

## อ้างอิง

- ก.สินศักดิ์ สุวรรณโชติ. (2542). ปัจจัยทางจิตสังคมของผู้ป่วยรายใหม่ที่มารับการรักษานในโรงพยาบาลรัฐด้วยภาวะผิปกดจากการใช้ยาฆ่าและเอโรอื่น. วิทยานิพนธ์  
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะ  
แพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2541). เกณฑ์มาตรฐานในการบำบัดรักษายาเสพติด.  
กรุงเทพฯ: กรมการแพทย์.
- กรมสุขภาพจิตและกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2544). คู่มือการนิเทศบริการจิตสังคม  
แบบผู้ป่วยนอกสำหรับผู้ติดยาฆ่า. นนทบุรี : สำนักพัฒนาสุขภาพจิต.
- กฤษฎา ชลวิริยะกุล และ นกษา สิงห์วีระธรรม. (2546). รายงานวิจัย เรื่อง ทักษะชีวิตกับพฤติกรรม  
การใช้สารเสพติดในกลุ่มวัยรุ่นอายุ 12 - 17 ปี ในระบบการศึกษานอกโรงเรียน  
กรุงเทพมหานคร. ศูนย์สุขภาพจิตที่ 13 กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- กนกรัตน์ วงศ์ลักษณ์พันธ์. (2542). ศึกษากลยุทธ์การสื่อสารของเจ้าหน้าที่บำบัดฟื้นฟูกับการมี  
ส่วนร่วมในกิจกรรมฟื้นฟูเพื่อเลิกยาเสพติด.
- กนกวรรณ กัลยาณสูตร. (2532). การวิเคราะห์แนวการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดให้โทษใน  
ระบบคุมประพฤติผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ: กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2546). คู่มือการดำเนินการบำบัดฟื้นฟูและติดตามดูแลหลังการรักษา  
สำหรับผู้เสพ/ผู้ติดยาเสพติด. กรุงเทพฯ : สำนักกิจการ โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหาร  
ผ่านศึก.
- จรูญ ปาละศิริ. (2545). ทักษะและปัจจัยที่มีผลต่อการเลิกเสพยาฆ่าของเยาวชนไทยในสถานพินิจ  
และคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครราชสีมา. ที่ประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต  
นานาชาติ ครั้งที่ 8 ประจำปี 2545 สุขภาพจิตกับยาเสพติด หน้า 89.
- จันทิมา องค์โฆษิต. (2547). จิตบำบัดในการปฏิบัติงานจิตเวชทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ :  
ยูเนี่ยน ครีเอชั่น.
- จิราภรณ์ เนียมบุญชู. (2548). การประยุกต์ใช้ทฤษฎีขั้นตอนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการจัด  
โปรแกรมเลิกสูบบุหรี่. บทความวิชาการ วารสารพยาบาล ฉบับที่ 3 ปีที่ 54 .
- จิราภรณ์ เนียมบุญชู. (2548). ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการเลิกบุหรี่ตามทฤษฎีการ  
เปลี่ยนแปลงต่อพฤติกรรมการเลิกบุหรี่ของผู้ป่วยในแผนกอายุรกรรม. วิทยานิพนธ์  
สาขาวิชาพยาบาล ศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- จินตนา ยูนิพันธุ์. (2549). การพยาบาลจิตเวชเด็กและวัยรุ่น. เอกสารประกอบการสอนรายวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชขั้นสูงในชุมชน. คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จินตนา ยูนิพันธุ์. (2543). การพยาบาลจิตเวชเด็กและวัยรุ่น. เอกสารประกอบการสอนรายวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชขั้นสูงในชุมชน. คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จุลฑิตย์ กิตติรงค์. (2543). การศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับจิตสังคมและพฤติกรรมการติดยาสูบของเยาวชนกรณีศึกษาเฉพาะสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครราชสีมา. ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล.
- จำเนียร ชุณหโสภาค และคณะ. (2550). การศึกษาปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการกระทำความผิดซ้ำในคดียาเสพติด. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.
- ฉวีวรรณ ปัญญาบุศย์. (2544). ตำราการพยาบาลยาเสพติด โรงพยาบาลธัญญารักษ์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. นนทบุรี : สหมิตรพรินติ้ง.
- ฉวีวรรณ สัตยธรรม. (2541). การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี : โครงการสวัสดิการวิชาการสถาบันพระบรมราชชนก.
- จิตติวรรณ ภู่งประเสริฐ. (2541). การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดสารเสพติด. วารสารการต่อต้านยาเสพติด. (มกราคม – มิถุนายน).
- ณรงค์เดช สมควร. (2547). ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองและการสนับสนุนของครอบครัวที่มีผลต่อความตั้งใจเลิกเสพยาเสพติด. การค้นคว้าแบบอิสระของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ดารณี สืบจากดี. (2550). Process of change. จุลสาร สุข. จุลสารป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติดสำนักอนามัย. (8) มีนาคม.
- ดารณี สืบจากดี. (2550). Decision Balance TTM. จุลสาร สุข. จุลสารป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด สำนักอนามัย. 1 (7) กุมภาพันธ์.
- ดารณี สืบจากดี. (2549). TTM Self efficacy. จุลสาร สุข. จุลสารป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติดสำนักอนามัย. 1 (5) ธันวาคม.
- ดารณี สืบจากดี. (2549). ทำความรู้จักกับ TTM. จุลสาร สุข. จุลสารป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด สำนักอนามัย. 1 (3) กันยายน- ตุลาคม.
- ทัศนีย์ นนทะสร และคณะ. (2544). ประสิทธิผลของการสร้างพลังเพื่อป้องกันการติดยาของผู้เสพแอมเฟตามีนที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลธัญญารักษ์. วารสารการศึกษาพยาบาล 2544:12:26-37.

- ธงชัย อุ่นเอกราช. (2541). การบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติดแบบผู้ป่วยนอก. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- นวพร หิรัญวิวัฒน์กุล. (2545). สารเสพติดในวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: บริษัท บีคอนดี เอ็นเทอร์ไพรซ์ จำกัด.
- นันทา ชัยพิชิตพันธ์. (2541). การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่เข้ารับการรักษาใน โรงพยาบาลธัญญารักษ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นัยนา แก้วคง. (2547). ประสบการณ์ของสตรีวัยรุ่นที่เสพยาแอมเฟตามีน. วิทยุพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต(การพยาบาลสตรี) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นิพนธ์ พังพงศธร. (2538). การประมาณการจำนวนผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย. รายงานการวิจัย
- นีออน พิมประดิษฐ์. (2541). ปัจจัยทางจิตสังคมกับพฤติกรรมติดสารเสพติดของ นักเรียนมัธยมศึกษาและนักเรียนวิทยาลัยอาชีวศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. รายงานการวิจัย.
- บรรเลง ตั้งโกคานนท์. (2543). ปัจจัยที่นำไปสู่การเสพยาบ้าของนักศึกษา วิทยาลัยเทคนิค เชียงใหม่. วิทยุานิพนธ์ภาควิชาพลาณามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บังอร สุปรีดาและคณะ. (2549). การสำรวจอัตราการเสพยาบ้าและพฤติกรรมการใช้สารเสพติดทดแทนยาบ้าของผู้ป่วยที่ผ่านการบำบัดรักษาในภาคเหนือ. รายงานการวิจัย
- บุญธรรม บุญหมื่น. (2545). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสพยาบ้าของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดเชียงใหม่. วิทยุศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บุญรัตน์ สดใส. (2545). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการหวนกลับมาติดยาเสพติดของวัยรุ่น. วิทยุคหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- บุษบา ประสารอริคม. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติงานร่วมกับแพทย์ สภาพแวดล้อมในการทำงานความเชื่อมั่นในตนเองกับประสิทธิภาพของหอผู้ป่วยตามการรับรู้ของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล กระทรวงสาธารณสุข. วิทยุานิพนธ์สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล หลักสูตรการบริหารการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปฏิพล ตั้งจักรวรานนท์ และ ธนิกานต์ มาฆะศิริานนท์. (2548). กระตุ้นความมั่นใจให้ทำงาน. กรุงเทพฯ: ธรรมมลการพิมพ์.

- ประจัน มณีนิล . จิราภา วรเสียงสุข. (2541). สาเหตุและแรงจูงใจในการเสพยาเสพติดของกลุ่ม  
เยาวชนในเขตจังหวัดชายแดนภาคใต้. รายงานการวิจัย
- ประธาน รัชต์จำรูญ . (2544). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจกับการคิด  
สารแอมเฟตามีนของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์หลักสูตรวิทยาศาสตร  
มหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ปราโมทย์ เชาวศิลป์ และ รณชัย คงสกนธ์. (2542). กลุ่มจิตบำบัดสำหรับคนไข้ใน. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนสามัญนิติบุคคลสหประชาพานิชย์.
- ปราโมทย์ สุคนิษฐ์ และ มาโนช หล่อตระกูล. (2541). เกณฑ์การวินิจฉัยโรคทางจิตเวช DSM-IV  
ฉบับภาษาไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- ปรีชา วิหคโต. (2541). การศึกษาสภาพการใช้ยาเสพติดของ นักเรียนระดับประถมศึกษา.  
วารสารวิชาการ ปีที่ 1, ฉบับที่ 3 (มี.ค. 2541), หน้า 61-66
- ผกามาศ สุจิตวินิช. (2547). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยสิ่งแวดล้อม  
กับการเสพยาบ้าของเยาวชน. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตสาขา  
จิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ฝนทิพย์ จักรทอง . (2543). ความคิดเห็นต่อปัญหาการใช้ยาเสพติดในวัยรุ่นของ นักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียน สังกัดเทศบาลเมืองลำพูน. เชียงใหม่ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ. 2525. (2539). พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ:  
อักษรเจริญทัศน์.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2541). จิตวิทยาครอบครัว. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรศิริ ชาติยานนท์ และคณะ . (2520). ภาวะการณัตติยาเสพติดซ้ำ. แผนกสังคมสงเคราะห์ศาสตร์  
คณะสังคมสงเคราะห์. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พิสมัย คู่พิทักษ์ และคณะ. (2524). การติดตามผู้ติดยาหลังจากได้รับการบำบัดแล้ว. รายงานการ  
วิจัย. โรงพยาบาลสมเด็จพระยา.
- เพ็ญศรี วรสมบัติ . (2537). ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สถิติปัญญาและการสนับสนุนทาง  
สังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษ  
มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- มาโนช หล่อตระกูล และ ปราโมทย์ สุคนิษฐ์. (2548). จิตเวชศาสตร์รามธิบดี. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล.

- รัชนีวรรณ ชาลีสมบัติ. (2545). การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อป้องกันการเสพติด  
เฟตامينสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัด  
อุดรธานี. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- รัตนา บรรณาธรรม. (2545). ยาเสพติดมีพิษ ชีวิตมีภัย 4. กองป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด  
สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร.
- โรงพยาบาลชัยภูมิ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2544). ตำราการบำบัดรักษาผู้ติดยา  
เสพติด. ปทุมธานี : โรงพยาบาลชัยภูมิ.
- โรงพยาบาลชัยภูมิ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2545). รายงานประจำปี 2540-2545  
โรงพยาบาลชัยภูมิ. ปทุมธานี : โรงพยาบาลชัยภูมิ.
- โรงพยาบาลสวนปรุง. (2545). ผลการดำเนินงานประจำปีงบประมาณ 2545. เชียงใหม่ :  
โรงพยาบาลสวนปรุง.
- วันเพ็ญ ใจประทุม และคณะ. (2549). การพัฒนาการบำบัดฟื้นฟูผู้ป่วยสุราแบบผู้ป่วยนอก โดย  
ใช้การบำบัดเพื่อสร้างแรงจูงใจ (Motivation Enhancement Therapy).  
สถาบันชัยภูมิ: ปทุมธานี.
- วิญญู ชะนะกุล, รวีวรรณ ศรีสุชาติ, ประจิด เพ็งวัน และ คณะ. คู่มือการดูแลทางสังคมจิตใจสำหรับ  
ผู้เสพติดยาบ้า. นครสวรรค์: โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์, 2544: 1-11
- วินัย ธรรมศิลป์. (2527). การสร้างแบบทดสอบบุคลิกภาพด้านความเชื่อมั่นในตนเองสำหรับ  
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดเชียงใหม่. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒนประสานมิตร.
- วิมล หาญเกียรติกล้า. (2545). กระบวนการตัดสินใจและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการเสพ  
ยาบ้าซ้ำ. วิทยานิพนธ์ (ศศ.ม.). สถาบันราชภัฏเพชรบุรีวิทยาลัยการศึกษามหาบัณฑิต  
ราชบุรี.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2540). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ:  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สนธิ สมัครการ. (2530). พฤติกรรมและทัศนคติเกี่ยวกับยาเสพติด ของคนหนุ่มสาวไทย.  
กรุงเทพมหานคร: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- สมชาย โดศกุลวรรณ. (2544). การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเยาวชนที่ติดยาเสพติดในสถาน  
พินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต  
สาขาการบริหารทั่วไป มหาวิทยาลัยบูรพา.

- สมบูรณ์ ขอสกุล. (2551). เอกสารประกอบการบรรยายในการประชุมของสำนักวิชาการ  
สาธารณสุข “ การจัดการความรู้ ตามเกณฑ์การพัฒนาคุณภาพการบริหารจัดการภาครัฐ  
(PMQA). กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ วันที่ 26 สิงหาคม 2551 ณ ห้อง  
ประชุมสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
- สาระ สุขวราห์. (2532). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง.  
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2539).
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2547).
- สำนักงานพัฒนาการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและ  
ปราบปรามยาเสพติด. (2547). รูปแบบการบำบัดรักษาเสพติด. เอกสารเผยแพร่.
- สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชนกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. (2550).  
รายงานสถิติคดีประจำปี พ.ศ. 2550. กรุงเทพฯ.
- สุกมา แสงเดือนฉาย ขนิษฐา ชันดี และ ฉวีวรรณ ปัญญาสุขย์. (2544). รายงานการวิจัย เรื่อง  
กระบวนการกลายเป็นผู้ติดยาบ้าของวัยรุ่นชาย. โรงพยาบาลรัฐราษฎร์ กรมการแพทย์  
กระทรวงสาธารณสุข.
- สุนทร ศรีโกไสย. (2546). ประสิทธิภาพของการบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการลดปัญหาการ  
ดื่มสุราของผู้ติดยาที่มารับบริการโรงพยาบาลสวนปรุง. วิทยานิพนธ์ การพยาบาล  
สุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุรพล บุตรศรีด้วง. (2538). ผลของความเชื่อมั่นในตนเองและประเภทของผลย้อนกลับใน  
บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียน  
มัธยมศึกษาปีที่1. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาโสตทัศนศึกษา  
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรินทร์พร ลิขิตเสถียร. (2550). เอกสารคำสอนกระบวนการวิชาพฤติกรรมศาสตร์เรื่อง  
*Psychosocial Aspects of Substance Dependence*. ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุลินดา จันทรเสนา. (2546). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสพยาแอมเฟตามีนซ้ำของวัยรุ่นที่เข้ารับ  
บำบัดในโรงพยาบาลรัฐราษฎร์. สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต.
- สุวิมล สนั่นชาติวนิช และคณะ. (2547). การติดตามผลการบำบัดค่ายเยาวชนต้นกล้า  
อำเภอห้วยยอด จังหวัดตรัง. การประชุมวิชาการสุขภาพจิตนานาชาติ ครั้งที่ 3, 25-27  
สิงหาคม 2547 ณ โรงแรมแอมบาสเตอร์ กรุงเทพฯ, หน้า 351.

- อรพิน หงวนศิริ. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของบุคลิกภาพนักวิทยาศาสตร์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร .
- อดิศร วิสาล. (2545). สภาพชีวิตหลังผ่านการบำบัดของเยาวชนผู้ติดยาเสพติด : กรณีศึกษาเยาวชนผู้ติดยาเสพติด ที่ผ่านการบำบัดจากศูนย์บำบัด ตำบลหนองปากโลง อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม. ปรินญาบัตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อมรรัตน์ สุภมาศ. (2546). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความคิดฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่มีประวัติการฆ่าตัวตาย. วิทยานิพนธ์หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรัญญา แพ้จู้ และคณะ. (2549). การให้คำปรึกษาโดยการสร้างแรงจูงใจในการรักษาผู้ติดสุรา ศูนย์บำบัดยาเสพติดเชียงใหม่. เชียงใหม่ : เอ็นสแควร์ กราฟฟิคพริ้นท์.
- อัญชลี คำรงค์ไชย และคณะ. (2547). การบำบัดรักษาผู้ติดยาบ้าด้วยโปรแกรมจิตสังคมบำบัดแบบประยุกต์ : กรณีศึกษาชุมชนบ้านแม่แอน ตำบลห้วยทราย อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่. วารสารสวนปรุง ปีที่ 20 ฉบับที่ 3 (กันยายน – ธันวาคม)
- อภาศิริ สุวรรณานนท์ ,รัตนา บรรณาธรรม และคณะ. (2550). ปัจจัยด้านบุคคลที่มีผลต่อการติดยาเสพติดซ้ำ. สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.)
- เอกอุมา วิเชียรทอง และคณะ. (2550). การศึกษาปัจจัยที่ทำให้เลิกพึ่งพาสารเสพติดของผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการรักษา ณ สถาบันธัญญารักษ์โดยวิธีการวิเคราะห์แบบ สวอท. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. ปีที่ 52 ฉบับที่ 1 มกราคม – มีนาคม 255.
- อิทธิชัย นาคสมบูรณ์ และคณะ. (2546). อิทธิพลศาสนาต่อการเสริมสร้างแรงจูงใจในการบำบัดเพื่อเลิกยาเสพติด:กรณีศึกษา. การประชุมวิชาการนานาชาติ ครั้งที่ 2, สุขภาพจิตกับยาเสพติด ปี 2546, หน้า 107 ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา.
- อินชัย อุ่นน้อย . (2548). ปัจจัยที่มีผลต่อการเสพยาของผู้ป่วยยาเสพติดหลังบังคับบำบัด : กรณีศึกษาอำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย. ปรินญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา รัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง.
- Caron Foundation. (2004). Addiction and Mental Health : issues in prevalence , symptoms and treatment of co-occurring addiction and psychiatric disorders .
- Chouinard , M., & Robichaud, S. (2005). The Effectiveness of Nursing Inpatient Smoking Cessation program in Individuals with Cardiovascular Disease. *Nursing Research*, 54 (4), 243-254.

- Colombo Plan Drug Advisory Programme. (2000). **A Primer on Relapse Prevention**. The Colombo plan. Sri Lanka.
- Daley, Dennis C. (1998). **Relapse Prevention**. Human Service Institute USA.
- Dauglas, C.H.,and Irving , B.W. (1995). **Adolescent: development Transition** . Singapore : John Wiley & Sons.
- Deborash S. Finnell . (2003). Use of the transtheoretical model for individuals with co – occurring disorders. **Community Mental Health Journal**. Volume 39, No. 1 February 2003.
- DiClemente, C.C., Fairhurst, S., & Piotrowski, N. (1995). The Role of Self-efficacy in the Addictive Behaviors. In J. Maddux (Ed.), **Self-efficacy, adaption and adjustment: Theory, research and application**. New York: Plenum Press.
- Erwin, D.T. and Kelley, K. (1985). Change in student self confidence in collage. **Journal of Counseling Psychology** 14 (September) : 449-453.
- Gorski, Terence T. (1999). **Passages through Recovery**. An action plan for preventing relapse. Minnesota Hazelden.
- Prochaska, J. O. & DiClemente, C. C. (1984). Self-change processes, self-efficacy and Decisional balance across five stages of smoking cessation. **In Advances in cancer control – 1983**. New York: Alan R. Liss, Inc.
- Prochaska, J. O., Velicer, W. F., Rossi, J. S., Goldstein, M. G., Marcus, B. H., Rakowski, W. Fiore, C., Harlow, L. L., Redding, C. A., Rosenbloom, D., & Rossi, S. R. (1994). Stage of change and decisional balance for 12 problem behaviors. **Health Psychology**, 13, 39–46.
- Prochaska, J. O., Velicer, A. F. (1997). The Transtheoretical Model of health behavior change. **American Journal of Health promotion** 12 . Prochaska James O, et al. (1994). The Transtheoretical Model of Change and HIV Prevention : **A Review**. **Health Education Quarterly**.
- Prochaska, James O, et al. (1997). The Transtheoretical Model and Stages of Change. **In Health Behavior and Health Education**. Glanz, karen. 2nd ed : San Francisco. Jossey-Bass publishers.



Reeve, K., Calabro, K., & Adams – McNeill, J. (2000). Tobacco Cessation Intervention in a Nurse Practice Managed Clinic. **Journal of the American Academy of Nurse Practitioners**, 12 (5), 163-169.

Teeri S.I. Tilliss, et al. (2003). The Transtheoretical Model Applied to an Oral Self-Care Behavioral Change : Development and Testing of Instruments for Stages of Change and Decisional Balance. **American Journal Health Promoting**.

[http://www.findarticles.com/p/articles/mi\\_m0CXH/is\\_2\\_23/ai\\_59246571](http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m0CXH/is_2_23/ai_59246571)

<http://www.uri.edu/research/cprc/TTM/ProcessesOfChange.htm>

<http://www.uri.edu/research/cprc/TTM/StagesOfChange.htm>

<http://www.uri.edu/research/cprc/TTM/DecisionalBalance.htm>

<http://www.uri.edu/research/cprc/TTM/efficacy.htm>

<http://www.uri.edu/research/cprc/Measures/Cocaine03.htm>

<http://www.uri.edu/research/cprc/TTM/detailedoverview.htm>

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ชื่อ-สกุล	ตำแหน่งและสถานที่ทำงาน
1. ผศ. ดร.สุมาลี เดิศมัตติกภาพร	อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. นางอรัญญา แพ้จู้ย	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการศูนย์บำบัดยาเสพติด จังหวัดเชียงใหม่
3. นางนิภาวัล บุญทับถม	สถาบันธัญญารักษ์

## ภาคผนวก ข

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา (ตัวอย่าง)

- แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
- แบบประเมินความมั่นใจในการเลิกเสพยาเสพติด
- แบบวัดการตัดสินใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
- คู่มือกระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรม (กิจกรรม)

### ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดเติมข้อความในช่องว่างและทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ( )

1.เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง

2.อายุ.....ปี

3.ระดับการศึกษา ( ) ไม่ได้เรียน ( ) ประถมศึกษา

( ) มัธยมต้น ( ) มัธยมปลาย

( ) ปวช./ปวส.

4.รายได้ของครอบครัว ( ) ไม่มีรายได้ ( ) ต่ำกว่า 2,000 บาท

( ) 2,001 – 4,000 ( ) 4,001 – 6,000 บาท

( ) 6,001 – 8,000 ( ) 8,000 บาทขึ้นไป

5.ขณะนี้ท่านพักอาศัยกับใคร

( ) บิดา / มารดา ( ) บิดา ( ) มารดา

( ) ญาติ ( ) อื่นๆ ระบุ.....

6.สภาพแวดล้อมแถวบ้าน

( ) หาซื้อยาเสพติดได้ง่าย ( ) อยู่ในแหล่งซื้อ - ขายยาเสพติด

( ) หาซื้อยาเสพติดได้ยาก ( ) ชุมชนแออัด

( ) อื่น ๆ ระบุ.....

7. ยาเสพติดที่เคยใช้

( ) ยาบ้า ( ) สารระเหย ( ) เฮโรอีน

( ) อื่น ๆ ระบุ.....

8. ปริมาณยาที่ใช้ต่อวัน.....

9.ระยะเวลาที่ท่านเคยเสพยาเสพติด.....ปี.....เดือน

10.ท่านยังคิดในเรื่องยาเสพติดหรือไม่

( ) ไม่คิดเลย

( ) คิดบ้าง

( ) คิดบ่อยๆ

## ส่วนที่ 2 แบบวัดความมั่นใจในการเปลี่ยนพฤติกรรม

คำชี้แจง หัวข้อต่อไปนี้ เป็นสถานการณ์ที่นำไปสู่การใช้สารเสพติด กรุณาทำเครื่องหมาย ✓

เพียง 1 ตัวเลือกเท่านั้น ที่ตรงกับความรู้สึกของคุณมากที่สุด

ขอให้เลือกตอบตามลำดับมากน้อย ดังนี้คือ

5	มากที่สุด	หมายถึง	สถานการณ์นั้นนำไปสู่การใช้ยามากที่สุด
4	มาก	หมายถึง	สถานการณ์นั้นนำไปสู่การใช้ยามาก
3	ปานกลาง	หมายถึง	สถานการณ์นั้นนำไปสู่การใช้ยาปานกลาง
2	น้อย	หมายถึง	สถานการณ์นั้นนำไปสู่การใช้ยาน้อย
1	น้อยที่สุด	หมายถึง	สถานการณ์นั้นนำไปสู่การใช้ยาน้อยที่สุด

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	เล็กน้อย	น้อยที่สุด
1. เมื่อนั้นรู้สึกโกรธ					
2. เมื่อนั้นรู้สึกผิดหวัง					
3. เมื่อเห็นยาเสพติดชนิดอื่นๆ					
4. เมื่อนั้นกำลังมีความต้องการที่จะใช้ยา					
5. เมื่อนั้นรู้สึกอารมณ์ดี					
6. เมื่อนั้นเจอสิ่งกระตุ้นที่จะกลับไปใช้ยาอีกครั้ง					
7. เมื่อนั้นรู้สึกเบื่อ					
8. เมื่อรู้สึกกังวลกับบางเรื่อง					
9. เมื่อนั้นคิดว่าฉันสามารถแก้ปัญหาทุกอย่างได้เมื่อใช้ยาเสพติด					
10. ....					

### แบบวัดการตัดสินใจในการเปลี่ยนพฤติกรรม

คำชี้แจง กรุณาอ่านข้อความนี้อย่างตั้งใจ ข้อความทั้ง 12 ข้อนี้ แสดงถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจใช้ยาเสพติด กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อที่ตรงกับความคิดของคุณ เพียง 1 ตัวเลือกเท่านั้น

ขอให้เลือกตอบตามลำดับมากน้อย ดังนี้คือ

5	มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงสถานการณ์ของท่านมากที่สุด
4	มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงสถานการณ์ของท่านมาก
3	ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงสถานการณ์ของท่านปานกลาง
2	น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงสถานการณ์ของท่านน้อย
1	น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงสถานการณ์ของท่านน้อยที่สุด

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.ฉันรู้สึกดีกับตัวเองในขณะที่ใช้ยาเสพติด					
2.ยาเสพติดทำให้ฉันรู้สึกมีความมั่นใจมากขึ้นเมื่อเข้าสังคม					
3.เมื่อฉันใช้ยาเสพติดฉันรู้สึกสนุกสนานมากขึ้น					
4.การใช้ยาเสพติดทำให้ฉันกระทำในสิ่งที่ไม่เหมาะสม					
5.ฉันรู้สึกมีความมั่นใจมากขึ้นเมื่อใช้ยาเสพติด					
6.....					



แผนกิจกรรมกระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรม

## ขั้นการสร้างประสบการณ์เพื่อการเลิกใช้ยา

ครั้งที่ 1 การปลูกจิตสำนึกเพิ่มความตระหนักรู้และสิ่งกระตุ้นเร้าทางอารมณ์

### วัตถุประสงค์

เพื่อสร้างความตระหนักเกี่ยวกับ สาเหตุ ผลที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

ระยะเวลา 45-60 นาที

กิจกรรม	สื่อ
1. เปิดกลุ่ม โดยแนะนำตัวกับวัยรุ่น แสดงท่าทีที่เป็นมิตร สร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้วัยรุ่นเกิดความ ไว้วางใจ	
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการบำบัด จำนวนครั้ง ระยะเวลาที่ใช้บำบัด	
3. ประเมินการรับรู้ถึงโทษ อันตราย รวมถึงโอกาสเสี่ยงในการใช้ยาเสพติด โดยให้วัยรุ่นทำแบบประเมินทัศนคติเกี่ยวกับยาเสพติด	-แบบประเมิน ทัศนคติเกี่ยวกับยา เสพติด
4. สืบหาความรู้เกี่ยวกับยาเสพติด โดยใช้คำถาม “คุณมีความรู้เรื่องยาเสพติดอย่างไรบ้าง” ให้สมาชิกมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น	-บทเรียน ความรู้เรื่อง ยาเสพติด
5. ให้สมาชิกวาดภาพหรือบรรยายเกี่ยวกับลักษณะบุคลิกภาพ ภาพลักษณ์ของตนเองที่อยากเป็น	-กระดาษเปล่า / ดินสอ
6. ให้วัยรุ่นแต่ละคนแสดงความรู้สึก และมุมมองของตนเองในประเด็น “มองตัวเองเป็นอย่างไรเมื่อใช้ยาและเมื่อเลิกยา” “คนอื่นมองเราอย่างไรเมื่อใช้ยาและเมื่อเลิกยา” และ “มองคนอื่นที่ใช้ยาและเลิกยาได้ อย่างไร”	-แบบฝึกหัดมุมมอง ตนเอง/ผู้อื่น เมื่อใช้ และเลิกยา
7. กระตุ้นให้วัยรุ่นเห็นความสำคัญ และเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการเปลี่ยนพฤติกรรม	
8. สรุปถึง โทษ อันตรายจากยาเสพติด โดยให้ทำแบบประเมินซ้ำ	-แบบประเมิน ทัศนคติเกี่ยวกับยา เสพติด
9. พยาบาลนัดหมายทำกิจกรรมครั้งต่อไป	

### การประเมินผล

1. วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับพยาบาลและสัมพันธภาพในกลุ่ม โดยสังเกตจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม สีน้าท่าทาง
2. วัยรุ่นบอกถึงผลที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้

ครั้งที่ 2 การประเมินความเหมาะสม ผลกระทบต่อตนเอง สังคม เมื่อใช้และเลิกยาเสพติด  
วัตถุประสงค์

เพื่อให้วัยรุ่นทบทวนถึงผลกระทบในด้านต่างๆ จากการใช้ยาเสพติด

ระยะเวลา 45-60 นาที

กิจกรรม	สื่อ
1. ให้นักเรียนสำรวจและระบุถึงผลกระทบของการเสพยาที่มีต่อชีวิตตนเองในปัจจุบันและอนาคต ในแบบสำรวจผลกระทบจากการใช้ยาเสพติด	-บทเรียน แบบสำรวจผลกระทบจากการใช้ยาเสพติด
2. ให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับ ผลกระทบที่เกิดขึ้นในด้านต่างๆ จากแบบสำรวจผลกระทบจากการใช้ยาเสพติด พยาบาลสรุปตามประเด็นที่วัยรุ่นนำเสนอ	
3. ให้ข้อมูลผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการเสพยาเสพติดต่อตนเอง สังคม เพิ่มเติม โดยมุ่งเน้นให้ตระหนักถึงผลกระทบต่อตนเองและคนใกล้ชิดกับวัยรุ่น	-บทเรียน ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการเสพยาเสพติด
4. แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เรื่อง “จำเป็นหรือไม่ที่ต้องเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง” พยาบาลสรุปตามประเด็นที่วัยรุ่นนำเสนอ	
5. ให้นักเรียนเล่าถึงประโยชน์หรือความสำคัญของการเปลี่ยนพฤติกรรม ในการเลิกยาเสพติด พยาบาลสรุปตามประเด็นที่วัยรุ่นนำเสนอ	-แบบฝึกหัด ประโยชน์ของการเปลี่ยนพฤติกรรม
6. พยาบาลสะท้อนประสบการณ์ที่ดีของสมาชิกในกลุ่ม เพื่อเสริมแรงจูงใจให้เกิดความมั่นใจที่จะสร้างประสบการณ์นั้น และให้ความเชื่อมั่นว่าทุกคนสามารถทำได้ในการที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดใหม่ และให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มปรบมือให้ตัวเอง	
7. พยาบาลนัดหมายทำกิจกรรมครั้งต่อไป	

ประเมินผล

1. วัยรุ่นสามารถบอกผลกระทบจากการใช้ยาเสพติดที่เกิดต่อตนเอง สังคม ได้
2. สังเกตจากความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม และทำที่มุ่งมั่นในการดำเนินการตามแผนของวัยรุ่น

### ครั้งที่ 3 สภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้วัยรุ่นประเมินสถานการณ์และสภาพแวดล้อมที่เอื้อและมีผลต่อการการใช้ยาของตน และมีวิธีการจัดการ

ระยะเวลา 45-60 นาที

กิจกรรม	สื่อ
1. พยาบาลถามวัยรุ่นเกี่ยวกับ ประเด็น คุณคิดอย่างไรกับคนที่เสพยา, คุณคิดอย่างไรกับคนที่ไม่เสพยาอารมณ์ใดบ้างที่ทำให้คุณต้องใช้ยา, อารมณ์ใดบ้างที่ทำให้คุณไม่ใช้ยา มีพฤติกรรมใดบ้างที่ทำให้คุณเสพยา, มีพฤติกรรมใดบ้างที่ทำให้คุณไม่เสพยา	-แบบฝึกหัด ความคิด อารมณ์ พฤติกรรมกับ ยาเสพติด
2. ให้วัยรุ่น 1 คน อ่านข้อความเกี่ยวกับ การสำรวจความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเสพยาของวัยรุ่น พร้อมทั้งให้วัยรุ่นได้อภิปรายร่วมกัน	-บทเรียน ความคิด อารมณ์และพฤติกรรม
3. ให้วัยรุ่นประเมินถึงพฤติกรรมเสี่ยงที่มีความสัมพันธ์กับการเสพยาของวัยรุ่น และนำเสนอในกลุ่ม พยาบาลสรุปตามประเด็นที่วัยรุ่นนำเสนอ	-แบบประเมินพฤติกรรม เสพติด
4. ให้วัยรุ่นแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับวิธีการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมเพื่อเลิกยาเสพติดและนำเสนอในกลุ่ม พยาบาลสรุปตามประเด็นที่วัยรุ่นนำเสนอ	-แบบฝึก การวิเคราะห์ ความคิด อารมณ์และ พฤติกรรม
5. ให้ข้อมูลเกี่ยวกับวงจรการใช้ยาและวิธีการจัดการ	-บทเรียน วงจรการใช้ยา และวิธีการหยุดความคิด
6. ให้วัยรุ่นในกลุ่มเขียนตัวกระตุ้นที่มีผลต่อตนเองมากที่สุดในการกลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำ พร้อมทั้งบอกวิธีการหลีกเลี่ยงการเผชิญกับตัวกระตุ้น เพื่อป้องกันการกลับไปเสพยา พยาบาลสรุปตามประเด็นที่วัยรุ่นนำเสนอ	- แบบฝึกหัดการ แยกแยะตัวกระตุ้น
7. พยาบาลนัดหมายทำกิจกรรมครั้งต่อไป	-แบบฝึกหัด การ หลีกเลี่ยงการเผชิญ ตัวกระตุ้น

#### ประเมินผล

1. วัยรุ่นสามารถบอกผลกระทบจากการใช้ยาเสพติดที่เกิดต่อสังคมแวดล้อมได้
2. สังเกตจากความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม และท่าทีที่มุ่งมั่นในการดำเนินการตามแผนของวัยรุ่น

## ขั้นการสร้างพฤติกรรมใหม่เพื่อการเลิกใช้ยา

### ครั้งที่ 4 สร้างภาพลักษณ์วัยรุ่นปลอดยา

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้วัยรุ่นเรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนวิธีคิด ควบคุมอารมณ์และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อเลิกยาเสพติด
2. ฝึกทักษะการจัดการกับสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการกลับไปใช้ยาเสพติด

ระยะเวลา 45-60 นาที

กิจกรรม	สื่อ
1. ให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นในประเด็น “เราจะสร้างภาพลักษณ์วัยรุ่นปลอดยาได้อย่างไร”	
2. ให้วัยรุ่นวาดภาพหรือเขียนลักษณะบุคลิกภาพของตนเองเพื่อเปรียบเทียบ ในขณะเสพยา เลิกยา และอนาคตที่คาดหวัง	-แบบฝึกหัด บุคลิกภาพ
3. ให้วัยรุ่น พูดถึงประเด็นเกี่ยวกับ การเสพยามีผลต่อความไว้วางใจจากคนรอบข้าง / คนในสังคม หรือไม่ อย่างไร	-แบบฝึกหัด ความไว้วางใจ
4. ถามวัยรุ่นในประเด็น “ใครเคยลองเลิกยาเสพติดแล้วบ้าง” “สำเร็จหรือไม่” “มีปัญหาหรืออุปสรรคอะไรถึงทำได้ไม่สำเร็จ”	
5. ให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันบอกวิธีการจัดการกับอุปสรรคนั้น	
6. พยายามให้ ความรู้เกี่ยวกับเคล็ดลับในการเลิกยาและแนะนำเทคนิคต่างๆ	-บทเรียน เคล็ดลับในการเลิกยาให้สำเร็จ
7. ให้วัยรุ่นพิจารณาเคล็ดลับแต่ละข้อในประเด็น ความเข้าใจและการปฏิบัติได้จริง ตามเคล็ดลับ อาจวางแผนการปฏิบัติตามเคล็ดลับบางข้อที่สามารถทำได้ง่ายก่อน หรือทำทุกข้อขึ้นอยู่ความสามารถของวัยรุ่น	
8. ถามความคิดเห็นของวัยรุ่นว่า เวลาเพื่อนหรือคนใกล้ชิดมาชวนไปใช้ยาเสพติด ใช้คำพูดในการปฏิเสธอย่างไร และผลเป็นอย่างไร	

กิจกรรม	สื่อ
9. ให้สมาชิก 2 คน แสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ในชีวิตประจำวัน เป็นผู้ชักชวนและถูกชักชวน ตามสถานการณ์สมมติ 10. ให้ความรู้เกี่ยวกับหลักการปฏิเสธและให้ฝึกทักษะปฏิเสธใน สถานการณ์ต่าง ๆ	-แบบฝึกหัด การฝึก ทักษะปฏิเสธใน สถานการณ์ต่าง ๆ
11. กระตุ้นให้วัยรุ่นแต่ละคนนำความรู้และทักษะที่ได้จากกิจกรรมใน ครั้งนี้ไปใช้ในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง	-บทเรียน หลักการ ปฏิเสธ
11. พยาบาลนัดหมายทำกิจกรรมครั้งต่อไป	

### ประเมินผล

1. วัยรุ่นเรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนวิธีคิด ควบคุมอารมณ์และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อเลิกยาเสพติด
2. วัยรุ่นมีทักษะการจัดการกับสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการกลับไปใช้ยาเสพติด

## ครั้งที่ 5 การให้การสนับสนุนช่วยเหลือและการหาสิ่งทดแทน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้วัยรุ่นมีแนวทางในการเลือกปฏิบัติพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์แทนการปฏิบัติพฤติกรรมเสพยาเสพติด
2. เพื่อส่งเสริมให้วัยรุ่น มีทักษะในการเผชิญปัญหาและจัดการกับสถานการณ์เสี่ยงต่อการกลับไปเสพยา ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เพื่อให้วัยรุ่นทบทวนถึงผลดีที่บุคคลรอบข้างจะได้รับเมื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม  
ระยะเวลา 45-60 นาที

กิจกรรม	สื่อ
1. ให้วัยรุ่นสำรวจว่า อะไรคือสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจที่ทำให้ไม่กลับไปใช้ซ้ำ พร้อมทั้งให้วัยรุ่นอภิปราย	-แบบฝึกหัดสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจตนเอง
2. ให้ความรู้เกี่ยวกับสิ่งยึดเหนี่ยวภายในจิตใจ	-บทเรียน สิ่งยึดเหนี่ยวภายในจิตใจ
3. ให้วัยรุ่นทำแบบสำรวจ เพื่อช่วยเลิกยา	-แบบสำรวจเพื่อช่วยเลิกยา
4. อภิปรายประเด็นจากแบบสำรวจเพื่อช่วยเลิกยาของแต่ละคน ว่าทำได้มากน้อยเท่าใด	-แบบสำรวจเพื่อช่วยเลิกยา
5. ถามวัยรุ่นว่ามีวิธีเลือกคบเพื่อนอย่างไร /ชอบเพื่อนที่มีลักษณะอย่างไร	-แบบฝึกหัดการเลือกคบเพื่อน
6. ให้วัยรุ่นสำรวจระหว่างที่ตนเองใช้ยา กับไม่ใช้ยา ความสัมพันธ์กับเพื่อนเป็นอย่างไร	-แบบฝึกหัดปรอทความสัมพันธ์กับเพื่อน
7. พยาบาลสรุปสาระสำคัญเกี่ยวกับการหาเพื่อนใหม่	-บทเรียน การหาเพื่อนใหม่
8. ให้กำลังใจวัยรุ่นว่าสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและให้วัยรุ่นแต่ละคนให้กำลังใจซึ่งกัน เพื่อเป็นการสร้างแรงจูงใจ สร้างเสริมความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่	
9. แนะนำแหล่งช่วยเหลือ	
10. พยาบาลนัดหมายทำกิจกรรมครั้งต่อไป	

### การประเมินผล

1. วัยรุ่นสามารถเลือกปฏิบัติพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์แทนการปฏิบัติพฤติกรรมเสพยาเสพติด
2. วัยรุ่นมีทักษะในการเผชิญปัญหาและจัดการกับสถานการณ์เสี่ยงต่อการกลับไปเสพยา ได้
3. วัยรุ่นสามารถบอกถึงผลที่คนรอบข้างได้รับเมื่อตนเองปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

ครั้งที่ 6 แก้ปัญหา การให้รางวัลตนเอง การให้คำมั่นสัญญา

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้วัยรุ่นตระหนักถึงเป้าหมายและคุณค่าของชีวิต มีแนวทางปฏิบัติที่จะนำไปสู่เป้าหมายของชีวิตในการเลิกยาเสพติด

ระยะเวลา 45-60 นาที

กิจกรรม	สื่อ
1. ให้นักเรียนเขียนเป้าหมายในชีวิตหลังจากเลิกยาได้.	-แบบฝึกหัด อนาคตที่สดใส สิ่งยึดเหนี่ยวภายในจิตใจ -บทเรียน เป้าหมายและคุณค่าของชีวิต
2. ให้นักเรียน 2-3 คน พูดถึงเป้าหมายในชีวิตของตนเองคืออะไรเมื่อเลิกเสพยา	
3. ให้ความรู้เกี่ยวกับ เป้าหมายและคุณค่าของชีวิต	
4. ถามความรู้สึกของวัยรุ่นว่า หลังผ่านการบำบัดมา 5 ครั้ง รู้สึกอย่างไร เมื่อเปรียบเทียบกับช่วงที่เสพยา	
5. ให้นักเรียนให้คะแนนตนเองว่าจะสามารถเลิกเสพยาเสพติดได้กี่เปอร์เซ็นต์ พร้อมสนับสนุนให้กำลังใจ	
6. ให้นักเรียนเห็นสิ่งที่ดีที่เกิดขึ้นในขณะนี้ และนำไปสู่การสำรวจความตั้งใจหรือเป้าหมายในการเลิกยาเสพติด	
7. ยุติการทำกิจกรรมกลุ่ม	

### การประเมินผล

1. วัยรุ่นมีเป้าหมายในการเลิกยาเสพติดชัดเจน
2. วัยรุ่นมีความมั่นใจในการเลิกยาเสพติดหลังการเข้ากิจกรรมกลุ่มเพิ่มขึ้น



ภาคผนวก ง

## ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในโครงการศึกษาอิสระ

### (Informed Consent Form)

ชื่อโครงการ การศึกษาการใช้กระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมต่อความมั่นใจในการเลิกเสพยาเสพติดของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม  
เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในโครงการศึกษาอิสระ.....

### คำยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการศึกษาอิสระ

ข้าพเจ้า.....ได้รับทราบจากผู้ศึกษา ชื่อ นางอรุณญา คีลี บ้านเลขที่ 165 หมู่ 7 ตำบลอ่างทอง อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี หมายเลขโทรศัพท์ สำหรับติดต่อ 086 - 5739056 ซึ่งได้ ลงนามด้านท้ายของหนังสือนี้ ถึงวัตถุประสงค์ ลักษณะและขั้นตอนการศึกษาโครงร่างอิสระ เรื่อง การศึกษาการใช้กระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมต่อความมั่นใจในการเลิกเสพยาเสพติดของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม ข้าพเจ้าเข้าร่วมโครงการศึกษาอิสระครั้งนี้โดยสมัครใจ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาและมีสิทธิที่จะปฏิเสธจากการเข้าร่วมจากโครงการศึกษาอิสระได้ตามต้องการ โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งจะไม่มีผลใดๆ ต่อข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าได้รับการรับรองจากผู้ศึกษาโครงการศึกษาอิสระว่าข้อมูลของข้าพเจ้าจะถูก เก็บรักษาเป็นความลับ

ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมการศึกษาโครงการศึกษาอิสระครั้งนี้ ภายใต้เงื่อนไขที่ระบุไว้ข้างต้น

.....  
สถานที่/วันที่

.....  
ลงนามผู้มีส่วนร่วมในโครงการศึกษาอิสระ

.....  
สถานที่/วันที่

.....  
(นางอรุณญา คีลี)  
ลงนามผู้ศึกษาหลัก

## ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในโครงการศึกษาอิสระ

### (Patient/ Participant Information Sheet)

ชื่อโครงการ การศึกษาการใช้กระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมต่อความมั่นใจในการเลิกเสพยาเสพติดของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม

ชื่อผู้วิจัย นางอรุณญา ดีลี นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานที่ปฏิบัติงาน โรงพยาบาลกำแพงแสน

หมายเลขโทรศัพท์ที่ทำงาน 034-281686 – 7 ต่อ 114, 181

หมายเลขโทรศัพท์เคลื่อนที่ 086-5739056 E-mail:kunying39@hotmail.com

ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการให้คำยินยอมและเอกสารอื่นๆ ที่ให้แก่ประชากรกลุ่มตัวอย่าง หรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยประกอบด้วยคำอธิบายดังนี้

1. ท่านได้รับการเชิญให้เป็นผู้มีส่วนร่วมในโครงการศึกษาอิสระ
2. โครงการนี้เกี่ยวข้องกับการศึกษาความมั่นใจในการเลิกเสพยาเสพติดของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม
3. วัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อเปรียบเทียบความมั่นใจในการเลิกเสพยาเสพติดของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนก่อนและหลังการใช้กระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรม
4. รายละเอียดของกลุ่มประชากรและขั้นตอนที่ผู้ศึกษาโครงการศึกษาอิสระใช้ในการศึกษาดังนี้  
ประชากร คือ วัยรุ่นอายุ 13-18 ปี ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม  
กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นอายุ 13-18 ปี ที่กระทำผิดอันเนื่องมาจากการกระทำผิดที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ในสถานพินิจและคุ้มครองและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม จำนวน 20 คน มีระดับคะแนนของแบบประเมินการตัดสินใจ (URI research ) อยู่ในระยะ Preparation มีระดับค่าคะแนนเฉลี่ย 2.5 ขึ้นไป ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ยินยอมให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมในกิจกรรมตามที่กำหนดได้
5. ผู้เข้าร่วมการศึกษาคือได้รับการบำบัดตามกิจกรรมกระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมซึ่งประกอบด้วย 6 กิจกรรม ใช้เวลากิจกรรมละ 45 – 60 นาที ซึ่งในการศึกษานี้ ผู้ศึกษาดำเนินกิจกรรมสัปดาห์ละ 2 ครั้ง จนครบ 6 ครั้ง เป็นเวลาติดต่อกัน 3 สัปดาห์ ซึ่งผู้ศึกษา เป็นผู้ดำเนินการตามกิจกรรม ทั้งหมด
6. การเข้าร่วมเป็นกลุ่มประชากรเป็นโดยสมัครใจและสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจากการศึกษาได้ทุกขณะ โดยไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับ
7. หากมีข้อสงสัยให้สอบถามเพิ่มเติมได้ และสามารถติดต่อกับผู้วิจัยในกรณีที่มีปัญหา

โดยติดต่อกับผู้ศึกษา คือ นางอรุณญา คีลี ได้ตลอดเวลา ทางโทรศัพท์หมายเลข 086-5739056 และหากผู้ศึกษามีข้อมูลเพิ่มเติมที่เป็นประโยชน์และโทษที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาโครงการศึกษาอิสระ จะแจ้งให้ผู้เข้าร่วมโครงการทราบอย่างรวดเร็ว

8. การศึกษาอิสระครั้งนี้ไม่มีการจ่ายค่าตอบแทน ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาอิสระ

9. ผู้เข้าร่วมโครงการศึกษาอิสระไม่ต้องระบุชื่อ นามสกุลลงในแบบประเมิน จะใช้รหัสแทนชื่อของผู้เข้าร่วมโครงการศึกษาอิสระ คำตอบ และข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ ผลการโครงการศึกษาจะนำเสนอในภาพรวมและนำมาใช้ตามวัตถุประสงค์ของโครงการศึกษาอิสระ เท่านั้น ส่วนชื่อและที่อยู่ของท่านในฐานะผู้เข้าร่วมในโครงการศึกษาอิสระ จะได้รับการปกปิดเสมอ หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวันกรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8147 โทรสาร 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

### ประวัติผู้ศึกษา

นางอรุณญา ดีลี เกิดวันที่ 20 พฤศจิกายน 2516 ราชบุรี สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรการพยาบาลศาสตร์ (ระดับต้น) จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครัง จ.ตรัง เมื่อ พ.ศ. 2543 ประกาศนียบัตรการพยาบาลศาสตร์เทียบเท่าปริญญาตรี (ต่อเนื่อง 2 ปี) จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช จังหวัดราชบุรี เมื่อ พ.ศ. 2548 เข้ารับการศึกษาระดับปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ. 2550 ปัจจุบันรับราชการในตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ 5 โรงพยาบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม