



**ผลของการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เพื่อพัฒนาความรู้
ความตระหนักและพฤติกรรมต่อการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ
ในนักเรียนประถมศึกษา จ.ตรัง**

**Effects of Using Experiential Learning to Improve Knowledge, Awareness
and Behavior of Healthy and Media Literacy Food Consumption
in Prathom Suksa Students in Trang Province**

ดวงแข รักไทย^{1*}, นิตยา ชีพประสพ¹, ประไพพิศ สิงหเสม¹,
โสภิต สุวรรณเวลา¹, จันทรเพ็ญ เลิศวันวัฒนา¹
Duangkhae Rakthai^{1*}, Nittaya Cheeprasop¹, Prapaipis Singhasaem¹
Sopit Suwanwela¹, Janpen Leartwanawattana¹

(Received: April 3, 2020; Revised: June 24, 2020; Accepted: July 30, 2020)

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองศึกษาผลของโปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ต่อความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง กลุ่มโรงเรียนเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งมีนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 42 และ 41 คน ตามลำดับ กลุ่มทดลองได้รับการจัดการเรียนรู้แบบเน้น ประสบการณ์ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้แบบปกติ เครื่องมือที่ใช้ดำเนินการวิจัย คือ โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เพื่อสร้างความรู้และความตระหนักในการบริโภค อาหารสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ ในนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-6 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถามความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความรู้ (KR-20) ความตระหนัก และพฤติกรรม (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .68 .78. และ .72 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาและสถิติ

¹วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ตรัง

¹Boromarajonani College of Nursing, Trang

*Corresponding Author: pkdrakthai@gmail.com



ผลการวิจัย พบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .05$ (ค่า $t = 14.99$ 8.01 และ 10.38 ตามลำดับ) โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เป็นแนวทางสำหรับทีมสุขภาพนำมาใช้เพื่อเพิ่มความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: การจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ รู้เท่าทันสื่อ

Abstract

This quasi-experimental study design aimed to study the effects of experience-based learning program on knowledge, awareness and behaviors of healthy consumption and media literacy food consumption of students in Prathom Suksa 4 to 6 in Muang District, Trang Province. The sample schools were randomly assigned into trial and control group which were consisted of 42 and 41 students from Prathom Suksa 4 to 6, respectively. The trial group received experience-based learning program. The control group received normal learning management. The research instrument was the program of experiential learning to create knowledge and awareness about healthy and media literacy food consumption for students in Prathom Suksa 4 to 6. Data was collected using the knowledge, awareness and behavioral questionnaires for healthy and media literacy food consumption. The reliability of the knowledge (KR-20), awareness and behavior questionnaires (Cronbach's Alpha Coefficient) were .68, .78 and .72, respectively. Data were analyzed using descriptive statistic and t-test.

The results showed that the post-trial scores of knowledge, awareness and behavior of the trial group were higher than before the trial and higher than the control group at statistically significance $p < .05$. ($t = 14.99$, 8.01 and 10.38, respectively). The experience-based learning program is effective and should be recommended to use as a guideline to increase knowledge, awareness and behavior in healthy consumption and media literacy food consumption for students in Prathom Suksa 4 to 6.

Keywords: Experiential learning, Healthy food consumption, Media literacy



บทนำ

ปัญหาสุขภาพของเด็กไทยเกิดจากสาเหตุหนึ่งที่สำคัญคือพฤติกรรมการรับประทานอาหาร (Institute of Nutrition Mahidol University, 2012) ที่ส่งผลให้เกิดโรคขาดสารอาหาร อ้วน และโรคแทรกซ้อนอันเป็นโรคเรื้อรังที่จะเกิดขึ้นตามในอนาคตได้ อาทิเช่น เบาหวาน ความดัน เป็นต้น มีการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหารมี 2 ประเภท ได้แก่ ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก

ด้านปัจจัยภายในเกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตของสมองนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 (อายุ 10-12 ปี) ซึ่งมีส่วนที่เจริญเติบโตเกือบเต็มที่แล้ว คือ ส่วนที่ซึ่งเกี่ยวข้องกับความจำและการแสดงอารมณ์ (Limbic system) ในขณะที่สมองส่วนปญญา (Neocortex) กำลังเข้าสู่สภาพที่ต้องได้รับการกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อมให้เกิดการพัฒนาได้เต็มที่ตามศักยภาพ (PaulMacLean cited in Kotchabhakdi, 2018) สอดคล้องกับพัฒนาการทางสติปัญญาและความคิดตามทฤษฎีของเพียเจต์ของเด็กวัยนี้อยู่ขั้นการคิดอย่างมีเหตุผลในเชิงรูปธรรม (concrete operations) กล่าวคือ สามารถเปรียบเทียบแบบตรงไปตรงมาในเชิงรูปธรรม เช่น น้อยกว่า มากกว่า สูงกว่า ต่ำกว่าได้ แต่ยังไม่สามารถเปรียบเทียบในเชิงนามธรรม ดังนั้น ด้านการเข้าใจสิ่งที่สื่อนำเสนอ นั้น เด็กวัยนี้เข้าใจการนำเสนอเนื้อหาต่าง ๆ ตามคำบอกกล่าว แต่ไม่เข้าใจการนำเสนอเนื้อหาประเภทกล่าวเกินจริงหรือการเปรียบเทียบในเชิงคุณภาพได้ (Christ & Potter, 1998)

ด้านปัจจัยภายนอก ปัจจัยสำคัญในยุคปัจจุบันที่ส่งผลโดยตรงต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหาร (Thai Health Promotion Foundation, 2017) คือ ความเจริญอย่างมากของเมืองหลวง ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่ทำให้การเข้าถึงเนื้อหาต่าง ๆ ง่ายขึ้น ประกอบกับพัฒนาการทางด้านสังคมของเด็กวัยนี้ที่ให้ความสำคัญแก่กลุ่มเพื่อนมาก คล้อยตามการชักจูงและเลียนแบบการกระทำเพื่อต้องการให้กลุ่มยอมรับ (Kohlberg, 1973) จึงเป็นวัยที่ทฤษฎีการบริโภคเชิงสัญญาณ (Consumption of Signs) มีบทบาทในการบริโภคเป็นอย่างมาก (Baudrillard, 1978 cited in Charoenwong, 2016) นั่นคือการถูกควบคุมการรับรู้ ความคิด และพฤติกรรมการบริโภค จากการขึ้นของการสื่อสารผ่านดิจิทัลเทคโนโลยี (Jirapongsa-anan, 2013) ดังผลการศึกษาที่พบว่าเด็กอายุ 6-12 ปี มีแนวโน้มในการเกิดพฤติกรรมตามการเชิญชวนของโฆษณา โดยเฉพาะอย่างยิ่งโฆษณาที่มีการใช้ตัวเสริมแรงร่วมด้วย เช่น ของแถม จะสามารถสร้างการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมได้ในทันที (Thinwilaisakul, 2012; Wirunrach, 2012) ตลอดจนการใช้กลยุทธ์ด้านการตลาดอื่น ๆ เช่น การให้บริการถึงบ้าน การตกแต่งร้าน ก็เป็นเงื่อนไขสำคัญที่มีผลต่อการบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast Food) ของเด็กระดับประถมศึกษาเช่นกัน



แนวทางการป้องกันและแก้ปัญหาอันเกิดจากการบริโภคสื่อนี้ ทางองค์การโลก (UNESCO) ตลอดจนองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนในประเทศไทยเห็นความสำคัญและส่งเสริมให้มีการพัฒนาองค์ความรู้เรื่องการรู้เท่าทันสื่อ โดยการเพิ่มเนื้อหาลงในหลักสูตรการศึกษาต่างๆ และการให้ทุนสนับสนุนการจัดโครงการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อในประชาชนโดยเฉพาะในเด็กและเยาวชน งานวิจัยที่ศึกษามาก่อนหน้านี้ พบว่า การรู้เท่าทันสื่อสามารถลดความถี่ของพฤติกรรมเบี่ยงเบน (Somjing, 2014) และพฤติกรรมบริโภคนิยม (Tansuwannond, 2015)

ดังข้อมูลทีกล่าวมาข้างต้นเกี่ยวกับพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม การจัดการเรียนรู้เท่าทันสื่อให้กับเด็กวัย 10-12 ปี จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องจัดการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของเด็กวัยนี้ ตรงกับการเข้าใจโดยตรงไปตรงมาของเด็กวัยนี้ และกระบวนการจัดการเรียนรู้กระตุ้นพัฒนาการด้านเชาว์ปัญญาเป็นอย่างมากเพื่อให้มีศักยภาพเข้าใจเบื้องหลังของโฆษณาเกิดภูมิคุ้มกันท่ามกลางกระแสบริโภคนิยม ดังผลการวิจัยที่พบว่าการจัดการเรียนรู้เชิงรุก เนื้อหาการเรียนรู้ที่บูรณาการเข้ากับวิถีชีวิต ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ข้อถกเถียงแลกเปลี่ยน และการใช้สื่อที่เหมาะสมในกิจกรรมการเรียนรู้ เป็นแนวทางสำหรับพัฒนากระบวนการเรียนรู้เท่าทันสื่อของเด็กและเยาวชน (Krutasen, 2013; Thongdee, 2014) อย่างไรก็ตามด้วยบริบทของเด็กในพื้นที่ที่แตกต่างกันย่อมมีความแตกต่างในหลาย ๆ ด้าน ดังนั้นการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับบริบทและวิถีชีวิตจริงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึงในแต่ละพื้นที่

การเรียนรู้ที่เน้นประสบการณ์ (Experiential learning) (Kolb, 1984) เป็นการจัดการเรียนรู้เชิงรุกที่พัฒนาจากแนวทางการเรียนรู้ด้วยการลงมือทำ (Learning by doing) ของ John Dewey จากวงจรการเรียนรู้ 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นประสบการณ์เชิงรูปธรรม (Concrete Experience) 2) ขั้นการสังเกตอย่างไตร่ตรอง (Reflective Observation) 3) ขั้นสรุปเป็นหลักการนามธรรม (Abstract Conceptualization) และ 4) ขั้นการทดลองปฏิบัติ (Active Experimentation) ซึ่งผลจากการจัดการเรียนรู้ที่เน้นประสบการณ์ สามารถพัฒนาทั้งความรู้ ทักษะและเจตคติ ในด้านภาษา การบริโภคอาหาร และการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืนของเด็กประถม (9-12 ปี) (Srianun & Adipattaranan, 2017; Kamsanongsrin, 2009; Karusanee, 2009) และพัฒนาความรู้ ความตระหนัก และการปฏิบัติในเรื่องการรู้เท่าทันสื่อ โฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพทางอินเทอร์เน็ตสูงกว่าก่อนเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (Authamontree, 2012)

ส่วนทักษะการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) 5 ด้านที่ทำให้เด็ก เยาวชน หรือผู้รับสารอื่นๆ เข้าใจสื่อได้อย่างถูกต้อง ครอบคลุม ไม่ตกเป็นเหยื่อของผู้ส่งสาร ซึ่งทักษะ 5 ด้านประกอบด้วย 1) ทักษะขั้นการเปิดรับสื่อ คือ การรู้ลึกตัวเมื่อได้รับข่าวสารต่าง ๆ ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ หู ตา จมูก ลิ้น และสัมผัส โดยแยกแยะได้ว่ามีผู้ส่งสารให้เรารับสาร 2) การวิเคราะห์สื่อ คือ การนำสารที่



ได้รับนั้นมาแยกเป็นองค์ประกอบด้าน แสง สี เสียง ที่ผู้ส่งสารจัดทำขึ้นเพื่อดึงดูดความสนใจของผู้รับสาร 3) การเข้าใจสื่อ เป็นการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของผู้จัดทำและส่งสารในแง่มุมต่าง ๆ 4) การประเมินค่า ภายหลังแยกแยะ เข้าใจวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของสารที่ได้รับ แล้วย้อนกลับมาพิจารณาถึงความจำเป็นของตนเองที่จะบริโภคสิ่งนั้น ๆ และ 5) การใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ เมื่อเราเข้าใจสื่ออย่างถ่องแท้แล้วก็ต้องรู้ว่าเราควรบริโภค หรือส่งต่อให้ผู้อื่นหรือไม่อย่างไร (Fedorov, 2003)

จากข้อมูลที่กล่าวถึงในตอนต้นว่าปัญหาสุขภาพของเด็กไทยมีสาเหตุที่สำคัญจากพฤติกรรมการรับประทานอาหารตามการเชิญชวนของโฆษณาที่เร้าอารมณ์ความสนใจ และก่อให้เกิดเป็นค่านิยมคณะผู้วิจัยจึงนำเนื้อหาที่เน้นให้นักเรียนชั้นประถมศึกษา รู้ และตระหนักถึงสุขภาพของตนเอง การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพโดยการสังเกตฉลากโภชนาการ และทักษะการรู้เท่าทันสื่อ บูรณาการเข้าไปในชั้นการเรียนรู้ที่เน้นประสบการณ์ ตามวงจรของการเรียนรู้ของคอลบ (Kolb's model) โดยแบ่งกลุ่มย่อยในการเรียนรู้ ทั้ง 4 ชั้น ประกอบด้วย 1) การเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติในกิจกรรมที่จัดให้ 3 วงรอบ ๆ ละ 1 เรื่อง 2) ขึ้นไต่รถร่อน นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายสะท้อนความคิดถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมในวงรอบนั้น ๆ โดยมีนักศึกษาประจำกลุ่มเป็นพี่เลี้ยงช่วยถามคำถามนำตามแนวคำถามที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ ความรู้ เจตคติ และทักษะที่ได้ และเน้นถามคำถามที่เกี่ยวกับทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ด้าน การเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์และเข้าใจสื่อที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมในวงรอบนั้น ๆ ให้พูดคุยแลกเปลี่ยน 3) ขึ้นสُرปรวบยอด ร่วมกันสร้างความคิดรวบยอดสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ การประเมินค่า และการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ สรุปลงบนบอร์ด และ 4) ขึ้นการปฏิบัติ โดยนักเรียนในกลุ่มร่วมกันนำความรู้ไปทดลอง/ประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่กำหนดให้ ซึ่งการเรียนรู้ลักษณะเช่นนี้เด็กได้ลงมือกระทำ ได้พูดแสดงความคิดเห็น ส่งผลให้ได้ความรู้ เจตคติ ทักษะ ได้ถึง 90% (Dale, 1969) ดังนั้น การจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เพื่อพัฒนาความรู้และความตระหนักในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จึงอาจเป็นแนวทางในการสร้างภูมิคุ้มกันระยะยาว และลดปัญหาสุขภาพอันเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคสำหรับเด็กและเยาวชนที่กำลังเจริญเติบโตไปเป็นกำลังสำคัญของชาติต่อไปในอนาคต ผู้วิจัยจึงได้มุ่งศึกษาถึงผลของการใช้โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เพื่อพัฒนาความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรงเป็นกำลังของชาติต่อไป



วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนความรู้ ความตระหนักและพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง ก่อนและหลังจัดโปรแกรมการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์

2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความตระหนักและพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังจัดโปรแกรมการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์

สมมติฐานการวิจัย

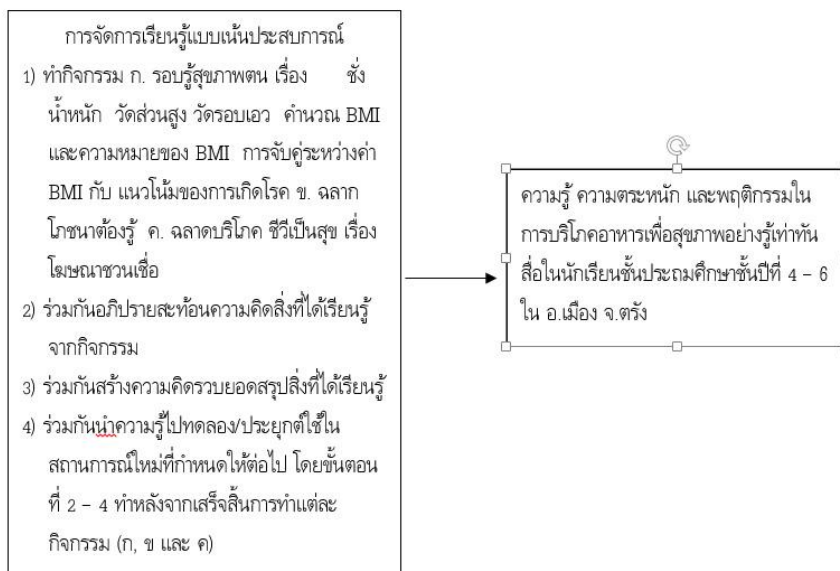
โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ ทำให้ ความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรม การเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ สูงขึ้นเทียบกับก่อนทดลอง และกลุ่มควบคุม

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษานี้ใช้แนวคิดของ Dewey (1938) เป็นการสอนที่ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านการปฏิบัติจริงพัฒนาโปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เพื่อพัฒนาความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ โดยนำเนื้อหาที่เน้นให้นักเรียนชั้นประถมศึกษา และตระหนักถึง 1) ภาวะสุขภาพของตนเอง ด้วยกิจกรรม ก. รอบรู้สุขภาพตน เรื่อง ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว คำนวณดัชนีมวลกาย (Body Mass Index: BMI) และความหมายของ BMI การจับคู่ระหว่างค่า BMI กับ แนวโน้มของการเกิดโรค 2) การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ด้วยกิจกรรม ข. ฉลากโภชนาการต้องรู้ และ 3) ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ด้วยกิจกรรม ค. ฉลาดบริโภค ชีวิตเป็นสุข เรื่อง โฆษณาชวนเชื่อ บูรณาการเข้าไปในชั้นการเรียนรู้แบบกลุ่มย่อยที่เน้นประสบการณ์ตามวงจรของการเรียนรู้ของคอลด์บ (Kolb's model) ทั้ง 4 ขั้น ประกอบด้วย 1) การเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติในกิจกรรมที่จัดให้ 3 วงรอบ ๆ ละ 1 กิจกรรม 2) ขั้นไตร่ตรอง นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายสะท้อนความคิดถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมในวงรอบนั้น ๆ โดยมีนักศึกษาประจำกลุ่มซึ่งมีวัยที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างมากกว่าคณะผู้วิจัยเป็นผู้ตั้งคำถามนำตามแนวคำถามที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ ความรู้ ความตระหนัก และทักษะที่ได้ และเน้นถามคำถามที่เกี่ยวกับทักษะการรู้เท่าทันสื่อด้าน การเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์และเข้าใจสื่อที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมในวงรอบนั้น ๆ ให้พูดคุยแลกเปลี่ยน 3) ขั้นสรุปรวบยอด ร่วมกันสร้างความคิดรวบยอดสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ การประเมินค่าและการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ สรุปลงบนกระดาน และ 4) ขั้นการปฏิบัติ โดยนักเรียนในกลุ่มร่วมกันนำความรู้ไปทดลอง/ประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่กำหนดให้ ซึ่งการเรียนรู้ลักษณะเช่นนี้เด็กได้ลงมือกระทำ ได้พูดแสดงความคิดเห็น ช่วยพัฒนาความรู้ ความตระหนัก และการนำความรู้ไปทดลอง/



ประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ช่วยพัฒนาความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมได้ (Srianun & Adipattaranan, 2017; Kamsanongsrin, 2009; Karusanee, 2009; Authamontree, 2012) อีกทั้งยังส่งผลให้เกิดการคงทนของการเรียนรู้ได้ถึง 90% (Dale, 1969) (ภาพที่ 1)



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดวิจัย

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบ 2 กลุ่มทดสอบก่อน-หลังการทดลอง (Two group pre-post test design)

ประชากรในการวิจัย

คือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของโรงเรียนขยายโอกาสในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตรัง เขตอำเภอเมืองตรัง จำนวน 6 โรงเรียน จำนวนนักเรียนทั้งหมด 409 คน

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

คือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของโรงเรียนขยายโอกาสในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตรัง เขตอำเภอเมืองตรัง จำนวน 2 โรงเรียน จำนวนนักเรียนทั้งหมด 83 คน

การคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง กำหนดค่าขนาดอิทธิพล (Effect Size) = 0.52 มาประมาณค่าขนาดตัวอย่างจากตารางประมาณค่าขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Cohen (1988 cited in Wachararat, 2009) ด้วยแบบทดสอบสมมติฐานทางเดียว (Table Estimate sample requirements as a function of effect size)



โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่น = 95% และคำนวณค่าอำนาจในการตรวจสอบ (Power Analysis) = .80 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มละ 40 คน

เมื่อพิจารณาจำนวนนักเรียนและผลสอบ NT ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ของแต่ละ โรงเรียนพบว่า มี 2 โรงเรียนที่มีนักเรียนและผลสอบ NT ใกล้เคียงกันมากที่สุด (41 คน, 51.52 และ 42 คน, 51.8 ตามลำดับ) จึงนำ 2 โรงเรียนดังกล่าวมาจับฉลากเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือ โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ เพื่อสร้างความรู้ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ ในนักเรียน ประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมตามวงจรของการเรียนรู้ของคอลด์ (Kolb's model) ทั้ง 4 ขั้น ประกอบด้วย 1) การเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติในกิจกรรมที่จัดให้ 3 วงรอบ ๆ ละ 1 กิจกรรม ประกอบด้วย กิจกรรม ก. รอบรู้สุขภาพตน กิจกรรม ข. ฉลาดโภชนาต้องรู้ และ กิจกรรม ค. ฉลาดบริโภค ชีวิตเป็นสุข เรื่อง โฆษณาชวนเชื่อ 2) ขั้นไตร่ตรอง นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายสะท้อนความคิดถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมในวงรอบนั้น ๆ โดยมีนักศึกษาระดับกลุ่มเป็นพี่เลี้ยงช่วยถามคำถามนำตามแนวคำถามที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ ความรู้ ความตระหนัก และทักษะที่ได้ และเน้นถามคำถามเกี่ยวกับทักษะการรู้เท่าทันสื่อด้าน การเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์และเข้าใจสื่อที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมในวงรอบนั้น ๆ ให้พูดคุยแลกเปลี่ยน 3) ขั้นสรุปรวบยอด ร่วมกันสร้างความคิดรวบยอดสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ การประเมินค่าและการใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ สรุปลงบนกระดาน และ 4) ขั้นการปฏิบัติ โดยนักเรียนในกลุ่มร่วมกันนำความรู้ไปทดลอง/ประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่กำหนดให้ โปรแกรมการจัดกิจกรรมสอดคล้องกับคู่มือการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ฯ ที่ประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้ทั้ง 3 กิจกรรม ใบบางที่ 1-6 สื่อสำหรับจัดกิจกรรมทั้ง 3 กิจกรรม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องผ่านการตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหาร ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ปรับปรุงและนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียน ก ในจังหวัดตรัง ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะคล้ายคลึงกันกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ซึ่งแบบสอบถามประกอบด้วย 4 ส่วน ได้แก่

2. 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นเรียน ศาสนา ผู้ปกครองที่อาศัยอยู่ด้วย ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ค่าขนมที่ได้รับ และสถานที่ที่นักเรียนมักซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร



2.2 แบบสอบถามความรู้เรื่องการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ จำนวน 15 ข้อ ประกอบด้วย ข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก โดยให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียง 1 ข้อ หากตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดได้ 0 คะแนน มีค่าอัตราส่วนความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity Ratio: CVR) เท่ากับ .93 และคำนวณความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีการของ คูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder - Richardson) โดยใช้สูตร KR-20 ได้เท่ากับ .68 นำคะแนนที่ได้มาแยกระดับความรู้ตามเกณฑ์การแบ่งระดับคะแนนใช้แบบอิงเกณฑ์ของ Bloom (1986 cited in Kitpridaborisut, 2010) คือ คะแนนเฉลี่ย = ระดับความรู้ ได้แก่ เท่ากับหรือมากกว่าร้อยละ 80 (เท่ากับหรือมากกว่า 12 คะแนน) = สูง คะแนน ตั้งแต่ร้อยละ 60 - 79 (9 – 11.85 คะแนน) = ปานกลาง คะแนน ต่ำกว่าร้อยละ 60 (น้อยกว่า 9 คะแนน) = ต่ำ

2.3 แบบสอบถามความตระหนักในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ จำนวน 20 ข้อ เป็นลักษณะแบบสอบถามแบบประเมินค่า (Rating scale) มีทั้งข้อคำถามทางบวกและทางลบ ใช้มาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยแบ่งเป็น 5 ระดับ เกณฑ์การให้คะแนนข้อความทางบวก คือ เห็นด้วยกับข้อความนั้นมากที่สุด ให้ 5 คะแนน เห็นด้วยกับข้อความนั้นมาก ให้ 4 คะแนน ไม่แน่ใจกับข้อความนั้น ให้ 3 คะแนน ไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้น ให้ 2 คะแนน ไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นมากที่สุด ให้ 1 คะแนน และให้คะแนนแบบผกผันในข้อความทางลบ การแปลผลค่าคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความตระหนัก ผู้วิจัยได้แบ่ง การแปลผลค่าคะแนนเฉลี่ย ออกเป็น 5 ระดับ โดยดัดแปลงการแปลผลค่าคะแนนตามการรับรู้ของ Best & Kahn (2003) คือ คะแนนเฉลี่ย = ระดับความตระหนัก ได้แก่ 4.50-5.00 = มากที่สุด, 3.50-4.49 = มาก, 2.50-3.49 = ปานกลาง, 1.50-2.49 = น้อย และ 1.00-1.49 = น้อยที่สุด มีค่าอัตราส่วนความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity Ratio: CVR) เท่ากับ .90 และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .78

2.4 แบบสอบถามพฤติกรรมในการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ จำนวน 10 ข้อ เป็นลักษณะแบบสอบถามแบบประเมินค่า (Rating scale) มีทั้งข้อคำถามทางบวกและทางลบ ใช้มาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยแบ่งเป็น 5 ระดับ เกณฑ์การให้คะแนนข้อความทางบวก คือ ข้อความนั้นท่านปฏิบัติเป็นประจำทุกครั้ง (10 ใน 10 ครั้ง) ให้ 5 คะแนน ข้อความนั้นท่านปฏิบัติเป็นประจำ (8 ใน 10 ครั้ง) ให้ 4 คะแนน ข้อความนั้นท่านปฏิบัติเป็นบางครั้ง (5 ใน 10 ครั้ง) ให้ 3 คะแนน ข้อความนั้นท่านปฏิบัติเป็นบางครั้ง (3 ใน 10 ครั้ง) ให้ 2 คะแนน ข้อความนั้นท่านไม่เคยปฏิบัติเลย (0 ใน 10 ครั้ง) ให้ 1 คะแนน และให้คะแนนแบบผกผันในข้อความทางลบ การแปลผลค่าคะแนนเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรม ผู้วิจัยได้แบ่ง การแปลผลค่าคะแนนเฉลี่ย ออกเป็น 5 ระดับ โดยดัดแปลงการแปลผลค่าคะแนนตามการรับรู้ของ Best & Kahn (2003) คือ คะแนนเฉลี่ย = ระดับความตระหนัก ได้แก่



4.50-5.00 = มากที่สุด, 3.50-4.49 = มาก, 2.50-3.49 = ปานกลาง, 1.50-2.49 = น้อย และ 1.00-1.49 = น้อยที่สุด มีค่าอัตราส่วนความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity Ratio: CVR) เท่ากับ .87 และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .72

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการและเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. เสนอขอรับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง เพื่อพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยฝึกอบรมให้กับผู้ช่วยวิจัยซึ่งเป็นนักศึกษาพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ที่อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการ ในการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมซึ่งประกอบด้วยวงจรของการเรียนรู้ของคอลด์ (Kolb's model) ทั้ง 4 ขั้น ในกลุ่มทดลอง และการดำเนินกิจกรรมเฉพาะขั้นที่ 1 คือ การเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติทั้ง 3 กิจกรรม ในกลุ่มควบคุม และการเก็บรวบรวมข้อมูลในด้านความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ เนื่องจากนักศึกษาพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มีวัยที่ห่างจากกลุ่มตัวอย่างน้อยกว่าผู้วิจัยมาก ซึ่งจะส่งผลต่อกระบวนการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่าง (Krutasen, 2013)
3. ผู้วิจัยทำหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงเรียนและผู้ปกครองนักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมขอความอนุเคราะห์การเก็บข้อมูลการทำวิจัย ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย รวมทั้งให้ผู้ปกครองนักเรียนลงนามยินยอมให้นักเรียนในปกครองเข้าร่วมการวิจัย
4. เข้าพบนักเรียนเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนของการวิจัย ประโยชน์ที่ได้รับ และการพิทักษ์สิทธิของนักเรียน
5. ก่อนการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยชี้แจงวิธีการตอบแบบสอบถามความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง และแจกให้ตอบแบบสอบถามก่อนดำเนินการทดลอง ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
6. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆละ 6-7 คน ต่อผู้ช่วยผู้วิจัย 2 คน
7. ดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมให้กลุ่มทดลอง ใช้เวลาทั้งสิ้น 4 ชม 50 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมดำเนินการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติทั้ง 3 กิจกรรม ใช้เวลาทั้งสิ้น 2 ชม 20 นาที
8. ภายหลังการสิ้นสุดการดำเนินกิจกรรม ผู้วิจัยแจกให้ตอบแบบสอบถามหลังดำเนินการทดลอง ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม



การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง เลขที่ 19/2561 ลงวันที่ 16 กรกฎาคม 2561 ผู้วิจัยให้ข้อมูลรายละเอียดของการศึกษากับผู้ปกครองนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกคน การตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยเป็นไปตามความสมัครใจ และสามารถถอนตัวจากการศึกษาได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ผลการศึกษานำเสนอเป็นภาพรวมโดยไม่มีการระบุชื่อ

การวิเคราะห์ข้อมูล กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ .05

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยทดสอบตัวแปรระหว่างก่อนและหลังจัดโปรแกรมของกลุ่มทดลองหรือกลุ่มควบคุม และตัวแปรก่อนและหลังจัดโปรแกรมระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นทางสถิติด้วย Shapiro-Wilktest ได้ค่า Sig. อยู่ระหว่าง 0.070-1.000 ซึ่งแสดงว่า ข้อมูลที่ได้ทั้งของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีการแจกแจงแบบปกติ จึงวิเคราะห์โดยใช้สถิติดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง ก่อนและหลังจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ โดยใช้สถิติ Pair t-test
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติ Independent t-test

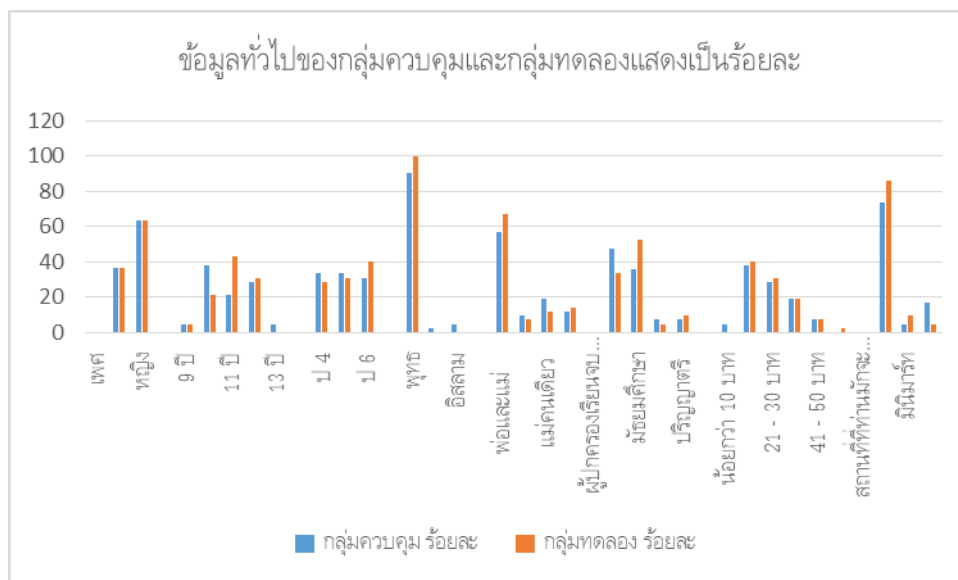
ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงและมีสัดส่วนของเพศชายต่อเพศหญิงเท่ากันคือ ร้อยละ 63.41/36.59, 63.41/36.59 ตามลำดับ มีอายุระหว่าง 10-12 ปี คิดเป็นร้อยละ 88.1 และ 95.3 ตามลำดับ จำนวนนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 คิดเป็นร้อยละ 33.3 : 33.3 : 31.0 และ 28.6 : 31.0 : 40.5 ตามลำดับ นับถือศาสนาพุทธเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 90.5 และ 100 ตามลำดับ อาศัยอยู่กับพ่อแม่เป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 57.1 และ 66.7 ตามลำดับ ผู้ปกครองส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับชั้นประถมและมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 47.6 : 35.7 และ 33.3 : 52.4 ตามลำดับ ได้ค่าขนมวันละ 11 - 20 บาท และ 21 - 30 บาท คิดเป็นร้อยละ 38.1 : 28.6 และ 40.5 : 31.0



ตามลำดับ ส่วนใหญ่เลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารจากร้านค้าของชำ คิดเป็นร้อยละ 73.8 และ 85.7 ตามลำดับ (ภาพที่ 2)



ภาพที่ 2 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองแสดงเปรียบเทียบเป็นร้อยละ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลระดับความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ
อย่างรู้เท่าทันสื่อของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

1) ความรู้ในการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับต่ำและต่ำ ($M = 5.00$, $S.D. = 2.12$, $M = 7.63$, $S.D. = 2.79$ ตามลำดับ) ส่วนคะแนนเฉลี่ยรวมของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำและปานกลาง ($M = 4.69$, $S.D. = 1.89$, $M = 9.93$, $S.D. = 1.77$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 1)

2) ระดับความตระหนักในการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 2.64$, $S.D. = .32$, $M = 3.31$, $S.D. = .37$ ตามลำดับ) ส่วนคะแนนเฉลี่ยรวมของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลางและมาก ($M = 3.49$, $S.D. = .45$, $M = 3.83$, $S.D. = .57$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 1)

3) ระดับพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับปานกลางและปานกลาง ($M = 3.27$, $S.D. = .54$, $M = 3.39$, $S.D. = .57$ ตามลำดับ) ส่วนคะแนนเฉลี่ยรวมของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลางและมาก ($M = 3.28$, $S.D. = .49$, $M = 3.99$, $S.D. = .83$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 1)



ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานก่อนและหลังทดลองจำแนกตามข้อมูลความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง

ข้อมูล/กลุ่ม	ก่อนทดลอง			หลังทดลอง		
	<i>M</i>	ระดับ	<i>S.D.</i>	<i>M</i>	ระดับ	<i>S.D.</i>
ความรู้						
กลุ่มควบคุม	5.00	ต่ำ	2.12	7.63	ต่ำ	2.79
กลุ่มทดลอง	4.69	ต่ำ	1.89	9.93	ปานกลาง	1.77
ความตระหนัก						
กลุ่มควบคุม	2.64	ปานกลาง	.32	3.31	ปานกลาง	.37
กลุ่มทดลอง	3.49	ปานกลาง	.45	3.83	มาก	.57
พฤติกรรม						
กลุ่มควบคุม	3.27	ปานกลาง	.54	3.39	ปานกลาง	.57
กลุ่มทดลอง	3.28	ปานกลาง	.49	3.99	มาก	.83

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง

1) เปรียบเทียบความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของกลุ่มควบคุมพบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .01$ เฉพาะระดับความรู้ และความตระหนักเท่านั้น ($t = -5.297, p = .000, t = -4.47, p = .000$, และ $t = -1.058, p = .297$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 2 และ 3)

2) เปรียบเทียบความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อของกลุ่มทดลองพบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .01$ ($t = -16.31, p = .000, t = -9.19, p = .000$, และ $t = -5.06, p = .000$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 2 และ 3)

3) เปรียบเทียบความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองพบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองทุกด้านของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .01$ ($t = 14.99, p = .000, t = 8.01, p = .006$, และ $t = 10.38, p = .002$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 2 และ 3)



ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบระดับความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

	<i>M</i>	<i>S.D.</i>	<i>D</i>	<i>S.D.</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
กลุ่มควบคุม						
ความรู้						
ก่อนการทดลอง	5.00	2.12				
หลังการทดลอง	7.63	2.79	-2.63	3.18	-5.297	.000
ความตระหนัก						
ก่อนการทดลอง	2.64	.32				
หลังการทดลอง	3.31	.37	-.34	.49	-4.47	.000
พฤติกรรม						
ก่อนการทดลอง	3.27	.54				
หลังการทดลอง	3.39	.57	-.11	.69	-1.058	.297
กลุ่มทดลอง						
ความรู้						
ก่อนการทดลอง	4.69	1.89				
หลังการทดลอง	9.93	1.77	-5.24	.48	-16.31	.000
ความตระหนัก						
ก่อนการทดลอง	3.49	.45				
หลังการทดลอง	3.83	.57	-.67	.47	-9.19	.000
พฤติกรรม						
ก่อนการทดลอง	3.28	.49				
หลังการทดลอง	3.99	.83	-.71	.91	-5.06	.000



ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง

	จำนวน (คน)	<i>M</i>	<i>S.D.</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
ความรู้					
กลุ่มควบคุม	41	7.63	2.79	14.99	.000
กลุ่มทดลอง	42	9.93	1.77		
ความตระหนัก					
กลุ่มควบคุม	41	3.31	.37	8.01	.006
กลุ่มทดลอง	42	3.83	.57		
พฤติกรรม					
กลุ่มควบคุม	41	3.39	.57	10.38	.002
กลุ่มทดลอง	42	3.99	.83		

อภิปรายผล

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนความรู้ ความตระหนักและพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน อ.เมือง จ.ตรัง ก่อนและหลังทดลอง ในกลุ่มทดลอง และเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังทดลองผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองทั้ง 3 ด้าน คือ ความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .01$ ($t = -16.31, p = .000, t = -9.19, p = .000$, และ $t = -5.06, p = .000$ ตามลำดับ) และมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้ง 3 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .01$ ($t = 14.99, p = .000, t = 8.01, p = .006$, และ $t = 10.38, p = .002$ ตามลำดับ) แสดงว่า โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ ช่วยพัฒนาทั้งความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ Srianun & Adipattaranan (2017) ที่พบว่าหลังการเรียนรู้ภาษาแบบประสบการณ์ นักเรียนมีความสามารถในการฟัง พูด ภาษาอังกฤษผ่านเกณฑ์ที่กำหนดและนักเรียนมีความมั่นใจในตนเองสูงขึ้น งานวิจัยของ Karusanee (2009) ที่พบว่าหลังการใช้โปรแกรมส่งเสริมการปฏิบัติตนในการบริโภคอาหารโดยใช้หลักการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ นักเรียนมีคะแนนความรู้ความเข้าใจ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารเหมาะสม โดยเฉลี่ยสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม



อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของ Kamsanongsrin (2009) ที่พบว่า หลังการเข้าร่วม กิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียนตามแนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่มีต่อการอนุรักษ์ สิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืนของเด็กในชุมชนแออัด กลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะ และทัศนคติในการอนุรักษ์ สิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .05$

จากผลงานวิจัยดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์สามารถพัฒนา ได้ทั้ง ด้านความรู้ การคิด ทัศนคติ และความสามารถในการปฏิบัติ รวมทั้งผลการศึกษาครั้งนี้ที่พบว่า โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ ทำให้ ความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรม การเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นเอื้อให้เกิดการเรียนรู้ ดังนี้

1. ขั้นการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติ โปรแกรมนี้ออกแบบให้นักเรียนได้รับความรู้ ความตระหนักถึงสภาพร่างกายของตนเอง และเพื่อนๆในกลุ่มตลอดจนแนวโน้มที่จะเกิดโรคต่อไปในกรณีที่ ค่าดัชนีมวลกายมากหรือน้อยเกินไป ได้รับความรู้ ความตระหนัก และทักษะในการอ่านฉลากโภชนา การเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพตามฉลากโภชนา ได้รับความรู้ ความตระหนัก และทักษะการรู้เท่าทันสื่อด้าน การเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์และเข้าใจสื่อ จากกิจกรรมฉลาดบริโภค ชีวิตเป็นสุข เรื่อง โฆษณาชวนเชื่อ ผ่านการทำกิจกรรมหรือเล่นเกมการแข่งขัน ซึ่งกิจกรรมทั้งหมดนักเรียนมีการ แสดงออกและเล่นกิจกรรมอย่างสนุกสนานทุกคน

2. ขั้นการสังเกตโดยการคิดไตร่ตรอง โปรแกรมได้จัดให้เรียนรู้ในเรื่องที่กลุ่มทดลองได้เรียนรู้ ประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม โดยให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายสะท้อนความคิดถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ จากการทำกิจกรรมในวงรอบนั้น ๆ (Reflective Observation) โดยมีนักศึกษาประจำกลุ่มซึ่งมีวัยที่ ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างมากกว่าคณะผู้วิจัยเป็นผู้ช่วยถามคำถามนำตามแนวคำถามที่เกี่ยวข้องกับ ประสบการณ์ ความรู้ ความตระหนัก และทักษะที่ได้ และในวงรอบที่ 3 เน้นถามคำถามที่เกี่ยวกับทักษะ การรู้เท่าทันสื่อด้าน การเปิดรับสื่อ การวิเคราะห์และเข้าใจสื่อ กระตุ้นการคิดให้นักเรียนในกลุ่มทดลอง ร่วมกันบอกเล่าสะท้อนความคิดภายในกลุ่มของตนเอง เป็นการต่อยอดให้ได้รับความรู้ ความตระหนัก และทักษะในการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ

3. ขั้นสรุปรวบยอด นักเรียนแต่ละกลุ่มในกลุ่มทดลองร่วมกันสร้างความคิดรวบยอดสรุปสิ่งที่ ได้เรียนรู้สรุปลงบนกระดาษ โดยมีนักศึกษาประจำกลุ่มเป็นผู้เล็ง เป็นการสกัดความรู้ ความตระหนัก และทักษะในการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อที่ได้รับให้เป็นความคิดรวบยอดที่เป็น นามธรรม



4. ขั้นการปฏิบัติ โดยนักเรียนในกลุ่มร่วมกันนำความรู้ไปทดลอง/ประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่กำหนดให้ ทั้งในเรื่องการคำนวณภาวะสุขภาพของบุคคลที่ยกตัวอย่างให้ การบอกแนวโน้มการเกิดโรคของบุคคลนั้น การเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพโดยการอ่านฉลากโภชนา และการเลือกบริโภคอย่างรู้เท่าทันสื่อ โดยให้คิด พิจารณาทุกครั้งอาหารที่โฆษณานั้นเมื่อต้องการบริโภคต้องพิจารณาอะไรบ้าง เป็นการต่อยอดความรู้ ความตระหนัก และทักษะในการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อในสถานการณ์ใหม่ที่กำหนดให้

ส่วนในนักเรียนกลุ่มควบคุมได้เรียนรู้เฉพาะขั้นการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติ นักเรียนกลุ่มควบคุมได้ทำกิจกรรมหรือเล่นเกมแข่งขันเป็นกลุ่มย่อยโดยมีนักศึกษาพยาบาลเป็นผู้เลี้ยงเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง แต่ไม่ได้เรียนรู้เพิ่มในขั้นการสังเกตโดยการคิดไตร่ตรอง ขั้นสรุปรวบยอด และขั้นการปฏิบัติ ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มควบคุมมีระดับความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนทดลอง แต่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .05$ เฉพาะระดับความรู้ และความตระหนักเท่านั้น แสดงให้เห็นว่าการให้ความรู้ผ่านการทำกิจกรรมหรือเล่นเกมการแข่งขัน ช่วยเพิ่มระดับความรู้ ความตระหนัก การเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ สอดคล้องกับการศึกษาของ Wongwichian (2017) ที่พบว่าการจัดการเรียนรู้แบบกิจกรรมเป็นฐาน ผู้เรียนมีความพึงพอใจ มีความสุข และกระตือรือร้นในการเรียนรู้ ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ Dewey (1916 cited in Sikandar, 2015) ที่ว่าเด็กเรียนรู้ผ่านการเล่น ก่อให้เกิดความเจริญ งอกงามทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา แต่โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ที่มีการเรียนรู้ผ่านความสัมพันธ์ของมิติ 2 มิติ คือ 1) การรับรู้ (Perception) ผ่านทางประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม (Concrete Experience) ที่นักเรียนแต่ละกลุ่มในกลุ่มทดลองทำกิจกรรมหรือเล่นเกมการแข่งขันทั้ง 3 กิจกรรมด้วยตนเอง และผ่านทางความคิดรวบยอดที่เป็นนามธรรม (Abstract Conceptualization) ในขั้นสรุปรวบยอด ซึ่งนักเรียนแต่ละกลุ่มในกลุ่มทดลองร่วมกันสร้างความคิดรวบยอดสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้สรุปลงบนกระดาษ โดยมีนักศึกษาประจำกลุ่มเป็นผู้เลี้ยง และ 2) กระบวนการจัดกระทำข้อมูล (Processing) จากการใช้ความคิดไตร่ตรองสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมหรือเล่นเกมการแข่งขัน (Reflective Observation) ในขั้นไตร่ตรอง โดยนักศึกษาประจำกลุ่มใช้คำถามกระตุ้นการคิดให้นักเรียนในกลุ่มทดลองร่วมกันบอกเล่าสะท้อนความคิดภายในกลุ่มของตนเอง และขั้นการลงมือทดลองปฏิบัติ (Active Experimentation) โดยผู้วิจัยออกแบบสถานการณ์จำลองใหม่ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มในกลุ่มทดลองร่วมกันนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมหรือเล่นเกมการแข่งขันไปทดลอง/ประยุกต์ใช้ตามรูปแบบการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เป็นวงรอบ (The Spiral of Learning) ของ Kolb (1984) ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง (Deep-level-learning) ดังนั้น ผลการศึกษาจึง



พบว่าโปรแกรมนี้สามารถพัฒนาผู้เรียนได้ทั้งด้านความรู้ ความตระหนัก และการปฏิบัติได้มากกว่าการเรียนรู้จากการปฏิบัติกิจกรรมเพียงอย่างเดียว ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนากระบวนการเรียนรู้เท่าทันสื่อของแกนนำเยาวชนที่ศึกษาโดย Krutasen (2013) ในส่วนของการออกแบบกระบวนการเรียนรู้ ควรประกอบด้วยการเรียนรู้เชิงรุกด้วยการลงมือปฏิบัติจริง กระบวนการกลุ่ม และการวิเคราะห์อภิปราย แลกเปลี่ยน และบรรยากาศการเรียนรู้แบบนอน และสอดคล้องกับผลการศึกษาด้านการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ที่ผ่านมา (Srianun & Adipattaranan, 2017; Kamsanongsrim, 2009; Karusanee, 2009; Authamontree, 2012)

สรุป

โปรแกรมการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ที่มีการเรียนรู้ผ่านความสัมผัสของมิติ 2 มิติ คือ 1) การรับรู้ ผ่านทางประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม และผ่านทางความคิดรวบยอดที่เป็นนามธรรม ในขั้นสรุปรวบยอด และ 2) กระบวนการจัดกระทำข้อมูล จากการใช้ความคิดไตร่ตรองสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมหรือเล่นเกมการแข่งขัน ในขั้นไตร่ตรอง และขั้นการลงมือทดลองปฏิบัติ โดยนำความรู้ที่ได้ไปทดลอง ประยุกต์ใช้ตามรูปแบบการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์เป็นวงรอบของ Kolb ทำให้กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของความรู้ ความตระหนัก และพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อ สูงขึ้นเทียบกับก่อนทดลอง และกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .01$

ข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาครั้งนี้พบว่ามีปัญหาในการทำวิจัย 2 ประการ ซึ่งหากมีการวิจัยในครั้งต่อไปควรจะได้มีการแก้ไขปัญหาดังนี้ เพื่อให้งานสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ได้แก่

1. ควรมีการศึกษาในเชิงคุณภาพด้านความตระหนัก และพฤติกรรมในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพอย่างรู้เท่าทันสื่อเพื่อให้ครอบคลุมและนำไปสู่งานวิจัยที่ดีขึ้นต่อไป
2. การตอบแบบสอบถามหลังดำเนินการทดลองเป็นเวลาที่สิ้นสุดการดำเนินกิจกรรม ซึ่งตรงกับเวลาที่นักเรียนจะกลับบ้านเป็นเวลาที่ไมเหมาะสมในการทำแบบสอบถาม ควรพิจารณาถึงความเหมาะสมและความเป็นไปได้ที่สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลในวันถัดไปแทน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การวิจัยครั้งนี้ได้ให้นักศึกษาพยาบาลเป็นผู้ช่วยวิจัยประจำฐานในสัดส่วนผู้ช่วยวิจัย 1 คน : นักเรียน 3-4 คน ซึ่งเป็นสัดส่วนที่เหมาะสมในการกระตุ้น ส่งเสริมการเรียนรู้สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 อีกทั้งวิทยุและคุณวุฒิมิมีผลให้นักเรียนสนใจ และกล้าแสดงออกมากขึ้น



2. นักเรียนทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองเป็นนักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาส สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตรัง เขตอำเภอเมืองตรัง ซึ่งมีผู้ปกครองที่มีการศึกษาและฐานะไม่สูงนัก การนำไปใช้ในบริบทที่ต่างกันอาจให้ผลต่างกันได้

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยนี้ลุ่ลงไปได้ด้วยดีจากความช่วยเหลือจากหลายฝ่าย คณะผู้วิจัยขอขอบคุณแผนงานวิจัยนโยบายและโภชนาการ เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ (FHP) ที่ให้ทุนสนับสนุนงานวิจัยครั้งนี้ ขอขอบคุณผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ที่เอื้ออำนวยเวลาในการทำวิจัยครั้งนี้ ขอขอบคุณ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ที่เข้าร่วมเป็นผู้ช่วยวิจัย และผู้อำนวยการ คณะครูนักเรียน โรงเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ที่ได้ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมเป็นอย่างดี

รายการอ้างอิง (References)

- Authamontree, S. (2012). Effectiveness of Experiential Health Education Instruction Model to Promote Media Literacy regarding Health Products on Internet for High School Students. *Manusayatsat Wichakan Journal*, 19(1), 163-176.
- Best, J.W., & Kahn, J.V. (2003). *Research in education*. 9th ed. Boston: Allyn and Bacon.
- Charoenwong, S. (2016). Political Economy of Sign Capitalism: A Postmodern Critique of Jean Baudrillard. *Burapha Political Economics Journal*, 4(2), 59-81.
- Christ W.G. and Potter W.J. (1998). Media Literacy, Media Education and the Academic. *Journal of Communication*, 48(1), 5-15.
- Dale, E. (1969). *Audio-Visual Methods in Teaching*. 3rd ed. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Dewey, J. (1938). *Experience and Education*. New York: Macmillan Company.
- Fedorov, A. (2003). Media Education and Media literacy: Experts ' Opinions . In: *MENTOR. A Media Education Curriculum for Teachers in the Mediterranean*. Paris: UNESCO. Retrieved January 18, 2020, from <https://psyfactor.org/lib/fedorov11-11e.htm>.
- Institute of Nutrition Mahidol University. (2012). *Consumption behavior of Thai people*. Retrieved January 18, 2018, from <http://tcijthai.com/tcijthainews/view.php?ids=3464>.
- Jirapongsa-anan, P. (2013). *Behavior of consumption of sign of healthy food*. M.A. (Media Arts and Design). Independent Study, Kasetsart University. (In Thai).



- Kamsanongsrin, P. (2009). *Effects of Organizing Non-Formal Education Activities Based on Experiential Learning Concept on Sustainable Environmental Conservation of Children in Slum Communities*. Master of Education Program in Non-Formal Education. Thesis, Chulalongkorn University. (In Thai).
- Karusanee, S. (2009). *Effects of Using a Self-Conduct in Food Consumption Enhancement Program Based on Experiential Learning Principles on Knowledge Understanding and Food Consumption Behaviors of Third Grade Students*. M.Ed. (Curriculum and Instruction). Thesis, Sukhothai Thammathirat Open University. (In Thai).
- Kitpridaborisut, B. (2010). *Techniques for creating data collection tools for research*. 7th edition of the new revised version. Bangkok: Chamchuri Product. (In Thai).
- Kohlberg, L. (1973). The claim to moral adequacy of a highest stage of moral judgment. *The Journal of Philosophy*, 70(18), 630-646.
- Kolb, D.A. (1984). *Experiential learning: experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Kotchabhakdi, N. (2018). *Brain and Child Development*. Workshops, the use of core courses, the use of watch guides and promotion Early Childhood Development (DSPM) for Image Service Personnel (Teacher A) 26-27 March 2018 at Miracle Grand Convention Hotel Bangkok. : Retrieved May 20, 2019, From http://nich.anamai.moph.go.th/download/2561/DSPM/NK_Brain%20and%20Child%20Development_26March2018_Final2aR๑.นัยพินิจ.pdf.
- Krutasen, U. (2013). The Development of the Media Literacy Learnings Process Approach for the Youth Leader. *Veridian e-Journal*, 6(3), 276- 285.
- Sikandar, A. (2015). John Dewey and His Philosophy of Education. *Journal of Education and Educational Development*, 2(2), 191-201.
- Somjing, J. (2014). *The Media and Information Literacy with Deviant Behavior of Youths at Risked in Trang*. M.A. (Communication Arts and Information). Independent Study, Kasetsart University. (In Thai).
- Srianun, S. & Adipattaranan, N. (2017). Using Experiential Language Learning to Develop English Listening-Speaking Abilities and Self-Confidence among Prathom Suksa 3 Students. *Ganesha Journal*, 13(1), 85-96.



- Tansuwannond, J. (2015). The Relationship between Advertising Media Literacy and Consumerism Behavior of Youth in Bangkok. *SDU Research Journal Humanities and Social Sciences*, 11(1), 93 - 112.
- Thai Health Promotion Foundation. (2017). *Thai Health Master Plan 2017-2020*. Retrieved January 18, 2018, from <http://www.thaihealth.or.th/Books/509/แผนหลัก+สสส.+2561-2563.html>.
- Thinwilaisakul, C. (2012). *The impact of advertising on the learning of young people case study: youth Suan-ooy community*. Suan Sunandha Rajabhat University. (In Thai).
- Thongdee, K. (2014). *The Development on Media Literacy Levels by Using Training Package of Augmented Reality on "Media Literacy for Children and Youth"*. M.S.I.Ed. Independent Study, King Mongkut's University of Technology Thonburi. (In Thai).
- Wachararat, S. (2009). *Development of Program Group for Educational Research Data Analysis*. Bangkok : Office of the Vocational Education Commission. (In Thai).
- Wirunrach, J. (2012). *Factors Affecting Food Consumption Behavior of Prathom Suksa 6 Students in Schools Under the Bangkok Metropolitan Administration*. M.Sc. (Public Health). Independent Study, Mahidol University. (In Thai).
- Wongwichian, P. (2017). Skill and Attitude Development for Learning Research by Activity-based Learning of the Undergraduates of Bunditpatanasilpa Institute. *Phimoldhamma Research Institute Journal*, 4(1), 49-60.