

ประสิทธิผลของนวัตกรรมการบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น¹

ณัฐชา ไชยชนะ พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)²

อริศรา แสนทวีสุข พย.ม. (การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต)³

พิไลพร สุขเจริญ ประ.ด. (จิตวิทยาประยุกต์)⁴

บทคัดย่อขยาย

บทนำ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเด็กและเยาวชนเป็นปัญหาสาธารณสุขของประเทศไทยและทั่วโลก ปัจจุบันมีแนวโน้มการเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพศหญิงที่เพิ่มขึ้น นำไปสู่การเพิ่มโอกาสเกิดปัญหาพฤติกรรมและติดแอลกอฮอล์ ในวัยผู้ใหญ่ แม้ว่าจะมีมาตรการทางกฎหมายการบรรจุเนื้อหาเกี่ยวกับพิษภัยของแอลกอฮอล์ในหลักสูตรการศึกษา และการดำเนินงานอนามัยโรงเรียนในการจัดกิจกรรมบริการสุขภาพเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น แต่ยังไม่พบว่ามีมาตรการเหล่านี้ไม่สามารถป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มเยาวชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ การใช้นวัตกรรมการบอร์ดเกมจึงอาจเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติและความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลองระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม

การออกแบบการวิจัย การศึกษาครั้งนี้เป็นแบบทดลองชนิดสองกลุ่มวัดซ้ำ มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะชีวิตตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซนร่วมกับการใช้กระบวนการวิศวกรรมสังคมตามแนวคิดวิศวกรรมสังคมผ่านนวัตกรรมการบอร์ดเกม โดยทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน เชื่อว่าความตั้งใจเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม โดยปัจจัยที่มีผลต่อความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ประกอบด้วย 3 ปัจจัย คือ 1) ทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) บรรทัดฐานทางสังคมในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อบุคคลได้รับการส่งเสริมทั้ง 3 ปัจจัย จะส่งผลต่อการเพิ่มความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดดังกล่าวมาออกแบบกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมทักษะชีวิตในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผ่านบอร์ดเกม เป็นเวลา 12 สัปดาห์ ประกอบด้วย 5 กิจกรรม โดยเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านบอร์ดเกม 4 กิจกรรม และ กิจกรรมที่ 5 เป็นการอภิปรายกลุ่ม ดังนั้น กิจกรรมที่ 1 การเล่นเกม “รู้จริงเรื่องแอลกอฮอล์” ให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมที่ 2 การเล่นเกม “คิดดีเลือกถูกทางอนาคตไกล” ส่งเสริมทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และบรรทัดฐานทางสังคมจากการใช้สถานการณ์การ์ตูน กิจกรรมที่ 3 และ 4 การเล่นเกม “Say No ไม่เสียเพื่อน” ฝึกทักษะปฏิเสธและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อสร้างเสริมความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกิจกรรมที่ 5 การอภิปรายกลุ่มเกี่ยวกับการจัดการตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และให้คำแนะนำเกี่ยวกับแนวทางการจัดการอุปสรรคที่เกิดขึ้น

วิธีดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพศหญิง จากโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น 2 แห่งหนึ่งในจังหวัดสุราษฎร์ธานี สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนจำนวน 70 คน สุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่มละ 35 คน โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือก ได้แก่ 1) อายุ 11-15 ปี

¹ได้รับทุนสนับสนุนจากกองทุนวิจัยมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ปี 2567

²อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

³ผู้ประพันธ์บรรณกิจ อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี E-mail: arissara.suk@sru.ac.th

⁴รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

ประสิทธิผลของนวัตกรรมการบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น

2) สามารถพูดคุยสื่อสาร อ่านออกและเข้าใจภาษาไทย 3) ไม่มีประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ
4) ยินดีเข้าร่วมการวิจัย กำหนดขนาดตัวอย่างตามหลักการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบด้วยโปรแกรม G*Power
เครื่องมือวิจัย ได้แก่ 1) นวัตกรรมบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
2) คู่มือการเล่น 3) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 4) แบบวัดทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ
5) แบบวัดความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือน
พฤศจิกายน พ.ศ. 2567 ถึง มกราคม พ.ศ. 2568 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และเปรียบเทียบ
คะแนนทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวน
ร่วมสองทางแบบวัดซ้ำ และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยสถิติ Bonferroni

ผลการวิจัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีอายุระหว่าง 12-15 ปี การพักอาศัย
อยู่ร่วมกับครอบครัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบคิดเป็นร้อยละ 42.86 และ 45.71 ตามลำดับ
และการไม่มีคนในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบคิดเป็นร้อยละ
51.43 และ 34.29 ตามลำดับ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดซ้ำ (Two-way ANOVA
with repeated measures) พบว่า ทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง
ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 14.870, p < .001$) โดยมีขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.18 ปฏิสัมพันธ์
ระหว่างช่วงเวลาและโปรแกรมฯ ไม่มีผลต่อทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
($F = 0.090, p = .760$) ขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.00 และเมื่อวิเคราะห์ผลระหว่างกลุ่ม พบว่า ทัศนคติต่อ
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
($F = 174.750, p < .001$) โดยมีขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.72 การเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ พบว่า
คะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลอง กับหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนา
ทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
($MD = 1.99, p = .003$ และ $MD = 3.24, p < .001$ ตามลำดับ) ในขณะที่หลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนา
ทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติ ($MD = 1.26, p = .270$)

สำหรับความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง พบว่า
ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะสิ้นสุด
กิจกรรมการอภิปราย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 6.230, p = .020$) โดยมีขนาดอิทธิพล เท่ากับ
0.09 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างช่วงเวลาและโปรแกรมฯ ไม่มีผลต่อความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่ม
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 1.870, p = .180$) ขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.03 และ
เมื่อวิเคราะห์ผลระหว่างกลุ่ม พบว่า ความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่าง
กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 149.440, p < .001$) โดยมี
ขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.69 เมื่อเปรียบเทียบเป็นรายคู่ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนการทดลอง แตกต่างกับหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วย
บอร์ดเกม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($MD = 1.34, p = .350$) แต่แตกต่างจากหลังสิ้นสุด
กิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม ($MD = 1.34, p < .001$) และในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วย
บอร์ดเกม แตกต่างจากระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($MD = 2.71, p = .009$)

ข้อเสนอแนะ พยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนและบุคลากรทางสาธารณสุขสามารถนำรูปแบบโปรแกรม
และนวัตกรรมบอร์ดเกมไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมบริการสุขภาพเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อเพิ่มทัศนคติ
และความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
ซึ่งนักเรียนมีโอกาสที่จะมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ รวมทั้งการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริม
และแนะแนวทางแก่ครูผู้ศึกษาในการนำบอร์ดเกมนี้ไปประยุกต์ใช้

คำสำคัญ นวัตกรรมบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิต ทัศนคติ ความตั้งใจ การป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
วันที่ได้รับ 15 ก.พ. 68 วันที่แก้ไขบทความเสร็จ 2 พ.ค. 68 วันที่รับตีพิมพ์ 14 พ.ค. 68

Effectiveness of Life-skills Board Game Innovation to Enhance Attitudes and Intention of Alcohol Consumption Prevention in Female Middle School Students¹

Natchaya Chaichana, M.N.S (Community Nurse Practitioner)²

Arissara Saenthaweesuk, M.N.S (Mental Health and Psychiatric Nursing)³

Pilaiporn Sukcharoen, Ph.D. (Apply Psychology)⁴



Extended Abstract

Introduction Alcohol consumption among children and adolescents is a significant public health problem in Thailand and globally. Recent trends indicate an increasing prevalence of alcohol initiation among female middle school students, which may increase risks of behavioral problems and alcohol dependence in adulthood. Despite the implementation of legal measures, the integration of alcohol-related harm education into school curricula, and the provision of health services through school health programs aimed at preventing risky behaviors among adolescents, these strategies have not proven sufficiently effective in curbing youth alcohol consumption. The use of innovative tools, such as board games, may offer a promising approach to enhancing life skills and preventing alcohol consumption among young people.

Objectives This study aims to compare attitudes and intention to prevent alcohol consumption between the experimental and comparison groups across three phases: baseline, the post-life skills development activity with board games, and the post-group discussion activity.

Design This study employed an experimental, two-group repeated measures design, focusing on the development of life skills based on Ajzen's Theory of Planned Behavior (TPB), integrated with a social engineering process using an innovative board game intervention. According to the TPB, behavioral intention is the primary determinant of behavior, influenced by three key factors: (1) attitudes toward alcohol

¹ Received a Research Grant from Surattani Rajabhat University Research Fund, 2024

² Lecturer, Faculty of Nursing, Surattani Rajabhat University, Surattani Province, Thailand

³ Corresponding author, Lecturer, Faculty of Nursing, Surattani Rajabhat University, Surattani Province, Thailand.
E-mail: arissara.suk@sru.ac.th

⁴ Associate Professor, Faculty of Nursing, Surattani Rajabhat University, Surattani Province, Thailand

ประสิทธิผลของนวัตกรรมบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น

consumption, (2) social norms in alcohol consumption, and (3) perceived ability to control alcohol consumption behaviors. Enhancing these three components is expected to strengthen participants' intentions to prevent alcohol consumption. Drawing on this theoretical framework, the researchers designed a 12-week life-skills board game innovation to enhance attitudes and intention of alcohol consumption prevention among adolescents. The program consisted of five structured activities: four board game sessions and one group discussion. Activity 1, "Know the Truth about Alcohol" provided foundational knowledge about alcoholic beverages. Activity 2, "Think Good, Choose Right for a Bright Future" aimed to promote positive attitudes and social norms through cartoon-based scenarios. Activities 3 and 4, titled "Say No without Losing Friends" focused on practicing refusal and avoidance skills to reinforce behavioral intentions to abstain from alcohol. Finally, Activity 5 involved a group discussion on self-management strategies for avoiding alcohol consumption and offered guidance on overcoming potential barriers.

Methodology The participants consisted of 70 female middle school students from two schools in Surat Thani Province, selected through multistage random sampling. Participants were randomly assigned to either the experimental group or the comparison group, with 35 students in each group. Inclusion criteria were as follows: (1) aged between 11 and 15 years, (2) able to communicate verbally, read, and comprehend the Thai language, (3) no history of alcohol consumption, and (4) willingness to participate in the study. The sample size was determined using power analysis via the G*Power program. Research instruments included: (1) an innovative board game to develop life skills to prevent alcohol consumption, (2) a game manual, (3) a general information questionnaire, (4) an attitude toward alcohol consumption scale, and (5) a behavioral intention scale for alcohol prevention. Data collection was conducted from November 2024 to January 2025. Descriptive statistics were used to analyze general data, while attitudes and behavioral intention scores were compared using Two-way repeated measures ANOVA. Pairwise comparisons were conducted using Bonferroni.

Results The participants were female middle school students aged between 12 and 15 years. Among the experimental and comparison groups, 42.86% and 45.71%, respectively, lived with their families. Additionally, 51.43% of participants in the experimental group and 34.29% in the comparison group reported having no family members who consumed alcohol. Results from the two-way repeated measures ANOVA revealed a statistically significant difference in attitudes toward alcohol consumption within the experimental group across the three time points: baseline, post-life skills development activity with board games, and post-group discussion ($F = 14.870, p < .001$), with an effect size of 0.18. However, the interaction effect between time and group was not statistically significant ($F = 0.090, p = .760$), with an effect size of 0.00. Between-group analysis showed a statistically significant difference in attitudes toward alcohol consumption between the experimental and comparison groups ($F = 174.750, p < .001$), with an effect size of 0.72. Pairwise comparisons indicated that the mean attitude scores differed significantly between baseline and post-board game activity ($MD = 1.99, p = .003$), and between baseline and post-group discussion ($MD = 3.24, p < .001$). However, no significant difference was found between the post-board game activity and post-group discussion phases ($MD = 1.26, p = .270$). Regarding behavioral intention to prevent alcohol consumption, a statistically significant difference was observed within the experimental group across the three time points ($F = 6.230, p = .020$), with an effect size of 0.09. The interaction effect between time and group was not statistically significant ($F = 1.870, p = .180$), with an effect size of 0.03. Between-group analysis revealed a statistically significant difference in behavioral intention between the experimental and comparison groups ($F = 149.440, p < .001$), with an effect size of 0.69. Pairwise comparisons showed no significant difference between baseline and post-board game activity ($MD = 1.34, p = .350$), but a significant difference was found between baseline and post-group discussion ($MD = 1.34, p < .001$), as well as between post-board game activity and post-group discussion ($MD = 2.71, p = .009$).

Recommendation Community nurse practitioners and public health personnel can apply this board game innovation for use in health service activities aimed at enhancing life skills in female middle school students. This approach is intended to improve attitudes and behavioral intentions toward alcohol prevention, thereby increasing their likelihood of engaging in preventive behaviors. Additionally, the board game can be utilized in activities designed to support and guide health education teachers in integrating this tool into their instructional practices.

Journal of Thailand Nursing and Midwifery Council 2025; 40(3) 525-545

Keywords life skills development board game innovation/ attitudes/ intention/ alcohol consumption prevention

Received 15 February 2025, Revised 2 May 2025, Accepted 14 May 2025

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาการติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ในเด็กและเยาวชนเป็นปัญหาสำคัญทางสาธารณสุขในหลายประเทศทั่วโลก องค์การอนามัยโลกรายงานว่า ในปี ค.ศ. 2018 (พ.ศ. 2561) วัยรุ่นที่เป็นนักติ่ที่มีอายุ 15-19 ปี มีจำนวนสูงถึง 155 ล้านคน¹ การศึกษาการติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ในเด็กและเยาวชนในชุมชนชนบทของไทย ในปี ค.ศ. 2021 (พ.ศ. 2564) พบว่า ค่าเฉลี่ยของอายุในวัยรุ่นที่เริ่มติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์อยู่ที่อายุ 13 ปี² ซึ่งจากการสำรวจพฤติกรรมด้านสุขภาพของประชากรไทยในปี พ.ศ. 2564 พบว่ามีวัยรุ่นที่เริ่มติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์จำนวน 1.38 ล้านคน โดยเฉพาะในกลุ่มอายุ 15-19 ปี ซึ่งมีอัตราความชุกของการติ่สูงถึงร้อยละ 30.79 นอกจากนี้ ยังพบว่ามีเด็กบางคนเริ่มติ่ตั้งแต่อายุเพียง 8 ปี และอัตราการติ่ของเพศหญิงเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 7.2 โดยมีแนวโน้มสูงกว่ากลุ่มเพศชาย³ ประกอบกับมีรายงานการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทย ในปี พ.ศ. 2564 พบว่า มีนักเรียนที่ติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ครั้งแรกตั้งแต่อ่อนอายุ 14 ปี สูงถึงร้อยละ 52.5 โดยร้อยละ 29.1 ติ่เครื่องติ่ที่มีแอลกอฮอล์อย่างน้อย 1 แก้วต่อวันหรือมากกว่า ในช่วง 30 วันก่อนการสำรวจ⁴ การติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ตั้งแต่อายุยังน้อยส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของสมอง เพิ่มความเสี่ยงต่อการติ่แอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ และอาจนำไปสู่ปัญหาทางพฤติกรรม เช่น ปัญหาทางการเรียน อุบัติเหตุ ความรุนแรง ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การใช้สารเสพติด และสุขภาพจิต เป็นต้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อหลายด้านทั้งระดับบุคคล ครอบครัว และสังคม⁵ นอกจากนี้ การสำรวจพฤติกรรมการติ่แอลกอฮอล์ของวัยรุ่นในปีการศึกษา 2564 พบว่า กลุ่มนักติ่หน้าใหม่เพศหญิง

เพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2560 เกือบ 4 เท่า จากร้อยละ 1.8 เป็น ร้อยละ 7.2 และกลุ่มนักติ่หน้าใหม่เยาวชนอายุ 15-24 ปี มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นในปี 2564 เกือบ 2 เท่า⁶ และในปีการศึกษา 2563 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีอัตราความชุกของการติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์สูงกว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ⁷ ดังนั้น การป้องกันการติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ในกลุ่มนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจึงมีความสำคัญ เพื่อลดความเสี่ยงในการเริ่มติ่และป้องกันการเป็นนักติ่ในอนาคต

สำหรับการดำเนินงานป้องกันการติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ในชุมชน แม้ว่ารัฐบาลจะมีมาตรการทางกฎหมาย เช่น การห้ามจำหน่ายเครื่องติ่แอลกอฮอล์ให้แก่บุคคลอายุต่ำกว่า 20 ปี หน่วยงานทางการศึกษามีการบรรจุเนื้อหาเกี่ยวกับพิษภัยของแอลกอฮอล์ในหลักสูตรการศึกษา⁸ และหน่วยบริการสาธารณสุขระดับปฐมภูมิมีการดำเนินงานอนามัยโรงเรียนในการจัดกิจกรรมบริการสุขภาพเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น ในการลด ละ เลิก ติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์⁹ แต่ยังพบว่ามาตรการเหล่านี้ไม่สามารถป้องกันการติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ของเด็กและเยาวชนในชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน⁹ พฤติกรรมของบุคคลเกิดจากความตั้งใจที่ถูกกำหนดโดยปัจจัยที่มีผลต่อความตั้งใจในการปฏิบัติพฤติกรรม ประกอบด้วย 3 ปัจจัย ได้แก่ 1) เจตคติต่อพฤติกรรม (attitude toward the behavior) 2) บรรทัดฐานของสังคม (social norms) และ 3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (perceived behavioral control) สำหรับปัจจัยทั้ง 3 ในด้านการติ่เครื่องติ่แอลกอฮอล์ ได้แก่ 1) ทศนคติต่อการติ่ ซึ่งเกิดจาก

ความเชื่อและการประเมินผลในแง่บวกหรือลบเกี่ยวกับพฤติกรรม การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) บรรทัดฐานทางสังคม ซึ่งเป็นแรงกดดันหรือความคาดหวังจากบุคคลสำคัญในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ครอบครัว เพื่อน หรือครู และ 3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ซึ่งหมายถึงความมั่นใจของบุคคลในการควบคุมสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์¹⁰ รวมถึงทักษะการปฏิเสธและการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

แนวคิดวิศวกรรมสังคม (social engineering) เป็นกระบวนการภายใต้กรอบแนวคิดการวิเคราะห์ศักยภาพชุมชน การยกระดับองค์ความรู้ของชุมชน การสร้างนวัตกรรมเพื่อแก้ปัญหาชุมชน และการสร้างความยั่งยืนในการแก้ปัญหาเชิงพื้นที่บนฐานข้อมูลชุมชนที่สอดคล้องกับแนวทางการดำเนินการเพื่อทำงานให้เข้าเป้าในการพัฒนาท้องถิ่นในท้องถิ่น โดยผ่านการใช้เครื่องมือวิศวกรรมสังคม 5 ชนิด คือ 1) ฟาประทาน เป็นเครื่องมือที่มุ่งสร้างทักษะวิคิด และทำความเข้าใจความหลากหลายของสังคม 2) นาฬิกาชีวิต เป็นวิธีการเรียนรู้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของผู้คนในแต่ละช่วงวัน เดือน และปี เพื่อการทำความเข้าใจจังหวะการดำเนินชีวิต และเหตุผลของการกระทำของผู้คน 3) ไทม์ไลน์พัฒนาการ เป็นเครื่องมือเพื่อศึกษาประวัติศาสตร์เฉพาะเรื่อง เฉพาะประเด็น เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องในประเด็นเฉพาะที่สนใจ 4) ไทม์ไลน์กระบวนการ เป็นกระบวนการฝึกถอดรหัสขั้นตอนหรือกระบวนการด้วยการตั้งคำถามอย่างใคร่รู้และบันทึกข้อมูลเรียงลำดับอย่างเป็นระบบ เพื่อให้เข้าใจวิธีการของสิ่งที่ศึกษาอย่างถ่องแท้และครบถ้วน ซึ่งจะนำไปสู่การคิดวิเคราะห์และการสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อพัฒนากระบวนการให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีขึ้น และ

5) M.I.C. Model (Modify–Improve–Create model) เพื่อการพัฒนาท้องถิ่น เป็นกระบวนการฝึกคิดเชิงสร้างสรรค์เพื่อสร้างนวัตกรรม โดยการนำผลลัพธ์ที่ได้จากเครื่องมือไทม์ไลน์กระบวนการมาพัฒนาต่อยอดเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพ คุณภาพ มูลค่า หรือคุณค่าให้สูงขึ้น

สำหรับการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน ร่วมกับการประยุกต์ใช้เครื่องมือวิศวกรสังคม 2 ชนิด ได้แก่ ไทม์ไลน์กระบวนการ และ M.I.C Model เพื่อการพัฒนาท้องถิ่น โดยบูรณาการกระบวนการวิศวกรสังคมในการสร้างและพัฒนาบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิต ที่ช่วยตอบสนองต่อการแก้ปัญหาวัยรุ่นที่กำลังจะกลายเป็นักเรียนใหม่ในชุมชน โดยเครื่องมือไทม์ไลน์กระบวนการ ใช้ในการวิเคราะห์สภาพปัญหา สภาพสังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมท้องถิ่นที่มีผลต่อการเริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์วิเคราะห์ผู้เล่น และสภาพบริบทในโรงเรียน ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมปัจจัยการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สำหรับเครื่องมือ M.I.C model ใช้ในการสร้างนวัตกรรม ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาบอร์ดเกม เพื่อให้บอร์ดเกมมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด

บอร์ดเกมเป็นเครื่องมือหนึ่งในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลด้วยการฝึกฝนหรือมีประสบการณ์จากกลไกของเกมที่ได้จำลองสถานการณ์ในชีวิตจริงขึ้นอย่างเป็นระบบ¹² จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีงานวิจัยที่ประสบความสำเร็จในการนำบอร์ดเกมมาเป็นเครื่องมือในการลดพฤติกรรม การสูบบุหรี่ในวัยรุ่น โดยมุ่งเน้นการใช้บอร์ดเกมในการให้ข้อมูล การเลิกบุหรี่ พัฒนาทักษะในการเลิกบุหรี่ และปรับทัศนคติในการเลิกบุหรี่¹³ ส่วนในประเทศไทยพบว่าประสบความสำเร็จในการนำบอร์ดเกมมาใช้เป็น

เครื่องมือในการให้ความรู้และพัฒนาการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคหัวใจล้มเหลว¹⁴ แต่ยังไม่พบงานวิจัยที่มุ่งเน้นการพัฒนาเครื่องมือการเรียนรู้แบบบอร์ดเกมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในชุมชน การศึกษาที่ผ่านมาเกี่ยวกับการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียน มีการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนซึ่งให้ผลลัพธ์ที่ดีในการเพิ่มความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยพบว่าส่วนใหญ่จัดกิจกรรมด้วยการบรรยายร่วมกับวิดีโอทัศน์และการแสดงบทบาทสมมติ แต่ยังไม่สามารถคงไว้ซึ่งความตั้งใจในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ในระยะยาว รวมทั้งแม้ว่าที่ผ่านมาได้มีการดำเนินการในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชนในชุมชน แต่ยังไม่สามารถป้องกันการเพิ่มขึ้นของนักดื่มหน้าใหม่ในเยาวชนได้ ดังนั้น การพัฒนาแนวทางและเครื่องมือใหม่ดังเช่นบอร์ดเกมจึงอาจเป็นการพัฒนาแนวทางที่มีประสิทธิภาพในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชน ซึ่งการเรียนรู้ผ่านกลไกของบอร์ดเกมสามารถลดความแตกต่างของศักยภาพของผู้ให้ความรู้และจัดการฝึกทักษะในนักเรียนได้ เนื่องจากบอร์ดเกมเป็นการเรียนรู้ผ่านเกมที่สามารถออกแบบให้เหมาะสมกับช่วงวัยของผู้เล่น มีรูปลักษณ์ที่ดึงดูดใจ และสามารถจำลองสถานการณ์ในเกมได้ บอร์ดเกมจึงเหมาะสมที่จะนำมาใช้ในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น รวมทั้งกลไกของบอร์ดเกมสามารถออกแบบให้เกิดการเรียนรู้ผ่านเกมตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน เพื่อพัฒนาทั้งความรู้และทัศนคติได้ รวมทั้งในกระบวนการสร้างและพัฒนานวัตกรรมบอร์ดเกมสามารถประยุกต์ใช้แนวคิดวิศวกรรมสังคม เพื่อให้บอร์ดเกมเหมาะสมกับนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น และแก้ไขปัญหาได้สอดคล้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในชุมชนพื้นที่นั้น ๆ ได้¹¹

จากข้อมูลข้างต้นคณะผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการพัฒนานวัตกรรมบอร์ดเกมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน^{9,15} และแนวคิดวิศวกรรมสังคม¹¹ โดยมีเป้าหมายในการสร้างสรรค์นวัตกรรมบอร์ดเกมที่เป็นเครื่องมือให้พยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนและบุคลากรสาธารณสุขนำไปใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สำหรับนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในชุมชน ซึ่งจะช่วยส่งเสริมทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเสริมสร้างความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อันเป็นแนวทางสำคัญในการป้องกันนักดื่มหน้าใหม่ในกลุ่มเยาวชนในชุมชน ซึ่งส่งผลต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นและลดปัญหาที่เกิดในระดับครอบครัวและชุมชนได้อีกด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทัศนคติ และความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ภายในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทัศนคติ และความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม
3. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างเวลากับโปรแกรม

สมมติฐานการวิจัย

1. หลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติและความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม

2. หลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ คะแนนเฉลี่ยทัศนคติและความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม

3. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเวลากับโปรแกรมฯ มีผลต่อทัศนคติและความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักศึกษา

กรอบแนวคิดของการวิจัย

การวิจัยนี้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน⁹ เป็นกรอบแนวคิด โดยทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมีความเชื่อว่าความตั้งใจเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม โดยปัจจัยที่มีผลต่อความตั้งใจ ประกอบด้วย 3 ปัจจัย ได้แก่ 1) เจตคติต่อพฤติกรรม 2) บรรทัดฐานทางสังคม และ 3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม สำหรับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ปัจจัยดังกล่าว ประกอบด้วย 1) ทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) บรรทัดฐานทางสังคมในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และ 3) การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์¹⁵

เมื่อบุคคลได้รับการส่งเสริมทั้ง 3 ปัจจัย จะส่งผลต่อการเพิ่มความตั้งใจในการปฏิบัติตัว ซึ่งความตั้งใจเป็นตัวกำหนดให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรม ร่วมกับการประยุกต์ใช้กระบวนการวิศวกรรมสังคมตามแนวคิดวิศวกรรมสังคมในการพัฒนานวัตกรรมบอร์ดเกม¹⁰ ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซนและแนวคิดวิศวกรรมสังคม ไปใช้ในการจัดกิจกรรมด้วยกลไกของบอร์ดเกม 5 กิจกรรมประกอบด้วยกิจกรรมที่ 1 บอร์ดเกม “รู้จริงเรื่องแอลกอฮอล์” เป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อให้รู้จักและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ กิจกรรมที่ 2 บอร์ดเกม “คิดดี เลือกถูกทางอนาคตไกล” เป็นการส่งเสริมทัศนคติและบรรทัดฐานทางสังคมในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเป็นการเรียนรู้การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยสถานการณ์การ์ตูนที่สร้างตามบริบททางสังคมของนักเรียนหญิงในพื้นที่ กิจกรรมที่ 3 และ 4 บอร์ดเกม “Say No ไม่เสียเพื่อน” เป็นการฝึกทักษะปฏิเสธและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และกิจกรรมที่ 5 การอภิปรายกลุ่ม บอร์ดเกมทั้ง 1-4 มีการวางกลไกการให้รางวัลเมื่อผู้เล่นมีทัศนคติหรือการตัดสินใจในเกมไปในทิศทางของการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และรับบทลงโทษเมื่อมีทัศนคติหรือการตัดสินใจในเกมไปในทิศทางของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กิจกรรมทั้ง 5 จะช่วยสร้างเสริมความตั้งใจที่จะปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นำสู่การป้องกันพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ (Figure 1)

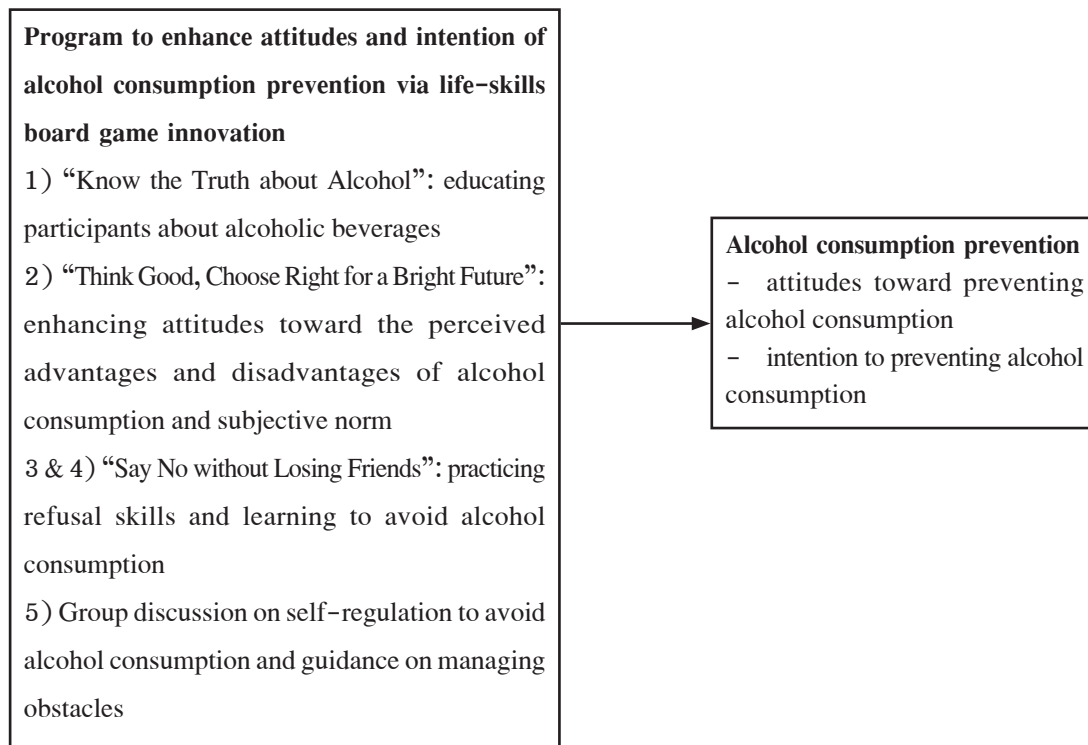


Figure 1 Conceptual Framework

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นแบบทดลอง (Experimental design) แบบสองกลุ่มวัดซ้ำ โดยวัดผลก่อนการทดลอง ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนในพื้นที่ตำบลขุนทะเล อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพศหญิงของโรงเรียนในพื้นที่ตำบลขุนทะเล อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี ปีการศึกษา 2567 สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน โดยสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับฉลาก

เลือกโรงเรียน 2 แห่งในตำบลขุนทะเล อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นโรงเรียนกลุ่มทดลอง 1 โรงเรียน และโรงเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ 1 โรงเรียน จากนั้นสุ่มอย่างง่ายจากนักเรียนหญิงที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดเป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยจับฉลากจากเลขประจำตัวนักเรียน คำนวณขนาดตัวอย่างด้วยโปรแกรม G*Power และใช้ขนาดอิทธิพล (effect size) ที่อ้างอิงจากงานวิจัยของสุนัย เลาวีลาศ¹⁶ ได้ขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.80 สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 70 คน สุ่มเข้ากลุ่มทดลอง 35 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 35 คน ในแต่ละกลุ่มประกอบด้วย นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 11 คน นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 11 คน และนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 13 คน

**ประสิทธิผลของนวัตกรรมการเล่นเกมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น**

เกณฑ์การคัดเข้าเป็นกลุ่มตัวอย่าง คือ 1) อายุ 11-15 ปี 2) รับรู้ พูดคุยสื่อสาร อ่านออกและเข้าใจภาษาไทย และไม่มีปัญหาด้านการได้ยิน 3) ไม่มีประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เนื่องจากวัตถุประสงค์ของการวิจัยมุ่งเน้นการป้องกันก่อนการเกิดพฤติกรรมเสี่ยง และ 4) ยินดีเข้าร่วมการวิจัยโดยได้รับความยินยอมจากผู้ปกครอง เกณฑ์การคัดออก คือ ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมการวิจัยได้ครบตลอดการดำเนินการวิจัย ทั้งนี้ เมื่อสิ้นสุดการทดลองไม่มีกลุ่มตัวอย่างสูญหายจากการศึกษา

เครื่องมือวิจัย แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1) นวัตกรรมการเล่นเกมพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พัฒนาขึ้นโดยผู้วิจัยตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน แนวคิดวิศวกรรมสังคม ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง โดยเนื้อหาของบอร์ดเกมสร้างขึ้นจากการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนและมีการพัฒนานวัตกรรมการออกแบบการวิศวกรรมสังคม ผ่านเครื่องมือโมเดลกระบวนการ และ M.I.C. Model เพื่อการพัฒนาท้องถิ่น โดยผู้วิจัยศึกษาและสัมภาษณ์ครูและนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในชุมชน เกี่ยวกับสภาพปัญหาสภาพสังคม วัฒนธรรมท้องถิ่น บริบทในโรงเรียน และบริบทของนักเรียนที่ส่งผลต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิง เพื่อนำมาวิเคราะห์และสร้างกลไกในเกมที่สอดคล้องกับการแก้ไขปัญหาการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงตามบริบทเฉพาะของชุมชนนี้ จากนั้นจึงพัฒนาเป็นนวัตกรรมการเล่นเกมที่ช่วยเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งกลไกของบอร์ดเกม ประกอบด้วย 1) การให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นการเรียนรู้จาก

การทนายรายการของเครื่องดื่มหรือฉลากเครื่องดื่มว่ามีหรือไม่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ในการ์ด เพื่อให้รู้จักและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ตามรายการที่แสดงไว้ในการ์ดเกม 2) การส่งเสริมทัศนคติและบรรทัดฐานทางสังคมในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเป็นการเรียนรู้การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ด้วยสถานการณ์การ์ตูนที่สร้างตามบริบททางสังคมของนักเรียนหญิงในพื้นที่ และให้ผู้เล่นเลือกว่าตนเองเห็นด้วยกับความคิดเห็นต่อสถานการณ์การ์ตูนของตัวละครการ์ตูน เพื่อเพิ่มการรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับแรงผลักดันของสังคมที่จะให้ดื่มหรือไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สถานการณ์การ์ตูนส่งเสริมการรับรู้เกี่ยวกับบุคคลที่มีความสำคัญต่อนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ บิดา มารดา ญาติ เพื่อน คนรัก และครู และ 3) การฝึกทักษะปฏิเสธและหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยในการฝึกปฏิเสธนั้นเรียนรู้จากการใช้การ์ดคำพูดตอบโต้กับการ์ดสถานการณ์ที่มีคำพูดอธิบายสถานการณ์การชักชวนให้ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ซึ่งเน้นการปฏิเสธการชักชวนให้ดื่มแอลกอฮอล์ของบุคคลรอบตัวโดยไม่เสียสัมพันธภาพ ประกอบด้วย การบอกความรู้สึก การบอกปฏิเสธ การถามความเห็น และขอบคุณเมื่อเขายอมรับ รวมทั้งในกรณีที่ถูกเข้าซื้อให้รีบออกจากเหตุการณ์ ผัดผ่อนแล้วรีบออกจากเหตุการณ์ การต่อรองเพื่อหาทางเลือกอื่นที่เหมาะสมกว่าให้กับผู้ชวน หรือการชวนไปทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่าแทน ทุกเกมมีการวางกลไกของการให้รางวัลเมื่อผู้เล่นมีทัศนคติหรือการตัดสินใจในเกมไปในทิศทางของการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และรับบทลงโทษเมื่อมีทัศนคติหรือการตัดสินใจในเกมไปในทิศทางของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

กิจกรรมในโปรแกรมฯ ใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ รวม 5 กิจกรรม โดยสัปดาห์ที่ 1-4 เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านนวัตกรรมบอร์ดเกมฯ ดำเนินการโดยผู้วิจัย ซึ่งเป็นอาจารย์สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน จัดกิจกรรม 4 ครั้ง ประกอบด้วย 1) กิจกรรมที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) การให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 2) กิจกรรมที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2) การให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสร้างเสริมทัศนคติต่อการรับรู้ประโยชน์ในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการส่งเสริมบรรทัดฐานทางสังคมในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทางอ้อมผ่านการใช้สถานการณ์ในการตัดสินใจของบอร์ดเกม 3) กิจกรรมที่ 3-4 (จัด 2 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 3 และ 4) เป็นการสร้างเสริมการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมในพฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองและทักษะปฏิเสธ และกิจกรรมที่ 5 (จัด 4 ครั้ง ทุก 2 สัปดาห์ ในสัปดาห์ที่ 6, 8, 10 และ 12) เป็นกิจกรรมอภิปรายกลุ่มดำเนินการโดยอาจารย์สาขาสุขภาพจิตและจิตเวช ซึ่งเป็นผู้ร่วมวิจัย กิจกรรมนี้ให้นักเรียนบันทึกการจัดการตนเองเมื่อพบเจอสถานการณ์การชักชวนให้ดื่มหรือพบเห็นการดื่มแอลกอฮอล์ลงสมุดบันทึกการจัดการตนเอง และนำมาอภิปรายกลุ่มร่วมกันตลอดช่วงการทดลองมีครูสอนสุขศึกษา ซึ่งเป็นผู้ช่วยวิจัย เป็นที่ปรึกษาให้นักเรียนในกรณีที่มีอุปสรรคในการควบคุมตนเอง

2) คู่มือการเล่นบอร์ดเกม ประกอบด้วย กลไกของเกม ได้แก่ อุปกรณ์ในการเล่น เป้าหมายของเกม การเตรียมตัวก่อนเริ่มเกม จุดสิ้นสุดของเกม และขั้นตอนการเล่นเกม

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยแบบสอบถาม 3 ส่วน ดังนี้

1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา การอาศัยอยู่กับบิดามารดา การมีสมาชิกในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และประวัติการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ภายใน 12 เดือน ลักษณะการตอบเป็นแบบเลือกตอบ

2) แบบวัดทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ผู้วิจัยดัดแปลงเครื่องมือของจิตรา สารงาม และคณะ¹⁷ ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง เป็นข้อความเชิงบวก 7 ข้อ และข้อความเชิงลบ 3 ข้อ จำนวนทั้งสิ้น 10 ข้อ ลักษณะการตอบเป็นมาตราประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับ เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับข้อความทางบวก คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง (4 คะแนน) ถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1 คะแนน) สำหรับข้อความทางลบ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1 คะแนน) ถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (4 คะแนน) ทำการกลับคะแนนเป็นทางบวก การแปลผลคะแนนสูง หมายถึง การมีทัศนคติที่ดีต่อการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

3) แบบวัดความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ผู้วิจัยดัดแปลงเครื่องมือของจิตรา สารงาม และคณะ¹⁷ ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง จำนวน 8 ข้อ เป็นข้อความทางบวกทั้งหมด ลักษณะการตอบเป็นมาตราประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับ ตั้งแต่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (4 คะแนน) ถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1 คะแนน) การแปลผล คะแนนสูง หมายถึง การมีความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูง

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ดำเนินการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 6 ท่าน ซึ่งเป็นอาจารย์พยาบาลที่เชี่ยวชาญในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชน 3 ท่าน ประเมินความสอดคล้อง ความเหมาะสมและ

ความครอบคลุมของเนื้อหา และเป็นผู้เชี่ยวชาญการพัฒนาบอร์ดเกม 3 ท่าน ประเมินนวัตกรรมการบอร์ดเกม คู่มือการเล่น รูปแบบกลไกในเกม กราฟิก ตัวอักษรและสี แล้วจึงนำไปปรับปรุงแก้ไขและทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพศหญิง จำนวน 7 คน ในตำบลขุนทะเล อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยไม่ได้เป็นโรงเรียนเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อปรับรูปแบบของแต่ละกิจกรรมให้เหมาะสม

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบวัดความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดำเนินการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา โดยอาจารย์พยาบาลที่เชี่ยวชาญในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในเยาวชน 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index, CVI) เท่ากับ .81 และ .82 ตามลำดับ จากนั้นนำไปตรวจสอบความเที่ยง โดยทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพศหญิงในพื้นที่ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ .82 และ .88 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยครั้งนี้ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี (SRU-REC 2024/060) เป็นระยะเวลา 1 ปี ในวันที่ 24 มิถุนายน 2567 ถึง 23 มิถุนายน 2568 ได้รับการอนุมัติจากผู้อำนวยการโรงเรียนให้ดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งได้รับความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยจากนักเรียนและผู้ปกครองโดยได้ลงนามในใบเซ็นยินยอมจากนักเรียน ผู้ปกครองของนักเรียนทุกคน ซึ่งมีอายุต่ำกว่า 18 ปี ผู้วิจัยมีการ

แนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์รายละเอียดของกิจกรรมและการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมถึงชี้แจงถึงสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้โดยจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ในระหว่างการศึกษา และกลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่ต้องระบุเหตุผล การนำเสนอข้อมูลเป็นการนำเสนอในภาพรวมเท่านั้น ผู้วิจัยจะดำเนินการทำลายข้อมูลหลังเสร็จสิ้นการตีพิมพ์ผลงานวิจัย 1 ปี สำหรับกลุ่มเปรียบเทียบภายหลังสิ้นสุดการวิจัย ผู้วิจัยได้แนะนำการจัดกิจกรรม มอบคู่มือและอุปกรณ์บอร์ดเกมให้ครูสอนสุขศึกษาของโรงเรียนที่กลุ่มเปรียบเทียบสังกัดอยู่

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้วิจัยขออนุญาตผู้อำนวยการโรงเรียนในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขั้นตอนการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และประโยชน์ที่กลุ่มตัวอย่างจะได้รับจากการเข้าร่วมวิจัย พร้อมทั้งส่งเอกสารชี้แจงและขอคำยินยอมแก่ผู้ปกครอง หลังจากผู้ปกครองและกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมวิจัย สำหรับผู้ช่วยวิจัยมีจำนวน 2 คน เป็นครูสุขศึกษา ในโรงเรียนที่กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบสังกัดอยู่ โรงเรียนละ 1 คน มีหน้าที่ในการจัดเตรียมสถานที่ ประสานงานแจ้งนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม และเป็นผู้ช่วยในช่วงการจัดกิจกรรมผ่านบอร์ดเกม ซึ่งผู้วิจัยได้เตรียมผู้ช่วยวิจัยด้วยการชี้แจงรายละเอียดของการวิจัยทั้งกระบวนการ และเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย รวมทั้งบทบาทของผู้ช่วยวิจัย จนมีความเข้าใจอย่างชัดเจนก่อนเริ่มกิจกรรมตามโปรแกรมการวิจัย ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ ด้วยตนเอง โดยให้ทำแบบสอบถามด้วยตนเอง และดำเนินกิจกรรมในสัปดาห์ที่ 1-4 และ

อาจารย์พยาบาลสาขาสุขาภพจิตและจิตเวชซึ่งเป็นผู้ร่วมวิจัย เป็นผู้ดำเนินกิจกรรมและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองในช่วงสัปดาห์ที่ 5-12 การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการในระหว่างวันที่ 11 พฤศจิกายน ถึง 27 มกราคม 2568 ระยะเวลา 12 สัปดาห์ โดยแบ่งเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม จัดกิจกรรมโดยผู้วิจัย 4 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 1-4 สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ใช้สถานที่ห้องเรียนของโรงเรียนที่กลุ่มทดลองสังกัดอยู่ แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มย่อย 5 กลุ่ม กลุ่มละ 7 คน ใช้ระยะเวลากิจกรรมละ 60 นาที โดยใช้เวลาในช่วงพักกลางวัน ซึ่งไม่ใช่เวลาเรียน หลังสิ้นสุดการเล่นบอร์ดเกมในแต่ละครั้งมีการระดมความคิดและสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ ประกอบด้วยกิจกรรมครั้งที่ 1 บอร์ดเกม “รู้จักเรื่องแอลกอฮอล์” สรุปความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากกลไกของบอร์ดเกม มุ่งให้นักเรียนทราบชนิดของเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ กิจกรรมครั้งที่ 2 บอร์ดเกม “คิดดีเลือกถูกทาง อนาคตไกล” การสร้างเสริมทัศนคติต่อการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงในการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มุ่งให้นักเรียนทราบผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์ และเลือกคิดตามและคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงจากสถานการณ์ในการตัดสินใจ กิจกรรมครั้งที่ 3 และ 4 บอร์ดเกม “Say No ไม่เสียเพื่อน” การสร้างเสริมการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากการฝึกทักษะปฏิเสธและหลีกเลี่ยงสถานการณ์การดื่มแอลกอฮอล์ หลังเสร็จสิ้นกิจกรรมครั้งที่ 4 ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม

ระยะการจัดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม

จัดกิจกรรมอภิปรายกลุ่ม โดยอาจารย์พยาบาลสาขาสุขาภพจิตและจิตเวช ซึ่งเป็นผู้ร่วมวิจัย จำนวน

ทั้งหมด 4 ครั้ง ทุก 2 สัปดาห์ ในสัปดาห์ที่ 6, 8, 10 และ 12 ใช้ระยะเวลาครั้งละ 30-60 นาที ในกิจกรรมกำหนดให้นักเรียนบันทึกการจัดการตนเองเมื่อพบเจอสถานการณ์การชักชวนให้ดื่ม หรือพบเห็นการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลงสมุดบันทึกการจัดการตนเองและนำประเด็นต่าง ๆ ดังกล่าว มาอภิปรายกลุ่มร่วมกันถึงประสบการณ์ในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนที่พบปัญหาในการจัดการตนเอง มีการใช้กระบวนการกลุ่มในการให้คำแนะนำการจัดการอุปสรรคเพื่อหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมทั้งกระตุ้นเตือนนักเรียนทุกคนเกี่ยวกับแนวทางในการจัดการตนเอง โดยตลอดช่วงการทดลองมีครูสอนสุขศึกษาเป็นที่ปรึกษาให้นักเรียนในกรณีที่มียุติกรรมในการควบคุมตนเอง เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมในสัปดาห์ที่ 12 ผู้ร่วมวิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม

กลุ่มเปรียบเทียบ หลังจากการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง กลุ่มเปรียบเทียบได้รับการพยาบาลอนามัยโรงเรียนจากพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนในพื้นที่ตามปกติ และได้รับการสอนสุขศึกษาตามแผนการเรียนการสอนปกติของโรงเรียน และมีการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลอีกครั้งในสัปดาห์ที่ 4 และ 12

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสถิติสำเร็จรูป ข้อมูลทั่วไปวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบด้วย Independent t-test และ Chi-square test และเปรียบเทียบทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง

**ประสิทธิผลของนวัตกรรมบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น**

และกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่ม ด้วยสถิติ Two-way ANOVA with repeated measures ผ่านการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น โดยข้อมูลมีการแจกแจงเป็นแบบปกติ และการทดสอบ Mauchly's Test of Sphericity พบว่าความแปรปรวนไม่แตกต่างกัน ($p > .05$) การเปรียบเทียบรายคู่ใช้สถิติ Bonferroni กำหนดระดับนัยสำคัญที่ .05

ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีอายุระหว่าง 12-15 ปี กลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 13.86 ปี (SD = 1.09) และกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุเฉลี่ย 13.66 ปี (SD = 0.97) มีการพักอาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัวทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ คิดเป็นร้อยละ 42.86 และ 45.71 ตามลำดับ และการไม่มีคนในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบคิดเป็นร้อยละ 51.43 และ 34.29 ตามลำดับ เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบ 2 กลุ่มด้วย Independent t-test และ Chi-square test พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .810, .480, .150$ ตามลำดับ)

ทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 33.03 (SD 4.73) ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มมีคะแนนเฉลี่ย 35.46 (SD 4.22) และ 35.94 (SD 3.31) ตามลำดับ ในขณะที่ทัศนคติของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 31.03 (SD 4.14) ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มเท่ากับ 32.57 (SD 4.38) และ 34.60 (SD 4.33) ตามลำดับ (Figure 2)

ความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 18.09 (SD 5.21) ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มเท่ากับ 23.34 (SD 6.24) และ 27.57 (SD 3.51) ตามลำดับ ในขณะที่ยังตั้งใจ ของกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 20.17 (SD 5.47) ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกม และระยะสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มมีคะแนนเฉลี่ย 17.60 (SD 5.32) และ 18.80 (SD 5.57) ตามลำดับ (Figure 3)

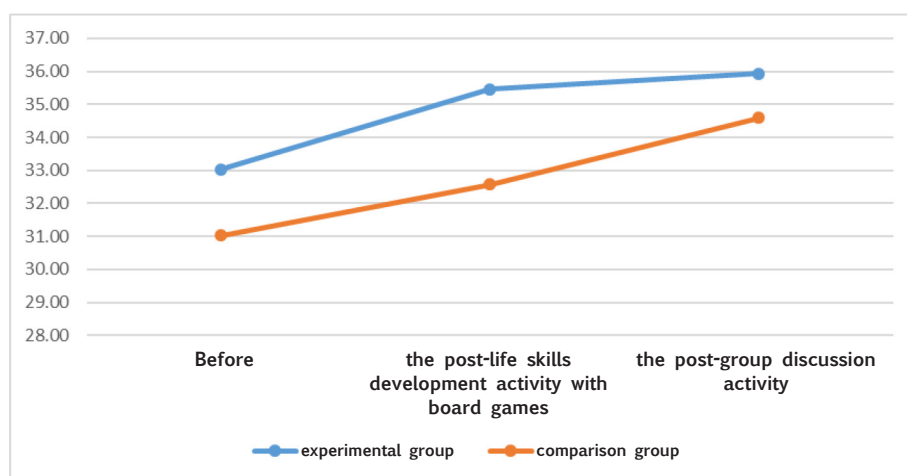


Figure 2 Changes in the attitudes toward preventing alcohol consumption

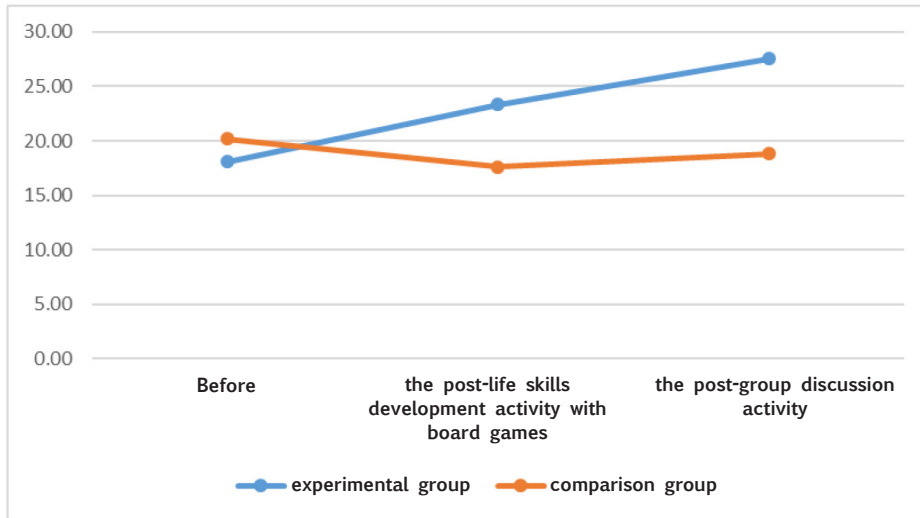


Figure 3 Changes in intention to preventing alcohol consumption

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทาง วนซ้ำ (Two-way ANOVA with repeated measures) พบว่า ทิศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของ กลุ่มทดลอง ทั้ง 3 ระยะ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ($F = 14.870, p < .001$) ปฏิสัมพันธ์ระหว่าง ช่วงเวลาและโปรแกรมฯ ไม่มีผลต่อทิศนคติต่อการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 0.090, p = .760$) และเมื่อวิเคราะห์ผลระหว่างกลุ่ม พบว่า ทิศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 174.750, p < .001$) โดยมี ขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.72 (Table 1)

ความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มทดลอง ทั้ง 3 ระยะ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 6.230, p = .020$) โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.09 ปฏิสัมพันธ์ ระหว่างช่วงเวลาและโปรแกรมฯ ไม่มีผลต่อความตั้งใจ ปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 1.870, p = .180$) ขนาดอิทธิพล เท่ากับ .03 และเมื่อวิเคราะห์ผลระหว่าง กลุ่ม พบว่า ความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 149.440, p < .001$) โดยมีขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.69 (Table 1)

Table 1 Two-way repeated measures ANOVA analysis of the study outcomes (n=70)

Sources of variation	SS	df	MS	F	p	Patial η^2
Attitudes toward preventing alcohol consumption						
<u>Within group</u>						
Time	236.82	1	236.82	14.870	<.001	0.18
Group* Time	1.49	1	1.49	0.090	.760	0.00
Error	1067.18	67	15.93			

ประสิทธิผลของนวัตกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น

Table 1 Two-way repeated measures ANOVA analysis of the study outcomes (n=70) (Cont.)

Sources of variation	SS	df	MS	F	p	Patial η^2
<u>Between group</u>						
Group	2,491.34	1	2,491.34	174.750	<.001	0.72
Error	955.22	67	14.26			
Intention to preventing alcohol consumption						
<u>Within group</u>						
Time	165.52	1	165.52	6.230	.020	0.09
Group* Time	49.75	1	49.75	1.870	.180	0.03
Error	1,781.23	67	26.59			
<u>Between group</u>						
Group	4,199.12	1	4,199.12	149.440	<.001	0.69
Error	1,882.62	67	28.10			

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายคู่ โดยใช้ Bonferroni พบว่า ก่อนทดลองและระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .003$) ก่อนทดลองและระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ทั้งนี้ ระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกมและระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .270$) (Figure 1, Table 2)

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รายคู่ โดยใช้ Bonferroni พบว่า ก่อนทดลองและระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .350$) ก่อนทดลองและระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) รวมทั้งระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยบอร์ดเกมและระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .009$) (Figure 2, Table 2)

Table 2 Multiple comparisons of attitudes and intention to preventing alcohol consumption using Bonferroni

Time (I)	Time (J)	Mean difference (I-J)	SE	p
Attitudes toward preventing alcohol consumption				
Before	the post-life skills development activity with board games	1.99	0.57	.003
	the post-group discussion activity	3.24	0.76	<.001

Table 2 Multiple comparisons of attitudes and intention to preventing alcohol consumption using Bonferroni (Cont.)

Time (I)	Time (J)	Mean difference (I-J)	SE	p
the post-life skills development activity with board games	the post-group discussion activity	1.26	0.73	.270
Intention to preventing alcohol consumption				
Before	the post-life skills development activity with board games	1.34	0.85	.350
	the post-group discussion activity	1.34	0.85	<.001
the post-life skills development activity with board games	the post-group discussion activity	2.71	0.88	.009

การอภิปรายผล

ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมนวัตกรรมบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิต นักเรียนกลุ่มทดลองมีทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรม และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย และสอดคล้องกับกลไกของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ Ajzen ที่ระบุว่า เมื่อบุคคลได้รับปัจจัย 3 ด้าน ได้แก่ การส่งเสริมทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บรรทัดฐานทางสังคมในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จะส่งผลต่อการเพิ่มความตั้งใจในการปฏิบัติตัว ซึ่งความตั้งใจนี้เป็นตัวกำหนดให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของกลุ่มตัวอย่างได้ นอกจากนี้ทัศนคติต่อพฤติกรรมเป็นองค์ประกอบสำคัญ

ที่มีผลต่อความตั้งใจในการปฏิบัติตัว โดยหากบุคคลมีทัศนคติเชิงลบต่อพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งในการศึกษานี้ คือ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก็มีแนวโน้มที่จะเพิ่มความตั้งใจในการปฏิบัติตัว และลดการกระทำพฤติกรรมดังกล่าวลง⁶ และจากผลการวิจัยที่พบว่า ปฏิกริยาระหว่างเวลาและโปรแกรมไม่มีผลต่อการเพิ่มคะแนนทัศนคติฯ และคะแนนความตั้งใจฯ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย จึงสะท้อนให้เห็นว่าโปรแกรมฯ มีผลต่อการกระตุ้นความตั้งใจในการปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สอดคล้องกับผลการศึกษาของวิจิตร สารีงาม และคณะ¹⁷ และวิหัทสสุตเพาะ และคณะ¹⁸ ที่แสดงว่า การจัดโปรแกรมและสร้างเครื่องมือที่สามารถส่งเสริมปัจจัยทั้ง 3 ตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ส่งผลให้นักเรียนเกิดความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นรายคู่พบว่า คะแนนเฉลี่ยในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มสูงกว่าก่อนการทดลอง อธิบายได้ว่าโปรแกรมฯ มีผลต่อทัศนคติและความตั้งใจในการปฏิบัติตัว เนื่องด้วยบอร์ดเกมมีลักษณะส่งเสริมให้เห็นผลดีและผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กระตุ้นการมีส่วนร่วม สร้างแรงจูงใจ และกระตุ้นให้ผู้เรียนคิด วิเคราะห์สถานการณ์เสี่ยงจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในหลากหลายบริบท เนื่องจากกระบวนการสร้างและพัฒนาบอร์ดเกมที่ใช้กระบวนการวิศวกรสังคมมาวิเคราะห์ปัญหาของกลุ่มตัวอย่างในชุมชน ทั้งบริบทของนักเรียนหญิง สภาพแวดล้อม สังคม และวัฒนธรรมในชุมชน โดยครอบคลุมทั้งครอบครัว เพื่อน และโรงเรียน ส่งผลให้บอร์ดเกมช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทัศนคติที่ดีและความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานการณ์จริงที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Remziye และ ÖRSAL¹³ ที่พบว่า กลไกของบอร์ดเกมสามารถส่งเสริมทัศนคติที่ดี เพิ่มการรับรู้ประโยชน์และโทษของพฤติกรรมเสี่ยง และส่งเสริมความมั่นใจในการปฏิบัติพฤติกรรม ส่งผลให้หลังได้รับบอร์ดเกมกลุ่มวัยรุ่นมีความตั้งใจในการปฏิบัติตัวเพิ่มขึ้น และสอดคล้องกับผลการศึกษาของปาจริยสำราญจิตต์ และคณะ¹⁹ พบว่า การรับรู้ถึงโทษและผลกระทบของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มโอกาสของการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ ประกอบกับการอภิปรายกลุ่มในการกระตุ้นเตือนนักเรียนเกี่ยวกับแนวทางในการจัดการตนเอง และการให้คำแนะนำ

การจัดการอุปสรรคในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมทั้งมีครูสอนสุขศึกษาเป็นที่ปรึกษาให้นักเรียนในกรณีที่มีอุปสรรคในการควบคุมตนเอง ส่งผลให้นักเรียนได้รับการสนับสนุนในการจัดการอุปสรรคที่เกิดขึ้น จึงสามารถคงไว้ซึ่งทัศนคติที่ดีในระยะหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มและเกิดการเพิ่มความตั้งใจในการปฏิบัติตัว ซึ่งสิ่งที่นักเรียนสามารถปฏิบัติได้ดี คือ การรู้จักคิดเรื่องโทษและข้อเสียของแอลกอฮอล์ แม้ว่าจะเคยเห็นวัยรุ่นหรือดาราในแพลตฟอร์มต่าง ๆ ทางอินเทอร์เน็ตดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แต่กลุ่มตัวอย่างก็ยังคงเลือกที่จะไม่ดื่ม ทั้งนี้ จากกิจกรรมการอภิปรายกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ พบว่า ยังมีนักเรียนบางคนมีความคิดลังเล คือ รู้โทษ ไม่อยากลอง แต่เมื่อเห็นวัยรุ่นหรือคนใกล้ตัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก็อยากลองบ้าง บางคนรู้สึกเกรงใจที่จะปฏิเสธ ผู้วิจัยจึงเสริมแรงโดยการทบทวนทักษะการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่เคยเล่นในบอร์ดเกมให้นักเรียน และทบทวนความรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ที่ควรหลีกเลี่ยงจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และให้นำประเด็นดังกล่าวมาอภิปรายกลุ่มอย่างต่อเนื่องระหว่างการดำเนินกิจกรรม ซึ่งทำให้นักเรียนกลุ่มนี้มีความมั่นใจมากขึ้นในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และสามารถหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อโนทัย พุ่งขจร และยุวดี รอดจากภัย²⁰ และ พิมลวรรณ สุดชาติ และจุริรา ดวงสงค์²¹ ที่พบว่า การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถึงประสบการณ์เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และการร่วมกันหาวิธีหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมทั้งการได้รับการแนะนำที่เหมาะสมเป็นส่วนประกอบหนึ่งที่ส่งผลให้นักเรียนมีความตั้งใจในการปฏิบัติตัวเพิ่มขึ้น และสอดคล้องกับผลการศึกษา

ของวิทวัส สุดเพาะ และคณะ¹⁸ ที่พบว่า การจัดกิจกรรมให้ความรู้ การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ การอภิปรายกลุ่ม และพูดคุยกระตุ้นเตือนให้กำลังใจ เป็นแนวทางที่ส่งเสริมให้ทัศนคติและความตั้งใจในการปฏิบัติตัวเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ดังนั้น การพัฒนานวัตกรรมการเรียนรู้ดังเช่นบอร์ดเกมที่เหมาะสมสอดคล้องตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน และการประยุกต์ใช้แนวคิดวิศวกรรมสังคมในกระบวนการสร้างและพัฒนานวัตกรรมบอร์ดเกมซึ่งเป็นการสร้างบอร์ดเกมที่เหมาะสมกับวัยและวิถีชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในชุมชน รวมทั้งการอภิปรายกลุ่ม ถือเป็นกลยุทธ์สำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างและรักษาทัศนคติที่ถูกต้องและความตั้งใจในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้พยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนและบุคลากรทางสาธารณสุขที่ดำเนินงานอนามัยโรงเรียน สามารถนำรูปแบบโปรแกรมและนวัตกรรมบอร์ดเกมไปประยุกต์ใช้เป็นเครื่องมือในการจัดกิจกรรมบริการสุขภาพการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อเพิ่มทัศนคติและความตั้งใจปฏิบัติตัวในการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น อันจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ นอกจากนี้สามารถจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและแนะแนวทางให้กับครูผู้ศึกษาในการนำบอร์ดเกมนี้ไปประยุกต์ใช้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป การศึกษาครั้งต่อไป ควรพิจารณาในส่วนของโปรแกรมกระตุ้น (booster program) และอาจพิจารณาเพิ่มการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชนและการศึกษาติดตาม เพื่อให้

นักเรียนเกิดการได้รับอิทธิพลจากบุคคลที่ตนไว้วางใจ และคล้อยตามการปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างต่อเนื่อง

กิตติกรรมประกาศ

ทีมวิจัยขอขอบคุณมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานีที่สนับสนุนทุนวิจัย รวมถึงขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างและผู้ประสานงานทุกท่านที่ให้ความสนับสนุนในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้

Declaration Statements

Conflict of Interest: No

Author Contribution: Natchaya Chaichana: Conceptualization, Methodology, Formal analysis, Investigation, Resources, Writing original draft, Writing – review & editing, Project administration. Arissara Saenthaweesuk: Formal analysis, Investigation, Resources, Writing original draft, Writing – review & editing, Project administration. Pilaiporn Sukcharoen: Methodology, Formal analysis, Writing original draft, Writing – review & editing.

AI Use Disclosure: The authors declare that AI was used only for editing purposes.

References

1. World Health Organization (2018). Global Status report on alcohol and health 2018. Geneva: World Health Organization.
2. Pramaunurur P, Anuntakulnathee P, Wangroongsarb P, Vongchansathapat T, Romsaithong K, Rangwanich J, et al. Alcohol consumption and its associated factors among adolescents in a rural community in central Thailand: a mixed-methods study. Sci Rep, 2022; 12(1):19605. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-24243-0> PMID: 36380057

**ประสิทธิผลของนวัตกรรมการบอร์ดเกมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกัน
การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น**

3. Assanangkornchai S, editor. Patterns and trends in alcohol drinking behavior of the Thai population. Songkhla: Center for Alcohol Studies, Prince of Songkhla University; 2022. Available from: <https://cas.or.th/content?id=36> (in Thai)
4. Ministry of public Health, Department of Health. Thailand global school-based student health survey, 2021: GSHS. Pathumthani: Minnie Group; 2022. Available from: https://hp.anamai.moph.go.th/web-upload/4xceb3b571ddb70741ad132d75876bc41d/202301/m_document/35022/24069/file_download/c65a0996ba2d2784ca44411b69392a8d.pdf (in Thai)
5. Pimathai C, Siriboon S, Boonpha R. Community nurses' roles in preventing alcohol consumption in youth. Journal of Health Science, Boromarajonani College of Nursing Sunpasitthiprasong. 2023;7(2):1-14. Available from: <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/bcnsp/article/view/263973/179146> (in Thai)
6. Assanangkornchai S, editor. Report on the situation of alcohol consumption in Thai society in 2021. Bangkok: Sahamit Pattana; 2022. Available from: <https://cas.or.th/content?id=18> (in Thai)
7. Wichaidit W, Saingam D, Assanangkornchai S. The fifth surveillance of alcohol, tobacco, substance use and health-risk behaviors among high school students in Thailand in 2020. Songkhla: Center for Alcohol Studies, Prince of Songkhla University; 2021. Available from: <https://cas.or.th/content?id=111> (in Thai)
8. Ministry of Education, Office of the basic education commission. Indicators and core learning content of health and physical education subjects according to the basic education core curriculum B.E. 2551. Bangkok: The agricultural co-operative of Thailand; 2008. Available from: http://academic.obec.go.th/images/document/1559639643_d_1.pdf (in Thai)
9. Ajzen I. Constructing a Theory of Planned Behavior questionnaire; 2006. Available from: https://www.researchgate.net/publication/235913732_Constructing_a_Theory_of_Planned_Behavior_Questionnaire
10. Prayongkul P, Lohacheewa S. Guideline for preventing alcohol consumption in Thai adolescents according to the theory of planned behavior. Thai Red Cross Nursing Journal. 2020;13(2): 39-46. Available from: <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/trcnj/article/view/249747/169676> (in Thai)
11. Issaro N. The royal guidance on education with mission of Rajabhat university group for higher education institution to developing local group for higher education institution to developing local. Armed Forces Development Command Journal. 2021;45(2): 53-63. Available from: <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/AFDCJournal/article/view/248325/168244> (in Thai)
12. Husmin S. The Development process of board game innovation for learning. Journal of Education Khon Kaen University. 2023;46(3):1-10. Available from: <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/EDKKUJ/article/view/263257/177546> (in Thai)
13. Remziye C.A.N., ÖRSAL Ö. Comparison of the effect of board game and tobacco cessation education on nicotine addiction in adolescent smokers. Duzce Med J. 2022;24(2):193-200. Available from: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/2448732>
14. Amaritakomol A, Kanjanavanit R, Suwankruhasn N, Topaiboon P, Leemasawat K, Chanchai R, et al. Enhancing knowledge and self-care behavior of heart failure patients by interactive educational board game. Games Health J. 2019;8(3):177-186. Available from: <https://doi.org/10.1089/g4h.2018.0043>

15. Cooke R, Dahdah M, Norman P, French DP. How well does the theory of planned behavior predict alcohol consumption? a systematic review and meta-analysis. *Health Psychol Rev.* 2016; 10(2):148-67. <https://doi.org/10.1080/17437199.2014.947547> PMID: 25089611
16. Laowilas S. Effects of Self-efficacy enhancement on drinking alcohol, outcome perceive self-efficacy among undergraduates students in Maejo University at Chumphon [Dissertation]. Chumphon: Maejo University. 2015. (in Thai)
17. Saleengarm W, Rawiworrakul T, Jirapongsuwan A, Sompopcharoen M. Effects of a new drinkers prevention program for primary school students, Surin Province. *Journal of The Royal Thai Army Nurses.* 2019; 20(1):147-156. Available from: <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/JRTAN/article/view/184954/130145> (in Thai)
18. Sudpror W, Sinsupan N, Sriruecha C. The effectiveness of alcohol drinking prevention program by application of the Theory of Planned Behavior with social support on alcohol drinking preventive behaviors among high school students. *Academic Journal of Community Public Health.* 2023;9(2):96-107. Available from: <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/ajcph/article/view/260984/178909> (in Thai)
19. Samranjit P, Usathporn S, Prutipinyo C. Factors affecting alcohol drinking of undergraduate university students: Phra Nakhon Si Ayutthaya District, Phra Nakhon Si Ayutthaya Province. *Public Health Policy and Laws Journal.* 2022; 8(2):215-32. Available from: https://so05.tci-thaijo.org/index.php/journal_law/article/view/257001 (in Thai)
20. Fungkajorn A, Rodjarkpai Y. Effects of self-efficacy enhancement on perceived self-efficacy, outcome expectancy and alcohol drinking refusal late secondary school students in Bothong district, Chonburi province. *Journal of Public Health Nursing.* 2016;30(3):41-54. Available from: <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/phn/article/view/96555/75325> (in Thai)
21. Sudcharee P, Duangsong R. Effects of alcohol drinking prevention program by application of health literacy with “Facebook” among student in primary school. *KKU Journal for Public Health Research.* 2019;12(3):81-91. Available from: <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/kkujphr/article/view/145753/155812> (in Thai)