

บทที่ 5

สรุปและอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจในการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น โดยประยุกต์ใช้แนวคิดการรับรู้ความสามารถแห่งตนของ Bandura (1977) ร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เลยหรือเคยทดลองดื่มไม่เกิน 1 แก้วเท่านั้น กลุ่มตัวอย่างเป็นโรงเรียนในเขตอำเภอนางรอง จังหวัดบุรีรัมย์ คัดเลือกโรงเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกันสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบและกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มห้องเรียนได้ กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 50 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ฉบับปรับปรุงในกลุ่มวัยรุ่น ของ Young et al. (2007) แบบวัดความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และแบบวัดความตั้งใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งนำไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 32 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นอยู่ในระดับที่ยอมรับได้ ($\alpha = .91, .70, .73$) การทดลองคือการใช้โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ ทำการเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ นำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน Repeated Measures ANOVA และ Post hoc Analysis (LSD) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

1. กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุเฉลี่ย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สถานภาพของครอบครัวและความสัมพันธ์ในครอบครัว การประกอบอาชีพของบิดารดาคล้ายคลึงกัน ในด้านสถานภาพของครอบครัว พบว่าส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีบิดามารดาอาศัยอยู่ด้วยกัน และมากกว่าครึ่งหนึ่งของทั้งสองกลุ่มมีความสัมพันธ์ภายในครอบครัว อยู่ร่วมกันราบรื่นรักใคร่ช่วยเหลือกัน บิดามารดาของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มจะประกอบอาชีพเกษตรกรรม และถูกจ้าง

มากที่สุด รองลงมาเป็นอาชีพเกษตรกรกรรม ส่วนมารดาของกลุ่มทดลองประกอบอาชีพ ลูกจ้างและเกษตรกรกรรมมากที่สุดพอ ๆ กัน ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมารดาจะเป็นลูกจ้างมากที่สุด รองลงมาเป็นเกษตรกรกรรม

ด้านรายได้ของครอบครัว/ เดือน พบว่า กลุ่มเปรียบเทียบมีรายได้ครอบครัวสูงกว่ากลุ่มทดลอง ในด้านระดับการศึกษา พบว่า ระดับการศึกษาของบิดามารดาในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่จบการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ มีบิดามารดาที่จบการศึกษาสูงกว่าระดับประถมศึกษา

สำหรับข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างด้านพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พบว่าทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกัน คือ ร้อยละ 64 ไม่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เลยและพบว่ามากกว่าครึ่งหนึ่ง มีเพื่อนสนิทที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 54 และ 70 ตามลำดับ สำหรับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคนในครอบครัวพบว่า กลุ่มทดลอง มีคนในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ร้อยละ 6 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ ร้อยละ 72 ยอมรับว่ามีบุคคลในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สำหรับคนที่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มทดลอง พบว่า อายุที่เริ่มดื่มครั้งแรกส่วนใหญ่ ร้อยละ 83.3 อยู่ระหว่าง 11-13 ปี มีอายุเฉลี่ย 12 ปี อายุต่ำสุด 10 ปี กลุ่มเปรียบเทียบอายุที่เริ่มดื่มครั้งแรกส่วนใหญ่ร้อยละ 72.2 มีอายุอยู่ระหว่าง 11-13 ปี มีอายุเฉลี่ย 11.92 ปี อายุต่ำสุด 9 ปี

2. การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเอง ในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเอง เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ทั้งในระยะภายหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

3. การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมและระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2 แต่เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4. การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความตั้งใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความตั้งใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ทั้งในระยะภายหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

อภิปรายผล

การศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างความเข้มแข็งใจต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นชายตอนต้น พบว่าโปรแกรมทำให้กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความตั้งใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในทิศทางที่ดีขึ้น สามารถอภิปรายผลการทดลองได้ดังนี้

1. ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบทั้งในระยะภายหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งอาจเป็นผลมาจากโปรแกรมการสร้างความเข้มแข็งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับเกิดการปรับเปลี่ยนกระบวนการคิดภายในบุคคล ทำให้นักเรียนเรียนรู้หรือปรับเปลี่ยนความคิดที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมให้เป็นความคิดที่ถูกต้องเหมาะสมมากยิ่งขึ้น และในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้พัฒนาความสามารถของนักเรียนโดยการสร้างให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (Mastery Experiences) การใช้ตัวแบบหรือประสบการณ์ของบุคคลอื่น (Vicarious Experiences) และการพูดชักจูง (Verbal Persuasion) จากกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ในการพัฒนาประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ โดยให้นักเรียนในกลุ่มทดลองฝึกทักษะการประเมินสถานการณ์เสี่ยง การหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปฏิเสธในสถานการณ์ต่าง ๆ ให้ทดลองปฏิบัติด้วยตนเองหลาย ๆ ครั้ง จากสถานการณ์ง่าย ๆ ก่อน รวมทั้งอภิปราย ความเป็นไปได้ ปัญหาอุปสรรค ตลอดจนให้กลุ่มเพื่อนช่วยหาแนวทางการหลีกเลี่ยงหาทางแก้ไขปัญหาการชักนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่เหมาะสม ตามสถานการณ์สมมุติ และใบงานที่มอบหมาย โดยผู้วิจัยเป็นคนให้ข้อมูลย้อนกลับและความเป็นไปได้จากมุมมองของนักเรียน ประกอบกับผู้วิจัยเลือกใช้ตัวแบบ หรือประสบการณ์ของบุคคลอื่น (Vicarious Experiences) ที่มีลักษณะคล้ายคลึงและมีอิทธิพลกับนักเรียนคือกลุ่มเพื่อน และตัวแบบบุคคลสำคัญที่เป็นฮีโร่แก่นักเรียน ทำให้นักเรียนสังเกตเห็นพฤติกรรมของตัวแบบว่าเพราะสาเหตุใดเพื่อนจึงประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้นักเรียนเกิดการเปรียบเทียบและความคิดรวบยอดในการปฏิบัติ โดยผู้วิจัย ให้ข้อมูลสนับสนุนและความเชื่อมั่นในความสามารถของนักเรียน พร้อมกับกลุ่มเพื่อนให้ความชื่นชมความเชื่อมั่นในบุคคลที่ประสบความสำเร็จ ทำให้นักเรียนเกิดการพัฒนารับรู้

ความสามารถของตนเองมากขึ้นเป็นลำดับ ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงขึ้นก่อนการทดลองอย่างชัดเจน ทั้งในระยะหลังทดลองทันทีและติดตามผล ตามแนวคิดของ Bandura (1977) ที่ว่าการรับรู้ความสามารถของตนเอง จะผลักดันเกิดการกระทำพฤติกรรมของบุคคลได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ กาญจนา แก้วสุวรรณ (2550) ที่ศึกษาผลของการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น กลุ่มที่มีพฤติกรรมการดื่มแบบเสี่ยง ซึ่งพบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หลังการทดลอง และระยะติดตาม 2 สัปดาห์ ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การศึกษาของ วราภรณ์ ภูประดิษฐ์ (2551) ที่ศึกษาผลการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองและการควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดของเยาวชน พบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองและควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดหลังฝึกอบรมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และนิรันดา ไชยพาน (2552) ที่ศึกษาผลการประยุกต์แนวทางการรับรู้ความสามารถของตนเองตามขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสำหรับโปรแกรมเลิกบุหรี่ของนักเรียนชายมัธยมศึกษา พบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลิกสูบบุหรี่ ระหว่างก่อนและหลังโปรแกรม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สำหรับการเปลี่ยนแปลงของคะแนนการรับรู้ความสามารถในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีแนวโน้มลดลงในระยะติดตามนั้น อาจเนื่องจากกลวิธีการสร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยจัดขึ้นนั้น อยู่ในช่วงระยะเวลาระยะสั้น ๆ ซึ่งจำเป็นที่นักเรียนกลุ่มตัวอย่างต้องได้รับการฝึกและประสบการณ์ตรงที่เกิดความสำเร็จอย่างต่อเนื่อง เพราะประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Bandura, 1997 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543, หน้า 59) เวลา และโอกาสที่สั่งสม ที่จำเป็นจะต้องฝึกให้มีทักษะเพียงพอเพื่อให้เป็นทักษะเฉพาะบุคคลในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองให้แก่ นักเรียนประกอบกับจากระดับคะแนนของกลุ่มทดลองที่ค่อนข้างสูงอยู่แล้วก่อนการทดลอง อาจจะทำให้การเปลี่ยนแปลงของคะแนนหลังการทดลองไม่สูงมากนัก อาจเนื่องจากกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่ไม่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เลยหรือเพียงแค่ทดลองดื่มไม่เกิน 1 แก้วเท่านั้น ที่สำคัญอาจมีอิทธิพลของตัวแบบ (Modeling) ได้แก่ กลุ่มเพื่อนสนิทที่มีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ค่อนข้างมากที่อาจอยู่ภายนอกกลุ่มทดลองและจากลักษณะของกลุ่มทดลองที่มีเพื่อนสนิทดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงถึงร้อยละ 46 โดยกลุ่มเพื่อนสนิทที่มีการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลต่อพฤติกรรมการดื่มของเยาวชนเป็นอย่างมาก อาจมีการชักชวนให้กลุ่มทดลองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ ซึ่งการถูกเพื่อนชักชวนให้ดื่มนั้นเพิ่มโอกาสเสี่ยงที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาก

ถึง 6 เท่า ในระยะความตั้งใจที่จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (พรนภา หอมสินธุ์ และรุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์, 2552) ซึ่งอาจทำให้การรับรู้ความสามารถในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนในระยะติดตามมีแนวโน้มลดลงได้ ซึ่ง Schunk and Miller (2002 cited in Schunk & Meece, 2005) ก็พบว่าอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนมีผลทำให้การรับรู้ความสามารถของตนเองในเด็กวัยรุ่นลดลงต่ำลง และกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในครอบครัวที่มีเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง การศึกษาของบิดามารดาส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา อาจส่งผลให้ระดับของการรับรู้ความสามารถของกลุ่มทดลองลดลง ซึ่ง Sherman (1997) ได้พบว่าเศรษฐกิจทางสังคม (Socioeconomic Status) เป็นหนึ่งในปัจจัยหลักที่สามารถทำนาย (One of the Major Predictors) การลดลงของการรับรู้ความสามารถในวัยรุ่น และในปัจจุบันการเข้าถึงแหล่งจำหน่ายเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ได้โดยง่ายในชุมชน สังคมและแหล่งท่องเที่ยวต่าง ๆ ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย สังคมคิดว่าเป็นเรื่องปกติทำให้การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นทำได้ง่ายขึ้น (บัญญัติ สุขศรีงาม, 2546) รวมทั้งการดื่มของคนในครอบครัวญาติพี่น้องและคนอื่น ๆ ในชุมชนที่วัยรุ่นเห็นจนชินตาอาจส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถของวัยรุ่นในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลงได้

ดังนั้นในการนำโปรแกรมไปใช้ควรมีการกระตุ้นอย่างต่อเนื่องและติดตามผลในระยะยาวเพื่อสร้างความยั่งยืนของเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่อย่างไร โปรแกรมการสร้างแรงจูงใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นหลังจากทดลองส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ความสามารถของตนเองที่เพิ่มมากขึ้นก่อนทดลอง ในระยะติดตามก็พบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ยังคงมีอยู่ และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอีกด้วย

2. การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วม โปรแกรม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมสร้างแรงจูงใจมีความคาดหวังในผลที่เกิดจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ว่าจะก่อให้เกิดผลดีกับตนเอง ซึ่งเบนดูรา กล่าวว่าถ้าบุคคลใดมีความคาดหวังในความสามารถของตนเองสูงจะมีความคาดหวังในผลของการกระทำสูงเช่นเดียวกันและบุคคลนั้นจะตัดสินใจกระทำพฤติกรรมนั้นแน่นอน ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลมีความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองต่ำจะมีความคาดหวังในผลของการกระทำต่ำด้วยและบุคคลนั้นจะมีแนวโน้มที่จะตัดสินใจไม่กระทำพฤติกรรมนั้น (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543) โดยเบนดูรา เสนอว่า ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลอาจแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับมิติ (Dimension) 3 มิติ คือ

มิติระดับความคาดหวัง (Level) มิติความเข้มแข็งของความมั่นใจ (Strength) และมิติความเป็นสากล หรือเชื่อมโยงประสบการณ์ (Generality) จากแนวคิดดังกล่าวจะเห็นว่าในแต่ละคนจะมีมิติความคาดหวังที่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดดังกล่าวมาประยุกต์ใช้กับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม คือในด้านมิติตามระดับความคาดหวัง (Level) ของบุคคลในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ซึ่งจะแปรตามความยากง่ายของงานที่จะต้องทำ บุคคลที่มีความคาดหวังในความสามารถของตนต่ำ หรือขีดความสามารถจะทำงานได้เฉพาะเรื่องที่ง่าย ๆ ถ้ามอบหมายให้ทำยากเกินความสามารถก็จะพบความล้มเหลว ซึ่งการมอบหมายงานจะต้องพิจารณาไม่ให้ง่ายเกินความสามารถควรเป็นงานที่มีความยากระดับปานกลาง ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการกลุ่มและการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เพื่อให้ให้นักเรียนค้นหาปัจจัยเสี่ยงที่ชักนำไปสู่การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และให้นักเรียนได้เห็นตัวแบบจากเพื่อนที่ลักษณะใกล้เคียงกันในการหลีกเลี่ยงการดื่ม แล้วผู้วิจัยชี้ให้เห็นว่าเป็นเรื่องที่สามารถทำได้ง่ายหากนักเรียนตั้งใจ แล้วให้นักเรียนได้แสดงบทบาทสมมติจากใบงานนำเสนอต่อกลุ่มเพื่อนแล้วให้สมาชิกประเมินความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ โดยมีผู้วิจัยชี้แนะทำให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในระดับที่ยากขึ้นหลังจากทดลองปฏิบัติ ซึ่งตรงตามมิติที่ 2 คือ มิติความเข้มแข็งของความมั่นใจ (Strength) หมายถึงความสามารถที่จะพิจารณาตัดสินใจความเป็นไปได้ในความสามารถของบุคคลที่จะปฏิบัติซึ่งได้แก่ การมอบหมายบทบาทสมมติ ใบงาน การจะหลีกเลี่ยงการดื่มภายในกลุ่ม โดยการสะท้อนให้เห็นความยากง่ายของการปฏิบัติ หลังจากนั้นจะมีการอธิบายถึงปัญหาและแนวทางปฏิบัติร่วมกันจากภายในกลุ่มและมีทดลองปฏิบัติซ้ำเพื่อให้เกิดความมั่นใจ โดยผู้วิจัยเสริมแรงใจ สนับสนุนแนวทางที่ถูกต้องแก่กลุ่มทดลอง โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ช่วยให้ผู้สมาชิกในกลุ่มได้มีการพัฒนาทางด้านทัศนคติ ค่านิยม อีกทั้งยังแลกเปลี่ยนความคิดและรับฟังปัญหาจากผู้ที่มีปัญหาที่คล้ายคลึงกันและยังเป็นพื้นฐานในการสนับสนุนให้บุคคลบรรลุจุดมุ่งหมายหรือพฤติกรรมในทิศทางที่ต้องการ จะเห็นได้ว่าจากโปรแกรมการสร้างแรงจูงใจที่ผู้วิจัยจัดขึ้น เน้นการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กระบวนการกลุ่มมีส่วนในการปรับเปลี่ยนความคาดหวังของบุคคลในการปฏิบัติที่สูงขึ้น โดยให้นักเรียนได้ใช้กระบวนการเรียนรู้จากการฝึกปฏิบัติจริง การสังเกตตัวแบบและตัวแบบจากวีดิทัศน์ ส่งผลให้นักเรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มที่ดีขึ้น และผู้วิจัยพัฒนาความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่ม โดยเชื่อมโยงมิติความเป็นสากลหรือเชื่อมโยงประสบการณ์ (Generality) จากประสบการณ์เดิมที่เคยประสบความสำเร็จจากตัวนักเรียนหรือกลุ่มเพื่อน พร้อมทั้งอภิปรายปัญหาอุปสรรคแนวทางความเป็นไปได้มาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ที่ใกล้เคียงกัน ส่งผลให้นักเรียนที่ได้รับ โปรแกรมสร้างแรงจูงใจมีความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และระยะติดตามผล

แต่เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เพื่อเป็นการป้องกันจึงเลือกศึกษาในกลุ่มที่ไม่เคยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ถึงผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ค่อนข้างสูงอยู่แล้ว ดังจะเห็นได้จากระดับคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มที่อยู่ในระดับค่อนข้างสูงตั้งแต่ก่อนการทดลองของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม เมื่อได้รับการทดลองจึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไม่มากนักเนื่องจากอิทธิพลของการถดถอยทางสถิติ (ธวัชชัย วรพงศธร, 2543) ซึ่งสอดคล้องกับรายงานการศึกษาของ Aas et al. (1995) ที่ศึกษาในวัยรุ่นเกรด 7-9 พบว่า ประสิทธิภาพจากผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลอย่างมากในการคาดหวังผลเสียจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อีกทั้งอิทธิพลจากการดื่มของคนในครอบครัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบที่แตกต่างกัน คือ กลุ่มทดลองมีสัดส่วนของคนในครอบครัวดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพียงเล็กน้อย คือ ร้อยละ 6 แต่ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีสัดส่วนการดื่มของคนในครอบครัวสูงถึงร้อยละ 62 พฤติกรรมการดื่มของคนในครอบครัวที่แตกต่างกันอาจส่งผลต่อความคิด การรับรู้เชิงลบต่อการดื่มแอลกอฮอล์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทำให้กระบวนการในโปรแกรมการทดลองส่งผลกับปัจจัยด้านความคาดหวังในกลุ่มทดลองเพียงเล็กน้อย ดังนั้นเมื่อเข้าร่วมโปรแกรมจึงอาจทำให้ผลการเปลี่ยนแปลงทัศนคติด้านความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่เปลี่ยนแปลงชัดเจน ซึ่งอิทธิพลการดื่มของบุคคลใกล้ชิดที่มีความสำคัญคือกลุ่มเพื่อนสนิทหรือครอบครัว ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมปัญญา (Social Cognitive Theory) ของ Bandura (1997) ก็ให้ความสำคัญต่อบุคคลที่มีความสำคัญ (Significant Others) นี้เช่นกันซึ่งอิทธิพลของครอบครัวมีผลทำให้ความคาดหวังในผลลัพธ์ของกลุ่มวัยรุ่นลดลงได้ และที่สำคัญสิ่งแวดล้อมในครอบครัวจะมีอิทธิพลในการเพิ่มการรับรู้และความเชื่อที่ถูกต้องแก่วัยรุ่นได้ (Schunk & Miller, 2002 cited in Schunk & Meece, 2005) ซึ่งกลุ่มทดลองที่ได้รับผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่ชัดเจนอาจทำให้เกิดทัศนคติด้านความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ไม่แตกต่างกันจากก่อนทดลอง

นอกจากนี้ยังอาจมาจากเหตุการณ์ปัจจัยอื่น ๆ เช่น การรณรงค์เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผ่านทางสื่อทีวี วิทยุ เพราะช่วงเวลาที่ทำการทดลองเป็นช่วงของเทศกาลปีใหม่ หรืออาจได้รับข้อมูลจากสถานศึกษา ซึ่งอาจส่งผลต่อประสิทธิภาพของตัวแปรจากอิทธิพลต่าง ๆ ที่กล่าวมาและอาจเกิดจากลักษณะของโปรแกรมที่อาจยังไม่สามารถเพิ่มผลของความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มที่ไม่เพียงพอ จำเป็นต้องเพิ่มกระบวนการในการพัฒนาความคาดหวังจากผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มให้มากขึ้น เน้นการจัดกิจกรรมที่กระตุ้นอารมณ์ความรู้สึกที่ดีต่อการ

หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้เพิ่มมากขึ้น เช่น เพิ่มบทบาทของเพื่อนต่างเพศ ครอบครัวยุโรปเรียนต่อความคาดหวังในการหลีกเลี่ยงในการดื่มและผลที่จะได้รับจากทั้งด้านบวกและลบจากประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นต่อตัวนักเรียนในการหลีกเลี่ยงการดื่มซึ่งอาจทำให้กลุ่มทดลองสามารถพัฒนาความคาดหวังในผลลัพธ์จากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้เด่นชัดได้ยิ่งขึ้น

ถึงอย่างไรก็ตามแม้ว่าการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มให้ผลความแตกต่างของคะแนนความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อเปรียบเทียบภายในกลุ่มค่าคะแนนเฉลี่ยความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในระยะหลังการทดลองทันทีและระยะติดตามผลที่สูงกว่าก่อนการทดลอง นั้นหมายถึงการให้โปรแกรมมีผลในการพัฒนาความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้เช่นกัน

3. การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความตั้งใจต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเอง เพิ่มขึ้นก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบทั้งในระยะภายหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สามารถอธิบายได้ว่า ความเชื่อการรับรู้ความสามารถในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และความคาดหวังที่เกิดเฉพาะกับสถานการณ์ในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผู้วิจัยจัดให้ในกลุ่มทดลองทำให้กลุ่มทดลองเกิดความต้องการ ความมุ่งมั่น ตั้งใจที่จะหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่ง Ajzen and Fishbein (1988) อธิบายถึงปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมของบุคคล โดยกล่าวว่าปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมของบุคคลที่ดีที่สุด คือความตั้งใจที่จะมีพฤติกรรมนั้น โดยบุคคลจะแสดงพฤติกรรมออกมาในลักษณะที่สอดคล้องกับความตั้งใจที่มีอยู่ ขึ้นอยู่กับปัจจัย 2 ประการ คือทัศนคติต่อพฤติกรรมและบรรทัดฐานหรืออิทธิพลของกลุ่มผู้ใกล้ชิดเกี่ยวกับการกระทำพฤติกรรม ประกอบกับกลุ่มทดลองมีความเชื่อในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ในทิศทางที่ดีจึงทำให้มีความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น ซึ่งในโปรแกรมของผู้วิจัยได้พัฒนาความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มโดยพัฒนาควบคู่ไปพร้อมกับการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยง และมีการตั้งพันธะสัญญาร่วมด้วย แต่เนื่องจากความตั้งใจของบุคคลถูกกำหนดจากเจตคติต่อพฤติกรรม การจะคงอยู่ได้ ต้องมีเป้าหมาย สถานการณ์แวดล้อม เวลา และมีความมั่นคงของความตั้งใจที่จะทำพฤติกรรม (Fishbein & Ajzen, 1975) ดังนั้นการวัดความตั้งใจในเวลาที่แตกต่างกัน การผ่านสถานการณ์ที่ต่างกันอาจมีผลทำให้ความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในกลุ่มทดลองระยะในติดตามผลเปลี่ยนแปลงไปได้ ประกอบกับค่านิยมในสังคมจากกลุ่มเพื่อนสนิทที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ครอบครัวและบุคคลทั่วไปในสังคมที่ให้การยอมรับและเปิดโอกาสในการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของผู้ชายมากกว่าผู้หญิง (พรนภา หอมสินธุ์ และรุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์, 2552) อาจจะมีผลทำให้ความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนชายกลุ่มทดลองมีแนวโน้มลดลง

ผลของการศึกษานี้ช่วยพัฒนาความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้ดีขึ้นอันสามารถทำนายได้ว่ากลุ่มทดลองอาจมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ในอนาคต ตามทฤษฎีพฤติกรรมที่มีการวางแผน (Theory of Planned Behavior) ของ Ajzen (2002) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เจตจันทร์ ถ้วนเนตรเงิน (2551) ที่ศึกษาผลของการฝึกอบรมการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองและเสริมสร้างทัศนคติต่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเอดส์ ที่มีต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง ทัศนคติ และความตั้งใจหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเอดส์ของนักเรียนหญิง ซึ่งพบว่านักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีความตั้งใจหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเอดส์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

แต่อย่างไรก็ตาม ตามแนวคิดของเบนดูรานั้นให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ของการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ว่าจะผลักดันให้เกิดแนวโน้มพฤติกรรมได้ แต่ความคาดหวังในความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลของการกระทำนั้นไม่สามารถแยกจากกันได้เด็ดขาด เพราะบุคคลจะมองผลของการกระทำที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งแสดงถึงความเหมาะสมพอเพียงของพฤติกรรมที่ได้กระทำไปและยังช่วยในการตัดสินใจอีกว่าจะกระทำพฤติกรรมนั้นหรือพฤติกรรมอื่นใดต่อไปหรือไม่ ถ้าเราสามารถควบคุมตัวแปรต่าง ๆ ในการวิเคราะห์ผลทางสถิติแล้วพบว่า ความคาดหวังในความสามารถของตนเองจะเป็นตัวทำนายแนวโน้มการกระทำพฤติกรรมได้ดีกว่าความคาดหวังในผลของการกระทำ (Beck & Lund, 1981 cited in Mackay & Cambell, 1992) ซึ่งในการศึกษานี้จึงไม่พบความแตกต่างระหว่างความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ แต่กลับพบว่า ความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กลุ่มทดลองดีขึ้นมากกว่าก่อนทดลอง และแตกต่างกันกับกลุ่มเปรียบเทียบ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ในการนำรูปแบบโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ ผู้วิจัยควรคำนึงถึงคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างร่วมด้วย ควรจัดกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้เห็นตัวแบบที่มีประสบการณ์ของคนใกล้ชิดมีลักษณะคล้ายตนเอง จะทำให้เกิดการเรียนรู้จากการสังเกต ตัวแบบที่ใกล้เคียงกันตนเองซึ่งจะผลักดันให้เกิดการเรียนรู้ความสามารถของตนเองสูงขึ้นได้

2. ในการนำรูปแบบกิจกรรมโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ อาจจำเป็นต้องปรับกิจกรรมเป็นรูปแบบการฝึกอบรมแบบมีส่วนร่วม เวลาครั้งละประมาณ 2 ชั่วโมง ลดระยะเวลาการจัดกิจกรรม

ให้เหลือ 3 ครั้ง โดยไม่เปลี่ยนแปลงเนื้อหา แต่ควรเพิ่มกิจกรรมในการพัฒนาความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้มากขึ้น โดยใช้ให้นักเรียนเห็นประโยชน์ที่จะได้รับจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และหาแนวทางในการลดข้อจำกัดต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับตัวนักเรียน โดยอาจใช้บุคคลที่มีความสำคัญต่อนักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในโปรแกรมได้แก่เพื่อนต่างเพศ ครอบครัวและสิ่งแวดล้อมโรงเรียน ในการเพิ่มความคาดหวังในผลการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนว่าจะเกิดผลดีอย่างไรต่อตัวนักเรียน หรือมุมมองจากบุคคลใกล้ชิดต่อประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้กลุ่มทดลองมีการประเมินผลจากการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของตนเองได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

3. เนื่องจากโปรแกรมมีประสิทธิภาพในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถและความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้เป็นอย่างดีในกลุ่มที่ไม่เคยดื่มและเคยดื่มเพียงแค่ทดลองเท่านั้น ในการนำไปใช้จำเป็นต้องค้นหาประสบการณ์ทั้งที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จภายในกลุ่มเพื่อนและตัวนักเรียนเองตามแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ความสามารถของตนเอง มาเป็นสิ่งสำคัญในการกระตุ้นและพัฒนาการรับรู้ความสามารถภายในตัวของนักเรียน

4. กิจกรรมที่จัดให้กับกลุ่มทดลองจำเป็นต้องจัดให้เหมาะสมกับพัฒนาการของวัยรุ่น เช่น เกมสัจการเรียนรู้ที่ทำทาย การแข่งขันระหว่างกลุ่ม จะทำให้ผู้เรียนรู้สึกผ่อนคลายสนุกสนาน และเกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมอย่างมีความสุขพร้อม ๆ กันได้

5. ในการนำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้ ผู้วิจัยควรทำการศึกษาความรู้เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ทักษะในการสื่อสารการหลีกเลี่ยงเป็นอย่างดี เพราะบางครั้งในกลุ่มอาจมีความคิดเห็นที่ไม่ตรงกัน ผู้วิจัยต้องมีความรู้ในการชี้แนะตามหลักวิชาการที่ถูกต้องเหมาะสมเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในการเรียนรู้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ประยุกต์ใช้รูปแบบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กับกลุ่มวัยรุ่นและพัฒนาโปรแกรมเพิ่มเติมความคาดหวังในผลของการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยเพิ่มบทบาทการมีส่วนร่วมของเพื่อนต่างเพศ ครอบครัว และสิ่งแวดล้อมโรงเรียนให้มากขึ้น ในด้านผลดีที่นักเรียนจะรับหรือมุมมองจากบุคคลใกล้ชิดต่อประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2. ประยุกต์ใช้รูปแบบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองกับกลุ่มวัยรุ่นที่เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และกลุ่มที่ไม่เคยดื่มละกันเพราะจะทำให้นักเรียนกลุ่มที่ไม่เคยดื่มหรือเพียง

แค่ทดลองดื่มเกิดการเรียนรู้ที่หลากหลายชัดเจนมากขึ้น ในด้านทัศนคติด้านลบจากการดื่มจากประสบการณ์ของกลุ่มที่เคยดื่ม ผลกระทบที่ได้รับจากการดื่ม และสามารถพัฒนาแนวคิดของกลุ่มที่ดื่มแล้วในทัศนคติด้านลบจากกลุ่มเพื่อนที่ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้อีกด้วย

3. ประยุกต์ใช้รูปแบบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองกับกลุ่มวัยรุ่นกลุ่มที่มีพฤติกรรมเสี่ยงด้านอื่น ๆ เช่น การมีเพศสัมพันธ์ การใช้สารเสพติด เป็นต้น

4. จำเป็นต้องมีการกระตุ้นและติดตามผลในระยะยาวอย่างต่อเนื่อง เช่น การจัดกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน หรือแกนนำการรณรงค์ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของทุก ๆ ภาคการศึกษา และมีการรณรงค์ให้เข้มข้นมากขึ้นในช่วงเทศกาลต่าง ๆ เช่น ปีใหม่ สงกรานต์ หรือหลังสอบเสร็จ เป็นต้น เพื่อสร้างความยั่งยืนของโปรแกรมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม