บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาได้ค้นคว้าจากแหล่งข้อมูลทั้งเอกสาร ตำรา รายงาน บทความ ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานและกรอบแนวคิดในการศึกษา โดยครอบคลุมในรายละเอียดต่างๆดังนี้

ส่วนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่

ส่วนที่ 2 การเรียนรู้

ส่วนที่ 3 การเรียนรู้จากประสบการณ์

ส่วนที่ 4 การเรียนรู้จากวิธีการสอนโดยใช้การบรรยาย

ส่วนที่ 5 ความตั้งใจ

ส่วนที่ 6 ความพึงพอใจ

ส่วนที่ 7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ส่วนที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่

ความหมายของบุหรี่

บุหรี่ หมายถึง ยาสูบที่มีลักษณะเป็นมวน จัดเป็นซองๆ ยาเส้นที่มวนสูบเองหรือยาเส้นที่สูบโดยใช้กล้องยาสูบ (อรวรรณ หุ่นดี, 2543)

บุหรี่ ความหมายตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ.2535 หมายถึง บุหรี่ซิกาแรต บุหรี่ซิการ์ บุหรี่อื่น ยาเส้นหรือยาเส้นปรุงตามกฎหมายว่าด้วยการสูบ

ดังนั้นความหมายของบุหรี่ จึงหมายถึง ยาสูบทุกชนิดที่มีลักษณะเป็นมวนๆ หรือที่มียาเส้นแล้วมวนสูบเองหรือสูบโดยใช้กล้องยาสูบ

สูบบุหรี่ความหมายตามพจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ พ.ศ. 2530 หมายถึง การดูดบุหรี่แล้วพ่นควันออกมา

สูบบุหรี่ความหมายตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ.2535 หมายความรวมถึง การกระทำใดๆซึ่งมีผลทำให้เกิดควันจากการเผาไหม้ของบุหรี่

สรุปความหมายของการสูบบุหรี่จึงหมายถึง การดูดบุหรี่แล้วพ่นควันออกมาหรือกระทำให้เกิดควันจากการเผาไหม้บุหรี่

ประวัติความเป็นมาของบุหรี่

จัง นิโคต์ ซึ่งเป็นเอกอัครราชทูตฝรั่งเศส ประจำโปรตุเกส ในช่วง ค.ศ.1560 เป็นผู้เผยแพร่ถึงคุณประโยชน์ต่างๆของใบยาสูบว่ามีคุณค่าทั้งการแพทย์และอื่นๆ จนกระทั่งชื่อของเขาได้รับเกียรติไปตั้งเป็นชื่อของต้นยาสูบ คือ Nicotiana Tabacum และเป็นชื่อของสารเคมีสำคัญในใบยาสูบ คือ นิโคติน ในสมัยก่อน นิยมสูบใบยาสูบจากกล้องหรือทำเป็นมวนใหญ่แบบซิการ์ หรือเคี้ยวเส้นยาสูบ หรือบางทีก็ป่นเป็นผงแล้วสูดเข้าจมูกแบบยานัตถุ์ จนกระทั่งถึง ค.ศ.1910 จึงเริ่มมีโรงงานผลิตยาสูบเป็นมวนบุหรี่สำเร็จรูปขึ้นเป็นครั้งแรกโดยมวนด้วยกระดาษ ทำให้ขนาดมวนบุหรี่เล็กกะทัดรัด สวยงามน่าสูบ สะดวกใช้มากขึ้นเหตุให้ผู้คนหันมานิยมเสพย์อบายมุขนี้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว (อรวรรณ หุ่นดี, 2543)

สารที่มีในบุหรี่

1. นิโคติน (Nicotine) เป็นสารที่มีลักษณะคล้ายน้ำมันไม่มีสี เมื่อเข้มข้นจะมีสารที่มีพิษมากที่สุดตัวหนึ่ง และเป็นสารที่มีฤทธิ์แรงที่สุดในบรรดาสารทั้งหลายที่อยู่ในควันบุหรี่ ออกฤทธิ์ได้ทั้งเป็นตัวกระตุ้น กดและกล่อมประสาทส่วนกลาง เป็นตัวการสำคัญที่ทำให้คนติดบุหรี่กัน

2. ทาร์ (Tar) คือน้ำมันที่เกิดจากการเผาไหม้ของใบยาสูบ กระดาษมวนและสิ่งแปลกปลอมอื่น ๆ ในบุหรี่ ประกอบด้วยสารเคมีหลายชนิด เกาะติดกันเป็นสีน้ำตาล ส่วนใหญ่เป็นสารที่มีอันตราย เช่น เบนโซพัยรีน ไฮโดรคาร์บอน หรือน้ำมัน ซึ่งเป็นตัวการทำให้เกิดมะเร็งในคนและสัตว์

3. คาร์บอนมอนนอกไซด์ (Carbonmonoxide) แก๊สนี้จะพบในควันบุหรี่ เหมือนที่พบจากการเผาไหม้ของเครื่องยนต์ การหายใจเอาแก๊สนี้เขาไปเป็นจำนวนมากจะทำลายคุณสมบัติในการเป็นพาหนะนำออกซิเจนของเลือดแดง ทำให้ร่างกายได้รับออกซิเจนน้อยลง ผู้สูดแก๊สนี้จะหมดกำลังวังชา หายใจสั้นเข้า ทำให้ผู้นั้นมีประสิทธิภาพในการทำงานหนักหรือออกแรง ตลอดจนความกระฉับกระเฉงในการทำงานด้วยมือลดลง เกิดหอบเหนื่อยหรือหายใจไม่เต็มอิ่ม ไม่อาจขึ้นที่สูง ๆ

ได้ แก๊สนี้ยังมีผลต่อความไวของตา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเวลากลางคืนเพราะฉะนั้นนักบินควรงดสูบบุหรี่อย่างน้อย 6 ชั่วโมงก่อนทำการบิน

4. ไฮโดรเจนไซยาไนด์ (Hydrogen cyanide) เป็นแก๊สพิษที่สามารถทำลายเยื่อยุผิวส่วนต้น ซึ่งเป็นวิธีการป้องกันตามธรรมชาติ ที่คอยขจัดความสกปรก ฝุ่นละอองและเชื้อโรค ฯลฯ ที่หายใจเข้าไป คือเมื่อมีความสกปรกดังกล่าวผ่านเข้าไปในท่อทางเดินอากาศหายใจ ต่อมเมือกใต้ผิวบุหลอดลมขับเมือกเหนียวมาคลุมปิดสิ่งสกปรกคล้ายผืนพรม แล้วขนเล็ก ๆ ที่เยื่อบุหลอดลมค่อย ๆ ปัดสวนทางเอาแผ่นเมือกพร้อมสิ่งสกปรกกลับออกมา เมื่อถึงคอจะระคายเคืองทำให้ไอออกเป็นเสมหะ

5. ไนโตรเจนไดออกไซด์ (Nitrogen dioxide) เป็นสารพิษช่วยทำลายเยื่อบุหลอดลมส่วนปลาย และถุงลม ทำให้ผนังถุงลมบางโป่งพองหลายอันแตกรวมกันกลายเป็นโรคถุงลมโป่งพอง (ปอดปกติจะมีถุงลมอยู่ประมาณ 300 ล้าน กินเนื้อที่ประมาณร้อยละ 50-60 ของปริมาณปอด) มักเป็นร่วมกับโรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง คุณสมบัติที่จะช่วยเป็นทางนำออกซิเจนเข้าสู่ปอดเสื่อมลง

6. แอมโมเนีย (Ammonia) เป็นเหตุช่วยให้หลอดลมอักเสบ

7. สารกัมมันตภาพรังสี ในบุหรี่จะมีสารโพโลเนียม 210 ที่มีรังสีแอลฟาอยู่ซึ่งกัมมันตภาพรังสีของสารนี้เป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดโรคมะเร็ง ผู้ที่สูบบุหรี่ 40 มวนต่อวันจะพบว่ามีสารดังกล่าวในปัสสาวะมากกว่าคนที่ไม่สูบบุหรี่ถึง 6 เท่า

8. แร่ธาตุและสารเคมีต่าง ๆมีแร่ธาตุบางอย่าง เช่น โปแตสเซียม โซเดียม แคลเซียม ทองแดง นิกเกิลและโครเมียม สารเคมี เช่น ยาฆ่าแมลงตกค้าง เช่น ดีดีที ซึ่งเป็นสารตกค้างในใบยาสูบหลังจากพ่นยาฆ่าแมลง เกิดภาวะเป็นพิษต่อร่างกายได้ สารดีดีทีจะละลายในไขมันเข้าสู่ร่างกายสะสมตามเนื้อเยื่อไขมันของร่างกายไม่สามารถขับทางปัสสาวะได้เพราะไม่ละลายในน้ำ นิกเกิลเมื่อทำปฏิกิริยากับสารเคมีอื่นจะกลายเป็นสารพิษที่ก่อให้เกิดโรคมะเร็ง

ควันบุหรี่

ในควันบุหรี่นั้นประกอบด้วยสารเคมีในรูปของไอระเหยชนิดต่าง ๆ และฝุ่นผงชนิดต่าง ๆ รวมกันกว่า 2,000 ชนิด สัดส่วนขององค์ประกอบบางชนิดในควันบุหรี่ที่ลอยระล่องออกมาจากปลายมวนที่กำลังลุกแดงอยู่นั้นเรียกว่า "ควันหลง" มีจำนวนมากกว่าควันบุหรี่ที่ถูกสูดผ่านก้นกรองเข้าไปในปากของผู้สูบบุหรี่ ซึ่งเรียกว่า "ควันดูด" คนที่ไม่สูบบุหรี่แท้จริงอาจได้รับไอระเหยและ

ฝุ่นผงจากควันหลงมากกว่าคนที่สูบบุหรี่ด้วยซ้ำ (อรวรรณ หุ่นดี, 2543) ควันบุหรี่ทำให้เกิดอาการผิดปกติดังนี้ คือ

1. ระคายเคืองต่อนัยน์ตา เวลานั่งใกล้คนที่สูบบุหรี่หรืออยู่ในที่มีควันบุหรี่ เรามักเกิดอาการแสบตา เคืองตาทำให้ต้องกะพริบตาถี่ ๆ อาการที่เกิดขึ้นเนื่องจากในควันบุหรี่มีสารที่ระคายเคืองต่อเยื่อบุของนัยน์ตา ลำคอ กล่องเสียง หลอดลม

2. แสบจมูก-ลำคอ ไอ และปวดศีรษะการดูดบุหรี่แล้วพ่นควันออกมาหรือกระทำให้เกิดควันจากการเผาไหม้บุหรี่

โรคที่เกี่ยวข้องกับบุหรี่

โรคถุงลมปอดโป่งพอง

โรคถุงลมปอดโป่งพอง หมายถึง โรคที่มีการเปลี่ยนแปลงในเนื้อปอดทางเดินหายใจที่อยู่ถัดจากหลอดลมส่วนหายใจ มีการทำลายผนังกั้นระหว่างถุงลมปอดด้วย ยังไม่ทราบสาเหตุของโรคที่แน่นอน แต่มักพบว่ามีความสัมพันธ์กับการสูบบุหรี่ มลพิษ (Air Pollution) หรือมีการติดเชื้อทางเดินหายใจ ลักษณะของโรคที่เกิดขึ้นในถุงลมปอดโป่งพองพบได้หลายแบบคือ

1. มีการอักเสบของหลอดลมส่วนหายใจ และหลอดลมเล็ก ๆ ร่วมกับมีการหดเกร็งของหลอดลม ทำให้เกิดการอุดตัน

2. มีการเสื่อมของผนังถุงลม ความยืดหยุ่นของปอดเสียไป

3. ผนังถุงลมฉีกขาดและมีการรวมกันของถุงลมหลาย ๆ ถุงกลายเป็นถุงใหญ่เรียกว่า เบลบ หรือ บุลเล (Bleb or Bulle)

4. หลอดเลือดฝอยที่ผนังถุงลมถูกทำลายไปบางส่วนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นคือ ถุงลมปอดถูกทำลาย ร่วมกับมีการหดเกร็งของหลอดลม ทำให้หลอดลมแฟบเกิดการอุดกั้นในทางเดินหายใจขณะหายใจออก และมีการทำลายในเนื้อปอดจนปอดยืดและหดตัวไม่ดีเกิดลมคั่งในถุงลม

ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดลมอุดกั้นเรื้อรัง

1. การสูบบุหรี่
2. การติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ
3. สารระคายเคือง

พยาธิสภาพและอาการแสดง เมื่อมนุษย์หายใจเอาพิษจากควันบุหรี่หรือจากอากาศเป็นพิษเข้าไปในปอดนานเข้าจะทำให้เกิดการอักเสบของหลอดลมทั้งเล็กและใหญ่อย่างเรื้อรัง ทำให้ผนังหลอดลมหนาขึ้น รูของหลอดลมเล็กแคบลงต่อมเมื่อกที่ผนังของหลอดลมจะขับเสมหะเข้า

มาในหลอดลมมากขึ้น ทำให้เกิดการอุดกั้นในหลอดลม จึงทำให้หายใจไม่สะดวกเหนื่อยง่ายและไอมีเสมหะเรื้อรังเมื่อมีถุงลมโป่งพองโดยมีการถูกทำลายของผนังถุงลมร่วมด้วยก็จะทำให้อากาศที่หายใจเข้าไปตกค้างอยู่ในปอดเพิ่มมากขึ้นและหลอดลมจะแฟบในขณะที่หายใจออกได้ง่ายขึ้นทำให้เกิดการอุดกั้นของปอดเพิ่มขึ้นด้วยเกิดมีอาการเหนื่อยมากขึ้น เมื่อเริ่มแรกผู้ป่วยอาจยังไม่มีอาการอะไรเลย เมื่อเวลาผ่านไปพยาธิสภาพของโรคมีมากขึ้นพอสมควรแล้วจึงเกิดมีอาการขึ้นส่วนใหญ่ผู้ป่วยจะมีอาการหลังอายุ 40 ปีขึ้นไป อาการสำคัญที่พบบ่อยเมื่อผู้ป่วยโรคนี้มาพบแพทย์ คือ ไอเรื้อรัง (60%) เหนื่อยง่ายหรือหอบ (20%) และหายใจมีเสียงดังวี๊ดๆ (15%) เมื่อมีอาการแล้วโรคนี้จะเป็นชนิดเรื้อรังและอาการเพิ่มขึ้นทีละน้อยๆ ในปัจจุบันยังไม่มีทางที่แพทย์จะรักษาให้หายขาดได้ ผู้ป่วยจะเหนื่อยง่ายมากขึ้น และสมรรถภาพปอดจะเลวลงตามลำดับ ระยะสุดท้ายจะมีอาการหายใจล้มเหลว ปอดฟอกออกซิเจนได้ไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายและขับคาร์บอนไดออกไซด์ซึ่งเป็นพิษออกจากร่างกายได้ไม่ดีพออาจทำให้ผู้ป่วยหมดสติ และถึงแก่ชีวิตได้ การดำเนินของโรคตั้งแต่ระยะเริ่มมีอาการจนถึงระยะสุดท้ายนี้อาจกินเวลาหลายปี แต่ก่อนจะถึงระยะสุดท้ายที่มีพยาธิสภาพของปอดมากจริง ๆ นี้คือระยะที่มีพยาธิสภาพของปอดปานกลางผู้ป่วยก็อาจจะมีอาการมากขึ้นและเสียชีวิตได้เนื่องจากเกิดโรคแทรก เช่น หลอดลมอักเสบเพิ่มขึ้นอย่างมากจากเชื้อไวรัส เช่น เป็นหวัด หรือจากโรคปอดบวมจากเชื้อแบคทีเรียเป็นต้น ถ้าผู้ป่วยได้รับการรักษาที่ถูกต้องแล้วโรคแทรกดังกล่าวนี้อาจดีขึ้นหรือหายได้ แต่โรคหลอดลมอุดกั้นเรื้อรังซึ่งเป็นอยู่เดิมไม่หายแล้วจะเป็นมากขึ้นต่อไปจนถึงระยะสุดท้ายจริง ๆ แล้วผู้ป่วยจะเสียชีวิตโดยไม่มีทางรักษาเพราะเนื้อปอดเหลืออยู่ไม่เพียงพอที่จะมีชีวิตอยู่ และในปัจจุบันแพทย์ยังไม่สามารถที่จะทำการผ่าตัดเปลี่ยนปอดใหม่ให้ได้ผลดีพอได้สำเร็จ

โรคมะเร็งปอด

มะเร็งปอดเป็นโรคที่น่ากลัว เพราะไม่มีอาการ หรือไม่มีอาการที่แน่นอนในระยะแรก เมื่อมีอาการโรคมักเป็นมากเสียแล้ว จากการศึกษาของแพทย์ทั่วโลก พบว่า การเกิดมะเร็งปอดมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับการสูบบุหรี่ ผู้ชายที่สูบบุหรี่เมื่อเป็นมะเร็งปอด มักจะเป็นชนิดร้ายแรง นายแพทย์ธีระ ลิ่มศิลา แห่ง ร.พ. ศิริราช เป็นผู้ซึ่งทำการค้นคว้าเกี่ยวกับปัญหาการสูบบุหรี่ในคนไทย พบว่า 80.5% ของคนที่เป็นมะเร็งปอดสูบบุหรี่และสูบจัดเป็นส่วนใหญ่ คือสูบมากกว่าวันละ 20 มวนขึ้นไป ติดต่อกันเป็นเวลา 20 ปีขึ้นไป หรือวันละ 10 มวนขึ้นไป ติดต่อกันเป็นเวลานาน 30 ปี ผู้ชายสูบบุหรี่มากกว่าผู้หญิง จึงเป็นมะเร็งปอดมากกว่าผู้หญิงเป็นอัตราส่วนประมาณ 15 ต่อ 1 ผู้ที่ไม่สูบบุหรี่จะมีโอกาสเป็นมะเร็งปอดเพียง 1 ใน 800 ส่วนผู้ที่สูบบุหรี่จัดจะมีโอกาสเป็นมะเร็งปอดมากขึ้นเป็น 1 ใน 23 หรืออีกนัยหนึ่ง ผู้ที่สูบบุหรี่จัดมีโอกาสเป็นมะเร็งปอดถึง 35 เท่า ของผู้ที่

ไม่สูบบุหรี่ อาการสำคัญที่นำผู้ป่วยมาหาแพทย์ได้แก่ ไอมีเสมหะ ร้อยละ 70 ไอเป็นเลือด (มักเป็นสายๆ ไม่มากนัก) ร้อยละ 41 อาการเหมือนเป็นหวัด แต่หายยาก ร้อยละ 9 ด้านอายุพบมากระหว่างอายุ 51 - 60 ปี (ร้อยละ 36) รองลงมา คือ ระหว่าง 61 - 70 ปี (ร้อยละ 30) ระหว่าง 41 - 50 ปี (ร้อยละ 16) และผู้ป่วยอายุน้อยๆ 15 -16 ปี ก็เคยพบ

ผลจากการศึกษาผู้ป่วยไทยในระยะไม่มากนัก รวม 1,000 ราย ที่รวบรวมจากบันทึกผู้ป่วยของ น.พ. ธีระ ลิ่มศิลา ในระยะ 11 ปีเศษ (มกราคม 2526 ถึงมีนาคม 2537) มีอาการนำดังต่อไปนี้ (บางรายมีอาการร่วมหลายประการ)

- ไอ	ร้อยละ 70
- ไอมีเสมหะ	ร้อยละ 40
- ไอเป็นเลือด (มักเป็นสายๆ ไม่มากนัก)	ร้อยละ 23
- เจ็บหน้าอก	ร้อยละ 15
- อาการเหมือนเป็นหวัด แต่หายยาก	ร้อยละ 8

อีกส่วนหนึ่งมาพบแพทย์เมื่อเป็นมากแล้ว ซึ่งจะได้กล่าวต่อไป แต่ละรายอาจมีอาการร่วมกันหลายประการได้ อาการดังกล่าวนี้มิได้เป็นอาการเฉพาะของโรคมะเร็งปอดอาจเป็นอาการของโรคมะเร็งปอดกลุ่มอื่นๆ ก็ได้ ถ้ามีอาการผิดปกติดังกล่าวและมีปัจจัยเสี่ยงอยู่ เช่น สูงอายุ สูบบุหรี่จัด หรือญาติพี่น้องสายตรงเป็นมะเร็ง ฯลฯ ควรรีบไปพบปรึกษาแพทย์เพื่อตรวจร่างกาย และหาหนทางช่วยการวินิจฉัยให้แน่นอนเสียแต่ระยะแรก

อาการสำคัญจากระบบอื่น ๆ

- อาการนำจากระบบอื่นๆ ไม่เกี่ยวกับปอด	ร้อยละ 17.5
- เนื่องจากแพร่กระจายไปสมอง – ไขสันหลัง (อัมพาต)	ร้อยละ 10
- แพร่ไปต่อมน้ำเหลือง นอกทรวงอก	ร้อยละ 16
- ไม่มีอาการเลย	ร้อยละ 4

อาการทั่วๆ ไปของมะเร็ง เช่นเดียวกับผู้ป่วยมะเร็งระบบอื่น

นอกจากอาการนำดังกล่าว ผู้ป่วยอาจมีอาการของมะเร็งทั่วๆ ไป เช่น น้ำหนักลด เบื่ออาหาร ซีดเซียว อ่อนเพลีย ผอมลง โดยรวมกับอาการทางปอด หรือไม่มีอาการทางปอดอย่างชัดเจนก็ได้

อาการสำคัญที่บ่งว่าเป็นมานานแล้ว และก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานมาก คือ

1. เสียงแหบ เพราะมะเร็งลุกลามมายังประสาทกล่องเสียง และเกิดอัมพาตของสายเสียง ต่อไปอาจมีอาการสำลักน้ำ หรืออาหาร

2. บวมหน้า คอ แขน และอกส่วนบน เนื่องจากเลือดดำคั่งเพราะเส้นเลือดดำใหญ่ที่นำเลือดดำจากร่างกายส่วนบนเข้าสู่หัวใจซีกขวาถูกก้อนมะเร็งลามมา และกดทับ กดเลือดไหลกลับเข้าสู่หัวใจไม่สะดวก

3. หายใจลำบาก หอบเหนื่อย เพราะ

- ก้อนมะเร็งอุดหลอดลมซึ่งเป็นท่อทางเดินอากาศหายใจเข้าสู่ปอด หรือไปสู่ปอดข้างที่เป็นโรคไม่ได้
- มะเร็งลุกลามไปกินเนื้อปอด ไม่มีเนื้อปอดเหลือพอที่จะทำหน้าที่หายใจ
- เกิดน้ำในช่องเยื่อหุ้มปอด เพราะการลุกลามของมะเร็งและปอดถูกกด

4. กลืนลำบาก เพราะมะเร็งลุกลามไปสู่หรือกดหลอดอาหาร

5. เจ็บปวด เนื่องจากการแพร่กระจายของมะเร็งไปสู่กระดูกหรืออวัยวะที่อยู่ไกล ๆ บางรายก็ปวดมากจนยาระงับปวดใดๆ ก็ไม่อาจบรรเทาได้

6. อัมพาต ลุกไม่ได้ เดินไม่ได้ กลั้นอุจจาระและปัสสาวะไม่ได้ เพราะมะเร็งลุกลามไปสมอง ไขสันหลัง หรือกระดูกสันหลัง

โรคมะเร็งในช่องปาก

สัญญาณอันตรายที่จะเตือนอาการมะเร็งในช่องปาก

1. มีแผลแดงบนริมฝีปาก เหงือก หรือภายในช่องปาก ซึ่งไม่หายภายใน 2-3 สัปดาห์
2. มีฝ้าขาวในช่องปากหรือริมฝีปากของท่าน
3. บวมหรือมีก้อนนูนในช่องปาก บนคอ ริมฝีปาก หรือลิ้น
4. อาการชา หรือปวดในปาก ในคอ โดยไม่สามารถหาสาเหตุได้
5. เลือดออกบ่อยๆ ในปาก โดยไม่มีสาเหตุปรากฏให้เห็น

ผลเสียของการสูบบุหรี่

1. เกิดคราบฟัน
2. ลมหายใจที่เหม็นกลิ่นบุหรี่
3. เสียการรับรู้รส และกลิ่น
4. เสี่ยงต่อการเป็นโรคหลายชนิด เช่น หลอดลมอักเสบ มะเร็งในปอด หนองในช่องปอด และโรคหัวใจ
5. ทำให้เกิดการสิ้นเปลืองโดยเปล่าประโยชน์

โรคมะเร็งในช่องปาก

การสูบบุหรี่ทำให้เกิดมะเร็งในช่องปากได้อย่างไร เมื่อสูบบุหรี่ควันที่ร้อน ๆ ของการสูบบุหรี่จะเข้าไปในช่องปาก ทำอันตรายให้กับเนื้อเยื่อ โดยเฉพาะที่เพดานมักจะเป็นแผลง่ายและบ่อย ลมหายใจที่เข้าออกจะมีกลิ่นบุหรี่ซึ่งเหม็นมาก เกิดคราบบุหรี่สีเหลืองหรือสีน้ำตาลเกาะบนตัวฟัน และสิ่งที่สำคัญจะทำลายตัวรับรสบนลิ้น ทำให้ไม่อร่อยกับรสอาหาร หรือเครื่องดื่มกลิ่นปากและการทำลายประสาทของการรับรส เป็นส่วนหนึ่งที่เกิดจากบุหรี่ยังผลให้ผู้สูบบุหรี่มีความกังวลเกิดขึ้นได้ ในผู้สูบบุหรี่ หากจำเป็นต้องถอนฟัน ผ่าตัด ศัลยกรรมในช่องปากหรือเกิดแผลในช่องปาก มักจะพบว่าแผลหายช้ากว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ และผู้ที่สูบบุหรี่ก็อาจเป็นโรคปริทันต์หรือโรคเหงือกได้ จากผลดังกล่าว จะทำให้สูญเสียฟันได้ง่าย สิ่งที่ร้ายแรงที่สุดคือผู้สูบบุหรี่จะมีโอกาสเป็น "มะเร็งในช่องปาก" มากกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ถึง 4 เท่า การสูบบุหรี่สามารถทำให้เกิดมะเร็งในช่องปากและคอ การรักษาโรคมะเร็งจำเป็นต้องสามารถวินิจฉัยโรคนี้ให้ได้ในระยะต้น แต่ส่วนใหญ่แล้วไม่สามารถวินิจฉัยโรคนี้ได้ในระยะต้น สำหรับการตายจากมะเร็งช่องปากปรากฏว่ามีมาก และผู้ที่สูบบุหรี่จะตายมากกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่หลายเท่า ส่วนใหญ่ผู้ที่เป็นมะเร็งในช่องปากทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัวเองว่าเป็นก็จะต้องตายภายใน 5 ปี

โรคหลอดลมอุดกั้นเรื้อรัง

โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง หมายถึง โรคที่มีอาการไอ มีเสมหะมากกว่าปกติเป็นอย่างเรื้อรังหรือเป็น ๆ หาย ๆ ติดต่อกันไม่ต่ำกว่าสามเดือนในหนึ่งปี เป็นระยะเวลาติดต่อกันตั้งแต่สองปีขึ้นไปโรคหลอดลมอุดกั้นเรื้อรัง มีอาการหายใจลำบาก เหนื่อยหอบขณะออกกำลังกาย ได้แก่ โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง และโรคถุงลมปอดโป่งพอง ซึ่งมีพยาธิสภาพของการอุดกั้นส่วนใหญ่ที่ไม่อาจคืนสู่สภาพปกติได้

สถานการณ์บุหรี่กับผู้หญิงในต่างประเทศ

ตัวเลขประมาณการขององค์การอนามัยโลกในเวลานี้ (สตีเฟ่น ฮาแมนน์ และคณะ ,2548. หน้า 59) อัตราการสูบบุหรี่ของผู้หญิงในประเทศกำลังพัฒนา คือ ร้อยละ 9 ในขณะที่ของประเทศที่พัฒนาแล้ว คือ ร้อยละ 22 รวมประชากรหญิงที่สูบบุหรี่ในโลกนี้ มีประมาณ 250 ล้านคน ในปี 2568 หรืออีก 20 ปีข้างหน้าหากไม่มีมาตรการที่สัมฤทธิ์ผลในการลดอัตราการสูบบุหรี่แล้ว อัตราการสูบบุหรี่ในผู้หญิงโดยรวมจะเพิ่มเป็นร้อยละ 20 ตัวเลขผู้สูบบุหรี่หญิงจะเพิ่มเป็น 532 ล้านคนอัตราการสูบบุหรี่ในชายในเอเชีย เช่น จีน อินโดนีเซีย ไทย เกาหลี และประเทศใน

ตะวันออกกลางสูงกว่าในผู้หญิง 10 เท่า ซึ่งเป็นภาพที่ตรงกันข้ามกับในยุโรป และอเมริกาส่วนในประเทศนิวซีแลนด์ อัตราการสูบบุหรี่ของผู้หญิง และผู้ชายมีเท่า ๆ กัน ประเทศเกาหลีหลังจากถูกบังคับให้เปิดตลาดบุหรี่ต่างประเทศ ตั้งแต่ปี 2531 เป็นต้นมา มีการโหมโฆษณาบุหรี่ในทุกสื่อเป็นเหตุให้วัยรุ่นหญิงมีอัตราการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 1.6 เป็นร้อยละ 8.7 ในปีเดียวกัน ในประเทศมาเลเซีย อุตสาหกรรมบุหรี่ข้ามชาติใช้สื่อโฆษณาอย่างมาก ทำให้อัตราการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นหญิงเพิ่มขึ้นมาก ปัจจุบันเป็นร้อยละ 17 ประเทศญี่ปุ่นได้ทำการสำรวจ ในปี 2542 พบว่าอัตราการสูบบุหรี่ในผู้หญิงเป็นร้อยละ13.4 และในผู้ชาย ร้อยละ 52.8 แต่ในผู้หญิงอายุ 15 - 19 สูงถึงร้อยละ 4.3 สภาที่ปรึกษาด้านการควบคุมยาสูบในฮ่องกงได้ให้ข้อคิดว่าแม้ว่าผู้หญิงในประเทศกำลังพัฒนาจะมีอัตราการสูบบุหรี่ต่ำอยู่ แต่จำนวนผู้หญิงที่สูบบุหรี่ในอนาคตจะเพิ่มขึ้นเนื่องจากเหตุผลต่อไปนี้ คือ

- จำนวนประชากรหญิงจะเพิ่มขึ้น จาก 3.1 ล้านล้านคน เป็น 4.2 ล้านล้านคน ในปี 2568 ดังนั้น แม้อัตราการสูบบุหรี่จะยังคงเดิมแต่จำนวนผู้สูบจะเพิ่มขึ้น
- ผู้หญิงทั้งเด็ก และผู้ใหญ่ จะมีอำนาจการซื้อมากขึ้น ทำให้หาซื้อบุหรี่ได้ง่ายขึ้น
- เงื่อนไขทางสังคม และวัฒนธรรมในบางประเทศ หย่อนยานลง
- อุตสาหกรรมบุหรี่มุ่งเจาะตลาด และทุ่มการโฆษณาในการหาลูกค้าผู้หญิง
- ผู้เชี่ยวชาญ และองค์กรพัฒนาเกี่ยวกับผู้หญิง ตลอดจนผู้มีชื่อเสียงในสังคมที่จะเป็นแบบอย่างแก่เยาวชน ต่างก็ไม่ได้ตระหนักว่าปัญหาการสูบบุหรี่เป็นปัญหาของผู้หญิง
- โครงการช่วยเหลือผู้หญิงให้เลิกสูบบุหรี่มีน้อย โดยเฉพาะในประเทศกำลังพัฒนา

ในประเทศที่พัฒนาแล้ว เช่น สหรัฐอเมริกา สหราชอาณาจักร แคนนาดา และออสเตรเลียอัตราการสูบบุหรี่ในผู้หญิงมีแนวโน้มลดลงแต่ในยุโรปกลาง ใต้ และตะวันออกยังคงมีแนวโน้มสูงขึ้น และเท่าเดิมในบางประเทศ

ในประเทศตะวันตกบางประเทศ เช่น สหราชอาณาจักร สวีเดน ออสเตรีย เดนมาร์ค ฟินแลนด์ และเยอรมัน เด็กผู้หญิงสูบบุหรี่มากกว่าเด็กผู้ชาย

สถานการณ์ปัญหาบุหรี่กับผู้หญิง เป็นที่หวั่นวิตกแก่ประชาคมโลกในทุกภาคส่วนในปี ค.ศ.1990 ได้เกิดองค์กรพัฒนาระดับสากล ชื่อ INWAT(International Network Women Against Tobacco) มีสมาชิกในประเทศต่าง ๆ กว่า 60 ประเทศ มีเป้าหมายหลักในการรวมกลุ่มผู้หญิงทั่วโลกเพื่อต้านภัยบุหรี่ ประเทศในแถบภาคพื้นแปซิฟิก ได้วางแผนปฏิบัติการระยะ 5 ปี ตั้งแต่ปี 1990 ในการที่จะลดอัตราการสูบบุหรี่ในผู้หญิง เป็นความสำคัญอันดับต้นๆ

องค์กร International Union Against Cancer (UICC) หรือองค์กรต่อต้านมะเร็งสากล ได้จัดการประชุมนานาชาติครั้งแรกว่าด้วยปัญหาการสูบบุหรี่กับผู้หญิงขึ้นที่ประเทศฮอล์แลนด์เหนือ ในปี ค.ศ.1992 ต่อมาในปี ค.ศ.1999 องค์การอนามัยโลกก็ได้จัดการประชุมนานาชาติว่าด้วยผู้หญิง และปัญหายาสูบขึ้น ที่เมืองโกเบ ประเทศญี่ปุ่น นอกจากนี้ในกรอบอนุสัญญาว่าด้วยการควบคุมยาสูบได้ให้ความสำคัญเรื่องนี้มากที่สำนักงานใหญ่ขององค์การอนามัยโลกได้จัดให้มีเจ้าหน้าที่ประจำแบบเต็มเวลาในการทำงานเรื่องผู้หญิงกับยาสูบโดยเฉพาะประเทศในภูมิภาคอาฟริกาใต้ จำนวน 14 ประเทศ ได้รับการจัดสรรกองทุนพิเศษจากองค์การอนามัยโลกเป็นกองทุนพัฒนาช่วยเหลือในเรื่องของผู้หญิงกับยาสูบ

สถานการณ์บุหรี่กับผู้หญิงในประเทศไทย

จากผลการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของประชากร พ.ศ. 2547 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ วิเคราะห์ผลการสำรวจพบว่า

1. ผู้สูบบุหรี่ประจำ 9.6 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2547 ลดลงจากการสำรวจเมื่อ พ.ศ. 2544 ที่มีผู้สูบประจำ 10.6 ล้านคน

2. ผู้ที่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย โดยอัตราส่วนเพศชาย : หญิง = 9.1 : 0.5 หรือประมาณ 18 : 1

3. อัตราการสูบบุหรี่นอกเขตเทศบาลสูงกว่าในเขตเทศบาล 21.8 : 14.9 = 3 : 2

4. กรุงเทพฯ มีอัตราการสูบบุหรี่ต่ำที่สุด (12.8 %) ในขณะที่ภาคใต้ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีอัตราการสูบบุหรี่สูงสุด (22.5 % และ 22.2 %)

5. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีจำนวนผู้สูบบุหรี่มากที่สุด คือ 3.5 ล้านคน ภาคกลาง 2.0 ล้านคน ภาคเหนือ 1.89 ล้านคน ภาคใต้ 1.36 ล้านคน และกรุงเทพฯ 858,420 คน

6. อัตราการสูบบุหรี่ลดลงทั้งสองเพศในทุกกลุ่มอายุ โดยเฉพาะในเพศชาย ที่เคยสูบกว่าร้อยละ 70 ในกลุ่มอายุ 35 - 59 ปี ในปี 2529 ลดเหลือต่ำกว่าร้อยละ 50

7. ภาคเหนือมีจำนวนผู้หญิงที่สูบบุหรี่มากที่สุด คือ 249,323 คน จากจำนวนหญิงที่สูบบุหรี่ทั้งหมด 525,695 คน เท่ากับร้อยละ 47 หรือเท่ากับเกือบครึ่งหนึ่งของจำนวนผู้สูบบุหรี่เพศหญิงทั้งหมด

8. เมื่อเปรียบเทียบจำนวนผู้สูบบุหรี่ระหว่าง พ.ศ. 2531 และ พ.ศ. 2547 พบว่าจำนวนผู้สูบบุหรี่ลดลงจาก 10 ล้าน เหลือ 9.6 ล้านคน แต่อัตราการสูบลดลงทั้งสองเพศ โดยเพศชายลดลงจากร้อยละ 53 เหลือร้อยละ 37 ขณะที่เพศหญิงลดลงจากร้อยละ 4 เหลือร้อยละ 2.1

9. ระดับการศึกษายิ่งต่ำอัตราการสูบยิ่งสูง โดยเฉพาะหญิงที่ไม่ได้รับการศึกษาจะมีอัตราการสูบบุหรี่สูงกว่าหญิงที่ได้รับการศึกษาระดับอุดมศึกษา 20 เท่า

10. ในจำนวนผู้สูบบุหรี่ 9.6 ล้านคน เป็นประชากรที่ได้รับการศึกษา ระดับประถมศึกษา หรือต่ำกว่า 6.7 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 70 ของจำนวนผู้สูบบุหรี่ทั้งหมด

11. จำนวนผู้สูบบุหรี่ที่ลดลงกว่าที่ควรจะเป็นระหว่าง พ.ศ. 2531 ถึง พ.ศ. 2547 โดยใช้สมมุติฐานว่าหากไม่มีการดำเนินการควบคุมการสูบบุหรี่อย่างต่อเนื่อง ดังเช่น ที่ได้ทำมาแล้ว อัตราการสูบบุหรี่ ในปี พ.ศ. 2547 จะใกล้เคียงกับอัตราของปี พ.ศ. 2531 (ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่เป็นอยู่ในประเทศส่วนใหญ่ที่ยังไม่ได้ดำเนินการควบคุมการสูบบุหรี่ดังเช่นที่ประเทศไทยทำมาแล้ว) จำนวนผู้สูบบุหรี่ ในปี พ.ศ. 2547 ควรจะเท่ากับ 14.0 ล้านคน นั่นหมายความว่าการรณรงค์ควบคุมการสูบบุหรี่ของประเทศไทยในช่วงเวลาที่ผ่านมา ทำให้ประเทศไทยมีจำนวนผู้สูบบุหรี่ ในปี พ.ศ. 2547 น้อยกว่าที่ควรจะเป็น = 14.0-9.6 = 4.4 ล้านคน

12. ผู้สูบบุหรี่อยู่ในกลุ่มอาชีพคนงานรับจ้าง เกษตรกรรม ประมง ผู้ปฏิบัติงานด้านความสามารถทางฝีมือ และเครื่องจักรโรงงาน รวม 7,122,776 คน คิดเป็นร้อยละ 74 ของจำนวนผู้สูบบุหรี่ทั้งหมด

13. ร้อยละ 65.6 ของผู้สูบบุหรี่เป็นประจำ ติดบุหรี่ก่อนอายุ 19 ปี ร้อยละ 92 ติดบุหรี่ก่อนอายุ 24 ปี

14. ผู้สูบบุหรี่ไทยส่วนใหญ่ยังสูบบุหรี่ต่อวันน้อย โดยร้อยละ 72.9 สูบน้อยกว่า 10 มวนต่อวัน และร้อยละ 24.8 สูบระหว่าง 11 - 24 มวน

ข้อเสนอแนะสำหรับแนวทางแก้ปัญหา

1. มาตรการทางสังคม

1.1 ร่วมกันสร้างค่านิยมใหม่ที่ไม่สูบบุหรี่

1.2 ผู้ปกครอง ครู พระภิกษุสงฆ์ บุคลากรสาธารณสุข และผู้นำในสังคม ต้องเป็นแบบอย่างที่ไม่สูบบุหรี่ โดยเฉพาะผู้ปกครองต้องไม่สูบบุหรี่ในบ้าน หรือในรถที่มีเด็กอยู่ด้วย

1.3 ผู้ที่ยังเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้ต้องพยายามไม่สูบให้คนอื่นโดยเฉพาะเด็ก ๆ เห็น

1.4 ผู้ที่ยังเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้ต้องเคารพสิทธิของผู้ไม่สูบบุหรี่ในที่สาธารณะที่กฎหมายห้ามสูบ

2. โรงเรียนและสถานศึกษา

2.1 ปฏิบัติตามกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในโรงเรียน และสถานศึกษาอย่างเคร่งครัด

2.2 ครู และบุคลากรของโรงเรียนต้องไม่สูบบุหรี่ หรือหากยังเลิกไม่ได้ต้องไม่สูบในโรงเรียน หรือสูบ ในที่มิดชิด ไม่ให้นักเรียนเห็น

2.3 บรรจุการเรียนการสอนบุหรี่ และสุขภาพในชั้นเรียนตั้งแต่ระดับอนุบาลขึ้นมา

3. สถานพยาบาลและระบบบริการสาธารณสุข

3.1 บุคลากรสาธารณสุขต้องเป็นแบบอย่างที่ไม่สูบบุหรี่ และเป็นผู้นำในการชี้นำค่านิยมที่ไม่สูบบุหรี่

3.2 สถานบริการทางการแพทย์ คลินิก โรงพยาบาลต้องเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายอย่างเคร่งครัด

3.3 บรรจุการเรียนการสอนบุหรี่และสุขภาพในทุกหลักสูตรของวิชาชีพทางสาธารณสุข

3.4 ช่วยผู้สูบบุหรี่ทุกคนให้เลิกสูบบุหรี่เมื่อเขาเหล่านั้นมารับบริการทางสุขภาพ

4. สื่อมวลชน

4.1 เป็นสถาบันหลักในการชี้นำสังคมในการสร้างค่านิยมใหม่ที่ไม่สูบบุหรี่

4.2 หลีกเลี่ยงการเผยแพร่ภาพผู้นำสังคม / ศิลปินดาราที่สูบบุหรี่

4.3 เผยแพร่ข่าวบทความเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ และสุขภาพในแง่มุมต่าง ๆ

5. รัฐบาลและกระทรวงที่เกี่ยวข้อง

5.1 ตระหนักว่าการเสพติดบุหรี่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ เศรษฐกิจ ของประชากรของประเทศ และการควบคุมการสูบบุหรี่เป็นการลงทุนที่คุ้มค่าอย่างยิ่ง (ประเมินจากมิติทางเศรษฐศาสตร์ ระดับของความคุ้มค่าจะเป็นรองเฉพาะเรื่องการฉีดวัคซีนป้องกันโรคให้แก่เด็ก)

5.2 มีจุดยืนชัดเจนที่จะควบคุมการสูบบุหรี่ในประชากรไทย

5.3 ดำเนินการตามพันธกรณีที่ประเทศไทยมีต่ออนุสัญญาควบคุมการบริโภคยาสูบขององค์การอนามัยโลก อาทิ

- ประชาสัมพันธ์รณรงค์ถึงพิษภัยของการสูบบุหรี่
- บังคับใช้กฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะอย่างจริงจัง โดยเฉพาะสถานที่ราชการ

- สนับสนุนให้มีระบบการเฝ้าระวังระบาดวิทยาของการสูบบุหรี่ ผลกระทบจากการสูบบุหรี่ทั้งทางเศรษฐกิจและสุขภาพ

- สนับสนุนการจัดระบบการบริการที่เอื้อต่อการช่วยที่เสพติดบุหรี่ที่เป็นรูปภาพเพื่อสื่อถึงประชาชนที่ด้อยการศึกษา

- ขึ้นภาษีอย่างสม่ำเสมอ เพื่อสกัดไม่ให้เยาวชนเข้าสู่วงจรเสพติดบุหรี่ และเพื่อให้ผู้ที่มีรายได้น้อยสูบน้อยลง

- ควบคุมกฎหมายห้ามโฆษณาบุหรี่ รวมถึงการห้ามโฆษณาบุหรี่ ณ จุดขาย อย่างเคร่งครัด ลดจำนวนจุดขายปลีก และไม่ให้มีการแยกขายบุหรี่เป็นมวน ๆ

- ควบคุมและปราบปรามบุหรี่เถื่อน

- สนับสนุนงบประมาณเพื่อการดำเนินงานควบคุมการสูบบุหรี่

ทัศนะของสังคมต่อการสูบบุหรี่ของผู้หญิงไทย

จากการวิจัยพบว่า วัยรุ่นผู้หญิงที่สูบบุหรี่ทุกคนยอมรับว่าสังคมไทยยังไม่ยอมรับ และมีความรู้สึกในด้านลบอย่างมากต่อผู้หญิงที่สูบบุหรี่ โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิง (สตีเฟ่น ฮาแมนน์ และคณะ, 2548. หน้า 58)

วัยรุ่นหญิงโดยทั่วไปรู้สึกว่า การสูบบุหรี่ของผู้หญิงเป็นที่น่ารังเกียจของสังคม ถ้าคนอื่นไม่สูบ แต่เราสูบก็จะอายเพราะจะถูกมองว่าเป็นผู้หญิงไม่ดี ดูเป็นผู้หญิงเที่ยวกลางคืน / ผู้หญิงที่สูบคือดูเหมือนหญิงบริการ ผู้หญิงจะถูกลดค่าไป / สังคมไม่ยอมรับ / ผู้หญิงสูบบุหรี่จะถูกมองในแง่ลบ ความรู้สึกนี้สะท้อนให้เห็นชัดเจนในเรื่อง สถานที่ที่วัยรุ่นเหล่านี้สูบบุหรี่ โดยการศึกษาพบว่าวัยรุ่นหญิงที่ร่วมกลุ่มสนทนาทุกคนสูบบุหรี่เวลาไปเที่ยวนอกบ้านกับเพื่อนฝูง / สังสรรค์กับเพื่อนฝูงในผับ / สถานที่เที่ยวกลางคืน / ร้านอาหาร ซึ่งเป็นสถานที่ที่มีการสูบบุหรี่เปิดเผยอยู่แล้ว

เป็นที่น่าสนใจว่าเกือบทุกคนไม่สูบบุหรี่ที่บ้าน เพราะไม่ต้องการให้บิดา มารดา หรือผู้ปกครองทราบ เกรงว่าจะเสียใจ และจะเสียภาพพจน์ เนื่องจากคิดว่าสังคมทั่วไปยังไม่ยอมรับเรื่องการสูบบุหรี่ของผู้หญิง และตนเองอาจถูกเข้าใจในแง่ลบได้

นอกจากนี้ จากการสอบถามกลุ่มวัยรุ่นผู้หญิงที่ไม่สูบบุหรี่ พบว่า สาเหตุที่ตนเองเลือกที่จะไม่สูบบุหรี่ เพราะรู้สึกว่าคนที่สูบบุหรี่ทั้งชาย และหญิงเสีย ภาพพจน์ บุคลิกภาพ ในลักษณะที่ไม่รู้จักรักษาสุขภาพตนเอง และสร้างผลร้ายต่อผู้ข้างเคียง ทั้งสร้างความรำคาญให้แก่ผู้อื่นที่ใกล้ชิดเพราะกลิ่นควันบุหรี่ที่ติดตัวทำให้คนอื่นรังเกียจไม่อยากเข้าใกล้

W4
ม196ก
2550

โดยสรุป ทุกคนเห็นด้วยว่า ไม่อยากให้ผู้หญิงสูบบุหรี่ และผู้หญิงที่สูบบุหรี่มีภาพลักษณ์ที่ไม่ดี บางส่วนรู้สึกไม่ดีอย่างมากต่อผู้หญิงที่สูบบุหรี่ในฐานะผู้หญิงเหมือนกัน

ส่วนที่ 2 การเรียนรู้

การเรียนรู้

Hartley (1998) ได้เสนอแนวคิดว่า หลักการเรียนรู้เป็นการเกิดปฏิกิริยาทางความรู้ทางจิตวิทยานั้น ผลของความรู้เกิดจากการสรุป การคาดหวังและทำความเชื่อมโยง แทนที่จะเป็นลักษณะนิสัย ผู้เรียนควรจะวางแผนและใช้ยุทธศาสตร์ ใช้ความรู้เป็นสิ่งสำคัญ โดยมีหลักการที่สำคัญคือ

1. ผู้สอนควรมีการจัดการที่ดี การจัดการที่ดีจะง่ายต่อการจดจำและการเรียนรู้
2. ผู้สอนควรมีความชัดเจนในโครงสร้าง ชัดเจนในความสัมพันธ์ระหว่างความคิดกับแนวคิด
3. การรับรู้ในลักษณะของภาระงานเป็นสิ่งสำคัญมาก ผู้เรียนสามารถที่จะเลือกลักษณะที่แตกต่างเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม จึงมีความจำเป็นที่จะต้องให้ผู้เรียนเข้าใจในลักษณะของภาระงาน
4. ความรู้เดิมมีความสำคัญมากต่อการเรียนรู้
5. ความแตกต่างระหว่างบุคคล มีความสำคัญและจะมีผลต่อการเรียนรู้ ความแตกต่างของรูปแบบการเรียนรู้ หรือวิธีการเข้าถึงการเรียนรู้ ล้วนแต่มีผลต่อการเรียนรู้ทั้งสิ้น
6. การสะท้อนกลับจะให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อผู้เรียน ในเรื่องความสำเร็จ หรือความล้มเหลว

อาชัญญา รัตนอุบล (2543) ให้ความหมายของการเรียนรู้ว่า หมายถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวร ซึ่งเป็นผลจากประสบการณ์ การฝึกปฏิบัติ การลงมือกระทำจริง จะด้วยวิธีการจงใจหรือไม่จงใจก็ตาม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวสามารถจำแนกได้ 3 ด้าน คือ พฤติกรรมทางความรู้เปลี่ยนแปลงจากไม่รู้ เป็นรู้ พฤติกรรมทางทักษะเปลี่ยนแปลงจากทำไม่เป็นให้ทำเป็น และพฤติกรรมทางทัศนคติจากความรู้สึกไม่ชอบให้ชอบ หรือจากชอบ เป็นไม่ชอบ

สุมน อมรวิวัฒน์ (2543) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ว่า เป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างหนึ่งของชีวิต และแสดงว่าบุคคลนั้นมีความเจริญเติบโต การเรียนรู้เป็นหัวใจของการศึกษา ดังนั้นสถานศึกษาก็คือ แหล่งที่จัดกระบวนการเรียนรู้อย่างได้ผลนั่นเอง

1.4891065

Smith (1991) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ว่า เป็นการกระทำกระบวนการ หรือประสบการณ์ ที่ได้รับความรู้ ทักษะ ความจำ ความสามารถในการเก็บบันทึกข้อมูลข่าวสาร การปฏิบัติเกี่ยวกับความรู้ การเรียนรู้ช่วยให้เราสามารถเปลี่ยนจากผู้ที่ขาดทักษะ ขาดความสามารถกลายเป็นผู้เชี่ยวชาญ การเรียนรู้ทำให้เราได้รับความรู้ใหม่และเพิ่มความสามารถ ผู้ใหญ่จะมีประสบการณ์ และเบื้องหลังที่สามารถใช้เป็นข้อมูลในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ซึ่งโดยสรุปแล้วการเรียนรู้หมายถึง

1. การเพิ่มความรู้
2. การจดจำข้อมูล
3. การได้รับความรู้เพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติ
4. เป็นการกลั่นกรองความหมายในสิ่งที่เราทำอยู่ว่าเรากำลังทำอะไร
5. เป็นกระบวนการยอมรับความเข้าใจ

โดยสรุปแล้วการเรียนรู้ สามารถเรียนรู้ได้ตั้งแต่เกิด และเกิดได้ตลอดช่วงชีวิต การเรียนรู้ไม่ได้เกิดเฉพาะในโรงเรียนเท่านั้น แต่เกิดตลอดเวลา จากประสบการณ์และการแสวงหา ซึ่งโดยธรรมชาติของมนุษย์ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง สมองจะมีการค้นหาเพื่อตอบสนองความแปลกใหม่ การเรียนรู้โดยการท่องจำจะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาสมอง ไม่ได้กระตุ้นให้สมองเกิดการเรียนรู้ ทำให้เกิดความล้มเหลวในการเรียนรู้ แต่ถ้าเราถูกกระตุ้นสมองจะสามารถจัดระบบข้อมูล สมองสามารถรับข้อมูลได้อย่างไม่มีขีดจำกัด

จากความหมายของการเรียนรู้ สิ่งที่มีความสำคัญและมีความจำเป็นต่อครูหรือวิทยากรในเรื่องของการเรียนรู้ต่อไปนี้คือ

1. ทำให้ผู้สอนหรือวิทยากรมีความรู้และความเข้าใจว่าการเรียนรู้นั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร
2. ทำให้ผู้สอนหรือวิทยากรเข้าใจหลักปฏิบัติหรือการปฏิบัติตัวในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตามความเชื่อหรือทฤษฎีการเรียนรู้ที่ตนเองเข้าใจและนิยมที่จะปฏิบัติ
3. ทำให้ผู้สอนหรือวิทยากรสามารถตัดสินใจเลือกกิจกรรมและวิธีการเรียนการสอนได้อย่างเหมาะสม และที่สำคัญก็คือ จะช่วยให้วิทยากรสามารถคาดการณ์ได้ว่าทำอย่างไรจึงจะปฏิบัติการได้สมกับวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายที่ได้กำหนดไว้ ควรจะใช้วิธีการสอนแบบใดจึงจะได้ผลดีที่สุดหรือเกิดข้อผิดพลาดน้อยที่สุด

อาชัญญา รัตนอุบล (2543) กล่าวว่า ในเรื่องการเรียนรู้ของผู้ใหญ่จะเกิดจากสภาพการณ์ 3 ประการ คือ

1. การเรียนรู้จากสภาพการณ์ทางธรรมชาติ ผู้ใหญ่สามารถเรียนรู้จากสภาพการณ์ธรรมชาติ เช่นการอยู่ในร่มสบายกว่าการอยู่กลางแจ้ง จึงคิดค้นการสร้างบ้านเป็นที่พักอาศัย

2. การเรียนรู้ที่เกิดจากสภาพการณ์ของสังคมที่มีอยู่ทั่วไป สภาพการณ์ของสังคมที่มีอยู่ทั่วไปในชีวิตประจำวันของผู้ใหญ่ เช่นการเรียนรู้จากการมีส่วนร่วมในสังคม จากสภาพของสังคมประจำวัน การอ่านหนังสือพิมพ์ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ เป็นต้น

3. การเรียนรู้ที่เกิดจากสภาพการณ์ของการจัดการเรียนการสอน มีการจัดลำดับการเรียนรู้อย่างมีจุดมุ่งหมายและต่อเนื่อง มีการจัดสภาพการเรียนการสอนเพื่อเกิดการเรียนรู้อย่างตั้งใจ

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของผู้ใหญ่มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการดำเนินการ ซึ่งองค์ประกอบที่ช่วยสนับสนุนให้ผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น ที่สำคัญมีดังนี้

1. ความเหมาะสมและความพร้อมของผู้ใหญ่ ได้แก่ระดับพัฒนาการทางร่างกาย อารมณ์สติปัญญา อายุ ความสามารถและประสบการณ์เดิม

2. แรงจูงใจทั้งภายในและภายนอก

3. ทัศนคติต่อสิ่งที่เรียนรู้ ขจัดอุปสรรคจากสิ่งแวดล้อม ปัญหาทางอารมณ์ที่จะเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้

4. สิ่งที่เรียนสอดคล้องกับความต้องการ ความสนใจ และปรารถนาของผู้ใหญ่

5. สิ่งที่เรียนรู้สอดคล้องกับประสบการณ์เดิมของผู้ใหญ่

6. ผู้ใหญ่ได้มีโอกาสฝึกฝน ทำซ้ำบ่อยๆจนเกิดความชำนาญและลงมือกระทำด้วยตนเอง

7. ผู้ใหญ่มีโอกาสทราบความก้าวหน้าและความผิดพลาดของตนเอง เพื่อที่จะได้มีโอกาสปรับปรุงแก้ไข

8. มีการเสริมแรง ให้กำลังใจจากผู้สอน ผู้สอนใช้เทคนิค กิจกรรมการสอนที่หลากหลายและเหมาะสม

ส่วนที่ 3 การเรียนรู้จากประสบการณ์

ทฤษฎีการเรียนรู้

Dewey (1938) ได้เสนอแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ ว่าเป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการกระทำจริง ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ใหม่ หรือผู้เรียนปรับเปลี่ยนตนเองในการปฏิบัติตามบทบาทใหม่ การเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นวงจรของการลองกระทำ โดยเริ่มจากการรับรู้ปัญหาแล้วเริ่มหาทางแก้ปัญหา จากนั้นลองกระทำ จนเกิดประสบการณ์จากผลของการกระทำและในที่สุดผู้เรียนจะสร้างความรู้ด้วยตนเองโดยการยืนยันในความรู้เดิมหรือเกิดการปรับเปลี่ยนความรู้เดิมเป็นความรู้ใหม่

กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่เป็นวงจรนี้ จะทำให้การสร้างความรู้ในรูปของการปรับเปลี่ยนความรู้ กลายเป็นการเรียนรู้อย่างมีความหมาย มีคุณค่าและนำไปใช้เป็นประโยชน์ได้สำหรับผู้ใหญ่ในชีวิตประจำวันที่เป็นจริง ประโยชน์สูงสุดของวงจรการลองกระทำ คือการทำให้ผู้ให้ผู้ใหญ่มีประสบการณ์การคิดและกระทำและคิดไตร่ตรองจนเกิดความหมายครั้งแล้ว ครั้งเล่า จนเกิดการเรียนรู้วิธีการเรียนรู้จากประสบการณ์

Saljo (1979) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้จากประสบการณ์ว่ามีระบบและขั้นตอนสำคัญในการเรียนรู้จากประสบการณ์ ดังนี้

1. เป็นการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับความรู้
2. เป็นการเรียนรู้ที่เป็นการจดจำ
3. เป็นการเรียนรู้ที่เพิ่มทักษะและวิธีการได้รับข้อเท็จจริงและสามารถใช้ได้ตามความจำเป็น
4. การเรียนรู้เป็นสื่อสาร การให้ความหมายและเกี่ยวข้องกับการสื่อสารตลอดทุกวันของชีวิต
5. การเรียนรู้เป็นการเข้าใจในโลกและแปลเป็นความรู้

Junch (1983) ได้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ โดยเสนอเป็นวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ ซึ่งจะมีความเชื่อมโยงกับทฤษฎีการเรียนรู้ โดยเสนอว่าวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์จะมี 4 ระยะ คือ

1. การปฏิบัติ (Doing) เป็นการปฏิบัติกิจกรรม
2. การรับรู้ หรือการสังเกต (Sensing or observing)

3. การคิดทบทวน (Thinking)

4. การเตรียมการหรือการวางแผน (Addressing or planing)

Kolb (1984) ได้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้ใหญ่ว่าเป็นกระบวนการที่เกิดในตัวผู้เรียนเป็นวงจรแห่งการเรียนรู้ โดยการเรียนรู้อาจจะเริ่มจากจุดใดจุดหนึ่งของวงจรแห่งการเรียนรู้ก็ได้ แต่ต้องดำเนินการให้ครบวงจรแห่งการเรียนรู้ ซึ่งรูปแบบการเรียนรู้ จากประสบการณ์ของผู้ใหญ่ที่ Kolb เสนอได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง รายละเอียดของวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์มีดังนี้

1. ประสบการณ์การเรียนรู้ (Learning Experience) เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อผู้เรียน เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นส่วนประกอบของชีวิต ประสบการณ์จะนำไปสู่การรวบรวมความสามารถในการจัดการที่ยิ่งใหญ่ เป็นความสัมพันธ์ที่มีค่า ซึ่งประสบการณ์อาจจะมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ได้ ทั้งการยอมรับและการปฏิเสธ

2. การสังเกตและการไตร่ตรอง (Observe and Reflect) การเรียนรู้ที่ดีที่สุดโดยการให้ผู้เรียนได้มีการสะท้อนกลับ มีการไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับ เพื่อนำมาใช้ในการพิจารณาว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์ หรือไม่เป็นประโยชน์

การพิจารณาลงความเห็นและการสร้างแนวคิด (Generalize and Conceptualize) เป็นการรวบรวมความรู้เพื่อสร้างกรอบแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดอื่นๆ ที่ได้จากประสบการณ์ในอดีตและความรู้ที่ได้จากการกระทำ หรือได้รับมาก หรือการได้รับความรู้จากข้อมูล จากครูผู้สอน การสนทนาพูดคุย แล้วนำมากำหนดเป็นกรอบแนวคิดของตนเอง

การตรวจสอบและการบูรณาการ (Experiment and Integrate) เป็นสิ่งท้าทายที่ดีที่สุดคือการฝึกปฏิบัติจริง เป็นการทดลอง ฝึกปฏิบัติ และตรวจสอบ เพื่อการลองผิดลองถูก เป็นการตรวจสอบแนวคิด หาความจริงในสถานที่แตกต่างกัน และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง

ทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นทฤษฎีที่เป็นลักษณะบูรณาการ เป็นแบบองค์รวมที่มีแนวคิดในเรื่องประสบการณ์ การรับรู้ ความรู้ และพฤติกรรม (Kolb, 1984) ดังนั้นการเรียนรู้จากประสบการณ์จึงเป็นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง ซึ่งรวมทั้งความรู้และทักษะที่ได้รับนอกจากเอกสาร หรือจากการฟังบรรยาย แต่ได้จากการทำงาน จากประสบการณ์จริงในชีวิต และจากการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

ทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์จะประกอบด้วย สาระและประเด็นที่เกี่ยวข้องที่มีความสำคัญต่อกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องประกอบด้วย (Kolb, 1984)

1. นโยบายทางสังคมและการปฏิบัติกิจกรรม

2. พื้นฐานความสามารถทางการศึกษา
3. การเรียนรู้ตลอดชีวิตและการพัฒนาอาชีพ
4. การศึกษาประสบการณ์
5. การพัฒนาหลักสูตร

นอกจากนี้ Kolb (1989) ยังได้เสนอว่า การเรียนรู้จากประสบการณ์จะมีคุณลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากการเรียนรู้โดยทั่วไป ซึ่งคุณลักษณะของการเรียนรู้จากประสบการณ์ จะประกอบด้วย

1. การเรียนรู้เป็นกระบวนการไม่ใช่ผลลัพธ์
2. การเรียนรู้เป็นความต่อเนื่องภายใต้ประสบการณ์ของบุคคล
3. การเรียนรู้เป็นการแสดงหาทางออกในการแก้ไขปัญหา
4. การเรียนรู้เป็นองค์รวมเพื่อการพัฒนาปรังปรุง
5. การเรียนรู้เป็นความเชื่อมโยงระหว่างคนกับสิ่งแวดล้อม
6. การเรียนรู้เป็นกระบวนการสร้างสรรค์ความรู้

Jaques (1993) ได้เสนอแนวคิดและหลักการของการเรียนรู้จากประสบการณ์ว่า เป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาทบทวนไตร่ตรองบนพื้นฐานจากประสบการณ์ แล้วนำไปสู่เป้าหมายในการปฏิบัติ เพื่อดำเนินการทดสอบสมมุติฐานของตนเอง การปฏิบัติจะนำไปสู่การเพิ่มประสบการณ์ใหม่และในโอกาสข้างหน้า การเรียนรู้จากประสบการณ์จึงเป็นวงจรการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องเหมือนเกลียวสว่าน การเรียนรู้จึงสามารถได้รับการสนับสนุนจากประสบการณ์เดิมในอดีตหรือการพิจารณาทบทวนไตร่ตรองจากประสบการณ์ที่จัดขึ้น เช่น สถานที่ทำงาน การแสดงกิจกรรม การแสดงบทบาทสมมุติ โดยมีจุดเริ่มต้นจากการพบกับเหตุการณ์จริง หรือประสบการณ์ใหม่ หลังจากนั้นดำเนินการค้นหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาอย่างสนใจ บันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นและนำมาวิเคราะห์วิพากษ์ ทบทวนอย่างมีวิจารณญาณ เพื่อสรุปเป็นความรู้ใหม่ เป็นประสบการณ์ใหม่ ซึ่งรูปแบบการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์สามารถจัดได้หลายรูปแบบ เช่น สัญญาการเรียนรู้ แฟ้มสะสมผลงาน การเรียนรู้ จากวารสาร โครงการต่างๆ และการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ

Conner (1997) ได้เสนอว่าการเรียนรู้จากประสบการณ์จำเป็นต้องให้ความรู้เรื่องข้อมูลข่าวสาร เป็นการเน้นการเรียนรู้โดยการปฏิบัติ เริ่มต้นด้วยการดู การฟัง แล้วพยายามปฏิบัติด้วยตนเอง สร้างความสนใจและการปฏิบัติด้วยแรงจูงใจของตนเอง ตัวอย่างเช่น การขี่จักรยาน การใช้คอมพิวเตอร์ การเต้นรำ หรือการร้องเพลง เราจะต้องเน้นการปฏิบัติ ดูจากความถี่ของการปฏิบัติและเลือกที่จะกระทำอย่างต่อเนื่อง หรือกระทำในลักษณะที่แตกต่างจากเดิม เราจะได้รับทักษะใหม่

โดยการสนับสนุนจากครู และจากการปฏิบัติของตัวเราเอง จากประสบการณ์ จากการโต้ตอบมากกว่าจะได้จากการอ่านเอกสาร หรือฟังบรรยาย

Sutherland (1997) ได้เสนอแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์โดยได้มีการกำหนดคุณลักษณะของการเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้ใหญ่ไว้ 6 ประการ ซึ่งเป็นลักษณะที่สำคัญและมีผลต่อการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์ ประกอบด้วย

1. การเรียนรู้ที่เป็นกระบวนการ (Process) ซึ่งตรงกันข้ามกับผลลัพธ์ (Product)
2. การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องบนพื้นฐานของประสบการณ์
3. กระบวนการเรียนรู้ต้องการให้เกิดการปรับเปลี่ยนความรู้เดิมที่ขัดแย้งกับประสบการณ์ใหม่
4. การเรียนรู้เป็นผลของการกระทำซึ่งกันและกันระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อม
5. การเรียนรู้เป็นกระบวนการของการสร้างความรู้ (Creation Knowledge)

จากแนวคิดดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า การเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นลักษณะของการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้ใหญ่ เมื่อใดที่ผู้ใหญ่ต้องการเรียนรู้อะไรก็ตาม ผู้ใหญ่ก็จะเรียนรู้จากประสบการณ์เดิมที่มีอยู่และเป็นประเด็นสำคัญมาก ภารกิจของครูหรือผู้สอนผู้ใหญ่ จึงจำเป็นต้องสนับสนุนการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ ต้องหาวิธีการสร้างบทเรียนที่สอดคล้องกับประสบการณ์ในอดีตของผู้ใหญ่ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดสำหรับการเรียนรู้

ดังนั้นอาจสรุปได้วิธีการเรียนรู้จากประสบการณ์สำหรับผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่เป็นวิธีพื้นฐานสำหรับการเรียนรู้ เป็นวิธีการที่ง่ายที่จะสนับสนุนการเรียนรู้เพราะตอบสนองความต้องการของผู้ใหญ่ เพราะถ้าหากวิธีการเรียนรู้ไม่ตอบสนองความสนใจ ผู้ใหญ่ก็จะถอนตัวออกจากกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนั้นประสบการณ์ที่นำมาใช้ในการเรียนรู้จึงมีความสำคัญมากในการกำหนดหลักสูตรเป็นปัจจัยสนับสนุนที่ดี จะทำให้การจัดการเรียนการสอนผู้ใหญ่มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น

การเรียนรู้จากประสบการณ์ จะเป็นรูปแบบการศึกษาที่เหมาะสมกับผู้ใหญ่และเป็นรูปแบบที่เหมาะสมต่อการสนับสนุนโอกาสให้บุคคลประสบผลสำเร็จในการเรียนรู้ ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้เต็มศักยภาพ โดยที่ไม่ได้เรียนรู้ที่ปราศจากความรู้ เป็นการสนับสนุนที่ดี จะทำให้การจัดการเรียนการสอนผู้ใหญ่มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น

โดยภาพรวมแล้วผู้วิจัยมีความเห็นว่าหลักการที่สำคัญของการเรียนรู้จากประสบการณ์มีรายละเอียดและหลักการที่สำคัญ ดังนี้

1. การเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นเรื่องที่ต้องพึงระลึกอยู่เสมอว่าบุคคลจะเรียนรู้ได้ดีที่สุดจากประสบการณ์ของตนเองและนำมาทบทวนอย่างมีวิจารณญาณ

2. การเรียนรู้จากประสบการณ์จะได้ผลดีจากการปฏิบัติมากกว่า

3. การเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นการแสดงพฤติกรรมและทัศนคติ และสามารถเกิดเป็นความรู้และความสามารถ

4. การเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นการสร้างความรู้เชิงรูปธรรม มากกว่าการอธิบายเชิงนามธรรม ให้การปฏิบัติจริง เห็นจริง และพิสูจน์ได้

5. การเรียนรู้จากประสบการณ์มองไกลออกไปนอกตัวความรู้ไปถึงทักษะ โดยบูรณาการการเรียนรู้จากประสบการณ์เดิม

6. ประสบการณ์เป็นการเพิ่มประสบการณ์ เพิ่มทักษะ

7. การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการยึดติดกับลักษณะสำคัญของการฝึกและผลสำเร็จในการเปลี่ยนพฤติกรรมและทัศนคติการเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นการเข้าใจและจดจำในระยะยาวนาน เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ กระบวนการที่สนุก มีแรงจูงใจ และมีรางวัล

การจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์

Kolb (1993) ได้เสนอว่าสิ่งที่จะช่วยให้ผู้เรียนผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้ได้ดี ประกอบด้วยปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ ดังนั้นในการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์จำเป็นต้องพิจารณาปัจจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

1. การกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนในการเรียนรู้
2. มีความสำเร็จในการเรียนรู้
3. ผู้สอนมีความรับผิดชอบและกระตุ้นผู้เรียนอยู่เสมอ
4. ผู้สอนใช้วิธีการสนับสนุนการเรียนรู้ในเชิงบวก
5. ผู้สอนให้ความสนใจและมีความตระหนัก
6. ผู้สอนสนับสนุนการเรียนรู้และกระตุ้นอย่างต่อเนื่อง
7. ผู้สอนสร้างความท้าทายที่เหมาะสม
8. มีความปลอดภัยมั่นคงในการเรียนรู้
9. ผู้ใหญ่มีความต้องการที่จะพบปะพูดคุย สร้างสัมพันธ์กันในสังคม
10. ผู้ใหญ่รู้ว่าตนเองกำลังทำอะไร
11. มีแรงจูงใจที่จะทำให้ตนเองบรรลุตามเป้าหมาย

12. ผู้ใหญ่ได้ฝึกปฏิบัติ และเกี่ยวข้องกับกระบวนการเรียนรู้
13. ผู้ใหญ่รู้ว่าจะใช้วิธีใดที่จะทำให้การทำงานบรรลุผลสำเร็จได้ดี
14. มีการใช้ประสบการณ์ตนเอง และการยอมรับประสบการณ์
15. ผู้ใหญ่มีความเชื่อมั่นในประสบการณ์ที่มีอยู่

นอกจากนี้ Kolb (1993) ได้เสนอว่า ปัจจัยที่จะคุกคามการเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้ใหญ่ ที่จะทำให้เกิดความล้มเหลวหรือเป็นอุปสรรคในการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์ต้องคำนึงถึงดังนี้

1. ความคิดและกระบวนการเรียนรู้ที่เป็นอุปสรรค
   - ความเป็นทางการและเป็นฝ่ายรับ
   - การควบคุมโดยผู้เชี่ยวชาญ
   - ความเครียด
   - ทุกอย่างเป็นเรื่องนามธรรม
   - ความขัดแย้ง
   - ความเป็นส่วนตัว
2. ความกลัวในการเรียนรู้
   - ถูกทำให้อับอาย
   - ไม่เกิดการเรียนรู้ และการเปลี่ยนแปลง
   - ถูกรบกวน ถูกคุกคามความรู้เดิม
   - ถูกบังคับให้เป็นอาสาสมัคร
   - ความแตกต่างในส่วนบุคคล
3. สถานการณ์การเรียนรู้
   - ขาดวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน
   - เป้าหมายไม่ชัดเจน
   - บรรยากาศไม่เป็นมิตร
   - กลุ่มไม่ดี
   - สิ่งแวดล้อมไม่สะดวกสบาย
   - ขาดผู้สนับสนุนที่ดี
   - ความลำเอียง
   - ได้รับความสนใจน้อย

Rogers(1996) ได้เสนอแนวทางการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์ ซึ่งเป็นวิธีการเรียนรู้ที่แตกต่างจากการเรียนรู้โดยการบอกของครู หรือการท่องจำของผู้เรียน แต่เป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ โดยมุ่งตอบสนองความต้องการหรือความสนใจของผู้เรียน และเมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้ในสิ่งที่ตนเองสนใจ ก็จะเป็นการเรียนที่มีความหมายและยั่งยืน การกำหนดรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ จะกำหนดรูปแบบที่ตายตัวได้ยาก แต่สามารถกำหนดปัจจัยหลักๆ ได้ 2 ปัจจัยได้แก่ บทบาทผู้สอน และบทบาทผู้เรียน รายละเอียดดังนี้

บทบาทผู้สอน ในการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์นั้น ผู้สอนจะต้องแสดงบทบาทเป็นผู้อำนวยความสะดวกแก่ผู้เรียน โดยวิธีการต่างๆ เช่น การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้เรียน ครูไม่ครอบงำหรือบงการความคิดผู้เรียน แต่ต้องเปิดโอกาสให้คิด มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเลือกสิ่งที่จะเรียนรู้ ผู้สอนต้องมีเวลาให้กับผู้เรียน ให้เวลาอย่างพอเพียงในการเรียนรู้ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีความสัมพันธ์ หรือทำงานร่วมกันกับบุคคลอื่นที่มีความสนใจคล้ายๆ กัน ผู้สอนต้อนค้นหาสิ่งที่ผู้เรียนสนใจ การจัดการเรียนการสอนให้เปิดกว้างยืดหยุ่น เปิดโอกาสให้ผู้เรียนเรียนรู้สิ่งที่ตนสนใจหรือกิจกรรมที่ตนสนใจ ผู้สอนต้องจัดหา ทรัพยากรในการเรียนรู้ให้พร้อม วัสดุอุปกรณ์สื่อต่างๆ อย่างเพียงพอและเหมาะสม สรุปแล้ว Rogers เสนอว่าผู้สอนต้องดำเนินการดังนี้

1. จัดบรรยากาศให้เอื้อ
2. ตอบสนองวัตถุประสงค์ผู้เรียน
3. จัดหาทรัพยากรให้เหมาะสม
4. ให้ความสมดุลระหว่างปัญญาและอารมณ์
5. แลกเปลี่ยนความรู้และความคิดโดยปราศจากอคติ

บทบาทผู้เรียน ในกระบวนการเรียนรู้นั้นผู้เรียนจะเรียนรู้ได้ดีเมื่อ ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างแท้จริง สามารถเลือกวิธีการเรียนรู้ การเรียนรู้จากประสบการณ์จะต้องเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนของการเรียนรู้ ตลอดจนมีส่วนร่วมในการประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ รูปแบบหนึ่งที่เหมาะสมสำหรับการเรียนรู้จากประสบการณ์สำหรับผู้เรียนคือสัญญาเรียนรู้โดยมีผู้สอนคอยให้คำแนะนำช่วยเหลือ เป็นการตกลงกันระหว่างผู้เรียนและผู้สอนในการเรียนรู้ โดยสรุปแล้ว Rogers เห็นว่าผู้เรียนจะเรียนรู้ได้ดีเมื่อ

1. มีส่วนร่วมในกระบวนการและร่วมกำหนดทิศทางในการเรียนรู้
2. เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ เชื่อมโยงกับสังคม บุคคล และปัญหา
3. ประเมินผลด้วยตนเอง ทราบความก้าวหน้า และผลสำเร็จของการเรียนรู้

นอกจากนี้ Roger (1969) กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์ให้เกิดคุณภาพจะมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง 4 ประการ คือ

1. ความเกี่ยวข้องของบุคคล
2. ผู้เรียนเป็นผู้เริ่ม
3. ประเมินโดยผู้เรียน
4. ผลลัพธ์การเรียนรู้เกิดที่ผู้เรียน

นอกจากนี้ในการเรียนรู้จากประสบการณ์ (สวัสดิ์ ภู่ทอง, 2545) เห็นว่าจะมีปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องที่สำคัญได้แก่สิ่งแวดล้อมในการเรียนรู้ ซึ่งสิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้จากประสบการณ์โดยภาพรวมจะประกอบด้วยปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการที่ต้องคำนึง ได้แก่

1. การเรียนรู้จากประสบการณ์ต้องเคารพในความคิดและการเลือกในการเรียนรู้ของบุคคล

2. การเรียนรู้จากประสบการณ์จะทำให้บุคคลเผชิญกับสถานการณ์เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาหรือสถานการณ์นั้น

3. การเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นการจัดเตรียมโอกาสและความท้าทายในการสร้างบรรยากาศ หรือการสนับสนุน และการปฏิบัติ ทั้งความรู้ อารมณ์ ร่างกาย จิตใจ

4. การเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นการสร้างหลักการของเหตุและผล พยายามปฏิบัติบางอย่างขึ้นมาใหม่ หรือแตกต่างอย่างมีนัยและมีเหตุผล

5. การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการสร้างและให้เวลาในการวิเคราะห์อย่างใคร่ครวญจากจุดอ่อนให้เป็นจุดแข็ง

6. การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการสร้างความตระหนักในเรื่องการเรียนรู้ที่ได้รับจากแคบไปสู่โลกกว้างอย่างเป็นอิสระ

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์สำหรับผู้ใหญ่นั้น พบว่ามีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ โดยภาพรวมแล้วสามารถสรุปหลักการเพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์ได้ดังนี้

1. วิเคราะห์ความต้องการจำเป็นของการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่ ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้จากประสบการณ์ ซึ่งจำเป็นต้องดำเนินการเป็นลำดับแรก และต้องดำเนินการด้วยความละเอียดรอบคอบอย่างถูกต้อง

2. การออกแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ ต้องอาศัยข้อมูลจากการวิเคราะห์ความจำเป็น รวมทั้งแบบแผนของการกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ อย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งอาจมีหลายรูปแบบแต่ต้องเน้นความสมดุลและมีบูรณาการ

3. รูปแบบการจัดต้องมีความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสิ่งแวดล้อม เน้นกระบวนการกลุ่ม การมีส่วนร่วม การทบทวนไตร่ตรอง การแก้ปัญหา และการจัดการที่ดี

4. รูปแบบการเรียนรู้ที่ใช้ทดสอบต้องได้รับการประเมินผลและมีผลกระทบที่ทำให้เกิดต่อการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง เป็นวงจรแห่งการเรียนรู้

5. รูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ต้องตอบสนองผู้เรียน ตอบสนองกลุ่ม และมีความต่อเนื่องการดำเนินการ

6. มีการใช้สื่อเทคโนโลยีสารสนเทศที่ทันสมัยและเหมาะสมต่อกลุ่มเป้าหมาย เพื่อสร้างความสนใจและพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ

คณะผู้ศึกษาวิจัยจึงได้เลือกแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ของ สวัสดิ์ ภู่ทอง (2545) ซึ่งประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ

1. การได้รับประสบการณ์/ปัญหา
2. การสังเกตและศึกษาข้อมูล
3. การวิเคราะห์ทบทวน
4. การลงมือปฏิบัติ
5. การสรุปเป็นความรู้ใหม่

โดยให้ผู้เรียนได้ใช้ประสบการณ์เดิมหรือความรู้เดิมผนวกกับประสบการณ์การเรียนรู้ใหม่ สร้างเป็นความรู้ของผู้เรียนเอง เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการกระทำจริง ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ใหม่ขึ้นเองในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ส่วนที่ 4 การเรียนรู้จากวิธีการสอนโดยใช้การบรรยาย

วิธีการสอนโดยใช้การบรรยาย

ทิศนา แขมมณี (2547) ได้ให้ความหมายวิธีการสอนโดยใช้การบรรยาย คือ กระบวนการที่ผู้สอนใช้ในการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด โดยการพูด บอก เล่า อธิบาย สิ่งที่ต้องการสอนแก่ผู้เรียน ให้ผู้เรียนซักถาม แล้วประเมินการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง

อาภรณ์ ใจเที่ยง (2540) กล่าวว่าการสอนแบบบรรยาย เป็นการสอนที่ผู้สอนเป็นฝ่ายบอก เล่า อธิบายหรือถ่ายทอดความรู้แก่ผู้เรียนในรูปของคำพูด โดยผู้สอนเป็นฝ่ายเตรียมเนื้อหา ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. เป็นการสอนที่เป็นการสื่อความหมายทางเดียว กล่าวคือผู้สอนเป็นฝ่ายให้ความรู้แก่ผู้เรียนโดยมีผู้เรียนเป็นฝ่ายรับ คือ ฟังและอาจจดบันทึกสาระสำคัญของเนื้อหาที่ครูบอกอธิบายนั้นตามไปด้วย

2. เป็นการสอนที่ให้ผู้สอนเป็นศูนย์กลางการเรียนการสอน ผู้สอนจะมีพฤติกรรมในระหว่างการเรียนการสอนมากกว่าผู้เรียน

พันทิพา อุทัยสุข และ สิริวรรณ ศรีพหล (2539) กล่าวว่าองค์ประกอบสำคัญของวิธีสอน ประกอบด้วยเนื้อหาสาระ หรือข้อความรู้ที่ต้องการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ มีการบรรยาย (พูด บอก เล่า อธิบาย) มีผลการเรียนรู้ของผู้เรียนที่เกิดจากการบรรยายดังนั้นเป้าหมายของการสอนแบบบรรยายก็คือ การที่จะให้ผู้เรียนได้รับความรู้โดยตรงจากครูผู้สอน ความรู้ที่จะสอนนี้ไม่จำกัดวิชาใดวิชาหนึ่งเท่านั้น วิชาต่าง ๆ เช่น วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ สังคมศึกษา ภาษา ฯลฯ ล้วนแล้วแต่จะใช้วิธีการสอนโดยบรรยายได้ทั้งสิ้น และเป้าหมายประการที่สอง คือ ต้องการให้ผู้เรียนได้รับความรู้ เจตคติ และทักษะจากการเรียนการสอนตามที่ได้ระบุไว้ในหลักสูตร แม้ว่าการสอนแบบบรรยายจะเน้นความรู้ เจตคติ และทักษะจากการเรียนการสอนตามที่ได้ระบุไว้ในหลักสูตร เน้นความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาวิชามากกว่าจะมุ่งพัฒนาทักษะในทางความคิดและเจตคติของผู้เรียนก็ตาม แต่การบรรยายที่ดีก็อาจพัฒนาทักษะและเจตคติของผู้เรียนได้อีกด้วย

การเรียนรู้จากวิธีการสอนโดยใช้การบรรยาย

วัตถุประสงค์ของวิธีการสอนโดยใช้วิธีการบรรยาย เป็นวิธีที่มุ่งช่วยให้ผู้เรียนจำนวนมากได้เรียนรู้เนื้อหาสาระ หรือข้อความรู้จำนวนมากพร้อมๆกันได้ ในเวลาอันจำกัด (ทิศนา แขมมณี, 2547)

เทคนิคและข้อเสนอแนะต่างๆในการใช้วิธีสอนโดยใช้การบรรยายให้มีประสิทธิภาพ การเตรียมบรรยาย การบรรยายที่ดีต้องอาศัยการเตรียมการที่ดี ผู้สอนจำเป็นต้องศึกษาเนื้อหาสาระที่จะบรรยายให้เข้าใจแจ่มแจ้ง หากพบว่ามีจุดใดที่ตนยังไม่เข้าใจแจ่มแจ้งหรือมีข้อสงสัย ควรศึกษาค้นคว้าให้กระจ่างก่อน ต่อจากนั้นควรคัดเลือกว่า เนื้อหาสาระใดมีความจำเป็นหรือมีประโยชน์ต่อผู้เรียนของตนเพียงใด เนื้อหาใดไม่จำเป็นอาจตัดออก ต่อไปควรจัดลำดับเนื้อหาสาระว่า สิ่งใดควรพูดก่อน พูดหลัง และจะเชื่อมโยงกันอย่างไร ในเนื้อหาสาระแต่ละส่วนมีส่วนใดที่ยังคลุมเครือ ควรหาตัวอย่างประกอบ หรือควรใช้สื่อใดช่วย และควรแสวงหาเทคนิคในการนำเสนอสาระแต่ละส่วนให้น่าสนใจ ท้าทายความคิดและเข้าใจได้ง่าย ซึ่งอาจจะเป็นการใช้คำถามกระตุ้น หรือการเล่าประสบการณ์ที่แปลกใหม่ หรือนำเสนอปัญหาที่ท้าทายความคิดก่อนการบรรยาย ผู้สอนควรจะมีโครงร่างสำหรับการบรรยาย และมีเอกสารประกอบการบรรยายแจกให้แก่ผู้เรียน

การสอนแบบบรรยายมีข้อสมมุติฐานอยู่ข้อหนึ่งว่า เนื้อหาวิชาหรือความรู้เป็นสิ่งที่เรียนกันได้เป็นสิ่งที่สอนหรือถ่ายทอดกันได้โดยอาศัยวิธีการบอกชี้แนะหรืออธิบายซึ่งครูจะทำหน้าที่ดังกล่าว การถ่ายทอดความรู้ของครูไปสู่ผู้เรียนโดยมีแบบเรียนและสื่อการสอนอื่นๆ นั้น จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจได้เช่นเดียวกันกับวิธีการสอนแบบอื่นๆ

ขั้นตอนในการสอนโดยใช้การบรรยาย

พันทิพา อุทัยสุข และ สิริวรรณ ศรีพหล (2539) กล่าวว่าขั้นตอนสำคัญของการสอน คือ ผู้สอนเตรียมเนื้อหาสาระที่จะบรรยาย ผู้สอนบรรยาย (พูด บอก เล่า อธิบาย) เนื้อหาสาระที่ต้องการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ ผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถาม และประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน

การบรรยาย เมื่อเริ่มการบรรยาย ผู้บรรยายควรเร้าความสนใจของผู้เรียนและพยายามรักษาความสนใจนั้นให้คงอยู่ตลอดการบรรยายด้วยเทคนิคต่างๆเช่น

1. การใช้ปัญหาเป็นสิ่งเร้า เช่น ใช้ข่าว เหตุการณ์สำคัญและกรณีตัวอย่างต่างๆ
2. การใช้การทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน เพื่อช่วยให้ผู้เรียนได้เห็นความสามารถของตนในเรื่องนั้น

3. การใช้สื่อประกอบ เช่น ใช้แผ่นใส ภาพ สไลด์ เทปเสียง วีดีทัศน์ ภาพยนตร์ คอมพิวเตอร์ เป็นต้น

4. การใช้การซักถามประกอบกับการบรรยาย

5. การใช้กิจกรรมประกอบการบรรยาย เช่น การอภิปรายกลุ่มย่อย การสาธิต การแสดงบทบาทสมมติ การเล่นเกมส์ การทดลองปฏิบัติ เป็นต้น

6. การยกตัวอย่างประกอบการอธิบาย

7. การใช้อารมณ์ขัน

8. การเปิดโอกาสให้ผู้ฟังซักถามและแสดงความคิดเห็น

ในการสอนแบบบรรยายไม่ว่าจะเป็นการสอนรูปแบบใดก็ตาม เพื่อให้การสอนมีประสิทธิภาพ ควรดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. ขั้นเตรียมการสอน
   - วินิจฉัยผู้เรียน
   - เตรียมบทเรียน
   - เตรียมการประเมินผล
   - พิจารณาเพื่อสื่อการสอน
2. ขั้นอธิบาย
   - บรรยายตามขั้นตอน
   - พฤติกรรมของผู้สอนต้องมีคุณภาพ
   - บุคลิกภาพต้องน่าสนใจ
3. ขั้นสรุป
   - สรุปเนื้อหาสาระเป็นระยะ ๆ
   - สรุปรวบยอดเมื่อจบบทเรียน
4. ขั้นติดตามผล
   - ประเมินผู้เรียนเกี่ยวกับความเข้าใจในเนื้อหาวิชาทักษะ และเจตคติที่ผู้เรียนได้รับ
   - ประเมินและแก้ไขข้อบกพร่องของผู้สอนเอง

ขั้นตอนแต่ละขั้นตอนของการสอนแบบบรรยายมีรายละเอียดดังนี้

1. ขั้นเตรียมการสอน ในการสอนแบบบรรยาย ครูมีบทบาทอย่างมากในการเตรียมการสอนข้อตัดสินใจหรือวินิจฉัยของครูในการเตรียมบทเรียนนั้น ถือว่าเป็นเรื่องผู้สอนทั้งหมด ในการเตรียมการสอนมีสิ่งให้ครูจะต้องปฏิบัติอยู่หลายประการด้วยกัน คือ

1.1 การทำความรู้จักกับผู้เรียนเพื่อวินิจฉัยว่าผู้เรียนที่ตนจะสอนนั้นเป็นอย่างไร เช่น ความรู้และประสบการณ์เดิมเป็นอย่างไร ความสามารถของผู้เรียนโดยเฉลี่ยหรือโดยแต่ละบุคคลเป็นอย่างไร ทั้งนี้เพื่อจะเตรียมวิธีการบรรยายหรือเนื้อหาสาระในการบรรยายให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

1.2 การเตรียมบทเรียน

- พิจารณาเนื้อหาที่จะบรรยายว่า ผู้เรียนยังต้องการมโนมติหรือความรู้พื้นฐานอะไรอีกบ้าง เพื่อจะได้เข้าใจเนื้อหาของบทเรียนที่จะบรรยายต่อไป

- จัดลำดับขั้นตอนของเนื้อหาที่จะทำการบรรยาย โดยพิจารณาเนื้อหาที่จะทำการบรรยาย จัดแบ่งหัวข้อแล้วเรียงลำดับตามความสำคัญ หรือตามเหตุการณ์ หัวข้อใดที่คิดว่าไม่จำเป็นอาจตัดทิ้งไป ทั้งนี้อยู่ที่วินิจฉัยของผู้สอน

- พิจารณาในเรื่องของคำศัพท์ คำพูด ต้องให้เหมาะสมกับระดับ ภาวะของผู้เรียน ภาษาที่ใช้ต้องให้กะทัดรัดเข้าใจง่าย ไม่คลุมเครือ

- พิจารณาระยะเวลาที่ใช้ให้เหมาะสม เช่น ถ้ามีเวลาบรรยาย 30 นาที ควรพิจารณาว่าเนื้อหาที่จะให้นั้นควรมีเท่าไร ตัวอย่างที่ให้ถ้าไม่จำเป็นอาจพิจารณาตัดออกไป เป็นต้น เพราะผู้สอนบางคนไม่คำนึงถึงระยะเวลา แต่คำนึงว่าจะต้องให้เนื้อหาผู้เรียนให้มาก ทำให้ระยะเวลากับเนื้อหาไม่สมดุลกัน เมื่อเวลาการสอนใกล้จะหมดลง ก็เร่งบทเรียนเพื่อให้จบวิธีการดังกล่าวไม่ถูกต้อง เพราะเมื่อเร่งผู้เรียนอาจไม่เข้าใจในเวลาจำกัดเช่นนี้

1.3 เตรียมการประเมินผล เพื่อทดสอบดูว่าผู้เรียนเข้าใจเนื้อหามากน้อยเพียงใด จำเป็นที่ผู้สอนต้องเตรียมการประเมินผลด้วย เช่น ใช้การสังเกตใช้คำถาม หรือใช้ทดสอบ โดยที่ผู้สอนต้องเตรียมล่วงหน้าเช่นกัน

1.4 พิจารณาดูว่าการบรรยายตอนใดควรใช้สื่อการสอนอะไรหรือไม่ จึงจะทำให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจยิ่งขึ้น จัดเตรียมสื่อการสอนเหล่านั้นไว้ให้พร้อม แต่ทั้งนี้ควรคำนึงถึงความคล่องตัวในการใช้และความเหมาะสมด้วย

2. ขั้นอธิบาย ดำเนินตามขั้นต่างๆ ตามที่ได้เตรียมไว้แล้ว การบรรยายมีศูนย์กลางอยู่ที่ผู้สอนเพราะฉะนั้นครูจึงมีความสำคัญมาก ประสิทธิภาพของการบรรยายอยู่ที่บทบาทและพฤติกรรมของครูในขณะที่ทำการบรรยาย ซึ่งมีข้อเสนอแนะดังนี้

2.1 พฤติกรรมการสอนของครู ควรเป็นดังนี้

- บอกหัวข้อหรือเนื้อเรื่องโดยสังเขป และวัตถุประสงค์ของบทเรียนก่อนทำการบรรยายเพื่อให้ผู้เรียนสามารถติดตามเนื้อหาด้วยความเข้าใจและด้วยความสนใจ

- ผู้สอนควรจดหัวข้อย่อย ๆ ลงบนกระดานดำเพื่อให้ผู้เรียนสามารถติดตามบทเรียนและจดเนื้อหาสาระสำคัญลงในสมุดจดของตนเองได้

- ขณะที่ทำการบรรยาย อาจถามคำถามผู้เรียนไปด้วยก็ได้ เพื่อทดสอบความเข้าใจของผู้เรียน รวมทั้งเป็นการดึงความสนใจของผู้เรียนกลับมายังบทเรียนอีกด้วยในกรณีที่ผู้เรียนเริ่มเบื่อหน่ายการเรียนการสอน

- ถ้าผู้เรียนไม่เข้าใจบทเรียน หรือ การสื่อความหมายของผู้สอนไม่ดีพอ ต้องคอยกระตุ้นให้ผู้เรียนถามปัญหา หรือถามข้อข้องใจได้ ควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนบ้าง มิฉะนั้น ผู้เรียนบางคนอาจไม่สนใจบทเรียนเลย ถ้าไม่เข้าใจเนื้อหาตั้งแต่แรก

- ในการบรรยาย อาจที่เนื้อหาสาระหรือประเด็นบางประการที่สำคัญ ผู้สอนควรเน้นให้มากเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจเนื้อหาดียิ่งขึ้น

- ถ้าผู้เรียนแสดงความเบื่อหน่าย เช่น การแสดงออกทางสีหน้า หรือการพูดคุยกับเพื่อนในชั้น ผู้สอนต้องคอยสังเกตและพยายามดึงความสนใจของผู้เรียนกลับมาสู่บทเรียนให้ได้ อาจใช้วิธีการถามคำถาม หรือการยกตัวอย่างที่น่าสนใจ หรือเปลี่ยนกิจกรรมการเรียนการสอนที่ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมด้วยก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวินิจฉัยของผู้สอนในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า

- ขณะที่ทำการสอนต้องสนใจผู้เรียนอย่างทั่วถึง เพื่อดึงความสนใจของผู้เรียนมาสู่บทเรียน

- ขณะที่ทำการบรรยาย ผู้สอนควรให้ผู้เรียนมีกิจกรรมการเรียนการสอนไปด้วย เช่น การให้จดเนื้อหาสาระสำคัญของบทเรียน จะทำให้การเรียนในชั่วโมงนั้นๆ มีความหมายยิ่งขึ้น เพราะการจดตามไปด้วยจะทำให้ผู้เรียนมีความเข้าใจในบทเรียนนั้นๆ มากยิ่งขึ้นและยังเป็นการติดตามบทเรียนได้ดีอีกด้วย

2.2 สำหรับในด้านบุคลิกภาพนั้น เนื่องจากการเรียนการสอนด้วยวิธีการบรรยายเป็นการสอนที่ครูเป็นศูนย์กลางของห้องเรียน เป็นจุดสนใจของห้องเรียน ดังนั้น บุคลิกภาพของครู จึงเป็นเรื่องสำคัญ เป็นต้นว่า สีหน้าท่าทางของครูต้องแสดงความเป็นกันเอง เพื่อให้บรรยากาศของห้องเรียนน่าเรียนไม่อึดอัด ครูที่มีอารมณ์ไม่ดี จะทำให้ผู้เรียนเกิดความหวาดกลัวและไม่อยากเรียนในชั่วโมงนั้น ๆ การแต่งกายก็เช่นกัน ควรแต่งตัวดี สุขภาพและเหมาะกับ

กาลเทศะด้วย น้ำเสียงควรให้ชัดเจน แทรกอารมณ์ขันในบางครั้งเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของบทเรียน

3. ขั้นสรุป ในการบรรยายทุกครั้งผู้สอนควรจะสรุปประเด็นหรือสาระสำคัญของบทเรียนทุกครั้งอาจเป็นระยะ ๆ ตามหัวข้อก็ได้ หรือสรุปรวมขั้นสุดท้ายก็ได้ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจเนื้อหาชัดเจนยิ่งขึ้น

4. ขั้นติดตามผล ผู้สอนควรมีการติดตามผลว่าผู้เรียนมีความเข้าใจในเนื้อหามากน้อยเพียงใดหลังจากที่ได้เรียนไปแล้ว เพราะการสอนแบบบรรยายผู้เรียนมักเป็นฝ่ายที่รับฟังเท่านั้น ไม่ค่อยมีส่วนร่วมกิจกรรมหรือมีปฏิกิริยาโต้ตอบมากนัก จึงเป็นการเดาได้ยากว่าผู้เรียนเข้าใจเนื้อหามากน้อยเพียงใด ดังนั้นการติดตามผลจึงเป็นสิ่งสำคัญของผู้สอน ในการติดตามผลนั้น กระทำได้หลายวิธี เช่น การตรวจดูสมุดบันทึกที่ผู้เรียนจดสรุปคำบรรยาย การถามคำถามที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาที่บรรยายไปแล้ว การให้ผู้เรียนอภิปรายปัญหาที่ผู้สอนหยิบยกขึ้นมาภายหลังการบรรยายสิ้นสุดลงแล้ว เพราะนอกจากจะได้ติดตามผลในเรื่องความรู้ความเข้าใจของเนื้อหาบทเรียนแล้วยังเป็นการตรวจสอบปฏิกิริยาหรือเจตคติของผู้เรียนที่มีต่อบทเรียนนั้น ๆด้วย การทดสอบด้วยแบบทดสอบปรนัยสั้น ๆ ก็เป็นวิธีประเมินผลความเข้าใจอีกวิธีหนึ่ง การติดตามผลนั้นจะรวมการมอบหมายงานให้ไปศึกษาต่อหรือค้นคว้าด้วย

การนำวิธีการสอนแบบบรรยายไปใช้ให้มีประสิทธิภาพ (ทิศนา แขมมณี, 2547. หน้า 13) ได้เสนอแนะว่า

การสอนแบบบรรยายได้รับการวิพากษ์วิจารณ์จากการศึกษามากแต่แท้จริงถ้าผู้สอนรู้จักนำไปใช้ในสถานการณ์ที่เหมาะสมแล้ว การสอนแบบบรรยายจะมีคุณค่าต่อผู้เรียนอย่างยิ่ง และยังเป็นการสอนแบบบรรยาย ซึ่งจะมีคุณค่าต่อผู้เรียนอย่างยิ่ง และยังเป็นการสอนที่ควรจะใช้กันต่อไปมิใช่ถูกละเลยไปเสีย

การสอนแบบบรรยายจะมีประสิทธิภาพได้นั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยโอกาสและสภาพการณ์หลายประการเป็นต้นว่า

1. วัตถุประสงค์การสอน เงื่อนไขประการแรกที่ควรจะพิจารณาก็คือ วัตถุประสงค์การสอน โดยปกติบทเรียนหรือหน่วยการสอนหนึ่ง ๆ ผู้สอนจะต้องทำแผนการสอน ในเบื้องต้นจะต้องกำหนดวัตถุประสงค์การสอนในลักษณะวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมเสียก่อน วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมนี้จะเป็นเงื่อนไขหนึ่งว่าควรจะใช้วิธีการสอนแบบบรรยายหรือไม่ วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมด้านพุทธิพิสัยนั้นมีอยู่หลายระดับตั้งแต่ระดับความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และการประเมินผลจากธรรมชาติของการสอนแบบบรรยายจะเห็นได้ว่า

ผู้สอนถ่ายทอดความรู้ให้ผู้เรียนในลักษณะของการบอก อธิบายให้ข้อมูล เป้าหมายของการสอนแบบบรรยายต้องการให้ผู้เรียนได้รับความรู้ โดยการจดจำเนื้อหาที่ครูถ่ายทอดไปให้ เมื่อเป็นเช่นนี้การบรรยายจะเหมาะสมกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ในระดับต้น ๆ คือ ต้องการให้ผู้เรียนมีความรู้ความจำ ความเข้าใจในเนื้อหาของบทเรียน ถ้าบทเรียนเน้นพฤติกรรมที่จะให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์ แก้ปัญหา หรือประเมินผลได้แล้ว การสอนแบบบรรยายย่อมไม่เอื้ออย่างแน่นอน

2. ผู้เรียน ผู้เรียนในระดับเด็กเล็กย่อมไม่เหมาะที่จะได้รับการสอนแบบบรรยาย เพราะสมาธิหรือความตั้งใจในการฟังยังมีไม่มากนัก หรือยังไม่เข้าใจศัพท์ คำยากๆ ที่อาจมีในการบรรยายด้วย ทำให้การสอนแบบบรรยายขาดคุณค่าไป แต่ถ้าเป็นเด็กโตการสอนแบบบรรยายอาจได้ผล เพราะสมาธิของการฟังดีขึ้น สามารถฟังการบรรยายได้นานและเข้าใจคำพูดในเชิงนามธรรมมากขึ้น โดยปกติวิธีการสอนแบบบรรยายจะเหมาะกับผู้เรียนระดับขั้นมัธยมศึกษาขึ้นไป แต่ระดับที่ต่ำลงมานั้นอาจไม่เหมาะสม ส่วนเรื่องจำนวนผู้เรียนนั้น การสอนแบบบรรยายสามารถใช้ได้กับผู้เรียนจำนวนมาก นับว่าเป็นข้อดีข้อหนึ่ง

3. เวลา เวลาเป็นเงื่อนไขอีกข้อหนึ่งที่จะทำให้การสอนแบบบรรยายมีคุณค่าหรือไม่ เนื่องจากธรรมชาติของการสอนแบบบรรยายไม่ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีกิจกรรมระหว่างการเรียนการสอนมากนัก คือเป็นฝ่ายฟังมากกว่า ดังนั้นเวลาที่ใช้ในการบรรยายจึงไม่ควรยาวเกินไป หรือใช้เวลามากจนทำให้ผู้เรียนเบื่อหน่ายและไม่อยากสนใจบทเรียนอีกต่อไป

การสอนแบบบรรยายจะมีคุณค่ามากขึ้น ถ้าใช้ในสภาพการณ์ต่อไปนี้

- เมื่อต้องการเสนอข้อมูลที่เป็นที่ยอมรับของคนทั่วไป หรือข้อมูลที่ไม่ต้องการพิสูจน์อะไรมากนัก
- เมื่อต้องการดึงความสนใจของผู้เรียน เช่น เมื่อเริ่มบทเรียนใหม่ จำเป็นต้องให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลใหม่หรือข้อมูลพื้นฐานบางประการ
- เมื่อต้องการให้ผู้เรียนได้รู้เนื้อหาสาระของบทเรียน ตามขั้นตอนของหลักสูตรแต่มีเวลาจำกัด
- เมื่อต้องการให้ผู้เรียนมีความรู้หรือมโนมติเบื้องต้น ก่อนที่จะแยกย้ายไปประกอบกิจการรมการเรียนการสอนอื่น ๆ
- เมื่อต้องการให้ผู้เรียนได้รับความรู้พื้นฐานที่ผู้เรียนยังไม่เคยได้เรียนหรือเคยรับรู้มาก่อน
- เมื่อข้อมูลหรือความรู้นั้น ๆ ยังมีข้อโต้แย้งหรือยังสับสนอยู่ ก็ควรใช้วิธีการบรรยายมากกว่าการเรียนการสอนโดยวิธีอื่น

- เมื่อมีเวลาในการเรียนจำกัด แต่ข้อมูลหรือความรู้ที่จะสอนนั้นมีมากและกระจัดกระจาย

- เมื่อต้องการสรุปบทเรียนหรือสิ่งที่ได้ศึกษาค้นคว้ามาแล้วซึ่งเป็นการให้มโนมติขั้นสุดท้าย

- เมื่อต้องการจะทบทวนบทเรียนที่ได้เรียนไปแล้วให้แก่ผู้เรียน

- เมื่อต้องการอธิบายเนื้อหาเพิ่มเติมจากที่ได้เรียนไปแล้ว

การเตรียมตัวในการสอนแบบบรรยาย

การสอนแบบบรรยายมีหลายลักษณะ เพื่อให้การสอนแต่ละรูปแบบมีประสิทธิภาพอย่างแท้จริง จึงจำเป็นต้องมีการเตรียมตัวโดยเฉพาะผู้สอน ในที่นี้ใคร่ขอเสนอวิธีการเตรียมตัวในการสอนแบบบรรยายตามลักษณะต่างๆ มีหลักการและข้อเสนอแนะบางประการดังนี้

1. การบรรยายโดยผู้สอนอธิบายเนื้อหาสาระของบทเรียนโดยตลอด

การบรรยายในรูปแบบนี้ ผู้สอนต้องรับผิดชอบในเนื้อหาวิชาเพียงคนเดียว รูปแบบการสอนดังกล่าวนิยมใช้แพร่หลายกันมาก เพราะเตรียมการสอนง่ายแต่ทั้งนี้ทั้งนั้นการสอนจะมีประสิทธิภาพหรือไม่อยู่ที่ตัวผู้สอน ถ้าหากผู้สอนมีความสามารถทางการพูดสูงรู้เนื้อหาวิชาอย่างดีวิธีการบรรยายในลักษณะนี้ก็จะเป็นที่สนใจสำหรับผู้เรียนอย่างมาก ปัญหาอยู่ที่ว่า ผู้สอนจะพัฒนาความสามารถเหล่านี้อย่างไร ในที่นี้จะเสนอหลักบางประการคือ

1.1 ผู้สอนควรจะได้เข้าใจว่าความน่าสนใจหรือความสนุกสนานในการเรียนนั้น ไม่จำเป็นต้องขึ้นอยู่กับความสนุกสนานทางอารมณ์ ด้วยการตลกโปกฮาเสมอไป แต่ความสนุกสนานในทางปัญญาก็เป็นสิ่งที่ผู้เรียนมีความต้องการเป็นอย่างมากเช่นกันอารมณ์ขันนั้นอาจเป็นเรื่องเฉพาะบุคคล แต่ความสนุกกับวิชานั้นเป็นเรื่องที่ทุกคนควรมีได้ ดังนั้นก่อนที่จะสอนวิชาอะไรผู้สอนควรจะได้สำรวจตัวเองเสียก่อนว่าเราสนใจหรือสนุกกับวิชาที่เราจะสอนเพียงใดถ้าเราเองยังไม่สนุกและไม่สนใจวิชาที่สอนหรือสอนพอให้เสร็จๆ ไปแล้ว ก็ยากที่จะสอนให้ผู้เรียนสนุกสนานได้ แต่ถ้าเรารู้สึกสนุกและสนใจแล้ว โอกาสที่จะสอนให้สนุกและน่าสนใจก็ทำได้ไม่ยากนัก

1.2 เมื่อผู้สอนสำรวจตัวเองและเห็นว่าตนเองในใจและสนุกกับวิชาที่สอนแล้ว ก็ควรจะพิจารณาว่าสนุกและสนใจเพราะอะไร มีแง่มุมไหนที่ ดึงดูดใจ ตัวอย่างใดที่ติดใจและไม่ลืมเรื่องที่สอนสัมพันธ์กับตนอย่างไร มีประสบการณ์ในเรื่องที่สอนเพียงใด พยายามรวมสิ่งเหล่านี้แล้วจัดเป็นกลุ่มก้อนให้สัมพันธ์กับลักษณะของผู้เรียน เมื่อเวลาสอนพยายามยกตัวอย่างที่เกี่ยวข้องกับตัวผู้เรียนและผู้สอนเองเพราะนอกจากจะมองเห็นได้ง่ายแล้วก็ยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนผู้เรียนด้วย ผู้สอนที่ดีอาจต้องใช้เวลากับการรวบรวมตัวอย่างและ

ประสบการณ์จำนวนมากที่เกี่ยวข้องกับวิชาที่สอน เพื่อหยิบยกมาใช้ในเวลาสอนให้เหมาะกับแต่ละเรื่องไป บางครั้งอาจต้องเตรียมเนื้อหาและตัวอย่างใหม่ทั้งหมด เพื่อให้เนื้อหาที่เตรียมใหม่ทันสมัย

1.3 ในการที่ผู้สอนจะรวบรวมความรู้และองค์ประกอบต่าง ๆ เพื่อในมาสอนนั้น ผู้สอนอาจต้องใช้เวลารวบรวมยาวนานและจากหลายแหล่ง แต่เมื่อนำมาสอนนั้นโดยปกติมีเวลาจำกัดจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้สอนจะต้องเลือกหยิบยกเอาเฉพาะประเด็นสำคัญ และมีประโยชน์เท่านั้น พร้อมทั้งลำดับประเด็นให้มีความต่อเนื่องและเป็นเหตุเป็นผลต่อกัน ประเด็นไหนสำคัญมากก็เน้นมาก ประเด็นไหนสำคัญน้อยก็เน้นน้อย ไม่ควรพูดออกนอกเรื่องราวไปมากนัก ในการบรรยายนั้นไม่ควรอ่านหรือเล่าเพียงอย่างเดียวแต่ควรจับประเด็นหลักแล้ววิเคราะห์ประเด็น ประเมินค่า สรุปรวบรวม และเปรียบเทียบประเด็นซึ่งจะทำให้ผู้เรียนต้องการติดตามต่อไป ถึงแม้จะจบชั่วโมงบรรยายแล้วก็ตาม

1.4 ผู้สอนควรเข้าใจว่ากิจกรรมของการสอนแบบบรรยายนั้นเป็นกิจกรรรมของมนุษย์กับมนุษย์จึงควรอย่างยิ่งที่ผู้สอนจะต้องพยายามให้มีความเป็นกันเองในห้องเรียน ไม่ควรจะนั่งอ่านหรือยืนอ่านข้อความที่เตรียมมา แต่ควรเตรียมเป็นหัวข้อหรือเฉพาะส่วนที่สำคัญ และจับประเด็นมาพูดให้เหมือนกับการคุยกัน มีการเปลี่ยนน้ำเสียงให้น่าสนุกและชวนติดตาม

ในกรณีที่ผู้สอนรู้สึกว่าตัวเองไม่สามารถจะดึงดูดความสนใจผู้เรียนได้มากพอก็อาจนำสื่อการสอนต่าง ๆ มาประกอบด้วยเพื่อเปลี่ยนบรรยากาศ แต่ควรเป็นสื่อที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับสิ่งที่สอน การบรรยายในรูปแบบนี้ จะมีประสิทธิภาพเมื่อผู้สอนได้หมั่นสังเกตตัวเองและปรับปรุงอยู่เสมอ

การสอนบรรยายในลักษณะนี้ เป็นการบรรยายอย่างเป็นทางการโดยอาจมีผู้รับผิดชอบร่วมกันหลายคนและใช้สื่อการสอนหลายอย่าง ผู้รับผิดชอบประกอบด้วยผู้รู้เฉพาะเรื่องในด้านต่าง ๆ เพื่อประโยชน์ของการสอน มีการจัดเตรียมและเสนอการบรรยายอย่างมีระบบระเบียบและประสานกันอย่างดี

ลักษณะโดยทั่วไปก็คือ เมื่อจะดำเนินการสอนวิชาใดวิชาหนึ่ง ด้วยวิธีการบรรยายแบบนี้ จะต้องมีการปรึกษาหารือกันระหว่างกลุ่มผู้รับผิดชอบ เพื่อจัดแบ่งเนื้อหาในวิชานี้จะมีเรื่องอะไรบ้าง ใครจะรับผิดชอบส่วนไหน วิเคราะห์เนื้อหาในแต่ละส่วนออกมาเป็นวัตถุประสงค์และกำหนดจุดมุ่งหมายว่าผู้เรียนควรจะได้รับรู้อะไรบ้าง เสร็จแล้วก็วางแผนการใช้สื่อต่างๆ เป็นหลักในการสอน โดยผู้สอนอธิบายบางส่วนหรือบางตอนอย่างสั้นๆ หรือเป็นที่ปรึกษาของผู้เรียนในตอนหลัง เมื่อวางแผนเรียบร้อยแล้วก็จะกำหนดขั้นตอนต่างๆ ให้พอดีกับเวลาที่จัดไว้ในแต่ละครั้ง

ลักษณะการบรรยายแบบนี้ เน้นหนักที่การเสนอเนื้อหาและข้อมูลชนิดที่สร้างความสนใจให้แก่ผู้เรียนเป็นอย่างมาก การดำเนินการสอนแบบนี้อาจต้องมีสถานที่เฉพาะโดยตรง ซึ่งจะต้องมีอุปกรณ์ทุกอย่างพร้อมมูล จะต้องมีผู้รู้เฉพาะทางโสตทัศนศึกษาอยู่ประจำ จึงเป็นของแน่นอนว่าอาจต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงและมักเป็นที่นิยมกันในประเทศอุตสาหกรรมเป็นส่วนใหญ่ โดยทั่วไปโรงเรียนแต่ละแห่งอาจจัดเตรียมห้องบรรยายแบบนี้ไว้เพียงห้องเดียวหรือสองห้องเท่านั้น

การจัดการสอนบรรยายแบบนี้จะช่วยแก้ปัญหาความน่าเบื่อและการง่วงนอนของผู้เรียนได้มาก แต่ความสัมพันธ์ของผู้เรียนและผู้สอนจะเปลี่ยนไป ผู้สอนไม่ค่อยมีบทบาทต่อผู้เรียนมากนัก แต่ต้องใช้เวลาในการเตรียมการสอนมาก ต้องการผู้รับผิดชอบหลายคนและต้องเสียค่าใช้จ่ายด้วย โดยเหตุนี้ความนิยมจึงหันไปสู่การบรรยายแบบการที่ผู้สอนรับผิดชอบคนเดียว แต่อาศัยนักโสตทัศนศึกษาเพียงคนหรือสองคน มาช่วยในการวางแผนและดำเนินการเกี่ยวกับการใช้สื่อเพื่อประกอบการสอน

2. การบรรยายเชิงอภิปราย

การบรรยายแบบนี้เป็นการบรรยายอย่างไม่เป็นทางการเพื่อการสอนผู้เรียนกลุ่มใหญ่ แต่ก็ไม่ควรมีจำนวนมากเกินไป การบรรยายเชิงอภิปราย ผู้เรียนและผู้สอนมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้มากกว่ารูปแบบอื่น ๆ และไม่เป็นที่รบกวนเพื่อนร่วมชั้นเกินไป จึงเรียกได้ว่าการบรรยายเชิงอภิปราย

การบรรยายแบบนี้มีใช้มากเช่นเดียวกับแบบแรก แต่ผู้สอนมักจะใช้เทคนิคและวิธีการแบบแรกมาใช้กับแบบนี้ ซึ่งแท้ที่จริงแล้วการสอนแบบนี้ควรใช้เทคนิคของการซักถามและอภิปรายมาใช้ประกอบด้วย นั่นก็คือ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการซักถามหรือตอบคำถามในขณะที่กำลังสอน รูปแบบของการดำเนินการสอนและการเตรียมตัว จึงควรจะเปลี่ยนไปจากแบบแรกบ้างคือ

- ผู้สอนควรกำหนดกิจกรรมในแต่ละชั่วโมงให้ใช้เวลาแต่น้อยในการพูดของผู้สอนเพื่อเสนอข้อคิดหรือเนื้อหาหลักๆ และใช้เวลาอย่างเพียงพอในการตั้งคำถามตลอดจนเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ตอบคำถามและแสดงความเห็นเพิ่มเติม การเตรียมในลักษณะนี้จึงควรเตรียมเนื้อหาเฉพาะที่เป็นหลักและเป็นแก่นของเนื้อหาเท่านั้น นอกจากนั้นควรเตรียมคำถามเพื่อประกอบเนื้อหาในแต่ละตอนด้วย เพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการอภิปรายพร้อมๆ ไปกับผู้สอน

- ในการตั้งคำถามนั้น ควรเป็นคำถามกลาง ๆ ที่เน้นหนักการแสดงความเห็นมากกว่าการจดจำข้อมูลเฉพาะ เมื่อตั้งคำถามแล้วควรเปิดโอกาสเล็กน้อยให้ผู้เรียนได้คิด เสร็จแล้วจึงเรียกให้ตอบ การตอบคำถามแต่ละคำถามนั้นอย่าให้ยืดยาวเกินไปหรือ หลายคนเกินไป เมื่อผู้เรียน

ตอบแล้ว ผู้สอนควรให้ความเห็นและสรุปเป็นคำตอบรวมในตอนท้าย เสร็จแล้วจึงบรรยายต่อในประเด็นต่อไป

- ในการยกตัวอย่างประกอบการบรรยายนั้น นอกจากผู้สอนจะยกตัวอย่างเองแล้ว อาจให้ผู้เรียนช่วยยกตัวอย่างประกอบ จะทำให้ผู้เรียนรู้สึกว่ามีส่วนร่วมมากยิ่งขึ้น การเปิดโอกาสให้ตอบเป็นรายบุคคลนั้นไม่ควรจะให้อยู่ที่คนเดียวหรือกลุ่มเดียวและไม่ควรให้รู้แต่ต้นว่าใครจะเป็นคนตอบเพื่อให้ทุกคนติดตามและดึงความสนใจของทุกคนเอาไว้

การบรรยายผสมกับการอภิปรายประการนี้ผู้สอนจะต้องเป็นนักคิด นักอภิปราย มีความรู้และความเข้าใจกว้างขวาง ในขณะเดียวกันก็จะต้องใจกว้างด้วย เพราะเมื่อผู้เรียนตอบคำถามอะไรมาแล้ว ถ้าไม่ตรงกับที่ผู้สอนตั้งไว้ก็จะต้องรับฟังและพยายามอธิบายเพิ่มเติมเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจ

ส่วนที่ 5 ความตั้งใจ

ความตั้งใจเป็นความคิดที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นผลของการรับรู้หรือสิ่งเร้า และก่อให้เกิดความตั้งใจเมื่อสิ่งเร้านั้นมีการเปลี่ยนแปลง โดยองค์ประกอบที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดความตั้งใจคือแรงจูงใจ โดยความตั้งใจที่จะปฏิบัติจะมีพื้นฐานมาจากข้อมูล ความรู้ เจตคติ ความคิด และความเชื่อ ซึ่งได้กล่าวไว้ในทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของ มาติน ฟิสบายน์ และ ไอเซคค์ เอสเซน (Martin Fishbein & Iceck Ajzn,1980) อยู่บนข้อสมมติฐานที่ว่า มนุษย์เป็นผู้มีเหตุผลและใช้ข้อมูลที่ตนมีอยู่อย่างเป็นระบบ มนุษย์พิจารณาผลที่อาจเกิดจากการกระทำของตนเองก่อนตัดสินใจลงมือกระทำ หรือไม่กระทำพฤติกรรมนั้น เนื้อหาของทฤษฎีกล่าวว่า พฤติกรรมส่วนมากของบุคคลจะอยู่ภายใต้การควบคุมของความตั้งใจของบุคคล ความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรม จึงเป็นตัวกำหนดที่ใกล้ชิดกับการกระทำ ซึ่งความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมนี้ขึ้นอยู่กับตัวกำหนด 2 ตัว คือ ทัศนคติต่อพฤติกรรม และการคล้อยตามกลุ่ม ดังนั้นจากทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล ทัศนคติต่อพฤติกรรม และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง จะร่วมกันกำหนดความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรม หรือพฤติกรรม โดยพฤติกรรมบางพฤติกรรมอาจได้รับอิทธิพลจากปัจจัยทั้งสองไล่เลี่ยกัน แต่พฤติกรรมบางพฤติกรรมอาจถูกกำหนดโดยทัศนคติต่อพฤติกรรมมากกว่าการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และพฤติกรรมบางพฤติกรรมอาจได้รับอิทธิพลจากการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมากกว่าทัศนคติต่อพฤติกรรม ซึ่งความสำคัญของปัจจัยทั้งสองนี้อาจแตกต่างไปตามความแตกต่างของแต่ละบุคคล ทั้งนี้ ฟิสบายน์ และ เอสเซน ได้กล่าวถึงตัวแปรภายนอก (External Variables) ว่า

ตัวแปรภายนอก เช่น ตัวแปรชีวสังคม ทัศนคติต่อที่หมายอื่นที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนั้น ๆ บุคลิกภาพ เป็นต้น จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก็ต่อเมื่อตัวแปรนั้น ๆ มีอิทธิพลต่อทัศนคติต่อพฤติกรรม มีอิทธิพลต่อการคล้อยตามกลุ้มอ้างอิง หรือมีอิทธิพลต่อความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรม ดังมีผลทางอ้อมของตัวแปรภายนอกต่าง ๆ ต่อพฤติกรรม

ถึงแม้ว่าทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลจะมีความสามารถในการอธิบายความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมได้ แต่อาจมีพฤติกรรมบางพฤติกรรมที่ทฤษฎีนี้อธิบายไม่ได้ เช่น พฤติกรรมที่เป็นทักษะ พฤติกรรมที่เป็นการระบายอารมณ์ทันทีทันใด เป็นต้น หรืออาจมีบุคคลบางบุคคลที่ทฤษฎีนี้อธิบายไม่ได้ เช่น บุคคลที่มีการตัดสินใจโดยกระบวนการที่แตกต่างไปจากแนวของทฤษฎีนี้ บุคคลที่แสดงพฤติกรรมโดยไม่ได้ไตร่ตรองเลย เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จึงเป็นข้อจำกัดของทฤษฎีที่ควรคำนึงถึงด้วย

ทฤษฎีของฟิสบายน์ และเอสเซน นี้ได้มีผู้นำไปใช้อย่างกว้างขวาง และเป็นการพิสูจน์ความสามารถในการทำนายได้ของทฤษฎีซึ่งได้ผลเป็นที่น่าพอใจ ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญ และเชื่อว่าทฤษฎีนี้น่าจะทำนายความตั้งใจในการสูบบุหรี่ได้ กล่าวโดยสรุป ความตั้งใจ หมายถึงความคิดที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งบ่งบอกถึงความเป็นไปได้ของบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมออกมา โดยองค์ประกอบที่สำคัญในตัวบุคคลคือ พื้นฐานความรู้ ความจำและเจตคติ ซึ่งมีส่วนก่อให้เกิดความตั้งใจและผลักดันให้มีพฤติกรรมนั้นๆในการศึกษาครั้งนี้ ความตั้งใจในการลดการสูบบุหรี่ จึงหมายถึงความคิดที่จะศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับผลของการสูบบุหรี่ ความคิดที่จะตรวจสุขภาพเพื่อเฝ้าระวังในการเกิดโรคที่เกี่ยวเนื่องจากบุหรี่ ความคิดที่จะสูบบุหรี่เฉพาะในบริเวณที่เป็นเขตสูบบุหรี่เท่านั้น ความคิดที่จะลดการสูบบุหรี่และความคิดที่จะเลิกสูบบุหรี่

ส่วนที่ 6 ความพึงพอใจ

ความหมายของความพึงพอใจมีผู้ให้ความหมายดังนี้

ตามพจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน 2539 กล่าวว่า ความพึงพอใจ หมายถึง พอใจ ชอบใจ สมใจ เหมาะ

Shelly (1975) กล่าวถึง ความพึงพอใจว่าเป็นทฤษฎีที่ว่าด้วยความรู้สึกสองแบบของมนุษย์ คือความรู้สึกทางบวก และความรู้สึกทางลบ ซึ่งความรู้สึกทุกชนิดของมนุษย์จะติดอยู่สองแบบนี้ ความรู้สึกทางบวก คือความรู้สึกที่เกิดขึ้นแล้วจะทำให้มีความสุข ส่วนความรู้สึกทางลบ คือ

ความรู้สึกที่เกิดขึ้นแล้วจะทำให้เกิดความไม่สบายใจ ความรู้สึกสองแบบนี้มีความสัมพันธ์กันอย่างสลับซับซ้อน ระบบความสัมพันธ์ของความรู้สึก ทั้งสองเรียกว่าระบบความพึงพอใจ ซึ่งความพอใจจะเกิดขึ้นเมื่อความรู้สึกทางบวกมากกว่าทางลบ สิ่งที่ทำเกิดความรู้สึก ความคิดเห็น หรือความพอใจในมนุษย์ได้แก่ ทรัพยากร หรือสิ่งเร้า การวิเคราะห์ระบบความพึงพอใจ คือการศึกษาทรัพยากรหรือสิ่งเร้า แบบใดที่ต้องการที่จะทำให้เกิดความพึงพอใจแก่มนุษย์

เทพนม เมืองแมน และ สวิง สุวรรณ (2540) กล่าวว่า ความพึงพอใจ เป็นภาวะของอารมณ์ในทางบวกที่มีผลเกิดเนื่องจากการประเมินประสบการณ์ของคนหนึ่งๆสิ่งที่ขาดหายไประหว่างการเสนอให้กับสิ่งที่ได้รับ จะเป็นรากฐานแห่งความพอใจและไม่พอใจได้

ปัฐยาวัชร ปรากฏผล (2545) ได้กล่าวว่าความพึงพอใจ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข สนุกสนาน ปราศจากความรู้สึกเป็นทุกข์ ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่าบุคคลต้องได้รับการตอบสนองอย่างสมบูรณ์ในทุกสิ่งที่ต้องการ แต่ความพึงพอใจนั้นจะเป็นความสุขที่เกิดจากการปรับตัวของบุคคลต่อสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดีและเกิดความสมดุลระหว่างความต้องการของบุคคลและการได้รับการตอบสนอง

ในปัฐยาวัชร ปรากฏผล (2545) ได้กล่าวถึงความพึงพอใจไว้ว่า เป็นทัศนคติความรู้สึกเอนเอียงของจิตใจที่มีประสบการณ์ที่มนุษย์เราได้รับอาจจะมากหรือน้อยก็ได้และทัศนคตินี้จะแสดงออกทางด้านพฤติกรรมได้สองลักษณะ คือการแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจเห็นชอบหรือชอบ ทัศนคติเช่นนี้ทำให้คนอยากปฏิบัติ อยากได้ อยากเข้าใกล้สิ่งนั้น อีกลักษณะหนึ่งคนจะแสดงออกมาในทำนองไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบ ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ซิงชังอยากอยู่ให้ห่างจากสิ่งนั้น จึงเห็นได้ว่าความพึงพอใจเป็นความรู้สึกนึกคิดในทางที่ดีของบุคคลต่อสิ่งใดๆ

การที่จะเกิดความพึงพอใจได้นั้น มีขั้นตอนการเกิดพฤติกรรมด้านจิตอารมณ์ได้ดังนี้

ขั้นที่ 1 การรับหรือการให้ความสนใจ เป็นขั้นแรกที่บุคคลถูกกระตุ้นให้รับทราบว่ามีเหตุการณ์ปรากฏอยู่อย่างไร และบุคคลนั้นจะมีความยินดีหรือมีภาวะจิตใจที่พร้อมที่จะรับสิ่งเร้านั้นหรือให้ความสนใจต่อสิ่งเร้านั้น ซึ่งขั้นนี้เป็นความรู้สึกพอใจของบุคคลจะเกิด โดยมีขั้นตอนย่อยต่อไปนี้

1.1 ความตระหนัก(Awareness) หมายถึง การที่บุคคลได้ฉุกคิดหรือรู้สึกว่าสิ่งหนึ่งหรือเหตุการณ์หนึ่งเกิดขึ้น

1.2 ความยินดีหรือเต็มใจที่จะรับ (Willingness or Receive) ขั้นนี้บุคคลจะเกิดความพึงพอใจที่จะรับสิ่งที่มากระตุ้นความรู้สึกนั้นเอาไว้

1.3 การเลือกรับหรือเลือกให้ความสนใจ (Controlled or Selected Attention) ภายหลังที่บุคคลมีความตระหนักและยินดีในสิ่งกระตุ้นนั้นแล้ว บุคคลก็จะเลือกรับสิ่งที่ตนเองชอบหรือนำความพึงพอใจมาไว้ให้และขณะเดียวกันก็มีแนวโน้มที่จะไม่สนใจในสิ่งหรือสถานการณ์ที่ตนไม่ชอบ

ขั้นที่ 2 การตอบสนอง (Responding) ในขั้นนี้บุคคลเกิดความสนใจอย่างแท้จริง มีความรู้สึกผูกพันกับสิ่งนั้นหรือเหตุการณ์นั้น ซึ่งบุคคลจะพยายามทำปฏิกิริยาสนองตอบบางอย่างหรือได้รับความพึงพอใจจากการมีส่วนร่วมหรือจากการได้กระทำกิจกรรมนั้น มีขั้นตอนการเกิดดังนี้

2.1 การยินยอมในการตอบสนอง (Acquiescence in Responding) เป็นขั้นตอนที่เกิดการเชื่อฟังหรือยินดีที่จะปฏิบัติตาม

2.2 ความเต็มใจที่จะตอบสนอง (Willingness to Respond) บุคคลเกิดความสมัครใจที่จะกระทำในสิ่งนั้น ซึ่งเป็นผลมาจากการเลือกของบุคคลนั้น

2.3 ความพอใจในการตอบสนอง (Satisfaction in Respond) พฤติกรรมขั้นนี้จะสืบเนื่องจากการเต็มใจที่จะตอบสนอง เมื่อบุคคลได้กระทำกิจกรรมบางอย่างไปแล้ว บุคคลนั้นเกิดความรู้สึกพึงพอใจ ซึ่งเป็นสภาวะหนึ่งทางด้านอารมณ์ของบุคคล

ขั้นที่ 3 การเกิดค่านิยม (Valuing) ซึ่งอธิบายว่า ความเชื่อ หรือ ทัศนคติ บุคคลมีพฤติกรรมที่แสดงว่ายอมรับหรือรับรู้ว่าสิ่งเร้านั้นเป็นสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับตัวเขา หรือแสดงว่าเขามีค่านิยมอย่างใดอย่างหนึ่ง พฤติกรรมในขั้นนี้ได้แก่ การต้องการอยู่เสมอที่จะพัฒนาในการกระทำสิ่งนั้นๆให้มีประสิทธิภาพ มีความพยายามในการชักจูงบุคคลอื่นๆ ให้กระทำตามและมีความเชื่อในประโยชน์ของสิ่งนั้น เป็นต้น

ขั้นที่ 4 การจัดระบบค่านิยม (Organization) เป็นขั้นที่บุคคลมีค่านิยมเกิดขึ้นต่างๆ หลายชนิด จำเป็นต้องจัดระบบค่านิยมโดยพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมเหล่านั้น

ขั้นที่ 5 การแสดงลักษณะตามค่านิยม (Characterization by a Value) ขั้นนี้บุคคลจะเรียงลำดับของค่านิยมที่มีอยู่จากดีที่สุดไปจนถึงน้อยที่สุด ซึ่งค่านิยมเหล่านี้จะเป็นตัวควบคุมพฤติกรรมของบุคคล

เสาวลักษณ์ ศรีดาเกษ และคณะ (2547) ให้ความหมายของความพึงพอใจว่า เป็นความรู้สึกของบุคคล ซึ่งแสดงออกในด้านที่ดีหรือไม่ดี ที่มีความสัมพันธ์กับการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการ ซึ่งความรู้สึกพึงพอใจจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้รับ หรือบรรลุจุดหมายในสิ่งที่ต้องการ

ในระดับหนึ่ง ในทางตรงกันข้าม ความรู้สึกดังกล่าวจะลดลงหรือไม่ เกิดขึ้นจากความต้องการหรือจุดหมายนั้นไม่ได้รับการตอบสนอง

จากความหมายข้างต้น พอสรุปได้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกในทางที่ดีต่อสิ่งต่างๆ เมื่อบุคคลสามารถปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดีและเกิดความสมดุลระหว่างความต้องการของบุคคล และการได้รับการตอบสนอง สำหรับความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนการสอนที่ได้รับมีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

เจริญ ศาสตรวาหา (2539) กล่าวว่าความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนการสอน หมายถึง สภาพความรู้สึก ความคิดเห็นหรือทัศนคติส่วนบุคคล ที่มีต่อสถานการณ์ ที่ตนเองเคยประสบหรือกำลังประสบ อันเกิดจากการที่นักศึกษาได้เปรียบเทียบความคาดหวังของตนเองกับประสบการณ์ที่ได้รับ จากการเรียนการสอนซึ่งอาจจะได้รับประสบการณ์ตามที่คาดหวัง มากกว่าที่คาดหวัง น้อยกว่าที่คาดหวัง หรือไม่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้เลย สามารถวัดได้โดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจ จะนำไปสู่การทำงานที่มีประสิทธิภาพ ถ้าบุคคลมีความพึงพอใจก็จะทำให้การดำเนินกิจกรรมต่างๆ มีประสิทธิภาพ ช่วยให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ต้องการ เช่นเดียวกัน นักศึกษาต้องมีความพึงพอใจต่อองค์ประกอบและกระบวนการจัดการเรียนการสอนที่ตนเองได้รับ คุณสมบัติของครู วิธีการสอน กิจกรรมการเรียนการสอน การวัดและประเมินผล จึงจะประสบความสำเร็จในการเรียน ดังนั้นจึงเป็นหน้าที่ของผู้บริหารและอาจารย์ผู้สอนที่จะสร้างความสุขในการเรียนให้กับนักศึกษา เพื่อให้นักศึกษามีความพึงพอใจ มีความรักและกระตือรือร้นในการเรียนโดยการปรับปรุงองค์ประกอบและกระบวนการสอนของครู ส่งเสริมให้นักศึกษามีความเจริญก้าวหน้า การสร้างสภาพแวดล้อมเกี่ยวกับอาคารสถานที่ได้เหมาะสม น่าอยู่ เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้แสดงความคิดเห็น รวมทั้งรับฟังและช่วยนักศึกษาแก้ปัญหา ปัจจัยด้านความพึงพอใจจึงเป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งที่ช่วยให้การเรียนการสอนเป็นไปด้วยดี นักศึกษาประสบความสำเร็จในการศึกษา

ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาจึงได้กำหนดความหมายของความพึงพอใจดังนี้

ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกของผู้เรียนที่มีต่อรูปแบบการเรียนรู้ในเรื่องความรู้ที่เกี่ยวกับบุหรี่ ที่รวมทั้งด้านวิทยากรผู้สอน ด้านกระบวนการเรียนรู้ ด้านบรรยากาศการเรียนรู้และด้านผู้เรียน

ส่วนที่ 7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อัปษร เตียวตระกูลวัฒน (2522) ได้ใช้ทฤษฎีความตั้งใจใฝ่พฤติกรรมของฟิสบายน์ (Fishbein's Theory of Behavioral Intention) ศึกษาทัศนคติ ปกติวิสัยเชิงอัตนัย (การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง) และสร้างแบบจำลองทำนายพฤติกรรม การเสพบุหรี่ สุรา ยากระตุ้น กัญชา และเฮโรอีน ตลอดจนศึกษาถึงภูมิหลังและประสบการณ์เกี่ยวกับการเสพยาเสพติดของนักศึกษาที่เคย และไม่เคยเสพแต่ละชนิด ตัวอย่างประชากรเป็นนักศึกษาระดับวิทยาลัยในกรุงเทพฯ 2 แห่ง จำนวน 1,611 คน วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดทัศนคติและปกติวิสัยเชิงอัตนัย ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่เคยสูบบุหรี่มีทัศนคติที่ดีต่อการสูบหรี่ และมีแนวโน้มที่จะทำตามความคาดหวังหรือชักจูงจากบุคคลอื่น ๆ ได้ง่ายกว่านักศึกษาที่ไม่เคยสูบบุหรี่ นั่นคือทัศนคติต่อการสูบบุหรี่และปกติวิสัยเชิงอัตนัยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการ สูบบุหรี่ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.1541$, $r=0.4949$, $P < 0.01$) และพบว่ายิ่งนักศึกษามีทัศนคติที่ดีต่อการสูบมากเท่าใด และมีปกติวิสัยเชิงอัตนัยสูงขึ้นเท่าใด นักศึกษาผู้นั้นก็มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่มากขึ้นด้วย ทัศนคติและปกติวิสัยเชิงอัตนัยเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ร่วมกันทำนายพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาได้ โดยสัมประสิทธิ์สหพันธ์พหุคูณมีค่า 0.5014 และมีประสิทธิภาพในการทำนายคิดเป็นร้อยละ 25.14 แต่ปกติวิสัยเชิงอัตนัยตัวเดียวสามารถทำนายพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาได้ไม่แตกต่างจากการทำนายด้วยทัศนคติ และปกติวิสัยเชิงอัตนัย นอกจากนั้นยังพบว่า อายุ เพศ ลักษณะที่อยู่อาศัย ระดับการเรียน พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของพ่อแม่ เพื่อนสนิทของนักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการศึกษานี้สนับสนุนความตรงของทฤษฎีของฟิสบายน์ โดยสามารถทำนายพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และดื่มสุราของนักศึกษาได้ แต่ไม่สามารถทำนายพฤติกรรมการเสพยากระตุ้น กัญชา และเฮโรอีน

รณรุทธิ์ บุตรแสนคม (2525) ได้ศึกษาผลของการจัดโปรแกรมการงดสูบบุหรี่ให้กับนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดมหาสารคาม พบว่าผู้สูบบุหรี่ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 19-22 ปี ระยะเวลาการสูบบุหรี่ 3-4 ปี ส่วนใหญ่มีบิดาและพี่ที่สูบบุหรี่ด้วย สาเหตุที่สูบบุหรี่เพราะอยากลองและเพื่อนชักชวน ร้อยละ 50.9 และ 25.0 ตามลำดับ เคยงดสูบบุหรี่แต่อดไม่ได้ เพราะเมื่อเห็นเพื่อนสูบบุหรี่แล้วอดไม่ได้ ร้อยละ 29.5 โอกาสที่รู้สึกอยากสูบบุหรี่มากที่สุด คือ เวลาดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และเวลาเข้าสังคม ร้อยละ 42.6 และ 25.0 ตามลำดับ

(มาลา รักษาพราหมณ์, 2526 อ้างอิงจาก Roberts S.M, 1981) ศึกษาเกี่ยวกับความเชื่อที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจที่จะสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงในมหาวิทยาลัย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาปีแรกของมหาวิทยาลัยทางตะวันตกตอนกลางของประเทศสหรัฐอเมริกา จำนวน 142 คน ตามโมเดลฟิสบายน์นี้ ความตั้งใจจะถูกทำนายโดย องค์ประกอบด้านทัศนคติและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ซึ่งประกอบด้วยความเชื่อ การประเมินผลของการกระทำ ความเชื่อในทัศนะของกลุ่มอ้างอิง และแรงจูงใจที่จะคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ผลการศึกษาพบว่า โมเดลนี้ประสบผลสำเร็จโดยอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ 47 โดยเฉพาะองค์ประกอบด้านทัศนคติ เป็นตัวที่อธิบายความแปรปรวนได้เป็นส่วนมาก ความตั้งใจกับพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กันสูงมาก ดังที่

ฟิสบายน์ได้เสนอไว้ ซึ่งพบว่าคนที่ตั้งใจสูบบุหรี่และคนที่ไม่ตั้งใจสูบบุหรี่มีความเชื่อต่างกันมากเกี่ยวกับผลที่เกิดจากการสูบบุหรี่ โดยกลุ่มหนึ่งมีความตระหนักเป็นอันมากถึงอันตรายของบุหรี่ แต่ในกลุ่มตัวอย่างนี้มีการรับรู้ที่ไม่แน่นอนสูง เกี่ยวกับจำนวนของบุหรี่ และระยะเวลา (ปี) ของการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพ และยังพบอีกว่า กลุ่มนักศึกษาที่สูบบุหรี่มักจะบริโภคยาอื่นๆมาก โดยเฉพาะกลุ่มอ้างอิงของนักศึกษาเหล่านี้ (มารดา เพื่อนชาย เพื่อน)ก็บริโภคยาและสูบบุหรี่มากกว่ากลุ่มอ้างอิงของนักศึกษากลุ่มไม่สูบบุหรี่อีกด้วย

นภดล ขยันการนาวี (2536) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในเขตจังหวัดอุทัยธานี พบว่า ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ อายุ ลักษณะครอบครัว เงินเดือน การเสพสุราและการดื่มกาแฟ มีผลต่อการสูบบุหรี่ ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์กับการตั้งใจที่จะสูบบุหรี่ ความตั้งใจที่จะสูบบุหรี่ก็มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ซึ่งพบว่าส่วนใหญ่สูบบุหรี่ก้นกรอง เริ่มสูบเมื่ออายุระหว่าง 15-19 ปี สูบมาแล้วเป็นเวลา 11-20 ปี สาเหตุที่สูบเพราะการอยากลอง ส่วนใหญ่จะมีพ่อที่สูบบุหรี่ สูบบุหรี่วันละ 11-15 มวน ส่วนใหญ่จะซื้อบุหรี่สูบเอง การสูบบุหรี่ส่วนใหญ่จะสูบแบบอัดควันเข้าปอดเป็นบางครั้ง จะรู้สึกอยากสูบบุหรี่มากที่สุดเมื่อดื่มสุราและส่วนใหญ่จะเคยเลิกบุหรี่มาแล้วแต่ไม่สำเร็จ เพราะว่าเห็นเพื่อนสูบแล้วอดไม่ได้

อรชร พวงมาลา (2537) ศึกษาความรู้เรื่องบุหรี่ของหญิงมีครรภ์และพฤติกรรมที่มีต่อสามีสูบบุหรี่ในเขตอำเภอบ้านลาด จังหวัดเพชรบุรี การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้เรื่องบุหรี่ของหญิงมีครรภ์ และพฤติกรรมที่มีต่อสามีสูบบุหรี่ จำนวน 108 คน ที่อยู่ในเขตอำเภอบ้านลาด จังหวัดเพชรบุรี เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นแบ่งเป็น 3 ตอน คือข้อมูลทั่วไป ความรู้เรื่องบุหรี่และพฤติกรมที่มีต่อสามีสูบบุหรี่ ได้ทดสอบแบบสอบถาม ความรู้เรื่องบุหรี่ก่อนทำการเก็บข้อมูล โดยการสัมภาษณ์หญิงมีครรภ์ หา

ความเที่ยงได้ 0.859 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ร้อยละค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับการหาความสัมพันธ์ใช้ Chi-Square test ผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้ กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 17-35 ปี อายุโดยเฉลี่ย 28 ปี และส่วนใหญ่ร้อยละ 68.89 มีอายุ 26-30 ปี เป็นหญิงมีครรภ์ที่ตั้งครรภ์ครั้งแรกร้อยละ 46.30 การศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาร้อยละ 45.37 มัธยมศึกษา ร้อยละ 38.89 อาชีพรับจ้าง ร้อยละ 37.04 เกษตรกรรม ร้อยละ 31.48 มีรายได้ครอบครัว 4,500-6,500 บาท ร้อยละ 62.96 และมากกว่า 6,500 บาท ร้อยละ 34.25 ครอบครัวมีภาระหนี้สิน ร้อยละ 37.04 หญิงมีครรภ์ได้รับข้อมูลข่าวสารสุขภาพอนามัยจากโรงพยาบาล ร้อยละ 38.88 จากสถานีอนามัย และหอกระจายข่าว ร้อยละ 25.93 และ 20.37 ตามลำดับ สภาพชีวิตภายในครอบครัวไม่อบอุ่น ร้อยละ 22.22 มีระดับความรู้เรื่องบุหรี่ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 74.07 และพฤติกรรมที่ต่อต้านการสูบบุหรี่ของสามี ร้อยละ 80.56 จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปและความรู้เรื่องบุหรี่ของหญิงมีครรภ์พบว่า ภาระหนี้สินของครอบครัว ความอบอุ่นในครอบครัว และความรู้เรื่องบุหรี่ของหญิงมีครรภ์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่มีต่อสามีสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p - value < 0.05$)

ธิติ รัตนโชติ (2538) ศึกษาวัยรุ่นหญิงกับการสูบบุหรี่ศึกษาเฉพาะนักเรียนหญิงในโรงเรียนอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นหญิง และเปรียบเทียบว่าปัจจัยใดมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่มากกว่ากัน กรอบแนวคิดที่นำมาใช้ในการศึกษา ได้แก่ ทฤษฎีการคบหาสมาคมที่แตกต่างทฤษฎีความผูกพันทางสังคม ทฤษฎีการยับยั้งการกระทำผิด ทฤษฎีกลุ่มอ้างอิง และความสอดคล้องระหว่างทัศนคติกับพฤติกรรม ซึ่งเป็นการทบทวนแนวคิดทั้ง 5 แนวคิด เพื่อจำแนกตัวแปรจากแต่ละแนวคิดมาทำการศึกษาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นหญิง สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษามีจำนวน 433 คน โดยทำการสุ่มตัวอย่างจากนักเรียนหญิงในโรงเรียนอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพฯ ทั้งสิ้น 4 โรงเรียน จากการศึกษาพบว่ามีตัวแปรเพียง 6 ตัวเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ จำนวนเพื่อนสนิทที่สูบบุหรี่ความรู้สึกผูกพันต่อบิดามารดา ความรู้สึกผูกพันต่อครูและโรงเรียน ความยึดมั่นผูกพันต่อกิจกรรมที่สังคมยอมรับความเชื่อถือในบรรทัดฐาน และกฎเกณฑ์ของสังคม และทัศนคติของวัยรุ่นหญิงต่อการสูบบุหรี่ของผู้หญิง โดยที่จำนวนเพื่อนสนิทที่สูบบุหรี่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นหญิงสูงที่สุด

สุพิสชา กิ่งแก้วก้านทอง (2540) ศึกษาปัจจัยบางประการที่มีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้หญิงในชุมชนกรุงเทพมหานคร พบว่าบุหรี่มีสารที่ก่อให้เกิดโรคร้ายแรง และสำคัญ

หลายโรค เช่น โรคมะเร็งปอด โรคถุงลมปอดโป่งพอง และโรคเส้นเลือดหัวใจตีบ ซึ่งก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของตนเอง และบุคคลข้างเคียงรวมทั้งสังคม และสิ่งแวดล้อม ปัจจุบันกลุ่มที่มีการใช้บุหรี่มากขึ้น ได้แก่ กลุ่มเด็กวัยรุ่น และกลุ่มผู้หญิงการศึกษาวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยบางประการที่มีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้หญิงในชุมชน 30 แห่ง ของกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือผู้หญิงที่อาศัยอยู่ในชุมชนที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปี ขึ้นไป จำนวน 653 ราย โดยประยุกต์กรอบแนวคิดของ Precede Framework ในขั้นตอนที่ 4 ของ Gree W. Lawrence เพื่อหาปัจจัยที่มีผลต่อการสูบบุหรี่ และใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพของ Rosenstoock เป็นแนวทางในการศึกษาระดับของความเชื่อเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม เป็นเครื่องมือในการวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาความสัมพันธ์ของตัวแปรด้วยการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พบว่า อายุที่สูบบุหรี่ครั้งแรก ภาวะ และเหตุการณ์ที่เอื้อต่อการสูบบุหรี่จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่สูบบุหรี่ และจำนวนบุหรี่ต่อวัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้หญิงในชุมชน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับการวิเคราะห์การทำนายพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้หญิงในชุมชน โดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) พบว่า ปัจจัยที่มีผลในการทำนายดังกล่าว สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้หญิงในชุมชน ได้ร้อยละ 11.74 ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งนี้ คือ การส่งเสริมสุขภาพที่มุ่งเป้าหมายยังกลุ่มวัยรุ่น และครอบครัว จะมีผลทางบวกกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในผู้หญิง

ประกิต วาทีสาธกกิจ (2540) ศึกษาจากโครงการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ มูลนิธิหมอชาวบ้าน ในช่วงปี พ.ศ. 2529-2539 ด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารรายงานการวิจัย บทความ แผนงาน ข้อมูล และสถิติต่างๆ ผลการวิจัยพบว่าการรณรงค์เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในสังคมไทย ในระดับนโยบายคือการออกกฎหมายเพื่อควบคุมการสูบบุหรี่ที่เข้มแข็งออกมา 2 ฉบับ ส่วนในระดับปัจเจกบุคคลการสูบบุหรี่ในที่สาธารณะ และในที่ทำงานได้รับการยอมรับน้อยลง เด็กและเยาวชนมีความตื่นตัวในพิษภัยของการสูบบุหรี่กันมากขึ้น ในส่วนกลยุทธ์การรณรงค์ของโครงการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่มูลนิธิหมอชาวบ้าน พบว่า กลยุทธ์การรณรงค์ที่สำคัญ คือ

1. การรณรงค์โดยให้ข้อมูลข่าวสาร แบ่งออกได้เป็น 3 ระดับ คือ การให้ข้อมูลทางสื่อสารมวลชน, การให้ข้อมูลแบบเจาะจงเฉพาะกลุ่มและการให้ข้อมูลรายบุคคล

2. การชักชวนกลุ่มหรือบุคคล ซึ่งมีอิทธิพลในสังคมให้มีบทบาทและมีส่วนร่วมในการรณรงค์

3. การสร้างการมีส่วนร่วมของสังคมในการร่วมรณรงค์ โดยผ่านทางกิจกรรมต่างๆ

4. การใช้มาตรการกฎหมายและกระบวนการทางการเมืองโดยการผลักดันให้รัฐบาลออกกฎหมายออกมา 2 ฉบับ

5. การใช้กระบวนการด้านการตลาดเพื่อสังคมในการดำเนินกิจกรรมเฉพาะต่างๆ

6. การสร้างค่านิยมที่ไม่สูบบุหรี่โดยผสมผสานเข้าไปในระบบการเรียนตั้งแต่วัยอนุบาลเป็นต้นไป

ปัจจัยสำคัญที่เอื้ออำนวยให้การรณรงค์ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสูบบุหรี่ประสบผลสำเร็จ คือ

1. การมีข้อมูลที่เพียงพอ ชัดเจน และเป็นรูปธรรม ในรูปของรายงานการวิจัยต่างๆ

2. การสร้างเสริมให้เกิดความภูมิใจและความปีติในหมู่ผู้มีส่วนร่วมในการรณรงค์

3. การสามารถชี้สังคมเห็นว่าการรณรงค์ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสูบบุหรี่ เป็นความรับผิดชอบร่วมกับของทุกฝ่าย

4. การใช้วิธีการและท่าทีด้านบวก

5. กระแสการรณรงค์ในเรื่องนี้ในระดับโลกที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

สำหรับจุดอ่อนที่สำคัญคือการขาดงบประมาณสนับสนุนที่เพียงพอ การให้ข้อมูลข่าวสารทางสื่อมวลชนเป็นเฉพาะในช่วงวันงดสูบบุหรี่โลกเป็นหลัก รัฐบาลให้ความสำคัญในปัญหานี้น้อยมาก ทำให้กฎหมาย 2 ฉบับ มิได้มีการบังคับใช้อย่างจริงจังและ เนื่องจากในควันบุหรี่ที่มีนิโคติน ซึ่งเป็นสารที่มีฤทธิ์ในการเสพติดรุนแรงมาก ทำให้เกิดการติดนิโคติน จึงทำให้เกิดการติดนิโคติน จึงทำให้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่มีความยากลำบากขึ้น จากผลการวิจัยมีดังนี้

1. ต่อการพัฒนาประสิทธิภาพการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ รัฐควรถือเป็นนโยบายที่สำคัญ การรณรงค์ควรขยายเครือข่ายการรณรงค์ทั้งในเชิงลึกและเชิงกว้างให้มากยิ่งขึ้น ควรมีการพัฒนาช่องทางในการให้ข้อมูลข่าวสารทางสื่อมวลชนให้มีความเป็นกระแสหลักอย่างสม่ำเสมอ การณรงค์ให้ภาครัฐและภาคธุรกิจเอกชน ให้การสนับสนุนด้านการเงินแก่องค์กรรณรงค์มากกว่าที่เป็นอยู่

2.ข้อเสนอแนะต่อการนำกลยุทธ์การรณรงค์ไประยุกต์ใช้คือควรมีองค์กรที่ดูแลรับผิดชอบและดำเนินงานรณรงค์ในเรื่องหนึ่งเรื่องใดเป็นการเฉพาะอย่างจริงจังและต่อเนื่อง กระบวนการดำเนินงานและการบริหารงานการรณรงค์ด้านมีความคล่องตัว ว่องไว ทันสถานการณ์ ให้ความสำคัญต่อกระบวนการสื่อสาร วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการรณรงค์ด้านมีความโปร่งใส ปลอดจากการแทรกแซงทางการเมือง มีความพร้อมด้านข้อมูลข่าวสารที่มีความทันสมัย

และทันสถานการณ์ ควรมีผู้นำทางความคิดในการรณรงค์ในแต่ละเรื่อง รัฐต้องสนับสนุนให้มีมาตรการทางกฎหมายที่เกี่ยวข้องและร่วมกับองค์กรเอกชนในการดำเนินงาน

ธงชัย กาล้อม (2542) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้หญิงในชุมชนเขตตำบลแม่กุ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ จำนวน 322 คน ใช้แบบสัมภาษณ์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC และเลือกใช้สถิติสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลแตกต่างกันออกไปตามวัตถุประสงค์และลักษณะของข้อมูล กล่าวคือ การพรรณนาข้อมูลนั้น ใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการทดสอบความสัมพันธ์ใช้สถิติ ไค-สแคว์ (Chi-Square Test) และหาค่าความหนักแน่นของความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์โดยหาค่าอัตราส่วนความเสี่ยง (Odds Ratio) และ 95% Confidence Interval ซึ่งผลการศึกษามีดังนี้ ด้านลักษณะประชากร พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 45-54 ปี กลุ่มที่ไม่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 25-34 ปี การศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม มีระดับการศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับ ป.1-ป.4 ทั้ง 2 กลุ่ม ส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรรมทั้ง 2 กลุ่ม รายได้เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า กลุ่มที่สูบบุหรี่มีรายได้ส่วนใหญ่ ต่ำกว่า 1,000 บาทต่อเดือน ส่วนกลุ่มที่ไม่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่มีรายได้สูงกว่า 1,000 บาทต่อเดือน ด้านปัจจัยนำ ได้แก่ ความเชื่อเกี่ยวกับบุหรี่ทั้ง 3 ด้าน คือ ความเชื่อด้านโอกาสเสี่ยง และอันตรายของโรค ความเชื่อด้านความรุนแรงของโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ และความเชื่อด้านผลดีของการไม่สูบบุหรี่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่สูบบุหรี่ และกลุ่มไม่สูบบุหรี่ มีความเชื่ออยู่ในระดับปานกลางขึ้นไปถึงระดับมากทั้ง 3 ด้าน ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การหาได้ง่าย (การมีร้านขายบุหรี่ใกล้บ้าน) และการมีสมาชิกในครอบครัวสูบบุหรี่พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่สูบบุหรี่ และไม่สูบบุหรี่ ส่วนใหญ่มีการหาได้ง่าย และมีสมาชิกในครอบครัวสูบบุหรี่ เช่นเดียวกัน ปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับการยอมรับจากบุคคลที่เคารพ และการได้รับการยอมรับจากเพื่อนบ้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่ได้รับการยอมรับจากบุคคลที่เคารพ และได้รับการยอมรับจากเพื่อนบ้าน การศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ปัจจัยนำ พบว่า ความเชื่อด้านผลดีของการไม่สูบบุหรี่ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญที่ 0.05 และพบว่าผู้ที่มีความเชื่อในระดับน้อย เสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ 4.28 เท่าของกลุ่มตัวอย่างที่มีความเชื่อในระดับมากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เนาวรัตน์ เจริญค้า และ สตีเฟ่น ฮาแมนน์ (2543) ศึกษาการจัดตั้งเครือข่ายความร่วมมือในการณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในชุมชนพบว่าการรณรงค์ของเครือข่ายมีผลทำให้มีผู้เลิกสูบบุหรี่สำเร็จ 28 ราย มีครอบครัวปลอดบุหรี่ในชุมชน 38 ครอบครัว และมีการติดป้ายห้ามจำหน่ายบุหรี่แก่เยาวชน และป้ายห้ามสูบบุหรี่ ตามร้านค้าในชุมชนเพิ่มขึ้น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ได้รับการสนับสนุนเป็นอย่างดีจากโรงเรียน วัด และโรงพยาบาล จากผลการศึกษาสรุปได้ว่ากระบวนการ Social Action ได้แสดงให้เห็นว่า การช่วยเหลือ สนับสนุน และการพึ่งพาตนเองเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้สมาชิกในชุมชนและองค์กร ประสบความสำเร็จในการส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในชุมชนได้

สร้อย อนุสรณ์ธีรกุล และคณะ (2544) ศึกษาการพัฒนาบทบาทสตรีในการรณรงค์ลดและเลิกบุหรี่ในครอบครัวและชุมชน การศึกษาวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมบทบาท และศักยภาพสตรีในการณรงค์ลด และเลิกสูบบุหรี่ในครอบครัว และชุมชน ทำการศึกษาแบบกึ่งทดลองใน 4 หมู่บ้าน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 หมู่บ้าน เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วย (1) แบบสำรวจข้อมูลพื้นฐานหมู่บ้านและสตรี (2) แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้ ทัศนคติและบทบาทการรณรงค์ลดเลิกสูบบุหรี่ของสตรี (3) แบบเก็บรวบรวมข้อมูลกิจกรรมการอบรม (4) คู่มือการลดและเลิกสูบบุหรี่ (5) คู่มือการอบรมสตรี (6) แบบบันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดำเนินการวิจัยมีขั้นตอนดังนี้ (1) การเตรียมชุมชน (2) การประเมินความต้องการ (3) การอบรมเชิงปฏิบัติการ (4) การสนับสนุน และส่งเสริมให้เกิดกิจกรรม (5) การติดตามประเมินผล โดยสตรีในกลุ่มทดลองจะได้รับการอบรม พร้อมเอกสารเกี่ยวกับบุหรี่ และคู่มือการลดและเลิกสูบบุหรี่ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการอบรม และเอกสารใดๆ ระยะเวลาการศึกษาวิจัย 18 เดือน ผลการวิจัยพบว่า

1. ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ ทัศนคติต่อการรณรงค์ลดและเลิกสูบบุหรี่ในครอบครัวและชุมชนของกลุ่มทดลองดีขึ้น และดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ และมีทัศนคติต่อการรณรงค์ลดและเลิกสูบบุหรี่ก่อน และหลังการดำเนินงานไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนทัศนคติต่อบุหรี่ และผู้สูบบุหรี่ของกลุ่มทดลองไม่เปลี่ยนแปลงในขณะที่กลุ่มควบคุมมีทัศนคติดีขึ้นต่อบุหรี่ และผู้สูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. บทบาท และศักยภาพในการรณรงค์ลดและเลิกบุหรี่ในครอบครัวและชุมชน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กลุ่มทดลองมีความรู้ ความมั่นใจและแรงจูงใจในการดำเนินกิจกรรมรณรงค์ลดและเลิกสูบบุหรี่ในครอบครัวและชุมชน โดยสามารถดำเนินกิจกรรมรณรงค์ลดและเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างต่อเนื่อง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่มีกิจกรรมใด ๆ ในชุมชน

จำนวนผู้ลดและเลิกสูบบุหรี่ในกลุ่มทดลองมากขึ้น ส่วนกลุ่มควบคุมไม่มีผู้ลดและเลิกสูบบุหรี่ได้ตลอดระยะเวลา 12 เดือน

ผลที่ได้จากการพัฒนาบทบาทและศักยภาพสตรี คือ สตรีและชาวบ้านเกิดความตระหนักต่อปัญหาการสูบบุหรี่ของครอบครัวและชุมชน สตรีมีความรู้และทัศนคติที่ดีต่อการรณรงค์ลดและเลิกสูบบุหรี่ สตรีมีศักยภาพในการวิเคราะห์และแก้ปัญหาการสูบบุหรี่ของครอบครัวและชุมชนมีแรงบันดาลใจในการทำงานเพื่อส่วนรวมและชุมชนมากขึ้นมีกิจกรรมการรณรงค์ลดและเลิกสูบบุหรี่อย่างต่อเนื่อง มีความมั่นใจและสามารถดำเนินกิจกรรมการรณรงค์ลดและเลิกสูบบุหรี่ได้ เกิดการรวมกลุ่มผู้เลิกสูบบุหรี่และกลุ่มสตรี มีครอบครัวที่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ ทำให้การสูบบุหรี่ในชุมชนลดลง ดังนั้น ขั้นตอนในการเตรียมชุมชนและการกระตุ้นให้สตรีตระหนักถึงบทบาทและมีทักษะในการรณรงค์ด้านการสูบบุหรี่จึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการลดและเลิกสูบบุหรี่ของครอบครัว