

## บทที่ 5

### บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ผู้วิจัยนำเสนอบทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

#### บทย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ก่อนและหลังการเข้าร่วมการฝึกอบรม

2. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จำนวน 40 คน ข้อมูล ณ วันที่ 21 กรกฎาคม 2557

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ได้มาจากการคัดเลือก นักเรียนที่ได้คะแนนต่ำกว่า 25 % จากแบบวัดความภาคภูมิใจตนเอง Five-Scale Test of Self-Esteem for Children (FSC) และสมัครใจ เข้าร่วมการฝึกอบรม จำนวน 40 คน จากนั้น สุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลาก (บุญชม ศรีสะอาด, 2545, หน้า 45) แบบไม่ใส่คืน จำแนกเป็น กลุ่มทดลอง จำนวน 20 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 20 คน

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัย คือ

1. โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง 1 ชุด

2. แบบวัดความภาคภูมิใจตนเองที่ปรับปรุงจาก Five-Scale Test of Self-Esteem for Children (FSC) ฉบับภาษาไทย ของ สุวรรณิ พุทธิศรี และชัชวาลย์ ศิลปกิจ (สุวรรณิ พุทธิศรี และ ชัชวาลย์ ศิลปกิจ, 2541, หน้า 358) แบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 คือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียน และตอนที่ 2 คือ แบบวัดความภาคภูมิใจตนเองที่พัฒนาจาก (FSC) ซึ่งแบบวัดนี้ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 60 ข้อ 3 ตัวเลือก แบ่งออกเป็น 6 กลุ่มคำถาม จำนวนกลุ่มละ 10 ข้อ ที่ผ่านการหาคุณภาพเครื่องมือแล้ว ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence) เท่ากับ 0.91 ค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีการหาสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) ได้ค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ 0.82

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง โดยดำเนินการตามขั้นตอน 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน เป็นการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นคุณลักษณะสำคัญ และจำเป็นต้องเสริมสร้างให้แก่นักเรียน ตามองค์ประกอบของความภาคภูมิใจในตนเองทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านสังคม ด้านการศึกษา ด้านครอบครัว ด้านภาพลักษณ์ และด้านมุมมองรวม

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างโปรแกรมการฝึกอบรม เป็นการนำผลการศึกษาที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มากำหนดเป็นรายละเอียดต่างๆของโปรแกรมการฝึกอบรมฉบับร่าง ประกอบด้วยสาระสำคัญ วัตถุประสงค์ สื่อและอุปกรณ์ วิธีดำเนินการ การประเมินผล โปรแกรมการฝึกอบรมที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยกิจกรรมเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวคิดการเสริมสร้างการความภาคภูมิใจในตนเอง จำนวน 12 กิจกรรม ใช้ระยะเวลารวมทั้งสิ้น 30 ชั่วโมง ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกอบรม โดยผู้เชี่ยวชาญ พบว่า ทุกองค์ประกอบของโปรแกรมการฝึกอบรม เหมาะสมกับการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้แก่นักเรียน จากนั้นนำข้อเสนอแนะจากการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกอบรมฉบับร่างมาปรับปรุงเพื่อให้โปรแกรมการฝึกอบรมมีความเหมาะสมยิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 การทดลองใช้โปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อตรวจสอบประสิทธิผลของโปรแกรมการฝึกอบรม ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงทดลอง แบบสองกลุ่ม โดยมีการวัดก่อน - หลังการทดลอง กับนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จำนวน 40 คน ซึ่งได้มาด้วยการสมัครใจเข้าร่วมการฝึกอบรมและคัดเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนด ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ขั้นตอนที่ 4 การประเมิน แก้ไข และปรับปรุงโปรแกรมการฝึกอบรม จากผลการประเมินการทดลองใช้ของโปรแกรมการฝึกอบรม พบว่า ทุกองค์ประกอบของโปรแกรมการฝึกอบรมมีความเหมาะสม อย่างไรก็ตามหลังการทดลองใช้โปรแกรมการฝึกอบรม ได้มีการปรับปรุงภาษาที่ใช้ให้มีความเหมาะสม จากนั้นจัดทำเป็นโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ฉบับสมบูรณ์

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง (FSC) มาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์แล้วนำมาดำเนินการจัดกระทำกับข้อมูล โดยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ดังนี้

#### 1. การหาคุณภาพของแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

1.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence)

1.2 ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับโดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha)

2. การหาคุณภาพของโปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง โดยการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกอบรมรายกิจกรรม ใช้สถิติพื้นฐาน ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

3. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล โดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ (Percentage)

#### 4. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่

4.1 เปรียบเทียบระดับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ก่อนและหลังการได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง โดยใช้ t-test แบบสองกลุ่มสัมพันธ์ (Two Paired Samples t-test) สำหรับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

4.2 เปรียบเทียบผลต่างของระดับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ใช้คะแนนผลต่างระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (Difference Score) โดยใช้ t-test แบบสองกลุ่มอิสระ (Two Independent Samples t-test)

## สรุปผล

การพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ สรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการประเมินการทดลองใช้ของโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง พบว่า ทุกองค์ประกอบของโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด เหมาะสมสำหรับนำไปใช้เสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง พัฒนาขึ้นจากแนวทางในการสร้างเสริมความภาคภูมิใจในตนเองและแนวทางในการประเมินความภาคภูมิใจในตนเอง การสร้างเสริมความภาคภูมิใจในตนเองในตนเองพัฒนาได้ดีที่สุดนั้น เกี่ยวข้องกับปัจจัยหลัก 4 ประการ คือ พฤติกรรม สติปัญญา ลักษณะทางกายภาพ และอารมณ์ของแต่ละบุคคลตามแนวทางของโปป (Pope, 1980, อ้างอิงจาก สุวรรณี พุทธิศรี และชัชวาลย์ ศิลปะกิจ, 2541, หน้า 359) ถือเป็นปัจจัยหลักที่มีครอบคลุมและมีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลโดยตรงในการวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงยึดหลักแนวทางในการประเมินความภาคภูมิใจในตนเองทั้ง 5 องค์ประกอบตามแนวคิดของ โปป (Pope, 1980, อ้างอิงจาก สุวรรณี พุทธิศรี และชัชวาลย์ ศิลปะกิจ, 2541, หน้า 359) อันได้แก่ ด้านสังคม ด้านการศึกษา ด้านครอบครัว ด้านภาพลักษณ์ และด้านมุมมองรวม โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง ที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยกิจกรรมเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวคิดการสร้างเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง จำนวน 12 กิจกรรม ใช้ระยะเวลารวมทั้งสิ้น 30 ชั่วโมง

2. การศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ พบว่า หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความภาคภูมิใจในตนเอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## อภิปรายผล

จากการพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ณ โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ตั้งแต่วันที่ 4 สิงหาคม 2557 ถึง วันที่ 21 สิงหาคม 2557

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองช่วยเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำได้ จากการที่นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการวัดระดับความภาคภูมิใจในตนเอง 5 ด้านเพิ่มขึ้น กล่าวคือ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง มีคะแนนเฉลี่ย จากการวัดระดับความภาคภูมิใจในตนเอง สูงขึ้นกว่าก่อนการใช้โปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง มีคะแนนการวัดระดับความภาคภูมิใจในตนเองรายด้านสูงกว่าก่อนการทดลองทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ด้านสังคม ด้านการศึกษา ด้านครอบครัว ด้านภาพลักษณ์ และด้านมุมมองรวม อธิบายได้ว่า โปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นช่วยเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง แก่ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ เพิ่มขึ้น และเมื่อเปรียบเทียบระดับความภาคภูมิใจในตนเองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่า นักเรียนกลุ่มควบคุม ผลการเปรียบเทียบของทั้ง 2 กลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของสุนันท์ เหมะรุณินทร์ (2553, หน้า 96-97) ศึกษาเรื่องวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาความรู้สึกลึกซึ้งคุณค่าในตนเองของเด็กด้วยโอกาสในโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์เชียงใหม่ จากการศึกษาพบว่า การมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้องในกระบวนการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้การพัฒนาความรู้สึกลึกซึ้งคุณค่าในตนเองของนักเรียนกรณีศึกษาในโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์เชียงใหม่ เกิดผลสำเร็จและการพัฒนาที่มีความยั่งยืน ตลอดจน กิจกรรมเพื่อพัฒนาความรู้สึกลึกซึ้งคุณค่าในตนเองที่เกิดจากกระบวนการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมีความเหมาะสมกับนักเรียนกรณี ศึกษา การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้ระดับความรู้สึกลึกซึ้งคุณค่าในตนเองของนักเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ โมไฉย อภิศักดิ์มนตรี (2553, หน้า 199) ศึกษาเรื่องผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการเห็นคุณค่า ในตนเองของเด็กพิการทางร่างกาย พบว่า เด็กพิการทางร่างกายกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกด้วยโปรแกรมพัฒนาการเห็นคุณค่า ในตนเองมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าโปรแกรมพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเด็กพิการทางร่างกาย กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกด้วยโปรแกรมพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ใช้โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะคอยกระตุ้น ส่งเสริมให้กำลังใจ คำชมตลอดจนการแจกรางวัล แก่นักเรียนกลุ่มทดลอง เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับคำชม รางวัล จากเพื่อนกลุ่มทดลองและผู้วิจัย ส่งผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งต่อไป และมีความตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, หน้า 236 อ้างอิงจาก ปิยะดา คำแก้ว, 2550, หน้า 26-27) กล่าวว่าความภาคภูมิใจในตนเองจะเกิดขึ้นจากการมีประสบการณ์ในเรื่องความสำเร็จและการกระทำสิ่งต่าง ๆ ใต้บรรทัดตามเป้าหมายส่งผลให้ได้รับคำชมเชยจากพ่อแม่ หรือ คนอื่น ๆ เป็นการสะสมความพึงพอใจต่อตนเองขึ้นมาทีละน้อย กลายเป็นความรู้สึกเชื่อถึงความสามารถที่จะก้าวไปให้ถึงคุณค่าที่ได้ตั้งไว้ ถ้าทำได้สำเร็จก็จะเกิดความภาคภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองในที่สุด

จากการดำเนินการฝึกอบรมผู้วิจัยได้สังเกตเห็น นักเรียนกลุ่มทดลองเริ่มมีสัมพันธภาพที่ดี เกิดความคุ้นเคยและความไว้วางใจกันระหว่างนักเรียนด้วยกันเองและผู้วิจัย นักเรียนกลุ่มทดลองได้สำรวจตนเองในด้านต่างๆ เปิดเผยตัวตน เปิดใจ ทบทวนความคิดและสำรวจความรู้สึกที่มีต่อตนเองเกิดความพอใจในสิ่งที่ตนเองเป็น ทั้งยังรู้จักยอมรับข้อดีของผู้อื่น ตลอดจนสามารถเรียนรู้ถึงการปรับตัวและอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น เกิดความตระหนักถึงคุณค่าของการได้เกิดมาและการมีชีวิตอยู่นักเรียนกลุ่มทดลองได้สำรวจเป้าหมายในชีวิตของตนเอง ทำให้ทราบถึงความรู้ความสามารถของตนเอง อีกทั้ง นักเรียนยังมีความภาคภูมิใจในสถาบันการศึกษาและครอบครัวของตนเองมากขึ้น เกิดตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของโอกาสที่ตนเองได้รับ ตลอดจนรู้จักการมองโลกในแง่ดีมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ แวดาว ดวงจันทร์ (2551, หน้า 14) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในทางที่ดีเกิดการยอมรับตนเอง เข้าใจตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรู้สึกว่าตนเองมีความหมายมีความสามารถ มีอำนาจในการควบคุมตนเอง สามารถทำอะไรให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของตนได้ เห็นว่าตนเองเป็นที่ยอมรับของผู้อื่นและสังคม ซึ่งบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองก็จะเกิดความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่นด้วย

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ควรนำโปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ไปใช้กับนักเรียนกลุ่มโรงเรียนราชประชานุเคราะห์อื่นๆ และควรปรับปรุงเนื้อหาสาระโปรแกรมให้เหมาะสมและสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย

2. เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการใช้โปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ผู้นำโปรแกรมการฝึกอบรมไปใช้ ควรศึกษารายละเอียดของโปรแกรม เพื่อให้เกิดความเข้าใจ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรดำเนินการวิจัยในโปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ และขยายระยะเวลาการทดลองรวมทั้งควรมีการติดตามผลเป็นระยะๆ ภายหลังจากเสร็จสิ้นการฝึกอบรม เพื่อติดตามดูความคงทนของระดับความภาคภูมิใจในตนเอง

2. ควรมีการศึกษาวิจัยและพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้ครอบคลุมในเรื่องของการประเมินผลในระยะยาว อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการฝึกอบรมสำหรับนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ ต่อไป

3. ควรมีการศึกษา ความคงอยู่อย่างถาวรของความภาคภูมิใจในตนเอง ตลอดจนพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองอย่างถาวร ต่อไป