

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ทดลองใช้และประเมินผลการใช้หลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 และเพื่อศึกษาความคิดเห็นของ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมที่มีต่อการฝึกอบรมตามหลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ซึ่งมีการดำเนินการ 3 ขั้นตอนดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ศึกษาจากเอกสารงานวิจัยและสัมภาษณ์นักเรียน ครู ฝ่ายปกครอง

ตอนที่ 2 พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ศึกษาจากความจำเป็นพื้นฐานจากเอกสาร งานวิจัยข้อมูลจากการสัมภาษณ์นักเรียน ครูฝ่ายปกครองและศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมจากเอกสารงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่นำเสนอเกี่ยวกับความหมาย ความสำคัญของการจัดฝึกอบรม เกรือวัลย์ ลิมอภิชาติ (2531), ผิน ปานขาว (2520), กระบวนการฝึกอบรม Boy dell (1979), Tyler (1950) เทคนิคการฝึกอบรม Nadler (1982) ศึกษาองค์ประกอบทักษะชีวิต (Life skills) เพื่อการป้องกันยาเสพติด การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) พฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนวัยรุนยาเสพติดและแนวทางป้องกัน

ตอนที่ 3 ทดลองใช้และประเมินผลการใช้หลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 การดำเนินการทดลอง ทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เลือกโดยวิธีการสุ่มอย่างง่ายห้องละ 3 คน จากจำนวน 11ห้องเรียน รวม 33 คน ใช้ระยะเวลาในการทดลองจำนวน 12 ชั่วโมง 45 นาที ซึ่งมีขั้นตอน การทดลองคือ ทำการทดสอบก่อนฝึกอบรม (Pre-test) โดยใช้แบบวัดทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จำนวน 35 ข้อ และฝึกอบรมโดยใช้หลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 หลังจากเสร็จสิ้นการฝึกอบรม ทำการทดสอบหลังฝึกอบรม (Post-test) อีกครั้งโดยใช้แบบวัดทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ซึ่งเป็นชุดเดียวกันที่ใช้ทดสอบ ก่อนฝึกอบรม แล้วตรวจสอบผลคะแนนจากแบบวัดทักษะชีวิตการป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 นำคะแนนจากการทดสอบมาวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย( $\bar{X}$ ) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย( $\bar{X}$ )และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แบบวัดทักษะชีวิตการป้องกันยาเสพติด

ก่อนฝึกอบรมและหลังฝึกอบรมโดยใช้สถิติ  $t$  - test dependent และศึกษาความคิดเห็นของผู้เข้ารับการฝึกอบรมต่อการฝึกอบรม ตามหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เข้ารับการฝึกอบรมต่อการฝึกอบรม ตามหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 หลังจากเสร็จสิ้นการฝึกอบรมซึ่งมีรายการสอบถาม 21 ข้อแล้วนำผลความคิดเห็นของผู้เข้ารับการฝึกอบรมมาหาค่าเฉลี่ย( $\bar{X}$ ) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เพื่อวิเคราะห์ระดับความคิดเห็นของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

### สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

1.1 ผลการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 พบว่าเยาวชนวัยรุ่นไทยที่มีพฤติกรรมเสี่ยงมีแนวโน้มที่จะติดยาเสพติดสูงขึ้นทั้งที่รู้ว่ายาเสพติดเป็นอันตรายต่อร่างกายและจิตใจ แต่เนื่องจากเป็นวัยที่ติดคะนองอยากรู้ อยากลอง และการยอมรับของเพื่อนๆ ที่ร่วมเป็นกลุ่มเดียวกัน ตลอดจนขาดความรักความอบอุ่นจากครอบครัว เพราะครอบครัวแตกแยก นักเรียนที่ได้พัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด มีทักษะชีวิตการป้องกันยาเสพติด ไม่คิดทดลองยาเสพติด แก้ปัญหาแรงกดดันจากยาเสพติดได้ปฏิเสธยาเสพติด ดักเตือนเพื่อนเมื่อเพื่อนๆ ชวนให้ลองเสพยาเสพติด

1.2 ผลจากการสัมภาษณ์นักเรียนและครูฝ่ายปกครอง พบว่าปัญหาและสาเหตุที่เยาวชนวัยรุ่นติดยาเสพติดคือ การคบเพื่อนที่เคยใช้ยาเสพติดซึ่งเป็นพฤติกรรมเสี่ยงชอบหนีเรียนบ่อยๆ มาโรงเรียนสายเป็นประจำใช้เงินมากผิดปกติ ขาดความอบอุ่นจากครอบครัว ครอบครัวแตกแยก ในชุมชนมีแหล่งอบายมุขมาก แหล่งอบายบางแหล่งปล่อยให้เยาวชนอายุต่ำกว่า 20 ปีเข้าไปได้ ยาเสพติดที่มีแพร่ระบาดคือ บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย เหล้า เมื่อมีการแพร่ระบาดของยาเสพติดมากทำให้เยาวชนที่มีความเสี่ยงติดยาเสพติดได้ แนวทางป้องกันและแก้ไขคือให้เยาวชนมีทักษะชีวิตการป้องกันยาเสพติด สามารถอยู่ในสังคมกับยาเสพติด โดยไม่คิดที่จะเสพยาหรือลองเสพยาเสพติดทุกชนิด

2. ผลการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

2.1 หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 สรุปโดยสังเขป ดังนี้

1) หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ประกอบด้วย

1.1) ความเป็นมาของหลักสูตร

1.2) แนวคิดพื้นฐานของหลักสูตรที่ยึดกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) เป็นหลัก

1.3) จุดมุ่งหมายของหลักสูตรให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม (นักเรียนช่วงชั้นที่ 3) มีทักษะชีวิต (Life skills) การป้องกันยาเสพติด 3 ด้าน คือ

ด้านความรู้ (Knowledge) ด้านเจตคติ (Attitude) ด้านทักษะ (Life skills) ดังนี้

1.3.1) เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีทักษะด้านคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และคิดเชิงสร้างสรรค์

1.3.2) เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีทักษะด้านความตระหนักในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม

1.3.2) เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีทักษะด้านการสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

1.4) โครงสร้างของหลักสูตรใช้เวลาในการจัดฝึกอบรม 2 วัน ประกอบด้วย 8 แผนฝึกอบรม ใช้เวลาฝึกอบรม 12 ชั่วโมง 45 นาที

1.5) เนื้อหาของหลักสูตรฝึกอบรมประกอบด้วย 3 ส่วน คือส่วนแรก การเตรียมผู้เข้ารับการฝึกอบรม เป็นการละลายพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกอบรม ส่วนที่ 2 ทักษะชีวิต 3 ด้าน คือ ความรู้ (Knowledge) ประกอบด้วย การคิดวิเคราะห์วิจารณ์ การคิดสร้างสรรค์ ด้านเจตคติ (Attitude) ประกอบด้วย ความตระหนักในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม ด้านทักษะชีวิต (Life skills) ประกอบด้วย การสัมพันธภาพ และการสื่อสาร การตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และส่วนที่ 3 คือ แผนหลังฝึกอบรม เกี่ยวกับการสร้างความประทับใจ และความภาคภูมิใจกับผู้เข้ารับการฝึกอบรมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมไทยเพื่อช่วยลดการแพร่ระบาดของยาเสพติด

1.6) แนวทางการจัดกิจกรรมใช้การจัดกิจกรรมที่เน้นผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นศูนย์กลาง (Child Center) โดยเน้นกระบวนการ (Participatory)

1.7) แนวทางการวัดประเมินผลใช้วิธีการวัดผลและประเมินผลตามสภาพจริง (Authentic Assessment) ที่เน้นผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นศูนย์กลาง

2) คู่มือการฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีองค์ประกอบได้แก่คำชี้แจงการใช้หลักสูตรฝึกอบรม กำหนดการฝึกอบรม เนื้อหา แนวทางการจัดกิจกรรมฝึกอบรม แผนการฝึกอบรม การวัดประเมินผลฝึกอบรม โดยใช้เครื่องมือดังนี้ แบบวัดทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 (ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3)

แบบสอบถามความคิดเห็นผู้เข้ารับการฝึกอบรมต่อการฝึกอบรมตามหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

2.2 หลักสูตรและคู่มือการใช้หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีคุณภาพโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก

3. ผลการใช้หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

3.1 ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด หลังการเข้ารับการฝึกอบรม สูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3.2 ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความคิดเห็นต่อการฝึกอบรมตามหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

### อภิปรายผล

จากผลการพัฒนาการฝึกอบรมหลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ผู้วิจัยอภิปรายผล ดังนี้

1. ผลการพัฒนาการฝึกอบรมหลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีคุณภาพอยู่ในระดับดีมากน่าจะเนื่องมาจากหลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่พัฒนาขึ้น ได้ดำเนินการตามกระบวนการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมที่ถูกขั้นตอน โดยเริ่มตั้งแต่การศึกษาข้อมูลพื้นฐานที่เป็นข้อมูลในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด พฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนวัยรุ่นที่มีโอกาสใช้ยาเสพติดการป้องกันยาเสพติด เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาวิเคราะห์แล้วนำข้อมูลที่ได้มากำหนดจุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรม ออกแบบโครงสร้างของหลักสูตรฝึกอบรม ระบุกลุ่มเป้าหมาย เนื้อหาหลักสูตรฝึกอบรม แนวคิดพื้นฐานของหลักสูตร แนวทางการจัดกิจกรรม แนวทางการวัดผลประเมินผล ประเมินผลก่อนฝึกอบรม ดำเนินการฝึกอบรม ประเมินผลระหว่างฝึกอบรมและประเมินผลหลังฝึกอบรม กระบวนการเช่นนี้สอดคล้องกับ ผลการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมของ ไทเลอร์ Tyler (1950) วรรณ รัตมิตต์ (2535) ได้เสนอแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมไว้

2. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีทักษะชีวิตหลังเข้ารับการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 น่าจะเนื่องมาจากการจัดกิจกรรมฝึกอบรม ได้ดำเนินการตามกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) ซึ่งได้เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมมีส่วนร่วมในกิจกรรม การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีขั้นตอนดังนี้ คือ การสร้างประสบการณ์ (Experience) วิทยากรช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมนำประสบการณ์ของตนมาพัฒนาองค์ความรู้แล้วให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีการสะท้อนความคิดและถกเถียง (Reflex and Discussion) วิทยากรให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยน

ความคิด และเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้งต่อไป คือ ขั้นตอน เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and Conceptualization) ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความเข้าใจและนำไปสู่ความคิดรวบยอด อาจเกิดโดยผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นฝ่ายริเริ่มแล้ววิทยากรเพิ่มเติมให้สมบูรณ์ หรือวิทยากรนำทางแล้วผู้เข้ารับการฝึกอบรมเสริมต่อให้สมบูรณ์ เป็นความคิดรวบยอดสุดท้ายคือการทดลองหรือประยุกต์แนวคิด (Experiment/Application) เป็นขั้นตอนที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมนำเอาการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะหรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของผู้เข้ารับการฝึกอบรมเอง

ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ ญัฐพล พุดกล้า (2540) ที่ศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักรู้ในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ สอดคล้องกับงานวิจัยของพิมพ์ใจ บุญยัง (2540) ที่ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครราชสีมา ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจไม่ลองเสพยาเสพติดและทักษะการแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับแรงกดดันจากเพื่อนที่เสพยาเสพติดดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับ การศึกษาวิจัยของ มาริสา หะสาเมาะ (2540) ที่ศึกษาประสิทธิผลของการจัดโครงการป้องกันการใช้ยาและสารเสพติดสำหรับนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเยี่ยมบ้านที่มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่มนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงในการใช้ยาและสารเสพติด ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจ อย่างมีเหตุผลดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ นวนันท์ กิจทวี (2541) ที่ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรม สร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนนทบุรี โดยประยุกต์แนวคิดขององค์การอนามัยโลก และกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผลการศึกษาพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองความตระหนักในตนเอง ทักษะการปฏิเสธพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้ากลุ่มทดลองพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนทักษะการตัดสินใจเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบและภายในกลุ่มทดลองพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการจัดการกับความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้าและทักษะการปฏิเสธทักษะการตัดสินใจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ ปิยะนุช ษมากร (2545) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการติดสารเสพติดที่มีต่อ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเมืองสมุทรสงคราม จังหวัดสมุทรสงคราม ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนรวมจากแบบวัดทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันสารเสพติดสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ พจนารถ ่องอาจ (2545) ที่ศึกษาผลของการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า ของนักศึกษา ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีคะแนนเฉลี่ยทักษะการตัดสินใจไม่เสพยาบ้า มีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ มีคะแนนเฉลี่ยทักษะการจัดการกับความเครียด มีคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ เมื่อเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นระหว่างกลุ่มทดลอง และ กลุ่มเปรียบเทียบพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของกฤษฎา ชลวิริยะกุล และ นภชา สิงห์วีรธรรม (2546) ที่ศึกษาผลของทักษะชีวิตกับพฤติกรรมการใช้สารเสพติดของกลุ่มวัยรุ่นอายุ 12-17 ปี ในระบบการศึกษานอกโรงเรียน กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ทักษะชีวิตของกลุ่มวัยรุ่นอายุ 12-17 ปี ในระบบการศึกษานอกโรงเรียน ทั้งทักษะชีวิตรวมทักษะชีวิตรายด้าน ส่วนใหญ่ อยู่ระดับปานกลางได้แก่ ทักษะชีวิตด้าน ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหาและด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด พบเพียงทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับสูง ทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบสังคมที่อยู่ในระดับต่ำ สำหรับสารเสพติดที่มีการใช้มากที่สุดในกลุ่มนี้ เรียงตามลำดับคือ แอลกอฮอล์ร้อยละ 50.9 บุหรี่ ร้อยละ 28.2 ยาบ้าร้อยละ 9.4 กัญชาร้อยละ 8.3 ทินเนอร์ร้อยละ 4.6 ยาไอ้/ยาแควร้อยละ 1.6 และ เฮโรอีนร้อยละ 1.1 ทักษะชีวิตทุกด้านมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้สารเสพติด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความคิดเห็นต่อการฝึกอบรมตามหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด น่าจะเนื่องมาจากการดำเนินการฝึกอบรม เป็นไปตามคู่มือหลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ทุกขั้นตอนและกิจกรรมการฝึกอบรมแต่ละแผนฝึกอบรมเป็นกิจกรรมที่ทำทลายความสามารถ และเหมาะสมกับวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม เป็นการสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ เช่น การฝึกทักษะ การปฏิเสธ ยาเสพติด การเตือนเพื่อน เพื่อไม่ให้ใช้ยาเสพติด หรือมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่นหนีเรียนเที่ยวกลางคืนทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีความตั้งใจ มุ่งมั่น ให้ความร่วมมืออย่างดี มีความเป็นกัลยาณมิตรที่ดีต่อเพื่อนและวิทยากร และได้เรียนรู้อย่างมีความสุข ซึ่งการจัดกิจกรรมโดยใช้การอภิปราย ระดมสมอง บทบาทสมมุติ และฝึกปฏิบัติจริงเป็นการจัดกิจกรรมที่ดึงดูดความสนใจของผู้เข้ารับการฝึกอบรม เนื่องจากกิจกรรมเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมี

ส่วนร่วมได้แสดงความสามารถของตนเองทั้งความคิดและปฏิบัติอย่างเต็มที่สอดคล้องกับงานวิจัยของ กรรณิกา สุวรรณศิลป์ (2546) ที่ได้พัฒนาหลักสูตรกิจกรรมค่ายทักษะชีวิต ป้องกันการใช้สารเสพติด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 กลุ่มโรงเรียนท่าหิน จังหวัดขอนแก่น พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมค่ายทักษะชีวิตป้องกันการใช้สารเสพติด มีความเห็นด้วยต่อการจัดกิจกรรมโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำหลักสูตรฝึกอบรมไปใช้

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยขอเสนอแนวคิดซึ่งเป็นประโยชน์ในด้านการฝึกอบรมต่อการฝึกอบรมครั้งต่อไปดังนี้

1.1 หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างทักษะชีวิตการป้องกันยาเสพติดเป็นหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นจากข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 (มัธยมศึกษาปีที่ 3) ของโรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี จากผลการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม เสริมสร้างทักษะชีวิตการป้องกันยาเสพติด สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 พบว่าผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดสูงกว่าก่อนฝึกอบรม เพราะว่าการดำเนินการฝึกอบรม เป็นไปตามขั้นตอนของการสอนทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติด และใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีการเรียนรู้จากสถานการณ์จำลอง การฝึกปฏิบัติเสพยาเสพติด ฝึกเดือนเพื่อนที่จะไปใช้ยาเสพติดหรือฝึกเดือนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงยาเสพติด นันทนาการ เกม มีความเหมาะสมกับวัยที่เข้ารับการฝึกอบรม วิทยากรมีความสามารถ และมีประสบการณ์ในด้านการฝึกอบรมป้องกันยาเสพติด ทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมกล้าแสดงออก ให้ความร่วมมืออย่างดีโดยไม่เบื่อหน่ายกับกิจกรรมตลอดการฝึกอบรม ระหว่างดำเนินกิจกรรมโดยเฉพาะช่วงเวลานำ วิทยากรใช้เกมเป็นเทคนิคในการกระตุ้นความสนใจ ให้ความร่วมมือทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความตื่นตัว และสนุกสนานกับกิจกรรมตลอดเวลา สถานที่ฝึกอบรมมีอุณหภูมิที่เหมาะสมดีมาก บริเวณไม่คับแคบการดำเนินกิจกรรมจึงสะดวกและรวดเร็ว หากมีการนำไปใช้ในการฝึกอบรมกับนักเรียนโรงเรียนอื่นๆ ควรมีการปรับพัฒนากิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมายดังนี้

1) ก่อนฝึกอบรม เพลง เกม และเวลาสามารถเลือกใช้ให้เหมาะสมกับวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

2) ระหว่างฝึกอบรม นันทนาการและเวลาที่ใช้ฝึกอบรมสามารถเลือกใช้ให้เหมาะสมกับวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรมและวิทยากรฝึกอบรมควรกำหนดการฝึกอบรมอย่างต่อเนื่องเป็นช่วงๆ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติเป็นระยะๆ จึงจะทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ความเข้าใจ และพัฒนาทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดได้ดีขึ้น

3) หลังฝึกอบรมควรจัดกิจกรรมให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้สึกประทับใจ ภาคภูมิใจให้มากที่สุด เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้นำความรู้ต่างๆไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมได้มากที่สุด

## 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยสังเกตว่าผู้เข้ารับการฝึกอบรมทุกคนมีการพัฒนาทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดที่ดีขึ้น ดังนั้นจึงควรมีการวิจัยต่อในตัวเอง เรื่องความตระหนักรู้ในเรื่องการเลือกใช้เวลา เจตคติเกี่ยวกับยาเสพติด คุณภาพชีวิตเพื่อการป้องกันยาเสพติด

2.2 ผลการวิจัยพบว่าใช้กับนักเรียนในช่วงชั้นที่ 3 (มัธยมศึกษาปีที่ 3) ได้ผลดี ดังนั้นจึงควรนำหลักสูตรฝึกอบรมนี้ไปทดลองใช้กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต การป้องกันยาเสพติดให้กับนักเรียน เนื่องจากเป็นชั้นที่นักเรียนมีความอยากรู้ อยากรูเห็น อยากรอง และได้รับการยอมรับจากเพื่อน ๆ