



ผลของชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง ที่มีต่อเจตคติในการใช้บุหรี่ไฟฟ้า  
ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

The Effects of the Bingo: Stop in Time, Life Won't Be Ruined Activity  
on the Attitudes toward E-Cigarette Use of Lower Secondary  
School Students

<sup>1\*</sup>อมรรัตน์ กำมณี Amonrat Kammanee

<sup>2\*\*</sup>ปวีณภัทร เศรษฐสิริโชติ Pawipasra Sethasirichote

<sup>3\*\*\*</sup>ณัฐกานต์ แสงงาม Nuttakarn Saeng-ngam

<sup>4\*\*\*\*</sup>จุฑารัตน์ แก้วกำยาน Jutarat Kaewkamyan

<sup>5\*\*\*\*\*</sup>วิชชуда เพิ่มเดช Wichchuda Poemdech

<sup>1,2,3,4,5</sup>คณะพลศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>1,2,3,4,5</sup>Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

\*First author, e-mail: James114960@gmail.com

Corresponding author, e-mail: <sup>\*\*</sup>Pawipasra@gmail.com, <sup>\*\*\*</sup>nuttakarn.amnath@gmail.com

<sup>\*\*\*\*</sup>Gingrat40@gmail.com <sup>\*\*\*\*\*</sup>swu57wichchudapo@kurupatana.ac.th

Received April 22, 2026; Revised May 7, 2026; Accepted: June 24, 2026



## บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อเปรียบเทียบเจตคติเรื่องบุหรี่ไฟฟ้าก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พังในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “โพโรจน์ประชาสรรค์” 2) เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “โพโรจน์ประชาสรรค์” เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “โพโรจน์ประชาสรรค์” ช่วงอายุ 13-15 ปี โดยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง จำนวน 38 คน เป็นนักเรียนชาย 15 คน นักเรียนหญิง 23 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ ชุดการจัดการเรียนการสอนที่ประกอบด้วยแผนกิจกรรม 3 แผน ได้ค่า CVI เท่ากับ 1.00 และแบบวัดเจตคติเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า ได้ค่า IOC ระหว่าง 0.67-1.00

สถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า 1. ค่าเฉลี่ยเจตคติของนักเรียนที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้าทั้ง 3 สัปดาห์ หลังเรียนต่อก่อนเรียน เท่ากับ 2.38, 2.83, 3.18/2.17, 2.44, 2.99 แสดงว่า เจตคติของนักเรียนที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผลการพัฒนาชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “ไพโรจน์ประชาสรรค์” พบว่า ชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พังตามแนวคิดโมเดลเลิฟที่พัฒนาขึ้น เมื่อนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าสามารถนำไปสู่ผลลัพธ์ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ปรับเปลี่ยนเจตคติที่ดีต่อผู้เรียนเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า โดยผ่านกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตาม Love Model คือ ผู้เรียนได้รับความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าผ่านการตั้งคำถามและสำรวจข้อมูล (L) กล้าแสดงความคิดเห็นและเปิดใจรับฟังมุมมองของผู้อื่น (O) เห็นคุณค่าของสุขภาพและสะท้อนการเรียนรู้ที่ได้รับ (V) และสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในการปรับเปลี่ยนเจตคติเชิงลบต่อบุหรี่ไฟฟ้าทั้งต่อตนเองและผู้อื่นได้ (E)

**คำสำคัญ:** กิจกรรมบิงโก; นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น; บุหรี่ไฟฟ้า; พอด

## Abstract

This research has two objectives: 1) to compare attitudes toward e-cigarettes before and after using the "Bingo Stop, Live Enough, Life Unbroken" activity set among lower secondary students at Wat Thong Khung School "Phairoj Prachasarn," and 2) to develop the "Bingo Stop, Live Enough, Life Unbroken" activity set for lower secondary students at Wat Thong Khung School "Phairoj Prachasarn." This is an experimental study. The population and sample consisted of lower secondary students at Wat Thong Khung School "Phairoj Prachasarn," aged 13-15 years old. The sample was purposefully selected, totaling 38 students, with 15 males and 23 females. Data collection tools included a teaching management set consisting of 3 lesson plans, which showed a Content Validity Index (CVI) of 1.00, and an attitude measurement questionnaire about e-cigarettes, with an Item-Objective Congruence (IOC) value ranging from 0.67 to 1.00. The statistics used were mean, standard deviation, and t-test. The research findings showed that: revealed that the mean attitude scores toward e-cigarettes after learning were higher than those before learning at a statistically significant level of .05. Specifically, the mean scores for the three weeks after learning were 2.38, 2.83, and 3.18, compared to before learning scores of 2.17, 2.44, and 2.99. The development of the "Bingo Stop, Live Enough, Life



Unbroken" activity set, based on the Love Model, was found to be effective for use in activities related to e-cigarettes. It produced positive learning outcomes by changing students' attitudes toward e-cigarettes. The learning activities following the Love Model involved: Learners acquiring accurate knowledge about e-cigarettes through questioning and exploring information (L); expressing opinions confidently and openly listening to others' perspectives (O); appreciating health values and reflecting on what they learned (V); and becoming role models in changing negative attitudes toward e-cigarettes for themselves and others (E).

**Keywords:** Bingo; Lower Secondary School Students; E-Cigarette; POD

## บทนำ

ปัจจุบันมีการศึกษาถึงโทษของการสูบบุหรี่ไฟฟ้า (E-cigarettes) หรือ พอด (Pod) อย่างแพร่หลายว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่นในหลายด้าน ได้แก่ ระบบหัวใจและหลอดเลือดส่งผลให้เกิดกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลันในผู้ที่สูบบุหรี่มากถึง 2.66 เท่า และสารเคมีในบุหรี่ไฟฟ้ายังส่งผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจและปอดทั้งในระยะสั้นและระยะยาว โดยระยะสั้นทำให้ผู้สูบบุหรี่เกิดอาการปอดอักเสบ เกิดการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ โรคหอบหืด และในระยะยาวส่งผลให้เกิดโรคมะเร็งปอดถึงแก่ชีวิต อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อระบบประสาทและสมอง ด้านสติปัญญา และพฤติกรรม ปัญหาสุขภาพจิตซึ่งล้วนแล้วแต่ส่งผลกระทบต่อระบบการจดจำและการเรียนรู้ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยเด็กและวัยรุ่นที่มีโอกาสเสี่ยงป่วยเป็นโรคซึมเศร้าสูงถึง 2.39 เท่า ทำให้ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ และจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง หงุดหงิด นอนไม่หลับ มีปัญหาเรื่องสมาธิส่งผลกระทบต่อพัฒนาการการเรียนรู้เติบโตของร่างกาย รวมถึงผลลัพธ์การเรียนรู้อีกด้วย (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ, 2567)

กรมสนับสนุนและบริการสุขภาพ (2568) ได้สำรวจและเฝ้าระวังพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าหรือพอดในเยาวชนไทย พบว่า กลุ่มอายุของผู้ที่สูบบุหรี่ไฟฟ้ามากที่สุดคือ 19-25 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.62 รองลงมาคืออายุ 16-18 ปี คิดเป็นร้อยละ 29.39 กลุ่มอายุ 13-15 ปี คิดเป็นร้อยละ 22.39 และอายุ 7-12 ปี คิดเป็นร้อยละ 5.65 และยังพบว่าพฤติกรรมกาเกิดของนักสูบรายใหม่มีอายุเฉลี่ยที่ 13.34 ปี และมีอายุน้อยที่สุดคือ 6 ปี ซึ่งยังอยู่ในช่วงวัยชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โดยสาเหตุที่สำคัญของการสูบบุหรี่ไฟฟ้าในเด็กและเยาวชนเกิดจากบุคคลรอบข้าง เช่น การชักชวนของเพื่อนให้ทดลองสูบบุหรี่และการเข้าถึงโฆษณาบุหรี่ไฟฟ้าจากสื่อ หรือแพลตฟอร์มออนไลน์ต่างๆ จากข้อมูลที่น่าเสนอนี้แสดงให้เห็นว่าปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนให้เกิดค่านิยมที่ไม่ถูกต้อง เด็กและเยาวชนมีความเข้าใจผิดว่าการสูบบุหรี่ไฟฟ้าทำให้สามารถเลิกสูบบุหรี่มวนได้ ในบุหรี่ไฟฟ้าไม่มีนิโคตินหรือบุหรี่

ไฟฟ้ามีอันตรายน้อยกว่าบุหรี่มวน เมื่อพิจารณาผลการศึกษานี้จึงพบว่า เด็กและเยาวชนยังขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าอยู่ในระดับต่ำ และขาดความตระหนักถึงผลกระทบและโทษอันมหาศาลของบุหรี่ไฟฟ้าเนื่องจากความเชื่อผิดๆ นี้ (ทงศ์ ดวงมุกพะเนาว์ และคณะ, 2568)

จากข้อมูลข้างต้น นักสื่อบรายใหม่ถือเป็นกลุ่มเป้าหมายที่เปราะบางอย่างยิ่งต่อการใช้บุหรี่ไฟฟ้า เนื่องจากเป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม มีความต้องการเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน มีความอยากรู้อยากลองและง่ายต่อการถูกชักจูงจากสื่อสังคมออนไลน์ที่เข้าถึงได้ง่าย การสร้างเสริมภูมิคุ้มกันตั้งแต่วัยนี้จึงเป็นวิธีการการป้องกันที่สำคัญที่สุด อย่างไรก็ตามการจัดการเรียนการสอนในรูปแบบเดิมๆ เช่น การบรรยายให้ความรู้เพียงอย่างเดียว อาจไม่สามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนได้ เนื่องจากมักขาดการมีส่วนร่วม ไม่น่าสนใจ และไม่สามารถปรับเปลี่ยนเจตคติเชิงลบ ปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นการรับรู้ข้อมูล ความเชื่อผิดๆ รวมถึงการตัดสินใจจากความรู้สึกอันเกิดจากประสบการณ์ที่ไม่ได้อยู่บนพื้นฐานของข้อเท็จจริงนั้นมีความสัมพันธ์หรือเชื่อมโยงต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้บุหรี่ไฟฟ้าเพราะพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากการชี้นำโดยความเชื่อ ซึ่งความเชื่อจะส่งผลต่อพฤติกรรมผ่านเจตคติ ดังนั้นการแก้ไขปัญหาดังกล่าวโดยการมุ่งเน้นเพียงการให้ข้อมูลอาจไม่เพียงพอ หากปราศจากการปรับเจตคติภายในบุคคล ซึ่งจะเห็นได้ว่าเจตคติเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อการตัดสินใจและพฤติกรรมการแสดงออก (สุริย์พันธุ์ วรพงษ์, 2558) ในการดำเนินงานด้านสุขศึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์นั้น ควรพิจารณาเลือกทฤษฎีหรือโมเดลให้เหมาะสม จากการทบทวนและสังเคราะห์ทฤษฎีและแนวคิดที่มุ่งเน้นการปรับเจตคติเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง พบว่า มีเพียงโมเดลเลิฟที่เน้นในด้านความรู้และสามารถวัดพฤติกรรมของผู้เรียนครบทั้ง 3 ด้าน ซึ่ง “โมเดลเลิฟ” (LOVE MODEL) ที่เอมอัชมา วัฒนบุรณนัท (2565) เป็นผู้สร้างและพัฒนาขึ้นจากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาและแนวคิดทางพุทธศาสนา เป็นรูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ในด้านความคิด ความรู้ ทศนคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี มีความรักความเมตตาต่อบุคคลและสรรพสิ่งรอบข้าง อันจะส่งผลต่อการพัฒนาทั้งด้านจิตใจและปัญญา ตลอดจนการเป็นผู้ที่มีคุณธรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ยังมีนักศึกษาหลายท่านที่ได้นำโมเดลเลิฟมาใช้ในการศึกษาวิจัย อาทิเช่น นวรัตน์ ธัญญศิริ (2561) ศึกษาผลการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้โมเดลเลิฟเพื่อสร้างเสริมความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า หลังเรียนกลุ่มทดลองมีพัฒนาการที่ดีขึ้นและดีกว่ากลุ่มควบคุมในด้านความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้านความรู้และทัศนคติและนักเรียนมีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้โมเดลเลิฟอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับสุพรรณษา สงนิม (2563) ศึกษาการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้โมเดลเลิฟ



เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี

เมื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ พบว่า การจัดการเรียนรู้สุขศึกษาที่สอดคล้องและได้รับความสนใจในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจะมุ่งเน้นในด้านเจตคติ (Attitude) มาเป็นอันดับแรก ตามด้วยความรู้ (Knowledge) และการปฏิบัติ (Practice/Skill) ซึ่งการนำโมเดลเลิฟมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนจะช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสได้เรียนรู้ด้วยใจ ตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น ยังส่งผลให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้นทั้งในด้านความรู้ เจตคติและการปฏิบัติอีกด้วย เพื่อแก้ปัญหาดังกล่าวจึงนำแนวคิดโมเดลเลิฟมาประยุกต์ใช้ในการสร้างสื่อการเรียนรู้บุหรืไฟฟ้าเพื่อเสริมสร้างความสมบูรณ์ในด้านความดี (ไม่ยุ่งเกี่ยวกับบุหรืไฟฟ้า) ความรู้ (ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับบุหรืไฟฟ้า) และความรู้ปฏิบัติ (เมื่อรู้ข้อเท็จจริงแล้วนำไปปฏิบัติ) ด้านเจตคติต่อการใช้บุหรืไฟฟ้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นร่วมกับการใช้กิจกรรมเกมสปีโกเข้ามาเสริมในการประกอบกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ของนักเรียนให้มีความกระตือรือร้น สนุกสนาน ใฝ่เรียนรู้และเรียนอย่างมีความสุข โดยมีแนวคิดว่าธรรมชาติของเด็กๆ ชอบเล่นเกม ชอบการเรียนรู้ที่สนุกสนานเพลิดเพลิน ตามแนวทางการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 เน้นการเรียนรู้แบบเชิงรุก (Active Learning) ให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติ ซึ่งเกมเป็นนวัตกรรมการเรียนรู้ที่ช่วยส่งเสริมความคิดที่หลากหลายสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (Phuangchampa, 2019) และยังช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและกระตุ้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนผ่านการใช้แรงจูงใจและรางวัล (Duangrattanaekchai, 2019) โดยม้งานวิจัยที่แสดงให้เห็นว่าการใช้เกมสปีโกในการเรียนการสอนสามารถพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Tata & Supaya, 2022) และสอดคล้องกับงานวิจัยของณภัทร ชมชื่น และคณะ (2568) ที่ใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นกลุ่มตัวอย่างผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าเกมสปีโกเป็นนวัตกรรมการเรียนรู้เชิงรุกที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมความรู้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการบูรณาการในรายวิชาต่างๆ เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจ ดังนั้น การศึกษาในครั้งนี้ จึงได้นำเกมสปีโกโดยการนำกลไกของเกม เช่น การตั้งเป้าหมาย การทำภารกิจ การสะสมคะแนน การแข่งขัน และการให้รางวัลมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่สนุกสนานเหมาะสมกับวัยของผู้เรียนและยังเป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจภายในซึ่งก็คือเจตคตินั่นเอง

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบเจตคติเรื่องบุหรืไฟฟ้าก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมสปีโกหยุดพอดชีวิตไม่พังในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “โพโรจน์ประชาสรรค์”
2. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมสปีโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “โพโรจน์ประชาสรรค์”

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวิธีการการดำเนินการดังนี้

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “ไพโรจน์ประชาสรรค์” ซึ่งอยู่ในช่วงอายุประมาณ 13-15 ปี

1.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “ไพโรจน์ประชาสรรค์” ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 38 คน เป็นนักเรียนชาย 15 คน นักเรียนหญิง 23 คน โดยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

2.1 ชุดการจัดการเรียนการสอน ประกอบด้วย แผนกิจกรรมการเรียนรู้ 3 แผน ได้แก่

กิจกรรมที่ 1 เปิดใจเรียนรู้ รู้เท่าทันบุหรืไฟฟ้า

กิจกรรมที่ 2 รู้ทันภัย สร้างภูมิคุ้มกันทางใจจากบุหรืไฟฟ้า

กิจกรรมที่ 3 สร้างความรู้ สู้พลังใจช่วยเหลือเพื่อน

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยการหาค่า CVI (Content Validity Index) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ได้ค่า CVI เท่ากับ 1.00 และทำการปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

2.2 แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับบุหรืไฟฟ้า สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 11 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นแบบปลายปิด แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ 4 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 3 = ไม่เห็นด้วย 2 = เห็นด้วย 1 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยการหาค่า IOC (Indexes of Item-Objective Congruence) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ได้ค่า IOC ระหว่าง 0.67-1.00 และทำการปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

3. สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการทดสอบค่าที (t-test Dependent)

### 4. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผน เป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง (180 นาที) ดังนี้

#### 1) กิจกรรมที่ 1 เปิดใจเรียนรู้ รู้เท่าทันบุหรืไฟฟ้า

ขั้นที่ 1 ขั้นการเรียนรู้ (Learning) 30 นาที คือ 1) ผู้เรียนจะถูกกระตุ้นให้ตั้งคำถามเกี่ยวกับบุหรืไฟฟ้าโดยใช้โปรแกรมสื่อการเรียนรู้ Canva เช่น "บุหรืไฟฟ้าคืออะไร?" "ทำไมวัยรุ่นถึงคิดว่ามัน



ปลอดภัย?" ซึ่งจะช่วยในการกระตุ้นการเรียนรู้และกระตุ้นความคิดในการตั้งคำถามเกี่ยวกับหัวข้อดังกล่าว 2) การตั้งคำถามเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ซักถามข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้า

ขั้นที่ 2 ขั้นเปิดใจ (Openness) 40 นาที คือ 1) ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพที่ปรากฏในบิงโก ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้แต่ละกลุ่มเปิดใจและแสดงความคิดเห็นอย่างตรงไปตรงมาเกี่ยวกับภาพต่างๆ และเนื้อหาของแต่ละภาพ 2) การแสดงความคิดเห็นช่วยเสริมสร้างการเปิดใจในการเรียนรู้และให้ความสำคัญกับมุมมองของเพื่อนร่วมกิจกรรม

ขั้นที่ 3 ขั้นเห็นคุณค่า (Value) 60 นาที คือ 1) ผู้เรียนทำกิจกรรมออกแบบสรุปข้อมูลบนแทมเพลทของโปรแกรม Canva เกี่ยวกับความรู้ที่ได้รับจากการฟังบรรยาย การเล่นเกมบิงโกโดยผ่านโปรแกรม Canva 2) ผู้เรียนได้สะท้อนความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม ทำให้เกิดการเห็นคุณค่าของเนื้อหาที่ได้ทำกิจกรรม

ขั้นที่ 4 ขั้นเห็นคุณค่าความดี (Excellence) 50 นาที คือ 1) ผู้เรียนได้มีการแลกเปลี่ยนความรู้และอภิปรายเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้า ซึ่งในขั้นนี้จะเห็นถึงการช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างผู้เรียนเพื่อเพิ่มความรู้ความเข้าใจและปรับเปลี่ยนเจตคติต่อบุหรีไฟฟ้าที่ผู้เรียน ได้ทำกิจกรรมร่วมกัน 2) จัดกิจกรรมการช่วยเหลือซึ่งกันและกันนี้ช่วยส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันและเสริมสร้างการพัฒนาทักษะในการทำงานเป็นกลุ่ม

## 2) กิจกรรมที่ 2 รู้ทันภัย สร้างภูมิคุ้มกันทางใจจากบุหรีไฟฟ้า

ขั้นที่ 1 ขั้นการเรียนรู้ (learning) 30 นาที คือ 1) แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มๆ ละ 8-10 คน จากนั้นเขียนคำถามหรือข้อสงสัยเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้า จำนวน 10 ข้อ ลงในกระดาษ 2) ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน แลกเปลี่ยนคำถามหรือข้อสงสัยร่วมกัน จำนวน 1-2 ข้อ เพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้ โดยการตั้งคำถามและตอบคำถามร่วมกัน

ขั้นที่ 2 ขั้นเปิดใจ (openness) 40 นาที คือ 1) ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกเกี่ยวกับภาพที่ปรากฏในบิงโก ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้แต่ละกลุ่มเปิดใจรับฟังและแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ 2) การแสดงความคิดเห็นช่วยเสริมสร้างการเปิดใจในการเรียนรู้และให้ความสำคัญกับมุมมอง ความคิดหรือทัศนคติของเพื่อนร่วมกิจกรรม

ขั้นที่ 3 ขั้นเห็นคุณค่า (value) 60 นาที คือ 1) ผู้เรียนเลือกสถานการณ์สมมติจากบิงโก 1 สถานการณ์และร่วมกันกำหนดบทบาทหน้าที่ของสมาชิกภายในกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มจะมีเวลา 15 นาที สำหรับซ้อมการแสดงบทบาทสมมติ 2) ผู้เรียนแต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติหน้าชั้นเรียน 5-7 นาที เมื่อการแสดงของกลุ่มนั้นๆ จบลง แล้ว ให้เพื่อนๆ ร่วมให้ข้อคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะเชิงสร้างสรรค์ จำนวน 2 ประเด็น

ขั้นที่ 4 ขั้นเห็นคุณค่าความดี (excellence) 50 นาที คือ 1) ผู้เรียนแต่ละกลุ่มได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และอภิปรายเกี่ยวกับแบบแผนหรือแนวทางการช่วยเหลือร่วมกัน 2) หลังจาก

แลกเปลี่ยนเรียนรู้และอภิปรายเรียบร้อยแล้ว ให้แต่ละกลุ่มสลับแบบแผนหรือแนวทางการช่วยเหลือกับกลุ่มอื่น เพื่อให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดต่อยอดว่า "ถ้าทำแบบแผนหรือแนวทางนี้ จะเกิดผลดีต่อคนรอบตัวอย่างไรบ้าง..."

### 3) กิจกรรมที่ 3 สร้างความรู้ สู้พลังใจช่วยเหลือเพื่อน

ขั้นที่ 1 ขั้นการเรียนรู้ (learning) 30 นาที คือ 1) แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มๆ ละ 8-10 คน เขียนข้อความสั้นๆ เกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้า (สาเหตุ กระบวนการ ชักชวน ผลกระทบ กฎหมาย แนวทางปฏิเสธ) จำนวน 10 ข้อ ลงในกระดาษ 2) ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน เพื่อแลกเปลี่ยนคำถามกับกลุ่มอื่นแบบสั้นๆ จำนวน 1-2 ข้อ เพื่อสร้างพลังในการตั้งคำถามและร่วมกันตอบคำถามที่น่าสนใจ

ขั้นที่ 2 ขั้นเปิดใจ (openness) 40 นาที คือ 1) ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกเกี่ยวกับภาพที่ปรากฏในบิงโก ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้แต่ละกลุ่มเปิดใจและแสดงความคิดเห็นได้อย่างตรงไปตรงมา 2) การแสดงความคิดเห็นช่วยเสริมสร้างการเปิดใจในการเรียนรู้และให้ความสำคัญกับมุมมอง ความคิดหรือทัศนคติของเพื่อนร่วมกิจกรรม

ขั้นที่ 3 ขั้นเห็นคุณค่า (value) 60 นาที คือ 1) ให้แต่ละกลุ่มเลือกสถานการณ์จากภาพบิงโก 2 สถานการณ์และร่วมกันคิดวิเคราะห์แนวทางการช่วยเหลือจากสถานการณ์ทั้ง 2 สถานการณ์แล้วเขียนลงในกระดาษ

ขั้นที่ 4 ขั้นเห็นคุณงามความดี (excellence) 50 นาที คือ 1) ผู้เรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันสรุปองค์ความรู้จากการแสดงบทบาทสมมติที่ได้จากขั้นที่ 3 เช่น การปฏิเสธบุหรีไฟฟ้า และการขอความช่วยเหลือจากสถานการณ์สมมติต่างๆ และนำเสนอเพื่อรับคำแนะนำ ปรับปรุง และสรุปแนวทางที่สามารถปฏิบัติได้จริง

4.2 ดำเนินการสอบถามเจตคติเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้าสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละสัปดาห์

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ และบรรยายประกอบตาราง

## ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอสชีวิตไม่พัง ที่มีต่อเจตคติในการใช้บุหรีไฟฟ้าของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการเปรียบเทียบเจตคติเรื่องบุหรีไฟฟ้าก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอสชีวิตไม่พังในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “ไพโรจน์ประชาสรรค์” พบว่า ผลการทดลองทั้ง 3 สัปดาห์ ค่าเฉลี่ยเจตคติของนักเรียนที่มีต่อบุหรีไฟฟ้า หลังเรียนต่อก่อนเรียน เท่ากับ 2.38, 2.83, 3.18/2.17, 2.44, 2.99 เมื่อนำมาเปรียบเทียบกันโดยใช้การทดสอบค่าที (Paired

Sample t-test) ปรากฏว่า  $\text{sig} = .00$  ดังนั้น  $\text{sig} < (.00 < .05)$  แสดงว่า เจตคติของนักเรียนที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** การเปรียบเทียบเจตคติเรื่องบุหรี่ไฟฟ้าก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง 3 สัปดาห์

| การทดสอบ     | n  | ก่อนเรียน |        | หลังเรียน |        | t       | p    |
|--------------|----|-----------|--------|-----------|--------|---------|------|
|              |    | X         | S.D.   | X         | S.D.   |         |      |
| สัปดาห์ที่ 1 | 38 | 2.1784    | .25144 | 2.3845    | .23462 | -6.100  | .000 |
| สัปดาห์ที่ 2 | 38 | 2.4474    | .17977 | 2.8334    | .19081 | -11.169 | .000 |
| สัปดาห์ที่ 3 | 38 | 2.9953    | .14489 | 3.1847    | .12546 | -11.444 | .000 |

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “ไพโรจน์ประชาสรรค์” พบว่า ชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พังตามแนวคิดโมเดลเลิฟที่พัฒนาขึ้น สามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “ไพโรจน์ประชาสรรค์” ซึ่งอยู่ในช่วงอายุประมาณ 13-15 ปี นำไปสู่ผลลัพธ์ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ปรับเปลี่ยนเจตคติที่ดีต่อผู้เรียนเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า

## อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง ที่มีต่อเจตคติในการใช้บุหรี่ไฟฟ้าของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

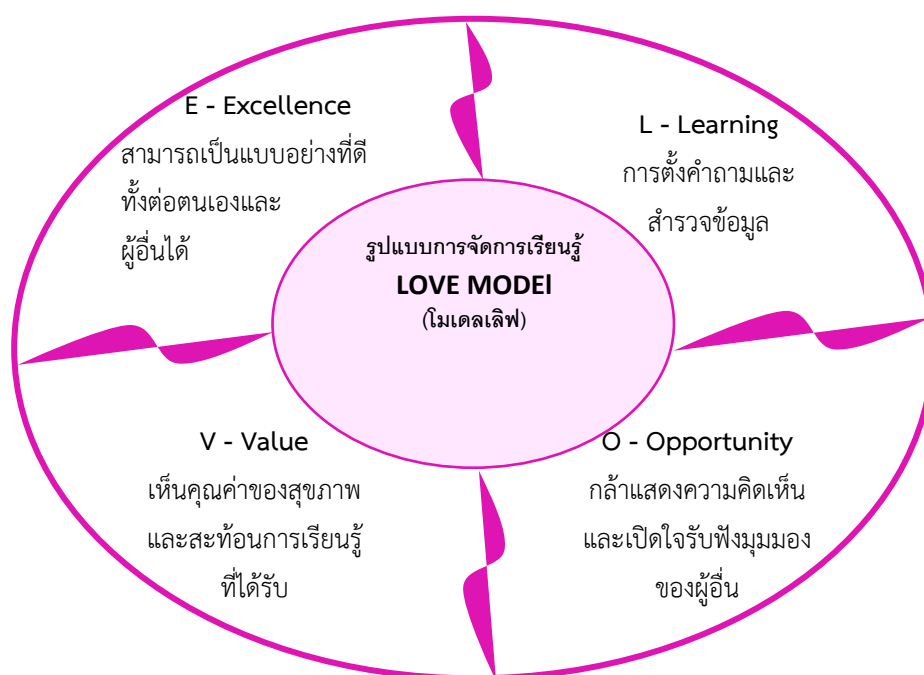
1. วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า ค่าเฉลี่ยเจตคติของนักเรียนที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า นักเรียนมีเจตคติเรื่องบุหรี่ไฟฟ้าที่ดีขึ้นหลังจากที่ได้เรียนตามแผนกิจกรรมเรียนรู้ทั้ง 3 แผน ทั้งนี้เพราะในการจัดกิจกรรมมีกระบวนการที่มุ่งเน้นให้นักเรียนได้ฝึกค้นคว้า ข้อมูล และสร้างองค์ความรู้ใหม่ด้วยตนเอง และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้สนทนาและแสดงความคิดเห็น กล้าคิด กล้าแสดงออก กระตือรือร้นอยากจะทำปัญหา และมีความมั่นใจ โดยมีส่วนร่วมในกิจกรรมทั้งทางร่างกาย อารมณ์และสังคม นักเรียนมีบทบาทในการร่วมทำกิจกรรม เช่น การศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากแหล่งความรู้อื่น ซึ่งนอกเหนือจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ การสรุปผลการทำกิจกรรม และรู้จักคิดอภิปรายร่วมกัน อีกทั้งยังมีการสอบถามเจตคติของนักเรียนที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า ทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าที่ดีขึ้น เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง พยายามเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น เกิดเป็นแรงจูงใจในการเรียนรู้ในกิจกรรมต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎี PRECEDE MODEL ของนอร์ลันด์ เอื้อกิจ และลัดดาวัลย์ เพ็ญศรี ได้สรุปไว้ว่าปัจจัยนำที่ประยุกต์โดยการให้ความรู้ ส่งเสริมความเชื่อ ค่านิยม ทักษะคติ เจตคติ และการ

รับรู้ประโยชน์จะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพอย่างรวดเร็ว (นรลักษณ์ เอื้อกิจ และ ลัดดาวัลย์ เพ็ญศรี, 2562) และสอดคล้องกับงานวิจัยของปภัสสันต์ ต้นหราชพันธุ์ ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดลำปาง พบว่าการสูบบุหรี่ของคนใกล้ชิดและการรับรู้สื่อทางออนไลน์มีผลกระทบอย่างมีนัยสำคัญต่อความเชื่อเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าและทัศนคติเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้า ผลการวิจัยนี้ชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นในการพัฒนาแผนที่ยุทธศาสตร์ในการลดอิทธิพลของการสูบบุหรี่ของคนใกล้ชิด การรับรู้สื่อทางออนไลน์และการปรับเปลี่ยนความเชื่อและทัศนคติเพื่อช่วยลดการใช้บุหรี่ไฟฟ้าในกลุ่มวัยรุ่น ควรพัฒนาโปรแกรมการป้องกันการสูบบุหรี่ไฟฟ้าที่มีประสิทธิภาพ โรงเรียนและหน่วยงานรัฐบาลควรแก้ไขปัจจัยที่ส่งเสริมการใช้บุหรี่ไฟฟ้าในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาผ่านการจัดการศึกษาเกี่ยวกับความรู้เท่าทันสื่อและบังคับใช้กฎระเบียบที่เข้มงวดมากขึ้นเกี่ยวกับการโฆษณาและการขายบุหรี่ไฟฟ้าโดยเฉพาะทางออนไลน์ (ปภัสสันต์ ต้นหราชพันธุ์, 2568)

2. วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่า ชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พึ่งตามแนวคิดโมเดลเลิฟที่พัฒนาขึ้น สามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “โพธิ์จันทน์ประชาสรรค์” ซึ่งอยู่ในช่วงอายุประมาณ 13-15 ปี นำไปสู่ผลลัพธ์ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ปรับเปลี่ยนเจตคติที่ดีต่อผู้เรียนเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า ทั้งนี้เพราะชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นได้ดำเนินการตามขั้นตอนการสร้างอย่างละเอียดเป็นระบบ และที่ถูกต้องตรงตามเนื้อหา มาตรฐานและตัวชี้วัดที่กำหนด โดยผ่านการตรวจสอบและแก้ไขข้อบกพร่องตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญในด้านเนื้อหา ภาษา เวลาและผ่านการทดลองเพื่อนำมาปรับปรุงให้มีความสมบูรณ์ โดยนำผลการทดลองไปปรับปรุงก่อนนำไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “โพธิ์จันทน์ประชาสรรค์” จำนวน 38 คน เป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์ หลังจากจัดกิจกรรมนักเรียนสามารถเพิ่มความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าได้ ซึ่งชุดกิจกรรมเป็นนวัตกรรมใหม่ที่สร้างความสนใจของนักเรียน กระตุ้นให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น และนักเรียนมีความสุข เรียนรู้ได้อย่างสนุก เพลิดเพลิน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของจินห์จุฑา ศิริเวชบุรี ที่เสนอว่าการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้โดยประยุกต์ใช้กระบวนการเรียนรู้ปัญหาเป็นฐาน เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัย พบว่าชุดกิจกรรมการเรียนรู้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด คะแนนการเรียนรู้ที่เรียนด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (จินห์จุฑา ศิริเวชบุรี, 2561)

## องค์ความรู้ใหม่

การใช้เกมส์บิงโกในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้าบนแนวคิดของโมเดลเลิฟจะนำไปสู่ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่สำคัญ โดยผ่านกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ตาม Love Model คือ ผู้เรียนได้รับความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้าผ่านการตั้งคำถามและสำรวจข้อมูล (L) กล้าแสดงความคิดเห็นและเปิดใจรับฟังมุมมองของผู้อื่น (O) เห็นคุณค่าของสุขภาพและสะท้อนการเรียนรู้ที่ได้รับ (V) และสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในการปรับเปลี่ยนเจตคติเชิงลบต่อบุหรีไฟฟ้าทั้งต่อตนเองและผู้อื่นได้ (E) แสดงดังรูปภาพที่ 1 ดังนี้



**ภาพที่ 1** แสดงรูปแบบการใช้เกมส์บิงโกในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้าตามแนวคิดของโมเดลเลิฟสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “ไพโรจน์ประชาสรรค์”

จากภาพมีคำอธิบายว่า

**ขั้นที่ 1** ขั้นการเรียนรู้ (Learning) ได้แก่ 1. ผู้เรียนจะถูกกระตุ้นให้ตั้งคำถามเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้าโดยใช้โปรแกรมสื่อการเรียนรู้ Canva เช่น "บุหรีไฟฟ้าคืออะไร?" "ทำไมวัยรุ่นถึงคิดว่ามันปลอดภัย?" ซึ่งจะช่วยในการกระตุ้นการเรียนรู้และกระตุ้นความคิดในการตั้งคำถามเกี่ยวกับหัวข้อดังกล่าว 2. การตั้งคำถามเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ซักถามข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้า

**ขั้นที่ 2** ขั้นเปิดใจ (Openness) ได้แก่ 1. ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพที่ปรากฏในบิงโก ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้แต่ละกลุ่มเปิดใจและแสดงความคิดเห็นอย่างตรงไปตรงมาเกี่ยวกับภาพ

ต่างๆ และเนื้อหาของแต่ละภาพ 2. การแสดงความคิดเห็นช่วยเสริมสร้างการเปิดใจในการเรียนรู้และให้ความสำคัญกับมุมมองของเพื่อนร่วมกิจกรรม

**ขั้นที่ 3** ขั้นเห็นคุณค่า (Value) ได้แก่ 1. ผู้เรียนทำกิจกรรมออกแบบสรุปข้อมูลบนแทมเพลทของโปรแกรม Canva เกี่ยวกับความรู้ที่ได้รับจากการฟังบรรยาย การเล่นเกมบิงโก โดยผ่านโปรแกรม Canva 2. ผู้เรียนได้สะท้อนความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม ทำให้เกิดการเห็นคุณค่าของเนื้อหาที่ได้ทำกิจกรรม

**ขั้นที่ 4** ขั้นเห็นคุณงามความดี (Excellence) ได้แก่ 1. ผู้เรียนได้มีการแลกเปลี่ยนความรู้และอภิปรายเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้า ซึ่งในขั้นนี้จะเห็นถึงการช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างผู้เรียน เพื่อเพิ่มความรู้ความเข้าใจและปรับเปลี่ยนเจตคติต่อบุหรีไฟฟ้าที่ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน 2. จัดกิจกรรมการช่วยเหลือซึ่งกันและกันนี้ช่วยส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันและเสริมสร้างการพัฒนาทักษะในการทำงานเป็นกลุ่ม

## บทสรุป

การเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรีไฟฟ้าตามแนวคิดของโมเดลเลิฟ สามารถคิดวิเคราะห์ การสังเคราะห์องค์ความรู้ด้วยตนเอง และการมีส่วนร่วมอย่างเป็นระบบ การตั้งคำถาม แลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น เปิดใจรับฟังความคิดเห็นที่หลากหลาย ผ่านการวิเคราะห์สถานการณ์จากภาพบิงโกและร่วมกันออกแบบแนวทางการช่วยเหลือที่เหมาะสม โดยตระหนักถึงผลกระทบต่อสุขภาพและสังคม อันนำไปสู่การเห็นคุณค่าในการดูแลสุขภาพตนเองและปรับเจตคติอย่างเหมาะสมต่อบุหรีไฟฟ้า พร้อมทั้งปลูกฝังจิตสำนึกในการดูแลสุขภาพตนเองและคำนึงถึงผลกระทบต่อผู้อื่นในชีวิตจริง

## ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ระดับสถานศึกษา กำหนดให้สถานศึกษาเป็นพื้นที่ปลอดภัย โดยการจัดตั้งคณะกรรมการโรงเรียนเพื่อดำเนินงานป้องกันบุหรีไฟฟ้าโดยเฉพาะ โดยมีผู้บริหารสถานศึกษา ครูและบุคลากรร่วมสร้างความรู้ ความเข้าใจเพื่อให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ถูกต้องผ่านกิจกรรมการเรียนการสอนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน

2. ระดับชุมชน สร้างเครือข่ายชุมชนคุณภาพ โดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน ตั้งแต่ระดับครอบครัว สถานศึกษา โรงพยาบาล สถานีตำรวจ หรือองค์กรต่างๆ ในชุมชนร่วมกันดูแล สอดส่อง



เยาวชนในชุมชนหรือจัดกิจกรรมชุมชนปลอดภัยไฟฟ้า จัดตั้งคลินิกให้คำปรึกษาและมีการติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง เป็นต้น

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. จากผลการวิจัย พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดทองคั้ง “ไฟโรจน์ประชาสรรค์” มีเจตคติเรื่องไฟฟ้าดีขึ้น ดังนั้น โรงเรียนควรมีนโยบายดูแล ส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้หรือสื่อที่สามารถเข้าถึงได้ง่าย น่าสนใจ สร้างความสนุกและเพลิดเพลิน เพื่อกระตุ้นและเร้าให้นักเรียนเกิดความสนใจในการเรียนรู้ด้วยตัวเองมากยิ่งขึ้น

2. จากผลการวิจัย พบว่า การพัฒนาชุดกิจกรรมบิงโกหยุดพอดชีวิตไม่พัง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดทองคั้ง “ไฟโรจน์ประชาสรรค์” นำไปสู่ผลลัพธ์ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ปรับเปลี่ยนเจตคติที่ดีต่อผู้เรียนเกี่ยวกับไฟฟ้า ดังนั้น โรงเรียนสนับสนุนและส่งเสริมการพัฒนาชุดกิจกรรมของแต่ละรายวิชาและในระดับชั้นอื่นๆ เพื่อนำมาพัฒนาทักษะความรู้ในด้านต่างๆ ของนักเรียนให้นักเรียนได้เรียนรู้อย่างมีอิสระและผ่อนคลายความเครียดจากการเรียน

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาถึงผลกระทบระยะยาวของไฟฟ้าที่ส่งผลกระทบต่อระบบสมองและพฤติกรรมเด็กวัยเรียนในบริบทสังคมไทยให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น

2. ควรใช้การวิจัยแบบผสมผสาน เพื่อเชื่อมโยงปัจจัยที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ เช่น การเข้าถึงโซเชียลมีเดียและปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านชุมชน โดยการบูรณาการเนื้อหาผ่านกิจกรรมสุขภาพที่หลากหลาย

### เอกสารอ้างอิง

กรมสนับสนุนและบริการสุขภาพ. (2568). *พฤติกรรมกรสูบบุหรี่ไฟฟ้า หรือพอด (Pod) ของเด็กและเยาวชนไทย ปี 2568*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.

จิณห์จุฑา ศิริเวชบุรี. (2561). การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้โดยประยุกต์ใช้กระบวนการเรียนรู้ปัญหาเป็นฐาน เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. *วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน*. มหาวิทยาลัยบูรพา.

ณภัทร ชมชื่น และคณะ. (2568). การพัฒนานวัตกรรมการเรียนรู้เชิงรุกด้วยเกมบิงโกเพื่อส่งเสริมความรู้ในนักเรียนมัธยมศึกษา. *วารสารวิชาการครูศึกษา*, 12(1): 45-60.

ทงค์ ดวงมุกพะเนาว์ และคณะ. (2568). การพัฒนาระบบเครือข่ายในการป้องกันการใช้ไฟฟ้าของเยาวชนจังหวัดปราจีนบุรี. *วารสารสหวิชาการเพื่อสุขภาพ*. 7(1): 96-108.

- นรลักษณ์ เอื้อกิจ และลัดดาวัลย์ เพ็ญศรี. (2562). การประยุกต์ใช้แนวคิด PRECEDE MODEL ในการสร้างเสริมสุขภาพ. *วารสารพยาบาลสภาวิชาชีพไทย*, 12(1): 38-48.
- นวรรตน์ ธัญญศิริ. (2561). ผลการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้โมเดลเลิฟเพื่อสร้างเสริมความเป็นมนุษย์ ที่สมบูรณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์*. 19(1): 67-81.
- ปภัสนันต์ ตันหราชพันธุ์. (2568). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา อำเภอมะนัง จังหวัดลำปาง. *วารสารวิชาการสาธารณสุขชุมชน*. 11(1): 149-164.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2567). บุหรี่ไฟฟ้า ผลร้ายที่เกิดกับเด็กและวัยรุ่น. <https://happychild.thaihealth.or.th/บุหรี่ไฟฟ้า-ผลร้ายที่เก/>
- สุพรรณษา สงนิม. (2563). การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้โมเดลเลิฟเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น. คณะสาธารณสุขศาสตร์: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุรีย์พันธุ์ วรพงษ์ธร. (2558). การวิจัยทางสุขภาพศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์วิบูลย์การปก.
- เอนอชมา วัฒนบุรณนท. (2565). โมเดลเลิฟ (LOVE MODEL): โมเดลการจัดการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ LOVE MODEL: Learning Management Model for Enhancing Comprehensive Humanization. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: บริษัท โอ เอส พรินติ้ง เฮาส์ จำกัด.
- Duangrattanaekchai, P. (2019). Active Learning and Students' Motivation in Health Education. *Journal of Educational Innovation*, 5(3): 200-215.
- Phuangchampa, S. (2019). Innovative Learning Strategies in the 21st Century. *International Journal of Educational Development*, 14(1): 88-102.
- Tata, R., & Supaya, M. (2022). Efficiency of Game-Based Learning in Health Education. *Global Journal of Health Science*, 14(4): 88-102.

