F-test, Least Significant Difference (LSD) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันโดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่.05 ผลการวิจัยพบว่า 1) สัมพันธภาพในครอบครัว มิตรภาพและทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อยู่ในระดับสูง 2) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันมีทักษะชีวิตไม่แตกต่างกัน แต่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีอาชีพผู้ปกครองแตกต่างกันมีทักษะชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .053) สัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 4) มิตรภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สิริพรรณ นามละคร (2567). ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาความต้องการจำเป็นและเสนอแนวทางในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความต้องการจำเป็นในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 2) เสนอแนวทางในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยใช้วิธีวิจัยแบบผสมผสาน ประกอบด้วย การศึกษาเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5-6 จำนวน 286 คน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ แบบสอบถามประเมินความต้องการจำเป็นในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม แบบสอบถามแนวทางการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม และแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าดัชนีความต้องการจำเป็นแบบปรับปรุง ($PNI_{modified}$) การศึกษาเชิงคุณภาพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย

พบว่า (1)นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำเป็นต้องได้รับการเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม โดยเฉพาะทักษะด้านการตระหนักรู้ทางสังคม ซึ่งสอดคล้องกับค่าเฉลี่ยของทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายสภาพปัจจุบันอยู่ในระดับต่ำกว่าสภาพที่พึงประสงค์ และเมื่อพิจารณาการจัดลำดับความต้องการจำเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีความต้องการจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาสูงสุด คือ ด้านการตระหนักรู้ทางสังคม ($PNI_{modified}$= 0.15) รองลงมา คือ ด้านสัมพันธภาพ ($PNI_{modified}$= 0.11) (2) แนวทางการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเพื่อให้คงอยู่ในตัวของนักเรียนและสอดคล้องกับความต้องการอย่างมีคุณภาพและประสิทธิภาพมี 4 ด้าน คือ ด้านคาบเรียน ด้านเนื้อหา ด้านสื่อแหล่งเรียนรู้และเทคโนโลยี และด้านรูปแบบการจัดกิจกรรม

อุทัย เกลือสีโท (2568) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการดำเนินงานโครงการ To Be Number One เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจและป้องกันปัญหายาเสพติดของนักเรียนโรงเรียนสระพังวิทยาคม งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการในการดำเนินงานโครงการTO BE NUMBER ONE ของโรงเรียนสระพังวิทยาคม 2) พัฒนารูปแบบการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่มุ่งเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจและป้องกันปัญหายาเสพติดของนักเรียน 3) ทดลองใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้นในบริบทสถานศึกษาจริง และ 4) ประเมินความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และประสิทธิผลของรูปแบบ กลุ่มเป้าหมายประกอบด้วยผู้บริหารสถานศึกษา ครู แกนนำนักเรียนและผู้แทนภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และแบบประเมินความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และประสิทธิผลของรูปแบบ ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (IOC ระหว่าง 0.80–1.00) และมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.94 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า 1) การดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ยังมีข้อจำกัดด้านความต่อเนื่องของการติดตามผลและการมีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง2) รูปแบบที่พัฒนาขึ้นภายใต้แนวคิด MIND Model และกระบวนการ PDCA ครอบคลุมองค์ประกอบหลัก 7ด้าน และสามารถนำไปใช้ได้จริงในบริบทโรงเรียน 3) การทดลองใช้รูปแบบส่งผลให้นักเรียนมีความรู้ ทักษะชีวิต ทัศนคติและพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากปัญหายาเสพติดเพิ่มขึ้น และ 4) รูปแบบมีความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และประสิทธิผลในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$ =4.75, S.D.=0.10) โดยด้านการนำไปใช้ได้จริงและความเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินงานมีค่าเฉลี่ยสูงสุด($\bar{x}$ =4.80, S.D.=0.45)

ณิศาพิชญาภัค มีสมศักดิ์ และคณะ (2569) ได้ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะชีวิตการป้องกันการใช้กัญชาเพื่อการสันทนาการในเด็กวัยรุ่นตอนต้น การเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นโปรแกรมที่ช่วยส่งเสริมความรู้และทักษะการป้องกันการใช้กัญชา การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบหนึ่งกลุ่มวัดผลก่อนหลังเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตป้องกันการใช้กัญชาเพื่อการสันทนาการ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยรุ่นอายุ 12-15ปี จำนวน 45 คน คำนวณกลุ่มตัวอย่างใช้โปรแกรม G*Power คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอนเครื่องมือวิจัยประกอบด้วยโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตและเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบประเมินความรู้เรื่องการป้องกันการใช้กัญชา และ 3) แบบประเมินทักษะชีวิตโดยเครื่องมือมีค่าความตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ. 92 และ .96 ตามลำดับ และค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยแบบวัดความรู้มีค่ามีค่า KR-20 เท่ากับ.86 และแบบประเมินทักษะชีวิตค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach'salpha coefficient)เท่ากับ.96 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติทดสอบค่า t แบบ Paired t –test ผลการวิจัยพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างมีค่าคะแนนความรู้ (M=6.58, SD=1.18) และทักษะชีวิตป้องกันการใช้กัญชาเพื่อการสันทนาการ (M=4.07, SD=.43) เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสาคัญทางสถิติ (p<.001) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมสร้างเสริมทักษะชีวิตช่วยส่งเสริมความรู้และทักษะชีวิตป้องกันการใช้กัญชาเพื่อการสันทนาการในเด็กวัยรุ่นตอนต้นได้

2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Fothergill. et al. (2008) ได้ศึกษาผลกระทบของพฤติกรรมและผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาในช่วงวัยเรียนต่อความผิดปกติจากการใช้ยาเสพติดในวัยผู้ใหญ่: การศึกษาเชิงอนาคต มีงานวิจัยเชิงระยะยาวเพียงไม่กี่ชิ้นที่ศึกษาผลกระทบของการศึกษาต่อความผิดปกติจากการใช้ยาเสพติดในกลุ่มประชากรชาวแอฟริกันอเมริกันในชุมชน งานวิจัยนี้สำรวจผลกระทบของตัวชี้วัดการศึกษาในวัยเด็กหลายประการต่อปัญหาการใช้ยาเสพติดในภายหลังในกลุ่มประชากรชาวแอฟริกันอเมริกันที่ติดตามผลมานานกว่า 35 ปี กลุ่มตัวอย่างเริ่มต้นประกอบด้วยนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทุกคน (N=1242, เพศหญิง 51%) ที่อาศัยอยู่ในชุมชนวูดลอว์นในชิคาโกในปี 1966 การประเมินผลติดตามดำเนินการในวัยรุ่น (1975–76) วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (1992–93) และวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (2002–3) ผู้เข้าร่วมการวิจัย 1053 คนได้ให้สัมภาษณ์ในวัยผู้ใหญ่หนึ่งหรือสองครั้ง ซึ่งให้ข้อมูลสำหรับการระบุความผิดปกติจากการใช้ยาเสพติดตลอดชีวิต การวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติกส์ด้วยการเติมข้อมูลที่ขาดหายไปหลายครั้งเผยให้เห็นความสัมพันธ์

ที่สำคัญหลายประการระหว่างตัวชี้วัดการศึกษาในวัยเด็กและความผิดปกติจากการใช้ยาเสพติดตามเกณฑ์ DSM-III-R/DSM-IV โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความเสี่ยงต่อปัญหาการใช้ยาเสพติดในวัยผู้ใหญ่มีความเกี่ยวข้องกับ: ผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1; คะแนนสอบวิชาคณิตศาสตร์มาตรฐานต่ำในชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 และ 8; การถูกพักการเรียนและการหนีเรียนในช่วงวัยรุ่น การไม่มีวุฒิการศึกษาชั้นมัธยมปลาย (เมื่อเทียบกับการมีปริญญาตรี) และการมีประกาศนียบัตรหรือ GED (เมื่อเทียบกับการมีปริญญาตรี) นอกจากนี้ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่ครูระบุว่าขี้อาย มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาการใช้ยาเสพติดในวัยผู้ใหญ่ลดลง ผลลัพธ์ชี้ให้เห็นถึงโอกาสในการแทรกแซงอย่างตรงเป้าหมายในหลายช่วงชีวิต

Haug, S. et al. (2017) ได้ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมฝึกทักษะชีวิตผ่านโทรศัพท์มือถือเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติดในกลุ่มวัยรุ่น มีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบความเหมาะสม (การยอมรับ, การใช้งาน, และการประเมินผล) และประสิทธิภาพในระยะสั้นของโปรแกรมฝึกทักษะชีวิตที่ดำเนินการผ่านโทรศัพท์มือถือ เพื่อใช้ป้องกันการใช้สารเสพติดในกลุ่มวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนวัยรุ่นอายุ 15-16 ปี ในชั้นเรียนเกรด 9 จำนวน 164 คน จาก 8 โรงเรียนในประเทศสวิตเซอร์แลนด์วิธีการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบสุ่มและควบคุม (cluster-randomized controlled trial) โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง (intervention group) และ กลุ่มควบคุม (control group) กลุ่มทดลอง ได้รับการฝึกอบรมทักษะชีวิตผ่านแอปพลิเคชันบนโทรศัพท์มือถือ ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับทักษะการจัดการตนเอง (self-management skills), ทักษะทางสังคม (social skills), และทักษะที่เกี่ยวข้องกับการต่อต้านสารเสพติด กลุ่มควบคุม ได้รับแอปพลิเคชันทั่วไปที่ให้ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ แต่ไม่มีเนื้อหาเกี่ยวกับทักษะชีวิต มีการเก็บข้อมูล 3 ครั้ง คือ ก่อนการทดลอง, หลังการทดลอง 3 เดือน, และติดตามผลอีกครั้งที่ 9 เดือน ผลการวิจัย ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในเรื่องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้สารเสพติด (ทั้งบุหรี่, แอลกอฮอล์, และกัญชาการยอมรับและการใช้งาน แม้ผลลัพธ์เชิงพฤติกรรมจะไม่ชัดเจน แต่โปรแกรมนี้ได้รับการยอมรับในระดับดีจากนักเรียน และมีการใช้งานแอปพลิเคชันอย่างต่อเนื่อง งานวิจัยสรุปว่าโปรแกรมฝึกทักษะชีวิตผ่านโทรศัพท์มือถืออาจเป็นแนวทางที่มีศักยภาพในการเข้าถึงกลุ่มวัยรุ่น แต่ยังต้องการการปรับปรุงและพัฒนาเพิ่มเติมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการป้องกันการใช้สารเสพติด

Forozan Ganji et al. (2022) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมฝึกอบรมทักษะการกล้าแสดงออก (assertiveness training program) ที่มีต่อการใช้ยาเสพติดและระดับความกล้าแสดงออกในกลุ่มวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมปลายในเมืองอิสฟาฮาน ประเทศอิหร่าน

โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินว่าโปรแกรมนี้ จะสามารถลดพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดและเพิ่มความสามารถในการปฏิเสธแรงกดดันจากเพื่อนของวัยรุ่นได้หรือไม่ งานวิจัยนี้เป็นการทดลองแบบสุ่มและควบคุม (randomized controlled trial) โดยผู้วิจัยใช้แบบสอบถามสองชุดในการเก็บข้อมูล ได้แก่ 1. แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวและการใช้สารเสพติด: เพื่อประเมินพฤติกรรมการใช้สารเสพติดของนักเรียน 2. แบบวัดความกล้าแสดงออกของ Gambrill-Richey: เพื่อวัดระดับความกล้าแสดงออกของนักเรียนในสถานการณ์ต่าง ๆ ผลการวิจัยพบว่า ความกล้าแสดงออก หลังจากการทดลอง ระดับความกล้าแสดงออกของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ เมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม การใช้ยาเสพติด การใช้ยาเสพติดในกลุ่มทดลองลดลงอย่างมีนัยสำคัญ เมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยสรุปว่าการฝึกอบรมทักษะการกล้าแสดงออกเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการป้องกันการใช้ยาเสพติดในกลุ่มวัยรุ่น และแนะนำให้บุคลากรด้านสุขภาพจิตและผู้กำหนดนโยบายนำไปใช้เพื่อป้องกันปัญหาดังกล่าวในโรงเรียน

Rai. et al. (2022) ได้ศึกษาบทบาทของทักษะชีวิตและทัศนคติที่มีต่อการดื่มแอลกอฮอล์ในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ภูมิหลัง: ทักษะชีวิตมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับวัยรุ่นในการดำเนินชีวิตที่ประสบความสำเร็จ มีความสุข และมีประสิทธิภาพ มีหลักฐานมากมายที่บ่งชี้ถึงความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างทักษะชีวิตและผลการเรียน การใช้สารเสพติดในกลุ่มวัยรุ่นเป็นปัญหาที่พบได้ทั่วไป ซึ่งมักนำไปสู่ความสับสนทางการเรียนและพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อตรวจสอบว่าทักษะชีวิตและทัศนคติเกี่ยวกับการดื่มแอลกอฮอล์สามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนได้หรือไม่

วิธีการ: ผู้เข้าร่วม (N=726) ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนมัธยมปลายในรัฐสิกขิม ซึ่งเป็นรัฐทางตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศอินเดีย constitute เป็นประชากรของการศึกษาครั้งนี้ ข้อมูลถูกรวบรวมโดยใช้ “แบบประเมินทักษะชีวิต” ที่พัฒนาโดย Subashree และ Nair (2014) และ “แบบประเมินทัศนคติต่อการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด” ที่พัฒนาโดยผู้ทำการวิจัย ผลการวิจัย: ทักษะชีวิตและทัศนคติต่อการดื่มแอลกอฮอล์สามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยทักษะชีวิตและทัศนคติต่อการดื่มแอลกอฮอล์สามารถอธิบายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนได้ 15.3% นอกจากนี้ ผลการทดสอบ t -test ยังแสดงให้เห็นว่าตัวแปรทั้งสองมีพลังในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญ

สรุปผลการศึกษา: ผลการศึกษาพบว่ามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับทักษะชีวิตและทัศนคติที่มีต่อการดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียน โดย

ทักษะชีวิตและทัศนคติที่มีต่อการดื่มแอลกอฮอล์สามารถทำนายความแปรปรวนของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ร้อยละ 15.3

Sabah M. Ebrahem et al. (2022) ได้ศึกษาเพื่อประเมินผลของโปรแกรมฝึกทักษะชีวิต (life skills training) ที่มีต่อความกล้าแสดงออก (assertiveness), ความนับถือในตนเอง (self-esteem), และพฤติกรรมก้าวร้าว (aggressive behavior) ในกลุ่มผู้ป่วยชายที่เข้ารับการบำบัดสารเสพติดในโรงพยาบาลในประเทศอียิปต์ กลุ่มตัวอย่าง ผู้ป่วยชายที่มีปัญหาความผิดปกติจากการใช้สารเสพติดจำนวน 74 คน ผู้ป่วยเหล่านี้เข้ารับการรักษาที่คลินิกผู้ป่วยนอกสำหรับผู้ติดยาเสพติดในโรงพยาบาลจิตเวชและบำบัดการติดยาเสพติดในเมืองมิตคอลฟ์ (Mit-Khalf) ประเทศอียิปต์ วิธีการวิจัย เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental design) แบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังการทดลอง (one group pre/post-test) ผู้เข้าร่วมจะได้รับโปรแกรมฝึกทักษะชีวิต ซึ่งประกอบด้วยหัวข้อต่าง ๆ เช่น ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง, ทักษะความกล้าแสดงออก, ทักษะการสื่อสาร, การควบคุมอารมณ์, การแก้ปัญหา และการตัดสินใจ มีการวัดผลทั้ง 3 ด้าน (ความนับถือในตนเอง, ความกล้าแสดงออก, และพฤติกรรมก้าวร้าว) ทั้งก่อนและหลังการฝึกอบรมเพื่อเปรียบเทียบผลลัพธ์ ผลการวิจัย ความนับถือในตนเองและทักษะการกล้าแสดงออก พบว่ามีพัฒนาการที่ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในกลุ่มผู้เข้าร่วมหลังจากการฝึกอบรม โดยผู้เข้าร่วม 85.1% มีระดับความนับถือในตนเองสูงขึ้น และ 81.1% มีทักษะการกล้าแสดงออกสูงขึ้น พฤติกรรมก้าวร้าว มีการลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในกลุ่มผู้เข้าร่วมหลังจากการฝึกอบรม โดย 77% ของผู้เข้าร่วมมีระดับความก้าวร้าวลดลงสู่ระดับเล็กน้อยหลังการฝึกอบรม สรุปผล การฝึกทักษะชีวิตช่วยเพิ่มความนับถือในตนเอง, ทักษะการกล้าแสดงออก และลดพฤติกรรมก้าวร้าวในกลุ่มผู้ป่วยที่มีปัญหาความผิดปกติจากการใช้สารเสพติดได้อย่างมีนัยสำคัญ

Sandhya Shrestha. et al (2024). ได้ศึกษาเกี่ยวกับโครงการวิจัยนี้มุ่งเน้นการพัฒนาและประเมินผลโครงการป้องกันยาเสพติดในโรงเรียน (SSPP) ที่ประเทศเนปาล งานวิจัยแบ่งเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 คือ ระยะเชิงคุณภาพที่ใช้การทำกลุ่มสนทนา (FGD) กับครู, ผู้ปกครอง และนักเรียน เพื่อนำข้อมูลมาใช้ในการสร้างหลักสูตร กลุ่มเป้าหมายคือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการศึกษาของวัยรุ่น ได้แก่ ครู, ผู้ปกครอง, และนักเรียน รวมทั้งหมด 38 คน โดยจะมีการทำ Focus Group Discussion (FGD) จำนวน 6 กลุ่ม ซึ่งประกอบด้วยครู 2 กลุ่ม, ผู้ปกครอง 2 กลุ่ม, และนักเรียน 2 กลุ่ม เพื่อสำรวจความคิดเห็นและมุมมองของครู, ผู้ปกครอง, และนักเรียน เกี่ยวกับการป้องกันการใช้สารเสพติด ข้อมูลที่ได้จะนำไปใช้ในการพัฒนาหลักสูตรของโครงการ SSPP และระยะที่ 2 คือ ระยะเชิงปริมาณซึ่งเป็นการทดลองแบบสุ่มในโรงเรียน

โดยจะเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มที่ได้รับหลักสูตร SSPP กับกลุ่มควบคุม โดยจะเก็บข้อมูลจะทำใน 4 ช่วงเวลา คือ ก่อนการทดลอง, หลังการทดลอง 7 วัน, และติดตามผลอีกครั้งในระยะเวลา 3 และ 6 เดือน ใช้หลักสูตร SSPP ที่พัฒนาขึ้นมา ซึ่งประกอบด้วย 4 โมดูล ได้แก่ การสร้างความตระหนักรู้, การพัฒนาทัศนคติเชิงบวก, การพัฒนาทักษะการปฏิเสธยา, และการฝึกทักษะชีวิต (เช่น การแก้ปัญหา, การจัดการอารมณ์, การสื่อสาร, การตัดสินใจ) ผลที่คาดหวังคือหลักสูตรนี้จะช่วยลดพฤติกรรมการใช้สารเสพติดและพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการป้องกันตนเองของวัยรุ่น

Utami. et al. (2026) ได้ศึกษาการริเริ่มโมดูลทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ยาเสพติดในกลุ่มวัยรุ่นชาวอินโดนีเซียโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม วัตถุประสงค์:การใช้ยาเสพติดในกลุ่มวัยรุ่นเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ แม้ว่าการให้ความรู้ด้านทักษะชีวิตจะเป็นกลยุทธ์การป้องกันที่เป็นที่ยอมรับ แต่โมดูลระดับชาติที่มีอยู่ เช่น Siaga Lawan Narkoba (SIGAB) 2.0 ที่พัฒนาโดยสำนักงานคณะกรรมการยาเสพติดแห่งชาติ (BNN หน่วยงานต่อต้านยาเสพติดแห่งชาติของอินโดนีเซีย) นั้น ออกแบบมาสำหรับผู้ให้คำแนะนำโดยเพื่อนร่วมวัยเป็นหลัก และมักเน้นการให้ข้อมูลมากกว่าการพัฒนาทักษะแบบมีส่วนร่วม งานวิจัยนี้มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีความรู้ความเข้าใจทางสังคม (SCT) โดยมีเป้าหมายเพื่อริเริ่มการพัฒนาโมดูลทักษะชีวิตโดยการระบุทักษะที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่นและปรับโมดูลระดับชาติให้เข้ากับบริบทท้องถิ่นเพื่ออำนวยความสะดวกในการเรียนรู้จากประสบการณ์ วิธีการ:ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพในโรงเรียนมัธยมปลายของรัฐ 3 แห่งในเขตบันดุงตะวันตก ประเทศอินโดนีเซีย ซึ่งจัดเป็นพื้นที่เสี่ยงสูงโดย BNN จากการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ข้อมูลถูกรวบรวมจากผู้เข้าร่วม 13 คน (วัยรุ่น 7 คน ครู 4 คน และที่ปรึกษาด้านการป้องกันการใช้ยาเสพติด 2 คน) ผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึกและการทบทวนเอกสาร โมดูลที่พัฒนาขึ้นใหม่ได้รับการตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คนในสาขาจิตวิทยาวัยรุ่น การศึกษา การป้องกันการใช้ยาเสพติด ภาษา และสื่อ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์และเอกสารได้รับการวิเคราะห์ตามหัวข้อ และคะแนนการตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้เชี่ยวชาญได้รับการวิเคราะห์เชิงพรรณนา ผลลัพธ์ : การวิเคราะห์ตามหัวข้อระบุทักษะชีวิตที่จำเป็น 5 ประการ ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การควบคุมอารมณ์ การจัดการความเครียด การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผลการค้นพบเหล่านี้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโมดูลที่ดีขึ้น ซึ่งมีภาษาที่เข้าใจง่าย ภาพประกอบที่น่าสนใจ และวิธีการแบบโต้ตอบ เช่น การแสดงบทบาทสมมติและการอภิปรายกลุ่ม การตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้เชี่ยวชาญยืนยันความเป็นไปได้ โดยมีคะแนนตั้งแต่ 68% ถึง 92% ซึ่งบ่งชี้ว่าพร้อมสำหรับการปรับปรุงและการนำร่องใช้งาน สรุป:งานวิจัยนี้ระบุทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับการป้องกันการใช้ยาเสพติดในวัยรุ่น และพัฒนาแบบร่างโมดูลตามทฤษฎีทักษะชีวิต (SCT) โดยเน้นการเรียนรู้จากประสบการณ์

ผ่านวิธีการแบบโต้ตอบและมีส่วนร่วม ผลการตรวจสอบความถูกต้องแสดงให้เห็นถึงศักยภาพในการนำไปใช้ที่แข็งแกร่ง ซึ่งบ่งชี้ถึงความพร้อมสำหรับการทดสอบนำร่องเพิ่มเติมในโครงการด้านสุขภาพในโรงเรียน

ตาราง 3 การสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิตจากการทบทวนวรรณกรรมทั้งในและต่างประเทศ

องค์ประกอบทักษะชีวิต	อธันญญา ขุนศรี (2568)	ธีรวัฒน์ พงศ์เกษมพันธ์ และคณะ (2565)	สิตตรา ศรีรัตนกุล และคณะ (2564)	ชัชวรรณ แพ้พันธุ์ และคณะ (2567)	พระธริญพงศ์ วิชัย และคณะ (2567)	Sandhya Shrestha และคณะ (2024).	Forozan Ganji และคณะ (2022)	Sabah M. Ebrahem และคณะ (2022)	Severin Haug และคณะ (2017)	รวม
การตัดสินใจและแก้ปัญหา	√		√		√	√		√	√	6
การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล			√	√	√					3
การใฝ่เรียนรู้					√					1
การคิดอย่างมีวิจารณญาณ			√		√	√			√	4
การตระหนักรู้ในตนเอง		√	√	√		√		√		5
การคิดสร้างสรรค์			√						√	2
การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ			√			√		√		3
การเห็นคุณค่าในตนเอง	√	√					√	√		4
การจัดการอารมณ์และความเครียด			√			√		√	√	4
การปฏิเสธ	√					√	√			3

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่ผ่านมาเกี่ยวกับทักษะชีวิตในกลุ่มเยาวชน พบว่าการศึกษาส่วนใหญ่มักมุ่งเน้นไปที่ทักษะชีวิตทั่วไปและทักษะชีวิตที่เฉพาะเจาะจงกับปัญหา เช่น ปัญหายาเสพติดและปัญหาด้านเพศสัมพันธ์ ซึ่งกลุ่มเป้าหมายหลักที่ให้ความสำคัญคือกลุ่มนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โดยเมื่อพิจารณาตามกรอบแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO) ผลการวิจัยส่วนใหญ่ชี้ให้เห็นว่าเยาวชนมีทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก ยิ่งไปกว่านั้น ในบริบทของสถานศึกษาปัจจุบันยังพบว่ามีความพยายามขับเคลื่อนการแก้ไขปัญหาสารเสพติดผ่านการเข้าร่วมโครงการต่าง ๆ เช่น โครงการ

TO BE NUMBER ONE อย่างแพร่หลาย อย่างไรก็ตาม แม้จะมีการตื่นตัวและเข้าร่วมโครงการดังกล่าว แต่จากการสำรวจพบว่ายังคงมีช่องว่างในงานวิจัย เนื่องจากยังไม่มีการศึกษาที่เจาะลึกถึง "ทักษะชีวิตที่เฉพาะเจาะจงด้านการป้องกันยาเสพติด" อย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งทักษะเฉพาะด้านนี้ถือเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญและประกอบด้วย 3 มิติหลัก ได้แก่ ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น, ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์, และทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยภายในที่ส่งผลต่อการเผชิญหน้ากับสิ่งยั่วยุในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษา ด้วยเหตุผลและช่องว่างดังกล่าว ผู้วิจัยจึงเกิดความสนใจที่จะศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด โดยวิเคราะห์ตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาจังหวัดสกลนคร ผลการศึกษาในครั้งนี้มุ่งหวังที่จะนำมาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญสำหรับสถานศึกษา รวมทั้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการนำไปวางแผน พัฒนา และส่งเสริมกิจกรรมรณรงค์ ป้องกัน ตลอดจนแก้ไขปัญหายาเสพติดได้อย่างตรงจุด ครอบคลุมทั้งในแง่ของการสร้างทักษะชีวิตและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเยาวชนอย่างยั่งยืนต่อไป

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บทที่ 3

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. รูปแบบการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือวิจัย
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูล
7. สถิติที่ใช้ในการวิจัย
8. ข้อพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

3.1 รูปแบบการวิจัย (Research Design)

การวิจัยครั้งนี้ใช้ รูปแบบวิจัยแบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional Research) โดยเป็นการศึกษาทักษะชีวิตตามระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1–6 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร ที่มีการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE และรวบรวมข้อมูลโดยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.2.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนเยาวชนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร(สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร, 2568) และเป็นโรงเรียนที่มีการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดสกลนคร จำนวน 34 แห่ง โดยมีนักเรียนทั้งหมด จำนวน 35,028 คน (สำนักงานสาธารณสุขสกลนคร, 2568) ดังตาราง 4

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 4 จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนครและดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE

โรงเรียน	จำนวนนักเรียน(คน)
ธาตุนารายณ์วิทยา	3,227
มัธยมวานรนิวาส	3,125
สว่างแดนดิน	2,721
เตรียมอุดมศึกษาฯ	2,713
อากาศอำนวยศึกษา	2,157
สกลนครพัฒนศึกษา	2,001
พังโคนวิทยาคม	1,851
กุสุมาลย์วิทยาคม	1,605
มัธยมวาริชภูมิ	1,509
กุดบากพัฒนาศึกษา	1,403
พรรณาวุฒาจารย์	1,328
คำตากล้าราชประชาสงเคราะห์	1,206
โพนงามศึกษา	1,119
เต่างอยพัฒนศึกษา	836
เจริญศิลป์ศึกษา(โพธิ์คำอนุสรณ์)	790
ส่องดาววิทยาคม	745
โพธิแสนวิทยา	659
หนองหลวงศึกษา	625
คำเพิ่มพิทยา	606
ท่านผู้หญิงจันทิมาพึ่งบารมี	603
ท่าแร่ศึกษา	594
ดงมะไฟวิทยา	528
นิคมน้ำอูนเจริญวิทยา	500
ศึกษาประชาสามัคคี	427
โพนพิทยาคม	352
บ้านบัวราษฎร์บำรุง	300
บะฮีวิทยาคม	251
เฉลิมพระเกียรติฯ	241
หนองแวงวิทยา	232

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 4 (ต่อ)

โรงเรียน	จำนวนนักเรียน(คน)
ภูริทัตต์วิทยา	176
ช้างมิ่งพิทยานุกูล	171
วาริชวิทยา	169
ลำปลาหางวิทยา	130
เทพสวัสดิ์วิทยา	128
รวม	**35,028**

3.2.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนเยาวชนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร, 2568) และเป็นโรงเรียนที่มีการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดสกลนคร(สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร, 2568) ซึ่งกำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางหรือสูตรของ Krejcie & Morgan (1970) ผู้วิจัยปรับเพิ่มเพื่อทดแทนร้อยละ 20.0 กรณีไม่ส่งแบบสอบถามและข้อมูลแบบสอบถามไม่สมบูรณ์ ได้ขนาดตัวอย่าง จำนวน 475 คน

สูตรของ Krejcie & Morgan

$$n = \frac{X^2\, NP(1-P)}{d^2(N-1)+X^2P(1-P)}$$

โดย n = ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ

X^2= ค่ากำลังสองของสถิติไคสแควร์ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05, df = 1 (ค่า = 3.841)

N = ขนาดประชากร (35,028)

P= สัดส่วนของประชากร (กำหนดที่ 0.5 ค่าความคลาดเคลื่อนที่ผู้วิจัยยอมรับได้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง)

d = ค่าความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ (0.05)

การคำนวณ

$$n = \frac{3.841\ x\ 35028\ x\ 0.5\ x\ 0.5}{0.05^2(35028-1)+3.841\ x\ 0.25}$$

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

$$n = \frac{3.841\ x\ 35028\ x\ 0.5\ x\ 0.5}{0.0025\ x\ 35207+0.96025}$$

$$n = \frac{33616.6}{87.56775+0.96025}$$

$$n = \frac{33616.6}{88.528}$$

จะได้ $n \approx 380$

ปรับเพิ่มร้อยละ 20 เพื่อชดเชยการไม่ตอบหรือแบบสอบถามไม่สมบูรณ์ โดยใช้สูตร:

$$n_{adj} = \frac{n}{1-r}$$

$$n_{adj} = \frac{380}{1-0.20}$$

$$n_{adj} = \frac{380}{0.80}$$

$$n_{adj} = 475$$

ผู้วิจัยปรับเพิ่ม เพื่อทดแทนร้อยละ 20.0 กรณีไม่ส่งแบบสอบถามและข้อมูลแบบสอบถามไม่สมบูรณ์ ได้ขนาดตัวอย่าง จำนวน 475 คน

เกณฑ์การคัดเข้า

ผู้เข้าร่วมศึกษาที่จะรวมไว้ในการสุ่มตัวอย่างต้องมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

1. เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1–6 ในปีการศึกษา 2568 ณ โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร ที่ดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE

2. ลงทะเบียนเป็นนักเรียนของโรงเรียนดังกล่าว ณ วันที่เก็บข้อมูล (มีชื่ออยู่ในทะเบียนนักเรียนของโรงเรียน)

3. ผู้ปกครอง/ผู้ปกครองตามกฎหมายให้ความยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษร (informed consent) และนักเรียนให้ความยินยอม (assent) ในการเข้าร่วมการศึกษานี้ก่อนการเก็บข้อมูล

4. สามารถสื่อสารและอ่านภาษาไทยได้เพียงพอที่จะตอบแบบสอบถามด้วยตนเองหรือร่วมตอบภายใต้คำแนะนำของผู้เก็บข้อมูล

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

เกณฑ์การคัดออก

ผู้ที่มีลักษณะใดข้อใดต่อไปนี้จะถูกคัดออกจากการเป็นกลุ่มตัวอย่าง

1. นักเรียนที่ย้ายออก/ลาออก/พ้นสภาพ

2. นักเรียนที่มีข้อจำกัดทางสติปัญญาหรือภาวะทางจิตใจ/สื่อความหมายอย่างรุนแรงซึ่งทำให้ไม่สามารถตอบแบบสอบถามด้วยตนเองหรือให้ข้อมูลที่เชื่อถือได้ (ตามดุลยพินิจของครูผู้รับผิดชอบหรือผู้เก็บข้อมูล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/ผู้เชี่ยวชาญถ้าจำเป็น

3. นักเรียนที่กำลังถูกระงับการเรียนหรือถูกพักการเรียน ณ เวลาการเก็บข้อมูล.

4. นักเรียนที่อยู่ในช่วงที่กำลังเจ็บป่วยเฉียบพลันหรือไม่สามารถเข้าร่วมการเก็บข้อมูลได้ (เช่น ถูกส่งโรงพยาบาล) ในช่วงเวลาที่สุ่มเลือก

การสุ่มตัวอย่าง

สุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ทำการจับสลากโรงเรียนปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนครและเป็นโรงเรียนที่มีการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE ในจังหวัดสกลนคร จากทั้งหมด 34 โรงเรียน ใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายโดยการจับสลากโรงเรียนแบบไม่ใส่คืน คิดเป็นสัดส่วนเป็นร้อยละ 50 ได้จำนวน 17 โรงเรียน ดังตาราง 5

ตาราง 5 รายชื่อโรงเรียนที่กลุ่มตัวอย่างและจำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาในแต่ละโรงเรียน

โรงเรียน	จำนวนนักเรียน(คน)
ธาตุนารายณ์วิทยา	3,227
มัธยมวานรนิวาส	3,125
เตรียมอุดมศึกษาฯ	2,713
อากาศอำนวยศึกษา	2,157
สกลนครพัฒนศึกษา	2,001
พังโคนวิทยาคม	1,851
กุสุมาลย์วิทยาคม	1,605
มัธยมวาริชภูมิ	1,509

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 5 (ต่อ)

โรงเรียน	จำนวนนักเรียน(คน)
กุดบากพัฒนาศึกษา	1,403
พรรณาวุฒาจารย์	1,328
เต่างอยพัฒนศึกษา	836
เจริญศิลป์ศึกษา(โพธิ์คำอนุสรณ์)	790
ส่องดาววิทยาคม	745
หนองหลวงศึกษา	625
คำเพิ่มพิทยา	606
เฉลิมพระเกียรติฯ	241
ช้างมิ่งพิทยานุกูล	171
รวม	**24,933**

ขั้นที่ 2 หาเทียบสัดส่วนจำนวนนักเรียนแต่ละระดับชั้นเรียน ในแต่ละโรงเรียน โดยใช้สูตร Nagtaton (1983) ดังนี้

$$n_i = \frac{nN_h}{N}$$

n_i = จำนวนตัวอย่างในแต่ละโรงเรียน

n = จำนวนตัวอย่างทั้งหมด

N_i = จำนวนประชากรแต่ละโรงเรียน

N = จำนวนประชากรทั้งหมด

ตาราง 6 จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาจากโรงเรียนแต่ละโรงเรียนโดยการเทียบสัดส่วนแต่ละโรงเรียน (n=475)

โรงเรียน	จำนวนนักเรียนทั้งหมด (คน)	จำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง (คน)
ธาตุนารายณ์วิทยา	3,227	61
มัธยมวานรนิวาส	3,125	59
เตรียมอุดมศึกษาฯ	2,713	51

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 6 (ต่อ)

โรงเรียน	จำนวนนักเรียนทั้งหมด (คน)	จำนวนนักเรียน กลุ่มตัวอย่าง (คน)
อากาศอำนวยศึกษา	2,157	41
สกลนครพัฒนศึกษา	2,001	38
พังโคนวิทยาคม	1,851	35
กุสุมาลย์วิทยาคม	1,605	30
มัธยมวาริชภูมิ	1,509	29
กุดบากพัฒนาศึกษา	1,403	27
พรรณาวุฒาจารย์	1,328	27
เต่างอยพัฒนศึกษา	836	16
เจริญศิลป์ศึกษา(โพธิ์คำอนุสรณ์)	790	15
ส่องดาววิทยาคม	745	14
หนองหลวงศึกษา	625	12
คำเพิ่มพิทยา	606	12
เฉลิมพระเกียรติฯ	241	5
ช้างมิ่งพิทยานุกูล	171	3
รวม	24,933	475

ขั้นที่ 3 ภายในแต่ละโรงเรียน ทำการสุ่มนักเรียนตามรายชื่อ (Sampling frame) โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากโรงเรียนแบบไม่ใส่คืน เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างตามจำนวนที่กำหนด

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยการทบทวนวรรณกรรม เอกสาร งานวิชาการ เรื่อง ทักษะชีวิตของเยาวชนตามระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น เกรดเฉลี่ยสะสม(GPA) ผู้ที่พักอาศัยในปัจจุบัน ตำแหน่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE ลักษณะคำถามเป็นเลือกตอบและเติมคำตอบ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่โรงเรียนจัดทำขึ้น ครอบคลุมตลอดทั้งปี จำนวน 8 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นเลือกตอบ 4 ตัวเลือก คือ เข้าร่วมทุกครั้ง เข้าร่วมบางครั้ง ไม่เคยเข้าร่วมเลย ไม่ทราบ/ไม่มี โดยมีการให้ความหมายและเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เข้าร่วมทุกครั้ง หมายถึง เข้าร่วมกิจกรรมนั้นทุกครั้งหรือสม่ำเสมอ

เข้าร่วมบางครั้ง หมายถึง เข้าร่วมกิจกรรมนั้นเป็นบางครั้ง หรือไม่สม่ำเสมอ

ไม่เคยเข้าร่วมเลย หมายถึง ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมนั้นเลย

ไม่ทราบ/ไม่มีกิจกรรม หมายถึง ไม่ทราบ/ไม่มีกิจกรรมนั้น

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อคำถาม

เข้าร่วมทุกครั้ง 3 คะแนน

เข้าร่วมบางครั้ง 2 คะแนน

ไม่เคยเข้าร่วมเลย 1 คะแนน

ไม่ทราบ/ไม่มีกิจกรรม 0 คะแนน

เกณฑ์การแปลผล

เกณฑ์การแปลผลคะแนนด้านระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ใช้เกณฑ์การแบ่งเป็นใช้เกณฑ์ของ Bloom et al (1975) ในการแบ่งระดับออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าคะแนน	การแปลผล
คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป (19 – 24 คะแนน)	เข้าร่วมในระดับมาก
คะแนนร้อยละ 60 - 79 (14 – 18 คะแนน)	เข้าร่วมในระดับปานกลาง
คะแนนต่ำกว่า 60 (0 – 13 คะแนน)	เข้าร่วมในระดับน้อย

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด พัฒนาโดยผู้วิจัย ครอบคลุมองค์ประกอบ 3 ด้าน ได้แก่ 1) ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น จำนวน 7 ข้อ 2) ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ จำนวน 9 ข้อ และ 3) ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด จำนวน 4 ข้อ รวมจำนวน 20 ข้อ ลักษณะข้อ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

คำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด โดยมีการให้ความหมายและเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

มากที่สุด หมายถึง พฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบ่อยที่สุด

มาก หมายถึง พฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบ่อย

ปานกลาง หมายถึง พฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบางครั้ง

น้อย หมายถึง มีพฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นนาน ๆ ครั้ง

น้อยที่สุด หมายถึง ไม่ทราบ/ไม่มีกิจกรรมนั้นแทบไม่เกิดขึ้นเลย

ข้อคำถามเชิงบวก		ข้อคำถามเชิงลบ	
มากที่สุด	5 คะแนน	มากที่สุด	1 คะแนน
มาก	4 คะแนน	มาก	2 คะแนน
ปานกลาง	3 คะแนน	ปานกลาง	3 คะแนน
น้อย	2 คะแนน	น้อย	4 คะแนน
น้อยที่สุด	1 คะแนน	น้อยที่สุด	5 คะแนน

เกณฑ์การแปลผลคะแนนทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด 3 ด้านและภาพรวม ใช้เกณฑ์ของ Bloom et al. (1975) ในการแบ่งระดับออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าคะแนน	การแปลผล
คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป	ทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง
คะแนนร้อยละ 60-79	ทักษะชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง
คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60	ทักษะชีวิตอยู่ในระดับต่ำ

ทักษะชีวิต	**ระดับสูง** (คะแนน)	**ระดับปานกลาง** (คะแนน)	**ระดับต่ำ** (คะแนน)
1. ด้านทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	28-35	21-27	7-20
2. ด้านทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์	36-45	27-35	5-26
3. ด้านทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด	16-20	12-15	5-11
ภาพรวมทักษะชีวิต 3 ด้าน	80 -100	60-79	20 - 59

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

3.3.1 การสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยดำเนินการตาม ขั้นตอน ดังนี้

1) ทบทวนแนวคิด ทฤษฎีที่และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมากำหนดนิยามศัพท์และเป็นกรอบในการสร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา

2) ร่างแบบสอบถาม ประกอบด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล การเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE และทักษะชีวิตป้องกันสารเสพติดตามกรอบแนวคิด

3) นำร่างแบบสอบถาม ให้อาจารย์ที่ปรึกษาได้ประเมินตรวจสอบและปรับแก้ตามข้อเสนอแนะ

4) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นสำหรับการวิจัยไปทำการทดสอบคุณภาพ เครื่องมือ 2 ส่วน คือ ค่าความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Validity) และค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

3.3.2 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1) ความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

นำแบบสอบถามที่พัฒนาขึ้น ส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ผู้ปฏิบัติงานในสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี ประเมิน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัย (Index of Item Objective Congruence: IOC) ผลการประเมินมีค่า IOC 0.67-1.0 สามารถนำไปใช้ได้ และปรับแก้ไขข้อความตามข้อเสนอแนะ

2) ความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาค่า IOC ไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มประชากรที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficent) ผลการวิเคราะห์ พบว่า แบบสอบถามทั้งฉบับมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.96

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.4.1 ผู้วิจัยดำเนินการเสนอโครงร่างการวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เพื่อพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยผู้วิจัยได้รับใบรับรองจริยธรรมการวิจัย เลขที่อนุมัติ COE NO. 001/2569 ลงวันที่ 5 มกราคม 2569 ก่อนที่จะเริ่มดำเนินการชี้แจงหรือเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างในภาคสนาม

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

3.4.2. ผู้วิจัยนำใบรับรองจริยธรรมการวิจัยและหนังสืออนุมัติโครงร่างวิจัย ไปยื่นบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เพื่อออกหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูล ถึง ผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 17 แห่ง เพื่อขออนุญาตเข้าพื้นที่และประสานงานกับผู้เกี่ยวข้องในการนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเก็บข้อมูล

3.4.3. เมื่อได้รับอนุญาตจากทางพื้นที่ ผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างตามวันเวลาที่นัดหมาย โดยดำเนินการตามหลักจริยธรรมการวิจัย ดังนี้

3.4.3.1 ผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยแนะนำตัว วัตถุประสงค์ของการวิจัย ประโยชน์ที่จะได้รับ และขั้นตอนในการร่วมกิจกรรมอย่างละเอียด

3.4.3.2 แจ้งสิทธิ์ในการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมวิจัย ว่าข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ ขั้นตอนการรายงานผลจะเป็นภาพรวม ไม่ระบุตัวตน (Anonymity) และผู้เข้าร่วมมีสิทธิ์ที่จะถอนตัวจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น

3.4.3.3 เมื่อกลุ่มตัวอย่างรับทราบและยินดีเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยจึงให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมและลงนามโดยผู้ปกครองควบคู่กันเข้าร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจ (Informed Consent Form)

3.4.4. ผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยดำเนินการแจกแบบสอบถาม ให้แก่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 475 ชุด โดยผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัยอยู่หน้างานเพื่อคอยตอบข้อซักถามกรณีกลุ่มตัวอย่างมีข้อสงสัยในคำถาม และเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างมีเวลาทำอย่างอิสระ เวลาโดยประมาณ 15-20 นาที และเปิดโอกาสให้อาสาสมัครตอบแบบสอบถามภายใน 3 วัน หลังได้รับแบบสอบถาม

3.4.5. เมื่อกลุ่มตัวอย่างทำเสร็จสิ้น ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของแบบสอบถามทุกฉบับทันที หากพบข้อคำถามที่ยังไม่ได้ตอบ จะขอความกรุณาให้กลุ่มตัวอย่างช่วยกรอกให้ครบถ้วน จากนั้นจึงรวบรวมแบบสอบถามทั้งหมดกลับคืนเพื่อนำไปรวบรวมจัดทำรหัสข้อมูล (Coding) และเตรียมนำไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้โปรแกรมทางสถิติ เช่น SPSS วิเคราะห์ข้อมูลใน 2 ระดับ

3.5.1 สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ (Descriptive Statistics) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เพื่ออธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

3.5.2 สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ Mann–Whitney U test และ Kruskal–Wallis test เพื่อเปรียบเทียบคะแนนของทักษะชีวิตป้องกันสารเสพติดกับปัจจัยส่วนบุคคลและการเข้าเข้าร่วมกิจกรรม

3.6 สถิติที่ใช้ในการวิจัย

3.6.1 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.6.1.1 ค่าความถี่ (Frequency) การแจกแจงความถี่เป็นการนำข้อมูลที่รวบรวมได้มาจัดเป็นระบบ เป็นหมวดหมู่ เรียงจากน้อยไปมาก และแบ่งเป็นช่วงเท่า ๆ กัน จำนวนแต่ละช่วง คะแนนเรียกว่า ความถี่การแจกแจง เพื่อให้ทราบว่าภาพรวมของการแจกแจงข้อมูลทั้งหมดอย่างเป็นระบบ

3.6.1.2 ค่าร้อยละ (Percentage)

สูตร $P = \frac{f}{N} \times 100$

เมื่อ P แทน ร้อยละ

f แทน ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นร้อยละ

N แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

3.6.1.3 ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) คือ ค่าที่ได้จากการนำข้อมูลทั้งหมดมารวมกัน แล้วหารด้วยจำนวนข้อมูลทั้งหมด

สูตร $\overline{X} = \frac{\sum x}{N}$

เมื่อ $\overline{X}$ แทน ค่าเฉลี่ย

$\sum x$ แทน ผลรวมทั้งหมดของคะแนน

N แทน จำนวนคะแนนในข้อมูล

3.6.1.4 ค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

สูตร S.D. $= \frac{\sqrt{n\sum x^2 - (\sum x)^2}}{n(n-1)}$

เมื่อ S.D. แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

X^2 แทน ค่าคะแนน

$\sum x$ แทน ผลรวม

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

3.6.1.5 ค่าพิสัยระหว่างควอร์ไทล์ IQR (Interquartile Range)

สูตร IQR = Q3 - Q1

เมื่อ Q1 = ค่าในตำแหน่งที่ข้อมูลมีค่า 25% แรก

Q3 = ค่าในตำแหน่งที่ข้อมูลมีค่า 75% แรก

$$Q1 = L1_{+}\left(\frac{\frac{n}{4}-F1}{f1}\right) \times h$$

เมื่อ Q1 = ควอไทล์ที่ 1

L1 = ขอบล่างของชั้นที่เป็น Q1

n = จำนวนข้อมูลทั้งหมด

n/4 = ตำแหน่งของควอไทล์ที่ 1

F1 = ความถี่สะสมก่อนชั้น Q1

f1 = ความถี่ของชั้น Q1

h = ความกว้างของชั้นข้อมูล

$$Q3 = L3_{+}\left(\frac{\frac{3n}{4}-F3}{f3}\right) \times h$$

เมื่อ Q3 = ควอไทล์ที่ 3

L3 = ขอบล่างของชั้นที่เป็น Q3

n = จำนวนข้อมูลทั้งหมด

n/4 = ตำแหน่งที่ของควอไทล์ที่ 3

F3 = ความถี่สะสมก่อนชั้น Q3

f3 = ความถี่ของชั้น Q3

h = ความกว้างของชั้นข้อมูล

3.6.1.6 ค่ามัธยฐาน (Median)

สูตร

$$Median = \mathrm{L} + \left(\frac{\frac{n}{2}-F}{f}\right) \times h$$

เมื่อ L แทน ขอบล่างของชั้นมัธยฐาน

n แทน จำนวนข้อมูลทั้งหมด

F แทน ความถี่สะสมของชั้นมัธยฐาน

f แทน ความถี่ของชั้นมัธยฐาน

h แทน ความกว้างของชั้น

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

3.6.2 สถิติที่ใช้ในการวัดคุณภาพเครื่องมือ

3.6.2.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item–Objective Congruence)

โดยใช้สูตร IOC = $\frac{\sum R}{N}$

เมื่อ IOC หมายถึง ค่าดัชนีความสอดคล้อง

$\sum R$ หมายถึง ผลรวมคะแนนตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญโดยที่แต่ละข้อคำถาม

N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

ค่า + หมายถึง แน่ใจว่าข้อคำถามสอดคล้องกับเนื้อหา

ค่า 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อคำถามสอดคล้องกับเนื้อหา

ค่า -1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่สอดคล้องกับเนื้อหา

3.6.2.2 ค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

สูตร

$$\alpha = \frac{n}{n-1}\left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_i^2}\right)$$

เมื่อ α แทน สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น

n แทน จำนวนข้อ

S_i^2 แทน คะแนนความแปรปรวนของแต่ละข้อ

S_i^2 แทน คะแนนความแปรปรวนทั้งฉบับ

เกณฑ์การแปรผลค่าความเชื่อมั่น

0.00 – 0.20 ความเชื่อมั่นต่ำมากหรือไม่มีเลย

0.21 – 0.40 ความเชื่อมั่นต่ำ

0.41 – 0.70 ความเชื่อมั่นปานกลาง

0.71 – 1.00 ความเชื่อมั่นสูง

สูตร Cronbach’s Alpha

$$\propto = \frac{K}{K-1}\left(1 - \frac{\sum_{i=1}^{K} \sigma^2 Yi}{\sigma^2 X}\right)$$

เมื่อ K แทน จำนวนข้อคำถามหรือจำนวนตัวแปรย่อย

$\sigma^2 Yi$ แทน ความแปรปรวนของคะแนนข้อที่ i

$\sigma^2 X$ แทน ความแปรปรวนรวมของคะแนนทุกข้อ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

เกณฑ์การแปรความหมาย

0.90 หมายถึง ดีมาก

0.80 – 0.89 หมายถึง ดี

0.70 – 0.79 หมายถึง พอใช้

< 0.70 หมายถึง ต้องพิจารณาเครื่องมือ

3.6.3 สถิติเชิงอนุมาน

ผู้วิจัยทดสอบการแจกแจงข้อมูลทักษะชีวิต (Normality test) ด้วยสถิติ Kolmogorov-Smirnov พบว่ามีการแจกแจงไม่ปกติ (p-value < 0.05) จึงใช้สถิติ Mann–Whitney U ในตัวแปร 2 กลุ่ม และ Kruskal-wallis test กับตัวแปร 3 กลุ่ม เพื่อเปรียบเทียบคะแนนของทักษะชีวิตป้องกันสารเสพติดกับปัจจัยส่วนบุคคลและการเข้าเข้าร่วมกิจกรรม

3.6.3.1 สถิติ Mann–Whitney U test

สูตร

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1+1)}{2} - R_1$$

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2+1)}{2} - R_2$$

เมื่อ

n_1 = จำนวนตัวอย่างในกลุ่มที่ 1

n_2 = จำนวนตัวอย่างในกลุ่มที่ 2

R_1 = ผลรวมอันดับ (Rank Sum) ของกลุ่มที่ 1

R_2 = ผลรวมอันดับ (Rank Sum) ของกลุ่มที่ 2

3.6.3.2 สถิติ Kruskal-wallis test

สูตร

$$H = \frac{12}{N(N+1)} \sum_{i=1}^{k} \frac{R_i^2}{n_i} - 3(N+1)$$

เมื่อ

H = ค่าสถิติ Kruskal-Wallis

N = จำนวนข้อมูลรวมทั้งหมดทุกกลุ่ม (n_1 + n_2 + ... + n)

k = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

n_i = จำนวนข้อมูลในกลุ่มที่

R_i= ผลรวมของอันดับ (Rank) ของข้อมูลทั้งหมดในกลุ่มที่ i

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

3.7 ข้อพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ดำเนินการตามหลักจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ดังนี้

3.7.1 หลักเคารพในบุคคล (Respect of person)

3.7.1.1 การปกป้องความเป็นส่วนตัว (Privacy) ไม่มีการระบุชื่อ ที่อยู่ ของผู้ร่วมวิจัย ในแบบบันทึกข้อมูลหรือแบบสอบถาม และไม่ถ่ายภาพหรือบันทึกวีดิทัศน์อาสาสมัคร การให้ข้อมูลรายละเอียดโครงการวิจัยอย่างชัดเจนครบถ้วน โดยเปิดโอกาสให้ซักถามจนเป็นที่พอใจ ให้เวลาอย่างเพียงพอและมีอิสระในการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัย

3.7.1.2 การรักษาความลับ (Confidentiality) ในการเข้าร่วม โครงการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลส่วนตัวและข้อมูลในการวิจัยของผู้เข้าร่วมวิจัย จะถูกเก็บเป็นความลับ ทั้งในกระบวนการเก็บข้อมูลการบันทึกข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และการรายงานข้อมูลดังกล่าว คือ ไม่มีการระบุชื่อ ที่อยู่ ของผู้ร่วมวิจัยในแบบบันทึกข้อมูลหรือแบบสอบถาม ในกรณีจำเป็นจะระบุเฉพาะรหัสเท่านั้น และการวิเคราะห์ผล การรายงานผลการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวมเป็นไป เพื่อวัตถุประสงค์ทางวิชาการเท่านั้น

3.7.1.3 ผู้วิจัยสร้างความมั่นใจให้กับผู้เข้าร่วมโครงการด้วยการเก็บรักษาข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากอาสาสมัครทั้งที่เป็นไฟล์ อิเล็กทรอนิกส์และกระดาษไว้ในที่ปลอดภัย มีการใส่รหัสคอมพิวเตอร์และไฟล์ข้อมูล เก็บไว้ในตู้เก็บเอกสารที่มีกุญแจล็อคอย่างแน่นหนา การจำกัดจำนวนบุคคลที่เข้าถึงข้อมูล และทำลายข้อมูลที่เกี่ยวข้องภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัย

3.7.2 หลักการให้ประโยชน์ ไม่ก่อให้เกิดอันตรายแก่อาสาสมัคร (Risk and Benefit)

3.7.2.1 การให้ประโยชน์ การวิจัยครั้งนี้ผู้เข้าร่วมวิจัยจะไม่ได้รับประโยชน์โดยตรงใดจากการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ การเก็บข้อมูลบางขั้นตอนอาจทำให้ผู้เข้าร่วมวิจัยรู้สึกไม่สบายใจในการตอบ หรือให้ข้อมูล อย่างไรก็ตาม ผู้เข้าร่วมสามารถถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกเมื่อ และผู้เข้าร่วมการวิจัยสามารถติดต่อ ผู้วิจัยได้ตลอดเวลา ถ้าต้องการข้อมูลเพิ่มเติม

3.7.2.2 ประโยชน์ในระดับชุมชนและสังคม ข้อมูลเชิงพื้นที่ช่วยวางแผนการส่งเสริมและพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

3.7.2.3 หลักความยุติธรรม (Justice) ในการดำเนินโครงการนี้ มีการกำหนดเกณฑ์การคัดเข้าและคัดออกอย่างชัดเจน ไม่มีผลประโยชน์ขัดกันในงานวิจัย

3.7.3 ประโยชนที่คาดวาจะไดรับจากการวิจัย (Expected or Anticipated Benefit Gain)

3.7.3.1 ได้ข้อมูลเชิงประจักษ์เกี่ยวกับศึกษาระดับทักษะชีวิตของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร ซึ่งจะช่วย

เติมเต็มช่องว่างทางวิชาการด้านการส่งเสริมและพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

3.7.3.2 ช่วยให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีข้อมูลที่ถูกต้องและทันสมัยในการ กำหนดนโยบายหรือแนวทางส่งเสริมและพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

3.7.3.3 ทำให้เยาวชนมีภูมิคุ้มกันในการดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุข ส่งผลต่อการพัฒนาทางการศึกษาและคุณภาพชีวิตโดยรวม

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นรูปแบบวิจัยแบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร และเพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 475 คน วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ และใช้สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ Mann–Whitney U ในตัวแปร 2 กลุ่ม และ Kruskal-wallis test กับตัวแปร 3 กลุ่ม ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบตาราง ดังนี้

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

4.2 ระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร

4.3 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 7 จำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (n=475)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	130	27.4
หญิง	304	64.0
เพศทางเลือก	41	8.6

ตาราง 7 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(คน)	ร้อยละ
2. อายุ(ปี)		
12 – 15 ปี	243	51.2
16 – 19 ปี	232	48.8
Median = 15, S.D =1.64, Q1 = 14, Q3 = 17		
3. ระดับชั้น		
มัธยมศึกษาตอนต้น	241	50.7
มัธยมศึกษาตอนปลาย	234	49.3
4. เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA)		
ต่ำกว่า 2.99	26	5.5
3.00 ขึ้นไป	449	94.5
Median = 3.73 S.D =0.38, Q1 = 3.40, Q3 = 3.91		
5. การพักอยู่อาศัยในปัจจุบัน		
พ่อและ/หรือแม่	317	66.7
ญาติ	158	33.3
6. การเป็นสมาชิกในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งในปัจจุบันและที่ผ่านมา		
สมาชิกชมรม	232	48.8
ไม่ได้เป็นสมาชิก	243	51.2

จากตาราง 7 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ พบว่า เป็นเพศหญิง จำนวน 304 คน คิดเป็นร้อยละ 64.0 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 27.4 และน้อยที่สุดเป็นเพศทางเลือก จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 8.6

จำแนกตามอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 12 - 15 ปี จำนวน 243 คน คิดเป็นร้อยละ 51.2 มีอายุระหว่าง 16 – 19 ปี จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 48.8 (Median = 15, S.D. = 1.64)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

จำแนกตามระดับชั้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 241 คน คิดเป็นร้อยละ 50.7 อยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 234 คน คิดเป็นร้อยละ 49.3

จำแนกตามเกรดเฉลี่ยนสะสม (GPA) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยนสะสม (GPA) อยู่ในระดับ 3.00 ขึ้นไป จำนวน 449 คน คิดเป็นร้อยละ 94.5 อยู่ในระดับต่ำกว่า 2.99 จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 5.5 (Median = 3.73, S.D =0.38)

จำแนกตามการพักอยู่อาศัยในปัจจุบัน พบว่า ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อและ/หรือแม่ จำนวน 317 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 รองลงมาเป็นญาติ จำนวน 158 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3

จำแนกตามตำแหน่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE พบว่า ส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรม จำนวน 243 คน คิดเป็นร้อยละ 51.2 เป็นสมาชิกชมรม จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 48.8

ตาราง 8 จำนวนและร้อยละการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกลุ่มตัวอย่าง (n=475)

กิจกรรมใน โครงการ TO BE NUMBER ONE	ระดับการเข้าร่วมกิจกรรม			
	เข้าร่วมทุกครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	เข้าร่วมบางครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ไม่เคยเข้าร่วม จำนวน (ร้อยละ)	ไม่ทราบ/ไม่มี จำนวน (ร้อยละ)
1. กิจกรรมรณรงค์และประชาสัมพันธ์ เช่น รณรงค์วันต่อต้านยาเสพติดโลก รณรงค์วันงดสูบบุหรี่โลก รณรงค์วันงดดื่มสุราแห่งชาติ	249 (52.4)	144 (30.3)	75 (15.8)	7 (1.5)
2. กิจกรรมสร้างสรรค์และพัฒนาความสามารถ เช่น TO BE NUMBER ONE CAMP การอบรมป้องกันสารเสพติด	135 (28.4)	206 (43.4)	107 (22.5)	27 (5.7)
3. กิจกรรมกีฬาหรือนันทนาการ ต่อต้าน/ป้องกันยาเสพติด ภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE	176 (37.1)	149 (31.4)	132 (27.8)	18 (3.8)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 8 (ต่อ)

กิจกรรมใน โครงการ TO BE NUMBER ONE	ระดับการเข้าร่วมกิจกรรม			
	เข้าร่วมทุกครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	เข้าร่วมบางครั้ง จำนวน (ร้อยละ)	ไม่เคยเข้าร่วม จำนวน (ร้อยละ)	ไม่ทราบ/ไม่มี จำนวน (ร้อยละ)
4. การประกวดหรือแข่งขันต่าง ๆ เช่น การประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE การประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE IDOL มหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ระดับภาคและระดับประเทศ	101 (21.3)	126 (26.5)	211 (44.4)	37 (7.8)
5. กิจกรรมจิตอาสา ในโรงเรียน อำเภอ และจังหวัด	194 (40.8)	189 (39.8)	71 (14.9)	21 (4.4)
6. กิจกรรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด	203 (42.7)	175 (36.8)	84 (17.7)	13 (2.7)
7. กิจกรรมที่ปรึกษาหรือพี่เลี้ยง ในศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE	94 (19.8)	150 (31.6)	192 (40.4)	39 (8.2)
8. การเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ในระดับอำเภอ หรือจังหวัด	106 (22.3)	188 (39.6)	150 (31.6)	21 (6.5)

จากตาราง 8 พบว่า กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่กลุ่มตัวอย่างมีการเข้าร่วมมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ กิจกรรมรณรงค์และประชาสัมพันธ์ เช่น รณรงค์วันต่อต้านยาเสพติดโลก รณรงค์ วันงดสูบบุหรี่โลก รณรงค์วันงดดื่มสุราแห่งชาติ จำนวน 249 คน คิดเป็นร้อยละ 52.2 รองลงมาคือ กิจกรรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด จำนวน 203 คน คิดเป็นร้อยละ 42.7 และ กิจกรรมจิตอาสา ในโรงเรียน อำเภอ และจังหวัด จำนวน 194 คน คิดเป็นร้อยละ 40.8 ตามลำดับ ส่วนกิจกรรมที่ไม่เคยเข้าร่วมหรือไม่ทราบหรือไม่มีมากที่สุด คือ การประกวดหรือแข่งขันต่าง ๆ เช่น การประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE การประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE IDOL มหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ระดับภาคและระดับประเทศ จำนวน 248 คน คิดเป็นร้อยละ 52.2 กิจกรรมที่ปรึกษาหรือ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

พี่เลี้ยง ในศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE จำนวน 231 คน คิดเป็นร้อยละ 48.6 และการเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง กับโครงการ TO BE NUMBER ONE ในระดับอำเภอ หรือจังหวัด จำนวน 271 คน คิดเป็นร้อยละ 38.1

ตาราง 9 จำนวนและร้อยละระดับการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกลุ่มตัวอย่าง (n=475)

ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมใน โครงการ TO BE NUMBER ONE	จำนวน	ร้อยละ
ระดับน้อย	33	6.9
ระดับปานกลาง	240	50.5
ระดับมาก	202	42.5
รวม	475	100.0
$\bar{x}$ = 15.69, SD.=0.607		

จากตาราง 9 พบว่า ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 240 คน คิดเป็นร้อยละ 50.5 รองลงมาคือ ระดับมาก จำนวน 202 คน คิดเป็นร้อยละ 42.5 และระดับน้อย จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 6.9 ตามลำดับ

ตาราง 10 จำนวนและร้อยละจำแนกตามทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายข้อ (n=475)

ทักษะชีวิต ด้านการป้องกันสารเสพติด	ระดับการปฏิบัติ				
	น้อยที่สุด จำนวน (ร้อยละ)	น้อย จำนวน (ร้อยละ)	ปานกลาง จำนวน (ร้อยละ)	มาก จำนวน (ร้อยละ)	มากที่สุด จำนวน (ร้อยละ)
ด้านทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น					
1. การรู้จุดเด่นและความสามารถตนเอง	8 (1.7)	15 (3.2)	95 (20.0)	152 (32.0)	205 (43.2)
2. การรู้สึกภูมิใจในตนเองที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด	17 (3.6)	8 (1.7)	24 (5.1)	83 (17.5)	343 (72.2)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 10 (ต่อ)

ทักษะชีวิต ด้านการป้องกันสารเสพติด	ระดับการปฏิบัติ				
	น้อยที่สุด จำนวน (ร้อยละ)	น้อย จำนวน (ร้อยละ)	ปานกลาง จำนวน (ร้อยละ)	มาก จำนวน (ร้อยละ)	มากที่สุด จำนวน (ร้อยละ)
3. การมีความพยายามและอดทนเมื่อเจอเรื่องยาก โดยไม่ใช้สารเสพติด	21 (4.4)	8 (1.7)	54 (11.4)	67 (14.1)	325 (68.4)
4. การคิดในแง่บวกกับปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยไม่พึ่งสารเสพติด	15 (3.2)	11 (2.3)	49 (10.3)	89 (18.7)	311 (65.5)
5. การปฏิบัติต่อเพื่อนหรือผู้อื่นที่ใช้สารเสพติดด้วยความเคารพ โดยไม่เป็นต้องใช้สารเสพติดตามเพื่อน	20 (4.2)	10 (2.1)	49 (10.3)	99 (20.8)	297 (62.5)
6. การช่วยเหลือเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส ในการป้องกันสารเสพติด	13 (2.7)	18 (3.8)	84 (17.7)	120 (25.3)	240 (50.5)
7. การตั้งเป้าหมายที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด	13 (2.7)	11 (2.3)	31 (6.5)	72 (15.2)	348 (73.3)
ด้านทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์					
8. การสืบค้นหาข้อมูลแยกแยะข้อมูลจริง–เท็จและตระหนักถึงสื่อที่ชักชวนไปสู่ความเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดก่อนตัดสินใจเสมอ	13 (2.7)	11 (2.3)	47 (9.9)	132 (27.8)	272 (57.3)
9. การสามารถวิเคราะห์สถานการณ์ ที่อาจทำให้ถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด	13 (2.7)	11 (2.3)	56 (11.8)	127 (26.7)	268 (56.4)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 10 (ต่อ)

ทักษะชีวิต ด้านการป้องกันสารเสพติด	ระดับการปฏิบัติ				
	น้อยที่สุด จำนวน (ร้อยละ)	น้อย จำนวน (ร้อยละ)	ปานกลาง จำนวน (ร้อยละ)	มาก จำนวน (ร้อยละ)	มากที่สุด จำนวน (ร้อยละ)
10. การสามารถปฏิเสธการใช้สารเสพติด แม้เพื่อนหลายคนทำและชักชวนให้ลอง	17 (3.6)	9 (1.9)	49 (10.3)	79 (16.6)	321 (67.6)
11. การสามารถตัดสินใจโดยใช้เหตุผลมากกว่าใช้อารมณ์ หรือความสนุกชั่วคราว	14 (2.9)	10 (2.1)	55 (11.6)	144 (30.3)	252 (53.1)
12. การสามารถสื่อสารทั้งคำพูดและภาษากาย เช่น การสบตาเพื่อยืนยันคำพูดของตน ต่อการป้องกันสารเสพติด	12 (2.5)	9 (1.9)	71 (14.9)	128 (26.9)	255 (53.7)
13. การกล้าแสดงความคิดเห็นที่ถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันสารเสพติด	13 (2.7)	9 (1.9)	45 (9.5)	172 (36.2)	236 (49.7)
14. การสามารถวางแผนสิ่งที่ต้องทำ โดยการจัดลำดับความสำคัญของการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรม	9 (1.9)	8 (1.7)	84 (17.7)	154 (32.4)	220 (46.3)
15. การเลือกใช้เวลาร่วมกับเพื่อนหรือกลุ่มเพื่อนที่ไม่ชักชวนสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด	11 (2.3)	13 (2.7)	69 (14.5)	81 (17.1)	301 (63.4)
16. การสามารถตัดสินใจให้ความร่วมมือกับเพื่อนหรือครู ในการป้องกันสารเสพติด	14 (2.9)	8 (1.7)	46 (9.7)	127 (26.7)	280 (58.9)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 10 (ต่อ)

ทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด	ระดับการปฏิบัติ				
	น้อยที่สุด จำนวน (ร้อยละ)	น้อย จำนวน (ร้อยละ)	ปานกลาง จำนวน (ร้อยละ)	มาก จำนวน (ร้อยละ)	มากที่สุด จำนวน (ร้อยละ)
ด้านทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด					
17. การรู้จักวิธีควบคุมอารมณ์เมื่อวิตกกังวล โกรธหรือหงุดหงิด โดยไม่ใช้สารเสพติด เช่น สูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์	13 (2.7)	10 (2.1)	38 (8.0)	111 (23.4)	303 (63.8)
18. การสามารถรับมือกับความกดดันได้ โดยไม่ใช้สารเสพติด	13 (2.7)	11 (2.3)	52 (10.9)	97 (20.4)	302 (63.6)
19. การเลือกใช้วิธีผ่อนคลายที่เหมาะสมและสร้างสรรค์ เช่น การออกกำลังกาย เล่นกีฬา เล่นดนตรี หรือเข้าร่วมกิจกรรมใน TO BE NUMBER ONE	16 (3.4)	6 (1.3)	74 (15.6)	101 (21.3)	278 (58.5)
20. การสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ครอบครัว หรือคนรอบข้าง โดยไม่ใช้สารเสพติด	14 (2.9)	4 (0.8)	31 (6.5)	96 (20.2)	330 (69.5)

จากตาราง 10 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ที่ตอบระดับมากที่สุด 3 อันดับ คือ การตั้งเป้าหมายที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด จำนวน 348 คน คิดเป็นร้อยละ 73.3 รองลงมา คือ การรู้สึกภูมิใจในตนเองที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด จำนวน 343 คน คิดเป็นร้อยละ 72.2 และการสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ครอบครัว หรือคนรอบข้าง โดยไม่ใช้สารเสพติด จำนวน 330 คน คิดเป็นร้อยละ 69.5

ข้อที่ตอบปานกลาง มากที่สุด คือ การรู้จุดเด่นและความสามารถตนเอง จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 20 รองลงมา การช่วยเหลือเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส ในการป้องกันสารเสพติด จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 17.7 และการสามารถวางแผนสิ่งที่ต้องทำ จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 17.7 โดยการจัดลำดับความสำคัญของการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรมตามลำดับ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ข้อที่มีการตอบน้อยและน้อยที่สุด คือ การช่วยเหลือเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อมีโอกาสในการป้องกันสารเสพติด จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 การปฏิบัติต่อเพื่อนหรือผู้อื่นที่ใช้สารเสพติดด้วยความเคารพ โดยไม่จำเป็นต้องใช้สารเสพติดตามเพื่อน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 6.3 และการมีความพยายามและอดทนเมื่อเจอเรื่องยาก โดยไม่ใช้สารเสพติด จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 6.1 ตามลำดับ

4.2 ระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร

ตาราง 11 ระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียน ระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร (n=475)

ทักษะชีวิต ด้านการป้องกันสารเสพติด	ระดับทักษะชีวิต ด้านการป้องกันสารเสพติด			รวม	$\bar{x}$	SD.
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง			
1. ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	24 (5.1)	79 (16.6)	372 (78.3)	475 (100)	30.53	5.31
2. ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์	26 (5.5)	95 (20.0)	354 (74.5)	475 (100)	38.86	7.05
3. ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด	19 (4.0)	82 (17.3)	374 (78.7)	475 (100)	17.66	3.37
ภาพรวมทั้ง 3 ด้าน	24 (5.1)	98 (20.6)	353 (74.3)	475 (100)	87.05	14.85

จากตาราง 11 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ภาพรวมอยู่ในระดับมาก จำนวน 353 คน คิดเป็นร้อยละ 74.3 รองลงมาคือระดับปานกลาง จำนวน 98 คน ร้อยละ 20.6 และระดับน้อย จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 5.1 หากพิจารณาทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่มีระดับสูงที่สุด คือ ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด จำนวน 374 คน คิดเป็นร้อยละ 78.7 ($\bar{x}$ =17.66, S.D.=3.37) รองลงมาทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น จำนวน 372 คน

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

คิดเป็นร้อยละ 78.3 ($\bar{x}$ =30.53, S.D.=5.31) และทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ จำนวน 372 คน คิดเป็นร้อยละ 74.5 3 ($\bar{x}$ =38.86, S.D.=7.05) ตามลำดับ

4.3 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE

ตาราง 12 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ด้วยสถิติ Mann–Whitney U test ในตัวแปร 2 กลุ่ม (n=475)

ปัจจัย		n	Median	Mean Rank	Z	p-value
1.อายุ	12 – 15 ปี	243	88	210.46	-5.873	<0.01*
	16 – 19 ปี	232	96	266.84		
2.ระดับชั้น	มัธยมศึกษาตอนต้น	241	88	209.47	-6.032	<0.01*
	มัธยมศึกษาตอนปลาย	234	96	267.38		
3.เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA)	ต่ำกว่า 2.99	26	82	180.85	-2.866	<0.01*
	3.00 ขึ้นไป	449	92	241.31		
4.การพักอยู่อาศัยในปัจจุบัน	พ่อและ/หรือแม่	317	92	231.29	-0.522	0.60
	ญาติ	148	93.50	236.66		
5.สมาชิกชมรม	เป็น	232	96	271.89	-6.899	<0.01*
	ไม่เป็น	243	87	205.65		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มหาวิทยาลัยรังสิต Rangsit University

ตาราง 13 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล และระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ด้วยสถิติ Kruskal-wallis test ในตัวแปร 3 กลุ่ม (n=475)

ปัจจัย		n	Median	Mean Rank	X^2	p-value
1. เพศ	ชาย	130	92	230.47	8.880 df = 2	0.012
	หญิง	304	93	248.66		
	เพศทางเลือก	41	79	182.84		
2. การเข้าร่วมโครงการ	ระดับน้อย	33	81	158.65	72.241 df = 2	<0.01*
	ระดับปานกลาง	240	88	197.48		
	ระดับสูง	202	96	299.10		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 และตาราง 13 ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE พบว่า โดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทุกด้าน ยกเว้นด้านการพักอยู่อาศัยในปัจจุบัน ไม่แตกต่างกัน หากพิจารณาทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด เป็นรายด้าน พบว่า เพศหญิงมีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูง มากกว่าเพศชายและเพศทางเลือก (X^2 =23.096 , p<0.01) อายุ 16-19 ปี มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ระดับสูง มากกว่าอายุ 12-15 ปี (X^2 =34.69, p<0.01) ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูง มากกว่ามัธยมศึกษา (X^2 =37.10, p<0.01) เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) 3.00 ขึ้นไป มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูง มากกว่าเกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) ต่ำกว่า 2.99 (X^2 =19.32, p<0.01) ตำแหน่งเป็นสมาชิกชมรม มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ระดับสูง มากกว่า ไม่เป็นสมาชิกชมรม (X^2 =50.54 , p<0.01) และ ระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ในระดับมาก มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูง มากกว่า ระดับปานกลางและระดับน้อย (X^2 =58.52 , p<0.01)

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นรูปแบบวิจัยแบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional Research) เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร และเพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนเยาวชนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2568 ที่กำลังศึกษาอยู่ ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร และเป็นโรงเรียนที่มีการดำเนินโครงการTO BE NUMBER ONE ในจังหวัดสกลนคร จำนวน 34 แห่ง โดยมีนักเรียนทั้งหมด จำนวน 35,028 คน ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 475 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ส่วนได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม การเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด วิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ (Descriptive Statistics) ร้อยละ(Percentage) ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(Standard Deviation) สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ สถิติ Mann–Whitney U ในตัวแปร 2 กลุ่ม และ Kruskal-wallis test กับตัวแปร 3 กลุ่ม

5.1 สรุปผล

5.1.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างนักเรียนมัยมศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 304 คน คิดเป็นร้อยละ 64.0 อายุระหว่าง 12-15 ปี จำนวน 243 คน คิดเป็นร้อยละ 51.2 อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 241 คน คิดเป็นร้อยละ 50.7 เกรดเฉลี่ยสะสม อยู่ในระดับ 3.00 ขึ้นไป จำนวน 449 คน คิดเป็นร้อยละ 94.5 และอยู่ในระดับต่ำกว่า 2.99 จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 5.5 (Median=3.73, S.D=0.38) อาศัยอยู่กับพ่อและ/หรือแม่ จำนวน 317 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 เป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE จำนวน 232 คน และไม่ได้เป็นสมาชิกชมรม จำนวน 243 คน คิดเป็นร้อยละ 51.2

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 240 คน คิดเป็นร้อยละ 50.5 รองลงมาคือ ระดับมาก จำนวน 202 คน คิดเป็นร้อยละ 42.5 และระดับน้อย จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 6.9 ตามลำดับ

5.1.2 ทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ภาพรวมอยู่ในระดับสูง จำนวน 353 คน คิดเป็นร้อยละ 74.3 ($\bar{x}$ =87.05, S.D. = 14.85) โดยมีทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดอยู่ในระดับสูงมากที่สุด จำนวน 374 คน คิดเป็นร้อยละ 78.7 ($\bar{x}$ =17.66, S.D.=3.37) รองลงมาทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น จำนวน 372 คน คิดเป็นร้อยละ 78.3 ($\bar{x}$ =30.53, S.D.=5.31) และทักษะการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ จำนวน 372 คน คิดเป็นร้อยละ 74.5 3 ($\bar{x}$ =38.86, S.D.=7.05) ตามลำดับ

เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีการตอบระดับมากที่สุด คือ การตั้งเป้าหมายที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด จำนวน 348 คน คิดเป็นร้อยละ 73.3 รองลงมา คือ การรู้สึกภูมิใจในตนเองที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด จำนวน 343 คน คิดเป็นร้อยละ 72.2 และการสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ครอบครัว หรือคนรอบข้าง โดยไม่ใช้สารเสพติด จำนวน 330 คน คิดเป็นร้อยละ 69.5

ข้อที่ตอบปานกลาง มากที่สุด คือ การรู้จุดเด่นและความสามารถตนเอง รองลงมา การช่วยเหลือเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส ในการป้องกันสารเสพติด และการสามารถวางแผนสิ่งที่ต้องทำ โดยการจัดลำดับความสำคัญของการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรม ตามลำดับ

ข้อที่มีการตอบน้อยและน้อยที่สุด คือ การช่วยเหลือเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อมีโอกาสในการป้องกันสารเสพติด จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 การปฏิบัติต่อเพื่อนหรือผู้อื่นที่ใช้สารเสพติดด้วยความเคารพ โดยไม่จำเป็นต้องใช้สารเสพติดตามเพื่อน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 6.3 และการมีความพยายามและอดทนเมื่อเจอเรื่องยาก โดยไม่ใช้สารเสพติด จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 6.1 ตามลำดับ

5.1.3 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกลุ่มตัวอย่าง

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศหญิงมีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูงมากกว่าเพศชายและเพศทางเลือก (X^2 =23.096 , p<0.01) อายุ 16-19 ปี มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูงมากกว่าอายุ 12-15 ปี (X^2 =34.69, p<.01) ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูง มากกว่ามัธยมศึกษา (X^2 =37.10, p<0.01) เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) 3.00 ขึ้นไป มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูงมากกว่าเกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) ต่ำกว่า 2.99 (X^2 =19.32, p<.01) การเป็นสมาชิกชมรมมีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูง มากกว่า ไม่เป็นสมาชิกชมรม (X^2 =50.54, p<0.01)

ระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ในระดับมาก มีทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระดับสูงมากกว่า เข้าร่วมระดับปานกลางและระดับน้อย (X^2 =58.52, p<0.01)

5.2 อภิปรายผล

จากผลการศึกษาระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร ผู้วิจัยอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ได้ดังนี้

5.2.1 ระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด

ผลการการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ภาพรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่มีระดับสูงที่สุด คือ ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด รองลงมาเป็นทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น และทักษะการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ตามลำดับ จึงส่งผลให้ระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด ภาพรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ส่วนใหญ่มีการตั้งเป้าหมายที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด สอดคล้องกับแนวคิดของโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่มุ่งเน้นให้รณรงค์ ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด เป็นข้อกำหนดที่โรงเรียนเข้าร่วมการดำเนินงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE ต้องมีกิจกรรมให้ความรู้และรณรงค์ต่อเนื่อง ทำให้เยาวชนได้รับรู้เกี่ยวกับโทษของสารเสพติด ซึ่งพบว่ามากกว่าครึ่งเยาวชนมีการเข้าร่วมมากที่สุด นอกจากนี้ จุดเด่นโครงการ มุ่งเน้นให้เยาวชนเป็นหนึ่งไม่พึ่งยาเสพติด เน้นกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์นันทนาการ พัฒนาความสามารถ พบว่าสองในสามมีการเข้าร่วมทุกครั้ง ส่งผลให้เยาวชนเกิดความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่าเยาวชนมีความรู้สึกภูมิใจในตนเองที่

ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด สอดคล้องกับการศึกษาของ ณิศาพิชญาภัค มีสมศักดิ์ และคณะ (2569) ได้จัดทำโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะชีวิตการป้องกันการใช้กัญชา เพื่อการสันทนาการในเด็กวัยรุ่นตอนต้น ด้วยกิจกรรมให้ความรู้ รวมทั้งเน้นกิจกรรมการแก้ปัญหาจากสถานการณ์จำลอง ฝึกทักษะคิดวิเคราะห์ แก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ แลกเปลี่ยนในรายกลุ่มและเผยแพร่ความรู้ ซึ่งผลพบว่า ช่วยเพิ่มทักษะชีวิตได้ เมื่อพิจารณาถึงกิจกรรมที่จัดมีความคล้ายกับโครงการ TO BE NUMBER ONE และยังสอดคล้องกับข้อค้นพบของ อุทัย เกลือสีโท (2568) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจและป้องกันปัญหายาเสพติด ของนักเรียนโรงเรียนสระพังวิทยาคม พบว่า การดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างเป็นระบบช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้เยาวชนและสมาชิกได้จริง ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ น้อยกว่าทักษะด้านอื่น โดยกลุ่มตัวอย่างน้อยกว่าครึ่งมีความสามารถวางแผนสิ่งที่ต้องทำ โดยการจัดลำดับความสำคัญของการเรียนกับการเข้าร่วมกิจกรรม และการกล้าแสดงความคิดเห็นที่ถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันสารเสพติด เมื่อพิจารณากิจกรรมของโครงการ ที่เน้นทักษะด้านนี้ ได้แก่ กิจกรรมที่ปรึกษาหรือพี่เลี้ยงศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE กิจกรรมการประกวดหรือแข่งขันต่าง ๆ เช่น การประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE การประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE IDOL การเข้าร่วมมหกรรม TO BE NUMBER ONE ระดับภาคและระดับประเทศ กิจกรรมสร้างสรรค์และพัฒนาความสามารถ หรือการเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ TO BE NUMBER ONE ในระดับอำเภอและจังหวัด สะท้อนให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างขาดทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ ดังนั้น โรงเรียนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรสนับสนุนให้เยาวชนเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวมากขึ้น ร่วมกับส่งเสริมให้มีกิจกรรมที่เพิ่มทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์มากขึ้น เช่นเดียวกับการศึกษาของอณัญญา ขุนศรี (2564) ที่พบว่า การดำเนินงานต้องร่วมกับภาคีเครือข่าย ให้เข้ามามีบทบาทและส่วนร่วมกับโรงเรียน ในการร่วมจัดโปรแกรมที่เน้นทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ และจัดเวทีให้เยาวชนกล้าแสดงความคิดเห็นเพิ่มมากขึ้น

5.2.2 เปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE

ผลการศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนี้

ปัจจัยด้านเพศ ผลการศึกษาพบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับระดับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยเพศหญิงมีระดับทักษะชีวิตสูงกว่าเพศชายและเพศทางเลือก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเพศหญิง มีพัฒนาการด้านสังคม และการจัดการอารมณ์ ความเห็นอกเห็นใจ และเปิดรับความช่วยเหลือมากกว่า โดยเพศชายจะเผชิญปัญหาเองสอดคล้องกับการศึกษาของ อุษาวดี สุตะภักดิ์ (2025) ที่พบว่า เพศหญิงมีทักษะด้านการจัดการอารมณ์และการตัดสินใจสูงกว่าเพศชาย ขณะที่เพศทางเลือก อาจจะมีความเครียดจากการไม่ยอมรับหรือถูกกลั่นแกล้ง ทำให้สภาวะจิตใจไม่มั่นคง ทำให้มีผลต่อทักษะชีวิตได้เช่นกัน ยืนยันได้จากผลการศึกษาของ ปริยศ กิตติธีระศักดิ์ (2562) และกิจกรรมในโครงการส่วนใหญ่ เน้นการแสดงและการประกวดบนเวที ทำให้เพศชายมีการเข้าร่วมน้อย แต่มีการเข้าร่วมในกิจกรรมกีฬาเป็นส่วนมาก ดังนั้น โรงเรียนควรจัดกิจกรรมที่หลากหลาย หรือการสำรวจความต้องการกับนักเรียน เพื่อจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจในแต่ละปี รวมทั้งเสนอแนะต่อโครงการ TO BE NUMBER ONE ในการเพิ่มกิจกรรม ให้ครอบคลุมส่งเสริมให้เหมาะสมกับความต้องการของนักเรียนทั้งเพศหญิง เพศชาย และเพศทางเลือก และการศึกษาครั้งนี้มีข้อจำกัด ด้านสัดส่วนของเพศ ซึ่งต้องได้รับการศึกษาเพิ่มเติม เนื่องจากว่า จากข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงถึง 2 ใน 3 ดังนั้นควรมีการศึกษาประเด็นด้านเพศในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน

ด้านอายุ ผลการศึกษาพบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับระดับทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยเยาวชนที่มีอายุ 16-19 ปี มีระดับทักษะชีวิตที่สูงกว่า ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากพัฒนาการในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ด้านความคิดและสติปัญญามีความคิดยืดหยุ่น มีการวิเคราะห์เชิงเหตุผลและเริ่มวางแผนอนาคตตนเองได้ดีขึ้น มีประสบการณ์ในการดำเนินชีวิต การเรียนรู้ทางสังคม และความสามารถในการคิดวิเคราะห์มากกว่า ส่งผลให้มีทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาที่ซับซ้อนได้ดีกว่า เยาวชนที่มีอายุน้อย12-15 ปี ที่มีพัฒนาการทางสมองด้านคิดเชิงเหตุผล ที่มีการพัฒนาสมองส่วนหน้ายังไม่สมบูรณ์ ทำให้การคิดตัดสินใจจากอารมณ์มากกว่าเหตุผล (Utami.
et al. 2026) และในวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีพัฒนาการให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน มีความอยากรู้อยากลองมีความต้องการอิสระ นำสู่พฤติกรรมเสี่ยงเกี่ยวข้องกับสารเสพติด จากข้อมูลสถิติพบว่าช่วงวัยที่มีการใช้สารเสพติดเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว อายุ 17-19 ปี (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2566) แต่อย่างไรก็ตาม ในกลุ่มที่มีอายุมากกว่าควรได้รับการส่งเสริมให้เข้าร่วมกิจกรรม TO BE NUMBER ONE อย่างต่อเนื่องและเพิ่มทักษะ

การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม เพราะวัยนี้เป็นวัยเปลี่ยนผ่านเข้าสู่มหาวิทยาลัย ขณะเดียวกันในช่วงของอายุ 12-15 ปี โรงเรียนควรสนับสนุน หรือกลยุทธ์ในการส่งเสริมกิจกรรมที่เน้นเพื่อนรุ่นพี่ที่เป็นต้นแบบเยาวชนเก่งและดี TO BE NUMBER ONE (TO BE NUMBER ONE IDOL) ใช้กลุ่มเพื่อนในการดึงเข้ามามีส่วนร่วม เนื่องจากว่าวัยนี้เพื่อนมีอิทธิพลที่ต้องการการยอมรับจากเพื่อนมากที่สุด

ด้านระดับชั้น ผลการศึกษาพบว่า ระดับชั้นมีความสัมพันธ์กับระดับทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักเรียนที่อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีระดับทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีประสบการณ์ในการเผชิญปัญหามากกว่า และมีการเรียนรู้สังคมมากกว่า รวมทั้งมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียนและโครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างต่อเนื่องมากกว่า ซึ่งแตกต่างจากพิชญ์สินี ณ ระนอง และธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน (2567) ที่ไม่พบความแตกต่าง ทั้งนี้อาจเกิดจากความแตกต่างด้านรูปแบบกิจกรรมและสภาพแวดล้อมของสถานศึกษา ดังนั้น โรงเรียนสนับสนุน ส่งเสริมกิจกรรมให้ได้ฝึกประสบการณ์ ตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และมีการดำเนินการกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

ด้านเกรดเฉลี่ยสะสม(GPA) ผลการศึกษาพบว่า เกรดเฉลี่ยสะสม(GPA) มีความสัมพันธ์กับระดับทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักเรียนที่มีผลการเรียน 3.00 ขึ้นไปมีระดับทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำกว่า ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักเรียนที่มีผลการเรียนดีมีความรับผิดชอบในตนเอง มีวินัย และสามารถวางแผนการดำเนินชีวิตได้ดี ส่งผลให้มีความสามารถและในกลุ่มที่มีผลการเรียนที่สูง สะท้อนให้เห็นว่า มีความผูกพันและเจตคติที่ดีต่อโรงเรียน รวมถึงแรงเสริมเชิงบวก จากครูและผู้ปกครอง ส่งผลให้เกิดความตระหนักรู้และคุณค่าของตนเองสูงขึ้นตามไปด้วย ซึ่งจากข้อมูลพบว่า กลุ่มตัวอย่าง 2 ใน 3 มีความรู้สึกภูมิใจในตนเอง ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติดมีการตอบมากที่สุด ขณะเดียวกันในกลุ่มที่เกรดเฉลี่ยสะสมต่ำ จะประสบภาวะปัญหาเครียด และขาดความภาคภูมิใจในตนเอง และอาจมองว่าตนเองไม่มีคุณค่า (Fothergill. at al 2008) นอกจากนี้ คนที่มีเกรดเฉลี่ยสะสมสูง สะท้อนถึงการมีทักษะการคิดวิเคราะห์ แก้ปัญหา ประเมินสถานการณ์ มาประยุกต์ใช้อย่างเป็นระบบ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่ง สามารถวิเคราะห์สถานการณ์และการสืบค้นข้อมูลจริงเท็จมากขึ้นต่อการตัดสินใจและปฏิเสธการใช้สารเสพติดแม้เพื่อนจะชักชวนก็ตาม ขณะที่คนมีเกรดเฉลี่ยสะสมต่ำ อาจจะมีข้อจำกัดด้านการประมวลผลข้อมูล ทำให้มีการตัดสินใจจากอารมณ์มากกว่าเหตุผล เช่นเดียวกับการศึกษาของ Rai. at al (2022) ชี้ให้ว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์กับ

ทักษะชีวิต และทัศนคติที่ไม่ดีต่อการดื่มแอลกอฮอล์ สะท้อนให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์

ด้านการเป็นสมาชิกชมรม ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มเยาวชนที่เป็นสมาชิกชมรมมีระดับทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มเยาวชนที่ไม่ได้เป็นสมาชิก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการเป็นสมาชิกชมรม และบางคนมีบทบาทในชมรม ได้รับโอกาสในการฝึกความรับผิดชอบ การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการตัดสินใจอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งบทบาทของสมาชิกในโครงการ ต้องมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้รับรู้ข้อมูลและได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตต่อเนื่อง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ Forozan Ganji และคณะ (2022) พบว่าการเรียนรู้ผ่านการกล้าแสดงออก และการลงมือปฏิบัติจริง ช่วยเสริมสร้างทักษะชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามเมื่อ พิจารณาข้อมูลการเป็นสมาชิกพบว่า ส่วนใหญ่มากกว่าครึ่งไม่ได้เป็นสมาชิกชมรม ดังนั้น โรงเรียน ครูและผู้ปกครอง ควรสนับสนุน ส่งเสริมโอกาสให้เยาวชนได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกของชมรม ร่วมกับผลักดันให้เข้าร่วมกิจกรรมของโครงการ TO BE NUMBER ONE และกิจกรรมของโรงเรียนอย่างต่อเนื่อง

ด้านระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ผลการศึกษาพบว่า เยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมระดับสูงมีทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่เข้าร่วมระดับปานกลางและน้อย ทั้งนี้เนื่องจากว่าเยาวชนส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรม อาจมีการรับรู้กิจกรรมน้อยทำให้ขาดการ

เข้าร่วม ขณะที่กลุ่มเยาวชนที่มีระดับการเข้าร่วมมากที่สุด ส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมรณรงค์และประชาสัมพันธ์ ซึ่งทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจและตระหนักในป้องกันสารเสพติด สอดคล้องกับการศึกษาของฉวีวรรณ เผ่าพันธุ์ และคณะ (2567) ที่พบว่านักศึกษาและแกนนำชมรม TO BE NUMBER ONE ที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE มีพฤติกรรมการป้องกันสารเสพติดในระดับมาก แต่การศึกษานี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการเข้าร่วมเป็นบางครั้ง ไม่เคยเข้าร่วมและไม่ทราบถึงกิจกรรม สะท้อนให้เห็นว่า การเข้าร่วมกิจกรรมไม่ต่อเนื่อง อาจเนื่องมาจากความแตกต่างของโรงเรียน มีความพร้อมและข้อจำกัดในการจัดกิจกรรม เช่น โรงเรียนขนาดเล็กไม่สามารถจัดกิจกรรมการแสดงการประกวด หรือการจัด TO BE NUMBER ONE CAMP การอบรมป้องกันสารเสพติด เนื่องจากขาดงบประมาณ ขาดความต่อเนื่อง ความเข้มข้นของกิจกรรมและระยะเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมของโครงการ เช่นเดียวกับการศึกษาของบุญเลี้ยง จอดนอก (2567) พื้นที่การศึกษาของแต่ละโรงเรียนมีความแตกต่างกัน ในด้านความถี่ของกิจกรรมและความต่อเนื่อง ขาดเครือข่ายภายในภายนอกตามความต้องการเฉพาะเรื่องที่จะพัฒนา รวมทั้งบุคคลกรที่พัฒนาความรู้ความสามารถของนักเรียน ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สำนักงาน

สาธารณสุขจังหวัด ควรประเมินความพร้อมหรือข้อจำกัด ต่อการพิจารณาสนับสนุนด้านการจัดกิจกรรม หรือวิทยากรให้กับโรงเรียนดำเนินงานต่อเนื่อง รวมทั้งส่งเสริมให้โรงเรียนทั้งหมดเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.1 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1. โรงเรียนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมให้เยาวชนนักเรียนเป็นสมาชิกชมรม และส่งเสริมเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในกลุ่มเพศชายและเพศทางเลือก ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้มีระดับผลการเรียนต่ำ โดยออกแบบกิจกรรมเพิ่มทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจอย่างสร้างสรรค์ ร่วมกับกิจกรรมที่มีความหลากหลายสอดคล้องกับปัจจัยส่วนบุคคล

2. การเปิดโอกาสให้เยาวชนมีบทบาทเป็นแกนนำหรือกรรมการชมรม เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง

3. สำนักงานสาธารณสุขและสถานศึกษาควรบูรณาการการพัฒนาทักษะชีวิตเข้ากับกิจกรรมการเรียนการสอนและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนให้สอดคล้องกัน และเพิ่มการวัดประเมินผลทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด

5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1.ควรศึกษาปัจจัยอื่นเพิ่มเติม เช่น สภาพแวดล้อมครอบครัว แรงสนับสนุนทางสังคม และการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งอาจมีผลต่อทักษะชีวิตของเยาวชน

2.ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงทดลองหรือกึ่งทดลอง เพื่อประเมินประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในระยะยาว

3. การศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดระหว่างโรงเรียนที่เข้าร่วมและไม่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE

บรรณานุกรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บรรณานุกรม

กระทรวงศึกษาธิการ. (2567). *รายงานสถานการณ์การป้องกันยาเสพติดในสถานศึกษา*. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

กรมกิจการเด็กและเยาวชน. (2568). *รายงานสถานการณ์ด้านเด็กและเยาวชน ไตรมาส 1–2568* https://www.dcy.go.th/public/mainWeb/file_download/1744184236317596017986.pdf

กรมสุขภาพจิต. (2540). *คู่มือการจัดกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต.

_____. (2541). *คู่มือการพัฒนาทักษะชีวิต*. กรุงเทพฯ: กองสุขภาพจิตสังคม กระทรวงสาธารณสุข.

_____. (2545). *คู่มือทักษะชีวิตสำหรับครู*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

_____. (2565). *รายงานสถานการณ์สุขภาพจิตคนไทย*. https://www.dmh.go.th/

_____. (2560). *คู่มือการดำเนินงานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี (ฉบับปรับปรุงใหม่ พ.ศ. 2560)*. สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE.

_____. (2560). *คู่มือการประกวดกิจกรรม ฉบับปรับปรุงใหม่*. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. https://www.tobenumber1.net/dataservice/ds2-manualAndTech.php

_____. (2563). *คู่มือการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE*. ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE กระทรวงสาธารณสุข.

กรมอนามัย. (2568). *รายงานการพัฒนาบริการสุขภาพที่เป็นมิตรสำหรับวัยรุ่นและเยาวชนไทย*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

_____. (2558). *ความหมายของทักษะชีวิต*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

กองควบคุมวัตถุเสพติด สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข. (2566). *บทลงโทษเกี่ยวกับยาเสพติด*. https://www.fda. moph.go.th/sites/Narcotics/SitePages/Main_Penaltynarcotic.aspx

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

กลุ่มงานควบคุมโรคติดต่อฯ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร. (2568). *รายงานผลการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร ประจำปีงบประมาณ 2568*. สกลนคร: สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร.

กิตติพงษ์ มะโนวรรณ. (2563). *ทักษะชีวิตของเยาวชนในพื้นที่เสี่ยงต่อยาเสพติด ภาคเหนือตอนบน*. วิทยานิพนธ์. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.

ขนิษฐา สุขทวี. (2562). แนวทางการสร้างเครือข่ายกิจกรรมจิตอาสาที่ส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดนครนายก. *วารสารวิชาการวิทยาลัยบริหารศาสตร์*, 3(3): 65-77.

จิติมา วรรณศรี. (2566). *การบริหารจัดการสู่คุณภาพผู้เรียนและสถานศึกษา*. พิษณุโลก: รัตนสุวรรณการพิมพ์ 3.

ฉวีวรรณ เผ่าพันธุ์ วัชรินทร์ ทองสีเหลือง และมัณฑนา กลมเกลียว (2567). การพัฒนารูปแบบจัดการสุขภาพชุมชน เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จังหวัดมหาสารคาม. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม*, 18(1), 47–57.

ชวัลวิทย์ จินดา. (2560). *การพัฒนารูปแบบการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นในสถานศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ปร.ด. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.

ณิศาพิชญาภัค มีสมศักดิ์ และคณะ. (2567). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครพนม. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา*, 30(1), 1–15. https://he02.tci-thaijo.org/index.php/Jolbcnm/article/view/277268/190816

ณีรนุช วรไธสง. (2562). ความรู้เท่าทันสารเสพติดในนักเรียนมัธยมศึกษาโรงเรียนสกลนครพัฒนศึกษา จังหวัดสกลนคร. *วารสารการพัฒนาชุมชนสุขภาพ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 7(2), 215–229.

ดุสิต ทีบุญมา, ไพศาล วรคำ, และพงศ์ธร โพธิ์พูลศักดิ์. (2556). การสร้างแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม*, 7(3), 137–146. https://so05.tci-thaijo.org/index.php/rmuj/article/view/19425

ถิรนันท์ ผิวผา. (2560). *ผลของโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตต่อภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย*. วิทยานิพนธ์ พ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ธนภัทร ธนภทฺโท (ทิพย์วงษ์) และคณะ. (2566). การพัฒนาระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนผ่านโครงการ TO BE NUMBER ONE. *วารสารวิชาการสุขภาพจิตและจิตเวช*, 1(1), 45-58.

ธีรวัฒน์ พงศ์ภาณุพัฒน์ และคณะ. (2025). โปรแกรมการสอนสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นตำบลบ้านยาง อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์. *วารสารสิ่งแวดล้อมศึกษาการแพทย์และสุขภาพ*, 10(1), 51–59.

นฤมล จันทร์มา และรังสิยา วงศ์อุปปา. (2024). การใช้สารเสพติดของเยาวชนไทย. *วารสารการพัฒนาสุขภาพชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 12(1), 1–18. https://he05.tci-thaijo.org/index.php/CHDMD_KKU/article/view/6730

นวลจันทร์ มณีนพรัตน์. (2558). *ผลการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ในโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดนนทบุรี*. วิทยานิพนธ์. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

บุญเลี้ยง จอดนอก & ปัญญา รัฐฎน์จันทร์กอง. (2024). การศึกษาสภาพปัจจุบัน ในการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนให้ปลอดภัยจากสารเสพติดและการถูกล่วงละเมิดทางเพศกรณีศึกษาโรงเรียนขยายโอกาสสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี. *วารสารวิชาการวิทยาลัยสันตพล*, 10(2), 88-99.

ปริยศ กิตติธีระศักดิ์. (2562). แบบจำลองความเครียดในคนกลุ่มน้อย: กรอบแนวคิดของภาวะเสี่ยงทางสุขภาพจิตในคนกลุ่มน้อยทางเพศและเพศสภาวะ. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*, 33(1), 1-17.

ปัทมา ศรีหะจันทร์. (2559). *ทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดร้อยเอ็ด*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.

ผกามาศ โรยทอง. (2565). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเสพยาเสพติดของเด็กและเยาวชนที่เข้ารับการบำบัดในสถานบริการจังหวัดภูเก็ต. *วารสารศาสตร์สุขภาพและการศึกษา*, 2(3), 63–80.

พนม เกตุมาน. (2550). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.

พรพิมล เจียมนาครินทร์. (2539). *พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น*. (ม.ป.พ.)

พัชรี เลิศล้ำ. (2564). การรับรู้ประโยชน์ของโครงการ TO BE NUMBER ONE และพฤติกรรมการป้องกันยาเสพติดของเยาวชนในสถานศึกษา. *วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์*, 2(1), 89-105

พัฒน์พงศ์ ตันเจริญ. (2562). *การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษา ครูในมหาวิทยาลัยสวนดุสิต.* ดุษฎีนิพนธ์ ปร.ด. สาขาวิชาวิจัยวัดผลและสถิติการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา.

พิชญ์สินี ณ ระนอง และธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. (2567). ความสัมพันธ์ของสัมพันธภาพในครอบครัว มิตรภาพ และทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษา. *Journal of Educational Management and Practical Teaching*, 3(2), 45–60.

มนัสนันท์ ผลานิสงค์และคณะ. (2564) *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันยาเสพติดของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ สังกัดอาชีวศึกษา จังหวัดกำแพงเพชร. รายงานการวิจัย*. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร กระทรวงสาธารณสุข.

มูลนิธิไร้ท์ ทูเพลย์. (2560). *รหัสครูศตวรรษที่ 21 ทักษะชีวิตการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตแห่งศตวรรษที่ 21*. https://www.unicef.org/thailand/media/966/file/21st%20Century%20Skills%20Education%20Teacher%20Manual.pdf

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2553). *การส่งเสริมทักษะชีวิต: กลยุทธ์การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด*. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต.

วรพจน์ พรหมณะ. (2561). *ทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดนครศรีธรรมราช*. วิทยานิพนธ์. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช.

วราภรณ์ ประทีปธีรานันต์. (2562). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ต้องขังคดียาเสพติด ในจังหวัดสุพรรณบุรี. *วารสารพยาบาล*, 68(1), 49–57. https://he02.tci-thaijo.org/index.php/TJN/article/view/203982

วิระญา กิจรัตน์. (2560). *การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น*. วิทยานิพนธ์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ศรัญญา อิชิดะ. (2553). *พัฒนาการของวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย.

ศูนย์บำบัดยาเสพติด Day One Rehab Center. (2568). *รายงานสถานการณ์ผู้เสพและผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: ศูนย์บำบัดยาเสพติด Day One Rehab Center.

สมชาย ธัญธนกุล. (2553). วัยรุ่นกับยาเสพติด. *วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร*, 12(3), 167–173.

สมศักดิ์ และคณะ. (2567). ประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตต่อ ความรู้และพฤติกรรมการป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทาง การศึกษาจังหวัดเพชรบุรี. *วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ*, 12(2), 45–53.

สิริพรรณ นามละคร (2567). การศึกษาความต้องการจำเป็นและเสนอแนวทางในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *Research and Development Journal Suan Sunandha Rajabhat University*,16(2), 24–40. https://so05.tci-thaijo.org/index.php/irdssru/article/view/273352

สุดารัตน์ พิมลรัตนกานต์. (2558). *การพัฒนาตัวบ่งชี้ทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ปร.ด. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สุจิตรา ตรีรัตนนุกูล และคณะ. (2564). การพัฒนามาตรวัดทักษะชีวิตของนักเรียนอาชีวศึกษาจังหวัดฉะเชิงเทรา. *วารสารวิจัยและพัฒนาหลักสูตร*, 11(2), 120-135.

สุภาพร ภาภักดี. (2563). *การพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ปร.ด. ปทุมธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.

สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2551). *พัฒนาการวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2566). *จับตาทิศทางสุขภาพคนไทยปี 2567 ThaiHealth Watch 2024*. https://www.thaihealth.or.th/wp-content/uploads/2023/12/Thaihealth-Watch-2024-1.pdf

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสกลนคร. (2568). https://www.sesaosakon.go.th/web2023/?page_id=21140

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2564). *แนวทางการป้องกันยาเสพติดในสถานศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

_____. (2566). *แผนระดับชาติว่าด้วยการป้องกัน ปราบปราม และแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ. 2566-2570*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2567). *แผนปฏิบัติการด้านการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด พ.ศ. 2567*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.

_____. (2564). *แนวทางการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาเสพติด*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.

_____. (2567). นโยบายและแผน ยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ. 2566–2570. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2546). *แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตในสถานศึกษา*. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

_____. (2555). *คู่มือการดำเนินงานชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา*. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

_____. (2551). *กรอบหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

_____. (2559). *การบูรณาการทักษะชีวิตในสถานศึกษา*. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

สำนักปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2553). *ความหมายและองค์ประกอบของทักษะชีวิต.* กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

สำนักงานเลขานุการคณะกรรมการบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด. (2565). *แนวทางการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

สุขภาพคนไทย. (2566). *คำสัญญาของไทยใน “คอป” (COP: Conference of Parties) กับการรับมือ “โลกรวน”*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม.

สุชาดา พีรวิทย์. (2548). *ทักษะชีวิตเพื่อการพัฒนาตนเอง*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุทธญาณ์ จำปาทอง, จำเนียร พลหาญ และอุรสา พรหมทา. (2564). รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *Dhammathas Academic Journal, 21*(4), 129-142

สุพัตรา มหาโชติ. (2560). *ความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE กับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์ ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

สุภาวดี แก้วสุข. (2560). ทักษะชีวิต: เครื่องมือสำคัญในการพัฒนาเยาวชน. *วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย*, 12(38), 12-23.

สุวพันธุ์ คะโยธา และวุธิพงศ์ ภักดีกุล. (2562). ปัจจัยเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดและปัจจัยที่มีผลต่อการป้องกันยาเสพติดของเยาวชนในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตเทศบาลนครสกลนคร. *วารสารโรงพยาบาลสกลนคร*,

อณัญญา ขุนศรี และ พรสุข หุ่นนิรันดร์. (2568). การพัฒนารูปแบบการป้องกันการใช้สารเสพติดของ วัยรุ่นโดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในเขตสุขภาพที่ 8. *Journal of Buddhist Anthropology*, 6(11), 82-98.

อภิญญา วงศ์ใหญ่. (2562). *ผลการจัดกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตตามแนวทางโครงการ TO BE NUMBER ONE ของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา*. วิทยานิพนธ์. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม.

อาภาพร เผ่าวัฒนา. (2552). *การพยาบาลอนามัยชุมชน: แนวคิดและการปฏิบัติ*. ห้างหุ้นส่วนจำกัด วี.เจ.พริ้นติ้ง.

อุทัย เกลือสีโท. (2568). การพัฒนารูปแบบการดำเนินงานโครงการ To Be Number One เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ และป้องกันปัญหายาเสพติดของนักเรียนโรงเรียนสระพังวิทยาคม. *วารสารวิจัยและพัฒนาอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง*, 5(1), 64–74. https://so14.tci-thaijo.org/index.php/RDGMSJournal/article/view/2377

อุษาวดี สุตะภักดิ์. (2025). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมป้องกันการใช้กัญชาและกระท่อมเพื่อการนันทนาการของผู้ปกครองนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่. *วารสารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยบูรพา*, 20(1), 36–50.

Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.

Ebrahem, S. M., Radwan, H. A., & El Amrosy, S. (2022). The effectiveness of life skills training on assertiveness, self-esteem and aggressive behavior among patients with substance use disorders. *International Egyptian Journal of Nursing Sciences and Research*, 2(2), 413-431.

Fothergill, K. E., Ensminger, M. E., Green, K. M., Crum, R. M., Robertson, J., & Juon, H. S. (2008). The impact of early school behavior and educational achievement on adult drug use disorders: a prospective study. *Drug and alcohol dependence*, 92(1-3), 191–199. https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2007.08.001

Ganji, F., Khani, F., Karimi, Z., & Rabiei, L. (2022). Effect of assertiveness program on the drug use tendency, mental health, and quality of life in clinical students of Shahrekord University of Medical Sciences. *Journal of education and health promotion*, 11, 48.

Haug, S., Paz Castro, R., Meyer, C., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2017). A mobile phone-based life skills training program for substance use prevention among adolescents: pre-post study on the acceptance and potential effectiveness of the program, Ready4life. *JMIR mHealth and uHealth*, 5(10), e143.

Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607–610.

Rai, K. K., & Vandana (2022). Role of life-skills and attitude toward alcohol abuse in predicting academic achievement of school students. *Journal of education and health promotion*, 11, 369. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1777_21

Rappaport, J. (1987). Terms of empowerment/exemplars of prevention: Toward a theory for community psychology. *American Journal of Community Psychology*, 15(2), 121-148.

Thailand Policy Lab (2021) https://thailandpolicylab.com/

Shrestha, S., Velayudhan, B., & Khattri, J. B. (2024). Effectiveness of School-based Substance abuse Prevention Programme (SSPP) on awareness, attitude, peer pressure, and life skills among adolescents in selected public schools of Pokhara, Nepal–A cluster randomized trial protocol. *Mental Health & Prevention*, 34, 200342.

UNICEF. (2001). *What is the Life Skills Approach*. Explore Ideas Articles, Opinions, and Research about Teaching and Learning.

UNODC. (2022). https://www.unodc.org/unodc/en/data-and-analysis/wdr-2022_booklet-2.html

Utami, Y. C., Rinawan, F. R., Sari, P., Mutyara, K., & Herawati, D. M. D. (2026). Initiating a life skills module to prevent drug abuse among Indonesian adolescents using social cognitive theory. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 19, 583785. https://doi.org/10.2147/JMDH.S583785

World Health Organization. (1997). *Life skills education for children and adolescents in schools* (2nd rev.). WHO. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf

_____. (1997). *Life skills education for children and adolescents in schools (Pt. 1, Introduction to life skills education, rev. ed.)*. World Health Organization. https://iris.who.int/handle/10665/63552

World Health Organization. (2011). *Health for the world's adolescents: A second* chance in the second decade.

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการวิจัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๑๖๔๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๗ ตุลาคม ๒๕๖๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำพร อินสิน

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กรอบแนวคิดการวิจัย และนิยามศัพท์เฉพาะ
๒. เครื่องมือการวิจัย
๓. แบบประเมินเครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย เพื่อใช้ประกอบการทำวิทยานิพนธ์ที่นักศึกษาได้จัดทำขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๑๖๔๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๗ ตุลาคม ๒๕๖๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ดร.ดวงละพา กุดนอก

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กรอบแนวคิดการวิจัย และนิยามศัพท์เฉพาะ
๒. เครื่องมือการวิจัย
๓. แบบประเมินเครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย เพื่อใช้ประกอบการทำวิทยานิพนธ์ที่นักศึกษาได้จัดทำขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๑๖๔๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๗ ตุลาคม ๒๕๖๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ดร.อนัญญา ขุนศรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กรอบแนวคิดการวิจัย และนิยามศัพท์เฉพาะ
๒. เครื่องมือการวิจัย
๓. แบบประเมินเครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย เพื่อใช้ประกอบการทำวิทยานิพนธ์ที่นักศึกษาได้จัดทำขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/๔๕

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๑๓ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ทดลองใช้เครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนร่มเกล้าสกลนคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ทั้งนี้ นักศึกษามีความประสงค์ขอทดลองใช้เครื่องมือการวิจัย เพื่อหาความเชื่อมั่นในการศึกษาวิจัยประกอบการทำวิทยานิพนธ์ โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ใบรับรอง ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์ท่านอนุญาตให้นักศึกษาทำการทดลองใช้เครื่องมือวิจัยดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนกุดบากพัฒนาศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนกุสุมาลย์วิทยาคม

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนคำเพิ่มพิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญศิลป์ศึกษา(โพธิ์คำอนุสรณ์)

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนช้างมิ่งพิทยานุกูล

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเต่างอยพัฒนศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนธาตุนารายณ์วิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนพรรณาวุฒาจารย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนพังโคนวิทยาคม

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมวานรนิวาส

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมวาริชภูมิ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสกลนครพัฒนศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนส่องดาววิทยาคม

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนหนองหลวงศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



ที่ อว ๐๖๒๑.๑๒/ว ๘๙

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
๖๘๐ ถ.นิตโย ต.ธาตุเชิงชุม
อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐

๒๑ มกราคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนอากาศอำนวยศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย

ด้วย นางสาวธิดามาศ ยะภักดี รหัสประจำตัวนักศึกษา ๖๗๔๓๖๑๒๓๑๐๔ ซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง **"การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระบบการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร"** ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

เพื่อให้การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้นักศึกษารายดังกล่าวได้เก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล เลขที่ COE NO. ๐๐๑/๒๕๖๙ ลงวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ประกอบการศึกษาวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณในความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ แสนทวีสุข)
ผู้อำนวยการบัณฑิตวิทยาลัย ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

บัณฑิตวิทยาลัย
โทร. ๐ ๔๒๙๗ ๐๒๒๙
โทรสาร ๐ ๔๒๙๗ ๐๐๓๒
ผู้ประสานงาน นางสาวธิดามาศ ยะภักดี โทรศัพท์เคลื่อนที่ ๐๙ ๓๕๓๕ ๒๕๖๒

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ ในการหาค่าความสอดคล้อง จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย

1. ชื่อ สกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำพร อินสิน
   ตำแหน่ง อาจารย์ สังกัด มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
2. ชื่อ สกุล ดร.ดวงละพา กุดนอก
   ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
   สังกัด สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร
3. ชื่อ สกุล ดร.อนัญญา ขุนศรี
   ตำแหน่ง เจ้าพนักงานสาธารณสุขอาวุโส
   สังกัด สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ภาคผนวก ค

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

เอกสารชี้แจงอาสาสมัครที่เข้าร่วมโครงการวิจัย

(สำหรับเด็กอายุ 13-17 ปี)

เรียน ท่านผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย

เนื่องด้วยข้าพเจ้า นางสาวธิดามาศ ยะภักดี นักศึกษาปริญญาโท สาขาสาธารณสุขศาสตร์ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กำลังดำเนินการวิจัย เรื่อง “การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร”

โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิตของเยาวชนในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดสกลนคร

2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

ประโยชน์ที่ท่านจะได้รับจากการวิจัยนี้ “ท่านอาจจะไม่ได้รับประโยชน์โดยตรงจากการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้” แต่ข้อมูลที่ได้จะมีประโยชน์ ต่อสถานศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องโดยรวม เป็นประโยชน์ในการส่งเสริมและพัฒนาทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดและมาตรการการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

ท่านมีอิสระในการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยท่านสามารถซักถามข้อสงสัยจนกว่าจะเข้าใจ ทั้งนี้ หากท่านตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยและเซ็นชื่อเป็นหลักฐานลงในแบบยินยอมอาสาสมัครแล้ว ผู้วิจัยจะขอให้ท่านตอบแบบสอบถามทั้ง 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 6 ข้อ โดยครอบคลุมเกี่ยวกับ เพศ อายุ ระดับชั้น เกรดเฉลี่ยสะสม ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใคร ตำแหน่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE ลักษณะข้อคำถาม เป็นแบบเลือกตอบและเติมข้อความลงในช่องว่าง

ส่วนที่ 2 การเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จำนวน 8 ข้อ โดยครอบคลุมกับกิจกรรมลักษณะข้อคำถาม แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ เข้าร่วมทุกครั้ง เข้าร่วมบางครั้ง ไม่เคยเข้าร่วมเลย ไม่ทราบ/ไม่มี

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด จำนวน 20 ข้อ

ด้านทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น จำนวน 7 ข้อ

ด้านทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ จำนวน 9 ข้อ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ด้านทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด จำนวน 4 ข้อ

ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 15 - 20 นาที และในการเก็บรวบรวมผู้วิจัยจะขอรับแบบสอบถามคืนโดยผู้วิจัยหรือผู้ช่วยวิจัย หรือส่งคืนผ่านกล่องรับแบบสอบถามที่จัดไว้กับครูประจำชั้น

หากท่าน รู้สึกเหนื่อยล้า อึดอัด หรือรู้สึกไม่สบายใจกับการตอบแบบสอบถาม สามารถนำแบบสอบถามกลับไปตอบที่บ้านได้ การไม่เข้าร่วมหรือถอนตัวออกจากการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบต่อการเรียน การเข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียน ไม่ถูกครูประจำชั้นว่ากล่าว ไม่ถูกเพื่อนร่วมชั้นมองว่าไม่ให้ความร่วมมือ หรือการได้รับบริการด้านสุขภาพใด ๆ อาสาสมัครยังคงได้รับสิทธิและบริการตามปกติสามารถหยุดการตอบแบบสอบถามได้ตามความสมัครใจ และมีสิทธิ์ถอนตัวออกจากการวิจัยได้ทุกเวลา โดยไม่เกิดผลเสียใด ๆ ต่อตนเอง

ข้อมูลที่ได้จากท่านจะถูกเก็บรักษาไว้ในที่ปลอดภัย ไม่เปิดเผยต่อสาธารณะเป็นรายบุคคล แต่จะรายงานผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น ข้อมูลเหล่านี้จะอยู่ในรูปแบบที่ไม่สามารถระบุตัวตนหรือเชื่อมโยงถึงตัวท่านได้ อย่างไรก็ตาม อาจมีบุคคลบางกลุ่มที่ขอเข้าดูข้อมูลส่วนบุคคลของท่านได้ ได้แก่ คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้ประสานงานวิจัย ผู้กำกับดูแลการวิจัย และเจ้าหน้าที่จากสถาบันหรือองค์กรของรัฐที่มีหน้าที่ตรวจสอบ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลและขั้นตอนการวิจัย และผู้วิจัยจะทำลายข้อมูลที่เกี่ยวข้องภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัยและการตรวจสอบ การวิจัยครั้งนี้ท่านจะไม่ได้รับค่าตอบแทนและไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น

หากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับงานวิจัย โปรดติดต่อได้ที่ นางสาวธิดามาศ ยะภักดี นักศึกษาสาขาสาธารณสุขศาสตร์ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร หมายเลขโทรศัพท์ 0935352562

หากท่านได้รับการปฏิบัติไม่ตรงตามที่ระบุไว้หรือต้องการทราบสิทธิของท่านขณะเข้าร่วมการวิจัยนี้ สามารถติดต่อได้ที่ “สำนักงานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร สถาบันวิจัยและพัฒนา ชั้น 2 อาคารปฏิบัติการตรวจวิเคราะห์วิจัย เทคโนโลยีและนวัตกรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร” โทร. 0-4297-0154 เบอร์ภายใน 268

ขอขอบพระคุณอย่างสูง

.....

(นางสาวธิดามาศ ยะภักดี)

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

แบบแสดงความยินยอมให้ทำการวิจัยจากอาสาสมัคร (สำหรับเด็กอายุ ๑๓-๑๗ ปี)

ข้าพเจ้า (ด.ช./ด.ญ./นาย/นางสาว).....
นามสกุล.....อายุ.....ปี อยู่บ้านเลขที่.....หมู่.....
ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

<u>ขอแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัย</u> ในโครงการวิจัยเรื่อง “การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร” โดยข้าพเจ้าได้อ่านเอกสารคำชี้แจงโครงการวิจัยและ /หรือได้รับฟังคำอธิบายจากผู้วิจัยคือ นางสาวธิดามาศ ยะภักดี และได้รับทราบถึงรายละเอียดของโครงการวิจัยเกี่ยวกับ วัตถุประสงค์และระยะเวลาที่ทำการวิจัย ขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติตัวที่ข้าพเจ้าต้องปฏิบัติ และประโยชน์ที่ข้าพเจ้าจะได้รับ

ตลอดจนการรับรองจากผู้วิจัยที่จะเก็บรักษาข้อมูลของข้าพเจ้าไว้เป็นความลับ และจะไม่ระบุชื่อหรือข้อมูลส่วนตัวเป็นรายบุคคลต่อสาธารณชน โดยผลการวิจัยจะนำเสนอในลักษณะภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัยเพื่อประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น “ในการเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครของโครงการวิจัยครั้งนี้ ข้าพเจ้ายินยอมเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ” และข้าพเจ้าสามารถถอนตัวจากการศึกษานี้เมื่อใดก็ได้ ข้าพเจ้าปรารถนาโดยจะไม่มีผลกระทบและไม่เสียสิทธิ์ใดๆ ในการรับการเรียนที่ข้าพเจ้าจะได้รับต่อไปในอนาคต

หากข้าพเจ้ามีข้อข้องใจเกี่ยวกับการตอบแบบสอบถาม ข้าพเจ้าสามารถติดต่อกับนางสาวธิดามาศ ยะภักดี หมายเลขโทรศัพท์ 0935352562 ได้ตลอด ๒๔ ชั่วโมง

ข้าพเจ้า เข้าใจข้อความในแบบคำชี้แจงอาสาสมัคร และแบบยินยอมนี้โดยตลอดแล้ว จึงได้ลงนามยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยไว้ ณ ที่นี้

หมายเหตุ

ถ้าน้องตกลงเข้าร่วมในการวิจัยนี้ ให้ลงชื่อที่ข้างล่าง

☐ ยินยอมเข้าร่วมวิจัย ☐ ไม่ยินยอมเข้าร่วมวิจัย

ลงชื่อ.....อาสาสมัคร
(.....)
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ลงชื่อ.....ผู้ให้ข้อมูลและขอความยินยอม/หัวโครงการวิจัย
(นางสาวธิดามาศ ยะภักดี)
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

รหัสของแบบสอบถาม

แบบสอบถาม

งานวิจัย เรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคล และระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

****

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา “การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร” คำตอบจากแบบสอบถามฉบับนี้จะเก็บเป็นความลับ ขอให้ท่านตอบตามความเป็นจริง ซึ่งไม่มีผลกระทบต่อท่านแต่ประการใด เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง

2. แบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่

<u>ส่วนที่ 1</u> ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 6 ข้อ

<u>ส่วนที่ 2</u> ระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE จำนวน 8 ข้อ

<u>ส่วนที่ 3</u> แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด จำนวน 20 ข้อ ได้แก่

ด้านทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น จำนวน 7 ข้อ

ด้านทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ จำนวน 9 ข้อ

ด้านทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด จำนวน 4 ข้อ

3. คำตอบของท่านจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

นางสาวธิดามาศ ยะภักดี

นักศึกษาปริญญาโท รุ่น 2 สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง : โปรดเติมข้อความและเครื่องหมายถูก (√) ลงในแต่ละข้อและเติมข้อความลงในช่องว่าง ให้สมบูรณ์และตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

1. เพศ

☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง ☐ 3. เพศทางเลือก

2. อายุ..... ปี

3. ระดับชั้น

☐ 1. มัธยมศึกษาปีที่ 1 ☐ 4. มัธยมศึกษาปีที่ 4

☐ 2. มัธยมศึกษาปีที่ 2 ☐ 5. มัธยมศึกษาปีที่ 5

☐ 3. มัธยมศึกษาปีที่ 3 ☐ 6. มัธยมศึกษาปีที่ 6

4. เกรดเฉลี่ยสะสม (GPA).....

5. ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใครในระหว่างศึกษา

☐ 1.พ่อและแม่ ☐ 2.พ่อหรือแม่

☐ 3.ปู่ย่า ☐ 4.ตายาย

☐ 5.ลุงป้า หรือน้าอา ☐ 6.เพื่อน

☐ 7.คนเดียว ☐ 8.อื่น ๆ (โปรดระบุ) .....

6. ตำแหน่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE ทั้งในปัจจุบันและที่ผ่านมา

☐ 1. ประธาน ☐ 2. กรรมการ

☐ 3. สมาชิกชมรม ☐ 4. ไม่ได้เป็นสมาชิก

☐ 5. อื่น ๆ (โปรดระบุ) .....

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ส่วนที่ 2 : การเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ถูก (√) ลงในช่องของตารางให้ตรงตามความเป็นจริงมากที่สุด

เข้าร่วมทุกครั้ง หมายถึง เข้าร่วมกิจกรรมนั้นทุกครั้งหรือสม่ำเสมอ
เข้าร่วมบางครั้ง หมายถึง เข้าร่วมกิจกรรมนั้นเป็นบางครั้ง หรือไม่สม่ำเสมอ
ไม่เคยเข้าร่วมเลย หมายถึง ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมนั้นเลย
ไม่ทราบ/ไม่มีกิจกรรม หมายถึง ไม่ทราบ/ไม่มีกิจกรรมนั้น

กิจกรรมใน โครงการ TO BE NUMBER ONE	**เข้าร่วมทุกครั้ง (3)**	**เข้าร่วมบางครั้ง (2)**	**ไม่เคยเข้าร่วมเลย (1)**	**ไม่ทราบ/ไม่มี (0)**
1. กิจกรรมรณรงค์และประชาสัมพันธ์ เช่น รณรงค์วันต่อต้านยาเสพติดโลก รณรงค์วันงดสูบบุหรี่โลก รณรงค์วันงดดื่มสุราแห่งชาติ				
2. กิจกรรมสร้างสรรค์และพัฒนาความสามารถ เช่น TO BE NUMBER ONE CAMP การอบรมป้องกันสารเสพติด				
3. กิจกรรมกีฬาหรือนันทนาการ ต่อต้าน/ป้องกันยาเสพติด ภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE				
4. การประกวดหรือแข่งขันต่าง ๆ เช่น การประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE การประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE (TO BE NUMBER ONE IDOL) มหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ระดับภาคและระดับประเทศ				
5. กิจกรรมจิตอาสา ในโรงเรียน อำเภอ และจังหวัด				
6. กิจกรรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด				
7. กิจกรรมที่ปรึกษาหรือพี่เลี้ยง ในศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE				
8. การเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง กับโครงการ TO BE NUMBER ONE ในระดับอำเภอ				

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

หรือจังหวัด				

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด จำนวน 20 ข้อ

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย √ ลงในช่องคำตอบให้ตรงกับพฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นของท่านโดยเลือกเพียงข้อเดียว ดังนี้

มากที่สุด(5)	หมายถึง พฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบ่อยที่สุด
มาก(4)	หมายถึง พฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบ่อย
ปานกลาง(3)	หมายถึง พฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบางครั้ง
น้อย (2)	หมายถึง มีพฤติกรรม/เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นนาน ๆ ครั้ง
น้อยที่สุด (1)	หมายถึง ไม่ทราบ/ไม่มีกิจกรรมนั้นแทบไม่เกิดขึ้นเลย

ทักษะชีวิตที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด	**ระดับพฤติกรรม/เหตุการณ์นั้น**				
	5	4	3	2	1
ด้านทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น **นิยาม** ความสามารถของเยาวชนบอก ยอมรับตนเอง และมีความภาคภูมิใจในตนเอง มีการช่วยเหลือและเคารพผู้อื่น รวมถึงการคิดเชิงบวก การมีความอดทน และการปฏิบัติตนอย่างมีประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เพื่อป้องกันการเข้าไปเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงและการใช้สารเสพติด					
1. ฉันรู้จุดเด่นและความสามารถตนเอง					
2. ฉันรู้สึกภูมิใจในตนเองที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด					
3. ฉันมีความพยายามและอดทนเมื่อเจอเรื่องยาก โดยไม่ใช้สารเสพติด					
4. ฉันคิดในแง่บวกกับปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยไม่พึ่งสารเสพติด					
5. ฉันปฏิบัติต่อเพื่อนหรือผู้อื่นที่ใช้สารเสพติดด้วยความเคารพ โดยไม่จำเป็นต้องใช้สารเสพติดตามเพื่อน					
6. ฉันช่วยเหลือเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส ในการป้องกันสารเสพติด					
7. ฉันตั้งเป้าหมายที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด					
ด้านทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ **นิยาม** ความสามารถของเยาวชนในการพิจารณา วิเคราะห์สถานการณ์ที่เผชิญอยู่ รู้จักประเมินข้อมูลและมีการสื่อสารที่เหมาะสม มีการปฏิเสธในสิ่งที่ไม่ดี มีการวางแผนก่อนตัดสินใจ เช่น การจัดลำดับสิ่งที่ต้องทำ ปฏิเสธ					

ทักษะชีวิตที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด	ระดับพฤติกรรม/เหตุการณ์นั้น				
	5	4	3	2	1
การใช้สารเสพติด เช่น การสูบบุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า					
8. ฉันสืบค้นหาข้อมูล แยกแยะข้อมูลจริง–เท็จ และตระหนักถึงสื่อที่ชักชวนไปสู่ความเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ก่อนตัดสินใจเสมอ					
9. ฉันสามารถวิเคราะห์สถานการณ์ ที่อาจทำให้ถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด					
10. ฉันสามารถปฏิเสธการใช้สารเสพติด แม้เพื่อนหลายคนทำ และชักชวนให้ลอง					
11. ฉันสามารถตัดสินใจโดยใช้เหตุผลมากกว่าใช้อารมณ์ หรือความสนุกชั่วคราว					
12. ฉันสามารถสื่อสารทั้งคำพูดและภาษากาย เช่น การสบตา เพื่อยืนยันคำพูดของตน ต่อการป้องกันสารเสพติด					
13. ฉันกล้าแสดงความคิดเห็นที่ถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันสารเสพติด					
14. ฉันสามารถวางแผนสิ่งที่ต้องทำ โดยการจัดลำดับความสำคัญของการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรม					
15. ฉันเลือกใช้เวลาร่วมกับเพื่อนหรือกลุ่มเพื่อนที่ไม่ชักชวนสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด					
16. ฉันสามารถตัดสินใจให้ความร่วมมือกับเพื่อนหรือครู ในการป้องกันสารเสพติด					
ด้านทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด **นิยาม** ความสามารถของเยาวชนในการควบคุมอารมณ์ เช่น ความโกรธ ความกดดัน หรือความวิตกกังวล รวมถึงการรู้จักวิธีคลายเครียดในทางที่เหมาะสม เช่น การออกกำลังกาย การใช้เทคนิคผ่อนคลาย หรือการทำกิจกรรมสร้างสรรค์ และมีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เพื่อลดโอกาสในการระบายออกด้วยการใช้สารเสพติด					
17. ฉันรู้จักวิธีควบคุมอารมณ์เมื่อวิตกกังวล โกรธหรือหงุดหงิด โดยไม่ใช้สารเสพติด เช่น สูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์					
18. ฉันสามารถรับมือกับความกดดันได้ โดยไม่ใช้สารเสพติด					
19. ฉันเลือกใช้วิธีผ่อนคลายที่เหมาะสมและสร้างสรรค์ เช่น การออกกำลัง					

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ทักษะชีวิตที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด	ระดับพฤติกรรม/เหตุการณ์นั้น				
	5	4	3	2	1
กาย เล่นกีฬา เล่นดนตรี หรือเข้าร่วมกิจกรรมใน TO BE NUMBER ONE					
20. ฉันสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ครอบครัว หรือคนรอบข้างโดยไม่ใช้สารเสพติด					

ขอขอบคุณทุกท่านที่กรุณาเสียสละเวลาในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ภาคผนวก ง

ค่าคุณภาพเครื่องมือ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 14 ผลการประเมิน แบบสอบถามของผู้เชี่ยวชาญ เรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

รายการประเมิน	ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ			ข้อเสนอแนะ
	1	2	3	
ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม				
1.เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง ☐ เพศทางเลือก	+1	+1	+1	
2.อายุ.....ปี	+1	+1	+1	
3.ระดับการศึกษา ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 1 ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 2 ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 3 ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 4 ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 5 ☐ มัธยมศึกษาปีที่ 6	+1	0	+1	
4.เกรดเฉลี่ย.....	+1	+1	+1	เกรดเฉลี่ยกี่เทอม[1]
5.ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใคร ☐ พ่อและแม่ ☐ พ่อหรือแม่ ☐ ญาติ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)	+1	0	+1	เพิ่มญาติ ปู่ย่า ตายาย เพื่อจะได้วิเคราะห์ปัจจัยที่ชัดขึ้น[2]
6.ตำแหน่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE ☐ ประธาน ☐ กรรมการ ☐ สมาชิกชมรม ☐ ไม่ได้เป็นสมาชิก ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)	0	+1	+1	ควรเพิ่มทั้งในอดีตและปัจจุบัน เพื่อครอบคลุมกับตำแหน่ง

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 14 ต่อ

รายการประเมิน	ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ			ข้อเสนอแนะ
	1	2	3	
ส่วนที่ 2 การเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE				
1. กิจกรรมรณรงค์และประชาสัมพันธ์ เช่น รณรงค์วันต่อต้านยาเสพติดโลก รณรงค์วันงดสูบบุหรี่โลก รณรงค์วันงดดื่มสุราแห่งชาติ วันสำคัญทางศาสนา รณรงค์ผ่านเสียงตามสาย	+1	0	+1	แยกคำถามเป็นรายข้อ
2. กิจกรรมสร้างสรรค์และพัฒนาความสามารถ เช่น TO BE NUMBER ONE CAMP การอบรมป้องกันสารเสพติด	+1	0	+1	แยกคำถามเป็นรายข้อ
3. กิจกรรมกีฬาหรือนันทนาการ ต่อต้าน/ป้องกันยาเสพติด ภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE	+1	+1	+1	
4. การประกวดหรือแข่งขันต่าง ๆ เช่น การประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE การประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE (TO BE NUMBER ONE IDOL) มหกรรมรวมพล TO BE NUMBER ONE ระดับภาคและระดับประเทศ	+1	+1	+1	แยกคำถามเป็นรายข้อ
5. กิจกรรมจิตอาสา ในโรงเรียน อำเภอ และจังหวัด	+1	0	+1	แยกข้อคำถามเป็นระดับอำเภอ จังหวัด
6. กิจกรรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด	+1	0	+1	
7. กิจกรรมที่ปรึกษาหรือพี่เลี้ยง ในศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE	+1	+1	+1	
8.การเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง กับโครงการ TO BE NUMBER ONE ในระดับอำเภอ หรือจังหวัด	+1	+1	+1	แยกข้อคำถามเป็นระดับอำเภอ จังหวัด

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 14 ต่อ

รายการประเมิน	ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ			ข้อเสนอแนะ
	1	2	3	
ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการป้องกันสารเสพติด				
ด้านทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น				
1. ฉันรู้จุดเด่นและความสามารถตนเอง โดยไม่พึ่งสารเสพติด	+1	+1	+1	
2. ฉันรู้สึกภูมิใจในตนเองที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด เช่น บุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า	+1	+1	+1	
3. ฉันมีความพยายามและอดทนเมื่อเจอเรื่องยาก โดยไม่ใช้สารเสพติด	+1	+1	+1	
4. ฉันคิดในแง่บวกกับปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยไม่พึ่งสารเสพติด	+1	+1	+1	
5. ฉันปฏิบัติต่อเพื่อนหรือผู้อื่นที่ใช้สารเสพติดด้วยความเคารพ โดยไม่จำเป็นต้องใช้สารเสพติดตามเพื่อน	+1	+1	+1	
6. ฉันช่วยเหลือเพื่อนหรือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส ในการป้องกันสารเสพติด	+1	+1	+1	
7. ฉันตั้งเป้าหมายที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด	+1	+1	+1	
ด้านทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์				
8. ฉันสืบค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับพิษภัยของสารสพติดก่อนตัดสินใจเสมอ	+1	+1	+1	
9. ฉันสามารถวิเคราะห์สถานการณ์ และพิจารณาถึงผลที่จะตามมา ก่อนตัดสินใจเกี่ยวกับสารเสพติด	+1	+1	+1	
10. ฉันสามารถปฏิเสธเพื่อนเมื่อถูกชักชวนให้ทำสิ่งที่ไม่เหมาะสม เช่น สูบบุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า	+1	+1	+1	ไม่ควรยกตัวอย่าง

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 14 ต่อ

รายการประเมิน	ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ			ข้อเสนอแนะ
	1	2	3	
11. ฉันสามารถตัดสินใจโดยใช้เหตุผลมากกว่าใช้อารมณ์ หรือความสนุกชั่วคราว	+1	+1	+1	
12. ฉันสามารถสื่อสารทั้งคำพูดและภาษากาย เช่น การสบตา เพื่อยืนยันคำพูดของตน ต่อการป้องกันการสารเสพติด	+1	+1	+1	
13. ฉันสามารถวางแผนสิ่งที่ต้อง การจัดลำดับความสำคัญของการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรม	+1	0	+1	ควรแยกเป็น 2 คำถาม
14. ฉันกล้าแสดงความคิดเห็นที่ถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันสารเสพติด	+1	+1	+1	
15. ฉันสามารถตัดสินใจให้ความร่วมมือกับเพื่อนหรือครูในการป้องกันสารเสพติด	+1	0	+1	ควรแยกเป็น 2 คำถาม
ด้านทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด	+1	+1	+1	
16. ฉันรู้จักวิธีควบคุมอารมณ์เมื่อวิตกกังวล โกรธหรือหงุดหงิด โดยไม่ใช้สารเสพติด เช่น สูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์	+1	+1	+1	ไม่ควรยกตัวอย่าง
18. ฉันสามารถรับมือกับความกดดันได้ โดยไม่ใช้สารเสพติด	+1	+1	+1	
19. ฉันเลือกใช้วิธีผ่อนคลายที่เหมาะสมและสร้างสรรค์ เช่น การออกกำลังกาย เล่นกีฬา เล่นดนตรี หรือเข้าร่วมกิจกรรมใน TO BE NUMBER ONE	+1	+1	+1	
20. ฉันสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ครอบครัว หรือคนรอบข้าง โดยไม่ใช้สารเสพติด	+1	+1	+1	

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 15 แบบสรุปผลการหาค่า IOC ของแบบสอบถาม การเปรียบเทียบทักษะชีวิต ด้านการป้องกันสารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชนในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร

ตอนที่	ข้อที่	ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญคนที่			ผลรวม	ค่า IOC	การแปลผล
		1	2	3			
1	1	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
1	2	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
1	3	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
1	4	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
1	5	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้
1	6	0	+1	+1	2	0.67	ใช้ได้
2	1	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้
2	2	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้
2	3	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
2	3	+1	+1	+1	2	0.67	ใช้ได้
2	4	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้
2	5	+1	0	+1	3	0.67	ใช้ได้
2	6	+1	+1	+1	3	0.67	ใช้ได้
2	7	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
2	8	+1	0	+1	2	1.00	ใช้ได้
3	1	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	2	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	3	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	4	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	5	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	6	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	7	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	8	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	9	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ตาราง 15 ต่อ

ตอนที่	ข้อที่	ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญคนที่			ผลรวม	ค่า IOC	การแปลผล
		1	2	3			
3	10	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	11	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	12	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	13	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้
3	14	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	15	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้
3	16	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	17	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	18	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	19	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้
3	20	+1	+1	+1	3	1.00	ใช้ได้

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ภาคผนวก จ

หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



COE NO. 001/2569
IEC NO. HE68-127

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ขอรับรองว่าโครงการวิจัยเรื่อง : การเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกัน สารเสพติดตามปัจจัยส่วนบุคคลและระดับการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเยาวชน ในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดสกลนคร (A Comparative Study of Drug Prevention Life Skills Based on Personal Factors and Levels of Participation in the TO BE NUMBER ONE Project among Secondary School Students in Sakon Nakhon Province)

หัวหน้าโครงการวิจัย : นางสาวธิดามาศ ยะภักดี

ผู้ร่วมโครงการวิจัย : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณีรนุช วรไธสง

หน่วยงานต้นสังกัด : สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

เอกสารที่รับทราบ

1. แบบขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 4 พฤศจิกายน 2568
2. แบบฟอร์มโครงการวิจัย ฉบับที่ 3 ลงวันที่ 24 ธันวาคม 2568
3. ประวัติผู้วิจัย/ผู้ร่วมวิจัย ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 4 พฤศจิกายน 2568
4. แบบแจ้งผลประโยชน์ทับซ้อน ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 4 พฤศจิกายน 2568
5. เอกสารชี้แจงอาสาสมัครที่เข้าร่วมโครงการวิจัย ได้แก่
   5.1 เอกสารชี้แจงอาสาสมัครที่เข้าร่วมโครงการวิจัย (สำหรับเด็กอายุ 13-17 ปี) ฉบับที่ 3 ลงวันที่ 24 ธันวาคม 2568
   5.2 เอกสารชี้แจงอาสาสมัครที่เข้าร่วมโครงการวิจัย (สำหรับเด็กอายุ 13-17 ปี) ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 4 พฤศจิกายน 2568
6. แบบแสดงความยินยอมให้ทำการวิจัยจากอาสาสมัคร ได้แก่
   6.1 แบบแสดงความยินยอมให้ทำการวิจัยจากอาสาสมัคร (สำหรับเด็กอายุ 13-17 ปี) ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 4 พฤศจิกายน 2568
   6.2 แบบแสดงความยินยอมให้ทำการวิจัยจากอาสาสมัคร (สำหรับเด็กอายุ 13-17 ปี) ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 4 พฤศจิกายน 2568
7. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 16 ธันวาคม 2568

ได้ผ่านการรับทราบ ...

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ได้ผ่านการรับทราบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยยึดหลักพื้นฐานของหลักจริยธรรมการวิจัยสากล

รับทราบ ณ 5 มกราคม 2569
วันหมดอายุ 4 มกราคม 2570

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุทุมพร หลอดโค)
ประธานกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ทั้งนี้ การรับทราบนี้มีเงื่อนไขดังที่ระบุไว้ด้านหลังทุกข้อ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร