

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษา ผลการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ต่อการลดการติดแอมเฟตามีนซ้ำ ของพลทหารที่มารับการรักษาที่ รพ.อากาศอภิศิริวงค์ ฐานทัพเรือสัตหีบ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ต่อการลดการติดแอมเฟตามีนซ้ำ ของพลทหารที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลอากาศอภิศิริวงค์ ฐานทัพเรือสัตหีบ

สมมติฐานในการวิจัย

1. พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีจำนวนการติดแอมเฟตามีนซ้ำภายหลังการบำบัดรักษาแล้วน้อยกว่ากลุ่มควบคุม
2. พลทหารที่ติดแอมเฟตามีน ที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีจำนวนการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผลสามเดือนน้อยกว่ากลุ่มควบคุม
3. พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผลหนึ่งเดือน สองเดือน สามเดือน ไม่แตกต่างกัน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นพลทหารที่ติดแอมเฟตามีนอย่างเดี่ยวที่มารับการรักษาด้วยวิธีแบบหยุดยาทันทีที่แผนกจิตเวชและบำบัดยาเสพติดที่ โรงพยาบาลอากาศ อภิศิริวงค์ ฐานทัพเรือสัตหีบ และผ่านการบำบัดรักษาตั้งแต่ระยะเตรียมการจนถึงระยะถอนพิษยามาเป็นระยะเวลา 20 วัน

1. เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้
 - 1.1 มีอายุระหว่าง 21 – 25 ปี

1.2 สถานภาพโรค

1.3 มีสติสัมปชัญญะครบถ้วนทดสอบจากการสัมภาษณ์ และให้พลทหารที่คิดแอมเฟตามีนกรอกประวัติข้อมูลส่วนตัวของตนเองและพบว่ากรอกข้อมูลได้ถูกต้อง

1.4 คิดแอมเฟตามีนไม่เกิน 1 ปี

2. ขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างเข้าสู่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2.1 สอบถามความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่างซึ่งมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ในการเข้าร่วมการทดลอง

2.2 ใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายจากผู้สมัครใจเพื่อเข้าร่วมทดลอง จำนวน 24 คน และสุ่มเข้ากลุ่ม (random assignment) 2 กลุ่ม กลุ่มละ 12 คน

2.3 สุ่มกลุ่มทั้งสองให้เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม คือ กลุ่มพลทหารที่ได้รับโปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 12 คน อีกกลุ่มเป็นกลุ่มควบคุมได้แก่ พลทหารที่คิดยาเสพติดที่ไม่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ แต่ได้รับการรักษาตามปกติของ โรงพยาบาล จำนวน 12 คน

วิธีดำเนินการวิจัย

มีขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้

1. ระยะเวลาการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยและสถานที่วิจัยโดยขอหนังสือจากทางบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือถึง ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ฐานทัพเรือสัตหีบ

1.2 คัดเลือกพลทหารที่คิดแอมเฟตามีนตามเกณฑ์ที่กำหนดและสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยสุ่มอย่างง่ายมาจำนวน 24 คน และสุ่มเข้ากลุ่ม 2 กลุ่ม

1.3 ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มทั้งสองให้เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 12 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 12 คน

1.4 สนทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 12 คน เพื่อสัมภาษณ์ และทำความเข้าใจในการฝึกโปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ โดยการพูดคุยเกี่ยวกับความต้องการ และเป้าหมายของการฝึกของกลุ่มตัวอย่าง

2. ระยะดำเนินการทดลอง

2.1 ผู้วิจัยเข้าดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์กับกลุ่มทดลองเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ๆ ละ 60 นาที วันอังคารและวันพฤหัสบดี

2.2 ดำเนินการทดลองโดยโดยใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดซึ่งใช้หลักการและทฤษฎีของบารอน ที่แสดงองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 5 หมวด 15 คุณลักษณะ โดยจัดเป็นกิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมดังนี้

หมวดที่ 1 เป็นการเสริมสร้างความสามารถภายในตนให้รู้จักและเข้าใจภาวะอารมณ์ของตนซึ่งจัดไว้ในโปรแกรมครั้งที่ 2 หัวข้อธรรมชาติของจิตใจ และโปรแกรม ครั้งที่ 3-4 หัวข้อควบคุมอารมณ์ให้ได้เพื่อเอาชนะใจตนเอง

หมวดที่ 2 เป็นการเสริมสร้างทักษะความเก่งคนให้รู้เท่าทันความคิดความรู้สึกของผู้อื่นได้ จัดกิจกรรมไว้ในโปรแกรมครั้งที่ 5 หัวข้อการเห็นใจผู้อื่น

หมวดที่ 3 เป็นการเสริมสร้างความสามารถในการปรับตัว สามารถตรวจสอบความรู้สึกของตนเองและความสามารถแก้ไขปัญหา สถานการณ์ที่มากระทบได้ ซึ่งจัดกิจกรรมไว้ในโปรแกรมครั้งที่ 8-9 หัวข้อ รู้คิดแก้ปัญหาพาสุขใจ

หมวดที่ 4 เป็นกลยุทธ์ในการบริหารความเครียด จัดกิจกรรมไว้ในโปรแกรมครั้งที่ 11 หัวข้อสงบจิตพิชิตความเครียด

หมวดที่ 5 เป็นการเสริมสร้างแรงจูงใจและสภาวะอารมณ์ให้รู้จักมองโลกในแง่ดีซึ่งจัดกิจกรรมไว้ในโปรแกรม ครั้งที่ 6 หัวข้อสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง ครั้งที่ 7 หัวข้อความภูมิใจในตนเอง และโปรแกรมครั้งที่ 10 หัวข้อคิดบวกไม่คิดลบพบความสุข

2.3 การฝึกโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ในแต่ละครั้งมีรูปแบบดังนี้

2.3.1 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และหัวข้อกิจกรรมเมื่อเริ่มกลุ่มใช้เวลาประมาณ 5 นาที

2.3.2 ผู้วิจัยให้สมาชิก ได้ฝึกร่างกายเพื่อให้เกิดสติ ประมาณ 10 นาที

2.3.3 ผู้วิจัยอธิบายกิจกรรม ใช้เวลาประมาณ 10 นาที

2.3.4 สมาชิกทำกิจกรรมใช้เวลาประมาณ 20 นาที

2.3.5 สมาชิกร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกซึ่งกัน และกัน ใช้เวลาประมาณ 10 นาที

2.3.6 สมาชิกและผู้วิจัยร่วมกันสรุปผลและข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมใช้เวลาประมาณ 5 นาที

2.4 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้เข้าร่วมการฝึก โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์แต่ได้รับการรักษาตามปกติจากทางโรงพยาบาล

3. ระยะเวลาหลังการทดลอง

เมื่อเสร็จสิ้นการใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์แล้ว 1 วัน ผู้วิจัยให้ผลทหารที่ติดแอมเฟตามีน ทั้ง 2 กลุ่มตรวจสอบสารเสพติดในปัสสาวะ

4. ระยะเวลาติดตามผล

หลังจากสิ้นสุดการทดลองแล้วจะทำการติดตามผล โดยผู้วิจัยดำเนินการติดตามผลกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม เพื่อเก็บปัสสาวะตรวจหาสารแอมเฟตามีนเป็นการติดตามผล จำนวนผลทหารที่ติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะทุก 1 เดือน เป็นระยะเวลา 3 เดือน

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอส (SPSS – Statistical Package for the Social Science) ทำการทดสอบความแตกต่างของจำนวนผลทหารที่ติดแอมเฟตามีนซ้ำของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผลด้วยการทดสอบ แมนวิทนี (Mann-Whitney U - Test) และทำการทดสอบความแตกต่างของจำนวนผลทหารที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีการติดแอมเฟตามีนซ้ำ ในระยะติดตามผลหนึ่งเดือน สองเดือน สามเดือน ด้วยการทดสอบเฟรดแมน (Friedman Test)

ผลการวิจัย

หลังการวิเคราะห์ข้อมูล ผลที่ได้ปรากฏดังต่อไปนี้

1. ผลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีจำนวนการติดยาเสพติดซ้ำภายหลังการบำบัดรักษาแล้วน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
2. ผลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีจำนวนการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผลสามเดือนน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับ .05
3. ผลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผลหนึ่งเดือน สองเดือน สามเดือน แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานดังนี้

1. พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีจำนวนการติดยาเสพติดซ้ำภายหลังการบำบัดน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่ตรงตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีจำนวนการติดยาเสพติดซ้ำภายหลังการบำบัดน้อยกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้เพราะพลทหารที่มารับการบำบัดรักษาทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังจากที่ได้ทดลองทำการวิจัยแล้วยังต้องอยู่ในระยะเวลาการบำบัดของโรงพยาบาลอีก 5 วัน ก่อนที่จะส่งกลับไปยังหน่วยทหาร ซึ่งจะเห็นได้ว่าการที่อยู่ในระยะเวลาการบำบัดของโรงพยาบาลนั้น พลทหารต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงพยาบาลไม่สามารถจะออกไปข้างนอก หรือหาซื้อยามาเสพได้นั้น จึงทำให้ระยะเวลาภายหลังการทดลองขณะที่พลทหารยังอยู่ในโรงพยาบาล ตรวจสอบปัสสาวะของพลทหารทั้ง 2 กลุ่ม ยังไม่พบว่ามี การติดยาเสพติดซ้ำ จึงทำให้ผลการวิจัยไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

2. พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีจำนวนการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผลสามเดือนน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีจำนวนการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผลสามเดือนน้อยกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้ เพราะการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์มีการฝึกให้พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนได้ทำกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ รู้จัก และสามารถแยกแยะอารมณ์ของตน และควบคุมอารมณ์ของตนเองให้ได้ว่าอะไรคือตัวกระตุ้นที่ทำให้ตนเองสามารถหวนกลับไปติดยาซ้ำได้ และมีวิธีการจัดการกับตัวกระตุ้น ทั้งภายนอกและภายใน มีการรับรู้ความสามารถของตนเอง รู้จักแก้ปัญหาอย่างมีเหตุมีผลมากกว่าการใช้อารมณ์ รู้จักการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเองในการที่จะเลิกยาเสพติดให้ได้อย่างเด็ดขาด ดังเช่นผู้ติดยากล่าวว่า “มันใจว่าผมจะเลิกเสพยาเสพติดให้ได้แบบวันต่อวัน เพราะผมรู้จักที่จะวางแผนสำหรับการเลิกยาไว้อย่างชัดเจนแล้ว และรู้วิธีกำจัดตัวกระตุ้นและอารมณ์ที่จะทำให้ผมกลับไปติดยาซ้ำได้อีก” ซึ่งเป็นลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น จากผลการวิจัยนี้ได้สอดคล้องกับแนวคิดของจอม ชุ่มช่วย (2540, หน้า 56) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นการพัฒนาความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเอง เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ควรได้รับการพัฒนาเช่นเดียวกับพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งสอดคล้องกับ ทศพร ประเสริฐสุข (2542, หน้า 21 – 22) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ คือ ลักษณะหนึ่งของบุคคลที่สามารถตระหนักรู้ถึง

ความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น จนสามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถรอคอยการตอบสนอง ความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับอุปสรรค และข้อขัดข้องต่าง ๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักขจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถชี้นำความคิด และการกระทำของตนในการทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำและผู้ตามได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ อูซา สุทธิสาคร (2542, หน้า 26) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งกำหนดความสำเร็จ และความสุขในชีวิต รวมทั้งความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวและสังคม คือ การตระหนักรู้จักอารมณ์ตนเอง ความสามารถที่จะจัดการกับความรู้สึกต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบ ตลอดจนการสร้างแรงจูงใจ ปลูกปลอบใจตนเองในทุกสถานการณ์ ความสามารถในการตระหนักรู้จักภาวะอารมณ์ของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรามีทักษะทางสังคม และสามารถจัดการและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น

3. พลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผลหนึ่งเดือน สองเดือน สามเดือน แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งตรงตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่าพลทหารที่ติดแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีการติดแอมเฟตามีนซ้ำในระยะติดตามผล หนึ่งเดือน สองเดือน สามเดือน ไม่แตกต่างกัน คือช่วงเวลาในระยะติดตามผล ตั้งแต่เดือนที่หนึ่ง ถึง เดือนที่สาม ในกลุ่มพลทหารที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์จะมีจำนวนพลทหารที่กลับมาติดแอมเฟตามีนซ้ำมีจำนวนน้อย และแตกต่างกันในแต่ละเดือน ไม่มากพอจนทำให้มีความสำคัญทางสถิติได้ ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองหลังจากได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ให้มีความเข้าใจในอารมณ์ตนเอง สามารถสร้างแรงจูงใจในการเลิกยาของตนเองได้ รู้จักจัดการกับตัวกระตุ้นทั้งภายในและภายนอกที่จะทำให้หันกลับไปติดยาซ้ำได้ สามารถจัดการกับความเครียด รู้จักวิธีแก้ปัญหา โดยที่ไม่ต้องพึ่งพาสภาพจิตใจ ส่งผลให้กลุ่มทดลองส่วนมากไม่มีการกลับไปติดแอมเฟตามีนซ้ำแม้ว่าระยะเวลาจะผ่านไปหลังจากการทดลองก็ตาม

จากผลการวิจัยสรุปได้ว่าการฝึกความฉลาดทางอารมณ์สามารถส่งผลต่อการควบคุมอารมณ์ของตนเองเพื่อลดการติดแอมเฟตามีนซ้ำของพลทหารที่ติดแอมเฟตามีนได้ เนื่องมาจากการที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นจะทำให้พลทหารเหล่านั้นรู้วิธีที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเองที่อาจส่งผลให้กลับไปติดยาเสพติดซ้ำได้ เช่น อารมณ์เหงา อารมณ์โกรธ อารมณ์เบื่อ ฯลฯ นอกจากนั้น การฝึกความฉลาดทางอารมณ์ยังเป็นการช่วยให้รู้จักการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุมีผลมากกว่าการใช้อารมณ์ รู้จักตัวกระตุ้นและวิธีหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้น สร้างแรงจูงใจทั้งภายในตนเองและภายนอกที่

จะทำให้เลิกยาเสพติดได้อย่างเด็ดขาด รู้จักวิธีการผ่อนคลายความเครียดที่มากระทบอารมณ์และจิตใจ และมีการวางแผนเป้าหมายชีวิตของตนเองในการที่จะเลิกยาเสพติดให้ได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 จากการวิจัยพบว่า โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ สามารถลดการติดแอมเฟตามีนซ้ำได้ ดังนั้นควรมีการฝึกอบรมให้เจ้าหน้าที่หรือผู้เกี่ยวข้องกับการป้องกัน และบำบัดรักษา ยาเสพติดให้มีความรู้ความเข้าใจ และตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อเป็นพื้นฐานในการใช้โปรแกรม และเทคนิคต่าง ๆ ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ให้กับกลุ่มผู้ติดยาเสพติดเพื่อลดการติดยาเสพติดซ้ำต่อไป

1.2 การวิจัยในครั้งนี้ถึงแม้ว่าจะทำการทดลองในกลุ่มพลทหารแต่สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ที่ติดแอมเฟตามีนได้

1.3 ควรมีการพัฒนาหลักสูตรที่ใช้สอนเยาวชนในสถานศึกษาเรื่องของการป้องกันยาเสพติด ให้เกี่ยวข้องกับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ควบคู่ไปด้วย โดยการนำโปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ไปประยุกต์ใช้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

2.1 ควรมีการทำวิจัยเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ในกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น กลุ่มชาวประมง กลุ่มผู้ขับรถบรรทุก เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ หรือเพื่อเป็นพื้นฐานในการทำวิจัยเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ต่อไป

2.2 เนื่องจากผู้วิจัยพบว่า ในระยะติดตามผลมีสมาชิกในกลุ่มทดลองบางคนได้กลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำ เนื่องจากไม่ได้รับการยอมรับและความเข้าใจจากบุคคลในครอบครัว ดังนั้นจึงควรมีการจัดให้มีกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบครอบครัว (family counselling) ขึ้น เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจระหว่างสมาชิกในครอบครัว และช่วยเป็นกำลังใจให้ผู้ติดยาเสพติดให้สามารถเลิกยาเสพติดได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

2.3 ระยะเวลาในการศึกษาตามผลของการทำโปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อการติดยาเสพติดซ้ำของผู้ติดแอมเฟตามีน ภายหลังจากการบำบัดรักษา ควรมีการติดตามผลเป็นระยะ ๆ ทุกเดือน 2 เดือน 3 เดือน 1ปีจนถึง5ปี เพื่อติดตามผลว่า จำนวนของการติดแอมเฟตามีนซ้ำมีเพิ่มขึ้นหรือไม่ เปรียบเทียบตามช่วงเวลาที่แตกต่างกันเพื่อศึกษาถึงความคงทนของความฉลาดทางอารมณ์ในผู้ที่ติดแอมเฟตามีนต่อการติดยาเสพติดซ้ำ