

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) ชนิดศึกษาสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest - posttest Design with Non-equivalent Groups) โดยมีรายละเอียดของการศึกษาดังต่อไปนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**ประชากร** ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2553 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 3 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี

**กลุ่มตัวอย่าง** ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2553 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 3 กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดชลบุรี โดยมีคุณสมบัติ ดังนี้

1. เป็นนักเรียนชายที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และไม่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
2. เป็นผู้มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่เจ็บป่วยด้วยโรคที่ทำให้มีข้อจำกัดในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
3. ให้ความร่วมมือในการวิจัย และผู้ปกครองอนุญาตให้เข้าร่วมการวิจัย

#### ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในวิจัยครั้งนี้ ใช้คำนวณจากอิทธิพลของผลงานวิจัยกึ่งทดลอง (Effect Size) มากำหนดขนาดตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูป (Power Table) ค่าขนาดอิทธิพลของงานวิจัยแบบทดลองและกึ่งทดลอง โดยประมาณค่าขนาดอิทธิพลจากค่าเฉลี่ย 2 กลุ่ม คำนวณได้จากสูตรของแกส (Glass, 1976 อ้างในบุญใจ ศรีสถิตนันทราชูร, 2547, หน้า 211)

$$d = \frac{\bar{x}_E - \bar{x}_C}{SD_C}$$

เมื่อ	d	คือ	ขนาดอิทธิพล
	$\bar{x}_E$	คือ	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง
	$\bar{x}_C$	คือ	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม
	SD <sub>C</sub>	คือ	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มควบคุม

การแปลผลค่าขนาดอิทธิพล (Cohen, 1988) ได้แบ่งขนาดอิทธิพลออกเป็น 3 ระดับคือ ขนาดเล็ก (Small effect size) เท่ากับ .2 ขนาดกลาง (Medium effect size) เท่ากับ .5 และขนาดใหญ่ (Large effect size) เท่ากับ .8 สำหรับการคำนวณค่าขนาดอิทธิพล ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยของ ประสิทธิ์ ไกยราช (2552) เรื่อง ผลของโปรแกรมการสร้างความเข้มแข็งใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น เป็นงานวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนหลังและหลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 50 คน โดยนำมาแทนค่าตามสูตรดังนี้

$$d = \frac{89.84 - 80.60}{1.41}$$

$$d = 6.55$$

จากค่า Effect Size ที่ได้มีค่ามากกว่า 0.80 ประมาณค่าอิทธิพลขนาดใหญ่ จึงใช้ค่าขนาดอิทธิพล (Effect Size) = 0.80 มาเปิดตารางประมาณค่าขนาดตัวอย่างแบบทดสอบสมมุติฐานทางเดียว และกำหนดให้ค่า  $\alpha = 0.5$  ค่า power = 0.8 (Polit, 1996) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คนต่อกลุ่ม แต่เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างระหว่างการทดลอง ผู้วิจัยจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีก 10 ราย จึงได้กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 30 คน รวมผู้เข้าร่วมงานวิจัยทั้งสิ้น จำนวน 60 คน

#### การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษารั้งนี้ ได้มาตามขั้นตอนดังนี้

1. การเลือกพื้นที่ดำเนินการวิจัย ในเขตเมืองพัทยา มีโรงเรียนเทศบาลเมืองพัทยาในความรับผิดชอบจำนวน 11 แห่ง แต่ละโรงเรียนมีบริบทและสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน เช่น เป็นโรงเรียนขยายโอกาส อยู่ในเขตเทศบาล และมีจำนวนห้องเรียนใกล้เคียงกัน ทำการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากได้โรงเรียนเมืองพัทยา 3 เป็นกลุ่มทดลอง และโรงเรียนเมืองพัทยา 9 เป็นกลุ่มควบคุม

2. การคัดเลือกห้องเรียน เนื่องจากทั้งสองโรงเรียนมีจำนวนห้องเรียนของชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ใกล้เคียงกันคือ โรงเรียนเมืองพัทยา 3 มี 5 ห้องเรียน และ โรงเรียนเมืองพัทยา 9 มี 6 ห้องเรียน ดังนั้นจึงใช้ทุกห้องเรียนของทั้งสองโรงเรียน

3. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลอง โดยการคัดเลือกนักเรียนห้องเรียนละ 6 คนด้วยการจับฉลากจากทะเบียนรายชื่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ข้างต้น ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน

4. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุม โดยให้มีลักษณะโดยภาพรวมเหมือนกันหรือใกล้เคียงกันมากที่สุดกับกลุ่มทดลองในเรื่องอายุ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน

#### แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบศึกษาสองกลุ่มวัด 2 ครั้ง (The Pretest - posttest Design with Non-equivalent Groups) (ธวัชชัย วรพงษ์, 2543) เลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรที่กำหนด โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

กลุ่มทดลอง	O1	<u>          X          </u>	5 สัปดาห์	O2
กลุ่มควบคุม	O3			O4

O1, O3 หมายถึง การวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิเสหการดืมเครื่องดืมแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิเสหการดืมเครื่องดืมแอลกอฮอล์ และทักษะการปฏิเสหการดืมเครื่องดืมแอลกอฮอล์ ในนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มก่อนการทดลอง

O2, O4 หมายถึง การวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิเสหการดืมเครื่องดืมแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิเสหการดืมเครื่องดืมแอลกอฮอล์ และทักษะการปฏิเสหการดืมเครื่องดืมแอลกอฮอล์ ในนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มหลังการทดลอง

X หมายถึง โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ชุด คือ ชุดที่ 1 โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน และชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### ชุดที่ 1 โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน

โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และทักษะการปฏิเสศการดื้อเครื่องดื้อแอลกอฮอล์ ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจากทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตน (Bandura, 1997) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการพัฒนาโปรแกรม

แหล่งที่มาของความมั่นใจในสมรรถนะแห่งตน	โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน
1. การประสบความสำเร็จจากการกระทำด้วยตนเอง (Enactive Mastery Experience)	1. การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึก เกี่ยวกับเครื่องดื้อแอลกอฮอล์ของตนเอง แล้วช่วยกันวิเคราะห์และอภิปราย 2. การให้ความรู้และการฝึกทักษะการปฏิเสศการดื้อเครื่องดื้อแอลกอฮอล์จากสถานการณ์จำลองเพื่อให้เกิดความมั่นใจ 3. การตั้งเป้าหมายร่วมกันในการไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื้อแอลกอฮอล์
2. การได้เห็นตัวแบบ หรือประสบการณ์ของผู้อื่น (Vicarious Experiences)	1. การใช้วีดิทัศน์เป็นตัวแบบที่มีพฤติกรรมการดื้อเครื่องดื้อแอลกอฮอล์ และตัวแบบที่มีพฤติกรรมไม่ดื้อเครื่องดื้อแอลกอฮอล์ โดยตัวแบบมีลักษณะดึงดูดความสนใจ มีอายุและเพศใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้นักเรียนได้เห็นความแตกต่างของผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมของตัวแบบทั้งสอง แล้วร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกจากการชมวีดิทัศน์

## ตารางที่ 1 (ต่อ)

แหล่งที่มาของความมั่นใจใน สมรรถนะแห่งตน	โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน
3. การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การให้กำลังใจ และชมเชยกลุ่มตัวอย่างในการอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกิจกรรมต่างๆ ภายในกลุ่มเพื่อน</li> <li>2. การสร้างแรงจูงใจจากการสนับสนุนของกลุ่มเพื่อน</li> <li>3. การกระตุ้นให้ทบทวนประสบการณ์ของตนเองที่ประสบความสำเร็จ แล้วชมเชยและให้กำลังใจ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถปฏิบัติได้หากต้องเจอสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเกิดความพยายามจนสามารถบรรลุเป้าหมายที่วางไว้คือการไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์</li> </ol>
4. สภาวะด้านร่างกายและ อารมณ์ (Physiological and Affective State)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสร้างสัมพันธภาพและเกมกระตุ้นการเรียนรู้เพื่อสร้างความรู้สึที่ดีต่อการเรียนรู้การปฏิบัติเครื่องดื่มแอลกอฮอล์</li> <li>2. การเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ ผลกระทบจากอารมณ์และการควบคุมอารมณ์อย่างเหมาะสม</li> <li>3. การฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียดจากสถานการณ์สมมุติ</li> </ol>

โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน ประกอบด้วยการจัดกิจกรรม จำนวน 5 ครั้ง ดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึกเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึกของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการปฏิบัติเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2) การเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ และการจัดการอารมณ์ เป็นเรียนรู้และอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับอารมณ์ผลกระทบจากอารมณ์และขั้นตอนการจัดการหรือการควบคุมอารมณ์ และฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียดจากสถานการณ์สมมุติใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที

กิจกรรมครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 3) การเรียนรู้แนวทางจากตัวแบบ เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และเรียนรู้แนวทางจากตัวแบบที่ประสบผลสำเร็จจากการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 4) การเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธ เป็นการเรียนรู้หลักการและขั้นตอนของการปฏิเสธ และฝึกทักษะการปฏิเสธ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมครั้งที่ 5 (สัปดาห์ที่ 5) การทบทวนความรู้และทักษะ และสร้างพันธะสัญญา เป็นการทบทวนความรู้และทักษะต่างๆที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 4 ครั้งที่ผ่านมาและตั้งเป้าหมายร่วมกันในการไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

### ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล อายุ ผลการเรียน สถานภาพของบิดามารดา การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเพื่อน การใช้เวลาว่าง

**ส่วนที่ 2** แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ใช้แบบการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของยัง และคณะ (Young et al., 2007) เป็นการวัดความมั่นใจ หรือความเชื่อมั่นของบุคคลในความสามารถของตนเองที่จะปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโอกาสต่าง ๆ (Drinking Refusal Self - efficacy Questionnaire: DRSEQ) ซึ่งมีการแปลและประยุกต์ใช้ในงานวิจัยของอัญชลิ เหมชะญาดิ (2552) โดยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93 จำนวน 14 ข้อ เป็นคำถามปลายปิด มีลักษณะมาตรวัดเป็นแบบลิเคิร์ต (Likert scales) แบ่งเป็น 4 ระดับคือ มั่นใจอย่างยิ่ง ค่อนข้างมั่นใจ ค่อนข้างไม่มั่นใจ ไม่มั่นใจเลย

มีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

มั่นใจอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	4
ค่อนข้างมั่นใจ	ให้คะแนน	3
ค่อนข้างไม่มั่นใจ	ให้คะแนน	2
ไม่มั่นใจเลย	ให้คะแนน	1

**ส่วนที่ 3** แบบวัดความคาดหวังในผลลัพธ์ของปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองตามแนวคิดความคาดหวังในผลลัพธ์ ของทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตนของแบนดูรา (Bandura, 1997) เพื่อวัดการรับรู้ถึงผลลัพธ์ในเชิงบวกภายหลังการตัดสินใจปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 10 ข้อ เป็นคำถามปลายปิด โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ให้คะแนนเป็นรายชื่อซึ่งขึ้นอยู่กับระดับความคาดหวังในผลลัพธ์

ของการฝึกซ้อมเครื่องตีเครื่องตีแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย 5 ระดับ ดังนี้ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย ไม่มีเลย

มีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

คำตอบ	คำถามเชิงบวก	คำถามเชิงลบ
มากที่สุด	5 คะแนน	1 คะแนน
มาก	4 คะแนน	2 คะแนน
ปานกลาง	3 คะแนน	3 คะแนน
น้อย	2 คะแนน	4 คะแนน
ไม่มีเลย	1 คะแนน	5 คะแนน

**ส่วนที่ 4** แบบวัดทักษะการฝึกซ้อมเครื่องตีแอลกอฮอล์ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดหลักการฝึกซ้อมของกรมสุขภาพจิต (2544) ที่ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน 1) บอกความรู้สึกเป็นข้ออ้าง 2) การขอฝึกซ้อม และ 3) การถามความเห็นชอบ จำนวน 10 ข้อ เป็นคำถามปลายปิดมี 4 ตัวเลือก ให้คะแนนแต่ละตัวเลือกตามความครอบคลุมหลักการฝึกซ้อมเครื่องตีแอลกอฮอล์

มีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2544)

ไม่ฝึกซ้อม	ให้คะแนน	0	คะแนน
ครอบคลุมหลักการฝึกซ้อม 1-2 ข้อ	ให้คะแนน	1	คะแนน
ครอบคลุมหลักการฝึกซ้อมทั้ง 3 ข้อ	ให้คะแนน	2	คะแนน

#### การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย คู่มือการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการฝึกซ้อมเครื่องตีแอลกอฮอล์ แบบวัดความคาดหวังในผลลัพธ์ของการฝึกซ้อมเครื่องตีแอลกอฮอล์ และแบบวัดทักษะการฝึกซ้อมเครื่องตีแอลกอฮอล์ ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบจำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา 1 ท่าน อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา 1 ท่าน นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดชลบุรี 1 ท่าน นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลชลบุรี 1 ท่าน และแพทย์เวชปฏิบัติชุมชน โรงพยาบาล

บางละมุง 1 ท่าน หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงได้นำข้อเสนอแนะมาพิจารณา และปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติม ภายใต้อำนาจแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

2. ตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถามทั้ง 3 ชุด ด้วยการนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเมืองพัทยา 4 ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษามากที่สุด จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาความเที่ยง ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคอัลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเที่ยงดังนี้ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิบัติการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.89 ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.78 และทักษะการปฏิบัติการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.79

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนด้วยตนเอง โดยมีผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลและช่วยในการจัดกิจกรรมนันทนาการก่อนเริ่มต้นทำกิจกรรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน โดยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

#### ขั้นเตรียมการ

1. ผู้วิจัยทำหนังสือผ่านบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ถึง ผู้อำนวยการเขตพื้นที่การศึกษา เขตที่ 3 จังหวัดชลบุรี ผู้อำนวยการ โรงเรียน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ การวิจัยและขออนุญาตดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ภายหลังจากได้รับอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการ โรงเรียน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัย และขอความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมและการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### ขั้นดำเนินการทดลอง

##### กลุ่มทดลอง

1. ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างก่อนดำเนินการทดลองที่โรงเรียนเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ระยะเวลาในการทำวิจัย และชี้แจงการพิทักษ์สิทธิและลงนาม ในการตอบรับหรือการปฏิบัติการเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้โดยกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง
2. เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิบัติการดัดเครื่องดัด แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติการดัด เครื่องดัดแอลกอฮอล์ และแบบวัดทักษะการปฏิบัติการดัดเครื่องดัดแอลกอฮอล์



3. ดำเนินการจัดกิจกรรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนให้แก่นักเรียนประถมศึกษาชายที่โรงเรียน จำนวน 5 ครั้ง ดังนี้

ครั้งที่ 1 เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึกเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ใช้เวลา 1 ชั่วโมง แลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสรุปผลการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ฯ และเปิดโอกาสซักถาม

ครั้งที่ 2 เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ และการจัดการอารมณ์ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เรียนรู้และอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับอารมณ์ผลกระทบจากอารมณ์และขั้นตอนการจัดการหรือการควบคุมอารมณ์ ด้วยกิจกรรม “อารมณ์นั้น สำคัญไฉน” แล้วแบ่งกลุ่มฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียดจากสถานการณ์สมมุติ และสรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นและซักถามข้อสงสัย

ครั้งที่ 3 เป็นการเรียนรู้แนวทางจากตัวแบบใช้เวลา 1 ชั่วโมง การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และเรียนรู้แนวทางจากตัวแบบที่ประสบผลสำเร็จจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แล้วสรุปกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นและซักถามข้อสงสัย

ครั้งที่ 4 เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง เรียนรู้หลักการและขั้นตอนของการปฏิเสธ และแบ่งกลุ่ม ฝึกทักษะการปฏิเสธ ด้วยกิจกรรม “อย่าโกรธเรานะ” และสรุปกิจกรรมและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นและซักถามข้อสงสัย

ครั้งที่ 5 เป็นการทบทวนความรู้และทักษะ และสร้างพันธะสัญญา ใช้เวลา 1 ชั่วโมง ทบทวนความรู้และทักษะต่าง ๆ ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 4 ครั้งที่ผ่านมาคือ ความรู้เกี่ยวกับอารมณ์ผลกระทบจากอารมณ์ หลักการและขั้นตอนของการปฏิเสธ และทักษะในเรื่อง การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และกิจกรรม “พันธะสัญญาใจ” เพื่อตั้งเป้าหมายร่วมกันในการไม่ยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตั้งเป้าหมาย

4. เก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองในนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นที่โรงเรียนในสัปดาห์ที่ 6 โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย โดยใช้แบบสอบถามเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง

#### กลุ่มควบคุม

1. ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่างก่อนดำเนินการทดลองที่โรงเรียนเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ระยะเวลาในการทำวิจัย และชี้แจงการพิทักษ์สิทธิและลงนามในการตอบรับหรือการปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้โดยกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง

2. เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองโดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

แบบสอบถามความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิเสชการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบวัดทักษะการปฏิเสชการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3. เก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองในนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นที่โรงเรียนในสัปดาห์ที่ 6 โดยใช้แบบสอบถามเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง

4. หลังสิ้นสุดการวิจัยในกลุ่มทดลอง 1 สัปดาห์ ได้นัดกลุ่มควบคุม เพื่อให้ได้เข้าร่วมกิจกรรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง (ดังภาพที่ 3)

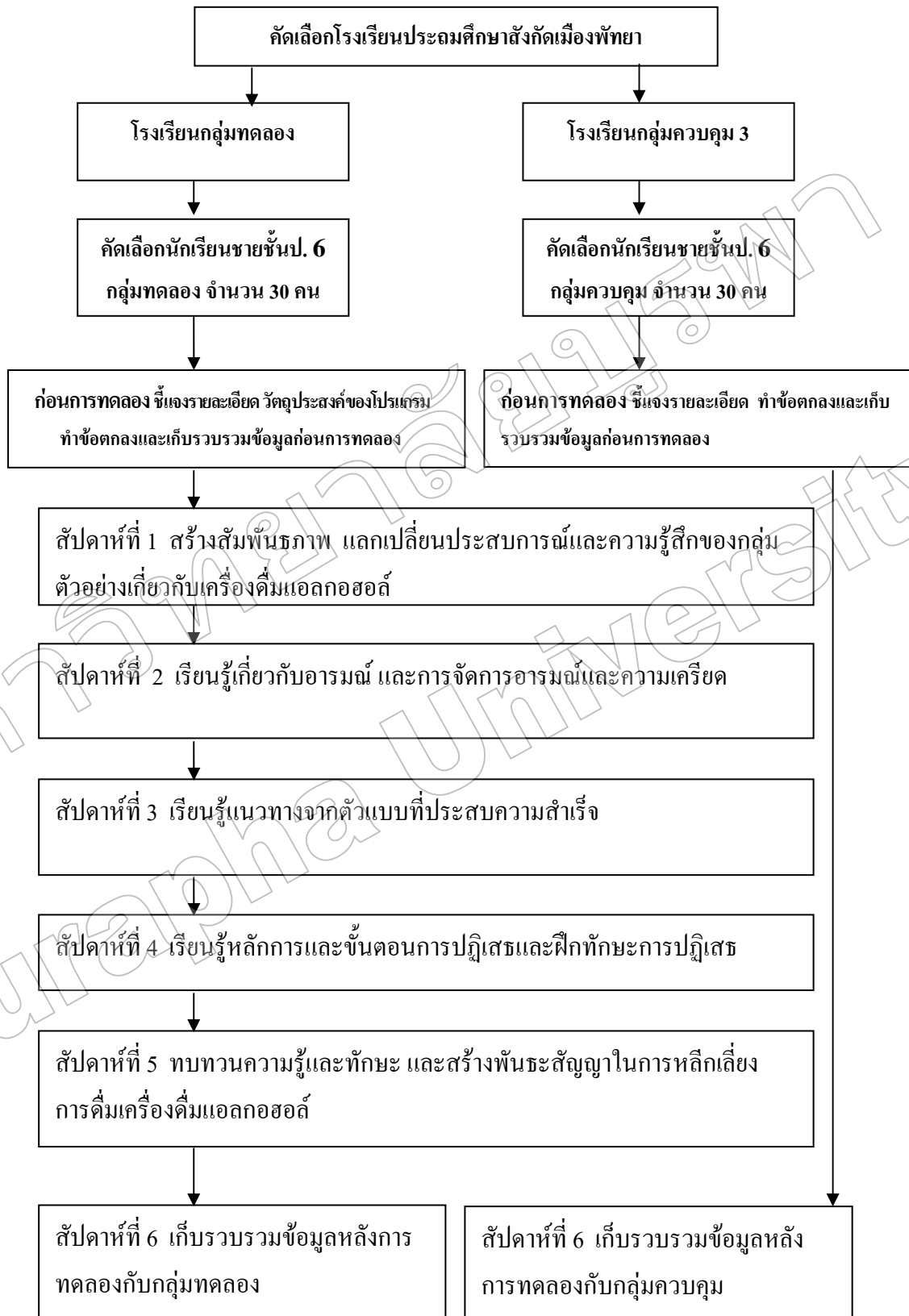
### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ทำการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดย นำเสนอเรื่องที่ศึกษาครั้งนี้ต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อพิจารณาขอความเห็นชอบ หลังจากนั้นจะเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อแนะนำตัว และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบ อธิบายให้เข้าใจว่าการศึกษานี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่าง ข้อมูลที่ได้จากการศึกษานี้เป็นความลับ โดยใช้เลขที่ของแบบสอบถามเป็นรหัสแทนชื่อ-สกุลของกลุ่มตัวอย่าง ผลการวิจัยจะเป็นภาพรวมและนำมาใช้ประโยชน์เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น กลุ่มตัวอย่างสามารถขอยุติเข้าร่วมการวิจัยก่อนครบกำหนดได้ โดยไม่มีผลกระทบต่อกลุ่มตัวอย่างแต่อย่างใด และได้มีการลงนามเป็นลายลักษณ์อักษรทั้งกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง เมื่อยินดีเข้าร่วมการวิจัย

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อรวบรวมข้อมูลได้ครบแล้ว ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ใช้การแจกแจงความถี่ ร้อยละ
2. เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการปฏิเสชการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิเสชการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และทักษะการปฏิเสชการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วย สถิติ Independent t- test และ ANCOVA



ภาพที่ 4 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตน