

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบ 2 กลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมการทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบที่ไม่ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรม ทำการวัดผลก่อนและหลังทดลอง 1 สัปดาห์ แต่ในการศึกษาครั้งนี้ มีการวัดผลซ้ำ เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมเมื่อระยะเวลาผ่านไป 4 สัปดาห์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการประยุกต์ใช้กระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิต กับแรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อป้องกันการติ่มแอลกอฮอล์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 จำนวน 62 คนเป็นนักเรียนโรงเรียนทดลอง 31 คนและโรงเรียนเปรียบเทียบ 31 คน โดยนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับกระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตตามโปรแกรมที่จัดไว้ในลักษณะการเข้าค่าย จำนวน 3 วัน 2 คืน และกลุ่มผู้ให้แรงสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง ครู องค์กรบริหารส่วนตำบล และพระ ได้จัดประชุมเพื่อร่วมกันวิเคราะห์ และหาแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาการติ่มแอลกอฮอล์ในชุมชน ครอบครัวและโรงเรียนต่อไป ระยะเวลาในการทำวิจัยรวมทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ 4 วัน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย

5.1.1 เครื่องมือรวบรวมข้อมูล มีทั้งหมด 8 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2-8 เป็นแบบสอบถามเพื่อประเมินทักษะชีวิตจำนวน 10 องค์ประกอบ 5 คู่คือ ความคิด วิจารณ์ญาณและความคิดสร้างสรรค์ ความภาคภูมิใจและความรับผิดชอบต่อนตนเอง การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา การสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์และความเครียดและการประเมินพฤติกรรมเพื่อป้องกันการติ่มแอลกอฮอล์ ในการปฏิเสธการติ่มแอลกอฮอล์เมื่อถูกชักชวน และการหลีกเลี่ยงการมีกิจกรรมที่ส่งเสริมการติ่มแอลกอฮอล์และการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และการประเมินการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม

5.1.2 เครื่องมือในการทดลอง ประกอบด้วยกิจกรรมที่ใช้ในการจัดกระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเพื่อป้องกันการติ่มแอลกอฮอล์ โดยมีกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ การบรรยาย การเสนอตัวแบบ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ และกิจกรรมที่ส่งเสริมการให้แรงสนับสนุนทางสังคมโดยการจัดเวทีประชุมอย่างมีส่วนร่วม เพื่อวิเคราะห์และหาแนวทางในการป้องกันการติ่มแอลกอฮอล์ของชุมชนสามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

5.1.2.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มทดลองมีเพศชายต่อเพศหญิงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ (19 : 12 และ 12 : 19) กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 อายุ 12-13 ปี ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดาและอาศัยอยู่ด้วยกัน กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอาชีพทำนาร้อยละ 87.1 แต่กลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 77.4 อาจเป็นสภาพทางภูมิศาสตร์ของโรงเรียนเปรียบเทียบกับใกล้เคียงมากกว่า กลุ่มเปรียบเทียบครอบครัว มีรายได้ต่อเดือนอยู่ระหว่าง 5,000 -10,000 บาท แต่กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีรายได้ไม่เกิน 5,000 บาท ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับต่อเดือน กลุ่มทดลองส่วนใหญ่ได้รับวันละ

ไม่เกิน 200 บาท จากพ่อแม่และเพียงพอในการใช้จ่ายแต่ไม่มีเงินเก็บ ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ได้รับอยู่ ในช่วง 200-600 บาทต่อเดือน มีทั้งเหลือและไม่เหลือเก็บในสัดส่วนใกล้เคียงกัน การมีกิจกรรมเวลว่าง ทั้ง 2 กลุ่ม ช่วยทำงานบ้าน รองลงมาคือ ออกกำลังกาย ส่วนกิจกรรมอื่นๆ เช่น คุยกับเพื่อนนานๆ หรือดูทีวี ทั้งสองกลุ่มมีสัดส่วนใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 32.3, 48.4 และ 35.5, 54.8) เมื่อไม่สบายใจทั้ง 2 กลุ่มใช้วิธีฟังเพลง เล่นกีฬา แต่กลุ่มทดลองใช้วิธีสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ 1 คน (กลุ่มเปรียบเทียบไม่มี) และจะปรึกษาพ่อแม่ เป็นอันดับแรก เกี่ยวกับการรับรู้เรื่องแอลกอฮอล์ ส่วนใหญ่ได้รับจากโทรทัศน์ วิทยุ และครู ทัศนคติเกี่ยวกับ แอลกอฮอล์ พบว่า ส่วนใหญ่ทั้งสองกลุ่ม คิดว่าเป็นสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ รองลงมาคือกลุ่มเปรียบเทียบคิดว่าบาป ผิดศีลธรรม แต่กลุ่มทดลองคิดว่าทำให้สนุกสนาน การดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 90 กลุ่มเปรียบเทียบไม่ดื่มแอลกอฮอล์ แต่กลุ่มทดลองไม่ดื่มร้อยละ 48.4 รองลงมาเคยดื่มและเลิกแล้ว ร้อยละ 38.7 ยังดื่มอยู่ร้อยละ 12.9 โดยส่วนใหญ่ดื่มปีละ 1-2 ครั้ง ในงานวันเกิด รองลงมาคือสงกรานต์ โดยดื่มเบียร์มากที่สุด แต่กลุ่มทดลองจะดื่มเหล้าขาวเป็นอันดับ 2 ร้อยละ 56.2 และบุคคลใกล้ชิดที่ดื่มแอลกอฮอล์ กลุ่มทดลองเห็นว่าครู (ร้อยละ 87.1) รองลงมาคือพี่น้อง (ร้อยละ 74.2) พ่อแม่และเพื่อนมีสัดส่วนร้อยละ 50 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบ เห็นว่าคนที่ดื่มแอลกอฮอล์คือญาติ และพ่อ ประมาณร้อยละ 60

5.1.2.2 ทักษะชีวิตความคิดวิจารณ์ญาณและความคิดสร้างสรรค์ พบว่า ก่อนการทดลองทั้งสองกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีคะแนนอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 96.8 และร้อยละ 74.2) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่ม ระหว่างก่อน หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.01$) เมื่อเปรียบเทียบรายคู่พบว่า ระหว่างก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) มีเฉพาะคู่ระหว่างหลังทดลองและระยะติดตามผลที่เพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.31$) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบ มีคะแนนลดลงจากก่อนทดลอง ทั้งหลังทดลองและระยะติดตามอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนระหว่างกลุ่ม พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล ($p < 0.001$)

5.1.2.3 ความภาคภูมิใจและความรับผิดชอบตนเอง พบว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีระดับคะแนนอยู่ในระดับสูงและปานกลาง ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน แต่ระยะก่อนทดลอง กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มทดลอง 6.16 คะแนน และแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$; 95%CI -9.58 ถึง -2.74) แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่ม ก่อน หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่า กลุ่มทดลองแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.028$) เมื่อเปรียบเทียบรายคู่พบว่า มีเฉพาะก่อนทดลองและระยะติดตามที่เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.04$ 95% CI -5.61 ถึง -6.57) และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่าอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติทั้งหลังทดลองและระยะติดตาม

5.1.2.4 การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา พบว่า ก่อนการทดลอง ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 71.0 และ 80.6) แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่มระหว่าง ก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติทั้ง 3 ระยะ ($p = 0.06$ และ $p = 0.84$) และเมื่อ เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระยะติดตามผล ($p < 0.001$; 95%CI 0.80 ถึง 5.33)

5.1.2.5 การสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยใกล้เคียงกัน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 54.8 และร้อยละ 64.5)

แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่มระหว่าง ก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่า มีเฉพาะกลุ่มทดลองที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) และเมื่อเปรียบเทียบรายคู่ พบว่า คู่ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ก่อนทดลองและหลังทดลอง ($p = 0.04$; 95%CI -3.83 ถึง -3.96) และก่อนทดลองและระยะติดตามผล ($p = 0.002$; 95%CI -5.39 ถึง -1.06) และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบทั้ง 3 ระยะพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.29$; 0.054 และ 0.051)

5.1.2.6 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนใกล้เคียงกัน ส่วนใหญ่คะแนนอยู่ในระดับสูง (ร้อยละ 77.4 และร้อยละ 67.7) แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่มระหว่าง ก่อน หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่า มีเฉพาะกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.005$) และเมื่อเปรียบเทียบรายคู่พบว่า คู่ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ก่อนทดลองและหลังทดลอง ($p = 0.01$; 95%CI 6.10 ถึง -0.60) และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบทั้ง 3 ระยะพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบช่วงหลังทดลอง ($p = 0.02$; 95%CI -9.58 ถึง -2.74)

5.1.2.7 การประเมินพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ ในการปฏิบัติการดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อถูกชักชวน พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนอยู่ในระดับสูงและระดับต่ำในอัตราที่ใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 48.4 และร้อยละ 35.5) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีคะแนนต่ำ (ร้อยละ 54.8) เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่มระหว่าง ก่อน หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่า มีเฉพาะกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.007$) และเมื่อเปรียบเทียบรายคู่พบว่า คู่ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ก่อนและหลังทดลอง ($p = 0.007$; 95%CI -5.98 ถึง -0.79) และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบทั้ง 3 ระยะพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบช่วงหลังทดลอง ($p = 0.01$; 95%CI 0.32 ถึง 4.33)

5.1.2.8 การหลีกเลี่ยงการมีกิจกรรมที่ส่งเสริมการดื่มแอลกอฮอล์และการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ พบว่า ก่อนการทดลอง ส่วนใหญ่ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง และสูง เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่มระหว่าง ก่อน หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.26$ และ 0.10) และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบทั้ง 3 ระยะพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบในช่วงหลังทดลอง ($p = 0.01$; 95%CI 0.54 ถึง 6.43) และระยะติดตาม ($p = 0.04$; 95%CI -0.55 ถึง 8.29)

5.1.2.9 การประเมินการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองมีระดับคะแนนปานกลางและต่ำจำนวนใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 41.9 และ 38.7) กลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 58.1) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่มระหว่าง ก่อน หลังทดลองและระยะติดตามผล พบว่า มีเฉพาะกลุ่มทดลอง ที่มีคะแนนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.008$) และเมื่อเปรียบเทียบรายคู่พบว่า คู่ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ก่อนและหลังทดลอง ($p = 0.049$; 95%CI -4.89 ถึง -1.08) และระยะก่อนทดลองและระยะติดตามผล ($p = 0.02$ 95%CI -5.10 ถึง -0.31) และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบทั้ง 3 ระยะพบว่า ในช่วงก่อนทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.04$; 95%CI -4.95 ถึง 0.44) และเมื่อเปรียบเทียบรายคู่พบว่า คู่ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ก่อนและหลังทดลอง ($p = 0.04$; 95%CI -4.95 ถึง -0.44)

5.2 จุดแข็งและข้อจำกัดในการวิจัย

5.2.1 จุดแข็งในการวิจัย

5.2.1.1 การสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูล

เนื่องจากเป็นการศึกษาผลของกระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตอย่างมีส่วนร่วม เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดื่มแอลกอฮอล์ ผู้วิจัยจึงได้ออกแบบเครื่องมือวัดที่ต้องให้กลุ่มตัวอย่างได้คิด วิเคราะห์ ตัดสินใจในการหาทางเลือกอย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรม ประเพณีของท้องถิ่นและวิถีชีวิต โดยมีข้อมูลเป็นกรณีศึกษา สถานการณ์จริงในชุมชน หรือประสบการณ์จริงของนักเรียน และผู้วิจัยได้ประยุกต์แนวคิดขององค์การอนามัยโลกและกรมอนามัย จำนวน 10 องค์ประกอบ โดยผู้วิจัยมีแนวคิดว่าการเสริมสร้างให้บุคคลมีทักษะชีวิตที่ดี โดยเฉพาะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งเป็นเรื่องซับซ้อนและเกี่ยวเนื่องกับทัศนคติ ความเชื่อและวัฒนธรรมของชุมชน ครอบคลุมในทุกด้าน ทั้งด้านความรู้ ทัศนคติส่วนบุคคล ทักษะที่จำเป็น เช่น การตัดสินใจ การคิดอย่างมีวิจารณญาณและการต้านทานแรงกดดันจากสังคมและทักษะสังคม เช่นการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น จึงไม่ควรแยกส่วนกันและนำมาเป็นบางองค์ประกอบ ทำให้ตัวแปรที่ใช้ในวัดมีจำนวนมาก (11ตัวแปร ทุละ 3 สถานการณ์ 22 หน้า 154 ข้อ) การทดสอบความเที่ยง ความตรงของเครื่องมือ จึงต้องใช้ในการทดลอง (try-out) ถึง 3 ครั้ง (ปรับลดสถานการณ์เหลือตัวแปรละ 1 สถานการณ์ 13 หน้า 94 ข้อ) โดยทั้งช่วงเวลาในการเก็บข้อมูล 2 อาทิตย์และให้นักเรียนที่ยังไม่ได้ทำแบบสอบถามทำ และปรับรูปแบบให้น่าสนใจ (โดยการวาดการ์ตูนที่สอดคล้องกับแต่ละเรื่องราว ตัวหนังสือใหญ่ขึ้น และปรับสำนวนให้กระชับ เข้าใจง่าย) การให้ของขวัญ เพื่อสร้างแรงจูงใจ และดูแลอย่างใกล้ชิด นำมาปรับให้มีค่าความเที่ยงมากกว่า 0.7 ทำให้ได้แบบสอบถามที่เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และครอบคลุมกับองค์ประกอบ

5.2.1.2 การสร้างเครื่องมือทดลอง เพื่อให้เกิดผลหลักในการทดลอง (Main outcome) ตามวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์เครื่องมือที่หลากหลาย จากหลายแหล่ง เช่น ผลการวิจัยและพัฒนาในโปรแกรมการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์จากต่างประเทศ ในประเทศ จากการเอกสารวิชาการ การอบรมประสบการณ์อบรมจากโครงการต่าง ๆ การสืบค้นจากอินเทอร์เน็ต และเรียนรู้พฤติกรรมการณ์ของวัยรุ่นจากข่าว รายการโทรทัศน์ แล้วนำมาปรับใช้กับกลุ่มตัวอย่าง แล้วให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และระหว่างการทดลอง ผู้วิจัยได้ทำวีซีดีกิจกรรมตลอดการเข้าค่าย และมอบให้นักเรียนแต่ละคน และให้โรงเรียน เพื่อระลึกเหตุการณ์และกิจกรรม ความรู้สึกในการเข้าค่าย ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งกระตุ้นความรู้สึก ความทรงจำและความตั้งใจให้ยาวนาน และช่วยเพิ่มพลังอำนาจในตน สร้างการเรียนรู้ให้รุ่นพี่ รุ่นน้อง และได้มอบหัวใจให้ตนเอง พ่อแม่ ที่เป็นเหมือนสัญญาใจที่สร้างไว้ต่อกัน มอบแผนชีวิต 20 ปี เพื่อเป็นเป้าหมายในการเดินทาง นอกจากนั้นยังเสนอโครงการแก้ไขปัญหายาในระยยะยาว เพื่อสร้างการมีส่วนร่วม การรับผิดชอบต่อสังคมเพิ่มทักษะทางสังคมอย่างต่อเนื่อง อาจมีส่วนให้พฤติกรรมนี้มีความคงทนมากขึ้น

5.2.1.3 ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองก่อนปีใหม่ (24 - 27 ธันวาคม 2548) และประเมินผลหลังปีใหม่ 8 วัน และในระยะติดตาม อยู่ในช่วงหลังงานหมอลำ 9 วัน ซึ่งจากข้อมูลทั่วไปพบว่า มีโอกาสในการดื่มแอลกอฮอล์รองจากงานวันเกิดและงานสงกรานต์ (แต่จากการสนทนากลุ่มในทุกกลุ่ม พบว่า ช่วงปีใหม่ จะมีคนดื่มแอลกอฮอล์มากที่สุด และพ่อแม่มักไม่ห้าม หรือถ้าห้ามแต่พ่อแม่ดื่ม จึงอาจเป็นตัวอย่างได้ รองลงมาคืองานหมอลำ ที่เพื่อนจะชวนดื่ม และบรรยากาศเอื้อต่อการดื่มมาก) จึงอาจเป็นผลการวัดที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด และแสดงให้เห็นถึงการใช้พลังการต้านทานจากสิ่งยั่วยุทางสังคมมากกว่าช่วงอื่น โดยใช้การปฏิเสธการหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่เสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์ และการโน้มน้าวผู้อื่นไม่ให้ดื่มแอลกอฮอล์

5.2.1.4 ผู้วิจัยได้ใช้การเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ เพื่ออธิบายและเสริมข้อมูลเชิงปริมาณในการทดสอบ สมมติฐาน ทำให้สามารถอธิบายบริบทที่สำคัญบางตัวแปรได้ โดยใช้การสนทนากลุ่มผู้มีส่วนสำคัญในการให้ข้อมูล (Key informant) การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participate observation) และการจัดประชุมอย่างมีส่วนร่วม ทำให้ได้ข้อมูลและแนวคิดสำคัญจากหลายฝ่ายและมีการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation technique) รวมทั้งเป็นการกระตุ้นให้เกิดการความตระหนักและร่วมกันวางแผนแก้ไข ปัญหาในระยะยาวได้

5.2.1.5 ผู้วิจัยได้ใช้แรงสนับสนุนทางสังคม ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นที่กำลังสับสนในตนเอง จากพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น ถ้ามีตัวแบบที่ดี มีการสนับสนุนไปในทางที่ถูกต้อง และต่อเนื่อง จะเป็นแรงเสริมให้เกิดเป้าหมายชีวิตที่ดี รวมทั้งนำศาสนา จารีตมาเป็นจุดยึดเหนี่ยว และปรับทัศนคติ ค่านิยมที่ถูกต้องและให้รู้สึกรับผิดชอบต่อสังคม จึงคาดหวังว่า จะมีแนวโน้มของการมีพฤติกรรมที่ดีในอนาคต

5.2.2 ข้อจำกัดในการวิจัย

5.2.2.1 มีระยะเวลาในการทำวิจัยจำกัด ซึ่งการประเมินผลพฤติกรรมทักษะชีวิตถ้าให้มีความยั่งยืน ต้องใช้เวลา 2-4 ปี และต้องมีการกระตุ้นเป็นระยะ โดยผู้สนับสนุนทางสังคม และสร้างปัจจัยเอื้อที่มีผลต่อการไม่ดื่มแอลกอฮอล์ แต่จากผลการทดลองครั้งนี้พบว่า พฤติกรรมและทักษะมีแนวโน้มลดลงเมื่อเวลาผ่านไป 4 สัปดาห์ (จากหลังการทดลอง) จึงอาจใช้เป็นจุดเริ่มต้นในการพัฒนาพฤติกรรมให้มีความคงทนต่อไป

5.2.2.2 ผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมตัวแปรเชิงโครงสร้างบางตัวระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบได้ ซึ่งเป็นตัวแปรที่อาจมีผลต่อทัศนคติหรือพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างได้ เช่น ตัวแปรเพศ ที่มีสัดส่วนของเพศชายต่อหญิง เท่ากับ 12 ต่อ 19 และ 19 ต่อ 12) เนื่องจากผู้วิจัยมองแนวโน้มของสถานการณ์การดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นหญิงมีเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ทัศนคติ ความเชื่อเกี่ยวกับแอลกอฮอล์เปลี่ยนไปจากเดิม จากสภาพสังคมที่เปลี่ยน หรือสภาพแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ ความใกล้หรือไกลเมือง ที่เคยเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเข้าถึงแอลกอฮอล์ แต่ยุคปัจจุบันหรือจากการสังเกตของนักวิจัยพบว่า มีการนำมามีการถึงที่ และมีคนดื่มมากมาย มีร้านขายมากในชุมชน เช่น ในงานบุญ หรือหมอลำ ผู้วิจัยจึงมองว่าทั้งสองกลุ่มมีปัจจัยนำและปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริมที่คล้ายคลึงกัน

5.3 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

5.3.1 จากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า การเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ โดยใช้หลักแนวคิดทักษะชีวิตศึกษาขององค์การอนามัยโลกร่วมกับกรมอนามัย ในการจัดค่ายที่ประกอบด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่ม การสร้างสถานการณ์จำลอง ร่วมกับการสร้างบรรยากาศให้เอื้อต่อการรับรู้ถึงความรู้สึกซึ่งในเนื้อหาที่ถ่ายทอด ได้แก่ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมเกมสร้างบทเรียน การอภิปราย การฝึกทักษะ กิจกรรมสร้างความรู้สึกร่วมด้วยภาพ เพลงและการบรรยาย กิจกรรมการแสดงบทบาทสมมติ กิจกรรมการวางแผนและการเขียนโครงการ การใช้วัฒนธรรมท้องถิ่น มีผลทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาส อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านทักษะชีวิตและพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ เช่น การปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์เมื่อถูกชักชวนได้รับการสนับสนุนจากสังคม การหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์และการมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้นในการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนที่มีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นวัยรุ่นช่วงต้น ควรมีกิจกรรมค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนในเนื้อหาการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ หรือเนื้อหาอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับการสร้างเจตคติ ความตั้งใจ และพฤติกรรมที่เหมาะสมของวัยรุ่น ในขณะเดียวกันในชุมชนหรือสังคมหรือองค์การบริหารส่วนตำบลและหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องก็

ควรเสริมสร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนเพื่อที่จะได้มีความพร้อมในการป้องกันตัวเองจากสิ่งที่จะนำไปสู่ความเสียหายได้

5.3.2 จากผลงานกลุ่มในการทำกิจกรรมเรื่องการเขียนแผนงาน/โครงการที่เกิดขึ้นโดยกลุ่มนักเรียนเอง แสดงถึงศักยภาพที่มีอยู่ในตัวของนักเรียน ควรจะได้รับการสานต่อโดยโรงเรียน หรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเพื่อที่จะแสดงว่าชุมชนหรือโรงเรียนให้ความสำคัญและให้การสนับสนุนนักเรียนอย่างแท้จริง

5.3.3 จากข้อมูลในระยะติดตามผลแสดงให้เห็นว่า ควรมีกิจกรรมย่อย ๆ ในโรงเรียนเป็นระยะอย่างต่อเนื่องเพื่อให้ทักษะชีวิตหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนยังคงอยู่ หากไม่มีกิจกรรมที่คอยกระตุ้นเสริมเป็นระยะ ผลที่เกิดขึ้นจากค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิตอาจจะไม่ยั่งยืน

5.3.4 การจัดกิจกรรมค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิตและแรงบันดาลใจทางสังคมในกลุ่มนักเรียน ที่เน้นกระบวนการกลุ่มแบบมีส่วนร่วม การสร้างบรรยากาศเพื่อสร้างความรู้สึกร่วมกันให้เกิดประสิทธิผล ควรคำนึงถึงปัจจัยต่างที่มีส่วนสำคัญต่อผลสัมฤทธิ์ของค่าย ดังนี้

- ทีมผู้ดำเนินกิจกรรม ต้องมีทักษะและประสบการณ์ ในการทำหน้าที่วิทยากรกระบวนการ (facilitator)

- สถานที่จัดกิจกรรมค่าย ล้อ เครื่องมือเครื่องใช้/อุปกรณ์อำนวยความสะดวกต้องมีความพร้อม และสามารถควบคุม/จัดการให้บรรยากาศเป็นไปตามที่ต้องการได้

5.3.5 ผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ของการจัดกิจกรรมค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิต คือ การที่นักเรียนสามารถนำแนวคิด ประสบการณ์และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้จริงในชีวิตนอกค่ายได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นครู/โรงเรียน ผู้ปกครอง แกนนำชุมชนควรร่วมมือกันสนับสนุนให้นักเรียนมีโอกาสใช้ทักษะที่จำเป็น รวมทั้งควรร่วมกันสร้างบรรยากาศที่เอื้ออำนวยต่อการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์

5.3.6 จากการจัดเวทีเสวนาในกลุ่มแกนนำชุมชนและผู้ปกครอง มีข้อเสนอต่อระดับนโยบาย ในการบังคับใช้กฎหมายเกี่ยวกับสุราและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีอยู่ให้เป็นจริงและเป็นธรรม และควรกำหนดนโยบายหรือกฎหมายที่เป็นเงื่อนไขให้การดื่มแอลกอฮอล์มีความยากลำบากขึ้น เช่น การขึ้นภาษี การกำหนดเวลาสถานที่ และผู้ซื้อในการจำหน่าย นอกจากนี้ในเวทีมีข้อสรุปว่า การมีสุราไว้ต้อนรับแขกในเวลาว่างต่าง ๆ เป็นค่านิยมที่ไม่ดีนักจะถูกสังคมเพิกเฉยบ้านต่าหนี จึงควรณรงค์สร้างค่านิยมใหม่ในระดับประเทศ ในประเด็นการไม่มีแอลกอฮอล์ในงานเลี้ยง งานบุญต่าง ๆ รวมทั้งกำหนดให้บริเวณสถานที่ราชการ เช่น โรงเรียน โรงพยาบาล เป็นเขตปลอดแอลกอฮอล์ ตลอด 24 ชั่วโมง

5.3.7 จากการสังเกตการณ์ในงานประเพณีหรือมหกรรมตามโอกาสต่าง ๆ ที่มีการตั้งเวทีแสดงหมอลำ/ดนตรี พบว่า มีค่านิยมในพื้นที่ที่ศึกษา และจากการสอบถามพบว่ามีค่านิยมเหมือน ๆ กันในพื้นที่อื่น ๆ คือ ค่านิยมในการตั้งวงดื่มเหล้า เบียร์หน้าเวที ระหว่างดูการแสดง ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคมสูง ทั้งในส่วนการเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีแก่เด็กและเยาวชน การนำไปสู่การทะเลาะวิวาท และปัญหาการล่องเินทางเพศ จึงจำเป็นต้องมีการควบคุมการจำหน่ายสุราและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในงาน และควบคุมการตั้งวงดื่มสุรารหน้าเวทีการแสดง โดยราชการส่วนกลาง หรือโดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

5.3.8 ครู อาจารย์และแกนนำชุมชน ควรได้รับการอบรมหรือการพัฒนาความรู้ความสามารถในด้านการพัฒนา/เสริมสร้างทักษะชีวิตและแรงบันดาลใจทางสังคม เพื่อจะได้นำไปบูรณาการในการจัดการเรียนการสอน ปกติได้ ซึ่งจะทำการพัฒนามีความต่อเนื่อง

5.4 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

5.4.1. การศึกษาครั้งนี้ ได้ทำการศึกษาในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาส การศึกษาครั้งต่อไปอาจจะประยุกต์กิจกรรมค่ายเสริมสร้างทักษะเพื่อใช้ในกลุ่มตัวอย่างระดับอื่น เช่น นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือ ระดับ ปวช. ปวส. เป็นต้น

5.4.2 การศึกษาครั้งนี้มีข้อจำกัดในเรื่องระยะเวลาและงบประมาณ เนื่องจากต้องให้เสร็จสิ้นตามปีการศึกษา การศึกษาวิจัยครั้งต่อไปจึงควรมีการประเมินผลพฤติกรรมซ้ำในระยะยาว โดยเฉพาะข้อมูลเชิงคุณภาพ เพื่อให้เห็นแนวโน้มของพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงได้ชัดเจนขึ้น รวมทั้งควรกระตุ้นทักษะต่างๆโดยผู้สนับสนุนทางสังคม การสนับสนุนเจตนาารมณ์หรือโครงการให้เป็นจริง เพื่อให้เกิดการแก้ปัญหาอย่างเป็นองค์รวมและมีความยั่งยืนมากขึ้น

5.4.3 ผลจากการศึกษาครั้งนี้ พบข้อมูลที่ชี้ให้เห็นแนวโน้มของปัญหาหลายประการที่น่าสนใจในการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม เช่น การที่นักเรียนเห็นตัวอย่างการดื่มเหล้าและเบียร์จากครูในโรงเรียนเป็นจำนวนมาก แนวโน้มค่านิยมใหม่ที่เป็นอุปสรรคต่อการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์ คือ การตั้งวงดื่มแอลกอฮอล์ในระหว่างการดูการแสดงหมอลำ จึงควรมีการศึกษาถึงการดำเนินการ (Implementation) เพื่อช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าว