

## โปรแกรมป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับเยาวชนในสถานศึกษา

กรณีศึกษา เรื่องเดช, Dr.P.H. (Environmental Health), ไพบุลย์ ชาวสวนศรีเจริญ, กศ.ม. (สุขศึกษา),

อัญชลี พงศ์เกษตร, M.Sc. (Environmental Toxicology, Technology and Management)

### บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยนี้เป็นการทบทวนเอกสารอย่างเป็นระบบเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมและวิเคราะห์โปรแกรมป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับเยาวชนในสถานศึกษา โดยโปรแกรมที่ทำการศึกษา ประกอบด้วยโปรแกรมที่พัฒนาและใช้ในสถานศึกษาของประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นหลักสูตรหรือโปรแกรมที่แทรกแซงพฤติกรรมกรรมการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด การให้คำปรึกษา และกิจกรรมอื่นๆ ซึ่งแยกระดับชั้นกลุ่มเป้าหมายชัดเจน โปรแกรมเหล่านี้จะมี ผู้ปกครอง ครอบครัว และชุมชน เข้ามามีส่วนร่วมด้วย นอกจากนี้โปรแกรมเหล่านี้ได้ผ่านการประเมินคุณภาพจาก the National Registry of Evidence-based Programs and Practices (NREPP) ซึ่งเป็นหน่วยงานภายใต้ the Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), U.S Department of Health and Human Services

ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมเหล่านี้ประสบความสำเร็จเนื่องจากพัฒนาขึ้นจากใช้ฐานแนวคิดทฤษฎีมาอธิบายเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด เช่น ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ทฤษฎีพฤติกรรมที่มีปัญหา ทฤษฎีการสื่อสารโน้มน้าวจิตใจ และทฤษฎีกลุ่มเพื่อน โปรแกรมเหล่านี้สอนทักษะการจัดการกับตนเอง และทักษะทางสังคมแก่นักเรียน เช่น ทักษะการตัดสินใจและทักษะการแก้ไขปัญหา ทักษะการต่อต้านอิทธิพลระหว่างบุคคลและอิทธิพลจากสื่อโฆษณา ทักษะการควบคุมตนเอง และส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยการตั้งเป้าหมายและเทคนิคการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองในทิศทางที่ถูกต้อง วิธีจัดการกับความเครียดและความวิตกกังวล และการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง การให้ข้อมูลของผลกระทบจากการดื่มสุราทั้งระยะสั้นและระยะยาว รวมทั้งแก้ไขแนวคิดที่ผิดๆ เกี่ยวกับความชุกของการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด ตลอดจนกิจกรรมการเรียนการสอนของโปรแกรมเหล่านี้จะเน้นให้นักเรียนมีส่วนร่วม และมีปฏิสัมพันธ์ มีบทเรียนกระตุ้นหรือฟื้นฟูให้หลังจากเสร็จสิ้นโปรแกรมแรกแล้ว ช่วยคงทนไว้ซึ่งประสิทธิผลของโปรแกรม และส่งเสริมให้มีประสิทธิผลของการป้องกันมากขึ้น ความสำเร็จของโปรแกรมเหล่านี้ยังขึ้นอยู่กับเป็นลักษณะของโปรแกรมที่แยกระดับชั้น กลุ่มเป้าหมายชัดเจน และมี ผู้ปกครอง ครอบครัว และชุมชน เข้ามามีส่วนร่วมด้วย โดยคำนึงถึงความสอดคล้องของวัฒนธรรม อิทธิพลทางสังคม ความเชื่อ ค่านิยม ชนชาติ เชื้อชาติ อายุ เพศ ศาสนา และภาษา

สำหรับสถานศึกษาของประเทศไทยสามารถนำโปรแกรมเหล่านี้มาใช้ได้ เพราะเป็นโปรแกรมที่มีมาตรฐานผ่านการประเมินผลที่เชื่อถือได้ โดยการปรับใช้ให้เหมาะสม

### **School Based Program to Prevent Alcohol Abuse for Young People**

Kannika Rungdej, Dr.P.H (Environmental Health), Paiboon Chaosuansreecharoen, M.Ed. (Health Education), Anchalee Pongkasert, M.Sc. (Environmental Toxicology, Technology and Management)

#### **Abstract**

This study was Qualitative Systematic Review. The objectives were to collect and analyze the school based program to prevent the alcohol abuse for young people. The programs of this study included the programs, which were developed and implemented in the schools of U.S. These programs were courses or curriculums for behavioral interventions, consultation and other activities to prevent alcohol abuse among young children in school. The program clearly identified target group and educational level. The family, parents and community were involved in the activities of the program. In addition, these programs were reviewed and evaluated from the National Registry of Evidence-based Programs and Practices (NREPP), a unit under the Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), U.S. Department of Health and Human Services.

The study founded that there were several reasons to explain the success of these programs. First, the programs were developed based on the theory to explain risk behaviors and protection of alcohol abuse such as Social Learning Theory, Problem Behavior, Persuasive Communications Theory, and Peer Cluster Theory. These program teach generic self-management skills and social skills such as decision-making skill and problem-solving skill, resistance skill for resisting interpersonal and media- based (prodrinking), assertiveness skill, self-control skill and increase in self-awareness and self- esteem (targeting technique and behavior changing), learning nonalcohol-use skill for dealing with anxiety and stress and increase in self confidence. Most of these programs provided information of short- and long-term effects of alcohol consumption and corrected the right perception about prevalent rate of alcohol abuse among young people in the community. The activities were focus on interactive and participatory learning. There was refresh curriculum to maintain the effects of program and to increase the protection of alcohol abuse. In addition, the success of the program depended on program characteristics that clearly identified target audience and educational level. Parents, family, and community become involved with the activities of program. Program considered to the difference in culture, social influence, belief, value, ethnic, age, sex, religion, and language among young people.

The educational institutes of Thailand can take these programs as their school based program to prevent alcohol abuse among young people because these program were evaluated with standardized methods, however, the program should be modified to our situation before implementation.

## บทนำ

มากกว่า 20 ปี ที่มีความพยายามที่จะพัฒนาแนวคิดที่มีคุณภาพและมีประสิทธิผลในการป้องกันเด็กและเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในสถานศึกษาระดับต่างๆ จากปัญหาการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด และการใช้สารเสพติดอื่นๆ ซึ่งแนวคิดนี้ส่วนใหญ่มุ่งเน้นกลุ่มเป้าหมายในเด็กระดับ Middle หรือ Junior High School ถ้าเปรียบเทียบระดับการศึกษาของประเทศไทย คือเด็กระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีคำถามว่าทำไมจึงให้ความสำคัญกับเด็กและเยาวชนในช่วงอายุนี้นี้ เพราะพบว่าอัตราการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดและการสูบบุหรี่จะเพิ่มขึ้นตามอายุของเด็ก (Johnston et al., 2004) ดังนั้นกลุ่มเป้าหมายที่สำคัญในการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดและการสูบบุหรี่ คือเด็กก่อนหรือช่วงอายุระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จากผลการสำรวจการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดในวัยรุ่น พบว่าอายุเฉลี่ยของวัยรุ่นในประเทศสหรัฐอเมริกาที่เริ่มใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด คือ ช่วงอายุระหว่าง 12 และ 13 ปี (D' Amico, 2005) และพฤติกรรมการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดจะนำไปสู่การใช้สารเสพติดประเภทอื่นๆ เช่น บุหรี่ กัญชา เฮโรอีน ตามมา (Kandal et al., 1992 อ้างใน D' Amico, 2005)

แนวคิดการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ รวมทั้งการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดในวัยรุ่น ส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นการจัดโปรแกรมในห้องเรียนหรือในโรงเรียน เพราะโรงเรียนเป็นสถานที่ที่เหมาะสมและเอื้ออำนวยในการดำเนินโปรแกรม และประเมินผลสัมฤทธิ์ของโปรแกรมได้ง่าย เนื่องจากสามารถเข้าถึงกลุ่มวัยรุ่นจำนวนมากได้ง่ายจากฐานของโรงเรียน และกลุ่มวัยรุ่นกลุ่มนี้ก็อยู่ในช่วงวัยเสี่ยงต่อการเริ่มจะทดลองใช้สารเสพติดประเภทต่างๆ นอกจากนี้ในช่วงวัยนี้ วัยรุ่นจะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ในโรงเรียน ถึงแม้ว่าเป้าหมายสูงสุดของแนวคิดในการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด คือ การป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดและผลที่ตามมา แต่การดำเนินการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด ที่มีประสิทธิผลในโรงเรียน คือ การป้องกันไม่ให้เกิดการเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือป้องกันโอกาสที่นำไปสู่การทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่เรียกว่า “ช่องทาง” (Gateway) ที่นำไปสู่การใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด ดังนั้นในการศึกษานี้ เป็นการศึกษาทบทวนเอกสารอย่างเป็นระบบเชิงคุณภาพ (Qualitative Systematic Review) ซึ่งมีวัตถุประสงค์ศึกษาถึงโปรแกรมการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นตัวอย่างโปรแกรมที่ดำเนินการในสถานศึกษาของประเทศสหรัฐอเมริกา สำหรับประเทศสหรัฐอเมริกาได้พัฒนาโปรแกรมการให้ความรู้ในรูปแบบของหลักสูตร และการจัดโปรแกรมในลักษณะของกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับเยาวชนในสถานศึกษา ซึ่งการทบทวนองค์ความรู้ครั้งนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับสถาบันการศึกษาของประเทศไทยที่จะนำตัวอย่างเหล่านี้มาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสถาบันการศึกษาของประเทศไทยในการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดกับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในสถาบันการศึกษาตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษา จนถึงอุดมศึกษา

## ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษานี้เป็นการทบทวนเอกสารอย่างเป็นระบบเชิงคุณภาพ (Qualitative Systematic Review)

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) เอกสารที่ใช้ในการทบทวนองค์ความรู้โปรแกรมป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับเยาวชนในสถานศึกษาของประเทศสหรัฐอเมริกา ระหว่างปี 2539 – 2551 โดยสืบค้นข้อมูลจากเว็บไซต์ ของ MEDLINES, National Registry of Evidence-based Programs and Practices (NREPP), และ Center for Substance Abuse Prevention (CSAP)

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบเชิงคุณภาพ (Qualitative) ในการวิจัยทางเอกสาร โดยการบรรยายและวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากข้อมูลที่เกี่ยวข้อง

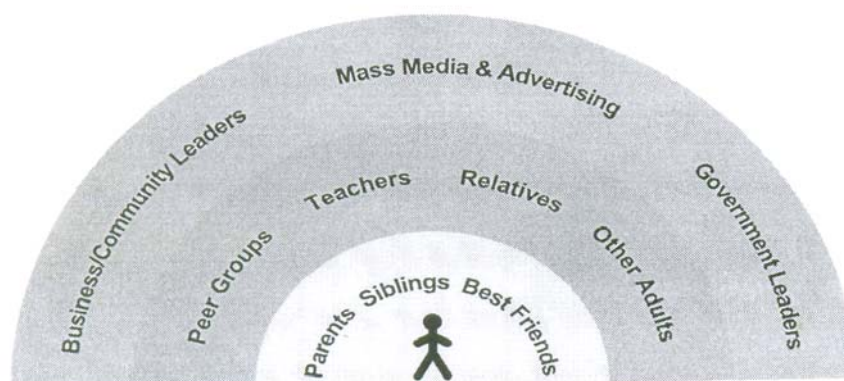
### การคัดกรองข้อมูลเอกสาร

เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดของประเทศสหรัฐอเมริกาเน้นเลือกรูปแบบหลักสูตร หรือรูปแบบการแทรกแซงพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การให้คำปรึกษา และกิจกรรมอื่นๆ ซึ่งแยกระดับชั้น กลุ่มเป้าหมายชัดเจน และในบางโปรแกรมจะมีบุคคลที่เข้ามามีส่วนร่วมในโปรแกรม เช่น ผู้ปกครอง ครอบครัว และชุมชน โดยคัดกรองโปรแกรมที่ผ่านการประเมินจาก the National Registry of Evidence-based Programs and Practices (NREPP) ซึ่งเป็นหน่วยงานภายใต้ the Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)

### ผลการศึกษา

#### 1. Northland

Northland เป็นโปรแกรมที่ดำเนินการทดลองใช้ในชุมชนที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในประเทศสหรัฐอเมริกา โดยเน้นการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และปัญหาที่เกิดขึ้นจากการดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มวัยรุ่น หลักสูตร Northland พัฒนารูปแบบมาจากแนวคิดสิ่งแวดล้อมทางสังคม (Social Environment) ดังภาพที่ 1 อธิบายภาพของสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดของวัยรุ่น สิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นมากที่สุด คือ พ่อแม่ พี่น้อง และเพื่อนสนิท วงต่อมาของภาพที่ 1 ประกอบด้วยกลุ่มเพื่อนที่มีขนาดใหญ่ขึ้นซึ่งแตกต่างกันไปตามสถานที่ (เช่น เพื่อนที่โรงเรียน ทีมนักกีฬา สถาบันศาสนา) ครู ญาติคนอื่นๆ และผู้ใหญ่อื่นที่มีความสำคัญกับชีวิตของวัยรุ่น (เช่น โค้ช ผู้นำทางศาสนา และผู้นำกลุ่มวัยรุ่น) ส่วนวงนอกสุด ประกอบด้วย ชุมชน ธุรกิจที่กว้างออกไปอีก (เช่น คนขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และนายจ้าง) และผู้นำชุมชน หัวหน้าระดับชาติ (ผู้อำนวยการโรงเรียน ตำรวจ จนถึงนายกเทศมนตรี และผู้ว่าการรัฐ) ตลอดจนสื่อสารมวลชนและการโฆษณาที่อยู่ในวงนี้ โปรแกรม Northland มีการกำหนดเป้าหมายดำเนินการกับสิ่งแวดล้อมทางสังคมของวัยรุ่นในแต่ละวง (Williams & Perry, 1998)



ภาพที่ 1 แผนผังแสดงสิ่งแวดล้อมทางสังคมของวัยรุ่น

แหล่งที่มา: Williams & Perry, 1998

นักวิจัยที่ศึกษาการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดในวัยรุ่น เสนอแนะว่าสิ่งแวดล้อมทางสังคมของวัยรุ่น บุคลิกภาพ และพฤติกรรม เป็นปัจจัยร่วมที่นำไปสู่การแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด หรือสารเสพติดประเภทอื่น การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือการใช้สารเสพติดถูกมองว่าเป็นผลจากความซับซ้อนที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์กันระหว่าง ปัจจัยเหล่านี้ โปรแกรม Northland ใช้ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้สารเสพติดอื่นๆ เป็นพื้นฐานในการออกแบบโปรแกรมสำหรับโรงเรียนหรือชุมชน เพื่อป้องกันการทดลองใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดของวัยรุ่น ปัจจัยเหล่านี้ได้แก่

(1) ปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อม คือ องค์ประกอบของสิ่งแวดล้อมที่สนับสนุน หรือองค์ประกอบที่ไม่ส่งเสริมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น ได้แก่ ตัวแบบ (Role-model) การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและครอบครัว บ้าน โรงเรียน โอกาสหรือสิ่งกีดกั้นไม่ให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และบรรทัดฐานของชุมชนและมาตรฐานที่เกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น การศึกษามากมายที่แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลอย่างมากของกลุ่มเพื่อนและสมาชิกภายในครอบครัวต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น ถ้าเพื่อนสนิทหรือสมาชิกในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัยรุ่นก็มีแนวโน้มที่จะดื่มในลักษณะเดียวกันหรือภายใต้สถานการณ์เดียวกัน นอกจากนี้ วัยรุ่นที่มีความเชื่อว่าเพื่อนและสมาชิกภายในครอบครัวส่งเสริมให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ วัยรุ่นก็จะมีแนวโน้มที่จะดื่มมากกว่าวัยรุ่นที่ไม่ความเชื่อเหล่านี้ การกระทำในระดับโรงเรียนและชุมชนก็มีบทบาทสำคัญที่จะส่งเสริมหรือไม่ส่งเสริมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น ตัวอย่างเช่น บางโปรแกรมที่ดำเนินการในชั้นเรียนสามารถลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนได้ การศึกษาวิจัยหนึ่งของโปรแกรม Northland ซึ่งให้เห็นว่าบรรทัดฐานและบทบาทของตัวแบบ (Role-model) เกือบครึ่งสามารถอธิบายว่าทำไมวัยรุ่นจึงดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโรงเรียนหรือชุมชน

(2) ปัจจัยภายในตัวบุคคล ลักษณะบุคลิกภาพและวิธีการคิดมีอิทธิพลต่อการเพิ่มขึ้นหรือลดลงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น ประกอบด้วย ความรู้ของวัยรุ่นเกี่ยวกับผลที่ตามมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่านิยมของบุคคล ทศนคติ และเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-efficacy)

(3) ปัจจัยพฤติกรรม ซึ่งมีผลต่อการใช้แอลกอฮอล์โดยตรง ประกอบด้วย การใช้แอลกอฮอล์ นูหรือหรือสารเสพติดอื่นๆ ที่ผ่านมา ความตั้งใจที่จะดื่มในอนาคต และทักษะในการต่อต้านการชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

แม้การทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการใช้สารเสพติดอื่นๆ มักจะเกิดขึ้นภายใต้สถานการณ์ทางสังคม แต่ไม่ใช่วัยรุ่นทั้งหมดที่อยู่ในปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่เสี่ยงจะเลือกใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดทุกคน ปัจจัยภายในตัวบุคคลและพฤติกรรมก็มีผลต่อการตอบสนองของวัยรุ่นต่อสิ่งแวดล้อมทางสังคม ความสำเร็จทางการศึกษาและความรู้สึกที่บุคคลมีความสามารถปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือปัจจัยภายในตัวบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของวัยรุ่นที่จะดื่มหรือไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ค่านิยมแบบดั้งเดิมก็ทำให้วัยรุ่นยึดมั่นอยู่กับเป้าหมายที่จะปฏิบัติตัวที่ดีในโรงเรียน ซึ่งจะนำไปสู่ทักษะของวัยรุ่นที่จะปฏิเสธการชักชวนให้ดื่มสุรา และไม่เข้าร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

### ลักษณะของโปรแกรม

Northland เป็นหลักสูตรสำหรับเด็กนักเรียนเกรด 6 – 8 สอนสัปดาห์ละ 1 ครั้ง หลักสูตรจะมีหัวข้อ (Theme) เฉพาะแต่ละชั้นปี ซึ่งผนวกเข้ากับองค์ประกอบของพ่อแม่ กลุ่มเพื่อน และชุมชน หลักสูตรสำหรับเกรด 6 คือโปรแกรม Home-based มุ่งเน้นการสื่อสารเกี่ยวกับการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดในวัยรุ่น โดยนักเรียนและพ่อแม่

### ประสิทธิผลของโปรแกรม

Dusenbury and Falco (1995) ได้ระบุว่าโปรแกรม Northland ประสบความสำเร็จเพราะหลักสูตรมีองค์ประกอบที่ให้ออกเกิดความสำเร็จดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 องค์ประกอบที่สำคัญที่มีผลต่อประสิทธิผลของหลักสูตร Northland

องค์ประกอบสำคัญ	ใช้ในโครงการ Northland
ใช้ฐานงานวิจัย/แนวคิดทฤษฎี	แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมถูกใช้เพื่อพัฒนาการดำเนินการเพื่อลดการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด และปัญหาของวัยรุ่น ผ่านกลยุทธ์ที่กระตุ้นวัยรุ่นไม่ให้ดื่มหรือลดการดื่มแอลกอฮอล์ลง และเปลี่ยนแปลงทัศนคติของสังคมให้คำนึงถึงการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นเป็นสิ่งที่สังคมทั่วไปไม่ยอมรับ
การพัฒนาข้อมูลที่เหมาะสมเกี่ยวกับการใช้แอลกอฮอล์และสารเสพติดอื่น	โปรแกรมแรกเริ่ม เน้นที่การให้การศึกษากับผู้ปกครอง เพื่อที่จะพัฒนาในการสื่อสารของครอบครัวเพื่อเป็นแนวทางการลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กอายุน้อย การอบรมกลุ่มเพื่อนผู้นำจะดำเนินการในช่วงเกรด 7 อิทธิพลของชุมชนต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กอายุน้อย จะค่อยๆ เริ่มสอนในช่วงเกรด 8 จุดสุดท้ายคือ “Peer Action Teams” ระหว่างช่วงมัธยมศึกษาตอนปลาย และหลักสูตรจะมีความซับซ้อนในช่วงเกรด 11 ชื่อและเนื้อหาของโปรแกรม Northland จะเปลี่ยนทุกปี เพื่อเป็นเครื่องหมายบอกการเปลี่ยนกลุ่มเป้าหมาย
การฝึกอบรมทักษะการต่อต้านทางสังคม	หลักสูตร 8 สัปดาห์ในช่วงเกรด 7 จะเน้นที่การพัฒนาทักษะที่จะต่อต้านแรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน และโอกาสที่กลุ่มเพื่อนผู้นำจะวางแผนกิจกรรมไม่ใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด จนกว่านักเรียนจะจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
การศึกษابรรทัดฐาน	การเปลี่ยนแปลงบรรทัดฐานที่เกี่ยวข้องกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กอายุน้อย เป็นเป้าหมายสำคัญของการดำเนิน โปรแกรม Northland จากเกรด 6 ถึง เกรด 12
การฝึกทักษะที่กว้างขึ้นและความรู้ด้านสุขศึกษาที่ลึกซึ้ง	โปรแกรม Northland จะรักษาจุดเน้นที่เข้มแข็งในเรื่องของการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด แต่ภายในบริบทนั้นจะสอนวัยรุ่นในทักษะความเป็นผู้นำ และวิถีทาง

## ตารางที่ 1 (ต่อ)

องค์ประกอบสำคัญ	ใช้ในโครงการ Northland
เทคนิคการสอนแบบมีปฏิสัมพันธ์	ความสำเร็จของการพัฒนาชีวิตของวัยรุ่น โดยปราศจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วย พร้อมทั้งสอนทักษะที่จะแจ่มแจ้งและเปลี่ยนเนื้อหาของสุขภาพไม่ดีจากสื่อโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
การฝึกอบรมครูและการสนับสนุน	กลุ่มเพื่อนผู้นำ การแสดงบทบาทสมมติ (รวมทั้งการผลิตสื่อภาพยนตร์ ช่วงเกรด 8) การ์ตูน เกมส์ กิจกรรมทางเลือกอื่นๆ และโครงการของกลุ่มขนาดเล็ก คือกลยุทธ์การสอนเชิงปฏิสัมพันธ์ที่ใช้ในแต่ละปี
การติดตามอย่างมีประสิทธิภาพและครอบคลุม	จะมีเจ้าหน้าที่ทำงานนอกเวลาในแต่ละโรงเรียน จะให้เวลาครูมีโอกาสเข้าร่วมการอบรมครั้งหรือหนึ่งวันก่อน โปรแกรมจะดำเนินการ
ความละเอียดอ่อนของวัฒนธรรม	โปรแกรม Northland ครอบคลุม เกรด 6 ถึง เกรด 12 และการดำเนินการประสบผลสำเร็จด้วยอัตราการมีส่วนร่วมที่สูงในแต่ละปี
องค์ประกอบเพิ่มเติม (เช่น ครอบครัวยุวมชน สื่อสารมวลชน)	สิทธิของบุคคลจะถูกนำเสนอในเอกสารของโปรแกรม ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาเฉพาะของชนเผ่า Indian ของ Minnesota และกลุ่มคนที่มีสภาพชีวิตอาศัยอยู่ในชนบทและเมืองเล็กของตอนเหนือ โปรแกรมจะเสนอให้กับโรงเรียนขนาดเล็กที่ตั้งอยู่ที่ Indian Reservation ซึ่งบางโปรแกรมจะเริ่มดำเนินการนอกโรงเรียน
การประเมินผล	โปรแกรม Northland จากเกรด 6 สื่อพิมพ์เผยแพร่ถูกใช้ตลอดโปรแกรม (เพราะสื่อวิทยุโทรทัศน์ ไม่สามารถใช้ได้ เพราะการสื่อสารสามารถได้รับในชุมชนที่อ้างอิงเท่านั้น)
	โปรแกรม Northland คือ Randomized Community Trial ใช้ Cohort Design เริ่มในช่วงเกรด 6 จาก 24 โรงเรียน ใน Northern Minnesota (N = 2,351 คิดเป็นร้อยละ 91 ของประชากรทั้งหมด) โรงเรียนจะถูกสุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มควบคุมจะถูกประเมินด้วยการวัดผลลัพท์ ประกอบด้วย การสำรวจนักเรียนประจำปี การสัมภาษณ์ผู้ปกครองทางโทรศัพท์ การสังเกตการพยายามซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยไม่แสดงบัตร และการสำรวจคนขายตำราจ ครูใหญ่ และผู้นำชุมชน

แหล่งที่มา: Dusenbury and Falco (1995) อ้างใน Williams & Perry, 1998

## 2. Class Action

Class Action คือ โปรแกรมระยะที่ 2 ของโปรแกรม Northland ซึ่งเป็นชุดหลักสูตรการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด Class Action เป็นหลักสูตรสำหรับนักเรียนเกรด 10 – 11 ส่วน Northland เป็นหลักสูตรสำหรับนักเรียนเกรด 6 – 8 หลักสูตร Class Action ถูกออกแบบมาเพื่อชะลอการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ลดการดื่ม

### ลักษณะของโปรแกรม

หลักสูตร Class Action ประกอบด้วย 8 – 10 บทเรียน โดยแบ่งนักเรียนออกเป็นทีม ในการค้นคว้า เตรียม และนำเสนอคดีของการกระทำผิด ที่มีผลทำให้บุคคลอื่นได้รับอันตรายอันเป็นผลสืบเนื่องมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยอันไม่สมควร การสืบค้นพยานหลักฐานจากคดีนี้ นักเรียนจะใช้สำนวนสอบสวน (Casebook) ร่วมกับพยานหลักฐานที่เป็นเทปบันทึกเสียง โดยพิจารณาพยานร่วมกับหลักกฎหมาย และหลักกฎหมายที่ถือเอาคำพิพากษาเป็นบรรทัดฐาน ในการพิจารณาคัดสินคดีทางกฎหมายนี้ หลังจากนั้นก็นำเสนอผลการพิจารณาต่อคณะลูกขุน (กลุ่มเพื่อน) คดีตัวอย่างประกอบด้วย การดื่มทำให้เกิดอันตรายกับการขับขี่ยานยนต์ อันตรายของตัวอ่อนในหญิงตั้งครรภ์ อันตรายจากการทะเลาะวิวาท การข่มขืน การทำลายทรัพย์สินผู้อื่น และการฝ่าฝืนกฎระเบียบของสถาบันการศึกษา นอกจากนี้ นักเรียนจะค้นคว้าประเด็นในชุมชนที่เกี่ยวข้องกับการใช้แอลกอฮอล์ เพื่อสร้างความตระหนักต่อชุมชนให้ทราบถึงปัญหาของชุมชนที่เกิดขึ้นจากการดื่มในวัยอันไม่สมควร หลักสูตร Class Action สามารถนำไปใช้เป็นโปรแกรมกระตุ้นสำหรับหลักสูตร Northland ก็ได้ หรือนำไปใช้แยกเฉพาะก็ได้

การประเมินประสิทธิผลของหลักสูตร Class Action ใช้วิธี Randomized Controlled Design และใช้กลยุทธ์หลายกลยุทธ์ในการประเมินประสิทธิผลของโปรแกรม Class Action ในการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ วิธีการประเมินมีทฤษฎีรองรับ เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินมีองค์ประกอบของ Psychometric ที่ดี (มีความเที่ยงตรงของเนื้อหาภายใน และความเชื่อมั่นของ Pre-posttest) และมีความเที่ยงตรงที่ยอมรับได้ ทำการประเมินในกลุ่มตัวขนาดใหญ่ และ Response Rate สูง มีการเลือกใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลที่เหมาะสม และใช้วิธีการประเมินที่คำนึงถึงความแตกต่างด้านเวลา แนวโน้มภายในข้อมูล และความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่าง

### **3. Challenging College Alcohol Abuse (CCAA)**

Challenging College Alcohol Abuse (CCAA) คือโปรแกรมบรรทัดฐานของสังคมและการจัดการสิ่งแวดล้อม โปรแกรม CCAA มีจุดหมายเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และผลที่ตามมาเชิงลบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักศึกษามหาวิทยาลัย (อายุ 18 – 24 ปี) โปรแกรม CCAA พัฒนาขึ้นโดย University of Arizona ซึ่งเป็นผลงานเดิมของ Northern Illinois University โปรแกรม CCAA ถูกนำไปใช้ครั้งแรกใน University of Arizona ในปี 1994 โดยมีการประเมินผลและปรับปรุงโปรแกรมทุกปีตั้งแต่เริ่มนำมาใช้ ในปี 2007 โปรแกรมนี้ยังคงใช้ต่อไป ในลักษณะ “Active Component of the University’s Campus Health Service” โดยโปรแกรม CCAA ใช้แนวคิด “Campus-based Media Campaign” (สื่อการณรงค์ในมหาวิทยาลัย) และกลยุทธ์อื่นๆ ที่เน้นการรับรู้ที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และทำให้สิ่งแวดล้อมของมหาวิทยาลัยมีสิ่งที่ยกย่องไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้น้อยที่สุด (SAMHSA’s National Registry of Evidence-based Programs and Practices, 2008)

### ลักษณะของโปรแกรม

การศึกษาหลายการศึกษาได้แสดงให้เห็นว่านักศึกษามหาวิทยาลัยมีแนวโน้มที่จะรับรู้จำนวนเพื่อนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงกว่าจำนวนที่เป็นจริง ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรมการดื่มของนักศึกษา สื่อการรณรงค์ของ CCAA จะเน้นการรับรู้ที่ผิดนี้โดย

- (1) การสื่อสารบรรทัดฐานที่ถูกต้อง โดยใช้ข้อมูลจากการสำรวจที่ดำเนินการจริงในมหาวิทยาลัย ถึงจำนวนของนักศึกษาที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- (2) การให้การศึกษาแก่นักศึกษาในเรื่องความรู้ หรือความเข้าใจที่ถูกต้อง เกี่ยวกับจำนวนนักศึกษาในมหาวิทยาลัยที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวนที่มีอยู่จริงนั้น มีจำนวนอยู่น้อย
- (3) การเสนอช่องทางหรือแนวทางที่จะลดหรือเลิกการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด โดย “การสนทนาสาธารณะ” (Public Conversation) ให้กับนักศึกษา เจ้าหน้าที่ และชุมชนท้องถิ่น ประกอบด้วยโฆษณาและบทความในหนังสือพิมพ์ของคณะ ของมหาวิทยาลัย การแถลงข่าว การแสดงของมหาวิทยาลัย และสื่ออื่นๆ ของมหาวิทยาลัยถูกใช้เพื่อการสื่อสารข้อมูลที่เป็นจริงเกี่ยวกับการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดและสารเสพติด และข้อหัวที่เกี่ยวกับสุขภาพ การล่วงเกินทางเพศ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด CCAA ใช้เงินทุนจำนวนไม่มากในการส่งเสริมเหตุการณ์ทางสังคมที่ปราศจากการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด เพื่อต่อสู้กับสังคมแบบดั้งเดิมที่ต้องดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความครอบคลุมของสื่อมุ่งเป้าหมายไปที่กลุ่มเสี่ยง เช่น น้องใหม่ ผู้หญิง และนักศึกษาที่อาศัยอยู่ในหอพักนักศึกษา CCAA ยังมุ่งเป้าหมายที่อาจารย์และเจ้าหน้าที่ในคณะ ผู้ปกครอง และชุมชนท้องถิ่น เช่น เพิ่มการกระตุ้นให้มีการจำกัดและควบคุมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย (SAMHSA’s National Registry of Evidence-based Programs and Practices, 2008)

การประเมินประสิทธิผลของโปรแกรม CCAA ดำเนินการโดยการศึกษาวิจัยด้วยเครื่องมือที่เรียกว่า Core Alcohol and Drug Survey ที่มีการทดสอบความเที่ยงภายใน นอกจากนี้สำรวจทางออนไลน์ และการ Focus-group เพื่อวัดผลกระทบของโปรแกรม ข้อจำกัดของโปรแกรมคือเนื้อหาของสื่อมีความเฉพาะเจาะจงกับนักศึกษาของมหาวิทยาลัย Arizona เท่านั้น การนำไปใช้กับพื้นที่อื่นต้องมีการปรับปรุงเนื้อหา นอกจากนั้นโปรแกรมไม่มีการอบรมให้กับผู้นำโปรแกรมนี้ไปใช้ ไม่มีมาตรฐานที่รับประกันประสิทธิผลของโปรแกรม และไม่มีคำแนะนำการแปลผลของเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินประสิทธิผลของโปรแกรม (SAMHSA’s National Registry of Evidence-based Programs and Practices, 2008)

#### **4. Brief Alcohol Screening and Intervention for College Students (BASICS)**

BASICS เป็นโปรแกรมสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างหนัก และมีประสบการณ์เกิดปัญหาความยุ่งยากจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ BASICS มีจุดมุ่งหมายเพื่อจูงใจให้นักศึกษาลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อจะลดผลทางลบที่ตามมาจากการดื่ม โปรแกรม BASICS เริ่มดำเนินการในปี 1992 โปรแกรมนี้นำไปใช้ในพื้นที่ จำนวนประมาณ 1,100 แห่ง และมีนักศึกษาที่ผ่านโปรแกรมนี้ จำนวนประมาณ 20,000 คน แม้ว่าโปรแกรมนี้จะถูกพัฒนาขึ้นมาเพื่อลดการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย แต่โปรแกรมนี้ได้ถูกดัดแปลงและถูกใช้ในพื้นที่อื่น ประชากรกลุ่มอื่น และสำหรับพฤติกรรมอื่น สำหรับตัวอย่างหนึ่งคือ การดำเนินการที่จะลดการใช้แอลกอฮอล์ในวัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่ร่อนเร่ นักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย และถูกจ้างวัยรุ่นหรือนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยที่ใช้กัญชาหรือเป็นโรคเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร กภาวะซึมเศร้าใน

### ลักษณะของโปรแกรม

โปรแกรมประกอบด้วย การสัมภาษณ์ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง พร้อมด้วยการประเมินผลทางออนไลน์ หลังจากเสร็จสิ้นการสัมภาษณ์ครั้งแรก ซึ่งการสัมภาษณ์ครั้งแรกจะรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับรูปแบบการบริโภค แอลกอฮอล์ในช่วงที่ผ่านมาเร็วๆ ความเชื่อส่วนบุคคลเกี่ยวกับแอลกอฮอล์ และประวัติการดื่ม ขณะเดียวกันก็จะให้คำแนะนำสำหรับการควบคุมตนเองในการดื่มระหว่างการสัมภาษณ์ และการเตรียมนักศึกษาสำหรับการประเมินผลทางออนไลน์ รายละเอียดจากการสำรวจประเมินผลทางออนไลน์ถูกนำมาใช้ เพื่อพัฒนาการสะท้อนกลับข้อมูลในการสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 ซึ่งจะเปรียบเทียบการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดของแต่ละบุคคล พร้อมด้วยบรรทัดฐานการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การทบทวนผลที่ตามมาทางลบและปัจจัยเสี่ยง ทำให้เกิดความกระตือรือร้นของการรับรู้ความเสี่ยงจากการดื่มและผลประโยชน์จากการไม่ดื่ม และให้ทางเลือกที่จะช่วยทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่จะลดหรือละเว้นการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิด การสัมภาษณ์โดยใช้วิธีการเชิงใจ ให้ความเห็นอกเห็นใจ ไม่ใช้วิธีการเผชิญหน้า และการแสดงออกที่ไม่ตัดสินพฤติกรรมใดๆ ว่าผิดหรือถูก มีจุดมุ่งหมายที่จะเปิดเผยพฤติกรรมเสี่ยงที่จะนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และค่านิยมและจุดมุ่งหมายของการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด โปรแกรมจะดำเนินการโดยบุคคลที่ผ่านการฝึกอบรมและมีความเชี่ยวชาญในการสัมภาษณ์ที่ใจ และอาจจะนำไปใช้กับวัยผู้ใหญ่ นอกเหนือจากนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย

การประเมินประสิทธิผลของโปรแกรมใช้การศึกษาแบบ Randomized Controlled Trails ซึ่งอัตราการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างตลอดระยะเวลาของการติดตามค่อนข้างต่ำ การวางแผนการวิเคราะห์ข้อมูลส่งเสริมความเชื่อมั่นของผลการศึกษาที่ได้ และนักวิจัยได้ควบคุมตัวแปรที่จะแทรกแซงผลของการศึกษา และมีการ Imputation Missing Data โดยยังคงรักษารายขนาดตัวอย่างเท่าเดิม เพื่อไม่ให้เกิดความลำเอียงของการประมาณค่าต่างๆ การศึกษาของ Borasi และคณะ (2000) รวบรวมการใช้แอลกอฮอล์ และปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้อัลกอฮอล์จาก Collaterals ส่งเสริมความเชื่อมั่นในความเที่ยงตรงของการประเมินจากตัวนักศึกษา อย่างไรก็ตามการศึกษาก็ยังมีข้อจำกัดในเรื่องของการวัดที่ต้องการ แม้ผลการศึกษายบางการศึกษาจะดำเนินการโดยกลุ่มนักวิจัยอิสระ แต่ผลการศึกษาเหล่านั้นไม่ได้รายงานประสิทธิผลของระดับคะแนนที่ได้รับจากการประเมิน ซึ่งความถูกต้องของการวัดขึ้นอยู่กับ การฝึกอบรม ฝึกปฏิบัติ การควบคุม และความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบสำรวจ นอกจากนี้ ยังไม่มีการรายงานถึงความถูกต้องของการดำเนิน โปรแกรมที่นำไปใช้จริง ไม่มีการเข้าไปร่วมสังเกตถึงการดำเนิน โปรแกรมถูกต้องตามวิธีการของโปรแกรมหรือไม่

### **5. ALERT**

“ALERT” เป็นโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อฝึกฝนทักษะการต่อต้านอิทธิพลทางสังคมสำหรับเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (เกรด 6 และเกรด 7 หรือเกรด 7 และเกรด 8) ได้แก่การป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดและการใช้สารเสพติดประเภทอื่นๆ โปรแกรมนี้ได้รับการพัฒนาขึ้นโดยหลายหน่วยงาน ได้แก่ Department of Education, Department of Health and Human Services และอีกหลายหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน (Ellickson et al., 1990; Ellickson et al.; 1993; Bell et al.; 1993; Elizabeth et al.; 2005) โปรแกรม ALERT ที่พัฒนาขึ้นครั้งแรกเริ่มทดลองใช้ใน 30 โรงเรียน ซึ่งเป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ทั้งในเขตเมือง ชานเมือง และชนบท ของรัฐแคลิฟอร์เนียทั้งตอนเหนือและตอนใต้ และรัฐโอเรกอน ผลการศึกษาวิจัยเชิงทดลอง พบว่าโปรแกรมสามารถลดการใช้อัลกอฮอล์และยาสูบ

### ลักษณะของโปรแกรม

โปรแกรม ALERT ใช้แนวคิดอิทธิพลของสังคมในการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดในนักเรียน โดยมุ่งสอนให้นักเรียนต่อต้านการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด และสอนทักษะการปฏิเสธการชักจูงให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากกลุ่มที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อยู่ก่อนแล้ว หลักสูตร ALERT อิงตามทฤษฎีของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 3 ทฤษฎี คือ (1) Health Belief Model ซึ่งเน้นที่ปัจจัยทางสติปัญญาในการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม (2) Social Learning Model ซึ่งเน้นที่อิทธิพลของบรรทัดฐานสังคมและบุคคลสำคัญอื่นๆ ในการเกิดพฤติกรรม และ (3) Self-efficacy Theory ซึ่งมองว่าความเชื่อว่าตนเองสามารถทำงานอย่างหนึ่งให้สำเร็จได้เป็นสิ่งจำเป็นในการเกิดพฤติกรรม หลักสูตรนี้จึงต้องการเปลี่ยนแปลงความเชื่อของนักเรียนเกี่ยวกับบรรทัดฐานทางสังคมต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น ผลกระทบทางอารมณ์และทางร่างกายจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ช่วยให้นักเรียนสามารถต่อต้านการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากบุคคลในครอบครัว สื่อโฆษณา และกลุ่มเพื่อน และสร้างความรู้สึกในคุณค่าของตนเองที่สามารถปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้สำเร็จ

หลักสูตร ALERT เป็นโปรแกรม 2 ปี ประกอบด้วย 14 บทเรียน โปรแกรมในปีแรกประกอบด้วย 11 บทเรียน ซึ่งเริ่มกับนักเรียนเกรด 7 เหตุผลที่เริ่มใช้กับเด็กนักเรียนเกรด 7 เพราะเป็นช่วงอายุที่เด็กนักเรียนเริ่มจะทดลองใช้สารเสพติด และเด็กในช่วงอายุนี้อาจเพียงพอที่จะเรียนรู้และเข้าใจบทเรียนที่สอน หลักสูตรมุ่งเป้าไปที่การใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด การสูบบุหรี่ และการเสพยา เพราะเด็กนักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่จะเริ่มทดลองใช้สารเสพติด 3 ชนิดนี้ก่อนเป็นลำดับแรก และนำไปสู่การใช้อัลกอฮอล์ประเภทที่มีความรุนแรงมากขึ้นตามลำดับ บทเรียนในช่วงเกรด 7 จะถูกกระตุ้นด้วย 3 บทเรียนในช่วงเกรด 8 (Elickson and Bell, 1990; Bell et al., 1993; Elickson et al. 2003) กิจกรรมในห้องเรียนที่ถูกสร้างขึ้นมา เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถแยกให้ได้ว่าบุคคลใดคือบุคคลที่ใช้สารเสพติด วิธีการต่อต้านแรงชักจูงให้ทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากกลุ่มบุคคลที่ดื่มแอลกอฮอล์อยู่ก่อนแล้ว และความเข้าใจเกี่ยวกับอันตรายที่ตามมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทั้งทางด้านสังคม อารมณ์ และร่างกาย การเรียนการสอนของหลักสูตร ประกอบด้วยวิดีโอช่วยสอน วิธีการเรียนการสอนที่เน้น

## อภิปรายผล

จากตัวอย่างโปรแกรม 5 โปรแกรม ในการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับวัยรุ่นในสถานศึกษา ได้แก่ โปรแกรม Northland, Class Action, Challenging College Alcohol Abuse (CCAA), Brief Alcohol Screening and Intervention for College Students (BASICS) และ ALERT จะพบว่าโปรแกรมเหล่านี้พัฒนาขึ้นมาโดยใช้แนวคิดทฤษฎีพฤติกรรม และความรู้เกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดเป็นฐานในการพัฒนาทั้งสิ้น โปรแกรม Northland พัฒนาขึ้นมาจากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ที่อธิบายการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิดเป็นผลจากปฏิสัมพันธ์กันระหว่างปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยภายในตัวบุคคล และปัจจัยด้านพฤติกรรม Class Action พัฒนาขึ้นมาโดยใช้แนวคิด Social Influence Theory of Behavior Change การใช้การปฏิสัมพันธ์ บทเรียนที่นำโดยกลุ่มเพื่อนเพื่อสำรวจโลกแห่งความเป็นจริง และผลทางสังคมที่ตามมาจากการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด เช่น อาชญากรรมที่เกิดขึ้นจากการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด โปรแกรม CCAA ใช้แนวคิดสื่อการณรงค์ในมหาวิทยาลัย และกลยุทธ์ต่างๆ ที่เน้นการรับรู้ที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และทำให้สิ่งแวดล้อมของมหาวิทยาลัยมีสิ่งชักจูงไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้น้อยที่สุด BASICS ใช้แนวคิดการจูงใจ ใช้ความเห็นอกเห็นใจ ไม่ใช่วิธีการเผชิญหน้า และการแสดงออกที่ไม่ตัดสินพฤติกรรมที่แสดงออกมากว่าผิดหรือถูก มีจุดมุ่งหมายที่จะเปิดเผยพฤติกรรมเสี่ยงที่จะนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และค่านิยมและจุดมุ่งหมายของการป้องกันการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด และ ALERT พัฒนาขึ้นมาจาก 3 ทฤษฎี คือ (1) Health Belief Model ซึ่งเน้นที่ปัจจัยทางสติปัญญาในการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม (2) Social Learning Model ซึ่งเน้นที่อิทธิพลของบรรทัดฐานสังคมและบุคคลสำคัญอื่นๆ ในการเกิดพฤติกรรม และ (3) Self-efficacy Theory ซึ่งมองว่าความเชื่อว่าคุณสามารถทำงานอย่างหนึ่งให้สำเร็จได้เป็นสิ่งจำเป็นในการเกิดพฤติกรรม ซึ่งการพัฒนาโปรแกรมบนพื้นฐานของแนวคิดทฤษฎีทำให้โปรแกรมเหล่านี้ประสบความสำเร็จ

นอกจากนี้ ตัวอย่างของโปรแกรม Northland หรือ ALERT จะสอนทักษะการจัดการกับตนเอง และทักษะทางสังคมแก่นักเรียน ซึ่งตัวอย่างของทักษะการจัดการกับตนเองและทักษะทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือ ทักษะการตัดสินใจและทักษะการแก้ไขปัญหา ทักษะการต่อต้านอิทธิพลระหว่างบุคคล เช่น บุคคลในครอบครัว เพื่อน และอิทธิพลจากสื่อโฆษณา ทักษะการควบคุมตนเอง และส่งเสริมการเห็นคุณค่าตนเอง (การตั้งเป้าหมายและเทคนิคการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองในทิศทางที่ถูกต้อง) วิธีจัดการกับความเครียดและความวิตกกังวล การสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง และทักษะทางสังคมอื่นๆ ซึ่งจะป้องกันและชะลอการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มวัยรุ่นได้ สำหรับโปรแกรม Class Action, CCAA และ BASICS ให้ข้อมูลของผลกระทบจากการดื่มสุราทั้งระยะสั้นและระยะยาว รวมทั้งแก้ไขแนวคิดที่ผิดๆ เกี่ยวกับความชุกในการใช้อัลกอฮอล์ในทางที่ผิด เช่น ให้นักเรียนสำรวจจำนวนผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในห้องเรียน ในโรงเรียน และในชุมชนด้วยตนเอง วิธีการ

ตลอดจนกิจกรรมการเรียนการสอนของโปรแกรมเหล่านี้จะเน้นให้นักเรียนมีส่วนร่วม และมีปฏิสัมพันธ์ เช่น การเป็นต้นแบบ การสอน การฝึกซ้อม การแสดงบทบาทสมมติ การอภิปราย และการทำกิจกรรมกลุ่มที่ให้โอกาสแก่นักเรียนในการฝึกทักษะใหม่ๆ และที่เป็นคุณลักษณะของทักษะทางสังคม เช่น งานเลี้ยงฉลองในการจบการศึกษาที่มีการบริการเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จะช่วยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและฝึกทักษะการต่อต้านการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนวิธีการป้องกันแบบนำโดยกลุ่มเพื่อน ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมและคงอยู่ในโปรแกรมการศึกษาเพื่อการป้องกันใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดมากขึ้น มีการจัดกิจกรรมหรือบทเรียนกระตุ้นหรือฟื้นฟูให้หลังจากเสร็จสิ้นโปรแกรมแรกแล้ว ดังนั้นจึงช่วยคงทนไว้ซึ่งประสิทธิผลของการป้องกันการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด และส่งเสริมให้มีประสิทธิผลของการป้องกันมากขึ้น ความสำเร็จของโปรแกรมเหล่านี้ยังขึ้นอยู่กับเป็นลักษณะของโปรแกรมที่เป็นโปรแกรมแทรกแซงพฤติกรรม การให้คำปรึกษา และกิจกรรมอื่นๆ ซึ่งแยกระดับชั้น กลุ่มเป้าหมายชัดเจน และมี ผู้ปกครอง ครอบครัว และชุมชน เข้ามามีส่วนร่วมด้วย โดยคำนึงถึงความสอดคล้องของวัฒนธรรม อิทธิพลทางสังคม ความเชื่อ ค่านิยม ชนชาติ เชื้อชาติ อายุ เพศ ศาสนา และภาษา โปรแกรมทั้ง 5 โปรแกรมนี้ ได้ผ่านการประเมินประสิทธิผลด้วยวิธีการที่เชื่อถือจากตัวผู้พัฒนาโปรแกรม และหน่วยงานหรือองค์กรอิสระ ตลอดจนมีการนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ ในหลากหลายพื้นที่ มีคู่มือการใช้ คู่มือการอบรมสำหรับผู้ดำเนินการ คู่มือการประเมินประสิทธิผลของโปรแกรม และระบุกลุ่มเป้าหมายที่เหมาะสมกับโปรแกรมด้วย

นอกจากโปรแกรมทั้ง 5 โปรแกรมนี้ ยังมีโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อป้องกันการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับเยาวชนในสถานศึกษาอีกหลายโปรแกรม เช่น หลักสูตรอบรมทักษะชีวิต (Life Skills Training), Midwestern Prevention Program, และ SMART เป็นต้น

#### สรุปและข้อเสนอแนะ

ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้พัฒนาโปรแกรมการป้องกันการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิดสำหรับเยาวชนในสถานศึกษามากมายหลายโปรแกรม เพื่อลดพฤติกรรมที่นำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเยาวชนในสถานศึกษา ซึ่งผลการวิจัยหลายๆ ชิ้น ยืนยันว่าการป้องกันที่เน้นการลดปัจจัยเสี่ยงและเพิ่มปัจจัยสนับสนุนที่เชื่อมโยงสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่างๆ นั้นสามารถทำให้เกิดผลเชิงบวกทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งโปรแกรมที่ป้องกันการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิดที่นำเสนอในการทบทวนองค์ความรู้ครั้งนี้ ได้พัฒนาขึ้นมาจากแนวคิดพื้นฐานที่มีมาตรฐาน เช่น แนวคิดการส่งเสริมสมรรถนะ คือเน้นการสอนทักษะการจัดการทั่วไปเกี่ยวกับตนเอง (Generic Self-management Skill) และทักษะทางสังคม (Social Skill) ตัวอย่างของทักษะการจัดการทั่วไปเกี่ยวกับตนเองและทักษะทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือ ทักษะการตัดสินใจและทักษะการแก้ไขปัญหา ทักษะความรู้ความเข้าใจในการต่อต้านอิทธิพลระหว่างบุคคล และอิทธิพลจากสื่อ ทักษะการควบคุมตนเอง และส่งเสริมการเห็นคุณค่าตนเอง (การตั้งเป้าหมายและเทคนิคการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองในทิศทางที่ถูกต้อง) วิถีจัดการกับความเครียดและความวิตกกังวล การสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง และทักษะทางสังคมอื่นๆ และมีองค์ประกอบซึ่งเป็นคุณสมบัติร่วมกันของวิธีการป้องกันการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด ซึ่งได้ผ่าน

สำหรับประเทศไทยนั้น สามารถนำโปรแกรมเหล่านี้มาปรับใช้ให้เหมาะสมกับพื้นที่ วัฒนธรรม กลุ่มเป้าหมาย โปรแกรมที่นำมาใช้ในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สำหรับเยาวชนในสถานศึกษา ไม่ควรเป็นลักษณะ “Universal” หมายถึง สามารถนำไปใช้ได้กับทุกกลุ่มอายุ ทุกระดับการศึกษา หรือทุกกลุ่มเสี่ยง เพราะลักษณะปัญหาการใช้สารเสพติดหรือการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดของแต่ละกลุ่มมีความแตกต่างกัน มีประเด็นการแก้ไขปัญหาคู่ที่แตกต่างกันออกไป นอกจากนี้ถือได้ว่าโปรแกรมที่ผ่านการประเมินโดย NREPP เป็นโปรแกรมที่น่าเชื่อถือได้ เพราะ NREPP เป็นหน่วยงานภายใต้การกำกับของ Federal Agency ของสหรัฐอเมริกา คือ U.S Department of Human Services ดังนั้นสถานศึกษาของประเทศไทย ที่ต้องการจัดทำโครงการป้องกันการใช้สารเสพติดหรือการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สำหรับเยาวชนในสถานศึกษา สามารถเข้าไปศึกษาข้อมูลทางวิชาการที่เผยแพร่ในเว็บไซต์ของ NREPP เกี่ยวกับโปรแกรมในการป้องกันการใช้สารเสพติดต่างๆ ซึ่งแต่ละโปรแกรมจะมีความเหมาะสมของประเภทของสารเสพติด กลุ่มเป้าหมาย อายุ เพื่อง่ายต่อการเลือกนำไปใช้ และรายละเอียดระดับลึกก็สามารถติดต่อจากเจ้าของผู้พัฒนาโปรแกรมเหล่านี้ได้โดยตรง

#### กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณโครงการจัดการองค์ความรู้เรื่องยาเสพติด (อสต.) บริหารโดยสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ในการสนับสนุนทุนสำหรับการทบทวนองค์ความรู้ครั้งนี้

#### บรรณานุกรม

- Borsari, B., & Carey, K. B. 2000. Effects of a brief motivational intervention with college student drinkers. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. 68(4), 728-733.
- D' Amico, E.J, Ellickson, P.L, Wagner, E.F. & et. al.. 2005. Developmental Considerations for Substance Use Interventions From Middle School Through College. **Alcoholism, clinical and experimental research**. 29(3), 474 – 483.
- Dusenbury, L. & Falco, M. 1995. Eleven Component of Effective Drug Abuse Prevention Curricula. **Journal of School Health**. 65(10), 420 – 425.
- Ellickson, P. L., & Bell, R. M. 1990. Drug prevention in junior high: A multi-site longitudinal test. **Science**. 247, 1299-1305.
- Ellickson, P. L., Bell, R. M., & Harrison, E. R. 1993. Changing adolescent propensities to use drugs: Results from Project ALERT. **Health Education Quarterly**. 20(2), 227-242.
- Ellickson, P. L., McCaffrey, D. F., Ghosh-Dastidar, B., & Longshore, D. L. 2003. New inroads in preventing adolescent drug use: Results from a large-scale trial of Project ALERT in middle schools. **American Journal of Public Health**. 93(11), 1830-1836.

- Johnston, L.D., O'Malley, P.M., Bachman, J.G.& Schulenberg, J.E. 2004. Monitoring the Future National Survey Results on Drug use 1975 – 2003, **Volume I: Secondary School Student**. Bethesda, MD: National Institute on Drug Abuse.
- SAMHSA's National Registry of Evidence-based Programs and Practices. 2007. **Project Northland**. Retrieved August 18, 2008, from [http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM\\_ID=100](http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM_ID=100)
- SAMHSA's National Registry of Evidence-based Programs and Practices. 2007. **Class Action**. Retrieved August 18, 2008, from [http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM\\_ID=115](http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM_ID=115).
- SAMHSA's National Registry of Evidence-based Programs and Practices. 2008. **Challenging College Alcohol Abuse (CCAA)**. Retrieved August 18, 2008, from [http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM\\_ID=96](http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM_ID=96).
- SAMHSA's National Registry of Evidence-based Programs and Practices. 2008. **Brief Alcohol Screening and Intervention for College Students (BASICS)**. Retrieved August 18, 2008, from [http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM\\_ID=156](http://www.nrepp.samhsa.gov/programfulldetails.asp?PROGRAM_ID=156).
- Williams, C.L. & Perry, C.L. 1998. Lessons From Project Northland: Preventing Alcohol Problems During Adolescence. **Alcohol Health & Research World**. 22(2), 107 -116.