

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง

Smoking Behavior of Female Students

จอมภักดิ์ คลังระหัด¹, ชนนิกานต์ บุญนาค¹ และ ลลิตา เรืองวิไลเวทย์¹

Chombhak Klangrahad¹, Chonnikarn Bhoon-Nak¹, and Lalita Ruengvilaivate¹

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี รวมถึงสาเหตุที่ทำให้สูบบุหรี่ เก็บข้อมูลจากนักศึกษาหญิงคณะวิทยาการจัดการที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่จำนวน 30 คน ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกแล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์ และจัดประเภทข้อมูลตามหมวดหมู่ ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงมี 2 ลักษณะคือ ติดบุหรี่และไม่ติดบุหรี่ โดยส่วนใหญ่สูบบุหรี่ในช่วงเช้าหลังจากตื่นนอน หลังรับประทานอาหารเช้า ขณะเข้าห้องน้ำ เวลาไปเที่ยวตามสถานบันเทิง หรือเมื่อรู้สึกเครียด ช่วงเวลาที่ไม่สูบบุหรี่คือช่วงเวลาที่อยู่ร่วมกับคนไม่สูบบุหรี่ อยู่กับครอบครัว หรืออยู่ในที่สาธารณะ ปริมาณการสูบบุหรี่อยู่ในระหว่าง 2 – 3 มวนต่อสัปดาห์ ถึง 1 ซองต่อวัน ส่วนใหญ่นิยมสูบบุหรี่ยี่ห้อแอลแอนด์เอ็ม (L&M) สี่แดง รองลงมาคือยี่ห้อมายด์เซเว่น (Mild Seven) และมาร์ลโบโร (Marlboro) นอกจากนี้ยังพบว่า กลุ่มผู้ที่ติดบุหรี่มีค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่ 1,500 – 2,000 บาทต่อเดือน ส่วนกลุ่มที่ไม่ติดบุหรี่มีค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่ประมาณ 300 บาทต่อเดือน แหล่งที่ซื้อบุหรี่ คือร้านค้าหลังมหาวิทยาลัย ร้านสะดวกซื้อในอำเภอบางคนที และซื้อจากเพื่อนนักศึกษาที่พักอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัย ส่วนสาเหตุการสูบบุหรี่ เกิดจากการอยากลอง การเลียนแบบคนใกล้ชิด คลายเครียด และการสูบบุหรี่เป็นกิจกรรมทางสังคมจนรู้สึกเคยชิน

ABSTRACT

The purposes of this qualitative research were to identify smoking behavior of female students and causes of smoking behavior. The data collection was conducted by in-depth interview of 30 participants. The data was analyzed and presented as concepts. It was found that smoking behavior of female students classified into 2 types: addiction and non-addiction. Most of participants smoked in the morning after woke up, after meals, being in the toilet, being in entertainment places or when they were stressful. The non-smoking time was when staying with non-smoker, being with family or being in the public. The amount of smoking was in between 2 – 3 cigarettes per week to one pack per day. The preference brands of cigarette were: L&M, Mild Seven and Marlboro, respectively. Moreover, addicted smokers spent about 1,500-2,000 baht per month while non-addicted smokers spent about 300 baht per month. The cigarettes were purchased from: the shop behind the university, convenient shop in Hua-Hin, and other students in the dormitory. Finally, the causes of smoking were revealed as desire of trial, adopted the closed person's behavior, relief stress and it was common social activity.

Key Word : smoking behavior, female students

e-mail address: jirak41@hotmail.com, chompak@su.ac.th

¹ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี อ.ชะอำ จ.เพชรบุรี 76120

คำนำ

บุหรี่ถือว่าเป็นสารเสพติดชนิดหนึ่ง เป็นสารเสพติดชนิดติดเป็นนิสัย เป็นสารเสพติดที่ติดง่ายแต่เลิกยาก การสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่มนุษย์สร้างขึ้นเองทั้งๆที่ไม่จำเป็น การสูบบุหรี่นอกจากจะเป็นการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายแล้ว ยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพของตัวผู้สูบบุหรี่เองและบุคคลรอบข้างด้วย การสูบบุหรี่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อเศรษฐกิจและสังคมโดยรวมของประเทศ กล่าวคือรัฐจะต้องสูญเสียงบประมาณในแต่ละปีเป็นจำนวนมากในการรักษาบุคคลที่มีอาการเจ็บป่วยอันเป็นมาจากการสูบบุหรี่หรือการได้รับสารจากควันบุหรี่ จากรายงานการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของประชากร พ.ศ. 2547 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่าประชาชนไทยที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปทั่วประเทศ ประมาณ 49.4 ล้านคน เป็นผู้สูบบุหรี่ประจำ จำนวน 9.6 ล้านคน และพบว่ามีเยาวชนอายุน้อยกว่า 25 ปีสูบบุหรี่เป็นประจำถึง 1.3 ล้านคน มีอายุเฉลี่ยเมื่อเริ่มสูบคือ 18.4 ปี แม้ว่าจะมีความพยายามที่จะลดจำนวนเยาวชนที่สูบบุหรี่ โดยมีการเผยแพร่ถึงโทษและภัยของบุหรี่ผ่านสื่อต่างๆ กลับไม่ช่วยลดจำนวนเยาวชนผู้สูบบุหรี่ แต่มีแนวโน้มที่จะสูงขึ้นโดยเฉพาะกลุ่มนักศึกษาที่มีการสูบบุหรี่อย่างแพร่หลาย และกลายเป็นค่านิยมของกลุ่มวัยรุ่นในที่สุด ในอดีตมักมีความเชื่อว่าผู้สูบบุหรี่มักเป็นนักศึกษาชาย แต่ในปัจจุบันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงมีเพิ่มขึ้น และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงที่ไม่ต้องปิดบัง เพราะความเชื่อเรื่องความเท่าเทียมกันระหว่างชายและหญิง นอกจากนี้การสูบบุหรี่ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย คือก่อให้เกิดโรคมะเร็ง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือด โรคระบบทางเดินหายใจ โรคฟันและเหงือก ผลต่อการตั้งครรภ์ โรคระบบทางเดินอาหาร ผลต่อระบบสืบพันธุ์ ดังนั้นอันตรายที่เกิดขึ้นจากการสูบบุหรี่ของผู้หญิงมีผลกระทบต่อบทบาทของความเป็นแม่ กล่าวคือ ผู้หญิงที่สูบบุหรี่มีโอกาสที่จะเป็นโรคมะเร็งเต้านมสูงกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ถึงร้อยละ 25 มีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งปากมดลูกสูงกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ถึง 4 เท่า รวมทั้งยังมีโอกาสตั้งครรภ์ยากกว่าคนทั่วถึง 3 เท่า

ถึงแม้ว่านักศึกษายังไม่ถึงวัยที่จะแต่งงานมีครอบครัว แต่การที่นักศึกษาหญิงเริ่มสูบบุหรี่ก็จะทำให้ติดเป็นนิสัย และสูบบุหรี่เรื่อยๆจนถึงวัยผู้ใหญ่ สารต่างๆที่มีอยู่ในบุหรี่และควันบุหรี่ยังจะสะสมในร่างกายเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ นำไปสู่ผลกระทบต่อสุขภาพเมื่อมีครอบครัวในอนาคตด้วย

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง รวมถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี โดยข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษาจะเป็นประโยชน์ต่อมหาวิทยาลัยและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่จะนำไปใช้ในการกำหนดแนวทางแก้ไข ป้องกันพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี ในด้านพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ช่วงเวลาการสูบบุหรี่ ปริมาณการสูบบุหรี่ ยี่ห้อของบุหรี่ที่สูบ ค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่ และแหล่งที่ซื้อบุหรี่
2. เพื่อศึกษาสาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง

อุปกรณ์และวิธีการ

การศึกษานี้ใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก ทำให้มีความเข้าใจถึงพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง โดยผู้ให้ข้อมูลเป็นนักศึกษาหญิงชั้นปีที่ 1 – 4 คณะ

วิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี ที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ จำนวน 30 คน ซึ่งยินดีและเต็มใจให้ข้อมูล ผู้วิจัยใช้นามสมมติแทนชื่อจริงนักศึกษาผู้ให้ข้อมูล ทั้งนี้เพื่อหลีกเลี่ยงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับนักศึกษา โดยเก็บข้อมูลช่วงเดือนสิงหาคม 2548 ถึงเดือนมกราคม 2549

วิธีการที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลภาคสนามผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลภาคสนามด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้แนวคำถามประกอบการสัมภาษณ์ มีทั้งการสัมภาษณ์รายบุคคลและเป็นกลุ่ม สังเกตพฤติกรรมขณะสัมภาษณ์ ผู้วิจัยเริ่มเก็บข้อมูลภาคสนามด้วยการเลือกผู้ให้ข่าวสำคัญ (Key Informant) เพื่อให้เป็นผู้นำในการเข้าหากลุ่มเป้าหมายในการเก็บข้อมูลครั้งแรก และนำไปพบผู้ให้ข้อมูลรายอื่นๆ เป็นการใช่วิธีการแนะนำต่อกัน (Snowball Technique) เพื่อให้สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอย่างทั่วถึงและมีความหลากหลายทางข้อมูล จนข้อมูลถึงจุดอิ่มตัวจึงหยุดการเก็บข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หลังจากสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยทำการถอดข้อความจากแถบบันทึกเสียง ตรวจสอบความถูกต้อง ชัดเจน และความครบถ้วนของข้อมูล โดยให้ผู้ให้ข้อมูลยืนยันความถูกต้องของข้อมูล
2. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์ จัดประเภทข้อมูลตามหมวดหมู่ และนำมาเรียบเรียงตีความหมายข้อมูล และนำข้อมูลมาสังเคราะห์เป็นภาพรวมให้ครอบคลุมประเด็นพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และสาเหตุของพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง แล้วนำมาอภิปรายผล

ผล

จากการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงชั้นปีที่ 1 – 4 คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี จำนวน 30 คน นักศึกษาหญิงมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และสาเหตุการเกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ดังนี้

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง

1. พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงสามารถจำแนกได้ 2 ประเภทคือ กลุ่มแรกคือที่สูบบุหรี่แล้วติดบุหรี่จนขาดไม่ได้ มีอาการอยากและหงุดหงิดเมื่อไม่ได้สูบบุหรี่ภายในระยะเวลา 3 – 5 ชั่วโมง และต้องแสวงหาวิธีการสูบบุหรี่ให้ได้ เพื่อลดอาการอยากบุหรี่ กลุ่มที่สองเป็นกลุ่มที่สูบบุหรี่แต่ไม่ติด กลุ่มนี้ไม่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่หากสถานการณ์ไม่เอื้ออำนวยหรือไม่สะดวกโดยไม่มีอาการอยากหรือหงุดหงิดเมื่อไม่ได้สูบบุหรี่ กลุ่มนี้มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนนักศึกษาหญิงที่สูบบุหรี่ หรือเมื่อไปเที่ยวตามสถานบันเทิง
2. ช่วงเวลาที่สูบบุหรี่ สำหรับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่เกิดจากความต้องการของร่างกายและจิตใจ มีการแสดงพฤติกรรมการสูบบุหรี่ตั้งแต่ตื่นนอน เป็นการสูบบุหรี่เพื่อให้ร่างกายรู้สึกสดชื่นตื่นตัว ไม่ง่วงเหงา การสูบบุหรี่หลังรับประทานอาหารเพื่อดับกลิ่นคาวของอาหารและลดอาการท้องอืด และการสูบบุหรี่เวลาเข้าห้องน้ำเพื่อช่วยในการขับถ่าย ท้องไม่ผูก ตลอดจนสูบบุหรี่เวลาที่รู้สึกเครียดเพื่อให้สมองรู้สึกปลอดโปร่ง ส่วนการสูบบุหรี่ที่ไม่ได้เกิดจากความต้องการของร่างกายและจิตใจ มีการแสดงพฤติกรรมการสูบบุหรี่เมื่อต้องการเข้าสังคม ซึ่งเป็นสังคมที่มีการรวมตัวกันของผู้ที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ รวมถึงการสูบบุหรี่เมื่อไปเที่ยวตามสถานบันเทิง จะมีการสูบบุหรี่แบบมวนต่อมวน พฤติกรรมการสูบบุหรี่ในเวลาเครียด เช่น เมื่ออ่านหนังสือ หรือทำงาน จึงสูบบุหรี่

บุหรี่ยังทำให้เกิดสมาธิในการทำงาน และผ่อนคลายความเครียด นอกจากนี้ยังมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เวลารอคอย หรือเมื่อมีเวลาว่าง เพื่อแก้อาการเหงาและเป็นการฆ่าเวลา เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากความเคยชิน การสูบบุหรี่ที่ไม่ได้เกิดจากความต้องการของร่างกายเกิดขึ้นทั้งในนักศึกษาหญิงที่ติดบุหรี่ และไม่ติดบุหรี่

3. เวลาที่ไม่ต้องการสูบบุหรี่ เวลาที่นักศึกษาหญิงไม่ต้องการสูบบุหรี่ คือเวลาที่อยู่ในสถานที่ห้ามสูบบุหรี่ สถานที่สาธารณะ สถานที่ที่มีผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ปะปนอยู่ด้วย แต่ในกรณีกลุ่มนักศึกษาหญิงที่ติดบุหรี่ทนไม่ไหวและอยากสูบบุหรี่มาก มีการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าโดยการหาหมมที่ไม่มีคนอยู่ หรือขออนุญาตคนรอบข้างเพื่อสูบบุหรี่ รวมทั้งเปลี่ยนสถานที่ เช่น ไปร้านอาหารที่อนุญาตให้สูบบุหรี่ หรือมีโซนสำหรับผู้สูบบุหรี่ เป็นต้น นอกจากนี้เวลาที่นักศึกษาหญิงอยู่กับครอบครัวจะไม่ต้องสูบบุหรี่ เพราะส่วนใหญ่ครอบครัวไม่ทราบหรือนักศึกษามีพฤติกรรมสูบบุหรี่ แต่หากทนไม่ไหวก็จะแยกตัวจากครอบครัวเพื่อหาสถานที่สูบ เช่น ห้องน้ำ นอกบ้าน สถานที่โปร่งๆ และรอดพ้นจากสายตาคนในครอบครัว เมื่อสูบบุหรี่เสร็จแล้วก็จัดการกับกลิ่นบุหรี่โดยการเคี้ยวมากฝรั่ง หรือใช้น้ำหอม ก่อนที่จะมาอยู่ร่วมกับครอบครัว นักศึกษาที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่บางคนไม่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เมื่ออยู่ในบริเวณอาคารเรียน เพราะไม่ต้องการเสียภาพพจน์ ไม่อยากให้บุคคลอื่นทราบโดยสูบบุหรี่เมื่ออยู่ในห้องพักของตนเองภายในหอพักของมหาวิทยาลัยเท่านั้น

4. ปริมาณการสูบบุหรี่ต่อวัน ในกลุ่มนักศึกษาหญิงที่ติดบุหรี่ สูบบุหรี่ในปริมาณ 1 ซองต่อวัน และเพิ่มปริมาณเมื่อไปเที่ยวตามสถานบันเทิงช่วงกลางคืน เนื่องจากมีความรู้สึกเพลิดเพลินในการสูบ สามารถสูบได้เรื่อยๆ โดยอาจเพิ่มปริมาณถึง 2 - 3 ซองต่อวัน ส่วนในกลุ่มนักศึกษาหญิงที่ไม่ติดบุหรี่ มีปริมาณการสูบบุหรี่ 2 - 3 มวนต่อสัปดาห์ โดยมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เมื่อไปเที่ยวตามสถานบันเทิง หรือเวลาที่รู้สึกเครียดมากๆ

5. ยี่ห้อของบุหรี่ที่สูบ กลุ่มนักศึกษาหญิงส่วนใหญ่นิยมสูบบุหรี่ยี่ห้อแอลแอนด์เอ็ม (L&M) สีแดงสรรรรมดา เพราะสามารถหาซื้อได้ง่าย ราคาไม่แพงเกินไป และมีรสชาติดีกว่าบุหรี่ยี่ห้ออื่นที่มีราคาใกล้เคียงกัน รวมไปถึงความเคยชินจากการได้สูบบุหรี่ยี่ห้อนี้ครั้งแรกจึงมีการสูบบุหรี่ติดต่อกันจนเป็นความเคยชินหรือติดปาก นอกจากนี้ยังมียี่ห้อมายด์เซเวน (Mild Seven) และมาร์ลโบโร (Marlboro) ที่ได้รับความนิยมรองลงมาตามลำดับ โดยบุหรี่ยี่ห้อทั้งสามนี้เป็นบุหรี่ยี่ห้อนำเข้าจากต่างประเทศ ยี่ห้อแอลแอนด์เอ็ม และมาร์ลโบโร นำเข้ามาจากประเทศสหรัฐอเมริกา และเป็นผู้ผลิตรายเดียวกัน ส่วนยี่ห้อมายด์เซเวน เป็นบุหรี่ยี่ห้อนำเข้าจากประเทศญี่ปุ่น บุหรี่ยี่ห้อแอลแอนด์เอ็ม ราคาซองละ 48 บาท ยี่ห้อมาร์ลโบโร ราคาซองละ 65 บาท ส่วนยี่ห้อมายด์เซเวน ราคาซองละ 68 บาท

6. ค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่ กลุ่มนักศึกษาหญิงได้รับค่าใช้จ่ายจากผู้ปกครอง 3,000 - 5,000 บาทต่อเดือน โดยนักศึกษาหญิงที่ติดบุหรี่ยี่ห้อที่มีค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่สูงถึง 1,500 - 2,000 บาทต่อเดือน ส่วนนักศึกษาหญิงที่ไม่ติดบุหรี่ยี่ห้อที่มีค่าใช้จ่ายในการสูบบุหรี่ประมาณ 300 บาทต่อเดือน หรือบางรายไม่มีค่าใช้จ่ายเลยเนื่องจากขอบุหรี่จากเพื่อนสูบ

7. แหล่งที่ซื้อบุหรี่ สถานที่ที่นักศึกษาหญิงซื้อบุหรี่คือร้านค้าปลีกมหาวิทยาลัย ซึ่งมีการขายบุหรี่อย่างเสรี สามารถซื้อได้อย่างสะดวก หรือไปซื้อที่ร้านสะดวกซื้อในอำเภอหัวหิน โดยนักศึกษาหญิงมักซื้อบุหรี่เมื่อไปเที่ยวตลาดหัวหิน ด้วยเหตุผลที่ว่าปลอดภัยจากสายตาคนที่รู้จักในมหาวิทยาลัย เพื่อเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีแก่ตนเอง นอกจากนี้ยังสามารถซื้อจากเพื่อนนักศึกษาที่พักอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัย แต่การซื้อในลักษณะนี้เป็นการซื้อในปริมาณไม่มากคือซื้อเป็นมวนหรือครึ่งซอง

8. การรับรู้เรื่องอันตรายและโทษของการสูบบุหรี่ นักศึกษาหญิงที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ทุกคนรับรู้ถึงโทษและอันตรายที่เกิดขึ้นจากการสูบบุหรี่ ทั้งที่มีต่อตนเองและบุคคลรอบข้าง แต่ก็ยังไม่หยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ โดยนักศึกษาหญิงบางคนคิดว่าการสูบบุหรี่ที่มีกันกรองสามารถช่วยลดสารเสพติดได้ หรืออันตรายยังค่อนข้างไกลตัว ต้องสูบเป็นระยะเวลานานๆ จึงจะได้รับอันตราย

9. ความคิดที่จะหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ มีนักศึกษาหญิงจำนวน 25 รายที่ต้องการหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ เพราะกลัวผลกระทบต่อสุขภาพ หรือหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่เมื่อจบการศึกษาและออกไปทำงาน เพราะกลัวนายจ้างไม่ยอมรับ มีนักศึกษาหญิงเพียง 5 รายเท่านั้นที่ไม่คิดหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ เพราะคิดว่าตนเองไม่ได้ติดบุหรี่ การมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เป็นแบบเล่นๆ สูบเพื่อผ่อนคลาย หรือบางเวลาเท่านั้นจึงไม่น่าที่จะได้รับอันตรายหรือผลกระทบมากนัก สาเหตุหลักที่ทำให้นักศึกษาหญิงมีความคิดที่จะหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่คือ สาเหตุด้านสุขภาพ เกิดจากการทราบถึงอันตรายของบุหรี่ และกลัวว่าจะส่งผลกระทบต่อร่างกาย ส่วนสาเหตุด้านสังคม เป็นความคิดอยากหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่เพราะต้องการเสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดีให้กับตนเอง และเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีเพื่อให้สังคมยอมรับ

10. การรับรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนทั่วไปและกลุ่มนักศึกษาหญิงที่สูบบุหรี่ด้วยกันเป็นไปในด้านลบ ซึ่งสังคมส่วนใหญ่ยังไม่ยอมรับ โดยมองว่าผู้หญิงที่สูบบุหรี่มีภาพลักษณ์ของการเป็นผู้หญิงเที่ยวเป็นผู้หญิงไม่ดี มีพฤติกรรมน่ารังเกียจ ซึ่งกลุ่มนักศึกษาหญิงส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เพราะต้องการโก้ เท่ๆ ถึงแม้ว่าการสูบบุหรี่เป็นเรื่องสิทธิส่วนบุคคล เป็นความเท่าเทียมกันของเพศชายและเพศหญิงก็ตาม

สาเหตุการเกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง

1. อยากรอง ช่วงอายุที่นักศึกษาหญิงเริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรกคือช่วงอายุ 10 – 15 ปี เป็นการสูบบุหรี่เพราะอยากรู้อยากเห็น อยากรทดลอง ต้องการแสดงความเก่งกล้าของตนให้เพื่อนและเพศตรงข้ามเห็น แต่ไม่มีความคิดที่จะติดบุหรี่ในการทดลองสูบครั้งแรก แต่เมื่อลองหลายครั้งก็ทำให้เกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ต่อเนื่องตามมา

2. การเลียนแบบ เนื่องจากกลุ่มนักศึกษาหญิงเห็นคนในครอบครัวและเพื่อนในกลุ่มสูบบุหรี่ เพื่อต้องการให้ตนเป็นที่ยอมรับของเพื่อน จึงมีความคิดที่อยากจะเลียนแบบ

3. เพื่อลดความเครียด โดยเวลาที่อ่านหนังสือหรือทำงานบางครั้งเครียดและไม่มีสมาธิ จึงมักจะมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่เพื่อผ่อนคลายความเครียด ทำให้สมองโปร่ง และสร้างสมาธิในการทำงาน หรือในบางสถานการณ์ที่ต้องรอนานๆ ทำให้ต้องสูบบุหรี่เพื่อลดความกดดันนั้น เช่น เวลารอเข้าห้องสอบ รอพบอาจารย์ เป็นต้น

4. กิจกรรมทางสังคม นักศึกษาหญิงมีการแสดงพฤติกรรมการสูบบุหรี่เมื่อต้องการเข้าสังคม ซึ่งเป็นสังคมที่มีการรวมตัวกันเฉพาะผู้ที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ รวมถึงการสูบบุหรี่เมื่อไปเที่ยวตามสถานบันเทิง จะมีการสูบบุหรี่แบบมวนต่อมวน

5. การปฏิบัติจนเป็นความเคยชิน นักศึกษาหญิงมีการแสดงพฤติกรรมการสูบบุหรี่ตั้งแต่ตื่นนอน เป็นการสูบเพื่อให้ร่างกายรู้สึกสดชื่นตื่นตัว ไม่ง่วงเจีย การสูบบุหรี่หลังรับประทานอาหารเพื่อดับกลิ่นคาวของอาหารและลดอาการท้องอืด และการสูบบุหรี่เวลาเข้าห้องน้ำเพื่อช่วยในการขับถ่าย ท้องไม่ผูก ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เป็นพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่เกิดจนเป็นความเคยชิน

6. ความสะดวกในการหาซื้อ เป็นเหตุที่สนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ โดยสามารถซื้อได้จาก ร้านค้าหลังมหาวิทยาลัย หรือแม้กระทั่งในห้องพักของมหาวิทยาลัยก็สามารถหาซื้อบุหรี่ได้เช่นกัน

วิจารณ์

1. การเกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ โดยทั่วไปคนในสังคมมองว่าการสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ไม่เป็นที่ยอมรับของคนในสังคม แต่นักศึกษาหญิงกลุ่มนี้กลับตัดสินใจทดลองสูบบุหรี่จนในที่สุดก็ทำให้เกิด พฤติกรรมการสูบบุหรี่ สิ่งที่มีอิทธิพลมากที่สุดคือบุคคลใกล้ชิด ไม่ว่าจะเป็นครอบครัวหรือกลุ่มเพื่อนที่สูบบุหรี่ โดยบุคคลใกล้ชิดนี้เป็นแรงกระตุ้นที่สำคัญที่ทำให้นักศึกษาหญิงยอมรับและปฏิบัติตามไปด้วย เพราะวัยรุ่นเป็น วัยที่มีความต้องการรวมกลุ่มทางสังคมค่อนข้างสูง ดังนั้นกระบวนการเข้าสู่พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษา หญิงจึงมีจุดเริ่มต้นจากครอบครัวและกลุ่มเพื่อนเป็นหลัก

2. ช่วงอายุที่นักศึกษาหญิงที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ครั้งแรกคืออายุ 10 – 15 ปี ซึ่งเป็นช่วงวัยเด็กถึง วัยรุ่น โดยในวัยนี้ให้ความสำคัญกับเพื่อน เมื่อเพื่อนที่สนิทสนมมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ก็ทำให้เกิดการเรียนรู้ เรื่องบุหรี่โดยอัตโนมัติ เห็นขั้นตอนและวิธีการสูบบุหรี่ จึงมีความคิดที่อยากทดลอง โดยมองว่าหากมีพฤติกรรม เหมือนเพื่อนในกลุ่มแล้ว มีโอกาสนำไปสู่การยอมรับและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มมากขึ้น ในวัยนี้การให้ ความสำคัญกับกลุ่มซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มอ้างอิง (Reference Group) เป็นกลุ่มที่สามารถตอบสนองความต้องการ ทางด้านสังคม วัยรุ่นมักจะใช้กลุ่มอ้างอิงเสมอในแง่ความคิด ความรู้สึก การกระทำ เป็นลักษณะของ กระบวนการที่บุคคลอ้างอิงตนเองเข้ากับกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งในกระบวนการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) กลุ่มเพื่อนจึงทำหน้าที่เป็นกลุ่มอ้างอิงแก่วัยรุ่นในการปรับทัศนคติ และพฤติกรรมให้สอดคล้องกับ กลุ่ม เพื่อจะได้รับการยอมรับเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มนั่นเอง

3. ปัจจัยที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ คือปัจจัยภายในและปัจจัยนอก ปัจจัยภายในคือทัศนคติ ความเชื่อ และการรับรู้ ปัจจัยภายนอกคือบรรทัดฐานทางสังคม โดยทั่วไปบุคคลจะมีพฤติกรรมที่สอดคล้องกับ ทัศนคติ ความเชื่อ หรือการรับรู้ แต่จากการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงกลับพบว่า ทัศนคติ ของนักศึกษาหญิงที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมที่แสดงออก นั่นคือนักศึกษาหญิงที่มี พฤติกรรมการสูบบุหรี่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อบุคคลที่สูบบุหรี่ รับรู้ถึงโทษและอันตรายของบุหรี่ แต่ยังมีพฤติกรรม การสูบบุหรี่ ส่วนปัจจัยภายนอกกลับเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้นักศึกษาหญิงที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่สามารถลด หรือหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ เช่น กฎหมาย หรือระเบียบต่างๆ ทำให้นักศึกษาหญิงเกิดความเกรงกลัวใน บทลงโทษ เป็นต้น ลักษณะเช่นนี้ถือว่ากลุ่มนักศึกษาหญิงมีความรู้สึกต้องการยับยั้งการกระทำผิดในบาง สถานการณ์ โดยมีหลักการที่ว่าบุคคลมีแรงจูงใจที่จะละเมิดบรรทัดฐานของสังคม แต่ถูกยับยั้งโดยการควบคุม ทางสังคม อาศัยการลงโทษเป็นกลไกในการควบคุม การยับยั้งการกระทำผิดแบ่งเป็น 2 ลักษณะคือการยับยั้ง ทั่วไป (General Deterrence) หมายถึงการทำให้บุคคลทั่วไปละเว้นจากการกระทำผิด โดยการใช้การลงโทษ เป็นตัวยับยั้ง กรณีนี้บุคคลมิใช่ผู้ถูกลงโทษโดยตรง แต่เป็นการรับรู้จากการได้เห็นบุคคลที่กระทำผิดถูกลงโทษ ทำให้บุคคลมีความรู้สึกเกรงกลัวว่าถ้าตนเองกระทำผิดก็จะถูกลงโทษเช่นเดียวกัน อีกลักษณะหนึ่งคือการยับยั้ง เฉพาะ (Specific Deterrence) หมายถึงการยับยั้งผู้ที่กระทำผิดโดยตรง โดยการลงโทษบุคคลนั้นๆ เพื่อที่จะทำ ให้บุคคลนั้นเกิดความเกรงกลัว และไม่กล้าที่จะกระทำผิดซ้ำอีก จากผลการศึกษาจึงเห็นว่ากฎระเบียบทาง สังคม ช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมการยับยั้งการกระทำผิดในสถานการณ์ที่เหมาะสมได้

สรุป

การศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี ได้ศึกษาถึงช่วงเวลาเริ่มต้นในการเข้าสู่พฤติกรรมการสูบบุหรี่ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง รวมถึงสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงสถานการณ์การสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิง เป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่มีให้เห็นทั่วไป การที่เราทราบถึงพฤติกรรมที่เกิดขึ้น สามารถที่จะนำไปสู่การกำหนดมาตรการหรือแนวทางที่จะแก้ไขปัญหา เพื่อให้ นักศึกษาหญิงมีการรับรู้ทัศนคติ และพฤติกรรมที่เหมาะสมสอดคล้องกัน สังคมให้การยอมรับ เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพของชาติต่อไป โดยมหาวิทยาลัยควรเข้มงวดหรือมีมาตรการที่ชัดเจนเกี่ยวกับการห้ามสูบบุหรี่ในอาคารเรียน ภายในหอพัก หรือภายในบริเวณมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยควรจัดกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาลดหรือหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และควรมีการวิจัยเกี่ยวกับวิธีการที่จะทำให้ นักศึกษาหญิงหยุดหรือลดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษาหญิงต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมการแพทย์, กระทรวงสาธารณสุข. 2545. **พระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2545 และประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 10) พ.ศ. 2545.** กรุงเทพฯ: สำนักพัฒนาวิชาการ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- จิตติมา พุ่มพรวณ. 2547. **ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของข้าราชการทหารชั้นประทวน.** วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จิระศักดิ์ ป้อมสุวรรณ. 2544. “ผู้หญิงสูบบุหรี่ เสียอะไรมากกว่าที่คุณคิด”, **วารสารมองโลก** . ปีที่ 4 ฉบับที่ 169 หน้า 18 – 29
- บุปผา ศิริวิเศษ จรรยา เศรษฐบุตร และปรีชา เกนโรจน์. 2548. **รายงานการวิจัยการติดตามผลกระทบของการสูบบุหรี่ต่อสุขภาพ ระยะที่ 1 : การสำรวจข้อมูลพื้นฐานใน อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี.** นครปฐม : โครงการกาญจนบุรี สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรารณ ภูมิสวัสดิ์. 2539. “ชีวิตจะสั้นเพราะควันบุหรี่”, **วารสารไกล่นมอ.** ปีที่ 5 ฉบับที่ 14 หน้า 36 – 38.
- วีณา ศิริสุข. 2541. **ยาสูบกับคนไทย : ทบทวนองค์ความรู้ สถานการณ์ และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ภายใต้โครงการสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยั่งยืน .** กรุงเทพฯ : สำนักพัฒนาวิชาการ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- ศุภจิต มโนพิโมกษ์ และ กัญญารัตน์ กล้าถนอม. 2534. **สิทธิผู้ไม่สูบบุหรี่.** กรุงเทพฯ : ศูนย์ประสานงานทาง การแพทย์และสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2548. “สถานการณ์สูบบุหรี่ของประเทศไทย”, **โพสต์ทูเดย์** . 15 กรกฎาคม. หน้า 15.
- Ettinger , Roseann. 1991 . **Compacts and smoking accessories** . West Chester : Schiffer Publishing.