

รายงานการวิจัย

เรื่อง

การทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการแก้ไขปัญหาสุรา
ในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

Experiment of Youth Empowerment upon Alcohol

Problem - Solving in Udon Thani Rajabhat University

ผู้วิจัย

ดร. กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ

นางสาวสุภาดา เจริญสวัสดิ์

โครงการวิจัยนี้ได้รับการสนับสนุน

จาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.)

สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) และศูนย์วิจัยปัญหาสุรา(ศวส.)

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยเรื่อง การทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) และศูนย์วิจัยปัญหาสุรา(ศวส.) คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณหน่วยงานที่กล่าวมานี้ ที่ให้การสนับสนุนทุนในการวิจัย จึงทำให้เกิดผลงาน ที่ช่วยในการพัฒนาคน พัฒนาสังคม และพัฒนาสถานศึกษา ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย ขอขอบคุณคณาจารย์ที่เป็นกำลังใจและให้ข้อเสนอแนะในการทำงาน ตลอดจนกลุ่มตัวอย่างนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ที่ทำให้โครงการวิจัยสำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์

คณะผู้วิจัย

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	2
สารบัญ	3
สารบัญตาราง	5
สารบัญรูปภาพ	6
บทคัดย่อภาษาไทย	7
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	9
บทที่ 1 บทนำ	10
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	10
1.2 คำถามการวิจัย	11
1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย	11
1.4 ขอบเขตการวิจัย	11
1.5 คำจำกัดความในการวิจัย	11
1.6 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	12
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	13
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น	13
2.2 ความรู้เกี่ยวกับสุรา	18
2.3 การเสริมสร้างพลังอำนาจ	23
2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	40
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	50
3.1 สถานที่ที่ศึกษา	50
3.2 กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	50
3.3 เครื่องมือในการวิจัย	50
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล	51
3.5 ขั้นตอนการดำเนินงาน	52
3.6 วิเคราะห์ข้อมูล	53
บทที่ 4 ผลการวิจัย	54
4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	54
4.2 การดำเนินงานในระยะเสริมสร้างพลังอำนาจ	56
4.3 การดำเนินงานการรณรงค์แก้ไขปัญหามหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี	68
4.4 การประเมินผลการรณรงค์แก้ไขปัญหามหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี	77

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	89
5.1 สรุปผลการวิจัย	89
5.2 อภิปรายผลการวิจัย	91
5.3 ข้อเสนอแนะ	93
5.4 บทสรุปสำหรับผู้บริหาร	93
บรรณานุกรม	95
ภาคผนวก	97

สารบัญตาราง

	หน้า
ตาราง 4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	55
ตาราง 4.2 ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อการดื่มสุรา	58
ตาราง 4.3 ผลการประเมินความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ในระยะก่อนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา	59
ตาราง 4.4 ผลการประเมินความรู้สึกรู้สึกตระหนักในความสามารถแห่งตน ในระยะก่อนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา	61
ตาราง 4.5 ผลการประเมินคุณภาพชีวิตในระยะก่อนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา	62
ตาราง 4.6 ความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหายาสุรา ในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี	81
ตาราง 4.7 ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อการดื่มสุรา ในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ	82
ตาราง 4.8 ผลการประเมินความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ	83
ตาราง 4.9 ผลการประเมินความรู้สึกรู้สึกตระหนักในความสามารถแห่งตน ในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ	84
ตาราง 4.10 ผลการประเมินคุณภาพชีวิตในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ	85
ตาราง 4.11 เปรียบเทียบความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความรู้สึกรู้สึกตระหนักในความสามารถแห่งตนและคุณภาพชีวิต ระหว่างก่อนและหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ	85

สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 ประสิทธิภาพของงาน ตามทฤษฎีโครงสร้างอำนาจในองค์กรของ Kanter	33
ภาพที่ 2.2 แบบแผนการรู้จักของการเสริมสร้างพลังอำนาจ	34
ภาพที่ 1 ลงทะเบียน	69
ภาพที่ 2 อุ่นเครื่องก่อนเริ่มกิจกรรม	69
ภาพที่ 3 ร้องเพลงแห่งแผ่นดิน	70
ภาพที่ 4 ปฏิญาณตน	70
ภาพที่ 5 นันทนาการ	70
ภาพที่ 6 นันทนาการ	71
ภาพที่ 7 กิจกรรมอภิปรายกลุ่ม	71
ภาพที่ 8 กิจกรรมระดมสมอง	71
ภาพที่ 9 นำเสนอผลงาน	72
ภาพที่ 10 นำเสนอผลงาน	72
ภาพที่ 11 อบรมความรู้เรื่องสุราและผลกระทบ	72
ภาพที่ 12 อบรมความรู้เรื่องสุราและผลกระทบ	73
ภาพที่ 13 ลงทะเบียนผู้เข้ารับการอบรม	73
ภาพที่ 14 พิธีกรดำเนินงาน	74
ภาพที่ 15 กล่าวเปิดงาน	74
ภาพที่ 16 รวมพลังร้องเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน	74
ภาพที่ 17 จินตลีลาประกอบเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน	75
ภาพที่ 18 ละครสั้นสะท้อนผลกระทบของสุรา	75
ภาพที่ 19 เปรียบเทียบพฤติกรรมผู้ดื่มสุรากับผู้ที่ออกกำลังกาย	75
ภาพที่ 20 ละครพื้นบ้านอีสานประกอบภาษาท้องถิ่นและผญา	76
ภาพที่ 21 ติดตามประเมินผลจากกลุ่มผู้เข้ารับการอบรม	76

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง โดยการใช้กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจในการพัฒนาแกนนำเยาวชนแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่คัดเลือกด้วยวิธีอาสาสมัคร จำนวน 50 คน เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วยแบบประเมินความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา แบบประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง แบบประเมินความตระหนักความสามารถของตนเอง และแบบประเมินคุณภาพชีวิต แบบประเมินความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหามสุรา และแบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมาน Pair t-test วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยมีดังนี้

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เคยดื่มสุรา ร้อยละ 74 ช่วงอายุต่ำสุดของการดื่มสุราครั้งแรก 14 ปี และสูงสุด 20 ปีเฉลี่ย 17.27 ปี สาเหตุของการดื่มครั้งแรกได้แก่ เพื่อการสังสรรค์ อายากลอง เพื่อนชวน และถูกบังคับ ก่อนการทดลองผลการประเมินความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา กลุ่มตัวอย่างระบุว่าสุราทำให้สุขภาพไม่ดี ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามปกติ เกิดการทะเลาะวิวาท และการเป็นนักศึกษาไม่ควรดื่มสุราอยู่ในระดับมากที่สุด การดื่มสุราทำให้เสียการเรียน มีความคิดเห็นในระดับมาก ผลการประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น ในระดับมากที่สุด ในทางตรงกันข้าม กลุ่มตัวอย่างยังมีความรู้สึกในเชิงลบ ได้แก่ รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า รู้สึกว่าตนเองเป็นคนโศคร้าย รู้สึกอ้างว้าง และรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญสำหรับคนอื่นในระดับมาก ผลการประเมินความรู้สึกตระหนักในความสามารถของตนเองพบว่ากลุ่มตัวอย่างคิดว่าถ้าเกิดปัญหาต่างๆจะสามารถเผชิญปัญหานั้นๆได้ และมีแรงจูงใจภายในตนเองต่อการกระทำสิ่งดีๆ ในระดับมากที่สุด ในทางตรงกันข้ามมีกลุ่มตัวอย่างที่มีความรู้สึกในด้านลบได้แก่ รู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ ตนเองเป็นคนอ่อนแอ รู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง รู้สึกกังวลเมื่อได้รับมอบหมายงานอย่างใดอย่างหนึ่ง และรู้สึกว่าตนเองไม่มีศักยภาพเพียงพอต่อการทำหน้าที่รับผิดชอบงานใด ในระดับมาก จากการประเมินคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างระบุว่า รู้สึกได้รับการดูแลจากครอบครัวเป็นอย่างดี มีความสุขและรู้สึกรักครอบครัว อยู่ในระดับมากที่สุด ในทางตรงกันข้ามมีกลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกในเชิงลบได้แก่ รู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตตนเอง และรู้สึกไม่มีความสุขในระดับมาก

ในระยะหลังการทดลอง เมื่อการประเมินผลการดำเนินงานรณรงค์แก้ไขปัญหามสุรา พบว่ากลุ่มตัวอย่างเห็นว่าควรมีการจัดกิจกรรมการรณรงค์แก้ไขปัญหามสุรา และควรขยายผลไปยังสถานศึกษาอื่นๆด้วยในระดับมากที่สุด จากการประเมินผลการเสริมสร้างพลังอำนาจ พบว่า ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความตระหนักใน

ความสามารถของตนเอง และคุณภาพชีวิต พบว่ามีความแตกต่างกันระหว่างก่อนและหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ0.05 ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจสามารถทำให้บุคคลตระหนักต่อการมีคุณค่าและความสามารถของตนเอง ตลอดจนพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น อันจักนำสู่การแก้ไขปัญหาเพื่อ ลด ละ และเลิกสุรา ต่อไป

Abstract

This research was Quasi-experimental study. The empowerment process was used to conduct the study to develop youth leadership for alcohol problem-solving. The volunteer method was used to select 50 participants. The assessment forms were used to collect data include, opinion on alcohol drinking, self-esteem, self-efficacy, quality of life, and satisfaction on alcohol problem-solving campaign. Frequency, percent, standard deviation, and pair t-test was analyzed quantitative data and content analysis was analyzed qualitative data. The results were as following.

Most of participants had ever drunk alcohol (74%). The earliest of age drank alcohol at 14 years and average 17.12 years. Causes of drinking alcohol were meeting, experiment, friend's inducing, and enforcement. Pre-experimental period found that participants indicated to alcohol impacts included, argument, and wasted time to learn. They also indicated that students should not concern with alcohol. The assessment on self-esteem showed that participants had negative view included, loss of self-esteem, misfortune, lonely, and non-important. The negative view on self-efficacy included, loss of self-confident, incapable, and weakness. The negative view on quality of life was unhappy and dissatisfied themselves.

Post-experimental period showed that most of participants suggested to have alcohol problem-solving campaign continuously and expanded to other areas. The empowerment evaluation showed that the participants can reduced negative views on themselves. The comparative between pre and post study on self-esteem, self-efficacy, and quality of life had differently significant at 0.05. The study indicated that empowerment can promote the better sense of self-esteem, self-efficacy, and quality of life. It also can be used to reduce alcohol problem.

บทที่ 1

บทนำ

1. 1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันกลุ่มผู้ดื่มสุราส่วนใหญ่ นอกจากจะเป็นกลุ่มคนทำงานหรือกลุ่มผู้บรรลุนิติภาวะแล้ว กลุ่มผู้ดื่มสุราที่เป็นเด็กและเยาวชนที่อายุต่ำกว่า 18 ปี มีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ข้อมูลจากการสำรวจของกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) ในปีพ.ศ. 2546 พบว่าคนไทยเริ่มดื่มสุราตั้งแต่อายุ 11 ปี โดยมีประชากรที่ดื่มสุรา 18.61 ล้านคน เป็นชาย 15.51 ล้านคน และหญิง 3.95 ล้านคน ในกลุ่มนี้เป็นเด็กหญิงที่มีอายุระหว่าง 11-19 ปี มีจำนวนเพิ่มขึ้นจากปีพ.ศ.2541 ถึง 5 เท่า (มโนวิช เรื่องคิษฐ์, 2547) สอดคล้องกับรายงานของสำนักงานสถิติแห่งชาติระบุว่า การดื่มสุราของวัยรุ่นไทยเพิ่มสูงกว่า 1 ล้านคนในปีพ.ศ.2547 สสส.ยังมีรายงานอีกว่า วัยรุ่นชายอายุ 11-19 ปี ที่บริโภคเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์มีจำนวนประมาณร้อยละ 21.23 ของประชากรในกลุ่มอายุนี้ และระบุว่านักเรียนชายและหญิงระดับชั้นมัธยมปลายดื่มแอลกอฮอล์ประมาณร้อยละ 50 (<http://www.thaihealth.or.th/content.php?systemModuleKey=situationalcohol&id=492>) จากการศึกษาพฤติกรรมและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี พบว่าพฤติกรรมกรรมการดื่มสุราของวัยรุ่นอายุระหว่าง 15-20 ปี ที่ศึกษาในสถาบันการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและระดับอุดมศึกษาทั้งภาครัฐและเอกชน ส่วนใหญ่เคยดื่มสุราร้อยละ 61.4 และปัจจุบันยังไม่เลิกดื่มร้อยละ 95.6 อายุต่ำสุดของการเริ่มดื่มสุราครั้งแรกคือ 12 ปี สาเหตุของการดื่มสุราได้แก่ อยากลอง เพื่อนชวนดื่ม ดื่มในงานเลี้ยงสังสรรค์ เครียด ทะเลาะกับคนในครอบครัว แม่ให้ดื่มเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ และดื่มเป็นเพื่อนพ่อ คิดเป็นร้อยละ 56.2 25.3 13.2 4.1 0.4 0.4 และ 0.4 ตามลำดับ ส่วนอาการที่พบเมื่อมีการดื่มสุราคือ ปวดศีรษะ ขาดสติ และทะเลาะวิวาท ร้อยละ 57.1 28.6 และ 14.3 ตามลำดับ สำหรับปัจจัยนำต่อการดื่มสุราได้แก่ ความรู้สึกอยากลอง การใช้สุราในการสังสรรค์เพื่อเข้าสังคม การใช้วิธีการดื่มสุราในการเผชิญปัญหาเมื่อเกิดความเครียด และการดื่มสุราเพราะเข้าใจผิดว่าเป็นการส่งเสริมสุขภาพ ปัจจัยเอื้อต่อการดื่มสุราได้แก่ รูปแบบการจัดกิจกรรมในสังคมที่อยู่ใกล้ชิด เช่น การเลี้ยงฉลองวันเกิด การมีสุราเก็บไว้ในบ้าน ทำให้สามารถหาดื่มได้ง่าย ส่วนปัจจัยเสริมต่อการดื่มสุราได้แก่ การทำตามเพื่อนเพราะต้องการได้รับการยอมรับ สมาชิกในครอบครัวปฏิบัติเป็นตัวอย่าง และที่พักอาศัยอยู่ใกล้สถานบันเทิงซึ่งมีการใช้สุราทำให้หาได้ง่าย (กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ศัญญิญา, 2548)

การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นการช่วยพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้เรียนรู้ปัญหา ลงมือปฏิบัติการแก้ไขปัญหา และสามารถประเมินผลการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ซึ่งผลของการ

เสริมสร้างพลังอำนาจ จะช่วยให้บุคคลตระหนักในความสามารถของตน เกิดความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง อันจักนำไปสู่การส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น (กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ศศิฎฐิณ, 2548)

ข้อมูลข้างต้นชี้ให้เห็นว่าเยาวชนในสถานศึกษามีการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งทำให้เกิดผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ ทำให้ไม่สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ เช่น การทะเลาะวิวาท การเกิดอุบัติเหตุ ปัญหาครอบครัวและสังคม ซึ่งหากปล่อยไว้ ปัญหาคงอยู่จะทำให้ปัญหาลุกลามไปเรื่อยๆ ดังนั้นการแก้ไขปัญหาดังกล่าวตามแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ ซึ่งมุ่งให้บุคคลสามารถเรียนรู้ปัญหา แก้ไขปัญหาและประเมินผลการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง จึงเป็นอีกแนวทางหนึ่งในการแก้ไขปัญหาราในสถานศึกษา

1.2 คำถามในการวิจัย

การทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการแก้ไขปัญหารา ในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เป็นอย่างไร

1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการแก้ไขปัญหารา ในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

1.4 ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ทำการศึกษาในระยะเวลาปีการศึกษา 2550 มี 2 ระยะเวลาคือระยะแรกเป็นการพัฒนาแกนนำเยาวชนด้วยการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อแก้ไขปัญหาราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ที่ได้รับการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีอาสาสมัคร ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ การเสริมสร้างพลังอำนาจ ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความตระหนักต่อความสามารถของตนเอง และคุณภาพชีวิต และระยะที่สองทำการประเมินผลโครงการด้วยแบบสอบถามความพึงพอใจต่อรูปแบบการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหาราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี จากกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมซึ่งทำการคัดเลือกด้วยวิธีเจาะจงคือนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

1.5 คำจำกัดความในการวิจัย

การเสริมสร้างพลังอำนาจ หมายถึง การจัดกิจกรรมเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยมีกิจกรรม 4 ขั้นตอนดังนี้

1. Building Bonding หมายถึงการสร้างสัมพันธ์ภายในกลุ่มด้วยกิจกรรมต่างๆ เช่น การออกกำลังกาย เกมส การพูดคุย การสนทนากลุ่ม
2. Problem Learning หมายถึงการเรียนรู้ปัญหาที่เกิดขึ้นของกลุ่มตัวอย่าง เช่น ผลกระทบของปัญหา ความต้องการแก้ไขปัญหาด้านคุณภาพชีวิต แหล่งของแรงสนับสนุนทางสังคม และหาวิธีการแก้ปัญหาด้วยการสนทนากลุ่ม

3. Problem solving หมายถึงการปฏิบัติการแก้ไขปัญหา ตามวิธีการที่ได้เรียนรู้ จากขั้นตอนที่สอง

4. Problem evaluation หมายถึงการประเมินผลการแก้ไขปัญหา ได้แก่ สัมฤทธิ์ผลของการแก้ไขผลกระทบหรือปัญหาที่เกิดขึ้น ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในความสามารถแห่งตน แรงสนับสนุนทางสังคม และคุณภาพชีวิต

เยาวชน หมายถึง นักศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ที่ได้รับการคัดเลือกด้วยวิธีอาสาสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัย

ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความคิด ความรู้สึกของกลุ่มตัวอย่างต่อความมีคุณค่าของตนเองทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งวัดได้ด้วยแบบสอบถามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

ความตระหนักในความสามารถแห่งตน หมายถึง ความคิด ความรู้สึกของกลุ่มตัวอย่างที่มีความตระหนักและรับรู้ถึงศักยภาพในการแก้ไขปัญหา และการปรับตัวของตนเองต่อสถานการณ์ต่างๆที่เข้ามาในชีวิต ซึ่งวัดได้ด้วยแบบสอบถามความตระหนักในความสามารถแห่งตนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

คุณภาพชีวิต หมายถึง ระดับความพึงพอใจต่อสภาพความเป็นอยู่ หรือสถานภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่มีตนเอง ซึ่งวัดได้ด้วยแบบสอบถามคุณภาพชีวิตที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

ความพึงพอใจหมายถึง ระดับความพึงพอใจของนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์ ต่อกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างแนะนำเป็นผู้จัดขึ้นเพื่อรณรงค์การแก้ปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักศึกษาเกิดความตระหนักต่อพิษภัยของสุรา
2. นักศึกษามีความรู้ในการป้องกันตนเองและบุคคลอื่นจากภัยของสุรา
3. นักศึกษาสามารถคิดวิเคราะห์และแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง
4. นักศึกษาเกิดทักษะชีวิตในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
5. นักศึกษาตระหนักถึงการมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี
6. นักศึกษาตระหนักถึงความสามารถของตน ความมีคุณค่าของตน ในการแก้ปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี
7. นักศึกษามีคุณภาพชีวิตที่ดีอันจักส่งผลให้เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าของประเทศไทย
8. สามารถป้องกันโรคและภัยอันเกิดจากสุราได้

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มี การทบทวนวรรณกรรมในประเด็นที่เกี่ยวข้องตามลำดับดังต่อไปนี้

- 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น
- 2.2 ความรู้เกี่ยวกับสุรา
- 2.3 การเสริมสร้างพลังอำนาจ
- 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น

เมื่อเด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะเห็นลักษณะของเด็กเปลี่ยนแปลงไปจากวัยเด็กได้อย่างชัดเจนทั้ง ร่างกายและจิตใจ เด็กผู้หญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นได้เร็วกว่าเด็กผู้ชายประมาณ 2 ปี โดยทั่วไปเด็กหญิงจะ ตั้งต้นเข้าวัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 11-13 ปี (แต่บางคนอาจเร็วโดยตั้งต้นตั้งแต่ 9 ปี หรือช้าไปถึง 15-16 ปี) เด็กชายจะเข้าสู่วัยรุ่นโดยเฉลี่ยเมื่ออายุประมาณ 13-16 ปี การเข้าสู่วัยรุ่นเร็วหรือช้าขึ้นกับ กรรมพันธุ์ การได้รับอาหารเพียงพอร่างกายแข็งแรงเติบโตเร็ว ลักษณะของเด็กเอง เศรษฐฐานะ สังคม วัฒนธรรม และการศึกษา เด็กที่ไม่ได้รับการศึกษาต่อ เมื่อจบชั้นประถมจะเข้าสู่วัยหนุ่มสาว เร็วกว่าพวกที่มีการศึกษาต่อไปในชั้นปริญญา หรืออาชีพชั้นสูง ทำให้มีระยะเวลาวัยรุ่นนานกว่าเด็กที่ ต้องออกมาทำงานรับผิดชอบหน้าที่และเลี้ยงชีพพึ่งตนเอง การพัฒนาของวัยรุ่นทางร่างกายอาจจะ พัฒนาไปพร้อมกับอารมณ์ หรือไม่พร้อมกันก็ได้ และอาจแตกต่างกันได้ ทำให้บางคนมีลักษณะ ร่างกายเติบโตเป็นวัยรุ่นเต็มที่ แต่กิริยาอาการ และการแสดงออกของอารมณ์เป็นเด็กกว่าวัย การ เปลี่ยนแปลงลักษณะต่างๆในวัยรุ่นมีดังต่อไปนี้(นิรพล พัจนสุนทร, สุวรรณ อรุณพงศ์ไพศาล และ พูนศรี รังษิณี, 2543)

1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น โดยเฉพาะตอนต้น (pubertal phase) เด็กจะ มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างมากในช่วงระยะ 11-13 ปี ฮอร์โมนทางเพศเริ่มทำหน้าที่เพิ่มขึ้น ทั้งเด็กหญิงและเด็กชายเมื่ออายุประมาณ 8-10 ปี มาแล้ว พอเข้าวัยรุ่นตอนต้นจะพบว่า เด็กจะเติบโต รวดเร็ว โดยเฉพาะส่วนคอ แขน ขา มากกว่าลำตัว ทำให้เด็กมีลักษณะเก้งก้าง เด็กมีกล้ามเนื้อเพิ่ม มี ไขมันสะสมตามที่ต่าง ๆ เด็กหญิงจะขยายส่วนเต้านม และสะโพก ในขณะที่ผู้ชายจะขยายส่วนไหล่ แต่ไขมันตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในผู้ชายจะลดลง แต่การเติบโตและการขยายของร่างกายแต่ละ ส่วนอาจเกิดขึ้นไม่พร้อมกัน หรือไม่เป็นไปตามขั้นตอน (asynchrony) เช่น ร่างกายซึกขวาเจริญกว่า ซ้าย แต่จะเจริญเท่าทันกันในระยะท้ายของวัย จึงควรให้ความมั่นใจกับวัยรุ่นเมื่อมีความวิตกกังวล

ระยะนี้เด็กจะกินจุ และนอนมากขึ้น ร่างกายต้องการพักผ่อนและต้องการแคลอรีมากกว่าเดิม ต่อมฮอร์โมน pituitary gland และ hypothalamic region เจริญขึ้นหลัง growth hormone, gonadotropic hormone, adreno corticotropic hormone เพิ่มขึ้น ทำให้กระตุ้นต่อมอวัยวะเพศให้หลั่งฮอร์โมน เป็นผลให้อวัยวะเพศเติบโตและมีการเปลี่ยนแปลงในรูปร่าง เช่น เด็กหญิงมีเต้านมขยายโตขึ้น มีขนรักแร้ มีขนที่อวัยวะเพศและมีประจำเดือนตามมาหลังการเจริญของอวัยวะเพศ ในเด็กชายจะมีอวัยวะเพศขยายใหญ่ขึ้น และมีการหลั่งน้ำกาม หรือฝันเปียก (seminal emission) มีขนที่รักแร้ ที่อวัยวะเพศ ต่อมาเสียงจะใหญ่ หัวขึ้น มีหนวด ขนตามตัว และมี spermatogenesis, spermatozoa จะตรวจพบได้ในเด็กชายอายุ 13 ปี แต่ mature spermatozoa จะพบเมื่อเลยวัยรุ่นตอนกลางไปแล้ว

การที่เด็กมีการเปลี่ยนแปลงร่างกายมากนี้ทำให้บางคนวิตกกังวลกับรูปลักษณ์ของตน โดยเฉพาะเมื่อโตขึ้นได้ผิวหนัง และต่อมเหงื่อทำงานมากขึ้น ทำให้วัยรุ่นประสบปัญหาเรื่อง “ผิว” และ “กลิ่นตัว” หรือกลัวความอ้วน ในระยะนี้เด็กจะประสบกับปัญหาสายตาสั้น โดยเฉพาะที่เป็นอยู่แล้วจะสั้นเพิ่มขึ้น การที่เด็กเติบโตเข้าวัยรุ่นเร็วหรือช้า นั้น มีผลกระทบทางจิตใจด้วย เด็กหญิงที่เติบโตเป็นสาวเร็ว จะรู้สึกอาย กังวล และอึดอัด ประหม่าต่อการถูกล้อเลียน หรือต่อสายตาผู้ชาย เพราะสภาพจิตใจยังเป็นเด็ก ยังไม่พร้อมรับสภาพความเป็นสาว เด็กหญิงจึงมักขี้อาย สมยอม มักเป็นผู้นับตาม ไม่กว้างขวาง เหมือนเด็กชายที่เติบโตช้ากว่า มีเวลาเป็นเด็กเล่นสนุก และค่อย ๆ เตรียมตัวเตรียมใจปรับเข้าสู่วัยรุ่น ในทางตรงข้ามเด็กชายที่เติบโตเข้าวัยรุ่นเร็ว จะมีความสามารถในการกีฬา ฟังตนเอง เป็นผู้นำ ได้ดีกว่ากลุ่มเพื่อนชายที่โตช้า ในกลุ่มที่เข้าวัยรุ่นช้าหลังผู้อื่นจะถูกล้อเลียน กลั่นแกล้ง มีความภูมิใจต่ำ

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ มีดังนี้

(2.1) การสนใจตนเอง ในวัยรุ่นตอนต้นเด็กจะหันมาสนใจในรูปร่างหน้าตาของตนเองมากขึ้น บางคนใช้เวลาอยู่กับหน้ากระจกนาน ๆ สำนวญใบหน้าและรูปร่างของตน จะมีความกังวลกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และกลัวว่าจะแตกต่างไปจากคนอื่น เด็กวัยนี้จะมีความรู้สึกไวต่อคำวิจารณ์ ต่อสายตา ท่าทีของผู้อื่น กลัวการถูกตำหนิ และการค่อนข้างขี้อาย ไม่ชอบให้ใครมาพูดถึง เด็กจึงจำเป็นต้องทำตามเพื่อน และปฏิบัติคล้าย ๆ หมู่เพื่อน เช่น แต่งตัวตามสมัยนิยม เป็นต้น

(2.2) ความต้องการเป็นอิสระ วัยนี้เป็นระยะที่เด็กมีความต้องการเป็นตัวของเขาเอง และแยกเป็นอิสระ ฟังตนเอง (secondary separation individuation) ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่มารับผิดชอบหรือออกคำสั่งควบคุม ส่วนใหญ่แล้วเด็กวัยนี้จะทำอะไรได้ด้วยตนเองแล้วมีความรับผิดชอบเพิ่มขึ้น รู้จักตกลงใจตัดสินใจส่วนตัวบางอย่างได้ เด็กจะวางตัวห่างพ่อแม่ ไม่ค่อยอยากไปไหนมาไหนด้วย และมักแยกตัวอยู่ตามลำพัง เริ่มวิพากษ์วิจารณ์ แสดงความคิดเห็นไม่ตรงกับพ่อแม่อันเป็นเหตุให้เกิดการขัดแย้งกันได้บ่อย ๆ โดยเฉพาะกับแม่ แต่ถึงกระนั้นเด็กก็ยังต้องการความสนใจ ความเอาใจใส่อยู่เป็นครั้งคราว ถ้าไม่ได้รับก็จะแสดงความขุ่นเคือง ไม่พอใจ การที่เด็กวัยนี้เข้ามาช่วย

เข้า หรือโต้เถียงกับแม่ จะเป็นลักษณะที่เขาต้องการความใกล้ชิดอยู่ แต่แสดงแตกต่างไปจากวัยเด็กเล็ก เด็กมีความสับสน กังวลในเบื้องต้น ระหว่างความต้องการเป็นอิสระกับความกลัวการรับผิดชอบ และพึ่งตนเองตามลำพัง ลักษณะหลายอย่างจะคล้ายวัยอนุบาล เป็นการรื้อฟื้น Oedipal conflict ทำให้เด็กหญิงมีการแสดงขัดแย้งกับแม่ได้บ่อย เด็กทั้งสองเพศจะหันเข้าหาพ่อมากขึ้น ให้ความนับถือ เชื้อพียงและให้เป็นที่ปรึกษา ในขณะที่เดียวกันเด็กจะหันเข้าหาเพื่อนมากขึ้นและสนใจรับฟังคนนอกครอบครัว นับถือความคิดของครู และญาติผู้ใหญ่ ตลอดจนเริ่มสนใจบุคคลที่มีชื่อเสียงในสังคม

3. การพัฒนาทางด้านสติปัญญา และความคิด (Formal operation) เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น เด็กมีความคิดเปลี่ยนจากรูปธรรม เป็นนามธรรมอย่างค่อยเป็นค่อยไป ความคิดเพิ่มกว้างขวางขึ้น เข้าใจตามความเป็นจริงได้มากขึ้น และสามารถคิดในเชิงทฤษฎี เป็นเหตุเป็นผล มีสมมุติฐานและพิสูจน์ความจริง Piaget เรียกความคิดชนิดนี้ว่า Formal operation เด็กสามารถจินตนาการเข้าใจมนทัศน์ (ความคิดรวบยอด) ที่ลึกซึ้งขึ้นได้ สามารถวิจารณ์ เปรียบเทียบบรรยายได้ละเอียดขึ้น รู้จักคิดแก้ปัญหาได้เอง รู้จักตั้งสมมุติฐาน พิสูจน์ในแง่มุมต่าง ๆ ดึงเอาข้อมูลมาสรุปเป็นเหตุผล สนใจเกี่ยวกับมนุษยศาสตร์ ปรัชญา วิทยาศาสตร์ ศาสนา คุณธรรม และในเรื่องอื่น ๆ แต่เด็กวัยรุ่นจะจริงจังกับความคิดของตนเองและยึดเอาเป็นเลิศและถูกต้อง (idealism) เด็กจึงแสดงอาการรุนแรงและลุ่มหลง มีความเชื่อมั่นอย่างเอาเป็นเอาตาย บางคนถึงกับเลิกสิ่งเก่า ๆ และรับค่านิยมใหม่ บางคนจะยึดถือ idealism นี้ไปจนโต ถ้าเด็กสามารถนำความคิดเหล่านี้ไปใช้เป็นประโยชน์ที่ดีจะช่วยให้เขาดำเนินชีวิตไปถูกต้อง เด็กบางคนชอบคิดปะจจะแสดงความคิดเชิงศิลป์ออกมาทางวาดรูป รูปปั้น แต่งโคลง กลอน นิยาย ฯลฯ หรือชอบเชิงวิทยาศาสตร์ จะประดิษฐ์เครื่องมือ เครื่องใช้ใหม่ ๆ ได้ เด็กจะทุ่มเทความสนใจของตนอย่างจริงจัง จึงทำให้เด็กอาจถูกดึงไปเป็นกำลัง ไปเป็นพวกในเรื่องลัทธิต่าง ๆ และในเรื่องการเมือง เป็นต้น เด็กวัยรุ่นจะแสดงออกอย่างรุนแรง และประกอบกับวัยรุ่นมีความโน้มเอียงที่จะคิด หรือมองสิ่งรอบตัวในด้านลบ คิดถึงความด้อยสามารถของตนเมื่อเทียบกับผู้ที่โตกว่า อันทำให้ถูกชักนำง่ายไปในทางที่ไม่ดี เช่นการทดลองในสิ่งต่าง ๆ หรือเข้ากลุ่มเข้าพวกที่ต่อต้านสังคม

4. การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ในช่วงต้นของวัยรุ่น เด็กจะมีการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ง่ายและบางครั้งโดยที่ไม่มีเหตุผล เด็กอาจมีความวิตกกังวล หงุดหงิด ไม่สบายใจ เครียด หรืออารมณ์เศร้าเกิดขึ้นได้ ความรู้สึกไม่แน่นอน หวั่นไหวง่ายสับสน ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของวัยที่กำลังผ่านจากเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ที่พบได้เสมอ วัยรุ่นอาจแสดงกิริยาอาการรุนแรง บางคนถึงก้าวร้าวกับผู้ใหญ่ พุดจาไม่น่าฟัง อากัปกิริยากระแทกกระทั้น ทำให้วัยรุ่นมีปัญหาเกี่ยวกับพ่อแม่พี่น้องได้บ่อย ๆ ระยะวัยรุ่นตอนต้นจะทำให้เด็กมีอารมณ์ พฤติกรรมถอยหลังได้ เช่นชอบขี้แหย่น้อง ทะเลาะกับคนอื่น คิดพึ่งพาแม่มากขึ้น ไม่อยากทำอะไรจนดูเป็นขี้เกียจ แยกตัวเอง โกรธง่าย กังวลง่าย แต่บางขณะก็ดูเป็นผู้ใหญ่ขึ้น รับผิดชอบได้บ้าง ไม่ต้องการให้ผู้ใหญ่มาบอกบังคับ หรือบงการ วัยช่วงนี้เป็นวัย

ที่จะมีความเครียด ความกังวลได้หลายอย่าง เช่น การเปลี่ยนแปลงของร่างกายและฮอร์โมน อวัยวะเพศ การต่อสู้กับจิตใจที่อยากเป็นอิสระ ทำอะไรได้เอง กับความกลัวที่จะต้องเผชิญเหตุการณ์ตามลำพัง และมีความรับผิดชอบ การปรับตัวกับเพื่อน และการคบเพื่อนต่างเพศ การปรับตัวต่อชั้นเรียนที่เติบโตขึ้นในชั้นมัธยม บางคนต้องเปลี่ยน โรงเรียน และมีเพื่อนใหม่ ความกังวลสับสนต่อตนเอง ในภาพลักษณ์ การสร้างสัมพันธ์กับเพื่อน การความหวังของพ่อแม่และผู้ใหญ่ต่อตน ฯลฯ ทำให้เด็กมีความเครียด กังวลได้มาก ๆ เด็กวัยรุ่นบางคนจะแสดงอารมณ์มาก และเป็นไปสุดขีดได้ เช่น คอยกันดั่ง หัวเราะส่งเสียงกรี๊ดร้อง หรือร้องไห้อย่างมากต่อเหตุการณ์เพียงเล็กน้อย หรือวิตกกังวลเกินเหตุ มีความรู้สึกรุนแรงทั้งความเกลียด หรือความรักจะท่วมท้นความสนใจกับคนที่ตนชอบได้มาก ๆ อารมณ์วัยรุ่นจึงค่อนข้างวู่วามและเป็นไปรวดเร็ว บางคนมีลักษณะก้าวร้าว

ฉะนั้นจึงจำเป็นที่จะอธิบายให้วัยรุ่นรู้จักสาเหตุและความเป็นไปในช่วงเปลี่ยนวัย ให้ความเข้าใจในเรื่องวิตกกังวล หรือสิ่งที่เขาเป็นห่วง แม้อารมณ์จะเกิดขึ้นโดยควบคุมไม่ได้ แต่ให้วัยรุ่นรู้ว่าเขาสามารถควบคุมพฤติกรรมแสดงออกได้ ความรู้สึกสนใจทางเพศเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้ และมีแรงขับทางเพศเป็นเรื่องของธรรมชาติ วัยรุ่นจึงต้องเรียนรู้เรื่องการข่มอารมณ์ และรู้จักระบายความเครียด ความกังวลถูกทาง เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย เล่นดนตรี ทำศิลปะ หากิจกรรมให้ตนเพลิดเพลินและสร้างสรรค์

5. การพัฒนาทางด้านสังคม การมีเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญมากในการพัฒนาทางด้านสังคมและอารมณ์ เด็กวัยชั้นประถมจะต้องรู้จักคบเพื่อน มีเพื่อนสนิท มีเพื่อนเล่น เพื่อเตรียมตัวต่อไปในการปรับตัวเข้าวัยรุ่น มีการศึกษาว่าถ้าเด็กวัยเรียนไม่มีเพื่อนจะเป็นข้อบ่งชี้ถึงการปรับตัวอย่างลำบากต่อไปในวัยรุ่น การมีเพื่อนส่งเสริมให้เด็กมีความรู้สึกมั่นใจ เข้มแข็ง มีพลังอำนาจ มีพวก การยอมรับของเพื่อนและคลุกคลีในหมู่เพื่อนจึงเสริมความภาคภูมิใจและเอกลักษณ์ หรือภาพพจน์ต่อตนเองที่ดี วัยรุ่นจะเลือกคบเพื่อนที่มีลักษณะคล้าย ๆ ตน และมีอะไรทำด้วยกันได้ การให้เป็นที่ยอมรับในหมู่เพื่อนวัยรุ่นจึงจำเป็นต้องมีลักษณะคล้ายหรือเหมือนกลุ่มเพื่อนของตน เช่น การพูดจา กิริยาท่าทาง การแต่งตัว ความชอบ เป็นต้น ผู้ใหญ่จึงมองเห็นการลอกเลียนแบบซึ่งกันและกัน และการเชื่อฟังเพื่อน เห็นดีเห็นงามตามเขา ทำให้ขัดกับความต้องการของพ่อแม่ผู้ปกครองได้อย่างมาก เพื่อนจึงมีอิทธิพลอย่างสูง เด็กจะได้เรียนรู้ความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่นได้ รู้จักอาทรห่วงใยผู้อื่นเป็น เพื่อนเป็นที่พึ่งพิงของวัยรุ่น ทำให้เขาห่างพ่อแม่ได้ เป็นอิสระมีที่ ๆ เขาจะอยู่ร่วมด้วยกันปรึกษาหารือกันได้ เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น ถ้าวัยรุ่นขาดเพื่อนจะทำให้เขามีปมด้อย ขาดมนุษยสัมพันธ์ มีภาพพจน์ตนเองไม่ดี ความคิดไปทางลบ มีอารมณ์ซึมเศร้า และหันเข้าหายาเสพติด หรือประพฤติด และมีโอกาสเป็นโรคจิตโรคประสาทได้ การมีเพื่อนทำให้เสริมเอกลักษณ์แห่งเพศของตนด้วย ให้เด็กได้รู้จักบทบาทการคบหาเพื่อนเพศเดียวกันและต่างเพศได้เหมาะสม การแสดงออกของวัยรุ่นไปตามสมัยนิยมที่ตามกันขณะนั้น ๆ จึงมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอตลอดเวลา ผู้ใหญ่ควรสนับสนุนให้วัยรุ่นมีทางออกที่เหมาะสม และมีตัวอย่างที่ดีให้

การคบเพื่อนของวัยรุ่นนั้นจะคบกันได้สนิทสนมอย่างมาก เด็กควรมีเพื่อนคู่หู มีเพื่อนที่เขาไว้วางใจปรึกษาความลับแก่กันและกันได้ เด็กอาจสนิท รักกัน ไปไหนมาไหนด้วยกันในระหว่างเพื่อนเพศเดียวกัน โดยมีมีความรู้ลึกทางเพศเข้ามาปะปน เพื่อนเหล่านี้จะคบกันได้ยึดไปจนโต และช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยกันได้ สังคมวัยรุ่นขณะนี้มีความเข้าใจผิดที่เมื่อคบกันสนิทแล้วจะไปทักท้วงว่าเป็นเรื่องลึกลับเพศ ทำให้เด็กจำนวนไม่น้อยไม่กล้าสนิทสนมกันเพราะกลัวถูกล้อเลียน สังคมจึงมีส่วนทำให้มิตรภาพที่ดีไม่สามารถดำเนินต่อไปได้ ผู้ใหญ่จึงควรแยกแยะความถูกต้องปกติ และผิดปกติ ให้เด็กรับรู้ได้ชัดเจน กลุ่มเพื่อนมีประโยชน์มากที่ต้องสนับสนุนแต่ถ้ากลุ่มเพื่อนนั้นเป็นเด็กมีปัญหาพฤติกรรมไม่ดี เกเร อันธพาล ทำผิดกฎหมาย ก็อาจชักจูงเด็กไปในทางผิดได้ พ่อแม่จึงควรใกล้ชิดลูก ปรึกษาหารือกันเรื่องคบเพื่อน สนับสนุน ส่งเสริมการมีเพื่อนที่ดี และเปิดโอกาสให้ลูกคบ ถ้าพ่อแม่เห็นไม่เหมาะสมควรชี้แนะและสนทนากับลูก รับฟังเรื่องราวปัญหาของเขา สอนให้เขาคิดแยกแยะสิ่งถูกต้อง จากสิ่งไม่เหมาะสมให้เป็น แทนที่จะไปห้ามปราม และดำเนินคดีอยู่เสมอ ถ้าพ่อแม่เข้าใจถึงภาวะการเปลี่ยนแปลงวัยและภาวะวิกฤตกังวลที่เด็กมีโดยธรรมชาติแล้ว จะช่วยให้วัยรุ่นปรับตัวได้ดี และผ่านพ้นวัยนี้ไปได้ ทั้งนี้ต้องอาศัยความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันมาตั้งแต่วัยเด็ก เด็กที่เจริญพัฒนาตามวัยมีความสัมพันธ์ดีกับพ่อแม่มาตั้งแต่ต้น จะมีอาการต่าง ๆ น้อยมาก และผ่านพ้นระยะต้นของวัยรุ่นไปได้ดี ตรงข้ามเด็กที่มีสัมพันธ์กับบุคคลไม่ดีมาก่อน หรือมีปัญหามาแล้วเบื้องต้น จะเข้าสู่วัยรุ่น และปรับช่วงนี้ได้ลำบากและจะเป็นสาเหตุอันหนึ่งที่จะนำไปสู่ปัญหาทางจิตเวชอย่างแท้จริง โรคทางจิตเวชหลายโรคแสดงอาการเริ่มต้นในช่วงระยะวัยรุ่นตอนต้นได้เช่น Mood disorder, Anorexia Nervosa, Schizophrenia, Suicide, Panic disorders, Obsessive Compulsive disorders เรื่องทางเพศ เป็นต้น วัยรุ่นตอนต้นจึงเป็นวัยที่สำคัญที่ปัญหาที่เกิดขึ้นจะนำไปสู่ปัญหาจริงได้ พ่อแม่จึงควรเข้าใจวัยนี้ และมีการให้คำปรึกษาและความรู้ที่จะช่วยเด็กวัยรุ่นปรับตัวต่อไป

ลักษณะที่ส่งเสริมให้วัยรุ่นพัฒนาลักษณะแห่งตนเองได้สำเร็จ

1. Identity achievement วัยรุ่นกลุ่มนี้จะมีประสบการณ์ที่วิกฤติ หรือประสบความยุ่งยากลำบากในชีวิตที่ต้องเผชิญ ตนต้องแก้ปัญหาทำการตกลงใจมาก่อน จนในที่สุดสามารถปฏิบัติการกิจนั้นได้สำเร็จ จนนำไปประกอบเป็นการงานหรือทำอาชีพหรือทำตามอุดมการณ์ได้สำเร็จ

2. Moratorium เป็นลักษณะการเจริญพัฒนาเป็นไปอย่างช้า ๆ หรือวัยรุ่นยังพอใจอยู่ในความเป็นเด็ก และไม่ทำการตกลงใจหรือตัดสินใจเมื่อผ่านระยะของ adolescence crisis เด็กจะค้นหอาชีพที่เหมาะสมหรืออุดมการณ์ที่เหมาะสมสำหรับตนไปเรื่อย ๆ เพื่อค้นพบว่าตนมีศักยภาพอย่างไรหรือชอบไปทางใดแน่

3. Identity foreclosure เป็นกลุ่มวัยรุ่นที่ตกลงใจปฏิบัติการเรียนหรือการประกอบอาชีพหรือถืออุดมการณ์ได้ แต่กระทำอย่างว่องไว โดยไม่สืบค้นหรือทดลองปฏิบัติหาหนทางให้กับตนเอง เด็กกลุ่มนี้จะไม่เลืกออาชีพ หรือวิชาชีพด้วยตนเอง แต่จะเป็นผู้อื่นกำหนดให้เช่นพ่อแม่ ครู

หรือผู้มีอำนาจเหนือคนอื่น ๆ รวมถึงเด็กที่ไม่มีอุดมการณ์และตัดสินใจด้วยตัวเอง แต่กระทำไปตามเพื่อนหรือตามกระแสที่หมู่พวกเขาไป ฉะนั้นเด็กกลุ่มนี้จะหลีกเลี่ยงระยะเวลาวิกฤติ และจะเข้าไปเลยตามที่คนอื่นได้เตรียมหรือชี้แนะให้ เรียกว่าเป็นการลงมือกระทำไปก่อนที่ตนเองจะพร้อมในการมีเอกลักษณ์เฉพาะตน

4. Identity diffusion กลุ่มนี้จะไม่มียุทธศาสตร์หรืออาชีพใด ๆ แน่นนอน และจะไม่พยายามทำหรือไฝหาตัวตนของตนด้วย ฉะนั้นจะไม่ประสบความสำเร็จของชีวิต ลักษณะเฉพาะของคนกลุ่มนี้คือขาดทิศทางของตนเอง ชีวิตล่องลอยไปวัน ๆ หนึ่ง อาจจะไม่เคยมีประสบการณ์วิกฤติใด ๆ ในช่วงชีวิตเลยก็ได้ หรือเคยมีวิกฤติการณ์ของชีวิต แต่ไม่เคยได้แก้ปัญหาให้สำเร็จลุล่วงไปได้

จะเห็นว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่างๆ ในวัยรุ่นทำให้เกิดความสับสนในการปรับตัวได้ นอกจากนี้ยังพบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีเพื่อนเป็นสื่อกลางสำคัญในการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมต่างๆ ทั้งในด้านค่านิยมและการปฏิบัติตน หากการปฏิบัติตนนั้นไม่มีความเหมาะสม เช่น มีการใช้สารเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย หรือปัญหาอื่นๆ ย่อมนำมาซึ่งผลกระทบทั้งต่อชีวิตวัยรุ่นนั้นๆ ทั้งต่อครอบครัวและสังคม

2.2 ความรู้เกี่ยวกับสุรา

2.2.1 สถิติการบริโภคสุรา

ข้อมูลขององค์การอนามัยโลก(WHO) เมื่อปี พ.ศ.2547 ระบุว่า ประเทศไทยมีปริมาณการดื่มแอลกอฮอล์มากจัดเป็นอันดับ 5 ของโลก ทำให้สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ(สสส.) ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา(ศวส.) สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข(สวรส.) และคณะกรรมการบริหารเครือข่ายองค์กรวิชาการยาเสพติด ร่วมกันจัดการประชุมวิชาการสุราระดับชาติ ครั้งที่ 1 ในหัวข้อ วิกฤตปัญหาสุราและนโยบาย นำเสนอปัญหาและบทเรียนจากแต่ละประเทศ เพื่อสร้างนโยบายแก้ไขปัญหา เครือข่ายองค์กรงดเหล้า จากสำรวจอัตราการบริโภคเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ในปี 2546 พบว่า ปริมาณการบริโภคแอลกอฮอล์ในปี 2532 เฉลี่ยแล้วอยู่ที่ 20.2 ต่อคนต่อปี ส่วนปี 2546 มีอัตราการบริโภคเพิ่มขึ้นเป็นเฉลี่ยประมาณ 58 ลิตรต่อคนต่อปี หรือเพิ่มขึ้นเกือบ 3 เท่าตัว โดยเฉพาะอัตราการบริโภคเบียร์สูงกว่า 8 เท่าตัว จากเฉลี่ย 4.4 ลิตรต่อคนในปี 2532 เป็น 39.4 ลิตรต่อคนในปี 2546 กลุ่มที่น่าเป็นห่วงซึ่งคือนักดื่มหน้าใหม่ คือ กลุ่มผู้หญิงวัย 15-19 ปี เพราะพบว่าจากการเก็บข้อมูลตั้งแต่ปี 2539-2546 อัตราของผู้หญิงที่เริ่มดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นเกือบ 6 เท่าตัว จากร้อยละ 1.0 เป็นร้อยละ 5.6 คิดเป็นร้อยละ 21.23 ของประชากรกลุ่มดังกล่าว และร้อยละ 5.6 ยังมีอัตราการดื่มเป็นประจำ 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 14.1 และยังพบว่ามีแนวโน้มที่ผู้หญิงจะดื่มเพิ่มขึ้นเป็นสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง ไม่เพียงแต่จำนวน

ผู้หญิงที่ดื่มสุราจะเพิ่มขึ้น ยังพบว่าอายุเฉลี่ยของผู้ที่เริ่มดื่มสุราครั้งแรก มีแนวโน้มลดลง โดยอยู่ในช่วงอายุเฉลี่ย 15-19 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.9 หรือเกือบครึ่งหนึ่งของเยาวชนเคยลองดื่มสุรา สำนักงานสถิติแห่งชาติเก็บข้อมูลการดื่มแอลกอฮอล์ โดยสำรวจครัวเรือนทั่วประเทศในปี 2547 พบว่า ประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไปจำนวน 8,807,942 คน หรือร้อยละ 17.8 แบ่งเป็นชาย ร้อยละ 32.8 หญิงร้อยละ 3.1 ดื่มสุราและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นประจำ ส่วนประชากรอีก 7,353,978 คน หรือร้อยละ 14.9 แบ่งเป็นชาย ร้อยละ 22.7 หญิงร้อยละ 7.2 มีอัตราการดื่มนานๆครั้ง และจากการสำรวจครัวเรือนของสำนักงานสถิติแห่งชาติปีพ.ศ. 2549พบว่า ประชาชนอายุ 15 ปีขึ้นไปมีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 15,882,600 คน คิดเป็นร้อยละ 31.5 แบ่งเป็นดื่มประจำ 9,297,200 คน หรือร้อยละ 18.5 และดื่มนานๆครั้ง 6,585,500 คน หรือร้อยละ 13.1 ผลการสำรวจครั้งนี้พบว่าเพศชายดื่มมากกว่าเพศหญิงห้าเท่า (บัณฑิต ศรีไพศาลและคณะ,2550)

2.2.2 พิษภัยของสุรา

สุราหรือเหล้า เป็นสารธรรมชาติที่ได้มาจากกระบวนการหมักน้ำตาล เช่น จากข้าว อุ่น ข้าวโพด กับยีสต์ เกิดเป็นสารที่เรียกว่า เอทานอล(ethanol) ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักในเครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์ แอลกอฮอล์ที่คนบริโภคเข้าไปนั้น ประมาณร้อยละ 90 จะถูกดูดซึมอย่างรวดเร็วโดยลำไส้เล็กส่วนต้น และภายในเวลา 30-90 นาที ระดับแอลกอฮอล์ในเลือดจะขึ้นสูงสุด แอลกอฮอล์จะกระจายในร่างกาย ได้อย่างรวดเร็ว ผลที่เห็นได้อย่างชัดเจนลำดับแรกคือ ฤทธิ์ต่อสมอง ในระยะแรกจะทำให้ผู้ดื่มเกิดความรู้สึกกระปรี้กระเปร่า ตึกคะนอง แต่ในขณะเดียวกันก็เริ่มมีผลต่อการตัดสินใจ การพูด ความว่องไวในการทำงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อจะช้าลง ทำให้มีผลต่อการขับขี่ยานพาหนะ และเมื่อระดับของแอลกอฮอล์เพิ่มสูงขึ้นอีก จะทำให้สูญเสียด้านการทรงตัว การมองเห็น สมาธิความจำ และอาจรุนแรงถึงขั้นหมดสติได้ นอกจากนี้ การดูดซึมของแอลกอฮอล์ที่บริเวณลำไส้เล็กก็จะทำให้การดูดซึมของวิตามินบีชนิดต่างๆลดลงด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง วิตามินบี1 โดยภาวะพร่องวิตามินบี1 จะทำให้เกิดโรคสมองเสื่อมขึ้นได้ และจะเป็นอย่างถาวรถ้าแก้ไขไม่ทัน นอกจากนี้ แอลกอฮอล์จะไปมีผลทำให้เกิดการอักเสบของเซลล์ตับ ก่อให้เกิดตับอักเสบ ไขมันสะสมในตับ และตับแข็งได้ แอลกอฮอล์ยังมีผลต่อหลอดเลือดและหัวใจได้ โดยทำให้เกิดภาวะความดันโลหิตสูง ระดับคอเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์เพิ่มสูงขึ้น ทำให้มีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจขาดเลือดเนื่องจากภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบ ผลต่ออวัยวะอื่นๆพบว่าแอลกอฮอล์ยังเป็นพิษโดยตรงต่อกล้ามเนื้อหัวใจอีกด้วย จึงเห็นได้ว่า แอลกอฮอล์นั้นมีผลต่อระบบภายในร่างกายหลายระบบ ยิ่งบริโภคในปริมาณที่มากและต่อเนื่องเป็นระยะเวลาานาน ก็ยิ่งเสี่ยงต่ออันตรายต่างๆ เหล่านี้มาก จำแนกพิษภัยของสุราที่มีผลต่อร่างกายได้ดังนี้

1. ผลต่อสมอง สมองของวัยรุ่นยังไม่คงที่เนื่องจากยังมีการเจริญเติบโตอยู่ การศึกษาผลกระทบของสุราต่อสมองของเยาวชนจึงทำได้ยาก อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาในสัตว์ทดลองพบว่า การได้รับแอลกอฮอล์ในปริมาณมากตั้งแต่อายุยังน้อยก่อให้เกิดปัญหาในระยะยาวในแง่ของ

ความจำและการเรียนรู้ และยังพบว่าพิษแบบเฉียบพลันของสุรา ได้แก่ Alcoholic intoxication แบ่งออกเป็นพิษในระดับเล็กน้อยแตกต่างกันไป ถ้าระดับแอลกอฮอล์ในเลือดเท่ากับ 30 mg% จะทำให้เกิดการสับสน ร่าเริง ในระดับ 50 mg% เสียการควบคุมการเคลื่อนไหว ในระดับ 100 mg% แสดงอาการเมาให้เห็นเดินไม่ตรงทาง ในระดับ 200 mg% จะเกิดอาการสับสน และ ในระดับ 400 mg% จะเกิดอาการสลบ และอาจถึงตายได้ และ พิษต่อสมองเรื้อรัง จะทำให้เซลล์สมองเสื่อม และเกิดภาวะสมองพิการ

2. ผลต่อดับ การดื่มสุราในวัยรุ่นก่อให้เกิดความเสียหายต่อ ทำให้เซลล์ตับเกิดการอักเสบ และพัฒนาเป็นมะเร็งตับในที่สุด

3. ผลต่อการเจริญเติบโตและระบบต่อมไร้ท่อ วัยรุ่นเป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตเร็วมาก เนื่องจากเป็นระยะที่ร่างกายผลิตฮอร์โมนหลายอย่างออกมากระตุ้นการเจริญเติบโต การดื่มสุราในระยะนี้จึงมีผลกระทบต่อฮอร์โมนหลายตัวในร่างกาย ทำให้อวัยวะ, กล้ามเนื้อ และกระดูกเจริญเติบโตช้าลง

4. ผลต่อทางเดินอาหาร พบว่าแอลกอฮอล์ทำให้เกิดแผลในกระเพาะอาหาร ยังทำให้ร่างกายไม่สามารถดูดซึมวิตามินที่จำเป็นต่อร่างกาย เช่นวิตามินบีหนึ่ง ทำให้เกิดอาการสมองเสื่อมได้

5. ผลต่อหลอดเลือดและหัวใจ ฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะทำให้การทำงานของหัวใจเพิ่มขึ้นจึงทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจหรือหัวใจล้มเหลว นอกจากนี้ยังทำให้เกิดการสะสมไขมันที่นำไปสู่การเกิดไขมันอุดตันในหลอดเลือด

2.2.3 พฤติกรรมการบริโภคแอลกอฮอล์ของคนไทย

คนไทยมีการบริโภคแอลกอฮอล์มาช้านานแล้ว โดยมักดื่มในเทศกาลและวาระต่างๆ และมีความเชื่อเรื่องการดื่มเพื่อสุขภาพ เช่น ชาดอง โดยเอายามาผสมหรือดองกับสุรา เชื่อว่าช่วยบำรุงร่างกาย บำรุงโลหิต รักษาอาการปวดเมื่อย ทำให้เจริญอาหาร ความจริง แล้วส่วนผสมของแอลกอฮอล์ในชาดองนั้นมีค่อนข้างสูง ดังนั้น การดื่มชาดองก็คือการดื่มสุรานั่นเอง นอกจากนี้ ในบางครั้งจะพบทัศนคติของคนไทยที่มีต่อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในลักษณะที่ส่งเสริมการดื่มโดยไม่รู้ตัว เช่น การวางขวดสุราไว้ในห้องรับแขกตามบ้าน ในงานเลี้ยงสังสรรค์หรืองานฉลองตามประเพณีต่างๆ มักจะพบเห็นการดื่มสุรากันเป็นเรื่องปกติ เหตุผลของการดื่มแอลกอฮอล์พบว่า มีความแตกต่างกันระหว่างผู้ชายกับผู้หญิง โดยผู้ชายให้เหตุผลในการตัดสินใจดื่มครั้งแรกว่า อยากทดลอง รongลงมาคือเพื่อนชวน สำหรับเหตุผลของผู้หญิงคือ อยากทดลอง รongลงมาคือเพื่อเข้าสังคม และดื่มเพื่อสุขภาพ โดยผู้ชายจะเริ่มดื่มแอลกอฮอล์ในช่วงอายุน้อยกว่าผู้หญิง และมีแนวโน้มว่า ผู้ดื่มทั้งผู้ชายและผู้หญิงจะมีอายุลดน้อยลงเรื่อยๆ โดยสุราไทยและเบียร์เป็นเครื่องดื่มของคนในเขตเมือง ส่วนสุราขาวและชาดองเป็นเครื่องดื่มของคนในเขตชนบท เหตุผลสำคัญที่ทำให้ผู้ดื่มไม่คิดจะเลิกดื่มก็คือ เพราะต้องเข้าสังคม สังสรรค์ และดื่มเพื่อสุขภาพ ร่างกาย โดยคิดว่า ดื่มเพียงเล็กน้อยไม่เป็นไร ส่วนเหตุผลเกี่ยวกับสุขภาพจิตคือ เพื่อความสนุกสนาน คลายเครียด จาก

เหตุผลเหล่านี้ ทำให้ได้ข้อสังเกตว่า ผู้ที่ดื่มสุราโดยไม่คิดจะเลิกดื่มนั้น อาจไม่รู้ตัวว่าตนเองกำลังตกอยู่ในสถานะ “ติดสุรา” ไม่ว่าจะทางร่างกายหรือจิตใจก็ตาม

2.2.4 ปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการบริโภคแอลกอฮอล์

(1) **ความอยากลอง** เป็นธรรมชาติของมนุษย์ในการที่อยากจะลองหรือเผชิญกับสิ่งใหม่ๆ โดยเฉพาะในวัยที่ความรู้สึกอยากลองเป็นเรื่องที่ทำขาย ตื่นเต้น สนุกสนาน เช่น ในวัยรุ่น

(2) **กลุ่มเพื่อน** หลายคนไม่กล้าที่จะปฏิเสธ เมื่อถูกเพื่อนชวนให้ดื่มแอลกอฮอล์ หรือบางคน มีทัศนคติว่า การดื่มแอลกอฮอล์กับกลุ่มเพื่อน หมายถึงการรักพวกพ้องเป็นหนึ่งเดียวกัน ทำให้เกิดความเพลิดเพลินและความสนุกสนาน

(3) **สังคมและวัฒนธรรม** สังคมไทยมองเรื่องการดื่มแอลกอฮอล์ว่าเป็นเรื่องธรรมดา จะเห็นได้ว่า งานสังสรรค์ งานเลี้ยง งานฉลอง และงานประเพณีต่างๆ แทบทุกงานจะต้องมีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นส่วนประกอบด้วยเสมอ ทำให้ผู้ที่เติบโตในสังคมลักษณะนี้มองว่า การดื่มเป็นเรื่องธรรมดา เพียงแต่ว่าสำหรับตนเองจะเป็นโอกาสใดเท่านั้น

(4) **ความเชื่อ** เมื่อใดที่คนเรามีความเชื่อว่า สิ่งที่คุณเองกำลังกระทำไม่เป็นอันตรายต่อตนเอง และสามารถที่จะควบคุมสถานการณ์ได้ เมื่อนั้นจะยิ่งทำให้ความกังวลใจหรือความกลัวที่จะกระทำสิ่งนั้นๆลดน้อยลง และทัศนคตินี้ไปสอดคล้องกับความเชื่อที่มีต่อแอลกอฮอล์ โดยช้านานมาแล้วคนมักจะเชื่อ ในสรรพคุณของชาดองเหล้า และเชื่อว่าการดื่มแอลกอฮอล์เป็นครั้งคราวหรือประเภท ดิกร้ออื่นๆ คงไม่น่าจะเป็นปัญหากับตนเอง

(5) **กระแสของสื่อโฆษณา** ปัจจุบันนี้สื่อต่างๆมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของคนอย่างมาก และในเรื่องที่เกี่ยวกับแอลกอฮอล์ จะเห็นว่า มีการแข่งขันทางการค้ากันสูงมาก โฆษณาที่เกี่ยวข้องกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีอยู่มากมาย ซึ่งเป็นกลยุทธ์ของบริษัทผลิตเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่จะต้องพยายามสร้างสื่อโฆษณาขึ้นเป็นจำนวนมาก เพื่อให้ผู้บริโภคเกิดความรู้สึกอยากลอง และรู้สึกว่า การบริโภค แอลกอฮอล์นั้นเป็นเรื่องที่ดีงาม หรือเป็นเรื่องที่ควรจะมีใจในฐานะที่เกิดเป็นคนไทย (ซึ่งจริงๆแล้วไม่มีความเกี่ยวข้องกันเลย) หรือเป็นเรื่องที่ผู้ชายควรจะต้องลอง เพื่อแสดงความเป็นลูกผู้ชายอย่างแท้จริง บางผลิตภัณฑ์จะเจาะจงกลุ่มเป้าหมายพิเศษ เช่น กลุ่มสุภาพสตรีให้หันมามีค่านิยมในการดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น นอกจากสื่อโฆษณาสินค้าเครื่องดื่มแล้ว สื่อในลักษณะบันเทิง เช่น ภาพยนตร์ ละคร หรือแม้กระทั่งเพลง ก็มีส่วนจูงใจผู้ชมให้เกิดความรู้สึกคล้อยตามได้ สิ่งต่างๆเหล่านี้ รวมทั้งสินค้าที่สะดวกต่อการซื้อหาที่มีอยู่อย่างดาษดื่น ก็มีส่วนอย่างมากต่อการส่งเสริมการบริโภคเครื่องดื่มประเภทนี้

(6) **ความเครียด** คุณสมบัติของแอลกอฮอล์ สามารถทำให้ผู้ดื่มเกิดความรู้สึกผ่อนคลายลืมความทุกข์ และเกิดความคิดคะนอง ทำให้ ในหลายๆครั้ง การดื่มเพื่อลดความเครียดจึงเป็นเหตุผลอย่างหนึ่งของผู้ดื่ม และยังเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการดื่มอย่างต่อเนื่อง แต่จากการศึกษา

พบว่า เมื่อดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณมาก จะทำให้เกิดความรู้สึกตรงกันข้าม คือ กระวนกระวาย เครียด หรือหงุดหงิดได้ง่าย โดยเฉพาะช่วงที่ระดับแอลกอฮอล์ในกระแสเลือดเริ่มลดลง

2.2.5 ปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการบริโภคแอลกอฮอล์อย่างต่อเนื่อง

(1) **การเรียนรู้** การเรียนรู้ว่า เมื่อตนเองได้บริโภคแอลกอฮอล์แล้ว ทำให้เกิดความสุข ความพึงพอใจ จะเป็นเหตุที่ทำให้เกิดความอยาก และมีการบริโภคแอลกอฮอล์อย่างต่อเนื่อง เรียกว่าอาการติดใจ ซึ่งความสุขความพึงพอใจเหล่านี้จะสัมพันธ์กับช่วงเวลาในระดับแอลกอฮอล์ในเลือดสูงขึ้น หลังจากเริ่มบริโภคได้ไม่นาน

(2) **ความเครียด** คนที่เครียดง่าย ขาดทักษะในการปรับตัว หรือแก้ไขปัญหา อาจพบว่า การบริโภคแอลกอฮอล์ช่วยทำให้ลืมความ เครียดได้ชั่วคราว ในขณะที่ยังคงขาดทักษะในการแก้ไขปัญหาชีวิต คนเหล่านั้นจะหันมา พึ่งแอลกอฮอล์ จนเกิดการติดขึ้นได้ในที่สุด

(3) **ภาวะคือต่อฤทธิ์แอลกอฮอล์** เมื่อบริโภค แอลกอฮอล์ไปได้ระยะหนึ่ง จะเกิดการคือต่อ ฤทธิ์แอลกอฮอล์ขึ้น อาจเป็นเพราะเกิดการเผาผลาญของแอลกอฮอล์ในร่างกายได้มากขึ้น ทำให้ฤทธิ์ต่างๆของแอลกอฮอล์หมดไปอย่างรวดเร็ว จึงทำให้ต้องดื่มในปริมาณที่มากขึ้น หรืออาจเกิดจากการที่ร่างกาย โดยเฉพาะ สมองของเรามีการปรับตัวในลักษณะที่เคยชิน ต่อฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ ทั้งหมดนี้จะนำไปสู่การบริโภคแอลกอฮอล์ในปริมาณที่มากขึ้น เพื่อให้ได้ฤทธิ์ที่พึงประสงค์ดั้งเดิม

(4) **ภาวะขาดแอลกอฮอล์** เกิดอาการเช่นเดียวกับภาวะขาดสารเสพติดทั่วไป หรือที่เรียกกันว่า อาการลงแดง เนื่องจากการบริโภค แอลกอฮอล์ในปริมาณหนึ่งอย่างต่อเนื่องจะ เกิดผลต่อการปรับตัวของสมอง ดังนั้นเมื่อ ปริมาณแอลกอฮอล์ในร่างกายลดลง จึงส่งผลต่อการทำงานของสมอง ทำให้เกิดอาการกระสับกระส่าย มือสั่น นอนไม่หลับ และต้องหวนกลับมาดื่มแอลกอฮอล์เพื่อระงับอาการเหล่านี้

2.2.6 ปัจจัยที่เสี่ยงต่อการติดแอลกอฮอล์

(1) **สารแอลกอฮอล์** แอลกอฮอล์เป็นสาร ที่มีคุณสมบัติทำให้เกิดการเสพติดได้ โดยแอลกอฮอล์จะไปกระตุ้นสมองในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความอยาก การเสพติดเป็นวงจรของสมองที่เกี่ยวข้องกับความอยาก ความพึงพอใจ ซึ่งเป็นส่วนของสมองที่เกี่ยวข้องกับการติดสารเสพติด ทำให้ผู้เสพเกิดความพอใจ และมีความต้องการใช้ซ้ำอีก หักห้ามใจไม่ได้ ซึ่งนำไปสู่การติดในที่สุด และในหลายๆครั้ง ทำให้มีการกลับไปใช้สารนี้ใหม่อีก เพราะความอยาก ปัญหาของการเลิกแอลกอฮอล์จึงไม่ได้ "อยู่ที่ใจ" เพียงอย่างเดียว แต่เป็นเรื่องการทำงานของสมองในส่วนของวงจรนี้ร่วมด้วย นอกจากนี้ เมื่อได้มีการบริโภคแอลกอฮอล์ในปริมาณและในระยะเวลาหนึ่ง จะทำให้เกิดอาการติด "ทางร่างกาย" เกิดขึ้น นั่นคือ เมื่อหยุดดื่ม หรือเพียงแค่ลดปริมาณการดื่มลง ก็จะทำให้เกิดอาการต่างๆเหล่านี้ได้ เช่น กระสับกระส่าย หงุดหงิด นอนไม่หลับ ใจสั่น คลื่นไส้ อาเจียน บางรายมี

อาการรุนแรง เช่น เกิดภาพหลอน ได้ยินเสียงแว่ว สับสน และมีอาการชักร่วมด้วย ทำให้ต้องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อระงับอาการเหล่านี้

(2) **กรรมพันธุ์** ในปัจจุบัน พบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างกรรมพันธุ์กับการติดแอลกอฮอล์

(3) **ปัจจัยทางชีวภาพอื่นๆ** พบว่า ในคนที่มีการตอบสนองต่อแอลกอฮอล์ในลักษณะที่คือต่อฤทธิ์ของสารนี้ อาจต้องบริโภคแอลกอฮอล์ในปริมาณที่มากกว่าเกณฑ์เฉลี่ย จึงจะทำให้เกิดอาการมึนเมาได้ คนกลุ่มนี้เป็นผู้ที่มีความเสี่ยงสูงมากที่จะกลายเป็นคนติดแอลกอฮอล์เมื่อมีอายุมากขึ้น

(4) **บุคลิกภาพ** บุคคลที่มีลักษณะบุคลิกภาพ แบบประหม่า วิตกกังวล ไม่มั่นใจ และถ้าการบริโภคแอลกอฮอล์ช่วยให้สิ่งเหล่านี้หายไป เช่น ทำให้รู้สึกกล้า และมั่นใจมากขึ้น จะเป็นบุคคลที่มีความเสี่ยงสูงต่อการติดแอลกอฮอล์ นอกจากนี้ บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบต่อต้านสังคม เช่น ชอบความ ก้าวร้าว รุนแรง ไม่เกรงใจ และไม่เคารพสิทธิของผู้อื่น ไม่รู้สึกผิดในสิ่งที่ตนเองกระทำต่อผู้อื่น ก็เป็นอีกกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นคนติดแอลกอฮอล์เช่นกัน

2.3 การเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment)

2.3.1 พื้นฐานแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ

แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นแนวคิดที่พัฒนามาจากทฤษฎีการจัดการและพฤติกรรมองค์กร โดยเริ่มจากยุคปฏิรูปอุตสาหกรรมซึ่งเป็นยุคที่สินค้าผลิตด้วยช่างฝีมือซึ่งรับผิดชอบทุกขั้นตอนของการผลิต ซึ่งนับเป็นจุดเริ่มต้นของการแบ่งงานกันทำ โดยทำตามความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านของแต่ละบุคคล มีการแบ่งเป็นระดับ คือ ระดับผู้บริหาร และผู้ปฏิบัติ ใช้กระบวนการบริหารงานเป็นสื่อกลางเพื่อให้เกิดความร่วมมือกันทำงานทำให้เพิ่มผลผลิต แต่วิธีการนี้มีข้อด้อย คือ มีอัตราการลาออก โอนย้าย และ เกิดความขัดแย้งระหว่างกันสูง ต่อมาจึงมีแนวคิดการมีส่วนร่วมในงานของคนงาน ซึ่งทำให้คนงานมีแรงจูงใจภายในและทำงานได้ดีโดยปราศจากการควบคุมอย่างใกล้ชิด

คินลอว์ (Kinlaw ,1995 อ้างถึงใน Hawks,1992) กล่าวว่าแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจพัฒนามาจากแนวคิดการจูงใจของ ดักลาส แมคเกรเกอร์ (Douglas McGregor) คือ ทฤษฎี Y แมคเกรเกอร์พัฒนาสมมุติฐานลักษณะของคนขึ้นมา 2 กลุ่ม กลุ่มหนึ่ง เรียกว่า ทฤษฎี X และอีกกลุ่มหนึ่ง คือ ทฤษฎี Y กล่าวคือ ตามทฤษฎี X เชื่อว่า คนมีความเกียจคร้าน เลี้ยงงาน ไม่มีความรับผิดชอบ ต้องการการควบคุมอย่างใกล้ชิด ส่วนแนวคิดตามทฤษฎี Y เชื่อว่า คนขยัน มีความรับผิดชอบต่องาน ต้องการการควบคุมและตั้งการตนเองในการทำงาน และมีความเต็มใจที่จะช่วยแก้ปัญหาในองค์กร นอกจากนี้ แมคเกรเกอร์ ยังเชื่อว่า ในองค์กรหนึ่ง ๆ จะมีคนทั้งสองประเภท และคนในแต่ละประเภทนี้ ต้องการแรงจูงใจที่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้บริหารต้องวิเคราะห์

ผู้ได้บังคับบัญชาแต่ละคน ว่าต้องการอะไรเพื่อสร้างแรงจูงใจในการทำงาน แนวคิดที่นำมาใช้ควบคู่กับทฤษฎีดังกล่าวเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้ได้บังคับบัญชา คือ ทฤษฎีความต้องการของ มาสโลว์ (Maslow) และ ทฤษฎีแรงจูงใจของเฮอริเบิร์ก (Herzberg) นอกจากนี้ การเพิ่มงานและความรับผิดชอบ (Job enrichment) เป็นเทคนิคอย่างหนึ่งที่มีรากฐานมาจากทฤษฎีแรงจูงใจของเฮอริเบิร์กโดยใช้กระบวนการออกแบบงานใหม่ เพื่อให้โอกาสความสำเร็จ ความรับผิดชอบ การยกย่อง ความเจริญเติบโตและความก้าวหน้ากับผูปฏิบัติ นอกจากนี้ การมีส่วนร่วมในงาน ก็เป็นอีกแนวคิดหนึ่งนำมาใช้ในองค์กร เพื่อให้ผูปฏิบัติ มีแรงจูงใจภายในและปฏิบัติได้ดี โดยปราศจากการควบคุมอย่างใกล้ชิด ทฤษฎีความต้องการของมนุษย์ตามลำดับขั้นของมาสโลว์ เป็นทฤษฎีคู่ขนานกับการเสริมสร้างพลังอำนาจ โดยเริ่มต้นจากความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ซึ่งได้แก่ ความต้องการทางกายภาพ (Physical need) เปรียบได้กับความต้องการได้รับการตอบสนองด้านสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การจัดการที่พัก การจัดสถานที่ทำงาน เมื่อความต้องการขั้นแรกได้รับการตอบสนอง ความต้องการขั้นต่อไป คือ ความต้องการความปลอดภัย (Safety need) ซึ่งเปรียบได้กับ ความมั่นคงในองค์กร หมายถึงสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดี ทำงานด้วยเหตุผล ได้ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ส่วนความต้องการทางสังคม (Social need) เปรียบได้กับ วัฒนธรรมองค์กร ซึ่งเป็นการแสดงออกในการยอมรับองค์กร รู้สึกถึงความ เป็นเจ้าของและเป็นส่วนหนึ่งขององค์กร กล่าวคือมีความผูกพันกับองค์กร ซึ่งวัฒนธรรมองค์กร ต้องเปิดกว้าง ให้การสนับสนุนแก่ผูปฏิบัติงาน เปิดโอกาสให้ผูปฏิบัติงาน พัฒนาคุณภาพงาน ความต้องการขั้นต่อไป คือ ความต้องการการยกย่อง (Esteem need) เปรียบได้กับการได้รับการยกย่องและยอมรับจากองค์กร ต้องการความไว้วางใจ และการมีภาพลักษณ์ที่ดี ให้ความสำคัญแก่บุคคลในองค์กร และความต้องการขั้นสุดท้ายของ มาสโลว์ คือ ความสำเร็จในชีวิต (Self-actualization) เปรียบได้กับการเสริมสร้างพลังอำนาจ คือการสร้างแรงจูงใจ ตอบสนองความต้องการในแต่ละลำดับขั้น จนทำให้สามารถทำงานอยู่บนพื้นฐานของความมั่นคง และปลอดภัย มีอิสระในการปฏิบัติงาน สิ่งเหล่านี้จะทำให้ผูปฏิบัติงานรู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญกับหน่วยงาน เกิดความพึงพอใจในงาน และมีความสุขในการทำงาน

2.3.2 ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจ

คำว่า “การเสริมสร้างพลังอำนาจ” (Empowerment) ตามพจนานุกรมของ Merriam Webster (2005) ให้ความหมายไว้ 3 ประการ คือ 1) การให้อำนาจที่เป็นทางการ (to give official authority) หรือที่ถูกต้องตามกฎหมาย (Legal power to) 2) การจัดหาหรือให้โอกาส (to provide with the means or opportunity) และ 3) การส่งเสริมความเป็นตัวเอง (to promote the self-actualization)

นอกจากนี้ มีนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้หลายทัศนะดังนี้

กรีสเลย์ และคิง (Greasley & King, 2005 อ้างถึงใน Hawks,1992) กล่าวว่า ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจ มีความสัมพันธ์กับแนวคิดของอำนาจ (Concept of power) ซึ่งแนวคิดดังกล่าวเน้นถึง การควบคุม (Control) การปกครอง (Hierarchy) และการควบคุมอย่างเคร่งครัด (Rigidity) แต่ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจในด้านองค์กรและการจัดการ จะหมายถึง การให้อำนาจและความรับผิดชอบแก่ผู้ปฏิบัติงาน ทำให้เกิดความรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของและการควบคุมงานได้ด้วยตนเอง การทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มศักยภาพ (Tebbitt, 1993) ทั้งส่วนบุคคล ทีมงาน และองค์กรโดยรวม (Kinlaw, 1995) และมีการจัดเครื่องมือและทรัพยากร เพื่อการพัฒนาการเสริมสร้างและเพิ่มพูนประสิทธิภาพและความสามารถของบุคคล (Hawks, 1992)

คอนเจอร์ และคานูโก (Conger & Kanungo, 1988 อ้างถึงใน Hawks,1992) เน้นถึงการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ โดยการขจัดความรู้สึกไร้อำนาจของบุคคล ให้มีความรู้สึกมั่นใจในการทำงาน เช่นเดียวกับ โทมัส และ เวลเฮาส์ (Thomas & Velhouse, 1990) และ สปริตเซอร์ (Spreitzer, 1995) ที่ให้ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจว่า เป็นการสร้างแรงจูงใจ ให้ผู้ปฏิบัติเกิดความมั่นใจในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้สำเร็จได้ ความหมายดังกล่าวเป็นการพัฒนาความรู้สึกของบุคคลให้มีความเชื่อในเรื่อง ประสิทธิภาพของบุคคลเพื่อทำงานร่วมกัน ไปสู่เป้าหมายของงาน หรือขององค์กร

แรพพอร์ท (Rapport,1984) กล่าวว่าไว้ว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจ คือกระบวนการที่สามารถช่วยบุคคล กลุ่มบุคคล หรือสังคม สามารถควบคุมวิถีชีวิตของตนหรือสังคมได้

กัทเทียเรซ (Gutierrez,1990) ให้ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจคือ กระบวนการเพิ่มอำนาจให้แก่บุคคล กลุ่มบุคคลหรือสังคม เพื่อสามารถเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ปัญหาต่างๆของชีวิตบุคคลหรือสังคมนั้นๆ

กิบสัน (Gibson, 1991) ได้กล่าวถึงการเสริมสร้างพลังอำนาจว่า เป็นแนวคิดที่อธิบายกระบวนการทางสังคม การแสดงถึงการยอมรับและชื่นชม การส่งเสริม การพัฒนาและเสริมสร้างความสามารถของบุคคลในการตอบสนองความต้องการของตนเองและแก้ปัญหาด้วยตนเอง รวมถึงความสามารถในการใช้ทรัพยากรที่จำเป็นในการดำรงชีวิต เพื่อให้เกิดความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าตนเองมีอำนาจสามารถควบคุมความเป็นอยู่หรือวิถีชีวิตของตนเองได้

จากความหมายการเสริมสร้างพลังอำนาจที่กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นการเพิ่มศักยภาพของบุคคลโดยผู้ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจถ่ายโอนอำนาจ ให้อิสระในการตัดสินใจ และจัดหาทรัพยากรในการปฏิบัติงานให้ผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ รวมถึงการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการปฏิบัติงาน และส่งเสริมให้บุคคลเกิดความสามารถในการทำงานและแก้ปัญหาต่างๆได้บรรลุผลสำเร็จของตนเองและองค์กร

2.3.3 ปรัชญาของแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ

แรพพอร์ท (Rapport, 1984) บัญญัติปรัชญาพื้นฐานของการเสริมสร้างพลังอำนาจไว้ 3 ประการดังนี้

1. บุคคลทุกคนมีความเข้มแข็งและความสามารถ จึงสามารถเป็นผู้มีพลังอำนาจได้
2. ความล้มเหลวในพลังอำนาจของบุคคลไม่เกี่ยวกับความบกพร่องส่วนบุคคล แต่เกิดจากความล้มเหลวทางสังคม ที่จะสร้างโอกาสในการเสริมสร้างพลังอำนาจ
3. การเสริมสร้างพลังอำนาจ ต้องมีการเรียนรู้ และการเรียนรู้ที่ดีที่สุดคือการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ อันจักช่วยให้บุคคลตระหนักถึงความสามารถของตน

จากปรัชญาดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า การนำแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจมาใช้เป็นกลยุทธ์ในการแก้ไขปัญหาใดๆ จะต้องมีความเชื่อมั่นในความสามารถของบุคคลว่าบุคคลสามารถเรียนรู้สภาพปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง ประกอบกับจะต้องมีสภาวะแวดล้อมที่เอื้อต่อการเสริมสร้างพลังอำนาจ

2.3.4 ความสำคัญของการเสริมสร้างพลังอำนาจ

การเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นการแบ่งปันอำนาจระหว่างผู้บริหาร เพื่อนร่วมงาน และผู้ใต้บังคับบัญชา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทุกคนมีความสามารถที่จะไปถึงเป้าหมายของงานหรือขององค์กรและเสริมสร้างให้กับผู้อื่นเพื่อให้เขามีความสามารถที่จะไปถึงจุดหมายเช่นกัน มีนักวิชาการนำเอาแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจมาใช้ในลักษณะของการพัฒนาพลังอำนาจของผู้ป่วยในการดูแลตนเอง โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ป่วยเรื้อรัง ดังนั้นในปัจจุบันการเสริมสร้างพลังอำนาจจึงเป็นกลยุทธ์ที่สำคัญที่นำมาประยุกต์ใช้เป็นกิจกรรมสอดแทรกในการพัฒนาทั้งระดับบุคคล ครอบครัวยุทธศาสตร์และชุมชน

การเสริมสร้างพลังอำนาจจึงมีความสำคัญใน 3 ระดับ ดังนี้

(1) **ความสำคัญต่อบุคคลในองค์กร** การเสริมสร้างพลังอำนาจมีความสำคัญกับบุคคลทั้งระดับผู้ปฏิบัติงานและผู้บริหารงานในองค์กร ดังนี้ (Kinlaw, 1995)

(1.1) การเสริมสร้างพลังอำนาจบุคคลระดับผู้ปฏิบัติงาน คือ การที่ให้ผู้ปฏิบัติงานได้รับโอกาส ในการแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจร่วมกับผู้บริหารในการดำเนินงานขององค์กร การเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นเหมือนแรงจูงใจที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติงานอย่างเต็มใจ และพึงพอใจในงานโดยการได้รับการสนับสนุน ได้ข้อมูลข่าวสาร ได้รับทรัพยากร และได้รับโอกาส หรือให้การเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติเกิดความรู้สึกร่วมเป็นเจ้าขององค์กรและมีความรับผิดชอบต่อองค์กร มีส่วนร่วมในการพัฒนาปรับปรุงและพัฒนาการปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง ส่งผลต่อการพัฒนาองค์กรให้มีประสิทธิภาพและนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายขององค์กรในที่สุด

(1.2) การเสริมสร้างพลังอำนาจระดับผู้บริหาร การเสริมสร้างพลังอำนาจในระดับนี้จะมีความแตกต่างจากผู้ปฏิบัติ คือ ต้องเป็นทั้งผู้ที่ได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจและเป็นผู้เสริมสร้างพลังอำนาจให้กับผู้ใต้บังคับบัญชา จึงกล่าวได้ว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจ ถือเป็นเครื่องมือการบริหารงานอย่างหนึ่งที่ผู้บริหารหรือผู้นำใช้บริหารจัดการทรัพยากรมนุษย์ในองค์กร เนื่องจากการเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นการแบ่งปันพลังอำนาจแก่ผู้อื่นเพื่อให้เขามีความสามารถที่จะไปถึงเป้าหมาย เป็นการอยู่ร่วมกันของบุคคลในองค์กรที่ให้ประโยชน์เกื้อกูลซึ่งกันและกัน และเป็นการกระตุ้นให้ผู้ใต้บังคับบัญชาแสดงความสามารถของตนในการปฏิบัติงานเมื่อได้รับโอกาสหรือได้รับการส่งเสริมให้ผู้ใต้บังคับบัญชามีความก้าวหน้าและมีศักยภาพในงานเพิ่มขึ้น ทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชามีอิสระในการปฏิบัติงาน เกิดความพึงพอใจในงาน และคงอยู่ในงาน (Rappaport, 1984)

2. ความสำคัญต่อทีมงาน ทีมงานหรือทีมในการทำงาน คือผู้ปฏิบัติงานแต่ละคนมีปฏิสัมพันธ์ในการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยปกติลักษณะทีมจะมีหัวหน้าทีม และสมาชิกทีม ในการดำเนินงานของทีมอาจจะมีปัญหาเรื่องความขัดแย้ง หรือมีความคิดเห็นที่ไม่ลงรอยกัน มีการเกี่ยงกันทำงาน เป็นเหตุให้สัมพันธภาพในทีมไม่ดี แต่ถ้าทีมงานได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ มีการติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และมีการประสานงานเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารในการทำงาน ให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ซึ่งก็ทำให้ทุกคนในทีมรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของและรับผิดชอบร่วมกันในผลงานที่จะเกิดขึ้น มีการปรับปรุงและพัฒนาการทำงานของทีมอย่างต่อเนื่อง ทำให้ผลิตผลจากการทำงานเพิ่มสูงขึ้น

3. ความสำคัญต่อระดับองค์กร คินลอว์ (Kinlaw, 1995) กล่าวว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นแนวคิดในการพัฒนาบุคลากรและทีมงานในการกระตุ้นและส่งเสริมการเรียนรู้ของบุคลากร โดยมีผู้บริหารเป็นผู้อำนวยความสะดวก หรือเป็นผู้แนะนำแก่ผู้ปฏิบัติในการทำงานให้บรรลุความสำเร็จของงาน ซึ่งการเสริมสร้างพลังอำนาจมีส่วนช่วยให้องค์กรดำเนินงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ และการเสริมสร้างพลังอำนาจยังเป็นการเพิ่มความเชื่อมั่นจากการได้กระทำบางสิ่งที่คุณปฏิบัติคิดว่าตนเองไม่สามารถทำได้ ว่าตนเองมีความสามารถที่จะทำงานนั้นได้สำเร็จ การให้ข้อมูลข่าวสารและการเปิดโอกาสให้มีการพัฒนาตนเอง คิดค้นนวัตกรรมใหม่ๆมาใช้ในหน่วยงาน ก็เป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาความสามารถในการปฏิบัติงานและพัฒนางาน การส่งเสริมให้มีการพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพและมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ก็จะส่งผลให้เกิดประสิทธิผลขององค์กร นอกจากองค์กรจะได้งานตามที่ตั้งเป้าหมายไว้แล้ว การร่วมมือร่วมใจกันทำงานของผู้ปฏิบัติงาน โดยมีหัวหน้าเป็นผู้เสริมสร้างพลังอำนาจให้ในหลายๆด้าน เช่น ให้โอกาสทุกคนมีส่วนร่วมในการคิดและ ร่วมตัดสินใจ ให้โอกาสทุกคนได้พัฒนาความรู้ความสามารถ และมีระบบการให้รางวัลที่ยุติธรรม กลยุทธ์เหล่านี้ จะทำให้ผู้ปฏิบัติงานมีขวัญและกำลังใจในการ

ทำงาน เกิดความพึงพอใจในงาน ปฏิบัติงานให้หน่วยงานอย่างเต็มความสามารถ มีความสุขกับการทำงาน และในที่สุดทุกคนจะมีความยึดมั่นผูกพันต่อองค์กร

2.3.5 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างพลังอำนาจ

ดังที่กล่าวมาแล้วว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจมีความสำคัญทั้งในระดับบุคคล ทีม และองค์กร ดังนั้นการเสริมสร้างพลังอำนาจจึงเป็นเครื่องมือหนึ่งในการบริหารจัดการองค์กร เพื่อให้องค์กรบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ อย่างไรก็ตาม การที่จะนำการเสริมสร้างพลังอำนาจมาใช้ ต้องเรียนรู้ว่ามีปัจจัยอะไรบ้างที่มีผลต่อการเสริมสร้างพลัง ซึ่งปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างพลังอำนาจสรุปได้ดังนี้

1. **ระบบโครงสร้างองค์กร** โดยทั่วไปโครงสร้างและระบบการจัดการในองค์กร จะขึ้นอยู่กับอำนาจหน้าที่และตำแหน่ง องค์กรใดที่มีการบริหารงานแบบรวมอำนาจ ผู้บริหารเป็นผู้กำหนดทุกอย่างโดยไม่ได้เกิดจากความต้องการของผู้ปฏิบัติ ออกคำสั่งโดยไม่ฟังเสียงประชาคม ปรับเปลี่ยนโครงสร้างหรือกระบวนการทำงาน โดยไม่ได้ใช้ประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติ กำหนดเป้าหมายและควบคุมตารางการทำงานทั้งหมดขององค์กร กล่าวคือ ไม่มีการกระจายอำนาจไปพร้อมๆกับการมอบหมายงาน องค์กรนั้นจะมีการเสริมสร้างพลังอำนาจน้อย

2. **วัฒนธรรมองค์กร** จากการวิเคราะห์งานวิจัยด้วยวิธีวิเคราะห์เมต้าเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเสริมสร้างพลังอำนาจในงาน ของ จิตรศิริ ชันเงิน (2545) โดยวิเคราะห์จากงานวิจัยและวิทยานิพนธ์ทั้งในและต่างประเทศ จำนวน 24 เรื่อง พบว่า วัฒนธรรมองค์กรแบบสร้างสรรค์ที่ให้ความสำคัญต่อค่านิยมที่สร้างความพึงพอใจในบุคคลขององค์กร คือต้องการความสำเร็จบนพื้นฐานของการส่งเสริมความรักและสัมพันธ์ภาพที่ดีในองค์กร เป็นการทำงานที่มีเป้าหมายร่วมกัน ลักษณะวัฒนธรรมองค์กรดังกล่าวส่งผลต่อการเสริมสร้างพลังอำนาจ ส่วนวัฒนธรรมองค์กรแบบปกป้องเฉื่อยชา (Passive defensive organization culture) ซึ่งเป็นการบริหารแบบตั้งรับเมื่อเกิดปัญหา ในยามปกติองค์กรจะไม่มีเคลื่อนไหว ปล่อยให้ทุกอย่างเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ ในองค์กรดังกล่าว จะไม่มีการส่งเสริมการเรียนรู้การเสริมสร้างพลังอำนาจในแง่บุคลากร ดังนั้นวัฒนธรรมองค์กรแบบเฉื่อยชา จึงเป็นวัฒนธรรมองค์กรที่ส่งผลทางลบต่อการเสริมสร้างพลังอำนาจ

3. **ผู้บริหารองค์กร** นอกจากผู้บริหารจะต้องมีความสามารถในการบริหารงานแล้ว ผู้บริหารต้องมีภาวะผู้นำที่เป็นตัวอย่างที่ดีแก่ลูกน้อง สร้างแรงบันดาลใจในการปฏิบัติงาน คำนึงถึงความเป็นปัจเจกบุคคลและกระตุ้นให้ลูกน้องใช้สติปัญญาในการสร้างสรรค์งาน ภาวะผู้นำดังกล่าว ได้แก่ ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง และพฤติกรรมของผู้นำในการเสริมสร้างพลังอำนาจมีส่วนสำคัญต่อการเสริมสร้างพลังอำนาจใน ผู้นำต้องยึดหลักการสำคัญ 8 ประการ คือ 1) การสร้างวิสัยทัศน์ร่วมกับบุคลากร 2) การให้ความรู้ความสามารถเพื่อผู้ปฏิบัติงานตัดสินใจได้ถูกต้อง 3) สามารถจัดปัญหาและอุปสรรคที่ขัดขวางการปฏิบัติงานได้ 4) มีการสื่อสารที่เปิดเผย 5) มีความกระตือรือร้น

6) มีการเตรียมพร้อมอยู่เสมอ 7) มีการประเมินความก้าวหน้าและผลลัพธ์ของงาน และ 8) สามารถคาดการณ์ล่วงหน้า สามารถประเมินจุดแข็ง จุดอ่อน สิ่งคุกคามและโอกาสของหน่วยงานได้ โดยเฉพาะในเรื่องของความสำเร็จของงาน ส่วนด้านความสามารถในการบริหาร ผู้บริหารต้อง มีการวางแผน กำหนดเป้าหมาย ระบุปัญหาที่ชัดเจน ตัดสินใจที่ดีภายใต้ข้อมูลและข้อเท็จจริงที่ครบถ้วน สามารถสร้างสัมพันธภาพภายในทีมได้ดี มีการติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ รู้จักจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้นอย่างสมเหตุสมผล และ มีการสร้างแรงจูงใจให้ผู้ปฏิบัติงาน สิ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐานของพฤติกรรมในการเริ่มสร้างเสริมพลังอำนาจในงานได้

4. บุคลากร ในองค์กรหนึ่ง ๆ จะมีบุคลากรที่มีความแตกต่างกัน เนื่องจากบุคลากรเหล่านั้นมาจากความหลากหลายของ วัฒนธรรม ค่านิยม พื้นฐานการศึกษาและระดับความเชี่ยวชาญ ยิ่งในองค์กรใหญ่ก็ยิ่งจะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนา ซึ่งต้องใช้กลยุทธ์การยืดหยุ่นในการเสริมสร้างพลังอำนาจในงาน แต่ถ้าผู้บริหารสามารถเชื่อมโยงค่านิยมที่หลากหลายเข้าด้วยกันและชี้ให้บุคลากรเห็นคุณค่าในพันธกิจและวิสัยทัศน์ขององค์กรได้ ก็จะทำให้เกิดการเสริมสร้างพลังอำนาจได้เช่นกัน นอกจากนี้ความสามารถและความเต็มใจของบุคลากรในการทำงานจะตอบสนองความต้องการที่จะปรับปรุงพฤติกรรมอย่างต่อเนื่อง

5. ความไว้วางใจในองค์กร ความไว้วางใจ เป็นการแสดงออกถึงความเชื่อมั่นระหว่างกัน ว่าทุกคนเห็นพ้องต้องกันในเป้าหมายขององค์กร ภายในองค์กรมีบรรยากาศของความไว้วางใจซึ่งกันและกัน กล่าวคือ การเปิดเผย จริงใจ เป็นมิตร ต่อกันทั้งผู้บริหารและผู้ปฏิบัติงาน ความไว้วางใจนี้จะทำให้เกิดการร่วมมือ ความผูกพัน และความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน องค์กรใดที่สมาชิกทุกคนมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน องค์กรนั้นจะมีการเสริมสร้างพลังอำนาจมาก

6. ลักษณะงาน คานเตอร์ (Kanter, 1979) กล่าวถึงลักษณะงานที่ทำให้เกิดการเสริมสร้างพลังอำนาจไว้ต้องมีลักษณะดังนี้ คือ เป็นงานที่ยืดหยุ่นระเบียบในหน่วยงานน้อย มีความยืดหยุ่นในบางโอกาส งานที่ยืดระบบอาวุโสน้อยและเปิดโอกาสให้ทุกคนได้แสดงความรู้ความสามารถ ในการพิจารณาความคิดเห็นความชอบ ต้องมีเกณฑ์ที่ยุติธรรมและขึ้นอยู่กับความสามารถไม่ใช่อายุหรือความอาวุโส งานที่เป็นงานประจำน้อยแต่เป็นงานที่สร้างสรรค์มาก เป็นงานที่อาศัยการประสานงานและความร่วมมือจากหลายฝ่าย งานที่เปิดโอกาสให้ทุกคนมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น และเป็นงานที่มีการสนับสนุนความก้าวหน้าของผู้ได้บังคับบัญชา กล่าวโดยสรุป ก็คือ ต้องมีการจัดลักษณะงานต้องเอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติงาน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติเกิดความมั่นใจ พึงพอใจในงาน คงอยู่ในองค์กร และ ร่วมกันพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง

7. สัมพันธภาพระหว่างหัวหน้ากับลูกน้อง เป็นการแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์และการตอบแทนซึ่งกันและกัน โดยที่หัวหน้าให้ความไว้วางใจและยอมรับในความสามารถของลูกน้อง มีความผูกพันทั้งเรื่องงานและเรื่องส่วนตัว เมื่อหัวหน้ามอบหมายงาน ลูกน้องก็เต็มใจที่จะปฏิบัติงานที่หัวหน้ามอบหมายและทำงานอย่างเต็มกำลังความสามารถของตน ตามทฤษฎีการแลกเปลี่ยน

ระหว่างหัวหน้ากับลูกน้อง (Leader-member exchange) หัวหน้าจะมีการมอบหมายหน้าที่ที่ความรับผิดชอบ ส่งเสริมสนับสนุนและให้รางวัลแก่สมาชิกในกลุ่มที่ตนดูแลรับผิดชอบ ซึ่งสัมพันธ์ภาพดังกล่าว เป็นพื้นฐานของการเสริมสร้างพลังอำนาจ

2.3.6 แนวคิด/ทฤษฎีการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านโครงสร้าง

มีนักวิชาการที่นำเสนอแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจไว้หลายท่าน แต่ที่ได้ความนิยมและมีการตีพิมพ์ที่แพร่หลาย คือแนวคิดการเสริมสร้างอำนาจของคานเตอร์ (Kanter, 1993 cited in Laschinger, et. al., 1999) ผู้เป็นเจ้าของทฤษฎีการเสริมสร้างพลังอำนาจในองค์กร (Kanter's Theory of Organization Empowerment) เสนอว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นข้อกำหนดเชิงโครงสร้างที่มีผลต่อพฤติกรรมขององค์กรและทัศนคติของบุคคล ซึ่งถูกหล่อหลอมขึ้นมาจากการที่บุคคลมีตำแหน่งสูงขึ้น ทำให้มีอำนาจที่จะได้รับข้อมูลข่าวสาร แหล่งสนับสนุน แหล่งประโยชน์ซึ่งจะทำให้ทัศนคติเปลี่ยนไป อำนาจดังกล่าวจะได้รับมาจาก 2 แหล่ง คือ

1. **อำนาจที่เป็นทางการ (Formal power)** เป็นอำนาจที่พบในการทำงานที่มีรูปแบบที่เห็นได้ชัดเจนในองค์กร คืองานที่มีความยืดหยุ่น งานที่เป็นที่ยอมรับ งานที่ตัดสินใจด้วยความรอบคอบ งานที่มีความคิดสร้างสรรค์และมีการพัฒนา มีความสัมพันธ์กับกระบวนการร่วมมือสนับสนุนทั้งภายในและภายนอกองค์กรเพื่อให้บรรลุเป้าหมายขององค์กร

2. **อำนาจที่ไม่เป็นทางการ (Informal power)** เป็นอำนาจที่พัฒนามาจากความสัมพันธ์ของบุคลากรที่มีความสำคัญในองค์กร เป็นอำนาจที่แต่ละคนมีอยู่ในตำแหน่งต่างๆ ในองค์กร เช่น บุคคลที่เกี่ยวข้องทางการเมือง ผู้ร่วมงาน ผู้ได้บังคับบัญชา เป็นต้น

อำนาจทั้งสองส่วนนี้ จะเป็นจุดเริ่มต้นของการเสริมสร้างพลังอำนาจ ซึ่งประกอบด้วย

4 ด้าน คือ

1. **การได้รับทรัพยากร** หมายถึงความสามารถในการจัดหาสิ่งที่จำเป็นในการสนับสนุนการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมาย ได้แก่ ปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายใน ดังนี้

1.1 **ปัจจัยภายนอก** ประกอบด้วย วัสดุอุปกรณ์ (Material) เงินทุน (Fund) ขอบเขต (Space) และเวลา (Time) ซึ่งวัสดุอุปกรณ์ หมายถึง อาคารสถานที่ ที่ให้ความสะดวกหรือเอื้อต่อการปฏิบัติงาน รวมถึงเครื่องมือเครื่องใช้ที่มีประสิทธิภาพ เพื่อส่งเสริมให้การปฏิบัติงานบรรลุเป้าหมาย เงินทุน หมายถึง งบประมาณที่องค์กรจัดสรร เพื่อใช้ในกิจกรรมของแต่ละแผนก ขอบเขต หมายถึง การเปิดช่องว่างให้กว้าง เพื่อให้บุคคลได้ปฏิบัติงานอย่างเต็มความสามารถ ส่วนเวลา หมายถึง การใช้เวลาที่เหมาะสมต่อการปฏิบัติงานของบุคลากร

1.2 **ปัจจัยภายใน** ประกอบด้วย คุณลักษณะส่วนบุคคล ซึ่งเป็นทรัพยากรส่วนบุคคล ได้แก่ แนวคิดเกี่ยวกับตนเองด้านบวก ทักษะการรับรู้ ความสามารถในการปรับตัว ความกล้าหาญ อดทน สิ่งเหล่านี้ถือเป็นทรัพยากรภายในที่ผู้นำควรสนับสนุน ส่งเสริม ให้เกิดขึ้นเพื่อให้สามารถนำทรัพยากรภายนอก ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความสำเร็จได้ตามเป้าหมาย เป็นการ

เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติงาน และทำให้เกิดความพึงพอใจในงาน เนื่องจากได้รับการตอบสนอง ความต้องการในการปฏิบัติงาน มีความผูกพันในงาน และทุ่มเทให้กับงานอย่างเต็มที่เพื่อประโยชน์ขององค์กร และมีความสุขในการทำงาน

2. ด้านการได้รับการสนับสนุน หมายถึง การที่ผู้บริหารสนับสนุนและส่งเสริมผู้ปฏิบัติงานด้วยวิธีการต่างๆ เช่น การให้การยอมรับและเห็นชอบตามกฎหมาย ส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและหมู่คณะเพื่อให้เกิดความร่วมมือในการปฏิบัติงาน และเป็นการสร้างเครือข่ายในการทำงาน รวมไปถึงการที่ผู้บริหารสนับสนุนให้บุคลากรมีพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดการทำงานที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ การส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติแสดงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ให้โอกาสตัดสินใจแก้ปัญหาการปฏิบัติงาน พัฒนางาน หรือปรับปรุงแนวทางในการปฏิบัติงานให้ดีขึ้น การให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับผลการปฏิบัติงาน (feedback) การยืดหยุ่นในการปฏิบัติงาน การยอมรับในความผิดพลาด การแสดงความพึงพอใจในงานที่ทำสำเร็จ การแสดงความห่วงใย รับฟัง และเข้าใจปัญหาทุกด้านของบุคลากร ตลอดจนการแสดงไมตรีจิต ยิ้มแย้ม และให้ความเป็นกันเองกับบุคลากร การได้รับการสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชา จะทำให้บุคลากรรู้สึกสุขใจ และมีคุณค่า มีการรับรู้ถึงการได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจในงานเป็นแรงจูงใจให้เกิดความพึงพอใจในการทำงาน เมื่อบุคคลมีความพึงพอใจในการทำงานแล้ว ย่อมมีขวัญและกำลังใจที่จะปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มกำลังความสามารถ มีความกระตือรือร้น ขยันหมั่นเพียรและยึดมั่นผูกพันต่อองค์กร

3. ด้านการได้รับข้อมูลข่าวสาร ซึ่งได้แก่ ข้อมูลความรู้ทางเทคนิค ทักษะความชำนาญในการปฏิบัติงาน และข่าวสารการเมือง ข้อมูลข่าวสารที่ผู้บริหารควรแบ่งปันให้ผู้ปฏิบัติ ควรเป็นข้อมูลที่สนับสนุนการตัดสินใจ และวางแผนในการดำเนินการและได้รับข้อมูลข่าวสาร ทำให้ผู้ปฏิบัติรู้การเคลื่อนไหวภายในองค์กร ทราบนโยบายและการตัดสินใจขององค์กร ข้อมูลข่าวสารที่ได้ ควรมีการสื่อสารแบบสองทาง ข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องและทันต่อเหตุการณ์ จะช่วยสนับสนุนการตัดสินใจของผู้ปฏิบัติงาน และทำให้เกิดคุณภาพและประสิทธิผลขององค์กร ในทางตรงข้ามถ้าผู้ปฏิบัติไม่ได้รับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องเพียงพอ และไม่ทราบว่ามิอะไรเกิดขึ้นบ้างในองค์กร ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกผิดหวัง ไม่พอใจกับการกระทำของผู้บังคับบัญชา ส่งผลให้เกิดความไม่พึงพอใจในงานและประสิทธิผลขององค์กรต่ำลง

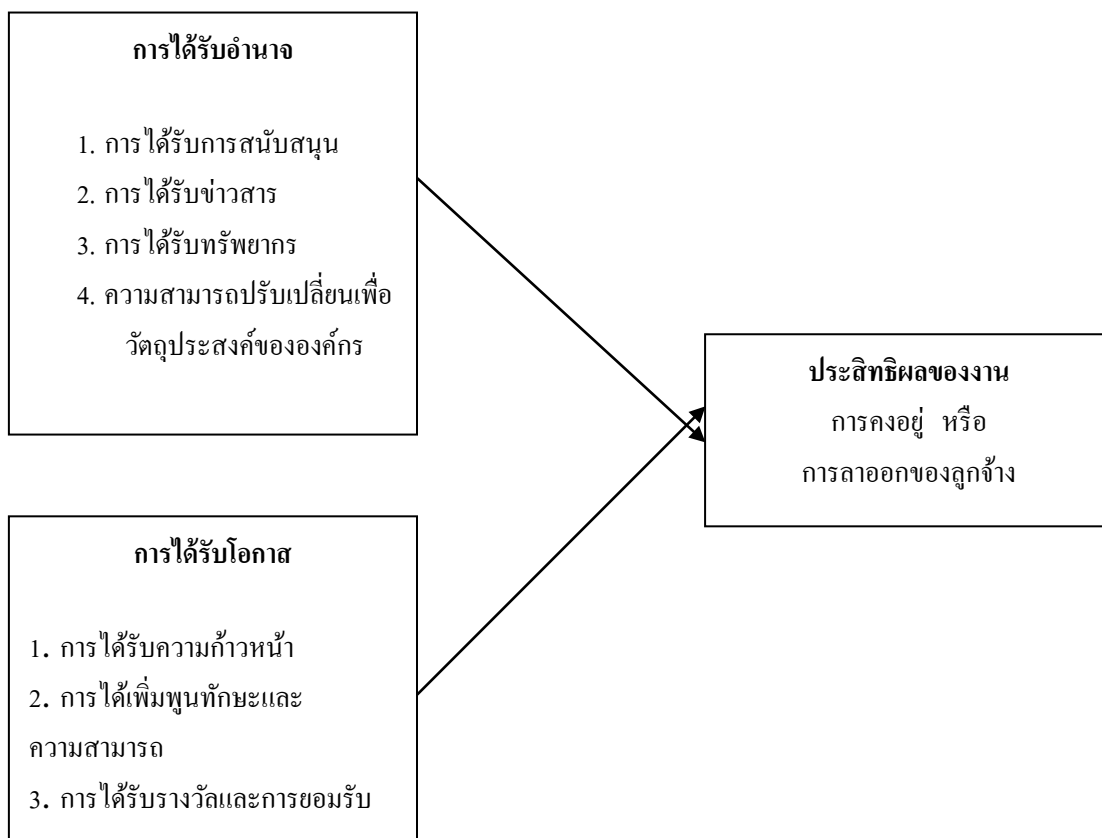
4. การได้รับโอกาส ผู้บริหารต้องตระหนักถึงการเติบโตและความก้าวหน้าในตำแหน่งหน้าที่และการทำงาน รวมทั้งโอกาสในการเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ ความสามารถของผู้ปฏิบัติงานด้วย ซึ่งการได้รับโอกาสนี้ คานเตอร์ (Kanter, 1977) แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ

4.1 การได้รับความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน (Advancement) การส่งเสริมสนับสนุนผู้ปฏิบัติงานในการเลื่อนตำแหน่ง พิจารณาความดีความชอบ เลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่งอย่างยุติธรรม ให้โอกาสก้าวหน้าในการปฏิบัติงานในระดับที่สูงขึ้น

4.2 การได้รับความเพิ่มพูนทักษะความสามารถ (Competence and skill) การให้โอกาสผู้ปฏิบัติงานในการไปอบรม เพิ่มพูนความรู้ในการประชุมวิชาการ การศึกษาดูงาน หรือลาศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น

4.3 การได้รับการยกย่องชมเชยและการยอมรับ (Reward and recognition) การให้ความสำคัญกับผู้ปฏิบัติที่ปฏิบัติงานดี โดยการกล่าวคำยกย่องชมเชย ประกาศเกียรติคุณ หรือให้รางวัล เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจ เกิดความภาคภูมิใจและรู้สึกตัวเองมีคุณค่า

ในระยะแรก คานเตอร์ (Kanter, 1993) ได้เน้นให้เห็นความสำคัญขององค์กรหรือระบบว่ามีส่วนสำคัญที่จะช่วยสร้างจิตสำนึกและพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติงาน ดังนั้นจึงมีการเสนอแนะให้ปรับเปลี่ยนโครงสร้างการบริหารจัดการ เนื่องจากปัญหาในหน่วยงานจะไม่สามารถแก้ไขได้ลำพังเพียงใครคนใดคนหนึ่ง และต่อมากานเตอร์ได้เสนอโครงสร้างปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรม ทศนคติและประสิทธิผลของผู้ปฏิบัติว่าประกอบด้วยอำนาจ และโอกาส อำนาจในที่นี้ได้มาจากการได้รับการสนับสนุน การได้รับข่าวสาร การได้รับทรัพยากร และความสามารถที่จะปรับเปลี่ยนปัจจัยต่างๆ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กร และสำหรับปัจจัยโอกาส ได้แก่ การได้รับความก้าวหน้า การได้รับเพิ่มพูนทักษะและความสามารถ และการได้รับรางวัลและการยอมรับ ทั้งสองปัจจัยทำให้เกิด ประสิทธิภาพของงาน ซึ่งขึ้นอยู่กับ การคงอยู่ หรือลาออกจากงานของลูกจ้าง (แสดงดังภาพที่ 2.1) กล่าวคือถ้าลูกจ้างลาออกจำนวนมาก ประสิทธิภาพของงานจะลดลงเนื่องจากปริมาณงานกับจำนวนคนไม่สมดุลกัน ลูกจ้างที่เหลือจะต้องทำงานหนักและเหนื่อยล้าต่อการทำงาน ในขณะที่ถ้าลูกจ้างมีการคงอยู่ในงานสูง ประสิทธิภาพของงานจะสูงขึ้น เนื่องจากจำนวนคนที่ช่วยแบ่งปันกันทำงานมีมากขึ้น ลูกจ้างไม่ต้องทำงานหนักและเหนื่อยกับการทำงานจนเกินไป ทุกคนทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ



ภาพที่ 2.1 ประสิทธิผลของงาน ตามทฤษฎีโครงสร้างอำนาจในองค์กรของ Kanter
ที่มา: Wilson & Laschinger, 1994

สรุปทฤษฎีการเสริมสร้างพลังอำนาจ ของ คานเตอร์ ได้กล่าวถึงอำนาจที่เป็นทางการและ
ไม่เป็นทางการ ที่ผู้บริหารจะสามารถนำมาใช้ในการเสริมสร้างพลังอำนาจได้ ซึ่งอำนาจทั้ง 2 ส่วน
นี้ คานเตอร์ได้พัฒนาเป็น 4 ด้าน คือ การได้รับทรัพยากร การได้รับการสนับสนุน การได้รับข้อมูล
ข่าวสาร และ การได้รับโอกาส ซึ่งหมายถึงผู้บริหารต้องจัดการให้ผู้ปฏิบัติได้รับองค์ประกอบทั้ง 4
ด้านอย่างเพียงพอและเหมาะสม จึงจะทำให้ผู้ปฏิบัติพึงพอใจในงาน รู้สึกยึดมั่นผูกพันในองค์กร
และ ส่งผลต่อประสิทธิผลของงานและองค์กร

2.3.7 แนวคิดทฤษฎีการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ

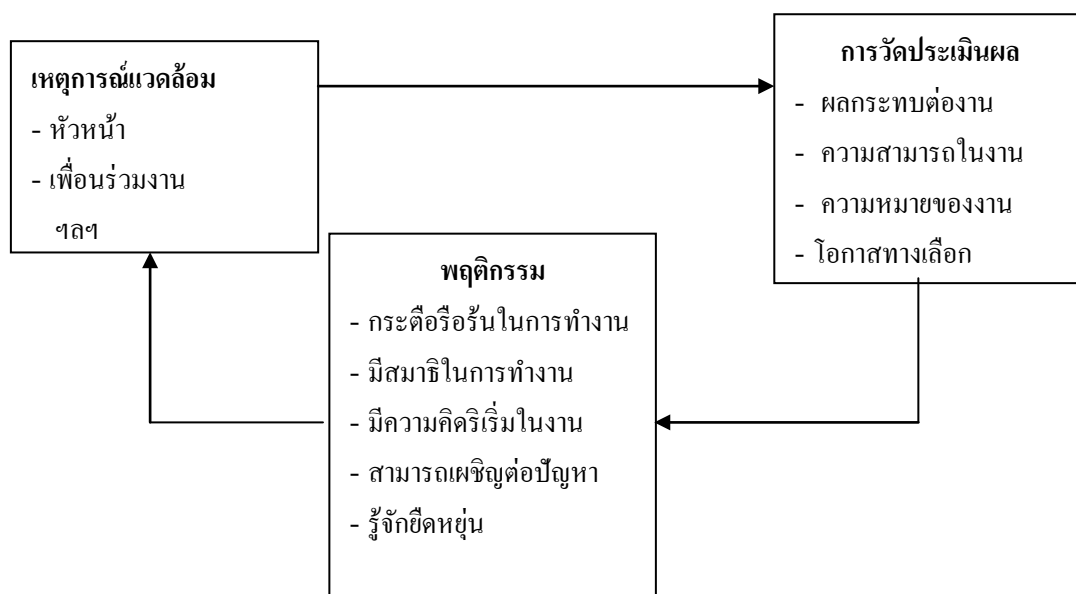
ในการเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับผู้ปฏิบัติงานนั้น ต้องมีการเสริมสร้างพลัง
อำนาจทั้งด้านโครงสร้างและด้านจิตใจไปพร้อม ๆ กัน จากผลการวิจัยหลายเรื่องที่ผ่านมาพบว่า
การเสริมสร้างพลังอำนาจด้านโครงสร้างเป็นส่วนที่จะช่วยผลักดันให้เกิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ
ด้านจิตใจ และ การเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ จะส่งผลโดยตรงต่อความพึงพอใจในงานของ

ผู้ปฏิบัติงาน ในขณะที่บางงานวิจัยระบุว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจด้านโครงสร้างจะส่งผลทางอ้อมต่อความพึงพอใจในงานเท่านั้น (Lashcinger et al., 2004) ดังนั้นการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจจึงเป็นแนวทางหนึ่งในการสร้างพลังซึ่งเป็นแรงจูงใจภายในให้กับผู้ปฏิบัติงาน เช่น การรับรู้ถึงความสามารถของตน การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญต่องาน และงานมีความหมายต่อตนเอง เป็นต้น

คอนเจอร์ และ คาร์นุโก (Conger & Kanungo, 1988) ได้กล่าวถึงกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ ซึ่งถือว่าเป็นด้านของจิตวิทยา ซึ่งจะเน้นการรับรู้ของผู้ปฏิบัติงานเกี่ยวกับความสำคัญของงานและของตนเองที่มีต่องาน นอกจากนี้แนวคิดของคอนเจอร์ และ คาร์นุโก แล้ว โทมัสและเวลเฮาส์ (Thomas & Velthouse, 1990) และ สพริสเซอร์ (Spreitzer, 1995) กล่าวถึงการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจเช่นกัน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจของโทมัสและเวลเฮาส์

โทมัสและเวลเฮาส์ (Thomas & Velthouse, 1990) ได้เสนอรูปแบบการรับรู้การเสริมสร้างพลังอำนาจ ซึ่งส่งผลให้เกิดแรงจูงใจภายในของบุคคล และผลของงานที่ได้จะมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ในบทบาทของบุคคลนั้นๆ และเป็นการให้ความสำคัญต่อผู้ปฏิบัติงานในด้านการรับรู้ความหมายของงาน ความสามารถของตนเองในการทำงาน ซึ่ง โทมัสและเวลเฮาส์ ได้เสนอแบบแผนการรับรู้การเสริมสร้างพลังอำนาจ (Cognitive model of empowerment) ซึ่งประกอบด้วย ส่วนที่เป็นเหตุการณ์แวดล้อม (Environmental events) พฤติกรรม (Behavior) และการวัดประเมินงาน (Task assessment) (แสดงดังภาพที่ 2.2)



ภาพที่ 2.2 : แบบแผนการรับรู้จิตของการเสริมสร้างพลังอำนาจ

ที่มา : Thomas & Velthouse, 1990

ตามแนวคิดแบบแผนการรับรู้การเสริมสร้างพลังอำนาจ ในส่วนของเหตุการณ์แวดล้อม (Environmental events) จะเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นรวมทั้งบุคคลแวดล้อมตัวผู้ปฏิบัติงาน เช่น หัวหน้างาน กลุ่มเพื่อนร่วมงาน กลุ่มเพื่อนสนิท การจัดฝึกอบรม เป็นต้น เหตุการณ์แวดล้อมจะส่งผลต่อการประเมินงาน ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ 1) ผลกระทบต่องาน (Impact) เป็นการประเมินระดับของพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการทำงาน เช่น ความตั้งใจในการทำงาน เป็นต้น 2) ความสามารถในการงาน (Competence) เป็นการประเมินระดับความสามารถในการทำงานให้สำเร็จ 3) ความหมายของงาน (Meaningfulness) เป็นการประเมินความรู้สึกของบุคคลที่มีต่องานรวมถึงความใส่ใจต่องานที่ได้รับมอบหมาย และ 4) โอกาสทางเลือก (Choice) เป็นการประเมินความรับผิดชอบในการกระทำของแต่ละบุคคล การเลือกและคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงาน เมื่อได้รับการประเมินผลอย่างใดอย่างหนึ่ง จะส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมการทำงานที่แตกต่างกัน เช่น มีความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้น (Activity) มีสมาธิมุ่งมั่นในการทำงาน (Concentration) การแสดงออกถึงความคิดริเริ่มใหม่ๆ (Initiative) ความสามารถในการเผชิญกับปัญหา (Resiliency) และการมีพฤติกรรมยืดหยุ่น (Flexibility) ปรับตัวอย่างเหมาะสมเพื่อผลสัมฤทธิ์ของงาน และพฤติกรรมเหล่านี้ก็สามารถส่งผลไปถึงเหตุการณ์แวดล้อมด้วย เช่น ถ้าได้รับการประเมินออกมาดี หัวหน้าจะให้ความไว้วางใจมากขึ้น แต่ถ้าผลการประเมินไม่ผ่านเกณฑ์ หัวหน้าต้องดูแลบุคคลนั้นอย่างเคร่งครัดมากขึ้น

2. แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ

การเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ มี 4 องค์ประกอบ คือ การรับรู้ความหมายของงาน ความสามารถในการทำงาน การตัดสินใจด้วยตนเอง และผลกระทบต่อหน่วยงาน มีความหมายดังนี้

1. การรับรู้ความหมาย (Meaning) หมายถึง การให้คุณค่ากับเป้าหมายของงาน ความต้องการบทบาทในงานที่สอดคล้องกับความเชื่อ ค่านิยม และพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติงาน ทำให้ผู้ปฏิบัติรู้สึกว่า งานที่ทำอยู่มีความสำคัญ และมีความหมายต่อตนเอง
2. ความสามารถในการทำงาน (Competence) หมายถึง การที่ผู้ปฏิบัติรู้ว่าตนเองมีทักษะและความสามารถ ทำงานได้ประสบความสำเร็จ
3. การตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-determination) หมายถึง การที่ผู้ปฏิบัติงานมีอิสระในการตัดสินใจ คิดริเริ่มสร้างสรรค์งานได้ และควบคุมการทำงานที่ได้รับมอบหมายด้วยตนเอง
4. ผลกระทบต่อหน่วยงาน (Impact) หมายถึง การที่ผู้ปฏิบัติงานรู้ว่าตนเองมีส่วนทำให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ต่อองค์กร

2.3.8 ผู้ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจ

ในกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ บทบาทที่สำคัญที่ผู้ให้การเสริมสร้างอำนาจหรือผู้บริหารต้องใช้ในการบริหารจัดการและการนำผู้ปฏิบัติงานมีดังนี้

1. การเสริมสร้าง (Enabling) ผู้บริหารต้องมีความสามารถในการจัดหาทรัพยากรที่จำเป็นและเพียงพอต่อการปฏิบัติของบุคลากร เช่น เวลา เงิน วัสดุ อุปกรณ์และบุคลากร นอกจากนี้ต้องเปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติได้แสดงความสามารถอย่างเต็มศักยภาพ มีความเชื่อมั่นในตนเอง โดยการเตรียมผู้ปฏิบัติงานให้มีความพร้อมทั้งด้านความรู้และทักษะ มีความเข้าใจและมีประสบการณ์ในการทำงาน ตลอดจนได้รับการฝึกอบรม อีกทั้งโอกาสแสดงความสามารถ

2. การอำนวยความสะดวก (Facilitating) ผู้บริหารต้องให้ข้อมูลที่จำเป็นและเพียงพอในการปฏิบัติงาน รวมทั้งจัดปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ที่มาขัดขวางการปฏิบัติงานของผู้ปฏิบัติ ตลอดจนจัดระบบภายในองค์กรที่ส่งเสริมความมีอิสระในการปฏิบัติงาน

3. การให้คำปรึกษา (Counseling) ผู้บริหารต้องสามารถให้คำปรึกษาและช่วยเหลือผู้ปฏิบัติงาน ให้สามารถเผชิญปัญหาต่างๆ ตลอดจนสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นกระตุ้นให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองและพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง

4. การให้ร่วมมือ (Collaborating) ผู้บริหารต้องไม่อาศัยอำนาจจากตำแหน่งหน้าที่สั่งการให้ผู้ปฏิบัติงานตามคำสั่ง แต่ควรใช้หลักการบริหารแบบมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมาย และให้ความร่วมมือกับผู้ปฏิบัติ

5. การเป็นพี่เลี้ยง (Mentoring) ระบบพี่เลี้ยง มีความสำคัญต่อการเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับผู้ปฏิบัติ ทั้งในด้านความรู้และความชำนาญ เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ร่วมงาน สร้างบรรยากาศในการทำงานร่วมกัน ซึ่งจะนำไปสู่ประสิทธิภาพของงาน อีกทั้งยังเป็นความรู้สึภาคภูมิใจในตนเอง เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น

6. การสนับสนุน (Supporting) ผู้บริหารมีหน้าที่ในการส่งเสริมสนับสนุนผู้ปฏิบัติงานในองค์กร ให้มีความสามารถปฏิบัติงานได้อย่างอิสระ รวมทั้งสนับสนุนให้กำลังใจในกรณีทำงานไม่ประสบความสำเร็จหรือทำงานผิดพลาด

นอกจากนี้ กูเดนและคริสแมน (Gunden & Crissman, 1992) ได้กล่าวถึงทักษะของผู้นำเพื่อการเสริมสร้างพลังอำนาจดังนี้

1. ความไว้วางใจ (Trust) ผู้นำต้องสร้างและคงไว้ซึ่งความไว้วางใจ โดยเป็นผู้ที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ รู้จักกาลเทศะ มีความซื่อสัตย์ รักษาข้อผูกพันและสัญญา

2. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) ผู้นำจะต้องได้รับข้อมูลย้อนกลับว่ารูปแบบการทำงานเป็นอย่างไร มีข้อดี ข้อเสีย หรือมีสิ่งใดบ้างที่ต้องปรับปรุง

3. การสอนและการปฏิบัติเป็นแบบอย่าง (Teaching coaching and role modeling) ผู้นำสามารถสอนและเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้ปฏิบัติงาน

4. การติดต่อสื่อสาร (Communication) ผู้บริหารควรใช้การสื่อสารสองทาง โดยสื่อสารได้หลายรูปแบบ เช่น การประชุมย่อย การพบปะกันในแผนก การประชุมปรึกษา เพื่อให้ได้รับข่าวสารร่วมกัน

5. การตั้งเป้าหมาย (Goal setting) ควรมีการตั้งเป้าหมายร่วมกัน ซึ่งเป็นการสนับสนุนการเสริมสร้างพลังอำนาจ เพื่อให้ทุกคนรู้สึกถึงการมีส่วนร่วม รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของงาน ทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่า

6. การสนับสนุนในทางบวก (Positively support) ผู้นำจะต้องสร้างหรือให้คำแนะนำเชิงสร้างสรรค์ จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติในการสร้างรูปแบบทางความคิด เพื่อสร้างความมั่นใจในการทำงาน

การเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ เป็นการคำนึงถึงการเสริมแรงทางด้านจิตใจ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานมีความเชื่อมั่นในสมรรถนะของตนเองที่จะทำให้งานประสบความสำเร็จ ทำให้ผู้ปฏิบัติงานรับรู้ความหมายของงาน รับรู้ความสามารถในการทำงานของตนเอง สามารถตัดสินใจเองได้ และ รับรู้ว่าตนเองมีส่วนทำให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ต่อองค์กรได้ ทำให้ผู้ปฏิบัติรู้จักคุณค่าของตนเอง เพิ่มสมรรถนะของตน และเกิดความพึงพอใจในงาน

2.3.9 แหล่งของพลังอำนาจ

การที่จะให้อำนาจแก่ผู้อื่น นั้นควรต้องทราบว่ แหล่งของอำนาจ หรือฐานของอำนาจ มีอะไรบ้าง ดังต่อไปนี้คือ

1. อำนาจที่เกิดจากตำแหน่ง หรือหน้าที่ ซึ่งเป็นอำนาจ ที่ให้กับบุคคล หรือกลุ่มตามตำแหน่ง หรือหน้าที่ ที่มีอยู่ ซึ่งอำนาจแบบนี้ จะหมดสิ้นไป เมื่อพ้นจากตำแหน่ง หรือหน้าที่นั้นแล้ว

2. อำนาจที่เกิดจาก การควบคุมทรัพยากรต่างๆ เช่น การที่มีเงิน มีบุคลากร มีวัสดุ มีเทคโนโลยี มีลูกค้า ซึ่งถ้ามีมาก หรือมีทรัพยากรที่สำคัญ และหายาก จะยิ่งทำให้มีอำนาจมากขึ้น

3. อำนาจที่เกิดจาก ความสัมพันธ์ทางสังคม เช่น การมีเพื่อน การรู้จักคน การเป็นสมาชิกสมาคมวิชาชีพ ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่ง ที่จะสร้างเครือข่าย อันจะทำให้เกิดอำนาจ

4. อำนาจที่เกิดจาก ความเชี่ยวชาญ ซึ่งอาจจำแนกได้เป็น ความเชี่ยวชาญด้านวิชาการ หรือด้านเทคนิค ซึ่งเป็นที่ยอมรับ ในหมู่นักวิชาการ หรือวิชาชีพ และความเชี่ยวชาญ ด้านวิธีการ หรือด้านกระบวนการ ซึ่งมักเป็นที่ยอมรับ ในหมู่ผู้จัดการ หรือผู้บริหาร ทั้งนี้อำนาจเช่นนี้ จะเกิดจากผลงาน ที่ได้กระทำไปแล้วในอดีต

5. อำนาจหน้าที่ที่เกิดจาก การมีข้อมูล ซึ่งทำให้สามารถควบคุมบริหารองค์การได้ ถ้าหากมีข้อมูลที่ดี เชื่อถือได้ และถูกต้อง ซึ่งจะต้องมีความเชี่ยวชาญเป็นพิเศษ ที่จะพิจารณาเลือกได้ว่า ข้อมูลใดเกี่ยวข้อง และสำคัญต่อการทำงานในองค์การ

6. อำนาจที่เกิดจากคุณสมบัติ หรือบุคลิกลักษณะส่วนตัว เช่นความสามารถ ความ

มั่นใจในตัวเอง ความน่าเชื่อถือ ความมีเสน่ห์ ความเป็นผู้มีวาทศิลป์ดี ความเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดี เหล่านี้ เป็นต้น ซึ่งทำให้คนผู้นั้น มีความสามารถพิเศษ ที่อาจฝึกฝนให้มีในตนได้ด้วย

2.3.10 กลยุทธ์ในการให้พลังอำนาจ

การที่จะมอบอำนาจให้ใคร หรือองค์การใดนั้น ควรจะต้องมีความรู้ เกี่ยวกับการใช้อำนาจ ให้มีอิทธิพลต่อผู้อื่นเสียก่อน จึงจะทำให้การมอบอำนาจ ได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่ กลยุทธ์ในการใช้อำนาจ ให้มีอิทธิพลต่อผู้อื่น มีดังต่อไปนี้คือ

1. กลยุทธ์ใช้ตำแหน่งหน้าที่ ในการมีอิทธิพลต่อผู้อื่น ซึ่งด้านทหาร จะเป็นการออกคำสั่ง แต่ด้านพลเรือน มักจะเป็นการขอร้อง หรือการเสนอแนะ ทั้งนี้เพื่อให้งานเสร็จสิ้นไป
2. กลยุทธ์การผลักดัน โดยใช้วิธีการข่มขู่ ซึ่งจะมีอิทธิพลมากน้อย ขึ้นอยู่กับตำแหน่งหน้าที่ และทรัพยากร ที่มีความสามารถควบคุมได้ การใช้กลยุทธ์แบบนี้ ถ้าใช้พร่ำเพรื่อไป จะทำให้เกิดบรรยากาศแห่งความกลัว และความไม่ไว้วางใจกัน ซึ่งจะนำไปสู่การไม่เชื่อฟัง การทำงานที่ไม่ได้ผล และความขัดแย้ง ระหว่างบุคคลในองค์การได้
3. กลยุทธ์การให้รางวัล โดยการให้รางวัล ในลักษณะต่างๆ เช่น เป็นวัตถุสิ่งของ เป็นคำชมเชย เป็นการยอมรับความสำเร็จ หรือการให้กำลังใจเหล่านี้ เป็นต้น ซึ่งถ้าปราศจากความเป็นธรรมชาติ ในการให้แล้ว จะก่อให้เกิดความอิจฉาริษยา หรือไม่พอใจ ซึ่งกันและกัน
4. กลยุทธ์เกลี้ยกล่อม หรือชักชวน โดยใช้เหตุผล ทำให้เชื่อถือ และปฏิบัติตาม ซึ่งอาจถูกแปลความหมายไปในทางที่ผิดว่า เป็นการผลักดันบังคับ กดขี่ให้ทำก็ได้ นอกจากนั้น การเกลี้ยกล่อม หรือชักชวน อาจเชื่อมโยง กับการตอรอง หรือการให้รางวัลก็ได้
5. กลยุทธ์การเตรียมการ เพื่อการมีอิทธิพลในวันข้างหน้า โดยการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี การช่วยเหลือ โดยหวังว่า จะนำไปสู่การยอมรับอิทธิพล ที่จะมีต่อกันในวันข้างหน้า
6. กลยุทธ์การป้องกัน เป็นการสร้างอิทธิพล โดยใช้วิธีการป้องกันบางอย่าง เช่น ป้องกันการตั้งคำถาม เก็บข้อมูลบางอย่างไว้ หรือป้องกันความไม่พอใจไว้ล่วงหน้า ซึ่งจะต้องทำ ในลักษณะที่แนบเนียน ไม่เปิดเผยโจ่งแจ้งจนเกินไป

อย่างไรก็ตามมี ข้อควรคำนึงบางประการ ในการให้อำนาจ ดังนี้คือ

1. คนบางคน หรือกลุ่มบางกลุ่ม อาจไม่ต้องการได้รับอำนาจ
2. การให้อำนาจ เป็นเพียงด้านหนึ่งของการบริหาร ซึ่งจะต้องมีการกำหนดขอบเขต ที่จะให้คนมีอิสระ ในการกระทำเมื่อได้รับอำนาจ บางครั้ง อาจต้องมีการบังคับ ด้วยระเบียบวินัย แทนการให้อำนาจก็ได้
3. การให้อำนาจคนใดคนหนึ่ง หรือกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง อาจทำให้อำนาจ หรือความมีอิสระของผู้อื่น หรือกลุ่มอื่นถูกลดลง หรือถูกจำกัด

2.3.11 กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ

ในการเสริมสร้างพลังอำนาจนั้น เป็นกระบวนการที่มีหลายขั้นตอน ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะใช้กระบวนการตามแนวคิดของคิฟเฟอร์ (Kieffer,1984) ซึ่งกล่าวไว้ว่า กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นกระบวนการระยะยาว ที่สามารถพัฒนาทักษะและความสามารถ โดยผ่านกระบวนการ 4 ระยะ ดังนี้

ระยะที่1 การเข้าสู่การเสริมสร้างพลังอำนาจ (Era of entry) เป็นระยะที่ผู้ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจ สร้างสัมพันธภาพกับผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ อันจะช่วยให้บุคคลสามารถสำรวจถึงศักยภาพของตน เช่น อำนาจหน้าที่ บทบาท อำนาจของตน

ระยะที่2 การเรียนรู้ปัญหา (Era of advancement) เป็นระยะวิเคราะห์ถึงสภาพปัญหา สาเหตุของปัญหา และสิ่งที่มีอิทธิพลต่อปัญหานั้นๆ มีการจำแนกปัญหาออกเป็นหมวดหมู่ และหาวิธีการแก้ไขปัญหา

ระยะที่3 การลงมือปฏิบัติการแก้ไขปัญหา (Era of incorporation) เป็นการนำวิธีการต่างๆ มาแก้ไขปัญหา เช่น การประยุกต์ใช้ความรู้ การใช้นวัตกรรม เป็นระยะที่มีการใช้ทักษะต่างๆ มาช่วยในการแก้ไขปัญหา เช่น ทักษะทางมนุษยสัมพันธ์ ทักษะการสื่อสาร ทักษะการเป็นผู้นำ เป็นต้น

ระยะที่4 การเกิดความตระหนัก (Era of commitment) เป็นระยะที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคล สามารถนำความรู้ ความชำนาญ และทักษะต่างๆ มาใช้ในการแก้ไขปัญหา ในระยะนี้บุคคลจะตระหนักถึงความสามารถในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถเรียนรู้ที่จะนำวิธีการแก้ไขปัญหาที่เคยได้ผลมาใช้แก้ไขปัญหาให้ลุล่วงไปได้

2.3.12 การประเมินผลการเสริมสร้างพลังอำนาจ

การเสริมสร้างพลังอำนาจ มีเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพของบุคคล กลุ่มบุคคล หรือสังคมให้มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง การประเมินผลของการเสริมสร้างพลังอำนาจสามารถประเมินได้จากกิจกรรมต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. การมีส่วนร่วมของบุคคลหรือสมาชิกกลุ่ม ในการทำกิจกรรมต่างๆ ในแต่ละขั้นตอน พฤติกรรมการมีส่วนร่วมนี้จะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) ตระหนักในความสามารถของตน (Self-efficacy) และเกิดความรู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับ และมีความมั่นใจในการแก้ไขปัญหา
2. ผลลัพธ์ที่เกิดจากการมีส่วนร่วม ได้แก่ ความพึงพอใจ การรับแรงสนับสนุนทางสังคม และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
3. การเปลี่ยนแปลงทางสิ่งแวดล้อม องค์กร หรือภาวะสุขภาพในทางที่ดีขึ้น
4. มีทักษะความสามารถเพิ่มขึ้น เช่น ทักษะการสื่อสาร ทักษะการเป็นผู้นำ

นอกจากนี้ กิบสัน (Gibson, 1991) ยังระบุถึงผลของการเสริมสร้างอำนาจในมุมมองของผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจดังนี้

1. ทำให้เกิดความรู้สึกต่อตนเองในเชิงบวก (Positive self-concept) มีความพึงพอใจในตนเอง มีความรู้สึกเป็นผู้นำ มีความรู้สึกในการสามารถควบคุมสิ่งต่างๆ รู้สึกถึงการมีพัฒนาการของตนเอง การมีความหวัง และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
2. การเสริมสร้างพลังอำนาจ นำมาซึ่งความรู้สึกของการมีสิทธิและความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง

โดยสรุป การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นการสร้างแรงจูงใจ ให้ผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ทำให้บุคคลตระหนักในความสามารถของตน รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าทำให้มีความรู้สึกต่อตนเองในเชิงบวก เกิดความมั่นใจ และสามารถทำให้มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น ในขณะที่การเสริมสร้างพลังอำนาจในองค์กร จะทำให้เกิดการมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน อันก่อให้เกิดความรู้สึกมั่นคง และปลอดภัย มีอิสระในการปฏิบัติงาน สิ่งเหล่านี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติงานรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีความสำคัญกับหน่วยงาน เกิดความพึงพอใจในงาน และมีความสุขในการทำงาน ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงนำแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจมาใช้ในการพัฒนาแก่นแก่นักศึกษาด้วยการนำแนวคิดมาใช้ในการสร้างแรงจูงใจเพื่อรณรงค์การต่อต้านการสูราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ดร.ศรีรัช ลาภใหญ่ หัวหน้าหลักสูตรนิเทศศาสตรบัณฑิต คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต นักวิจัยเกี่ยวกับผลกระทบของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีต่อเยาวชน กล่าวว่า ตลาดสุราได้มุ่งเด็กมหาวิทยาลัยโดยนำเข้าไปผูกพันกับกิจกรรมอย่างมาก ใน 1 ปี เช่น สงกรานต์ต์ วาเลนไทน์ รับน้อง โดยใช้สุราเพื่อสานสัมพันธ์และเรียกน้ำสปริต เพราะกลุ่มเยาวชนมีความพร้อมในการบริโภคสินค้า และเด็กเติบโตมากับแบรนด์จึงเกิดการติดตา เด็กเกิดในยุคมีเดียฉันทลามทำให้พบเห็นและรับสื่อโดยไม่รู้ตัว ความรู้เท่าทันมีจำกัดโดยวัย เกิดความภักดีต่อตราสินค้าได้ง่าย การที่เด็กมหาวิทยาลัยเข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ในร้านสะดวกซื้อ เพราะความเข้มแข็งในเด็กมหาวิทยาลัยต่ำ ทั้งยังระบุว่าธุรกิจแอลกอฮอล์ในช่วง 10 ปีนี้ กลุ่มเป้าหมายอายุลดลงเรื่อยๆทุกปี เพราะตลาดผู้ใหญ่เริ่มคงที่แล้ว การตลาดที่ขยายตัวมากขึ้น ย่อมมีการแข่งขันการโฆษณากันเพิ่มมากขึ้นด้วย ใน 1 ปี ออกโฆษณามากมาย ยกตัวอย่างเช่นกรณีของเบียร์ช้าง จากการสำรวจเด็กในระดับประถมศึกษา ประมาณ 150 คน พบว่า เด็กจดจำตราสินค้าได้ชัดเจนมากถึงร้อยละ 100 และบอกว่า ต่อไปจะสะสมเงินซื้อเบียร์ช้าง ถ้าพ่อแม่อนุญาต เพราะเห็นว่าเบียร์ช้างสนับสนุนการศึกษาไทย ช่วยเหลือคนจน เด็กบอกว่าโตขึ้นอยากดื่มเบียร์ช้างเพื่อตอบแทนที่เบียร์ช้างช่วยเหลือสังคม

ซึ่งเป็นเรื่องที่น่ากลัวมาก และอีกอย่างสื่อโฆษณาใช้เด็กเป็นพรีเซ็นเตอร์เข้าไปสื่อสารกับเด็กด้วยกันเอง ทำให้เกิดการเลียนแบบได้ง่าย

นายพิริยะ ทองสอน เลขานุการมูลนิธิสื่อเพื่อเยาวชน กล่าวว่า มีงานวิจัยระบุชัดเจนว่า การโฆษณาทำให้เยาวชนคุ้นเคยภาพลักษณ์ของตราสินค้า เกิดความรู้สึกไม่เป็นพิษเป็นภัย แต่เป็นผลทางอ้อมให้เลือกในสิ่งที่คุ้นเคยมากที่สุด ดังนั้นจึงต้องปกป้องเยาวชนที่เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ แต่การห้ามผลิตเลยคงไม่ได้ เพราะอาจจะเกิดปัญหาเหล่าเถื่อนตามมา

นายสิทธิพันธ์ หนูเล็ก นายกองคํการนํกศึกษามหาวิทยาลัยรามคําแหง (อศ.มร.) กล่าวว่า เยาวชนไทยตกเป็นเหยื่อของตลาดนํ้าเมาจริง เพราะเมื่อก่อนกลุ่มที่ดื่มเป็นคนทํางานแล้ว แต่ปัจจุบันขยายฐานมาสู่นักเรียน นิสิต นักศึกษา ไม่ว่าจะผ่านสื่อ ทีวี โปสเตอร์ อินเทอร์เน็ต สังคมไทยเปิดกว้างให้สื่อโฆษณานํ้าเมาเข้ามาได้มาก ทำให้เกิดการจำกัดตา คุ้นเคยจนมองเป็นเรื่องธรรมดา ทั้งที่เป็นสาเหตุหลักของปัญหาทะเลาะวิวาท และอุบัติเหตุ และเห็นว่าวัยรุ่นนํ้าเอนํ้าเมาไปทํางานอื่นมากกว่า ทั้งนี้หลายมหาวิทยาลัยประสบปัญหานํ้าเมาเข้ามาสนับสนุนกิจกรรมต่างๆ ในสถานศึกษา เพื่อโฆษณาโลโก้แฝง

น.ส.วรรณวิศา คำดี นายกองคํการนํกศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร กล่าวว่า การรุกของบริษัทเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยการโฆษณามีมากและมีผลโดยตรงกับนักศึกษา ในส่วนของกองคํการนํกศึกษาพยายามผลักดันให้ร้านจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่ห่างจากสถานศึกษา 500 เมตร เพราะเป็นภาพลักษณ์ที่ไม่ดีกับสถาบัน ถ้ามองในแง่ธุรกิจมีข้อดีมาก แต่ถ้ามองในแง่ของความเป็นมนุษย์ถือเป็นการทําลายเยาวชนโดยตรง ซึ่งทางมหาวิทยาลัยจะแก้ไขโดยรณรงค์สอดแทรกในกิจกรรมต่างๆ ไม่ให้องค์กรธุรกิจนํ้าเมาเข้ามาสนับสนุนได้ ไม่ให้มีการแทรกแซง และจะร่วมผลักดัน พรบ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้ผ่านให้ได้

ข้อมูลจากการแสดงความคิดเห็นข้างต้น สอดคล้องกับแนวคิดของสถาบันต่อต้านเหล้ายา และโรคพิษสุราของสหรัฐฯ ระบุว่า แรงโฆษณาของสุราชนิดต่าง ๆ ทำให้คนหนุ่มสาวต้องกลายเป็นนักดื่มมากขึ้น ประมาณว่าสหรัฐฯ ปัจจุบันมีนักดื่มหน้าใหม่เพิ่มมากขึ้นถึง 1 ใน 5 ส่วนแต่อายุยังไม่ถึง 21 ปีติดด้วยซ้ำ ดร.เลสลีย์ บี สไนเดอร์ แห่งมหาวิทยาลัยคอนเนคติกัตกับคณะ ได้รายงานผลการศึกษาวิจัยว่า คนหนุ่มสาวเหล่านี้เมื่อเหล้าเข้าปากจะยิ่งดื่มหนักกว่ารุ่นพี่เสียอีก ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุทางรถยนต์สูงมากกว่าถึง 2 เท่า ผลการศึกษาระบุว่า การโฆษณาเหล้าเบียร์มีอิทธิพลต่อกลุ่มคนหนุ่มสาวในระยะยาว ด้วยการสัมภาษณ์คนหนุ่มสาวที่อยู่ในวัย 15-26 ปี จำนวน 1,872 คน โดยทํากการสัมภาษณ์ถึง 4 รอบด้วยกัน พบว่าพวกเขาจะพอกันดื่มเพิ่มขึ้นเฉลี่ยเดือนละ 1% เมื่อได้เห็นโฆษณาเหล่านั้นบ่อยขึ้น 1 ครั้ง งบโฆษณาที่คิดเฉลี่ยต่อหัวของอุตสาหกรรมเหล้า ผลักดันให้ปริมาณการดื่มเพิ่มขึ้นโดยตรง งบโฆษณาเฉลี่ยต่อหัวที่เพิ่มขึ้นอีก 1 ดอลลาร์ ได้ส่งเสริมให้ดื่มเหล้ามากขึ้นอีกเดือนละ 3% โดยมักจะเป็นอยู่แบบนี้อยู่ตลอดเวลา ยิ่งในถิ่นที่มีงบโฆษณาสุรานานตาเท่าใด คนหนุ่มสาวในแถบนั้นก็ยิ่งดื่มจัดขึ้นเท่านั้น ดร.สไนเดอร์

กล่าวสรุปว่า ผลของการศึกษาค้างนี้ เป็นการโต้แย้งข้ออ้างของอุตสาหกรรมเหล้าเบียร์สหรัฐฯ ที่ว่า โฆษณามีอิทธิพลแต่กับนักดื่มที่เป็นผู้ใหญ่เท่านั้น ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับคนที่ยังไม่เป็นผู้ใหญ่แต่อย่างใด

จากการศึกษาแบบศึกษาไปข้างหน้า โดยมีการติดตามทุกปี นาน 4 ปี และมีการเยี่ยมบ้านทุกปีเพื่อหาปัจจัยเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์ตั้งแต่เด็กโตไปถึงวัยรุ่นตอนกลางโดยติดตามพฤติกรรมกรรมการดื่มสุราที่เปลี่ยนแปลงไปตั้งแต่อายุ 9 ถึง 16 ปี ในเด็ก 3 กลุ่มอายุ คือ อายุ 9 ปีจำนวน 139 คน อายุ 11 ปีจำนวน 138 คน และอายุ 13 ปีจำนวน 128 คน รวมทั้งสิ้น 405 คนและครอบครัว โดยสุ่มเลือกจากระบบการสัมภาษณ์ทางโทรศัพท์โดยใช้คอมพิวเตอร์ช่วย (computer-assisted telephone interviewing system) จากหมายเลขทั้งหมด 72,412 สายใช้เวลามากกว่า 12.5 เดือน มีคนรับสายร้อยละ 45.5 มีเพียงร้อยละ 1.3 ที่เข้าเกณฑ์ ในจำนวนนี้มีร้อยละ 75 ที่ยินยอมเข้าร่วมโครงการ ผลการศึกษาพบว่า การดื่ม/ไม่ดื่มสุราของเด็กเริ่มจากวัย 9 ปีไปจนถึง 16 ปี ขึ้นกับปัจจัยดังต่อไปนี้ คือ เพศ, เชื้อชาติ, สถานภาพสมรสของพ่อแม่, เศรษฐฐานะของครอบครัว, การดื่มสุราของพ่อแม่, ประวัติครอบครัวมีปัญหาการดื่มสุรา, ความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว, การให้คำปรึกษาแนะนำของพ่อแม่, การคบเพื่อนไม่ดี, การดื่มสุราในกลุ่มเพื่อน และการกระตุ้นจากหมู่เพื่อนฝูงให้มีการดื่มสุรา ปัจจัยเสี่ยงที่มีนัยสำคัญทางสถิติ คือ เพศหญิง และพ่อแม่ดื่มสุราซึ่งมีผลต่ออายุที่เริ่มดื่ม ยิ่งพ่อแม่ดื่มมาก เด็กก็ยิ่งดื่มตั้งแต่อายุน้อย ตรงข้ามกับแรงช่วยจากเพื่อนซึ่งจะทำให้มีการดื่มสุราเมื่ออายุมากขึ้น ยังมีเพื่อนไม่ดีและชักชวนให้ดื่มจะยิ่งเพิ่มการดื่มมากขึ้นตามอายุ นอกจากนี้ปัจจัยเสี่ยงด้านเชื้อชาติผิวขาวและครอบครัวไม่สมบูรณ์ (พ่อแม่หย่าร้าง) มีอัตราการดื่มมากขึ้นด้วย ผลการวิจัยนี้สนับสนุนทฤษฎีการเรียนรู้จากสังคม (social learning theories) กล่าวคือ การดื่มสุราของเด็กเกิดจากเลียนแบบพ่อแม่และเพื่อนที่ดื่มสุรา ครอบครัวที่มีปัญหาการดื่มยิ่งส่งผลให้เด็กมีการดื่มสุรา เด็กเล็กที่เริ่มดื่มสุราครั้งแรกมักตั้งต้นที่บ้าน นอกจากนี้บรรยากาศในครอบครัว การเลี้ยงดูของพ่อแม่มีผลต่อพัฒนาการของเด็กวัยรุ่น โดยเฉพาะพฤติกรรมกรรมการดื่มสุราก็พัฒนาไปด้วย ยิ่งถ้าครอบครัวขาดความอบอุ่นพ่อแม่เลี้ยงลูกไม่เป็น (ขาดระเบียบวินัย, ไม่ได้รับการอบรมสั่งสอน, ไม่มีการลงโทษเมื่อทำผิด และขาดการติดตามดูแล) เป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญต่อการดื่มสุราในเด็กวัยรุ่น นอกจากนี้ อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนไม่ดี เป็นเหตุกระตุ้นให้เด็กวัยรุ่นดื่มสุราหรือใช้สารเสพติดในระยะวัยรุ่นตอนกลางและใกล้เป็นผู้ใหญ่ ปัจจัยเสี่ยงต่อการดื่มสุราในเด็กวัยรุ่น มีทั้งมาจากพ่อแม่และกลุ่มเพื่อน ที่น่าสนใจ คือ จากพ่อแม่ ซึ่งเพิ่มความเสี่ยงต่อการเริ่มดื่มตั้งแต่อายุน้อย ส่วนอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนมีผลต่อพฤติกรรมกรรมการดื่มสุราเมื่อเด็กอายุมากขึ้น ประโยชน์ที่ได้จากงานวิจัยนี้อาจนำไปใช้ในการป้องกันการดื่มสุราในวัยรุ่น โดยเน้นครอบครัวและโรงเรียน มีการคัดกรองและช่วยเหลือกลุ่มเสี่ยงสูง(เด็กหญิงที่ครอบครัวแตกแยก, ดื่มตั้งแต่อายุน้อย และคบเพื่อนไม่ดี) มีการคัดกรองเรื่องการดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กวัยรุ่นเป็นระยะ

รายงานการศึกษาทบทวนวรรณกรรมและวิเคราะห์ด้วยวิธี meta-analysis โดยให้ความสำคัญกับปริมาณเฉลี่ยของแอลกอฮอล์ที่ดื่ม, รูปแบบการดื่ม และผลลัพธ์ในด้านโรคหรือ

อุปคิเหตุ จากงานวิจัย 7 ชิ้นของ English et al.(1995); Single et al.(1996,1999); Sjogren et al. (2000); Gutjahr, Gmel & Rehm (2001); Ridolfo & Stevenson (2001); Rehm et al. (2003). งานวิจัย 6 ชิ้นหลังใช้ฐานข้อมูลของ English et al.(1995) จึงเพิ่มชิ้นงานวิจัยที่ทำ meta-analyses อีก 5 ชิ้น คือ Corrao et al. (1999, 2000); Bagnardi et al. (2001); Longnecker et al. (1990,1994) ผลการศึกษาพบว่า แอลกอฮอล์เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคผ่านกลไก 3 ทาง คือ 1) จากผลของแอลกอฮอล์โดยตรงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงชีวเคมีในร่างกาย เช่น ช่วยละลายลิ่มเลือด reduced plaque deposits in arteries ป้องกันการแข็งตัวของเลือด จึงช่วยลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจอุดตัน แต่แอลกอฮอล์ก็เพิ่มความเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง เป็นพิษต่อเซลล์ตับอ่อน (acinar cells) ทำให้ฮอร์โมนทำงานไม่ปกติ 2) จากพิษของแอลกอฮอล์เมื่อมีปริมาณในเลือดสูงกการดำเนินงานของสมองเกิดอาการเมา โดยคนเมาแล้วขับรถเกิดอุบัติเหตุทางจราจร หรือเมาอาละวาดถูกจับลงโทษ หรือเมาแล้วฆ่าตัวตาย 3) จากการติดแอลกอฮอล์ โดยดื่มประจำหยุดไม่ได้ ตับถูกทำลาย อักเสบจนเป็นตับแข็ง หรือครอบครัวเดือดร้อนถึงขั้นต้องหย่าร้าง ดังนั้นโรคที่สัมพันธ์กับการดื่มแอลกอฮอล์ จึงแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ 1) โรคที่เกิดจากการดื่มแอลกอฮอล์โดยตรง ได้แก่ alcoholic psychoses, alcohol dependence syndrome, alcohol abuse, alcoholic polyneuropathy, alcoholic cardiomyopathy, alcoholic gastritis, alcoholic fatty liver, acute alcoholic hepatitis, alcoholic cirrhosis of liver, alcoholic liver damage unspecified, foetal alcohol syndrome, excess blood alcohol, ethanol และ methanol toxicity 2) โรคเรื้อรังที่มีแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิด ได้แก่ โรคเส้นเลือดหัวใจอุดตัน (CHD) ทั้งนี้ขึ้นกับรูปแบบการดื่มร่วมกับปริมาณการดื่มโดยเฉลี่ย ถ้าการดื่มมีรูปแบบแน่นอนและดื่มปริมาณเล็กน้อยถึงปานกลางรับประทานพร้อมอาหารจะเกิดผลดีช่วยป้องกันโรคเส้นเลือดหัวใจอุดตัน (CHD) โรคเส้นเลือดอุดตันในสมอง และโรคเบาหวานได้ แต่ถ้ามีการดื่มแอลกอฮอล์หนักเป็นครั้งคราว ทั้งที่ปกติดื่มน้อย จะเกิดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดในสมองแตก หัวใจเต้นผิดจังหวะ และ 3) โรคเฉียบพลันที่แอลกอฮอล์เป็นปัจจัย ได้แก่ การบาดเจ็บทั้งเจตนาและไม่เจตนา

การศึกษาทบทวนวรรณกรรมเรียงร้อยถ้อยความ (narrative reviews)ด้วยการค้นหาเอกสารงานวิจัยจากบทความวิจัยที่ตีพิมพ์จำนวน 250 ชิ้น ระหว่างปี 1979 ถึง 2002 โดยไม่มีเกณฑ์คัดเลือกเอกสารงานวิจัย ไม่มีรายละเอียดเกี่ยวกับการวิเคราะห์ด้านคุณภาพและสถิติของชิ้นงานวิจัย เพื่อหาความแตกต่างระหว่างหญิงและชายเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยงและผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ ผลการศึกษาวิจัยพบว่า ผู้หญิงดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่าแต่เกิดปัญหาจากการดื่มมากกว่าผู้ชาย จากงานวิจัยด้านระบาดวิทยาหลายชิ้นพบว่า ทั้งหญิงและชายมีการดื่มแอลกอฮอล์มากในวัยหนุ่มสาว แต่ในรายงานของ National Comorbidity Survey ปี ค.ศ. 1994 ผู้ชายมีอัตราความชุกชั่วชีวิต (lifetime prevalence) ของ alcohol abuse เท่ากับร้อยละ 12.5 แต่ผู้หญิงมีเพียงร้อยละ 6.4 ส่วน alcohol dependence ในผู้ชายพบร้อยละ 20.1 เทียบกับผู้หญิงพบร้อยละ 8.2 การสำรวจอีกครั้งโดย

Grant ในปี ค.ศ. 1997 ก็พบความแตกต่างระหว่างเพศอยู่ โดยอัตราความชุกของ alcohol dependence ในผู้ชายเท่ากับร้อยละ 18.6 เทียบกับผู้หญิงซึ่งพบร้อยละ 8.4 ผู้หญิง และนอกจากนี้ ผู้หญิงยังมีความผิดปกติทางจิตที่สัมพันธ์กับการดื่มน้อยกว่าผู้ชายอย่างมีนัยสำคัญ ปัจจัยเสี่ยงต่อการดื่มและเกิดปัญหา ทั้งด้านชีวะ-จิต-สังคม ไม่ชัดเจนเท่าผู้ชาย กล่าวคือ ด้านพันธุกรรมของโรคติดแอลกอฮอล์ ผู้ชายมีความเสี่ยงสูงชัดเจนกว่าผู้หญิง เนื่องจากมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อแอลกอฮอล์ต่ำกว่าทำให้ดื่มในปริมาณมากกว่าจะเมา ตรงข้ามกับผู้หญิงซึ่งดื่มน้อยแต่เมาง่ายกว่า ปัจจัยด้านจิตสังคมเป็นตัวป้องกันปัญหาการดื่มในผู้หญิงมากกว่า กล่าวคือ ผู้หญิงมีความภูมิใจในตน (self-esteem) ต่ำกว่าผู้ชาย มุมมองทางสังคมไม่ยอมรับการดื่มของผู้หญิงมีมากกว่า โดยเฉพาะลักษณะการดื่มแบบเมาอาละวาด ควบคุมพฤติกรรมไม่ได้ การดื่มเพื่อต้องการความคึกคะนอง แก้กัณโถ และความรู้สึกต่อต้านสังคมพบได้น้อยในผู้หญิง อีกทั้งผู้หญิงมีความเป็นแม่สูง คือ ชอบให้บริการ ต้องการเป็นคนคอยดูแลช่วยเหลือคนอื่น ทำให้ปกป้องตนเองจากการดื่มหนัก นอกจากนี้ผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์อย่างหนักมีผลเสียต่อสุขภาพรุนแรงมากกว่าทั้งที่ดื่มปริมาณน้อยกว่าผู้ชาย โดยเฉพาะด้านสติปัญญาและการเคลื่อนไหว การถูกทำร้ายร่างกายและทางเพศพบในผู้หญิงได้มากกว่า หลังจากติดตามไประยะหนึ่งมักเกิดปัญหาด้านระบบสืบพันธุ์ จากการศึกษผลกระทบทางร่างกาย พบว่า ผู้หญิงมีระดับแอลกอฮอล์ในเลือดสูงกว่าผู้ชายในขณะที่ดื่มในปริมาณที่เท่ากัน ซึ่งอาจอธิบายได้ว่า ผู้หญิงตัวเล็กกว่า ปริมาณน้ำในร่างกายน้อยกว่า ทำให้แอลกอฮอล์ที่กระจายในเลือดมีความเข้มข้นสูงกว่า การเผาผลาญแอลกอฮอล์ที่กระเพาะอาหารโดยเอนไซม์ alcohol dehydrogenase (ADH) ซึ่งสกัดกั้นไม่ให้แอลกอฮอล์ถูกดูดซึม ในผู้หญิงมี gastric ADH ต่ำกว่าผู้ชายสองเท่า ทำให้แอลกอฮอล์ถูกดูดซึมเข้าไปในเลือดสูง แต่ระดับ gastric ADH ในคนสูงอายุจะลดน้อยลงมากโดยเฉพาะผู้ชาย ทำให้ผู้ชายสูงอายุเมื่อดื่มแอลกอฮอล์จะมีระดับแอลกอฮอล์ในเลือดสูงกว่าผู้หญิง ปัญหาสุขภาพร่างกายจากการดื่มแอลกอฮอล์ พบว่า ผู้หญิงที่ดื่มหนัก มีอัตราตายสูงกว่าผู้ชาย 4 เท่า ตายเพราะโรคตับแข็งสูงกว่า 2 เท่า เนื่องจากผู้หญิงมีความไวต่อโรคตับสูงกว่าเพราะฮอร์โมนเอสโตรเจนมีผลต่อสารชีวเคมีในตับ เช่น cytochrome P450, hepatic acid binding protein, Na⁺, K⁺, ATPase เกี่ยวกับโรคหัวใจ ผู้หญิงที่ดื่มหนักมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจรวมถึง cardiomyopathy, dysrhythmia และความดันโลหิตสูง แม้ว่าผู้หญิงที่ดื่มแอลกอฮอล์ปริมาณน้อยก็ไม่ได้รับผลประโยชน์จากมันเหมือนผู้ชาย นอกจากนี้ ผู้หญิงที่ดื่มแอลกอฮอล์มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านมเช่นเดียวกับการกินยาเม็ดคุมกำเนิด มีสมองฝ่อมากกว่าแสดงถึงแอลกอฮอล์เป็นพิษต่อเซลล์สมองผู้หญิงมากกว่า และยังพบว่าหญิงที่ดื่มแอลกอฮอล์มีความบกพร่องทางเพศ ขาดประจำเดือน ไข่มืดและไม่ตก และหมดประจำเดือนก่อนวัยมากกว่าหญิงที่ไม่ดื่ม มีรายงานวิจัยสนับสนุนว่า หญิงที่ดื่มปานกลางถึงหนักเป็นหมันสูงกว่าการดื่มแม่เพียงเล็กน้อยในขณะที่ตั้งครรภ์เป็นผลเสียต่อทารกในครรภ์ (fetal alcohol syndrome) คือ เด็กเติบโตช้าและสมองพิการ เกิดการแท้งหรือตายขณะคลอด นอกจากนี้มีการศึกษาติดตามเด็กที่

เกิดจากแม่ดื่มแอลกอฮอล์ขณะตั้งครรภ์ ไป 10 ปี พบว่าเด็กโตช้า มีปัญหาด้านความจำและการ

ริ ย น ฐ
กล่าวโดยสรุป ผู้หญิงดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณที่น้อยกว่า ทำให้พัฒนาไปจนถึงขั้นติด
แอลกอฮอล์น้อยกว่าผู้ชาย เพราะมีปัจจัยเสี่ยงด้านชีว-จิต-สังคมน้อยกว่าผู้ชาย ด้านพันธุกรรมมีผล
น้อย แต่ผลการศึกษาแต่ละชั้นยังมีข้อจำกัด เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างผู้หญิงติดแอลกอฮอล์มีน้อย ที่
เห็นชัดเจน คือ ผู้หญิงไวต่อแอลกอฮอล์ การดื่มเพียงเล็กน้อยก็เมาเร็ว ซึ่งเป็นเรื่องน่ากลัว ทำให้
ผู้หญิงระมัดระวังการดื่ม นอกจากนี้บุคลิกภาพที่สัมพันธ์กับการดื่มหนัก เช่น นิสัยก้าวร้าว ว่างาม
คึกคะนอง ดื่มแก้กุ่ม พบได้น้อยในผู้หญิง ปัจจัยที่ช่วยป้องกันปัญหาการดื่มในผู้หญิง คือ การรับรู้
ว่าสังคมรังเกียจผู้หญิงที่ดื่ม ค่านิยมเกี่ยวกับความเป็นหญิงที่อยากช่วยเหลือคนอื่น เป็นต้น
ผลกระทบของแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพผู้หญิงรุนแรงกว่าผู้ชาย แม้ว่าจะดื่มในปริมาณน้อยกว่า
ผลกระทบรวมถึงปัญหาทางเพศ ปัญหาการเรียนรู้อวมถึงการถูกทำร้ายร่างกายและทางเพศ การให้
กำเนิดทารกพิการ ดังนั้นการให้ความรู้เกี่ยวกับโทษของแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพผู้หญิงจึงมีความ
จำเป็น แม้สื่อจะนำเสนอการดื่มอย่างปลอดภัย ก็ไม่ปลอดภัยสำหรับผู้หญิง

การวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อให้เห็นรูปแบบการดื่มแอลกอฮอล์และปัจจัยจิตสังคมที่
เกี่ยวข้องกับกลุ่มเด็กนักเรียนอายุ 6-17 ปี เรียนอยู่ชั้นปี 1-11 จากโรงเรียนสุ่มจากเขต 12 แห่งของ
เมือง Canton เมื่อกลางปี 1994 จำนวน 1,964 คนที่อาศัยอยู่ใน Canton of Zurich, Switzerland จาก
โครงการวิจัย The Zurich Epidemiological Study of Child and Adolescent Psychopathology
(ZESCAP) ซึ่งศึกษาแบบติดตามไปข้างหน้าเพื่อหาความชุกของโรคจิตเวช การดื่มสุราและสูบบุหรี่
การดำเนินโรค ปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ life events, coping capacities, self-related cognitions, family
adaptability and cohesion, perceived parental behavior และ perceived school environment
จนกระทั่งปี ค.ศ. 1997 มีกลุ่มตัวอย่างคงเหลืออยู่ 794 คน เป็นเด็กชาย 381 คน (48%) เด็กหญิง 413
คน (52%) อายุ 13-20 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่ม
ย่อย คือ กลุ่มไม่เคยดื่ม (abstainers, N=252) กลุ่มดื่มเฉพาะเข้าสังคม (social drinkers, N=337) กลุ่ม
ดื่มหนัก (heavy drinkers, N=130) และกลุ่มที่มีปัญหาการดื่ม (problem drinkers, N=75) ตามผลจาก
การตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับประวัติการใช้สารเสพติด (substance use questionnaire พัฒนาขึ้น
โดย Muller and Abnet เมื่อปี 1991 มี 22 ข้อคำถามเกี่ยวกับประวัติการใช้สารเสพติดรวมทั้งการดื่ม
แอลกอฮอล์ในช่วงชีวิตที่ผ่านมา) เครื่องมือใช้วัดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการ
ดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อวิเคราะห์หาปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยป้องกัน เช่น เหตุการณ์ชีวิตที่เป็นความเครียด
บุคลิกภาพ พฤติกรรมพ่อแม่ สิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ผู้วิจัยเลือกใช้แบบสอบถามชนิดต่างๆ ดังนี้ 1)
Youth Self Report มี 112 คำถามเกี่ยวกับปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม แบ่งเป็น ลักษณะเก็บกด
ไว้ภายใน (internalizing i.e., withdrawn, somatic complaints, anxious/depressed) ลักษณะ
แสดงออกให้เห็น (externalizing i.e., delinquent, aggressive behavior; 2) Life Event Scale

คัดแปลงจากแบบสอบถาม life event ของ Compas et al.,1988 ถามเหตุการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้นในระยะ 12 เดือนที่ผ่านมา มี 36 ข้อแบ่งเป็น 5 กลุ่มย่อยคือ ปัญหาเกี่ยวกับคนในครอบครัวหรือเพื่อน ปัญหาการเรียน ปัญหาความรัก การเจ็บป่วยทางกายหรืออุบัติเหตุ การหย่าร้างของพ่อแม่ ให้ค่าคะแนน -2 to +2 แสดงถึง pleasant or unpleasant; 3) Coping Capacities พัฒนาโดย Seiffge-Krenke, 1989 มี 7 คำถาม แบ่งเป็น active coping กับ avoidant behavior; 4) Self-Related Cognition พัฒนาโดย Rosenberg, 1965 และ Philipp & Freudenberg, 1989 มี 10 คำถามใช้วัดความภาคภูมิใจ (self-esteem) และวัดการตระหนักรู้ในตนเอง (self awareness); 5) Family Adaptability and Cohesion Scales พัฒนาโดย Olson et al, 1985; 6) Perceived Parental Behavior พัฒนามาจาก Schaefer,1965; Schludermann & Schludermann,1970; Bronfenbrenner มี 32 ข้อคำถาม แบ่งเป็น 3 ลักษณะคือ พ่อแม่ยอมรับ(acceptance) พ่อแม่ปฏิเสธ(rejection) และพ่อแม่ควบคุม (control); 7) Perceived School Environment Scales พัฒนามาจาก Fend&Prester,1986 มี 32 ข้อคำถาม แบ่งเป็น 5 ลักษณะคือ 1) นักเรียนต่างแก่งแย่งแข่งขันกัน (competition among pupils) 2) ครูควบคุมนักเรียนเหมือนเด็กเล็ก (control by the teacher) 3) เครียดการเรียน (performance stress) 4) ให้โอกาสและมีส่วนร่วมตัดสินใจ (possibility to participate) 5) เพื่อนให้การยอมรับ (peer acceptance) กลุ่มตัวอย่างจะตอบแบบสอบถามทั้งหมดในห้องเรียนโดยไม่มีครูอยู่ ใช้เวลา 2 ชั่วโมง สถิติวิเคราะห์ ใช้ Chi square tests เพื่อเปรียบเทียบลักษณะประชากรศาสตร์ระหว่างกลุ่มดื่ม และไม่ดื่ม ใช้ analysis of variance model เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนน ระหว่าง 4 กลุ่มย่อย (abstainer, social drinker, heavy drinker, and problem drinker) ใช้ multivariate analysis of co-variance model เพื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรปัจจัยต่างๆ ผลการศึกษา พบว่า รูปแบบการดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กวัยรุ่น สามารถแยกให้เห็นความแตกต่างด้านความถี่และปริมาณของการดื่ม รวมถึงการมาได้ชัดเจนระหว่าง heavy drinker, problem drinker กับ social drinker นอกจากนี้ heavy drinker ต่างจาก problem drinker ตรงที่ความถี่ของปัญหาที่เกิดขึ้น เมื่อเปรียบเทียบปัจจัยด้านสังคมและประชากรศาสตร์กับการดื่มแอลกอฮอล์ พบว่าเด็กหญิงไม่ดื่มมากกว่าเด็กชาย เด็กชายพบ heavy drinkers มากกว่า เมื่อเด็กอายุมากขึ้นก็ดื่มมากขึ้น social drinkers เริ่มต้นเมื่ออายุ 15 ปี ไม่พบความแตกต่างในด้านสังคมและเศรษฐกิจของทั้ง 4 กลุ่ม เมื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรปัจจัยด้านปัญหาอารมณ์และพฤติกรรม เพศ และอายุ กับการดื่มแอลกอฮอล์ พบว่า เมื่อเด็กอายุมากขึ้นมักมีปัญหาแยกตัววิตกกังวล/ซึมเศร้า สมาธิไม่ดี คิดไม่ปกติ และมีพฤติกรรมเกร (delinquent behavior) มากขึ้น ซึ่งพบในเด็กชายมากกว่า กลุ่ม problem drinkers มีค่าคะแนนจาก Youth Self Report สูงทุกด้าน ยกเว้นปัญหาสังคม ทำให้แยกจาก heavy drinkers ได้ยาก ปัจจัยด้านจิตสังคมอื่นๆ มีความสัมพันธ์กับการดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กวัยรุ่น เช่นกัน กลุ่ม heavy and problem drinkers มีเหตุการณ์ชีวิตหลายอย่าง เช่น ปัญหาเกี่ยวกับคนในครอบครัวและเพื่อน ปัญหาการเรียน ปัญหาความรักมากกว่า อีกทั้งในเด็กชายมี active coping น้อยกว่า กลุ่ม social drinkers and abstainers แต่เด็กผู้หญิงทั้ง 4 กลุ่มไม่มี

ความแตกต่าง นอกจากนี้ กลุ่ม problem drinkers มี self-esteem ต่ำกว่าและ self-awareness สูงกว่า social drinkers and abstainers ปัจจัยครอบครัว พบว่า กลุ่ม heavy and problem drinkers มีความผูกพันในครอบครัวน้อยกว่า และได้รับการยอมรับจากพ่อแม่ น้อยมาก แต่รู้สึกถูกปฏิเสธจากพ่อแม่สูงกว่า เห็นชัดในเด็กชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ANOVA $F=2.63$, $df=3$, $p<0.05$) ในเด็กหญิงที่มีปัญหาการดื่ม มักคิดว่าพ่อแม่ควบคุมมากเกินไป ปัจจัยในโรงเรียน พบว่า กลุ่ม heavy and problem drinkers เห็นนักเรียนร่วมชั้นต่างแข่งขันกัน ครูควบคุมเขาเหมือนเด็กเล็ก การเรียนเครียด ไม่ค่อยได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ส่วนกลุ่ม abstainer รู้สึกว่าได้รับการยอมรับจากเพื่อนน้อยกว่า กลุ่ม social drinkers ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กวัยรุ่น คือ อายุที่มากขึ้น ประสบเหตุการณ์ชีวิตหลายอย่างส่งผลกระทบต่อทัศนคติที่มีต่อพ่อแม่ เพื่อน ครู และตนเองในทางลบ ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ คือ วิตกกังวล/ซึมเศร้า แยกตัว สมาธิไม่ดี วิญญาณหลายรายใช้วิธีเลี่ยงการเผชิญปัญหาด้วยการดื่ม ซึ่งได้รับการยอมรับจากเพื่อนมากกว่าเด็กที่ไม่ดื่ม

การศึกษาเชิงสำรวจถึงพฤติกรรมกรรมการดื่มสุราของวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี จำนวน 482 คนที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและสถาบันอุดมศึกษาทั้งภาครัฐและเอกชนพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมกรรมการดื่มสุราร้อยละ 61.4 อายุเฉลี่ยของการดื่มครั้งแรกคือ 15.2 ปี ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดื่มสุรา ได้แก่ อยากลอง เพื่อนชวน ดื่มในงานสังสรรค์ เครียด ทะเลาะกับสมาชิกในครอบครัว และพ่อแม่ให้ดื่มเป็นเพื่อน (กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ, 2550)

การศึกษาาระบาดวิทยาการใช้สารเสพติดของผู้ใช้แรงงานจากสถานประกอบการจำนวน 998 คน ในจังหวัดอุดรธานี ปี 2549 พบว่า ผู้ใช้แรงงานมีพฤติกรรมการใช้สารเสพติดทั้งในรูปแบบถูกกฎหมายและผิดกฎหมาย โดยพบว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 76.4 สาเหตุของการใช้สารเสพติดได้แก่ อยากลอง เพื่อนชวน เพื่อสังสรรค์ เพื่อเข้าสังคม เพื่อช่วยให้ทำงานได้นานขึ้น และเพื่อผ่อนคลายความเครียด (กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ, 2549)

การศึกษาผลของการสร้างพลังอำนาจต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน โดยใช้แนวคิดการสร้างพลังอำนาจ ตามแนวคิดของกิบสัน (Gibson, 1991) เป็นแนวทางในการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยเรียนที่ศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏ นครสวรรค์ และผู้ปกครอง ของเด็กจำนวน 40 คู่ เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คู่ กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการสร้างพลังอำนาจ ส่วนกลุ่มทดลองได้รับการสร้างพลังอำนาจตามขั้นตอนการสร้างพลังอำนาจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารเป็นระยะเวลา 1 เดือน เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการวิจัยโดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารของเด็ก ซึ่งเด็กประเมินตนเอง และจากการประเมินของผู้ปกครองด้วย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และการทดสอบที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า คะแนนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกาย และการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มทดลองที่

ประเมินโดยตนเองและที่ประเมินโดยผู้ปกครอง หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 คะแนนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็กกลุ่มทดลองที่ประเมินโดยตนเอง และที่ประเมินโดย ผู้ปกครองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกาย ของเด็กกลุ่มทดลองที่ประเมิน โดยตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่คะแนนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายที่ประเมินโดยผู้ปกครองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และน้ำหนักของเด็กกลุ่มทดลองหลังการสร้างพลังอำนาจน้อยกว่าก่อนการสร้างพลังอำนาจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จึงสรุปได้ว่าการสร้างพลังอำนาจมีส่วนช่วยให้เด็กวัยเรียนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารได้

จากการศึกษารูปแบบการดูแลตนเองของผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ตามแนวคิดเสริมสร้างพลังอำนาจ โดยกิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ (2548) พบว่า รูปแบบการเสริมสร้างพลังอำนาจที่ทำให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์สามารถประสบความสำเร็จในการดูแลตนเองได้ดีขึ้นเรียกว่า B3P เป็นกระบวนการที่ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ต่อไปนี้

1. Building bonding เป็นขั้นตอนของการสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความไว้วางใจ มีความเชื่อถือ ผู้ให้การเสริมสร้างอำนาจ ในขั้นตอนนี้มีกิจกรรมในการสร้างสัมพันธภาพหลายรูปแบบ ได้แก่ การพูดคุยแบบเป็นกันเอง การเล่นเกมส์ การจัดกิจกรรมนันทนาการ

2. Problem learning เป็นขั้นตอนของการเรียนรู้ปัญหา ด้วยการวิเคราะห์ปัญหาด้วยตนเอง ถึงผลกระทบที่เกิดขึ้น รวมทั้งพิจารณาถึงพลังอำนาจในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเองและ แหล่งสนับสนุนทางสังคม

3. Problem solving เป็นขั้นตอนของการลงมือปฏิบัติการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง

4. Problem evaluation เป็นขั้นตอนของการประเมินผลการแก้ไขปัญหา

ผลการศึกษาพบว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจด้วยการให้แรงสนับสนุนทางสังคมด้านจิตสังคมด้านข้อมูล และด้านสิ่งของ เป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างแรงจูงใจให้ผู้ป่วยเกิดการดูแลตนเองที่เหมาะสม โดยพบว่าผู้ป่วยมีภาวะสุขภาพกายดีขึ้น มีการดูแลสุขภาพด้วยการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น และมีพฤติกรรมงดดื่มสุราและงดสูบบุหรี่ เพื่อเป็นการป้องกันภาวะแทรกซ้อน นอกจากนี้ ยังพบว่าสามารถมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ดีขึ้น

การศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อการเผชิญปัญหา คุณภาพชีวิต และการปรับตัวด้านบทบาท ของมารดาที่ติดเชื้อเอชไอวี ของวิณา จิระเพชร (Jirapet V.,2000) พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจ ด้วยกระบวนการกลุ่มสนทนา วิเคราะห์ปัญหาด้วยตนเอง หาวิธีการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง การได้รับการสนับสนุนจากพยาบาล และการลดความเครียดด้วยตนเอง มีการเผชิญปัญหา คุณภาพชีวิต และการปรับตัวด้านบทบาทแตกต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กลุ่มตัวอย่างระบุว่า

กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจทำให้เกิดความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง (Autonomy) มีความรับผิดชอบ (Accountability) และมีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของทีม (Collegiality) รวมทั้งสามารถพัฒนาทักษะการสื่อสารได้ดีขึ้น

สมฤดี สุขอุดม (Somrudee Sukudom, 2002) ศึกษาผลของการเสริมสร้างพลังอำนาจชุมชนเพื่อควบคุมและป้องกันการระบาดของแอมเฟตามีนในจังหวัดชลบุรี มีกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้นำชุมชน ผลการวิจัยพบว่า เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของค่าคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) และการตระหนักในความสามารถแห่งตน (Self-efficacy) ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจ พบว่าหลังการเข้าโปรแกรมมีค่าสูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรม ผู้วิจัยระบุว่าการเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำ ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง มีการวางแผนเพื่อการแก้ไขปัญหาที่ชัดเจน ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในการแก้ไขปัญหาแอมเฟตามีนในชุมชน

จุฑารัตน์ สติรปัญญา (2001) ศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ (Stroke) พบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและตระหนักในความสามารถแห่งตนสูงขึ้น และมีทักษะการดูแลตนเองดีขึ้นแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

แอนเดอร์สันและคณะ (Anderson et.al, 1995) ศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อการดูแลตนเองในผู้ป่วยเบาหวาน โดยใช้ระยะเวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ ให้กลุ่มทดลองเรียนรู้ปัญหาสุขภาพตนเอง และลงมือปฏิบัติการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้ลดลงได้ และยังพบว่าการเสริมสร้างพลังอำนาจทำให้ผู้ป่วยในกลุ่มทดลองตระหนักในความสามารถแห่งตน สามารถเผชิญปัญหาได้อย่างเหมาะสม และเกิดแรงจูงใจในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง

ผลการศึกษาที่กล่าวมาข้างต้น ชี้ให้เห็นว่า สุรามีผลกระทบมากมาย และมีความจำเป็นที่จะต้องช่วยกันแก้ไขปัญหาสุราทุกๆฝ่าย เพื่อป้องกันปัญหาที่จะเกิดตามมา การใช้พลังอำนาจเยาวชน โดยการให้การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นอีกแนวทางหนึ่งที่ผู้วิจัยเชื่อว่าสามารถนำมาใช้ในการรณรงค์เพื่อแก้ไขปัญหาสุราในสถานศึกษาได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเพื่อทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการรณรงค์แก้ไขปัญหายาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เป็นการศึกษาโดยใช้รูปแบบการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวิธีวิจัยดังนี้

3.1 สถานที่ศึกษา

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เดิมมีชื่อว่า โรงเรียนฝึกหัดครูกสิกรรมมณฑลอุดร มีบทบาทในการผลิตครู ซึ่งต่อมาเปลี่ยนชื่อเป็น โรงเรียนฝึกหัดครูอุดรธานี ในปีพ.ศ. 2482 ต่อมากระทรวงศึกษาธิการ ได้ประกาศยกฐานะโรงเรียนฝึกหัดครูอุดรธานีเป็นวิทยาลัยครูอุดรธานี พร้อมกับเปิดสอนหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง ในปีพ.ศ. 2518 สภาผู้แทนราษฎรได้อนุมัติร่างพระราชบัญญัติวิทยาลัยครู พ.ศ.2518 มีผลให้วิทยาลัยครูอุดรธานีเป็นสถาบันอุดมศึกษาสังกัดกระทรวงศึกษาธิการ เปิดสอนในระดับปริญญาตรี ในคณะครุศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะเทคโนโลยี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และคณะวิทยาการจัดการ ปัจจุบันมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานีได้เปิดสอนทั้งในระดับปริญญาตรี และบัณฑิตศึกษา และมีภารกิจตามพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยราชภัฏ พ.ศ. 2538 มาตรา 7 คือ "ให้มหาวิทยาลัยราชภัฏเป็นสถานบันอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น มีวัตถุประสงค์ ให้การศึกษาวิชาการและวิชาชีพชั้นสูงทำการศึกษาวิจัย ให้บริการแก่สังคม ปรับปรุงถ่ายทอดและพัฒนาเทคโนโลยี ทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม ผลิตครูและส่งเสริมวิทยฐานะครู" นอกจากนี้ยังมีพันธกิจด้านการจัดการศึกษาเพื่อผลิตบัณฑิตที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ได้แก่ การมีคุณลักษณะเป็นผู้นำ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีคุณธรรมจริยธรรม มีความรับผิดชอบ และนำการพัฒนาชุมชนได้ ในคณะวิทยาศาสตร์ มีนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 1,822 คน เป็นนักศึกษาชั้นปีที่หนึ่ง 601 คน ซึ่งในการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหายาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏ มีผู้เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 330 คน คิดเป็นร้อยละ 54.9 การเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อพัฒนาแกนนำเยาวชนในการแก้ไขปัญหายาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เป็นอีกแนวทางหนึ่งในการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ในด้านความเป็นผู้นำ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และตระหนักต่อการพัฒนาชุมชน และยังเป็นการสร้างจิตสำนึกต่อการแก้ไขปัญหายาสุรา ทั้งในระดับบุคคล และระดับสถาบัน อันจักเป็นการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีของนักศึกษา ซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญในการพัฒนาประเทศ

3.2 กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้ เป็นนักศึกษาจากสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ ชั้นปีที่2 และ ชั้นปีที่3 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เนื่องจากนักศึกษานี้ในสาขาดังกล่าวมี คุณลักษณะของการเป็นผู้นำด้านสุขภาพ ประกอบกับมีความสนใจในการทำกิจกรรมต่างๆเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตนักศึกษา ทำการคัดเลือกด้วยวิธีอาสาสมัคร (Volunteer method) เพื่อพัฒนาเป็นแกนนำในการรณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มีผู้เข้าร่วมโครงการในครั้งนี้ จำนวน 50 คน ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ทำการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive random sampling) จาก นักศึกษาชั้นปีที่1 ทุกสาขาวิชา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี จำนวน 330 คน

3.3 เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ได้แก่ แบบสำรวจความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา แบบประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง แบบประเมินการตระหนักรู้ในความสามารถแห่งตน แบบประเมินคุณภาพชีวิต และแบบประเมินความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี แบ่งระดับการวัดเป็น 5 ระดับ คือมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละระดับดังนี้

4.2 – 5	แปลผลในระดับ	มากที่สุด
3.4 – 4.19	แปลผลในระดับ	มาก
2.6 – 3.39	แปลผลในระดับ	ปานกลาง
1.8 – 2.59	แปลผลในระดับ	น้อย
1 - 1.79	แปลผลในระดับ	น้อยที่สุด

สำหรับการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในการวิจัย ทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านในสาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา สาขาพยาบาลศาสตร์ และสาขาสาธารณสุขศาสตร์ จากนั้นนำแบบสอบถามมาปรับตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและทดลองใช้ในกลุ่มนักศึกษาที่มีคุณลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง และหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือด้วยค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของคอนบาร์ค ได้ค่าความเที่ยง 0.84 0.86 0.74 0.90 และ 0.78 ตามลำดับ

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูลเป็น 2 ระยะคือ

1. **ระยะก่อนปฏิบัติการ** เก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ข้อมูลเชิงปริมาณทำการเก็บรวบรวมด้วยแบบสอบถามได้แก่ แบบประเมินความคิดเห็นต่อการบริโภคสุรา แบบประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self- esteem assessment)แบบประเมินความ

ตระหนักในความสามารถของตน(Self- efficacy assessment) และประเมินคุณภาพชีวิต (Quality of life assessment) ทั้งนี้เพราะเรื่องทั้งหมดเป็นตัวชี้วัดที่บ่งถึงความสำเร็จในการส่งเสริมพลังอำนาจ และเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสนทนากลุ่ม ถึงประสบการณ์การใช้สุราของกลุ่มตัวอย่าง ความรู้สึกต่อคนที่ดื่มสุรา ความคิดเห็นต่อวิธีการแก้ไขปัญหามหาสุราในสถาบันการศึกษา เพื่อค้นหาแนวทางที่จะนำไปสู่การกำหนดกิจกรรมในการแก้ไขปัญหา ในการดำเนินกิจกรรม

2. **ระยะหลังการแก้ไขปัญหามหาสุรา** ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพอีกครั้ง โดยเก็บข้อมูลเชิงปริมาณเพื่อ ประเมินความตระหนักในความสามารถของตน(Self- efficacy assessment) ประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self- esteem assessment) และประเมินคุณภาพชีวิต (Quality of life assessment) และเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมแก้ไขปัญหามหาสุรา การยอมรับ และความรู้สึกต่อผลสำเร็จในการแก้ไขปัญหามหาสุรา เพื่อทำการเปรียบเทียบกับระยะก่อนดำเนินการแก้ไขปัญหามหาสุรา และประเมินถึงความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

3.5 ขั้นตอนการดำเนินงาน

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ เป็นการนำแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจมาใช้ในการดำเนินการวิจัย โดยมีขั้นตอนในการดำเนินงาน 4 ขั้นตอนดังนี้

1. **ขั้นตอนสร้างสัมพันธภาพ (Building bonding)** เป็นการจัดกิจกรรมอบรมให้แก่ นักศึกษาแกนนำแก้ไขปัญหามหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ด้วยกิจกรรมนันทนาการ เช่น การร้องเพลง การออกกำลังกาย การเล่นเกมส์ เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ความไว้วางใจ และความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ในการร่วมอุดมการณ์แก้ไขปัญหามหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

2. **ขั้นตอนเรียนรู้ปัญหา (Problem-learning)** เป็นการจัดกิจกรรมอบรม ด้วยการอภิปราย หมู่ ระดมสมอง เพื่อวิเคราะห์เกี่ยวกับ สาเหตุของการดื่มสุรา ผลกระทบจากการดื่มสุรา และ สนทนากลุ่ม เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหามหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี นอกจากนี้ ยังให้การเสริมสร้างพลังอำนาจด้วยการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุรา เพื่อสร้างองค์ความรู้และความ มั่นใจที่จะนำไปสู่การแก้ไขปัญหามหาสุราต่อไป

3. **ขั้นตอนแก้ไขปัญหามหาสุรา (Problem-solving)** เป็นการนำผลการวิเคราะห์เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหามหาสุราในขั้นตอนที่สองมาปฏิบัติการ ด้วยการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาสุราใน มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี กิจกรรมประกอบด้วย จินตลีลาประกอบเพลงพ้อแห่งแผ่นดิน วิดิทัศน์ แสดงผลกระทบของสุรา ละครสั้นเปรียบเทียบผลของการดื่มสุรากับการเรียน วิดิทัศน์สื่อเลียน โฆษณาแสดงผลกระทบของสุรา และแสดง 15 ภาพโรคโทษของสุรา และละครพื้นบ้านให้คติธรรมเกี่ยวกับผลของการดื่มสุรา นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมอื่นๆประกอบการรณรงค์แก้ไขปัญหามหาสุรา ในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ได้แก่ การแจกแผ่นพับให้ความรู้เกี่ยวกับสุรา การจัดทำจุลสาร

สาธาณสุขเผยแพร่ความรู้เรื่องสูราในคอลัมน์ “เล่าเรื่องเหล่านี้” และจัดรายการวิทยุซึ่งรอบรู้สุขภาพ เพื่อเผยแพร่ความรู้ในการดูแลสุขภาพ และสอดแทรกสาระเกี่ยวกับข้อคิดเพื่อรณรงค์การลดละเลิกสูรา

4. ขั้นตอนประเมินผล (Problem-evaluation) เป็นการประเมินผลการเสริมสร้างพลังอำนาจในกลุ่มแกนนำเยาวชนที่ทำหน้าที่รณรงค์การแก้ไขปัญหามหาสูราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี โดยทำการประเมินความคิดเห็นต่อการบริโภคสูรา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในความสามารถของตนเอง และคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเยาวชนแกนนำ และสัมภาษณ์ความคิดเห็นต่อการดำเนินกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหามหาสูรา นอกจากนี้ทำการประเมินผลสัมฤทธิ์ของการดำเนินกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาสูราจากกลุ่มนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยสำรวจความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาสูรา และสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการดื่มสูราภายหลังเข้าร่วมกิจกรรม

3.6 วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณและข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับข้อมูลทั่วไป ความคิดเห็นต่อการดื่มสูรา และความตระหนักในความสามารถของตน(Self- efficacy assessment) ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self- esteem assessment) และคุณภาพชีวิต (Quality of life assessment) วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงอนุมานด้วยสถิติ pair t-test เพื่อเปรียบเทียบผลการประเมินก่อนดำเนินการแก้ไขปัญหามหาสูราและหลังการแก้ไขปัญหามหาสูรา

2. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ดังขั้นตอนต่อไปนี้

2.1. ผู้วิจัยทำการรวบรวมข้อมูลที่บันทึกได้จากการสนทนากลุ่มและสัมภาษณ์

2.2 อ่านรายละเอียดคำสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม และตรวจสอบคำสำคัญ

แบบบรรทัดต่อบรรทัด(Line by line)

3. จัดหมวดหมู่ของกลุ่มข้อความและให้ความหมายของข้อความ

4. ตรวจสอบความเข้าใจตรงกันในการให้ความหมายข้อมูลระหว่างคณะผู้วิจัย

และกลุ่มตัวอย่าง

5. จัดกลุ่มของข้อมูลที่ตีความหมายแล้วให้เป็นหมวดหมู่(Theme)

บทที่ 4

ผลการวิจัย

โครงการวิจัยการทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ในบทนี้จะนำเสนอผลการวิจัย ตามลำดับดังนี้

- 4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- 4.2 การดำเนินงานในระยะเสริมสร้างพลังอำนาจ (ก่อนการรณรงค์)
- 4.3 การดำเนินงานการรณรงค์แก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี
- 4.4 ผลการดำเนินงานหลังการรณรงค์เพื่อแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่ได้รับการคัดเลือกอย่างเจาะจงจากสาขาวิชา สาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี โดยใช้วิธีอาสาสมัครจำนวน 50 คน เป็นหญิง 41 คน (ร้อยละ 82) และเพศชาย 9 คน (ร้อยละ 18) อายุระหว่าง 19-22 ปี เฉลี่ย 19.24 ปี จำแนกเป็นช่วงอายุ 19 จำนวน 6 คน (ร้อยละ 12) อายุ 20 ปี 35 คน (ร้อยละ 70) อายุ 21 ปี 7 คน (ร้อยละ 14) และ อายุ 22 ปี 1 คน (ร้อยละ 2) ศึกษาในระดับชั้นปีที่ 2 จำนวน 40 คน (ร้อยละ 80) และชั้นปีที่ 3 จำนวน 10 คน (ร้อยละ 20) มีค่าใช้จ่ายต่อเดือนระหว่าง 1,000-7,000 บาท เฉลี่ย 2,980 บาทต่อเดือน อาชีพของผู้ปกครองนักศึกษาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ เกษตรกรรม จำนวน 31 คน (ร้อยละ 62) รับจ้าง จำนวน 9 คน (ร้อยละ 18) ค้าขาย จำนวน 7 คน (ร้อยละ 14) รับราชการ 2 คน (ร้อยละ 4) และพนักงานรัฐวิสาหกิจ 1 ราย (ร้อยละ 2) แสดงดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (N= 50)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	41	82
ชาย	9	18
อายุ (ปี)		
19	6	12
20	35	70
21	7	14
22	1	2
ไม่ระบุ	1	2
ระดับชั้นปี		
ปี 2	40	80
ปี 3	10	20
ค่าใช้จ่ายต่อเดือน		
1,000	1	2
2,000	8	16
2,500	7	14
3,000	18	36
3,500	2	4
4,000	3	6
4,500	1	2
5,000	6	12
7,000	1	2
ไม่ระบุ	3	6
อาชีพผู้ปกครอง		
เกษตรกร	31	62
รับจ้าง	9	18
ค้าขาย	7	14
รับราชการ	2	4
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	1	2

4.2 การดำเนินงานในระยะเสริมสร้างพลังอำนาจ (ก่อนการณรงค์)

ในระยะนี้ทำการประเมินกลุ่มตัวอย่างก่อนการเสริมสร้างพลังอำนาจพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เคยดื่มสุรา จำนวน 37 คน(ร้อยละ 74) และไม่เคยดื่ม จำนวน 12 คน(ร้อยละ 24) ไม่ระบุพฤติกรรมการดื่ม 1 คน (ร้อยละ 2) ช่วงอายุของการดื่มสุราครั้งแรกต่ำสุด 14 ปี และสูงสุด 20 ปี เฉลี่ย 17.27 ปี จำแนกช่วงอายุในการดื่มสุราครั้งแรก เป็นอายุ 14 ปี จำนวน 2 คน (ร้อยละ 4) อายุ 15 ปี จำนวน 8 คน (ร้อยละ 16) อายุ 16 ปี จำนวน 4 คน (ร้อยละ 8) อายุ 17 ปี จำนวน 2 คน (ร้อยละ 4) อายุ 18 ปี จำนวน 7 คน (ร้อยละ 14) อายุ 19 ปี จำนวน 13 คน (ร้อยละ 26) และอายุ 20 ปี จำนวน 1 คน(ร้อยละ 2) สาเหตุของการดื่มครั้งแรกที่พบมากที่สุดที่กลุ่มตัวอย่างระบุคือเพื่อการสังสรรค์ จำนวน 12 คน(ร้อยละ 24) รองลงมาได้แก่ อยากลอง จำนวน 11 คน (ร้อยละ 22) เพื่อนชวน จำนวน 8 คน (ร้อยละ 16) ถูกบังคับ จำนวน 3 คน(ร้อยละ 6) และไม่ระบุ จำนวน 3 คน (ร้อยละ 6) สำหรับพฤติกรรมการดื่มในปัจจุบันมีกลุ่มตัวอย่างที่ระบุว่ายังคงดื่มจำนวน 21 คน (ร้อยละ 42) และไม่ดื่ม จำนวน 16 คน (ร้อยละ 32) เหตุผลของกลุ่มตัวอย่างที่ยังคงดื่มในปัจจุบันมีดังนี้

- การดื่มสุราเป็นมารยาทอย่างหนึ่ง อยู่ในสังคมต้องไม่เสียมารยาท
- ดื่มเป็นบางครั้งเมื่อมีงานเลี้ยงเท่านั้น
- นานๆครั้งจึงดื่มที่มีงานเลี้ยง
- เพื่อเข้าสังคม
- เพื่อนกลุ่มเดียวกันดื่ม
- ดื่มเมื่อมีงานบุญ
- เพื่อนมาหาต้องต้อนรับ แต่ดื่มไม่มาก
- เป็นสังคมของเพื่อนๆกัน
- เพื่อสังสรรค์กับเพื่อน
- สังสรรค์กับเพื่อนที่ประสบความสำเร็จ
- ถูกรุ่นพี่บังคับ
- ออกหัก
- คลายเครียด
- ทะเลาะกับพ่อแม่ หรือเพื่อน หรือแฟน

ส่วนเหตุผลของกลุ่มที่ไม่ดื่มสุราต่อไปส่วนใหญ่ระบุว่า การดื่มสุราเป็นการทำลายสุขภาพ ทำให้เกิดโทษแก่ร่างกาย ไม่ได้ทำให้ชีวิตดีขึ้น ทำให้ตัวเองไม่มีราคา ไม่ชอบรสชาติของสุรา ไม่รู้จะดื่มไปทำไม และการไม่ดื่มน่าภาคภูมิใจมากกว่า มีหนึ่งรายที่ระบุว่ากำลังอยู่ในระหว่างรับประทานยาสตรี (เพื่อบำรุงร่างกาย)จึงไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

สำหรับประเภทของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่กลุ่มตัวอย่างบริโภคเป็นส่วนใหญ่ ได้แก่ เบียร์ จำนวน 15 คน(ร้อยละ 30) เหล้าแดง จำนวน 7 คน(ร้อยละ 14) พันซ์ จำนวน 7 คน(ร้อยละ 14) ไวน์

จำนวน 6 คน (ร้อยละ 12) เหล่าขาว จำนวน 1 คน (ร้อยละ 2) และไม่ระบุ จำนวน 1 คน (ร้อยละ 2) ตามลำดับ ในด้านค่าใช้จ่ายต่อการดื่มสุราส่วนใหญ่ไม่ได้จ่ายเอง จำนวน 25 คน (ร้อยละ 50) และมีค่าใช้จ่ายจากการดื่ม จำนวน 12 คน (ร้อยละ 24) ค่าใช้จ่ายส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 100 บาท จำนวน 8 คน (ร้อยละ 16) 100 ถึง 200 บาท 1 คน (ร้อยละ 2) มากกว่า 200 บาท จำนวน 2 คน (ร้อยละ 4) และต่ำกว่า 100 บาท จำนวน 1 คน (ร้อยละ 2) ไม่ระบุ 13 คน (ร้อยละ 26)

จากการสอบถามกลุ่มผู้เคยดื่มสุราจำนวน 37 คนว่าจะเลิกดื่มหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างระบุว่าไม่เลิก จำนวน 29 คน (ร้อยละ 78.4) และเลิก จำนวน 8 คน (ร้อยละ 21.6) กลุ่มที่ไม่เลิกดื่มให้เหตุผลว่า สามารถควบคุมตนเองได้ คิดว่าการดื่มเพื่อสังคมก็ต้องมีบ้าง ไม่ได้ดื่มมากและดื่มนานๆ ครั้ง การดื่มสุราช่วยคลายเครียดได้ เบียร์มีราคาถูก และต้องสังสรรค์กับเพื่อน ส่วนกลุ่มที่ระบุว่า จะเลิกดื่มสุราให้เหตุผลในการเลิกว่า ทำให้ขาดสติสัมปชัญญะ เปลืองเงิน เป็นโทษต่อร่างกาย เป็นสิ่งไม่ดี ไม่มีประโยชน์ และไม่ดีต่อสุขภาพ

ผลการสำรวจประสิทธิภาพของสื่อที่สามารถสร้างแรงจูงใจต่อการเลิกดื่มสุรา โดยการ จัดลำดับความสำคัญ พบว่าสื่อต่อไปนี้มีอิทธิพลต่อการเลิกดื่มสุราตามลำดับมากไปหาน้อยดังนี้

1. โทรทัศน์
2. ป้ายโฆษณา
3. อินเทอร์เน็ต
4. วิทยุ
5. การส่งข้อความทางโทรศัพท์เคลื่อนที่
6. แผ่นพับให้ความรู้

จากการประเมินความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา กลุ่มตัวอย่างเห็นว่า สุราทำให้สุขภาพไม่ดี ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามปกติ ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท และการเป็นนักศึกษาไม่ควรดื่มสุราอยู่ในระดับมากที่สุด การดื่มสุราทำให้เสียการเรียน มีความคิดเห็นในระดับมาก การดื่มสุราทำให้มีเพื่อนมาก การดื่มสุราแสดงถึงการเป็นคนไม่ดี การดื่มสุราช่วยให้คลายเครียด การดื่มสุราทำให้เกิดความรู้สึกสนุกสนานมีความสุข การดื่มสุราทำให้กล้าแสดงออก และการดื่มสุราทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง การดื่มสุราทำให้ได้รับการยอมรับ การดื่มสุราทำให้แสดงถึงความเป็นผู้ใหญ่ คนที่เคยดื่มสุราสามารถเลิกดื่มสุราได้ ไม่ควรมีการโฆษณาสุราในสื่อต่างๆ และรู้สึกผิดเมื่อดื่มสุรา อยู่ในระดับน้อย และการดื่มสุราเป็นการส่งเสริมสุขภาพอย่างหนึ่ง และสุราเป็นสิ่งที่หาซื้อได้ง่าย มีความคิดเห็นในระดับน้อยที่สุด แสดงดังตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.2 ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อการดื่มสุรา (N=50)

ความคิดเห็น	ระดับความคิดเห็น		การแปลผล
	X	SD	
1. การดื่มสุราทำให้สุขภาพไม่ดี	4.78	0.47	มากที่สุด
2. การดื่มสุราทำให้ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามปกติ	4.49	0.82	มากที่สุด
3. การดื่มสุราทำให้มีเพื่อนมาก	3.29	1.04	ปานกลาง
4. การดื่มสุราทำให้ได้รับการยอมรับ	2.51	1.14	น้อย
5. การดื่มสุราแสดงถึงความเป็นผู้ใหญ่	2.35	1.2	น้อย
6. นักเรียนนักศึกษาไม่ควรดื่มสุรา	4.57	0.74	มากที่สุด
7. การดื่มสุราทำให้เสียการเรียน	3.98	1.23	มาก
8. การดื่มสุราเป็นการส่งเสริมสุขภาพอย่างหนึ่ง	1.71	1.12	น้อยที่สุด
9. การดื่มสุราทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท	4.31	0.96	มากที่สุด
10. คนที่ดื่มสุราจะเป็นที่รังเกียจของสังคม	3.04	0.99	ปานกลาง
11. การดื่มสุราแสดงถึงการเป็นคนไม่ดี	2.98	1.10	ปานกลาง
12. สุราเป็นสิ่งที่หาซื้อได้ง่าย	1.41	0.64	น้อยที่สุด
13. สถาบันการศึกษาควรปลอดแอลกอฮอล์	1.51	0.87	น้อยที่สุด
14. การดื่มสุราช่วยในการคลายเครียดได้	3.12	0.97	ปานกลาง
15. การดื่มสุราทำให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน มีความสุข	3.02	1.07	ปานกลาง
16. การดื่มสุราทำให้กล้าแสดงออก	2.83	1.14	ปานกลาง
17. การดื่มสุราทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง	2.98	1.03	ปานกลาง
18. คนที่เคยดื่มสุราสามารถเลิกดื่มสุราได้	1.90	0.92	น้อย
19. ไม่ควรมีการโฆษณาสุราในสื่อต่างๆ	2.12	1.11	น้อยที่สุด
20. ท่านรู้สึกผิดเมื่อดื่มสุรา	2.27	1.03	น้อยที่สุด

ผลการประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น ในระดับมากที่สุด มีความพึงพอใจในชีวิตตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นที่รักของคนอื่น รู้สึกว่าตนเองเป็นคนดี มีความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าได้ทำหน้าที่อย่างเต็มความสามารถ รู้สึกว่าคนอื่นให้การยอมรับ สามารถยอมรับการวิจารณ์จากคนอื่นได้ รู้สึกมีความสุข รู้สึกมีความหวัง ในระดับมาก ในทางตรงกันข้ามกับความรู้สึกเชิงบวก กลุ่มตัวอย่างยังมีความรู้สึกในเชิงลบในระดับมาก ได้แก่ รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า รู้สึกว่าตนเองเป็นคน โขคร้าย รู้สึกอ้างว้าง และ รู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญสำหรับคนอื่น และยังมีความรู้สึกต่อตนเองในเชิงลบในระดับปานกลาง ได้แก่ รู้สึกว่าชีวิตตนเองมีแต่ความทุกข์ รู้สึกกังวลว่าคนอื่นจะไม่ชอบตนเอง รู้สึกว่า

ตนเองจะทำหน้าที่ได้ไม่ดีเท่าคนอื่น และไม่ชอบถูกการวิพากษ์วิจารณ์ ส่วนการรู้สึกตำหนิตนเองเมื่อทำผิด และรู้สึกสงสารตนเอง อยู่ในระดับน้อย แสดงดังตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 ผลการประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในระยะก่อนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา (N=50)

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น		
	X	SD	แปลผล
1. ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิตของตนเอง	4.14	0.82	มาก
2. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นที่รักของคนอื่น	3.59	0.76	มาก
3. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนดี	3.71	0.74	มาก
4. ท่านมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น	4.33	0.69	มากที่สุด
5. ท่านมีความภาคภูมิใจในตนเอง	4.14	0.71	มาก
6. ท่านรู้สึกว่าตนเองทำหน้าที่ได้อย่างเต็มความสามารถ	3.94	0.75	มาก
7. ท่านรู้สึกว่าคนอื่นให้การยอมรับท่าน	3.58	0.79	มาก
8. ท่านสามารถยอมรับการวิพากษ์วิจารณ์จากคนอื่นได้	3.94	0.80	มาก
9. ท่านรู้สึกมีความสุข	4.16	0.77	มาก
10. ท่านรู้สึกชีวิตมีความหวัง	4.16	0.87	มาก
11. ท่านรู้สึกตำหนิตนเองเมื่อทำผิด	2.12	0.93	น้อย
12. ท่านรู้สึกสงสารตนเอง	2.53	0.89	น้อย
13. ท่านรู้สึกว่าชีวิตตนเองมีแต่ความทุกข์	3.33	0.88	ปานกลาง
14. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีคุณค่า	3.88	0.83	มาก
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนโชคร้าย	3.59	1.02	มาก
16. ท่านรู้สึกอ้างว้าง	3.61	0.86	มาก
17. ท่านรู้สึกกังวลว่าคนอื่นจะไม่ชอบท่าน	3.16	0.86	ปานกลาง
18. ท่านรู้สึกว่าตนเองหน้าที่ได้ไม่ดีเท่าคนอื่น	3.24	0.78	ปานกลาง
19. ท่านไม่ชอบการถูกวิพากษ์วิจารณ์	3.02	1.07	ปานกลาง
20. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญสำหรับคนอื่น	3.55	0.87	มาก

ผลการประเมินความรู้สึกตระหนักในความสามารถของตนเองพบว่ากลุ่มตัวอย่างคิดว่าถ้าเกิดปัญหาต่างๆจะสามารถเผชิญปัญหานั้นๆได้ เชื่อว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตน มีเป้าหมายชีวิตและพยายามเดินไปให้ถึงจุดหมายนั้นๆ สามารถหักห้ามใจต่อการกระทำพฤติกรรมที่ไม่ส่งเสริมสุขภาพ เช่นการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา มีแรงจูงใจภายในตนเองต่อการกระทำสิ่งดีๆ ในระดับมากที่สุด ส่วนความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่างๆในชีวิต ความสามารถในการควบคุมตนเอง ความมั่นใจในตนเอง ชอบทำงานด้วยตนเอง มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ ในระดับมาก ในทาง

ตรงกันข้ามกลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกในด้านลบได้แก่ ไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ ตนเองเป็นคนอ่อนแอ รู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง รู้สึกกังวลเมื่อได้รับมอบหมายงานอย่างใดอย่างหนึ่ง เมื่อไม่สบายใจต้องใช้สุรา/บุหรี่/สารต่างๆ เพื่อให้รู้สึกดีขึ้น ไม่ชอบให้คนอื่นมาขอความช่วยเหลือ และรู้สึกว่าตนเองไม่มีศักยภาพเพียงพอต่อการทำหน้าที่รับผิดชอบงานใด ในระดับมาก สำหรับความต้องการความช่วยเหลือจากคนอื่นเมื่อเกิดปัญหา และการหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญปัญหาต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง แสดงดังตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.4 ผลการประเมินความรู้สึกตระหนักในความสามารถแห่งตนในระยะก่อนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา

(N=50)

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น		
	X	SD	แปลผล
1. ท่านสามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่างๆในชีวิตด้วยตนเอง	3.73	0.68	มาก
2. ท่านสามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้	3.96	0.65	มาก
3. ท่านมีความมั่นใจในตนเอง	3.42	0.85	มาก
4. ถ้าเกิดปัญหาต่างๆ ท่านสามารถเผชิญปัญหาต่าง ๆ นั้นได้	4.35	0.68	มากที่สุด
5. ท่านชอบทำงานด้วยตนเอง	4.10	0.63	มาก
6. ท่านเชื่อว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตน	4.21	0.77	มากที่สุด
7. ท่านมีเป้าหมายชีวิตและพยายามเดินไปถึงจุดหมายนั้นๆ	4.33	0.66	มากที่สุด
8. ท่านสามารถหักห้ามใจต่อการกระทำพฤติกรรมที่ไม่ส่งเสริมสุขภาพ เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา	4.40	0.84	มากที่สุด
9. ท่านมีแรงจูงใจภายในตนเองต่อการกระทำสิ่งดีๆ	4.31	0.69	มากที่สุด
10. ท่านมีความรับผิดชอบต่อน้ำที่	4.17	0.75	มาก
11. ท่านหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ	2.88	0.94	ปานกลาง
12. ท่านไม่สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆได้ด้วยตนเอง	3.44	0.87	มาก
13. ท่านต้องการความช่วยเหลือจากคนอื่นเมื่อเกิดปัญหา	2.98	0.79	ปานกลาง
14. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ	3.54	0.80	มาก
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนอ่อนแอ	3.52	0.95	มาก
16. ท่านรู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง	3.40	0.89	มาก
17. ท่านรู้สึกกังวลเมื่อได้รับมอบหมายให้ทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง	3.40	0.89	มาก
18. เมื่อท่านไม่สบายใจท่านต้องใช้สุรา / บุหรี่/ สารต่างๆ เพื่อให้รู้สึกดีขึ้น	4.15	1.29	มาก
19. ท่านไม่ชอบให้คนอื่นมาขอความช่วยเหลือจากท่าน	4.13	0.91	มาก
20. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีศักยภาพเพียงพอต่อการทำหน้าที่รับผิดชอบงานใดๆ	3.94	0.81	มาก

จากการประเมินคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างระบุว่าสามารถดำเนินกิจกรรมประจำวันต่างๆได้ด้วยตนเอง รู้สึกได้รับการดูแลจากครอบครัวเป็นอย่างดี รู้สึกมีความสุข และรู้สึกรักครอบครัว อยู่ในระดับมากที่สุด นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างรู้สึกเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายต่างๆของตนเอง รู้สึกได้รับความช่วยเหลือจากคนอื่น ๆ เมื่อต้องการ มีเวลาพักผ่อนเพียงพอ รู้สึกประสบ

ความสำเร็จในระดับที่พอใจ มีเพื่อที่ไว้วางใจได้ ในระดับมาก ในทางตรงกันข้ามกลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกในเชิงลบได้แก่ รู้สึกว่าชีวิตล้มเหลว รู้สึกไม่มีที่พึ่งเมื่อเกิดปัญหา รู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตตนเอง รู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จ รู้สึกต่อต้านสังคม ไม่สามารถจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้นได้ ปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม รู้สึกท้อแท้ และรู้สึกไม่มีความสุขในระดับมาก ส่วนการใช้เวลาว่างกับการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ และรู้สึกว่าชีวิตมีอุปสรรค อยู่ในระดับปานกลาง แสดงดังตารางที่ 4.5

ตารางที่ 4.5 ผลการประเมินคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา

(N=50)

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น		
	X	SD	แปลผล
1. ท่านสามารถดำเนินกิจวัตรประจำวันต่างๆได้ด้วยตนเอง	4.41	0.57	มากที่สุด
2. ท่านรู้สึกพอเพียงต่อค่าใช้จ่ายต่างๆของตนเอง	3.53	0.92	มาก
3. ท่านรู้สึกได้รับการดูแลจากครอบครัวเป็นอย่างดี	4.43	0.76	มากที่สุด
4. ท่านรู้สึกได้รับความช่วยเหลือจากคนอื่น ๆ เมื่อต้องการ	3.57	0.79	มาก
5. ท่านรู้สึกมีความสุข	4.24	0.80	มากที่สุด
6. ท่านมีเวลาพักผ่อนเพียงพอ	3.94	0.90	มาก
7. ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จในชีวิตในระดับที่พอใจ	3.88	0.78	มาก
8. ท่านใช้เวลาว่างกับการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เช่น ออกกำลังกาย	3.37	0.86	ปานกลาง
9. ท่านมีเพื่อนที่ไว้วางใจได้	4.04	0.82	มาก
10. ท่านรู้สึกรักครอบครัวของท่าน	4.57	0.84	มากที่สุด
11. ท่านรู้สึกว่าชีวิตล้มเหลว	3.96	1.04	มาก
12. ท่านรู้สึกว่าท่านมีอุปสรรคในชีวิต	3.39	0.93	ปานกลาง
13. ท่านรู้สึกไม่มีที่พึ่งเมื่อเกิดปัญหา	3.63	0.99	มาก
14. ท่านรู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตตนเอง	3.67	0.92	มาก
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จ	3.63	0.99	มาก
16. ท่านรู้สึกต่อต้านสังคม	4.04	1.02	มาก
17. ท่านไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือความเครียดที่เกิดขึ้นได้	3.67	1.00	มาก
18. ท่านปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม	3.76	1.22	มาก
19. ท่านรู้สึกท้อแท้	3.55	1.14	มาก
20. ท่านรู้สึกไม่มีความสุข	3.86	1.08	มาก

หลังจากทำการประเมินผลระยะก่อนปฏิบัติการแก้ไขปัญหา กลุ่มตัวอย่างได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ ด้วยการเข้ารับการอบรม 2 วันระหว่างวันที่ 10-11 พฤศจิกายน 2550 โดยจัดกิจกรรมตามขั้นตอนการเสริมสร้างพลังอำนาจดังนี้

1. Building Bonding เป็นระยะที่สร้างความผูกพันภายในกลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจ (ผู้วิจัย) เพื่อให้เกิดความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน มีความไว้วางใจกัน มีความเป็นกันเอง และสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข โดยเริ่มกิจกรรมที่ทำให้เกิดพลังใจด้วยการแสดงปณิธานที่จะทำการรณรงค์ต่อต้านการดื่มสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช เนื่องในวาระพระชนมพรรษาครบ 80 พรรษา ด้วยการนำเสนอภาพพระราชกรณียกิจ แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง และให้ร่วมกันร้องเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมการเล่นเกมส์ เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างกลุ่ม และเพื่อผ่อนคลายความกังวลและความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างแสดงปณิธานและให้คำขวัญเป็นการสร้างแรงจูงใจการต่อต้านการดื่มสุราดังนี้

- ดื่มสุราวันนี้ ไม่มีใครรวยขึ้น
- รักคนที่รักเรา ดีกว่ารักเหล้า
- ดื่มสุราเหมือนยาพิษ ทำอะไรให้คิดก่อน
- การดื่มสุรา ทำให้ความสามารถในการตัดสินใจซาลง
- สุรามันขม ดื่มนมดีกว่า
- ซื่อซ้าว ดีกว่าซื่อเบียร์
- เมมาแล้วขับ จะหลับไม่ตื่น ดายลูกเดียว
- เมมาไม่ขับ ใสไม่จับ ขับไม่โทร
- เลิกเหล้าเพื่อพ่อกันเถอะ
- ลดละเลิกสุรา เพื่ออนาคตที่สดใส
- เลิกเหล้า เลิกจน เริ่มต้นได้ทุกวัน
- แค่เปลี่ยนความคิด ชีวิตก็เปลี่ยน
- เหล้า บุหรี่ไม่ดีต่อชีวิต ถ้าคิดจะเลิก ง่ายนิดเดียว
- ดื่มทำไม ไม่มีประโยชน์
- เลิกเหล้า ถวายพ่อหลวง
- ดื่มแล้วเมา ไม่ดื่มดีกว่า จะได้ไม่เมา
- ชีวิตสดใส ห่างไกลสุรา
- รักชีวิต อย่าคิดดื่มเหล้า
- สุราเป็นยาพิษต่อร่างกาย
- จิตใจแจ่มใส ห่างไกลสุรา

- คัดมันมวันละนิด ดีกว่าคั้มเหล้าวันละหน่อย
- คัดมันเหล้าเข้าปาก เหมือนนำพยาธิสภาพเข้าหาตัว
- จะไม่คั้มเหล้า จะห่างไกลอบายมุข
- จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติดทุกชนิด เพื่อถวายเป็นพื่อหลวง
- คัดมันเหล้าแล้วแย่ คัดมันนมเพื่อแม่ดีกว่า
- นมจากเต้า ดีกว่าเหล้าจากกลม

2. Problem learning เป็นขั้นตอนที่ให้กลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากการคั้มสุรา รวมถึงกำหนดแนวทางในการแก้ไขปัญหาคั้มสุรา เพื่อรณรงค์แก้ไขปัญหาคั้มสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี กิจกรรมในระยะนี้จัดในรูปแบบกิจกรรมกลุ่ม โดยแบ่งกลุ่มตามชั้นปีเพื่อให้เกิดความสะดวกในการทำงานร่วมกัน ผลการอภิปรายกลุ่มมีดังนี้

2.1 สาเหตุของการคั้มสุรา

ประเด็นที่ได้จากการอภิปรายกลุ่มถึงสาเหตุของการคั้มสุรา สรุปได้ดังนี้

1. ได้รับตัวอย่างที่ไม่ดีของการคั้มสุราจากผู้ปกครอง
2. มีความเชื่อผิดๆเกี่ยวกับค่านิยมการคั้มสุรา เช่น เป็นการบำรุงสุขภาพ ช่วยให้คลายเครียด เชื่อว่าสามารถรักษาโรคได้ เช่น ความดันโลหิตต่ำ เชื่อว่า หลึงตั้งครรภ์ถ้าคั้มเบียร์แล้วจะช่วยล้างไขลูกในครรภ์
3. มีความอยากรู้อยากลอง
4. สมาชิกในครอบครัวแนะนำให้คั้ม
5. เกิดจากการชักชวนของเพื่อน
6. ทำตามกระแสค่านิยมภายในกลุ่มเพื่อน
7. ออกหัก ผิดหวังเรื่องความรัก
8. ท้อแท้ เบื่อหน่ายชีวิต
9. เข้าใจผิดว่าสุราสามารถเพิ่มสมรรถภาพทางเพศ
10. เชื่อว่าการคั้มสุราทำให้เป็นที่ยอมรับของสังคม
11. สุราถูกส่งเสริมในด้านเศรษฐกิจของประเทศ ทำให้มีการผลิตออกมามาก คนบริโภคมีทางเลือกมากขึ้น
12. การผลิตสุราได้รับการส่งเสริมจากรัฐบาล เช่น สิ้นค้าไอที่อุปต่างๆ ที่มีการผลิตไวน์ ข้าวหมาก เหล้าไห เป็นต้น
13. ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำทำให้ประชาชนเครียด จึงหาทางออกด้วยการคั้มสุรา
14. สื่อจากโทรทัศน์มีการโฆษณาบ่อยมากเกินไป

ละเอียด

15. สื่อโฆษณาแสดงคำเชิญชวนในการลงดื่มสุราเพื่อเปรียบเทียบรสชาติของแต่ละยี่ห้อ
16. รัฐบาลไม่มีความเข้มงวดในการกวดขัน หรือลดโฆษณาเกี่ยวกับสุรา
17. ไม่มีกฎหมายออกมากำหนดโทษหรือมาตรการในการควบคุมการดื่มสุรา
18. มีแหล่งหาซื้อสุราได้ง่าย
19. มีการเลียนแบบจากนักแสดงที่ตนชื่นชอบ
20. ถูกรุ่นพี่บังคับให้ดื่ม เช่น งานรับน้อง
21. ดื่มเพราะต้องการเข้าสังคม เพื่อเป็นการสังสรรค์
22. ดื่มเพื่อความบันเทิง
23. ดื่มเพื่อลดความเครียด
24. ดื่มเพราะความคึกคะนอง นึกสนุก
25. ดื่มเพื่อให้ทราบลิมิตของตนเอง
26. ดื่มเพราะปฏิเสธไม่ได้
27. ดื่มเพราะขาดความรู้ถึงพิษภัยของสุรา
28. ดื่มเพราะถูกท้าทาย
29. ดื่มเพื่อเพิ่มความกล้าแสดงออก
30. ดื่มเมื่อมีความสุข ความสำเร็จ
31. ดื่มเพราะเสียพนันบอล
32. เชื่อว่าดื่มแล้วเลือดจะสูบฉีดดีขึ้น
33. ดื่มด้วยความเคยชิน จนคิดเป็นนิสัย
34. ดื่มเพราะสุรามีราคาถูก เช่น เหล้าขาว แสงโสม แม่โขง เป็นต้น
35. ครอบครัวแตกแยก เครียด
36. อยากแสดงความเป็นผู้นำ
37. เป็นวัฒนธรรมทางสังคม
38. ดื่มเพื่อประชด
39. มีปัญหาารุมเร้าหาทางออกไม่ได้
40. สภาพแวดล้อมเอื้ออำนวย เช่น ใกล้สถานบันเทิง มีร้านค้าสะดวกซื้อ

2.2 ผลกระทบของการดื่มสุรา

ประเด็นจากการอภิปรายกลุ่ม ถึงผลกระทบของการดื่มสุรามีดังนี้

1. ร่างกายเสื่อมโทรม เกิดโรคในระบบต่างๆ เช่น มะเร็งตับ โรคประสาท ภาวะอาหารทะเล โรคพิษสุราเรื้อรัง
2. ขาดความน่าเชื่อถือ

3. สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย
4. เกิดการทะเลาะวิวาท
5. เกิดปัญหาภายในครอบครัว เช่น การทุบตีคนในครอบครัว ลูกขาดความอบอุ่น
6. สัมคมรังเกียจ
7. ขาดสติความยับยั้งชั่งใจ
8. สูญเสียงบประมาณของประเทศ
9. สุขภาพจิตเสื่อมโทรม
10. ทำให้เกิดโรคต่างๆตามมา
11. เป็นแบบอย่างที่ไม่ดีแก่เด็กและเยาวชน
12. ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง
13. ทำให้ความจำสั้น
14. ทำให้มีกลิ่นตัว
15. สร้างความน่ารำคาญแก่คนอื่น
16. ทำให้เสียบุคลิกภาพ
17. ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย
18. ทำให้เกิดความสับสนทาคความคิด
19. เกิดปัญหาสังคม เช่นอาชญากรรม การฆ่าข่มขืน
20. ทำให้เกิดปัญหาความยากจนมากขึ้น
22. สูญเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพ
23. ขาดบุคลากรที่มีคุณภาพในการพัฒนาสังคม
24. ทำให้การพัฒนาเศรษฐกิจล่าช้า และส่งผลต่อการพัฒนาประเทศ ทำให้ถูกมองเป็นประเทศ ค่อยพัฒนา
25. เกิดปัญหาด้านการศึกษา ในนักศึกษาที่ดื่มสุรา ทำให้การเรียนตกต่ำ มาเรียนสาย เรียนไม่จบ
26. ทำให้นิสัยเปลี่ยนจากการเป็นคนดีเป็นคนไม่ดี
27. การดื่มสุรานำไปสู่เรื่องกามารมณ์ นำไปสู่การเสีขตัว และการติดเชื้อเอดส์
28. ทำให้สูญเสีขรายได้โดยเปล่าประโยชน์
29. ทำให้เกิดปัญหาทำแห่ง
30. ทำให้เกิดปัญหาเด็กกำพร้ามากขึ้น
31. ทำให้ขาดประสิทธิภาพในการทำงานและการประกอบอาชีพ
32. สูญเสีขรายได้ให้ต่างประเทศเพราะการนิยมนเหล้านอก

2.3 แนวทางการเลิกสูราด้วยตนเอง

ผลจากการอภิปรายแนวทางการเลิกสูราด้วยตนเอง มีดังนี้

1. มีความหนักแน่น และมุ่งมั่นในการไม่สูรา
2. ยึดหลักธรรมของศาสนา เข้าวัด ฟังธรรม
3. ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ เช่น เล่นดนตรี กีฬา อ่านหนังสือ ท่องเที่ยว ธรรมชาติ
4. หลีกเลี่ยงการเที่ยวสถานบันเทิง เช่น ผับ เทค บาร์
5. ตระหนักถึงผลกระทบที่ตามมา
6. นำเหตุการณ์ต่างๆมาเป็นอุทาหรณ์
7. ควบคุมอารมณ์ให้ได้
8. สร้างแรงบันดาลใจ เช่น ครอบครัว เพื่อน คนรัก
9. มีความคาดหวัง และมุ่งมั่น เช่น ทำเพื่อครอบครัว
10. หลีกเลี่ยงคำชักชวนของเพื่อน หรืองานสังสรรค์ต่างๆ
11. รัฐบาลควรช่วยควบคุม ด้วยการมีมาตรการควบคุมการซื้อ-ขายสูรา
12. กำหนดระยะเวลาซื้อ-ขายสูรา เช่น หลัง 21.00 น. ห้ามมีการจำหน่าย ถ้ามีการฝ่าฝืนให้มีโทษตามกฎหมาย
13. ปรับเปลี่ยนทัศนคติ เช่น สูราทำให้เสียบุคลิกภาพ
14. คิดถึงความสุขของคนรอบข้าง
15. ทำดีเพื่อพ่อของแผ่นดิน
16. เริ่มจดเล้าเมื่อเข้าพรรษา แล้วเลิกให้ได้ตลอด

2.4 แนวทางการแก้ไขปัญหาสูราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

กลุ่มตัวอย่าง มีการอภิปรายเพื่อหาแนวทางในการจัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อแก้ไขปัญหาสูราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี จำแนกรูปแบบกิจกรรมได้ดังนี้

1. กิจกรรมเทิดพระเกียรติในวาระครบรอบ 80 พระชนมพรรษา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ด้วยการร่วมร้องเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน และแสดงจินตลีลา ประกอบเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน
2. กิจกรรมแสดงวิดิทัศน์ในรูปแบบมิวสิควิดีโอ เพลงประกอบสาระที่เกี่ยวกับผลกระทบของสูรา
3. กิจกรรมละครสั้น เพื่อแสดงผลกระทบของสูราต่อการเรียน และเปรียบเทียบผลกระทบต่อร่างกายระหว่างกลุ่มผู้สูรา และผู้ไม่สูรา

4. กิจกรรมวิดิทัศน์ที่แสดงบทล้อเลียนโฆษณา และการมีทางเลือกที่ดีกว่า และนำเสนอวิดิทัศน์ 15 ภาพ โทษของสุรา เพื่อสร้างความตระหนักในโทษของสุรา
5. กิจกรรมแสดงละครพื้นบ้าน โดยใช้ภาษาท้องถิ่น และใช้วัฒนธรรมทางภาษาอีสานคือผญา ประกอบการแสดง เพื่อชี้ให้เห็นบาป และให้ข้อคิดตามคติธรรมทางพุทธศาสนา
6. กิจกรรมเผยแพร่ความรู้เรื่องสุรา เกี่ยวกับ สาเหตุ โทษและผลกระทบของสุรา รวมถึงแนวทางในการเลิกสุรา โดยใช้สื่อแผ่นพับ

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ทำการอบรม ด้วยการให้ความรู้เกี่ยวกับสุรา และอบรมทักษะชีวิต (รายละเอียดดังภาพหนึ่งในภาคผนวก) ให้แก่ กลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างความตระหนักต่อการพัฒนาตนเอง ในการเอาชนะปัญหาจากสุรา และการเป็นแกนนำรณรงค์เพื่อแก้ปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

4.3 การดำเนินงานการรณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี (Problem – solving)

การดำเนินกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ดำเนินการในวันที่ 28 พฤศจิกายน 2550 ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี โดยมีนักศึกษาจากคณะวิทยาศาสตร์ เข้าร่วมกิจกรรม ลักษณะกิจกรรมเป็นการดำเนินงานของนักศึกษาแกนนำที่ได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ โดยให้นักศึกษาคิดริเริ่มกิจกรรมรณรงค์ด้วยตนเอง ดำเนินขั้นตอนของกิจกรรมด้วยตนเอง และประเมินผลสำเร็จของกิจกรรม โดยการใช้แบบสอบถาม กิจกรรมที่เสนอเพื่อการรณรงค์การแก้ไขปัญหาค่าดื่มสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ประกอบด้วย กิจกรรมเทิดพระเกียรติในวาระครบรอบ 80 พระชนมพรรษา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ด้วยการร่วมร้องเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน และแสดงจินตลีลา ประกอบเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน กิจกรรมแสดงวิดิทัศน์ในรูปแบบมิวสิควิดีโอ เพลงประกอบสาระที่เกี่ยวกับผลกระทบของสุรา กิจกรรมละครสั้น เพื่อแสดงผลกระทบของสุราต่อการเรียน และเปรียบเทียบผลกระทบต่อร่างกายระหว่างกลุ่มผู้ดื่มสุรา และผู้ไม่ดื่มสุรา กิจกรรมวิดิทัศน์ที่แสดงบทล้อเลียนโฆษณา และการมีทางเลือกที่ดีกว่า และนำเสนอวิดิทัศน์ 15 ภาพ โทษของสุรา เพื่อสร้างความตระหนักในโทษของสุรา กิจกรรมแสดงละครพื้นบ้าน โดยใช้ภาษาท้องถิ่น และใช้วัฒนธรรมทางภาษาอีสานคือผญา ประกอบการแสดง เพื่อชี้ให้เห็นบาป และให้ข้อคิดตามคติธรรมทางพุทธศาสนา และกิจกรรมเผยแพร่ความรู้เรื่องสุรา เกี่ยวกับ สาเหตุ โทษและผลกระทบของสุรา รวมถึงแนวทางในการเลิกสุรา โดยใช้สื่อแผ่นพับ แสดงดังภาพกิจกรรมดังที่จะนำเสนอต่อไป

ภาพกิจกรรมการดำเนินงาน

1. Building Bonding เป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างกลุ่มด้วยกิจกรรมนันทนาการ

ภาพที่1 ลงทะเบียน



ภาพที่2 อุ่นเครื่องก่อนเริ่มกิจกรรม



ภาพที่3 ร้องเพลงพื่อแห่งแผ่นดิน



ภาพที่4 ปฏิญาณตน “หนู/ผม จะไม่ดื่มเหล้า/คะ/ครับ”



ภาพที่5-6 นันทนาการ “เกมส์สร้างความพร้อมเพริยงใจ เพื่อสร้างความสามัคคีภายในทีม”



ภาพที่ 6



2. Problem Learning เพื่อเรียนรู้สาเหตุของปัญหา ผลกระทบ และหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา

ภาพที่ 7 กิจกรรมอภิปรายกลุ่ม



ภาพที่ 8 กิจกรรมระดมสมอง



ภาพที่9-10 นำเสนอผลงาน



ภาพที่10



ภาพที่11-12 อบรมความรู้เรื่องสุราและผลกระทบ



ภาพที่12



3. Problem solving เพื่อทำการรณรงค์ด้วยกิจกรรมต่างๆ ได้แก่ ทัศนศิลป์เพลงประกอบสาระเกี่ยวกับผลกระทบของสุรา ทัศนศิลป์แสดงภาพโรคพิษของสุรา ทัศนศิลป์ภาพยนตร์สั้นสื่อเลียนโฆษณา เพื่อให้ตระหนักถึงโทษของสุรา ละครสั้นแสดงถึงผลกระทบของสุรา และละครพื้นเมืองสะท้อนบาปกรรมจากดื่มสุรา เพื่อแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี แสดงดังภาพกิจกรรมต่อไปนี้

ภาพที่13 ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมอบรม



ภาพที่14 พิธีกรดำเนินงาน



ภาพที่15 กล่าวเปิดงาน



ภาพที่16 รวมพลังร้องเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน



ภาพที่17 จินตลีลาประกอบเพลงพ่อแห่งแผ่นดิน



ภาพที่18 ละครสั้นสะท้อนผลกระทบของสุรา



ภาพที่19 เปรียบเทียบพฤติกรรมระหว่างกลุ่มผู้ดื่มสุรา กับกลุ่มที่ใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย



ภาพที่20 ละครสั้นพื้นบ้านอีสานประกอบภาษาท้องถิ่นและผญา
ข้อคิดผลของบาปกรรมจากการดื่มเหล้าตามแนวคิดพุทธศาสนา



ภาพที่21 ติดตามประเมินผลจากกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม



4.4 การประเมินผลหลังการรณรงค์การแก้ไขปัญหามสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี (Problem Evaluation)

จากการจัดกิจกรรมเพื่อรณรงค์การแก้ไขปัญหามสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม 330 คน เป็นหญิง 221 คน (ร้อยละ 67) เป็นชาย 109 คน (ร้อยละ 33) อายุต่ำสุด 18ปี และสูงสุด 23 ปี ในจำนวนนี้มีผู้เคยดื่มสุรา 225 คน (ร้อยละ 68.2) และไม่เคยดื่ม 105 คน (ร้อยละ 31.8) ในกลุ่มผู้เคยดื่มสุราระบุว่า ช่วงอายุในการดื่มครั้งแรกได้แก่ 12 ปี จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.3) 14 ปี จำนวน 3 คน (ร้อยละ 0.9) 15 ปี จำนวน 58 คน (ร้อยละ 17.6) 16 ปี จำนวน 60 คน (ร้อยละ 18.2) 17 ปี จำนวน 63 คน (ร้อยละ 19.1) 18 ปี จำนวน 23 คน (ร้อยละ 7.0) 19 ปี จำนวน 12 คน (ร้อยละ 3.6) และ 20 ปี จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.3) ตามลำดับ ประเภทของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ดื่มส่วนใหญ่ได้แก่ เบียร์ ร้อยละ 49.7 รองลงมาได้แก่ เครื่องดื่มประเภทพังก์ ไวน์ เหล้าแดง และเหล้าขาว คิดเป็นร้อยละ 8.8 5.8 3.0 และ 1.5 ตามลำดับ และมีประเภทอื่น ๆ ที่ไม่ได้ระบุชนิดร้อยละ 22.4 ไม่ให้ข้อมูลร้อยละ 20.3 จากการสำรวจความคิดเห็นต่อพฤติกรรมกรรมการดื่มสุราภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหามสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 242 คน (ร้อยละ 73.33) ระบุว่าจะไม่ดื่มสุรา มีจำนวน 88 คน (ร้อยละ 26.67) ระบุว่ายังดื่มต่อไป โดยสรุปเหตุผลในการตัดสินใจไม่ดื่มสุรา จำแนกเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจไม่ดื่มสุราดังนี้

4.4.1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจไม่ดื่มสุรา

(1) ปัจจัยด้านสุขภาพ เนื่องจากตระหนักว่าสุรา ไม่มีประโยชน์ทั้งต่อด้านร่างกายและจิตใจ มีผลกระทบต่อสุขภาพ เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง

(2) ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ เนื่องจากการดื่มสุราต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก ทำให้สิ้นเปลืองโดยเปล่าประโยชน์

(3) ปัจจัยด้านความตระหนักต่อบุคคลสำคัญในชีวิต เป็นความรู้สึกส่วนบุคคลที่ตระหนักถึงความรักความห่วงใยของบิดามารดา ทำให้เกิดความรู้สึกตอบแทนด้วยการทำความดีไม่กระทำในสิ่งที่จะทำให้บิดามารดาต้องเสียใจ

(4) ปัจจัยด้านความรู้สึกรับผิดชอบ เป็นความรู้สึกที่บุคคลตระหนักในบทบาทหน้าที่ของตนเอง คือการเรียน และต้องการประสบความสำเร็จในการเรียน

(5) ปัจจัยด้านการศึกษา เป็นผลจากการเรียนรู้ที่ได้รับการอบรม ได้รับความรู้ที่ทำให้คิดวิเคราะห์ตามถึงผลกระทบต่างๆที่เกิดจากการดื่มสุรา ทำให้ไม่อยากเกี่ยวข้องกับสุรา ดังข้อเสนอแนะจากกลุ่มตัวอย่างที่ให้เหตุผลต่อการไม่ดื่มดังนี้

- การดื่มสุราทำให้สิ้นเปลือง
- การดื่มสุราไม่ทำให้มีอะไรดีขึ้น
- การได้รับฟังการอบรมทำให้ได้ข้อคิดเกี่ยวกับโทษของสุราเป็นอย่างดี

- การเลิกเหล้าได้ ก็จะทำให้เลิกจนไปด้วย
- การดื่มสุราทำให้ปวดศีรษะ
- ได้รับความรู้เรื่องโทษของสุราแล้ว มีความตระหนักดีขึ้น
- การดื่มสุราจะทำให้มีอายุสั้น..ยังไม่อยากตายเร็ว
- เห็นว่าสุราเป็นสิ่งไม่ดี มีโทษมากมาย
- กลัวภัยอันตรายที่จะเกิดจากการดื่มเหล้า
- อยากทำความดีเพื่อพ่อแม่
- อยากเรียนให้จบ ไม่อยากเสียเวลาเพราะการดื่มเหล้า
- เห็นว่าสุราเป็นสิ่งทำร้ายชีวิต มากกว่าสร้างสรรค์
- สุรามีผลเสียต่อสุขภาพ
- การรณรงค์ครั้งนี้ทำให้อยากทำความดีเพื่อถวายพ่อหลวง
- อยากทำความดีเพื่อพ่อ
- ไม่เคยคิดจะดื่มและไม่คิดอยากลอง
- กลัวพ่อแม่เสียใจ
- จะตั้งใจเรียน ไม่ยุ่งกับสุรา ยาเสพติด
- เหล้า... ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกายและจิตใจ
- การดื่มเหล้าอาจทำให้เสียอนาคต
- การรณรงค์ทำให้เรียนรู้ถึงโทษของสิ่งมีนเมา
- การรณรงค์ทำให้ทราบโทษของสุรามากมาย ดื่มไปก็จะทำให้พ่อแม่เสียใจ
- การเลิกเหล้าอยู่ที่ใจของคนคนนั้น
- จะเลิกเหล้าเพื่อคนที่รักเราและเรารัก
- การรณรงค์ทำให้ตระหนักถึงพิษภัยของสุรา

4.4.2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจดื่มสุรา

ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมที่ระบุว่ายังจะมีการดื่มสุราต่อไป แต่จะลดการดื่ม และควบคุมพฤติกรรมการดื่ม โดยไม่ให้เกิดผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น ให้เหตุผลที่ระบุว่ายังจะดื่มต่อไป สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจดื่มสุราต่อไปดังนี้

1. ปัจจัยด้านสังคม ได้แก่การดื่มเพื่อสังสรรค์ กับเพื่อน ในโอกาสต่างๆ เช่นวันเกิด ฉลองกับความสำเร็จบางอย่าง
2. ปัจจัยด้านความเชื่อมั่นส่วนบุคคล เป็นความรู้สึกส่วนบุคคลที่เชื่อว่า ตนเองสามารถควบคุมการดื่มสุราได้ อยากเลิกเมื่อไหร่ก็เลิกได้ และจะดื่มเมื่อจำเป็น

ดังความคิดเห็นจากแบบสอบถามปลายเปิดดังนี้

- ไม่แน่ใจว่าจะเลิกได้ เพราะเพื่อนเยอะ
- ไม่มีเหตุผล
- จะดื่มแต่พอดี ไม่ดื่มให้เมา
- อาจจะมีการดื่มเป็นครั้งคราวเพื่อสังสรรค์
- ไม่ได้ดื่มจนติด แค่สังสรรค์เท่านั้น
- ไม่ได้ใส่ใจกับการดื่มเหล้า อยากเลิกเมื่อไหร่ก็ได้
- ดื่มเมื่อจำเป็นเท่านั้น
- จะดื่มนานๆครั้ง
- ยังไม่แน่ใจว่าจะเลิก 50:50
- จะพยายามดื่มให้น้อยที่สุด
- อาจจะมีเวลามีปัญหาหลายๆ
- ดื่มเฉพาะมีการสังสรรค์กับเพื่อนๆ

4.4.3 ข้อเสนอแนะต่อการจัดกิจกรรมแก้ไขปัญหายาสุรา

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหายาสุรา มีข้อเสนอแนะต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหายาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ดังนี้

- การจัดกิจกรรมทำให้นักศึกษามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆดี ควรมีกิจกรรมดีๆอย่างนี้ต่อไป เพื่อให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วม
- คนทำกิจกรรมรณรงค์เป็นคนเสียสละ และคงจะไม่เกี่ยวข้องกับสุรา
- น่าจะจัดกิจกรรมแบบนี้สำหรับนักศึกษาทุกคณะ
- อยากให้มีการจัดกิจกรรมเข้าค่ายบ้าง
- ควรมีภาพแสดงผลกระทบของสุราเยอะๆ คนจะได้กลัวโทษของสุรา
- ควรมีการรณรงค์ต่อเนื่องทุกเดือน
- อยากให้มหาวิทยาลัยมีกิจกรรมแบบนี้อีก
- ควรมีกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆ
- อยากให้รณรงค์บ่อยๆและต่อเนื่อง
- อยากให้มีกิจกรรมดีๆแบบนี้อีก เพราะจะทำให้นักศึกษาตระหนักถึงโทษของสุรา และยังเป็นการทำดีถวายพ่อหลวงด้วย
- ต้องมีการรณรงค์อย่างต่อเนื่อง
- ผู้จัดกิจกรรมมีความตั้งใจในการรณรงค์ดี
- การนำเสนอสื่อที่น่ากลัว ทำให้เห็นผลการสูญเสียจากดื่มสุรา จึงเป็นสิ่งจูงใจในการเลิกเหล้าได้ดี

- กิจกรรมที่นำเสนอสนุก และน่าสนใจดี
- อยากให้มีกิจกรรมกลางแจ้ง และมีวิดิทัศน์มากกว่านี้
- เมื่อเริ่มต้นในนักศึกษาแล้ว ควรมีการรณรงค์ในชุมชนต่อไป
- เป็นกิจกรรมรณรงค์ที่ดี
- ข้าพเจ้าเคยดื่มเหล้า แต่ไม่เคยดื่มจนเมา..เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนี้แล้ว ทำให้ข้าพเจ้ารู้พิษภัยของเหล้ามากขึ้น ..ข้าพเจ้าไม่คิดจะดื่มอีกแล้ว
- กิจกรรมทำให้รู้สิ่งดีๆเยอะ
- อยากให้นักศึกษาทุกคนได้เข้าร่วมกิจกรรม
- ควรมีกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆ เพื่อให้ นักศึกษาตระหนักและมีจิตสำนึกต่ออันตรายของสุรา
- ควรมีการขยายผลการรณรงค์ต่อไป
- เป็นโครงการที่ดีควรขยายผลออกไปยังสถานศึกษาหรือชุมชนต่างๆ เพื่อสร้างจิตสำนึกไม่ให้ดื่มเหล้า
- ขอบคุณที่จัดกิจกรรมนี้ขึ้นมา
- น่าจะมีระยะเวลาในการจัดนานกว่านี้
- ควรเพิ่มเนื้อหาสาระในการรณรงค์มากขึ้น
- ควรประชาสัมพันธ์ให้ทั่วถึง
- บางครั้งการรณรงค์ก็ทำให้คนเลิกดื่มได้ชั่วคราว พอลืมก็ดื่มอีก จึงควรรณรงค์ต่อเนื่อง

จากการสำรวจความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี พบว่ากลุ่มตัวอย่างเห็นว่าควรมีการจัดกิจกรรมการรณรงค์แก้ไขปัญหาสุรา และควรขยายผลไปยังสถานศึกษาอื่นๆด้วยในระดับมากที่สุด ส่วนความคิดเห็นต่อกิจกรรมเห็นว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นมีความน่าสนใจ กิจกรรมที่จัดขึ้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโครงการ กิจกรรมที่จัดขึ้นทำให้ท่านตระหนักต่อผลกระทบของสุรา กิจกรรมที่จัดขึ้นทำให้ท่านเกิดแรงบันดาลใจในการที่จะไม่เกี่ยวข้องกับสุรา อยากมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสุรา เห็นว่าควรมีการรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยอย่างต่อเนื่อง รู้สึกชื่นชมบุคคลที่ทาบทบาทในการรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย เห็นว่าระยะเวลาในการจัดรณรงค์มีความเหมาะสม อยู่ในระดับมาก ในทางตรงข้ามยังมีความคิดเห็นในเชิงลบที่เห็นว่า ถึงจะมีการรณรงค์ก็แก้ไขปัญหไม่ได้ อยู่ในระดับปานกลาง ไม่จำเป็นต้องจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย กิจกรรมที่จัดขึ้นไม่น่าสนใจ นักศึกษาไม่ควรเป็นผู้รณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย เห็นว่ากิจกรรมการรณรงค์ทำให้เสียเวลา และงบประมาณโดยเปล่าประโยชน์ เห็นว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นไม่สอดคล้องกับการแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย อยู่ในระดับมาก แสดงดังตารางที่4.6

ตารางที่ 4.6 ความพึงพอใจต่อกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี
(N=330)

กิจกรรม	ความพึงพอใจ		
	X	SD	การแปลผล
1. กิจกรรมที่จัดขึ้นมีความน่าสนใจ	3.58	0.69	มาก
2. กิจกรรมที่จัดขึ้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโครงการ	3.77	0.71	มาก
3. กิจกรรมที่จัดขึ้นทำให้ท่านตระหนักต่อผลกระทบของสุรา	3.89	0.78	มาก
4. กิจกรรมที่จัดขึ้นทำให้ท่านเกิดแรงบันดาลใจในการที่จะไม่เกี่ยวข้องกับสุรา	3.78	0.79	มาก
5. ท่านรู้สึกอยากมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสุรา	3.74	0.78	มาก
6. ท่านเห็นว่าควรมีการรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยอย่างต่อเนื่อง	4.15	0.61	มาก
7. ท่านคิดว่ากิจกรรมการรณรงค์แก้ไขปัญหาสุราควรขยายผลไปยังสถานศึกษาอื่นๆด้วย	4.23	0.56	มากที่สุด
8. ท่านรู้สึกชื่นชมบุคคลที่ทำงานหนักในการรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย	4.01	0.68	มาก
9. ท่านเห็นว่าระยะเวลาในการจัดรณรงค์มีความเหมาะสม	3.61	0.69	มาก
10. ท่านเห็นว่าไม่จำเป็นต้องจัดกิจกรรมรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย	3.50	1.01	มาก
11. ท่านเห็นว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นไม่น่าสนใจ	3.61	0.90	มาก
12. ท่านเห็นว่าถึงจะมีการรณรงค์ก็แก้ไขปัญหาไม่ได้	3.30	0.89	ปานกลาง
13. ท่านเห็นว่านักศึกษาไม่ควรเป็นผู้รณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย	3.65	0.96	มาก
14. ท่านเห็นว่ากิจกรรมการรณรงค์ทำให้เสียเวลา และงบประมาณโดยเปล่าประโยชน์	3.65	0.97	มาก
15. ท่านเห็นว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นไม่สอดคล้องกับการแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัย	3.68	0.96	มาก

การจากการประเมินผลการเสริมสร้างพลังอำนาจในกลุ่มแกนนำเยาวชนจำนวน 50 คน ที่ทำการรณรงค์การแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มีผู้ตอบแบบสอบถามที่สมบูรณ์จำนวน 49 คน อีก 1 คนตอบแบบประเมินไม่สมบูรณ์ ผลการประเมินความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การตระหนักต่อความสามารถของตนเอง และคุณภาพชีวิต พบว่า ในระยะก่อนเสริมสร้างพลังอำนาจ รายชื่อที่มีความคิดเห็นเชิงลบมีค่าเฉลี่ยในระดับมาก แต่ภายหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ กลุ่มตัวอย่างที่มีความรู้สึกด้านลบมีค่าเฉลี่ยลดลง ในระดับน้อยที่สุดถึงปานกลาง ส่วนรายชื่อในเชิงบวก มีค่าเฉลี่ยสูงขึ้นในระดับมากถึงมากที่สุด แสดงดังตารางที่ 4.7,

4.8, 4.9 และ 4.10 เมื่อเปรียบเทียบทัศนคติต่อการดื่มสุรา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในความสามารถของตนเอง และคุณภาพชีวิต พบว่ามีความแตกต่างกันระหว่างก่อนและหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ0.05 แสดงดังตารางที่4.11

ตารางที่ 4.7 ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อการดื่มสุราในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ (N=49)

ความคิดเห็น	ระดับความคิดเห็น		การแปลผล
	X	SD	
1. การดื่มสุราทำให้สุขภาพไม่ดี	4.76	0.66	มากที่สุด
2. การดื่มสุราทำให้ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามปกติ	4.42	0.99	มากที่สุด
3. การดื่มสุราทำให้มีเพื่อนมาก	3.28	0.99	ปานกลาง
4. การดื่มสุราทำให้ได้รับการยอมรับ	2.58	1.01	น้อย
5. การดื่มสุราแสดงถึงความเป็นผู้ใหญ่	2.42	1.09	น้อย
6. นักเรียนนักศึกษาไม่ควรดื่มสุรา	4.44	0.88	มากที่สุด
7. การดื่มสุราทำให้เสียการเรียน	4.18	1.27	มาก
8. การดื่มสุราเป็นการส่งเสริมสุขภาพอย่างหนึ่ง	1.96	1.16	น้อย
9. การดื่มสุราทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท	4.76	0.52	มากที่สุด
10. คนที่ดื่มสุราจะเป็นที่รังเกียจของสังคม	3.42	1.09	มาก
11. การดื่มสุราแสดงถึงการเป็นคนไม่ดี	3.22	1.13	ปานกลาง
12. สุราเป็นสิ่งที่หาซื้อได้ง่าย	3.42	1.76	มาก
13. สถาบันการศึกษาควรปลอดแอลกอฮอล์	3.46	1.80	มาก
14. การดื่มสุราช่วยในการคลายเครียดได้	2.22	1.27	น้อย
15. การดื่มสุราทำให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน มีความสุข	2.42	1.19	น้อย
16. การดื่มสุราทำให้กล้าแสดงออก	3.42	1.20	ปานกลาง
17. การดื่มสุราทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง	3.42	1.14	ปานกลาง
18. คนที่เคยดื่มสุราสามารถเลิกดื่มสุราได้	1.90	0.92	น้อย
19. ไม่ควรมีการโฆษณาสุราในสื่อต่างๆ	3.22	1.42	ปานกลาง
20. ท่านรู้สึกผิดเมื่อดื่มสุรา	3.16	1.42	ปานกลาง

ตารางที่ 4.8 ผลการประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ (N=49)

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น		
	X	SD	แปลผล
1. ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิตของตนเอง	4.12	0.92	มาก
2. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นที่รักของคนอื่น	3.92	0.83	มาก
3. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนดี	4.20	0.73	มาก
4. ท่านมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น	4.70	0.46	มากที่สุด
5. ท่านมีความภาคภูมิใจในตนเอง	4.32	0.71	มาก
6. ท่านรู้สึกว่าตนเองทำหน้าที่ได้อย่างเต็ม ความสามารถ	4.22	0.74	มากที่สุด
7. ท่านรู้สึกว่าคนอื่นให้การยอมรับท่าน	4.00	0.61	มาก
8. ท่านสามารถยอมรับการวิพากษ์วิจารณ์จากคนอื่นได้	4.34	0.69	มากที่สุด
9. ท่านรู้สึกมีความสุข	4.42	0.61	มากที่สุด
10. ท่านรู้สึกชีวิตมีความหวัง	4.42	0.64	มากที่สุด
11. ท่านรู้สึกตำหนิตนเองเมื่อทำผิด	2.40	1.05	น้อย
12. ท่านรู้สึกสงสารตนเอง	3.00	0.99	ปานกลาง
13. ท่านรู้สึกว่าชีวิตตนเองมีแต่ความทุกข์	2.33	1.08	น้อย
14. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีคุณค่า	1.88	1.03	น้อย
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนโชคร้าย	2.72	1.02	น้อย
16. ท่านรู้สึกอ้างว้าง	2.61	1.26	น้อย
17. ท่านรู้สึกกังวลว่าคนอื่นจะไม่ชอบท่าน	3.16	0.86	ปานกลาง
18. ท่านรู้สึกว่าตนเองหน้าที่ได้ไม่ดีเท่าคนอื่น	3.28	0.97	ปานกลาง
19. ท่านไม่ชอบการถูกวิพากษ์วิจารณ์	3.32	1.21	ปานกลาง
20. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญสำหรับคนอื่น	2.55	1.37	น้อย

ตารางที่ 4.9 ผลการประเมินความรู้สึกตระหนักในความสามารถแห่งตนในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ

(N=49)

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น		
	X	SD	แปลผล
1. ท่านสามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่างๆในชีวิตด้วยตนเอง	4.14	0.61	มาก
2. ท่านสามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้	4.08	0.67	มาก
3. ท่านมีความมั่นใจในตนเอง	3.92	0.75	มาก
4. ถ้าเกิดปัญหาต่างๆ ท่านสามารถเผชิญปัญหาต่าง ๆ นั้นได้	4.00	0.90	มาก
5. ท่านชอบทำงานด้วยตนเอง	4.14	0.88	มาก
6. ท่านเชื่อว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตน	4.46	0.65	มากที่สุด
7. ท่านมีเป้าหมายชีวิตและพยายามเดินไปถึงจุดหมายนั้นๆ	4.50	0.61	มากที่สุด
8. ท่านสามารถหักห้ามใจต่อการกระทำพฤติกรรมที่ไม่ส่งเสริมสุขภาพ เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา	4.28	0.81	มากที่สุด
9. ท่านมีแรงจูงใจภายในตนเองต่อการกระทำสิ่งดีๆ	4.50	0.58	มากที่สุด
10. ท่านมีความรับผิดชอบต่อน้ำที่	4.24	0.72	มากที่สุด
11. ท่านหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ	3.22	0.97	ปานกลาง
12. ท่านไม่สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆได้ด้วยตนเอง	3.14	1.07	ปานกลาง
13. ท่านต้องการความช่วยเหลือจากคนอื่นเมื่อเกิดปัญหา	2.90	1.02	ปานกลาง
14. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ	2.14	1.01	น้อย
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนอ่อนแอ	2.70	0.98	ปานกลาง
16. ท่านรู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง	3.38	1.12	ปานกลาง
17. ท่านรู้สึกกังวลเมื่อได้รับมอบหมายให้ทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง	3.20	1.03	ปานกลาง
18. เมื่อท่านไม่สบายใจท่านต้องใช้สุรา / บุหรี่/ สารต่างๆ เพื่อทำให้รู้สึกดีขึ้น	1.18	1.29	น้อยที่สุด
19. ท่านไม่ชอบให้คนอื่นมาขอความช่วยเหลือจากท่าน	3.13	0.96	ปานกลาง
20. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีศักยภาพเพียงพอต่อการทำหน้าที่รับผิดชอบงานใดๆ	3.14	0.91	ปานกลาง

ตารางที่ 4.10 ผลการประเมินคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างในระยะหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ (N=49)

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น		
	X	SD	แปลผล
1. ท่านสามารถดำเนินกิจวัตรประจำวันต่างๆได้ด้วยตนเอง	4.52	0.58	มากที่สุด
2. ท่านรู้สึกพอเพียงต่อค่าใช้จ่ายต่างๆของตนเอง	4.00	0.88	มาก
3. ท่านรู้สึกได้รับการดูแลจากครอบครัวเป็นอย่างดี	4.52	0.65	มากที่สุด
4. ท่านรู้สึกได้รับความช่วยเหลือจากคนอื่น ๆ เมื่อต้องการ	4.04	0.64	มาก
5. ท่านรู้สึกมีความสุข	4.38	0.64	มากที่สุด
6. ท่านมีเวลาพักผ่อนเพียงพอ	3.96	0.83	มาก
7. ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จในชีวิตในระดับที่พอใจ	4.08	0.67	มาก
8. ท่านใช้เวลาว่างกับการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เช่น ออกกำลังกาย	3.92	0.90	มาก
9. ท่านมีเพื่อนที่ไว้วางใจได้	4.38	0.73	มาก
10. ท่านรู้สึกรักครอบครัวของท่าน	4.80	0.49	มากที่สุด
11. ท่านรู้สึกว่าชีวิตดีมีเหลือ	2.46	1.01	น้อย
12. ท่านรู้สึกว่าท่านมีอุปสรรคในชีวิต	3.19	1.13	ปานกลาง
13. ท่านรู้สึกไม่มีที่พึ่งเมื่อเกิดปัญหา	2.72	1.09	ปานกลาง
14. ท่านรู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตตนเอง	1.67	1.12	น้อยที่สุด
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จ	3.13	0.94	ปานกลาง
16. ท่านรู้สึกต่อต้านสังคม	2.04	1.06	น้อย
17. ท่านไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือความเครียดที่เกิดขึ้นได้	2.67	1.03	น้อย
18. ท่านปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม	2.08	1.07	น้อย
19. ท่านรู้สึกท้อแท้	2.55	1.04	น้อย
20. ท่านรู้สึกไม่มีความสุข	2.86	0.99	น้อย

ตารางที่ 4.11 เปรียบเทียบความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความตระหนักใน

ความสามารถแห่งตน และคุณภาพชีวิต ก่อนและ หลังการเสริมสร้างพลังอำนาจ (N=49)

ตัวแปรที่เปรียบเทียบก่อนและหลัง	X	SD	t	df	significant (p<0.05)
การเสริมสร้างพลังอำนาจ					
ความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา	-0.51		-5.38	48	.00
ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	-0.24		-2.57	48	.01
ความตระหนักในความสามารถของตนเอง	-9.90		-1.15	48	.02
คุณภาพชีวิต	-0.22		-2.06	48	.04

4.4.4 ผลของการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อพฤติกรรมเยาวชนแกนนำแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

จากการสัมภาษณ์กลุ่มเยาวชนแกนนำ ถึงความคิดเห็นต่อบทบาทการเป็นแกนนำแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นว่า ก่อนการอบรมรู้สึกว่าคุณเองไม่มีความรู้มากพอที่จะทำหน้าที่แกนนำและทำให้คนอื่นเชื่อถือ รู้สึกประหม่า คิดไม่ออกว่าควรจะทำอย่างไร ยิ่งรู้ว่าจะต้องนำเสนอผลงานต่อหน้าคนส่วนใหญ่ยิ่งรู้สึกขาดความมั่นใจ สรุปปัญหาและอุปสรรคในการเป็นแกนนำในระยะก่อนการเสริมสร้างพลังอำนาจดังนี้

1. การขาดความรู้ กลุ่มตัวอย่างระบุว่าขาดความรู้เกี่ยวกับสุรา ซึ่งเป็นเรื่องที่จะดำเนินการแก้ไขปัญหา

2. บุคลิกภาพส่วนบุคคล เช่น ขาดความมั่นใจ วิตกกังวล ไม่กล้าแสดงออก

3. ปัญหาด้านสัมพันธภาพ เนื่องจาก กลุ่มตัวอย่างมาจากหลายห้องเรียนและเรียนคนละระดับชั้น

ดังบทสนทนาต่อไปนี้

“รู้ว่าเหล้าเป็นสิ่งไม่ดี แต่ไม่รู้ว่าจะทำยังไงให้คนอื่นรับรู้แบบเดียวกันว่ามันอันตราย จะได้ไม่เข้าไปยุ่งกับมัน”

“พอรู้ว่าจะต้องขึ้นเวทีนำเสนอความรู้ และแสดงกิจกรรมต่างๆ ผมรู้สึกประหม่ามาก แต่ได้เพื่อนๆ ที่ร่วมกันถ่ายทอดกิจกรรมทำให้สนุกสนานไปเลยจนลืมประหม่า”

“กังวลเหมือนกันว่าจะทำยังไงให้คนอื่นเชื่อในสิ่งที่เราต้องการนำเสนอ แต่ก็พยายามตั้งใจทำในสิ่งที่เตรียมไว้กับเพื่อน ถ้าให้ทำคนเดียวคงทำไม่ได้”

“ปกติหนูไม่ค่อยกล้าแสดงออก คิดว่าเข้ารับการอบรมเพื่อรับความรู้เท่านั้น”

“ถึงอยู่ในสาขาเดียวกันแต่อยู่กับคนละห้องก็ไม่สนิทกันเท่าไร รู้สึกกังวลว่าจะเข้ากับเพื่อนได้หรือไม่”

หลังการอบรมและร่วมกิจกรรมในการเสริมสร้างพลังอำนาจทุกขั้นตอน กลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ดังนี้

1. มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น รู้สึกกระตือรือร้น กล้าแสดงออก
2. มีความรู้สึกตระหนักในบทบาทการเป็นแกนนำแก้ไขปัญหาสุรา
3. มีความมั่นใจว่าตนเองจะไม่เกี่ยวข้องกับสุรา
4. มีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างรุ่นพี่รุ่นน้องและความเป็นเพื่อน
5. มีทักษะการเป็นผู้นำ
6. รู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง

ดังบทสนทนาต่อไปนี้

“ เพื่อนๆมีส่วนช่วยกันมากเลยในการกระตุ้นให้เกิดความคิดที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้พวกเราสนิทกันมากขึ้นด้วยครับ”

“ ตอนจะขึ้นเวทีก็รู้สึกประหม่า แต่เมื่อคิดว่าเป็น โอกาสในการมีส่วนร่วมทำสิ่งดี ประกอบกับมีเพื่อนๆร่วมแสดงด้วยก็เลย แสดงออกเต็มที่”

“ สนุกมากค่ะ.. ไม่คิดว่าตัวเองจะกล้าและทำได้แบบนี้ พอมีเพื่อนร่วมแสดงเยอะ”

“ ผมตื่นเต้นมากเลยครับที่จะได้นำเสนอผลงาน เหมือนตัวเองเป็นผู้กำกับที่รอลุ้นผลงานต่อผู้ชม.. ตอนสัมภาษณ์ผู้ชม หลายคนบอกว่าชอบสลิปห้าภาพโหดโทษสุรา.. โห..ภูมิใจมากครับ เพราะผมตั้งใจนำเสนอมาก”

“ พี่(นามสมมติ)เขาดูแลทุกขั้นตอนเลยคะ ตั้งแต่เขียนบท กำกับ แล้วก็ซ้อม เขียนพญาเองด้วย พวกหนูเชื่อฝีมือเขา ก็เลยแสดงเต็มที่ ภูมิใจคะที่ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนี้”

“ เราน่าจะขยายผลต่อ หาเพื่อนๆต่างสถาบันมาร่วม โครงการ ”

“ ทำให้เราภูมิใจจริงๆนะคะ ยังมีคนปรบมือให้ มันเหมือนกับเราทำสำเร็จเลยคะ”

“ เราต้องทำตัวเป็นแบบอย่างให้รุ่นน้องด้วย เพราะสาขาเราเป็นผู้นำทางสุขภาพอยู่แล้ว คนอื่นๆจะได้ดูเราเป็นแบบอย่าง กิจกรรมทุกอย่างในสาขาหรือในมหาวิทยาลัยต้องไม่มีเหล้า.. ในฐานะประธานสาขาและกรรมการองค์การนักศึกษาผมจะรณรงค์ให้กิจกรรมต่างๆเป็นกิจกรรมปลอดเหล้าทั้งในมหา'ลัยและนอกมหา'ลัย”

“ รู้สึกมั่นใจในตัวเองมากขึ้น จากตอนแรกที่คิดว่าจะทำไม่ได้ ก็ทำได้”

“ ตอนนี่คิดว่าตัวเองสามารถแสดงออกต่อหน้าคนอื่นได้แล้ว รู้สึกว่ามีความกล้า และมั่นใจขึ้น”

“ รู้สึกภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมครั้งนี้ อยากทำกิจกรรมดีๆแบบนี้อีก”

“ อยากสร้างเครือข่าย เนวร่วมผู้ไม่ดื่มสุรา มั่นใจว่าตัวเองจะทำได้”

จากการประเมินด้านพฤติกรรมของกลุ่มเยาวชนแกนนำต่อการลด ละ เลิกสุรา พบว่ากลุ่มตัวอย่างเยาวชนแกนนำ มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดังนี้

1. มีการกำหนดแนวทางในการจัดกิจกรรมต่างๆในสาขาสาธารณสุขศาสตร์ ให้เป็นกิจกรรมปลอดสุรา เช่น กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมเลี้ยงส่งรุ่นพี่ ทั้งภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย

2. กลุ่มตัวอย่างแกนนำจะเป็นตัวอย่างให้รุ่นน้อง ในการไม่ดื่มสุรา เพื่อให้รุ่นน้องตระหนักต่อการตั้งใจเรียนโดยไม่ข้องเกี่ยวกับสุรา

3. กลุ่มตัวอย่างแกนนำต้องการทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ให้นักศึกษาในมหาวิทยาลัยตระหนักถึงการลด ละ เลิกสุรา

4. กลุ่มตัวอย่างแกนนำต้องการขยายผลการทำกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหาสุรา ไปยังสถานศึกษาอื่นๆ เพื่อให้เกิดความตระหนัก การลด ละ เลิกสุรา

ดังบทสนทนาต่อไปนี้

แกนนำที่เป็นประธานนักศึกษาสาขาวิชาสาธารณสุขกล่าวว่

“ผมจะทำข้อตกลงกับน้องๆในสาขาว่าต่อไปนี้การจัดกิจกรรมอะไรก็ตามจะต้องปลอดเหล้า เริ่มจากงานเลี้ยงส่งรุ่นพี่ที่เคยครับ และถ้าจะมีการเลือกตั้งประธานนักศึกษาคนต่อไปอยากให้อาจารย์ระบุว่าต้องเป็นคนที่มีการเรียนดีไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้าครับ”

“พวกเราต้องทำตัวให้เป็นตัวอย่างของรุ่นน้องค่ะ พี่ๆต้องไม่ชวนน้องดื่ม ไม่ดื่มให้น้องเห็น แล้วก็ควรไม่ดื่มจริงๆทั้งต่อหน้าและลับหลังคืออยากให้ไม่มีการดื่มเหล้าเลยคะ”

“จุดสารสา'สุขจะใส่คอลัมน์เล่าเรื่องเหล้านะคะ เพราะจะได้เผยแพร่ความรู้เรื่องเล่าไปเรื่อยให้ต่อเนื่อง”

“มีน้องๆบอกว่า อยากให้อาภาพโทคออกเผยแพร่ ให้คนอื่นๆที่ไม่ได้เข้าอบรมเห็นแล้วจะได้กลัว และจะได้เลิกดื่มเหล้า”

“เราจะเอาชั่วโมงโฮมรูม มาพูดคุยกับน้องๆ ไม่ให้ยุ่งเกี่ยวกับสุราดื่มยัครับ”

“เราน่าจะขยายผลไปตามโรงเรียนต่างๆดื่มยัครับ”

“ไปเทคนิคก่อนเลยครับ เผื่อจะได้แนวร่วม...อาจารย์น่าจะทำต่อ นะครับ..เราจะได้ประชาสัมพันธ์สาขาของเราด้วย”

“เราอาจจะพัฒนาในสาขาเราก่อน เช่นพวกเราอบรมน้องๆที่ยังไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ให้เขาเข้าเป็นแกนนำกับเรา เขาจะได้ตระหนักด้วยตัวเอง”

“อยากลองความสามารถของตัวเองว่าจะทำได้มัย...อาจารย์ขยายผลไปคณะอื่นๆต่อไปก็ดีคะ”

“อยากให้กิจการนักศึกษาจัดอย่างนี้บ้าง มีน้องๆหลายคนบอกว่าอยากให้คณะอื่นเข้าร่วมกิจกรรมด้วย”

“กิจกรรมแบบนี้ทำให้เราสนิทสนมกัน สาขาเราจะได้มีความเป็นยูนิตี้”

นอกจากนี้หลังการจัดกิจกรรมการณรงค์แก้ไขปัญหามสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มีการขยายผลการรณรงค์ต่อด้วยการนำเสนอผลงานวิดิทัศน์เรื่องน้ำและน้ำเมา และสลิปห้าภาพโทษของสุราในการจัดกิจกรรมต่างๆให้นักศึกษาของกองกิจการนักศึกษา มีการจัดรายการวิทยุชื่อรายการรอบรู้สุขภาพ ที่คลื่นF.M. 107.7 เมกกะเฮิร์ซ สถานีวิทยุเครือข่ายมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ในสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ โดยมีการสอดแทรกสาระความรู้โทษและผลกระทบของสุรา ทุกครั้ง และจัดทำจุดสารเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพ ชื่อสารสาธารณสุข โดยจัดให้มีคอลัมน์ประจำชื่อ “เล่าเรื่องเหล้า” เพื่อเผยแพร่ความรู้เรื่องสุรา สถิติ และผลกระทบด้านต่างๆ ตลอดจนภาพผลกระทบที่เกิดจากการดื่มสุรา

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเพื่อทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชนต่อการแก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มีข้อสรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการวิจัยและข้อเสนอแนะจากการวิจัย ซึ่งจะนำเสนอตามลำดับดังต่อไปนี้

5.1 สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาสาขาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี จำนวน 50 คน เป็นหญิง 41 คน (ร้อยละ 82) และเพศชาย 9 คน (ร้อยละ 18) อายุระหว่าง 19-22 ปี เฉลี่ย 19.24ศึกษาในระดับชั้นปีที่ 2 จำนวน 40 คน (ร้อยละ 80) และชั้นปีที่ 3 จำนวน 10 คน (ร้อยละ 20) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เคยดื่มสุรา จำนวน 37 คน(ร้อยละ 74) และไม่เคยดื่ม จำนวน 12 คน(ร้อยละ 24) ไม่ระบุพฤติกรรมการดื่ม 1 คน (ร้อยละ 2) ช่วงอายุของการดื่มสุราครั้งแรกต่ำสุด 14 ปี และสูงสุด 20 ปี เฉลี่ย 17.27 ปี สาเหตุของการดื่มครั้งแรกที่พบมากที่สุดคือเพื่อการสังสรรค์ จำนวน 12 คน(ร้อยละ 24) รองลงมาได้แก่ อยากลอง จำนวน 11 คน (ร้อยละ 22) เพื่อนชวน จำนวน 8 คน (ร้อยละ 16) ถูกบังคับ จำนวน 3 คน(ร้อยละ 6) และไม่ระบุ จำนวน 3 คน (ร้อยละ 6) ก่อนการทดลองผลประเมินความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา พบว่า สุราทำให้สุขภาพไม่ดี ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามปกติ ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท และการเป็นนักศึกษาไม่ควรดื่มสุราอยู่ในระดับมากที่สุด การดื่มสุราทำให้เสียการเรียน มีความคิดเห็นในระดับมาก ผลการประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น ในระดับมากที่สุด มีความพึงพอใจในชีวิตตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นที่รักของคนอื่น รู้สึกว่าตนเองเป็นคนดี มีความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าได้ทำหน้าที่อย่างเต็มความสามารถ รู้สึกว่าคนอื่นให้การยอมรับ สามารถยอมรับการวิจารณ์จากคนอื่นได้ รู้สึกมีความสุข รู้สึกมีความหวังในระดับมาก ในทางตรงกันข้าม กลุ่มตัวอย่างยังมีความรู้สึกในเชิงลบ ได้แก่ รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า รู้สึกว่าตนเองเป็นคนโหดร้าย รู้สึกอ้างว้าง และ รู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญสำหรับคนอื่นในระดับมาก ผลการประเมินความรู้สึกตระหนักในความสามารถของตนเองพบว่ากลุ่มตัวอย่างคิดว่าถ้าเกิดปัญหาต่างๆจะสามารถเผชิญปัญหานั้นๆได้ เชื่อว่าตนเองเป็นที่พึ่งแห่งตน มีเป้าหมายชีวิตและพยายามเดินไปถึงจุดหมายนั้นๆ สามารถหักห้ามใจต่อการกระทำพฤติกรรมที่ไม่ส่งเสริมสุขภาพ เช่นการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา มีแรงจูงใจภายในตนเองต่อการกระทำสิ่งดีๆ ในระดับมากที่สุด ส่วนความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่างๆในชีวิต ความสามารถในการควบคุมตนเอง ความมั่นใจในตนเอง ชอบทำงานด้วยตนเอง มีความรับผิดชอบต่อน้ำที่ ในระดับมาก ในทาง

ตรงกันข้ามกลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกในด้านลบได้แก่ ไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ ตนเองเป็นคนอ่อนแอ รู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง รู้สึกกังวลเมื่อได้รับมอบหมายงานอย่างใดอย่างหนึ่ง เมื่อไม่สบายใจต้องใช้สุรา/บุหรี่/สารต่างๆเพื่อทำให้รู้สึกดีขึ้น ไม่ชอบให้คนอื่นมาขอความช่วยเหลือ และรู้สึกว่าตนเองไม่มีศักยภาพเพียงพอต่อการทำหน้าที่รับผิดชอบงานใด ในระดับมาก จากการประเมินคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างระบุว่าสามารถดำเนินกิจกรรมประจำวันต่างๆได้ด้วยตนเอง รู้สึกได้รับการดูแลจากครอบครัวเป็นอย่างดี รู้สึกมีความสุข และรู้สึกรักครอบครัว อยู่ในระดับมากที่สุด นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างรู้สึกเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายต่างๆของตนเอง รู้สึกได้รับความช่วยเหลือจากคนอื่นๆเมื่อต้องการ มีเวลาพักผ่อนเพียงพอ รู้สึกประสบความสำเร็จในระดับที่พอใจ มีพื้นที่ไว้วางใจได้ ในระดับมาก ในทางตรงกันข้ามกลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกในด้านลบได้แก่ รู้สึกว่าชีวิตล้มเหลว รู้สึกไม่มีที่พึ่งเมื่อเกิดปัญหา รู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตตนเอง รู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จ รู้สึกต่อต้านสังคม ไม่สามารถจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้นได้ ปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม รู้สึกท้อแท้ และรู้สึกไม่มีความสุขในระดับมาก

ในระหว่างการทดลอง กลุ่มตัวอย่างได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ โดยใช้รูปแบบตามแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ 4 ขั้นตอนคือ ขั้นที่1การสร้างสัมพันธภาพด้วยกิจกรรมนันทนาการ(Building Bonding) ขั้นที่2 การวิเคราะห์ปัญหาและผลการทบทวนการดื่มสุรา (Problem Learning) ด้วยกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม และระดมสมอง ขั้นที่3 การหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา ด้วยการจัดกิจกรรมรณรงค์ และขั้นที่4 การประเมินผลการดำเนินงาน ซึ่งการสำรวจความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมรณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี พบว่า เห็นว่าควรมีการจัดกิจกรรมการรณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี และควรขยายผลไปยังสถานศึกษาอื่นๆ ด้วยในระดับมากที่สุด ส่วนความคิดเห็นต่อกิจกรรมเห็นว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นมีความน่าสนใจ กิจกรรมที่จัดขึ้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโครงการ กิจกรรมที่จัดขึ้นทำให้ท่านตระหนักต่อผลกระทบของสุรา กิจกรรมที่จัดขึ้นทำให้ท่านเกิดแรงบันดาลใจในการที่จะไม่เกี่ยวข้องกับสุรา อยากมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เห็นว่าควรมีการรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานีอย่างต่อเนื่อง รู้สึกชื่นชมบุคคลที่ท่าบทบาทในการรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เห็นว่าระยะเวลาในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม อยู่ในระดับมาก

หลังการทดลอง เป็นการประเมินผลการเสริมสร้างพลังอำนาจ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นแกนนำในการรณรงค์การแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี พบว่า ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในความสามารถของตนเอง และคุณภาพชีวิต พบว่ามีความแตกต่างกันระหว่างก่อนและหลังการเสริมสร้างพลังอำนาจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ0.05

5.2 อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยในระยะก่อนการทดลองพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ทั้งในกลุ่มแกนนำณรงค์แก้ไขปัญหาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี และกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมณรงค์ มีพฤติกรรมการดื่มสุรา อายุต่ำสุดของการเริ่มดื่มครั้งแรกคือ 14 ปี เฉลี่ย 17.2 ปี สอดคล้องกับรายงานของบัณฑิต ศรีไพศาลและคณะ (2550) ระบุว่า [] อายุเฉลี่ยของผู้ [] ที่เริ่มดื่มสุราครั้งแรก มีแนวโน้มลดลง โดยอยู่ในช่วงอายุเฉลี่ย 15-19 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.9 หรือเกือบครึ่งหนึ่งของเยาวชนเคยลองดื่มสุรา เช่นกันกับรายงานการศึกษาพฤติกรรมการดื่มสุราของวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและสถาบันอุดมศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการดื่มสุราร้อยละ 61.4 มีอายุเฉลี่ยของการดื่มครั้งแรกคือ 15.2 ปี (กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ, 2550)

ส่วน สาเหตุของการดื่มกลุ่มตัวอย่างระบุว่าเนื่องจากเพื่อสังสรรค์และเพื่อนชวน สอดคล้องกับการศึกษาเชิงสำรวจถึงพฤติกรรมการดื่มสุราของวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี ระบุว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดื่มสุรา ได้แก่ อยากรอง เพื่อนชวน ดื่มในงานสังสรรค์ เกรียด ทะเลาะกับสมาชิกในครอบครัว และพ่อแม่ให้ดื่มเป็นเพื่อน (กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ, 2550) เช่นกันกับรายงานการศึกษาระบาดวิทยาการใช้สารเสพติดของผู้ใช้แรงงานจากสถานประกอบการจำนวน 998 คน ในจังหวัดอุดรธานี ปี 2549 พบว่า ผู้ใช้แรงงานมีพฤติกรรมการใช้สารเสพติดทั้งในรูปแบบถูกกฎหมายและผิดกฎหมาย โดยพบว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 76.4 สาเหตุของการใช้สารเสพติดได้แก่ อยากรอง เพื่อนชวน เพื่อสังสรรค์ เพื่อเข้าสังคม เพื่อช่วยให้ทำงานได้นานขึ้น และเพื่อผ่อนคลายความเครียด (กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ, 2549)

จากการเปรียบเทียบผลของการเสริมสร้างพลังอำนาจในระยะก่อนทดลองและหลังทดลอง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยพบว่า ในระยะก่อนการทดลอง เมื่อประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองกลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกในเชิงลบ ได้แก่ รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า รู้สึกว่าตนเองเป็นคนโหดร้าย รู้สึกอ้างว้าง และรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญสำหรับคนอื่นในระดับมาก แต่ในระยะหลังการทดลองใช้การเสริมสร้างพลังอำนาจพบว่า ความรู้สึกดังกล่าวมีระดับลดลงเป็นระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจโดยให้กลุ่มตัวอย่างมีโอกาสในการแสดงบทบาทในการแก้ไขปัญหาเพื่อส่วนรวม ทำให้ตระหนักต่อความเสียสละ และรู้สึกถึงความมีคุณค่าของตนเองที่มีต่อผู้อื่น ดังที่โทมัส และ เวลเฮาส์ (Thomas & Velhuse, 1990) และ สปริตเซอร์ (Spreitzer, 1995) ระบุว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นการสร้างแรงจูงใจ ให้ผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจเกิดความมั่นใจในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้สำเร็จได้ เป็นการพัฒนาความรู้สึกของบุคคลให้มีความเชื่อในเรื่อง ประสิทธิภาพของบุคคลเพื่อทำงานร่วมกัน ไปสู่เป้าหมายของงาน นอกจากนี้การที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกต่อคุณค่าของตนเองในทางที่ดีขึ้น เนื่องจากพื้นฐานเดิมที่พบจากการประเมินในระยะก่อนทดลองที่

พบว่ารู้สึกว่าเป็นคนดี มีความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าได้ทำหน้าที่อย่างเต็มความสามารถ รู้สึกว่าคนอื่นให้การยอมรับ สามารถยอมรับการวิจารณ์จากคนอื่นได้ มีความรู้สึกมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น ในระดับมากที่สุด จึงเป็นคุณลักษณะเด่นที่นำไปสู่ความสำเร็จในการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อเป็นแกนนำรณรงค์การแก้ไขปัญหายาสุราในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

ส่วนผลการเปรียบเทียบความตระหนักต่อความสามารถของตนพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกในด้านลบได้แก่ ไม่สามารถแก้ไขปัญหาคด้วยตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ ตนเองเป็นคนอ่อนแอ รู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง รู้สึกกังวลเมื่อได้รับมอบหมายงานอย่างใดอย่างหนึ่ง และรู้สึกว่าตนเองไม่มีศักยภาพเพียงพอต่อการทำหน้าที่รับผิดชอบงานใด ในระดับมาก แต่ภายหลังการทดลองพบว่าความรู้สึกดังกล่าวลดลงในระดับปานกลาง ทั้งนี้โทมัส และ เวลเฮ้าส์ (Thomas & Velthouse, 1990) และ สปริตเซอร์ (Spreitzer, 1997) ระบุว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจ ทำให้ผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ มีความเชื่อมั่นในสมรรถนะของตนเอง ที่จะทำให้งานประสบความสำเร็จ รับรู้ความสามารถในการทำงานของตนเอง สามารถตัดสินใจเองได้ และ รับรู้ว่าคุณค่าของตนเองมีส่วนทำให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ต่องานได้ ทำให้ผู้ปฏิบัติรู้จักคุณค่าของตนเอง เพิ่มสมรรถนะของตน และเกิดความพึงพอใจในงาน เช่นเดียวกับผลการศึกษาที่พบว่า ก่อนทดลองกลุ่มตัวอย่างมีระดับคุณภาพชีวิตในเชิงลบได้แก่ รู้สึกว่าชีวิตล้มเหลว รู้สึกไม่มีที่พึ่งเมื่อเกิดปัญหา รู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตตนเอง รู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จ รู้สึกต่อต้านสังคม ไม่สามารถจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้นได้ ปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม รู้สึกท้อแท้ และรู้สึกไม่มีความสุขในระดับมาก แต่ในระยะหลังการทดลองลดลงในระดับปานกลาง ซึ่งชี้ให้เห็นว่าความคิดเห็นต่อคุณภาพชีวิตดีขึ้น ซึ่งกิบสัน (Gibson, 1991) ระบุถึงผลของการเสริมสร้างอำนาจว่า ทำให้ผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจเกิดความรู้สึกต่อตนเองในเชิงบวก (Positive self-concept) มีความพึงพอใจในตนเอง มีความรู้สึกเป็นผู้นำ มีความรู้สึกในการสามารถควบคุมสิ่งต่างๆ รู้สึกถึงการมีพัฒนาการของตนเอง การมีความหวัง และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจ ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกต่อคุณค่าของตนเอง ตระหนักต่อความสามารถของตน และคุณภาพชีวิตดีขึ้น ทั้งนี้ขึ้นกับปัจจัยองค์ประกอบด้านอื่นๆ เช่น บุคลิกภาพเดิมของกลุ่มตัวอย่างที่มีมุมมองต่อตนเองในด้านบวก เช่นความรู้สึกมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น มีความพึงพอใจในชีวิตตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นที่รักของคนอื่น รู้สึกว่าตนเองเป็นคนดี มีความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าได้ทำหน้าที่อย่างเต็มความสามารถ รู้สึกว่าคนอื่นให้การยอมรับ มีแรงจูงใจภายในตนเองต่อการกระทำสิ่งดีๆ รู้สึกได้รับการดูแลจากครอบครัวเป็นอย่างดี รู้สึกมีความสุข และรู้สึกรักครอบครัว องค์ประกอบเหล่านี้ชี้ให้เห็นว่าบุคคลมีพลังอำนาจในตนเอง เมื่อได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจที่เหมาะสม จึงสนับสนุนให้บุคคลได้แสดงบทบาทตามศักยภาพ ที่นำมาซึ่งความสำเร็จ อันจักนำมาซึ่งความภาคภูมิใจในตนเอง ความสามารถของตนเอง ตลอดจนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น

5.3 ข้อเสนอแนะ

1. การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นการพัฒนาศักยภาพบุคคลให้สามารถคิดวิเคราะห์ปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ดังนั้น จึงควรมีการนำแนวคิดนี้ไปใช้ในการแก้ไขปัญหาด้านอื่นๆ เช่น บุหรี่ สารเสพติด โดยเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางพัฒนา เพื่อให้สามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง

2. สถาบันต่างๆ ควรมีการนำแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจไปใช้ในการพัฒนาองค์กร ด้วยการพัฒนาบุคลากรให้มีส่วนร่วมในการบริหาร เช่น การวิเคราะห์ปัญหาองค์กร การหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาร่วมกัน การมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา ตลอดจนประเมินผลการดำเนินงาน อันจักเป็นการส่งเสริมให้บุคลากรตระหนักถึงการมีส่วนร่วมพัฒนา อันจักนำไปสู่การภักดีต่อองค์กร และความเจริญรุ่งเรืองขององค์กรต่อไป

3. การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นการเน้นให้ผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจมีการเรียนรู้ปัญหา แก้ไขปัญหา และประเมินผลการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ดังนั้น ผู้ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจ ควรมีคุณลักษณะที่เปิดกว้าง ยอมรับความคิดเห็น ไม่ควบคุม ไม่ยกตนข่มท่าน อันจักเป็นการเอื้อต่อการให้ผู้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจได้แสดงศักยภาพอย่างเต็มที่

4. ควรมีการศึกษาเพื่อติดตามผลพฤติกรรมเกี่ยวกับการดื่มสุราของเยาวชนแกนนำที่ได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจ

5. ควรมีการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบทัศนคติ พฤติกรรมการดื่มสุรา ระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี กับกลุ่มที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรม

6. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมของนักศึกษาต่อการกำหนดนโยบายการป้องกันและแก้ไขปัญหามหาวิทยาลัย

5.4 บทสรุปสำหรับผู้บริหาร

การวิจัยเพื่อทดลองใช้พลังอำนาจเยาวชน ต่อการณรงค์แก้ไขปัญหามหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มีพื้นฐานความเชื่อว่าบุคคลมีศักยภาพสามารถเรียนรู้และแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ดังนั้นการเสริมสร้างพลังอำนาจ จึงเป็นกระบวนการพัฒนาศักยภาพบุคคล โดยเน้นคนเป็นศูนย์กลางในการพัฒนา ด้วยการให้บุคคลเรียนรู้ปัญหาด้วยตนเอง หาวิธีแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยตนเอง ปฏิบัติการแก้ไขปัญหาดังกล่าว และประเมินผลการแก้ไขปัญหาดังกล่าว โดยมีผู้ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นผู้อำนวยความสะดวก ในการบริหารงานนั้น ผู้บริหารสามารถเป็นผู้ให้การเสริมสร้างพลังอำนาจและอำนวยความสะดวกแก่ผู้ปฏิบัติงานในองค์กร เช่น การจัดหาทรัพยากรที่จำเป็นและเพียงพอต่อการปฏิบัติการแก้ไขปัญหาดังกล่าว การเปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติงาน ได้แสดงความสามารถอย่างเต็มศักยภาพ โดยการเตรียมให้มีความพร้อมทั้งด้านความรู้และทักษะ มีความ

เข้าใจและมีประสบการณ์ในการแก้ไขปัญหา ด้วยวิธีการต่างๆ เช่น การฝึกอบรม การให้คำปรึกษา การเป็นที่เลี้ยง (Mentoring) ซึ่งระบบที่เลี้ยง ซึ่งถือว่าเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างบรรยากาศในการทำงานร่วมกัน อันจะนำไปสู่ประสิทธิภาพของงาน อีกทั้งยังเป็นความรู้สึกรักภาคภูมิใจในตนเอง เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นของผู้ปฏิบัติงาน นอกจากนี้ผู้บริหารในฐานะผู้เสริมสร้างพลังอำนาจ ยังต้องมีความไว้วางใจ (Trust) ต่อผู้ปฏิบัติงาน มีการให้ข้อมูลย้อนกลับ ถึงข้อดี ข้อเสีย หรือมีสิ่งใดบ้างที่ต้องปรับปรุง มีการสอนและการปฏิบัติเป็นแบบอย่าง มีการติดต่อสื่อสาร หลายรูปแบบ เช่น การประชุมย่อย การพบปะกันในแผนก การประชุมปรึกษา เพื่อให้ได้รับข่าวสารร่วมกัน มีการตั้งเป้าหมายร่วมกัน ซึ่งเป็นการสนับสนุนการเสริมสร้างพลังอำนาจ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานรู้สึกถึงการมีส่วนร่วม รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของงาน ทำให้รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และมีการสนับสนุนในทางบวก โดยผู้บริหารจะต้องสร้างหรือให้คำแนะนำเชิงสร้างสรรค์ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีการสร้างรูปแบบทางความคิด เพื่อสร้างความมั่นใจในการทำงาน

บทสรุปจากการศึกษา ชี้ให้เห็นว่า แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ ทำให้เยาวชนสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเอง กล้าคิด กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม มีความคิดสร้างสรรค์ และเกิดภาวะผู้นำ อันจักเป็นการนำไปสู่การเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ การมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา จะทำให้บุคคลเกิดความตระหนักในบทบาทของตนเอง จนเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเอง เพื่อเป็นแบบอย่าง เช่น ไม่เกี่ยวข้องกับสุรา เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีต่อบุคคลอื่นๆ นอกจากนี้การให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการกำหนดนโยบายหรือแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษา จักเป็นการนำไปสู่การพัฒนาองค์กรอย่างเหมาะสมต่อไป

บรรณานุกรม

- กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ. (2550). พฤติกรรมการสูบบุหรี่ การดื่มสุราและการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี. **วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี**. ปีที่2 ฉบับที่1 (เมษายน-กันยายน): หน้า 1-8.
- กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ. (2548). การเสริมสร้างพลังอำนาจ. **วารสารพยาบาลศาสตร์**. ปีที่6 ฉบับที่10. หน้า 46-49.
- กิตติยาภรณ์ โชคสวัสดิ์ภิญโญ.(2549). ระบาดวิทยาการใช้สารเสพติดของผู้ใช้แรงงานในจังหวัดอุดรธานี. **วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี**.ปีที่7 ฉบับที่9: หน้า 90-98.
- บัณฑิต ศรีไพศาลและคณะ. (2550). **รายงานสถานการณ์สุราประจำปี 2550**. พิมพ์ครั้งที่1. กรุงเทพฯ: ไชยดาสตูดิโอ ศรีเอชเอ็น แอนด์ พลัับลิชชิ่ง.
- มโนวิช เรื่องดิษฐ์ สุรา...พิษร้ายสำหรับเยาวชน. (เอกสารอัดสำเนา)
- วัยรุ่นกับการดื่มแอลกอฮอล์. [serial online][cited 2005 June 26]. Available from:URL://www.thaihealth.or.th/content.php?systemModuleKey=situationalcohol &id=492.
- แอลกอฮอล์. [serial online][cited 2005 July 4]. Available from: URL:http://classroom.psu.ac.th/users/supiyara/alcohol.htm.
- Anderson RM., Funnell MM, Butter PM. Arnold MS,Fitzgerald JT,and Feste CC. (1955). Patient empowerment : Result of randomized controlled trial. **Diabetes Care**.Vol18(7):p.943-949.
- Gibson CH. (1991). A concept analysis of empowerment. **Journal Advance Nursing**. Vol16:p354:361.
- Gutierrez LM. (1990). Working with woman of color: An empowerment perspective. **Social Work**. vol13 : p149-153.
- Hawks, J.H.(1992). Empowerment in nursing education: concept analysis and application to philosophy, learning and instruction. **Journal of Advance Nursing**. Vol17:p 609-618.

- Jirapet V. (2000). Effects of an empowerment program on coping, quality of life, and the maternal role adaptation of Thai HIV-infected mothers. **JANAC**. Vol 11(4): p.34-45.
- Keiffer,C.H.(1984). **Empowerment and Synergy:Expanding the community's healing resources**. Newyork: The Haworth Press.
- Rappaport J., Swift C.and Hess R., editors. (1984). **Studies in empowerment: steps toward understanding and action**. New York: Haworth Press.
- Sathirapanya C. (2001). **The effectiveness of empowerment for enhancing quality of life among ischemic stroke patients attending Songkhla Neuropsychiatric Hospital**. PhD. Thesis in Public Health. Bangkok: The graduate School, Mahidol University.
- Wallerstein N.,and Bernstein E. (1988). Empowerment education : Freire's ideas adapted to health education. **Health Education**. Vol 15(4): p.379-394.

ภาคผนวก

แบบสอบถาม
การเสริมสร้างพลังอำนาจเยาวชนต่อการแก้ไขปัญหายาเสพติด
ใน มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี พ.ศ. 2550

คำชี้แจง

โครงการวิจัยในครั้งนี้มุ่งที่จะพัฒนาให้เกิดแนวทางในการแก้ไขปัญหายาเสพติดในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ขอให้ผู้ตอบแบบสอบถาม โปรดให้ข้อมูลที่ตรงตามความเป็นจริง เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการแก้ไขปัญหายาเสพติดที่เหมาะสมต่อไป

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

- | | ผู้วิจัย |
|---|--------------------------|
| 1. เพศ <input type="checkbox"/> ชาย <input type="checkbox"/> หญิง | <input type="checkbox"/> |
| 2. อายุ.....ปี | |
| 3. ระดับการศึกษา | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ปริญญาตรี | |
| <input type="checkbox"/> ปริญญาโท | |
| <input type="checkbox"/> ปริญญาเอก | |
| <input type="checkbox"/> ปริญญาโท | |
| 4. คณะ.....สาขาวิชา..... | |
| 5. ค่าใช้จ่าย.....บาทต่อเดือน | |
| 6. อาชีพผู้ปกครอง | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> เกษตรกร | |
| <input type="checkbox"/> ค้าขาย | |
| <input type="checkbox"/> รับจ้าง | |
| <input type="checkbox"/> รับราชการ | |
| <input type="checkbox"/> อื่นๆ (ระบุ)..... | |
| 7. ท่านเคยดื่มสุรา (ยกเว้นการจิบเพื่อชิม) | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> เคย | |

ไม่เคย

8. ท่านดื่มสุราครั้งแรก อายุ.....ปี

9. สาเหตุของการดื่มครั้งแรก

อยากลอง

เพื่อนชวน

สังสรรค์

ถูกบังคับ

เครียด

อื่นๆ (ระบุ).....

10. ปัจจุบันท่านยังดื่มหรือไม่

ดื่ม เพราะ.....

ไม่ดื่ม เพราะ.....

11. ประเภทของเครื่องดื่ม

น้ำผลไม้ผสมแอลกอฮอล์ เช่น ฟันช์

ไวน์

เบียร์

เหล้าแดง

เหล้าขาว

อื่นๆ (ระบุ).....

12. ค่าใช้จ่ายในการดื่ม

ไม่ได้จ่ายเอง

จ่าย จำนวน.....บาทต่อครั้ง

13. ท่านคิดว่าจะเลิกดื่มหรือไม่

เลิก เพราะ.....

ไม่เลิก เพราะ.....

14. ท่านคิดว่าสื่อประเภทใด ที่จะเป็นมูลเหตุจูงใจให้ท่านเลิกดื่ม

(โปรดใส่หมายเลขเรียงลำดับตามความสำคัญ)

แผ่นพับ

แผ่นป้ายโฆษณา

วิทยู

โทรทัศน์

การส่งข้อความทางโทรศัพท์ อินเทอร์เน็ต

√ อื่นๆ (ระบุ).....

ตอนที่2 ความคิดเห็นต่อการดื่มสุรา โปรดแสดงความคิดเห็นที่สอดคล้องกับความคิดเห็นของท่าน

ความคิดเห็น	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. การดื่มสุราทำให้สุขภาพไม่ดี					
2. การดื่มสุราทำให้ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามปกติ					
3. การดื่มสุราทำให้มีเพื่อนมาก					
4. การดื่มสุราทำให้ได้รับการยอมรับ					
5. การดื่มสุราแสดงถึงความเป็นผู้ใหญ่					
6. นักเรียนนักศึกษาไม่ควรดื่มสุรา					
7. การดื่มสุราทำให้เสียการเรียน					
8. การดื่มสุราเป็นการส่งเสริมสุขภาพอย่างหนึ่ง					
9. การดื่มสุราทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท					
10. คนที่ดื่มสุราจะเป็นที่รังเกียจของสังคม					
11. การดื่มสุราแสดงถึงการเป็นคนไม่ดี					
12. สุราเป็นสิ่งที่หาซื้อได้ง่าย					
13. สถาบันการศึกษาควรปลอดแอลกอฮอล์					
14. การดื่มสุราช่วยในการคลายเครียดได้					
15. การดื่มสุราทำให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน มีความสุข					
16. การดื่มสุราทำให้กล้าแสดงออก					
17. การดื่มสุราทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง					
18. คนที่เคยดื่มสุราสามารถเลิกดื่มสุราได้					
19. ไม่ควรมีการโฆษณาสุราในสื่อต่างๆ					
20. ท่านรู้สึกผิดเมื่อดื่มสุรา					

แบบประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง ให้ท่านแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมต่างๆที่ตรงกับความรู้สึกของตัวท่านมากที่สุด

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิตของตนเอง					
2. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นที่รักของคนอื่น					
3. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนดี					
4. ท่านมีความสุขในการช่วยเหลือคนอื่น					
5. ท่านมีความภาคภูมิใจในตนเอง					
6. ท่านรู้สึกว่าตนเองทำหน้าที่ได้อย่างเต็มความสามารถ					
7. ท่านรู้สึกว่าคนอื่นให้การยอมรับท่าน					
8. ท่านสามารถขอรับการวิพากษ์วิจารณ์จากคนอื่นได้					
9. ท่านรู้สึกมีความสุข					
10. ท่านรู้สึกชีวิตมีความหวัง					
11. ท่านรู้สึกตำหนิตนเองเมื่อทำผิด					
12. ท่านรู้สึกสงสารตนเอง					
13. ท่านรู้สึกว่าชีวิตตนเองมีแต่ความทุกข์					
14. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีคุณค่า					
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนโชคร้าย					
16. ท่านรู้สึกอ้างว้าง					
17. ท่านรู้สึกกังวลว่าคนอื่นจะไม่ชอบท่าน					
18. ท่านรู้สึกว่าตนเองหน้าที่ได้ไม่ดีเท่าคนอื่น					
19. ท่านไม่ชอบการถูกวิพากษ์วิจารณ์					
20. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญสำหรับ					

คนอื่น					
--------	--	--	--	--	--

แบบประเมินความรู้สึกตระหนักในความสามารถของตนเอง

คำชี้แจง ให้ท่านแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมต่างๆที่ตรงกับความรู้สึกของตัวท่านมากที่สุด

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านสามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่างๆในชีวิตด้วยตนเอง					
2. ท่านสามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้					
3. ท่านมีความมั่นใจในตนเอง					
4. ถ้าเกิดปัญหาต่างๆ ท่านสามารถเผชิญปัญหาต่าง ๆ นั้นได้					
5. ท่านชอบทำงานด้วยตนเอง					
6. ท่านเชื่อว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตน					
7. ท่านมีเป้าหมายชีวิตและพยายามเดินไปให้ถึงจุดหมายนั้นๆ					
8. ท่านสามารถหักห้ามใจต่อการกระทำพฤติกรรมที่ไม่ส่งเสริมสุขภาพ เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา					
9. ท่านมีแรงจูงใจภายในตนเองต่อการกระทำสิ่งดีๆ					
10. ท่านมีความรับผิดชอบต่อน้ำที่					
11. ท่านหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ					
12. ท่านไม่สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆได้ด้วยตนเอง					
13. ท่านต้องการความช่วยเหลือจากคนอื่นเมื่อเกิดปัญหา					
14. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่มีความสามารถ					
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นคนอ่อนแอ					
16. ท่านรู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง					
17. ท่านรู้สึกกังวลเมื่อได้รับมอบหมายให้ทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง					
18. เมื่อท่านไม่สบายใจท่านต้องใช้สุรา / บุหรี่/ สารต่างๆ เพื่อให้รู้สึกดีขึ้น					

19. ท่านไม่ชอบให้คนอื่นมาขอความช่วยเหลือจากท่าน					
20. ท่านรู้สึกว่าคุณเองไม่มีศักยภาพเพียงพอต่อการทำ หน้าที่รับผิดชอบงานใดๆ					

แบบสอบประเมินคุณภาพชีวิต

คำชี้แจง ให้ท่านแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมต่างๆที่ตรงกับความรู้สึกของตัวท่านมากที่สุด

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านสามารถดำเนินกิจวัตรประจำวันต่างๆได้ด้วยตนเอง					
2. ท่านรู้สึกพอเพียงต่อค่าใช้จ่ายต่างๆของตนเอง					
3. ท่านรู้สึกได้รับการดูแลจากครอบครัวเป็นอย่างดี					
4. ท่านรู้สึกได้รับความช่วยเหลือจากคนอื่นๆเมื่อต้องการ					
5. ท่านรู้สึกมีความสุข					
6. ท่านมีเวลาพักผ่อนเพียงพอ					
7. ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จในชีวิตในระดับที่พอใจ					
8. ท่านใช้เวลาว่างกับการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ เช่นออกกำลังกาย					
9. ท่านมีเพื่อนที่ไว้วางใจได้					
10. ท่านรู้สึกรักครอบครัวของท่าน					
11. ท่านรู้สึกว่าชีวิตลึ้มเหลว					
12. ท่านรู้สึกว่าท่านมีอุปสรรคในชีวิต					
13. ท่านรู้สึกไม่มีที่พึ่งเมื่อเกิดปัญหา					
14. ท่านรู้สึกไม่พึงพอใจในชีวิตตนเอง					
15. ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จ					
16. ท่านรู้สึกต่อต้านสังคม					
17. ท่านไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือความเครียดที่เกิดขึ้นได้					
18. ท่านปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม					
19. ท่านรู้สึกท้อแท้					
20. ท่านรู้สึกไม่มีความสุข					



สารสาธารณสุข

สรุปยอดสถิติอุบัติเหตุ ผู้เสียชีวิต

และบาดเจ็บช่วงเทศกาลสงกรานต์ท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ 2551

สถิติผู้เสียชีวิต บาดเจ็บ จากอุบัติเหตุทางถนนในช่วงเทศกาลปีใหม่ 2551 ในวันที่ 31 ธันวาคม 2550 ที่ศูนย์ปฏิบัติการร่วมป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนน (ศปถ.) ในช่วงของการฉลองเทศกาลปีใหม่ 2551 นพ.เสรี หงษ์หยก รองอธิบดีกรมควบคุมโรค แถลงข่าวว่า สรุปวันสิ้นปี 2550 ได้เกิดอุบัติเหตุจำนวน 858 ครั้ง มีผู้เสียชีวิต 74 คน บาดเจ็บ 950 คน



สาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุสูงสุด ได้แก่ เมาแล้วขับ ร้อยละ 46.97 รองลงมา ได้แก่ ขับรถเร็ว ร้อยละ 24.13 ยานพาหนะที่เกิดอุบัติเหตุสูงสุด ได้แก่ รถจักรยานยนต์ ร้อยละ 85.42 รองลงมา ได้แก่ รถปิกอัพ ร้อยละ 7.23 อุบัติเหตุส่วนใหญ่เกิดขึ้นบนทางตรงของถนน นอกเขตทางหลวงแผ่นดิน ร้อยละ 70.05 ในช่วงเวลาที่เกิดอุบัติเหตุสูงสุด เวลา 16.01- 20.00 น. คิดเป็นร้อยละ 31.7



เล่าเรื่องเล่า

จะเห็นได้ว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุสูงสุดในการขับขี่ยานพาหนะ คือ ขับรถเร็ว เมาแล้วขับ

ดังนั้น เราควรที่จะขับขี่ด้วยความระมัดระวัง เมาแล้วไม่ขับ ถ้าขับจะหลับไม่ตื่น

โดย โครงการแกนนำเยาวชนต่อต้านการ

ดื่มสุราในมหาวิทยาลัย



สารสาธารณสุข

สถิติอุบัติเหตุ

ปีพ.ศ. 2550 จังหวัดที่เกิดอุบัติเหตุสูงสุด ได้แก่ เชียงราย 32 ครั้ง รองลงมา ได้แก่ พิษณุโลก และอุดรธานี จังหวัดละ 28 ครั้ง จังหวัดที่มีผู้เสียชีวิตสูงสุด ได้แก่ นครศรีธรรมราช 6 คน รองลงมา ได้แก่ ขอนแก่น และสุพรรณบุรี จังหวัดละ 5 คน จังหวัดที่ไม่มีการเกิดอุบัติเหตุ ได้แก่ ยโสธร จังหวัดที่มีผู้บาดเจ็บสูงสุด ได้แก่ เชียงราย 39 คน รองลงมา ได้แก่ พิษณุโลก 34 คน

เล่าเรื่องเล่า

คุณประโยชน์ 10 ประการ ในการงดเหล้า

1. เป็นการส่งเสริมการป้องกันอุบัติเหตุจราจร
2. ส่งเสริมการป้องกันการทะเลาะวิวาท
3. ส่งเสริมการป้องกันโรคอันเกิดจากสุรา รวมถึง โรคเอดส์
4. ส่งเสริมสัมพันธภาพอันดีของครอบครัว
5. ร่วมสร้างตัวอย่างที่ดีงาม ให้แก่เด็กและเยาวชน
6. ร่วมสร้างมาตรฐานใหม่ของสังคมไทย
7. ร่วมสร้างสังคมที่เข้มแข็ง และแข็งแรง
8. เข้าร่วมเป็นเครือข่ายการสร้างเสริมสุขภาพ
9. เป็นการทำบุญ ทำงาน สร้างชีวิตใหม่ และให้ชีวิต
10. เป็นการประหยัด ลดค่าใช้จ่าย ลดภาระเศรษฐกิจของประเทศ

โดย โครงการแกนนำเยาวชนต่อต้านการดื่มสุราในมหาวิทยาลัย



เดินทางปลอดภัย ไม่ดื่มสุรา....ไม่เมา แล้วขับ