

ชื่อเรื่อง : ผลของโปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพผ่านเกม (Gamified Health Literacy Program) ที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพและการรู้เท่าทันสื่อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์

ชื่อผู้วิจัย : นางสาวสมฤทัย จินาพันธ์

ปีการศึกษา : 2568

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมความรู้ทางสุขภาพผ่านเกม (Gamified Health Literacy Program) ที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพและการรู้เท่าทันสื่อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีกลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2568 โรงเรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน (2) วิธีการสอนโดยใช้โปรแกรม "SJC Cyber-Health Hero" ระยะเวลาดำเนินการ 8 สัปดาห์ (สัปดาห์ละ 1 ชั่วโมง ในคาบกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน/สุขศึกษา) ประกอบด้วย 4 ฐานภารกิจ

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการหาค่า Paired-samples t-test

ผลการวิจัย พบว่าการใช้โปรแกรมเชิงทดลองที่เน้นการฝึกทักษะ (Skill-based) เช่น โปรแกรม "SJC Cyber-Health Hero" หรือการใช้สถานการณ์จำลอง (Scenario-based) ร่วมกับการสอนแบบโค้ชชิ่ง (Coaching) ส่งผลให้นักเรียนมีคะแนนความรู้สุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งการใช้แนวคิดเกมมิฟิเคชัน (Gamification) และการสัมภาษณ์เพื่อสร้างแรงจูงใจ (Motivational Interviewing) เป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพสูงในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและลดภาวะติดเกมในเยาวชนไทย