The 6th Thailand National Conference on Psychology
(TNCP 2021)

Rapid Change:

Maintaining Well-being in Turbulent Times

9 July 2021

PROCEEDINGS

www.ticp-tncp2021.com

East West Psychological Science Research Center
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

ข้อมูลทางบรรณานุกรม

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา ประจำปี พ.ศ. 2564:
Rapid Change: Maintaining Well-being in Turbulent Times

รูปแบบการจัดประชุม	งานประชุมออนไลน์ (ZOOM video webinars)
ดำเนินการโดย	ศูนย์วิจัยวิทยาศาสตร์จิตวิทยา ตะวันออก-ตะวันตก คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ศูนย์จิตวิทยาพัฒนาการและความสัมพันธ์ระหว่างวัย คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
กองบรรณาธิการ	คณะกรรมการ TNCP2021 คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
จัดพิมพ์โดย	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 254 ถนนพญาไท แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ISSN 2586-8837 ปีที่ 5

Proceedings of Thailand National Conference on Psychology 2021 (TNCP 2021):
Rapid Change: Maintaining Well-being in Turbulent Times

Venue	Virtual Conferences (ZOOM video webinars)
Organized by	East West Psychological Science Research Center, Faculty of Psychology, Chulalongkorn University Psychology Center for Life-Span Development and Intergeneration, Faculty of Psychology, Chulalongkorn University Department of Psychology, Faculty of Education, Ramkhamhaeng University Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University Department of Psychology, Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University Department of Psychology, Faculty of Humanities, Chiang Mai University Department of Psychology, Faculty of Liberal Arts, Thammasat University
Editor	The Committees of TNCP 2021, Faculty of Psychology, Chulalongkorn University
Published by	Chulalongkorn University 254 Phayathai Road., Wangmai, Patumwan, Bangkok 10330

ข้อความและเนื้อหาในบทความที่ตีพิมพ์เป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนแต่เพียงผู้เดียว
มิใช่ความคิดเห็นและความรับผิดชอบของกองบรรณาธิการ

คำนำ

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ (proceedings) ฉบับนี้ เป็นการรวบรวมบทความฉบับเต็มที่ผ่านการพิจารณาโดยผู้ทรงคุณวุฒิเรียบร้อยแล้ว ของนักวิชาการและนักศึกษาที่ได้นำเสนอผลงานวิจัยในกรประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา หัวข้อ Rapid Change: Maintaining Well-being in Turbulent Times ซึ่งจัดขึ้นโดยสถาบันชั้นนำทางจิตวิทยาในประเทศไทย 6 สถาบัน ประกอบด้วย คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปะศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะผู้จัดทำเอกสารฉบับนี้หวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์แก่นักศึกษา นักวิชาการ และผู้สนใจทั่วไปในการอ้างอิงเพื่อการศึกษา การรวิจัย และประโยชน์ทางวิชาการด้านอื่น ๆ ต่อไป

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
กำหนดการ การประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา ประจำปี พ.ศ. 2564	7
โครงการประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP) 2021	8
คำกล่าวเปิดงาน	10
รายนามคณะกรรมการจัดประชุมและผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาคัดเลือกผลงาน การประชุมวิชาการระดับชาติ TNCP 2021	11
กำหนดการ รายชื่อหัวข้อผลงานวิจัย และผู้นำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย	15
กำหนดการ รายชื่อหัวข้อผลงานวิจัย และผู้นำเสนอผลงานวิจัยแบบโปสเตอร์	18
ข้อมูลผู้เข้าร่วมประกวดการนำเสนอผลงานวิจัย และรายนามคณะกรรมการตัดสินผลงาน	19
ผลการตัดสินรางวัลการนำเสนอผลงานวิจัยดีเยี่ยมและดีเด่น	21
ภาคผนวก รายนามคณะกรรมการดำเนินโครงการประชุมวิชาการฯ TNCP 2021	220
ภาพบรรยากาศการประชุมวิชาการ TNCP 2021	221

บทความของการนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย

เรื่อง	ผู้เขียน	สถาบัน	หน้า
THE MEDIATING ROLE OF MOTIVATION TO DEFEND IN THE RELATIONSHIPS BETWEEN EMPATHY AND DEFENDING BEHAVIORS AMONG THAI STUDENTS.	· Jannapas Tubtimpairoj · Prapimpa Jarunratanakul	· Faculty of Psychology, Chulalongkorn University	23
EFFECT OF SEXISM ON WOMEN PERFORMANCE: SELF-CONSTRUAL AS A MODERATOR	· Natta Kambhu · Prapimpa Jarunratanakul	· Faculty of Psychology, Chulalongkorn University	33
HOW ECONOMIC INEQUALITY SHAPES SOCIAL CLASS STEREOTYPING *	· Mai Tanjitpiyanond · Jolanda Jetten · Kim Peters	· University of Queensland	42*
การสร้างแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19	· เทพรัตน์ พานิชยิ่ง	· มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ	43
การพัฒนามาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า	· ปวริศ ไชยลาโภ	· โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า	53
ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย : กรณีศึกษานิคมทุ่งโพธิ์ทะเล	· ธีราทร รัตนะ · วรุฒิ แย้มทิพย์ · อภิเชษฐ จันทนา · พัชรี ถุงแก้ว	· คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร · วิทยาลัยการศึกษา มหาวิทยาลัยพะเยา · โรงเรียนทุ่งโพธิ์ทะเลพิทยา กำแพงเพชร · คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์	64

*Abstract only

บทความของการนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย			
เรื่อง	**ผู้เขียน**	**สถาบัน**	**หน้า**
ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์	· พรรณวดี เจียมศิริ · ทัศนีย์ หอมกลิ่น	· ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	75
การปรับงานระดับกลุ่ม การปรับงานรายบุคคล และความผูกใจมั่นในงานระดับบุคคล	· ติณณ์ ชุ่มใจ · ประพิมพา จรัสรัตนกุล	· คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	86
อิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร	· ชัญญาภรณ์ ประทุม · ณัฐชา เห-รา · ธัญพร เหล็กคำ · นิธินาถ เลาหะตานนท์ · นฤมล เอี่ยมโภคทรัพย์ · พันกร กลิ่นเลิศ · ภาวินี พุทธานนท์ · รักตะวัน พวงศรี · อภิสิทธิ์ คุณชัยเกษม · ศยามล เอกะกุลานันต์ · ถวัลย์ เนียมทรัพย์ · ทรรศนะ ใจชุ่มชื่น · ศิรินภา จามรมาน · วรพจน์ สุทธิสัย	· ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	95
อิทธิพลของอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่งในประเทศไทย	· วริศรา เสมสวัสดิ์ · ณัฐพร ทรัพย์อยู่ · กันต์ธี รอดทอง · กนกลักษณ์ พิลาน · ภริดา บัวคงหนาม · อรทัย วงษ์เที่ยง · ปิติชนม์ รัตนปทุมวงศ์ · สหจร จันทตรี · ศยามล เอกะกุลานันต์ · สายทิพย์ เหล่าทองมีสกุล	· ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	105
สภาวะลื่นไหลจะช่วยลดความความอ่อนล้าจากการควบคุมตัวเองได้หรือไม่? การทดสอบอิทธิพลของกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อค้นหาวิธีลดการพร่องในการควบคุมตนเองโดยมีความต้องการทางปัญญาเป็นตัวแปรกำกับ	· ปรางค์ทิพย์ พงษ์ประเสริฐ · กฤษณ์ อริยะพุทธิพงศ์	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	113
VISUALIZATION AND QUANTIFICATION OF CONVERSATIONAL COMMUNICATION USING A COMBINATION OF NATURAL LANGUAGE PROCESSING, HUMAN SENSING TECHNOLOGY, SEMI-STRUCTURED METHOD, AND BODY MOVEMENT *	· Hiroshi Matsui · Kaida Shun · Janthorn Sinthupundaja · Eiji Yamada · Kodama Kentaro	· Institute of Developing Economics (IDE), JETRO · PT. ABeam consulting Indonesia · Cross-disciplinary research group “HamaEvi” · Change Talk Japan · Tokyo Metropolitan University	123*
อิทธิพลของความเครียดในงานการเรียนที่มีต่อภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: บทบาทการเป็นตัวแปรปรับของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม	· กนกวรรณ ศรีสองเมือง · ภาสกร เตวิชพงศ์	· คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ · คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	124

*Abstract only

บทความของการนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย			
เรื่อง	**ผู้เขียน**	**สถาบัน**	**หน้า**
การพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ (BLOCK ORDERING TEST)	· กันตภณ วรางคณากูล · ดลฤดี สิทธารถ · นัฐพร โอภาสานนท์	· ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร	136
ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	· อารียา อุตรศรี	· สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	147
ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน ปัจจัยทางความสัมพันธ์ กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผ่านประสบการณ์การเลิกรา	· ศุภวรรณ นารถ · กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ	· คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	161
ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม และสุขภาวะของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยมีกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุกเป็นตัวแปรส่งผ่าน	· ขจิตพันธ์ ธีรวรวัชร์ · ประพิมพา จรัลรัตนกุล · สุภลัคน์ ลวดลาย	· คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	172
ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด รูปแบบความผูกพันต้นทุนทางจิตวิทยา และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา	· ฐิตาพร แก้วบุญชู · กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ · สมบุญ จารุเกษมทวี	· คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	183
ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอารมณ์ซึมเศร้าของวัยรุ่นตอนกลาง	· สวรส ตรีบริรักษ์ · นลพรรณ ฐิติธนชาต · วรินทร์ยุพา ฐิตยานันท์ · กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ	· คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	194
ปัจจัยที่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการในวิถีชีวิตใหม่ของผู้บริโภคกลุ่มเจเนอเรชั่นซี	· นี หงอก เอียน ดอง	· มหาวิทยาลัยกรุงเทพ	205

บทคัดย่อของการนำเสนอผลงานวิจัยแบบโปสเตอร์			
เรื่อง	**ผู้เขียน**	**สถาบัน**	**หน้า**
แรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ : กรณีศึกษาสโมสรฟุตบอล A	· กฤศณัฏฐ์ พุฒิธนสมบัติ · นนทพัทธ์ ศรีทะโร · รุ่งโรจน์ ศรอินทร์	· คณะวิทยาศาสตร์และศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน	216
การมีส่วนร่วมกับกิจกรรมดนตรีและสุขภาวะนักดนตรีสูงวัย	· ปณิชา พรประสิทธิ์ · อรัญญา ตุ้ยคัมภีร์ · จุฑาทิพย์ วิวัฒนาพันธุวงศ์	· คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	217
A SYSTEMATIC REVIEW ON THE EFFECTIVENESS OF USING PSYCHOLOGICAL CAPITAL TO IMPROVE HEALTH-RELATED OUTCOMES AMONG SERVICE PROFESSIONALS	· Punpong Suwanvatin · Rewadee Watakakosol · Sompoch Iamsupasit · Juthatip Wiwattanapantuwong	· Faculty of Psychology, Chulalongkorn University	218
THE RELATIONSHIP BETWEEN GUILT REDUCTION AND FEELING OF PURITY IN A THAI SAMPLE	· Chayanit Trakulpipat · Juthatip Wiwattana-pantuwong	· Faculty of Psychology, Chulalongkorn University	219

กำหนดการ

The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP)

"Rapid Change: Maintaining Well-Being in Turbulent Times"

Friday 9th July 2021 | 10.30 AM - 5.10 PM [GMT+7]

Virtual Conferences (ZOOM video webinars)

Language / ภาษาที่ใช้นำเสนอผลงาน :

- English / ภาษาอังกฤษ
- Thai / ภาษาไทย

Type of Presentation / ประเภทการนำเสนอผลงาน :

- Oral presentation / นำเสนอผลงานแบบบรรยาย
- Poster presentation / นำเสนอผลงานแบบโปสเตอร์

TNCP Schedule:

10.30 - 11.15 AM	Oral presentation - *Session 1*
11.15 AM - 12.00 PM	Oral presentation - *Session 2*
12.00 - 1.00 PM	Poster presentation
1.00 - 2.15 PM	Oral presentation - *Session 3*
2.15 - 3.00 PM	Oral presentation - *Session 4*
3.00 - 3.45 PM	Oral presentation - *Session 5*
3.45 - 4.30 PM	Oral presentation - *Session 6*
4.30 - 5.00 PM	Certificate of Presentation Awarding and Closing Ceremony

โครงการประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา

The 6th Thailand National Conference on Psychology 2021 (TNCP 2021)

"Rapid Change: Maintaining Well-Being in Turbulent Times"

1. หน่วยงานที่รับผิดชอบ

1) ศูนย์วิจัยวิทยาศาสตร์จิตวิทยา ตะวันออก-ตะวันตก และ ศูนย์จิตวิทยาพัฒนาการและความสัมพันธ์ระหว่างวัย คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2) ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
3) ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
4) ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5) ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
6) สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

2. ผู้รับผิดชอบโครงการ

1)	คณบดีคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ)	ประธานคณะกรรมการ
2)	รองคณบดีคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ตุ้ยคำภีร์)	กรรมการ
3)	รองคณบดีคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (อาจารย์ ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์)	กรรมการ
4)	หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง (รองศาสตราจารย์ ดร.อริสา สำรอง)	กรรมการ
5)	หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ถวัลย์ เนียมทรัพย์)	กรรมการ
6)	หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (รองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวีณ์ สิทธิ์ศิรอรรถ)	กรรมการ
7)	หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีรวรรณ วงศ์ปิ่นเพ็ชร์)	กรรมการ
8)	หัวหน้าสาขาวิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์	กรรมการ
9)	ผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (นางสาวเวณิกา บวรสิน)	กรรมการ
10)	ผู้อำนวยการฝ่ายบริหาร คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	กรรมการ
11)	นางสาวกรรณิกา ชูชาติ	กรรมการและเลขานุการ
12)	นางสาวรวิตา ระย้านิล	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
13)	นางสาวรัตนาพร โพธิ์งาม	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
14)	นายพิพัฒน์พน พรจรรยา	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

3. หลักการและเหตุผล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มียุทธศาสตร์เพื่อการพัฒนามหาวิทยาลัยโดยมุ่งเน้นการพัฒนางานในด้านต่างๆเพื่อนำพาจุฬาลงกรณ์สู่ความเป็นเลิศในฐานะ “มหาวิทยาลัยแห่งชาติในระดับโลก : World Class National University” โดยมุ่งผลสัมฤทธิ์ที่สำคัญคือ เป็นมหาวิทยาลัยชั้นนำที่มีมาตรฐานเป็นที่ยอมรับในระดับโลกเป็นองค์กรแห่งปัญญาที่มีความเป็นเลิศด้านการวิจัยและผลิตบัณฑิตที่เป็นพลเมืองที่มีคุณค่าของประเทศและของโลก

คณะจิตวิทยา มีความตระหนักและให้ความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษา การวิจัย และส่งเสริมการสร้างความร่วมมือทางวิชาการกับมหาวิทยาลัยและหน่วยงานต่าง ๆ ทั้งในและต่างประเทศ ตลอดจนการสร้างเครือข่ายทางวิชาการเพื่อส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจและความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพการศึกษาและการวิจัย เพื่อตอบสนองแนวทางตามยุทธศาสตร์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ไปสู่การปฏิบัติอย่างแท้จริงเพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ตามที่ตั้งไว้และนำไปสู่การบรรลุวิสัยทัศน์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในการเป็น “เสาหลักของแผ่นดิน”

คณะจิตวิทยา จึงจัดโครงการประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP) : Rapid Change: Maintaining Well-Being in Turbulent Times ในวันที่ 9 กรกฎาคม 2564 ซึ่งจะจัดการประชุมแบบ virtual conference โดยได้รับความร่วมมือในการจัดโครงการจากภาคีเครือข่ายมหาวิทยาลัยชั้นนำด้านจิตวิทยาในประเทศไทยอีก 5 สถาบัน ได้แก่ ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ร่วมกันเป็นเจ้าภาพดำเนินการจัดการประชุม เพื่อส่งเสริมการเผยแพร่ผลงานวิจัยในระดับนานาชาติ และส่งเสริมการสร้างความร่วมมือในการวิจัยระดับชาติ และเพื่อพัฒนางานวิจัยที่มีคุณภาพสูงเป็นที่ยอมรับ นอกจากนี้ ยังถือเป็นโอกาสอันดีในการเฉลิมฉลองทางวิชาการเนื่องในโอกาสครบรอบ 25 ปี แห่งการสถาปนาคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และครบรอบ 10 ปีของการจัดตั้งหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์จิตวิทยา (หลักสูตรนานาชาติ) ซึ่งเป็นหลักสูตรร่วมระหว่างคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กับ School of Psychology, The University of Queensland อีกด้วย

4. วัตถุประสงค์

1) เพื่อเผยแพร่องค์ความรู้ทางด้านจิตวิทยาในระดับชาติและนานาชาติ
2) เพื่อนำเสนอมุมมองเกี่ยวกับศาสตร์จิตวิทยาและศาสตร์ที่เกี่ยวข้องในเชิงบูรณาการเพื่อแสดงความรู้และความเห็นเชิงวิชาการในการรับมือและจัดการกับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป
3) เพื่อส่งเสริมการสร้างเครือข่ายทางวิชาการระหว่างนักวิจัย นักวิชาการ นิสิต นักศึกษา รวมถึงผู้ใช้ผลงานวิจัยทางจิตวิทยาและผู้สนใจทั่วไป

5. ระยะเวลาดำเนินการ

พฤศจิกายน 2563 – กันยายน 2564
โดยงานประชุมวิชาการจัดขึ้นเป็นเวลา 1 วัน คือวันที่ 9 กรกฎาคม พ.ศ. 2564

6. รูปแบบการจัดประชุม

การประชุมออนไลน์ (ZOOM video webinars) ประกอบด้วย

1) การนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย
2) การนำเสนอผลงานวิจัยแบบโปสเตอร์

คำกล่าวเปิดงาน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ
คณบดีคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

The spread of COVID-19 has brought about a rapid change in our daily lives. It is also changing our attitudes and social behaviors, and forcing organizations to respond. Our society has been plagued with various concerns--- whether these be social, economical, and political ones. While these challenges could be viewed as invaluable life lessons; without proper preparation, they could leave the individuals with low physical and psychological well-being. Therefore, it is very important for us all to find ways to stay positive, and stay both physically and mentally healthy.

We, the six psychology faculty and departments, together with our international allies feel strongly that as providers of psychology education, it is important to join our effort in contributing to Thai society and the world, in urging people and preparing them for handling psychological challenges accompanying this changing world. We have worked jointly to organize this conference, in order to publicize our valuable research and knowledge that is beneficial for our people, and to show strength of the field of psychology in providing services to our society.

I personally am thankful to our allies as they also join in celebrating the remarkable occasion the 25th anniversary of the Faculty of Psychology, Chulalongkorn University. We together therefore are very proud to host the Thailand International and national conference on Psychology 2021 on "Rapid change: Maintaining well-being in turbulent times"

It is our anticipation that this conference will help provide a platform and spark the interest and research collaboration on the important topics in relation to well-being during the period of rapid change. The collaboration should lead to the enhancement of human potentials and psychological well-being, and should bring benefits to the overall development of our society. Thank you very much.

คณะกรรมการจัดประชุมและผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาคัดเลือกผลงาน การประชุมวิชาการระดับชาติ
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP 2021)
ประจำปี พ.ศ. 2564

อาจารย์ ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์ — ประธานกรรมการ
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกสถาบันเจ้าภาพ จำนวน 24 ท่าน

	ชื่อ-สกุล	สังกัด
1	รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (เกษียณอายุราชการ)
2	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนีวรรณ วนิชย์ถนอม	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (เกษียณอายุราชการ)
3	รองศาสตราจารย์ ดร.สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์	มหาวิทยาลัยมหิดล
4	รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริพร แย้มนิล	มหาวิทยาลัยมหิดล
5	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บัญญัติ ยงย่วน	มหาวิทยาลัยมหิดล
6	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธนยศ สุมาลย์โรจน์	มหาวิทยาลัยมหิดล
7	รองศาสตราจารย์ ดร.ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพ็ชร์	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
8	รองศาสตราจารย์ชวนีย์ พงศาพิชณ์	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
9	รศ.ดร.ดวงมณี จงรักษ์	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (เกษียณอายุราชการ)
10	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กานดา จันทร์แย้ม	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
11	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นงนภัส พันธ์พลกฤต	มหาวิทยาลัยพายัพ
12	รองศาสตราจารย์ ดร.ธนิดา จุลวนิชย์พงษ์	มหาวิทยาลัยบูรพา
13	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรรณ์ ยุระยาตร์	มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
14	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พ.ต.ท. ดร.สฤษดิ์ สืบพงษ์ศิริ	โรงเรียนนายร้อยตำรวจ
15	อาจารย์ ดร.เมธี วงศ์วีระพันธุ์	มหาวิทยาลัยแม่โจ้
16	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิรันดร์ เงินแย้ม	มหาวิทยาลัยนเรศวร
17	อาจารย์ ดร.นัฐพร โอภาสานนท์	มหาวิทยาลัยนเรศวร
18	อาจารย์ ดร.นงนุช โรจนเลิศ	ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสนามจันทร์ (เกษียณอายุราชการ)
19	อาจารย์ ดร.สันทัด พรประเสริฐมานิต	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (อาจารย์พิเศษ)
20	อาจารย์ ดร.จิระสุข สุขสวัสดิ์	แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

	ชื่อ-สกุล	สังกัด
21	รองศาสตราจารย์ ดร.นวลฉวี ประเสริฐสุข	ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสนามจันทร์ (เกษียณอายุราชการ)
22	อาจารย์ ดร.ปริญญา สิริอัตตะกุล	วิทยาลัยราชสุดา มหาวิทยาลัยมหิดล
23	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไตรภพ จตุรพาณิชย์	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
24	Dr. Madoka Kumashiro	Goldsmiths, University of London

ผู้ทรงคุณวุฒิภายในสถาบันเจ้าภาพ จำนวน 68 ท่าน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

	รายชื่อ	สังกัด
1	ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ตุ้ยคำภีร์	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เรวดี วัฒฑกโกศล	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
6	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อภิชญา ไชยวุฒิกรณ์วานิช	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
7	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัชราภรณ์ บุญญศิริวัฒน์	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
8	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประพิมพา จรัลรัตนกุล	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
9	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุภลัคน์ ลวดลาย	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
10	ผู้ช่วยศาสตราจารย์สักกพัฒน์ งามเอก	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
11	อาจารย์ ดร.กฤษณ์ อริยะพุทธิพงศ์	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
12	อาจารย์ ดร.ทิพย์นภา หวนสุริยา	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
13	อาจารย์ ดร.นิปัทม์ พิชญโยธิน	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
14	อาจารย์ ดร.พนิตา เสือวรรณศรี	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
15	อาจารย์ ดร.วรัญญู กองชัยมงคล	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
16	อาจารย์ ดร.สมบุญ จารุเกษมทวี	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
17	อาจารย์ ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
18	อาจารย์ ดร.จิรภัทร รวีภัทรกุล	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
19	อาจารย์ ดร.ภัคนันท์ จิตต์ธรรม	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
20	อาจารย์ ดร.วิทสินี บวรอัศวกุล	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
21	อาจารย์ ดร.เจนนิเฟอร์ ชวโนวานิช	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

	รายชื่อ	สังกัด
22	อาจารย์ ดร.จุฑาทิพย์ วิวัฒนาพันธุวงศ์	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
23	อาจารย์ ดร.พจ ธรรมพีร	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
24	Dr. Harry Manley	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
25	Dr. Jason Ludington	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยรามคำแหง

	รายชื่อ	สังกัด
26	รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิมล ติรกานันท์	ภาควิชาการประเมินและการวิจัย คณะศึกษาศาสตร์
27	รองศาสตราจารย์ ดร.มานิกา วิเศษสาธร	ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์
28	รองศาสตราจารย์ ดร.อริสา สำรอง	ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์
29	รองศาสตราจารย์ ดร.ณรัฐ วัฒนพานิช	พื้นฐานการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
30	รองศาสตราจารย์ ดร.ปรัชญา ปิยะมโนธรรม	ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์
31	รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิมล กฤชคฤหาสน์	ภาควิชาการประเมินและการวิจัย คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

	รายชื่อ	สังกัด
32	รองศาสตราจารย์ ดร.รัตติกรณ์ จงวิศาล	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
33	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พันตรีหญิง ดร.พนมพร พุ่มจันทร์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
34	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทิพย์วัลย์ สุรินยา	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
35	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นาวาอากาศโทหญิง ดร.งามลมัย ผิวเหลือง	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
36	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
37	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมขวัญ สิงห์วี	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
38	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัก ชุณหกาญจน์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
39	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทิพทินนา สมุทรานนท์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
40	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ถวัลย์ เนียมทรัพย์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
41	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศยามล เอกะกุลานันต์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
42	อาจารย์ ดร.สายทิพย์ เหล่าทองมีสกุล	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
43	อาจารย์ ดร.เอื้ออนุช ถนอมวงษ์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
44	อาจารย์ ดร.นรุตม์ พรประสิทธิ์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
45	อาจารย์ ดร.ปองกมล สุรัตน์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
46	อาจารย์ ดร.สุชาดา สกลกิจรุ่งโรจน์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

	รายชื่อ	สังกัด
47	รองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวีณ์ สิทธิ์ศิรอรรถ	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
48	รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง	ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
49	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิธัญญา วัณโณ	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
50	รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
51	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์	ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
52	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อัจศรา ประเสริฐสิน	สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
53	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระชน พลโยธา	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
54	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัญญา ลี้ศัตรูพ่าย	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
55	อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพียซ้าย	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
56	อาจารย์ ดร.สุพัทธ แสนแจ่มใส	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
57	อาจารย์ ดร.ชาญ รัตนะพิสิฐ	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

	รายชื่อ	สังกัด
58	ศาสตราจารย์ ดร.ชูชัย สมิทธิไกร	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
59	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภาสกร เตวิชพงศ์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
60	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรวรรณ ธีระพงษ์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
61	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีรวรรณ วงศ์ปิ่นเพ็ชร์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
62	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐวุฒิ อรินทร์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
63	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พิมพ์ชนก เครือสุคนธ์	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
64	อาจารย์ ดร.ฉัตรวิบูลย์ ไพจ์เซล	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
65	อาจารย์ ดร.อารยา ผลธัญญา	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
66	อาจารย์ ดร.ทัศนีย์ หอมกลิ่น	ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

	รายชื่อ	สังกัด
67	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัฒนกิจ ชอบทำกิจ	สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์
68	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรวัชร์ ตั้งจิตรเจริญ	สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์
69	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โมนิล เตชะวชิระกุล	สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์

กำหนดการ รายชื่อหัวข้อผลงานวิจัย และผู้นำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP)

Session 1:

ผู้ทรงคุณวุฒิประจำห้อง

รองศาสตราจารย์ ดร.มานิกา วิเศษสาธร	ประธาน
อาจารย์ ดร.ชาญ รัตนะพิสิฐ	กรรมการ
อาจารย์ ดร.วิทสินี บวรอัศวกุล	กรรมการและเลขานุการ

10:30 - 11:15 น.

เวลา	รหัส	ผู้นำเสนอ	ชื่อผลงานวิจัย	ภาษา
10:30 - 10:45	GR-O-02	จันทร์นภัสร์ ทับทิมไพโรจน์	The mediating role of motivation to defend in the relationships between empathy and defending behaviors among Thai students.	TH
10:45 - 11:00	GR-O-07	ณัตตา กำภู ณ อยุธยา	Effect of Sexism on Women Performance: Self-construal as a Moderator	TH
11:00 - 11:15	GR-O-01	Mai Tanjitpiyanond	How economic inequality shapes social class stere-otyping.	EN

Session 2:

ผู้ทรงคุณวุฒิประจำห้อง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน	ประธาน
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภาสกร เตวิชพงศ์	กรรมการ
อาจารย์ ดร.พนิตา เสือวรรณศรี	กรรมการและเลขานุการ

11:15 – 12:00 น.

เวลา	รหัส	ผู้นำเสนอ	ชื่อผลงานวิจัย	ภาษา
11:15 - 11:30	AC-O-07	ดร.เทพรัตน์ พานิชยิ่ง	การสร้างแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19	TH
11:30 - 11:45	AC-O-09	ร้อยเอกปวริศ ไชยลาโภ	การพัฒนามาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า	TH
11:45 - 12:00	AC-O-10	ผศ. ดร.พัชรี ถุงแก้ว ดร.อภิเชษฐ จันทนา ธีราทร รัตนะ วรุฒิ แย้มทิพย์	ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย : กรณีศึกษานิคมทุ่งโพธิ์ทะเล	TH

Session 3:

ผู้ทรงคุณวุฒิประจำห้อง

รองศาสตราจารย์ ดร.อริสา. สำรอง	ประธาน
อาจารย์ ดร.ณัชชามน เปรมปลื้ม	กรรมการ
อาจารย์ ดร.เจนนิเฟอร์ ชวโนวานิช	กรรมการและเลขานุการ

13:00 - 14:15 น.

เวลา	รหัส	ผู้นำเสนอ	ชื่อผลงานวิจัย	ภาษา
13:00 - 13:15	GR-O-03	พรรณวดี เจียมศิริ	ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์	TH
13:15 - 13:30	GR-O-05	ติณณ์ ชุ่มใจ	การปรับงานระดับกลุ่ม การปรับงานรายบุคคล และความผูกใจมั่นในงานระดับบุคคล	TH
13:30 - 13:45	GR-O-17	ภาวินี พุทธานนท์ ณัฐชา เห-รา	อิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร	TH
13:45 - 14:00	GR-O-16	วริศรา เสมสวัสดิ์ ณัฐพร ทรัพย์อยู่	อิทธิพลของอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง	TH
14:00 - 14:15	GR-O-13	ปรางค์ทิพย์ พงษ์ประเสริฐ	สภาวะลื่นไหลจะช่วยลดความความอ่อนล้าจากการควบคุมตัวเองได้หรือไม่? การทดสอบอิทธิพลของกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อค้นหาวิธีลดการพร่องในการควบคุมตนเองโดยมีความต้องการทางปัญญาเป็นตัวแปรกำกับ	TH

Session 4:

ผู้ทรงคุณวุฒิประจำห้อง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พันตรีหญิง ดร.พนมพร พุ่มจันทร์	ประธาน
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อภิชญา ไชยวุฒิกรณ์วานิช	กรรมการ
อาจารย์ ดร.พจ ธรรมพีร	กรรมการและเลขานุการ

14:15 - 15:00 pm.

เวลา	รหัส	ผู้นำเสนอ	ชื่อผลงานวิจัย	ภาษา
14:15 - 14:30	AC-O-04	Hiroshi Matsui	Visualization and quantification of conversational communication using a combination of natural language processing, human sensing technology, semi-structured method, and body movement	EN
14:30 - 14:45	AC-O-05	กนกวรรณ ศรีสองเมือง	อิทธิพลของความเครียดในงานการเรียนที่มีต่อภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: บทบาทการเป็นตัวแปรปรับของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม	TH
14:45 - 15:00	AC-O-06	ดร.นัฐพร โอภาสานนท์	การพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ	TH

Session 5:

ผู้ทรงคุณวุฒิประจำห้อง

รองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวีณ์ สิทธิ์ศิรอรรถ	ประธาน
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วรวัชร์ ตั้งจิตรเจริญ	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์สักกพัฒน์ งามเอก	กรรมการและเลขานุการ

15:00 - 16:00 pm.

เวลา	รหัส	ผู้นำเสนอ	ชื่อผลงานวิจัย	ภาษา
15:00 - 15:15	GR-O-08	อารียา อุตรศรี	ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	TH
15:15 - 15:30	GR-O-09	ศุภวรรณ นารถ	ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน ปัจจัยทางความสัมพันธ์ กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผ่านประสบการณ์การเลิกรา	TH
15:30 - 15:45	GR-O-10	ขจิตพันธ์ ธีรวรวัชร์	ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและสุขภาวะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุกเป็นตัวแปรส่งผ่าน	TH

Session 6:

ผู้ทรงคุณวุฒิประจำห้อง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีรวรรณ วงศ์ปิ่นเพ็ชร์	ประธาน
อาจารย์ ดร.แสงเดือน ยอดอัญมณีวงศ์	กรรมการ
อาจารย์ ดร.จิรภัทร รวีภัทรกุล	กรรมการและเลขานุการ

15:45 - 16.30 pm.

เวลา	รหัส	ผู้นำเสนอ	ชื่อผลงานวิจัย	ภาษา
15:45 - 16:00	GR-O-06	ฐิตาพร แก้วบุญชู	ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด รูปแบบความผูกพันต้นทุนทางจิตวิทยา และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา	TH
16:00 - 16:15	GR-O-14	สวรส ตรีบริรักษ์ นลพรรณ ฐิติธนชาต และวรินทร์ยุพา ฐิตยานันท์	ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอารมณ์ซึมเศร้าของวัยรุ่นตอนกลาง	TH
16:15 - 16:30	GR-O-18	นี หงอก เอียน ดอง	ปัจจัยที่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการในวิถีชีวิตใหม่ของผู้บริโภคกลุ่มเจเนอเรชั่นซี	TH

กำหนดการ รายชื่อหัวข้อผลงานวิจัย และผู้นำเสนอผลงานวิจัยแบบโปสเตอร์
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP)

ผู้ทรงคุณวุฒิประจำห้องโปสเตอร์

อาจารย์ ดร.รังสิมา. หอมเศรษฐี	ประธาน
อาจารย์ทระวิณ ชาลีรักษ์ตระกูล	กรรมการ
อาจารย์ ดร. กฤษณ์ อริยะพุทธิพงศ์	กรรมการและเลขานุการ

12:00 - 1:00 pm.

เวลา	รหัส	ผู้นำเสนอ	ชื่อผลงานวิจัย	ภาษา
12:00 - 13:00	AC-P-08	กฤศณัฏฐ์ พุฒิธนสมบัติ	แรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ : กรณีศึกษาสโมสรฟุตบอล A	TH
12:00 - 13:00	GR-P-11	ปณิชา พรประสิทธิ์	การมีส่วนร่วมกับกิจกรรมดนตรีและสุขภาวะนักดนตรีสูงวัย	TH
12:00 - 13:00	GR-P-12	พัลพงศ์ สุวรรณวาทิน	A Systematic Review on the Effectiveness of Using Psychological Capital to Improve Health-related Outcomes among Service Professionals	EN
12:00 - 13:00	GR-P-15	ชญานิษฐ์ ตระกูลพิพัฒน์	The Relationship Between Guilt Reduction and Feeling of Purity in a Thai Sample	EN

ข้อมูลผู้เข้าร่วมประกวดการนำเสนอผลงานวิจัย
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP)

	รหัส	ผู้นำเสนอ	สังกัด	ชื่อเรื่อง	ภาษา	Session	เวลา
1	AC-O-07	ดร.เทพรัตน์ พานิชยิ่ง	มศว.	การสร้างแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19	TH	Session 2	11:15-11:30
2	AC-O-09	ร้อยเอกปวริศ ไชยลาโภ	รร.นายร้อย	การพัฒนามาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อยโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า	TH	Session 2	11:30-11:45
3	AC-O-10	ผศ.ดร.พัชรี ถุงแก้ว ดร.อภิเชษฐ จันทนา ธีราทร รัตนะ และวรุฒิ แย้มทิพย์	มรภ.บุรีรัมย์	ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย : กรณีศึกษานิคมทุ่งโพธิ์ทะเล	TH	Session 2	11:45-12:00
4	GR-O-03	พรรณวดี เจียมศิริ	ม.เชียงใหม่	ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์	TH	Session 3	13:00-13:15
5	GR-O-17	ภาวินี พุทธานนท์ และณัฐชา เห-รา	ม.เกษตร	อิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร	TH	Session 3	13:30-13:45
6	GR-O-16	วริศรา เสมสวัสดิ์ และณัฐพร ทรัพย์อยู่	ม.เกษตร	อิทธิพลของอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง	TH	Session 3	13:45-14:00
7	AC-O-05	กนกวรรณ ศรีสองเมือง	ม.เชียงใหม่	อิทธิพลของความเครียดในงานการเรียนที่มีต่อภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: บทบาทการเป็นตัวแปรปรับของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม	TH	Session 4	14.30-14.45
8	AC-O-06	ดร.นัฐพร โอภาสานนท์	ม.นเรศวร	การพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ	TH	Session 4	14.45-15.00
9	GR-O-08	อารียา อุตรศรี	ม.เชียงใหม่	ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	TH	Session 5	15:00-15:15
10	GR-O-09	ศุภวรรณ นารถ	จุฬาฯ	ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน ปัจจัยทางความสัมพันธ์ กับความทุกข์ใจจากการเลิกราในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผ่านประสบการณ์การเลิกรา	TH	Session 5	15:15-15:30

	รหัส	ผู้นำเสนอ	สังกัด	ชื่อเรื่อง	ภาษา	Session	เวลา
11	GR-O-10	ขจิตพันธ์ ธีรวรวัชร์	จุฬาฯ	ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและสุขภาวะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุกเป็นตัวแปรส่งผ่าน	TH	Session 5	3:30-3:45
12	GR-O-06	ฐิตาพร แก้วบุญชู	จุฬาฯ	ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด รูปแบบความผูกพัน ต้นทุนทางจิตวิทยา และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา	TH	Session 6	4:15-4:30
13	GR-O-14	สวรส ตรีบริรักษ์ นลพรรณ ฐิติธนชาต และวรินทร์ยุพา ฐิตยานันท์	จุฬาฯ	ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอารมณ์ซึมเศร้าของวัยรุ่นตอนกลาง	TH	Session 6	4:30-4:45

<u>คณะกรรมการตัดสินผลงาน</u>

1. รองศาสตราจารย์ ดร.รัตติกรณ์ จงวิศาล — มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
2. รองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวีณ์ สิทธิ์ศิรอรรถ — มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. รองศาสตราจารย์ ดร.มานิกา วิเศษสาธร — มหาวิทยาลัยรามคำแหง
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัฒนกิจ ชอบทำกิจ — มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีรวรรณ วงศ์ปิ่นเพ็ชร์ — มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
6. อาจารย์ ดร. นิปัทม์ พิชญโยธิน — จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Outstanding Oral Presentation Awards | รางวัลการนำเสนอผลงานแบบบรรยาย
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP)

รางวัลการนำเสนอผลงานวิจัย ประเภทนักวิจัยและนักวิชาการ

รางวัลการนำเสนอผลงานวิจัยดีเยี่ยม

ดร.นัฐพร โอภาสานนท์

การพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ

รางวัลการนำเสนอผลงานวิจัยดีเด่น

ผศ. ดร.พัชรี ถุงแก้ว ดร.อภิเชษฐ จันทนา คุณธีราทร รัตนะ และ คุณวรุฒิ แย้มทิพย์

ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย : กรณีศึกษานิคมทุ่งโพธิ์ทะเล

รางวัลการนำเสนอผลงานวิจัย ประเภทนิสิตนักศึกษา

รางวัลการนำเสนอผลงานวิจัยดีเยี่ยม

ศุภวรรณ นารถ

ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน ปัจจัยทางความสัมพันธ์กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผ่านประสบการณ์การเลิกรา

รางวัลการนำเสนอผลงานวิจัยดีเยี่ยม

อารียา อุตรศรี

ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล : บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ

TNCP
Oral Presentation
Articles and Abstracts

THE MEDIATING ROLE OF MOTIVATION TO DEFEND IN THE RELATIONSHIP BETWEEN EMPATHY AND DEFENSIVE BEHAVIORS AMONG THAI STUDENTS

Jannapas Tubtimpairoj*, Prapimpa Jarunratanakul
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email*: t.jannapas2018@gmail.com

Abstract

School bullying has become an explicit and a growing concern for well-being of students. In line with the literature on school bullying, the actions of peer bystanders can influence the extent of bullying in either exacerbate or inhibit a bullying. Student bystanders with defensive behaviors may therefore be the important role in dealing with bullying. The aim of the present study was to investigate the linkages of empathy, motivation to defend with defensive behaviors in school bullying episodes among Thai secondary school students. The participants were 1,138 students in Mathayom II and Mathayom III (43.9% boy and 56.1% girl), aged 12 to 15 years (M = 13.83, SD = .66) who had online communication tools and completed a set of online self-report questionnaires, with convenience sampling technique. Mediation analysis with structural equation modeling (SEM) was conducted to explore the relationships of all variables by using Mplus version 8.2. The significance level of this study was considered at 0.1%. The research findings showed that empathy had a significant positive association with higher levels of autonomous motivation to defend and introjected motivation to defend, and a significant negative association with extrinsic motivation to defend. Empathy also had an indirect effect on defensive behaviors (i.e., direct defense and indirect defense) though extrinsic motivation to defend and introjected motivation to defend, while the mediating effect of autonomous motivation to defend was not found. This might be because Thai students have less autonomy supportiveness regarding the cultural context in which influences their thoughts and behaviors. The findings were also revealed that there was no significant direct effect of empathy on both subtypes of defensive behaviors. Furthermore, defensive self-efficacy was found to be related to defensive behaviors. This study suggests that external incentives and pressures can increase the likelihood of defensive behaviors to peer witnesses among Thai students. However, further research is needed to place increased attention to autonomous motivation in young adolescents which could ultimately encourage defensive behaviors, instead of external contingencies as well as empathic feeling should be focused more, with other factors.

Keywords: Empathy, autonomous motivation, extrinsic motivation, introjected motivation, defending behaviors

Introduction

Bullying has been a serious problem in the school setting with negative health consequences and poor psychosocial functioning among students. Bullying has continued increasing attention due to the concern for negative effects on youth development. Previous studies indicated that about 600,000 children were bullied at school per year. Thailand currently has the world's second-highest rate, accounting for approximately 40%. Bullying can occur in various forms such as physical (e.g., hitting, throwing things), verbal (e.g., threatening, name-calling), relational aggression (e.g., spreading rumors, ignoring a person), and cyberbullying (Gladden et al., 2014). Furthermore, bullying can occur as an indirect form of physical aggression, such as hiding or destroying a personal belonging. As a consequence of bullying, negative psychological effects (e.g., stress and depression) have been usually found in the student victims as well as poorer academic achievement. In severe cases, they tend to hurt others or themselves or even commit suicide (Department of Mental Health, 2018). In the bullying occasions, bystanders are the majority of students who witness the bullying. Bystanders also comprise about 80% of those students involved in the events (Oh & Hazler, 2009) which caused the increase of victimization. On the other hand, bystanders could intervene the bullying events.

Bystanders have an impact on bullying episodes as they are part of bullying principals which include reinforcer, assistant or even outsider. However, they can also be part of positive influencer known as *"defenders"* who represent a primary role in protecting victims. Defender behavior can be distinguished by: two subtypes – *direct defense* (e.g., stop the bullies) and *indirect defense* (e.g., asking for help or comforting a victim). In this fashion, defending bystanders could be influential agents of change within the bullying framework. A bystander with *defensive behaviors* could intervene in a bullying situation by gathering in a group to mitigate the adverse effects for those who are targeted. This behavior could gradually alter the classroom climate (Ttofi & Farrington, 2011). Furthermore, defensive behaviors effectively cease the bullying incidents (Hawkins, Pepler, & Craig, 2001) and diminishing the prevalence of school bullying within classrooms (Salmivalli, Voeten, & Poskiparta, 2011). More importantly, by defending the victims, bystanders would be alleviating some of the pain. Therefore, it is important to understand the antecedent of this behavior to promote bystander's defensive behavior – that is empathic feeling. According to Caravita et al. (2009), *empathy* has been suggested as a necessary precursor of defensive behaviors. It is defined as "an emotional response is the result of another person's emotional state or condition" (Eisenberg & Miller, 1987). Empathy is a multidimensional construct, consisting of cognitive empathy and affective empathy which both were found to related to higher levels of defensive behavior (Van Noorden et al., 2015). Furthermore, empathy is a determinant of altruistic prosocial which refers to the acts with high morality and influenced by autonomous motivation in helping others selflessly. Several research findings have revealed that empathetic response may drive bystanders to defend the victims in distress (Pöyhönen et al., 2010) regardless of their personal relationship (Thornberg et al., 2012). Hence, this knowledge of the antecedent variable can be explained together with the motivation to defend.

The current study focuses on the aspects of empathy and defending through self-determination theory of motivation to address what energizes bystander behavior and drives them into action (Deci & Ryan, 2000). According to Deci and Ryan (1985), intrinsic and extrinsic motivation can impact human behavior in distinctive approaches. *Intrinsic motivation* is defined as the stimulation that is driven by internal desire to behave for its own sake (e.g., core values and sense of morality). *Extrinsic motivation* arises from the expectation of punishment or reward (e.g., praise and popularity), and it's composed of four types – external, introjected, identified, and integrated regulation. However, *introjected motivation* is considered to be regulated partially by external contingencies and internal sanctions based on shame, guilt, moral pressure, or ego

enhancement. Ryan and Deci (2000) suggested that motivation could vary between controlled (i.e., external and introjected) and autonomous motivation (i.e., identified and integrated). Autonomous motivation involves intrinsic motive as its sense of autonomy. Previous findings showed that autonomous motivation was linked with actual prosocial behavior (Hardy et al., 2015) and defensive behaviors in school bullying situations (Iotti et al., 2019). In contrast, individual with extrinsic motivation had a tendency of pro-bullying behaviors (Jungert et al., 2016). The suggestion is; hence, defensive behaviors can be predicted by motivation to defend, and also directly by empathy. In addition, the relationship between empathy and the three forms of motivation was found but extrinsic motivation was negatively linked with it (Longobardi et al., 2019). This implies that an individual with empathy has a genuine feeling of what they desire to do for victims in spite of risky situations, and prioritize the safety of the victims to that of themselves in such unhealthy situations, which this feeling comes along with autonomous motivation. An individual with extrinsic motivation seemingly urges to stand up for the victims to gain popularity among peers (Pronk et al., 2017; Ploeg et al., 2017), and social acceptance as for themselves (Jungert et al.,2016). Furthermore, an individual with introjected motivation may hold the feeling of guilt for not helping the victims (Jungert et al., 2016), so they possibly support the victims by consoling or making friends with those peer victims to minimize their unease feeling due to moral emotions. Theoretically, self-determination theory of motivation will be applied as a framework for understanding the relationship among variables in school bullying episodes. However, there has been little research done regarding the differentiation of the two defending forms in a school bullying circumstance.

Therefore, *the goal of this study* is to investigate the unique effect of empathy on direct defense and indirect defense among Thai students with the different forms of motivation as a mediator. It is hereby eager to see empathy has a direct effect on both forms of defensive behavior and indirect effect via autonomous motivation. It is hypothesized that empathy will be associated with defensive behaviors (*1*), and positively associated with autonomous motivation (*2*) and introjected motivation (*3*), while negatively related to extrinsic motivation (*4*). Autonomous motivation will mediate the relationship between empathy and both subtypes of defense (*5*) because of unselfish nature or own free will to help. Extrinsic motivation to defend will mediate the relationship between empathy and direct defense (*6*) due to the expectation of external rewards, while introjected motivation will be associated with indirect defense (*7*) on account of guilt or pride which affect the discomfort feeling. With a better understanding of these associations, the findings could provide empirical support for the idea of bystander bullying intervention and it will probably reduce victimization and bullying among young adolescents. In school bullying literature, many studies found that bystanders who believe in their ability to defend the victim will intervene in the bullying episodes (Pöyhönen et al., 2010; van der Ploeg et al., 2017). The present study, therefore, will include defensive *self-efficacy* as control variable.

Methods

Participation

Participants were Mathayom II and III students from four secondary schools, located in Bangkok by using convenience sampling technique. The classrooms were conveniently selected after the respective schools' permission. The inclusion criteria for participation was only for Mathayom II and III students who had online communication tools (e.g., personal computer or smartphone) as the questionnaire survey was conducted via internet. The perceived prevalence of school bullying questionnaire (adapted from Bradshaw, Sawyer, & O'Brennan, 2007) was also obtained to observe school bullying background, reporting there was no significant difference among these schools in bullying episodes. The initial sample of 1,314 students agreed to participate in this study. The 13.39% of students who did not complete an entire questionnaire were excluded

from analysis, resulting in a sample size of 1,138 students (43.9% boy, 56.1% girl) from Mathayom II (50.8%) and Mathayom III (49.2%). The mean age of the students was 13.78 (*SD* = .66).

Instruments

The instruments were translated from the English version to Thai version and were back-translated by bilingual translators, using the back-translation criteria of Spencer (2014). The readability of scale item was targeted at lower secondary school level (Mathayom I - III). The translation was reviewed and approved by study advisor and supervisors. In pre-testing questionnaire, the online survey was conducted via social media (i.e., Facebook), with snowball sampling. There were 51 Mathayom I to III students who tested the questionnaire. More than 80% of respondents reported that they could comfortably read and understand the items. Furthermore, some complicated sentences were adjusted into the simpler one while retaining original meaning after respondents' suggestions. In the pilot testing, the measurement tools were initially investigated to ensure the validity (using CFA) and reliability (using Cronbach's alpha) on accuracy of measurements.

Demographic characteristics included gender, age, educational stages, and school name (for counting the number of students in each school). *Basic empathy scale* comprised a 20-items self-report questionnaire (Jolliffe & Farrington, 2006). Cognitive empathy scale consists of nine items. Affective empathy scale consists of eleven items. Participants rated each item on a 5-point scale (from 1 = strongly disagree to 5 = strongly agree). Eight items were reversely coded. The reliability of this instrument was satisfactory (α = .75, .78 and .82 for affective empathy, cognitive empathy and the total score, respectively). *Motivation to defend scale* (MDS) consists of a 11-items questionnaire (Jungert et al., 2016). Participants assessed all items on a 5-point scale (from 1 = strongly disagree to 5 = strongly agree). Cronbach's alpha reliabilities were .65, .60, and .70 for autonomous motivation, introjected motivation, and extrinsic motivation, respectively. *Defending behaviors scale* was adapted from the Bullying Participant Behaviors Questionnaire consists of 12 items (Demaray, Jenkins, & Becker, 2014). The answers were given on a 5-point scale (1 = Never happened during the past year, 2 = Happened just once, 3 = Two or three times a month, 4 = About once a week, 5 = More than once a week). Alpha reliabilities were .79, .83 and .89 for indirect defending, direct defending, and the total defending score. Investigator devised and modified the defending behaviors scale into two subscales as defending behaviors could be distinguished two subtypes – direct defense and indirect defense (Lambe & Craig, 2020; Pronk et al., 2019; Reijntjes et al., 2016). *Defensive Self-efficacy scale* was created a 12-items from defensive behaviors scale (adapted from Pöyhönen et al., 2010). The answers were given on a 4-point scale (1= very easy to 4 = very difficult), and all items were reverse scored (α = .77, .67 and .82 for direct defense, indirect defense and total score).

Procedure

The study received ethical approval from the Research Ethics Review Committee for research involving human subjects (under 18 years old) and the Department of Psychology at Chulalongkorn University. The school's permission and parental consent were obtained with details of the study (e.g., objectives and method). Preparation of the study with homeroom teachers was discussed within a week, regarding the number of classrooms and students in their schools, detailed instructions, timeline for data collection, and the prevalence of school bullying occurrences (for teacher-report) by using online survey. The details of inclusion criteria were lower secondary school teachers from Mathayom II and Mathayom III (e.g., school counsellor and homeroom teacher) who have been working in the school at least a year with clear understanding of the school rules, policies and procedures. Prior data collection, informed verbal and written consent were obtained from all participants. The participants were voluntary and anonymous for the study, and all collected data were confidential. In this study, the data collection took place in participants' classroom. The homeroom

teachers distributed a link and QR code of online questionnaire (i.e., Qualtrics) to students who agreed to participate in the study. The questionnaire provided the details of the study, a brief purpose of the study and instructions. The rights of a research participant were also informed to participants that they always had the right to withdraw from the study. A concise explanation of bullying was then provided to amplify the similar ground of the terms used in the study such as appearance teasing and name calling, which are part of bullying forms. After the completion of the data, the investigator presented thank you message for participating in this research study. The debriefing was carried out with a full explanation of the study as the use of incomplete disclosure was involved for the title and the purpose at the beginning of the survey in which aimed to reduce socially desirable responses. The contact was placed to all students for any further information, or any issue occurs after the participation (e.g., feeling anxious). Participants had the right to decline and remove their responses from the study's data file after receiving the debriefing information. More importantly, the participants' responses will be permanently erased from every device after the publication of the study.

Result

Descriptive statistics and correlational analysis

Missing data was screened out from the dataset, and the neutral response in every scale was considered removed by applying standard deviation (*SD*). Mahalanobis Distance (MD) was used to detect multivariate outliers with SPSS. The study determined the chi-square distribution with 6 degrees of freedom and the critical value at a .01 significance level. The values of the probability variable presented less than 0.01 were removed as a result of outlier cases. Thus, the output data excluded 13.4% responses (n = 176). Table 1 demonstrates the demographic information for the main study students. The total study sample were 1,138 lower secondary school students from 50.8% Mathayom II students, and 49.2% Mathayom III students. There were 499 (43.9%) boys and 639 (56.1%) girls. The students were in the age group 12 to 15 years old with mean

Table 1

Demographic Characteristics of Respondents

Dimensions	Characteristics	Frequency	Percentage
Gender	Boy	499	43.9%
	Girl	639	56.1%
Age	12 years old	5	0.4%
	13 years old	346	30.4%
	14 years old	623	54.8%
	15 years old	164	14.4%
Educational level	Grade 8	578	50.8%
	Grade 9	560	49.2%
Total/Response Rate		1,138	100%

age 13.69 (*SD* = .66). The sample size of students was particularly similar in gender and the school year levels.

The correlational analysis, mean and standard deviation are presented in Table 2. Pearson's correlation coefficient was performed to explore the relationship between the main variables. The results displayed that empathy was significantly and moderately correlated with autonomous motivation to defend (r = .55, p <.01), and was positively low correlated with introjected motivation to defend (r = .26, p <.01), while it was

found a negative correlation with extrinsic motivation to defend (r = -.22, p <.01). Moreover, empathy had a positive correlation with direct defense (r = .16, p <.01) and indirect defense (r = .18, p <.01), and defensive self -efficacy (r = .29, p <.01). Regarding the three forms of motivation to defend, the results showed that autonomous motivation, introjected motivation and extrinsic motivation to defend were found positive correlations with direct defense (r = .17 and .15, p <.01 and .06, p <.05, respectively) and indirect defense (r = .20 and .19, p <.01 and r = .06, p <.05 in that order). Additionally, autonomous motivation and introjected motivation to defend were positively correlated with defensive self-efficacy, whereas extrinsic motivation was negatively correlated with defensive self-efficacy.

Table 2

The table of Intercorrelations, Mean, Standard Deviation

	BES	COG	AFF	AM	EM	IM	DDF	IDF	SES
BES	(.82)	.87**	.88**	.55**	-.22**	.26**	.16**	.18**	.29**
COG		(.78)	.52**	.49**	-.21**	.19**	.19**	.18**	.33**
AFF			(.75)	.47**	-.17**	.26**	.10**	.13**	.17**
AM				(.70)	-.19**	.36**	.17**	.20**	.33**
EM					(.75)	.137**	.06*	.06*	-.15**
IM						(.60)	.15**	.19**	.10**
DDF							(.83)	.77**	.29**
IDF								(.79)	.27**
SES									(.82)
M	3.79	3.92	3.65	3.82	2.27	3.44	2.33	2.54	2.88
SD	.47	.49	.58	.63	.74	.66	.92	.89	.45

Notes. BES = Empathy, COG = Cognitive empathy, AFF = Affective empathy, AM = Autonomous motivation to defend, EM = Extrinsic motivation to defend, IM = Introjected motivation, DDF = Direct defensive behavior, IDF = Indirect defensive behavior, SES = Defensive Self-efficacy.

Coefficients alpha are provided in parentheses.

*p <.05, **p <.01 (one-tailed).

Mediation analysis

The complex sampling data was randomly and equally selected by using weight cases in SPSS before structural equation path analysis to reduce variance estimates and bias from the dataset due to classroom and school differences. The structural equation modeling (SEM) was conducted to examine the relationship between empathy, three forms of motivation to defend and defending behaviors by using Mplus 8.2 (Muthén & Muthén, 1998-2018). In the mediation analysis, the model provided a good fit to the data: c^2 = 42.40, df = 12, c^2/df = 3.53 (< 4), RMSEA = .05 (<.08), CFI = .99 (>.95), TLI = .97 (>.90), SRMR = .02 (<.05) as per recommendation of prior studies (Byrne, 1998; Hu & Bentler, 1999; MacCallum et al., 1996, as cited in Hooper et al., 2008).

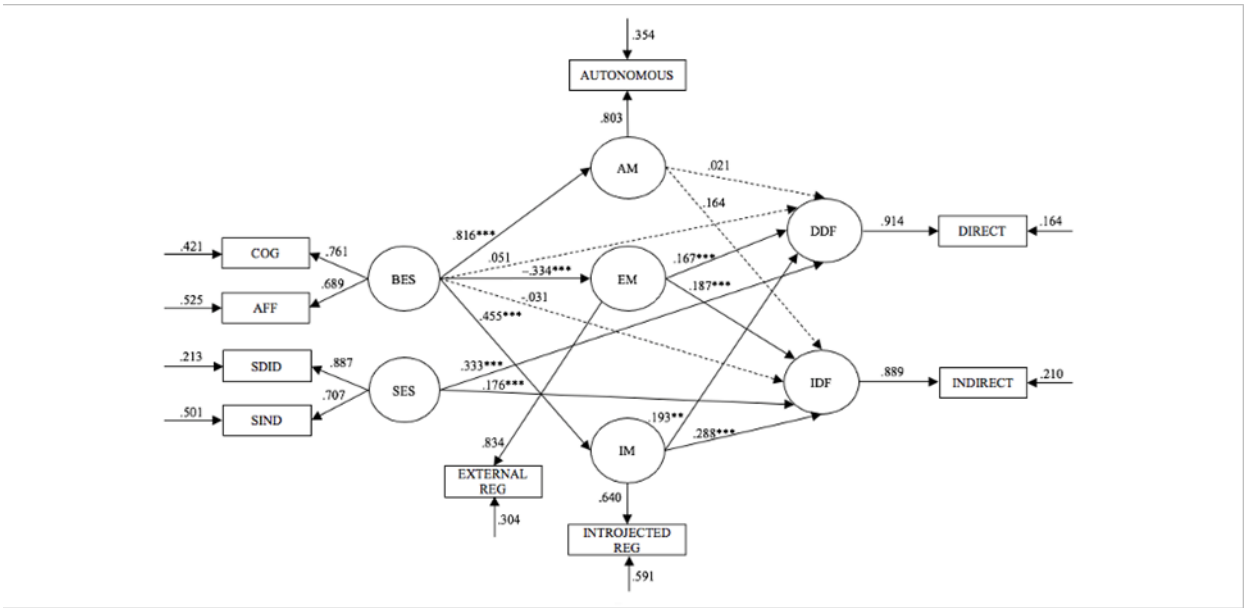
Figure 1 illustrated that empathy had a significant relationship with autonomous motivation, extrinsic motivation, and introjected motivation to defend. Empathy had positive association with higher levels of autonomous motivation to defend (β = .82, p < .001), and introjected motivation to defend (β = .46, p < .001). On a contrary, empathy was found to be negatively associated with extrinsic motivation to defend (β = -.33, p < .001). It is indicated that the results above support hypotheses 2, 3, and 4. Furthermore, full mediation was found in the mediating effect of extrinsic motivation to defend and introjected motivation to defend. It was

hypothesized that extrinsic motivation to defend mediated the relationship between empathy and direct defending (β = -.06, p < .001), while introjected motivation to defend mediated the relationship between empathy and indirect defense (β = .13, p < .001), which were supportive of hypotheses 6 and 7. Beyond the hypotheses, the findings also revealed that the mediating effect of the two forms of motivation to defend influenced both subtypes of defensive behavior. Hypotheses 1 and 5 are failed as a result showed that the direct effect of empathy on defensive behaviors, and the mediating role of autonomous motivation to defend were not found. In addition, self-efficacy reported a significant relationship with both direct defensive (β = .33, p < .001) and indirect defensive behaviors (β = .17, p < .001) as it was represented as a covariate.

For R-squared, empathy explained 35.4%, 30.4%, 59.1%, 16.4% and 21% of variance in autonomous motivation, extrinsic motivation, introjected motivation to defend, direct defense and indirect defense, respectively.

Figure 1

Mediation model for the relationship between empathy and defensive behaviors (direct and indirect defense) as mediated by different forms of motivation to defend.



Notes. BES = Empathy, COG = Cognitive empathy, AFF = Affective empathy, AM = Autonomous motivation to defend, EM = Extrinsic motivation to defend, IM = Introjected motivation, DDF = Direct defensive behavior, IDF = Indirect defensive behavior, SES = Defensive Self-efficacy.

Note. *p <.05, **p <.01, ***p <.001.

Discussion

The current study purposed to examine the relationship between empathy and defending behaviors with motivations to defend as a mediator in bullying episodes among Thai students in Mathayom II and III. The study focused on an intrapersonal factor (i.e., empathy) as a predictor variable and examined how it might have direct and indirect association with the two subtypes of defensive behaviors (through the three forms of motivation to defend). The current findings revealed that empathy had a significant positive influence on autonomous and introjected motivation to defend, and a negative effect on extrinsic motivation to defend. This study suggests that Thai students with greater emotions of empathy intended to defend the victims as transmitted through only extrinsic motivation and introjected motivation to defend. This contradicts the

previous findings that students with higher levels of empathy had greater autonomous motivation to intervene in bullying situations (Longobardi et al., 2019), yet the current findings found no significance among them. It could explain that Thai students are prone to have low autonomy supportiveness due to tradition, culture and hierarchical norm in their society (e.g., family and schools) which influence on the way of their thinking and behavior (Boontinand, 2015). They can also be influenced by their peers (Ryan, 2001) as young adolescents at this age seek a sense of belonging and peer acceptance (Deci & Ryan, 2000). Thus, they may focus on peer groups' values as they are learning and developing an identity from peers. Moreover, the current findings indicated that extrinsic motivation and introjected motivation could drive the behavior of young adolescents. Adolescents who intervene in bullying incidents for extrinsic incentives would confront the bullies or console the victims. This implies that they would reach their goals by standing up for the victims, such as gaining popularity or warming relationships with their friends (Pronk et al., 2010; van der Ploeg et al., 2017), or they would get punishments (e.g., be condemned) from teachers if they do not help. The similar findings were found in introjected motivation to defend. Students with moral emotion would help the victims because they might have the feeling of guilt or shame if they chose to ignore it (e.g., Bandura, 1999; de Hooge, 2013; Tangney et al., 2007, as cited in Jungert et al., 2016). They also might feel peer pressure or social environments to take actions in order to fit in those groups (e.g. Hardy et al., 2015; Ryan & Patrick, 2001). Limitations of this study are that the data was collected by self-report questionnaires, which vulnerable to social desirability. Also, the cross -sectional nature of the data did not clarify behavior over a period of time. Other limitations are that only intrapersonal variable (i.e., empathy) as a predictor was considered in the study while controlling self-efficacy, and only Mathayom II and Mathayom III students were involved as the number of bullying in secondary school was higher than other school year levels (Sakarinkhul & Wacharasindhu, 2014). The number of schools and classrooms context (e.g., class size) were as well be narrowed in order to scope the effects and unequal probabilities of selection by using sampling weights. However, the variation between schools and classrooms may affect the precision of the study. Furthermore, this study is not generalizable in terms of age, educational levels and country. Further studies should as well focus on other factors such as anti-bullying attitude, moral disengagement, social preferences, student–teacher relationships, or classroom norms. Moreover, a self-report measure should be provided the section with the victim's report of experiencing peer defenders as this study carefully avoid any cause that could trigger victim suffering so it could not show how defensive behaviors affected the victims. The use of peer nomination may also be useful in the assessment. Another suggestion is to design a longitudinal study to further examine. To improve the accuracy of the further investigation's study, multi-level modelling with three-level (i.e., student, classroom and school-level) may be an alternative method for complex data (e.g., nested data). The present study highlighted the fact that Thai adolescents' defensive behaviors might be encouraged by external contingencies and social pressure to act of helping others, instead of autonomy supportive (or internal rewards). Hence, further research is needed to better understand individuals from diverse and different cultural contexts. In addition, attention to autonomous motivation in young adolescents which would rather ultimately encourage defensive behaviors than external rewards which happen in short period of time should be increased. In the field of school bullying, the knowledge of the study, however, could be applicable for schools and other relevant agencies to design the bystander intervention program by focusing on empathy. On some level, empathic nudges the students to act on helping behavior. Regardless of whether it is indirect pattern such as comforting or not, it remains significant to the victimized peers. Schools can also promote positive defensive behaviors toward students by inducing empathy and cultivating autonomous motivation which can be taught through role play, storytelling, and autonomy-supportive teaching styles at school, resulting in a decrease of other bystander behaviors and bullying.

Reference

Boontinand, V. (2016). The Construction of Democratic and Autonomous Citizens in a Progressive Thai School: Possibilities and Challenges. *Thammasat Review, 18*, 18-39. doi:10.14456/tureview.2015.2.

Bradshaw, C. P., Sawyer, A. L., & O'Brennan, L. M. (2007). Bullying and peer victimization at school: Perceptual differences between students and school staff. *School Psychology Review*, *36*(3), 361-382. https://doi.org/10.1080/02796015.2007.12087929

Caravita, S. C. S., Di Blasio, P., & Salmivalli, C. (2009). Unique and interactive effects of empathy and social status on involvement in bullying. *Social Development, 18*(1), 140–163. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2008.00465.x

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11,* 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Demaray, M. K., Summers, K. H., Jenkins, L. N., & Becker, L. D. (2016). Bullying Participant Behaviors Questionnaire (BPBQ): Establishing a reliable and valid measure. *Journal of School Violence, 15*(2), 158–188. https://doi.org/10.1080/15388220.2014.964801

Department of Mental Health. (2018). Thailand had the 2nd highest rate for school bullying with 600,000 children being victimized a year. *Ministry of Public Health.* Retrieved from https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=27485

Eisenberg, N., & Strayer, J. (1987). Cambridge studies in social and emotional development. *Empathy and its development.* New York: Cambridge University Press.

Gladden, R.M., Vivolo-Kantor, A.M., Hamburger, M., & Lumpkin, C.D. (2014). Bullying surveillance among youths: uniform definitions for public health and recommended data elements, Version 1.0.

Hardy, S. A., Dollahite, D. C., Johnson, N., & Christensen, J. B. (2015). Adolescent motivations to engage in pro-social behaviors and abstain from health-risk behaviors: A self-determination theory approach. *Journal of Personality, 83,* 479–490. https://doi.org/10.1111/jopy.12123

Hawkins, D. L., Pepler, D. J., & Craig, W. M. (2001). Naturalistic observations of peer interventions in bullying. *Social Development*, *10*, 512–527. https://doi.org/10.1111/1467-9507.00178

Hooper, D., Coughlan, J.P., & Mullen, M.R. (2008). Structural equation modelling: guidelines for determining model fit. *The Electronic Journal of Business Research Methods*, *6*(1), 53-60. doi:10.21427/D7CF7R

Iotti, N.O., Thornberg, R., Longobardi, C., & Jungert, T. (2020). Early Adolescents' Emotional and Behavioral Difficulties, Student–Teacher Relationships, and Motivation to Defend in Bullying Incidents. *Child & Youth Care Forum, 49*, 59-75. doi:10.1007/s10566-019-09519-3

Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of Adolescence, 29*(4), 589–611. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.08.010

Jungert, T., Piroddi, B., & Thornberg, R. (2016). Early adolescents' motivations to defend victims in school bullying and their perceptions of student–teacher relationships: A self-determination theory approach. *Journal of Adolescence, 53,* 75–90. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.09.001

Lambe, L. J., & Craig, W.M. (2020). Peer defending as a multidimensional behavior: Development and validation of the Defending Behaviors Scale. *Journal of School Psychology, 78,* 38-53. https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.12.001

Longobardi, C., Borello, L., Thornberg, R., & Settanni, M. (2019). Empathy and defending behaviours in school

bullying: The mediating role of motivation to defend victims. *British Journal of Educational Psychology.* doi:10.1111/bjep.12289

Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (1998-2018). Mplus User's Guide. Eighth Edition. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.

Noorden, T.V., Haselager, G., Cillessen, A., & Bukowski, W. (2015). Empathy and Involvement in Bullying in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Journal of Youth and Adolescence, 44*(3), 637-657. doi:10.1007/s10964-014-0135-6.

Oh, I., & Hazler, R. J. (2009). Contributions of personal and situational factors to bystanders' reactions to school bullying. *School Psychology International, 30*(3), 291–310.

Ploeg, R.V., Kretschmer, T., Salmivalli, C., & Veenstra, R. (2017). Defending victims: What does it take to intervene in bullying and how is it rewarded by peers? *Journal of school psychology, 65*, 1-10. https://doi.org/10.1016/j.jsp.2017.06.002

Pöyhönen, V., Juvonen, J., & Salmivalli, C. (2010). What does it take to defend the victimized peer? The inter-play between personal and social factors. *Merrill-Palmer Quarterly, 56,* 143–163. doi:10.1353/mpq.0.0046

Pronk, J., Olthof, T., Goossens, F.A., & Krabbendam, L. (2019). Differences in adolescents' motivations for indirect, direct, and hybrid peer defending. *Social development*. https://doi.org/10.1111/sode.12348

Reijntjes, A. H., Vermande, M., Olthof, T., Goossens, F.A., Aleva, L., & Meulen, M.V. (2016). Defending victimized peers: Opposing the bully, supporting the victim, or both? *Aggressive behavior, 42*, 585-597. https://doi.org/10.1002/ab.21653

Ryan, A. (2001). The peer group as a context for the development of young adolescent motivation and achievement. *Child Development, 72*(4), 1135–1150. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00338

Ryan, A., & Patrick, H. (2001). The Classroom Social Environment and Changes in Adolescents' Motivation and Engagement During Middle School. *American Educational Research Journal, 38(2)*, 437 - 460. https://doi.org/10.3102/00028312038002437

Sakarinkhul, C., & Wacharasindhu, A. (2014). Prevalence of bullying and associated psychosocial factors among lower secondary school students in Muang, Chiangmai. *Journal of Psychiatric Association of Thailand*, *59* (3), 221-230.

Salmivalli, C., Voeten, M., & Poskiparta, E. (2011). Bystanders Matter: Associations Between Reinforcing, Defending, and the Frequency of Bullying Behavior in Classrooms. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 40*(5), 668 - 676. doi:10.1080/15374416.2011.597090

Thornberg, R., Tenenbaum, L.S., Varjas, K., Meyers, J., Jungert, T., & Vanegas, G. (2012). Bystander Motivation in Bullying Incidents: To Intervene or Not to Intervene? *Western Journal of Emergency Medicine, 13*(3), 247–252. doi:10.5811/westjem.2012.3.11792

Ttofi, M.M., & Farrington, D.P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: a systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology, 7*(1), 27-56. https://doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1

EFFECT OF SEXISM ON WOMEN PERFORMANCE: SELF-CONSTRUAL AS A MODERATOR

Natta Kambhu*, Prapimpa Jarunratanakul
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email*: n.kambhu@gmail.com

Abstract

This online experiment aims to examine self-construal as a tool to improve performance in females who faced either hostile sexism (HS) or benevolent sexism (BS). Thai female undergraduates (N = 76, public university = 73.7%, private university = 25%, others = 1.3%) age between 18 to 24 (M = 20.12, SD = 1.23) were recruited through convenience sampling technique. Participants were randomly assigned to either BS or HS condition followed by one of the three self-construal written tasks (independent, interdependent, or no self-construal conditions). Performance was assessed by a short-term memory task. A two-way ANOVA was conducted to examine the influence of sexism (HS vs. BS) and self-construal (interdependent vs. independent VS. no self-construal) on female performance, the interaction effect was significant, $F(2, 70) = 3.24$, $p = .045$. This result showed that self-construal appeared to boost participants' performance after confronting with HS but not BS. Participants completing interdependent self-construal task performed best in the HS condition (M = 26.45, SD = 5.29) but worst in the BS condition (M = 21.80, SD = 3.13). This might be because HS directly harmed their gender and interdependent self-construal motivated participants to complete the task for their gender group. Independent self-construal does not have much effect on both HS (M = 24.89, SD = 4.94) and BS (M = 22.56, SD = 2.65). However, in the control self-construal group, participants appeared to work best in BS (M = 25.08, SD = 4.39) but not HS (M = 23.80, SD = 3.88). This could imply that the control task might help participants to focus on other topics instead of ambiguous BS text. Overall performance of females in the HS condition appeared to be better than those in the BS condition when being primed to connect the self to social context (interdependent self-construal).

Keywords: Benevolent and hostile sexism, self-construal, performance, short-term memory

Introduction

Sexism is one among many inequalities that usually occur to women. It has been shown to have a number of negative effects on women, especially on task performance at work (Dardenne et al., 2007; Vescio et al., 2005). Early studies on sexism have mainly concentrated on the reduction of task performance and examined the process in which sexism can attack women's cognitive functions and performance.

A growing body of evidence revealed that sexist behaviors, especially benevolent sexism (positive and protective behavior towards women who conform to their traditional gender role), hinder cognitive abilities of women (Dardenne et al., 2007). Benevolent sexism was ambiguous and difficult to identify because it appeared to protect and reward women. Nonetheless, benevolent sexism could form uncomfortable feelings and produce mental intrusions (Beilock & Carr, 2005; Dardenne et al., 2007). As a result, mental intrusions distract their working memory, suggest that they were incompetent comparing to men (Vescio et al., 2005), and prevent women from concentrating and performing cognitive tasks, therefore, impairs their performance.

Hostile sexism (an overt negative behavior towards women) makes women more likely to resist and combat such behavior because it is easy for them to identify those behavior as prejudice (Fernandez et al., 2004). According to Dardenne et al. (2007), they proposed that, according to theories of emotion, when women encounter hostile sexism, they will interpret the situation as unfair (Frijda et al., 1989) and produce the response mechanism called 'reactance'. Reactance will work as a strong motivation to react in order to regain their freedom over such unfair situation (Wortman & Brehm, 1975). In the hostile sexism situation, women who were underestimated would react to the situation by increasing their motivation to perform to overcome the situation.

Recent studies have started to focus on the solutions to buffer the negative effect of threat towards female. For example, communal goal interventions which direct females to emphasize STEM (science, technology, engineering, and mathematics) as communal (desire to work and help other people) to increase female persistence, motivation, and interest towards STEM (Diekman et al., 2017; Diekman et al., 2015); Utility interventions underline importance of certain tasks in order to achieve either communal (helping others) or agentic (individual achievement) goal (Brown et al., 2015; Brown et al., 2015). Self-affirmation is another construct that can buffer the effect of sexism by helping women to focus on their value and competent (Martens et al., 2006; Sherman & Cohen, 2006). However, there is an argument that self-affirmation might not be compatible in some cases, as some adolescents might not fully form their identity and might not be able to indicate their core value when engaging in self-affirmation intervention (De Jong et al., 2016).

As a consequence, current study intends to explore a new construct to buffer the effect of sexism on cognitive abilities such as, self-construal. Self-construal explains how individuals describe themselves, either by connecting or separating the self to social contexts, defined as interdependent and independent self-construal. Both types of self-construal have been shown to impact individual's experiences differently and a large portion of individuals' behavior is derived from the results of self-construal on cognition, emotion, and motivation (Markus & Kitayama, 1991). It was documented that each individual hold both types of self-construal (Trafimow et al., 1991). Personal experiences will determine which self-construal will be activated in a certain situation, and the activated self-construal will influence individuals' behavior, judgement, and perception (Markus & Kitayama, 1991). However, little evidence was found to use self-construal as an intervention to buffer the effect of sexism. Thus, the present study aims to answer whether manipulating self-construal which it imposes an effect on cognitive, motivation, and emotion, can prevent damages caused by sexism.

Independent self-construal is the way in which an individual does not feel connected with one's own significant others such as family, and friends, or other people. Personal characteristics and behaviors are mostly depended on one's own feelings and thoughts, and rather stable across all situations. Independent individuals

always represent themselves through their desire, preference, and ability. Individuals with high independent self-construal value their characteristics that differentiate them from other group members because the uniqueness and ability to express their internal attributes are sources of their self-esteem. Individuals with independent self-construal are concerned about social context, however, the aim is not to fit in, but rather to observe, compare, and reconfirm their inner self in different situations (Markus & Kitayama, 1991).

According to Markus and Kitayama (1991), independent self-construal individuals often experience more ego-focused emotions, such as pride, anger, or frustration. These emotions are typically related to individuals' internal attributes. Motives for independent self-construal derive from individuals' inner needs and desires, such as the need for self-esteem or the need to achieve personal goal, those needs are assumed to be related to one's achievement and competency. The sense of control or agency of independent individuals often develop through ability to express one's internal needs and ability to tolerate external factors or social contexts that might interrupt one's own attribute. They usually have stable characteristics across situations and they often think about themselves in terms of their abilities and attributes (Singelis, 1994), therefore, researcher hypothesized that once individuals were manipulated with independent self-construal, they will focus on their true self and will not be easily affected by sexist cues, especially in benevolent sexism conditions that rather ambiguous and difficult to interpret.

Unlike their counterparts, interdependent self-construal individuals tend to identify themselves with people that they have close relationship with. Their behaviors are determined and organized by the ways they perceive others in their relationship think or feel, and they will adjust themselves to fit in with the social context. Interdependent self-construal mostly represents characteristics of people in Asian countries. Personal characteristics of interdependent individuals is prioritized as a secondary role, because their primitive role is to uphold relationship within a group, specifically with their significant other (Markus & Kitayama, 1991).

Interdependent individuals pay more attention to social context, people around them, and the aspect of self that is linked to others. Hence, they are likely to develop more knowledges about others such as other people's feelings, and reactions. When it comes to describe themselves, interdependent individuals will see self-representation attached to social context. Interdependent self-construal individuals experience more of other-focused emotions, emotions that concern other people, such as, sympathy or shame. Resulting from their cognitive process that often put themselves in others' shoes, so that they are more considerate about others' thoughts and feelings. Because interdependent self-construal individuals are attentive to the needs and feelings of others more than themselves, thus they should experience such motives that concerning with others or social context. Their self-esteem can be fulfilled by the degree of how well they can suppress their inner needs and desires for the sake of others, for this reason, interdependent individuals usually have strong motives to reach expectation of others (Markus & Kitayama, 1991). In this regard, the current study hypothesized that when individuals are manipulated with interdependent self-construal, they will feel attached to social context and affected more by sexist cues. Especially in hostile sexism condition that openly attack their gender group, participants should have more motivation to perform for them.

Hypotheses

H1: Participants in the hostile sexism condition will have better short-term memory task performance than those in the benevolent sexism condition.

H2: Sexism and self-construal will have an interaction effect on short-term memory task performance.

H2(a): Participants in the hostile sexism condition will perform best in the interdependent self-construal condition, comparing to those in the independent self-construal and neutral condition (control group).

H2(b): Participants in the benevolent sexism will perform best in the independent self-construal condition, comparing to those in the interdependent self-construal and neutral condition (control group).

Method

Participants

A total of 76 female undergraduates age ranges from 18 to 24 years (M = 20.12, SD = 1.23), 73.7% from public university under Ministry of Education, 25% from private university under Ministry of Education, and 1.3% from university under other authorities were recruited by convenient sampling technique. Participants who confirmed that they are able to complete the experiment in their private space and without a pause will be randomized to two conditions of sexism (hostile vs. benevolent). Initially, 105 participants were recruited but 29 participants were excluded from the analysis because they were not triggered by sexist text.

Instruments

Demographic Characteristics included age, year in university, faculty, university, and participants origin.

Sexist Texts served as cover story and sexism manipulation, was developed to match with the explicit expression of Ambivalent Sexism Inventory by Glick and Fiske (1996). Hostile sexism text suggested that female perform worse than male in memory task because they are unstable under pressure and that this kind of task is not suitable for female. Benevolent sexism text suggested that male perform better in memory task because female is more emotional under pressure, and it is not fair to assess male and female with the same criteria.

Sexism Manipulation Check was conducted using a self-report questionnaire, developed in accordance with sexist texts to assess participants' feelings about sexist cue. It consisted of 6-items 7 points Likert scale type ranging from 1 (*strongly disagree*) to 7 (*strongly agree*). Three items measured hostile sexism (e.g., 'The study description was unfair') and 3 items measured benevolent sexism (e.g., 'The study description makes me feel privileged'). The reliability of this scale was .89 and .81, respectively. The mean score of hostile sexism manipulation check of participants who were randomized to the hostile sexism condition should be higher than the mean score of benevolent sexism manipulation check. The same pattern should be applied for participants in the benevolent sexism group. Twenty-nine respondents were excluded from the calculation because sexism manipulation check score did not follow the aforementioned pattern.

Self-Construal Written Task was modified from Trafimow et al. (1991) similarities and differences with family and friend task (SDFF). The original version asked participants to think, without writing, of what makes them different (Independent) or similar (Interdependent) to their family and friends and what do they (family and friends) expect them to do (interdependent) or what do they expect themselves self to do (independent). In this experiment, instead of thinking of their family and friends, participants were asked to think of their gender group and write down what do their gender group expect them to do in the memory task (interdependent) or what do they expect themselves to do in the memory task (independent). Responses given were categorized to either participants' own view and expectation (independent) or group connection and expectation (interdependent). Participants in control conditions was asked to write down two subjects they learned from previous semester. Once participants complete the written task, participants were presented with guideline text that directed them to complete memory task either for their own accomplishment or for their gender group.

Short Term Memory Task required participants to complete 6 questions by remember alphabets from 2 to 12 characters. The score from pilot study (N = 26) was calculated by using 27% top and bottom of discrimination index. Question 1 and 2 have discrimination index equal to 0, so the questions were eliminated from the calculation. Questions 3 to 6 had discrimination index higher than 0.30 (0.86, 2.42, 2.86, and 3.00 respectively) so the questions were used to calculate the result.

Procedure

Once the Institutional Review Board (IRB) granted permission to conduct research, the experimental link was released via online channels. The experiment was introduced as an online experimental study to assess memories and perceptions. Participants were female undergraduates from any university/ faculties. Inform consent was obtained from all participants stated the purpose and procedure of the experiment and that the experiment is on voluntary basis, participants have a right to leave the experiment at any moment. Participants will be ensured that their answer and result will be confidential and anonymous. Participants were asked to complete the experiment in personal space without any interruption. Participants complete a set of demographic questions, the Qualtrics program then randomly assigned participants into two types of study descriptions, hostile sexism description (text received are more negative and suggests that female participants are less competent) and benevolent sexism description (text received are more positive and protective of the female group), which served as the cover story. The description stated that this study was previously done and the result showed that male participants scored better than female participants with suggestion for future study. After finish reading the study description, participants complete a questionnaire to rate their feelings regarding the description. This questionnaire serves as a sexism manipulation check. After completion of the questionnaire, participants were randomly assigned to three self-construal written tasks (independent, inter-dependent, or no self-construal condition). Once the self-construal task was completed, participants were presented with six short-term memory tasks. After the experiment, participants were fully debriefed, started by writing down what they think is the real purpose of the study and their feelings after completion. The actual name and purpose of the experiment were given with full explanation. Contact information of researcher was provided for participants who required further information or had any concerns or wished to withdraw the information given after knowing the purpose of the experiment.

Results

Descriptive statistics

Participants were Thai female undergraduates, no restrictions on university and faculty, participate in a voluntary basis. Participants age range between 18 to 24 (M = 20.13, SD = 1.23). Total of 29 responses (27.62%) were removed from the data set because sexism manipulation requirement was not met, resulting in a total of 76 participants.

Table 1

Demographic Information of Participants

		Frequency	Percentage
Age	18	4	5.30
	19	21	27.60
	20	26	34.20
	21	17	22.40
	22	5	6.60
	23	1	1.30
	24	2	2.60
University type	Public University	56	73.70
	Private University	19	25.00
	Others	1	1.30
Total/Response rate		79	100

Sexism Manipulation Check

T-test was performed to test the mean different for sexism manipulation check scale between participants in the hostile sexism (HS) conditions and the benevolent sexism (BS) conditions. Despite, mean score measuring hostile sexism was higher for participants in HS (M = 4.47, SD = 1.65) than BS (M = 3.77, SD = 1.42) but, there was no significant effect, $t(74) = 1.93$, $p = .057$. Contrarily, mean score for benevolent sexism was significantly higher for BS (M = 3.95, SD = 1.19) than HS (M = 2.70, SD = 1.15), $t(74) = -4.58$, $p < .001$)

Two-way Analysis of Variance (ANOVA)

Comparing the short term memory score between participants in HS and BS group, there was no significant effect of sexism (HS vs. BS) on memory task performance, $F(1, 74) = 2.01$, $p = .160$. Therefore, H1 was not supported. However, short term memory task performance of participants in HS (M = 24.75, SD = 4.58) were slightly higher than BS (M = 23.34, SD = 3.78) as expected.

There was no significant main effect for sexism, $F(1, 70) = 3.63$, $p = .061$, and self-construal, $F(2, 70) = 0.19$, $p = .839$, but significant interaction effect of sexism (HS vs. BS) and self-construal (interdependent vs. independent vs. no self-construal) on female performance, $F(2, 70) = 3.24$, $p = .045$, H2 was confirmed. Total of 44 participants faced with hostile sexism; 10 participants in interdependent self-construal group performed best with average score of 26.45 (SD = 5.29); 14 participants in independent self-construal group had an average score of 24.89 (SD = 4.94); and 20 participants in control group earned average score of 23.80 (SD = 3.89). As a result, H2(a) was supported. Thirty-two participants were randomized to the benevolent sexism condition; 13 participants in control group had the highest average score among benevolent condition of 25.08 (SD = 4.39); 9 participants in the independent self-construal group had an average score of 22.56 (SD = 2.65); 10 participants in interdependent self-construal group had the lowest average score of 21.80 (SD = 3.13). In this case, H2(b) was not supported.

Table 2

Descriptive Statistics for Memory Task Performance

Type of sexism	Self-construal	*n*	*SD*	Memory score
Hostile	Independent	14	4.94	24.89
	Interdependent	10	5.29	26.45
	Control	20	3.89	23.80
Benevolent	Independent	9	2.65	22.56
	Interdependent	10	3.13	21.80
	Control	13	4.39	25.08

Table 3

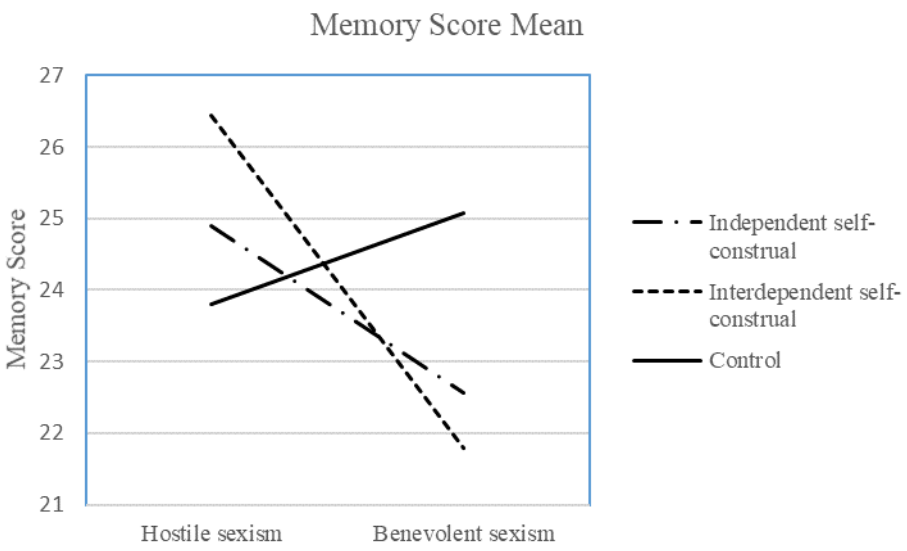
Two-way ANOVA Results

Predictor	Sum of Squares	*df*	Mean Square	*F*	*p*	partial η^2
(Intercept)	41027.59	1	41027.59	2330.62	.000	.971
sexism	64.01	1	64.01	3.64	.061	.049
SC	6.60	2	3.30	.19	.839	.005
sexism x SC	114.08	2	57.04	3.24	.045	.085
Error	1232.26	70	17.60			

Note: R^2 = .11, adj R^2 = .05. SC = Self-construal.

Figure 1

Interaction Between Sexism and Self-construal



Note. Figure 1 suggests that there was an interaction effect for sexism and self-construal. The graph showed that the memory task score was highest when participants in HS condition complete the interdependent self-construal task and lowest when BS participants completed the same task. On the contrary, participants in BS condition performed best when completing control task, but the same consequence did not happen with participants in HS condition.

Discussion

The current study was conducted to examine self-construal as a tool to prevent the effect of sexism on women's performance. Participants were randomized to either HS or BS condition, and were given one of the three self-construal written tasks before completing the experiment by performing a short-term memory task. Firstly, participants in HS condition had a higher average short-term memory score compared to participants in BS condition. Previous studies (Dardenne et al., 2007) suggested that when facing hostile sexism, participants' performance will not be affected as hostile sexism is an overt negative behavior towards women, therefore it creates motivation to react to an unfair situation as a response mechanism (Wortman & Brehm, 1975) thus, increases women motivation to perform. On the other hand, benevolent sexism is more ambiguous and difficult to interpret as sexism, it creates uncomfortable feelings and mental intrusions which lead to the decrease in performance (Dardenne et al., 2007). However, in this study, self-construal was added intended to improve the performance of participants in both conditions. As a result, the average scores of participants in BS and control self-construal condition were evidently higher than those in HS and control self-construal condition. This might explain why short-term memory score of participants in both conditions were not statistically significant when self-construal comes into play.

The present study hypothesized that interdependent self-construal would help boost performance of participants in HS condition and independent self-construal will do the same for participants in BS condition. However, the result was slightly different from the hypotheses. In HS condition, participants in interdependent self-construal scored the highest among other self-construal conditions, hypothesis was confirmed. Participants read sexist text which suggested that women perform worse than men in memory task and should not be chosen to participate in memory test. The interdependent self-construal task then asked participants to think and write about the similarity they have with their female friend and the expectation their friend has on them

when completing the memory task. The interdependent self-construal task enhanced participants' motivation to perform for the benefit of their gender group. As Markus and Kitayama (1991) explained that individuals with interdependent self-construal should have motives that concern others, or their social context and their self-esteem can be lifted by how well they respond to the needs of others. On a contrary, independent self-construal task requires participant to think and write about their differences between them and their female friends and the expectations they have of themselves when completing the memory task. Independent self-construal task separate participants' self to social context (Markus & Kitayama, 1991). In this case, it might reduce the effect of sexist text by making participants feel less threatened as a group and only produce motivation to perform for themselves. Participants in this group were motivated to perform, not as strong as the interdependent self-construal group, but higher than the control group.

In BS condition, participants who performed best were those in control self-construal condition, the result does not support the hypothesis. Sexist text in BS condition were somewhat subtle, it suggests that men performance in memory task was better so when it comes to completing this kind of task women and men should have different passing criteria. Participants appeared to score the highest in control condition which required participants to write about two subjects they studied in the previous semester. As BS text was difficult to interpret, control task appeared to help participants to stay concentrate and reduce the distraction from sexist text. However, completing self-construal written task after reading through BS text might double the confusion. Some participants in BS condition reported that they get confused while trying to find connections between sexist text and self-construal written task. The same incident did not happen with participants in HS condition. As a consequence, the mean scores of both the independent self-construal group and inter-dependent self-construal group were relatively low across all conditions.

Conducting online experiment can be considered as one of the limitations, sexism manipulation was not as effective as seen from the number of data eliminated. Moreover, participants might not fully concentrate when completing the task, the utilized tool and place were uncontrollable. Since some data were eliminated, the sample size of each group was unequal, resulting in a relatively low in power (0.60). Future research may further explore benevolent sexism since there are rooms for other constructs to play a part in preventing the effect of benevolent sexism. On the contrary, there is a possibility that hostile sexism can be exploited to increase motivation to perform or performance in some specific setting, as some previous research also shown that performance of participants in the hostile sexism condition was higher than the control condition (Dardenne et al., 2007). Thus, the result of this study suggested that interdependent self-construal helps increase performance for Thai females but as Thailand is an Asian country that is more collectivistic and less individualistic (Lacko et al., 2020) compared to Western countries to conduct the study in a Western country the result might turn out differently. Women in any setting that have to face sexist circumstances, whether it is hostile or benevolent sexism, will be able to identify the situation, know its effect, and be able to handle the situation professionally.

References

Beilock, S. L., & Carr, T. H. (2005). When high-powered people fail: Working memory and "choking under pressure" in math. *Psychological Science*, *16*(2), 101-105.

Brown, E. R., Smith, J. L., Thoman, D. B., Allen, J. M., & Muragishi, G. (2015). From bench to bedside: A communal utility value intervention to enhance students' biomedical science motivation. *Journal of Educational Psychology*, *107*(4), 1116.

Brown, E. R., Thoman, D. B., Smith, J. L., & Diekman, A. B. (2015). Closing the communal gap: The importance of communal affordances in science career motivation. *Journal of Applied Social Psychology*, *45*(12), 662-673.

Dardenne, B., Dumont, M., & Bollier, T. (2007). Insidious dangers of benevolent sexism: Consequences for women's performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, *93*(5), 764.

De Jong, E. M., Jellesma, F. C., Koomen, H. M., & De Jong, P. F. (2016). A values-affirmation intervention does not benefit negatively stereotyped immigrant students in the Netherlands. *Frontiers in Psychology*, 7, 691.

Diekman, A. B., Weisgram, E. S., & Belanger, A. L. (2015). New routes to recruiting and retaining women in STEM: Policy implications of a communal goal congruity perspective. *Social Issues and Policy Review*, *9*(1), 52-88.

Diekman, A. B., Steinberg, M., Brown, E. R., Belanger, A. L., & Clark, E. K. (2017). A goal congruity model of role entry, engagement, and exit: Understanding communal goal processes in STEM gender gaps. *Personality and Social Psychology Review*, *21*(2), 142-175.

Dumont, M., Sarlet, M., & Dardenne, B. (2010). Be too kind to a woman, she'll feel incompetent: Benevolent sexism shifts self-construal and autobiographical memories toward incompetence. *Sex Roles*, *62*(7-8), 545-553.

Fernández, M. L., Castro, Y. R., & Lorenzo, M. G. (2004). Evolution of hostile sexism and benevolent sexism in a Spanish sample. *Social Indicators Research*, *66*(3), 197-211.

Frijda, N. H., Kuipers, P., & Ter Schure, E. (1989). Relations among emotion, appraisal, and emotional action readiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(2), 212.

Glick, P., & Fiske, S. T. (1996). The ambivalent sexism inventory: Differentiating hostile and benevolent sexism. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*(3), 491.

Lacko, D., Šašinka, Č., Čenĕk, J., Stachoň, Z., & Lu, W. L. (2020). Cross-Cultural differences in cognitive style, individualism/collectivism and map reading between central European and East Asian university students. *Studia Psychologica*, *62*(1), 23-43.

Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, *98*(2), 224.

Martens, A., Johns, M., Greenberg, J., & Schimel, J. (2006). Combating stereotype threat: The effect of self-affirmation on women's intellectual performance. *Journal of Experimental Social Psychology*, *42*(2), 236-243.

Sherman, D. K., & Cohen, G. L. (2006). The psychology of self-defense: Self-affirmation theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 183-242.

Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *20*(5), 580-591.

Trafimow, D., Triandis, H. C., & Goto, S. G. (1991). Some tests of the distinction between the private self and the collective self. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(5), 649.

Vescio, T. K., Gervais, S. J., Snyder, M., & Hoover, A. (2005). Power and the creation of patronizing environments: The stereotype-based behaviors of the powerful and their effects on female performance in masculine domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, *88*(4), 658.

Wortman, C. B., & Brehm, J. W. (1975). Responses to uncontrollable outcomes: An integration of reactance theory and the learned helplessness model. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 8, pp. 277-336). Academic Press.

HOW ECONOMIC INEQUALITY SHAPES SOCIAL CLASS STEREOTYPING

Mai Tanjitpiyanond*, Jolanda Jetten
University of Queensland

Kim Peters
The University of Exeter

corresponding author email*: uqptanji@uq.edu.au

Abstract

Rising economic inequality can shape the way people perceive their social world. Here, we tested the effect of economic inequality on stereotypes of the wealthy and poor on Vertical (i.e. assertiveness and competence) and Horizontal trait dimensions (i.e. friendliness and morality). Drawing insights from self-categorization theory, we also examined the roles of social categorization and intergroup relations (i.e. level of trust and competition between wealthy and poor groups) in driving these relationships. In two online pre-registered experiments (Study 1 N = 425, Study 2 N = 397), participants were randomly assigned to a fictitious society with high or low levels of economic inequality (between-subjects) and were asked to rate a wealthy and a poor individual on traits related to the two dimensions (within-subjects). Participants also completed measures of class-based social categorization and the quality of intergroup relations between the wealthy and poor. For our analyses, we conducted a two-way mixed ANOVA and mediation analysis using SPSS PROCESS macro (model 4). In line with expectations, we found that participants in the high (versus low) inequality condition stereotyped the wealthy as more assertive than the poor, but perceived both groups as incompetent, immoral and unfriendly. In support of self-categorization theory, our mediation analyses provided evidence of class-based categorization partially accounting for the effect of inequality and social class stereotypes on the Vertical dimension, and evidence of negative intergroup relations (i.e., increased competition and reduced trust) explaining stereotypes on the Horizontal dimension. Further, we found that social class stereotypes influenced support for redistributive wealth policies. Our work contributes to the literature by identifying the mechanisms through which inequality affects perceptions of the social classes.

Keywords: Economic inequality, stereotyping, social class

การสร้างแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19

เทพรัตน์ พานิชยิ่ง
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน : crossrose44@hotmail.com

บทคัดย่อ

การระบาดของโรคโควิด-19 รัฐบาลไทยกำหนดให้จัดการเรียนออนไลน์ซึ่งส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความเครียดจากการกักตัวและการปรับตัวในการเรียนใหม่ แบบวัดความเครียดที่มีอยู่เป็นแบบวัดความเครียดในสถานการณ์ทั่วไป ไม่เฉพาะเจาะจงกับสิ่งที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ของโรคระบาด วัตถุประสงค์ของการวิจัย 1) เพื่อพัฒนาแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 2) เพื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียด โดยแบบสัมภาษณ์เรื่องปัญหาจากการกักตัวและความเครียดจากการเรียนออนไลน์ของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2/2562 จำนวน 49 คน กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตชั้นปีที่ 1 ที่ต้องกักตัวและเรียนออนไลน์ ปีการศึกษา 1/2563 จำนวน 230 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 เป็นลักษณะของแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของ Likert 5 ระดับ ได้แก่ 1) ด้านวิตกกังวล และ 2) ด้านซึมเศร้า จำนวน 15 ข้อ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าดัชนีความสอดคล้อง ค่าอำนาจจำแนก ค่าความเที่ยง การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พบว่า คุณภาพของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.60 – 1.00 มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .31 - .77 และมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .896

คำสำคัญ : แบบวัดความเครียดในสถานการณ์โควิด-19 นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ การกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19

THE CONSTRUCTION OF STRESS TEST FOR SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY'S STUDENTS DURING COVID-19 OUTBREAK QUARANTINE

Theppherat Panichying
Srinakharinwirot University

Corresponding author email: crossrose44@hotmail.com

Abstract

The COVID-19 outbreak, the Thai Government required that online classrooms, which affected to the student's stress from quarantine and readjustment. The existing stress test normally used in the typical situation but it was not specific in the epidemic condition matter. The purposes of this research were: 1) to develop the Stress Test for Srinakharinwirot University's students during COVID-19 outbreak quarantine, 2) to find the quality of the developed Stress Test. The Stress Test was developed from interviewing form about the problems of quarantine and stress of studying online with the 49 students, first-year of the Faculty of Nursing, Srinakharinwirot University, academic year 2/2019. The sample in this research, using purposive selection, were 230 Srinakharinwirot University's first year students who had been detained during of COVID-19 outbreak meanwhile learned in online teaching, academic year 1/2020. The data collection tool was the Stress Test for Srinakarinwirot University's students during the COVID-19 outbreak quarantine, that was a characteristic of the Likert with 5-scale levels consisting of 1) anxiety and 2) depression, 15 items. Data analytic based statistics methods included index of item objective congruence (IOC), discrimination power, reliability, frequency distribution, percentages, means, and standard deviation. The results indicated that the quality of the Stress Test for Srinakarinwirot University's students during the COVID-19 outbreak quarantine scale with the IOC ranged from 0.60 – 1.00, the item discrimination power ranged from .31 - .77, and the overall reliability coefficient (alpha) of .896.

Keywords: Stress Test, Srinakharinwirot University's students, Covid-19 outbreak quarantine

บทนำ

จากสถานการณ์ของโรคโควิด-19 ที่มีการแพร่ระบาดไปทั่วโลกและมีผู้ติดเชื้อเป็นจำนวนมาก ผู้ติดเชื้อจะมีอาการทางระบบหายใจ จนเกิดเป็นปอดบวมและอาจทำให้เสียชีวิตได้ ปัจจุบันยังไม่มียาที่ใช้ในการรักษาและเพิ่งเริ่มทดลองใช้วัคซีนในการป้องกันโรคโควิด-19 ขึ้นก่อให้เกิดผลกระทบต่อด้านอนามัยและสาธารณสุข รวมถึงภาวะทางเศรษฐกิจจากการปิดเส้นทางการคมนาคมขนส่งระหว่างประเทศและการปิดเมือง (lockdown) เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของแต่ละประเทศทั่วโลก (Li H., Liu S., Yu X., Tang S., & Tang C., 2020) นอกจากนี้ ยังมีส่งผลกระทบทางด้านการศึกษาอย่างกว้างขวาง โดยพบว่ามีนักเรียนนักศึกษาจำนวน 1.38 พันล้านคนทั่วโลกได้รับผลกระทบจากการปิดสถานศึกษา และทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนระบบการจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์เพื่อความต่อเนื่องทางการศึกษา ซึ่งจะส่งผลต่อคุณภาพการศึกษาของนักเรียนนักศึกษาเป็นอย่างมาก (UNESCO, 2020) รัฐบาลไทยก็เองมีนโยบายกำหนดให้มีจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์แทนการเข้าเรียนในชั้นเรียนเช่นกัน โดยมีนโยบายผู้บริหารสถานศึกษาต่าง ๆ มีอิสระในการบริหารจัดการศึกษาของตนเองได้ (คณะกรรมาธิการการศึกษา, 2563)

ความเครียดเป็นการตอบสนองของร่างกายต่อเหตุการณ์ที่มากระตุ้น มีผลให้ร่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีรวิทยา ในลักษณะสู้หรือหนี (fight or flight) เพื่อรักษาสมดุล (homeostasis) คนแต่ละคนตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นไม่เหมือนกัน ขึ้นอยู่กับปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ความเครียดจึงเป็นกระบวนการที่สัมพันธ์กันระหว่างตัวกระตุ้น (stressor) กับการตอบสนองต่อความเครียด (stress response) และปัจจัยทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับความเครียด (stress mediator) (ธนยศ สุมาลย์โรจน์, 2558, น. 605) โดยตัวกระตุ้นที่ทำให้เกิดความเครียดแบ่งกว้าง ๆ ได้ 2 ลักษณะ คือ 1) เกิดจากสิ่งแวดล้อมภายใน ได้แก่ ความคิด ความรู้สึก สถานภาพทางกายภาพ และ 2) เกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอก ได้แก่ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคล และเหตุการณ์การเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ทั้งด้านครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม การเมือง ภัยธรรมชาติ และการก่อเหตุวินาศกรรม เป็นต้น (สุวรรณา อนุสันติ, 2562, น. 5) ในภาวะความเครียดนี้ บุคคลต้องปรับตัวทั้งด้านร่างกายและจิตใจเพื่อลดความเครียดที่เกิดขึ้น แต่ถ้าบุคคลไม่สามารถขจัดหรือทำให้ความเครียดลดลงได้ จะทำให้บุคคลนั้นเกิดความคับข้องใจ ขัดแย้งในใจ วิตกกังวล โกรธ และซึมเศร้า (Kaplan, 1996, pp. 4) และหากมีความเครียดอยู่ในระดับสูงอย่างต่อเนื่อง ร่างกายไม่สามารถกลับเข้าสู่ภาวะผ่อนคลายตามปกติ จะมีการสะสมความตึงเครียด ทำให้เกิดความผิดปกติทางจิตใจได้ (เดชา ลลิตอนันต์พงศ์, 2561, น. 164) นอกจากนี้ ภาวะความเครียดสูงยังมีผลทำให้ภูมิคุ้นกันโรคต่ำลง ทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ง่าย ที่เห็นได้ชัดเจนคือบุคคลที่มีความเครียดสูงมักจะเป็นโรคหวัดได้ง่าย นอกจากนี้ ยังพบด้วยว่าโรคที่ร้ายแรงจำนวนมาก มักจะมีความเครียดเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หรือแม้กระทั่งโรคมะเร็ง เป็นต้น ความเครียดนอกจากจะมีผลต่อร่างกายและยังมีผลต่อจิตใจอีกด้วย คนที่มีความเครียดสูงจะเกิดความท้อแท้สิ้นหวังจนบางครั้งอาจอยากฆ่าตัวตายได้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต และ ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร, 2554, น. 67)

การเรียนการสอนออนไลน์ในสถานการณ์โควิด-19 เป็นเรื่องใหม่ ผู้เรียนต้องมีการปรับตัวจนอาจทำให้เกิดความเครียดได้ ซึ่งความเครียดในการเรียนออนไลน์อาจมีมากหรือน้อยนั้นจะขึ้นอยู่กับปัจจัยในด้านต่าง ๆ (Moawad, 2020) ประกอบกับมาตรการสำคัญที่ให้เว้นระยะห่างทางสังคม (social distancing) และกักตัวเอง (self-quarantine) อยู่แต่ในบ้าน สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้ภาวะสุขภาพจิตของผู้เรียนซึ่งได้รับผลโดยตรง ต้องตกอยู่ในความเครียด ความหวาดหวั่น และสะสมจนกลายเป็นภาวะของความท้อแท้ใจ (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, 2563, น. 282) ยิ่งในช่วงที่สังคมยังไม่พ้นวิกฤต covid-19 เหล่าผู้เรียนที่ต้องเรียนออนไลน์กันอย่างต่อเนื่องก็ยิ่งทำให้ความเครียดเพิ่มสูงขึ้นจากปกติ (เอื้ออนุช ถนอมวงษ์, 2564)

แบบวัดความเครียดสำหรับคนไทย (Thai Stress Test: TST) ถูกพัฒนาขึ้นในปี พ.ศ. 2543 เพื่อใช้ประเมินภาวะความเครียดและนำไปใช้คัดกรองในผู้มีภาวะความเครียดโดยทั่วไป (สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์, 2556, น. 344 - 350) นอกจากนี้ แบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง (SPST - 20) ของกรมสุขภาพจิต (2549) และแบบวัดความเครียดอื่น ๆ ยังถูกพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ทั้งในรูปแบบของโปรแกรมคอมพิวเตอร์และระบบออนไลน์ในหลากหลายรูปแบบ เช่น แบบวัดความเครียดสำหรับคนไทยรูปแบบคอมพิวเตอร์สำหรับผู้พิการทางการมองเห็น (ธีรศักดิ์ สาตรา, กนกวรรณ ไชยสูรยกานต์ และ สุธีรา ภัทรายุตวรรตน์, 2563, น. 43 - 55) เป็นต้น แบบวัดความเครียดที่มีอยู่ในขณะนี้เป็นแบบวัดความเครียดในสถานการณ์ทั่วไปซึ่งไม่เหมาะสมและไม่สอดคล้องกับสถานการณ์ของโรคระบาดที่เกิดขึ้นอยู่ในปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องพัฒนาแบบวัดความเครียดให้มีความเฉพาะเจาะจงกับสถานการณ์การกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งในขณะเดียวกันนี้ นักเรียน นิสิตนักศึกษาทั่วประเทศต่างต้องดำเนินการเรียนการสอนแบบออนไลน์อย่างต่อเนื่องและไม่รู้ว่าจะสิ้นสุดลงเมื่อใด

ในต้นเทอมปีการศึกษา 2/2562 ช่วงเดือนมกราคม - กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2563 ผู้วิจัยในฐานะอาจารย์ผู้สอนนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ในคณะต่าง ๆ ได้แก่ คณะบริหารธุรกิจเพื่อสังคม คณะพละศึกษา คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ และคณะมนุษยศาสตร์ ได้สังเกตและสัมภาษณ์นิสิตภายในห้องเรียนที่มีการเรียนการสอน

ตามปกติ พบว่า นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์มีระดับความเครียดมากที่สุด เนื่องจากต้องอยู่ในกฎระเบียบที่เข้มงวด การรับน้องของรุ่นพี่ การเรียนในรายวิชาที่เข้มข้น และมีการแข่งขันกันสูงภายในรุ่น ต่อมาในช่วงปลายเทอมตั้งแต่เดือนมีนาคมเป็นต้นไปเป็นช่วงการระบาดใหญ่ในระลอกแรก ทางมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒกำหนดจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์ ผู้วิจัยจึงเริ่มสำรวจความเครียดโดยใช้แบบสัมภาษณ์เรื่องปัญหาจากการกักตัวและความเครียดจากการเรียนออนไลน์ตลอดช่วง 2 เดือนของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 49 คน ที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive selection) ผ่านทางโปรแกรม Microsoft Teams จากนั้น ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้ร่วมกับการศึกษาเอกสาร งานวิจัย และแบบวัดที่เกี่ยวข้องกับความเครียดมาดำเนินการสร้างแบบวัดความเครียดตามขั้นตอนต่อไป

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการประเมินภาวะความเครียดของนิสิตที่ต้องกักตัวและเรียนออนไลน์ และนำข้อมูลมาเพื่อใช้ในการคัดกรอง วางแผนการป้องกันปัญหาทางด้านสุขภาพจิต และดำเนินการช่วยเหลือ อาทิเช่น การแนะแนว การให้การปรึกษา และการส่งต่อ รวมทั้งใช้ในการติดตามผลอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ ยังเป็นประโยชน์แก่ทางสถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษาอื่น ๆ ที่สนใจจะนำแบบวัดความเครียดนี้ไปใช้ในการสำรวจและติดตามให้ความช่วยเหลือแก่นิสิตนักศึกษากลุ่มเสี่ยงที่มีระดับความเครียดสูงในระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 อีกด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1) เพื่อพัฒนาแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19

2) เพื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการสำรวจปัญหา ผู้วิจัยสำรวจความเครียดโดยใช้แบบสัมภาษณ์เรื่องปัญหาจากการกักตัวและความเครียดจากการเรียนออนไลน์ตลอดช่วง 2 เดือนของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2/2562 จำนวน 49 คน ที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง จากนิสิตในชั้นเรียนออนไลน์ของผู้วิจัยเองผ่านโปรแกรม Microsoft Teams

กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะพลศึกษา คณะวิศวกรรมศาสตร์ และวิทยาลัยนานาชาติเพื่อศึกษาความยั่งยืน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 1/2563 จำนวนรวมทั้งสิ้น 230 คน ที่ต้องกักตัวและเรียนออนไลน์ ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง จากนิสิตในชั้นเรียนออนไลน์ของผู้วิจัยเอง โดยใช้แบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ผ่านโปรแกรม Google form ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1
กลุ่มตัวอย่าง

คณะ	ชั้นปี	รวม (คน)	ร้อยละ
คณะพลศึกษา	1	100	43.48
คณะวิศวกรรมศาสตร์	1	72	31.30
วิทยาลัยนานาชาติเพื่อศึกษาความยั่งยืน	1	58	25.22
รวม		230	100

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19เป็นลักษณะของแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า ตามแบบของ Likert แบ่งเป็น 5 ระดับ ประกอบด้วย 1) ด้านวิตกกังวล จำนวน 7 ข้อ และ 2) ด้านซึมเศร้า จำนวน 8 ข้อ รวมทั้งสิ้น 15 ข้อ

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. กำหนดวัตถุประสงค์ของการสร้างแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19

2. ศึกษาเอกสาร งานวิจัย และแบบวัดที่เกี่ยวข้องกับความเครียด และสำรวจปัญหาใช้แบบสัมภาษณ์เรื่องปัญหาจากการกักตัวและความเครียดจากการเรียนออนไลน์ตลอดช่วง 2 เดือนของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2/2562 จำนวน 49 คน ผ่านโปรแกรม Microsoft Teams แล้วประมวลข้อมูลเพื่อกำหนดนิยามปฏิบัติการของความเครียด ประกอบด้วย 1) ด้านวิตกกังวล และ 2) ด้านซึมเศร้า

3. เขียนนิยามปฏิบัติการและสร้างข้อกระทงของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19

4. สร้างแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1) สร้างแบบวัดความเครียดตามนิยามปฏิบัติการ จำนวน 15 ข้อ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ตามแบบของ Likert แบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ข้อความ	ระดับความเครียด				
	ต่ำที่สุด	ต่ำ	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
ข้อความทางบวก	1	2	3	4	5
ข้อความทางลบ	5	4	3	2	1

2) กำหนดเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ยของแบบวัดความเครียด ดังนี้

คะแนน 1.00 - 1.50 หมายถึง มีความเครียดต่ำที่สุด

คะแนน 1.51 - 2.50 หมายถึง มีความเครียดต่ำ

คะแนน 2.51 - 3.50 หมายถึง มีความเครียดปานกลาง

คะแนน 3.51 - 4.50 หมายถึง มีความเครียดมาก

คะแนน 4.51 - 5.00 หมายถึง มีความเครียดมากที่สุด

5. ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยพิจารณาการใช้ภาษาและความสอดคล้องระหว่างข้อความในแบบวัดกับนิยามปฏิบัติการ โดยมีเกณฑ์การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและนิยามปฏิบัติการ (Item objective congruence : IOC) ผู้วิจัยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป (วรรณี แกมเกตุ, 2549, น. 216 - 217) ดังนี้

+1 ข้อความนั้นเป็นตัวบ่งชี้ลักษณะความเครียด

0 ไม่แน่ใจว่าข้อความนั้นเป็นตัวบ่งชี้ลักษณะความเครียด

-1 ข้อความนั้นไม่สามารถบ่งชี้ลักษณะความเครียด

6. นำแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 จำนวน 15 ข้อ ที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้กับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 230 คน ผ่านโปรแกรม Google form

7. หาคุณภาพของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ตามลำดับดังนี้

1) วิเคราะห์อำนาจจำแนกรายข้อ (Item discrimination power) โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-total correlation) ที่มีค่าตั้งแต่ 0.2 ขึ้นไป (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์, 2545, น. 98)

2) วิเคราะห์ค่าความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่มีค่าตั้งแต่ 0.2 ขึ้นไป ไปทดสอบหาค่าความเที่ยงของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ทั้งฉบับ โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาค (Cronbach α-coefficient) มีค่าตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540, น. 125)

ผลการวิจัย

1. การพัฒนาแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร งานวิจัย และแบบวัดที่เกี่ยวข้องกับความเครียด และสำรวจปัญหาโดยใช้แบบสัมภาษณ์เรื่องปัญหาจากการกักตัวและความเครียดจากการเรียนออนไลน์ตลอดช่วง 2 เดือนของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2/2562 จำนวน 49 คน พบว่า นิสิตมีความเครียดที่เกิดขึ้นจากการกักตัว ได้แก่ กังวลในเรื่องการเรียนกลัวจะเรียนไม่รู้เรื่องหรือส่งงานไม่ทันกำหนด กังวลในเรื่องรายรับของพ่อแม่เนื่องจากภาวะทางเศรษฐกิจที่ตกต่ำ รู้สึกถึงความไม่แน่นอนในชีวิต ตื่นตระหนกหรือหวากลัวในเรื่องการแพร่ระบาดของโรคอย่างรวดเร็วจากการติดตามข่าวสารอย่างใกล้ชิด ความรู้สึกเศร้าหมองไม่มีความสุขเนื่องจากต้องถูกจำกัดพื้นที่ไม่สามารถออกไปทำกิจกรรมภายนอกได้ตามปกติ รู้สึกเหมือนฝันไม่ใช่ความจริงเพราะไม่คิดว่าจะเกิดเรื่องแบบนี้ขึ้นได้ รู้สึกท้อแท้สิ้นหวังหากว่ารัฐบาลไม่ทำอะไรสักอย่างให้ดีขึ้น และเบื่อหน่ายเพราะต้องอยู่ใกล้ชิดกับสมาชิกในครอบครัวตลอดเวลา และปัญหาด้านการปรับตัวในการเรียนออนไลน์ ได้แก่ สิ่งแวดล้อมในขณะเรียนออนไลน์ปัญหาหรืออุปสรรคของการสื่อสารทางอินเตอร์เน็ต และค่าใช้จ่ายในการซื้อบริการออนไลน์เพิ่มจากเครือข่ายโทรศัพท์

ผู้วิจัยประมวลข้อมูลเพื่อกำหนดนิยามปฏิบัติการของความเครียดและเขียนนิยามปฏิบัติการ ดังนี้ 1) ด้านวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกกลัวที่เกิดจากการคิดและจิตนาการในสิ่งที่ยังมาไม่ถึง มีความหวาดหวั่นต่อสถานการณ์จนเกิดความขัดแย้งในใจ ความคับข้องใจ และความเครียด ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ กังวล กลัว อึดอัด กระวนกระวาย หงุดหงิดโดยไม่ได้สัดส่วนกับความเครียดหรือมีความรู้สึกมากกว่าปกติ และ 2) ด้านซึมเศร้า หมายถึง ความรู้สึกเศร้า ท้อแท้ หดหู่ หมดความรู้สึกสนุกสนานเพลิดเพลินจนรบกวนสมาธิ เบื่ออาหาร นอนไม่หลับ และมีความรู้สึกตัวเองไร้ค่า ไม่อยากมีชีวิตอยู่ และผู้วิจัยสร้างข้อกระทงของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 โดยแบบวัดความเครียดนี้เป็นลักษณะของแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของ Likert แบ่งเป็น 5 ระดับ รวมทั้งสิ้น 15 ข้อ แล้วนำแบบวัดความเครียดไปตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน โดยพิจารณาการใช้ภาษาและความสอดคล้องระหว่างข้อความในแบบวัดความเครียดกับนิยามปฏิบัติการ แล้วจึงนำแบบวัดความเครียดจำนวน 15 ข้อ ที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 1/2563 จำนวน 230 คน ได้ผลดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความเครียดรายข้อ รายด้าน และโดยรวมของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อความ	*M*	*SD*	แปลผล
1. ด้านวิตกกังวล	2.69	1.09	ปานกลาง
- หวั่นเกรงว่าเงินที่มีจะไม่เพียงพอต่อการใช้จ่าย	3.10	1.12	ปานกลาง
- กลัวความผิดพลาดจากการเรียนหรือการทำงานที่บ้าน	3.64	0.92	มาก
- รู้สึกว่าชีวิตมีความไม่มั่นคงหรือไม่แน่นอน	3.04	1.15	ปานกลาง
- วิตกกังวลกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว	2.72	1.08	ปานกลาง
- หงุดหงิดง่าย หรืออารมณ์แปรปรวนโดยไม่มีสาเหตุ	2.18	1.13	ต่ำ
- หวาดกลัวโรคระบาดที่เกิดขึ้นอยู่	2.29	1.04	ต่ำ
- ขัดแย้งกับสมาชิกในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิด	1.84	1.18	ต่ำ
2. ด้านซึมเศร้า	1.93	1.13	ต่ำ
- ฝันร้าย นอนไม่หลับ หรือตื่นกลางดึกบ่อย ๆ	1.78	1.06	ต่ำ
- ขาดสมาธิ ขี้หลงขี้ลืม หรือย้ำคิดย้ำทำ	2.70	1.17	ปานกลาง
- เบื่ออาหาร หรือทานอาหารได้น้อยลง	1.64	0.98	ต่ำ
- ไม่อยากพูดคุยหรือพบหน้าสมาชิกในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิด	1.59	1.06	ต่ำ
- รู้สึกว่าตนเองด้อยค่า หรือไม่มีความหมาย	1.80	1.10	ต่ำ
- สิ้นหวังในชีวิต หรือคิดว่าจะไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	2.30	1.25	ต่ำ
- เบื่อหน่าย ไม่มีความสุข หรือเศร้าหมอง	2.08	1.18	ต่ำ
- อยากหายไปจากโลกนี้ หรือไม่อยากมีชีวิตอยู่อีกต่อไป	1.72	1.24	ต่ำ
โดยรวม	2.30	1.11	ต่ำ

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 2 กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดในด้านวิตกกังวล (*M* = 2.69, *SD* = 1.09) ระดับปานกลาง ความเครียดรายข้อ ได้แก่ กลัวความผิดพลาดจากการเรียนหรือการทำงานที่บ้าน (*M* = 3.64, *SD* = 0.92) ระดับมาก หงุดหงิดง่าย หรืออารมณ์แปรปรวนโดยไม่มีสาเหตุ (*M* = 3.10, *SD* = 1.12) และรู้สึกว่าชีวิตมีความไม่มั่นคงหรือไม่แน่นอน (*M* = 3.04, *SD* = 1.15) ระดับปานกลาง ตามลำดับ และความเครียดในด้านซึมเศร้า (*M* = 1.93, *SD* = 1.13) ระดับต่ำความเครียดรายข้อ ได้แก่ ขาดสมาธิ ขี้หลงขี้ลืม หรือย้ำคิดย้ำทำ (*M* = 2.70, *SD* = 1.17) ระดับปานกลาง และความเครียดโดยรวม (*M* = 2.30, *SD* = 1.11) ระดับต่ำ

2. การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ดังนี้

1) การหาค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบวัดความเครียด โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน โดยมีเกณฑ์การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและนิยามปฏิบัติการ (Item objective congruence: IOC) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3
ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item objective congruence: IOC)

ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			IOC	สรุปผล
	คนที่ 1	คนที่ 1	คนที่ 1		
1. ด้านวิตกกังวล					
- หวั่นเกรงว่าเงินที่มีจะไม่เพียงพอต่อการใช้จ่าย	0	+1	+1	0.66	ใช้ได้
- กลัวความผิดพลาดจากการเรียนหรือการทำงานที่บ้าน	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- รู้สึกว่าชีวิตมีความไม่มั่นคงหรือไม่แน่นอน	0	+1	+1	0.66	ใช้ได้
- วิตกกังวลกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- หงุดหงิดง่าย หรืออารมณ์แปรปรวนโดยไม่มีสาเหตุ	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- หวาดกลัวโรคระบาดที่เกิดขึ้นอยู่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- ขัดแย้งกับสมาชิกในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิด	0	+1	+1	0.66	ใช้ได้
2. ด้านซึมเศร้า					
- ฝันร้าย นอนไม่หลับ หรือตื่นกลางดึกบ่อย ๆ	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- ขาดสมาธิ ขี้หลงขี้ลืม หรือย้ำคิดย้ำทำ	0	+1	+1	0.66	ใช้ได้
- เบื่ออาหาร หรือทานอาหารได้น้อยลง					ใช้ได้
- ไม่อยากพูดคุยหรือพบหน้าสมาชิกในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิด	0	+1	+1	0.66	ใช้ได้
- รู้สึกว่าตนเองด้อยค่า หรือไม่มีความหมาย	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- สิ้นหวังในชีวิต หรือคิดว่าจะไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- เบื่อหน่าย ไม่มีความสุข หรือเศร้าหมอง	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
- อยากหายไปจากโลกนี้ หรือไม่อยากมีชีวิตอยู่อีกต่อไป	+1	+1	+1	1	ใช้ได้

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 3 ผู้วิจัยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป โดยค่า IOC ของข้อคำถามของแบบวัดในการวิจัยครั้งนี้อยู่ระหว่าง 0.66 - 1.00

2) การวิเคราะห์อำนาจจำแนกรายข้อ (Item discrimination power) โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-total correlation) ดังแสดงในตารางที่ 4

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4 พบว่า ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 แต่ละด้าน ประกอบด้วย ด้านวิตกกังวลและด้านซึมเศร้า มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .31 - .67 และ .35 - .77 ตามลำดับ

ตารางที่ 4
ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Item discrimination power)

ข้อความ	ค่าอำนาจจำแนก
1. ด้านวิตกกังวล	.31 – .67
- หวั่นเกรงว่าเงินที่มีจะไม่เพียงพอต่อการใช้จ่าย	.60
- กลัวความผิดพลาดจากการเรียนหรือการทำงานที่บ้าน	.41
- รู้สึกว่าชีวิตมีความไม่มั่นคงหรือไม่แน่นอน	.67
- วิตกกังวลกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว	.63
- หงุดหงิดง่าย หรืออารมณ์แปรปรวนโดยไม่มีสาเหตุ	.65
- หวาดกลัวโรคระบาดที่เกิดขึ้นอยู่	.31
- ขัดแย้งกับสมาชิกในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิด	.54
2. ด้านซึมเศร้า	.37 - .77
- ฝันร้าย นอนไม่หลับ หรือตื่นกลางดึกบ่อย ๆ	.37
- ขาดสมาธิ ขี้หลงขี้ลืม หรือย้ำคิดย้ำทำ	.56
- เบื่ออาหาร หรือทานอาหารได้น้อยลง	.37
- ไม่อยากพูดคุยหรือพบหน้าสมาชิกในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิด	.50
- รู้สึกว่าตนเองด้อยค่า หรือไม่มีความหมาย	.57
- สิ้นหวังในชีวิต หรือคิดว่าจะไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	.77
- เบื่อหน่าย ไม่มีความสุข หรือเศร้าหมอง	.73
- อยากหายไปจากโลกนี้ หรือไม่อยากมีชีวิตอยู่อีกต่อไป	.60

3) การวิเคราะห์ค่าความเที่ยง (Reliability) โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาค (Cronbach α-coefficient) ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5
การวิเคราะห์ค่าความเที่ยง (Reliability)

ข้อความ	ค่าความเที่ยง α-coefficient
1. ด้านวิตกกังวล	.711
2. ด้านซึมเศร้า	.815
ทั้งฉบับ	.896

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 5 ค่าความเที่ยง (Reliability) โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาค (Cronbach α-coefficient) ของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 รายด้าน ได้แก่ ด้านวิตกกังวลและด้านซึมเศร้า มีค่าเท่ากับ .711 และ .815 ตามลำดับ และทั้งฉบับเท่ากับ .896

อภิปรายผลการวิจัย

1. การพัฒนาแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 จากการสำรวจของผู้วิจัยในช่วงปลายเดือนเมษายน พ.ศ. 2563 โดยใช้แบบสัมภาษณ์เรื่องปัญหาจากการกักตัวและความเครียดจากการเรียนออนไลน์ตลอดช่วง 2 เดือน (เดือนมีนาคม – เมษายน) ของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2/2562 จำนวน 49 คน พบว่า นิสิตมี 1) ปัญหาจากการกักตัวที่ส่งผลให้เกิดความเครียด ได้แก่ กังวลในเรื่องการเรียนกลัวจะเรียนไม่รู้เรื่องหรือส่งงานไม่ทันกำหนด กังวลในเรื่องรายรับของพ่อแม่เนื่องจากภาวะทางเศรษฐกิจที่ตกต่ำ รู้สึกถึงความไม่แน่นอนในชีวิต ตื่นตระหนกหรือหวาดกลัวในเรื่องการแพร่ระบาดของโรคอย่างรวดเร็วจากการ

ติดตามข่าวสารอย่างใกล้ชิด ความรู้สึกเศร้าหมองไม่มีความสุขเนื่องจากต้องถูกจำกัดพื้นที่ไม่สามารถออกไปทำกิจกรรมภายนอกได้ตามปกติ รู้สึกเหมือนฝันไม่ใช่ความจริงเพราะไม่คิดว่าจะเกิดเรื่องแบบนี้ขึ้นได้ รู้สึกท้อแท้สิ้นหวังหากว่ารัฐบาลไม่ทำอะไรสักอย่างให้ดีขึ้น และเบื่อหน่ายเพราะต้องอยู่ใกล้ชิดกับสมาชิกในครอบครัวตลอดเวลา สอดคล้องกับ รายงานผลการสำรวจของกรมสุขภาพจิต (2563) ในเรื่องการรับรู้และภาวะสุขภาพจิตของประชาชนคนไทยจากการระบาดโรคโควิด-19 พบว่า ในช่วงการระบาดแรกประมาณเดือนมีนาคม – เมษายน พ.ศ. 2563 มีภาวะสุขภาพจิตมากที่สุด โดยเฉพาะภาวะมองความสัมพันธ์ในที่ทำงานทางลบ ระแวงกันง่ายขึ้น รู้สึกเหินห่างจากคนอื่น รองมาเป็นความเหนื่อยล้าทางอารมณ์ และรู้สึกเครียด และ 2) ปัญหาด้านการปรับตัวในการเรียนออนไลน์ ได้แก่ สิ่งแวดล้อมในขณะเรียนออนไลน์ ปัญหาหรืออุปสรรคของการสื่อสารทางอินเตอร์เน็ต และค่าใช้จ่ายในการซื้อบริการออนไลน์เพิ่มจากเครือข่ายโทรศัพท์ ตามลำดับ สอดคล้องกับ ชฎาภา ประเสริฐทรง จรินวรรณ แสงหิรัญรัตนา และ พรชนา กลัดแก้ว (2564, น. 14) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนออนไลน์จากสถานการณ์โควิด-19 ของนักศึกษาพยาบาล พบว่า สิ่งแวดล้อมขณะเรียนในการเรียนออนไลน์ จำแนกเป็น ด้านเสียง ด้านความร้อน และอุปสรรคของการสื่อสารออนไลน์ จำแนกเป็น ด้านความล่าช้าของการรับส่งข้อมูล ด้านความเสถียรของคลื่นหรืออินเทอร์เน็ตของเครือข่าย มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนออนไลน์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01 และค่าใช้จ่ายในการซื้อบริการออนไลน์จากเครือข่าย 399 - 699 บาท/เดือน

จากการเก็บข้อมูลของผู้วิจัยในช่วงต้นเดือนตุลาคม พ.ศ. 2563 ด้วยแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 จากกลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตชั้นปีที่ 1 คณะพลศึกษา คณะวิศวกรรมศาสตร์ และวิทยาลัยนานาชาติเพื่อศึกษาความยั่งยืน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 1/2563 จำนวน 230 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดโดยรวมระดับต่ำ ความเครียดในด้านวิตกกังวลระดับปานกลาง ในรายข้อได้แก่ กลัวความผิดพลาดจากการเรียนหรือการทำงานที่บ้านระดับมาก หวั่นเกรงว่าเงินที่มีจะไม่เพียงพอต่อการใช้จ่ายและรู้สึกว่าชีวิตมีความไม่มั่นคงหรือไม่แน่นอนระดับปานกลาง และความเครียดในด้านซึมเศร้าระดับต่ำ ในรายข้อได้แก่ ขาดสมาธิ ขี้หลงขี้ลืม หรือย้ำคิดย้ำทำระดับปานกลาง สอดคล้องกับ การศึกษาของชฎาภา ประเสริฐทรง และคนอื่น ๆ (2564, น. 22) พบว่า นักศึกษาไม่มีสมาธิในการเรียนออนไลน์มากที่สุด รองลงมา คือ กังวลใจในการเรียนออนไลน์ ไม่สบายใจเมื่อต้องส่งงานทางออนไลน์ เบื่อหน่ายเมื่อมีการเรียนออนไลน์ ไม่อยากเรียนออนไลน์ ไม่มีความสุขจากการเรียนออนไลน์ รู้สึกว่าการเรียนออนไลน์เป็นปัญหา ปวดศีรษะเมื่อเรียนออนไลน์ และการเรียนออนไลน์ทำให้รู้สึกเบื่ออาหารหรือรับประทานอาหารมากขึ้น

2. การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 พบว่า คุณภาพของแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.60 – 1.00 มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .31 - .77 และมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .896

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

การพัฒนาแบบวัดความเครียดสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ยังขาดการพิจารณาจิตมิติในด้านอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อความเครียด ได้แก่ การติดตามและการรับรู้ข่าวสาร ชีวิตความเป็นอยู่โดยทั่วไป สุขภาวะ และสภาพแวดล้อมภายในครอบครัว การใช้เวลาว่างและการบริหารเวลา ความเป็นอิสระในชีวิตส่วนตัว ความพึงพอใจในชีวิต ความคาดหวังเกี่ยวกับอนาคต และการเตรียมความพร้อมในการปรับตัวทางสังคมใหม่ (new normal) ซึ่งปัจจัยดังกล่าวอาจสะท้อนให้เห็นถึงผลกระทบต่อความเครียดได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ กระทงข้อคำถามควรแยกเป็นประเด็นรายข้อให้ละเอียดมากขึ้น จะทำให้ข้อมูลที่ใช้ในการวิเคราะห์ทางสถิติด้านสุขภาพจิตมีความชัดเจน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการการวางแผนกลยุทธ์ด้านการให้การปรึกษาต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไปควรติดตามผลระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่างในปีการศึกษาถัดไปอย่างต่อเนื่อง เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงของระดับความเครียด ระหว่างการกักตัวในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งผลจากการศึกษาสามารถนำมาใช้ในการปรับปรุงการเรียนการสอนออนไลน์ โดยให้อาจารย์ที่รับผิดชอบหลักสูตรหรือรายวิชาที่มีการเรียนการสอนออนไลน์ จัดปฐมนิเทศ ให้การแนะแนวให้กับนิสิตนักศึกษาเพื่อป้องกันหรือลดสิ่งแวดล้อมขณะเรียนออนไลน์และอุปสรรคของการสื่อสารออนไลน์ที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนออนไลน์

รายการอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2549). *แบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง*. https://www.dmh.go.th/ebook/view.asp?id=134.

กรมสุขภาพจิต. (2563). *เปิดผลสำรวจภาวะจิตใจบุคลากรสาธารณสุข - ปชช.โควิดระบาด*. https://www.hfocus.org/content/2020/12/20718

คณะกรรมาธิการการศึกษา วุฒิสภา. (2563). *รายงานการวิจัยเรื่องข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเร่งด่วน ว่าด้วยการบริหารจัดการศึกษาในช่วงสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่เหมาะสมกับสังคมไทย. จดหมายข่าว, 21* (2563).

ชฎาภา ประเสริฐทรง, จรินวรรณ แสงหิรัญรัตนา และ พรชนา กลัดแก้ว. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนออนไลน์จากสถานการณ์โควิด-19 ของนักศึกษาพยาบาล. *วารสารสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา*, *15*(1), 14-28.

เดชา ลลิตอนันต์พงศ์. (2561). *ภาวะฉุกเฉินทางจิตเวชศาสตร์* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬามหาวิทยาลัย.

ธนยศ สุมาลย์โรจน์. (2558). *จิตเวช ศิริเวช DSM-5* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์.

ธีรศักดิ์ สาตรา กนกวรรณ ไชยสูรยกานต์ และ สุธีรา ภัทรายุตวรรตน์. (2563). การพัฒนาแบบวัดความเครียดสำหรับคนไทยรูปแบบคอมพิวเตอร์สำหรับผู้พิการทางการมองเห็น. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, *28*(1), 43-55.

บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. (2545). *การประเมินการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ แนวคิด และวิธีการ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: บริษัท วัฒนาพานิช จำกัด.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์* (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (2563). การดำเนินงานสุขภาพจิตภายใต้วิกฤตโควิด 19 ของประเทศไทย. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, *28*(4), 280-291.

วรรณี แกมเกตุ. (2549). *วิธีวิทยาการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต และ ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร. (2554). ความไวในการรับรู้ความวิตกกังวล ความเครียดและกลวิธีในการจัดการกับความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี. *วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต*, *1*(3), 65–78.

สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์. (2556). *คู่มือการวัดทางจิตวิทยา (Manual of Psychological Testing)* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: ตรีเทพ.

สุวรรณา อนุสันติ. (2562). *วิสัยทัศน์ของความเครียด (Stress Vision)* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: วนิดาการพิมพ์.

เอื้ออนุช ถนอมวงษ์. (2021). *การดูแลสุขภาพจิตนักศึกษา คือหน้าที่หลักของมหาวิทยาลัย*. https://today.line.me/th/v2/article/1zGp22.

Kaplan, H. B. (1996). *Psychosocial Stress: Perspectives on Structure, Theory, Life-Course, and Methods* (1st ed.). Texas: Academic Press.

Li H., Liu S., Yu X., Tang S., & Tang C. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19): current status and future perspectives. *International Journal of Antimicrobial Agents*, *55*(5), https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0924857920301011.

Moawad R. A. (2020). Online learning during the COVID-19 pandemic and academic stress in university students. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, *12*(1Sup2), 100-107. https://www.researchgate.net/publication/341843046_Online_Learning_during_the_COVID-_19_Pandemic_and_Academic_Stress_in_University_Students

UNESCO. (2020). *4 ways COVID-19 could change how we educate future generations*. https://www.weforum.org/agenda/2020/03/4-ways-covid-19-education-future-generations/.

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา และรองศาสตราจารย์ ดร.รัญจวน คำวชิรพิทักษ์ ในการเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา

การพัฒนามาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า

ปวริศ ไชยลาโภ
กองจิตวิทยาและการนำทหาร ส่วนวิชาทหาร โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน : pavaris.instructor@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ ได้แก่ 1) เพื่อพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย และ 2) เพื่อวิเคราะห์สุขภาวะของนักเรียนนายร้อย โดยพัฒนาข้อคำถามขึ้นมาจากการสังเคราะห์คำนิยามและองค์ประกอบของสุขภาวะ ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์หาค่าความสอดคล้องภายในและค่าอำนาจจำแนก จำนวน 110 คน กลุ่มที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์หาค่าความตรงเชิงโครงสร้างมาตรวัดสุขภาวะ โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน จำนวน 210 คน และกลุ่มที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์สุขภาวะของนักเรียนนายร้อย จำนวน 805 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น การวิจัยปรากฏผลดังนี้

1. ผลการพัฒนามาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย เป็นมาตรส่วนประมาณค่า 6 ระดับ มีจำนวน 32 ข้อ มี 6 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) สุขภาวะทางกาย 2) อารมณ์ทางบวก 3) ความงอกงามแห่งตน 4) ความหมายในชีวิต 5) ความยึดมั่นผูกพัน และ 6) สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2. ผลการตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย มีค่าความตรงเชิงเนื้อหา ตั้งแต่ 0.80 ถึง 1.00 มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงแอลฟา เท่ากับ 0.907 มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ 0.26 ถึง 0.71 และโมเดลการวัดสุขภาวะมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (χ^2 = 2.915; *df* = 4; *p* = 0.572; χ^2/df = 0.72; GFI = 0.995; AGFI = 0.976; NFI = 0.999; RMR = 0.007; RMSEA = 0.000)

3. ผลการวิเคราะห์สุขภาวะของนักเรียนนายร้อย ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง (%R = 70.00) และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นมากที่สุด เท่ากับ 4.93 อยู่ในระดับสูงที่สุด ในขณะที่ค่าเฉลี่ยของคะแนนสุขภาวะทางกายน้อยที่สุด เท่ากับ 4.41 อยู่ในระดับสูง

คำสำคัญ : มาตรวัดสุขภาวะ นักเรียนนายร้อย การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน

DEVELOPMENT OF WELL-BEING SCALE FOR CADETS OF CHULACHOMKLAO ROYAL MILITARY ACADEMY

Pavaris Chailapo
Department of psychology and military leadership, Division of military science,
Chulachomklao royal military academy

Corresponding author email: pavaris.instructor@gmail.com

Abstract

The purposes of this research were: 1) to develop and validate the well-being scale of cadets, and 2) to analyze the level of well-being of cadets. The items were developed through the synthesis of definitions and factors of well-being. The participants were comprised of three groups: the first group of 110 cadets were analyzed for internal consistency reliability and discrimination power index, the second group of 210 cadets were analyzed for construct validity by confirmatory factor analysis, and the third group of 805 cadets were analyzed for the level of well-being and chosen by stratified random sampling. The findings of this research were as follows:

1. The well-being scale of cadets, 32 items were validated with a 6-point Likert scale consisted of 6 factors: 1) physical health, 2) positive emotion, 3) personal growth, 4) meaning of life, 5) engagement, and 6) relationship with others.

2. The well-being scale of cadets: the content validity index was 0.80 to 1.00, the alpha coefficient of reliability was 0.907, the discrimination power index was 0.26 to 0.71, and the measurement model of well-being was fit well to the empirical data. ($\chi^2 = 2.915$; $df = 4$; $p = 0.572$; $\chi^2/df = 0.72$; GFI = 0.995; AGFI = 0.976; NFI = 0.999; RMR = 0.007; RMSEA = 0.000)

3. Overall, the cadets had a high level of well-being (%RWB = 70.00) and in each aspect, the highest mean was the relationship with others at the highest level ($M = 4.93$, $SD = 0.7123$), and the lowest mean was the physical health at the high level ($M = 4.41$, $SD = 0.7352$).

Keywords: Well-being scale , cadets, confirmatory factor analysis

บทนำ

นายทหารสัญญาบัตรหลักชั้นนำในระดับหมวดที่ได้รับการอบรมปลูกฝังให้เป็นผู้มีความรู้และสติปัญญา สามารถดูแลปกครองบังคับบัญชาในเวลาปกติและสงครามเพื่อปกป้องอธิปไตยของบ้านเมือง เป็นหลักการสำคัญที่โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้าใช้เป็นแนวทางในการผลิตนักเรียนนายร้อยสู่กองทัพบก ดำเนินการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตร โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า (2558) แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ประกอบด้วย 1) ภาควิชาการ 2) ภาควิชาทหาร และ 3) ภาคการเสริมสร้างคุณลักษณะผู้นำ ซึ่งตลอดระยะเวลาที่เข้ารับการศึกษา 5 ปี นักเรียนนายร้อยจะได้รับการฝึกฝน อบรม ปลูกฝังคุณลักษณะอันพึงประสงค์ มีภาวะผู้นำทางทหารตามที่กองทัพบกต้องการ โดยต้องผ่านการประเมินความเหมาะสมในการเป็นผู้นำทางทหารของนักเรียนนายร้อย ประกอบด้วย 1) ด้านคุณลักษณะ 3 ประการ ได้แก่ ลักษณะทางบุคลิก ลักษณะการแสดงออก และลักษณะทางสติปัญญา และ 2) ด้านความสามารถหลักของผู้นำ ได้แก่ ความสามารถในการนำ ความสามารถในการพัฒนา และความสามารถในการทำให้สำเร็จ (กรมนักเรียนนายร้อย รักษาพระองค์ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า, 2564)

กองทัพบก (2559) ได้กำหนดนโยบายการศึกษาของกองทัพบกในส่วนของโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้าเพื่อพัฒนานักเรียนนายร้อยให้เป็น “นักรบที่ชาญฉลาด” เป็นแบบฉบับของนายทหารสัญญาบัตร มีความรู้ขั้นพื้นฐานทั้งในด้านวิชาทหารและด้านวิทยาการระดับอุดมศึกษา มีความมุ่งมั่นในการพัฒนาตนเองในวิชาชีพทหาร อีกทั้งสามารถดำรงความเข้มแข็งของสมรรถภาพร่างกายและจิตใจทั้งในตนเองและเสริมสร้างให้กำลังพลในหน่วยงานของตนไว้ได้ ซึ่งแนวทางการเสริมสร้างนักเรียนนายร้อยให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามที่กองทัพบกต้องการได้นั้น จำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักเรียนนายร้อย เพื่อใช้ในการรับมือกับสภาวะความกดดันที่เกิดขึ้นจากการฝึกศึกษาตามหลักสูตร โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ปัจจัยด้านสุขภาวะ (well-being) ที่หมายถึง การมีสุขภาพดี มีความรู้สึกเป็นสุข มีความสมดุล และเป็นองค์รวมของ 4 มิติ ได้แก่ กาย จิตใจ สังคม และปัญญา หรือจิตวิญญาณที่บูรณาการอยู่ในการพัฒนามนุษย์และสังคมเพื่อสร้างความอยู่เย็นเป็นสุข (กระทรวงสาธารณสุข, 2561) สอดคล้องกับงานวิจัยของ รุ่งอรุณ วัฒยากร (2561) ที่ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวและหาแนวทางการส่งเสริมการปรับตัวของนักเรียนนายร้อยใหม่ ด้วยการสำรวจ การสัมภาษณ์แบบเจาะลึกและการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนนายร้อยและผู้บังคับบัญชา ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลส่งผลต่อการปรับตัวของนักเรียนนายร้อยใหม่ สามารถจำแนกได้เป็น 1) แรงจูงใจในการเข้ามาเป็นนักเรียนนายร้อย 2) เจตคติและการรับรู้ต่อการเป็นนักเรียนนายร้อย 3) เป้าหมายในการประกอบอาชีพของนักเรียนนายร้อย 4) สุขภาพกาย และสุขภาพจิตของนักเรียนนายร้อย และ 5) สัมพันธภาพที่ดีระหว่างนักเรียนนายร้อยกับเพื่อนนักเรียน และนักเรียนนายร้อยกับนักเรียนบังคับบัญชา

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะ (well-being) สามารถจำแนกสุขภาวะออกเป็น 2 แนวคิดสำคัญ ได้แก่ 1) สุขภาวะตามแนวคิดเฮโดนิกส์ (hedonic well-being approach) ที่อธิบายเกี่ยวกับความสุข ความพึงพอใจและหลีกเลี่ยงจากความทุกข์ และ 2) สุขภาวะตามแนวคิดยูไดโมนิกส์ (eudaimonic well-being approach) ที่อธิบายเกี่ยวกับความหมายในชีวิต การตระหนักรู้ในตนเอง และการพัฒนาศักยภาพของตนเอง (Araújo et al., 2017; Deci & Ryan, 2008; Dodge et al., 2012; Huta & Ryan, 2010; Ryan & Deci, 2001; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Tov, 2018; Vitterso, 2013, 2016; ศุภณัฐ ศรีอุทัยสุข, 2560) อย่างไรก็ตาม การศึกษาสุขภาวะในบริบทของนักเรียนนายร้อยในประเทศไทยจำเป็นต้องใช้เครื่องมือวัดสุขภาวะที่ได้รับการพัฒนาขึ้นโดยสอดคล้องกับธรรมชาติของนักเรียนนายร้อยโดยเฉพาะ เพื่อให้ผู้วิจัยได้ผลการศึกษาที่มีความตรง (validity) และความน่าเชื่อถือ (reliability) ตามหลักวิชาการ

จากเอกสารการวิจัยข้างต้น การศึกษาครั้งนี้จึงกำหนดวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) เพื่อพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย โดยพัฒนาข้อคำถามขึ้นมาจากการสังเคราะห์คำนิยามและองค์ประกอบของสุขภาวะทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ มีกระบวนการตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดด้วยการวิเคราะห์ค่าความตรงเชิงเนื้อหาค่าความสอดคล้องภายใน ค่าอำนาจจำแนก และค่าความตรงเชิงโครงสร้างด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน และ 2) เพื่อวิเคราะห์สุขภาวะของนักเรียนนายร้อย ทั้งนี้ ผลการศึกษาจะทำให้ได้มาตรวัดสุขภาวะในบริบทของนักเรียนนายร้อย ซึ่งเป็นเครื่องมือในการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย สอดคล้องกับแนวทางการเสริมสร้างนักเรียนนายร้อยให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามที่กองทัพบกต้องการ

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนนายร้อยชั้นปีที่ 1-5 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 1,125 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม มีรายละเอียดดังนี้

กลุ่มที่ 1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์หาค่าความสอดคล้องภายในและค่าอำนาจจำแนก จำนวน 110 คน

กลุ่มที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์หาค่าความตรงเชิงโครงสร้างมาตรวัดสุขภาวะ โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน จำนวน 210 คน

กลุ่มที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์สุขภาวะของนักเรียนนายร้อย จำนวน 805 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

มาตรวัดสุขภาวะ จำนวน 1 ฉบับ มีลักษณะเป็นมาตรส่วนประมาณค่า 6 ระดับ มีข้อคำถามทั้งหมด 32 ข้อ

วิธีการดำเนินการวิจัย

ขั้นพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนามาตรวัดสุขภาวะ โดยมีขั้นตอนการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย ดังนี้

1. ผู้วิจัยสังเคราะห์เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะและศึกษาบริบทของนักเรียนนายร้อยจากการสนทนากลุ่ม โดยมีนักเรียนนายร้อยชั้นปีที่ 4 ปีการศึกษา 2562 จำแนกตามสาขาวิชา เป็นผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งหมด 10 คน สามารถสังเคราะห์นิยามองค์ประกอบ และออกแบบโครงสร้างมาตรวัดสุขภาวะ จึงได้เป็นมาตรวัดสุขภาวะฉบับร่าง มีข้อคำถาม 38 ข้อ มี 6 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) สุขภาวะทางกาย 2) อารมณ์ทางบวก 3) ความงอกงามแห่งตน 4) ความหมายในชีวิต 5) ความยึดมั่นผูกพัน และ 6) สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2. ผู้วิจัยตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิชุดที่ 1 (ผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาการศึกษา การวัดและประเมินผลทางการศึกษา และจิตวิทยาการแนะแนว) จำนวน 5 ท่าน จึงได้เป็นมาตรวัดสุขภาวะฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1

3. ผู้วิจัยตรวจสอบความเหมาะสมของข้อคำถามในบริบทของนักเรียนนายร้อยจากผู้ทรงคุณวุฒิชุดที่ 2 (คณะผู้บังคับบัญชา โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า) จำนวน 5 ท่าน จึงได้เป็นมาตรวัดสุขภาวะฉบับปรับปรุงครั้งที่ 2

4. ผู้วิจัยทดลองใช้เครื่องมือวิจัยกับนักเรียนนายร้อย จำนวน 110 คน เพื่อวิเคราะห์ค่าความเที่ยงและค่าอำนาจจำแนกของมาตรวัดสุขภาวะ จึงได้เป็นมาตรวัดสุขภาวะฉบับปรับปรุงครั้งที่ 3

5. ผู้วิจัยตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันกับนักเรียนนายร้อย จำนวน 210 คน จึงได้เป็นมาตรวัดสุขภาวะฉบับสมบูรณ์ มีข้อคำถาม 32 ข้อ มี 6 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) สุขภาวะทางกาย 2) อารมณ์ทางบวก 3) ความงอกงามแห่งตน 4) ความหมายในชีวิต 5) ความยึดมั่นผูกพัน และ 6) สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ขั้นเก็บรวบรวมข้อมูล

6. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามวันและเวลาที่โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้ากำหนด โดยผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นจากนักเรียนนายร้อยชั้นปีที่ 2-5 ปีการศึกษา 2563 สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนนายร้อยที่มีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 805 คน

ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล

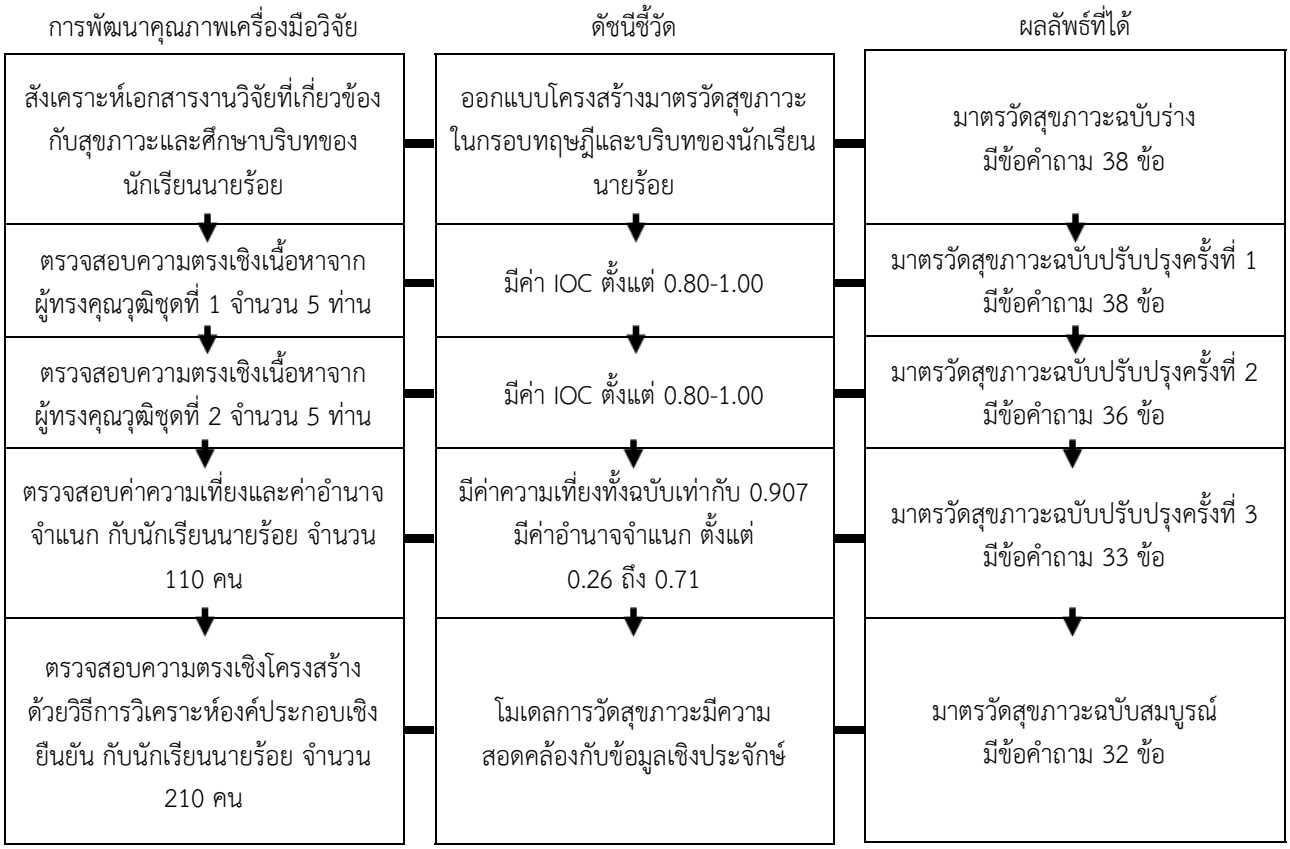
7. ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การคำนวณคะแนนผลรวมเชิงเส้น (linear combination) และการแปลงข้อมูลให้อยู่ในรูปร้อยละของช่วง (percent of range: %R)

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนามาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย ผู้วิจัยได้มาตรวัดสุขภาวะฉบับสมบูรณ์ เป็นมาตรส่วนประมาณค่า 6 ระดับ มีจำนวน 32 ข้อ มี 6 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) สุขภาวะทางกาย 2) อารมณ์ทางบวก 3) ความงอกงามแห่งตน 4) ความหมายในชีวิต 5) ความยึดมั่นผูกพัน และ 6) สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น รายละเอียดดังภาพที่ 1

ภาพที่ 1

กระบวนการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย



2. ผลการตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย มีค่าความตรงเชิงเนื้อหา ตั้งแต่ 0.80 ถึง 1.00 มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงแอลฟา เท่ากับ 0.907 มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ 0.26 ถึง 0.71 และโมเดลการวัดสุขภาวะมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (χ^2 = 2.915; *df* = 4; *p* = 0.572; χ^2/df = 0.72; GFI = 0.995; AGFI = 0.976; NFI = 0.999; RMR = 0.007; RMSEA = 0.000) รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1

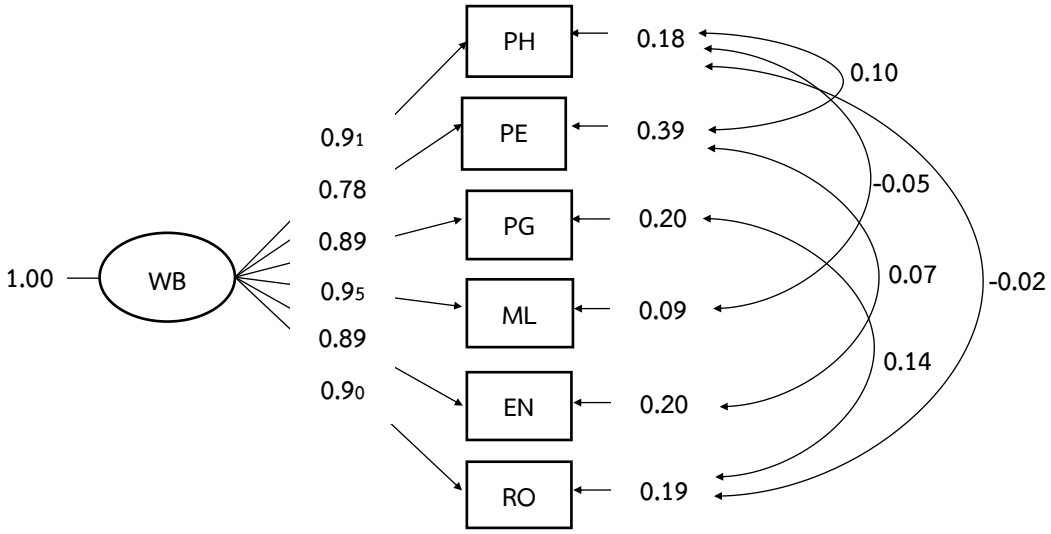
ค่าสถิติในการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้างมาตรวัดสุขภาวะ

ตัวบ่งชี้	*B*	*SE*	*t*	*FS*	R^2
สุขภาวะ (well-being: WB) (ค่า α ทั้งฉบับเท่ากับ 0.907) (χ^2 = 2.915; *df* = 4; *p* = 0.572; χ^2/df = 0.72; GFI = 0.995; AGFI = 0.976; NFI = 0.999; RMR = 0.007; RMSEA = 0.000)					
สุขภาวะทางกาย (Physical health: PH)	0.908	0.055	16.642*	0.328	0.822
อารมณ์ทางบวก (Positive emotion: PE)	0.781	0.059	13.293*	0.058	0.611
ความงอกงามแห่งตน (Personal growth: PG)	0.894	0.054	16.471*	0.007	0.799
ความหมายในชีวิต (Meaning of life: ML)	0.953	0.052	18.333*	0.465	0.909
ความยึดมั่นผูกพัน (Engagement: EN)	0.894	0.054	16.500*	0.138	0.799
สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (Relationship with others: RO)	0.902	0.054	16.696*	0.177	0.813

หมายเหตุ *$p < .05$

นอกจากนี้ ผลการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างของมาตรวัดสุขภาวะด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis: CFA) พบว่า โมเดลการวัดสุขภาวะที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแนวคิดและทฤษฎีมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทั้งนี้ มาตรวัดสุขภาวะฉบับสมบูรณ์ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ รายละเอียดดังภาพที่ 2

ภาพที่ 2
โมเดลการวัดสุขภาวะ



ค่าก่อนปรับโมเดล (χ^2 = 210.12; *df* = 9; *p* = 0.000; χ^2/df = 23.34; GFI = 0.749; AGFI = 0.414; NFI = 0.919; RMR = 0.048; RMSEA=0.327)

ค่าหลังปรับโมเดล (χ^2 = 2.915; *df* = 4; *p* = 0.572; χ^2/df = 0.72; GFI = 0.995; AGFI = 0.976; NFI = 0.999; RMR = 0.007; RMSEA = 0.000)

หมายเหตุ WB คือ สุขภาวะ มีคำถาม 32 ข้อ; PH คือ สุขภาวะทางกาย มีคำถาม 6 ข้อ; PE คือ อารมณ์ทางบวก มีคำถาม 6 ข้อ; PG คือ ความงอกงามแห่งตน มีคำถาม 5 ข้อ; ML คือ ความหมายในชีวิต มีคำถาม 6 ข้อ; EN คือ ความยึดมั่นผูกพัน มีคำถาม 5 ข้อ; RO คือ สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีคำถาม 5 ข้อ

3. ผลการวิเคราะห์สุขภาวะของนักเรียนนายร้อย ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง (%R = 70.00) รายละเอียดดังตารางที่ 2เป็นไปตามเกณฑ์การแปลความหมายแต่ละระดับของตัวแปรสุขภาวะ โดยแบ่งช่วงร้อยละออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

มากกว่าร้อยละ 75.00	หมายถึง	มีสุขภาวะอยู่ในระดับสูงมาก
ร้อยละ 50.01 – 75.00	หมายถึง	มีสุขภาวะอยู่ในระดับสูง
ร้อยละ 25.01 – 50.00	หมายถึง	มีสุขภาวะอยู่ในระดับปานกลาง
น้อยกว่าร้อยละ 25.00	หมายถึง	มีสุขภาวะอยู่ในระดับต่ำ

ทั้งนี้ การรายงานค่าคุณลักษณะในรูปแบบช่วงของร้อยละ เพื่อให้สามารถเข้าใจและมองภาพผลการศึกษาได้ชัดเจนยิ่งขึ้น (สุรศักดิ์ เก้าเอี้ยน, 2558) และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นมากที่สุด เท่ากับ 4.93 อยู่ในระดับสูงที่สุด ในขณะที่ค่าเฉลี่ยของคะแนนสุขภาวะทางกายน้อยที่สุด เท่ากับ 4.41 อยู่ในระดับสูง รายละเอียดดังตารางที่ 3 และ

ตัวแปร	*M*	*SD*	ระดับ	min	max	%R
สุขภาวะ (well-being)	4.50	0.5854	สูง	2.40	5.84	70.00

ภาพที่ 3

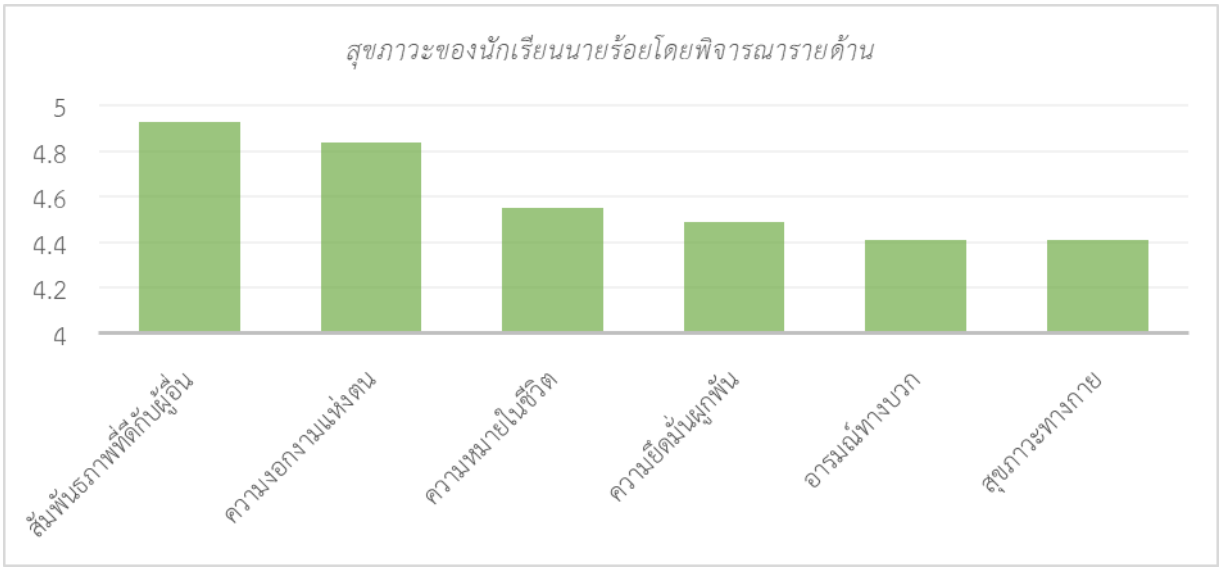
ตารางที่ 2

คะแนนผลรวมเชิงเส้น และร้อยละของช่วงของสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย (n = 805)

ตัวแปรสังเกตได้ของสุขภาวะ (well-being)	*M*	*SD*	ระดับ	min	max	sk	ku
สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (relationship with others)	4.93	0.7123	สูงที่สุด	1.40	6.00	-.735	1.198
ความงอกงามแห่งตน (personal growth)	4.84	0.7818	สูงที่สุด	2.00	6.00	-.358	-.413
ความหมายในชีวิต (meaning of life)	4.55	0.8181	สูง	1.50	6.00	-.212	-.328
ความยึดมั่นผูกพัน (engagement)	4.49	0.6863	สูง	1.80	6.00	-.183	.369
อารมณ์ทางบวก (positive emotion)	4.41	0.8294	สูง	1.00	6.00	-.385	.444
สุขภาวะทางกาย (physical health)	4.41	0.7352	สูง	2.17	6.00	.104	-.514

ตารางที่ 3

ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรสังเกตได้ของสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย (n = 805)



ภาพที่ 3

ผลการวิเคราะห์ระดับของสุขภาวะของนักเรียนนายร้อยโดยพิจารณารายด้าน

อภิปรายผล

1. จากผลการพัฒนามาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย ผู้วิจัยสามารถสังเคราะห์คำนิยามของสุขภาวะได้ว่าเป็นสภาวการณ์ก่อให้เกิดความสุขและความเจริญงอกงามในบุคคล เป็นความสมดุลของคุณลักษณะทางกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม อันเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสร้างสรรค์สังคม ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้พิจารณาคำนิยามและองค์ประกอบของสุขภาวะมาจากงานวิจัยของ Bradburn (1969), Diener (1984, 1994), Diener et al. (1985), Ryff (1989, 2014), Ryff and Keyes (1995), Ryff and Singer (2008), WHO (1998), Ryan and Deci (2000), Keyes (2002, 2005), Tennant et al. (2007), Vitterso et al. (2009), Diener et al. (2010), Waterman et al. (2010), Seligman (2011), Huppert and So (2013), Butler and Kern (2016), พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2548), สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2553), กระทรวงสาธารณสุข (2561) ซึ่งสุขภาวะสามารถจำแนกออกเป็น 2 แนวคิดสำคัญ ได้แก่ สุขภาวะตามแนวคิดเฮโดนิกส์ที่อธิบายเกี่ยวกับความสุข อารมณ์ทางบวก ความพึงพอใจในชีวิต และหลีกเลี่ยงจากความทุกข์ใจ แตกต่างจากสุขภาวะตามแนวคิดยูไดโมนิกส์ที่อธิบายเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ความหมายในชีวิต การตระหนักรู้ในตนเอง สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ความสำเร็จในชีวิต และสุขภาวะทางสังคม

จากผลการสังเคราะห์องค์ประกอบของมาตรวัดสุขภาวะ พบว่า สุขภาวะ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบย่อย ได้แก่ 1) อารมณ์ทางบวก 2) ความงอกงามแห่งตน 3) ความหมายในชีวิต 4) ความยึดมั่นผูกพัน 5) สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และ 6) สุขภาวะทางกาย ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้พิจารณาถึงการผสมผสานคุณลักษณะทางจิตใจ ปัญญา และสังคม ตามแนวคิดสุขภาวะแบบเฮโดนิกส์ (hedonic) และยูไดโมนิกส์ (eudaimonic) เข้าด้วยกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ Henderson and Knight (2012) ที่พบว่า การผสมผสานแนวคิดสุขภาวะทั้งสองแนวคิดดังกล่าว สามารถอธิบายความสุขและความเจริญงอกงามของมนุษย์ได้อย่างครอบคลุม เป็นแนวทางส่งเสริมสุขภาวะได้อย่างแท้จริง

นอกจากนี้ จากผลการสังเคราะห์สุขภาวะในบริบทของนักเรียนนายร้อยด้วยวิธีการสนทนากลุ่ม พบว่า นักเรียนนายร้อยมีความสุขเมื่อมีเวลาว่างในการทำงานอดิเรก หรือ กิจกรรมที่ตนเองหลงใหล มีความสุขเมื่อรู้จักมองโลกในแง่มุมที่ดีและสร้างความหวังให้กับตนเอง มีความสุขเมื่อได้ถ่ายทอดประสบการณ์ทางวิชาชีพทหารให้กับบุคคลอื่น ๆ รอบตัว มีความสุขเมื่อได้เรียนรู้จากครูอาจารย์ที่มีประสบการณ์ สามารถสร้างแรงบันดาลใจ รวมถึงสามารถแนะแนวทางการพัฒนาตนเองให้กับนักเรียนนายร้อยได้ อีกทั้งยังพบว่า นักเรียนนายร้อยให้ความสำคัญกับสัมพันธภาพที่ดีระหว่างตนเองกับเพื่อนนักเรียนนายร้อยเป็นอย่างมาก เนื่องจากเพื่อนมีบทบาทสำคัญในการสร้างขวัญกำลังใจ สร้างอารมณ์ขัน และเป็นที่ปรึกษาเมื่อประสบปัญหาตลอดช่วงเวลาหลายปีที่เข้ารับการศึกษา สอดคล้องกับการศึกษาของ รุ่งอรุณ วัฒยากร (2561) ที่พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลส่งผลต่อการปรับตัวของนักเรียนนายร้อยใหม่ ประกอบด้วย 1) แรงจูงใจในการเข้ามาเป็นนักเรียนนายร้อย 2) เจตคติและการรับรู้ต่อการเป็นนักเรียนนายร้อย 3) เป้าหมายในการประกอบอาชีพของนักเรียนนายร้อย 4) สุขภาพกาย และสุขภาพจิตของนักเรียนนายร้อย และ 5) สัมพันธภาพที่ดีระหว่างนักเรียนนายร้อยกับเพื่อนนักเรียน และนักเรียนนายร้อยกับนักเรียนบังคับบัญชา

2. จากผลการตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดสุขภาวะของนักเรียนนายร้อย พบว่า มีค่าความตรงเชิงเนื้อหา ตั้งแต่ 0.80 ถึง 1.00 แสดงให้เห็นว่า มาตรวัดสุขภาวะฉบับร่างที่ผู้วิจัยสังเคราะห์มาจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะและบริบทของนักเรียนนายร้อย ข้อคำถามทั้งหมด 38 ข้อ สามารถนำไปใช้ในการวัดได้ตรงกับนิยามที่ต้องการวัด (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2556) ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้แก้ไขข้อคำถามมาตรวัดสุขภาวะตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิชุดที่ 1 และชุดที่ 2 ให้มีความเหมาะสมกับบริบทของนักเรียนนายร้อยมากยิ่งขึ้น โดยตระหนักถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากข้อคำถามในด้านการรับรู้เชิงจิตวิทยาของนักเรียนนายร้อย รวมถึงเป็นการรักษาภาพลักษณ์ที่ดีขององค์กร นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ออกแบบมาตรวัดสุขภาวะเป็นมาตรส่วนประมาณค่า 6 ระดับ เพื่อเป็นการตัดคำตอบระดับกลางออกไป ทำให้ผู้วิจัยได้รับคำตอบจากผู้ตอบที่แสดงถึงทิศทางของสุขภาวะได้อย่างชัดเจนยิ่งขึ้น (ณัฏฐภรณ์ หลาวทอง, 2559) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงแอลฟา เท่ากับ 0.907 มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ 0.26 ถึง 0.71

จากผลการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างของมาตรวัดสุขภาวะด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่าโมเดลการวัดสุขภาวะมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (χ^2 = 2.915; *df* = 4; *p* = 0.572; χ^2/df = 0.72; GFI = 0.995; AGFI = 0.976; NFI = 0.999; RMR = 0.007; RMSEA = 0.000) สอดคล้องกับเกณฑ์ตรวจสอบค่าสถิติ (χ^2/df < 2.00; *p* > .05; RMSEA < 0.05; RMR < 0.05; GFI > 0.90; AGFI > 0.90; NFI > 0.90) (ธีระดา ภิญโญ, 2555; นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542) ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้ปรับโมเดลการวัดสุขภาวะโดยการผ่อนคลายข้อตกลงเบื้องต้น ยินยอมให้ค่าความคลาดเคลื่อนระหว่างตัวแปรสังเกตได้มีความสัมพันธ์กันได้ จึงได้เป็นมาตรวัดสุขภาวะฉบับสมบูรณ์ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ

3. จากผลการวิเคราะห์สุขภาวะของนักเรียนนายร้อย พบว่านักเรียนนายร้อยส่วนใหญ่มีสุขภาวะอยู่ในระดับสูง กล่าวคือมีค่าเฉลี่ยร้อยละ 70.00 และเมื่อพิจารณารายตัวแปรสังเกตได้พบว่า นักเรียนนายร้อยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นมากที่สุด เท่ากับ 4.93 อยู่ในระดับสูงที่สุด ในขณะที่ค่าเฉลี่ยของคะแนนสุขภาวะทางกายน้อยที่สุด เท่ากับ 4.41 อยู่ในระดับสูง โดยสาเหตุที่นักเรียนนายร้อยมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นมากที่สุด เนื่องมาจากนักเรียนนายร้อยที่เข้ารับการศึกษาตลอดหลักสูตรของโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้าจะได้รับการปลูกฝังให้มีความรักใคร่สามัคคีกันคอยดูแลให้ความช่วยเหลือกันในการฝึกและศึกษาทางทหารตลอดช่วงเวลาหลายปี เพื่อปฏิบัติภารกิจตามที่ได้รับมอบหมายได้สำเร็จร่วมกันเป็นหมู่คณะ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสนทนากับกลุ่มตัวแทนนักเรียนนายร้อยที่อธิบายว่าสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนมีความสำคัญอย่างยิ่งในการเป็นนักเรียนนายร้อย เพราะนักเรียนนายร้อยจำเป็นต้องอาศัยความช่วยเหลือซึ่งกันและกันเพื่อให้สามารถเผชิญอุปสรรคต่าง ๆ ไปได้ อีกทั้งเพื่อนยังมีบทบาทสำคัญในการสร้างกำลังใจ สร้างอารมณ์ขัน ตลอดจนการเป็นที่ปรึกษาที่ดีเมื่อประสบปัญหาในการปรับตัวในการฝึกและศึกษาทางทหาร สอดคล้องกับการศึกษาของ Oprins et al. (2018) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นทหารมีความสามารถในการปรับตัวด้านการทำงานสูงกว่าพลเรือนทั้งหมด5 มิติ ได้แก่ ด้านการรับมือกับสถานการณ์วิกฤต และด้านการรับมือกับสถานการณ์ทางกาย (*p* < .001) ด้านการแก้ไขปัญหาที่ยากลำบาก ด้านการรับมือกับสถานการณ์ทางวัฒนธรรม และด้านการรับมือกับความเครียด (handling work stress) (*p* < .05) และสาเหตุของนักเรียนนายร้อยที่มีสุขภาวะทางกายน้อยที่สุด อาจมีสาเหตุมาจากนักเรียนนาย

ร้อยจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนทางด้านสมรรถภาพร่างกายอย่างหนัก ซึ่งนักเรียนนายร้อยจะต้องเข้ารับการทดสอบร่างกายในทุกภาคการศึกษา ตลอดจนเข้ารับการฝึกฝนเพื่อปรับสภาพให้มีความพร้อมทางร่างกายและจิตใจภายใต้สถานการณ์ที่ยากลำบากและความกดดัน เพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพทางทหาร จึงทำให้นักเรียนนายร้อยจำเป็นต้องเสียสละความสุขสบายทางกายเพื่อบรรลุเป้าหมายในการฝึกและศึกษา ด้วยเหตุนี้ ผู้บังคับบัญชา ครูอาจารย์ ผู้ฝึกอบรม ตลอดจนนักเรียนบังคับบัญชาที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการฝึกศึกษาของนักเรียนนายร้อย ควรตระหนักถึงต้นทุนด้านสุขภาวะของนักเรียนนายร้อยที่มีความแตกต่างกัน ซึ่งอาจส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัว ระดับความเครียด อาการบาดเจ็บทางกาย รวมไปถึงปัญหาด้านสุขภาพจิต สอดคล้องกับการศึกษาของกฤษณะ ช่างประเสริฐ และ มนัสนันท์ หัตถศักดิ์ (2561) ที่พบว่า นายทหารนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแตกต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งนายทหารนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว มีแนวโน้มที่จะไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ และมักจะแสดงออกทางอารมณ์ด้านลบ มีความวิตกกังวล มีอาการซึมเศร้า และไม่สามารถทนเผชิญต่อความเครียดได้ ยิ่งไปกว่านั้นยังพบว่า นายทหารนักเรียนที่มีการปรับตัวด้านร่างกายต่ำ มีแนวโน้มที่จะเกิดความเครียดสูง จนส่งผลต่ออาการผิดปกติทางร่างกายโดยตรง เช่น อาการเบื่ออาหาร ปวดศีรษะ ปวดท้ายทอยนอนไม่หลับ ขับถ่ายผิดเวลา เป็นต้น อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวทางการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีสุขภาวะที่ยั่งยืนของ Noble and McGrath (2016) ที่มุ่งเน้นพัฒนาสภาวะเชิงบวก สัมพันธภาพ ผลลัพธ์ ความแข็งแกร่ง จุดมุ่งหมาย ความยึดมั่นผูกพัน และ ความสามารถในการฟื้นคืนพลัง โดยตัวอย่างกิจกรรมที่เสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดี ยกตัวอย่างเช่น กิจกรรมจิตอาสาเพื่อสังคม การทำงานเป็นทีม การแข่งขันกีฬา การเล่นดนตรี กิจกรรมสานสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครู รวมไปถึงการเปิดโอกาสให้นักเรียนนายร้อยมีเวลาว่างเพื่อทำงานอดิเรก กิจกรรมถ่ายทอดประสบการณ์ทางวิชาชีพทหารให้กับบุคคลที่สนใจ การเข้าร่วมกิจกรรมชมรม ตลอดจนการปฏิบัติภารกิจจิตอาสาเพื่อประชาชน อันนำไปสู่การพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะของนักเรียนนายร้อยให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามที่กองทัพบกต้องการ

รายการอ้างอิง

กรมนักเรียนนายร้อย รักษาพระองค์ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า. (2564). *คู่มือนักเรียนนายร้อย พ.ศ.2564.* หจก.อรุณการพิมพ์.

กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *พจนานุกรมการสาธารณสุขไทย พ.ศ.2561 ฉบับ 100 ปี การสาธารณสุขไทย.* โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

กองทัพบก. (2559). *คำสั่งกองทัพบกที่ 49/2559 เรื่อง นโยบายการศึกษาของกองทัพบก พ.ศ. 2560-2564*.

กฤษณะ ช่างประเสริฐ และ มนัสนันท์ หัตถศักดิ์. (2561). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนายทหารนักเรียนหลักสูตรนายทหารชั้นผู้บังคับหมวด กรมยุทธศึกษาทหารอากาศ. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์ (มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), 8*(3), 126-141.

ณัฏฐภรณ์ หลาวทอง. (2559). *การสร้างเครื่องมือการวิจัยทางการศึกษา.* สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธีระดา ภิญโญ. (2555). *เทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบสำหรับงานวิจัย.* หจก. เฟิร์นข้าหลวง พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง.

นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2542). *โมเดลลิสเรล: สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย.* โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2548). *สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ.* โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

รุ่งอรุณ วัฒยากร. (2561). การศึกษาปัจจัยที่ส่งผล และแนวทางการส่งเสริมการปรับตัวของนักเรียนนายร้อยใหม่ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า. *วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า, 5.*

โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า. (2558). *หลักสูตรโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า พ.ศ.2558 (5 ปี).* สืบค้น 15 ตุลาคม 2562, จาก http://www.crma.ac.th/edu/EDU.pdf

ศิริชัย กาญจนวาสี. (2556). *ทฤษฎีการทดสอบแบบดั้งเดิม.* โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศุภณัฐ ศรีอุทัยสุข. (2560). *กรอบคิดและสุขภาวะ: การวิเคราะห์อภิมาน* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR). http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/60086

สุรศักดิ์ เก้าเอี้ยน. (2558). *การวิเคราะห์เงื่อนไขที่เหมาะสมและแนวทางเพื่อส่งเสริมความยึดมั่นผูกพันกับการวิจัยของครูด้วยโมเดลพื้นผิวการตอบสนอง และการวิเคราะห์คอนจอยท์* [วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต]. Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR). http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/50776

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2553). *คู่มือผู้นำสุขภาวะตำบล: การจัดทำแผนที่สุขภาวะตำบล.* https://dol.thaihealth.or.th/resourcecenter/sites/default/files/documents/khuumuuephuunamsukhphaawatambl_kaarcchadthamae.pdf

Araújo, L., Ribeiro, O., & Paúl, C. (2017). Hedonic and eudaimonic well-being in old age through positive psychology studies: A scoping review. *Anales de Psicologia, 33*(3), 568-577.

Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being.* Aldine.

Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing, 6*(3), 1-48. https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 1-11.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542-575. https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542

Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research, 31*(2), 103-157. https://doi.org/10.1007/BF01207052

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 97*(2), 143-156. https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y

Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., & Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing, 2*(3), 222-235. https://doi.org/10.5502/ijw.v2i3.4

Henderson, L. W., & Knight, T. (2012). Integrating the hedonic and eudaimonic perspectives to more comprehensively understand wellbeing and pathways to wellbeing. *International Journal of Wellbeing, 2*(3), 196-221. https://doi.org/10.5502/ijw.v2.i3.3

Huppert, F. A., & So, T. T. C. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research, 110*(3), 837-861. https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7

Huta, V., & Ryan, R. M. (2010). Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and eudaimonic motives. *Journal of Happiness Studies, 11*(6), 735-762.

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 207-222. https://doi.org/10.2307/3090197

Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 73*(3), 539-548. https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539

Noble, T., & McGrath, H. (2016). *The PROSPER school pathways for student wellbeing: Policy and practices*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-21795-6

Oprins, E. A. P. B., van den Bosch, K., & Venrooij, W. (2018). Measuring adaptability demands of jobs and the adaptability of military and civilians. *Military Psychology, 30*(6), 576-589. https://doi.org/10.1080/08995605.2018.1521689

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68-78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68

Ryan, R., & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52*, 141-166.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics, 83*(1), 10-28. https://doi.org/10.1159/000353263

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(4), 719-727. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 13-39. https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being.* Free Press.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*(1), 5-14.

Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes, 5*, 63. https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63

Tov, W. (2018). Well-being concepts and components. In S. O. E. Diener & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being* (pp. 1-15). DEF Publishers.

Vitterso, J. (2013). Feelings, meanings, and optimal functioning: Some distinctions between hedonic and eudaimonic well-being. In A. Waterman (Ed.), *The best within us: Positive psychology perspectives on eudaimonia* (pp. 39–55). American Psychological Association.

Vitterso, J. (2016). *Handbook of eudaimonic well-being.* Springer International Publishing.

Vitterso, J., Oelmann, H. I., & Wang, A. L. (2009). Life satisfaction is not a balanced estimator of the good life: Evidence from reaction time measures and self-reported emotions. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being, 10*(1), 1-17. https://doi.org/10.1007/s10902-007-9058-1

Waterman, A., Schwartz, S., Zamboanga, B., Ravert, R., Williams, M., Agocha, V., Kim, S. Y., & Donnellan, M. (2010). The questionnaire for eudaimonic well-being: Psychometric properties, demographic comparisons, and evidence of validity. *The Journal of Positive Psychology, 5*(1), 41-61. https://doi.org/10.1080/17439760903435208

World Health Organization. (1998). *Wellbeing measures in primary health care/The DepCare project.* WHO Regional Office for Europe.

ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย : กรณีศึกษานิคมทุ่งโพธิ์ทะเล

ธีราทร รัตนะ
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

วรุฒิ แย้มทิพย์
วิทยาลัยการศึกษา มหาวิทยาลัยพะเยา

อภิเชษฐ จันทนา
โรงเรียนทุ่งโพธิ์ทะเลพิทยา จังหวัดกำแพงเพชร

พัชรี ถุงแก้ว*
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: patcharee.tk@bru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่ตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร มีการเลือกแบบเจาะจงในนักเรียนที่มีคะแนนรวมความเข้มแข็งทางใจต่ำกว่าหรือเท่ากับ 55 คะแนน จำนวน 60 ลำดับแรก แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.96 และกิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ จำนวน 8 กิจกรรม ดำเนินกิจกรรม 12 ชั่วโมง จำนวน 2 วัน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน และไม่เป็นอิสระต่อกัน ผลการวิจัยพบว่า 1) คะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 2) คะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : กระบวนการกลุ่ม ความเข้มแข็งทางใจ ภัยวิกฤต

THE EFFECTS OF GROUP PROCESS TO STRENGTHEN RESILIENCE TO FIGHT CRISIS OF ADOLESCENT STUDENTS: CASE STUDY OF THUNGPHOTHALE ESTATE

Teeratron Rattana
Faculty of Education, Kamphaengphet Rajabhat University

Warut Yeamtip
School of Education, University of Phayao

Apichet Juntana
Thungphothalepittaya School, Kamphaeng Phet

Patcharee Thungkaew*
Faculty of Education, Buriram Rajabhat University

Corresponding author email*: patcharee.tk@bru.ac.th

Abstract

This research was a quasi-experimental research aimed to study the group process results to support strengthen resilience to fight crisis. The sample group was teenagers secondary school students which lives in Nikhom Thung Pho ThaleMueang Kamphaeng Phet district, Kamphaeng Phet province by purposive from the students who has strengthen resilience score lower than 55 score sixty people by separating thirty people per group. The tools of this study evaluation form of strengthen resilience reliability at 0.96 and eight strengthen resilience activities for two days (12 hours per day). Analyzing the data by using Percentage, Mean, Standard Deviation and T-test standard for two groups which has independent sample. The result was found that 1) the score of resilience of each sample group was higher before joining the group process at a significance level of .05 and 2) The Mean of resilience in the group process was higher than the control group at a significance level of .05

Keywords: Group process, resilience, crisis

บทนำ

สถานการณ์ปัญหาวัยรุ่นไทยมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น มีความหลากหลายของปัญหาส่งผลกระทบต่อสังคมเป็นวงกว้าง เด็กนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิตหรือป่วยเป็นโรคทางจิตเวช จะก่อให้เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจและสังคมต่อเนื่องไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ ทั้งปัญหาการเรียน ปัญหาพฤติกรรม ความก้าวร้าว การใช้สารเสพติด การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ติดเชื้อเอชไอวี กระทำผิดกฎหมาย การทำร้ายตนเองและผู้อื่น รวมถึงปัญหาการฆ่าตัวตาย หรือแม้กระทั่งสถานการณ์วิกฤตจากการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้ส่งผลกระทบต่อคนทั้งโลกทั้งในด้าน สุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ และการเมืองอย่างไม่เคยมีมาก่อน ทำให้ภาวะสุขภาพจิตของประชาชนต้องตกอยู่ในความเครียด ความหวาดหวั่นและสะสม จนกลายเป็นภาวะของความท้อแท้ใจ ซึ่งในที่สุดอาจนำมาสู่ภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายได้ (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ, 2563) และเมื่อสำรวจข้อมูลจากสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ปัญหาหลัก ๆ ที่เด็กและเยาวชนโทรศัพท์มาขอคำปรึกษา ได้แก่ ความเครียดและวิตกกังวล ปัญหาความรัก ปัญหาซึมเศร้า และปัญหาครอบครัว (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2563) ซึ่งผู้ที่เผชิญกับเหตุการณ์ภาวะวิกฤตจะส่งผลให้เกิดอารมณ์ขึ้น 4 ประการ คือ ความโกรธ (Anger) ความกลัว (Fear) ความโศกเศร้าเสียใจ (Sadness) และความกังวล (Anxiety) (Pang et al., 2007 อ้างถึงใน อภิญญา อิงอาจ และคณะ, 2563) จากปัญหาที่หลากหลายในวัยรุ่น ส่วนหนึ่งมาจากการขาดความเข้มแข็งทางใจ ทำให้ขาดความสามารถในการจัดการกับปัญหาและวิกฤตที่เกิดขึ้น (กรมสุขภาพจิต, 2562)

ความเข้มแข็งทางใจ เรียกเป็นภาษาอังกฤษว่า Resilience คือความสามารถในการปรับตัวของบุคคลเมื่อต้องประสบกับสถานการณ์วิกฤต เป็นพลังที่ช่วยให้สามารถจัดการกับปัญหา ผ่านพ้นภาวะวิกฤตหรือเหตุการณ์ร้าย ๆ ไปได้ รวมถึงสามารถฟื้นฟูสภาพอารมณ์และจิตใจให้กลับสู่ภาวะปกติได้อย่างรวดเร็วไม่จมอยู่กับความทุกข์ เรียกได้ว่ามีการปรับตัวได้ดี จนสามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขอีกครั้งและผู้ที่มีความเข้มแข็งทางใจที่ดีจะสามารถพลิกวิกฤตเป็นโอกาสได้อีกด้วย นั่นคือเรียนรู้และเติบโตขึ้นเมื่อเผชิญกับปัญหา ทำให้มีจิตใจเข้มแข็งขึ้นกว่าเดิม (กรมสุขภาพจิต, 2562) และจากการทบทวนวรรณกรรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจในวัยรุ่น ที่ผ่านมาพบว่าวัยรุ่นที่ได้รับการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจจะช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดความรุนแรงทางเพศในวัยรุ่นได้ (Rew & Bowman, 2008) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาผลของการได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจในวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีปัญหาติดสุราและสารเสพติด ซึ่งพบว่าวัยรุ่นที่เข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ จะช่วยป้องกันการติดสุราและสารเสพติดได้เมื่อเทียบกับวัยรุ่นที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม (Jorden, 2010) สอดคล้องกับกรมสุขภาพจิตเคยมีบทเรียนสำคัญในการสร้างความเข้มแข็งทางใจในวิกฤตต่าง ๆ ด้วยหลักสามประการ คือ “อึด ฮึด สู้” หรือ “I am, I have, I can” (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ, 2563) จากการศึกษาดังกล่าวเห็นได้ว่าการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจเป็นสิ่งจำเป็นในวัยรุ่น อันเป็นการเตรียมวัยรุ่นให้มีความพร้อมในการเผชิญปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต และเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจให้เกิดขึ้นและคงอยู่ได้ (เกณิกา จิรัชยาพร และ ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต, 2558)

ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ คณะผู้วิจัยจึงได้ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย : กรณีศึกษานิคมทุ่งโพธิ์ทะเล โดยใช้แนวคิดความเข้มแข็งทางใจของกรอทเบอร์ก (Grotberg, 1995) ที่ประกอบด้วยความมั่นคงทางอารมณ์ กำลังใจ และการจัดการกับปัญหา เพื่อให้วัยรุ่นได้มีความเข้มแข็งทางใจ สามารถดูแลและพัฒนาตนเองให้ก้าวผ่านปัญหาความยากลำบากหรือวิกฤตในชีวิต และเติบโตเป็นทรัพยากรของชาติที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต โดยในการจัดกิจกรรมได้นำเทคนิคกระบวนการกลุ่มของคอเรย์ (Corey, 2012) มาใช้ในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ เนื่องจากเป็นกระบวนการที่มีขั้นตอนที่ไม่ซับซ้อนและไม่ใช้เวลามากในการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม สามารถนำไปใช้ในโรงเรียนและชุมชนได้ ซึ่งในแต่ละกิจกรรมจะช่วยเพิ่มโอกาสให้วัยรุ่นได้รับการพัฒนาทักษะใหม่ ๆ เจตคติใหม่ ๆ หรือวิธีการคิดใหม่ ๆ ที่ส่งผลให้เกิดการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจขึ้นได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย
2. เพื่อเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองในระยะก่อนและหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต
3. เพื่อเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต

สมมติฐานการวิจัย

1. ความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ

2. ความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตสูงกว่ากลุ่มควบคุม

กรอบแนวคิดการวิจัย

งานวิจัยนี้ใช้แนวคิดและองค์ประกอบพลังสุขภาพจิตของกรอทเบอร์ก (Grothberg, 1995 อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต, 2562) เพื่อนำมาออกแบบกิจกรรมการเสริมสร้างพลังความเข้มแข็งทางใจ ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ อึด ฮึด สู้ ดังนี้ *1) พลังอึด* (I am) เน้นการปรับอารมณ์และความคิด โดยการทำความเข้าใจความหมายความสำคัญและการเสริมสร้างพลังอึดร่วมกับการฝึกทักษะเบื้องต้นในการเสริมสร้างพลังอึด ด้วยการมีมุมมองทางบวกต่อปัญหาต่าง ๆ ในชีวิต *2) พลังฮึด* (I have) เน้นการเติมศรัทธา การเติมมิตรและการเติมใจให้กว้าง โดยการทำความเข้าใจความหมาย ความสำคัญและแนวทางการเสริมสร้างพลังฮึดร่วมกับการฝึกทักษะเบื้องต้นในการเสริมสร้างพลังฮึด ด้วยการนึกถึงสิ่งดี ๆ ที่ยังมีเหลืออยู่ เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือสถานการณ์ลำบากในชีวิต และ *3) พลังสู้ (I can)* เน้นการปรับพฤติกรรมหรือการกระทำและการปรับเป้าหมาย ชีวิต โดยการทำเข้าใจความหมายตลอดจนแนวทางการเสริมสร้างพลังสู้ร่วมกับการฝึกทักษะเบื้องต้นในการเสริมสร้างพลังสู้เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือสถานการณ์ลำบากในชีวิตด้วยการฝึกคิดวิเคราะห์ปัญหาอย่างรอบด้านก่อนตัดสินใจเพื่อแก้ไขปัญหาต่าง ๆ อย่างเหมาะสม

การจัดกิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมของกรมสุขภาพจิต (2562) มาเป็นแนวทางการจัดกิจกรรม มุ่งเน้นโดยใช้กระบวนการกลุ่มระหว่างเพื่อนนักเรียน ประกอบด้วยแผนกิจกรรมจำนวน 8 กิจกรรม เป็นกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ ซึ่งจะสร้างความสนุกสนาน และประสบการณ์ตรงให้กับวัยรุ่น โดยแต่ละกิจกรรมจะมีวัตถุประสงค์สาระสำคัญ วัสดุอุปกรณ์ ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่ม รวมถึงแนวทางการให้ความรู้ในแต่ละกิจกรรม ซึ่งจะช่วยพัฒนาวัยรุ่นในองค์ประกอบต่าง ๆ ของความเข้มแข็งทางใจ ทั้งยังช่วยให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกที่ดี เข้าใจตนเอง เสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ รู้จักระเบียบวินัย มีอิสระทางความคิด รู้จักแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่ยุ่งยาก รวมถึงจุดประกายในการค้นหาเป้าหมายของชีวิต โดยองค์ประกอบของแผนกิจกรรมเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งทางใจในวัยรุ่นมีแนวคิดดังนี้

1. การคิดเชิงวิเคราะห์ (critical thinking) เป็นทักษะในการคิดแบบมีเหตุมีผล เพื่อแยกแยะว่าสิ่งไหนจริง สิ่งไหนเท็จ อันจะนำไปสู่การตัดสินใจในการแก้ปัญหาที่เหมาะสม

2. การรับมือ (coping) เป็นความตั้งใจพยายามแก้ปัญหาส่วนตัวหรือปัญหากับผู้อื่น แล้วสามารถเอาชนะ ความเครียดหรือความรู้สึกคับข้องใจในตนเองได้แบ่งเป็นสองรูปแบบคือ การจัดการกับอารมณ์ และการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

3. ความผูกพัน (connection) ความเกี่ยวข้องสัมพันธ์การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

4. การสื่อสาร (communication) การใช้ I message และผลเสียของ You message

5. ความอดทนพยายาม (Grit) ความเพียร การมุ่งมั่นไปข้างหน้า

6. การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) ความรู้สึกที่บุคคลรับรู้ว่าตนเองมีคุณค่า นำไปสู่ความเชื่อมั่น ในตนเอง และการยอมรับนับถือตนเอง

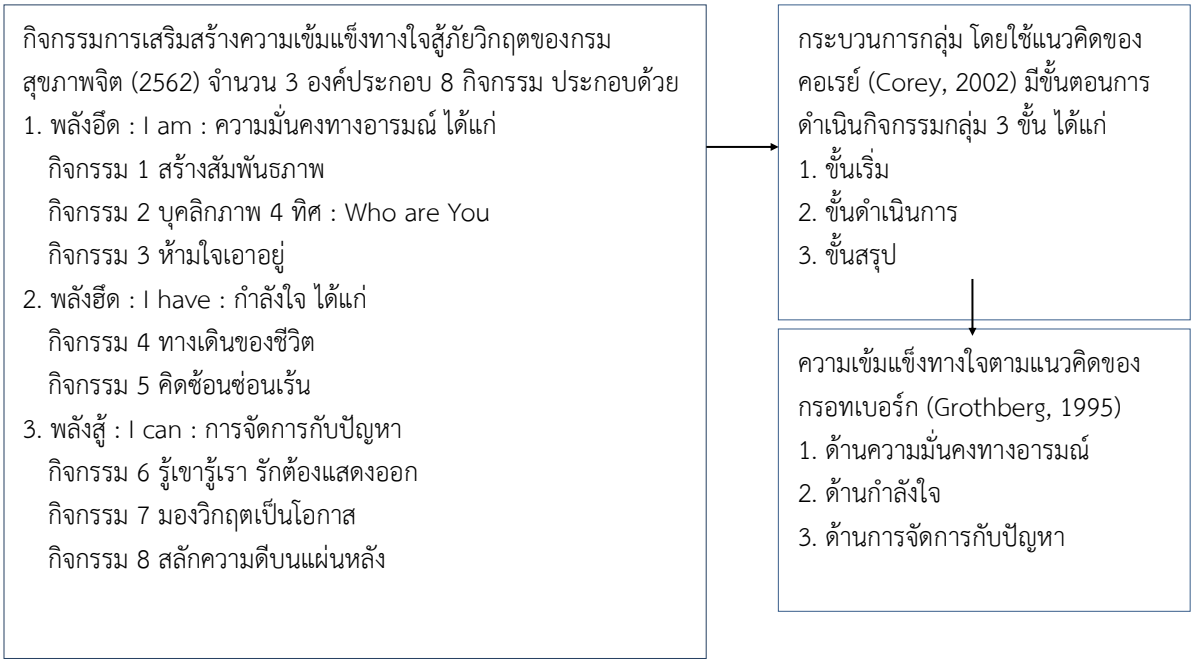
7. เป้าหมายชีวิต (Life Goals) สิ่งที่เราให้ความสำคัญ ปรารถนาจะให้เกิดขึ้นในอนาคต และเป็นแรงจูงใจให้คนเรามีพลังมุ่งไปสู่อนาคต การมีเป้าหมายในชีวิต จะช่วยให้คนเราใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย มีความหวัง และมีทิศทางมุ่งสู่อนาคต

8. บุคลิกภาพ (personality) ลักษณะโดยรวมของแต่ละบุคคล ทั้งลักษณะภายในและภายนอก รวมถึง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกของผู้พบเห็น การเข้าใจบุคลิกภาพและความแตกต่างจะช่วยให้สามารถเข้าใจตนเอง และผู้อื่นได้มากขึ้น

สำหรับแนวคิดกระบวนการกลุ่ม ผู้วิจัยนำแนวคิดของ คอเรย์ (Corey, 2016) เป็นแนวคิดพื้นฐาน มีขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 3 ขั้น ดังนี้ *1) ขั้นเริ่ม* เริ่มต้นด้วยกระบวนการด้วยการสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิก ด้วยการพูดคุยทักทายแสดงออกผ่านน้ำเสียงอย่างเป็นมิตรและอบอุ่น ให้การยอมรับ ให้เกียรติและเอาใจใส่ เข้าใจซึ่งสัมพันธภาพที่ดี ทำให้สมาชิกรู้สึกผ่อนคลายและเกิดความไว้ใจภายในกลุ่ม นำไปสู่การแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างเปิดเผยและเกิดการเรียนรู้ที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่เข้มแข็งไปพร้อมกัน *2) ขั้นดำเนินการ* ดำเนินการตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้แต่ละครั้ง โดยเอื้อให้สมาชิกได้สำรวจตัวเอง มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้สึกอย่างเปิดเผยและวางแผนเป้าหมายในอนาคตร่วมกัน สามารถใช้สื่อต่าง ๆ มาใช้ระหว่างกระบวนการกลุ่ม เพื่อเป็นตัวช่วยที่สมาชิกเข้าใจได้ง่ายขึ้น นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มต้องกระตุ้นให้สมาชิกเกิดการตระหนักรู้เข้าใจตนเองและเพื่อนสมาชิกในกลุ่มมากขึ้น และ *3) ขั้นสรุป* ผู้นำกลุ่มและสมาชิกร่วมกันแลกเปลี่ยนสิ่งที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม และสิ่งที่ได้รับในแต่ละครั้งจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อเป็นการให้สมาชิกได้สรุปประเด็นสำคัญในการพูดคุยและแลกเปลี่ยนความรู้สึก ซึ่งช่วยให้สมาชิกมีความชัดเจนจากกิจกรรมที่เรียนรู้และนำสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัยแสดงดังภาพที่ 1

ภาพที่ 1
กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ศึกษาสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (The pretest-posttest control group design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนวัยรุ่นตอนปลายที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่ตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนวัยรุ่นตอนปลายที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่ตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร ที่ได้รับการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) พิจารณาจากคะแนนประเมินความเข้มแข็งทางใจจากการทำแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจของกรมสุขภาพจิต (2563) ที่มีคะแนนรวมความเข้มแข็งทางใจต่ำกว่าหรือเท่ากับ 55 คะแนน จำนวน 60 ลำดับแรก เพื่อจับคู่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยยึดเกณฑ์ความเหมือนหรือความคล้ายคลึงกันตามคะแนนที่ได้ เพื่อให้ทั้งสองกลุ่มมีคุณสมบัติใกล้เคียงกันมากที่สุด จากนั้นใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) จับฉลากกลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน รวมทั้งสิ้น 60 คน โดย

กลุ่มทดลอง จะได้รับการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต

กลุ่มควบคุม ไม่ได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่จะใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน ได้แก่ อายุ เพศ ระดับชั้นการศึกษา ศาสนา ลำดับการเกิด จำนวนพี่น้องทั้งหมด บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน และรายได้ของครอบครัว

แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ เป็นแบบประเมินของกรมสุขภาพจิต (2563) สอบถามถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ สำหรับองค์ประกอบและเกณฑ์การแปลผลความเข้มแข็งทางใจแสดงดังตารางที่ 1

ดำเนินการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้านความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน หลังจากนั้นนำแบบประเมินไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยทดสอบกับตัวอย่างที่ไม่ใช่ตัวอย่างจริงโดยใช้กลุ่มนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย จำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าครอนบราค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ .96

ตารางที่ 1
องค์ประกอบและเกณฑ์การแปลผลความเข้มแข็งทางใจ

องค์ประกอบ	ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ (คะแนน)	เกณฑ์ปกติ (คะแนน)	สูงกว่าเกณฑ์ปกติ (คะแนน)
1. ด้านความมั่นคงทางอารมณ์ (ข้อ 1-10)	น้อยกว่า 27	27-34	มากกว่า 34
2. ด้านกำลังใจ (ข้อ 11-15)	น้อยกว่า 14	14-19	มากกว่า 19
3. ด้านการจัดการกับปัญหา (ข้อ 16-20)	น้อยกว่า 13	13-18	มากกว่า 18
รวมทุกด้าน (80 คะแนน)	น้อยกว่า 55	55-69	มากกว่า 69

กิจกรรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ เป็นการดำเนินกิจกรรมโดยคณะผู้วิจัย โดยประยุกต์ใช้กรอบแนวคิด โครงสร้างความเข้มแข็งทางใจหรือพลังสุขภาพจิต 3 ประการของกรอทเบิร์ก (Grothberg, 1995) เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม ได้รับการตรวจสอบความตรง ความถูกต้อง ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน จากนั้นข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำกิจกรรม จำนวน 2 กิจกรรมไปทดลองใช้กับตัวอย่างที่ไม่ใช่ตัวอย่างจริง เป็นนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย จำนวน 10 คน ก่อนนำมาปรับปรุงอีกครั้งและนำไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่างต่อไป โดยการดำเนินกิจกรรมรวมทั้งสิ้น 12 ชั่วโมง จำนวน 2 วัน ประกอบด้วย 8 กิจกรรม โดยใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่มเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้นำไปสู่การเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจจากการทำกิจกรรมในแต่ละครั้ง รายละเอียดของกิจกรรมแสดงดัง ตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2
รายละเอียดของกิจกรรม

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	เวลา
1 สร้างสัมพันธภาพ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทราบวัตถุประสงค์ ข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรม 2. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศที่ดีระหว่างผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทราบถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม	1 ชม.
2 บุคลิกภาพ 4 ทิศ	1. เพื่อให้สามารถเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง 2. เพื่อให้เข้าใจบุคคลอื่นที่เราต้องปฏิสัมพันธ์ด้วย	2 ชม.
3 ห้ามใจเอาอยู่	1. เพื่อให้เห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเอง 2. เพื่อให้ทราบถึงวิธีการที่ใช้ในการควบคุมตัวเองจากสิ่งล่อใจหรือแรงกระตุ้น 3. เพื่อให้เห็นทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เหมาะสมและสามารถประยุกต์ใช้ในการควบคุมตัวเอง	1.30 ชม.
4 ทางเดินของชีวิต	1. เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น 2. เพื่อให้สามารถตั้งเป้าหมายในชีวิตได้	1.30 ชม.
5 คิดซ้อนซ่อนเร้น	1. เพื่อให้มีทักษะในการคิดรอบด้าน ไม่ด่วนสรุป 2. เพื่อให้ยอมรับและเคารพความแตกต่างทางความคิดของบุคคลอื่น 3. เพื่อให้มีทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างสมเหตุสมผลและเลือกตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม	
6 รู้เขารู้เรา รักต้องแสดงออก	1. เพื่อให้รู้เทคนิคการสื่อสารเชิงบวก 2. เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและสร้างกำลังใจ	1.30 ชม.
7 มองวิกฤตเป็นโอกาส	เพื่อให้ปรับเปลี่ยนมุมมองต่อสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นในชีวิต	2 ชม.
8 สลักความดีบนแผ่นหลัง	เพื่อให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง	1 ชม.

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เนินการทดลองเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนวัยรุ่นตอนปลายที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 198 คน ตอบแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ (Pre-test)

1.2 ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง พิจารณานักเรียนที่มีคะแนนรวมความเข้มแข็งทางใจต่ำกว่าหรือเท่ากับ 55 คะแนน จำนวน 60 ลำดับแรก

1.3 จับคู่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยยึดเกณฑ์ความเหมือนหรือความคล้ายคลึงกันตามคะแนนที่ได้ เพื่อให้ทั้งสองกลุ่มมีคุณสมบัติใกล้เคียงกันมากที่สุด จากนั้นจับฉลากกลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน รวมทั้งสิ้น 60 คน

1.4 ดำเนินการนัดหมายกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงรายละเอียดทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. ระยะการทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต เป็นระยะเวลา 2 วัน 12 ชั่วโมง ในวันที่ 7-8 พฤศจิกายน 2563 ณ ห้องประชุม โรงเรียนทุ่งโพธิ์ทะเลพิทยา อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร ดำเนินการจัดกิจกรรม 8 กิจกรรม โดยใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่ม ดังนี้

2.1 ขั้นเริ่ม ดำเนินการโดยสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยและนักเรียนที่เป็นสมาชิกของกลุ่ม เป็นการทำความรู้จักกันมายิ่งขึ้น เพื่อส่งเสริมให้เกิดเกิดบรรยากาศในการไว้วางใจและยอมรับระหว่างสมาชิกและผู้วิจัย

2.2 ขั้นดำเนินการ ดำเนินการตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้แต่ละกิจกรรม เช่น การพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้สึกอย่างเปิดเผย การระดมสมองเพื่อหาแนวทางแก้ไขหรือพัฒนา การโต้วาที การแสดงบทบาทสมมติ เป็นต้น เพื่อเป็นตัวช่วยที่สมาชิกเข้าใจได้ง่ายขึ้น และร่วมกันทำกิจกรรมมากขึ้น

2.3 ขั้นสรุป ในช่วงท้ายของแต่ละกิจกรรม ผู้วิจัยในบทบาทของผู้นำกลุ่มและสมาชิกจะร่วมกันแลกเปลี่ยนสิ่งที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม และสิ่งที่ได้รับในแต่ละครั้งจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อเป็นการให้สมาชิกได้สรุปประเด็นสำคัญในการพูดคุยและแลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม

3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 ผู้วิจัยได้ดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 60 คน ตอบแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ (Post-test) หลังจากได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต

3.2 เมื่อสิ้นสุดการทดลองแล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดให้กลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมด้วยกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต

3.3 สำหรับผู้ตอบแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการให้ข้อมูล ความรู้เรื่องแนวทางการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจผ่านเพื่อนแนะนำเพื่อน แผ่นพับ ช่องทางการเผยแพร่ทางออนไลน์ การประชาสัมพันธ์เสียงตามสายในชุมชนและในสถานศึกษาแก่กลุ่มดังกล่าว เพื่อให้ได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจด้วยตนเองต่อไป

การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ในการตอบรับหรือปฏิเสธการร่วมการวิจัยโดยไม่มีผลใด ๆ ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างจะถูกเก็บเป็นความลับและนำเสนอข้อมูลในลักษณะภาพรวมของกลุ่มประชากร และหากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการวิจัยกลุ่มตัวอย่าง สามารถสอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา และให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือชื่อหรือยินยอมด้วยวาจาในการเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

การวิเคราะห์และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลและคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความเข้มแข็งทางใจระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ โดยใช้สถิติทดสอบ Independent t-test

โดยผู้วิจัยได้นำข้อมูลคะแนนเฉลี่ยก่อนทดลอง (Pretest) และหลังทดลอง (Posttest) ของกลุ่มทดลองมาทดสอบ ความเป็นปกติ (Test of Normality) เพื่อคำนวณหาค่าแจกแจงปกติด้วยการทดสอบ Shapiro-Wilk Test เนื่องจากเป็นสถิติทดสอบที่เหมาะกับข้อมูลที่น้อยกว่าหรือเท่ากับ 50 (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2545) พบว่าข้อมูลเป็นการแจกแจงปกติ ($p > .05$)

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. ศึกษาความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย ผลการวิจัยสรุปดังนี้

1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล การศึกษาครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงร้อยละ 62 และเพศชายร้อยละ 38 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 98) รองลงมาคือศาสนาคริสต์ (ร้อยละ 2) ลำดับการเกิดส่วนใหญ่ลำดับที่ 1 (ร้อยละ 54) รองลงมาคือลำดับที่ 2 (ร้อยละ 46) ส่วนใหญ่จำนวนพี่น้องทั้งหมดมีจำนวน 2 คน (ร้อยละ 51) รองลงมาคือ 3 คนและมากกว่า (ร้อยละ 31) และ 1 คน (18) ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดาและ/หรือมารดา (ร้อยละ 72) รายได้ของครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 5,001 – 10,000 บาท (ร้อยละ 63)

1.2 คะแนนความเข้มแข็งทางใจ แสดงดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละคะแนนความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย

ระดับความเข้มแข็งทางใจ	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4		ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5		ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำ	44	55	22	36.67	9	15.52	75	37.88
ปานกลาง	25	31.25	32	53.33	44	75.86	101	51.01
สูง	11	13.75	6	10	5	8.62	22	11.11
รวม	80	100	60	100	58	100	198	100

จากตารางที่ 3 พบว่านักเรียนวัยรุ่นตอนปลายทั้งหมดก่อนเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีคะแนนระดับความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 51.01 และมีคะแนนระดับความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับสูงและต่ำ ร้อยละ 37.88 และ 11.11 ตามลำดับ

2. เปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองในระยะก่อนและหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต แสดงดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4

เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจภายในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ

กลุ่มตัวอย่าง	*n*	*M*	*SD*	*df*	*t*	*p*
ก่อนทดลอง	30	49.07	4.02	29	-16.192*	.000
หลังทดลอง	30	62.08	6.21	29		

จากตารางที่ 4 พบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. เปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต แสดงดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5

เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ และกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	*n*	*M*	*SD*	*df*	*t*	*p*
กลุ่มทดลอง	30	62.80	6.21	58	10.367*	.000
กลุ่มควบคุม	30	48.93	3.89			

จากตารางที่ 5 พบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. ศึกษาความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย ผลการวิจัยสรุปดังนี้

นักเรียนวัยรุ่นตอนปลายมีคะแนนระดับความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 51.01 และมีคะแนนระดับความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับสูงและต่ำร้อยละ 37.88 และ 11.11 ตามลำดับ

2. เปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองในระยะก่อนและหลังเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. เปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย

นักเรียนวัยรุ่นตอนปลายมีคะแนนระดับความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 51.01 และมีคะแนนระดับความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับสูงและต่ำร้อยละ 37.88 และ 11.11 ตามลำดับ

พบว่าข้อมูลคะแนนระดับความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายสามารถพัฒนาตนเอง โดยการแสวงหาความรู้เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจให้คงอยู่ เช่น การฝึกทักษะในการแก้ไขปัญหา การสร้างกำลังใจให้กับตนเอง และรองลงมาคือคะแนนความเข้มแข็งทางใจในระดับสูง ซึ่งถือได้ว่าเป็นกลุ่มที่มีความเข้มแข็งทางใจที่ดีเยี่ยม ควรรักษาศักยภาพด้านนี้ไว้ ส่วนลำดับสุดท้ายคือคะแนนความเข้มแข็งทางใจในระดับต่ำ ถึงแม้จะพบว่ามีสัดส่วนที่น้อย แต่ก็ควรให้ความสำคัญและระมัดระวัง ซึ่งสามารถดำเนินได้โดยการจัดกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจทั้งด้านความทนทานทางอารมณ์ ด้านกำลังใจ และด้านการจัดการกับปัญหาให้ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน

2. เปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองในระยะก่อนและหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต

พบว่าความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งแผนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ ผู้วิจัยได้พัฒนามาจากคู่มือการจัดกิจกรรมที่กรมสุขภาพจิต (2563) ใช้เสริมสร้างคุณลักษณะของความเข้มแข็งทางใจสำหรับวัยรุ่นทั่วไป มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้วัยรุ่นมีความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะในการสร้างคุณลักษณะส่วนบุคคลใน 3 องค์ประกอบตามกรอบแนวคิดของกรอทเบิร์ก (Grotberg, 1995) ได้แก่ ด้านความมั่นคงทางอารมณ์ ด้านกำลังใจ และด้านการจัดการกับปัญหา ซึ่งหากวัยรุ่นมีความเข้มแข็งทางใจ ก็จะสามารถจัดการปัญหาและวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิต หากมีเหตุให้ชีวิตต้องล้มลง ก็สามารถลุกขึ้นได้อย่างรวดเร็ว และยังเรียนรู้จากปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นอีกด้วย

ผลมาจากกิจกรรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตโดยการใช้กระบวนการกลุ่มได้มีการดำเนินกิจกรรมที่จะเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจอย่างเป็นขั้นตอน ตั้งแต่ขั้นเริ่มโดยการเตรียมความพร้อม การชี้แจงทำความเข้าใจให้เห็นประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม การสร้างสัมพันธภาพที่ดี การสร้างบรรยากาศให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้ที่จะตามมา ในขั้นดำเนินการจัดกิจกรรม ใช้เทคนิคที่หลากหลาย เช่น กรณีตัวอย่าง บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง เป็นต้น กิจกรรรมเหล่านี้จะช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ ได้แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด ความรู้สึกซึ่งกันและกัน ได้แสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระเสรี ได้ฝึกฝน ฝึกทักษะกระบวนการคิดในการคิดวิเคราะห์ คิดแก้ปัญหาต่าง ๆ และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน จากนั้นสรุปสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมและการนำไปใช้ ซึ่งได้ผลการศึกษาเช่นเดียวกับ กานดา นาควารี และคณะ (2558) เกณิกา จิรัชยาพร และ ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต (2558) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิต (resilience) หรือความเข้มแข็งทางจิตใจของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น และดังคำกล่าวของฮูเวอร์ (Hoover, 2006) ที่กล่าวว่าความเข้มแข็งทางใจ

สามารถพัฒนาให้มีระดับสูงขึ้นได้ โดยการฝึกฝนในสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันและมีการฝึกให้อยู่กับสภาพการณ์ที่กดดันได้ เป็นการเตรียมพร้อมด้านจิตใจที่จะเผชิญกับทุกสถานการณ์ได้ทุกอย่าง มีความมั่นใจในตนเอง อารมณ์ไม่แปรปรวนง่าย อดทนที่จะเผชิญปัญหาและมีภาวะผู้นำ และสอดคล้องกับการศึกษาของลูธานส์ และคณะ (Luthans et al., 2007) ที่ได้กล่าวว่าความเข้มแข็งทางจิตใจเป็นความสามารถในด้านบวกในการต้านทานและรับมือกับความเครียดและอุปสรรคปัญหา อีกทั้งสามารถรื้อฟื้นตนเองกลับสู่สภาวะปกติได้อย่างรวดเร็ว หลังเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก

3. เปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤต

พบว่าหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มฯ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม สาเหตุที่คะแนนมีความแตกต่างกันเช่นนี้อาจเป็นเพราะเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม ซึ่งมีทั้งหมด 8 กิจกรรม ผู้วิจัยได้ประเมินความเข้มแข็งทางใจทันทีทั้งสองกลุ่ม อีกทั้งการเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้งจะมีกิจกรรมในการสำรวจตนเองในด้านปัญหาและวิธีการแก้ปัญหาด้วยกระบวนการกลุ่ม รู้สึกว่าเข้าใจตนเองมากขึ้น รู้จักตนเองมากขึ้น มองตัวเองด้านบวก มองโลกในแง่ดีขึ้น มีความเข้าใจและไว้วางใจผู้อื่นมากขึ้น รวมถึงการสังเกตจากการทำกิจกรรมทุกครั้ง สมาชิกกลุ่มให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี มีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม กิจกรรมที่ทำร่วมกันทำให้รู้จักกันมากขึ้น ช่วยเหลือกันมากขึ้น หากมีปัญหาภายในกลุ่มก็จะช่วยกันหาแนวทางแก้ไข หรือขอคำปรึกษาจากผู้วิจัย ซึ่งวิธีการเช่นนี้จะช่วยเพิ่มความเข้มแข็งทางใจมากขึ้น สอดคล้องกับผลการศึกษาของเกณิกา จิรัชยาพร และ ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต (2558) ที่พบว่าการเสริมสร้างความสามารถทางบวกให้กับวัยรุ่นในการ ต้านทานและรับมือกับความเครียดและอุปสรรคที่เกิดขึ้น และทำให้ตนเองให้กลับสู่สภาวะปกติ ได้อย่างรวดเร็ว เป็นคุณลักษณะหนึ่งของทุนทางจิตใจเชิงบวก (positive psychological capital) ที่เรียกว่าความเข้มแข็งทางใจ (resilience) และยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ อายุพร กัยวิกัยโกศล และคณะ (2558) พบว่ากิจกรรมเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตส่งผลให้นักศึกษาจัดการกับปัญหาต่าง ๆ และเพิ่มปัจจัยป้องกันในการเกิดภาวะซึมเศร้า การที่นักศึกษารู้จักตนเอง รับรู้ความสามารถของตนเอง รู้สึกมีคุณค่าในตนเองมากขึ้น มีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล มีกลุ่มเพื่อนที่เข้มแข็งสามารถช่วยเหลือกันได้ มีทักษะในการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ เข้าใจถึงพลังของตนเองในการเผชิญกับปัญหานั้น

ดังนั้น จะเห็นได้ว่าการนำกระบวนการกลุ่มมาประยุกต์ใช้กับนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายที่ต้องเผชิญปัญหาหลายด้าน เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหากับเพื่อน ปัญหากับครอบครัว ปัญหาด้านสุขภาพ ปัญหาด้านการเงิน และปัญหาอื่น ๆ เป็นต้น จะช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจให้กับนักเรียนให้มีความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดให้เกิดความยุ่งยากใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะการวิจัย

ข้อเสนอแนะจากการนำผลการวิจัยไปใช้

1. กระบวนการจัดกิจกรรม มีการกำหนดระยะเวลาค่อนข้างสั้นและไม่ได้ดำเนินการแบบต่อเนื่อง โดยผู้วิจัยจัดกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรมครั้งเดียว ในระยะเวลา 2 วันติดต่อกัน อาจไม่ส่งผลต่อการพัฒนาความสามารถหรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของวัยรุ่นได้ ซึ่งพบว่าในบางกิจกรรม นักเรียนวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมยังทำกิจกรรมได้ไม่ครบถ้วน จึงควรดูความเหมาะสมของกิจกรรมและเวลาในการดำเนินกิจกรรมให้สอดคล้องกัน

2. ในกลุ่มที่ประเมินและพบว่ามีความเข้มแข็งทางใจในระดับต่ำที่ไม่อยู่ในกลุ่ม 60 คนแรก ซึ่งไม่ได้เข้าร่วมกระบวนการวิจัย ควรมีการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม เพื่อค้นหาปัจจัยและวางแผนในการให้การดูแลต่อไป ตลอดจนจัดให้กลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมด้วยกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตในลำดับถัดไป

3. แผนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ เป็นเครื่องมือที่ช่วยสร้างความเข้มแข็งทางใจให้เกิดขึ้นกับนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายในเขตพื้นที่ที่ศึกษา หากจะนำแผนการจัดกิจกรรมฯ นี้ไปใช้กับเขตพื้นที่แห่งอื่น ควรศึกษาให้สอดคล้องกับบริบทที่ต้องการและเหมาะสม

4. การเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจให้กับนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายควรทำอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ เพื่อให้วัยรุ่นเกิดความเข้มแข็งในการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นแล้ว หรืออาจเกิดขึ้นในอนาคต

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาเรื่องนี้ในรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ และศึกษาในระยะยาว (Longitudinal study) เพื่อศึกษา แนวโน้มความคงทนของระดับความเข้มแข็งทางจิตใจ

2. ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น เพื่อจะได้นำข้อมูลมาใช้ในการออกแบบการพัฒนาความเข้มแข็งทางใจให้เหมาะสม

3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นทั่ว ๆ ไปหลากหลายกลุ่ม ด้วยตัวแปรที่ครอบคลุม ตลอดจนความต้องการในการพัฒนาด้านความเข้มแข็งทางใจว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร หากแตกต่างจะเนื่องมาจากปัจจัยใด เพื่อประโยชน์ในการนำข้อมูลไปใช้ออกแบบกิจกรรมพัฒนาที่เหมาะสมต่อไป

รายการอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2562). *คู่มือสร้างสรรค์พลังใจให้วัยทีน*. บียอนด์พับลิสชิ่ง.

กรมสุขภาพจิต. (2563). *เปลี่ยนร้ายกลายเป็นดี พลังสุขภาพจิต (RQ: Resilience quotient)*. ดีน่าดู.

กัลยา วานิชย์บัญชา. (2545). *การวิเคราะห์สถิติ. สถิติสำหรับการบริหารและวิจัย* (พิมพ์ครั้งที่ 6). โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

กานดา นาควารี, พัชรินทร์ นินทจันทร์, และ โสภิณ แสงอ่อน. (2558). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*, *29*(2), 46-63.

เกณิกา จิรัชยาพร และทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต. (2558). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของวัยรุ่นตอนต้นในโรงเรียนแห่งหนึ่งของจังหวัดสงขลา. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*, *29*(3), 113-125.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ. (2563). การดำเนินงานสุขภาพจิตภายใต้วิกฤตโควิด 19 ของประเทศไทย. *Journal of Mental Health of Thailand*, *28*(4), 280-91

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2563). *จับตาทิศทางสุขภาพคนไทย ปี 2563.* สำนักพัฒนาภาคีสัมพันธ์และวิเทศสัมพันธ์ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

อภิญญา อิงอาจ, ณัฐพร กาญจนภูมิ, และ พรพรรณ เชยจิตร. (2563). ความกังวลในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี. *วารสารบริหารธุรกิจเทคโนโลยีมหานคร*, *17*(2), 94-113.

อายุพร กัยวิกัยโกศล, สุทธามาศ อนุธาตุ, และ พัชรินทร์ นินทจันทร์. (2558). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตต่อภาวะซึมเศร้าของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่ง. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*. *29*(1), 27-43.

Corey, M. & Corey, G. (*2016*). *Groups: Process and practice*. (10th ed.). Brooks/Cole.

Grotberg, E. H. (1995). *A guide for promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. (Vol. 8). The Hague: Bernard van leer foundation.

Hoover, A. J. (2006). *A study of study-athletes and coaches views on mental toughness* [Master's thesis]

Jordan, S. (2010). The promotion of resilience and protective factors in children of alcoholics and drug addicts. *Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz*. *53*(4), 340-346.

Luthans, F. & Youssef, C. M. (2007). Emerging positive organizational behavior. *Journal of Management*. *33*, 321-349.

Rew, L. & Bowman, K. (2008). Protecting youth from early and abusive sexual experiences. *Pediatric Nursing*. *34* (1), 19-25.

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสู้ภัยวิกฤตของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย : กรณีศึกษานิคมทุ่งโพธิ์ทะเล ได้รับสนับสนุนงบประมาณจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภายใต้โครงการโครงการพลเมืองวัยมันส์ นักสร้างสรรค์สุขภาวะ (*วัยรุ่นหมุนโลก*) ประจำปี 2563 รวมถึงขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างผู้เข้าร่วมโครงการ ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ให้ความร่วมมือจนงานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์

พรรณวดี เจียมศิริ* และ ทัศนีย์ หอมกลิ่น
ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: Pannawadee_ch@cmu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์และความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน และ (2) ศึกษาบทบาทเป็นตัวแปรสื่อของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ในความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานประจำขององค์การเอกชนในประเทศไทยที่มีการทำงานมาแล้วอย่างน้อย 1 ปี จำนวน 308 คน การวิจัยครั้งนี้ใช้สถิติการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้นและวิธีการบูตสแตรปเพื่อทดสอบสมมติฐานและบทบาทการเป็นตัวแปรสื่อ ผลการวิจัยพบว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานและการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานอย่างนัยสำคัญทางสถิติเช่นกัน นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบอีกว่าการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์มีบทบาทเป็นตัวแปรสื่อบางส่วนในความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์จึงมีส่วนช่วยให้บุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ได้พัฒนาความคิดสร้างสรรค์ซึ่งเป็นหนึ่งในทักษะทางอารมณ์และสังคมที่ต้องการในตลาดแรงงานในปัจจุบันและอนาคต

คำสำคัญ : คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ ความคิดสร้างสรรค์

RELATIONSHIP BETWEEN TRAIT CURIOSITY AND CREATIVITY OF EMPLOYEES: MEDIATING ROLE OF CREATIVE SELF-EFFICACY

Pannawadee Chiamsiri*, Tassanee Homklin
Department of Psychology, Faculty of Humanities, Chiang Mai University

Corresponding author email*: Pannawadee_ch@cmu.ac.th

Abstract

The purposes of this study were to investigate (1) the relationships between trait curiosity, creative self-efficacy and creativity of employees and (2) the mediating role of creative self-efficacy in the relationships between trait curiosity and creativity of employees. The samples of this study were 308 employees of the private organizations in Thailand who have worked for at least one year. This research used hierarchical multiple regression analysis and Bootstrap Method to test the hypotheses and the mediation effect. The result showed that trait curiosity can predict creativity of employees and the creative self-efficacy significantly. The creative self-efficacy can also predict employees' creativity significantly as well. In addition, the result also showed that the creative self-efficacy is the partial and significant mediator in the relationship between trait curiosity and creativity of employees. Therefore, the creative self-efficacy helps individuals with trait curiosity develop their creativity, which is one of the soft skills that are in the current and future demands of the labor market.

Keywords: Trait curiosity, creative self-efficacy, creativity

บทนำ

ในปัจจุบัน โลกธุรกิจมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและรุนแรง (VUCA environment) เต็มไปด้วยความผันผวนสูงที่คาดเดายาก (volatility) ความไม่แน่นอน (uncertainty) ความซับซ้อน (complexity) และความคลุมเครือ (ambiguity) (Horstmeyer, 2020) ส่งผลให้หลายองค์การต้องพร้อมปรับตัวเพื่อรักษาความได้เปรียบทางธุรกิจและสามารถอยู่รอด โดยบุคลากรที่เป็นที่ต้องการของตลาดแรงงานในยุคนี้ต้องเป็นบุคลากรที่มีความพร้อมทั้งทักษะความรู้และทักษะในการทำงาน (hard skills) ที่บุคคลเรียนรู้และฝึกฝนจากหลักสูตรหรือการอบรม และทักษะด้านอารมณ์และสังคม (soft skills) ซึ่งเป็นทักษะที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ วิธีการคิดเชิงวิพากษ์ ความคิดสร้างสรรค์ การสื่อสาร การปรับตัว การทำงานเป็นทีม การเข้าสังคม และความสงสัยใคร่รู้ โดยทักษะเหล่านี้มีความสำคัญสำหรับการทำงานของพนักงาน (Adecco, 2017) นอกจากนี้ความคิดสร้างสรรค์ยังเป็นทักษะที่สำคัญใน 10 อันดับแรกของทักษะทางอารมณ์และสังคม (Adecco, 2017) ธุรกิจที่ลงทุนด้านความคิดสร้างสรรค์มีข้อได้เปรียบและช่วยเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน (Adobe, 2016) เพราะพนักงานที่มีความคิดสร้างสรรค์สามารถพัฒนาแนวคิดใหม่ที่เป็นประโยชน์ในการปรับปรุงสินค้า บริการ กระบวนการและขั้นตอนในการทำงานซึ่งจะทำให้องค์การสามารถปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงภายในและภายนอกองค์การได้ดียิ่งขึ้น (Caniëls & Rietzschel, 2015; Rujie et al., 2017) โดยความคิดสร้างสรรค์ไม่ได้มีความจำเป็นเฉพาะในธุรกิจที่ผลิตสินค้าด้านเทคโนโลยีหรือนวัตกรรมเท่านั้น (Adecco, 2017) แต่พนักงานสามารถนำความคิดสร้างสรรค์ไปใช้ในการพัฒนากระบวนการทำงานหรือแก้ไขปัญหาที่พบในแต่ละวัน (Treffinger, 1995) ส่งผลให้ผู้บริโภคมีความพึงพอใจสูงขึ้นและกลุ่มลูกค้าได้รับประสบการณ์การบริการที่มีคุณภาพดีขึ้น ธุรกิจสามารถประสบความสำเร็จด้านผลประกอบการ และพนักงานมีอัตราการผลิตผลงานที่เพิ่มขึ้นและมีความสุขมากขึ้น (Adobe, 2016)

ความคิดสร้างสรรค์ หมายถึง การค้นพบมุมมอง ความคิด และแนวทางที่ต่างจากเดิมทำให้มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่แปลกใหม่และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้จริงในการทำงาน (Amabile & Pratt, 2016; Treffinger, 1995) โดย Mehta และ Dahl (2019) กล่าวถึง 4 ปัจจัยสำคัญที่ช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ได้แก่ ความสามารถในการรู้คิด (cognitive ability) แรงจูงใจ (motivation) ปัจจัยเชิงบุคลิกภาพและสังคม (social-personality factors) และสิ่งแวดล้อม (environment) เมื่อบุคคลมีความสามารถในการคิดและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์สามารถเรียนรู้และได้รับการส่งเสริมให้ดีขึ้นได้ (Creative Education Foundation, 2015; Treffinger, 1995) ในขณะเดียวกันการศึกษาของ Amabile และ Pratt (2016) กล่าวถึง 3 องค์ประกอบหลัก อันได้แก่ แรงจูงใจภายในที่มีต่องาน (intrinsic motivation) ทักษะความเชี่ยวชาญในด้านที่เกี่ยวข้องกับงาน (skills in task the task domain) และกระบวนการคิดสร้างสรรค์ (creativity relevant processes) ที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการรู้คิด (cognitive styles) รูปแบบการรับรู้ (perceptive styles) และทักษะการคิด (thinking skills) ที่ทำให้เกิดมุมมองใหม่ในการเข้าใจปัญหา (Amabile & Pratt, 2016) โดยบุคคลสามารถรับรู้ได้ว่างานที่ตนปฏิบัติเป็นงานที่มีความหมาย (meaningful work) และมีผลต่ออารมณ์ของตนเอง (affect) และสิ่งแวดล้อมที่ทำงานเป็นปัจจัยช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และมีอิทธิพลต่อองค์ประกอบย่อยของความคิดสร้างสรรค์ส่วนบุคคล (Amabile & Pratt, 2016; Kim et al., 2019; Tu et al., 2019; Wang et al., 2018)

คุณลักษณะหนึ่งของบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์จะรู้สึกอยากค้นหาวิธีการใหม่ และเต็มใจที่ได้พบกับสิ่งใหม่ ๆ ทุกวัน จึงสามารถจดจ่อกับสิ่งที่สนใจได้เป็นเวลานาน และยอมรับสิ่งที่มีความขัดแย้งและความตึงเครียดได้ (Karwowski, 2012; Kashdan & Steger, 2007) ดังนั้นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนช่วยทำให้ความคิดสร้างสรรค์เกิดขึ้นคือ ความสงสัยใคร่รู้ซึ่งเป็นคุณลักษณะพื้นฐานของมนุษย์ (Kidd & Hayden, 2015) โดยคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ หมายถึง การรับรู้คุณลักษณะส่วนตัวของบุคคลที่ช่วยให้บุคคลแสดงความสนใจและความสงสัยใคร่รู้ในสิ่งที่พบเจอ (Chang & Shih, 2019) ซึ่งบุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มักจะมีสภาวะอารมณ์เชิงบวกเป็นแรงจูงใจในการแสดงความสงสัยใคร่รู้ (Kashdan & Roberts, 2004) และคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ การสำรวจด้วยความสุข (joyous exploration) ความไวและความทุ่มเทในการแก้ไขปัญหา (deprivation sensitivity) ความทนทานต่อความเครียด (stress tolerance) ความสงสัยใคร่รู้ทางสังคม (social curiosity) และการค้นหาด้วยความตื่นเต้น (thrill seeking) (Kashdan et al., 2020) ซึ่งบุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ในระดับที่แตกต่างกันจะแสดงลักษณะพฤติกรรมของความสงสัยใคร่รู้ในระดับแตกต่างกันด้วย (Kashdan & Fincham, 2004) และปกติความสนใจอยากรู้เกี่ยวกับสิ่งที่พบเจอมากขึ้นจะเกิดขึ้นหลังจากที่บุคคลทำการประเมินสิ่งที่พบเจอแล้วพบว่าสิ่งนั้นมีความแปลกใหม่และซับซ้อน (novelty-complexity) และตนเองมีความสามารถในการทำความเข้าใจในสิ่งที่แปลกใหม่ซับซ้อนและคลุมเครือนั้น (coping potential) (Silvia, 2008)

นอกจากนี้ตัวแปรที่สำคัญอีกหนึ่งตัวที่ส่งผลต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ คือ การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ (creative self-efficacy) ซึ่งเป็นการรับรู้ความสามารถของบุคคลที่เชื่อว่าตนเองมีความคิดและความสามารถในการจัดการกับงานจนเกิดเป็นผลลัพธ์อย่างสร้างสรรค์ได้ (Qiang et al., 2020; Tierney & Farmer, 2002) การรับรู้ความสามารถแห่ง

ตนเชิงสร้างสรรค์มีลักษณะเป็นสภาวะของบุคคล (state-like) มากกว่าจะเป็นลักษณะบุคลิกส่วนตัวของบุคคล (Slåtten, 2014) และเกี่ยวข้องกับแนวทางการพัฒนาการรับรู้ความสามารถแห่งตน (self-efficacy) ในทฤษฎีความคิดทางสังคม (social cognitive theory) ของ Bandura (1997) เมื่อบุคคลมีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้เป็นแรงขับเคลื่อนจากภายในตนเองที่อยากเรียนรู้สิ่งแปลกใหม่ (Karwowski, 2012) ฝึกฝนทักษะจากการลงมือปฏิบัติจนเกิดความชำนาญ (Bandura, 1997) และสามารถหาคำตอบให้กับสิ่งที่ตนสงสัยได้ บุคคลจะรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะหากเป็นคำตอบที่เกี่ยวข้องกับความคิดสร้างสรรค์ ทำให้บุคคลมีระดับการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์มากขึ้นตามลำดับ อันนำไปสู่การหาทางออกเพื่อแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์และต่อเนื่อง (Karwowski, 2012; Puente-Diaz & Cavazos-Arroyo, 2018) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าความสงสัยใคร่รู้เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลเชื่อในความสามารถเชิงสร้างสรรค์ของตนเอง (Karwowski, 2012) และการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ของบุคคลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคิดสร้างสรรค์และงานนวัตกรรม (Qiang et al., 2020; Slåtten, 2014)

ดังนั้น การศึกษานี้จึงมุ่งศึกษา (1) ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ และความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน และ (2) บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ในความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน เนื่องจากหลายองค์การพบว่ามีจำนวนของบุคลากรที่มีทักษะทางอารมณ์และสังคมไม่เพียงพอ (Davidson, 2016) ซึ่งคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคม (Horstmeyer, 2020) และการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ (Treffinger, 1995) เพราะความสงสัยใคร่รู้ช่วยให้บุคคลมีการปรับตัวเชิงความคิด (cognitive adaptability) มีการคิดและตัดสินใจจากหลายมุมมอง (multidimensional decision processing) มีความไวในการรับรู้ความหลากหลายทางวัฒนธรรม (multicultural sensitivity) และมีความเห็นอกเห็นใจและรับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็วในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ (social perceptivity and empathy) (Horstmeyer, 2020) นอกจากความสงสัยใคร่รู้และเปิดรับต่อสิ่งใหม่ ๆ จะก่อให้เกิดผลดีต่อผลงานการสร้างสรรค์ (Hardy et al., 2017) ยังส่งผลดีต่อการทำงานในด้านความคิด (cognitive function) การเรียนรู้และความจำ (Kidd & Hayden, 2015) ของพนักงานในองค์การ ทำให้พนักงานมีความพึงพอใจและความผูกพันต่องานเพิ่มขึ้น เนื่องจากพนักงานสามารถนำไปใช้ในการปรับแต่งงาน (job crafting) ซึ่งจะทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีในองค์การอีกด้วย (Kashdan et al., 2019) โดยพนักงานที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้และมีความคิดสร้างสรรค์สามารถทำงานอย่างมีประสิทธิภาพในสิ่งแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและรุนแรง (Adobe, 2016; Horstmeyer, 2020) และถึงแม้ว่าองค์การเห็นความสำคัญของคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ แต่ในทางปฏิบัติหลายองค์การไม่ได้สนับสนุนให้พนักงานแสดงคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้อย่างเต็มที่ (Horstmeyer, 2020) การที่องค์การเปิดโอกาสให้บุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ได้ฝึกฝนพัฒนาทักษะจนเกิดความชำนาญ (Bandura, 1997; Karwowski, 2012) และเกิดการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ (Tierney & Farmer, 2002) บุคคลสามารถนำความรู้และทักษะในการคิดสร้างสรรค์ของตนไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้จริงในการทำงาน (Royston & Reiter-Palmon, 2017) ซึ่งเป็นขั้นตอนสำคัญในกระบวนการคิดสร้างสรรค์ (Amabile & Pratt, 2016)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์และความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน

จากการศึกษาของ Kashdan และคณะ (2020) พบว่าความสงสัยใคร่รู้เป็นคุณลักษณะส่วนบุคคลเนื่องจากนักวิจัยพบว่าบุคคลมีระดับความสงสัยใคร่รู้คงที่ถึงแม้ว่าเวลาจะผ่านไปแล้ว 6 เดือน โดยบุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้จะมีอารมณ์เชิงบวกเป็นแรงจูงใจในการเสาะหาความรู้และประสบการณ์ใหม่ ๆ จึงมีความรู้สึกสงสัยใคร่รู้เกิดขึ้นบ่อยกว่าและนานกว่า (Kashdan & Roberts, 2004; Litman, 2005) และคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเชิงนวัตกรรม (innovative behavior) ความสงสัยใคร่รู้เชิงสติปัญญา (intellectual curiosity) จินตนาการเชิงสร้างสรรค์ (creative imagination) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Kashdan et al., 2020) ซึ่งสอดคล้องกับงานของ Hardy และคณะ (2017) ที่พบว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ไขปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่บุคคลเปิดรับประสบการณ์ใหม่และยอมรับว่าบางสิ่งอาจจะคาดการณ์ไม่ได้ บุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้จะมีความสุขและสนุกในการสำรวจสิ่งรอบตัวและสามารถทนทานต่อความเครียดทำให้บุคคลยังคงรักษาระดับความสงสัยใคร่รู้ให้คงที่ได้ (Kashdan et al., 2020; Litman, 2005) จนกระทั่งบุคคลสามารถค้นพบแนวคิดแปลกใหม่และสร้างสรรค์ในที่สุด (Hardy et al., 2017) จึงมีความเป็นไปได้ว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความคิดสร้างสรรค์ (Kashdan et al., 2020) จากการทบทวนงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสัมพันธ์ทางบวกและสามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานได้ ดังนั้นจึงนำไปสู่สมมติฐานที่ว่า

สมมติฐานที่ 1: คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน

การศึกษาของ Karwowski (2012) พบว่าการเสาะหาความท้าทายใหม่ ๆ (stretching) และการเปิดรับความแปลกใหม่ในชีวิต (embracing) เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลเชื่อในความสามารถเชิงสร้างสรรค์ของตนเอง (creative self-efficacy) และ

คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับเอกลักษณ์ส่วนบุคคลเชิงสร้างสรรค์ (creative personal identity) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นผลสรุปที่สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Puente-Diaz และ Cavazos-Arroyo (2018) ที่พบว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถเป็นปัจจัยเชิงสาเหตุต่อการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ (Puente-Diaz & Cavazos-Arroyo, 2018) โดยบุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มักจะสังเกตสิ่งรอบตัวด้วยความสนใจและความสุข และมองความท้าทายว่าเป็นโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ จึงไม่กลัวที่จะเผชิญกับความแปลกใหม่ในชีวิต (Karwowski, 2012; Kashdan et al., 2020) ส่งผลให้บุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความเชื่อว่าสามารถพัฒนาความสามารถของตนให้ดีขึ้นได้ และสามารถรับมือกับความกดดันในขณะที่บุคคลกำลังฝึกฝนทักษะ (Bandura, 1997; Karwowski, 2012) จนเกิดความชำนาญและความมั่นใจเชิงสร้างสรรค์ (Tierney & Farmer, 2002) จากการทบทวนงานวิจัยที่กล่าวมาในข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ ดังนั้นจึงนำไปสู่สมมติฐานที่ว่า

สมมติฐานที่ 2: คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถทำนายการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์

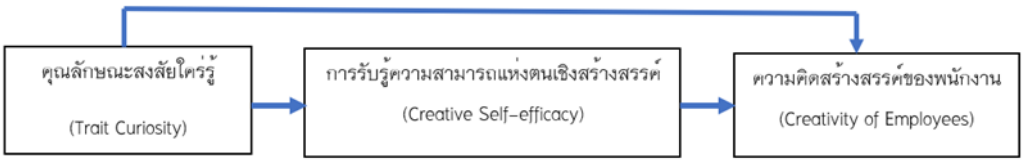
เมื่อบุคคลใช้วิธีการคิดวิเคราะห์ในการหาทางออกที่แปลกใหม่จากปัญหา (Qiang et al., 2020) โดยมีความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์เป็นแรงจูงใจในการหาความรู้และเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ จากภายในและภายนอกองค์การ (Jaussi & Randel, 2014) ทำให้บุคคลค้นพบวิธีที่ทำให้แนวคิดสร้างสรรค์เกิดเป็นผลงานที่เป็นประโยชน์และนำไปใช้ได้จริง ซึ่งจากการศึกษาของ Slåtten (2014) พบว่าการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ของบุคคลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับงานนวัตกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ Jaussi และ Randel (2014) และ Qiang และคณะ (2020) ที่พบว่าการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์มีอิทธิพลทางบวกต่อความคิดสร้างสรรค์เพื่อให้ได้นวัตกรรมใหม่ (radical creativity) และความคิดสร้างสรรค์เชิงวิทยาศาสตร์ (scientific creativity) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากการทบทวนงานวิจัยที่กล่าวมาในข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์กับความสร้างสรรค์ของพนักงาน ดังนั้นจึงนำไปสู่สมมติฐานที่ว่า

สมมติฐานที่ 3: การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน

การศึกษาวิจัยในอดีต พบว่า การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์มีบทบาทของการเป็นตัวแปรสื่อในความสัมพันธ์ระหว่างอุปนิสัยด้านการคิดวิเคราะห์ (critical thinking disposition) และความคิดสร้างสรรค์เชิงวิทยาศาสตร์ (scientific creativity) (Qiang et al., 2020) ความสัมพันธ์ระหว่างวิธีคิดที่เปลี่ยนแปลงได้เชิงสร้างสรรค์ (malleable creative mindsets) และการค้นพบทางแก้ไขปัญหาอย่างมีคุณภาพและแปลกใหม่ (solution quality and originality) (Royston & Reiter-Palmon, 2017) และความสัมพันธ์ระหว่างความฝักใฝ่เรียนรู้ของบุคคล (learning orientation) และงานนวัตกรรม (innovative activities) (Slåtten, 2014) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ถึงแม้ว่าวิธีคิดที่เปลี่ยนแปลงได้เชิงสร้างสรรค์ อุปนิสัยด้านการคิดวิเคราะห์ และความฝักใฝ่เรียนรู้ของบุคคล จะไม่ใช่ตัวแปรเดียวกัน แต่ตัวแปรทั้งสามตัวนี้เป็นตัวแปรพื้นฐานที่สามารถพัฒนาเชื่อมโยงกับคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ ซึ่งเป็นความปรารถนาในการสำรวจและเรียนรู้ในสิ่งที่บุคคลสนใจ แม้ว่าบุคคลต้องเผชิญกับสิ่งที่แปลกใหม่และความไม่แน่นอน (Karwowski, 2012; Kashdan et al., 2020) เช่น บุคคลมีแรงจูงใจในการเรียนรู้พัฒนาตนเอง เปิดรับสิ่งใหม่และต้องการค้นหาความจริง เป็นต้น และความสงสัยใคร่รู้ช่วยให้บุคคลมีการปรับตัวเชิงความคิด (cognitive adaptability) และการคิดและตัดสินใจจากหลายมุมมอง (multidimensional decision processing) (Horstmeyer, 2020) นอกจากนี้การศึกษาของ Aungkhana และ Yuosre (2018) พบว่า การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์เป็นตัวแปรสื่อที่ทำให้การฝักใฝ่เรียนรู้ของพนักงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมด้านนวัตกรรมของพนักงาน ซึ่งคุณสมบัติในการฝักใฝ่เรียนรู้ของพนักงาน (employee learning orientation) มีลักษณะเชิงพฤติกรรมที่ใกล้เคียงกับคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้เพื่อให้ได้องค์ความรู้ใหม่ (Hong & Fan, 2019) โดยคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ไขปัญหา (Hardy et al., 2017) ซึ่งการเพิ่มทักษะความรู้ที่จำเป็นต่อการแก้ไขปัญหาและการหาข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาเป็นขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการคิดสร้างสรรค์ (Amabile & Pratt, 2016) และแนวคิดการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ (Treffinger, 1995) จากการทบทวนงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์อาจเป็นตัวแปรสื่อในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์กับความสร้างสรรค์ของพนักงาน ดังนั้นจึงนำไปสู่สมมติฐานที่ว่า

สมมติฐานที่ 4: การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์มีบทบาทเป็นตัวแปรสื่อระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้และความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน

ภาพที่ 1
กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีการดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นพนักงานประจำขององค์การเอกชนในประเทศไทย จำนวน 308 คนที่ปฏิบัติการมาแล้วอย่างน้อย 1 ปี และองค์การเอกชนในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย องค์การที่ผลิตสินค้าอุปโภคบริโภค องค์การที่ให้บริการด้านการเงิน ด้านการพัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศ ด้านการศึกษา และด้านสุขภาพ รวมถึงองค์การที่ไม่แสวงหาผลกำไรและมูลนิธิ เป็นต้น โดยการกำหนดตัวอย่างการวิจัยใช้แนวคิดของ Hair และคณะ (2010) โดยพิจารณาค่า R^2 ของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาไม่เกิน 5 ตัวแปรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 โดยมีค่าความคลาดเคลื่อนที่สามารถยอมรับได้ร้อยละ 5 ดังนั้น จึงต้องมีขนาดกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 250 คน ถึงเป็นกลุ่มตัวอย่างที่เพียงพอสำหรับการวิเคราะห์ตัวแปรสื่อ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) ที่พัฒนาขึ้นโดย Zhou และ George (2001) โดยข้อคำถามได้รับการแปลเป็นภาษาไทยเพื่อใช้ในการวิจัยของศุภรักษ์ ฟูเต็มวงค์ (2561) ประกอบด้วยข้อคำถาม 13 ข้อ โดยมีมาตรวัดแบบประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ 1 (ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง) ถึง 5 (เห็นด้วยอย่างยิ่ง) ตัวอย่างคำถามได้แก่ “ฉันมีความคิดสร้างสรรค์ที่ดีที่สามารถนำไปใช้ในการทำงานได้” และ “ฉันมีการพัฒนาแผนการทำงานและแนวทางการนำแนวคิดใหม่ ๆ ไปใช้ในการทำงาน” โดยการศึกษานี้ได้มีการทดสอบค่าความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบวัด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach’s alpha coefficient) เท่ากับ .899

แบบวัดคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ 5 มิติ (ฉบับปรับปรุง) (Five-Dimensional Curiosity Scale Revised (5DCR)) พัฒนาโดย Kashdan และคณะ (2020) และถูกแปลเป็นภาษาไทยด้วยการแปลย้อนกลับ (back translation) โดยผู้เชี่ยวชาญทางภาษาและปรับปรุงเพื่อให้เหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย มี 24 ข้อคำถาม ประกอบด้วยข้อคำถามด้านการสำรวจด้วยความสุข (joyous exploration) 4 ข้อ ด้านความไวและความทุ่มเทในการแก้ไขปัญหา (deprivation sensitivity) 4 ข้อ ด้านความอดทนต่อความเครียด (stress tolerance) 4 ข้อ ด้านการค้นหาด้วยความตื่นเต้น (thrill seeking) 4 ข้อ และด้านความสงสัยใคร่รู้ทางสังคม (social curiosity) แบ่งเป็นความสงสัยใคร่รู้ทางสังคมแบบเปิดเผย (overt social curiosity) 4 ข้อ และความสงสัยใคร่รู้ทางสังคมแบบแอบแฝง (covert social curiosity) 4 ข้อ โดยมีมาตรวัดแบบประเมินค่า 7 ระดับ ตั้งแต่ระดับ 1 (ไม่สอดคล้องกับตัวของฉัน) ถึง 7 (สอดคล้องกับตัวของฉันมากที่สุด) ตัวอย่างคำถามได้แก่ “ฉันมองสถานการณ์ที่ท้าทายว่าเป็นโอกาสที่จะได้เรียนรู้และเติบโต” และ “ฉันชอบเรียนรู้เกี่ยวกับหัวข้อที่ฉันรู้สึกไม่คุ้นเคย” โดยการศึกษานี้ได้มีการทดสอบค่าความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบวัด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach’s alpha coefficient) เท่ากับ .862

แบบวัดการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ (Creative Self-efficacy Scale) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแบบวัดการรับรู้ตัวตนเชิงสร้างสรรค์แบบสั้น (Short Scale of Creative Self) ที่ถูกพัฒนาโดย Karwowski (2012) ประกอบด้วยคำถาม 6 ข้อ ซึ่งถูกแปลเป็นภาษาไทยด้วยการแปลย้อนกลับ (back translation) โดยผู้เชี่ยวชาญทางภาษาและมีการดัดแปลงคำบางคำเพื่อให้เหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย โดยมีมาตรวัดแบบประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ 1 (ไม่ใช่อย่างยิ่ง) ถึง 5 (ใช่อย่างยิ่ง) ตัวอย่างคำถามได้แก่ “ฉันวางใจในความสามารถเชิงสร้างสรรค์ของฉัน” และ “ฉันแน่ใจว่าฉันสามารถจัดการกับปัญหาที่ต้องใช้การคิดอย่างสร้างสรรค์ได้” โดยการศึกษานี้ได้มีการทดสอบค่าความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบวัด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach’s alpha coefficient) เท่ากับ .856

การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำหนังสือขอความอนุเคราะห์จากภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่เสนอต่อผู้จัดการองค์การที่ต้องการเก็บข้อมูลเพื่ออนุมัติเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามออนไลน์ โดยผู้ตอบแบบสอบถามทุกคนได้รับคำชี้แจงเกี่ยวกับรายละเอียดของ

โครงการวิจัยผ่านการพิจารณาวิจัยธรรมจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เลขที่โครงการ CMUREC No. 63/266 ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ได้รับการตอบกลับทางออนไลน์ จำนวน 308 ชุด ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่มีความครบถ้วนสมบูรณ์ โดยผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บข้อมูลเป็นความลับ และนำเสนอในภาพรวมเท่านั้น

ผลการวิจัย

ผลการศึกษาลักษณะข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มประชากรใช้สถิติเชิงพรรณนา เช่น ค่าเฉลี่ย ร้อยละ การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้น (hierarchical multiple regression analysis) ด้วย Process Macro ของ Hayes (2013) แบบจำลองที่ 4 (Model 4) และวิธีการบูตสแตรปเพื่อทดสอบบทบาทการเป็นตัวแปรสื่อ ผลวิเคราะห์ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในการวิจัยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 1
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปร (n = 308)

ตัวแปร	*M*	*SD*	(1)	(2)	(3)
(1) คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้	4.300	.795		.492***	.450***
(2) การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์	3.731	.586			.546***
(3) ความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน	4.001	.435			

***$p < .001$

จากตารางที่ 1 พบว่า คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ และความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ .493 และ .457 ตามลำดับ นอกจากนี้การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เช่นกันโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ .547

ผลการวิเคราะห์สมมติฐาน

จากตารางที่ 2 พบว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีอิทธิพลทางบวกต่อความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .001$ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .131, 95% CI [.073, .188] (สนับสนุนสมมติฐานที่ 1) นอกจากนี้คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีอิทธิพลทางบวกต่อการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .001$ เช่นกัน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .362, 95% CI [.290, .434] (สนับสนุนสมมติฐานที่ 2) และเมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ที่ต่อความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .319 อย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .001$, 95% CI [.241, .397] (สนับสนุนสมมติฐานที่ 3) นอกจากนี้นักวิจัยใช้วิธีการบูตสแตรป โดยกำหนดจำนวนการสุ่มตัวอย่างอย่างซ้ำทั้งสิ้น 10,000 ครั้ง เพื่อวิเคราะห์ค่าอิทธิพลทางอ้อมของความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน เมื่อมีการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์เป็นตัวแปรสื่อ จากตารางที่ 3 พบว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อส่งผ่านการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ที่มีบทบาทเป็นตัวแปรสื่อบางส่วน โดยมีค่าอิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ .116 และช่วงความเชื่อมั่นไม่คร่อมศูนย์ (Boot LLCI = .076 และ Boot ULCI = .159) (สนับสนุนสมมติฐานที่ 4) ทั้งนี้คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีค่าอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลโดยรวมต่อความคิดสร้างสรรค์ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < .001$ เท่ากับ .131, .116 และ .247 ตามลำดับ

ตารางที่ 2

ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยและช่วงความเชื่อมั่นของการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ และความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน

ตัวแปร	การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ (CSE)				ความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน (C)			
	Coeff	(SE)	LLCI	ULCI	Coeff	(SE)	LLCI	ULCI
คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ (TC)	.362***	(.037)	.290	.434	.131***	(.029)	.073	.188
CSE					.319***	(.040)	.241	.397
ค่าคงที่	2.173***	(.160)	1.858	2.488	2.250***	(.141)	1.973	2.527
	R^2 = .242				R^2 = .342			
	$F(1, 306) = 97.771$, $p < .001$				$F(2, 305) = 79.168$, $p < .001$			

***$p < .001$, Coeff. = ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย, SE = ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน 95% Confidence Interval

ตารางที่ 3

ผลการทดสอบบทบาทการเป็นตัวแปรสื่อ (Mediation Test)

ความสัมพันธ์	Bootstrapped Indirect Effect	Boot SE	Boot LLCI	Boot ULCI
TC ⟶ CSE ⟶ C	.116	.021	.076	.159

หมายเหตุ TC = คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้, CSE = การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์, C = ความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน

อภิปรายผล

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า คุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Kashdan และคณะ (2020) ที่พบว่าคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเชิงนวัตกรรม และการศึกษาในอดีตของ Hardy และคณะ (2017) โดยแนวคิดของ Mehta และ Dahl (2019) และ Amabile และ Pratt (2016) อธิบายว่า บุคคลมีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มีความรู้สึกเชิงบวกเป็นแรงจูงใจภายในในการสำรวจสิ่งรอบตัวและเพิ่มทักษะความรู้ที่จำเป็นต่อการแก้ไขปัญหาอย่างต่อเนื่อง โดยบุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม (Horstmeyer, 2020) และสามารถคิดหาทางออกจากปัญหาหลาย ๆ ทาง ทำให้เกิดแนวคิดสร้างสรรค์ที่สามารถนำไปใช้ได้จริง (Amabile & Pratt, 2016; Treffinger, 1995) โดยคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้สามารถทำนายการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ได้ด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Puente-Diaz และ Cavazos-Arroyo (2018) เนื่องจากบุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้มองความท้าทายว่าเป็นโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอ จึงไม่กลัวที่จะเผชิญกับความแปลกใหม่ในชีวิต (Karwowski, 2012) ส่งผลให้บุคคลสามารถรับกับความกดดันในขณะที่บุคคลกำลังฝึกฝนทักษะ (Bandura, 1997; Karwowski, 2012) จนกระทั่งบุคคลสามารถรับรู้ได้ถึงความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ (Tierney & Farmer, 2002) นอกจากนี้การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์สามารถทำนายความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ Tierney และ Farmer (2002) และสอดคล้องกับการศึกษาของ Qiang และคณะ (2020) ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์ของบุคคลทำนายความคิดสร้างสรรค์และงานนวัตกรรม รวมถึงงานวิจัยในอดีตของ Jaussi และ Randel (2014) เพราะเมื่อบุคคลฝึกฝนทักษะการหาทางออกที่แปลกใหม่จากปัญหาจนเกิดความชำนาญ (Qiang et al., 2020) บุคคลสามารถทำให้เกิดผลงานสร้างสรรค์ที่นำไปใช้ได้จริง (Slåtten, 2014) ผลการวิจัยครั้งนี้ยังพบอีกว่าการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์มีบทบาทการเป็นตัวแปรสื่อบางส่วนต่อความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Aungkhana และ Yuosre (2018) ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์เป็นตัวแปรสื่อที่ทำให้การฝึกใฝ่เรียนรู้ของพนักงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมด้านนวัตกรรมของพนักงาน โดยคุณสมบัติในการฝึกใฝ่เรียนรู้มีลักษณะเชิงพฤติกรรมที่ใกล้เคียงกับคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้เพื่อให้ได้องค์ความรู้ใหม่ (Hong & Fan, 2019) เพราะบุคคลที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ชอบความท้าทายและการเรียนรู้สิ่งใหม่ (Karwowski, 2012) จึงมุ่งมั่นเพิ่มเติมความรู้ และฝึกฝนทักษะจนเกิดความชำนาญ ส่งผลให้เกิดผลงานที่สร้างสรรค์ (Slåtten, 2014)

องค์การสามารถนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปประยุกต์ใช้ในการคัดเลือกบุคลากรสำหรับตำแหน่งงานที่ต้องการบุคลากรที่จำเป็นต้องมีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้เพื่อพัฒนาไปสู่ความคิดสร้างสรรค์ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญของการทำงาน โดยให้ผู้สมัครงานทำแบบสอบถามด้านคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ และผู้นำขององค์การควรเปิดโอกาสให้พนักงานได้ฝึกฝนทักษะการคิดสร้างสรรค์ โดยให้พนักงานมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายในการทำงานและหัวหน้างานมีการให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างสม่ำเสมอและยุติธรรม เมื่อบุคลากรที่มีคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้ได้ฝึกฝนทักษะการคิดสร้างสรรค์ จะทำให้มีการรับรู้ความสามารถแห่งตนเชิงสร้างสรรค์เพิ่มขึ้น ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมสร้างสรรค์งานมากขึ้นตามไปด้วย นอกจากนี้การศึกษาในอนาคตควรศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับบทบาทของการเป็นตัวแปรสื่อหรือตัวแปรปรับของความฉลาดทางอารมณ์และความปลอดภัยเชิงจิตวิทยาในความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะสงสัยใคร่รู้กับความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน ซึ่งจะมีส่วนช่วยให้บุคคลสามารถพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในกระบวนการทำงานให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลเพิ่มมากขึ้น

รายการอ้างอิง

ศุภรักษ์ ฟูเต็มวงค์ (2561). *ความสัมพันธ์ระหว่างการแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์ระหว่างผู้นำกับผู้ใต้บังคับบัญชาและความคิดสร้างสรรค์ของพนักงาน: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของการเสริมสร้างอำนาจเชิงจิตใจและแรงจูงใจภายใน*. [การค้นคว้าแบบอิสระ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

Adecco Group Thailand. (2017). *The importance of soft skills in a digital world*. Adecco. https://www.adecco.com.au/media/adecco-au/client/pdf/The-Importance-of-Soft-Skills-in-the-Digital-Age.pdf

Adobe. (2016). *State of create: 2016*. https://www.adobe.com/content/dam/acom/en/max/pdfs/AdobeStateofCreate_2016_Report_Final.pdf https://doi.org/10.3386/w24313

Amabile, T. M., & Pratt, M. G. (2016). The dynamic componential model of creativity and innovation in organizations: Making progress, making meaning. *Research in Organizational Behavior*, *36*, 157–183. https://doi.org/10.1016/j.riob.2016.10.001

Aungkhana, A., & Yuosre, F. B. (2018). Leader-member exchange, learning orientation and innovative work behavior. *Journal of Workplace Learning*, *30* (1), 32-47. https://doi.org/10.1108/JWL-01-2017-0005

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.

Caniëls, M. C. J., & Rietzschel, E. F. (2015). Organizing creativity: Creativity and innovation under constraints. *Creativity and Innovation Management*, *24*(2), 184-196. https://doi.org/10.1111/caim.12123

Chang, Y. Y., & Shih, H. Y. (2019). Work curiosity: A new lens for understanding employee creativity. *Human Resource Management Review, 29*(4), Article 100672. https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2018.10.005

Creative Education Foundation. (2015). *Creative problem-solving resource guide*. http://www.creativeeducationfoundation.org/wp-content/uploads/2015/06/CPS-Guide-6-3-web.pdf

Davidson, K. (2016, August 30). Employers find soft skills like critical thinking in short supply. Companies put more time and money into teasing out job applicants' personality traits. *The Wall Street Journal.* https://www.wsj.com/articles/employers-find-soft-skills-likecritical thinking-in-short-supply-1472549400

Hair, J. F., Jr., Black, W. C., Babin, B. J. & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis: A Global Perspective* (7th ed.). Pearson Education.

Hardy III, J. H., Ness, A. M., & Mecca, J. (2017). Outside the box: Epistemic curiosity as a predictor of creative problem solving and creative performance. *Personality and Individual Differences*, 104, 230-237. https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.08.004

Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.

Hong, J., Ye, J., & Fan, J. (2019). STEM in fashion design: The roles of creative self-efficacy and epistemic curiosity in creative performance. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, *15*(9), Article em1742. https://doi.org/10.29333/ejmste/108455

Horstmeyer, A. (2020). The generative role of curiosity in soft skills development for contemporary VUCA environments. *Journal of Organizational Change Management*, *33*(5), 737-751. https://doi.org/10.1108/JOCM-08-2019-0250

Jaussi, K. S., & Randel, A. E. (2014). Where to look? Creative self-efficacy, knowledge retrieval, and incremental and radical creativity. *Creativity Research Journal*, *26*(4), 400-410. https://doi.org/10.1080/10400419.2014.961772

Karwowski, M. (2012). Did curiosity kill the cat? Relationship between trait curiosity, creative self-efficacy and creative personal identity. *Europe's Journal of Psychology, 8*(4), 547-558. https://doi.org/10.5964/ejop.v8i4.513

Kashdan, T. B., & Fincham, F. D. (2004). Facilitating curiosity: A social and self-regulatory perspective for scientifically based interventions. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 482–503). John Wiley & Sons, Inc.

Kashdan, T. B., & Roberts, J. E. (2004). Trait and state curiosity in the genesis of intimacy: Differentiation from related constructs. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *23*(6), 792-816. https://doi.org/10.1521/jscp.23.6.792.54800

Kashdan, T. B., & Steger, M. F. (2007). Curiosity and pathways to well-being and meaning in life: Traits, states, and everyday behaviors. *Motivation and Emotion*, *31*(3), 159-173. https://doi.org/10.1007/s11031-007-9068-7

Kashdan, T. B., Disabato, D. J., Goodman, F. R., & McKnight, P. E. (2020). The Five-Dimensional Curiosity Scale Revised (5DCR): Briefer subscales while separating overt and covert social curiosity. *Personality and Individual Differences, 157*, Article 109836. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109836

Kashdan, T. B., Goodman, F. R., Disabato, D. J., McKnight, P. E., Kelso, K., & Naughton, C. (2019). Curiosity has comprehensive benefits in the workplace: Developing and validating a multidimensional workplace curiosity scale in United States and German employees. *Personality and Individual Differences*, 155, Article 109717. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109717

Kidd, C., & Hayden, B. Y. (2015). The psychology and neuroscience of curiosity. *Neuron, 88*(3), 449-460. https://doi.org/10.1016/j.neuron.2015.09.010

Kim, B. J., Park, S., & Kim, T. H. (2019). The effect of transformational leadership on team creativity: Sequential mediating effect of employee's psychological safety and creativity. *Asian Journal of Technology Innovation*, *27*(1), 90-107. https://doi.org/10.1080/19761597.2019.1587304

Litman, J. (2005). Curiosity and the pleasures of learning: wanting and liking new information, *Cognition & Emotion*, *19*(6), 793-814. https://doi.org/10.1080/02699930541000101

Mehta, R., & Dahl, D. W. (2019). Creativity: past, present, and future. *Consumer Psychology Review*, *2*(1), 30-49. https://doi.org/10.1002/arcp.1044

Puente‐Diaz, R., & Cavazos‐Arroyo, J. (2018). An exploration of some antecedents and consequences of creative self-efficacy among college students. *The Journal of Creative Behavior*, *52*(3), 256-266. https://doi.org/10.1002/jocb.149

Qiang, R., Han, Q., Guo, Y., Bai, J., & Karwowski, M. (2020). Critical thinking disposition and scientific creativity: The mediating role of creative self‐efficacy. *The Journal of Creative Behavior*, *54*(1), 90-99. https://doi.org/10.1002/jocb.347

Qu, R., Janssen, O., & Shi, K. (2017). Leader–member exchange and follower creativity: The moderating roles of leader and follower expectations for creativity. *The International Journal of Human Resource Management*, *28*(4), 603-626. https://doi.org/10.1080/09585192.2015.1105843

Royston, R., & Reiter-Palmon, R. (2017). Creative self-efficacy as mediator between creative mindsets and creative problem-solving. *The Journal of Creative Behavior*, *53*(4), 472-481. https://doi.org/10.1002/jocb.226

Silvia, P. J. (2008). Appraisal components and emotion traits: Examining the appraisal basis of trait curiosity, *Cognition and Emotion*, *22*(1), 94-113. https://doi.org/10.1080/02699930701298481

Slåtten, T. (2014). Determinants and effects of employee's creative self-efficacy on innovative activities. *International Journal of Quality and Service Sciences, 6*(4), 326-347. https://doi.org/10.1108/IJQSS-03-2013-0013

Tierney, P., & Farmer, S. M. (2002). Creative self-efficacy: Its potential antecedents and relationship to creative performance. *Academy of Management journal*, *45*(6), 1137-1148. https://doi.org/10.5465/3069429

Treffinger, D. J. (1995). Creative problem solving: overview and educational implications. *Education Psychological Review*, *7*(3), 301–312. https://doi.org/10.1007/BF02213375

Tu, Y., Lu, X., Choi, J. N., & Guo, W. (2019). Ethical leadership and team-level creativity: Mediation of psychological safety climate and moderation of supervisor support for creativity. *Journal of Business Ethics*, *159*(2), 551-565. https://doi.org/10.1007/s10551-018-3839-9

Wang, Y., Liu, J., & Zhu, Y. (2018). Humble leadership, psychological safety, knowledge sharing, and follower creativity: a cross-level investigation. *Frontiers in psychology*, *9* , Article 1727. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01727

Zhou, J., & George, J. M. (2001). When job dissatisfaction leads to creativity: Encouraging the expression of voice. *Academy of Management Journal*, *44*(4), 682-696. https://doi.org/10.5465/3069410

การปรับงานระดับกลุ่ม การปรับงานรายบุคคล และความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล: การศึกษาความสัมพันธ์ในช่วงเวลาเดียวกัน

นายติณณ์ ชุ่มใจ* และ ประพิมพา จรัลรัตนกุล
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: oradd7451@gmail.com

บทคัดย่อ

ความผูกใจมั่นในงานนับว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะทำให้การทำงานของบุคคลนั้นเป็นไปอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับงานระดับกลุ่ม การปรับงานรายบุคคลและความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล ผู้วิจัยจึงใช้แนวคิดทฤษฎีการเลียนแบบตัวแบบ และการแพร่ระบาดทางอารมณ์ภายในกลุ่ม และการปรับงานตามแนวคิดของ Wrzniewsky and Dutton (2001) ซึ่งประกอบไปด้วยการปรับงาน 3 ด้านได้แก่ การปรับงานด้านภาระงาน การปรับงานด้านความคิดต่องาน และการปรับงานด้านความสัมพันธ์ต่อเพื่อนร่วมงานเป็นตัวอธิบายว่า การปรับงานระดับกลุ่มจะมีความสัมพันธ์ต่อการปรับงานรายบุคคลและความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลในกลุ่มพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนประเภทอุตสาหกรรมอาหารในประเทศไทย *(N = 175)* อย่างไร โดยใช้มาตรวัดการปรับงานระดับกลุ่มของ Niessen et al. (2016) ที่มีการดัดแปลงข้อคำถามตามหลักของ Klein et al. (2001) มาตรวัดการปรับงานรายบุคคลของ Niessen et al. (2016) และมาตรวัดความผูกใจมั่นในงานฉบับเต็ม (UWES-17) ของ Schaufeli et al. (2006) ด้วยสถิติแบบการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างโดยใช้โปรแกรม Mplus7 ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผลการวิเคราะห์พบว่า การปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่านอิทธิพลของการปรับงานระดับกลุ่มต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล และพบอิทธิพลทางบวกระหว่างการปรับงานระดับกลุ่มและการปรับงานรายบุคคล นอกจากนี้ การปรับงานรายบุคคลยังมีอิทธิพลทางบวกต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล ซึ่งทั้งหมดที่กล่าวมาสอดคล้องกับสมมติฐานที่ 1-3 แต่อิทธิพลทางบวกของการปรับงานระดับกลุ่มและความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลนั้นไม่พบนัยสำคัญทางสถิติจึงปฏิเสธสมมติฐานที่ 4

คำสำคัญ : การปรับงานระดับกลุ่ม ความผูกใจมั่นในงาน การแพร่ระบาดทางอารมณ์ภายในกลุ่ม

COLLECTIVE JOB CRAFTING, INDIVIDUAL JOB CRAFTING AND INDIVIDUAL WORK ENGAGEMENT: CROSS-SECTIONAL STUDY

Tinn Choomjai*, Prapimpa Jarunrattanakool
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email*: oradd7451@gmail.com

Abstract

Work engagement is one of the important elements that could make individual works with efficiency and untroubled. So, to study the causal relationship of collective job craft, individual job craft and individual work engagement. The researcher uses role model learning theory, emotional contagion theory and theory of job crafting by Wrzniewsky and Duttion, 2001 which composed with 3 types of job crafting which are tasks, cognitive and relational crafting to explain how the collective job crafting would has relationship with individual job crafting and individual work engagement of the monthly employees of food industrial private company in Thailand (*N* = 175). By using the Niessen at al. (2016) 's Collective Job Crafting scale which the items were altered by the principle of Klein et al., 2001, Individual Job Crafting scale and Work Engagement scale (UWES-17) (Schaufeli et al., 2006) with structural equation model by using Mplus7 as data analyzer. The research found that individual job crafting was a mediator of collective job crafting and individual work engagement and also found a positive effect between collective job crafting and individual job crafting. Moreover, individual job crafting has a positive effect to individual work engagement which all of these accept hypothesis 1-3 but the positive effect of collective job crafting and work engagement is not statistically significant. So, it rejected Hypothesis 4

Keywords: Collective job crafting, work engagement, emotional contagion

บทนำ

เนื่องด้วยความผูกใจมั่นในงานนับว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญข้อหนึ่งของบุคคลที่มีส่วนช่วยให้เกิดประสิทธิภาพและความราบรื่นในการปฏิบัติงานมากขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะใช้แนวคิดทฤษฎีการเลียนแบบตัวแบบ และการแพร่ระบาดทางอารมณ์ภายในกลุ่ม เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการปรับงานระดับกลุ่ม การปรับงานรายบุคคลและความผูกใจมั่นในงาน โดย Schaufeli et al. (2006) ได้นิยามความผูกใจมั่นในงานว่าเป็น “ภาวะทางจิตใจที่เกี่ยวกับงานในทางบวกและเป็นที่เติมเต็มจิตใจ ซึ่งประกอบด้วยการมีพลังในการทำงาน (vigor) ความทุ่มเทในการทำงาน (dedication) และความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงาน (absorption)” (Schaufeli et al., 2006, p.72) นอกจากนี้ความผูกใจมั่นในงานนั้นยังเป็นโครงสร้างทางสุขภาวะ (well-being) ที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในงาน (job satisfaction) และมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับประสิทธิภาพในการทำงานอีกด้วย (Hirschi, 2012, p. 479) ซึ่งในภายหลัง Schaufeli et al. (2016) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการปรับงานและความผูกใจมั่นในงาน โดยเสนอว่าความผูกใจมั่นในงานนี้เป็นขั้วตรงกันข้ามกับภาวะเบื่องาน (job boredom) เมื่อบุคคลประสบกับภาวะเบื่องานมักขาดมุมมองว่างานของตนนั้นมีความสำคัญ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าภาวะเบื่องานนั้นเป็นตัวแปรทำนายการปรับงานในเชิงการเพิ่มทรัพยากรโครงสร้างในงานในทางลบ กล่าวคือเมื่อพนักงานมีภาวะเบื่องานมากจะทำให้บุคคลนั้นมีพฤติกรรมปรับงานน้อย (Harju et al., 2016) ความผูกใจมั่นในงานยังเป็นตัวแปรทำนายทางลบกับเจตนาการลาออก (turnover intention) โดย Roodt and Plooy (2010) ได้ศึกษาตัวแปรที่ทำนายเจตนาการลาออก ซึ่งผลการวิจัยนั้นพบว่า ทั้งพฤติกรรมการเป็นสมาชิกในองค์การ (organizational citizenship behavior) และความผูกใจมั่นในงานมีอิทธิพลทางลบกับเจตนาในการลาออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเจณิกา วังสถาพร (2555) ซึ่งพบว่าความผูกใจมั่นในงานมีอิทธิพลทางลบต่อความเหนื่อยหน่ายในงาน กล่าวคือ บุคคลที่มีการทำงานแบบผูกใจมั่นในงานสูงนั้นจะมีแนวโน้มที่จะรู้สึกเหนื่อยหน่ายในงานต่ำ โดยจากงานวิจัยข้างต้นจึงจัดได้ว่า ความผูกใจมั่นในงานนั้นเป็นเจตคติที่ดีต่อการทำงานและมีอิทธิพลทางลบต่อความเหนื่อยหน่ายในงานและเจตนาที่จะลาออก ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำความผูกใจมั่นในงานมาใช้ศึกษาเป็นตัวแปรเกณฑ์ของการศึกษาในครั้งนี้ นอกจากนี้ งานวิจัยในปัจจุบันสนใจนำการปรับงานมาเป็นตัวแปรทำนายเจตคติทางบวกในการทำงานมากขึ้น โดยที่มีงานวิจัยที่พบความสัมพันธ์ทางบวกของการปรับงาน (job crafting) ต่อความผูกมั่นในงานและประสิทธิภาพในการทำงาน (Bakker et al., 2012) และยังพบว่าการปรับงานนั้นมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อความพึงพอใจในงาน และความผูกพันต่อองค์การ (organization commitment) นอกจากนี้การปรับงานยังเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานส่วนบุคคลและลดภาวะการขาดงานได้อีกด้วย (Ghitulescu, 2006) โดยส่วนมากแล้วการปรับงานมักมุ่งเน้นไปที่ระดับบุคคลเท่านั้น แต่ Leana (2009) ได้เสนอว่าการปรับงานนั้นสามารถเกิดได้ในระดับกลุ่มเช่นกัน ซึ่งทำการทดลองการทำงานร่วมกันของกลุ่มครูปฐมวัยพบว่า ผู้สอนที่มีการปรับงานในระดับกลุ่มจะได้รับการประเมินจากผู้ประเมินภายนอกว่ามีประสิทธิภาพในการดูแลเด็กปฐมวัยที่ดีมีคุณภาพสูง นอกจากนี้การปรับงานระดับกลุ่มยังมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อความผูกพันต่อองค์การระดับบุคคลและความพึงพอใจในงานอีกด้วย และ Tims et al. (2013) ได้นำแนวคิดของการปรับงานระดับกลุ่มไปทำการวิจัยต่อโดยการตั้งสมมติฐานว่าการปรับงานระดับกลุ่มที่อิงตามทฤษฎีความต้องการในงานและทรัพยากรในงาน (Job Demands-Resources Theory หรือ JD-R Theory) จะมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อผลการปฏิบัติงานของทีม (team performance) ซึ่งส่งต่อไปยังความผูกใจมั่นในงานของทีม (team work engagement) ซึ่งได้อิงทฤษฎีทางจิตวิทยาสังคมที่เกี่ยวกับบรรทัดฐาน (norm) การเลียนแบบตัวแบบ (modeling) และการแพร่ระบาดทางอารมณ์ (emotional contagion) ภายในกลุ่ม ซึ่งจากทฤษฎีเหล่านี้ทางกลุ่มผู้วิจัยในงานนี้พบการปรับงาน ประสิทธิภาพในการทำงาน และความผูกใจมั่นในงานของทีมมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อการปรับงานรายบุคคล (individual job crafting) ผลการปฏิบัติงานของบุคคล (individual work performance) และความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล (individual work engagement) เช่นกัน

ด้วยปัญหาที่เกิดขึ้นเหล่านี้ ผู้วิจัยจึงเกิดความสนใจที่จะต่อยอดจากงานวิจัยนี้โดยอิงตามโมเดลงานวิจัยของ Tims et al. (2013) โดยที่ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะใช้แนวคิดการปรับงานของ Wrzniewki and Dutton (2001) อันเนื่องมาจากการอภิปรายของ Bogaert et al. (2013) ที่กล่าวว่า “ปัจจัยที่ทำให้ผลปฏิบัติงานของพยาบาลเป็นไปในทางใดขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ต่อแพทย์เจ้าหน้าที่ทางสุขภาพคนอื่น ๆ และผู้นำของตน เช่น การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเกี่ยวกับงานของตนและการได้รับการสนับสนุนทางทรัพยากรที่ถูกต้องและเหมาะสม” (Bogaert et al, 2013, p. 679) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการปรับงานด้านความสัมพันธ์ต่อเพื่อนร่วมงานและความต้องการที่จะศึกษาการปรับงานของบุคลากรพยาบาลจาก “ตนเอง (self)” ซึ่งสอดคล้องกับการปรับงานตามแนวคิด Wrzniewski and Dutton (2001) ที่ Niessen et al. (2016) ได้ระบุความแตกต่างระหว่างแนวคิดการปรับงานและความต้องการในงานและทรัพยากรในงานไว้ ดังนั้น ผู้วิจัยต้องการจะทดสอบว่าการปรับงานระดับกลุ่มตามแนวคิดการปรับงานของ Wrzniewski and Dutton (2001) นั้นจะมีความสัมพันธ์ต่อการปรับงานรายบุคคลและความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลหรือไม่

งานวิจัยนี้จึงจะศึกษาอิทธิพลของการปรับงานระดับกลุ่มต่อการปรับงานรายบุคคล และความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลโดยใช้การศึกษาแบบช่วงเวลาเดียวกัน *ในกลุ่มพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนประเภทอุตสาหกรรมอาหารในประเทศไทย*

สมมติฐานการวิจัย

การศึกษาความสัมพันธ์ในช่วงเวลาเดียวกัน

สมมติฐานที่ 1: การปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่านอิทธิพลของการปรับงานระดับกลุ่มต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล

สมมติฐานที่ 2: การปรับงานระดับกลุ่มมีอิทธิพลทางบวกต่อการปรับงานรายบุคคล

สมมติฐานที่ 3: การปรับงานรายบุคคลมีอิทธิพลทางบวกต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล

สมมติฐานที่ 4: การปรับงานระดับกลุ่มมีอิทธิพลทางบวกต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล

ตัวแปร

ตัวแปรทำนาย การปรับงานระดับกลุ่ม (collective job crafting) ซึ่งประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบ คือ การปรับภาระงาน การปรับความสัมพันธ์ และการปรับความคิด

ตัวแปรเกณฑ์ ความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล (individual work engagement) ซึ่งประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบ คือ การมีพลังในการทำงาน ความทุ่มเทในการทำงาน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงาน

ตัวแปรส่งผ่าน การปรับงานรายบุคคล (individual job crafting) ซึ่งประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบ คือ การปรับภาระงาน การปรับความสัมพันธ์ และการปรับความคิด

คำจำกัดความ

การปรับงานระดับกลุ่ม หมายถึง พฤติกรรมของกลุ่มพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนที่มีการปรับงานทั้ง 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การปรับภาระงาน การปรับความสัมพันธ์ และการปรับความคิดในช่วงเวลาระหว่าง 1 สัปดาห์ก่อนการตอบแบบสอบถามของพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนในกลุ่ม โดยนิยามเชิงปฏิบัติการ หมายถึง คะแนนที่ได้จากมาตรวัดการปรับงานระดับกลุ่มของ Niessen et al. (2016) ที่ได้รับการดัดแปลงข้อคำถามตามหลักของ Klein et al. (2001) มี 3 องค์ประกอบ โดยมีลักษณะการวัดเป็นการประมาณค่า 5 ระดับ คะแนนยิ่งสูง หมายถึง ยิ่งมีการปรับงานระดับกลุ่มบ่อยครั้ง

การปรับงานรายบุคคล หมายถึง พฤติกรรมของพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนที่มีการปรับงานด้วยตนเอง ทั้ง 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การปรับภาระงาน การปรับความสัมพันธ์ และการปรับความคิดในช่วงระหว่าง 1 สัปดาห์ก่อนการตอบแบบสอบถามของพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชน โดยนิยามเชิงปฏิบัติการ หมายถึง คะแนนที่ได้จากมาตรวัดการปรับงานรายบุคคลของ Niessen et al. (2016) ซึ่งมี 3 องค์ประกอบ โดยมีลักษณะการวัดเป็นการประมาณค่า 5 ระดับ คะแนนยิ่งสูง หมายถึง ยิ่งมีการปรับงานบ่อยครั้ง

ความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล หมายถึง ภาวะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับงานในทางบวกโดยมีองค์ประกอบหลัก 3 องค์ประกอบ ได้แก่ “การมีพลังในการทำงาน (vigor) หมายถึง การมีระดับพลังงานและมีการฟื้นตัวทางจิตในขณะทำงานที่สูง มีความตั้งใจที่จะลงทุนลงแรงในงานของตน และมีความอดทนต่อความยากลำบากต่าง ๆ ความทุ่มเทในการทำงาน (dedication) หมายถึง มีความเกี่ยวข้องกับงานของตนอย่างแรงกล้าและมีความรู้สึกของความสำคัญ, ความกระตือรือร้น, แรงบันดาลใจ และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงาน (absorption) หมายถึง มีสมาธิและหลอมรวมกับงานอย่างมีความสุข รู้สึกว่าเวลาผ่านไปเร็ว และยากที่จะแยกตนออกจากงาน นิยามเชิงปฏิบัติการหมายถึง คะแนนที่ได้จากมาตรวัดความผูกใจมั่นในงาน (Schaufeli et al., 2006) ซึ่งมี 3 องค์ประกอบ โดยมีลักษณะการวัดเป็นการประมาณค่า 5 ระดับ คะแนนยิ่งสูง หมายถึง บุคคลนั้นยิ่งมีความผูกใจมั่นในงานมาก

พนักงานรายเดือนบริษัทเอกชน หมายถึง บุคคลที่ปฏิบัติงานในกลุ่มบริษัทเอกชนประเภทอุตสาหกรรมอาหารในประเทศไทยที่มีอายุงานในองค์การปัจจุบันไม่ต่ำกว่า 1 ปี

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

พนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนประเภทอุตสาหกรรมอาหารในประเทศไทย จำนวน 175 คน จากบริษัทในประเทศไทย จำนวน 2 บริษัท ที่มีอายุงานในองค์การปัจจุบันไม่ต่ำกว่า 1 ปี

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบไปด้วย 4 ส่วน คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปได้แก่ เพศ อายุของตน อายุในองค์กร และอายุในสายงาน ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้นมาเอง
2. มาตรวัดการปรับงานรายบุคคล จำนวน 9 ข้อ ผู้วิจัยได้ทำการแปลมาจาก Niessen et al. (2016)
3. มาตรวัดการปรับงานระดับกลุ่ม จำนวน 9 ข้อ ผู้วิจัยใช้หลักการแปลงข้อกระทงของมาตรวัดการปรับงานรายบุคคลโดยใช้ Referent-Shift Composition Model (Klein et al., 2001)
4. มาตรวัดความผูกใจมั่นในงาน จำนวน 17 ข้อ ผู้วิจัยทำการแปลมาจากมาตรวัด UWES-17 (Schaufeli et al., 2006)

วิธีการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยการนำมาตรซึ่งผ่านการประเมินภาษาไปทดลองใช้กับกลุ่มพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริงจำนวน 100 คน จากนั้นจึงนำไปวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้อกระทงอื่นในมาตรวัด (corrected item-total correlation: CITC) เปรียบเทียบกับค่าวิกฤติของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน [$r(114) = .159$, $\alpha = .05$ (หนึ่งหาง)] ผลการวิเคราะห์พบว่า มาตรวัดทั้งสามมาตรไม่ต้องตัดข้อกระทง โดยมีรายละเอียดตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1

ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นในมาตรวัด (CITC)

มาตรวัด	จำนวนข้อ	α	CITC
มาตรวัดการปรับงานระดับกลุ่ม (Niessen et al., 2016)	9	.870	.49 - .68
มาตรวัดการปรับงานรายบุคคล (Niessen et al., 2016)	9	.864	.38 - .70
มาตรวัดความผูกใจมั่นในงาน (Schaufeli et al., 2006)	17	.943	.44 - .78

จากนั้นจึงนำไปทดสอบหาค่าความเที่ยงโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์ของครอนบาค และตรวจสอบความตรงเชิงภาวะสันนิษฐาน

ผู้วิจัยได้นำมาตรวัดที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแล้วทั้งสามมาตรวัดไปดำเนินการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างด้วยแบบสอบถามแบบเอกสาร ผู้วิจัยจะเลือกแบบสอบถามที่ครบถ้วนสมบูรณ์มาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป กลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในขั้นตอนการเก็บข้อมูลจริงนี้เป็นพนักงานรายเดือนบริษัทเอกชนประเภทอุตสาหกรรมอาหารในประเทศไทย จำนวน 175 คน ซึ่งได้มาจากการใช้โปรแกรม G*Power โดยใช้สถิติสมการเชิงเส้นถดถอย (Linear Multiple Regression) โดยมีการตั้งค่าดังนี้ $f^2 = .08$ α err prob = .05 Power = .95 number of predictors = 1 ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 165 คน ผู้วิจัยทำการเก็บเพิ่มอีก 10 คน เป็น 175 คน เพื่อป้องกันการได้ข้อมูลต่ำกว่าเกณฑ์ ผู้วิจัยดำเนินการแจกและจัดเก็บเอกสารด้วยตนเองด้วยวิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างตามสะดวก โดยหากผู้ตอบแบบสอบถามมีข้อสงสัยสามารถติดต่อกับทางผู้วิจัยได้ด้วยอีเมล์ที่แนบไปกับแบบสอบถาม แบบสอบถามไม่มีข้อมูลขาดหาย

ผลการวิจัย

การศึกษาการวิเคราะห์อิทธิพลระหว่างปรับงานระดับกลุ่ม และความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลโดยมีการปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่าน

จากการวิเคราะห์ข้อมูลกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นชาย 45 คน (ร้อยละ 25.7) เป็นหญิง 130 คน (ร้อยละ 74.3) อายุตั้งแต่ 20-70 ปี ($M = 38.95$, $SD = 11.608$) โดยอยู่ในช่วง 20-30 ปีมากที่สุด 58 คน รองลงมาคือ 41-50 ปี 48 คน อายุในองค์กรตั้งแต่ 1-36 ปี ($M = 13.52$, $SD = 11.90$) มากที่สุดคือ 1-5 ปี 80 คน รองลงมาคือ 26-30 ปี 23 คน อายุในสายงานตั้งแต่ 1-36 ปี ($M = 14.18$, $SD = 11.84$) มากที่สุดคือ 1-5 ปี 74 คน รองลงมาคือ 31 ปีขึ้นไป 22 คน

ส่วนผลการวิเคราะห์สถิติพื้นฐานของตัวแปรที่สังเกตได้ ได้แก่ การปรับภาระงานระดับกลุ่ม การปรับความคิดระดับกลุ่ม การปรับความสัมพันธ์ระดับกลุ่ม การปรับภาระงานรายบุคคล การปรับความคิดรายบุคคล การปรับความสัมพันธ์รายบุคคล การมีพลังในการทำงาน ความทุ่มเทในการทำงาน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงาน โดยผลการวิเคราะห์ประกอบไปด้วย ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย ค่าความโด่ง และค่าความเบ้

ตัวแปรที่สังเกตได้มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.96 – 3.62 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานตั้งแต่ .84 – 1.07 มีค่าสัมประสิทธิ์การกระจายตั้งแต่ .26 - .37 ข้อมูลตัวแปรส่วนใหญ่มีลักษณะเบ้ซ้าย โดยมีค่าความเบ้ตั้งแต่ .31 ถึง -.46 และมีค่าความโด่งต่ำ โดยมีค่าตั้งแต่ -1.09 ถึง -.25 เมื่อทดสอบการแจกแจงปกติด้วยการทดสอบ Kolmogorov – Smirnov พบว่าตัวแปรทุกตัวมีการแจกแจกไม่เป็นโค้งปกติที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 และ .05 ค่าความเบ้และค่าความโด่งของตัวแปรเมื่อหารด้วยค่าความคลาดเคลื่อนแล้วอยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ กล่าวคือ เมื่อค่าความเบ้หารด้วยค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานแล้วน้อยกว่าหรือเท่ากับค่าสัมบูรณ์ของ 3 และค่าความโด่งเมื่อหารด้วยความคลาดเคลื่อนมาตรฐานแล้วน้อยกว่าหรือเท่ากับค่าสัมบูรณ์ของ 8 (Kline, 2015) ตามตารางที่ 2

ตารางที่ 2

ค่าสหสัมพันธ์และข้อมูลพื้นฐานของตัวแปรสังเกตได้

		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	CJTC	1								
2	CJCC	.605**	1							
3	CJRC	.598**	.526**	1						
4	IJTC	.684**	.582**	.537**	1					
5	IJCC	.577**	.785**	.400**	.596**	1				
6	IJRC	.516**	.448**	.690**	.596**	.484**	1			
7	WEVIG	.604**	.602**	.464**	.653**	.682**	.406**	1		
8	WEDED	.545**	.617**	.449**	.621**	.637**	.430**	.835**	1	
9	WEABS	.610**	.688**	.488**	.654**	.699**	.401**	.887**	.858**	1
	M	3.15	3.62	2.91	3.15	3.68	2.96	3.34	3.34	3.40
	SD	.89	.99	1.07	.84	1.02	1.01	.93	.87	.91
	CV	.28	.27	.37	.27	.28	.34	.28	.26	.27
	SK	.25	-.37	.31	.07	-.46	.17	.03	-.10	-.03
	KU	-.25	-.51	-.78	-.46	-.75	-.69	-1.09	-.84	-.87

**$p < .01$ (2-tailed).

SE_{SK} = .18, SE_{KU} = .37

M = ค่าเฉลี่ย SD = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน CV = ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย SK = ค่าความเบ้ KU = ค่าความโด่ง

SE_{SK} = ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของความเบ้ SE_{KU} = ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของความโด่ง

สำหรับค่าองค์ประกอบที่มีความสำคัญของตัวแปรที่สังเกตได้ของตัวแปรแฝงการปรับงานระดับกลุ่มนั้น ผู้วิจัยพบว่าด้านที่มีองค์ประกอบที่มีน้ำหนักสำคัญมากที่สุดคือด้านการปรับภาระงาน รองลงมาคือการปรับความคิด และการปรับความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน โดยอยู่ที่ค่า .824 .774 และ .698 ตามลำดับ ส่วนการปรับงานรายบุคคลนั้น ผู้วิจัยพบว่าด้านที่มีมากสุดคือ การปรับภาระงาน รองลงมาคือการปรับความคิด และการปรับความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานเช่นกัน โดยอยู่ที่ .846 .767 และ .654 ตามลำดับ สุดท้ายคือความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลโดยมีด้านที่มีค่าองค์ประกอบสำคัญสูงสุดคือด้านความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงานที่ .955 การมีพลังในการทำงานอยู่ในระดับเท่ากันที่ .930 และความทุ่มเทในการทำงานที่ .898

ส่วนผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรทั้งสาม ผู้วิจัยพบอิทธิพลทางตรงในทางบวกระหว่างการปรับงานระดับกลุ่ม และการปรับงานรายบุคคลที่ β = .909 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 และพบอิทธิพลทางตรงในทางบวกของการปรับงานรายบุคคลและความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลที่ β = .589 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ผู้วิจัยยังพบอิทธิพลรวมในทางบวกระหว่างการปรับงานระดับกลุ่ม และความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลโดยมีการปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่านที่ β = .797 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญที่ .05 โดยมีขนาดก่อนมีตัวแปรส่งผ่านที่ β =.262 แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4

ผู้วิจัยขอนำเสนอผลการวิเคราะห์อิทธิพลของตัวแปรทั้งสามตามตารางที่ 3 และภาพที่ 1

ตารางที่ 3

อิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวม ระหว่างความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล และความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล โดยมีการปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ตัวแปรผล	R^2	อิทธิพล	ตัวแปรเชิงสาเหตุ	
			CJC	IJC
IJC	.826	DE	.909***	-
		IE	-	-
		TE	.909***	-
WE	.695	DE	.262	.589**
		IE	.535**	-
		TE	.797***	.589**

$\chi^2(22, N = 175) = 63$, $\chi^2/df = 2.88$, $p = 0$, RMSEA = .002, CFI = .969, TLI = .949, SRMR = .042

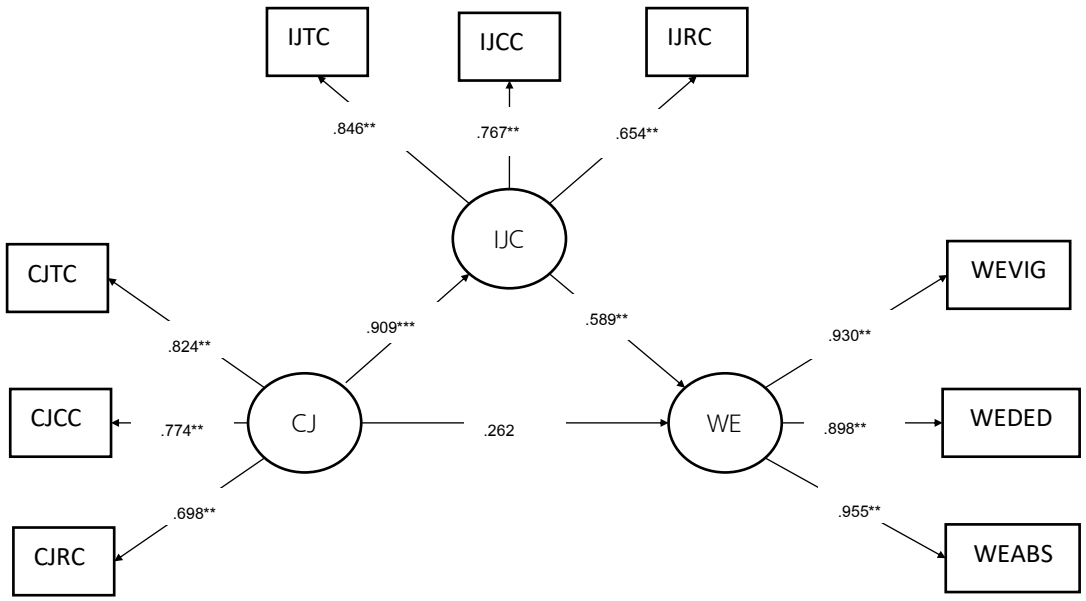
CJC = Collective Job Crafting, IJC = Individual Job Crafting, WE = Individual Work Engagement

DE = Direct Effect, IE = Indirect Effect, TE = Total Effect

*** $p < .001$ ** $p < .05$

ภาพที่ 1

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการปรับงานระดับกลุ่ม ความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล โดยมี การปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่าน



CJC	การปรับงานระดับกลุ่ม	CJTC	การปรับภาระงานระดับกลุ่ม
IJC	การปรับงานรายบุคคล	CJCC	การปรับความคิดระดับกลุ่ม
WE	ความผูกใจมั่นในงานรายบุคคล	CJRC	การปรับความสัมพันธ์ระดับกลุ่ม
IJTC	การปรับภาระงานรายบุคคล	WEVIG	การมีพลังในการทำงาน
IJCC	การปรับความคิดรายบุคคล	WEDED	ความทุ่มเทในการทำงาน
IJRC	การปรับความสัมพันธ์รายบุคคล	WEABS	ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงาน

อภิปรายผล

ผลการวิจัยพบว่า การปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่านอิทธิพลของการปรับงานระดับกลุ่มต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 การที่กลุ่มของพนักงานมีการปรับงานเกิดขึ้น จึงทำให้มีบรรทัดฐาน (norm) ในการทำงานที่พนักงานผู้เป็นสมาชิกอาจต้องปฏิบัติตามเพื่อให้การทำงานนั้นเป็นไปอย่างราบรื่นขึ้น นอกจากบุคคลนั้นจะทำตามบรรทัดฐานแล้วก็อาจเป็นการเลียนแบบตัวแบบทางสังคมการทำงานในกลุ่มนั้น ๆ จึงทำให้ตัวพนักงานเกิดการปรับงานของตัวเองขึ้น เมื่อทั้งกลุ่มและพนักงานที่เป็นสมาชิกนั้นมีการปรับงานที่สอดคล้องกัน ก็อาจเป็นผลให้การทำงานของกลุ่มมีความราบรื่นและสะดวกใจต่อการทำงานขึ้นซึ่งเมื่อสะดวกใจขึ้นแล้วพนักงานก็จะเกิดความผูกใจมั่นในงานที่ตนทำอยู่ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Tims et al. (2013) ซึ่งเป็นงานวิจัยเรื่องแนวคิดการปรับงานระดับกลุ่มและการปรับงานรายบุคคลเพื่อประยุกต์ใช้กับความผูกใจมั่นในงานและประสิทธิภาพในการทำงาน โดยผลการวิจัยพบว่าทั้งการปรับงานระดับกลุ่มและรายบุคคลมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับประสิทธิภาพในการทำงานโดยผ่านความผูกใจมั่นในงานระดับกลุ่มและรายบุคคล

การปรับงานระดับกลุ่มมีอิทธิพลทางบวกต่อการปรับงานรายบุคคลซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ซึ่งอาจอภิปรายได้ดังนี้ เมื่อกลุ่มของบุคคลเกิดการปรับงานขึ้นก็จะทำให้กลุ่มนั้นเกิดบรรทัดฐานใหม่ขึ้นมา และการปรับงานนั้นอาจทำให้เกิดการแพร่ระบาดทางอารมณ์ (Emotional Contagion) ต่อไปที่สมาชิกรายบุคคลซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Tims et al. (2013) ซึ่งเป็นงานวิจัยเรื่องแนวคิดการปรับงานระดับกลุ่มและการปรับงานรายบุคคลเพื่อประยุกต์ใช้กับความผูกใจมั่นในงานและประสิทธิภาพในการทำงาน โดยพบว่าการปรับงานระดับกลุ่มมีความสัมพันธ์กับการปรับงายบุคคล

การปรับงานรายบุคคลมีอิทธิพลทางบวกต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ 3 เมื่อพนักงานเกิดการปรับงานแล้วทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ การปรับงานด้านภาระงาน การปรับงานด้านความคิดที่มีต่องาน การปรับงานด้านความสัมพันธ์ต่อเพื่อนร่วมงาน งานที่พนักงานทำอยู่จะมีความราบรื่นและสะดวกใจต่อพนักงานมากขึ้นอาทิเช่นการเปลี่ยนแปลงวิธีการสื่อสารต่อเพื่อนร่วมงานหรือการจัดสรรงานที่นายมอบหมาย จึงอาจเป็นผลให้พนักงานเกิดความผูกใจมั่นในงานมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Chen et al. (2014) ซึ่งพบว่าทั้งการปรับงานระดับกลุ่มและรายบุคคลนั้นมีความสัมพันธ์กับความผูกใจมั่นในงาน โดยที่ระบุด้วยว่าการปรับงานรายบุคคลนั้นเป็นตัวแปรทำนายความผูกใจมั่นในงานที่ดีกว่าการปรับงานระดับกลุ่ม

การปรับงานระดับกลุ่มมีอิทธิพลทางบวกต่อความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลแต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ 4 ผู้วิจัยอาจอภิปรายได้ว่าการที่ในกลุ่มนั้นมีการปรับงานเกิดขึ้นแต่ถ้าตัวบุคคลที่เป็นสมาชิกในกลุ่มไม่มีการปรับงานตามก็อาจไม่เป็นผลให้ความผูกใจมั่นในงานของบุคคลนั้นเปลี่ยนแปลงได้ หรืออาจเป็นเพราะลักษณะงานของบุคคลนั้นอาจเป็นงานที่ตัวอย่างเล็งเห็นว่าไม่มีความจำเป็นต้องปรับงานตามกลุ่มของตนก็ได้ หรืออาจเป็นเพราะสถานการณ์โควิด 19 ที่เป็นเหตุให้ลักษณะงานของกลุ่มตัวอย่างบางรายเปลี่ยนแปลงไป

ข้อเสนอแนะการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าการปรับงานรายบุคคลเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างการปรับงานระดับกลุ่มและความผูกใจมั่นในงานรายบุคคลในช่วงเวลาเดียวกันได้ ดังนั้นองค์การอาจช่วยเสริมให้พนักงานเกิดความผูกใจมั่นในงานมากขึ้นโดยการจัดกิจกรรมหรืออบรมในเชิงสนับสนุนให้ใช้การปรับงานในกลุ่มเพื่อให้พนักงานสามารถปรับให้งานมีความเหมาะสมกับตนมากขึ้น

รายการอ้างอิง

เจณิกา วังสถาพร. (2555). *การติดงานและความผูกใจมั่นในงาน: สาเหตุเชิงแรงจูงใจ และผลด้านความเหนื่อยหน่ายในงาน* [วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต]. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Bakker, A., Tims, M., & Derks, D. (2012). Proactive personality and job performance: The role of job crafting and work engagement. *Human Relations*, *65*(10), 1359-1378.

Leana, C. A. (2009). Work process and quality of care in early childhood education: The role of job crafting. *Academy of Management Journal*, *52*(6), 1169-1192.

Ghitulescu, B. (2006). *Job crafting and social embeddedness at work*. [Unpublished doctoral dissertation]. University of Pittsburgh.

Hirschi, A. (2012). Callings and Work Engagement: Moderated Mediation Model of Work Meaningfulness, Occupational Identity, and Occupational Self-Efficacy. *Journal of Counseling Psychology*, *59*(3), 479-485.

Du Plooy, J., & Roodt, G. (2010). Work engagement, burnout and related constructs as predictors of turnover intentions. *Journal of Industrial Psychology*, *36*(1), 1-13.

Klein, K. J., Conn, A. B., Smith, D. B., & Sorra, J. S. (2001). Is everyone in agreement? An exploration of within-group agreement in employee perceptions of the work environment. *Journal of Applied Psychology*, *86* (1), 3-16.

Kline, R. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling.* Guilford publications.

Harju, L. K., Hakanen, J. J., & Schaufeli, W. B. (2016). Can job crafting reduce job boredom and increase work engagement? A three-year cross-lagged panel study. *Journal of Vocational Behavior*, *95*, 11-20.

Niessen, C., Weseler, D., & Kostova, P. (2016). When and why do individuals craft their jobs? The role of individual motivation and work characteristics for job crafting. *Human Relations*, *69*(6), 1287-1313.

Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., & Salanova, M. (2006). The Measurement of Work Engagement With a Short Questionnaire. *Educational and Psychological Measurement*, *66*(4), 701-716.

Wrzesniewski, A., & Dutton, J. E. (2001). Crafting a job: Revisioning employees as active crafters of their work. *Academy of Management Review*, *26*(2), 179-201.

Tims, M., Bakker, A. B., Derks, D., & Rhenen, W. V. (2013). Job Crafting at the Team and Individual Level: Implications for Work Engagement and Performance. *Group & Organization Management*, *38*(4), 427–454.

อิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

ชัญญาภรณ์ ประทุม, ณัฐชา เห-รา, ธัญพร เหล็กคำ, นิธินาถ เลาหะตานนท์, นฤมล เอี่ยมโภคทรัพย์, พันกร กลิ่นเลิศ, ภาวินี พุทธานนท์*, รักตะวัน พวงศรี, อภิสิทธิ์ คุณชัยเกษม, ศยามล เอกะกุลานันต์, ถวัลย์ เนียมทรัพย์, ทรรศนะ ใจชุ่มชื่น, ศิรินภา จามรมาน, และ วรพจน์ สุทธิสัย
ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: pawinee.put@ku.th

บทคัดย่อ

ปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่จะทำให้องค์การประสบความสำเร็จได้ คือ ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน ซึ่งจะเกิดขึ้นได้เมื่อบุคลากรตระหนักในสิ่งที่องค์การทำทั้งต่อบุคลากรในองค์การและสังคม รวมทั้งการที่บุคลากรมีความพึงพอใจในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ บรรยากาศองค์การและความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร และ 2) อิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างคือบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 128 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า 1) สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจโดยรวมและรายด้าน: การกำกับดูแลกิจการที่ดี, การประกอบธุรกิจด้วยความเป็นธรรม, ความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค, การร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม, การดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม บรรยากาศองค์การโดยรวมและรายด้าน: โครงสร้าง, มาตรฐาน, ความรับผิดชอบ, การยอมรับ, การสนับสนุน, ความผูกพัน และความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับค่อนข้างสูง และ 2) สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม บรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบและด้านความผูกพัน สามารถร่วมกันพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครได้ร้อยละ 44.5 (R^2_{adj} = .445) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยบรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบสามารถพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานได้มากที่สุด (β = .494) ดังนั้นโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครสามารถนำผลที่ได้จากการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมบุคลากรให้เกิดความยึดมั่นผูกพันของพนักงานได้ เช่น การส่งเสริมให้เกิดสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน การสร้างบรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบและด้านความผูกพัน เป็นต้น

คำสำคัญ : สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ บรรยากาศองค์การ ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน

INFLUENCE OF WORK-LIFE BALANCE, CORPORATE SOCIAL RESPONSIBILITY, AND ORGANIZATIONAL CLIMATE ON EMPLOYEE ENGAGEMENT OF EMPLOYEES OF A HOTEL IN BANGKOK

Chunyapon Prathum, Nutcha Hera, Tanyapon Lakkum, Nithinart Laohatanon, Naruemon Aiempokkasap, Pankorn Klinloet, Pawinee Putthanon*, Raktawan Phoungsri, Apisit Kunchaikaseam, Sayamon Akakulanan, Thawan Nieamsup, Tassana Jaichumchuen, Sirinapa Jamornmarn, and Worapote Suthisai
Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University

Corresponding author email*: pawinee.put@ku.th

Abstract

One of the most important factors for the success of the organization is employee engagement. This can happen when employees are aware of what the organization is doing for the employees in the organization and society and satisfy with their personal and working life. The objectives of this research were to study: 1) level of work-life balance, corporate social responsibility, organizational climate, and employee engagement of employees of a hotel in Bangkok and 2) influence of work-life balance, corporate social responsibility, and organizational climate on employee engagement of employees of a hotel in Bangkok. The samples in this research consisted of 128 employees of a hotel in Bangkok. Data were collected by questionnaires and analyzed by statistical packages for research. The statistics used for data analysis were percentage, mean, standard deviation, Pearson's product moment correlation coefficient, and stepwise multiple regression analysis. The results of study were: 1) Work-life balance; overall corporate social responsibility and in the aspect of good corporate governance, fair business conduct, accountability to consumers, community and social development participation, and the environmental preservation; overall organizational climate and in the aspect of structure, standard, responsibility, recognition, support, and commitment; and employee engagement of employees of a hotel in Bangkok were quite high level. 2) Work-life balance; corporate social responsibility in the aspect of community and social development participation; and organizational climate in the aspect of responsibility and commitment could jointly predict employee engagement of employees of a hotel in Bangkok up to 44.5 percent (R^2_{adj} = .445) at .001 statistical significance level. The organizational climate in the aspect of responsibility was the strongest predictor of employee engagement (β = .494). Therefore, a hotel in Bangkok can apply the research results as a guideline to encourage employee engagement such as promoting a work-life balance and creating an organizational climate in the aspect of responsibility and commitment.

Keywords: Work-life balance, corporate social responsibility, organizational climate, employee engagement

บทนำ

การที่องค์การจะประสบความสำเร็จเป็นไปตามเป้าหมายขององค์การ สิ่งสำคัญที่จะเป็นตัวขับเคลื่อนให้เป็นไปตามเป้าหมายและวิสัยทัศน์ คือ บุคลากร ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติงานเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่เป็นไปตามเป้าหมายขององค์การ ดังนั้นในปัจจุบันองค์การต่าง ๆ จึงเห็นคุณค่า ให้ความสำคัญ และใส่ใจในตัวบุคลากรเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากเมื่อมองจากผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นกับองค์การ บุคลากรที่มีประสิทธิภาพในการทำงานสูง มีความตั้งใจในการทำงาน ผลการปฏิบัติงานก็จะดี ผลผลิตย่อมสูงตามไปด้วย ในทางกลับกันถ้าบุคลากรมีประสิทธิภาพในการทำงานต่ำ ไม่มีความตั้งใจในการทำงาน ผลการปฏิบัติงานก็จะแย่ ผลผลิตย่อมไม่เป็นไปตามความต้องการขององค์การ ดังนั้นปัจจัยหนึ่งที่จะทำให้ผลการปฏิบัติงานของบุคลากรดีขึ้น ผลผลิตสูงขึ้น และองค์การประสบความสำเร็จตามเป้าหมายและวิสัยทัศน์ คือ การที่บุคลากรมีความยึดมั่นผูกพันของพนักงานซึ่งมีผลต่อการทำงานของบุคลากรที่เป็นส่วนทำให้เกิดความสำเร็จขึ้นภายในองค์การ สอดคล้องกับที่ ISR (2004, อ้างถึงใน รักษ์รัศมี วุฒิมานพ, 2555) กล่าวว่า บุคลากรที่มีความยึดมั่นผูกพันในงานจะมีความเต็มใจที่จะทุ่มเทอย่างสุดความสามารถ และพร้อมที่จะปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ขององค์การ เพื่อช่วยให้องค์การบรรลุเป้าหมาย

สำหรับโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครเป็นองค์การที่ทำธุรกิจในด้านการบริการ ดังนั้นสิ่งสำคัญสำหรับงานบริการ คือ การที่บุคลากรในองค์การมีความเป็นมิตร รักในการบริการ ปฏิบัติต่อผู้ที่มาใช้บริการด้วยความสุภาพเรียบร้อย และมีความเต็มใจในการให้บริการแก่ผู้ที่มาใช้บริการซึ่งจะทำให้ลูกค้าหรือบุคคลที่เข้ารับบริการรู้สึกพึงพอใจในการบริการ รวมถึงอาจทำให้ลูกค้าเกิดความจงรักภักดีกับองค์การ อยากที่จะมาใช้บริการอยู่เสมอเมื่อมีโอกาส หรือบอกต่อไปยังบุคคลอื่นให้มาใช้บริการ ดังนั้นบุคลากรจึงมีส่วนสำคัญที่จะทำให้ลูกค้าเกิดความพึงพอใจ โรงแรมได้รับการยอมรับและเป็นที่รู้จัก รวมถึงสามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่โรงแรมกำหนดไว้ ส่วนหนึ่งที่ทำให้โรงแรมสามารถประสบความสำเร็จ คือ ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน โดย Gallup (2006, อ้างถึงใน รักษ์รัศมี วุฒิมานพ, 2555) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคลากรที่มีความยึดมั่นผูกพันว่าคือ บุคลากรที่ทำงานด้วยความเต็มใจ ตั้งใจ มีใจรัก และทุ่มเทในงานที่ได้รับมอบหมาย คำนึงถึงองค์การ มีความรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งขององค์การ และหาแนวทางในการปรับปรุงตนอยู่เสมอ เพื่อให้ตนและองค์การก้าวสู่ความสำเร็จในที่สุด นอกจากนี้ Gallup (2004, อ้างถึงใน รักษ์รัศมี วุฒิมานพ, 2555) ได้กล่าวถึงความสำคัญของความยึดมั่นผูกพันของพนักงานว่าจะส่งผลให้ความสามารถในการผลิต ความสามารถในการรักษาบุคลากร ความพึงพอใจของลูกค้า และความสามารถในการสร้างผลกำไรมีเพิ่มมากขึ้น ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้บุคลากรปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มความสามารถซึ่งจะก่อให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงานอันนำไปสู่ความสำเร็จขององค์การในที่สุด

หนึ่งในปัจจัยที่ทำการศึกษาว่ามีอิทธิพลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน คือ สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าเป็นความสมดุลของบุคลากรระหว่างชีวิตในการทำงานและชีวิตส่วนตัว ถ้าบุคลากรมีสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานจะทำให้บุคลากรทำงานอย่างเต็มที่ มีประสิทธิภาพด้วยความเต็มใจและมีความสุข (Pratumwan, 2001, อ้างถึงใน กิตติ ชุณหศรีวงศ์, 2562) มีงานวิจัยหลากหลายงานที่ได้แสดงให้เห็นว่า สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานมีความสัมพันธ์กับความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน ตัวอย่างเช่น Larasati และ Istiqomah (2018) ได้ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตการทำงานต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานในกลุ่มคนรุ่นมิลเลนเนียล ผลการศึกษาพบว่า ระดับสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานที่เพิ่มขึ้นส่งผลให้ระดับความยึดมั่นผูกพันของพนักงานเพิ่มขึ้นด้วยเช่นกัน ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน

นอกจากนี้ยังมีความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ (Corporate Social Responsibility) หรือที่เรียกว่า CSR ตามความหมายของสถาบันธุรกิจเพื่อสังคม (2551) ได้กล่าวไว้ว่า เป็นการที่องค์การมีการดำเนินงานด้วยความใส่ใจและดูแลรักษาสังคมและสิ่งแวดล้อมภายใต้หลักจริยธรรม ซึ่งสามารถทำให้เกิดประโยชน์มากมายกับองค์การ ทั้งการทำให้องค์การเกิดภาพพจน์ที่ดี และสร้างชื่อเสียงให้กับองค์การ (Weber, 2008, อ้างถึงใน ธีรพร ทองขะโชค & อาคม ใจแก้ว, 2556) เป็นแหล่งที่ทำให้เกิดโอกาส (Porter & Kramer, 2006; Stephenson, 2009; Weber, 2008, อ้างถึงใน ธีรพร ทองขะโชค & อาคม ใจแก้ว, 2556) ตลอดจนช่วยให้องค์การสามารถลดและจัดการกับความเสี่ยงจากการเผชิญความกดดันทางสังคม (Bevan et al., 2004; Schaltegger & Burritt, 2005, อ้างถึงใน ธีรพร ทองขะโชค & อาคม ใจแก้ว, 2556) และมีงานวิจัยพบว่า การที่บุคลากรรับรู้ว่าองค์การของตนมีการดำเนินงานด้วยหลักความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจจะทำให้บุคลากรเกิดความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน ตัวอย่างเช่น งานวิจัยของชมพูนุท บุญประเสริฐ (2555) ที่ศึกษาเรื่อง ความรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมกับความผูกพันของพนักงานกลุ่ม Generation Y ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจและสิ่งแวดล้อมส่งผลทางบวกต่อความผูกพันของบุคลากรกลุ่ม Generation Y และงานวิจัยของ Kweyama และคณะ (2015) ได้ศึกษาเรื่อง ผลกระทบของความรับผิดชอบต่อสังคม

ของธุรกิจต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน: กรณีของบุคลากรในแอฟริกาใต้ ผลการวิจัยพบว่า ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจสามารถสร้างความยึดมั่นผูกพันของพนักงานในระดับสูง จึงแสดงให้เห็นว่าความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจมีอิทธิพลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน

รวมถึงบรรยากาศองค์การก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ทำให้บุคลากรเกิดความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน บรรยากาศองค์การเป็นรูปแบบและลักษณะเฉพาะของแต่ละองค์การ (Stringer, 2002, อ้างถึงใน รัตติกรณ์ จงวิศาล, 2560) ถ้าบรรยากาศองค์การดีย่อมส่งผลต่อความตั้งใจในการทำงานของบุคลากร รวมถึงประสิทธิภาพและประสิทธิผลในองค์การ เนื่องจากบรรยากาศองค์การส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคลากรในองค์การ (Schneider, 1990, อ้างถึงใน นวลปรางค์ ภาคสาร & จันทนา แสนสุข, 2559) มีงานวิจัยที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างบรรยากาศองค์การกับความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน ตัวอย่างเช่น งานวิจัยของวัลยา ชูประดิษฐ์ (2560) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของบรรยากาศองค์การ พฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีต่อองค์การ และความยึดมั่นผูกพันของพนักงานกับประสิทธิผลองค์การของธุรกิจบริการ ผลการวิจัยพบว่า บรรยากาศองค์การมีอิทธิพลทางตรงต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน ดังนั้นจึงแสดงให้เห็นว่าบรรยากาศองค์การเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาอิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน โดยทำการศึกษากับบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยผลที่ได้จากการศึกษาอาจนำไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมให้บุคลากรเกิดความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน เพื่อเป็นประโยชน์ในการขับเคลื่อนองค์การให้ประสบความสำเร็จและเป็นไปตามเป้าหมายขององค์การ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ บรรยากาศองค์การ และความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ บุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยปฏิบัติงานใน 11 แผนก ได้แก่ แผนกต้อนรับลูกค้า แผนกแม่บ้าน แผนกช่าง แผนกครัว แผนกอาหารและเครื่องดื่ม แผนกขายและการตลาด แผนกบัญชีและการเงิน แผนกรักษาความปลอดภัย แผนกทรัพยากรบุคคล แผนกบริหาร และสำนักงานใหญ่ รวมจำนวน 191 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 9 กุมภาพันธ์ 2564)

ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยการเปิดตารางสำเร็จรูปของ Krejcie และ Morgan (1970, อ้างถึงใน วัลลภ รัฐฉัตรานนท์, 2562) จากจำนวนประชากร 191 คน เมื่อเปิดตารางการประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวนประชากรที่ทำการศึกษามีขนาดไม่ตรงกับข้อมูลในตาราง ผู้วิจัยจึงนำไปเทียบบัญญัติไตรยางค์ ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 128 คน โดยกำหนดความเชื่อมั่นของการสุ่มไว้ที่ร้อยละ 95 หลังจากนั้นได้ทำการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิอย่างมีสัดส่วน (Proportional Stratified Random Samplings) กำหนดให้แผนกเป็นชั้นภูมิ เพื่อคำนวณจำนวนของบุคลากรในแต่ละแผนกที่จะมาเป็นกลุ่มตัวอย่าง จนได้ครบตามจำนวนที่คำนวณได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้มีการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยอาจารย์ที่ปรึกษาวิชาระเบียบวิธีวิจัยพื้นฐานทางจิตวิทยา ในการตรวจสอบความครอบคลุมของเนื้อหาและประเด็นต่าง ๆ รวมถึงภาษาที่ใช้ แบบสอบถามได้สร้างขึ้นจากการนำแบบวัดของผู้วิจัยท่านอื่นมาพัฒนา โดยแบบสอบถามทุกฉบับได้นำไปทดลองใช้ (Try Out) กับบุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครที่ไม่ใช่ประชากรจำนวน 32 คน แล้วจึงนำมาคำนวณค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นผ่านโปรแกรมสำเร็จรูป ได้แบบสอบถามที่มีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส วุฒิการศึกษา อายุงานในบริษัท และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ข้อคำถามเป็นลักษณะตรวจรายการ (Checklist) และแบบเติมข้อความ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบวัดสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานของปิยะนุช ทองเงิน (2557) ที่ศึกษาตามแนวคิดของ Greenhaus และคณะ (2003) จำนวน 9 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .814

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบวัดความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจของวิภาดา วีระสัมฤทธิ์ (2553) ที่ศึกษาตามแนวคิดของสถาบันธุรกิจเพื่อสังคม (2551) จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .819 และมีค่าความเชื่อมั่นรายด้าน ดังนี้

- ด้านการกำกับดูแลกิจการที่ดี จำนวน 3 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .619
- ด้านการประกอบธุรกิจด้วยความเป็นธรรม จำนวน 4 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .573
- ด้านความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค จำนวน 4 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .673
- ด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม จำนวน 2 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .692
- ด้านการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม จำนวน 2 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .636

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามบรรยากาศองค์การ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบวัดบรรยากาศองค์การของ วิมลรัตน์ ครองมงคล (2555) ที่ศึกษาตามแนวคิดของ Stringer (2002) จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .911 และค่าความเชื่อมั่นรายด้าน ดังนี้

- ด้านโครงสร้าง จำนวน 2 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .666
- ด้านมาตรฐาน จำนวน 2 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .703
- ด้านความรับผิดชอบ จำนวน 4 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .788
- ด้านการยอมรับ จำนวน 4 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .777
- ด้านการสนับสนุน จำนวน 4 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .766
- ด้านความผูกพัน จำนวน 4 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .808

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของวธู สวนานนท์ (2560) ที่ศึกษาตามแนวคิดของ Hewitt Associate (2009) จำนวน 13 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .886

ในแบบสอบถามส่วนที่ 2 – 5 มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ (Rating Scale) คือ มากที่สุด มาก น้อย และน้อยที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลจากภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงแผนกทรัพยากรบุคคลโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร เพื่อขออนุมัติเก็บข้อมูลที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และได้ส่ง link ทำแบบสอบถามผ่านทาง Google Form ให้ตัวแทนบุคลากรแผนกทรัพยากรบุคคลของโรงแรมเป็นผู้ประสานงานในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ตามจำนวนที่ระบุไว้ในแต่ละแผนก โดยช่วงระยะเวลาในเก็บรวบรวมข้อมูลอยู่ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ - มีนาคม 2564 และเมื่อได้ข้อมูลมาแล้วจึงตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนมาแล้วจึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัย

พบว่า บุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชาย จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 52.3 และเป็นเพศหญิง จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 47.7 มีอายุเฉลี่ย 34.96 ปี (*SD* = 8.62) จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 57.8 และจบการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 42.2

1. ผลการวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา พบว่า บุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร มีระดับสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน (*M* = 3.01) ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจโดยรวม (*M* = 2.97) และรายด้าน: การกำกับดูแลกิจการที่ดี (*M* = 2.99), การประกอบธุรกิจด้วยความเป็นธรรม (*M* = 2.95), ความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค (*M* = 3.02), การร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม (*M* = 2.92), การดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม (*M* = 2.97) บรรยากาศองค์การโดยรวม (*M* = 2.94) และรายด้าน: โครงสร้าง (*M* = 2.93),

มาตรฐาน (*M* = 2.98), ความรับผิดชอบ (*M* = 2.94), การยอมรับ (*M* = 2.92), การสนับสนุน (*M* = 2.91), ความผูกพัน (*M* = 2.94) และความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน (*M* = 2.99) อยู่ในระดับค่อนข้างสูง รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1
ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปร	*M*	*SD*	ระดับ
1. สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน	3.01	.30	ค่อนข้างสูง
2. ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจโดยรวม	2.97	.25	ค่อนข้างสูง
2.1 การกำกับดูแลกิจการที่ดี	2.99	.34	ค่อนข้างสูง
2.2 การประกอบธุรกิจด้วยความเป็นธรรม	2.95	.31	ค่อนข้างสูง
2.3 ความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค	3.02	.31	ค่อนข้างสูง
2.4 การร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม	2.92	.42	ค่อนข้างสูง
2.5 การดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม	2.97	.37	ค่อนข้างสูง
3. บรรยากาศองค์การโดยรวม	2.94	.27	ค่อนข้างสูง
3.1 โครงสร้าง	2.93	.38	ค่อนข้างสูง
3.2 มาตรฐาน	2.98	.41	ค่อนข้างสูง
3.3 ความรับผิดชอบ	2.94	.34	ค่อนข้างสูง
3.4 การยอมรับ	2.92	.34	ค่อนข้างสูง
3.5 การสนับสนุน	2.91	.36	ค่อนข้างสูง
3.6 ความผูกพัน	2.94	.39	ค่อนข้างสูง
4. ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน	2.99	.31	ค่อนข้างสูง

หมายเหตุ. การแปลผล 1.00 – 1.75 = ต่ำ, 1.76 – 2.50 = ค่อนข้างต่ำ, 2.51 – 3.25 = ค่อนข้างสูง, 3.26 – 4.00 = สูง

2. การทดสอบสมมติฐานที่ตั้งสมมติฐานว่า “สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การสามารถร่วมกันพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ” ในการวิจัยครั้งนี้ใช้การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) ใช้วิธีการคัดเลือกตัวแปรอิสระเข้าสมการถดถอยโดยวิธี Stepwise และตรวจสอบเงื่อนไขของการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ตัวแปรอิสระทุกตัวเป็นอิสระจากกันและไม่เกิดภาวะ Multicollinearity โดย Tolerance มีค่าไม่เข้าใกล้ 0 และ VIF มีค่าค่อนข้างต่ำ คือค่าเข้าใกล้ 1 (กัลยา วานิชย์บัญชา & ฐิตา วานิชย์บัญชา, 2557) และได้ผลการทดสอบสมมติฐานดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2
ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุด้วยตัวแปรสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การ

ตัวแปรพยากรณ์	*b*	*SE b*	**β**	*t*	*p*
บรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบ (ORC3)	1.461	.242	.494	6.033	.000
สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน (WLB)	.384	.116	.256	3.319	.001
ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม (SR4)	-1.480	.363	-.305	-4.074	.000
บรรยากาศองค์การด้านความผูกพัน (ORC6)	.444	.215	.171	2.067	.041
ค่าคงที่ (Constant) = 14.682					
R = .680[a] R^2 = .462 R^2_{adj} = .445 F = 26.432 p = .000					

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ตัวแปรอิสระ ได้แก่ บรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบ สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม และบรรยากาศองค์การด้านความผูกพัน สามารถร่วมกันพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครได้ร้อยละ 44.5 (R^2_{adj} = .445) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

เมื่อนำตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพ มาเขียนเป็นสมการจะได้สมการถดถอยในรูปแบบของคะแนนดิบ ดังนี้

Employee Engagement = 14.682 + 1.461(ORC3) + .384(WLB) -1.480(SR4) +.444(ORC6) + e

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยเรื่องอิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. จากวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ บรรยากาศองค์การและความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร พบว่า บุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครมีระดับสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจโดยรวมและรายด้าน คือ การกำกับดูแลกิจการที่ดี, การประกอบธุรกิจด้วยความเป็นธรรม, ความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค, การร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม และการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม บรรยากาศองค์การโดยรวมและรายด้าน คือ โครงสร้าง, มาตรฐาน, ความรับผิดชอบ, การยอมรับ, การสนับสนุน และความผูกพัน และความยึดมั่นผูกพันของพนักงานอยู่ในระดับค่อนข้างสูง สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน อาจเนื่องมาจากองค์การมีเวลาในการทำงานที่แน่นอน กำหนดเวลาเข้างานและเลิกงานอย่างชัดเจนและเหมาะสม ไม่มีภาระงานเพิ่มเติมนอกเหนือจากงานที่รับผิดชอบหากมีงานอื่นเพิ่มเติมจะแจ้งให้บุคลากรทราบก่อนล่วงหน้าเพื่อจะได้จัดตารางเวลาให้เหมาะสม ให้อำนาจในการตัดสินใจแก่บุคลากรในการกำหนดรูปแบบวิธีการทำงานจึงทำให้บุคลากรสามารถจัดสรรเวลาชีวิตของตนได้อย่างเหมาะสมทั้งในด้านการทำงานและการใช้ชีวิตส่วนตัว นอกจากนี้องค์การยังไม่ก้าวก่ายเรื่องส่วนตัวหรือการทำกิจกรรมใด ๆ ของบุคลากรและให้การสนับสนุนอย่างเต็มที่ บุคลากรจึงรู้สึกพึงพอใจทั้งในบทบาทการทำงานและบทบาทในชีวิตครอบครัวของตน สอดคล้องกับแนวคิดสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานของ Greenhaus และคณะ (2003) ที่กล่าวว่า สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน หมายถึง การที่บุคคลมีความพึงพอใจในบทบาทการทำงานและชีวิตครอบครัวของตนอย่างสมดุล

ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ อาจเนื่องมาจากองค์การมีภาพลักษณ์ที่บ่งบอกถึงการแสดงความรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม คือ การดำเนินธุรกิจควบคู่ไปกับการดูแลสังคมและสิ่งแวดล้อมภายใต้หลักจริยธรรมในแต่ละด้าน ได้แก่ การดูแลกิจการที่ดีมีความโปร่งใส การรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม ดำเนินธุรกิจด้วยความเป็นธรรมไม่เห็นแก่ผลประโยชน์ที่ขัดกับหลักศีลธรรม มีความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค ปรับปรุงมาตรฐานการบริการให้ดีอยู่เสมอ มีการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม และร่วมพัฒนาชุมชนและสังคมในบริเวณใกล้เคียงขององค์การที่ได้รับผลกระทบจากการดำเนินธุรกิจขององค์การ โดยการแสดงความรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมขององค์การนั้นดำเนินการผ่านทางนโยบายขององค์การ เช่น การเปิดเผยข้อมูลเพื่อแสดงความโปร่งใสต่อผู้ร่วมธุรกิจ ระบบการบริหารที่สามารถตรวจสอบได้หากมีความขัดแย้งทางผลประโยชน์เกิดขึ้น องค์การจะดำเนินกระบวนการ ไกล่เกลี่ยที่เป็นธรรมและเปิดเผยข้อมูลที่สำคัญอย่างครบถ้วน การให้บริการแก่ลูกค้าด้วยความซื่อสัตย์ และคำนึงถึงลูกค้าเป็นสำคัญ ดำเนินธุรกิจให้เกิดประโยชน์ต่อองค์การควบคู่ไปกับการพัฒนาสังคมด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น การบริจาคเงินให้มูลนิธิ การจัดตั้งโครงการโรงแรมสีเขียวเพื่อดูแลรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้ใช้ได้อย่างคุ้มค่าที่สุด รวมถึงการลงพื้นที่ไปดูแลชุมชนที่ตั้งอยู่ใกล้เคียงกับองค์การให้ได้รับประโยชน์จากโครงการโรงแรมสีเขียวด้วยการลงพื้นที่แจกจ่ายอุปกรณ์และสิ่งจำเป็นให้แก่ชุมชน เป็นต้น บุคลากรในองค์การจึงต้องเป็นผู้ดำเนินการและมีส่วนร่วมในการแสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมขององค์การตามนโยบายที่ตั้งขึ้น ซึ่งตรงกับแนวทางการปฏิบัติตามหลักความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจของสถาบันธุรกิจเพื่อสังคม (2551) ทั้ง 5 ด้าน คือ 1) การกำกับดูแลกิจการที่ดี 2) การประกอบธุรกิจด้วยความเป็นธรรม 3) ความรับผิดชอบต่อผู้บริโภค 4) การร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม และ 5) การดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม

บรรยากาศองค์การ อาจเนื่องมาจากบุคลากรรับรู้ว่าองค์การมีการวางโครงสร้าง กำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ มีระบบการทำงานอย่างเป็นขั้นตอน และมีมาตรฐานในการทำงานที่ชัดเจน จึงทำให้บุคลากรสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ องค์การกำหนดขอบเขตในการทำงาน ให้อำนาจการตัดสินใจ และให้อิสระในการทำงานโดยไม่ก้าวก่าย บุคลากรสามารถออกแบบ

การทำงานและมีอิสระในการตัดสินใจในงานที่ตนรับผิดชอบได้อย่างเต็มที่ทำให้บุคลากรรู้สึกเป็นเจ้านายตนเอง ความสัมพันธ์ของบุคลากรภายในองค์การเป็นไปได้ด้วยดี ให้ความช่วยเหลือและไว้วางใจซึ่งกันและกัน หัวหน้างานปฏิบัติกับผู้ใต้บังคับบัญชาด้วยความใส่ใจอย่างเท่าเทียมกัน รวมถึงมีการให้รางวัลแก่บุคลากรเมื่อมีการปฏิบัติตามมาตรฐานที่กำหนดเพื่อส่งเสริมการปฏิบัติงานและการรับผิดชอบงานของบุคลากรอย่างเต็มความสามารถ มีการจัดการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะ ความรู้ความสามารถให้แก่บุคลากร และมีการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและความผูกพันแก่องค์การให้แก่บุคลากร รวมถึงการให้บุคลากร มีส่วนร่วมในการตัดสินใจร่วมกับองค์การ จึงทำให้บุคลากรรู้สึกว่าตนมีส่วนรับผิดชอบกับองค์การ รวมถึงรับรู้โครงสร้าง มาตรฐาน วิธีการดำเนินการขององค์การ และรับรู้ได้ว่าองค์การให้การยอมรับและสนับสนุนการทำงานกับบุคลากรอย่างเต็มที่ ทำให้บุคลากรรู้สึกภาคภูมิใจและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งขององค์การ

ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน อาจเนื่องมาจากการที่องค์การให้คุณค่ากับบุคลากรทุกระดับตั้งแต่ระดับพนักงานไปจนถึงระดับบริหาร ให้ค่าตอบแทนที่เป็นธรรมตามเงื่อนไขและข้อตกลง มีนโยบายและกระบวนการในการทำงานที่น่าพึงพอใจและเป็นธรรม มีการประเมินผลการปฏิบัติงานอย่างเป็นรูปธรรมและให้ผลตอบกลับแก่บุคลากรเพื่อการพัฒนาอย่างจริงใจ บุคลากรรับรู้ได้ว่างานที่องค์การมอบหมายให้มีความสำคัญกับองค์การ มีการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงาน และสร้างสมดุลระหว่างงานและชีวิตส่วนตัวของบุคลากรได้เป็นอย่างดี องค์การส่งเสริมและสนับสนุนบุคลากรในการเพิ่มพูนทักษะความรู้จากการพัฒนาและฝึกอบรม เปิดโอกาสในการมีส่วนร่วมให้แก่บุคลากรรวมถึงเปิดโอกาสของความก้าวหน้าในสายงาน รวมไปถึงการที่องค์การของตนมีชื่อเสียงในด้านที่ดีจึงทำให้บุคลากรเกิดความพึงพอใจ เชื่อมั่นในองค์การ และรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับองค์การ รู้สึกผูกพันกับองค์การด้วยความรู้สึกจากใจจริงของตนที่นำไปสู่พฤติกรรมการแสดงออกที่ให้ผลลัพธ์กับองค์การในทางที่ดีทั้งทางด้านจิตใจและความคิด พร้อมที่จะทุ่มเทพลังกายพลังใจให้กับงานที่รับผิดชอบอย่างเต็มที่ ปรารถนาที่จะทำงานเพื่อให้เกิดผลงานต่อองค์การ เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานเพื่อองค์การ สอดคล้องกับแนวคิดความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของ Hewitt Associate (2009) ทั้ง 3 ลักษณะ ได้แก่ 1) Say คือ บุคลากรจะพูดถึงองค์การของตนในทางที่ดี ทั้งกับบุคคลในองค์การและกับบุคคลภายนอกองค์การ 2) Stay คือ บุคลากรมีความต้องการที่จะเป็นหนึ่งในสมาชิกขององค์การ ปรารถนาที่จะอยู่กับองค์การ และ 3) Strive คือ บุคลากรมีความต้องการเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงาน

2. จากวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร พบว่า สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคม บรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบและด้านความผูกพัน สามารถร่วมกันพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานของบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครได้ร้อยละ 44.5 (R^2_{adj} = .445) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีอิทธิพลทางบวกทั้งหมดยกเว้นตัวแปรความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคมที่มีอิทธิพลทางลบ สามารถอภิปรายได้ว่า

การที่สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานสามารถร่วมพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานได้ อาจเนื่องมาจากลักษณะการทำงานของบุคลากรมีชั่วโมงในการทำงานที่แน่นอน มีการเข้างานและเลิกงานตามเวลาที่กำหนด และไม่มีภาระงานเพิ่มเติมนอกเหนือเวลางาน จึงทำให้บุคลากรสามารถจัดสรรเวลาทั้งในเรื่องงานและชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม ไม่รู้สึกว่าต้องให้ความสำคัญอย่างใดอย่างหนึ่งมากกว่ากัน สามารถให้ความสำคัญทั้งเรื่องงานและชีวิตส่วนตัวไปพร้อม ๆ กันได้ บุคลากรได้มีโอกาสในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจ ได้ใช้เวลากับครอบครัว ในขณะเดียวกันก็สามารถให้ความสนใจในงานได้อย่างเต็มที่ งานยังคงเป็นไปตามมาตรฐานที่ต้องการ ทำให้เกิดความพึงพอใจในบทบาททั้งสองของตนจนส่งผลให้เกิดความยึดมั่นผูกพันของพนักงานในที่สุด สอดคล้องกับวิจัยของ Larasati และ Istiqomah (2018) ได้ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานในกลุ่มคนรุ่นมิลเลนเนียล ผลการศึกษาพบว่า ระดับสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานที่เพิ่มขึ้นส่งผลให้ระดับความยึดมั่นผูกพันของพนักงานเพิ่มขึ้นด้วยเช่นกัน

ส่วนความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคมสามารถร่วมพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงานได้ในทางลบ อาจเนื่องมาจากการที่บุคลากรรับรู้ว่าองค์การมีการดำเนินงานด้วยความใส่ใจและดูแลรักษาสังคมและสิ่งแวดล้อมภายใต้หลักจริยธรรม ทำให้เกิดประโยชน์ต่อองค์การทั้งในเรื่องภาพพจน์ และชื่อเสียง แต่องค์การไม่ได้ปลูกจิตสำนึกหรือทำให้บุคลากรรู้จัก เข้าใจหรือเห็นคุณค่าจากการช่วยเหลือสังคม เพียงแต่ทำให้บุคลากรรับรู้ว่าองค์การมีความรับผิดชอบต่อสังคมในด้านการช่วยเหลือสังคมเพียงเท่านั้นจึงทำให้การช่วยเหลือสังคมขององค์การส่งผลทางด้านลบต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานและบุคลากรอาจรับรู้ได้ว่าหากองค์การให้ความสำคัญต่อการดำเนินการเรื่องความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคมภายนอกมากกว่าบุคลากร บุคลากรจะรับรู้ว่าตนเองเหมือนถูกทอดทิ้งทำให้บุคลากรเกิดความยึดมั่นผูกพันน้อยลง ส่งผลให้ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจด้านการร่วมพัฒนาชุมชนและสังคมมีอิทธิพลทางลบต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน ซึ่งไม่

สอดคล้องกับงานวิจัยของวิมล สุรขันต์และศรีสุนันท์ ประเสริฐสังข์ (2561) ที่ศึกษาเรื่อง ความรับผิดชอบต่อสังคมขององค์กรที่ส่งผลต่อความจงรักภักดีของพนักงานบริษัทแทร็กซ์ อินเตอร์เทรด จำกัด อำเภอจังหาร จังหวัดร้อยเอ็ด ผลการศึกษาพบว่า ความรับผิดชอบต่อสังคมขององค์กรการพัฒนาสังคมมีความสัมพันธ์และผลกระทบเชิงบวกกับความจงรักภักดีของพนักงาน เนื่องจากบริษัทได้ปลูกจิตสำนึกให้พนักงานรู้จักช่วยเหลือสังคมและชุมชน โดยการจัดกิจกรรมหรือโครงการเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพของคนในชุมชน การทำนุบำรุงสถานที่สาธารณะ และการร่วมกิจกรรมงานบุญประเพณีของชุมชน แต่สอดคล้องกับงานวิจัยของพัฒน์นรี ศรีศุภโอฬารและณัฐพล อัสสะรัตน์ (2559) ที่ศึกษาเรื่อง ผลกระทบของกิจกรรมความรับผิดชอบต่อสังคมที่มีต่อความผูกพันในงานและความยึดมั่นต่อองค์กร ผลการศึกษาพบว่า บริษัทที่ทำกิจกรรมความรับผิดชอบต่อสังคมเพียงแค่การทำตามกฎหมายและข้อบังคับจะทำให้พนักงานมีระดับความผูกพันในงานและความยึดมั่นต่อองค์กรในระดับต่ำ ในขณะที่บริษัทที่ทำกิจกรรมความรับผิดชอบต่อสังคมอย่างผสมผสาน (พนักงานมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมความรับผิดชอบต่อสังคมในทุกด้านและเข้าใจถึงจุดมุ่งหมายในการดำเนินกิจกรรมขององค์กร) จะมีระดับความผูกพันในงานและความยึดมั่นต่อองค์กรสูงกว่า

สุดท้ายบรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบสามารถร่วมพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน อาจเนื่องมาจากบรรยากาศองค์การที่บุคลากรมีบทบาทหน้าที่ในการทำงานที่ชัดเจน องค์การมอบอิสระในการทำงานให้กับบุคลากรทำให้บุคลากรสามารถออกแบบการทำงานและมีอิสระในการตัดสินใจแก้ปัญหาต่าง ๆ ในงานที่ตนรับผิดชอบได้ด้วยตนเอง ส่วนบรรยากาศองค์การด้านความผูกพันที่สามารถร่วมพยากรณ์ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน อาจเนื่องจากองค์การได้มีการจัดกิจกรรมให้แก่บุคลากรได้มีโอกาสพบปะ ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันได้ เสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคลากรกับองค์การ และระหว่างบุคลากรด้วยกันทำให้บุคลากรภายในองค์การมีความผูกพันกัน ส่งผลให้บรรยากาศองค์การด้านความรับผิดชอบและความผูกพัน มีอิทธิพลทางบวกต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของวัลยา ชูประดิษฐ์ (2560) ที่ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของบรรยากาศองค์การ พฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีต่อองค์การ และความยึดมั่นผูกพันของพนักงานกับประสิทธิผลองค์การของธุรกิจบริการ ผลวิจัยพบว่า บรรยากาศองค์การมีอิทธิพลทางตรงต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยนี้ศึกษากับบุคลากรโรงแรมแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครเท่านั้น จึงอาจมีการศึกษาเพิ่มเติมไปยังโรงแรมอื่น เช่น โรงแรมอื่นในเครือเดียวกัน เพื่อเปรียบเทียบอิทธิพลของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ และบรรยากาศองค์การที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานว่าให้ผลเช่นเดียวกับการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ อย่างไร
2. อาจทำการศึกษากับบุคลากรของโรงแรมโดยจำแนกตามระดับตำแหน่ง เช่น บุคลากรระดับบริหาร บุคลากรระดับปฏิบัติการ ว่ามีปัจจัยที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร
3. อาจศึกษาตัวแปรอื่นที่อาจมีผลต่อความยึดมั่นผูกพันของพนักงานเพิ่มเติม เช่น การรับรู้การสนับสนุนจากองค์การ การรับรู้ความยุติธรรมในองค์การ ภาวะผู้นำของบุคลากร ความเครียดในงาน ทัศนคติที่มีต่อองค์การ คุณภาพชีวิตการทำงาน เป็นต้น

รายการอ้างอิง

กิตติ ชุณหศรีวงศ์. (2562). ความสมดุลของชีวิตการทำงานและครอบครัวของบุคลากรสายวิชาการ มหาวิทยาลัยรามคำแหง. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, *7*(2), 465-483. https://so03.tci-thaijo.org/index.php/journal-peace/article/download/126785/133912/

กัลยา วานิชย์บัญชา, & ฐิตา วานิชย์บัญชา. (2557). *การใช้โปรแกรม SPSS for windows ในการวิเคราะห์ข้อมูล* (พิมพ์ครั้งที่ 14). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สามลดา.

ชมพูนุท บุญประเสริฐ. (2555). ความรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมกับความผูกพันของพนักงานกลุ่ม Generation Y. *WMS Journal of Management*, *1*(2), 24-36. https://www.tci-thaijo.org/index.php/wms/article/download/52936/43970

ธีรพร ทองขะโชค, & อาคม ใจแก้ว. (2556). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรับผิดชอบของสังคมของบริษัทจดทะเบียนในตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย. *วารสารวิทยาการจัดการ*, *30*(1), 23-51. https://www.tci-thaijo.org/index.php/jms_psu/article/download/63554/52177

นวลปรางค์ ภาคสาร, & จันทนา แสนสุข. (2559). อิทธิพลของบรรยากาศองค์กรและความยุติธรรมขององค์กรที่มีต่อประสิทธิผลในการทำงานของบุคลากรสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษาในเขตจังหวัดพระนครศรีอยุธยา. *วารสารบริหารธุรกิจเทคโนโลยีมหานคร, 13*(1), 43-65. https://so04.tci-thaijo.org/index.php/journalmbsmut/article/view/77271

ปิยะนุช ทองเงิน. (2557). *ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สัญญาทางจิตวิทยา และความสมดุลระหว่างชีวิต กับการทำงานต่อความคงอยู่ในการทำงานของผู้ช่วยผู้สอบบัญชีในบริษัทสอบบัญชีขนาดใหญ่ในประเทศไทย* [การค้นคว้าอิสระปริญญาบัญชีมหาบัณฑิต]. http://ethesisarchive.library.tu.ac.th/thesis/2014/TU_2014_5602110297_1201_306.pdf

พัฒน์นรี ศรีศุภโอฬาร, & ณัฐพล อัสสะรัตน์. (2559). ผลกระทบของกิจกรรมความรับผิดชอบต่อสังคมที่มีต่อความผูกพันในงานและความยึดมั่นต่อองค์กร. *วารสารจุฬาลงกรณ์ธุรกิจปริทัศน์, 38*(150), 68-92. https://so01.tci-thaijo.org/index.php/CBSReview/article/view/84907/67659

รักษ์รัศมี วุฒิมานพ. (2555). *ลักษณะบุคคลและลักษณะงานที่มีความสัมพันธ์กับความผูกพันต่อองค์การของพนักงาน* [วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัญฑิต]. http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Man/Ruckrutsamee_W.pdf

รัตติกรณ์ จงวิศาล. (2560). *มนุษยสัมพันธ์: พฤติกรรมมนุษย์ในองค์การ* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

วธู สวนานนท์. (2560). *ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะงาน คุณภาพชีวิตในการทำงาน และความผูกพันของพนักงานต่อองค์การรัฐวิสาหกิจแห่งหนึ่ง* [วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต]. http://km-ir.arts.tu.ac.th/files/original/dc74148d30da110371162b2144484083d686d70e.pdf

วิภาดา วีระสัมฤทธิ์. (2553). *ความรับผิดชอบต่อสังคมขององค์กร (CSR) ที่มีผลต่อความจงรักภักดีของลูกค้าของบริษัทแอดวานซ์อินโฟร์ เซอร์วิส จำกัด (มหาชน)* [สารนิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Mark/Wipada_W.pdf

วิมล สุรขันต์, & ศรีสุนันท์ ประเสริฐสังข์. (2561). ความรับผิดชอบต่อสังคมขององค์กรที่ส่งผลต่อความจงรักภักดีของพนักงานบริษัทแทร็ก อินเตอร์ เทรด จำกัด อำเภอจังหาร จังหวัดร้อยเอ็ด. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด, 12*(1), 23-32. https://so03.tci-thaijo.org/index.php/reru/article/download/164783/119397/

วิมลรัตน์ ครองมงคล. (2555). *ภาวะผู้นำ บรรยากาศองค์การ และพฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การที่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานของข้าราชการ หน่วยราชการแห่งหนึ่ง* [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. https://www-lib-ku-ac-th.portal.lib.ku.ac.th/KUthesis/2555/vimolrat-kro/index.html

วัลยา ชูประดิษฐ์. (2560). ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของบรรยากาศองค์การ พฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีต่อองค์การ และความผูกพันของพนักงานกับประสิทธิผลองค์การของธุรกิจบริการ. *วารสารวิชาการบริหารธุรกิจ, 6*(2), 31-47. http://www.vu.ac.th/apheitvu/journal/v6n2/3_Wallaya_Chupradist.pdf

วัลลภ รัฐฉัตรานนท์. (2562). การหาขนาดตัวอย่างที่เหมาะสมสำหรับการวิจัย: มายาคติในการใช้สูตรของ ทาโร ยามาเน่ และเครท ซี-มอร์แกน. *วารสารสหวิทยาการวิจัย: ฉบับบัณฑิตศึกษา, 8*(1), 1-18. https://so03.tci-thaijo.org/index.php/JIRGS/article/view/243621/164915

สถาบันธุรกิจเพื่อสังคม. (2551). *เข็มทิศธุรกิจเพื่อสังคม*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไอคอนพรินติ้ง.

Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work–family balance and quality of life. *Journal of vocational behavior*, *63*(3), 510-531. https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00042-8

Kweyama, F. S., Cassim, S., Munapo, E., & Mutambara, E. (2015). Impact of corporate social responsibility on employee engagement: A case of Eskom in South Africa. *Corporate board: Role, duties & composition, 11*(2), 80-97. http://dx.doi.org/10.22495/cbv11i2art7

Larasati, D. P., Hasanati, N., & Istiqomah. (2018). The effects of work-life balance towards employee engagement in millennial generation. *Journal of robotics networking and artificial life, 4*(304), 390-394. https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.93

Stringer, R. (2002*). Leadership and organizational climate*. Upper saddle river, NJ: Prentice-hall.

อิทธิพลของอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง

วริศรา เสมสวัสดิ์*, ณัฐพร ทรัพย์อยู่, กันต์ธี รอดทอง, กนกลักษณ์ พิลาน, ภริดา บัวคงหนาม, อรทัย วงษ์เที่ยง,
ปิติชนม์ รัตนปทุมวงศ์, สหจร จันทตรี, ศยามล เอกะกุลานันต์, และ สายทิพย์ เหล่าทองมีสกุล
ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: varisara.se@ku.th

บทคัดย่อ

พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมเป็นตัวแปรที่ทางคณะผู้วิจัยเห็นความสำคัญเนื่องจากมีอิทธิพลและประโยชน์ในการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ในองค์การโดยเฉพาะในกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง ซึ่งการทบทวนเอกสารพบว่าอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาระดับของอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง และพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง (2) เพื่อศึกษาตัวพยากรณ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง การสุ่มกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบการเลือกแบบสะดวก (Convenience Selection) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 75 คน แบบสอบถามที่ใช้มี 5 ส่วน ซึ่งมีทั้งส่วนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองและพัฒนาจากแบบสอบถามที่มีอยู่แล้ว เพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการทางสถิติได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สหสัมพันธ์และการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ แบบแบ่งขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า (1) กลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่งมีอิสระในงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง และพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมในระดับสูงมาก (2) จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงสามารถพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง โดยพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมได้ร้อยละ 55.3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนอิสระในการทำงานไม่ถูกคัดเข้าในสมการ ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของอาสาสมัครมากที่สุด รองลงมาคือ จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน

คำสำคัญ : อิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม

EFFECT OF JOB AUTONOMY, SPIRITUAL AT WORKPLACE, AND TRANSFORMATIONAL ON LEADERSHIP INNOVATIVE BEHAVIOR OF VOLUNTEER STAFFS FROM A NON-PROFIT ORGANIZATION

Varisara Samsawad*, Nuttaporn Sarpyou, Kantee Rodthong, Kanokluk Pilan, Parida Buakongnam, Oratai Wongtheang, Pitichon Ratanapathumwong, Sahajohn Juntatri, Sayamon Akakulanan, and Saitib Lautongmeesakun
Department of Psychology, Faculty of Social Science, Kasetsart University

Corresponding author email*: varisara.se@ku.th

Abstract

Innovative behavior was one of many variables that researchers made important because of its impacts and benefits to the improvement of people in organizations especially volunteer staffs from a non-profit organization. Overview of the summary literature review found that job autonomy, spiritual at workplace, and transformational leadership were correlated to innovative behavior. This research design was a causal research which aims were (1) to study levels of job autonomy, spiritual at workplace, transformational leadership, and innovative behavior of volunteer staffs from a non-profit organization, and (2) to study the predictor factors that impact innovative behavior of volunteer staffs from a non-profit organization. Sample of Seventy-five volunteer staffs from a non-profit organization were selected by convenience selection. The questionnaire was consisted of five sections, that were both developed from concepts and available questionnaire, used to collected data then analyzed by using frequency, percentage, means, standard deviations, correlation, and multiple regression analysis with stepwise method. The results were: (1) levels of job autonomy, spiritual at workplace, transformational leadership and innovative behavior were at very high level, and (2) spiritual at workplace and transformational leadership had impact on innovative behavior of volunteer staffs from a non-profit organization for 55.3% significantly at .05. Job autonomy was excluded from a regression model. The result suggests that transformational leadership is the most important variable effecting innovative behavior of volunteer staffs followed by spiritual at workplace.

Keywords: Job autonomy, spiritual at workplace, transformational leadership, innovative behavior

บทนำ

ปัจจุบันองค์การภายในประเทศไทยมีการพัฒนาความเจริญก้าวหน้าหรือการปรับตัวอย่างรวดเร็ว พบว่าความท้าทายขององค์การหลังยุคปฏิวัติอุตสาหกรรม คือ มนุษย์ได้มีการพึ่งพาเทคโนโลยีและเปลี่ยนวิถีชีวิตในการทำงานเพื่อให้เท่าทันต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วต่อวิกฤตการณ์ที่เกิดขึ้น เช่น สภาพเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลง การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19) และการแข่งขันด้านสินค้าและบริการ ดังนั้นการสนับสนุนให้บุคลากรในองค์การได้นำความสามารถ ความรู้ ประสบการณ์มาใช้ได้อย่างเต็มศักยภาพจนนำไปสู่การมีพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมจึงถือเป็นอีกหนึ่งความท้าทายขององค์การ หากทำได้สำเร็จก็จะช่วยให้องค์การมีข้อได้เปรียบในการแข่งขันอย่างไร้ขีดจำกัด ตรีทิพย์ บุญแย้ม (2554) ได้ระบุว่ามีนักวิชาการด้านบริหารธุรกิจหลายท่านจากมหาวิทยาลัยชื่อดังในต่างประเทศ เช่น Drucker, Katz และ Sherwood ก็ได้เขียนบทความหรือแม้แต่จัดทำหนังสือเกี่ยวกับการบริหารนวัตกรรมธุรกิจ โดยมีข้อความที่ระบุว่า นวัตกรรมเป็นการสร้างความได้เปรียบทางการแข่งขันอย่างไร้ขีดจำกัด ทำให้ผู้วิจัยศึกษาต่อไปแล้วพบว่า การที่จะทำให้เกิดนวัตกรรมได้นั้นต้องอาศัยความร่วมมือจากพนักงานในองค์การเป็นสำคัญ เพราะนวัตกรรมไม่ได้ถูกสร้างด้วยเครื่องจักร แต่เกิดจากทักษะ ความรู้ ความสามารถของพนักงานในองค์การที่จะนำมาซึ่งความคิดใหม่ ๆ และสร้างนวัตกรรมให้กับองค์การ ดังนั้นทรัพยากรมนุษย์จึงเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้เกิดนวัตกรรม และเป็นผู้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและสนับสนุนให้การดำเนินการขององค์การเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลและเกิดความได้เปรียบทางการแข่งขันขององค์การ

พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม (Innovative Behavior) ได้รับความสนใจศึกษาจากนักจิตวิทยาองค์การเป็นอย่างมาก (โชติกา จันทร์อุ่ย, 2562) โดยปกติแล้วพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม ประกอบด้วยชุดพฤติกรรมที่ซับซ้อน 3 ระยะ โดยในระยะแรก บุคคลจะรับรู้ปัญหาและค้นหาวิธีแก้ปัญหาและแนวคิดใหม่ ๆ ซึ่งอาจเป็นเรื่องแปลกใหม่หรือนำมาประยุกต์ใช้ได้ ในระยะที่สอง บุคคลพยายามหาวิธีที่จะส่งเสริมการแก้ปัญหาและความคิดของตน อย่างถูกกฎหมายและสนับสนุนความคิดทั้งภายในและภายนอกองค์การ สุดท้ายในระยะที่สาม บุคคลทำให้แนวคิดหรือวิธีการแก้ปัญหาของตนเป็นจริงโดยการสร้างต้นแบบหรือแบบจำลองที่สามารถทดลองได้ จากนั้นส่งมอบและนำไปใช้งานได้ในแต่ละหน่วยงานหรือองค์การ (Carmeli et al., 2006, as cited in Dimitris et al., 2012) จากการทบทวนเอกสารพบว่า ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง สามารถส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม โดยเกี่ยวข้องกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านแรงจูงใจที่เกิดจากการประพฤติตนเป็นแบบอย่างของผู้นำ ซึ่งการสร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้ตามคือ การกระตุ้นความสามารถและศักยภาพที่มีอยู่ในตัวผู้ตาม การตระหนักถึงความแตกต่างของแต่ละบุคคล รวมถึงการดูแลผู้ตามอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เกิดความเข้าใจและพัฒนาศักยภาพของผู้ตามให้เหมาะสม ซึ่งพฤติกรรมผู้นำแบบเปลี่ยนแปลงนี้จะส่งผลกระทบต่อค่านิยม ความเชื่อ ทัศนคติ และจริยธรรม รวมไปถึงด้านการปฏิบัติ ทำให้ผู้ตามเกิดแรงจูงใจภายในตนเองสูงขึ้นในความต้องการที่จะประสบความสำเร็จ ก่อให้เกิดความรู้สึกถึงพลังที่มีในตนเอง และความรู้สึกถึงคุณค่าที่เกิดขึ้นจากภายในตนเอง องค์การและคนรอบข้าง (ทิพยรัตน์ คชพงษ์, 2551)

อิสระในการทำงานถือเป็นอีกปัจจัยที่นำไปสู่การเกิดพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม เนื่องจากเมื่อผู้ปฏิบัติงานมีอิสระในงานเขาเหล่านั้นจะรับรู้ได้ว่าได้รับโอกาสให้ปฏิบัติงานอย่างมีอิสรภาพในการตัดสินใจ เลือกทำกิจกรรมต่าง ๆ ในงาน และการปฏิบัติงานด้วยตนเอง ทำให้ได้ใช้ความสามารถหรือศักยภาพของตนในการสร้างสรรค์งานอย่างเต็มที่ และเกิดประโยชน์สูงสุดแก่องค์การ (Shalley et al., 2015) ซึ่งงานวิจัยของปัทมา ศรีมณี และ วิษณุพงษ์ โพธิพิรุฬห์ (2559) เรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมระดับบุคคล กับพนักงานสายสนับสนุน มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (วิทยาเขตหาดใหญ่) พบว่า พฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอิสระในการทำงานโดยมีขนาดความสัมพันธ์ เท่ากับ 0.24 นอกจากนี้ยังพบว่าจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานเป็นอีกปัจจัยสำคัญในการกระตุ้นพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม

Robbins และ Judge (2009, อ้างใน รัตติกรณ์ จงวิศาล, 2555) ได้สรุปความหมายจิตวิญญาณในการทำงานหมายถึงการที่องค์การสนับสนุนให้พนักงานมีการตระหนักว่าคนมีชีวิตภายใน (Inner Life) ที่ได้รับการหล่อเลี้ยงและถูกหล่อเลี้ยงด้วยงานที่มีความหมาย องค์การจะตระหนักว่าคนนั้นมีทั้งจิตใจและจิตวิญญาณ มีการแสวงหาความหมายและเป้าหมายในงานของพวกเขา และมีความปรารถนาที่จะมีความสัมพันธ์กับความเป็นมนุษย์ (Human Being) ของผู้อื่นและเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน จากการทบทวนความหมายของจิตวิญญาณในการทำงาน สรุปได้ว่า จิตวิญญาณในการทำงาน หมายถึง การที่องค์การสนับสนุนให้พนักงานมีการตระหนักถึงชีวิตภายในของตัวพนักงาน ผ่านการหล่อเลี้ยงด้วยงานที่มีความหมาย ส่งผลให้พนักงานมีการแสวงหาความหมายและจุดมุ่งหมายในงาน มีความปรารถนาที่จะสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ และต้องการความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม หรือองค์การ ซึ่งงานวิจัยของวินิตดา ชุติปัญโญ และ รัตติกรณ์ จงวิศาล (2564) เรื่องภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมของผู้บริหารในภาคธุรกิจเอกชน พบว่า ภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานมีความสัมพันธ์กับ

พฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมของผู้บริหารในธุรกิจภาคเอกชนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้ จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาตัวแปรที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม โดยศึกษาในกลุ่มอาสาสมัครขององค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง เนื่องด้วยองค์การดังกล่าวเป็นองค์การประเภทไม่แสวงหาผลกำไร ผู้ที่ทำงานส่วนใหญ่เป็นจิตอาสาหรืออาสาสมัครซึ่งทำงานแบบชั่วคราว ไม่ได้รับค่าตอบแทนเป็นเงินเดือนแต่ทุกคนก็พร้อมใจกันทำงานจนทำให้องค์การขับเคลื่อนไปได้ ซึ่งจะเป็นได้ว่ามีความแตกต่างจากการทำงานขององค์การโดยทั่วไปที่จะเป็นลักษณะการทำงานประจำ เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของอาสาสมัครต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาระดับของอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง และพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง และศึกษาตัวพยากรณ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือ กลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง ซึ่งตั้งอยู่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานคร เป็นองค์การทางสังคมซึ่งมีสมาชิกประกอบไปด้วยอาสาสมัครที่มาจากหลากหลายอาชีพ จัดตั้งขึ้นเพื่อต้องการเผยแพร่แนวความคิดใหม่ ๆ ที่มีหลากหลายเกี่ยวกับเทคโนโลยี ความบันเทิง และการออกแบบสู่สังคมไทยโดยผ่านการจัดสัมมนา และเป็นองค์การที่ไม่ได้เป็นแหล่งรายได้ กำไร หรือแหล่งเงินทุนให้กับหน่วยงานอื่น ๆ มีจำนวน 152 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 24 มีนาคม 2564) คณะผู้วิจัยคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมการคำนวณทางสถิติของ DanielSoper (Soper, 2006) โดยระบุจำนวนตัวแปรต้น 3 ตัวแปร กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 กำหนด effect size = .15 และกำหนด Desired statistical power level = .8 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำที่ต้องการจำนวน 76 คน จากนั้นเก็บรวบรวมข้อมูลโดยประสานงานกับหัวหน้าแผนกทรัพยากรบุคคลขององค์การเพื่อให้ช่วยส่งลิงค์แบบสอบถาม (Google form) ไปยังกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการเลือกแบบสะดวก (Convenience Selection) ได้แบบสอบถามกลับคืนและมีความสมบูรณ์ทั้งหมด 75 ฉบับ และนำไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป (ในการสุ่มกลุ่มตัวอย่างนั้น คณะผู้วิจัยได้มีการชี้แจงให้ผู้ประสานงานขององค์การช่วยดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบง่าย แต่เนื่องจากช่วงเวลาดังกล่าวเป็นช่วงที่มีการระบาดของ COVID-19 รอบที่ 2 องค์การไม่สะดวกที่จะดำเนินการด้วยวิธีดังกล่าวให้ได้ จึงใช้วิธีการเลือกแบบสะดวกแทน)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยในครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม แบ่งเป็น 5 ส่วน ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามวัดอิสระในการทำงาน คณะผู้วิจัยสร้างข้อคำถามจากแนวคิดของ Breaugh (1985) มีข้อคำถามจำนวน 19 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ ด้านการกำหนดวิธีการทำงาน ด้านการจัดตารางการทำงาน และด้านการจัดเกณฑ์และมาตรฐานในการทำงาน ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามวัดจิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน นำแบบสอบถามของ อุบลรัตน์ ศักดิ์ทอง (2561) และแบบสอบถามของ Nwe Ni Sein Myint (2014) มาปรับใช้ มีข้อคำถามจำนวน 14 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ ด้านชีวิตด้านใน ด้านงานที่มีคุณค่าและความหมาย ด้านสำนึกร่วมแห่งความเป็นชุมชน ส่วนที่ 4 แบบสอบถามวัดภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง นำแบบสอบถามของ สุกฤษฎ์ ขวัญเมือง (2559) และ Fulwiler (2011) มาปรับใช้ มีข้อคำถามจำนวน 33 ข้อ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการมีอิทธิพลอย่างมีอุดมการณ์ ด้านการสร้างแรงบันดาลใจ ด้านการกระตุ้นทางปัญญา และด้านการคำนึงถึงความเป็นปัจเจกบุคคล ส่วนที่ 5 เป็นแบบสอบถามวัดพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม นำแบบสอบถามของอำพร พันมะณี (2562) มาปรับใช้ มีข้อคำถามจำนวน 12 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ ด้านการสร้างความคิด ด้านการสนับสนุนความคิด และด้านการเสนอความคิด ทั้งนี้แบบสอบถามในส่วนที่ 2-5 ใช้มาตรวัดประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ “น้อยที่สุด” ไปจนถึง “มากที่สุด” และมีค่าความเชื่อมั่นรายด้านและทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .800 ถึง .961

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ (เพื่ออธิบายข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง) ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (เพื่ออธิบายลักษณะตัวแปรและการกระจายข้อมูล) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (เพื่อทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นก่อนการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ) และการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบแบ่ง

ขั้นตอน (เพื่อวิเคราะห์ตัวพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัคร)

ผลการวิจัย

กลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรที่เป็นตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 41.3 มีอายุ 26-30 ปี จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 53.3 มีการศึกษาระดับปริญญาโท จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 50.7 และโสด จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 88

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง และพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง พบว่า ในภาพรวมอิสระในการทำงานของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับสูงมาก (M = 4.39, SD = .39) จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานโดยรวมอยู่ในระดับสูงมาก (M = 4.23, SD =.38) ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงอยู่ในระดับสูงมาก (M = 4.42, SD =.38) พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมอยู่ในระดับสูงมาก (M = 4.36, SD = .32) ตามลำดับ ทั้งนี้ ในการแปลผลค่าเฉลี่ยใช้เกณฑ์การหาอันตรภาคชั้นของ ธานินท์ ศิลป์จารุ (2548, อ้างใน อำพร พันมะณี, 2562) จากเกณฑ์ดังกล่าว สามารถแปลความหมายของค่าเฉลี่ยได้ 5 ช่วงชั้น คือ 4.21–5.00 หมายถึง ระดับสูงมาก 3.41–4.20 หมายถึง ระดับค่อนข้างสูง 2.61–3.40 หมายถึง ระดับปานกลาง 1.81–2.60 หมายถึงระดับค่อนข้างต่ำ และ 1.00–1.80 หมายถึงระดับต่ำ

สำหรับการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัยนั้น ตามข้อตกลงเบื้องต้น ตัวแปรอิสระทุกตัวต้องไม่มีความสัมพันธ์กันหรือมีความสัมพันธ์กันไม่เกิน .80 หากตัวแปรไม่เป็นอิสระต่อกันจะไม่สามารถใช้วิธีการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณต่อไปได้ (multicollinearity problem) (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2540) คณะผู้วิจัยจึงได้ทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นดังกล่าว ผลดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง อิสระในการทำงาน จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง (n = 75)

ตัวแปร	อิสระในการทำงาน	จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน	ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง
อิสระในการทำงาน	1		
จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน	.74**	1	
ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง	.65**	.77**	1

**p < .01

ผลการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระในตารางที่ 1 พบว่า ตัวแปรอิสระในการทำงานและจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .74 (p < .01) ตัวแปรอิสระในการทำงานและภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .65 (p < .01) ตัวแปรจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานและภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.77 (p < .01) แสดงให้เห็นว่าตัวแปรอิสระในการวิจัยครั้งนี้มีความสัมพันธ์กันไม่เกิน 0.80 จึงสามารถนำตัวแปรอิสระทุกตัวไปวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณต่อไปได้ ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2
การวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณของตัวแปรพยากรณ์ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่ง (n = 75)

ตัวแปรอิสระ	b	SE_b	β	t	p
ค่าคงที่ (Constant)	16.496	3.748		4.401	.000
จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน	.183	.089	.251	2.07	.042
ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง	.167	.037	.542	4.46	.000
R = .752 R^2 = .565	R^2_{Adj} = .553	$F_{overall}$ = 46.786		p = .000	

จากตารางที่ 2 พบว่า จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานและภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมและร่วมอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่งได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (F = 46.786, p < .01) ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้นตอน พบว่า จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานและภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่งได้ร้อยละ 55.3 (R^2_{Adj} = .553) และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) เท่ากับ .752 หมายความว่า ถ้ากลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งหนึ่งมีจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานและภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมากขึ้นก็จะทำให้มีพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมเพิ่มสูงขึ้นด้วย เมื่อพิจารณาความสำคัญของปัจจัยในการทำนายพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม พบว่า ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญมากที่สุด รองลงมาคือ จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน โดยเขียนสมการถดถอยในรูปของคะแนนดิบดังนี้

พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม = 16.496 + .183* (จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน) + .167** (ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง)

และสมการถดถอยพหุคูณในรูปแบบคะแนนมาตรฐานเป็นดังนี้

$$Z_{\text{พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม}} = .251Z_{\text{ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง}} + .542Z_{\text{ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง}}$$

อภิปรายผล

ผลการวิเคราะห์ระดับ พบว่า อิสระในการทำงาน ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มอาสาสมัคร และจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานอยู่ในระดับสูงมาก ทั้งนี้การที่กลุ่มอาสาสมัครมีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงอยู่ในระดับสูงมาก อาจเนื่องมาจากองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งนี้มีกิจกรรมและบรรยากาศการทำงานที่ส่งเสริมและกระตุ้นให้กลุ่มอาสาสมัครมีโอกาสแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ มีลักษณะงานที่ท้าทายกระตุ้นให้มีการใช้ปัญญาความคิด กระตุ้นให้เกิดแรงบันดาลใจในการทำสิ่งต่าง ๆ มีที่ปรึกษาที่พร้อมให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจสมาชิกของกลุ่มอาสาสมัครเมื่อพบอุปสรรคในการทำงาน มีผู้นำขององค์การที่เป็นแบบอย่างที่ดีในการเป็นผู้ที่มีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง ดังที่ Basu และ Green (1997) กล่าวว่า ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของผู้นำสามารถถ่ายทอดไปสู่ผู้ตามได้ผ่านการเลียนแบบ ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนทำให้กลุ่มอาสาสมัครเกิดความรู้สึกมั่นใจในการเป็นผู้นำตนเองและผู้อื่น และในตัวแปรอิสระในการทำงานที่พบว่าอยู่ในระดับสูงมากนั้น คณะผู้วิจัยมีความเห็นว่า เนื่องมาจากองค์การแห่งนี้ มีบรรยากาศการทำงานที่มีความที่ยืดหยุ่นในด้านการกำหนดตารางเวลาทำงาน การกำหนดขั้นตอนในการทำงานซึ่งสามารถให้ควบคุมด้วยตนเอง ให้มีอำนาจในการตัดสินใจในเรื่องที่เหมาะสม ให้สามารถกำหนดวิธีการประเมินผลการทำงานเองได้ ซึ่งบรรยากาศการทำงานดังกล่าวเป็นบรรยากาศที่กระตุ้นให้กลุ่มอาสาสมัครเกิดความรู้สึกมีอิสระ รู้สึกสนุกกับการทำงาน ดังนั้นเมื่อวัดความเป็นอิสระในการทำงานของสถานที่ทำงานแห่งนี้ จึงพบว่ามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับที่สูงมาก สำหรับจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานนั้นพบผลเช่นเดียวกัน ว่าองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งนี้มีลักษณะของความมีจิตวิญญาณในระดับสูงมาก การที่ผลเป็นเช่นนี้ อาจเป็นเพราะองค์การแห่งนี้เป็นองค์การที่ไม่แสวงหาผลกำไร มุมมองที่มีต่อบุคคลและสิ่งอื่นจะเป็นในลักษณะที่ให้เห็นถึงความมีคุณค่าและคุณประโยชน์ของบุคคลหรือสิ่งอื่นเป็นสำคัญ และกิจกรรมต่าง ๆ ที่องค์การจัดขึ้นยังมุ่งเน้นการให้ประโยชน์ต่อชุมชน ต่อส่วนรวมเป็นหลัก จึงเป็นไปได้ที่จะถูกหล่อหลอมให้ทุกคนภายในองค์การมีทักษะการทำงานร่วมกัน เมื่อมีการวัดจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานแห่งนี้ จึงเป็นไปได้ที่องค์การแห่งนี้จะมีจิตวิญญาณของสถานที่ทำงานอยู่ในระดับสูงมากเช่นกัน

สำหรับผลการทดสอบสมมติฐาน ผลการวิจัย พบว่า ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรที่ศึกษา คือ จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานและภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง โดยสามารถพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม ได้ร้อยละ 55.3 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 นั่นหมายความว่า หากองค์การไม่แสวงหาผลกำไรแห่งนี้เป็นองค์การที่จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานสูงและกลุ่มอาสาสมัครมีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงในตนเองสูง พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมก็จะสูงขึ้นตามไปด้วย และในส่วนของผลการวิจัยที่พบว่าภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงสามารถพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมนั้น ผลการวิจัยดังกล่าวตรงกับงานวิจัยหลายชิ้น เช่น งานวิจัยของ ศิขริน เลขาวิจิตร (2558) ที่พบว่า ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงด้านการกระตุ้นทางปัญญามีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรม งานวิจัยของ สมนึก เพชรช่วย และ สมเดช สิทธิ์พงศ์พิทยา (2560) ซึ่งพบเช่นกันว่า ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงสามารถอธิบายและทำนายพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมในโรงเรียนสังกัดสำนักงานพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1, 2, 3, 4 และ 6 จำนวน 260 แห่งได้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรุณรุ่ง เอื้ออารีสุขสกุล และธีระวัฒน์ จันทึก (2559) ที่พบว่าภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมของพนักงาน

นอกจากนี้ ในส่วนของผลการวิจัยที่พบว่าจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานสามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมนั้น ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่าตรงกับแนวคิดของ Thakur และ Singh (2016, อ้างใน ธิปฏพณร์ ยิ้มประเสริฐและคณะ, 2563) ที่ระบุว่า จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานมีความเกี่ยวข้องปัจจัยองค์การในเชิงจิตวิทยา เช่น ความไว้วางใจ ความซื่อสัตย์ ความชื่นชมยินดี และความคิดเชิงนวัตกรรม เป็นต้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วินิตดา ชุติปัญโญ และ รัตติกรณ์ จงวิศาล (2564) ซึ่งได้ศึกษาเรื่องภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของผู้บริหารในภาคธุรกิจเอกชน ผลการวิจัยพบว่า จิตวิญญาณในสถานที่ทำงานมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรม และยังสามารถพยากรณ์พฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมได้

สำหรับผลการวิจัยที่ไม่พบว่า อิสระในการทำงานร่วมพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมนั้น คณะผู้วิจัยเห็นว่า อาจเกิดจากการที่อาสาสมัครมีการทำงานกับองค์การในรูปแบบชั่วคราว (Part-time) ทำให้อิสระในการทำงานแม้จะมีระดับสูงมากก็ตามแต่ก็อาจถูกจำกัดในเรื่องของการแสดงพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม ประกอบกับ สภาพแวดล้อมการทำงานหรือธรรมชาติขององค์การใช้วิธีการทำงานแบบทีมเป็นหลักในการทำงาน การทำงานแบบอิสระจึงอาจถูกจำกัด อาสาสมัครอาจรับรู้ได้ว่าตนเองมีอิสระในการตัดสินใจ แต่ในการทำงานจริงต้องทำงานในรูปแบบกลุ่มหรือทีมงาน ยิ่งการที่อาสาสมัครมาร่วมงานชั่วคราวอาจมีอิทธิพลของกลุ่มที่ขัดขวางพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมเพราะกลุ่มอาจถือว่าเป็นคนหน้าใหม่เข้ามาช่วยงานแล้วก็จากไป อิสระในการทำงานจึงอาจไม่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมของกลุ่มอาสาสมัครในองค์การไม่แสวงหาผลกำไรที่ศึกษา

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการนำผลงานวิจัยไปใช้ มีดังนี้

1. จากผลการวิจัยที่พบว่าภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงสามารถพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมได้ ดังนั้นหากองค์การต้องการให้บุคลากรมีพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมในระดับที่มากยิ่งขึ้นไปอีกนั้น องค์การควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของบุคลากรให้มากขึ้น ทั้งนี้อาจทำได้โดย การใช้ระบบพี่เลี้ยงให้กับบุคลากรที่เข้ามาใหม่ โดยให้บุคคลซึ่งมีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงสูงมาเป็นพี่เลี้ยงเพื่อให้เป็นแบบอย่างที่ดี หรือให้โอกาสแก่ผู้ที่มีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงได้แสดงศักยภาพเพื่อกระตุ้นการสร้างสรรค์นวัตกรรมในองค์การ นอกจากนี้อาจจัดฝึกอบรมให้ความรู้และฝึกปฏิบัติอาสาสมัครให้มีคุณลักษณะของผู้ที่มีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงเป็นระยะอย่างต่อเนื่อง เช่น ฝึกให้เป็นผู้ที่ต้องการคิดใหม่ทำใหม่ ฝึกให้เป็นผู้ที่เข้าใจในความต่างและสามารถจัดการความต่างเหล่านั้นได้ เป็นต้น ซึ่งจะเป็นการกระตุ้นและพัฒนาคุณสมบัติด้านนี้ให้มีอยู่ภายในตัวอาสาสมัครอย่างถาวร

2. จากผลการวิจัยที่พบว่าจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานสามารถพยากรณ์พฤติกรรสร้างสรรค์นวัตกรรมได้นั้น ดังนั้นหากองค์การต้องการให้อาสาสมัครมีพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมในระดับที่มากยิ่งขึ้น องค์การควรส่งเสริมจิตวิญญาณในสถานที่ทำงานให้มีมากขึ้นด้วย ซึ่งองค์การสามารถทำได้หลายแนวทาง เช่น การจัดสภาพแวดล้อมในองค์การให้มีความน่าอยู่ มีความเป็นธรรมชาติและเป็นระเบียบเรียบร้อย ส่งเสริมบรรยากาศการทำงานที่เอื้อให้บุคลากรหรืออาสาสมัครมีไมตรีจิตที่ดีต่อกัน จัดให้มีกิจกรรมที่ให้อาสาสมัครมีโอกาสได้ฝึกทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั้งภายในและภายนอกองค์การ มีการจัดระบบรางวัลและสวัสดิการที่มีความยุติธรรม ตลอดจนมีการส่งเสริมให้ผู้นำขององค์การมีภาวะผู้นำเชิงจิตวิญญาณ สามารถสร้างแรงจูงใจและกระตุ้นให้ลูกน้องได้รับประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับจิตวิญญาณในการทำงาน อีกทั้งจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้อาสาสมัครรู้สึกถึงการมีความสำคัญ การได้รับการใส่ใจด้านจิตใจ มีโอกาสได้แสดงความคิดเห็นที่มาจากจิตในภายในอย่างแท้จริง เป็นต้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

อาจมีการศึกษากับกลุ่มประชากรขององค์การอื่นที่มีลักษณะธุรกิจ หรือบริบทที่แตกต่างกัน เช่น หน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ เพื่อนำผลที่ได้มาเปรียบเทียบกับการวิจัยในครั้งนี้ และควรศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่อาจช่วยพยากรณ์พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมเพิ่มเติม เช่น แรงจูงใจที่ไม่ใช่ตัวเงิน บุคลิกภาพ เป็นต้น

รายการอ้างอิง

โชติกา จันทร์อุ่ย. (2562). *พฤติกรรมเชิงนวัตกรรมของพนักงานเจนเนอเรชั่นวายการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ตรีทิพ บุญแย้ม. (2554). *ปัจจัยเชิงสาเหตุพหุระดับที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมระดับบุคคลและระดับกลุ่มงานเพื่อสร้างนวัตกรรมผลิตภัณฑ์ในบริษัทเอกชนของไทย* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปัทมา ศรีมณี, & วิษณุพงษ์ โพธิพิรุฬห์. (2559). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมระดับบุคคล กรณีศึกษาพนักงานสายสนับสนุน.* สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ทิพยรัตน์ คชพงษ์. (2551). *ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำแบบเปลี่ยนแปลงตามการรับรู้ของผู้ตาม การเสริมสร้างพลังอำนาจในงานเชิงจิตวิทยาและความผูกพันในงาน : กรณีศึกษาองค์การที่ไม่มุ่งหวังผลกำไรด้านมูลนิธิด้านสิ่งแวดล้อมและการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร*. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์: กรุงเทพมหานคร.

ธิปฏพณร์ ยิ้มประเสริฐ, มานพ ชูนิล, & ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพชร์. (2563). *"จิตวิญญาณในที่ทำงาน: ปัจจัยสู่ความยึดมั่นผูกพันของพนักงาน และสุขภาวะในการทำงาน". มนุษยศาสตร์สาร, 20*(3), 46-74.

รัตติกรณ์ จงวิศาล. (2555). ภาวะผู้นำ จิตวิญญาณในการทำงาน ผลการปฏิบัติงาน และบรรษัทภิบาล. *วารสารพัฒนบริหารศาสตร์, 52*(1), 101-129.

วินิตดา ชุติปัญโญ, & รัตติกรณ์ จงวิศาล. (2564). "ภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้ จิตวิญญาณในสถานที่ทำงาน และพฤติกรรมการสร้างสรรค์นวัตกรรมของผู้บริหารในภาคธุรกิจเอกชน". *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, 15*(1), 163-175.

ศิขริน เลขาวิจิตร. (2558). *การศึกษาอิทธิพลของภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของข้าราชการครู* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สมนึก เพชรช่วย, & สมเดช สิทธิ์พงค์พิทยา. (2560). "ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง การจัดการความรู้ องค์การแห่งการเรียนรู้และพฤติกรรมการทำงานเชิงนวัตกรรมในโรงเรียนสังกัดพนักงานพื้นที่การศึกษา". *วารสารสมาคมนักวิจัย, 1(22),* 193-204.

สุกฤษฎิ์ ขวัญเมือง. (2559). *การศึกษาความสัมพันธ์ของภาวะผู้นำแบบสร้างความเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในงานและความผูกพันต่อองค์การของข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร* [การค้นคว้าอิสระบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. (2540). *เทคนิคการวิเคราะห์ตัวแปรหลายตัวสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์และพฤติกรรม: หลักการวิธีการประยุกต์* (พิมพ์ครั้งที่ 4). โรงพิมพ์เลี่ยงเชี่ยง.

อรุณรุ่ง เอื้ออารีสุขสกุล, & ธีระวัฒน์ จันทึก. (2559). "ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง: เปลี่ยนความท้าทายมุ่งสู่ความสำเร็จขององค์การอย่างยั่งยืน". *Veridian E-Journal*. *9*(1), 845-860.

อุบลรัตน์ ศักดิ์ทอง. (2561). *การศึกษาจิตวิญญาณในการทางานของพยาบาลวิชาชีพ* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อำพร พันมะณี. (2562). *ปัจจัยด้านองค์กรที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างนวัตกรรมในการปฏิบัติงาน กรณีศึกษา: บริษัทไปรษณีย์ไทยจำกัด* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]., มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ.

Breaugh, J. A. (1985). *The measurement of work autonomy.* Human relations, *38*(6), 551-570. https://doi.org/10.1177%2F001872678503800604

Basu, R., & Green, S. J. (1997). Leader-Member Exchange and Transformational Leadership: An Empirical Examination of Innovative Behaviors in Leader-Member Dyads. Journal of Applied Social Psychology, 27 (6), 477 – 499. https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1997.tb00643.x

Dimitris, G. A., Elias, G. C., & Rafiq, D. (2012). *Knowledge Perspectives of New Product Development*. New York: Springer.

Fulwiler, R. D. (2011, June 01). *Transformational Leadership: The Key to World-Class Safety*. EHSToday. Retrieved February 24, 2021, from https://www.ehstoday.com/safety-leadership/article/21907243/transformational-leadership-the-key-to-worldclass-safety.

Nwe Ni Sein Myint. (2014). *Workplace Spirituality and Organizational Citizenship Behavior Among Nurses in General Hospitals, Yagons, The Republic of the Union of Mynmar* [วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

Shalley, C. E., Hitt, M. A., & Zhou, J. (2015). *The Oxford Handbook of Creativity, Innovation, and Entrepreneurship.* New York: Oxford University Press.

Soper, D. (2006). A-priori Sample Size Calculator for Multiple Regression. Retrieved February 2, 2021, from https://www.danielsoper.com/statcalc/calculator.aspx?id=1.

สภาวะลื่นไหลจะช่วยลดความความอ่อนล้าจากการควบคุมตนเองได้หรือไม่? การทดสอบอิทธิพลของกิจกรรมฟื้นตัวต่อการพร่องในการควบคุมตนเอง โดยมีความต้องการทางปัญญาเป็นตัวแปรกำกับ

ปรางค์ทิพย์ พงษ์ประเสริฐ* และ กฤษณ์ อริยะพุทธิพงศ์
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: 6077614838@student.chula.ac.th

บทคัดย่อ

ในการศึกษาที่ผ่านมาพบว่ากิจกรรมที่ไม่ต้องออกแรง เช่น การพักผ่อนชั่วคราวหรือการทำในสิ่งที่นำไปสู่อารมณ์ทางบวกนั้นสามารถลดสภาวะการพร่องในการควบคุมตนเอง (ego depletion) กิจกรรมที่ใช้ความกระตือรือร้น เช่น สภาวะลื่นไหล (flow state) จากการเล่นเกมที่สมดุลกับความสามารถของบุคคลก็อาจเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สามารถลดสภาวะพร่องได้เช่นกัน การศึกษาครั้งนี้จึงมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาว่า กิจกรรมรูปแบบใดที่สามารถช่วยให้บุคคลกลับมาควบคุมตนเองได้ดีเช่นเดิม การศึกษาครั้งนี้เป็นการทดลองออนไลน์ กลุ่มตัวอย่างคือนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 134 คน อายุระหว่าง 18-25 ปี ผู้เข้าร่วมการทดลองจะถูกจัดกระทำให้เกิดการพร่องในการควบคุมตนเองด้วยการกดทับความคิดจากคำสั่งห้ามคิดถึงหมีขาว จากนั้นทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้าสู่เงื่อนไขใดเงื่อนไขหนึ่งจาก 4 เงื่อนไข ดังนี้ ก) เล่นเกม Tetris ในระดับปานกลาง ข) เล่นเกม Tetris ในระดับยาก ค) ดูวิดีโอตลก หรือ ง) พักผ่อนตามอัธยาศัย 6 นาที จากนั้น ผู้เข้าร่วมการทดลองจะต้องทำการสลับคำสุภาษิตไทยในระดับยาก ประสิทธิภาพในการลดความอ่อนล้านั้นจะถูกวัดด้วยการจับเวลาจากการสลับคำสุภาษิตไทยเพื่อทดสอบว่ากลุ่มตัวอย่างในเงื่อนไขใดอดทนได้นานที่สุด ผลการทดลองพบว่า อิทธิพลจากเงื่อนไขกิจกรรมต่าง ๆ นั้นถูกกำกับโดยความต้องการทางปัญญาซึ่งเป็นความชอบในการแก้ไขปัญหาที่ใช้ความคิด โดยบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาระดับปานกลางถึงสูงในเงื่อนไขการดูวิดีโอตลกจะสามารถอดทนทำการสลับคำได้นานกว่าบุคคลในเงื่อนไขอื่น ๆ ผลการทดลองยังพบอีกว่า สภาวะลื่นไหลนั้นไม่ช่วยเพิ่มความอดทนของผู้เข้าร่วมการทดลองในการทำกิจกรรมสุดท้ายให้นานขึ้น จึงอาจกล่าวได้ว่า ประสิทธิภาพของกิจกรรมที่ถูกแทรกเพื่อลดการพร่องในการควบคุมตนเองนั้นขึ้นอยู่กับความต้องการทางปัญญาของบุคคลด้วย

คำสำคัญ : การพร่องในการควบคุมตนเอง สภาวะลื่นไหล ความต้องการทางปัญญา

COULD A FLOW STATE REDUCE EGO DEPLETION? THE EFFECT OF RECUPERATION ACTIVITIES ON EGO DEPLETION WITH NEED FOR COGNITION AS A MODERATOR

Prangtip Pongprasert*, Kris Ariyabuddhiphongs
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email*: 6077614838@student.chula.ac.th

Abstract

In the previous studies, passive activities like resting or inducing positive mood can prevent ego depletion, a state in which we use up our self-control resource. Active activities like playing games to induce flow state may also be able to recuperate us from the fatigue. The purpose of this study was to examine activities that could ameliorate the effect of ego depletion. Upon a completion of the thought-suppression task, 134 participants were randomly assigned to one of the four intervening tasks: a) the flow state inducing task, where participants played a moderate level video game; b) the non-flow state inducing task, where participants played the same game at a hard level; c) the funny task, where participants watched a funny video clip, or d) resting for about 6 minutes. After that, they were presented with difficult Thai proverbs anagram puzzles. The amount of time they spent on the puzzles indicated the amount of their willpower. The result showed that the effect of recuperation activities was moderated by the participants' need for cognition (NFC). We found that participants with moderate and high NFC persisted longer in the funny video condition compared to those in other conditions. Also, the results suggested that a flow state did not help increasing participants' persistence on the anagram task. In other words, the effectiveness of the intervening activities in reducing ego depletion depends on individuals' level of NFC.

Keywords: Ego Depletion, flow state, need for cognition

บทนำ

มนุษย์มักจะทำสิ่งที่ตนพึงใจที่จะทำ ณ ขณะนั้น ๆ มากกว่าที่จะคำนึงถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้นในระยะยาวจากการกระทำของตนเอง เรามักหยุดยั้งตนเองจากการทำสิ่งที่ถูกต้องแม้รู้ดีว่าเป็นสิ่งที่ควรจะทำ แต่รางวัลที่จะได้ในขณะนั้นกลับดึงดูดใจมากกว่าผลตอบแทนที่ดีกว่าในอนาคต (Hall & Fong, 2007; Fong & Hall, 2003; Loewenstein & Thaler, 1989) เราจะยับยั้งเหตุการณ์แบบนี้ได้เมื่อเรามีการกำกับตนเอง (self-regulation หรือการควบคุมตนเอง (self-control) ซึ่งเป็นความสามารถในการก้าวข้ามแรงปรารถนาที่ไม่พึงประสงค์และแทนที่มันด้วยความคิด ความรู้สึก และการกระทำที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ (Carnevale & Fujita, 2016) ดังนั้น การควบคุมตนเองจึงเป็นสมรรถนะสำคัญต่อการดำรงชีพของเราเพื่อเผชิญหน้าต่อความท้าทายต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเรียน การทำงาน การควบคุมน้ำหนัก หรือแม้กระทั่งการจัดการอารมณ์ของตนเอง ความสามารถในการควบคุมตนเองได้ดีจะนำพาเราไปสู่การมีชีวิตที่มีความสุขและเป็นที่น่าพึงพอใจในระยะยาว (Hofmann et al., 2014)

อย่างไรก็ตาม มีการตั้งข้อสันนิษฐานว่าการควบคุมตนเองนั้นจะต้องใช้พลังงานที่มีอยู่อย่างจำกัด (Baumeister et al., 1994) กล่าวคือ เมื่อมีการใช้พลังงานดังกล่าวในงานหนึ่ง จะทำให้ทำงานต่อไปได้ไม่ดีเท่าที่ควร เนื่องจากการควบคุมตนเองก็เหมือนกับกล้ามเนื้อที่สามารถฝึกฝนให้แข็งแรงขึ้นและจะอ่อนแอลงเมื่อไม่ถูกใช้งาน และหากไม่มีการฝึกฝนแต่ถูกนำมาใช้อย่างหนักในระยะเวลาไม่นาน ก็จะทำให้กล้ามเนื้อส่วนนั้นอักเสบและฉีกขาดได้ เช่นเดียวกับการควบคุมตนเองที่เมื่อถูกใช้ไปมาก ๆ ก็อาจทำให้เราอ่อนล้าจนไม่สามารถควบคุมตนเองต่อไปได้เช่นกัน ปรากฏการณ์นี้เรียกว่า การพร่องในการควบคุมตนเอง (ego depletion; Baumeister et al., 1998) ความล้มเหลวในการควบคุมตัวเองไม่เพียงทำให้พลังงานในการทำสิ่งต่าง ๆ ถดถอยลงไปเท่านั้น แต่ยังมักส่งผลให้เกิดความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นการกินอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ รวมไปจนถึงการแสดงกิริยาก้าวร้าวมากกว่าคนที่ไม่สูญเสียพลังงานดังกล่าว Muraven และ Baumeister (2000) ยังได้เสนออีกว่า การพร่องในการควบคุมตนเองนั้นเกิดขึ้นได้แม้ว่าพฤติกรรมที่ใช้ในการควบคุมตนเองนั้นจะเป็นกิจกรรมที่ต่างกัน แต่หากต้องทำกิจกรรมต่าง ๆ ในเวลาติดต่อกัน พลังงานที่ใช้จะต้องลดลงจากกิจกรรมแรก เพราะพลังงานที่นำมาใช้ทำกิจกรรมต่าง ๆ นั้นมาจากแหล่งพลังงานเดียวกัน

โดยทั่วไป หากต้องการที่จะทดสอบการมีอยู่ของการพร่องในการควบคุมตนเอง ผู้วิจัยมักจะสร้างการทดลองที่มีเงื่อนไข 2 เงื่อนไข โดยให้ผู้เข้าร่วมทำกิจกรรม 2 กิจกรรมอย่างต่อเนื่อง โดยเริ่มแรกจะต้องทำให้ผู้เข้าร่วมสูญเสียทรัพยากรในการควบคุมตนเองด้วยงานที่ท้าทายความอดทน (Depleting task) เช่น การขีดฆ่าตัวอักษร การทดสอบความจำ หรือการแก้โจทย์คณิตศาสตร์ เป็นต้น ในขณะที่เงื่อนไขควบคุมจะได้ทำกิจกรรมที่คล้ายกันแต่ไม่นำไปสู่การสูญเสียทรัพยากรในการควบคุมตนเอง จากนั้นจะต้องมีกิจกรรมที่ใช้วัดผลว่าเกิดการพร่องในการควบคุมตนเองจริงหรือไม่ (Outcome task) ซึ่งมักจะเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้การควบคุมตนเองสูง เช่น การทำปริศนาที่แก้ไขไม่ได้ การทดสอบความรู้ทั่วไป การเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ เป็นต้น ผู้วิจัยล้วนคาดหวังให้ผู้เข้าร่วมในเงื่อนไขสูญเสียการควบคุมตนเองทำกิจกรรมที่สองได้แย่กว่าผู้เข้าร่วมในเงื่อนไขควบคุม ทั้งนี้ กิจกรรมทั้งสองจะไม่มีความเกี่ยวข้องกันเลย เพราะหากว่ากิจกรรมที่ใช้ท้าทายการควบคุมตนเองและกิจกรรมวัดผลทั้งสองมีความเหมือนหรือคล้ายคลึงกันอาจทำให้บุคคลสามารถทำกิจกรรมสุดท้ายได้ดีขึ้น เนื่องจากเกิดความเคยชินและได้ฝึกฝนกิจกรรมนั้น (Dang, 2018) นอกจากการทดสอบความพร่อง การฟื้นฟูสภาวะพร่องก็มีความสำคัญเช่นกัน Hofman et al. (2007) พบว่า คนเรามักจะแสดงจิตใต้สำนึกและเจตคติแอบแฝง ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมเมื่อสูญเสียการควบคุมตนเอง ในทางตรงกันข้าม เมื่อคนเรายังมีแรงควบคุมตนเองได้อยู่นั้น พฤติกรรมของเราจะถูกแสดงออกในระดับจิตสำนึกและเจตคติที่ควรจะเป็น ดังนั้น การอยู่ในสภาวะที่สามารถควบคุมตนเองได้นั้นจึงเป็นเรื่องที่สำคัญเป็นอย่างมาก Muraven et al. (1999) ชี้แจงว่า เมื่อคนเราสูญเสียพลังงานในการควบคุมตนเองแล้ว ไม่ว่าอย่างไรพลังงานเหล่านั้นจะต้องถูกเติมเต็มกลับคืนให้สามารถควบคุมตนเองได้อีกครั้ง การศึกษาที่ผ่านมาได้พบหลากหลายวิธีที่สามารถลบล้างความอ่อนล้าดังกล่าวได้ เช่น Boucher และ Kofos (2012) พบว่า การนึกถึงเงินสามารถต้านการพร่องในการควบคุมตนเองได้ หรือ Tice et al. (2007) พบว่าผู้เข้าร่วมงานวิจัยสามารถกลับมาอยู่ในสภาวะที่ควบคุมตนเองได้เมื่อได้ดูวิดีโอที่ทำให้อารมณ์ดีขึ้นเมื่อเทียบกับวิดีโอที่นำไปสู่อารมณ์อื่น ๆ นอกจากนี้ Tyler และ Burn (2008) ได้ตั้งข้อสันนิษฐานไว้ว่า การพักผ่อนจะช่วยให้เราฟื้นฟูการควบคุมตนเองได้ โดยการพักผ่อนแบบนั่งพักที่ยิ่งนานจะยิ่งฟื้นฟูได้ดีขึ้น แต่เมื่อเป็นการพักผ่อนแบบมีคุณภาพ เช่น ฟังเพลงดนตรีคลาสสิคที่ก่อให้เกิดความผ่อนคลาย การเล่นดนตรี หรือการทำสมาธิ เป็นต้น แม้จะใช้เวลาเพียงสั้น ๆ ก็สามารถทำให้ฟื้นฟูการควบคุมตนเองได้ไม่ต่างกับการใช้เวลาพักโดยไม่ทำอะไรนาน ๆ จึงเห็นได้ว่า การจัดกระทำให้เกิดอารมณ์ทางบวกโดยเฉพาะความเพลิดเพลินหลังการทำงานที่ลดทรัพยากรในการควบคุมตนเองสามารถทำให้บุคคลสามารถกลับมาควบคุมตัวเองได้ดีเช่นเดิม

อีกหนึ่งความน่าสนใจในการศึกษาความเพลิดเพลิน คือ สภาวะลื่นไหล (flow state) ซึ่งเป็นสภาวะที่เหมาะสมที่สุดระหว่างความสามารถของบุคคลและความท้าทายของงาน ทำให้บุคคลสามารถทำงานนั้น ๆ ได้อย่างเพลิดเพลินจนสามารถลืมความ

ลำบากต่าง ๆ หรือบรรยากาศรอบตัวจนเหมือนว่าไม่ต้องใช้ความพยายาม หนึ่งในสื่อที่ถูกนำมาใช้ศึกษาสภาวะลื่นไหลคือ การเล่นวิดีโอเกม ที่ทำให้ผู้คนรู้สึกจดจ่อไปกับสื่อและทำให้ผู้คนใช้เวลาอย่างมากไปกับการเล่นเกม เพราะสภาวะลื่นไหลนั้นเกิดจากการใช้สื่อเพื่อตอบสนองความพึงพอใจจากแรงจูงใจภายใน (intrinsic motivation) นำไปสู่ความสมดุลของความท้าทายและสามารถทำให้รู้สึกว่ากำลังได้รับรางวัลจากการเล่นวิดีโอเกม (Sherry, 2004) การเข้าถึงสภาวะลื่นไหลสูงสุด บุคคลจะพยายามทำสิ่งที่อยู่ข้างหน้าอย่างเต็มที่ เริ่มมีความรู้สึกทางบวก และสามารถจดจ่อได้โดยไม่สนใจสิ่งรอบข้าง เรียกว่า จุดที่เหมาะสม (optimal condition) กล่าวคือ ความเหมาะสมของสิ่งที่ทำและความสามารถที่อยู่ในจุดที่ทั้งสองสิ่งมีความสมดุลกัน ทำให้มีแรงจูงใจจากภายในหรือ autotelic (auto หมายถึง ตัวตน และ telos หมายถึง เป้าหมาย) ที่จะทำสิ่งใด ๆ ตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ โดยที่ไม่ได้สนใจรางวัลภายนอกจากกิจกรรมมากนัก (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2009) Landhauber และ Keller (2012) นั้นได้เคยตั้งข้อสมมติฐานเกี่ยวกับประโยชน์ที่เกิดขึ้นหลังจากการเข้าสู่สภาวะลื่นไหลว่า จะสามารถทำให้พลังงานที่ใช้ในการควบคุมตนนั้นเพิ่มขึ้นได้ เพราะบุคคลได้เกิดสมาธิจดจ่อและมีอารมณ์ทางบวกเกิดขึ้นและจะยังเกิดขึ้นต่อเนื่องแม้หยุดทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดสภาวะลื่นไหลแล้วก็ตาม ในขณะที่ความเพลิดเพลินจากสื่อทั่ว ๆ ไป เช่น การดูภาพยนตร์ นั้นจะเป็นการได้รับและหายไปอย่างรวดเร็ว

นอกจากนี้ ความสามารถในการควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์กับความต้องการทางปัญญา ซึ่งเป็นแนวโน้มที่บุคคลจะชื่นชอบความท้าทายในการใช้ปัญญารวมไปถึงการพร้อมที่จะอุทิศความอุตสาหะในการใช้ความคิดเพื่อความสำเร็จ ทำให้ความต้องการทางปัญญานั้นเป็นเครื่องมือที่ดีของการควบคุมตนเอง (Grass et. al., 2019) ยิ่งบุคคลมีความต้องการทางปัญญาสูงมากเท่าไหร่ก็จะยิ่งมีความสามารถที่จะควบคุมตนเองได้ดีเช่นกัน (Bertrams & Dickhäuser, 2012) ความต้องการทางปัญญา (Need for Cognition) เป็นคุณลักษณะของบุคคลที่จะสนุกไปกับการทำอะไรที่ใช้ปัญญาและความคิด ไม่ว่าจะเป็นการค้นคว้าข้อมูลหรือการแก้ปัญหาที่ท้าทาย โดยไม่คำนึงถึงแรงจูงใจใด ๆ (Cohen et. al., 1955: อ้างใน อัศยาพร, 2556) อธิบายความต้องการทางปัญญาว่าเป็นความต้องการที่จะจัดการณ์กับสถานการณ์ต่าง ๆ ให้มีแบบแผนและมีความชัดเจนไม่คลุมเครือ เพราะมนุษย์มักจะเกิดความเครียดและความคับข้องใจซึ่งเป็นสิ่งที่มนุษย์ไม่ชอบ และมนุษย์ทุกคนนั้นมีความต้องการทางปัญญาไม่เท่ากัน เพราะบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาสูงนั้นมักจะมาจากการชอบแก้ปัญหาต่าง ๆ ซ้ำ ๆ เป็นระยะเวลานาน จนถูกพัฒนากลายเป็นบุคลิกภาพทำให้บุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาสูงมีแรงจูงใจที่จะทำงานที่ยาก ท้าทายปัญญาและความคิด ทั้งนี้ ความต้องการทางปัญญายังสะท้อนถึงความต้องการส่วนบุคคลและแรงจูงใจจากภายในเพื่อที่จะทำให้ทุกอย่างรอบตัวนั้นเป็นเหตุและผลของกันและกัน การศึกษาเกี่ยวกับความต้องการทางปัญญามักเกิดขึ้นในบริบททางการศึกษา (Cacioppo et al., 1996) เช่น มีการศึกษาพบความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการทางปัญญา สมรรถภาพในการควบคุมตนเอง และผลการเรียน (Bertrams & Dickhäuser, 2009) ดังนั้น ผลของกิจกรรมที่ใช้ฟื้นฟูความพร่องในการควบคุมตนเองจึงอาจขึ้นอยู่กับระดับความต้องการทางปัญญาของบุคคลนั้น

ดังนั้น เมื่อสภาวะลื่นไหลสามารถสร้างความเพลิดเพลินได้คล้ายกับความเพลิดเพลินจากสื่อ หากแต่สภาวะลื่นไหลนั้นเกิดจากปฏิสัมพันธ์ของบุคคลและกิจกรรม และความเพลิดเพลินจากสื่อสามารถลดการพร่องในการควบคุมตนเองได้ การศึกษาครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบว่า ความเพลิดเพลินในรูปแบบใดที่สามารถลดการเกิดสภาวะพร่องในการควบคุมตนเองได้ดีกว่า โดยเปรียบเทียบระหว่างความเพลิดเพลินจากการเข้าสู่สภาวะลื่นไหล ความเพลิดเพลินจากสื่อ และการพักผ่อนโดยไม่ทำสิ่งใด และเนื่องจากกิจกรรมที่ใช้วัดตัวแปรตามนั้นเป็นกิจกรรมทดสอบทางปัญญา ผู้วิจัยจึงเห็นว่าควรมีความต้องการทางปัญญาเป็นตัวแปรกำกับ โดยความต้องการทางปัญญาเป็นความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาสูงนั้นมีแนวโน้มที่จะแก้ไขปัญหาที่มีความซับซ้อนได้ดีและมักใช้ความพยายามในการแก้ปัญหามากกว่าบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาต่ำ (Cacioppo & Petty, 1982) โดยมีสมมติฐานการทดลอง ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 ผู้เข้าร่วมการทดลองในเงื่อนไขสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขความเพลิดเพลินจากสื่อ และเงื่อนไขพักผ่อนจะใช้เวลาในกิจกรรมที่ต้องใช้ปัญญา (การทำสลับคำสุภาษิตไทย) ไม่แตกต่างกัน แต่จะมีความแตกต่างกับเงื่อนไขการถูกขัดขวางไม่ให้เข้าสู่สภาวะลื่นไหล โดยมีความต้องการทางปัญญาเป็นตัวแปรกำกับ

สมมติฐานที่ 2 ระดับความต้องการทางปัญญาจะมีอิทธิพลร่วมกับเงื่อนไขการทดลองต่อการใช้เวลาในกิจกรรมที่ต้องใช้ปัญญา (การทำสลับคำสุภาษิตไทย) โดยบุคคลที่มีระดับความต้องการทางปัญญาสูงในเงื่อนไขสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขความเพลิดเพลินจากสื่อ และเงื่อนไขพักผ่อนจะสามารถทำการทดสอบได้นาน ในขณะที่บุคคลที่มีระดับความต้องการทางปัญญาต่ำจะสามารถทำการทดสอบได้นานในเงื่อนไขการถูกขัดขวางไม่ให้เข้าสู่สภาวะลื่นไหล

วิธีดำเนินการวิจัย

การทดลองครั้งนี้เป็นการทดลองผ่านทางออนไลน์ ผู้วิจัยได้ออกแบบการทดลองทั้งหมดโดยใช้เว็บไซต์ควาลทริกส์ (Qualtrics) โดยพยายามกำหนดเงื่อนไขเพื่อให้ผู้เข้าร่วมการทดลองปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดเพื่อให้การทดลองมีความเสมือนกับ

ภายในห้องปฏิบัติการมากที่สุด โดยกำหนดว่าจะต้องมีเวลาในการจดจ่ออยู่กับการทดลองโดยที่ไม่มีใครรบกวนอย่างน้อย 45 นาที ต้องอยู่ในพื้นที่ที่เงียบและเป็นส่วนตัว ไม่มีผู้คนพลุกพล่าน อินเทอร์เน็ตต้องใช้งานได้ดีและมีเสถียรภาพ และต้องใช้คอมพิวเตอร์ในการทดลองครั้งนี้

กลุ่มตัวอย่าง

ผู้เข้าร่วมการทดลองเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยอายุระหว่าง 18 – 25 ปี การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยโปรแกรม G*Power โดยกำหนดวิธีการวิเคราะห์แบบ ANOVA ขนาดอิทธิพลระดับกลาง 0.25 (อ้างจาก Tyler & Burn, 2008) ค่าคลาดเคลื่อนแอลฟ่าเท่ากับ 0.05 และ Power เท่ากับ 0.8 โดยได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 180 คน คิดเป็นเงื่อนไขละประมาณ 45 คน จากนั้นคัดเลือกข้อมูลที่ตอบแบบสอบถามไม่ครบและใช้เวลาผิดปกติไปจากค่าเฉลี่ยในแต่ละกิจกรรมเนื่องจากทุกกิจกรรมมีการจับเวลาไว้ รวมไปถึงคะแนนแบบสอบถามกดทับความคิดเกี่ยวกับหมีขาวที่น้อยผิดปกติจากค่าเฉลี่ยรวมทั้งหมด 46 คน จึงเหลือผู้ร่วมการทดลองที่ผ่านเกณฑ์ 134 คน

ผู้เข้าร่วมการทดลองมาจากการสมัครผ่านเว็บไซต์ Qualtrics โดยได้รับข่าวสารจากทั้งอาจารย์ประจำวิชาและสื่อออนไลน์ช่องทางต่าง ๆ โดยมีเงื่อนไขว่า ผู้เข้าร่วมการทดลองจะต้องใช้ภาษาไทยในชีวิตประจำวัน ผ่านการเรียนภาษาไทยในชั้นมัธยม และต้องมั่นใจว่ารู้จักสุภาษิตไทยที่ใช้ทั่วไป ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการคัดกรองเบื้องต้นจากการสมัครของนิสิตก่อนที่จะส่งลิงก์การทดลองให้ผู้เข้าร่วมการทดลอง โดยผู้วิจัยจะตั้งค่าระบบสุ่มให้ผู้เข้าร่วมวิจัยกดบนเว็บไซต์ที่ใช้ในการออกแบบการทดลองว่าจะอยู่ในเงื่อนไขใด โดยจอจะขึ้นหมายเลข 1 ถึง 4 เลขใดเลขหนึ่งบนเอกสารยินยอมในการเข้าร่วมการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การกดความคิดเกี่ยวกับหมีขาว คือกิจกรรมที่ผู้วิจัยใช้ในการกระตุ้นสภาวะพร่องในการควบคุมตน ซึ่งผู้วิจัยใช้คำสั่งให้ผู้ร่วมการทดลองกดความคิดเกี่ยวกับหมีขาว ซึ่งกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ถูกใช้ในการกระตุ้นสภาวะพร่องในการควบคุมตนในการวิจัย Muraven et al. (2008) โดยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยนึกถึงหรือรู้สึกอะไรก็ได้ แต่เมื่อใดก็ตามที่นึกถึงหมีขาวขึ้นมา จะต้องพิมพ์เครื่องหมายขีด (/) ไว้บนช่องคำตอบทุกครั้ง เป็นเวลาทั้งหมด 5 นาที

เกม Tetris ในงานวิจัยนี้เกม Tetris ใช้ในการกระตุ้นสภาวะลื่นไหล ซึ่งเกม Tetris เป็นเกมที่ผู้เล่นจะพยายามทำให้ชิ้นส่วนต่าง ๆ ต่อกันเป็นแถวแนวนอนจนครบแถวและหายไปเพื่อที่จะสะสมคะแนน ซึ่งในงานวิจัยของ Gold และ Ciorciari (2019) ได้ทำการทดสอบแล้วว่า เกมดังกล่าวในระดับกลางนั้นสามารถทำให้ผู้เข้าร่วมการทดลองของพวกเขาเข้าสู่สภาวะลื่นไหล (ระดับที่ 5) ได้ดีกว่าเกมในระดับที่ความเร็วที่ช้า (ระดับที่ 1) หรือเร็ว (ระดับที่ 10) เกินไป โดยเกม tetris ที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการทดลองอยู่ภายใต้ลิขสิทธิ์ของบริษัท Tetris Holding

วิดีโอตลก เป็นวิดีโอที่กระตุ้นอารมณ์ทางบวก โดยผู้วิจัยได้คัดเลือกคลิปวิดีโอ 3 คลิป ในการทดสอบเครื่องมือในการวิจัยนำร่อง โดยแต่ละคลิปมีความยาว 4 นาที และพบว่าวิดีโอทั้งสามสามารถกระตุ้นอารมณ์ทางบวกได้ จากนั้นผู้วิจัยได้นำวิดีโอทั้งสามมาใช้ในการทดลอง โดยหลังจากการชมวิดีโอ ผู้ร่วมการทดลองจะถูกถามหลังได้ดูคลิปวิดีโอ โดยมีคำถามว่า “ท่านรู้สึกว่าวิดีโอที่ท่านได้ชมนั้นขำขันมากน้อยเพียงใด” โดยวัดระดับความขำขัน 5 ระดับ คือ 1 หมายถึง ไม่ขำเลย และ 5 หมายถึง ขำขันมากที่สุด และมาตรวัดความเพลิดเพลินเพื่อตรวจสอบการจัดกระทำจากมาตรแรงจูงใจภายใน โดยทำการแปลมาจากมาตร Intrinsic Motivation Inventory ของ Ryan (1982) โดยมาตรจะประกอบด้วยข้อคำถาม 7 ข้อ มี 5 ระดับ โดยมีค่า Conbrach’s Alpha = .87

การสลับคำสุภาษิตไทย (Anagram) เป็นกิจกรรมที่ใช้วัดความสามารถจากการควบคุมตน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ให้ผู้ร่วมการทดลองการสับเปลี่ยนพยัญชนะของคำหรือวลีเพื่อให้ได้คำหรือวลีใหม่เป็นสุภาษิตไทย โดยผู้วิจัยได้เลือกใช้สุภาษิตไทยที่มีความยากในการทดลอง โดยข้อคำถามการสลับคำสุภาษิตไทยนี้ได้ผ่านการคัดเลือกจากคะแนนในการวิจัยนำร่อง ซึ่งผู้วิจัยได้เลือกสุภาษิตไทยทั้งหมด สำนวน จากนั้นให้ผู้เชี่ยวชาญทางภาษาไทยคัดเลือก 30 ประโยคมาใช้ในการทดลองจริง โดยทั้ง 30 ประโยคถูกคัดมาจากคะแนนความยากที่ผู้ร่วมวิจัยนำร่องจำนวน 28 คน โดยมีตัวอย่างสุภาษิต เช่น เช่น “ง่ า ค แ ง พ งี้ ร า เ อ า” ที่มีคำตอบที่ถูกต้องคือ “เงื้อง่าราคาแพง” หรือ “ล น น ม่ ป์ กิ ศิ ร กั ไ ศ” ที่มีคำตอบที่ถูกต้องคือ “ศรศิลป์ไม่กินกัน” เป็นต้น

มาตรวัดการกดทับความคิดเกี่ยวกับหมีขาว (White Bear Suppression Inventory) ซึ่งใช้ในการวัดการรับรู้การถูกกดทับทางความคิด โดยผู้วิจัยได้ทำการแปลมาจากมาตรของ Schmidt et al. (2009) ได้พัฒนามาตร 5 ระดับ โดย 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง และ 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวน 15 ข้อขึ้นเพื่อประเมินว่า บุคคลเกิดการกดทับความคิดเมื่อทำกิจกรรมกดทับทางความคิดเกี่ยวกับหมีขาวมากน้อยเพียงใด ผลการวิเคราะห์ความเที่ยงพบ Cronbach's Alpha เท่ากับ .873 และค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.75 (*SD* = 0.048) แสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมการทดลองเกิดการกดทับทางความคิดในระดับกลาง

มาตรวัดความต้องการทางปัญญา เป็นมาตรวัดที่ใช้วัดระดับความต้องการทางปัญญาของบุคคล ซึ่งพัฒนาขึ้นโดย ปวัญรัตน์ อัศยาพร (2556) จากแนวคิดความต้องการทางปัญญาของ Cacioppo และ Petty (1982) โดยมาตรจะเป็น 5 ระดับ โดย 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง และ 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง ประกอบไปด้วย 18 ข้อ

ขั้นตอนการทดลอง

ผู้วิจัยจะส่งลิงก์การทดลองให้แก่ผู้ที่สนใจเข้าร่วมการทดลอง เมื่อเริ่มการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะต้องยอมรับข้อตกลงเงื่อนไขในการทดลองเพื่อความเสมือนกับห้องการทดลอง โดยต้องทำการทดลองในที่เงียบสงบ ใช้คอมพิวเตอร์ในการทดลอง และมีเสถียรภาพของอินเทอร์เน็ต จากนั้นผู้เข้าร่วมการทดลองจะได้อ่านหนังสือแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัยและเมื่อยินยอมเข้าร่วมการทดลอง ผู้เข้าร่วมการทดลองจะได้ทำกิจกรรมการกดทับทางความคิดเกี่ยวกับหมีขาวเพื่อสร้างสภาวะพร่องในการควบคุมตน จากนั้นถูกสุ่มเข้าเงื่อนไขการทดลองเงื่อนไขใดเงื่อนไขหนึ่งจากทั้งหมด 4 เงื่อนไข ได้แก่ ก) การเล่นเกม Tetris ระดับกลาง เพื่อเข้าสู่สภาวะลื่นไหล ข) การเล่นเกม Tetris ระดับยาก เพื่อขัดขวางไม่ให้เข้าสู่สภาวะลื่นไหล ค) การดูคลิปวิดีโอตลกเพื่อสร้างความเพลิดเพลินแบบสนุกสนาน และ ง) การนั่งเฉย ๆ เป็นเวลาประมาณ 6 นาที ต่อมา ทุกเงื่อนไขจะต้องเข้าสู่การทำกิจกรรมสลับคำสุภาษิตไทย โดยเวลาเฉลี่ยที่บุคคลใช้ในการทำกิจกรรมสลับคำจะเป็นตัวแปรตามในการทดลองครั้งนี้ และสุดท้ายจะเป็นการทำมาตรวัดความต้องการทางปัญญา เมื่อทำทุกงานที่กำหนดให้ครบแล้ว ผู้เข้าร่วมจะได้อ่านวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการทดลองและกรอกข้อมูลส่วนตัว ผู้วิจัยได้กำหนดให้บนเว็บไซต์จับเวลาในทุกกิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมการทดลองทำทั้งหมดทุกขั้นตอน การทดลองออนไลน์จะใช้เวลาโดยเฉลี่ยประมาณ 45 นาที

ผลการวิจัย

จากข้อมูลที่ได้จากการทดลอง ผู้วิจัยพบลักษณะของข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง คือ มีจำนวนเพศชาย 33 คน (ร้อยละ 22.38) และเพศหญิง 99 คน (ร้อยละ 73.88) โดยผู้ร่วมการทดลองมีค่าเฉลี่ยอายุคือ 19.9 ปี จากช่วงอายุ 18 – 25 ปี และพบว่าผู้ร่วมการทดลองส่วนใหญ่เป็นนิสิตจากคณะจิตวิทยาจำนวน 53 คน (ร้อยละ 39.55) คณะสหเวชศาสตร์จำนวน 18 คน (ร้อยละ 13.43) และนิสิตจากคณะอื่น ๆ จำนวน 63 คน (ร้อยละ 47.02)

โดยมีค่าสถิติเชิงพรรณาในเงื่อนไขการทดลอง ประกอบด้วย เงื่อนไขสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขดูวิดีโอตลก และเงื่อนไขพักผ่อน ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1
ข้อมูลเชิงพรรณนาของเวลาเฉลี่ยในการสลับคำสุภาษิตไทย

เงื่อนไขการทดลอง	ร้อยละ	*M*	*SD*	*n*
เงื่อนไขสภาวะลื่นไหล	23.88	89.57	48.8	32
เงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหล	26.87	89.03	51.06	36
เงื่อนไขดูวิดีโอตลก	22.39	124.74	54.48	30
เงื่อนไขพักผ่อน	26.87	95.63	46.83	36
รวม		98.66	51.69	134

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ใช้ตัวแบบเชิงเส้นทั่วไป หรือ General Linear Model (GLM) ที่มีอิทธิพลจากความต้องการทางปัญญาเป็นตัวแปรกำกับ ตัวแปรต้นเป็นเงื่อนไขการทดลองทั้ง 4 เงื่อนไข โดยประกอบไปด้วย เงื่อนไขสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขดูวิดีโอตลก และเงื่อนไขพักผ่อน ตัวแปรตามคือระยะเวลาเฉลี่ยในการสลับคำ ซึ่งพบว่า มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ระหว่างเงื่อนไขการทดลองและความต้องการทางปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F(3, 126) = 2.77$, $p = .044$, partial $\eta^2 = .062$) และพบว่า ความต้องการทางปัญญานั้นมีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F(1, 126) = 5.67$, $p = .019$, partial $\eta^2 = .043$) แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบเงื่อนไขการทดลอง ($F(3, 126) = 2.35$, $p = .076$, partial $\eta^2 = .053$) ซึ่งผลของการวิเคราะห์แสดงในตารางที่ 2

จากการวิเคราะห์อิทธิพลอย่างง่าย (Simple Effect Analysis) ในการเปรียบเทียบความแตกต่างของเวลาเฉลี่ยในการทำการสลับคำในเงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหลกับเงื่อนไขการทดลองที่เหลือ โดยแบ่งตามระดับความต้องการทางปัญญาที่ค่า -1 *SD*

(ต่ำ), *M* (กลาง), +1 *SD* (สูง) พบว่า ในกลุ่มบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาต่ำมีเพียงเงื่อนไขพักผ่อนเท่านั้นที่ใช้เวลานานกว่าเงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหลอย่างมีนัยสำคัญ (p = .047) และในกลุ่มบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาระดับกลาง ผู้เข้าร่วมการทดลองในเงื่อนไขดูวิดีโอตลกใช้เวลาทำกิจกรรมสลับคำนานกว่าเงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหล (p = .024) ในขณะที่กลุ่มผู้มีความต้องการทางปัญญาระดับสูง พบแนวโน้มความแตกต่างเกือบถึงระดับนัยสำคัญระหว่างเงื่อนไขดูวิดีโอตลกกับเงื่อนไขไม่เกิดสภาวะเลื่อนไหล (p = .096) ค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลอย่างง่ายแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 2

การวิเคราะห์ความแปรปรวนโดยการทดสอบรวม (ANOVA Omnibus Tests)

	SS	*df*	*F*	*p*	η^2_p
โมเดล	48503	7	3.42	0.002	0.160
ความต้องการทางปัญญา	13434	1	5.67	0.019	0.049
เงื่อนไขการทดลอง	15370	3	2.16	0.096	0.067
เงื่อนไขการทดลอง * ความต้องการทางปัญญา	19698	3	2.77	0.044	0.062
ค่าความคลาดเคลื่อน	298591	126			
ผลรวม	1590000	134			

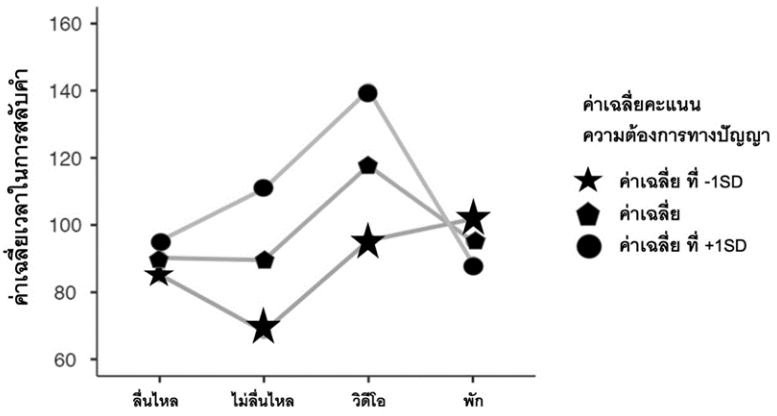
ตารางที่ 3

การวิเคราะห์อิทธิพลอย่างง่ายเพื่อเปรียบเทียบแต่ละเงื่อนไขกับเงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหล แบ่งตามระดับความต้องการทางปัญญาโดยมีเวลาเฉลี่ยในการสลับคำสุภาษิตไทย

ระดับตัวแปรกำกับ				ช่วงความเชื่อมั่นที่ 95%				
ความต้องการทางปัญญา	เงื่อนไขเปรียบเทียบ	ค่าประมาณ	*SE*	ขอบล่าง	ขอบบน	*df*	*t*	*p*
ค่าเฉลี่ยที่ -1SD	ลื่นไหล - ไม่ลื่นไหล	16.891	16.991	-16.734	50.515	126	0.994	.322
	วิดีโอ - ไม่ลื่นไหล	27.026	18.965	-10.505	64.557	126	1.425	.157
	พัก - ไม่ลื่นไหล	33.447	16.637	0.522	66.371	126	2.010	.047
ค่าเฉลี่ย	ลื่นไหล- ไม่ลื่นไหล	0.661	11.904	-22.898	24.219	126	0.056	.956
	วิดีโอ - ไม่ลื่นไหล	28.145	12.340	3.724	52.565	126	2.281	.024
	พัก - ไม่ลื่นไหล	5.581	11.512	-17.202	28.364	126	0.485	.629
ค่าเฉลี่ยที่ +1SD	ลื่นไหล- ไม่ลื่นไหล	-15.569	18.934	-53.04	21.902	126	-0.822	.412
	วิดีโอ - ไม่ลื่นไหล	29.264	17.437	-5.244	63.771	126	1.678	.096
	พัก - ไม่ลื่นไหล	-22.284	18.044	-57.994	13.425	126	-1.235	.219

ภาพที่ 1

กราฟแสดงอิทธิพลร่วมกันของเงื่อนไขและความต้องการทางปัญญาที่มีต่อเวลาในการทำสลับคำ



อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์ทางสถิติพบว่า ผลวิเคราะห์ไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ 1 เนื่องจากไม่พบความแตกต่างของเวลาเฉลี่ยในการใช้สลับสุภาษิตไทยของเงื่อนไขทั้ง 4 เงื่อนไข คือ เงื่อนไขสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขการถูกขัดขวางไม่ให้เข้าสู่สภาวะลื่นไหล เงื่อนไขความเพลิดเพลินจากสื่อโดยการดูวิดีโอตลก และเงื่อนไขพักผ่อน แม้ว่าในงานวิจัยนี้จะไม่พบผลที่แตกต่าง แต่จากงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า กลุ่มคนที่นำเข้าสู่สภาวะพร่องในการควบคุมตนเองจะสามารถอดทนทำการสลับคำได้ไม่นานเท่ากับกลุ่มควบคุม (Baumeister et al., 1998) จากภาพที่ 1 เมื่อสังเกตจากกราฟค่าเฉลี่ยเวลาในการทำสลับคำ ผู้เข้าร่วมการทดลองในเงื่อนไขการดูวิดีโอตลกนั้นมีแนวโน้มที่จะอดทนทำการสลับคำสุภาษิตภาษาไทยที่มีความยากได้นานที่สุด โดยมีงานวิจัยพบว่า บุคคลที่ประสบกับสภาวะพร่องในการควบคุมตนนั้นจะถูกดึงดูดด้วยกิจกรรมที่ไม่ต้องใช้ความคิดและได้รับรางวัลที่ได้มาอย่างสุขสบาย (Reinecke et.al., 2014) สภาวะลื่นไหลจากการเล่นเกมอาจไม่สามารถทำให้บุคคลลดความเหนื่อยล้าจากการควบคุมตนเองได้ เนื่องจากตัวแปรตามนั้นเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้การแก้ปัญหา ซึ่งมีหลักฐานพบว่าการเล่นเกมสามารถช่วยบุคคลที่ต้องจัดการอารมณ์มากกว่าบุคคลที่ต้องแก้ปัญหา (Reinecke, 2009)

ในสมมติฐานที่ 2 นั้นแม้พบว่า ความต้องการทางปัญญามีอิทธิพลร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อเวลาในการทำการทดสอบทางปัญญา (การทำสลับคำสุภาษิตไทย) โดยการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า ระดับความต้องการทางปัญญาที่แตกต่างกันนั้นเกี่ยวโยงกันกับการจัดการแหล่งพลังงานในการควบคุมตนเอง (Grass et al., 2019) เมื่อเปรียบเทียบเงื่อนไขไม่เกิดสภาวะลื่นไหลกับเงื่อนไขสภาวะลื่นไหล เงื่อนไขวิดีโอ และเงื่อนไขพักผ่อน จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้เข้าร่วมการทดลองที่มีความต้องการทางปัญญาต่ำในเงื่อนไขพักผ่อนจะอดทนใช้เวลาในการทำการสลับคำสุภาษิตภาษาไทยได้นานกว่าเงื่อนไขไม่เข้าสู่สภาวะลื่นไหล ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่า ผู้ที่มีความต้องการทางปัญญาต่ำจะสูญเสียทรัพยากรในการควบคุมตนเองหากต้องทำกิจกรรมที่ใช้ความคิดไม่ว่าจะเป็นการเล่นเกมหรือดูวิดีโอ จึงทำให้มีเพียงเงื่อนไขการพักผ่อนเท่านั้นที่ช่วยฟื้นฟูการควบคุมตนเองได้มากกว่าเงื่อนไขการไม่เข้าสู่สภาวะลื่นไหล ในขณะที่บุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาระดับกลางและสูงในเงื่อนไขดูวิดีโอตลกมีแนวโน้มที่จะใช้เวลาในกิจกรรมสลับคำนานกว่าเงื่อนไขไม่เข้าสู่สภาวะลื่นไหล ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการดูวิดีโอตลกเป็นความเพลิดเพลินที่ดีสำหรับบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาจึงช่วยฟื้นฟูการควบคุมตนเองได้ดีกว่าการเล่นเกมที่มีระดับความยากและใช้ความคิด นอกจากนี้หากพิจารณาเฉพาะในเงื่อนไขไม่เข้าสู่สภาวะลื่นไหล (ภาพที่ 1) จะเห็นได้ว่า เวลาในการทำกิจกรรมสลับคำเพิ่มขึ้นตามระดับความต้องการทางปัญญา ซึ่งแสดงให้เห็นว่าบุคคลที่มีระดับความต้องการทางปัญญาสูงจะสามารถควบคุมตนเองได้มากกว่าเมื่อต้องอยู่ภายในสภาวะที่ต้องใช้ทรัพยากรทางความคิดสูง

ข้อจำกัดและข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งผู้ร่วมการทดลองเข้าร่วมโดยผ่านช่องทางการออนไลน์ ดังนั้น ผู้วิจัยมิอาจสังเกตพฤติกรรมระหว่างการเข้าร่วมของผู้ร่วมการทดลองได้ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าหากกระทำในห้องทดลองอาจจะมีผลที่ชัดเจนกว่านี้

2. เนื่องจากผู้ร่วมการทดลองไม่ได้ถูกสุ่มเข้าเงื่อนไขจากคะแนนความต้องการทางปัญญา ซึ่งส่งผลในผู้ร่วมการทดลองมีระดับความต้องการทางปัญหาในแต่ละเงื่อนไขไม่เท่ากัน จึงควรมีการทดสอบระดับความต้องการทางปัญญาก่อนการสุ่มเข้าเงื่อนไข

3. เนื่องจากยังคงมีความกำกวมของความสามารถในการใช้ภาษาไทยของผู้เข้าร่วมการวิจัย ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจึงควรมีการทำการทดสอบภาษาไทยเพิ่มเติม

บทสรุป

การทดลองนี้เป็นการทดลองเพื่อจัดกระทำให้ผู้เข้าร่วมการทดลองเกิดสภาวะพร่องในการควบคุมตนเองแทรกกิจกรรมเพื่อฟื้นฟูสภาวะดังกล่าวเพื่อให้สามารถทำงานที่ใช้การควบคุมตนเองต่อไปได้ รวมไปถึงระดับความต้องการทางปัญญาที่อาจมีอิทธิพลต่อการทำงานดังกล่าว แม้ผลการทดลองจะไม่สามารถสรุปได้แน่ชัดว่ากิจกรรมใดเป็นกิจกรรมที่ดีที่สุดสำหรับการฟื้นฟูความอ่อนล้าที่เกิดขึ้น แต่อาจกล่าวได้ว่า พบแนวโน้มของกิจกรรมที่ไม่ต้องออกแรงทางความคิดอย่างการดูวิดีโอตลกในกลุ่มบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาในค่าเฉลี่ยและสูง หรือการพักผ่อนโดยไม่ต้องทำอะไรในกลุ่มบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาต่ำนั้นจะทำให้บุคคลสามารถกลับมาทำงานที่ใช้ความคิดอย่างการสลับคำต่อไปได้ ในขณะที่กิจกรรมที่ใช้ความกระตือรือร้นอย่างการเล่นเกมแม้ว่าจะเป็นระดับที่ทำให้เข้าสู่สภาวะลื่นไหลหรือไม่ก็ตามกลับไม่พบความแตกต่างของเวลาในการทำสลับคำ แม้ว่าการเล่นเกมดังกล่าวเพื่อเข้าสู่สภาวะลื่นไหลในห้องทดลองจะมีการศึกษายืนยันว่าการจัดกระทำแบบนี้สามารถทำให้บุคคลเกิดสภาวะดังกล่าวได้จริงก็ตาม (Moller et. al., 2010) แต่กิจกรรมการสลับคำ หรือ anagram นั้นเป็นกิจกรรมที่จะต้องใช้กระบวนการการรับรู้อย่างมาก ทำให้ผู้ที่มีความต้องการทางปัญญาสูงมักจะทำได้ดีกว่าบุคคลที่มีความต้องการทางปัญญาต่ำ (Steinhart & Wyer, 2009) ดังนั้น หากจะต้อง

ทำกิจกรรมที่ใช้ความคิดเป็นเวลานาน การพักผ่อนโดยไม่ต้องใช้ความรู้ความเข้าใจ อาจเป็นวิธีพักฟื้นให้กลับมามีพลังงานในการควบคุมตนเองได้ดีขึ้น (Helton & Russell, 2015)

รายการอ้างอิง

ปวัญรัตน์ อัศยาพร. (2556). ความต้องการทางปัญญาของนิสิตชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Allmond, T. (2013). Ego Depletion and the Internet: Can We Study Ego-Depletion Online? [master's thesis]. Georgia Southern University.

Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation.* Academic Press.

Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, *74(5),* 1252-1265.

Bertrams, A., & Dickhäuser, O. (2009). High-school students' need for cognition, self-control capacity, and school achievement: Testing a mediation hypothesis. *Learning and Individual Differences*, *19,* 135-138.

Bertrams, A., & Dickhäuser, O. (2012). Passionate thinkers feel better: Self-control capacity as mediator of the relationship between need for cognition and affective adjustment. *Journal of Individual Differences, 33*, 69-75.

Boucher, H. C., & Kofos, M. N. (2012). The idea of money counteracts ego depletion effects. *Journal of Experimental Social Psychology*, *ปีที่*(ฉบับที่), 804 –810.

Cacioppo, J. T., & Petty, R. E. (1982). The need for cognition. *Journal of personality and social psychology*, *42* (1), 116.

Carnevale, J. J., & Fujita, K. (2016). What Does Ego-Depletion Research Reveal About Self-Control? A Conceptual Analysis. In E. R. Hirt, J. J. Clarkson, & L. Jia (Eds.), *Self-regulation and ego control* (pp. 87–108). Elsevier Academic Press.

Carter, E. C., Kofler, L. M., Forster, D. E., & McCullough, M. E. (2015). A series of meta-analytic tests of the depletion effect: Self-control does not seem to rely on a limited resource. *Journal of Experimental Psychology: General, 144,* 796–815.

Cohen, A. R., Stotland, E., & Wolfe, D. M. (1955). An experimental investigation of need for cognition. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, *51*(2), 291.

Dang, J. (2018). Can the ego be depleted? Attempts to replicate the ego depletion effect and integrate its explanations [*doctoral dissertation].* Lund University.

Hall, P. A., & Fong, G. T. (2003). The effects of a brief time perspective intervention for increasing physical activity among young adults. *Psychology & Health, 18(6),* 685–706.

Hall, P. A., & Fong, G. T. (2007). Temporal self-regulation theory: A model for individual health behavior. *Health Psychology Review, 1*, 6–52.

Helton, W. S., & Russell, P. N. (2015). Rest Is Still Best: The Role of the Qualitative and Quantitative Load of Interruptions on Vigilance. *Human Factors*. 59(1), 91-100.

Hofmann, W., Fisher, R. R., Luhmann, M., Vohs, K. D. & Baumeister, R. F. (2013). Yes, But Are They Happy? Effects of Trait Self-Control on Affective Well-Being and Life Satisfaction. *Journal of personality. 82,* 265-277.

Hofmann, W., Rauch, W., & Gawronski, B. (2007). And deplete us not into temptation: Automatic attitudes, dietary restraint, and self-regulatory resources as determinants of eating behavior. *Journal of Experimental Social Psychology, 43*(3), 497–504.

Gold, J., & Ciorciari, J. (2019). A Transcranial Stimulation Intervention to Support Flow State Induction. *Frontiers in Human Neuroscience, 13*, 274.

Grass, J., Krieger, F., Paulus, P., Greiff, S., & Strobel, A. (2019). Thinking in action: Need for Cognition predicts Self-Control together with Action Orientation. *PLoS ONE,* 14(8), Article e0220282.

Landhauber, A., & Keller, J. (2012). Flow and its affective, cognitive, and performance-related consequences. In S. Engeser (Ed.), *Advances in flow research* (pp. 65–85). Springer, New York, NY.

Loewenstein, G., & Thaler, R. H. (1989). Anomalies: Intertemporal Choice. *Journal of Economic Perspectives, 3*(4), 181-193.

Moller, A. C., Meier, B. P., & Wall, R. D. (2010). Developing an experimental induction of flow: Effortless action in the lab. In B. Bruya (Ed.), *Effortless attention: A new perspective in the cognitive science of attention and action* (pp. 191–204). MIT Press.

Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin, 126*(2), 247–259.

Muraven, M., Gagné, M., & Rosman, H. (2008). Helpful Self-Control: Autonomy Support, Vitality, and Depletion. *Journal of experimental social psychology. 44*(3), 573-585.

Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2009). Flow theory and research. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (pp. 195-206). Oxford university press.

Reinecke, L. (2009). Games and recovery: The use of video and computer games to recuperate from stress and strain. *Journal of Media Psychology, 21*, 126-142.

Reinecke, L., Hartmann, T., & Eden, A. (2014). The guilty couch potato: The role of ego depletion in reducing recovery through media use. *Journal of Communication*, *64*(4), 569-589.

Ryan, R. M. (1982). Control and information in the intrapersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, *43*, 450-461.

Schmidt, R. E., Gay, P., Courvoisier, D., Jermann, F., Ceschi, G., David, M., Brinkmann, K., & Van der Linden, M. (2009). Anatomy of the White Bear Suppression Inventory (WBSI): a review of previous findings and a new approach. *J Pers Assess, 4*, 323-30.

Sherry, J. L. (2004). Flow and Media Enjoyment. *Communication Theory Fourteen: Four November, 14*(4), 328–347.

Steinhart, Y. & Wyer, R. S., Jr. (2009), Motivational correlates of need for cognition. *European Journal of Social Psychology, 39*(4), 608-621.

VISUALIZATION AND QUANTIFICATION OF CONVERSATIONAL COMMUNICATION USING A COMBINATION OF NATURAL LANGUAGE PROCESSING, HUMAN SENSING TECHNOLOGY, SEMI-STRUCTURED METHOD, AND BODY MOVEMENT

Hiroshi Matsui*
Project Member, Institute of Developing Economics (IDE), JETRO

Shun, Kaida
PT. ABeam consulting Indonesia

Sinthupundaja, Janthorn
Cross-disciplinary research group "HamaEvi"

Eiji Yamada
Change Talk Japan

Kentaro, Kodama
Tokyo Metropolitan University

Corresponding author email*: matsui.hiroshi@gmail.com

Abstract

Conversational communication has an enormous impact on various human interaction scenes. but quantitative measurement, visualization of content, and utilization of measured data are still in the development stage.

In this study, we introduce the current approaches to recording conversation content and evaluating emotions during conversation and show an example of visualizing a conversational situation.

In the analysis of recording conversation by natural language processing, tagging based on human judgement and a machine learning method using the time series topic (TST) model are commonly applied. However, the tagging method may cause bias, and the TST model requires large amounts of data for its application, making it difficult to apply it easily to specific conversations such as business conversations and psychological counseling situations. Therefore, the authors propose a method to mechanically visualize one-off conversations by using segmentation of conversation scenes using Text Tiling (Hearst, 1994) and a simple method to extract characteristic words in each segment by counting word frequency.

In this presentation, in addition to the analysis using the natural language processing method described above, we introduce an example of quantifying and visualizing conversational scenes by using motion capture and semi-quantitative Motivational Interviewing Skill Code (MISC) methods. Results showed the possibility that visualizing the conversation in a psychological counseling scene could help the parties record the conversation easily and notice subtle changes that are usually difficult to catch. This method is considered to be effective for recording conversations in various situations and training for clinicians based on conversation records. This can also be useful in data base/ corpus construction for subsequent analysis. Finally, the possibility of applying this method to various situations, communication channels, culture and languages are discussed.

Keywords: Visualization, quantification, MISC, natural language processing, motion capture

อิทธิพลของความเครียดในการเรียนที่มีต่อภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: บทบาทการเป็นตัวแปรปรับของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม

กนกวรรณ ศรีสองเมือง*
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาสกร เตวิชพงศ์
ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: kanokwan.sri@cmu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกและเพื่อศึกษาการเป็นตัวแปรปรับของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม (ได้แก่ เพื่อน, ครอบครัว, และบุคคลสำคัญ เช่น อาจารย์ผู้สอน คนรัก) ที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 4–6 ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2559 คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 642 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) แบบวัดความเครียดในการเรียน (2) แบบวัดภาวะหมดไฟในการเรียน และ (3) แบบวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า ความเครียดในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .656 การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม (เพื่อน, ครอบครัว, และบุคคลสำคัญ) มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ -.313, -.292 และ -.173 ตามลำดับ ความเครียดในการเรียนสามารถพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีเพียงการรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน และครอบครัว ที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบว่าการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสามารถเป็นตัวแปรปรับระหว่างความสัมพันธ์ของความเครียดในการเรียนกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : ความเครียดในการเรียน ภาวะหมดไฟในการเรียน การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม นักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

INFLUENCE OF ACADEMIC STRESS ON ACADEMIC BURNOUT OF CLINICAL MEDICAL STUDENTS, FACULTY OF MEDICINE, CHIANG MAI UNIVERSITY: MODERATING ROLE OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT

Kanokwan Srisongmueang*
Faculty of Medicine, Chiang Mai University

Passagorn Tevichapong
Psychology Department, Faculty of Humanity, Chiang Mai University

Corresponding author email*: kanokwan.sri@cmu.ac.th

Abstract

The purposes of this research were to investigate the relationship and power of academic stress, perceived social support and academic burnout in clinical medical students and to examine the moderating roles of perceived social support from three sources including friends, family and significant others such as advisor, lover toward the relationship between academic stress and academic burnout in clinical medical students. The population in this study was six hundred and forty-two, 4th to 6th year, clinical level medical students, enrolled in the academic year of 2016 in Faculty of Medicine, Chiang Mai University. The research instruments consisted of (1) the perception of academic stress scale (PAS) (2) Oldenburg burnout inventory (OLBI) (3) the multidimensional scale of perceived social support.

The research findings were academic stress had a significantly positive correlation with academic burnout in clinical medical students at the .01 level (r = .656). Perceived social support from three sources including friends, family and significant others had significantly negative correlations with academic burnout in clinical medical students at the .01 level (r = -.313, -.292, and -.173, respectively). Academic stress significantly predicted academic burnout in clinical medical students (p < .01). Perceived social support from friends and family significantly predicted academic burnout in clinical medical students (p < .01). Perceived social support from significant others was a significant moderator in the relationship between academic stress and academic burnout in clinical medical students (p < .01).

Keywords: Academic stress, academic burnout, perceived social support, clinical medical students

บทนำ

หลักสูตรการเรียนการสอนในคณะแพทยศาสตร์ มีการเรียนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติควบคู่กันไปซึ่งมีระยะเวลาในการเรียนยาวนานถึง 6 ปี อีกทั้งผู้เรียนที่ต้องมีความรับผิดชอบสูงในการเรียน นักศึกษาต้องสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ป่วย ญาติผู้ป่วย รวมถึงทีมผู้ดูแลผู้ป่วย เช่น แพทย์ พยาบาล คนงานเปล เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นผลทำให้นักศึกษาแพทย์เกิดความเครียดที่ค่อนข้างสูง (ชัยวัชร์ อภิวาทนสิริและคณะ, 2550; มณฑา ลิ้มทองกุลและสุภาพ อารีเอื้อ, 2552) ซึ่งความเครียดในการเรียนจะยังคงอยู่กับนักศึกษาตลอดระยะเวลาในการเรียนและจะมีผลต่อนักศึกษาทั้งทางร่างกาย ส่งผลให้บางคนมีอาการนอนไม่หลับ อ่อนเพลีย และผลทางด้านจิตใจ ทำให้รู้สึกโกรธง่าย ซึมเศร้า และรู้สึกเหนื่อยหน่าย เป็นต้น (Clark & Rieker, 1986) การเรียนในคณะแพทยศาสตร์ มีช่วงเวลาในการเรียนที่ยาวนานอาจส่งผลให้นักศึกษาแพทย์เกิดความเครียด และจะมีผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษาแพทย์มากในช่วงการเรียนในชั้นคลินิก โดยเฉพาะการเรียนร่วมกับการฝึกปฏิบัติงานที่ต้องมีการตรวจและรักษาผู้ป่วยไปในเวลาเดียวกัน (Iqbal et al., 2015)

โดยปกติในการเรียนทั่ว ๆ ไปเมื่อต้องมีการเรียนและภาระงานที่เพิ่มมากขึ้นจะส่งผลทำให้นักศึกษาเกิดภาวะหมดไฟในการเรียนได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านภาวะหมดไฟทางอารมณ์ ด้านการลดคุณค่าความเป็นบุคคล และด้านความรู้สึกว่าตนเองไม่ประสบความสำเร็จ (ปิรันธ์ ชิณโชติ และธีระวัฒน์ จันทึก, 2558) ผู้ที่เรียนในชั้นปีที่สูงขึ้นจะเผชิญกับความเครียดที่มากขึ้นและก่อให้เกิดภาวะหมดไฟในการเรียนที่รุนแรงตามไปด้วย (Yun-Chen & Lin, 2010) โดยมีการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาแพทย์ นักศึกษาพยาบาล และนักศึกษาทั่วไป พบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับภาวะหมดไฟในการเรียน (Guthrie et al., 1998; Watson et al., 2008; Yun-Chen & Lin, 2010; Lin & Huang, 2013) ซึ่งเป็นผลทำให้นักศึกษาแพทย์เกิดอาการต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นอาการนอนไม่หลับ การมองโลกในแง่ร้าย สิ้นหวัง ไม่มีจิตใจที่ตั้งมั่นในการทำงาน จนกระทั่งการมองเห็นคุณค่าของคนอื่นลดลง มีพฤติกรรมที่แยกตัวจากสังคม และมีแนวโน้มในการฆ่าตัวตาย (Muldary, 1983 อ้างใน ทิพย์วัลย์ อภิวัฒนนันท์, 2539) ความรุนแรงของภาวะหมดไฟในการเรียนมีผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพ ทั้งในส่วนที่เกี่ยวข้องกับระบบหัวใจ และความผิดปกติของกล้ามเนื้อ ปัญหาสุขภาพเหล่านี้มีความเกี่ยวพันกับการเรียน สถานภาพทางสังคม และภาวะความเครียด (Honkonen et al., 2006) ถือได้ว่าเป็นผลกระทบที่เลวร้ายที่เกิดจากความรู้สึกอ่อนล้าในการเรียนของนักศึกษา และคงไม่มีใครอยากให้เหตุการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้เกิดขึ้นในสถาบันการศึกษาอย่างแน่นอน

การหาปัจจัยที่มีผลทำให้ภาวะหมดไฟในการเรียนลดลง จึงเป็นสิ่งที่สำคัญในการพัฒนานักศึกษาในด้านต่าง ๆ เมื่อนักศึกษาแพทย์ต้องเผชิญกับปัญหาในช่วงเวลาการเรียนแพทย์ ดังนั้น วิธีการจัดการกับปัญหาหรือความเครียดในการเรียน และการได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคลรอบข้าง ทำให้ระดับความเครียดในนักศึกษาแพทย์ลดลง (รุ่งรัตน์ ระย้าแก้วและวัลลี สัตยาศัย, 2555) การสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว เพื่อน และบุคคลสำคัญ เช่น อาจารย์ที่ปรึกษา คนรัก มีส่วนทำให้บุคคลมีความสามารถในการรับมือกับปัญหาต่าง ๆ เนื่องจากบุคคลเหล่านี้สามารถให้ความช่วยเหลือด้านการเงิน แรงงาน ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ รวมถึงการสนับสนุนในด้านอารมณ์และความรู้สึก (House & Kahn, 1985) ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็นกลไกหนึ่งในการเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต ถึงแม้ว่านักศึกษาแพทย์ที่มีความพึงพอใจในชีวิต มีความเครียดต่ำ ก็ยังคงมองหาการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้างเช่นกัน (Kjeldstadli et al., 2006)

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความเครียดในการเรียน ว่าจะส่งผลต่อภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกมากน้อยเพียงใด โดยศึกษาการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมในฐานะเป็นตัวแปรปรับระหว่างความเครียดในการเรียนและภาวะหมดไฟในการเรียน ได้แก่ การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน และการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ เพื่อเป็นแนวทางไปพัฒนา ปรับปรุง แก้ไขปัญหา ให้กับนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกต่อไป

สมมติฐานงานวิจัย

1. ความเครียดในการเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก
2. ความเครียดในการเรียนมีความสามารถในการพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก
3. การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม คือ การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว และการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญมีความสามารถในการพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก
4. การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม คือ การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว และการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ มีบทบาทเป็นตัวแปรปรับในความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากร คือ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 4 – 6 ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2559 คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 642 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยทั้งหมดรวม 4 ชนิด ประกอบด้วย

แบบวัดความเครียดในการเรียน The Perception of Academic Stress Scale (PAS) ของ Bedewy และ Gabriel (2015) โดยแบบวัดมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .82 มาตรประเมินค่า Likert Scale แบ่งเป็น 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

แบบวัดภาวะหมดไฟในการเรียน Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) ที่จัดทำขึ้นโดย Demerouti et al. (2010) โดยแบบวัดมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83 มาตรประเมินค่า Likert Scale แบ่งเป็น 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

แบบวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (Zimet et al., 1988) ได้แก่ การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน (Friends) การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว (Family) และการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ (Significant Others) จำนวน 12 ข้อ แปลจาก Zimet et al. (1988) โดยแบบวัดมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90, .89 และ .96 ตามลำดับมาตรประเมินค่า Likert Scale แบ่งเป็น 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

แบบสอบถามคุณลักษณะส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 4 ข้อ ดังนี้ (1) เพศ (2) ชั้นปี (3) ผลการเรียน (4) โครงการที่สอบคัดเลือกเป็นนักศึกษาแพทย์

วิธีการดำเนินการวิจัย

สร้างแบบสอบถามคุณลักษณะส่วนบุคคล นำมารวมกับแบบวัดความเครียดในการเรียน แบบวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดภาวะหมดไฟในการเรียน

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยประสานงานกับงานบริการการศึกษา เพื่อนำแบบสอบถามแจกให้กับกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 738 คน ด้วยตนเอง พร้อมทั้งเก็บรวมรวมแบบสอบถามให้ได้กลับคืนมา ตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาและคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่ตอบได้อย่างสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้วิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติต่อไป

วิธีการทางสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลสำเร็จรูปทางสถิติ ได้แก่

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อใช้บรรยายลักษณะของกลุ่มประชากร โดยการหาค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation Coefficient) ในการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรสถิติการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ในการพยากรณ์ตัวแปร และการวิเคราะห์หาการถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression Analysis) เพื่อศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ในบทบาทของตัวแปรปรับของตัวแปร

การทดสอบการเป็นตัวแปรปรับโดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้น (Hierarchical Multiple Regression Analysis) ทำการทดสอบโดยวิธีของ Frazire et al. (2004) ดังนี้ (1) แปลงคะแนนของตัวแปรอิสระและตัวแปรกำกับที่เป็นตัวแปรต่อเนื่อง (continuous variables) ให้อยู่ในรูปของคะแนนมาตรฐาน (Z-score) (2) สร้างตัวแปรปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรปรับ (3) สร้างสมการความสัมพันธ์โดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้น ขั้นตอนที่ 1 ตัวแปรอิสระและตัวแปรปรับ ขั้นตอนที่ 2 เพิ่มตัวแปรปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรปรับ (4) ทดสอบค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย (Beta) ของตัวแปรปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรปรับด้วยการทดสอบค่าที (5) เขียนกราฟแสดงผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรปรับที่มีต่อตัวแปรตาม และ (6) ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติของกราฟเส้นความชัน (simple slope) ว่าแตกต่างจากศูนย์หรือไม่ และเมื่อตัวแปรปรับมีค่าต่ำ (-1) และเมื่อตัวแปรปรับมีค่าสูง (+1) ตัวแปรอิสระและตัวแปรตามมีความสัมพันธ์กันหรือไม่ (Dawson, 2016)

ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 50.6 และเพศชาย ร้อยละ 49.4 แบ่งตามชั้นปีที่ศึกษา โดยชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 34.0, ชั้นปีที่ 5 ร้อยละ 33.6 และชั้นปีที่ 6 ร้อยละ 32.4 ซึ่งมีผลการเรียนเฉลี่ย (GPA) ระหว่าง 3.51 – 4.00 ร้อยละ 41.1, รองลงมาคือ ระหว่าง 3.01 – 3.50 ร้อยละ 36.6, ระหว่าง 2.51 – 3.00 ร้อยละ 18.7 และระหว่าง 2.00 – 2.50 ร้อยละ 3.6

สมมุติฐานที่ 1 ความเครียดในการเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตารางที่ 1.1

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระหว่างตัวแปรความเครียดในการเรียนกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตัวแปร	M	SD	ระดับ	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
(1) AS	2.99	.53	ปานกลาง	(.82)				
(2) SSFriend	3.78	.70	สูง	-.244**	(.90)			
(3) SSFam	4.18	.72	สูง	-.149**	.444**	(.89)		
(4) SSSigO	3.45	1.08	ปานกลาง	-.119**	.287**	.212**	(.96)	
(5) AB	2.50	.38	ปานกลาง	.656**	-.313**	-.292**	-.173**	(.83)

**p<.01

หมายเหตุ: ( ) = ค่าความเชื่อมั่นของแต่ละแบบวัด, AS = ความเครียดในการเรียน, SSFriend = การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน, SSFam = การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว, SSSigO = การรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ และ AB = ภาวะหมดไฟในการเรียน

จากตารางที่ 1 พบว่าผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความเครียดในการเรียนของนักศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ .656 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม ได้แก่ การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว และการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ พบว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ -.313, -.292 และ-.173 ตามลำดับ

สมมุติฐานที่ 2 ความเครียดในการเรียนมีความสามารถในการพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตารางที่ 1.2

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของความเครียดในการเรียน เพื่อพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตัวแปร		ภาวะหมดไฟในการเรียน			
		b	SE_b	β	t
ความเครียดในการเรียน		.473	.022	.656	21.986**
ค่าคงที่ (a)		1.085	.065		
R = .656	R^2 = .430	R^2_{adj} = .429		Overall F = 483.371	

**p<.01

จากตารางที่ 1.2 พบว่า ตัวแปรความเครียดในการเรียนสามารถพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ที่ร้อยละ 43.0 สามารถสร้างสมการพยากรณ์ได้ คือ ภาวะหมดไฟในการเรียน = 1.085 + .473 (ความเครียดในการเรียน)

สมมุติฐานที่ 3 การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม คือ การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว และการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญมีความสามารถในการพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตารางที่ 1.3
การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมที่ร่วมกันพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตัวแปร	ภาวะหมดไฟในการเรียน			
	b	SE_b	β	*t*
SSFriend	-.116	.023	-.211	-5.012**
SSFam	-.096	.022	-.182	-4.402**
SSSigO	-.026	.014	-.074	-1.959 ns
ค่าคงที่ (a)	3.433	.096		
R = .364	R^2= .132	R^2_{adj}= .128		Overall *F* = 32.384

**p<.01

จากตารางที่ 1.3 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของตัวพยากรณ์พบว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้ร้อยละ 13.2 ทั้งนี้การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อนและการรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัวสามารถพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ -.116 และ -.096 ตามลำดับ แต่ไม่พบว่าการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ จะสามารถพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ -.026 สามารถสร้างสมการพยากรณ์ได้คือ ภาวะหมดไฟในการเรียน = 3.433 + (-.116) (การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน) + (-.096) (การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว) + (-.026) (การรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ)

นอกจากนี้ ยังสามารถสร้างสมการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในรูปคะแนนมาตรฐานดังนี้

Zoc = (-.211) (การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน) + (-.182) (การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว) + (-.074) (การรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ)

สมมุติฐานที่ 4 การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม คือ การรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อน การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว และการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ มีบทบาทเป็นตัวแปรปรับในความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตารางที่ 1.4
การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้นของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมที่สามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตัวแปร	ภาวะหมดไฟในการเรียน					
	b	β	*t*	*R*	R^2	ΔR^2
SSFriend						
ขั้นตอนที่ 1				.675	.455	
AS	.445	.616	20.467**			
SSFriend	-.089	-.163	-5.418**			
ขั้นตอนที่ 2				.677	.458	.003
AS	.438	.608	20.022**			
SSFriend	-.086	-.157	-5.188**			
AS X SSFriend	-.017	-.057	-1.915 ns			

ตารางที่ 1.4 (ต่อ)

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้นของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมที่สามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก

ตัวแปร	ภาวะหมดไฟในการเรียน					
	b	β	*t*	*R*	R^2	ΔR^2
SSFam						
ขั้นตอนที่ 1				.685	.469	
AS	.452	.626	21.477**			
SSFam	-.105	-.198	-6.786**			
ขั้นตอนที่ 2				.685	.470	.001
AS	.453	.628	21.513**			
SSFam	-.106	-.200	-6.853**			
AS X SSFam	.012	.034	1.188 ns			
SSSigO						
ขั้นตอนที่ 1				.663	.439	
AS	.465	.644	21.603**			
SSSigO	-.034	-.096	-3.230**			
ขั้นตอนที่ 2				.671	.450	.011
AS	.460	.638	21.524**			
SSSigO	-.031	-.087	-2.942**			
AS X SSSigO	.036	-.104	-3.517**			

**$p<.01$

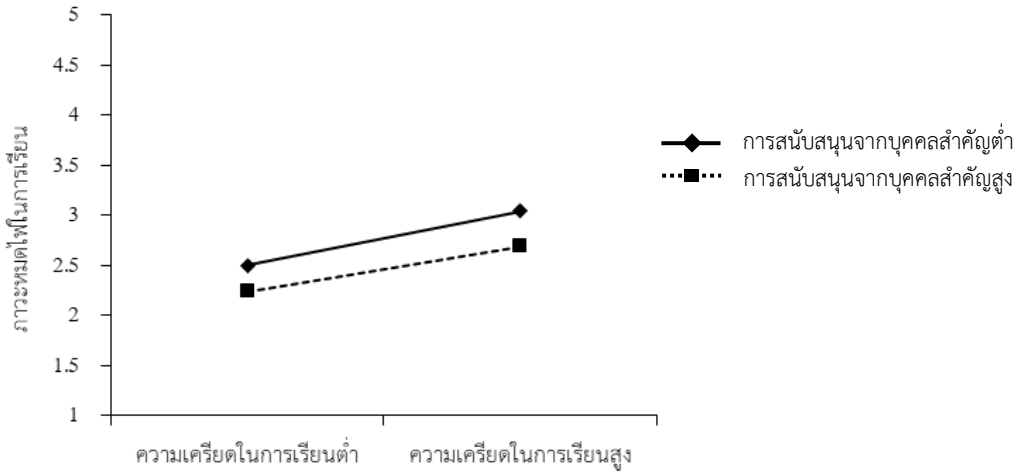
จากตาราง 1.4 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเชิงชั้นในขั้นตอนที่ 1 พบว่าความเครียดในการเรียนและการรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อนสามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้ร้อยละ 45.50 การวิเคราะห์ขั้นตอนที่ 2 โดยเพิ่มปฏิสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับการรับรู้การสนับสนุนจากเพื่อนเข้าไปในสมการแรก ปรากฏว่า สามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้ร้อยละ 45.80 ซึ่งเพิ่มจากเดิมร้อยละ .30 แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

การวิเคราะห์ขั้นตอนที่ 1 ความเครียดในการเรียนและการรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัวสามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนได้ร้อยละ 46.9 การวิเคราะห์ขั้นตอนที่ 2 โดยเพิ่มปฏิสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับการรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัวเข้าไปในสมการแรก ปรากฏว่า สามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาได้ร้อยละ 47.0 ซึ่งเพิ่มจากเดิมร้อยละ .10 แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

การวิเคราะห์ขั้นตอนที่ 1 ความเครียดในการเรียนและการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนได้ร้อยละ 43.9 การวิเคราะห์ขั้นตอนที่ 2 โดยเพิ่มปฏิสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญเข้าไปในสมการแรก ปรากฏว่า สามารถอธิบายการแปรผันของภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาได้ร้อยละ 45.0 ซึ่งเพิ่มจากเดิมร้อยละ 1.1 โดยการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสามารถร่วมกันพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนโดยค่า β = -.104)แสดงว่าปฏิสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนกับการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญมีความสัมพันธ์กับภาวะหมดไฟในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาพที่ 1

ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนและภาวะหมดไฟในการเรียน เมื่อการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญต่ำ และเมื่อการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสูง



ตารางที่ 2

การทดสอบนัยสำคัญของกราฟแต่ละเส้น

1. covariance matrix ของสัมประสิทธิ์การถดถอย

	b_1	b_2	b_3
b_1	.001		
b_2	.00009951	.001	
b_3	.00005101	.00006871	.001

2. ค่า simple slope, standard error และการทดสอบค่าที

	simple slope	standard error	*t*
การรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสูง	.424	.032	8.980**
การรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญต่ำ	.496	.032	7.676**

**$p<.01$

พบว่าความเครียดในการเรียนและภาวะหมดไฟในการเรียนมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งเมื่อมีการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสูงและเมื่อมีการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญต่ำ ดังนั้นการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสามารถเป็นตัวแปรปรับระหว่างความเครียดในการเรียนและภาวะหมดไฟในการเรียน

อภิปรายผล

ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า นักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกที่มีความเครียดในการเรียนสูงจะมีภาวะหมดไฟในการเรียนสูงตามไปด้วย จากตารางที่ 1.1 โดย Jennings (2009) กล่าวว่า ความเครียดของนักศึกษาแพทย์มีผลทำให้เกิดภาวะหมดไฟในการเรียนอันจะทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าและเกิดความรู้สึกตนเองไม่ประสบความสำเร็จ เช่นเดียวกับ Dyrbye et al. (2006) ที่พบว่าภาวะหมดไฟในการเรียนเป็นสิ่งปกติที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาแพทย์ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความเครียดและภาวะหมดไฟด้านวิชาการในการเรียนแพทย์

การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก การดูแลเอาใจใส่ การเห็นคุณค่าจากเพื่อน ครอบครัว หรือบุคคลสำคัญ การให้ความช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร และการให้คำแนะนำ ความคิดเห็น หรือสิ่งของต่าง ๆ จะส่งผลให้ภาวะหมดไฟในการเรียนลดลง ซึ่ง Etzion (1984) และ Baruch-Feldman et al. (2002) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะหมดไฟในการทำกิจกรรมต่าง ๆ โดย นุชจิรา สุมณฑา (2549) พบว่า

การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ครอบครัว และบุคคลสำคัญ ส่งผลต่อการปรับตัวในทางบวก LaRocco et al. (1980) ยังพบว่า บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูงจะมีสุขภาพและมีการปรับตัวที่ดี ซึ่งมีผลในการลดความวิตกกังวล ความเครียด และมีการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม

ความเครียดในการเรียนมีความสามารถในการพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้ร้อยละ 43.0 จากตารางที่ 1.2 และ Jacobs และ Dodd (2003) พบว่า ความเครียดในการเรียนสามารถพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนได้ร้อยละ 41.0 เช่นกัน Dyrbye et al. (2009) พบว่า ความเครียดและสิ่งแวดล้อมในการเรียนเป็นปัจจัยในการพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนที่มีผลต่อความพึงพอใจในการเรียน ซึ่ง ปรารถนา เล็กสมบูรณ์ (2554) พบว่า ความเครียดและการเผชิญปัญหาสามารถร่วมกันพยากรณ์ความอ่อนล้าทางอารมณ์ได้ร้อยละ 25.0 ด้านความรู้สึกการลดความเป็นบุคคลในผู้อื่นได้ร้อยละ 9.0 และพยากรณ์ความรู้สึกตนเองไม่ประสบความสำเร็จได้ร้อยละ 19.0

การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้ร้อยละ 13.2 จากตารางที่ 1.3 ซึ่ง Kobasa และ Puccetti (1983) พบว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีส่วนช่วยให้บุคคลจัดการกับสถานการณ์ในชีวิตได้ ไม่ว่าจะเป็นความเครียดหรือภาวะหมดไฟ และยังชี้ให้เห็นว่า การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนสามารถช่วยสนับสนุนสภาวะทางอารมณ์ ความรู้สึก เมื่อยามท้อแท้หรือไม่สบายใจเพื่อนยังสามารถเป็นผู้ให้กำลังใจและผู้ฟังที่ดีได้ เนื่องจากการเรียนแพทย์นักศึกษาส่วนใหญ่จะต้องพักอยู่หอพักแพทย์และเรียนหนัก ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกับการศึกษาของ Jacobs และ Dodd (2003) ที่พบว่า การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนสามารถช่วยในด้านการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรนับว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่ทำให้ภาวะหมดไฟเพิ่มขึ้นหรือลดลง ส่วนด้านการรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัว Greenglass et al. (1995) กล่าวว่า ประสบการณ์ของบุคคลและการสนับสนุนจากครอบครัวสามารถพยากรณ์ระดับภาวะหมดไฟได้ โดยที่ Gülaçtı (2010) พบว่า การรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัวสามารถพยากรณ์ความผาสุกได้ร้อยละ 43 และครอบครัวมีประสิทธิภาพในการดูแลด้านความสุข และการปรับตัวได้เป็นอย่างดี เนื่องด้วยครอบครัวมีส่วนในการสนับสนุนทางสังคมในด้านการเงิน และการให้กำลังใจ

แต่ไม่พบว่าการรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสามารถพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้ ซึ่ง Ross et al. (1989) พบว่า การรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญมีความสัมพันธ์กับภาวะหมดไฟในการเรียนในระดับต่ำทำนองเดียวกัน Gülaçtı (2010) พบว่า คนรักหรือคนพิเศษไม่สามารถพยากรณ์ความสุขในชีวิตของนักศึกษาได้ โดย Prins et al. (2007) กล่าวว่า การได้รับการสนับสนุนจากบุคคลสำคัญหรืออาจารย์ผู้สอนไม่สามารถเติมเต็มต่อความต้องการของนักศึกษาได้ โดยสอดคล้องกับ Bakker et al. (2004) กับ Ray และ Miller (1994) ที่กล่าวว่า การได้รับการสนับสนุนจากบุคคลสำคัญอย่างทันท่วงทีมักจะอยู่ในระดับต่ำ จึงมีผลต่อการพยากรณ์ดังกล่าว

การรับรู้การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญสามารถทำหน้าที่เป็นตัวแปรปรับ จากตารางที่ 1.4 ในการช่วยลดหรือป้องกันภาวะหมดไฟในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้ ซึ่งสอดคล้องกับ Thomas และ Ganster (1995) การได้รับการสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ เช่น อาจารย์ผู้สอน ในด้านการอำนวยความสะดวกด้านตารางการฝึกปฏิบัติงานที่ยืดหยุ่น มีผลทำให้บุคคลมีการปรับตัวในการปฏิบัติงานที่ดี และสร้างสมดุลระหว่างการทำงานและชีวิตประจำวัน ทำให้ช่วยลดความเครียดและภาวะหมดไฟในการปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยได้ ในทางเดียวกันกับ ทองพูล บัวศรี (2551) การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญมีบทบาทในการดูแลและการช่วยเหลือในทางที่เหมาะสม ส่งผลทำให้ระดับความเครียดและความวิตกกังวลลดลง ซึ่งขัดแย้งกับ ไพศาล แย้มวงษ์ (2555) พบว่า การสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ เช่น อาจารย์ผู้สอน ไม่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษามากนัก เนื่องจากช่องว่างระหว่างความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์และนักศึกษาห่างกันมาก ทำให้นักศึกษารู้สึกว่าอาจารย์ไม่มีผลต่อการตัดสินใจ หรือความพึงพอใจในชีวิต

ข้อจำกัดของงานวิจัย

1. ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ จากการทบทวนวรรณกรรมต่างประเทศเป็นส่วนใหญ่ ทำให้กรอบแนวคิดการวิจัย รวมทั้งพื้นฐานความรู้ของงานวิจัย อาจยังไม่สอดคล้องกับบริบทของนักศึกษาแพทย์ในประเทศไทย ดังนั้น การนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ต้องคำนึงถึงข้อจำกัดดังกล่าว

2. ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามกับนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกของคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งตรงกับกลุ่มเป้าหมายของผู้วิจัย ดังนั้น ผู้ที่จะนำผลการวิจัยไปใช้ควรคำนึงถึงข้อจำกัดต่าง ๆ ที่แต่ละสถาบันการแพทย์มีความแตกต่างกัน เช่น การบริการจัดการ การพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในอนาคต

1. ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ความเครียดในการเรียนส่งผลต่อภาวะหมดไฟในการเรียน ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะให้ ตระหนักถึงสาเหตุของความเครียดในการเรียน ทั้งด้านความกังวลในการเรียน ระยะเวลาการฝึกปฏิบัติงาน ปริมาณงานที่ได้รับมอบหมาย ความคาดหวังจากครอบครัวและอาจารย์ผู้สอน ดังนั้น การกำหนดระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติงานที่แน่นอนและมีความยืดหยุ่น และการจัดประชุมเตรียมความพร้อมในระดับอาจารย์ผู้สอน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากปัญหาของอาจารย์ท่านอื่น ๆ ก็จะเป็นแนวทางในการลดความเครียดของนักศึกษาชั้นคลินิกได้อีกทางหนึ่ง

2. ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและครอบครัวมีความสามารถในการพยากรณ์ภาวะหมดไฟในการเรียนได้ ดังนั้น การจัดกิจกรรมที่กระตุ้นให้เพื่อนและครอบครัวได้เห็นความสำคัญของการดูแลเอาใจใส่ กิจกรรมกลุ่มบำบัดเพื่อการสนับสนุนระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน (Support Groups) จัดกิจกรรมให้ผู้ปกครองทราบเกี่ยวกับลักษณะของการเรียนการฝึกปฏิบัติงาน เพื่อให้ผู้ปกครองได้เข้าใจการใช้ชีวิตของนักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิก และพร้อมที่จะให้คำปรึกษา ช่วยเหลือได้อย่างทันท่วงที

3. ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญมีส่วนช่วยทำให้นักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกมีระดับความเครียดในการเรียนและภาวะหมดไฟในการเรียนลดลง ซึ่งได้แก่ อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ผู้สอน หรือคนรัก ดังนั้น การจัดกิจกรรมให้นักศึกษาแพทย์ชั้นคลินิกได้พบอาจารย์ที่ปรึกษา และอาจารย์ผู้สอนในการช่วยแนะนำเกี่ยวกับการเรียนการปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย การประเมินผลการเรียน หรือแม้กระทั่งการประเมินพฤติกรรมที่ผิดปกติ อาจารย์ที่ปรึกษาหรืออาจารย์ผู้สอนก็จะสามารถตรวจพบได้อย่างรวดเร็วและสามารถช่วยเหลืออย่างทันท่วงที ในส่วนของคนรักมีส่วนในการช่วยสนับสนุนทางอารมณ์ การให้กำลังใจ และการรับฟังปัญหาต่าง ๆ

รายการอ้างอิง

ชัยวัชร์ อภิวาทนสิริ, กฤติยา โสมะเกษตรินทร์, กิตติศักดิ์ สุรประยูร, ไกรวุฒิ เลื่อมประเสริฐ, นุชวดี วันแก้ว, ภากรณ์ หอมจำปา, นฤมล สินสุพรรณ, & สุชาดา ภัยหลีกลี้. (2550). *ความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาชั้นคลินิกมหาวิทยาลัยขอนแก่น. ศรีนครินทร์วารสาร, 22(4), 416-424.*

ทองพูล บัวศรี. (2551). ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางจิตสังคมกับทัศนคติที่ดีต่อตนเองของเยาวชนกระทำผิดที่อยู่ในบ้านกาญจนาภิเษกเปรียบเทียบกับในศูนย์ฝึกอื่น. *วารสารพัฒนาสังคม. 10*(249), 70.

ทิพย์วัลย์ อภิวัฒนนันท์. (2539). *บุคลิกภาพและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่มีผลต่อความเหนื่อยหน่ายของพนักงานธนาคารพาณิชย์* [วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท]. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นุชจิรา สุมณฑา. (2549). *ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน* [วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท]. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ปรารถนา เล็กสมบูรณ์. (2554). *ความเครียดในงาน การเผชิญปัญหา และความเหนื่อยหน่ายในงานของผู้ปฏิบัติการช่วยเหลือในสถานสงเคราะห์ของรัฐบาล: การวิจัยแบบผสานวิธี* [วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ปิรันธ์ ชิณโชติ, & ธีระวัฒน์ จันทึก (2558). ข้อเสนอเชิงนโยบายเพื่อการจัดการเรียนการสอนโดยการจัดการความรู้ในการลดระดับความเบื่อหน่ายในการเรียนของนักศึกษา. *Veridian E-Journal Slipakorn University*. *8*(2), 864-876.

ไพศาล แย้มวงษ์. (2555). *การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์* [วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโท]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

มณฑาลิ้มทองกุล, & สุภาพอารีเอื้อ. (2552). แหล่งความเครียดวิธีการเผชิญความเครียดและผลลัพธ์การเผชิญความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกภาคปฏิบัติครั้งแรก. *รามาธิบดีพยาบาลสาร. 15*(2), 192-205.

รุ่งรัตน์ ระย้าแก้ว, & วัลลี สัตยาศัย. (2555). ความเครียดของนิสิตแพทย์ชั้นปีที่ 4-6 กรณีศึกษาศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิกโรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลก. *ธรรมศาสตร์เวชสาร, 13(1), 17-23.*

Bakker, A. B., Demerouti, E., & Verbeke, W. (2004). Using the job demands-resources model to predict burnout and performance. *Human Resource Management*, *43*(1), 83-104.

Baruch-Feldman, C., Brondolo, E., Ben-Dayan, D., & Schwartz, J. (2002). Sources of social support and burnout, job satisfaction, and productivity. *Journal of Occupational Health Psychology*, *7*(1), 84.

Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, *2*(2), 1-9. doi: 10.1177/2055102915596714

Buck, C. (1982). Determinants of health people situation and social system. *Psychosocial Factors Effecting Health*, *8*, 4-9.

Clark, E. J., & Rieker, P. P. (1986). Gender differences in relationships and stress of medical and law students. *Academic Medicine*, *61*(1), 32-40.

Cooper, C. L., Dewe, P., & O'Driscoll, M. (2001). *Organizational Stress: A review and critique of theory, research, and applications*. Thousand Oaks: Sage.

Demerouti, E., Mostert, K., & Bakker, A. B. (2010). Burnout and work engagement: A thorough investigation of the independency of both constructs. *Journal of Occupational Health Psychology*, *15*(3), 209–222. doi: 10.1037/a0019408.

Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., Harper, W., Massie, F., Power, D. V., Eacker, A., & Shanafelt, T. D. (2009). The learning environment and medical student burnout: A multicentre study. *Medical education*, *43*(3), 274-282.

Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., Huntington, J. L., Lawson, K. L., Novotny, P. J., Sloan, J. A., & Shanafelt, T. D. (2006). Personal life events and medical student burnout: a multicenter study. *Academic Medicine*, *81*(4), 374-384.

Eggens, L., Van der Werf, M. P. C., & Bosker, R. J. (2008). The influence of personal networks and social support on study attainment of students in university education. *Higher Education*, *55*(5), 553-573.

Etzion, D. (1984). Moderating effect of social support on the stress–burnout relationship. *Journal of Applied Psychology*, *69*(4), 615.

Greenglass, E. R., Fiksenbaum, L., & Burke, R. J. (1995). The relationship between social support and burnout over time in teachers. *Occupational Stress: A Handbook*, 239-248.

Gülaçtı, F. (2010). The effect of perceived social support on subjective well-being. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *2*(2), 3844-3849. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.03.602

Guthrie, E., Campbell, M., Black, D., Creed, F., Bagalkote, H., & Shaw, C. (1998). Psychological stress and burnout in medical students: a five-year prospective longitudinal study. *Journal of the Royal Society of Medicine*, *91*(5), 237-243.

Honkonen, T., Ahola, K., Pertovaara, M., Isometsä, E., Kalimo, R., Nykyri, E., & Lönnqvist, J. (2006). The association between burnout and physical illness in the general population results from the Finnish Health 2000 Study. *Journal of Psychosomatic Research*, *61*(1), 59-66.

House, J. S., & Kahn, R. L. (1985). Measures and concepts of social support. In S. Cohen, & S. L. Syme (Eds.), *Social Support and Health* (pp. 83-108). Orlando, FL, USA: Academic Press.

Iqbal, S., Gupta, S., & Venkatarao, E. (2015). Stress, anxiety & depression among medical undergraduate students & their socio-demographic correlates. *The Indian Journal of Medical Research*, *141*(3), 354.

Jacobs, S. R., & Dodd, D. (2003). Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Student Development*, *44*(3), 291-303.

Jennings, M. L. (2009). Medical student burnout: Interdisciplinary exploration and analysis. *Journal of Medical Humanities*, *30*(4), 253-269.

Kjeldstadli, K., Tyssen, R., Finset, A., Hem, E., Gude, T., Gronvold, N. T., & Vaglum, P. (2006). Life satisfaction and resilience in medical school–a six-year longitudinal, nationwide and comparative study. *BMC Medical Education*, *6*(1), 1. doi: 10.1186/1472-6920-6-48.

Kobasa, S. C., & Puccetti, M. C. (1983). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, *45*(4), 839.

Kuittinen, M., & Meriläinen, M. (2011). The effect of study-related burnout on student perceptions. *Journal of International Education in Business*, *4*(1), 42-62.

Lal, K. (2014). Academic stress among adolescent relation to intelligence and demographic factors. *Journal of Research in Humanities, Arts and Social Sciences*, *5*(1). 123-129.

LaRocco, J. M., House, J. S., & French Jr, J. R. (1980). Social support, occupational stress, and health. *Journal of Health and Social Behavior*, *21*(3), 202-218.

Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2013). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, *15*(1). 77 -90. doi:10.1177/1469787413514651.

Matheny, K. B., Roque-Tovar, B. E., & Curlette, W. L. (2008). Perceived stress, coping resources, and life satisfaction among US and Mexican college students: A cross-cultural study. *Annals of Psychology*, *24*(1), 49-57.

Prins, J. T., Hoekstra-Weebers, J. E. H. M., Gazendam-Donofrio, S. M., Van De Wiel, H. B. M., Sprangers, F., Jaspers, F. C. A., & Van der Heijden, F. M. M. A. (2007). The role of social support in burnout among Dutch medical residents. *Psychology, Health & Medicine*, *12*(1), 1-6.

Ray, E. B., & Miller, K. I. (1994). Social support, home/work stress, and burnout: Who can help? *The Journal of Applied Behavioral Science*, *30*(3), 357-373.

Rosenzweig, S., Reibel, D. K., Greeson, J. M., Brainard, G. C., & Hojat, M. (2003). Mindfulness-based stress reduction lowers psychological distress in medical students. *Teaching and Learning in Medicine*, *15*(2), 88-92.

Ross, R. R., Altmaier, E. M., & Russell, D. W. (1989). Job stress, social support, and burnout among counseling center staff. *Journal of Counseling Psychology*, *36*(4), 464.

Thomas, L. T., & Ganster, D. C. (1995). Impact of family-supportive work variables on work-family conflict and strain: A control perspective. *Journal of Applied Psychology*, *80*(1), 6.

Watson, R., Deary, I., Thompson, D., & Li, G. (2008). A study of stress and burnout in nursing students in Hong Kong: a questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, *45*(10), 1534-1542.

Wilks, S. E. (2008). Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in Social Work*, *9*(2), 106-125.

Yun-Chen, H., & Lin, S. H. (2010). Canonical correlation analysis on life stress and learning burnout of college students in Taiwan. *Global Journal of Health Education and Promotion*, *13*(1), 145-155.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, *52*(1), 30-41.

การพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ (BLOCK ORDERING TEST)

กันตภณ วรางคณากูล ดลฤดี สิทธารถ และ นัฐพร โอภาสานนท์*
ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: nattaporno@nu.ac.th

บทคัดย่อ

ความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการ คือความสามารถในการเก็บจำข้อมูลระยะสั้นพร้อมประมวลผล ความบกพร่องด้านความจำมักพบได้ในผู้ป่วยหลายกลุ่มโรค ที่ผ่านมาเครื่องมือตรวจวัดที่สร้างขึ้นมักวัดความจำด้านการมองเห็นและการได้ยินแยกส่วนกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันที่สิ่งเร้ามักถูกนำเสนอในรูปแบบของรูปภาพและเสียงพร้อมกัน ยิ่งไปกว่านั้นเครื่องมือที่ใช้ในประเทศไทยมักมีข้อจำกัดด้านภาษาและวัฒนธรรม การพัฒนาเครื่องมือที่เหมาะสม แม่นยำ และรวดเร็วจึงมีความจำเป็น งานวิจัยนี้จึงมีจุดประสงค์เพื่อพัฒนาเครื่องมือตรวจวัด Block Ordering Test (BOT) ที่สามารถวัดองค์ประกอบหลักตามทฤษฎี The multi-component model ภายหลังขั้นตอนการออกแบบเครื่องมือ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตประสาทวิทยาได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ขณะที่ความตรงเชิงลู่เข้ากับแบบทดสอบที่ลักษณะใกล้เคียงกับเครื่องมือ BOT ได้แก่ Corsi block-tapping task และ The Adaptive Digit Ordering test กับกลุ่มตัวอย่างอายุ 20-59 ปี ในมหาวิทยาลัยนเรศวรที่ไม่มีประวัติการเจ็บป่วยทางจิตประสาทและการเจ็บป่วยอื่นที่ส่งผลต่อการทดสอบ จำนวน 33 คน คัดเลือกด้วยวิธีอาสาสมัคร ผลการวิจัยพบว่า BOT มีค่าความเชื่อมั่นภายในแบบแบ่งครึ่งในระดับยอมรับได้ (r = .613) และพบความสัมพันธ์กับเครื่องมือ Corsi ($r(31)$ = .485, p = .005) และ DOT-A ($r(31)$ = .403, p = .002) ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าแบบทดสอบ BOT มีความสามารถในการวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการ ข้อมูลจากการวิจัยครั้งนี้จะถูกนำไปใช้เพื่อปรับปรุงเครื่องมือต่อไป

คำสำคัญ : ความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการ, เครื่องมือตรวจวัดทางจิตประสาทวิทยา

THE DEVELOPMENT OF CROSSMODAL WORKING MEMORY PSYCHOMETRIC TEST (BLOCK ORDERING TEST)

Kantapon Warangkanagool, Donrudee Sittharod, Nattaporn Opasanon*
Department of psychology, Faculty of Social Science, Naresuan University

Corresponding author email*: nattaporno@nu.ac.th

Abstract

Working memory is a short-term storage which holds and manipulates information. Deficiency in this cognitive domain can be found in various groups of disorders. Previously, assessment tools had been developed to measure the verbal and visual memory separately which might not reflect the working memory capacity in real life since stimuli are normally presented to an individual in both visual and verbal forms. Furthermore, the working memory assessments currently used in Thailand show certain degrees of cultural and language limitations. The purpose of this study, therefore, is to develop a new assessment tool called the Block Ordering Test (BOT) which is based on the multi-component model. This new assessment tool is expected to be cultural free, easy to administer and accurate. Thirty-three participants aged between 20-59 years with no known disorders that could affect the testing process were recruited through voluntary sampling. Two neuropsychological experts examined the assessment content for validity while the convergent validity was assessed by correlating the BOT to the similar standard neuropsychological assessments which are the Corsi block-tapping task (Corsi) and The Adaptive Digit Ordering test (DOT-A). The results indicate that BOT reaches an acceptable reliability (r = .613) and the convergent validity shows significant correlation between BOT Corsi ($r(31)$ = .485, p = .005) and DOT-A ($r(31)$ = .403, p = .002). The results prove that BOT has a potential to measure working memory capacity. Findings from this study will be used for further development.

Keywords: Working memory, Neuropsychological assessment

บทนำ

ความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการหรือ Working memory (WM) ตามคำจำกัดความของ Baddeley (2012) คือการเก็บความจำระยะสั้นพร้อมทั้งประมวลผลข้อมูล เช่น การคำนวณตัวเลขในใจ ที่จะต้องจดจำตัวเลขที่ได้รับไว้และคำนวณผลก่อนบอกผลลัพธ์ออกมา นอกจากนี้ความบกพร่องด้านความจำระยะสั้นประเภทนี้สามารถพบเห็นได้เด่นชัดในผู้ป่วยที่มีปัญหาพัฒนาการบกพร่อง เช่น ผู้ป่วยซนสมาธิสั้นหรือผู้ป่วยในกลุ่มออทิสติก ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ผู้ป่วยจิตเภทและผู้ป่วยสมองเสื่อม (Holmes et al., 2010; Klingberg et al., 2005) เพื่อการตรวจประเมินความบกพร่องทางจิตประสาทดังกล่าว นักจิตวิทยาคลินิกในฐานะผู้รับผิดชอบในการตรวจประเมินพยาธิสภาพทางสมองและความบกพร่องทางจิตใจจำเป็นต้องเลือกใช้เครื่องมือที่มีความแม่นยำ มีประสิทธิภาพและมีความเหมาะสมกับกลุ่มประชากร

จากทฤษฎี The multicomponent model ได้เสนอว่า WM ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ (Baddeley & Hitch, 1974; Baddeley, 2000) ได้แก่ หน่วยเก็บจำข้อมูลจากการมองเห็นและการได้ยิน (Visuospatial sketchpad และ Phonological loop ตามลำดับ) หน่วยเชื่อมโยงและจัดการข้อมูล (Central executive) และหน่วยพักข้อมูลชั่วคราว (Episodic Buffer) ซึ่งทำหน้าที่จดจำข้อมูลและเชื่อมต่อกับความจำระยะยาว ซึ่งในปัจจุบันเครื่องมือที่สามารถตรวจประเมินความจำระยะสั้นได้ถูกพัฒนาขึ้นมาอย่างแพร่หลาย เช่น แบบทดสอบ Cambridge Neuropsychological Test Automated Battery: CANTAB (Cambridge Cognition, 2019) หรือในมาตรวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการ (Working memory index) ของแบบวัดความสามารถทางเชาวน์ปัญญา Wechsler adult intelligence scale และ Wechsler intelligence scale for children (Weiss et al., 2010, 2019) อย่างไรก็ดีแบบทดสอบที่ถูกพัฒนาเหล่านั้นมักวัดความจำแบบแยกส่วน โดยเฉพาะความจำจากการมองเห็นและความจำจากการได้ยิน ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของทฤษฎี The multicomponent model ในงานวิจัยที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่า ความจำจากการมองเห็นและการได้ยินจะทำงานร่วมกันเพื่อให้การประมวลผลมีประสิทธิภาพมากขึ้น (Logie, 2011) การทำงานร่วมกันระหว่างความจำจากการมองเห็นและการได้ยินทั้ง 2 ประเภทนี้ตรงตามองค์ประกอบ Episodic buffer ของ The multicomponent model โดยตัวอย่างของการทดสอบที่วัดองค์ประกอบดังกล่าว เช่น การให้ผู้รับการทดสอบจดจำลำดับสิ่งเร้าที่นำเสนอคู่กันระหว่างกล่องกับตัวเลขและตัวอักษร หรือการจัดกระทำข้อมูลด้วยการตอบกลับโดยเรียงลำดับตัวเลขจากน้อยไปมากและให้ตัวอักษรอยู่ส่วนท้าย (Kofler et al., 2018; Wechsler, 2003)

นอกจากนี้แบบทดสอบที่ถูกพัฒนาและนำมาใช้ในประเทศไทยมักมีข้อจำกัดในบริบทของการใช้ภาษาและวัฒนธรรม ซึ่งอาจส่งผลต่อความยากลำบากในการทำการทดสอบและอคติในการตรวจวัด ทำให้ผลที่ออกมาอาจไม่เที่ยงตรง (Van De Vijver & Tanzer, 2004) เพื่อให้ได้มาซึ่งเครื่องมือในการตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการที่มีประสิทธิภาพและเหมาะสมต่อการใช้ในประชากรไทย คณะผู้วิจัยจึงพัฒนาแบบทดสอบโดยใช้แนวคิดของ The multicomponent model และนำโครงสร้างเครื่องมือของ Kofler et al. (2018) มาใช้เป็นต้นแบบ และปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับความสามารถที่ต้องการวัด โดยเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นมาใหม่นี้ทำการตัดปัจจัยทางด้านภาษาออก และเปลี่ยนสิ่งที่ต้องจำเป็นตัวเลข (0-9) เพื่อลดทอนข้อจำกัดด้านการใช้ภาษา ส่งผลให้สามารถนำไปใช้กับกลุ่มประชากรได้หลากหลายและครอบคลุมมากขึ้น พร้อมพัฒนาวิธีการให้คะแนนแบบเดียวกับการวัดขนาดความจำระยะสั้นตามนิยาม Span Task ของ Blankenship (1938)

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ในการพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ (BOT) โดยแบ่งระยะเวลาในการศึกษาออกเป็น 2 ระยะ คือ 1. การพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ (BOT) ผู้วิจัยเก็บข้อมูลความคิดเห็นและความสะดวกในการใช้งานของเครื่องมือ BOT ด้วยการสัมภาษณ์และแบบบันทึกความคิดเห็นของผู้ดำเนินการทดสอบ ผู้วิจัยทำการทดสอบและเก็บข้อมูลจนกว่าข้อมูลจะอิ่มตัว (Faulkner & Trotter, 2017) ซึ่งผู้วิจัยเก็บข้อมูลความคิดเห็นและปรับปรุงเครื่องมือจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 9 คน และ 2. การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างเครื่องมือที่คณะผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นกับแบบวัดที่ได้มาตรฐานอื่น โดยเก็บข้อมูลภายในเดือนพฤศจิกายน 2563 ผู้วิจัยติดประกาศรับอาสาสมัครผู้ที่พักอาศัยอยู่ในพื้นที่ใกล้เคียงกับบริเวณมหาวิทยาลัยนเรศวร โดยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยติดต่อเข้ามาหาผู้วิจัย แล้วนัดหมายวัน เวลาและสถานที่ตามความสะดวกของผู้เข้าร่วมวิจัย ก่อนดำเนินการทดสอบผู้เข้าร่วมวิจัยจะได้รับคำอธิบายงานวิจัยและแสดงการยินยอมให้เก็บข้อมูลโดยเซ็นหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยคณะกรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ซึ่งผู้รับการทดสอบจะถูกทดสอบกับเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการโดยเริ่มจากเครื่องมือ BOT ตามด้วยแบบทดสอบ Corsi block-tapping task (Corsi) และ The Adaptive Digit Ordering test (DOT-A) ตามลำดับ ในห้องปฏิบัติการทางจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร หรือเป็นห้องปิดที่มีแสงสว่างเพียงพอ ไม่มีเสียงรบกวน มีโต๊ะให้สามารถวางแบบทดสอบ BOT

และคอมพิวเตอร์ได้ ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลดังนี้ 1. เพศ 2. อายุ 3. ผลการทำแบบทดสอบ BOT (Score และ Maximal Span) 4. ผลการทำแบบทดสอบ Corsi (Score และ Maximal Span) และ 5. ผลการทำแบบทดสอบ DOT-A (Score และ Maximal Span)

กลุ่มตัวอย่างและประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยนเรศวรที่พักอาศัยอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกับมหาวิทยาลัย โดยผู้ที่จะเข้าร่วมการศึกษาต้องมีคุณสมบัติดังนี้

เกณฑ์การคัดเข้า (Inclusion Criteria)

1. ผู้ใหญ่ที่มีอายุระหว่าง 20-59 ปี
2. สามารถอ่าน เขียน และเข้าใจภาษาไทยได้เป็นอย่างดี

เกณฑ์การคัดออก (Exclusion Criteria)

1. ผู้ที่มีประวัติการเจ็บป่วยจากปัญหาพัฒนาการหรือโรคทางจิตเวช เช่น โรคความจำเสื่อม โรคชนสมาธิสั้น โรคซึมเศร้า
2. มีปัญหาทางสุขภาพหรือมีอาการป่วยแทรกซ้อนอื่น ๆ เช่น เป็นไข้ ปวดศีรษะ หรือพักผ่อนไม่เพียงพอ ที่ส่งผลต่อความสามารถในการทำการทดสอบ
3. ผู้ที่ใช้หรือกำลังรับผลของสารที่ส่งผลต่อจิตประสาท เช่น ยาจิตเวช สุรา

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มตามระยะของการศึกษา มีรายละเอียดดังนี้

1. ในระยะของการพัฒนาเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการแบบบูรณาการ (BOT) มีกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา 9 คน โดยจำนวนดังกล่าวเป็นการคาดการณ์ของคณะผู้วิจัยว่าจะเพียงพอต่อการเห็นข้อผิดพลาดของเครื่องมือ ซึ่งเป็นผู้ที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษาในระยะที่ 2 โดยผู้รับการทดสอบในขั้นตอนนี้จะทำการทดสอบคนละ 1 ครั้ง ปัญหาจากการใช้เครื่องมือจะนำไปสู่การปรับปรุงเครื่องมือให้สมบูรณ์ก่อนการเก็บข้อมูลจริงในระยะที่ 2

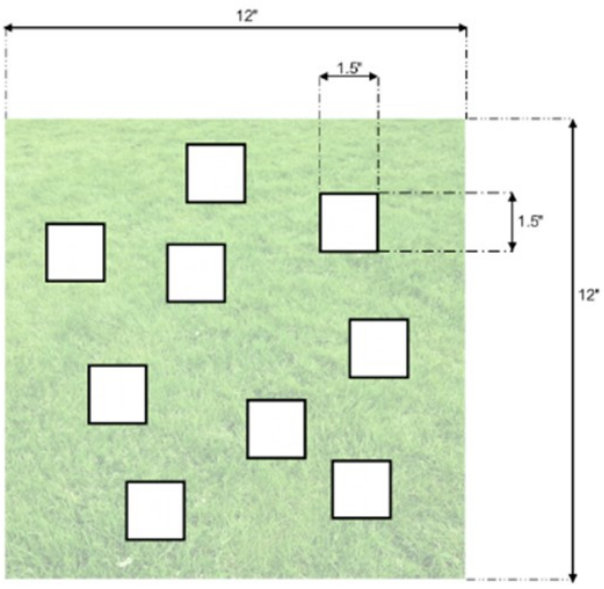
2. ในระยะที่ 2 ซึ่งเป็นการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือที่คณะผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นกับแบบวัดที่ได้มาตรฐานนั้น ผู้วิจัยได้กำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามคำแนะนำของ Brown (1995 อ้างอิงใน In, 2007) ที่เสนอให้ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คนเป็นจำนวนขั้นต่ำในการศึกษา แต่เพื่อป้องกันความผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้นในขณะเก็บข้อมูล คณะผู้วิจัยจึงได้ทำการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 35 คน (เพิ่มขึ้นคิดเป็น 16.67% ของกลุ่มเป้าหมายเดิม) แต่เนื่องจากความไม่ชัดเจนของการให้ข้อมูลเกี่ยวกับคุณสมบัติของผู้เข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ คณะผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่มีปัญหาดังกล่าวออก คงเหลือกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้จำนวน 33 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบทดสอบ Block Ordering Test (BOT) ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นในงานวิจัยนี้ ประกอบด้วยกระดานเครื่องมือรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาด 12x12 นิ้ว ตัวกล่องที่ใช้ในการทดสอบมีสีขาวขนาด 1.5x1.5 นิ้ว มีการจัดเรียงตัวที่ทำให้ยากต่อการใช้ภาษาเข้ามาช่วยในการจดจำข้อมูลและภาพพื้นหลังเป็นลายพื้นหญ้าสีเขียว (ภาพที่ 1) และแบบบันทึกคะแนน (ภาพที่ 2)

ภาพที่ 1

ตัวอย่างกระดานแบบทดสอบ BOTพร้อมทั้งขนาดของกระดานและระยะห่างระหว่างสิ่งเร้าที่อยู่ในกระดานทดสอบ



ภาพที่ 2
ตัวอย่างแบบบันทึกคะแนนของแบบทดสอบ BOT

Length	Trial	Order	Correct Answer	Reaction time	Total time	Location	Number	All Correct
3	1	837	378	0.08	0.27	/	/	/
	2	962	269	0.11	0.23	/	/	/
4	1	5478	4578	0.15	0.31	X	/	X
	2	0916	0169	0.16	0.36	/	/	/
5	1	10752	01257	0.23	0.34	/	/	/
	2	41873	13478	0.31	0.40	/	X	X
6	1	624859	245689	0.45	0.51	X	X	X
	2	761902	012679	0.48	0.57	/	X	X
Total						6	5	4
Maximal Span						5.5	4.5	4.5

ภาพที่ 2 แสดงตัวอย่างแบบบันทึกคะแนนของแบบทดสอบ BOT โดย Length คือความยาวของสิ่งเร้า Trial คือข้อทดสอบ Order คือตัวเลขที่ผู้ทดสอบอ่าน Correct answer คือคำตอบที่ถูกต้องจากผู้รับการทดสอบ Reaction time คือความเร็วในการตอบคำถามภายหลังการเห็นหรือการได้ยินสิ่งเร้า Total time คือเวลาทั้งหมดที่ผู้รับการทดสอบใช้ในการทวนคำตอบ ในคอลัมน์ Location, Number และ All correct ผู้ทดสอบจะทำเครื่องหมาย (/ หรือ X) ตามที่ผู้รับการทดสอบพูดทวนตำแหน่งตัวเลขหรือทั้งตำแหน่งและตัวเลขตามลำดับ โดยจำนวนข้อคำตอบที่ถูกต้องจะถูกนำมาใส่ใน Total และความยาวสูงสุดของตัวเลขที่ผู้ทดสอบตอบได้จะนำมาใส่ใน Maximal span

โดยเครื่องมือดังกล่าวพัฒนาขึ้นมาเพื่อวัดความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการ ตามทฤษฎี The multicomponent model ของ Alan Baddeley และ Graham Hitch ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ด้านได้แก่ phonological loop, visuospatial sketchpad, central executive และ episodic buffer โดย Phonological Loop มีหน้าที่ในการรับและประมวลผลข้อมูลที่ได้รับมาจากการได้ยินและข้อมูลที่มีความเกี่ยวข้องกับเรื่องของภาษา ขณะที่ Visuo-Spatial Sketchpad เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการมองเห็น ข้อมูลที่ไม่เกี่ยวข้องกับการใช้ภาษา รวมไปถึงข้อมูลด้านมิติสัมพันธ์ (RepovS & Baddeley, 2006) ข้อมูลจากทั้งสองส่วนนี้จะถูกส่งไปยัง Central Executive ซึ่งมีหน้าที่ในการประสานงานข้อมูลจากทั้งการมองเห็นและการได้ยิน และ Episodic buffer ซึ่งทำหน้าที่เชื่อมต่อระหว่างความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการกับความจำระยะยาวผ่านการทวนซ้ำและนำมาใช้หลาย ๆ ครั้ง (Baddeley, 2000) ยกตัวอย่างเช่น ในการจดจำแอปเปิล ที่จะมีสิ่งที่ต้องจำอยู่ 2 หน่วยคือ ในด้านภาษา ต้องจดจำคำว่า “แอปเปิล” 1 หน่วย และ ด้านการมองเห็นและมิติสัมพันธ์ ต้องจดจำ “ลักษณะรูปร่างของแอปเปิล” อีก 1 หน่วย หน่วยพักข้อมูลชั่วคราวจะทำหน้าที่จดจำตัวแทนของแอปเปิลทั้ง 2 หน่วย แล้วนับรวมหน่วยข้อมูลในการจำแอปเปิลเป็นหน่วยเดียวกัน นอกจากนี้แบบทดสอบ BOT ยังอาศัยนิยามของ Span Task ของ Blankenship (1938) กล่าวคือ การวัดขนาดพื้นที่จดจำด้วยการวัดจากจำนวนสิ่งที่สามารถจดจำอยู่ด้วยการเรียกคืนลำดับให้ถูกต้อง

วิธีการทดสอบ BOT นั้นให้ผู้รับการทดสอบจะต้องจดจำสิ่งเร้าซึ่งเป็นตัวเลขและประมวลผลข้อมูลโดยการเรียงลำดับสิ่งเร้าในใจก่อนแสดงผลคำตอบออกมา การทดสอบเริ่มโดยให้ผู้รับการทดสอบรับสิ่งเร้าจากการมองที่กระดาน BOT ผู้ทดสอบจะต้องชี้ไปที่กล่องพร้อมพูดตัวเลขครั้งละ 1 ตัว จนครบชุดคำสั่ง ซึ่งผู้รับการทดสอบจะต้องตอบกลับโดยชี้ที่กล่องพร้อมพูดตัวเลขที่คู่กับกล่องนั้น ตามลำดับของตัวเลขจากน้อยไปมากดังภาพที่ 3 คะแนนที่ได้จะถูกบันทึกลงในแบบบันทึกคะแนนด้วยเครื่องหมาย / หรือ X ดังแสดงในภาพที่ 2

วิธีการให้คะแนนคำตอบของผู้รับการทดสอบจะแบ่งเป็น 2 ส่วนได้แก่

1) Total ซึ่งเป็นจำนวนของคำตอบที่ถูกต้องโดยแบ่งเป็น 3 มาตรวัด (Location, Number และ All correct) โดยผู้รับการทดสอบจะต้องตอบถูกทั้งหมดในแต่ละครั้งของข้อที่ทดสอบ (Length) ซึ่งในแต่ละข้อจะทำการทดสอบ 2 ครั้ง (Trial) และนับการตอบถูกในแต่ละครั้งนั้นเป็น 1 คะแนน (คะแนนเต็ม 14 คะแนน)

2) Maximal span ซึ่งเป็นความยาวสูงสุดของสิ่งเร้าที่จดจำได้ เช่นเดียวกับคะแนนในส่วน Total การคำนวณคะแนนแบ่งออกเป็น 3 มาตรวัด หากความยาวสูงสุดที่ผู้รับการทดสอบจำได้ ผิด 1 ใน 2 ครั้ง คะแนนจะถูกหักจากความยาวสูงสุดของสิ่งเร้าที่จำได้ 0.5 คะแนน ดังนั้นคะแนนเต็ม ในส่วนของ Maximal span นี้จึงอยู่ระหว่าง 2.5 - 9 คะแนน

ตารางที่ 1

คำอธิบายโครงสร้างเครื่องมือ BOT กับนิยามเชิงทฤษฎี

WM-component	นิยามเชิงทฤษฎี	ความสามารถจากการทดสอบ	พฤติกรรมที่ต้องการวัด	จำนวนข้อ	
				Trial 1	Trial 2
Phonological Loop	การจดจำและประมวลผลข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการใช้ภาษาและการได้ยิน	การจดจำและประมวลผลลำดับของตัวเลขที่ได้ยิน	จำนวนตัวเลขที่ตอบถูก (Number)	7 ข้อ (3-9 ตัว)	7 ข้อ (3-9 ตัว)
Visuo-spatial sketchpad	การจดจำและประมวลผลข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการมองเห็นและมิติสัมพันธ์	การจดจำและประมวลผลลำดับของตัวเลขที่ได้มองเห็น	จำนวนตำแหน่งที่ตอบถูก (Location)		
Central Executive	การจัดกระทำข้อมูลที่จดจำอยู่ให้ออกมาในรูปแบบพร้อมใช้งาน	เรียงลำดับกล่องใหม่ตามตัวเลข	จำนวนกล่องคู่กับตัวเลขที่สามารถจดจำได้พร้อมเรียงลำดับตามมูลค่าของตัวเลขได้อย่างถูกต้อง (All correct)		
Episodic Buffer	การจดจำตัวแทนข้อมูลที่บูรณาการ	การจดจำตัวแทนข้อมูลว่า ตัวเลขใด อยู่ที่กล่องในตำแหน่งใด			

ภาพที่ 3

ตัวอย่างการทดสอบ BOT ลูกศรสีแดงเป็นการกำกับลำดับของกล่องที่ผู้ทดสอบต้องชี้ให้ผู้รับการทดสอบดู

แบบทดสอบ Corsi Block Tapping task (Corsi) เป็นแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นโดยที่การวัดความจำคล้ายกับ Digit Span แต่ปรับปรุงสิ่งเร้าที่ให้จดจำจากตัวเลขตำแหน่งกล่องที่เห็นและให้ตอบกลับตามลำดับที่เห็น (Corsi, 1972) ซึ่งเป็นการวัดความจำในลักษณะการมองเห็นและมิติสัมพันธ์ สำหรับโปรแกรมที่ใช้ในการเก็บข้อมูลนี้เป็น Corsi task รุ่นคอมพิวเตอร์จากเว็บไซต์ PsyToolkit การทดสอบทำได้โดยให้ผู้รับการทดสอบจำชุดของกล่องที่กะพริบบนหน้าจอ จากนั้นให้ผู้รับการทดสอบใช้เมาส์แตะบล็อกบนหน้าจอให้ถูกต้องตามลำดับกล่องที่กะพริบ โดยจะเพิ่มจำนวนกล่องที่กะพริบขึ้นในรอบถัดไป คะแนนที่ออกมาจะเป็นจำนวนข้อที่ทำได้ (Score) และ จำนวนสิ่งที่จำได้มากที่สุด (Maximal Span: M.S.)

แบบทดสอบ The Adaptive Digit Ordering Task (DOT-A) เป็นแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นมาโดย Werheid et al. (2002) แบบประเมินผู้รับการทดสอบจะได้รับคำสั่งให้จดจำลำดับตัวเลขจำนวนหนึ่ง และให้ตอบกลับโดยเรียงลำดับตัวเลขใหม่จากน้อยไปมาก เมื่อตอบถูก ในข้อถัดไปจะเพิ่มจำนวนตัวเลขที่ต้องจำมากขึ้นไปเรื่อย ๆ เช่น ได้ยิน “3 7 2” เมื่อตอบกลับ ให้เรียงลำดับใหม่ตามค่าของตัวเลขจากน้อยไปมาก คือ “2 3 7” โดยการทดสอบนี้จะเพิ่มจำนวนตัวเลขไปเรื่อย ๆ ตั้งแต่ 3 ถึง 8 ตัว เป็นการวัดความจำที่ใช้ความสามารถของเสียงและภาษาในการจดจำตัวเลข คะแนนที่ออกมาคือจำนวนข้อที่ทำได้ (Score) และ จำนวนสิ่งที่จำได้มากที่สุด (Maximal Span: M.S.)

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้ด้วยโปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

1. ใช้สถิติเชิงพรรณนา (ร้อยละ, ค่าเฉลี่ย, ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน) ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป และคะแนนที่ได้ในเครื่องมือตรวจวัดความจำระยะสั้นต่าง ๆ

2. ในการศึกษาระยะที่ 1 ที่เป็นการศึกษาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ได้ทำการศึกษาความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยวิธีแบ่งครึ่งผู้วิจัยแบ่งวิธีการให้คะแนนออกเป็น Trial 1 และ Trial 2 เนื่องจากเมื่อแบ่งในลักษณะนี้ ผลรวมคะแนนแต่ละครึ่งจะมีระดับความยากเท่ากันและสามารถสะท้อนความสามารถในการจำได้อย่างเท่าเทียม ซึ่งสอดคล้องกับวิธีการศึกษาเครื่องมือวัดความจำที่มี 2 Trial เช่นกัน (Werheid et al., 2002; de Paula et al., 2016) จากนั้นจึงคำนวณหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่าง Trial 1 และ Trial 2 ภายหลังจึงปรับค่าสหสัมพันธ์ที่คำนวณได้ด้วยด้วยสูตร Spearman-Brown (ประสพชัย พสุนนท์, 2557)

3. ในการศึกษาระยะที่ 2 ซึ่งเป็นการศึกษาความตรงเชิงลู่เข้าของแบบประเมินที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นกับแบบประเมินมาตรฐานอื่น ๆ ซึ่งการศึกษาความสัมพันธ์ในระยะนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาด้วยสถิติ Pearson product moment correlation

ผลการวิจัย

ในงานวิจัยนี้มีผู้เข้าร่วมงานวิจัยจำนวนทั้งหมด 33 คน โดยเมื่อแบ่งตามเพศ เป็นผู้ชาย 11 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 และเพศหญิง 22 คน คิดเป็นร้อยละ 66.67 เมื่อแบ่งตามช่วงอายุ อายุระหว่าง 20-29 ปี มีจำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 อายุระหว่าง 30-39 ปี มีจำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 24.24 อายุระหว่าง 40-49 ปี มีจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 27.27 และ อายุระหว่าง 50-59 ปี จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 15.15

ตารางที่ 2

แสดงผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ และความเชื่อมั่นภายในแบบแบ่งครึ่งของเครื่องมือ BOT

		M	*SD*	N	*W*	*p*	r_s [1]	*p*	r_{full} [2]
BOT-All Correct	Trial 1	2.34	0.97	33	.885	.002*	.443	.011*	.613
	Trial 2	2.06	0.80	33	.874	.001*			
BOT-Location Sequence	Trial 1	2.36	1.01	33	.894	.004*	.451	.010*	.621
	Trial 2	2.09	0.82	33	.885	.002*			
BOT-Number Sequence	Trial 1	2.78	0.87	33	.877	.001*	.758	<.001*	.862
	Trial 2	2.72	1.02	33	.888	.003*			

* $p < .05$

[1] ค่า r_s คำนวณด้วยสูตร Spearman's rank-order เนื่องจากคะแนนระหว่าง Trial 1 และ Trial 2 ไม่กระจายเป็นโค้งปกติ

[2] ค่าความเชื่อมั่นภายในแบบแบ่งครึ่ง (r_{full}) ปรับปรุงด้วยสูตร Spearman-Brown จากค่า r_s ต้นฉบับ

จากตารางที่ 2 ผลวิเคราะห์ความเชื่อมั่นภายในแบ่งครึ่ง ผู้วิจัยได้แบ่งครึ่งคะแนนแบบทดสอบออกมาเป็น Trial 1 และ Trial 2 ทั้ง BOT All correct score, BOT Location-Sequence Score และ BOT-Number Sequence Score จากนั้นจึงคำนวณสหสัมพันธ์ด้วยสถิติ The Spearman Rank Difference Method เนื่องจากผลการทดสอบความเป็นโค้งปกติพบว่า ทุกตัวแปรเมื่อแบ่งครึ่งจะไม่กระจายตัวเป็นโค้งปกติ จากนั้นจึงปรับค่าด้วยสูตร Spearman-Brown พบว่า คะแนน BOT-All Correct มีค่าความเชื่อมั่นภายในระดับปานกลาง (r_{full} = .613) เช่นเดียวกับ BOT-Location Sequence (r_{full} = .621) ส่วน BOT-Number Sequence มีค่าความเชื่อมั่นภายในอยู่ในระดับสูง (r_{full} = .862) ซึ่งทุกค่าอยู่ในระดับที่ยอมรับได้สำหรับงานวิจัยนำร่อง

ตารางที่ 3

แสดงผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างเครื่องมือ BOT กับ Corsi และ DOT-A

คะแนนผลการทดสอบ	Corsi Score	Corsi M.S.	DOT-A Score	DOT-A M.S.
BOT Score	.485*		.552*	
BOT M.S.		.552*		.243
BOT Location-Sequence Score	.479*		.353*	
BOT Location-Sequence M.S.		.552*		.243
BOT Number-Sequence Score	.492*		.190	
BOT Number-Sequence M.S.		.514*		.145

* $p < .05$

จากตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติสหสัมพันธ์เพียร์สันระหว่างเครื่องมือ BOT และแบบทดสอบ Corsi และ DOT-A เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงลู่เข้ากับแบบทดสอบมาตรฐาน พบว่าคะแนน Total score ของแบบทดสอบ BOT Score มีความสัมพันธ์กับ Corsi Score ($r(31) = .485$, $p = .005$) และ DOT-A Score ($r(31) = .403$, $p = .002$) ในระดับปานกลาง เมื่อให้คะแนนแบบ BOT-Location Sequence Score พบว่ามีความสัมพันธ์กับ Corsi score (($r(31) = .479$, $p = .006$) และ DOT-A Score ($r(31) = .353$, $p = .047$) ในระดับปานกลาง และเมื่อให้คะแนนแบบ BOT-Number Sequence Score พบว่ามีความสัมพันธ์กับ Corsi ในระดับปานกลาง ($r(31) = .492$, $p = .004$) แต่ไม่พบความสัมพันธ์เชิงเส้นกับ DOT-A ($r(31) = .190$, $p = .297$) ในขณะที่ Maximal Span ของแบบทดสอบ BOT มีความสัมพันธ์กับ Corsi M.S. ในระดับปานกลาง ($r(31) = .552$, $p = .001$) แต่ไม่พบความสัมพันธ์กับ DOT-A M.S. ($r(31) = .243$, $p = .180$) เช่นเดียวกับ BOT-Location Sequence M.S. ที่พบความสัมพันธ์ในระดับเดียวกัน และเมื่อให้คะแนนแบบ BOT-Number Sequence M.S. พบว่ามีความสัมพันธ์กับ Corsi M.S. ในระดับปานกลาง ($r(31) = .514$, $p = .003$) แต่ไม่พบความสัมพันธ์กับ DOT-A M.S. ($r(31) = .145$, $p = .429$)

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่าเครื่องมือ BOT มีค่าความเชื่อมั่นภายในแบบแบ่งครึ่งของแบบประเมิน $r = .613$ อยู่ในระดับที่ปานกลาง เช่นเดียวกับ BOT-Location Sequence $r = .621$ ในขณะที่ BOT-Number Sequence อยู่ในระดับสูง ($r = .862$) ซึ่งอยู่ในระดับที่สามารถยอมรับได้สำหรับงานศึกษาวิจัยนำร่อง แสดงให้เห็นว่าเครื่องมือดังกล่าวมีความคงที่ของแบบทดสอบโดยการตอบของผู้รับการทดสอบทั้ง 2 ครั้ง ในแต่ละความยาวของตัวเลขมีความสอดคล้องกัน โดยเมื่อพิจารณาปริมาณของสิ่งเร้าที่ต้องจดจำซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการ (Cowan, 2012) งานวิจัยที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่าความจำดังกล่าวมีข้อจำกัดทั้งปริมาณข้อมูลที่บุคคลจะจดจำได้ และระยะเวลาในการคงค้างข้อมูลในระบบประสาท (Cowan et al., 2005; Schweickert et al., 1990) อย่างไรก็ดีพบว่าความสัมพันธ์ดังกล่าวอยู่ในระดับปานกลาง ความเป็นไปได้ประการหนึ่งคือสิ่งเร้าที่กลุ่มตัวอย่างต้องจดจำซึ่งในเครื่องมือ BOT มีจำนวนตั้งแต่ 3-9 หลักอาจมีความยากเกินไปสำหรับกลุ่มตัวอย่าง (พิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยของแบบทดสอบ มีค่าเฉลี่ย 4.42 ($SD = 0.90$) หากพิจารณาแบบทดสอบที่นำมาเทียบเคียง ได้แก่แบบทดสอบ DOT-A และแบบทดสอบ Corsi มีจำนวนหลักที่ต้องจำอยู่ 2-9 หลัก การกำหนดให้แบบทดสอบ BOT มีจำนวนหลักอยู่ที่ 3-9 อาจสอดคล้องกับแบบทดสอบมาตรฐานเหล่านั้น นอกจากนี้การจัดวางตำแหน่งกล่องและลำดับของกล่องที่ต้องจำ ส่งผลต่อความยากในการทำแบบทดสอบ Corsi (Berch, Krikorian and Huha, 1998) และลักษณะการจัดเรียงลำดับตัวเลขก็อาจส่งผลต่อการทำแบบทดสอบ (Hoppe et al., 2000) แต่เนื่องจากทั้ง DOT-A และ Corsi ต่างวัดความสามารถทางการจำเฉพาะด้าน (แบบทดสอบ DOT-A วัดการได้ยินและแบบทดสอบ Corsi วัดการมองเห็น) ซึ่งต่างจากแบบทดสอบ BOT ที่วัดความสามารถทั้งสองด้านร่วมไปกับการเคลื่อนไหว งานวิจัยทางการฉายภาพของระบบประสาทแสดงให้เห็นว่าทั้งสามองค์ประกอบนี้ต่างมีการทำงานของระบบประสาทที่ทับซ้อนกัน (Marvel et al., 2019) เมื่อศักยภาพในการทำงานของระบบประสาทมีความจำกัด การแบ่งความสนใจไปยังสิ่งเร้าที่เห็น ได้ยินและการเคลื่อนไหวที่เกิดขึ้นตรงหน้า ส่งผลให้ความสามารถในการจดจำและประมวลผลลดลง สิ่งเร้าที่บุคคลต้องจดจำในงานลักษณะนี้จึงเป็นสิ่งที่ควรศึกษาต่อไป

สำหรับความตรงเชิงลู่เข้าจากการทดสอบความสัมพันธ์เชิงเส้นกับแบบทดสอบ Corsi แสดงให้เห็นว่า การตรวจวัดด้วย BOT สามารถตรวจวัดความสามารถของความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการด้านการมองเห็นและมิติสัมพันธ์ได้จริง รวมถึงจากการทดสอบความสัมพันธ์เชิงเส้นกับคะแนนจากเครื่องมือ DOT-A มีความตรงเชิงลู่เข้า ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการตรวจวัดด้วย BOT มีการใช้ความสามารถของความจำระยะสั้นเชิงปฏิบัติการด้านเสียงและภาษาได้เช่นเดียวกับแบบทดสอบมาตรฐาน อย่างไรก็ตามความสัมพันธ์ดังกล่าวอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง คณะผู้วิจัยพิจารณาว่าแบบทดสอบ BOT วัดความสามารถทางการจำที่แตกต่างจากแบบทดสอบมาตรฐานทั้ง Corsi และ DOT-A โดยผู้รับการทดสอบต้องแบ่งความสนใจไปจดจำสิ่งเร้าจากการมองเห็น การได้ยินและควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองขณะชี้กล่อง ความแตกต่างนี้อาจส่งผลต่อระดับความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้น มากไปกว่านั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่น้อยก็อาจส่งผลต่อการกระจายคะแนนจึงไม่พบระดับความสัมพันธ์ที่สูง ประเด็นที่น่าสนใจเพิ่มเติมจากการศึกษานี้คือการทดสอบด้วย BOT ในส่วนของการให้คะแนนแบบ Maximal Span นั้น คะแนนที่ได้จาก BOT และ DOT-A ไม่พบความสัมพันธ์เชิงเส้นตรง การให้คะแนนแบบ Maximal span หรือการคำนวณคะแนนสิ่งเร้าจำนวนสูงสุดที่บุคคลจดจำได้เริ่มมีการใช้ในแบบทดสอบอย่างแพร่หลายมากขึ้น โดยเฉพาะมีการใช้ในแบบวัดความสามารถทางเชาวน์ปัญญาทั้ง Wechsler adult intelligence และ แบบทดสอบ Wechsler intelligence scale for children อย่างไรก็ดีปัญหาจากการให้คะแนนแบบ Maximal span นั้น อาจก่อให้เกิดส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่มีขนาดใหญ่ (Ardila, 2007) เนื่องจากการให้คะแนนลักษณะนี้ ไม่ได้สนใจคำตอบว่าถูกหรือผิดในข้อก่อนหน้า แต่สนใจเพียงคำตอบสุดท้ายที่สามารถทำได้ จึงเป็นการปฏิเสธความหลากหลายของคำตอบจากผู้รับการทดสอบ (Woods et al., 2010) นอกเหนือจากกลุ่มตัวอย่างจำนวนน้อย อันอาจส่งผลให้ไม่พบความสัมพันธ์ดังกล่าวแล้ว การเลือกใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคะแนนดังกล่าวอาจไม่สะท้อนศักยภาพของการทดสอบของกลุ่มตัวอย่าง โดยเฉพาะในกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดเล็กเหล่านี้ได้อย่างแท้จริง

ในส่วนของมาตรวัดหน่วยพักข้อมูลชั่วคราวหรือ Episodic buffer ของแบบทดสอบ BOT โดยเฉพาะที่ใช้ข้อมูลบูรณาการแบบข้ามประเภทนั้น ยังไม่มีเครื่องมือเปรียบเทียบแบบเป็นมาตรฐานที่สามารถอ้างอิงการวัดหน่วยพักข้อมูลชั่วคราวโดยไม่มีปัจจัยทางด้านภาษาเข้ามาเกี่ยวข้องได้ (Nobre et al., 2013) สำหรับการตรวจสอบความตรงเพิ่มเติมนั้น อาจทำโดยพึ่งเครื่องมืออื่นที่มีความใกล้เคียง หรือ ทำ fMRI เพื่อดูกิจกรรมของสมองตอนทำแบบทดสอบน่าจะช่วยยืนยันว่าเครื่องมือตัวนี้กำลังใช้ความสามารถของหน่วยพักข้อมูลชั่วคราวจากการทำงานของสมองส่วน right prefrontal cortex และ temporo-parietal junction (Zhang et al., 2004) และผลที่ได้จากงานวิจัยนี้ มีข้อจำกัดคือ 1) ค่าความเชื่อมั่นและความตรงที่ออกมามีช่วงความเชื่อมั่นที่กว้าง เนื่องจากเป็นงานวิจัยนำร่องที่ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวนน้อยเพื่อให้สามารถคำนวณด้วยสถิติแบบพาราเมตริกได้ 2)คะแนนที่ได้จากแบบทดสอบ Corsi มีลักษณะการกระจายตัวใกล้จะไม่เป็นโค้งปกติ การศึกษาเครื่องมือนี้ในอนาคตจึงควรมีการทดลองซ้ำในกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้น และในกลุ่มประชากรที่หลากหลายขึ้นเพื่อทดสอบและปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือต่อไป

รายการอ้างอิง

Ardila, A. (2007). Normal aging increases cognitive heterogeneity: Analysis of dispersion in WAIS-III scores across age. *Archives of Clinical Neuropsychology, 22*(8), 1003–1011. doi:10.1016/j.acn.2007.08.004

Baddeley, A. D., & Hitch, G. (1974). Working Memory. In G. H. Bower (Ed.), *Psychology of Learning and Motivation* (pp. 47-89). Academic Press.

Baddeley, A. D. (2000). The episodic buffer: A new component of working memory? *Trends in Cognitive Sciences, 4*(11), 417-423. doi:10.1016/S1364-6613(00)01538-2

Baddeley, A. D. (2012). Working memory: Theories, models, and controversies. *Annual Review of Psychology, 63* (1), 1-29. doi:10.1146/annurev-psych-120710-100422

Berch, D. B., Krikorian, R., & Huha, E. M. (1998). The Corsi block-tapping task: Methodological and theoretical considerations. *Brain and cognition, 38*(3), 317-338. doi:10.1006/brcg.1998.1039

Blankenship, A. B. (1938). Memory span: A review of the literature. *Psychological Bulletin, 35*(1), 1-25. doi:10.1037/h0061086

Cambridge Cognition. (2019). CANTAB® [Software].

Corsi, P. M. (1972). *Human memory and the medial temporal region of the brain* [Doctoral thesis]. McGill University. https://escholarship.mcgill.ca/concern/theses/05741s554

Cowan, N., Elliott, E. M., Saults, J. S., Morey, C. C., Mattox, S., Hismjatullina, A., & Conway, A. R. A. (2005). On the capacity of attention: Its estimation and its role in working memory and cognitive aptitudes. *Cognitive Psychology, 51*(1), 42–100. doi:10.1016/j.cogpsych.2004.12.001

Cowan, N. (2012). *Working memory capacity*. Psychology Press.

de Paula, J. J., Malloy-Diniz, L. F., & Romano-Silva, M. A. (2016). Reliability of working memory assessment in neurocognitive disorders: A study of the digit span and Corsi block-tapping tasks. *Revista Brasileira de Psiquiatria, 38*(3), 262-263. doi:10.1590/1516-4446-2015-1879

Faulkner, S. L., & Trotter, S. P. (2017). Data saturation. In J. Matthes, C. S. Davis & R. F. Potter (Eds.), *The international encyclopedia of communication research methods.* doi:10.1002/9781118901731.iecrm0060

Holmes, J., Gathercole, S. E., Place, M., Alloway, T. P., Elliott, J. G., & Hilton, K. A. (2010). The diagnostic utility of executive function assessments in the identification of ADHD in children. *Child and Adolescent Mental Health, 15*(1), 37-43. doi: 10.1111/j.1475-3588.2009.00536.x

Hoppe, C., Müller-Sedgwick, U., Werheid, K., Thoene-Otto, A., & Cramon, D. (2000). Digit ordering test: Clinical, psychometric, and experimental evaluation of a verbal working memory test. *Clinical Neuropsychologist, 14*(1), 38-55. doi:10.1076/1385-4046%28200002%2914%3A1%3B1-8%3BFT038

In, J. (2017). Introduction of a pilot study. *Korean Journal of Anesthesiology, 70*(6), 601. doi:10.4097/kjae.2017.70.6.601

Klingberg, T., Fernell, E., Olesen, P. J., Johnson, M., Gustafsson, P., Dahlström, K., Gillberg, C. G., Forssberg, H., & Westerberg, H. (2005). Computerized training of working memory in children with ADHD-a randomized, controlled trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 44*(2), 177–186. doi:10.1097/00004583-200502000-00010

Kofler, M. J., Spiegel, J. A., Austin, K. E., Irwin, L. N., Soto, E. F., & Sarver, D. E. (2018). Are episodic buffer processes intact in ADHD? Experimental evidence and linkage with hyperactive behavior. *Journal of Abnormal Child Psychology, 46*(6), 1171-1185. doi:10.1007/s10802-017-0346-x

Logie, R. H. (2011). The functional organization and capacity limits of working memory. *Current Directions in Psychological Science, 20*(4), 240–245. doi:10.1177/0963721411415340

Nobre, A. d. P., Rodrigues, J. d. C., Sbicigo, J. B., Piccolo, L. d. R., Zortea, M., Junior, S. D., & de Salles, J. F. (2013). Tasks for assessment of the episodic buffer: A systematic review. *Psychology & Neuroscience, 6*(3), 331-343. doi:10.3922/j.psns.2013.3.10

PsyToolkit. (n.d.) *Corsi task.* Retrieved from https://www.psytoolkit.org/experiment-library/corsi.html

RepovS, G. & Baddeley, A. D. (2006). The multi-component model of working memory: Explorations in experimental cognitive psychology. *Neuroscience, 139*(1), 5-21. doi: 10.1016/j.neuroscience.2005.12.061

Schweickert, R., Guentert, L., & Hersberger, L. (1990). Phonological similarity, pronunciation rate, and memory span. *Psychological Science, 1*(1), 74–77. doi:10.1111/j.1467-9280.1990.tb00071.x

Van De Vijver, F., & Tanzer, N. K. (2004). Bias and equivalence in cross-cultural assessment: An overview. *European Review of Applied Psychology, 54*(2), 119-135. doi:10.1016/j.erap.2003.12.004

Weiss, L. G., Saklofske, D. H., Coalson, D., & Raiford, S. E. (2010). *WAIS-IV clinical use and interpretation: Scientist -practitioner perspectives* (1st ed.). Academic Press.

Weiss, L. G., Saklofske, D. H., Holdnack, J. A., & Prifitera, A. (2019). *WISC-V: Clinical use and interpretation* (2nd ed.). Academic Press.

Wechsler, D. (2003). *WISC-IV: Administration and scoring manual*. Psychological Corporation.

Werheid, K., Hoppe, C., Thöne, A., Müller, U., Müngersdorf, M., & von Cramon, D. Y. (2002). The adaptive digit ordering test: Clinical application, reliability, and validity of a verbal working memory test. *Archives of Clinical Neuropsychology, 17*(6), 547-565. doi:10.1016/S0887-6177(01)00134-2

Woods, D. L., Kishiyama, M. M., Yund, E. W., Herron, T. J., Edwards, B., Poliva, O., Hink, R. F., & Reed, B. (2010). Improving digit span assessment of short-term verbal memory. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology, 33*(1), 101–111. doi:10.1080/13803395.2010.493149

Zhang, D., Zhang, X., Sun, X., Li, Z., Wang, Z., He, S., & Hu, X. (2004). Cross-modal temporal order memory for auditory digits and visual locations: An fMRI study. *Human Brain Mapping, 22*(4), 280-289. doi:10.1002/hbm.20036

ประสพชัย พสุนนท์. (2557). ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามในการวิจัยเชิงปริมาณ. *วารสารปาริชาต, 27*(1), 145-163.

ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมและความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล: บทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ

อารียา อุตรศรี
สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: aliyahutrasi@gmail.com

บทคัดย่อ

กลุ่มพนักงานมิลเลนเนียล หรือ กลุ่มพนักงานเจเนอเรชั่นวาย เป็นกลุ่มพนักงานที่มีอัตราส่วนมากที่สุดในแต่ละองค์การปัจจุบัน ซึ่งมีการศึกษาที่พบว่า พนักงานกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่ใช้กลยุทธ์จูงใจให้คงอยู่ในองค์การยากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มพนักงานเจเนอเรชั่นอื่น ๆ จึงมีผลทำให้พนักงานกลุ่มนี้ มีอัตราความตั้งใจในการลาออกจากงานในระดับที่สูง และมีความผูกพันต่อองค์การในระดับที่ต่ำอีกด้วยเช่นกัน เมื่อศึกษาถึงปัจจัยหลักในความตั้งใจในการลาออกจากงานของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล พบว่า มาจากปัจจัยในเรื่องของการรับรู้บรรยากาศในการทำงานเชิงลบ ซึ่งหัวหน้างานกับความปลอดภัยทางจิตวิทยา มีความสัมพันธ์กันกับเรื่องการรับรู้บรรยากาศในการทำงานของบุคคล การวิจัยในครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม ความปลอดภัยทางจิตวิทยา และความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ และเพื่อศึกษาบทบาทการเป็นตัวแปรสื่อของความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำในความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยา โดยมีรูปแบบการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 290 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้ผ่านกระบวนการทดสอบความเชื่อมั่นอยู่ที่ระหว่าง .74 ถึง .88 ประกอบด้วย แบบวัดภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมฉบับย่อ แบบวัดความปลอดภัยทางจิตวิทยา และแบบวัดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณโดยใช้วิธี Causal Steps และค่าสถิติโซเบล (Sobel's test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .328 ($p < .01$)

2. ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .764 ($p < .01$)

3. ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .408 ($p < .01$)

4. ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำมีบทบาทการเป็นตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยา มีค่าอิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effect) เท่ากับ .311 ($p < .01$)

คำสำคัญ : ความปลอดภัยทางจิตวิทยา ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล

RELATIONSHIP BETWEEN ETHICAL LEADERSHIP AND PSYCHOLOGICAL SAFETY AMONG MILLENNIAL EMPLOYEES: THE MEDIATING ROLE OF TRUST IN LEADERS

Aliyah Utrasi
Faculty of Humanities, Industrial Organizational Psychology, Chiangmai University

Corresponding author email*: aliyahutrasi@gmail.com

Abstract

Millennial or Generation Y Employees is the highest employee generation percentage of each organization. The various research has found the millennial employees was the most difficult for retaining in organization compared to other generation employees, impacting millennial employees usually have a highly turnover intention and have a low level of organizational commitment as well. The key aspect of millennial employees' turnover intention was negative perception of organizational climate which the leader and the psychological safety. There has a relationship with the person's perception of organizational climate. Accordingly, the purposes of this research were (1) to investigate the relationship between ethical leadership, psychological safety, and trust in leader, and (2) to examine predictive power of ethical leadership on psychological safety with trust in leader as a mediator by correlational research. Data were collected from 290 Millennial employees in Chiang Mai province. Research instruments consisted of the shorted version of Ethical Leadership Scale, The Psychological Safety Scale and the Affect and Cognition-Based Trust Scale, and their reliability coefficients range between .74 to .88. Data were analyzed by using Pearson Product Moment Correlation, Multiple Regression Analysis (Causal Steps of Baron & Kenny, 1986 cited in Kenny, 2014) and Sobel test was used.

The results were as follows:

1. Ethical leadership had a significantly positive correlation with psychological safety of millennial employees in Chiang Mai as .328 ($p < .01$).

2. Ethical leadership had a significantly positive correlation with trust in leader of millennial employees in Chiang Mai as .764 ($p < .01$).

3. Trust in leader had a significantly positive correlation with psychological safety of millennial employees in Chiang Mai as .408 ($p < .01$).

4. Trust in leader played a fully mediating role in the relationship between ethical leadership and psychological safety of millennial employees in Chiang Mai. Indirect effect as .311 ($p < .01$).

Keywords: Psychological Safety, Ethical Leadership, Trust in Leader, Millennial Employers

บทนำ

พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล (Millennial Employees) หรือพนักงานกลุ่มเจนเนอเรชั่นวาย เป็นกลุ่มพนักงานส่วนใหญ่ที่อยู่ในกลุ่มตลาดแรงงานในปัจจุบันมากที่สุดและเป็นกำลังแรงงานสำคัญที่กำลังจะเข้ามาแทนที่พนักงานในกลุ่มช่วงอายุอื่น ๆ ในอนาคต (Gullup, 2019) ซึ่งพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล เป็นพนักงานที่เกิดตั้งแต่ปี พ.ศ. 2523–2539 หรือมีช่วงอายุระหว่าง 23–39 ปี ในขณะที่มีการเก็บข้อมูลวิจัยในครั้งนี้ โดยเกณฑ์ของการกำหนดช่วงอายุมาจากแนวคิดของ Smith and Nichols (2015) มีการศึกษาคุณลักษณะเด่นด้านบวกที่เป็นประโยชน์ต่อองค์การของพนักงานกลุ่มนี้ที่พบว่า พนักงานกลุ่มนี้มีความหลงใหลในตนเอง มองเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง (Twenge & Campbell, 2012) แต่มีความไม่มั่นคงในอารมณ์ในระดับที่สูง (Lyon, Schweitzer, & Ng, 2015) และพนักงานกลุ่มนี้ยังมีความพร้อมต่อโอกาสต่าง ๆ ที่องค์การมอบให้รวมไปถึงความพร้อมต่อโอกาสจากองค์การอื่นอีกด้วยเช่นกัน (Hauw & Vos, 2010)

จากคุณลักษณะและค่านิยมการทำงานของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลที่แตกต่างจากกลุ่มช่วงอายุอื่นทำให้องค์การต้องพบเจอกับปัญหาในการวางกลยุทธ์การจูงใจพนักงานกลุ่มนี้ค่อนข้างมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับพนักงานกลุ่มวัยทำงานอื่น (Guha, 2010; Ertas, 2015) ส่งผลทำให้พนักงานกลุ่มนี้มีอัตราการลาออกจากงานที่เพิ่มสูงมากที่สุดและมีความผูกพันในงานที่ต่ำมาก (Gullup, 2019) โดยมีการศึกษาพบว่า สาเหตุหลักที่ทำให้พนักงานไม่ต้องการคงอยู่ในองค์การมาจากผู้นำ เพื่อนร่วมงาน และบรรยากาศในการทำงาน (สุภาพร เวชวัฒน์, 2559) ซึ่งบรรยากาศในการทำงานดังกล่าวนี้ พบว่า เป็นเรื่องของการรับรู้บรรยากาศทางจิตวิทยาในการทำงานของบุคคลซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับบรรยากาศที่มีความปลอดภัยทางจิตวิทยา (May, Gilson & Harter, 2004).

ความปลอดภัยทางจิตวิทยา (Psychological Safety) เป็นการรับรู้ส่วนบุคคลว่าตนรู้สึกสบายใจและมีอิสระที่จะสามารถแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างหรือแสดงพฤติกรรมใด ๆ ได้อย่างตรงไปตรงมา โดยไม่ต้องกังวลว่าความคิดเห็นหรือพฤติกรรมนั้นจะส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์ของตน ตำแหน่งหน้าที่การงาน หรือความก้าวหน้าต่าง ๆ ในอาชีพ ซึ่งการทำให้พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียล เกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยานี้จะส่งผลทางบวกต่อพฤติกรรมของพนักงานและองค์การ
เช่น การเต็มใจที่จะแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (Kim, Lee & Connerton, 2020) ความกล้าแสดงความคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ต่อองค์การ (Van, Ang, & Botero, 2003; Walumbwa & Schaubroeck, 2009) ความคิดเชิงนวัตกรรม (Javed, Abdullah, Zaffar & Haque, 2019) การมีส่วนร่วมในงาน (Rui, 2010) และผลการปฏิบัติงาน (Abror & Akamavi, 2015) อีกทั้งยังสามารถจัดการกับความหลากหลายด้านทรัพยากรบุคคลในองค์การให้ดีขึ้นได้ (Singh & Winkel, 2013) ดังนั้น ความปลอดภัยทางจิตวิทยาจึงถือว่าเป็นสภาวะที่ดีอันเป็นประโยชน์ที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นทั้งในการรับรู้ระดับบุคคลระดับทีมและขยายวงกว้างสู่ระดับองค์การรวมไปถึงพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลผู้ซึ่งให้ความสำคัญกับบรรยากาศในการทำงานที่ดีเช่นกัน

จากการศึกษาปัจจัยพยากรณ์ตัวแปรที่ทำให้เกิดความปลอดภัยทางจิตวิทยา พบว่า มีความสัมพันธ์กับลักษณะของผู้นำโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้นำเชิงจริยธรรม (Walumbwa & Schaubroeck, 2009) ที่จะส่งเสริมให้พนักงานเกิดพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อองค์การและมีความปลอดภัยทางจิตวิทยาด้วย ทั้งยังพบว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ (Yozgat & Mesekiran, 2006; Mo & Shi, 2007) ซึ่งความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ (Trust in Leaders) เป็นระดับความไว้วางใจ ความเชื่อและความคาดหวังของผู้ตามที่มีต่อตัวผู้นำ ว่าผู้นำของตนนั้นจะมีพฤติกรรมที่เป็นคุณแก่ผู้ตามและคาดหวังว่าพฤติกรรมที่เป็นคุณของผู้นำนั้นมีความคงทนและสามารถคาดเดาได้และนอกจากนี้ ยังมีการศึกษาที่พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำและความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้นด้วย (Li & Tan, 2012)

จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมองเห็นถึงความสำคัญของความปลอดภัยทางจิตวิทยาในกลุ่มพนักงานมิลเลนเนียล เนื่องจากความปลอดภัยทางจิตวิทยานี้ จะสามารถเป็นตัวแปรพยากรณ์คุณลักษณะทางบวกต่าง ๆ ดังกล่าวที่จะเกิดขึ้นและผู้นำจะมีบทบาทสำคัญที่จะทำให้พนักงานมีบรรยากาศในการทำงานที่ดีหรือไม่ โดยผ่านตัวแปรสื่อ นั่นคือ ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ ด้วยเหตุนี้ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาผ่านความเชื่อถือไว้วางใจในผู้นำ

กรอบแนวคิดและสมมติฐานการวิจัย

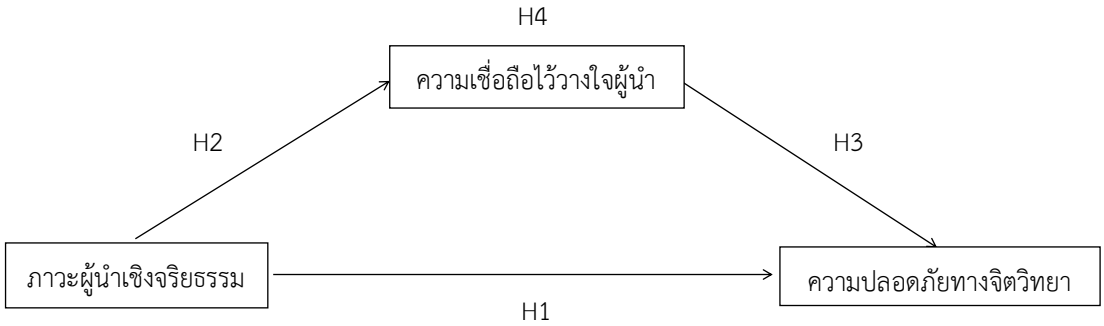
สมมุติฐานที่ 1: ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความปลอดภัยทางจิตวิทยา

สมมุติฐานที่ 2: ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ

สมมุติฐานที่ 3: ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความปลอดภัยทางจิตวิทยา

สมมุติฐานที่ 4: ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำมีบทบาทเป็นตัวแปรสื่อในความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมและความปลอดภัยทางจิตวิทยา

ภาพที่ 1
กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ คือ พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลที่เกิดตั้งแต่ปี พ.ศ. 2523 ถึง 2539 หรือมีช่วงอายุระหว่าง 23 ถึง 39 ปี ในขณะที่เก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ และเป็นผู้ซึ่งทำงานอยู่ในจังหวัดเชียงใหม่ ทั้งส่วนของภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และองค์กรเอกชน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสุ่มแบบตามความสะดวก (Convenience Sampling) เนื่องจากวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ คือ การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ดังนั้น การใช้วิธีการสุ่มตามสะดวก จะไม่ก่อให้เกิดผลเสียใด ๆ ต่อข้อค้นพบในการวิจัย (Sternthai, Tubott, Calder, & Richard, 1994) ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 290 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่เพียงพอต่อการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งหมดในรูปแบบของ Mediation Model ตามการศึกษาของ Baron and Kenny (1986)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (Ethical Leadership Scale) พัฒนาขึ้นโดยปิยรัฐ ธรรมพิทักษ์ (2558) ซึ่งเป็นแบบวัดภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมในระดับบุคคล ข้อคำถามมีจำนวน 12 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient: α) ของแบบวัดต้นฉบับอยู่ที่ .937 และผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient: α) กับกลุ่มตัวอย่าง (Tryout) จำนวน 50 คน พบว่า มีค่าเท่ากับ .852 และใช้วิธีการวัดแบบมาตรประมาณค่า (Rating Scale) 6 ระดับ โดยมีเกณฑ์ให้คะแนน บ่อยมาก (6 คะแนน) ไปจนถึง ไม่เคยเลย (1 คะแนน)

แบบวัดความปลอดภัยทางจิตวิทยา (Psychological Safety Scale) พัฒนาขึ้นโดย Edmondson (1999) และ Schepers, Jong, Wetzels & Ruyter (2008) มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient: α) ของแบบวัดต้นฉบับอยู่ที่ .740 โดยมีการแปลเป็นภาษาไทยและแปลแบบย้อนกลับ (Translate/Back Translation) เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงโดยผู้เชี่ยวชาญทางด้านภาษา ข้อคำถามมีจำนวน 5 ข้อ และผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient: α) กับกลุ่มตัวอย่าง (Tryout) จำนวน 50 คน พบว่า มีค่าเท่ากับ .743 และใช้วิธีการวัดแบบลิเคอร์ท (Likert Scale) 7 ระดับ โดยมีเกณฑ์ให้คะแนน เห็นด้วยอย่างยิ่ง (7 คะแนน) ไปจนถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1 คะแนน) โดยมีข้อคำถามทางลบจำนวน 3 ข้อ

แบบวัดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ ผู้วิจัยใช้แบบวัดความเชื่อถือไว้วางใจบนพื้นฐานของอารมณ์ความรู้สึกและกระบวนการคิด (Affect- and Cognition- Based Trust Scale) ที่พัฒนาขึ้นโดย McAllister (1995) มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคของแบบวัดต้นฉบับอยู่ที่ .910 (Cronbach's Alpha Coefficient: α) โดยมีการแปลเป็นภาษาไทยและแปลแบบย้อนกลับ มีข้อคำถามในแบบวัดมีจำนวนทั้งหมด 11 ข้อ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient: α) กับกลุ่มตัวอย่าง (Tryout) จำนวน 50 คน พบว่า มีค่าเท่ากับ .883 และใช้วิธีการวัดแบบลิเคอร์ท (Likert Scale) 7 ระดับ โดยมีเกณฑ์ให้คะแนน เห็นด้วยอย่างยิ่ง (7 คะแนน) ไปจนถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1 คะแนน) และแบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 4 ข้อ คือ เพศ อายุ การศึกษา และอายุงานอย่างละ 1 ข้อ ในลักษณะแบบเลือกตอบ

วิธีการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยจัดทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลจากบุคลากรภายในองค์การ ภาครัฐ และภาคเอกชน เพื่อแจ้งให้ทราบถึงจุดประสงค์ของการเก็บข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัยจากภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้วิจัยนำแบบวัดไป

ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองและอีกส่วนใช้การเก็บข้อมูลออนไลน์จาก Google Form โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลที่ทำงานทั้งในภาครัฐและเอกชนที่มีช่วงอายุระหว่าง 23-39 ปี ที่ทำงานในจังหวัดเชียงใหม่ จากนั้น ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบและคัดเลือกเฉพาะแบบวัดที่มีการตอบแบบสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้ในการวิเคราะห์

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อใช้บรรยายลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา เช่น ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของอายุ และเพศ

การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิสหสัมพันธ์ (Correlation Analysis) ใช้ Pearson's Correlation Coefficient เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Bivariate Relationship)

การวิเคราะห์การถดถอยและการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Regression Analysis and Multiple Regression Analysis) เพื่อวิเคราะห์การเป็นตัวแปรสื่อ (Mediation Analysis) โดยใช้วิธี Causal Steps โดย Baron and Kenny (1986) และคำนวณค่าสถิติรูปแบบโซเบล (Sobel's test) โดยใช้ค่าสถิติ Z ในการทดสอบนัยสำคัญของค่าอิทธิพลทางอ้อม (Indirect Effect) เพื่อตรวจสอบการเป็นตัวแปรสื่อ

ผลการวิจัย

ลักษณะโดยทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดในการวิจัยครั้งนี้ คือ 290 คน เป็นเพศชายจำนวน 127 คน หรือร้อยละ 43.8 เป็นเพศหญิงจำนวน 163 คน หรือร้อยละ 56.2 โดยกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นกลุ่มพนักงานมิลเลนเนียลทั้งหมด โดยมีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 30.3 ปี ส่วนใหญ่การศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีจำนวน 207 คน คิดเป็นร้อยละ 71.4 รองลงมาคือ มีการศึกษาในระดับที่สูงกว่าปริญญาตรีจำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 21.1 สังกัดเป็นพนักงานหรือลูกจ้างราชการจำนวน 35 คน หรือร้อยละ 12.1 เป็นข้าราชการจำนวน 38 คน หรือร้อยละ 13.1 เป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจจำนวน 22 คน หรือร้อยละ 7.6 และเป็นพนักงานเอกชนทั่วไปจำนวน 195 คน หรือร้อยละ 67.2 อายุงานส่วนใหญ่อยู่ที่ 1 ถึง 5 ปี จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 56.9 รองลงมาคือ อายุงานน้อยกว่า 1 ปี จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 17

การวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปร

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของตัวแปร 3 ตัวแปร คือ ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำและความปลอดภัยทางจิตวิทยา โดยทำการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และแปลผลเป็นระดับการรับรู้ 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และระดับต่ำ โดยใช้สูตรคำนวณ ดังนี้

$$\text{ค่าพิสัย} = \frac{\text{ค่าสูงสุด} - \text{ค่าต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}}$$

พบว่า การรับรู้ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลในจังหวัดเชียงใหม่ ทั้งหมดจำนวน 290 คน อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีระดับความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำหรือหัวหน้าของตนในระดับปานกลาง และมีการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาในระดับปานกลาง ดังตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยรวมของตัวแปรจากกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1
ค่าเฉลี่ยรวมของตัวแปรจากกลุ่มตัวอย่าง

ตัวแปร	พิสัย	*M*	*SD*	ระดับ
ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม	1 – 6	3.89	1.11	ปานกลาง
ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	1 – 7	4.72	1.10	ปานกลาง
ความปลอดภัยทางจิตวิทยา	1 – 7	4.53	1.03	ปานกลาง

การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้ง 3 ตัวแปร (Bivariate Relationship)โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์แสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

ตัวแปร	EL	TL	PS
ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (EL)	-		
ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ (TL)	.767**	-	
ความปลอดภัยทางจิตวิทยา (PS)	.354**	.456**	-

**$p < .01$

จากตารางที่ 2 พบว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาและความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ .354 และ .767 ตามลำดับ ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ 1 และสมมุติฐานที่ 2

ความไว้วางใจผู้นำมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมและความปลอดภัยทางจิตวิทยาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ .767 และ .456 ตามลำดับ ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ 3

จากการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันดังกล่าว ชี้ให้เห็นว่า ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลจากประชากรกลุ่มตัวอย่างกับตัวแปรทั้ง 3 ตัวแปร มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญซึ่งเป็นการตรวจสอบความสัมพันธ์กันในเบื้องต้นของตัวแปรเพื่อวิเคราะห์ตัวแปรสื่อต่อไป เพื่อทดสอบสมมุติฐานที่ 4 ผลการวิเคราะห์แสดง ดังตารางที่ 2-4

ตารางที่ 3
การวิเคราะห์สมการการถดถอยอย่างง่ายของตัวแปร

โมเดล	ตัวแปรพยากรณ์	ตัวแปรเกณฑ์	*b*	SE_b	*t*
1.	ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม	ความปลอดภัยทางจิตวิทยา	0.328	.207	6.427**
	ค่าคงที่ (a)		3.253	.051	
R = .354	R^2 = .125	R^2_{adj} = .122		Overall F = 41.311**	
2.	ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม	ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	0.764	.038	20.299**
	ค่าคงที่ (a)		1.748		
R = .767	R^2 = .589	R^2_{adj} = .587		Overall F = 412.056**	
3.	ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	ความปลอดภัยทางจิตวิทยา	0.421	.048	8.819**
	ค่าคงที่ (a)		2.551		
R = .455	R^2 = .207	R^2_{adj} = .204		Overall F = 77.776**	

**$p < .01$

ตามตารางที่ 3 พบว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมสามารถทำนายความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้ร้อยละ 12.5 มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .328 กล่าวคือ มีการส่งผลโดยรวม (Total Effect) ของภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (ตัวแปรอิสระ) ไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยา (ตัวแปรตาม)

ผลวิเคราะห์ตามตารางที่ 3 พบว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมสามารถทำนายความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำได้อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำได้ร้อยละ 58.9 มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .764 กล่าวคือ มีการส่งผล ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (ตัวแปรอิสระ) ไปยังความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ (ตัวแปรสื่อ) และมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปร (a) เท่ากับ .764 และ พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำสามารถทำนายความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้ร้อยละ 77.7 มีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .421 คือ มีการส่งผลระหว่างความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยา

ตารางที่ 4

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของตัวแปรพยากรณ์ในการร่วมทำนายความปลอดภัยทางจิตวิทยา

ตัวแปรพยากรณ์	*b*	SE_b	β	*t*
ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม	.017	.076	.018	0.218
ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	.408	.076	.438	5.340**
ค่าคงที่ (a)				
R = .452	R^2 = .204	R^2_{adj} = .199	Overall F = 36.884**	

**p < .01

ผลวิเคราะห์ตามตารางที่ 4 พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำสามารถทำนายความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .408 กล่าวคือ มีการส่งผลระหว่างความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ (ตัวแปรสื่อ) ไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยา (ตัวแปรตาม) เมื่อควบคุมภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (ตัวแปรอิสระ) ให้คงที่ นั่นหมายถึง ความเชื่อถือไว้วางใจเป็นตัวแปรสื่อโดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปรสื่อ (b) เท่ากับ .408

จากการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4 ตัวแปรอิสระอันประกอบด้วย ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม และความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้ร้อยละ 20.4 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .452 แต่ไม่พบว่าภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมจะสามารถทำนายความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเท่ากับ .017 กล่าวคือ มีการส่งผลระหว่างความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ (ตัวแปรสื่อ) ไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยา (ตัวแปรตาม) และเมื่อควบคุมความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจะได้ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (c') ที่ส่งไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยาเท่ากับ .017 และยังพบว่าค่า c' ดังกล่าวไม่พบนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมส่งผลไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยาโดยผ่านความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำทั้งหมด

นอกจากนี้ อาจกล่าวได้ว่าจากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณโดยใช้วิธี Causal Step (1986 อ้างใน Kenny, 2018) ในขั้นที่ 1-4 ที่ผ่านมาข้างต้น ชี้ให้เห็นถึง ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีอำนาจในการทำนายความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลในจังหวัดเชียงใหม่ โดยมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำเป็นตัวแปรสื่อสมบูรณ์ตามที่สมมุติฐานที่ 4 ได้เสนอไว้

จากการคำนวณค่าสถิติ Sobel Test ในการหาค่าสถิติ Z ว่าจะมีระดับนัยสำคัญทางสถิติหรือไม่ โดย S_a เท่ากับ .038 และ S_b มีค่าเท่ากับ .076 พบว่า มีค่าสถิติ Z เท่ากับ 5.186 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้น ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมส่งผลทางอ้อมต่อความปลอดภัยทางจิตวิทยา โดยผ่านความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยา และภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำยังสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้ คือ ร้อยละ 20.4 สรุปผลอิทธิพลที่ส่งผลทางตรงและทางอ้อมของตัวแปรทั้งหมด ดังตารางที่ 5 และ ภาพที่ 2

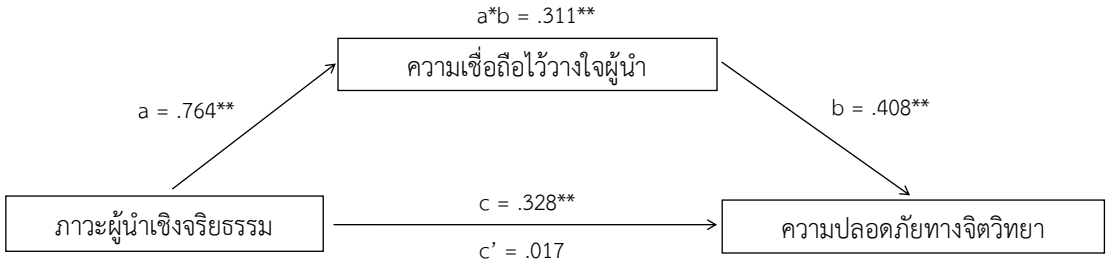
ตารางที่ 5

การทดสอบค่าสถิติโซเบล (Sobel's test) เพื่อตรวจสอบค่าอิทธิพลทางอ้อม

	Value	*SE*	*z*	*p*
ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม กับ ความปลอดภัยทางจิตวิทยา	0.764	0.038	5.1867	.000
ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม กับ ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ	0.408	0.076		

ภาพที่ 2

ผลทางตรง (Direct effect) และทางอ้อม (Indirect Effect) จากภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมไปยังความปลอดภัยทางจิตวิทยา



อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ผลการวิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยอภิปรายผลการศึกษาโดยจะเริ่มจากสมมุติฐานที่ 1 ไปถึง 4 ตามลำดับ

สมมุติฐานที่ 1 ได้รับการยอมรับ ซึ่งอธิบายได้ว่า หากพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลมีการรับรู้ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมในระดับที่สูง ก็จะส่งผลให้พนักงานเกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาในระดับที่สูงตามไปด้วย ทั้งนี้เป็นเพราะว่า สภาพแวดล้อมในการทำงานที่ทำให้พนักงานรับรู้ถึงความปลอดภัยทางจิตวิทยา อาจมาจากบุคลิกภาพส่วนบุคคลของหัวหน้าหรือผู้นำ ที่ส่งผลให้หัวหน้างานผู้นั้นมีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมในการบริหารงานซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Walumbwa and Schaubroeck (2009) กับ Den Hartog and De Hoogh (2010) และ Ozbag (2016) ที่พบว่า บุคลิกภาพของบุคคลที่มีแนวโน้มที่จะมีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม คือ บุคลิกภาพด้านความประนีประนอม (Agreeableness) บุคลิกภาพด้านความสำนึกผิดชอบ (Conscientiousness) ซึ่งบุคคลที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมจะส่งเสริมให้พนักงานเกิดพฤติกรรมแสดงความคิดเห็น (Voice Behavior) โดยที่ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมนี้จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนระหว่างกันระหว่างหัวหน้างานและพนักงาน ที่เรียกว่า การแลกเปลี่ยนระหว่างผู้นำกับสมาชิก (Leader–Member Exchange: LMX) ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์ในลักษณะแลกเปลี่ยนระหว่างกันนี้ส่งผลทำให้เกิดความปลอดภัยทางจิตวิทยาและการเสริมสร้างพลังอำนาจทางจิตใจร่วมด้วย (Hu et al., 2018) อันหมายความว่า หากหัวหน้างานระดับสายตรงของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลมีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมสูงจะส่งเสริมให้พนักงานกลุ่มนี้เกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาในระดับที่สูงตามไปด้วย และการที่หัวหน้างานทำให้เกิดความรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยานี้ขึ้นได้ จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการทำงานของพนักงานที่เป็นบวกตามมา เช่น พฤติกรรมการแสดงความคิดเห็นของพนักงานอันเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ดีในการทำงาน

ในทางกลับกัน ผู้นำหรือหัวหน้างานที่ไม่มีจริยธรรมในการทำงาน จะลดระดับการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาลงซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Peng, Wang, and Chen (2018) ที่พบว่า การรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาที่ต่ำอันเนื่องมาจากลักษณะของผู้นำที่ไม่มีจริยธรรมในการทำงานนี้จะส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมของพนักงานตามไปด้วย เนื่องจากภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมสามารถเป็นหนึ่งในปัจจัยที่จะเพิ่มระดับของแรงจูงใจภายในในการทำงานอันจะนำไปสู่พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรมขึ้นมา ซึ่งก็มีงานวิจัยที่นำตัวแปรความปลอดภัยทางจิตวิทยาไปศึกษาในรูปแบบของตัวแปรสื่อระหว่าง ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับตัวแปรด้านบวกอื่น เช่น พฤติกรรมสร้างสรรค์นวัตกรรม (Wang, Liu, & Zhu, 2018) ซึ่งพอจะอนุมานได้ว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมนี้มีบทบาททำให้เกิดสภาพแวดล้อมการทำงานที่มีความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้นในกลุ่มพนักงานมิลเลนเนียล

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาที่พบว่า ไม่เพียงแต่ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมที่ทำให้พนักงานเกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้น แต่ภาวะผู้นำแบบอื่นในลักษณะที่เป็นผู้นำทางบวกก็เช่นเดียวกัน (Lemoine, Hartnell, & Leroy, 2019) เช่น ภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้ (Marinan & Brown, 2019) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Liu, Yu, Chen and He (2020) ที่พบว่า พฤติกรรมการปกครองของหัวหน้างานในทางลบ เช่น การไม่มีความซื่อสัตย์ การใช้ถ้อยคำรุนแรง หยาบคาย จะลดระดับการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาและเพิ่มระดับพฤติกรรมก้าวร้าวของพนักงานอีกด้วย อาจเป็นเพราะว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม มีบทบาทในการลดความขัดแย้งในงานและการขัดแย้งระหว่างกันในทีมทำงาน โดยจะส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศทางบวกหรือความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้น และยังเป็นตัวส่งผ่านที่จะลดระดับความขัดแย้งในงานและการขัดแย้งระหว่างกันในทีมทำงานดังกล่าวให้ลดลงตามไปด้วย (Kilchoer, 2014)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า บุคลิกภาพส่วนบุคคลและลักษณะการบริหารงานในทางบวกของหัวหน้างานหรือผู้นำที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมจะเป็นตัวช่วยส่งเสริมให้พนักงานเกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยา

สมมุติฐานที่ 2 ได้รับการยอมรับ ซึ่งอธิบายได้ว่า หากพนักงานกลุ่มนี้มีการรับรู้ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมในระดับที่สูง ก็จะส่งผลให้พนักงานมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำในระดับที่สูง แสดงให้เห็นว่า หัวหน้างานหรือผู้นำที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีผลทำให้พนักงานภายใต้การบังคับบัญชาเกิดความรู้สึกเชื่อถือไว้วางใจในตัวผู้นำ (Akker, Heres, Lasthuizen, & Six, 2009) ทั้งนี้เป็นเพราะว่า หัวหน้างานมีความถี่ในลักษณะการทำงานที่มักจะพูดและปฏิบัติได้จริงตามคำมั่นที่ให้ไว้ มีการยึดถือค่านิยมที่มีคุณธรรมในการทำงาน (Moral Value) และมีการชักจูงให้พนักงานมีพฤติกรรมการทำงานที่มีจริยธรรม โดยนำรูปแบบของการเสริมแรงมากระตุ้น คือ มีการให้รางวัลหรือคำชมเชยเมื่อพนักงานปฏิบัติตามกฎระเบียบขององค์การ และมีการลงโทษอย่างเป็นธรรมเมื่อพนักงานทำพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนออกไป นอกจากนั้น ผู้นำรูปแบบนี้จะมีลักษณะการประเมินผลการปฏิบัติงานที่ไม่ได้ยึดถือเฉพาะผลลัพธ์ของงาน แต่พิจารณาไปถึงความพยายามของพนักงานในการทำงานนั้น ๆ และลักษณะการมอบหมายงานของผู้นำรูปแบบนี้จะเป็นลักษณะของการเป็นผู้ฝึกสอน ไม่ใช่ผู้ควบคุมงาน และเปิดโอกาสให้พนักงานทุกคนได้รายงานปัจจัยด้านลบของสภาพแวดล้อมในการทำงานอันมีผลต่อตัวบุคคล

เหตุผลอีกประการหนึ่งที่ทำให้ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมส่งผลให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจในตัวผู้นำ อาจมาจาก

พฤติกรรมของหัวหน้างานที่มีความซื่อสัตย์ตรงไปตรงมา (Integrity) โดยมีการศึกษาของ Engelbrecht et al. (2015) ที่พบว่า หนึ่งในสามองค์ประกอบของทฤษฎีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (Brown & Treveno, 2006) อันได้แก่ พฤติกรรมความซื่อสัตย์ตรงไปตรงมาของหัวหน้างานนี้มีผลมากที่สุดที่ทำให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจขึ้น และเมื่อพนักงานมีความเชื่อถือไว้วางใจขึ้นแล้วจะส่งเสริมให้เกิดความผูกพันทางความรู้สึก (Affective Commitment) และผลการปฏิบัติงานที่ดีตามไปด้วย (Nawaz, Hassan, & Naheed, 2017) ซึ่งผู้นำที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมนี้จะทำให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจต่อตัวหัวหน้างานก่อน และจะขยายวงกว้างสู่ความเชื่อถือไว้วางใจองค์การต่อไป อีกทั้งตัวแปรทั้งสองตัวนี้ยังมีอิทธิพลในการร่วมทำนายผลทางบวกต่อทัศนคติและพฤติกรรมของพนักงาน ทั้งในเรื่องของพฤติกรรมนอกเหนือจากการปฏิบัติหน้าที่ ความผูกพันต่อองค์การ (Yanik, 2018) ความผูกพันในงาน (Engelbrecht, Heine, & Mahembe, 2014) อีกทั้งยังมีการศึกษาของ Schwepker (2019) ที่พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำสามารถเพิ่มระดับผลการปฏิบัติงานในบทบาทหน้าที่ (In Role Performance) ของพนักงานสายงานบริการได้อีกด้วย

ผู้นำที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมจะทำให้เกิดความเชื่อถือไว้วางใจขึ้นในตัวบุคคลและยังช่วยสนับสนุนให้เกิดความสอดคล้องกันระหว่างบุคคลกับองค์การอีกด้วย โดยมีการศึกษาที่พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจากพนักงานนี้ก็เป็นผลมาจากผู้นำที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (Grobler, Maggie, & Holtzhausen, 2018) หมายความว่า หากบุคคลเกิดความขัดแย้งในอุดมการณ์บางอย่างขององค์การและรู้สึกทางลบต่อองค์การ ผู้นำเชิงจริยธรรมจะมีบทบาทสำคัญในการทำให้บุคคลและองค์การสามารถที่จะอยู่ร่วมกันต่อไปได้ โดยผู้นำที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมจะสามารถสร้างความเชื่อถือไว้วางใจให้แก่ตัวของผู้นำเองและชักจูงให้พนักงานมีพฤติกรรมการทำงานไปในทางบวก (Yozgat & Mesekiran, 2016)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ลักษณะการทำงานและความถี่ในพฤติกรรมการทำงานของผู้นำมีผลที่จะทำให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจในตัวผู้นำหรือหัวหน้างาน โดยความเชื่อถือไว้วางใจมีผลทำให้เกิดกระบวนการแลกเปลี่ยนทางสังคม (Social Exchange Process) ระหว่างตัวบุคคล อันจะนำมาซึ่งผลลัพธ์ด้านบวกต่อพฤติกรรมของพนักงาน อาจกล่าวได้ว่า ผู้นำหรือหัวหน้างานที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีบทบาทในการที่จะชักจูงทัศนคติ พฤติกรรม และกระบวนการรู้คิด ของพนักงานให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำของตนขึ้น ซึ่งก็มีการศึกษาที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวด้วยเช่นกัน (Mozumder, 2018)

สมมุติฐานที่ 3 ได้รับการยอมรับ ซึ่งอธิบายได้ว่า หากพนักงานกลุ่มนี้มีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำในระดับที่สูง ก็จะทำให้พนักงานมีการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาในระดับที่สูง หมายความว่า การที่พนักงานมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำหรือหัวหน้าของตนเกิดขึ้นแล้วนั้นจะทำให้พนักงานเกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาโดยมีการศึกษาของ Roussin (2008) ที่พบว่า ปัจจัยสำคัญที่ทำให้องค์การเป็นองค์การแห่งการพัฒนา (Organization Development) จะขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของหัวหน้างานเอง และการบริหารจัดการโครงสร้างในระดับกลุ่มการทำงาน เช่น ในระดับแผนก รวมไปถึง การจัดทำโปรแกรมสอดแทรกในระดับกลุ่ม (Intervention) ซึ่งปัจจัยดังกล่าวเหล่านี้ จะเป็นตัวส่งเสริมให้เกิดความเชื่อถือไว้วางใจจากพนักงานขึ้น และเป็นปัจจัยที่จะพัฒนาคุณลักษณะในตัวบุคคล และขยายวงกว้างสู่การพัฒนาองค์การอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

จากที่กล่าวมาข้างต้น เมื่อผู้นำหรือหัวหน้างานสามารถสร้างความเชื่อถือไว้วางใจจากพนักงานแล้ว พนักงานโดยเฉพาะพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลจะมีการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้น ซึ่งความปลอดภัยทางจิตวิทยานี้เสมือนเป็นพันธะผูกพันทางใจ (Basit, 2017) ทำให้บุคคลมีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นโดยไม่กังวลว่าจะถูกหรือผิดหรือจะได้รับการยอมรับหรือไม่ แต่บุคคลจะอยากแลกเปลี่ยน อยากถ่ายทอดความรู้หรือข้อมูลที่ตนมีเพื่อพัฒนาปรับปรุงกระบวนการทำงานให้ดียิ่งขึ้นร่วมกันกับผู้อื่น (Zhang, Fang, Wei, & Chan, 2010) ซึ่งการสร้างความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ อาจเริ่มต้นที่การสร้างในทีมหรือกลุ่มทำงานก่อน เพราะความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจะส่งผลให้เกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้น และเมื่อบุคคลมีการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยานี้แล้ว จะก่อเกิดให้บุคคลมีพฤติกรรมในการทำงานด้านบวกที่จะส่งผลให้องค์การในลำดับต่อไป เช่น พฤติกรรมการเรียนรู้ในองค์การ (Edmondson, 2004) เป็นต้น

ความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างตัวแปรดังกล่าว คือ ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำกับความปลอดภัยทางจิตวิทยา เป็นลักษณะความสัมพันธ์ในรูปแบบของอิทธิพลร่วม (Joint Effect) ที่ร่วมกันในการทำนายพฤติกรรมทางบวกของพนักงาน เช่น พฤติกรรมความคิดสร้างสรรค์ในการทำงาน (Madjar & Walters, 2009) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาของ Li and Tan (2012) ที่ทำการศึกษาสองตัวแปรดังกล่าวกับกลุ่มตัวอย่างหัวหน้างานระดับสายตรงและพนักงานภายใต้บังคับบัญชาที่พบผลการวิจัยเช่นเดียวกันว่าพนักงานที่มีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจะส่งผลให้พนักงานเกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยา (Li & Tan, 2012) ซึ่งแสดงให้เห็นอีกว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาแม้ไม่ใช่พนักงานในกลุ่มมิลเลนเนลเนียล แต่เป็นความสัมพันธ์ระหว่างหัวหน้างานและพนักงานภายใต้บังคับบัญชา ตัวแปรทั้งสองก็ยังมีความสัมพันธ์กันในทางบวก

ประเด็นต่อมา มีการศึกษาที่พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำที่จะทำให้พนักงานเกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้นได้ มาจากการที่พนักงานมีความเชื่อถือไว้วางใจองค์การก่อน (Organizational Trust) โดยการศึกษาของ Ning and Jin (2007) มี

การนำองค์ประกอบในทฤษฎีความเชื่อถือไว้วางใจองค์การของ Costigan's Work (1998) ที่ประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลเกิดความเชื่อถือไว้วางใจองค์การ คือ ผู้นำหรือหัวหน้างานระดับสายตรง (Direct Leader) เพื่อนร่วมงาน (Co-Worker) และการบริหารจัดการจากผู้บริหารระดับสูง (Top Management) ซึ่งเมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกเชื่อถือไว้วางใจในองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งแล้ว จะทำให้เกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้น ซึ่งก็ได้มีการศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นนี้อีกของ Chughtai and Buckley (2013) ที่พบว่า การบริหารจัดการจากผู้บริหารระดับสูง จะส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเชื่อถือไว้วางใจในตัวผู้นำระดับสายตรงของตนเองรวมไปถึงความเชื่อถือไว้วางใจสมาชิกในกลุ่มหรือทีมงาน และจะส่งผลให้เกิดบรรยากาศในทีมทำงานที่ดี (Team Climate) ซึ่งบรรยากาศในทีมนี้ มีการศึกษาที่พบว่ามีความเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาร่วมด้วย (Acikgoz & Gunsel, 2011)

นอกจากนี้ ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจากพนักงาน มีบทบาทสำคัญยิ่งในการปรับเปลี่ยนการรับรู้บรรยากาศในทางบวกของบุคคล (Climate) ซึ่งการรับรู้บรรยากาศดังกล่าว มาจากความปลอดภัยทางจิตวิทยาของบุคคล ซึ่งสภาวะทั้งการรับรู้บรรยากาศการทำงานและการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาจะส่งเสริมให้เกิดการให้ความเชื่อถือไว้ใจกัน การเสริมแรงจูงใจในการทำงานที่เพิ่มขึ้นและยังมีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลอีกด้วย (Ning & Jin, 2009)

นอกจากการศึกษาที่พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำนำมาซึ่งความปลอดภัยทางจิตวิทยาแล้ว ยังมีการศึกษาที่น่าสนใจพบว่า การรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาของบุคคล ส่งผลทำให้เกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำตามทฤษฎีของ McAlister (1995) ที่ผู้วิจัยนำมาใช้เป็นแบบวัดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ ซึ่งประกอบไปด้วยสององค์ประกอบ คือ ความเชื่อถือไว้วางใจด้านอารมณ์ความรู้สึก (Affective Based Trust) และความเชื่อถือไว้วางใจด้านกระบวนการคิด (Cognitive Based Trust) ซึ่งสองปัจจัยนี้ คือ ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำและความปลอดภัยทางจิตวิทยามีความสัมพันธ์กันในทางบวกและร่วมกันพยากรณ์ให้เกิดทุนทางจิตวิทยาทางบวกอีกด้วย (Combs, Smith, & Sardeshnukh, 2017) จากการทบทวนเอกสารการศึกษาและผลการวิจัยของผู้วิจัยนี้ผู้วิจัยสามารถอธิบายได้ว่า ผู้นำหรือหัวหน้างานมีบทบาทที่จะสร้างให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ และเมื่อพนักงานมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำของตนแล้ว จะส่งผลไปถึงการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาในการทำงานที่ดีได้ โดยผลลัพธ์ของตัวแปรความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำและความปลอดภัยทางจิตวิทยาถือว่าเป็นคุณลักษณะทางบวกที่ควรส่งเสริมและพัฒนาให้เกิดขึ้นไม่เฉพาะในตัวพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลหรือพนักงานโดยทั่วไป แต่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ระหว่างหัวหน้างานและพนักงานภายใต้บังคับบัญชา

สมมุติฐานที่ 4 ได้รับการยอมรับ โดยผลการวิจัยพบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำมีบทบาทเป็นตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับความปลอดภัยทางจิตวิทยาของพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลในจังหวัดเชียงใหม่ แสดงว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมไม่ส่งผลทางตรงถึงความปลอดภัยทางจิตวิทยาได้โดยตรง แต่ส่งผลผ่านความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำไปสู่ความปลอดภัยทางจิตวิทยา สะท้อนให้เห็นว่าหากพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลรับรู้ถึงภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมของหัวหน้างานพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลจะรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาก็ต่อเมื่อพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ ซึ่งภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมเป็นภาวะผู้นำทางบวกที่สามารถส่งเสริมให้เกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาอันเป็นสภาวะที่เป็นบวกต่อบุคคลและองค์การ โดยที่ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมนี้มีบทบาทที่ทำให้พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลเกิดความรู้สึกเชื่อถือไว้วางใจในตัวผู้นำหรือหัวหน้างานขึ้น โดยความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจะมีหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านทั้งหมดที่จะนำไปสู่การรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้น สอดคล้องกับผลการศึกษาที่พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำนี้มีบทบาทเป็นตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์ของความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำทางบวก (Lemoine, Hartnell, & Leroy, 2019) กับสภาวะที่เป็นบวกทั้งต่อตัวพนักงานและองค์การ

ตัวอย่างการศึกษาในด้านพฤติกรรมที่เป็นบวกของพนักงาน คือการศึกษาของ Xiaojun (2014) ที่พบว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมทำให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำและทำให้พนักงานมีพฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การในทั้งสองมิติ คือ พฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การโดยเน้นบุคคล (Organizational Citizenship Behavior directed Individual: OCBI) กับ พฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การโดยเน้นที่องค์การ (Organizational Citizenship Behavior directed Organization: OCBO) โดยมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำเป็นตัวแปรสื่อของความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมและพฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การ กล่าวคือ ผู้นำที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมนี้จะส่งเสริมให้พนักงานมีความเชื่อถือไว้วางใจในตน โดยที่ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจะทำหน้าที่เป็นตัวส่งผ่านให้เกิดพฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีดังกล่าวซึ่งถือเป็นพฤติกรรมนอกบทบาทหน้าที่ของพนักงาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Qi and Xia (2013) ที่พบความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมกับพฤติกรรมแสดงความคิดเห็นของพนักงานโดยมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำเป็นตัวแปรสื่อ โดยพฤติกรรมแสดงความคิดเห็นของพนักงานนี้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยา (Yang, Meng, Qiu, & Feng, 2019) นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาในด้านการรับรู้ที่เป็นบวกของพนักงาน ที่พบว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมยังทำให้เกิดการรับรู้ความยุติธรรมของพนักงาน โดยมีความเชื่อถือ

ไว้วางใจผู้นำทำหน้าที่เป็นตัวส่งผ่านให้พนักงานเกิดการรับรู้ความยุติธรรมในทั้งสองมิติ คือ การรับรู้ความยุติธรรมในด้านผลตอบแทน (Distributive Justice) กับ การรับรู้ความยุติธรรมในด้านกระบวนการ (Procedural Justice) โดยในการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นถึงบทบาทของภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมทำให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจในตัวผู้นำขึ้นและนำไปสู่การรับรู้ความยุติธรรมในองค์การ (Xu, Loi, & Ngo, 2014)

นอกจากการศึกษาที่พบว่า ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการทำงานที่ดีและการรับรู้ของพนักงานในทางบวก โดยมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำเป็นตัวแปรสื่อแล้วนั้น ยังมีการศึกษาในแง่ของภาวะผู้นำทางบวกที่มีลักษณะใกล้เคียงกับภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมที่ทำให้เกิดสภาวะทางบวกในการทำงานโดยมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำเป็นตัวแปรสื่อ เช่น มีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง (Transformational Leadership) กับความผาสุกทางใจ (Psychological Well Being) โดยพบว่าความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำนี้มีบทบาทเป็นตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์ของความสัมพันธ์ดังกล่าวร่วมด้วย

มีการศึกษาที่สอดคล้องที่พบเช่นเดียวกันว่า ภาวะผู้นำที่แท้จริง (Authentic Leadership) ทำให้พนักงานเกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ โดยที่ความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำนี้ทำหน้าที่เป็นตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์ให้พนักงานเกิดความผูกพันในงานขึ้น (McAuliffe, 2019) ซึ่งภาวะผู้นำที่แท้จริงและภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงถือว่าเป็นลักษณะของผู้นำทางบวกเช่นเดียวกับภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม (Lemoine et al., 2019) อีกทั้ง มีการศึกษาที่พบว่า ความปลอดภัยทางจิตวิทยาสามารถเป็นตัวแปรส่งผ่านหรือตัวแปรสื่อที่จะทำให้เกิดความผูกพันในงานขึ้นอีกด้วย นอกจากความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำจะมีบทบาทเป็นตัวแปรส่งผ่านหรือตัวแปรสื่อแล้ว ยังมีการศึกษาที่พบว่า ความเชื่อถือไว้วางใจมีบทบาทเป็นตัวแปรปรับระหว่างความสามารถในการกำกับได้ด้วยตนเองในงาน (Work Locus of Control) กับความปลอดภัยทางจิตวิทยา (Triplett & Loh, 2017) หมายความว่า หากมีระดับความเชื่อถือไว้วางใจที่มาก ก็จะส่งผลให้มีระดับการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยามากขึ้นตามไปด้วย

จากการทบทวนผลการศึกษา ผู้วิจัยจึงสามารถสรุปได้ว่า การเป็นตัวแปรสื่อแบบสมบูรณ์นั้น หมายถึง พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลจะรับรู้ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม ส่งผลให้เกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำและเมื่อพนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลมีความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำแล้ว จะทำให้พนักงานเกิดการรับรู้ความปลอดภัยทางจิตวิทยาในระดับที่สูงขึ้นซึ่งการสร้างให้พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลเกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำและบรรยากาศการทำงานด้านบวกได้นั้น จะต้องอาศัยบทบาทของภาวะผู้นำทางบวก เช่น ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

จากผลการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการประยุกต์ใช้ในองค์การ โดยจำแนกออกเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

1.1 *การประเมินสมรรถนะหัวหน้างาน (Leadership Competency)* เพื่อใช้เป็นองค์ประกอบหนึ่งหรือหลักเกณฑ์หนึ่งในการสรรหา คัดเลือก ปรับตำแหน่ง หรือการโอนย้ายตำแหน่ง โดยนำสมรรถนะของผู้นำเชิงจริยธรรมมาจัดทำตัวชี้วัดพฤติกรรมหลัก (Key Behavior Indicator: KBI) เพื่อให้ผู้นำหรือหัวหน้างานที่มีภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมนี้ เป็นหนึ่งในปัจจัยที่จะช่วยส่งเสริมให้พนักงานกลุ่มมิลเลนเนียลเกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ อันจะนำไปสู่การทำงานที่มีความปลอดภัยทางจิตวิทยาขึ้น

1.2 *การออกแบบระบบฝึกอบรมพัฒนาบุคลากร (HRD System)* คือ องค์การควรออกแบบระบบพัฒนาบุคลากรโดยให้มีการฝึกอบรมและพัฒนาบุคลากร 2 มิติ (1) มิติของการพัฒนาหัวหน้างาน โดยเป็นการเสริมสร้างภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม การเสริมสร้างความเชื่อถือไว้วางใจในทีมงาน และการเสริมสร้างบรรยากาศที่มีความปลอดภัยทางจิตวิทยาในทีมงาน ตลอดจนการบริหารกลุ่มพนักงานที่มีความแตกต่างในแต่ละช่วงวัยให้เกิดความเชื่อถือไว้วางใจผู้นำ เป็นต้น (2) มิติของการพัฒนาพนักงาน โดยการพัฒนาและฝึกอบรมในเรื่องของการเสริมสร้างบรรยากาศการทำงานที่มีความปลอดภัยทางจิตวิทยาระหว่างทีม

รายการอ้างอิง

ปิยรัฐ ธรรมพิทักษ์. (2558). *โครงสร้างความสัมพันธ์เชิงสาเหตุพหุระดับของตัวแปรเชิงเหตุและภาวะผู้นำเชิงจริยธรรมของผู้บริหารที่มีต่อจิตลักษณะและพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการทำงานของพนักงานในองค์การเอกชน* [วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุภาพร เวชวัฒน์. (2558). *พฤติกรรมความต้องการและเหตุผลในการเปลี่ยนงานของบุคลากรไอซีทีกลุ่มมิลเลนเนียลและแนวทางการปรับตัวขององค์กรในบริษัทแห่งหนึ่ง* [วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

Abror, A., & Akamavi, R. (2015). *Psychological safety and organizational performance in Indonesian companies: Preliminary findings* [Conference session]. Asian Congress of Applied Psychology (ACAP) 2015, Singapore.

Acikgoz, A., & Gunsel, A. (2011). *The effects of organizational climate on team innovativeness* [Conference session]. 7th International Strategic Management Conference 24, Turkey.

Akker, L., Heres, L., Lasthuizen, K., & Six, F. (2009). Ethical leadership and trust: It's all about meeting expectation. *International journal of leadership studies*, *5*(2), 102-119.

Baron, M., & Kenny, D. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personalities and Social Psychology*, *51*(6), 1173-1182.

Basit, A. (2017). Trust in supervisor and job engagement: Mediating effects of psychological safety and felt obligation. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, *151*(8), 701-721.

Brown, E., & Treviño, K. (2006). Ethical leadership: A review and future directions. *Leadership Quarterly*, *17*(6), 595-616.

Brown, E., Treviño, K., & Harrison, A. (2005). Ethical leadership: A social learning perspective for construct development and testing. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, *97*(2), 117-134.

Chughtai, A., & Buckley, F. (2013). Exploring the impact of trust on research scientists's work engagement: Evidence from Irish sciences research centres. *Personnel Review*, *42*(4), 396-421.

Combs, G., Smith, R., & Sardeshnukh, S. (2017). Willingness to share knowledge: Psychological safety, psychological capital and trust. *Academy of Management*, *17*(1), 2151-6561.

Den Hartog, D., & De Hoogh, A. (2010). Ethical leader behavior and big Five Factors of personality. *Journal of business ethics*, *10*(2), 349-366.

Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, *44*(2), 350-383.

Edmondson, C. (2004). Psychological safety, trust, and learning in organizations: A group-level lens. *Trust and Distrust in Organizations: Dilemmas and Approaches*, *12*(1), 239-272.

Engelbrecht, A., Heine, G., & Mahembe, B. (2014). The influence of ethical leadership on trust and work engagement: An exploratory study. *SA Journal of Industrial Psychology*, *40*(1), 1-9.

Engelbrecht, A., Wolmarans, J., & Mahembe, B. (2017). Effect of ethical leadership and climate on effectiveness. *SA Journal of Human Resource Management, 15*(1), 1-8.

Ertas, N. (2015). Turnover intentions and work motivations of millennial employees in federal service. *Public Personal Management*, *44*(3), 401-423.

Grobler, A., & Holtzhausen, M. (2018). Supervisory trust to be earned: The role of ethical leadership mediated by person-organizational fit. *South African Journal of Economic and Management Sciences*, *21*(1), 2222-3436.

Guha, A. (2010). Motivators and hygiene factors of Generation X and Generation Y-the test of two-factor theory. *Vilakshan: The XIMB Journal of Management*, *7*(2), 121-132.

Gullup. (2019, October 28). *Why millennial are job hopping.* https://www.gallup.com/workplace/267743/why-millennials-job-hopping.aspx

Hauw, S., & Vos, A. (2010). Millennials' career perspective and psychological contract expectations: Does the recession lead to lowered expectations. *Journal of Business and Psychology*, *25*(2), 293-302.

Hu, Y., Zhu, L., Zhou, M., Li, J., Maguire, P., Sun, H., & Wang, D. (2018). Exploring the influence of ethical leadership on voice behavior: How leader-member exchange, psychological safety and psychological empowerment influence employees' willingness to speak out. *Frontiers in Psychology*, *9*(1718), 1-8.

Javed, B., Abdullah, I., Zaffar, M., & Haque, A. (2019). Inclusive leadership and innovative work behavior: The role of psychological empowerment. *Journal of Management & Organization*, *20*(2), 1-18.

Kilchoer, S. (2014). The role of ethical leadership in the task / Relationship conflict dilemma and its influence

on job outcomes. *Ethical leadership and intragroup conflicts*, *27*(1), 1-7.

Kim, S., Lee, H., & Connerton, T. (2020). How Psychological Safety Affects Team Performance: Mediating Role of Efficacy and Learning Behavior. *Frontiers in Psychology*, *11*(1581), 1-12.

Lemoine, G. J., Hartnell, C. A., & Leroy, H. (2019). Taking stock of moral approaches to leadership: An integrative review of ethical, authentic, and servant leadership. *Academy of Management Annals, 13*(1), 148-187.

Li, N., & Tan, H. (2012). What happens when you trust your supervisor? mediators of individual performance in trust relationships. *Journal of Organizational Behavior*, *34*(3), 407-425.

Liu, C., Yu, S., Chen, Y., & He, W. (2020). Supervision Incivility and Employee Psychological Safety in the Workplace. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(3), 840.

Lyons, T., Schweitzer, L., & Ng, S. (2015). How have careers changed? an investigation of changing career patterns across four generations. *Journal of Managerial Psychology*, *30*(1), 8-21.

Marinan, J., & Brown, S. (2019). The relationship between servant leadership psychological safety and effective fellowship. *Quarterly Review of Business Disciplines*, *6*(1).

Madjar, N., & Walters, R. (2009). Trust in Supervisors and Trust in Customers: Their Independent, Relative, and Joint Effects on Employee Performance and Creativity. *Journal of Human Performance*, *22*(2), 128-142.

May, D., Gilson, R., & Harter, L. (2004). The psychological conditions of meaningfulness, Safety and availability and engagement of the human spirit at work. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, *77* (1), 11-37

McAllister, D. (1995). Affect- and cognition-based trust formations for interpersonal cooperation in organizations. *The Academy of Management Journal*, *38*(1), 24-59.

McAuliffe, N., Bostain, N., & Witchel, A. (2019). The relationship between authentic leadership, trust, and engagement in library personnel. *Journal of Library Administration*, *59*(2), 129-148.

Mo, S., & Shi, J. (2017). Linking ethical leadership to employee burnout, workplace deviance and performance: Testing the mediating roles of trust in leader and surface acting. *Journal of Business Ethics*, *144*(2), 293-303.

Mozumder, N. (2018). A Multilevel Trust-based Model of Ethical Public Leadership. *Journal of Business Ethics*, *153*(3), 167-184.

Nawaz, M., Hassan, M., & Naheed, K. (2017). Impact of ethical leadership and ethical climate on employees' outcomes: The mediating effect of trust in organization. *Orient Research Journal of Social Sciences*, *3*(2), 2616-7085.

Ning, L., & Jin, Y. (2009). The effect of trust climate on individual performance. *Frontiers of Business Research in China*, *3*(1), 27-49.

Ozbag, G. (2016). The role of personality in leadership: Five factor personality traits and ethical leadership. *Social and Behavior Sciences*, *235*(2016), 235-242.

Peng, J., Wang, Z., & Chen, X. (2018). Does self-serving leadership hinder team creativity: A moderated dual-path model. *Journal of Business Ethics*, *159*(2), 419-433.

Qi, Y., & Xia, L. (2013). Ethical leadership, organizational identification and employee voice: examining moderated mediation process in the Chinese insurance industry. *Asia Pacific Business Review*, *20*(2), 1869-1901.

Roussin, C. (2008). Increasing trust, psychological safety, and team performance through dyadic leadership discovery. *SAGE Journal*, *39*(2), 224-248.

Roussin, C., & Webber, S. (2012). Impact of organizational identification and psychological safety on initial perceptions of coworker trustworthiness. *Journal of Business and Psychology*, *(27)*3, 1-9.

Rui, Y. (2010). International organization, changing governance and China's policy making in higher education.

An analysis of the World Bank and the World Trade organization. *Asia Pacific Journal of Education*, *30*(4), 419-431.

Schepers, J., de Jong, A., Wetzels, M., & de Ruyter, K. (2008). Psychological safety and social support in groupware adoption: A multi-level assessment in education. *Computers and Education*, *51*(2), 757-775.

Schepers, J., Jong, A., Wetzels M., & Ruyter, K. (2008). Psychological Safety and social support in groupware adoption: A multi-level assessment in education. *Elsevier Journal*, *51*(2008), 757-775.

Schwepker, C. (2019). Using ethical leadership to improve business-to-business salesperson performance: The mediating roles of trust in manager and ethical ambiguity. *Journal of Business to Business Marketing*, *26*(2), 141-158.

Singh, B., & Winkel, D. (2013) Managing diversity at work: Does psychological safety hold the key to racial differences in employee performance? *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, *86*(2), 11-14.

Smith, T., & Nichols, T. (2015). Understanding the millennial generation. *Journal of Business diversity*, *15*(1), 39-47.

Triplett, S., & Loh, J. (2017). The moderating role of trust in the relationship between work locus of control and psychological safety in organizational work teams. *Australian Journal of Psychology*, *70*(1), 76-84.

Twenge, M., & Campbell, S. (2012). Who are the millennials? empirical evidence for generational differences in work values, attitudes and personality. *Managing the new workforce*, *19*(1), 1-18.

Van Dyne, L., Ang, S., & Botero, I. C. (2003). Conceptualizing employee silence and employee voice as multidimensional constructs, *Journal of Management Studies*, *40*(6), 1359-1392.

Walumbwa, F., & Schaubroeck, J. (2009). Leader personality traits and employee voice behavior: Mediating roles of ethical leadership and work group psychological safety. *Journal of Applied Psychology*, *94*(5), 1275-1286.

Wang, Y., Liu, J., & Zhu, Y. (2018). Humble leadership, psychological safety, knowledge sharing, and follower creativity: A cross-level investigation. *Frontier of Psychology*, *9*(1727), 28-36.

Xiaojun, L. (2014). How emotional labor and ethical leadership affect Job engagement for Chinese public servants. *Public Personnel Management*, *43*(1), 3-24.

Xu, A., Loi, R., & Ngo, H. (2014). Ethical leadership behavior and employee justice perceptions: The mediating role of trust in organization. *Journal of Business Ethics*, *134*(3), 1-12.

Yang, X., Meng, Y., Qiu, Y., & Feng, Y. (2019). Why am I willing to speak up? The impact of spiritual leadership on employee voice behavior. *Frontiers in Psychology*, *10*(2019), 1-12.

Yanik, O. (2018). The mediating role of trust in the effect of ethical leadership on employee attitudes and behaviors. *Journal of Business Research Turk*, *10*(1), 447-464.

Yozgat, U., & Mesekiran, G. (2016). The impact of perceived ethical leadership and trust in leader on job satisfaction. *Journal of Economics, Business and Management*, *4*(2), 125-131.

Zhang, Y., Fang, Y., Wei, K., & Chen, H. (2010). The role of psychological safety in promoting knowledge sharing in virtual communities. *International Journal of Information Management*, *30*(5), 425-436.

ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน ปัจจัยทางความสัมพันธ์กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผ่านประสบการณ์การเลิกรา

ศุภวรรณ นารถ* และ กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: 6177633838@student.chula.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และปัจจัยในการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรา ด้วยการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน และปัจจัยทางความสัมพันธ์ โดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงอนุมาน และเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบลูกโซ่ โดยกลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผ่านประสบการณ์การเลิกรามาไม่ต่ำกว่า 3 เดือน จำนวน 211 คน กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปซึ่งครอบคลุมถึงปัจจัยทางความสัมพันธ์ มาตรวัดความทุกข์ใจจากการเลิกรา (α = .93) มาตรวัดรูปแบบความผูกพันฉบับย่อ (α ด้านย่อย = .58 - .79) และมาตรวัดการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด (α ด้านย่อย = .85 - .87) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สันและการถดถอยพหุคูณแบบ Enter

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานโดยรวม พบว่าการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน และปัจจัยทางความสัมพันธ์ร่วมกันทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราได้ร้อยละ 26 ($p < .001$) โดยมีเฉพาะการกำกับอารมณ์ฯ แบบไม่เหมาะสม (β = .28, $p < .001$) รูปแบบความผูกพันด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (β = .35, $p < .001$) และการมีคนรักใหม่ (β = -.18, $p < .01$) เท่านั้นที่สามารถทำนายความทุกข์ใจดังกล่าวได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยพบว่า ยิ่งบุคคลใช้การกำกับอารมณ์ฯ แบบไม่เหมาะสม (r = .41, $p < .01$) หรือมีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล อันประกอบด้วยด้านความต้องการการยอมรับ (r = .25, $p < .01$) และด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (r = .39, $p < .01$) มากเท่าใด จะยิ่งมีแนวโน้มว่าจะประสบกับความทุกข์ใจจากการเลิกราที่เพิ่มมากขึ้น แต่หากบุคคลใช้การกำกับอารมณ์ฯ แบบไม่เหมาะสมหรือมีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลที่ลดลงก็จะทำให้ความทุกข์ใจจากการเลิกราลดลงไปเช่นกัน ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความทุกข์ใจดังกล่าว ได้แก่ การมีคนรักใหม่ (r = -.16, $p < .05$) โดยการมีคนรักใหม่สัมพันธ์กับการมีแนวโน้มที่จะหมกมุ่นกับคนรักเก่าน้อยลง รวมถึงช่วยซ่อมแซมความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยกลับคืนมา ผลการวิจัยนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการวางแนวทางในการบำบัดและรับมือกับความทุกข์ใจจากการเลิกราในนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีได้ในอนาคต

คำสำคัญ : ความทุกข์ใจจากการเลิกรา การกำกับอารมณ์ รูปแบบความผูกพัน ความสัมพันธ์ นิสิตนักศึกษา

RELATIONSHIPS AMONG COGNITIVE EMOTION REGULATION, ATTACHMENT STYLES, RELATIONAL FACTORS, AND BREAKUP DISTRESS IN UNDERGRADUATE STUDENTS WITH BREAKUP EXPERIENCES

Supawan Nart* and Kullaya Pisitsungkagarn
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email*: 6177633838@student.chula.ac.th

Abstract

This research study aimed to examine how breakup distress was associated and could be predicted by cognitive emotion regulation, attachment styles, and relational factors. An inferential research design was used. Participants were 211 undergraduate students with a breakup experience of at least 3 months, recruited by a snowball sampling. Participants responded to demographic sheet as well as the measures of breakup distress (α = .93) attachment styles (α subscale = .58 - .79), and cognitive emotion regulation (α subscale = .85 - .87). Data obtained were analyzed using Pearson's product moment correlation and multiple regression analysis with the enter method.

Overall, findings support the hypotheses. All together, cognitive emotion regulation, attachment styles, and relational factors predicted and accounted for 26 percent of the variance in breakup distress ($p < .001$). However, when examined together, only inappropriate cognitive emotion regulation ($\beta = .28$, $p < .001$), preoccupation with relationship subscale (β = .35, $p < .001$), and having a new partner (β = -.18, $p < .01$) were able to predict breakup distress significantly. The more individual uses inappropriate cognitive emotion regulation ($r = .41$, $p < .01$) or has an anxious attachment, including need for approval ($r = .25$, $p < .01$) and preoccupation with relationship ($r = .39$, $p < .01$) subscales, the more breakup distress increases. On the other hand, the less using the inappropriate emotion regulation or having an anxious attachment, the less breakup distress. The Factor associated negatively with breakup distress was having a new partner (r = -.16, $p < .05$) that associated with a lesser tendency to preoccupy with the past relationship and restored of felt security. These findings contribute to therapeutic prevention and intervention for breakup distress in undergraduate students in the future.

Keywords: Breakup distress**,** emotion regulation**,** attachment styles**,** relationship, undergraduate students

บทนำ

ปัญหาความรักเป็นปัญหาที่พบได้ในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในนิสิตนักศึกษา ปัญหาความรักนั้นไม่เพียงนำความทุกข์ใจมาให้ แต่ยังส่งผลกระทบในด้านการเรียน ในทางที่เลวร้ายที่สุดอาจนำไปสู่การทำร้ายตนเองได้อีกด้วย ปัญหาความรักที่มักพบได้บ่อย ได้แก่ การไม่สมหวังในความรัก การทะเลาะกับคนรัก รวมไปถึงการสูญเสียความรักจากการเลิกราหรือการอกหัก โดยในงานวิจัยนี้จะมุ่งศึกษาปัญหาความรักที่เกิดจากการเลิกราอันนำไปสู่ความทุกข์ใจจากการเลิกราเป็นหลัก ความทุกข์ใจจากการเลิกรา (breakup distress) เป็นความโศกเศร้ารูปแบบหนึ่งอันมาจากการสูญเสียคนรักจากเหตุการณ์เลิกราที่มีความซับซ้อน รุนแรง และมีแนวโน้มว่าจะขยายระยะเวลาออกไป (Horowitz et al., 1997) ความทุกข์ใจดังกล่าวสามารถส่งผลกระทบทั้งในด้านจิตใจ เช่น ทำให้รู้สึกซึมเศร้า โกรธ มีความคิดรบกวนจิตใจ เสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า ฯลฯ (Davis et al., 2003; Monroe et al., 1999; Sbarra, 2006) ในด้านร่างกาย เช่น ทำให้เกิดความเครียดอย่างรุนแรง ระบบภูมิคุ้มกันทำงานผิดปกติ อีกทั้งยังส่งผลกระทบในด้านสมรรถนะในการเรียนให้ตกต่ำอีกด้วย (Davis et al., 2003; Field et al., 2012; Wittstein et al., 2005)

จากการที่ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงผลกระทบทั้งในด้านจิตใจ ร่างกาย และสมรรถนะในการเรียนที่เกิดจากความทุกข์ใจจากการเลิกราที่มีต่อนิสิตนักศึกษา จึงได้มีการศึกษาค้นคว้างานวิจัยในต่างประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีการศึกษาถึงปัจจัยในการทำนายความทุกข์ใจดังกล่าว โดยพบว่า มีการศึกษาในประเด็นนี้อย่างแพร่หลายในบริบทของต่างประเทศ (Field et al., 2009; Fine & Sancher, 1997; Sprecher et al., 1998) แต่อย่างไรก็ตาม การศึกษาในประเด็นดังกล่าวยังมีอยู่อย่างจำกัดในบริบทสังคมไทย ถึงแม้ว่าจะมีการตระหนักรู้ถึงผลกระทบของความทุกข์ใจดังกล่าว แต่ยังไม่มีการศึกษาถึงปัจจัยที่ช่วยทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรา ดังนั้น งานวิจัยในครั้งนี้จึงมุ่งศึกษาปัจจัยที่จะช่วยในการทำนายความทุกข์ใจดังกล่าว ผู้วิจัยพบ 2 ปัจจัยหลักที่มีความสัมพันธ์กับความทุกข์ใจนั้น ได้แก่ ปัจจัยทางความสัมพันธ์และปัจจัยส่วนบุคคล ในด้านของปัจจัยทางความสัมพันธ์ ผู้วิจัยได้คัดเลือกมา 3 ปัจจัย ได้แก่ ระยะเวลาในการคบหา ระยะเวลาหลังการเลิกรา และการมีคนรักใหม่ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ยิ่งบุคคลมีระยะเวลาในการคบหาในความสัมพันธ์ที่เลิกราไปน้อย มีระยะเวลาหลังเลิกรามาก หรือมีคนรักใหม่ บุคคลจะยิ่งมีความทุกข์ใจจากการเลิกราน้อยลงและมีแนวโน้มว่าจะผ่านพ้นการเลิกราไปได้ง่ายกว่า (Bronfma et al., 2016; Field et al., 2010, 2011; Knox et al., 2000; Sprecher et al., 1998) นอกจากนี้ในด้านของปัจจัยส่วนบุคคล อาทิ รูปแบบความผูกพัน ยังพบว่ามีอิทธิพลต่อการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราในนิสิตนักศึกษาอีกด้วย (Bowlby, 1980)

รูปแบบความผูกพัน (attachment styles) เป็นรูปแบบลักษณะนิสัยของบุคคลที่สะท้อนผ่านความสัมพันธ์และความใกล้ชิดที่มีต่อบุคคลสำคัญที่ผูกพัน ในงานวิจัยนี้จะเลือกรูปแบบความผูกพันที่มีการจำแนกออกเป็น 5 ด้านตาม Feeney et al. (1994) ได้แก่ ด้านความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด (Discomfort with closeness) ด้านความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง (Relationship as secondary) (สะท้อนรูปแบบความสัมพันธ์แบบหลีกหนี) ด้านความมั่นใจ (Confidence) (สะท้อนรูปแบบความสัมพันธ์แบบมั่นคง) ด้านความต้องการการยอมรับ (Need for approval) และด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (Preoccupation with relationship) (สะท้อนรูปแบบความสัมพันธ์แบบกังวล) จากการศึกษาพบว่า รูปแบบความผูกพันมีอิทธิพลต่อการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรา โดยผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลจะมีความทุกข์ใจที่สูงมาก อันมาจากการใช้วิธีการเยียวยาที่ไม่เหมาะสม ส่วนผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกหนี แม้จะแสดงความทุกข์ใจที่ต่ำ แต่อาจใช้การป้องกันตัวเองแบบหลีกหนี เก็บกด หรือปฏิเสธ และมักปรากฏอาการเจ็บป่วยทางร่างกายร่วมด้วย สุดท้ายผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมักมีความทุกข์ใจต่ำ อันเนื่องมาจากการใช้วิธีการเยียวยาที่มีประสิทธิภาพ เช่น การยอมรับ การแก้ปัญหา เป็นต้น (Bakermans et al., 1997; Davis et al., 2003; Mikulincer et al., 1993) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่างานวิจัยส่วนใหญ่มักอธิบายความสัมพันธ์ที่ความทุกข์ใจจากการเลิกรามีต่อรูปแบบความผูกพันที่จำแนกเป็น 3 รูปแบบ อันได้แก่ รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง แบบกังวล และแบบหลีกหนี ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงเลือกที่จะศึกษาตัวแปรรูปแบบความผูกพันโดยจำแนกเป็นรายด้านทั้งหมด 5 ด้านดังที่ได้กล่าวไปเพื่อที่จะสามารถอธิบายความสัมพันธ์ที่มีต่อความทุกข์ใจนั้นได้ในมิติที่กว้างและละเอียดยิ่งขึ้น นอกจากตัวแปรรูปแบบความผูกพันแล้ว จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยยังพบว่าวิธีการที่บุคคลใช้ในการเยียวยากำกับอารมณ์ตนเองมีบทบาทในการลดหรือเพิ่มระดับของความทุกข์ใจดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลเพิ่มเติมนี้ซึ่งเอื้อต่อการปรับเปลี่ยนด้วยตัวเอง ได้แก่ การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด (cognitive emotion regulations) ผู้วิจัยเลือกศึกษาตามโมเดลการกำกับอารมณ์ของ Garnefski et al. (2001) อันเป็นการใช้รูปแบบความคิดที่แตกต่างกันในการจัดการและปรับเปลี่ยนอารมณ์ความรู้สึกเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ตึงเครียด ซึ่งในงานวิจัยนี้ ได้แก่ สถานการณ์การเลิกรา การกำกับอารมณ์นี้แบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทหลักๆ ได้แก่ การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบเหมาะสม (อาทิ การปรับมุมมองความคิดเชิงบวก การเลือกสนใจประเด็นทางบวก

การยอมรับ การปรับเปลี่ยนความสนใจเพื่อวางแผนรับมือกับสถานการณ์ และการมองสถานการณ์อย่างเข้าใจ) และแบบไม่เหมาะสม (อาทิ การหมกมุ่นครุ่นคิดถึงประเด็นปัญหา การตำหนิตัวเอง การตำหนิผู้อื่น และการคิดขยายผลลัพธ์ไปในเชิงลบ) จากการศึกษาพบว่า การศึกษาถึงบทบาทของการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดในการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรานั้นยังมีอยู่อย่างจำกัด ส่วนมากมักศึกษาในการกำกับอารมณ์โดยทั่วไป หรือวิธีการทางความคิดในการกำกับอารมณ์เพียงบางวิธีเท่านั้น ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงมุ่งที่จะศึกษาการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดทั้ง 2 ประเภท ซึ่งจะครอบคลุมและขยายองค์ความรู้ในด้านการวิจัยได้อย่างกว้างขวางและลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน ปัจจัยทางความสัมพันธ์ กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา รวมถึงศึกษาตัวแปรที่ร่วมกันทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรา ซึ่งในบริบทสังคมไทยนั้นยังมีการศึกษาและขยายองค์ความรู้ในประเด็นนี้อย่างจำกัด อันเป็นการตอบช่องว่างในการวิจัยเบื้องต้น อีกทั้งเพื่อให้ทราบถึงภาพรวมของปัจจัยที่ช่วยทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราของนิสิตนักศึกษาที่ผ่านประสบการณ์การเลิกรา อีกทั้งยังสามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการวางแนวทางในการเยียวยาและรับมือสำหรับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ประสบกับความทุกข์ใจจากการเลิกราได้ในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และปัจจัยในการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรา ด้วยการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน และปัจจัยทางความสัมพันธ์ ในกลุ่มนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ผ่านประสบการณ์การเลิกรามาไม่ต่ำกว่า 3 เดือน

สมมติฐานในการวิจัย

1. การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบเหมาะสม มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ส่วนการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบไม่เหมาะสม มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา

2. รูปแบบความผูกพัน ด้านความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด ด้านความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญเป็นรอง และด้านความมั่นใจ มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ส่วนด้านความต้องการการยอมรับและด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา

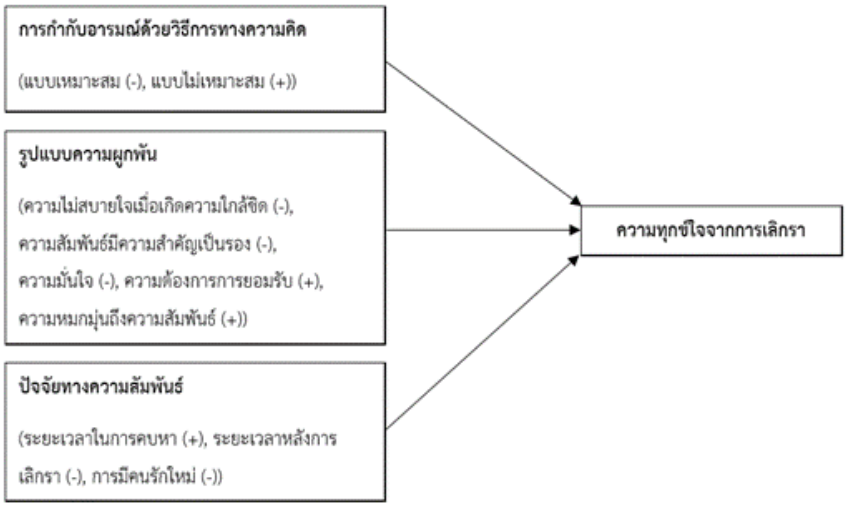
3. ปัจจัยทางความสัมพันธ์ ระยะเวลาในการคบหา มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ส่วนระยะเวลาหลังการเลิกราและการมีคนรักใหม่ มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา

4. การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน และปัจจัยทางความสัมพันธ์ร่วมกันทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ภาพที่ 1

กรอบแนวคิดการวิจัย



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามออนไลน์ โดยสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ส่วน ดังนี้

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ซึ่งครอบคลุมถึงปัจจัยทางความสัมพันธ์ ได้แก่ เพศ อายุ คณะ ชั้นปี จำนวนครั้งที่เคยผ่านการเลิกรา ระยะเวลาในการคบหา ระยะเวลาหลังการเลิกรา การมีคนรักใหม่ และระยะเวลาในการคบหากับคนรักใหม่

มาตรวัดรูปแบบความผูกพันฉบับย่อ (Attachment Style Questionnaire-Short Form: ASQ-SF) พัฒนาโดย Alexander et al. (2001) ซึ่งผู้วิจัยและนางสาวฐิตาพร แก้วบุญชู ได้ร่วมกันเรียบเรียง พัฒนา และแปลเป็นภาษาไทย มีทั้งหมด 29 ข้อ แบ่งเป็น 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด 9 ข้อ ด้านความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง 4 ข้อ ด้านความมั่นใจ 6 ข้อ ด้านความต้องการการยอมรับ 5 ข้อ และด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ 5 ข้อ เป็นมาตรประมาณค่า 6 ระดับ จำแนกตามระดับความคิดเห็น โดยในการวิจัยครั้งนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคด้านย่อยอยู่ที่ .58 ถึง .79 หากคะแนนในด้านใดอยู่ในระดับสูงจะบ่งบอกว่าบุคคลมีรูปแบบความผูกพันในด้านนั้น ๆ สูงตามไปด้วย

มาตรวัดการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: CERQ) พัฒนาโดย Garnefski et al. (2001) ซึ่งเรียบเรียง พัฒนา และแปลเป็นภาษาไทยโดย ณัฐนันท์ มั่นคง และคณะ (2556) มีทั้งหมด 36 ข้อ วัดลักษณะของการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดออกมาเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบเหมาะสม 20 ข้อ และ แบบไม่เหมาะสม 16 ข้อ เป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ จำแนกตามระดับความถี่ โดยในการวิจัยครั้งนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคด้านย่อยอยู่ที่ .85 ถึง .87 หากคะแนนในกลุ่มใดอยู่ในระดับสูงจะบ่งบอกว่าบุคคลใช้การกำกับอารมณ์ฯ กลุ่มนั้นมาก เมื่อประสบกับเหตุการณ์เชิงลบหรือไม่น่าพึงพอใจ

มาตรวัดความทุกข์ใจจากการเลิกรา (Breakup Distress Scale: BDS) พัฒนาโดย Field et al. (2009) ซึ่งผู้วิจัยได้เรียบเรียง พัฒนา และแปลเป็นภาษาไทย มีทั้งหมด 16 ข้อ เป็นมาตรประมาณค่า 4 ระดับ จำแนกตามระดับความถี่ โดยในการวิจัยครั้งนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคอยู่ที่ .93 หากคะแนนอยู่ในระดับสูงจะบ่งบอกว่าบุคคลมีความทุกข์ใจจากการเลิกราสูง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามในรูปแบบออนไลน์ด้วยกูเกิลฟอร์ม (Google Form) โดยกระจายลิงก์แบบสอบถามในช่องทางออนไลน์เพื่อให้ผู้ที่สนใจได้มาเข้าร่วมฯ แล้วขอรับความอนุเคราะห์จากผู้ที่สนใจแนะนำต่อหรือส่งลิงก์ต่อไปยังบุคคลที่รู้จักที่มีประสบการณ์ตรงตามคุณสมบัติที่ผู้วิจัยกำหนด

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson’s product moment correlation) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) ด้วยวิธีการใส่ตัวแปรอิสระทุกตัวเข้าสมการพร้อมกัน (แบบ Enter) ตามกรอบแนวคิดการวิจัยดังภาพที่ 1 เพื่อวิเคราะห์ความสามารถในการทำนายของตัวแปรอิสระที่มีต่อตัวแปรตาม

ผลการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาความสัมพันธ์และปัจจัยในการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรา ด้วยการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน และปัจจัยทางความสัมพันธ์ โดยรวมแล้วผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ และค่อนข้างสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาในสังคมตะวันตก โดยมีผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันและการถดถอยพหุคูณ ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ดังตารางที่ 1 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบไม่เหมาะสม (CER_NEG; r = .41), รูปแบบความผูกพันด้านความต้องการการยอมรับ (NA; r = .25) และด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (PR; r = .39) กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา (BD) นั้น เป็นไปในทิศทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p < .01) ในขณะที่การมีคนรักใหม่ (HNP) มีความสัมพันธ์ทางลบกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา (BD) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่า r เท่ากับ -.16 (p < .05) สรุปได้ว่าสนับสนุนสมมติฐานบางส่วน

ตารางที่ 1

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันระหว่างตัวแปรที่ศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง (N = 211)

ตัวแปรที่ศึกษา	*M*	*SD*	*r*										
			BD	CER_POS	CER_NEG	DC	RS	C	NA	PR	D	TSB	HNP
BD	2.17	.79	(.93)	.09	.41**	.02	.08	.00	.25**	.39**	.07	-.03	-.16*
CER_POS	3.61	.59		(.87)	.14*	.15*	.17*	.28**	-.01	-.11	-.05	-.09	.01
CER_NEG	3.36	.64			(.85)	.20**	.27**	-.23**	.57**	.61**	.04	-.13	-.01
DC	4.19	.82				(.77)	.20**	-.36**	.23**	.10	.04	.09	.01
RS	3.65	.94					(.58)	-.08	.20**	.24**	-.03	-.04	-.06
C	3.60	1.02						(.79)	-.34**	-.30**	-.05	-.03	.03
NA	4.11	1.06							(.71)	.67**	-.09	-.02	-.09
PR	3.71	1.21								(.79)	-.11	-.07	.01
D	19.45	20.54									-	.16*	-.01
TSB	20.90	44.06										-	.03
HNP	.40	.49											-

* $p < .05$ (สองหาง), ** $p < .01$ (สองหาง), ( ) = α หมายเหตุ: BD = ความทุกข์ใจจากการเลิกรา,
CER_POS = การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบเหมาะสม, CER_NEG = การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบไม่เหมาะสม,
DC = ความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด, RS = ความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญเป็นรอง, C = ความมั่นใจ, NA = ความต้องการการยอมรับ,
PR = ความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์, D = ระยะเวลาในการคบหา, TSB = ระยะเวลาหลังการเลิกรา, HNP = การมีคนรักใหม่

ก่อนการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นก่อนตามแนวคิดของ Hair et al. (2010) เมื่อตรวจสอบปัญหา multicollinearity พบว่าค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่เกิน 0.9 ค่า Tolerance มากกว่า 0.2 และค่า VIF ไม่เกิน 4 จึงถือว่าผ่านข้อตกลงเบื้องต้นทุกประการ ดังตารางที่ 1 และ 2 จากผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบ Enter ดังตารางที่ 2 พบว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 10 ตัวร่วมกันทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราได้ร้อยละ 26 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($R^2 = .26$, $p < .001$) เมื่อพิจารณาจากน้ำหนักในการทำนายของตัวแปรอิสระแต่ละตัวพบว่า มีเฉพาะการกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบไม่เหมาะสม ($\beta = .28$, $p < .001$) รูปแบบความผูกพันด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ ($\beta = .35$, $p < .001$) และการมีคนรักใหม่ ($\beta = -.18$, $p < .01$) ที่สามารถทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สรุปได้ว่าสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4 บางส่วน

ตารางที่ 2

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของกลุ่มตัวอย่างแบบ Enter (N = 211)

ตัวแปรอิสระ	*B*	*SE B*	β	Co-linearity Statistic	
				Tolerance	VIF
CER_POS	.08	.07	.07	.77	1.3
CER_NEG	.35***	.11	.28***	.51	2.0
DC	-.02	.12	-.01	.76	1.3
RS	-.24	.22	-.07	.87	1.2
C	.25	.15	.12	.68	1.5
NA	-.23	.21	-.10	.47	2.1
PR	.73***	.19	.35***	.42	2.4
D	.06	.04	.09	.92	1.1
TSB	.01	.02	.03	.93	1.1
HNP	-4.59**	1.58	-.18**	.98	1.0
ค่าคงที่	.55	7.88			

$R^2 = .26$***, *Adjusted* $R^2 = .23$, $F = 7.13$***

** $p < .01$, *** $p < .001$

จากตารางที่ 2 สมการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราที่ได้จากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ คือ ความทุกข์ใจจากการเลิกรา = 0.55 + 0.28*** (การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบไม่เหมาะสม) + 0.35*** (รูปแบบความผูกพันด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์) – 0.18** (การมีคนรักใหม่)

จากสมการข้างต้นที่ได้จากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ สามารถแปลความหมายได้ว่า เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่แล้ว หากการกำกับอารมณ์ฯ แบบไม่เหมาะสมเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความทุกข์ใจฯ เพิ่มขึ้น 0.28 หน่วย หากรูปแบบความผูกพันด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความทุกข์ใจฯ เพิ่มขึ้น 0.35 หน่วย หากการมีคนรักใหม่เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความทุกข์ใจฯ ลดลง 0.18 หน่วย นัยหนึ่งคือ กลุ่มนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีผ่านประสบการณ์การเลิกราที่ใช้การกำกับอารมณ์ฯ แบบไม่เหมาะสมและ/หรือหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์มาก มีแนวโน้มว่าจะมีความทุกข์ใจฯ ในระดับสูงตามไปด้วย ในทางตรงกันข้าม หากนิสิตนักศึกษากลุ่มดังกล่าวที่มีคนรักใหม่หลังการเลิกรามีแนวโน้มว่าจะมีความทุกข์ใจฯ ในระดับต่ำ

การอภิปรายผล

จากการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา อันได้แก่ การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน และปัจจัยทางความสัมพันธ์ ผู้วิจัยพบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับความทุกข์ใจจากการเลิกรา ได้แก่ การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบไม่เหมาะสม รูปแบบความผูกพันด้านความต้องการการยอมรับและด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ รวมทั้งการมีคนรักใหม่ โดยสามารถอภิปรายได้ ดังนี้

การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบไม่เหมาะสม อันได้แก่ การหมกมุ่นครุ่นคิดถึงประเด็นปัญหา การตำหนิตัวเอง การตำหนิผู้อื่น และการคิดขยายผลลัพธ์ไปในเชิงลบ เป็นวิธีการที่หากใช้กำกับอารมณ์แล้วก็มีแนวโน้มว่าจะสามารถกระตุ้นให้บุคคลที่ผ่านประสบการณ์การเลิกราเกิดอารมณ์และความคิดที่มีบทบาทสำคัญในการที่จะส่งผลให้ระดับความทุกข์ใจนั้นสูงขึ้นได้ อาทิ ซึมเศร้า วิตกกังวล โกรธ รู้สึกถูกหักหลัง รู้สึกถูกปฏิเสธ หรือมีความคิดรบกวน เป็นต้น (Davis et al., 2003; Field et al., 2009; Monroe et al., 1999; Sbarra, 2006) จึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความทุกข์ใจดังกล่าว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Wrape et al. (2016) และ Norona et al. (2018) ที่พบว่า บุคคลที่หมกมุ่นครุ่นคิดมีแนวโน้มว่าจะมีความทุกข์ใจสูงขึ้น นอกจากจะไม่ส่งผลต่อการเยียวยาแล้ว ยังทำให้ความเจ็บปวดหรือความทุกข์ใจดังกล่าวพัฒนาหรือขยายระยะเวลาต่อไปได้อีกด้วย (Tedeschi & Callhoun, 2004 อ้างถึงใน Norona et al., 2018) อย่างไรก็ตาม เป็นที่น่าสนใจที่ผู้วิจัยไม่พบความสัมพันธ์ทางลบระหว่าง*การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดแบบเหมาะสม*กับความทุกข์ใจจากการเลิกราอย่างมีนัยสำคัญ ผู้วิจัยเห็นว่ามีความเป็นไปได้ที่การใช้การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิดที่เหมาะสมเพียงอย่างเดียว อันได้แก่ การปรับมุมมองความคิดเชิงบวก การเลือกสนใจประเด็นทางบวก การยอมรับ การปรับเปลี่ยนความสนใจเพื่อวางแผนรับมือกับสถานการณ์ และการมองสถานการณ์อย่างเข้าใจ อาจไม่ได้มีบทบาทสำคัญในการเยียวยาความทุกข์ใจจากการเลิกรา อาจมีปัจจัยซ่อนเร้นอื่น ๆ ที่มีความสำคัญและมีอิทธิพลต่อการเยียวยามากกว่าก็เป็นได้ อาทิ การสนับสนุนทางสังคม (social support) เป็นต้น จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ายังปรากฏงานวิจัยที่ศึกษาถึงประเด็นของปัจจัยที่ช่วยเยียวยาความทุกข์ใจนี้อย่างจำกัด ทั้งในเชิงปริมาณ (Moller et al., 2003) และในเชิงคุณภาพ (Carter et al., 2018) จึงถือว่าเป็นประเด็นที่สามารถที่จะศึกษาเพิ่มเติมต่อไป

ในส่วนของ*รูปแบบความผูกพันด้านความต้องการการยอมรับและด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์* ซึ่งเป็นด้านที่สะท้อนถึงรูปแบบความผูกพันแบบกังวลทั้งคู่นั้น ด้วยธรรมชาติของบุคคลลักษณะนี้ที่มักจะยึดโยงตนเองเข้ากับคนรักมากเป็นพิเศษ เมื่อประสบกับการถูกปฏิเสธหรือเลิกรากับคนรัก อาจมีแนวโน้มว่าจะมีรูปแบบการตอบสนองเพื่อปรับตัวที่มากเกินควร (hyperactive) และพยายามที่จะแสวงหาการเติมเต็มและความใกล้ชิด (Mikulincer & Shaver, 2007) ซึ่งในบริบทของการเลิกรานั้นอาจไม่ได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอ ประกอบกับการรับรู้ว่าตนเองอาจไม่สามารถมีทรัพยากรในการที่จะอยู่ได้โดยลำพัง รวมถึงมักเลือกใช้วิธีการเยียวยาที่ไม่มีประสิทธิภาพหรือไม่เหมาะสม (Mikulincer et al., 1993 อ้างถึงใน Sprecher et al., 1998) จึงอาจทำให้เกิดความทุกข์ใจจากบริบทดังกล่าวมากขึ้นได้ ในขณะที่รูปแบบความผูกพันแบบหลีกหนีที่ประกอบด้วย*ด้านความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด*และ*ด้านความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญเป็นรอง* ซึ่งจัดว่าเป็นรูปแบบความผูกพันที่ไม่มั่นคงเช่นเดียวกัน โดยทั่วไปบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันลักษณะนี้มักจะยึดมั่นและพึ่งพาตนเองสูง เมื่อประสบกับการเลิกราจึงมักจะตอบสนองแบบไม่แสดงออก (deactivating) ถึงความทุกข์ใจอย่างตรงไปตรงมา (Fraley et al., 1996; Mikulincer & Florian, 1995) และอาจเลือกใช้เฉพาะทรัพยากรส่วนบุคคลในการที่จะรับมือกับความทุกข์ใจที่ประสบ จึงมีความเป็นไปได้ที่ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันนี้จะปรากฏระดับความทุกข์ใจจากการเลิกราที่ต่ำกว่าแบบกังวล เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Davis et al. (2003) ทั้งนี้ รูปแบบความผูกพันทั้งสองกลับตรงกันข้ามกับรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงที่มี*ด้านของความมั่นใจ*ที่แสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่ดีที่บุคคลมีต่อทั้งตนเองและผู้อื่น

ดังนั้น เมื่อประสบกับความทุกข์ใจจากการเลิกรา บุคคลมีแนวโน้มว่าจะมีความเชื่อมั่นในทรัพยากรส่วนบุคคลที่จะสามารถดึงมาใช้ในการคลี่คลายความทุกข์ใจที่ตนเองมี อาทิ การเยียวยาตนเองด้วยการแก้ปัญหาหรือวิธีการที่เหมาะสม (Williams & Riskind, 2004) และในขณะเดียวกันก็อาจจะมีแนวโน้มในการที่จะขอรับการสนับสนุนจากคนอื่นหรือมีความเชื่อว่าตนเองจะได้รับการสนับสนุนดังกล่าว ดังนั้นจึงน่าจะช่วยทำให้ลดความรู้สึกทุกข์ใจดังกล่าวลงไปได้ อย่างไรก็ตาม เป็นที่น่าสนใจที่ผู้วิจัยไม่พบความสัมพันธ์ทางลบระหว่าง*รูปแบบความผูกพันด้านความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด ด้านความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญเป็นรอง* และ*ด้านความมั่นใจ*กับความทุกข์ใจจากการเลิกราอย่างมีนัยสำคัญ จึงเป็นประเด็นที่ผู้วิจัยเห็นว่าควรที่จะมีการศึกษาเพิ่มเติมต่อไปในอนาคต ในส่วนของปัจจัยทางความสัมพันธ์ พบว่า*การมีคนรักใหม่*หลังการเลิกรามีแนวโน้มว่าทำให้ความทุกข์ใจจากการเลิกราต่ำลง การมีคนรักใหม่หรือการมีความสัมพันธ์สะท้อนกลับ (rebound relationship) หลังการเลิกราสามารถจัดว่าเป็นได้ทั้งการปรับตัวเพื่อเยียวยาอย่างเหมาะสมและไม่เหมาะสม (Frazier & Cook, 1993) อย่างไรก็ตาม งานวิจัยนี้ช่วยสนับสนุนว่าปัจจัยดังกล่าวเอื้อให้บุคคลผ่านพ้นเหตุการณ์เลิกราไปได้ (Field et al., 2009; Knox et al., 2000) ซึ่งมีบทบาททำให้บุคคลหมกมุ่นกับคนรักเก่าน้อยลงและแยกอารมณ์ของตนเองออกจากคนรักเก่าได้ง่ายขึ้น (Saffrey & Ehrenberg, 2007; Spielmann et al., 2009) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลนั้นการมีคนรักใหม่จะเป็นประโยชน์อย่างมากในการซ่อมแซมและฟื้นฟูความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย มีคุณค่า และได้รับการยอมรับกลับคืนมา (Sbarra & Hazan, 2008) ซึ่งจะส่งผลต่อการเติบโตภายในบุคคลมากกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกหนี (Marshall et al., 2013) สำหรับปัจจัยถัดไปนั้น ผู้วิจัยไม่พบว่า*ระยะเวลาในการคบหา*สัมพันธ์กับความทุกข์ใจที่เพิ่มขึ้น *ส่วนระยะเวลาหลังการเลิกรา*เองก็ไม่พบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบกับความทุกข์ใจจากการเลิกราอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในกรณีของระยะเวลาในการคบหา จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ายังไม่สามารถสรุปได้อย่างแน่ชัดว่ามีผลต่อความทุกข์ใจดังกล่าว โดยพบทั้งงานวิจัยที่สนับสนุน (Bronfman et al., 2016; Simpson, 1987; Sprecher et al., 1998) และไม่สนับสนุนสมมติฐานดังกล่าว (Fine & Sacher, 1997) อย่างไรก็ตาม งานวิจัยนี้สามารถเป็นอีกหนึ่งข้อมูลที่สนับสนุนได้ว่า ระยะเวลาในการคบหาอาจไม่มีความสัมพันธ์กับความทุกข์ใจนั้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในกรณีของระยะเวลาหลังการเลิกรา ผลการวิจัยในครั้งนี้นั้นแตกต่างจากงานวิจัยของ Knox et al. (2000) ที่พบว่า ระยะเวลาหลังเลิกราเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ช่วยบุคคลให้ผ่านพ้นความทุกข์ใจจากการเลิกราไปได้ โดยยิ่งบุคคลผ่านการเลิกรามาเป็นระยะเวลานาน จะยิ่งมีความทุกข์ใจจากการเลิกราที่ลดลง (Field et al., 2010; Sprecher et al., 1998) โดยสาเหตุที่ผลการวิจัยออกมาแตกต่างจากการศึกษาค้นคว้าเช่นนั้น ส่วนหนึ่งอาจมาจากการที่ผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษาความทุกข์ใจจากการเลิกราเบื้องต้นในวงกว้าง มิได้กำหนดช่วงสูงสุดของระยะเวลาหลังเลิกรา (กำหนดเพียงขั้นต่ำว่าไม่ต่ำกว่า 3 เดือน) จึงทำให้ระยะเวลาดังกล่าวของกลุ่มตัวอย่างค่อนข้างกว้างและมีการกระจายตัวของข้อมูลที่สูงมาก อาจทำให้ไม่พบความสัมพันธ์ดังกล่าวได้

นอกจากนี้ จากการศึกษาปัจจัยในการทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราพบว่า การกำกับอารมณ์ด้วยวิธีการทางความคิด รูปแบบความผูกพัน และปัจจัยทางความสัมพันธ์สามารถร่วมกันทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราได้ร้อยละ 26 อย่างไรก็ตาม มีเพียงกำกับอารมณ์ฯ แบบไม่เหมาะสม รูปแบบความผูกพันด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ และการมีคนรักใหม่เท่านั้นที่สามารถทำนายความทุกข์ใจดังกล่าวได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่เหลือที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติในการทำนายจะพบว่าปัจจัยเหล่านั้นมิได้มีความสัมพันธ์กับความทุกข์ใจจากการเลิกราอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตั้งแต่แรก อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยพบว่ามี 1 ตัวแปรที่สัมพันธ์กับความทุกข์ใจดังกล่าวแต่ไม่สามารถทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกราได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในลำดับถัดไป ซึ่งได้แก่ รูปแบบความผูกพันด้านความต้องการการยอมรับ ในตารางที่ 1 จะเห็นว่าทั้งรูปแบบความผูกพันด้านความต้องการการยอมรับและด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ต่างมีความสัมพันธ์ต่อกันสูงมาก (r = .67, p < .01) อันเนื่องมาจากว่าทั้งสองด้านสะท้อนถึงรูปแบบความผูกพันแบบกังวลทั้งคู่ ทั้งสองด้านจึงอาจจะมีความเกี่ยวโยงทับซ้อนกัน จึงเป็นไปได้ที่รูปแบบความผูกพันด้านความต้องการการยอมรับอาจสามารถที่จะตอบสนองต่อการทำนายความทุกข์ใจนั้นได้อย่างชัดเจนมากกว่าด้านความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (Barbara & Dion, 2000)

ข้อจำกัด

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับความทุกข์ใจจากการเลิกราในวงกว้าง เช่น ในส่วนของระยะเวลาหลังการเลิกราที่กำหนดเป็นช่วงกว้าง รวมถึงมิได้นำบทบาทการเลิกรา อันได้แก่ ผู้เริ่มการเลิกราและผู้ถูกเลิกรา มาพิจารณาประกอบ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าอาจส่งผลให้เกิดความทุกข์ใจจากการเลิกราในรูปแบบที่แตกต่างกันไป

ผู้วิจัยได้กำหนดให้ผู้เข้าร่วมฯ คำนึงถึงการเลิกราครั้งล่าสุด เพื่อลดการเกิดความทรงจำที่คลาดเคลื่อน (false memory) อย่างไรก็ตาม เป็นไปได้ว่า การเลิกราครั้งที่ส่งผลกระทบทางด้านจิตใจกับผู้เข้าร่วมฯ มาจนถึงปัจจุบันนั้นอาจไม่ใช่ครั้งล่าสุดเสมอไป อาจส่งผลให้การตอบแบบสอบถามของผู้เข้าร่วมฯ ถูกแทรกแซงด้วยความรู้สึกที่มีต่อการเลิกราครั้งดังกล่าวได้

ข้อเสนอแนะ

ในอนาคต สามารถปรับข้อกำหนดในงานวิจัยให้จำกัดและชัดเจนมากยิ่งขึ้น เช่น ระยะเวลาหลังการเลิกรา บทบาทการเลิกรา เป็นต้น นอกจากนี้ยังสามารถนำความรู้ความเข้าใจในงานวิจัยนี้ไปต่อยอดหรือศึกษาการเลิกราต่อในความสัมพันธ์ลักษณะอื่นที่คล้ายคลึงกัน เช่น การหย่าร้าง ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอื่นที่ยังมีการศึกษาอย่างจำกัด เช่น กลุ่ม LGBTQ หรือศึกษาในตัวแปรอื่นเพื่อช่วยขยายมิติองค์ความรู้ในบริบทของการเลิกราได้อย่างกว้างขวางมากขึ้น

นอกจากนี้ อาจเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพประกอบด้วยเพื่อลดการเกิดการความทรงจำที่คลาดเคลื่อน อันทำให้มั่นใจและสามารถตรวจทานมากขึ้นได้ในระดับหนึ่งว่า ข้อมูลที่ผู้เข้าร่วมฯ ตอบนั้นเกี่ยวข้องกับการเลิกราครั้งสุดท้าย นอกจากนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าจะเป็นการดีหากมีการศึกษาประเด็นนี้ในงานวิจัยเชิงคุณภาพร่วมด้วยเพื่อศึกษาประสบการณ์เชิงลึกของผู้ที่เคยประสบกับความทุกข์ใจการเลิกรา อาจจะรวมถึงการก้าวผ่านความทุกข์ใจดังกล่าว ซึ่งจะทำให้สามารถเข้าใจและเห็นมิติความเป็นไปได้อันหลากหลายที่จะสามารถศึกษาต่อไปได้เพิ่มขึ้น

อีกทั้ง สามารถศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับการมีคนรักใหม่ โดยการถอดรหัสว่าปัจจัยใดที่ช่วยสนับสนุนให้บุคคลเปิดใจที่จะมีคนรักใหม่มากขึ้น หรือมีปัจจัยอื่นใดที่สามารถส่งผลในการเยียวยาจิตใจหรือลดความทุกข์ใจจากการเลิกราได้เทียบเท่าหรือดีกว่าได้อีกบ้าง

จากผลการวิจัยในงานวิจัยนี้ที่พบว่าในภาพรวมจะคล้ายกับบริบทของต่างประเทศ ผู้วิจัยเห็นว่ามีบางตัวแปรที่อาจจะต้องศึกษาเพิ่มเติมว่าเพราะเหตุใดจึงแสดงผลที่แตกต่างออกไปเมื่อเป็นบริบทของประเทศไทย อาทิ รูปแบบความผูกพัน การมีคนรักใหม่ เป็นต้น

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัยและการประยุกต์ปฏิบัติ

ในทางทฤษฎี ผลการวิจัยนี้ช่วยขยายองค์ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และสามารถทำนายความทุกข์ใจจากการเลิกรา ซึ่งในประเทศไทยยังพบว่ามีงานวิจัยที่ศึกษาถึงประเด็นนี้อย่างจำกัด รวมถึงทำให้ได้ทราบด้วยว่าผลการวิจัยของประเด็นดังกล่าวในตะวันตกสามารถนำมาใช้ในสังคมไทยได้มากน้อยเพียงใด นอกจากนี้ยังช่วยเปิดแนวทางในการศึกษาต่อไปถึงบทบาทที่การมีคนรักใหม่สัมพันธ์กับความทุกข์ใจจากการเลิกราต่อไป ซึ่งมิได้มีข้อมูลอธิบายถึงประเด็นนี้ ส่วนประโยชน์ในทางปฏิบัติ ผลการวิจัยนี้สามารถนำมาต่อยอดเพื่อประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการให้การสนับสนุน บำบัด และเยียวยาทางจิตใจเพื่อทำความเข้าใจและลดความทุกข์ใจจากการเลิกราในนิสิตนักศึกษาผู้ที่ประสบกับเหตุการณ์ดังกล่าว

รายการอ้างอิง

ณัฐนันท์ มั่นคง, ภูมินาถ จตุรเมธานนท์ และอุษณิษา ชัยรัตน์ประเสริฐ. (2556). *อิทธิพลของการกำกับอารมณ์ โดยวิธีทางปัญญาต่อปัญหาสุขภาพจิต โดยควบคุมอิทธิพลของความเข้มแข็งอดทน* [โครงงานทางจิตวิทยา ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา]. คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Alexander, R., Feeney, J., Hohaus, L., & Noller, P. (2001). Attachment style and coping resources as predictors of coping strategies in the transition to parenthood. *Personal Relationships, 8*(2), 137–152.

Bakermans-Kranenburg, M. J., & Van Ijzendoora, M. H. (1997). Adult attachment and the break-up of romantic relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, *27*(3-4), 121-139.

Barbara, A. M., & Dion, K. L. (2000). Breaking up is hard to do, especially for strongly “preoccupied” lovers. *Journal of personal & interpersonal loss*, *5*(4), 315-342.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss, vol. 3: Loss, Sadness, and Depression.* New York: Basic Books.

Bronfman, G., Ladd-Luthringshauser, H., Goodman, L. R., & Sockol, L. E. (2016). Predictors of breakup distress among residential college students. *College Student Affairs Journal, 34*(3), 3-12.

Carter, K. R., Knox, D., & Hall, S. S. (2018). Romantic breakup: Difficult loss for some but not for others. *Journal of Loss and Trauma*, *23*(8), 698-714.

Davis, D., Shaver, P.R., & Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(7), 871-884.

Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). *Assessing Adult Attachment.* In M. B. Sperling & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* (p. 128–152). Guilford Press.

Field, T., Diego, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2009). Breakup distress in university students. *Adolescence, 44*(176), 705-727.

_____. (2010). Breakup distress and loss of intimacy in university students. *Psychology, 1,* 173-177.

_____. (2011). Breakup distress in university students: A review. *College Student Journal, 45*(3), 461-480.

_____. (2012). Breakup effects on university students' perceived academic performance. *College Student Journal, 46*(3), 615-619.

Fine, M. A., & Sacher, J. A. (1997). Predictors of distress following relationship termination among dating couples. *Journal of Social and Clinical Psychology, 16*(4), 381-388.

Fraley, R. C., Davis, K. E., & Shaver, P. R. (1996). *Attachment behavior and romantic relationship dissolution* [Unpublished Manuscript, Department of Psychology]. University of California.

Frazier, P. A., & Cook, S. W. (1993). Correlates of distress following heterosexual relationship dissolution. *Journal of Social and Personal Relationships*, *10*(1), 55-67.

Garnefski, N., & Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, *30*, 1311-1327.

Hair, J. F., Black, W., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis: A global perspective*. Pearson.

Horowitz, M. J., Siegel, B., Holen, A., Bonanno, G. A., Milbrath, C., & Stinson, C. H. (1997). Diagnostic criteria for complicated grief disorder. *American Journal of Psychiatry, 154*(7), 904–910.

Knox, D., Zusman, M. E., Kaluzny, M., & Cooper, C. (2000). College student recovery from a broken heart. *College Student Journal, 34*(3), 322-324.

Marshall, T. C., Bejanyan, K., & Ferenczi, N. (2013). Attachment styles and personal growth following romantic breakups: The mediating roles of distress, rumination, and tendency to rebound. *PLOS One*, *8*(9).

Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*(5), 817-826.

Mikulincer, M., & Florian, V. (1995). Appraisal of and coping with a real-life stressful situation: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*, 406-414.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford.

Moller, N. P., Fouladi, R. T., McCarthy, C. J., & Hatch, K. D. (2003). Relationship of attachment and social support to college students' adjustment following a relationship breakup. *Journal of Counseling & Development*, *81*(3), 354-369.

Monroe, S. M., Rohde, P., Seeley, J. R., & Lewinsohn, P. M. (1999). Life events and depression in adolescence: Relationship loss as a prospective risk factor for first onset of major depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 108*(4), 606-614.

Norona, J. C., Scharf, M., Welsh, D. P., & Shulman, S. (2018). Predicting post-breakup distress and growth in emerging adulthood: The roles of relationship satisfaction and emotion regulation. *Journal of Adolescence, 63,* 191-193.

Saffrey, C., & Ehrenberg, M. (2007). When thinking hurts: Attachment, rumination, and postrelationship adjustment. *Personal Relationships*, *14*(3), 351-368.

Sbarra, D. A. (2006). Predicting the onset of emotional recovery following nonmarital relationship dissolution: Survival analyses of sadness and anger. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*(3), 298-312.

Sbarra, D. A., & Hazan, C. (2008). Coregulation, dysregulation, self-regulation: An integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss, and recovery. *Personality and Social Psychology Review*, *12*(2), 141-167.

Simpson, J. A. (1987). The dissolution of romantic relationships: Factors involved in relationship stability and emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(4), 683-692.

Spielmann, S. S., Macdonald, G., & Wilson, A. E. (2009). On the rebound: Focusing on someone new helps anxiously attached individuals let go of ex-partners. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *35*(10), 1382-1394.

Sprecher, S., Felmlee, D., Metts, S., Fehr, B., & Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*(6), 791-809.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry, 15,* 1-18.

Williams, N. L., & Riskind, J. H. (2004). Cognitive vulnerability and attachment. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, *18*, 3-6.

Wittstein, I. S., Thiemann, D. R., Lima, J. A., Baughman, K. L., Schulman, S. P., Gerstenblith, G., ... & Champion, H. C. (2005). Neurohumoral features of myocardial stunning due to sudden emotional stress. *The New England Journal of Medicine*, *352*(6), 539–548.

Wrape, E. R., Jenkins, S. R., Callahan, J. L., & Nowlin, R. B. (2016). Emotional and cognitive coping in relationship dissolution. *Journal of College Counseling, 19*(2), 110-123.

ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม และสุขภาวะของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยมีกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุกเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ขจิตพันธ์ ธีรวรวัชร์* ประพิมพา จรัลรัตนกุล และ สุภลัคน์ ลวดลาย
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: korejidpan.t@hotmail.com

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาอิทธิพลของการสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม ต่อสุขภาวะ โดยส่งผ่านกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดสพฐ. เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,168 คน โดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือวิจัยเป็นแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโมเดลสมการโครงสร้าง ผลการวิจัย พบว่า (1) องค์ประกอบของการสนับสนุนทางสังคมด้านการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมมีค่าน้ำหนักมากที่สุด รองลงมา การยอมรับในคุณค่าตนเอง การเอื้อประโยชน์ต่อผู้อื่น การได้รับความรักผูกพัน และการได้รับความช่วยเหลือสิ่งต่าง ๆ (2) องค์ประกอบของสุขภาวะด้านความงอกงามมีค่าน้ำหนักมากที่สุด รองลงมา ความพึงพอใจในชีวิต และอารมณ์ทางบวกและลบ (3) โมเดลเชิงสาเหตุของสุขภาวะ มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ χ^2 = 176.414, df =29, p < .001, RMSEA = .066, CFI = .978, TLI = .966, SRMR = .027 โดยตัวแปรในโมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก และสุขภาวะได้ร้อยละ 29.9 และ 77.2 กลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุกเป็นตัวแปรส่งผ่านแบบบางส่วนของอิทธิพลระหว่างการสนับสนุนทางสังคมต่อสุขภาวะ (อิทธิพลทางตรง = .539 ทางอ้อม = .177 รวม = .716) ส่วนความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม และกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุกมีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะ (ทางตรง = .170, .324 ตามลำดับ) และการสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลทางตรงต่อกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก (ทางตรง = .547) ผลการวิจัยชี้ให้ผู้ปกครอง และครู เห็นความสำคัญของการส่งเสริมการสนับสนุนทางสังคม และความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม ซึ่งทำให้วัยรุ่นมีกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุกมากขึ้น และส่งผลต่อสุขภาวะที่ดี

คำสำคัญ : การสนับสนุนทางสังคม, กลวิธีจัดการปัญหาเชิงรุก, ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม, สุขภาวะ

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND WELL-BEING OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN BANGKOK WITH PROACTIVE COPING AS A MEDIATOR

Korejidpan Teeraworrawach*, Prapimpa Jarunratanakul, and Supalak Luadlai
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email*: korejidpan.t@hotmail.com

Abstract

The purpose of this research was to examine the relationship between social support, social connectedness, and well-being mediated by proactive coping. Multi-stage random sampling was adopted and participants were 1,168 high school students from public schools in Bangkok. Data were collected by questionnaires. The descriptive statistics and structural equation modeling (SEM) were used to analyzed the data. The results of SEM indicated that (1) The factor loading of each elements of social support variable found that social integration had the highest factor loading, followed by reassurance of worth, opportunity of nurturance, attachment and assistance, respectively. (2) The factor loading of each elements of well-being variable found that flourishing had the highest factor loading, followed by life satisfaction and positive and negative affect, respectively. (3) The casual model of social support, social connectedness, and well-being with proactive coping as a mediator was fitted with the empirical data (χ^2 = 176.414, df = 29, p < .001, RMSEA = .066, CFI = .978, TLI = .966, SRMR = .027). The variables in the model explained 29.9 and 74.2% of the variance of proactive coping and well-being, respectively. Proactive coping was a partial mediator for the influence between social support and well-being (direct, indirect and total effect = .539, .177, .716, respectively). Social connectedness and proactive coping had direct effect on well-being (DE = .170, .324, respectively). In addition, social support had direct effect on proactive coping (DE = .547). The findings provided suggestions for parents and teachers to enhance social support and perceived social connectedness, which could lead to increasing proactive coping of the students and their better well-being.

Keywords: Social support, proactive coping, social connectedness, well-being

บทนำ

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยหัวเลี้ยวหัวต่อคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์จิตใจ และสังคม ต้องการความคิดของตนเองที่เป็นอิสระ แสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง โดยเฉพาะวัยรุ่นที่เรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งมีการใช้ชีวิตในสังคมนอกบ้านด้วยตนเองมากขึ้น ต้องเผชิญกับสภาพการณ์ปัญหาต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ง่าย และมีความวิตกกังวลกับการวางแผนในอนาคตเกี่ยวกับการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา จากการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความคิด ฆ่าตัวตายในนักเรียนมัธยมศึกษาในประเทศไทย พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีความคิดฆ่าตัวตายร้อยละ 20.6 โดยที่ร้อยละ 4.1 ของกลุ่มนี้มีความเสี่ยงสูงมากที่จะทำร้ายตนเองสำเร็จ (Rungsang & Chaimongkol, 2017) รวมทั้งจากการเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตหรือความเครียดของประชากรไทยในปี 2561 พบว่า กลุ่มเยาวชน (อายุ 15 – 24 ปี) มีความเครียดสูงกว่าวัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ และผู้อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครและภาคกลาง มีความเครียดสูงกว่า ผู้อยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ และภาคเหนือ (พันธุ์นภา กิตติรัตนไพบูลย์ และคณะ, 2563) จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร มีแนวโน้มเกิดปัญหาการปรับตัวที่อาจนำไปสู่ปัญหาวิกฤตของความสุข

ความสุขเป็นเป้าหมายสำคัญของชีวิตมนุษย์ที่ทุกคนปรารถนา ซึ่งเกิดจากการมีสุขภาวะ (well-being: WB) ที่ดี สุขภาวะเป็นการที่บุคคลมีความงอกงามภายในจิตใจตนเอง (flourishing) [ซึ่งประกอบด้วย 8 คุณลักษณะคือ การใช้ชีวิตอย่างมีจุดมุ่งหมาย (purpose and meaning) ความสัมพันธ์ทางสังคมที่สนับสนุนกัน (relationship supportive) การสนใจทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน (engaged in daily activities) การมุ่งทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้กับผู้อื่นมีความสุข (contribute to others) การมีศักยภาพและความสามารถจัดการงาน (competence) การเป็นคนดีและมีชีวิตที่เป็นอยู่ที่ดี (good person) การมองอนาคตวันข้างหน้าด้านดี (optimistic about future) และ การได้รับการเคารพนับถือจากผู้อื่น (respected)] มีอารมณ์ทางบวกมากกว่าลบ (positive & negative affect: AF) และมีความพึงพอใจในชีวิต(life satisfaction: LS) (Diener, et.al.,2010

อย่างไรก็ตามการเกิดสุขภาวะของบุคคลนั้น ขึ้นอยู่กับ การจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นว่า บุคคลมีแนวทางการจัดการปัญหาที่ถูกต้องและมีประสิทธิภาพเพียงใด การจัดการกับปัญหาที่มีประสิทธิภาพ สามารถช่วยส่งเสริมสุขภาวะของบุคคลได้ กลวิธีการจัดการปัญหาส่วนใหญ่วิจัยจากมุมมองกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรับ (Reactive coping) ซึ่งเป็นกลวิธีการจัดการปัญหาแบบการตอบสนองต่อปัญหา เมื่อปัญหานั้นเกิดขึ้นแล้ว โดยศึกษาจากการตรวจสอบวิธีที่คนตอบสนองต่อปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ การศึกษาในมุมมองการเตรียมการรับมือกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตหรือปัญหาที่เกิดขึ้นในระยะเพิ่งเริ่มต้น โดยการตั้งเป้าหมายความสำเร็จ การเตรียมวางแผนขั้นตอนการจัดการในอนาคต และการสะสมทักษะและทรัพยากรรอบตัวมาใช้จัดการก่อนที่จะเกิดปัญหาในอนาคตหรือปัญหาที่เกิดขึ้นในระยะเพิ่งเริ่มต้น ซึ่งเรียกว่า กลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก (Proactive coping: PC) ซึ่ง PC เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดหรือลดปัญหาอุปสรรคหรือความเครียดที่เกิดขึ้น โดยไม่รอให้ปัญหาหรืออุปสรรคนั้นเกิดขึ้นก่อน ซึ่งทำได้ง่ายกว่า และใช้ทักษะและทรัพยากรสะสมน้อยกว่ากลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรับ (Reactive coping) ที่บุคคลตอบสนองต่อปัญหา เมื่อปัญหาเกิดขึ้นแล้ว ช่วยทำให้มีทรัพยากรคงเหลือไว้สำหรับใช้จัดการกับปัญหาอื่น ๆ ต่อไป ดังนั้น กลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก ให้ผลทางบวกที่สนับสนุนการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพมากกว่ากลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรับ ปัจจัยที่มีผลต่อกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก คือ 1) ความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual differences) ซึ่งประกอบด้วย ความวิตกกังวล ซึมเศร้า การเก็บกด ไวต่อความรู้สึก การอดกลั้น การเห็นคุณค่าในตนเอง การคาดการณ์ล่วงหน้า ความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุม ประสบการณ์ ความรู้ความชำนาญ และการมองโลกแง่ดี 2) ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม (Type of social support) ประกอบด้วย การสนับสนุนด้านการประเมินตนเองจากข้อมูลย้อนกลับ (Appraisal support) การสนับสนุนด้านอารมณ์ (Emotion support) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Informational support) และการสนับสนุนด้านทรัพยากร เวลา สิ่งของ แรงงาน และ เงิน (Tangible support) 3) ปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม (Environmental factors) ช่วยทำให้เกิดการประนีประนอม ยืดหยุ่น หรือทำให้เหตุการณ์เลวร้ายกว่าเดิม เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่กำลังวุ่นวาย มีการเรียกร้องความต้องการต่าง ๆ จำนวนมาก (Aspinwall, & Taylor, 1997; Greenglass & Fiksenbaum, 2009) ซึ่งสรุปได้ว่าสิ่งที่เกี่ยวข้องซึ่งส่งผลต่อกลวิธีจัดการปัญหาเชิงรุก ได้แก่ ความแตกต่างระหว่างบุคคล ประเภทของแหล่งการสนับสนุนทางสังคม และสิ่งแวดล้อม ซึ่งผู้วิจัยเลือกศึกษาตัวแปรทำนายเป็นตัวแปรการสนับสนุนทางสังคม (Social support) ซึ่งเป็นปัจจัยแหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ที่ได้รับจากบุคคลในเครือข่ายสังคมอย่างเพียงพอ ที่จะช่วยเอื้ออำนวยในการจัดการปัญหาเชิงรุก (Proactive coping) ในแต่ละระยะขั้นตอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ [โดย Proactive coping เป็นตัวแปรส่งผ่าน] ช่วยป้องกันหรือลดอุปสรรค ไม่ให้พัฒนาไปเป็นปัญหาหรือความเครียดในอนาคต ที่จะส่งผลต่อการบรรลุเป้าหมายที่ตนเองเป็นผู้กำหนดได้ ซึ่งเป็นการช่วยพัฒนาความงอกงามในชีวิตของบุคคล (flourishing) ที่เป็นองค์ประกอบที่สำคัญประการหนึ่งของสุขภาวะ (Well-being) ที่เป็นตัวแปรเกณฑ์/ตัวแปรตาม

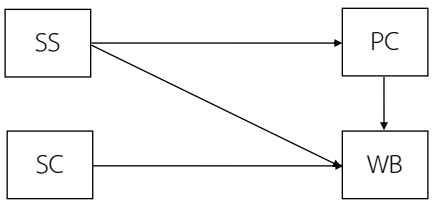
การสนับสนุนทางสังคม (social support: SS) เป็นปัจจัยภายนอกตัวบุคคลประการหนึ่ง ที่มีผลต่อ PC และผลลัพธ์ของ PC ที่ดีคือ WB ที่ดี ทั้งนี้ SS หมายถึงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสังคมที่ทำให้บุคคลรู้สึกถึงการได้รับความรักใคร่ผูกพัน (attachment: Attach) การยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง (reassurance of worth: Worth) การเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (social integration: Inte) การเอื้อประโยชน์ต่อผู้อื่น (opportunity of nurturance: Nurtu) และการได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำต่าง ๆ (assistance: Assist) จากแหล่งสนับสนุนทางสังคมต่าง ๆ ได้แก่ คนในครอบครัว กลุ่มเพื่อน กลุ่มอาจารย์/ นายจ้าง พระหรือนักบวช บุคคลในวิชาชีพ และบุคคลสำคัญอื่น ๆ (Weinert, 2001) ดังที่ได้กล่าวข้างต้นว่า SS ทำหน้าที่เหมือนกันชนช่วยให้บุคคลมี WB ที่ดีมากขึ้น และเป็นแหล่งสนับสนุนให้บุคคลใช้ PC ได้ดีขึ้น ทำให้บุคคลควบคุมตนเองได้และแก้ปัญหาได้ตรงจุด อันจะส่งผลช่วยให้เกิดสุขภาวะทางจิตที่ดีเพิ่มมากขึ้น (Cohen, & Wills, 1985)

นอกจากนี้ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม (social connectedness: SC) ซึ่งหมายถึง ความต้องการมีสัมพันธภาพที่ผูกพันใกล้ชิดลึกซึ้งอย่างมีความหมายและรู้สึกเชื่อมโยงกับบุคคลอื่นในสังคม หรือความต้องการมีส่วนร่วมหรือรู้สึกเป็นสมาชิกส่วนหนึ่งของครอบครัว กลุ่มเพื่อน เพื่อนวัยเดียวกัน เพื่อนบ้าน ครูอาจารย์ ผู้บังคับบัญชาหรือนายจ้าง กลุ่มอย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ คนรู้จักคุ้นเคย คนแปลกหน้า โรงเรียน องค์กรที่ทำงาน องค์กรในชุมชนหรือสังคม (need of belongingness) ประกอบด้วย 3 คุณลักษณะ ได้แก่ ความรู้สึกเกี่ยวพันเชื่อมโยงกับบุคคลอื่นในสังคม (connectedness) ความสัมพันธ์มิตรภาพกับเพื่อน (companionship) และความผูกพันกับบุคคลอื่นในสังคม (affiliation) จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า SC มีอิทธิพลทางบวกต่อ WB (Lee & Robbins, 1995) และสืบเนื่องผลการสำรวจของ UNICEF-led survey (2020) เกี่ยวกับในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดของโรค COVID 19 ซึ่งมีมาตรการทางสังคมใช้หน้ากากอนามัยปิดจมูกและปาก และการเว้นระยะห่างทางกายภาพ พบว่า 8 ใน 10 ของวัยรุ่นไทย มีความกังวลเกี่ยวกับ การระบาดของไวรัส จะส่งผลกระทบต่อรายได้ครอบครัวที่ลดลง จากการที่ผู้ปกครองอาจไม่สามารถดำเนินกิจการธุรกิจ การค้า หรือถูกเลิกจ้างงาน และมากกว่าครึ่งของวัยรุ่นกังวลเกี่ยวกับ การเรียน การสอบ และแผนการว่าจ้างงานในอนาคต ซึ่งสถานการณ์และมาตรการทางสังคมดังกล่าวยังคงดำเนินอยู่อย่างต่อเนื่องจนปัจจุบัน เป็นการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิตใหม่ ซึ่งมีแนวโน้มว่าอาจส่งผลต่อ SC ที่ลดน้อยลง อันอาจจะส่งผลต่อ WB ของวัยรุ่นที่ลดลงด้วย ด้วยเหตุนี้งานวิจัยนี้จึงนำความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคมมาร่วมเป็นตัวแปรทำนายเพื่อทำนายสุขภาวะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

โดยสรุป จากแนวคิด WB ของ Diener และคณะ (2010) กล่าวว่า WB เป็นสภาวะที่บุคคลมีประสบการณ์อารมณ์ทางบวกมากกว่าทางลบ มี FL ทางจิตใจ และมี LS ส่วนแนวคิด PC ของ Greenglass และ Fiksenbaum (2009) กล่าวว่า PC ซึ่งเป็นการจัดการกับปัญหาแบบเตรียมการล่วงหน้า เพื่อป้องกันไม่ให้ปัญหาเกิดขึ้น โดยใช้ทักษะและกิจกรรมต่าง ๆ จัดการกับปัญหา ก่อนปัญหาจะเกิดขึ้นนั้น ส่งผลทางบวกต่อ WB สำหรับแนวคิด SS ของ Weinert (2001) SS ซึ่งเป็นการที่บุคคลได้รับการ SS แบ่งเป็น 5 ด้าน คือ ด้าน Attach, Worth, Inte, Nurtu, และ Assist เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลทางบวกต่อ PC และ WB และแนวคิด SC ของ Lee และ Robbins (1995) กล่าวว่า SC เป็นการที่บุคคลมีสัมพันธภาพและรู้สึกผูกพันเชื่อมโยงกับบุคคลอื่นในสังคมนั้น มีอิทธิพลทางบวกต่อ WB เมื่อประมวลนิยาม ความสัมพันธ์ของแนวคิด และผลงานวิจัยต่าง ๆ ดังกล่าว เห็นได้ว่า งานวิจัยส่วนใหญ่ยังไม่ค่อยพบการศึกษาอิทธิพลเชิงสาเหตุระหว่างตัวแปร SS และ SC ที่มีต่อ WB โดยมี PC เป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยใช้วิธีโมเดลสมการเชิงโครงสร้าง การวิจัยครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบอิทธิพลส่งผ่านของ PC ต่อความสัมพันธ์ระหว่าง SS และ SC ต่อ WB ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการส่งเสริมสุขภาวะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายต่อไป

ภาพที่ 1

กรอบความคิดการวิจัย



หมายเหตุ SS = การสนับสนุนทางสังคม, PC = กลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก, WB = สุขภาวะ, SC = ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม

สมมุติฐานการวิจัย ได้แก่ (1) PC และ SC มีอิทธิพลทางตรงต่อ WB (2) SS มีอิทธิพลทางตรงต่อ PC (3) SS มีอิทธิพลทางตรงต่อ WB และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อ WB ผ่าน PC

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ กลุ่มนักเรียน ที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 ของโรงเรียนสหศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร จำนวน 87,525 คน กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง โดยใช้ค่าดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของการประมาณความคลาดเคลื่อน (RMSEA) (MacCallum et al., 1996) ด้วยโปรแกรม Preacher และ Coffman (2006) เป็นจำนวน 800 คน และเพื่อชดเชยการแก้ไขปัญหาด้านอัตราการตอบกลับของแบบวัดที่ตอบกลับด้วยความจริงใจ จึงกำหนดขนาดตัวอย่างเพิ่มอีกร้อยละ 40 ของกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้ จึงใช้เก็บกลุ่มตัวอย่างจริง 1,168 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi-stage random sampling) ดังนี้ (1) สุ่มโรงเรียนโดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling) โดยแบ่งโรงเรียนเป็น 2 ขนาด คือ ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ มาขนาดละ 2 โรงเรียน จากแต่ละชั้นภูมิของเขตการปกครองชั้นใน ชั้นกลาง และชั้นนอก ได้ 12 โรงเรียน (2) สุ่มห้องเรียนจากโรงเรียนขนาดใหญ่และใหญ่พิเศษมาชั้นปีละ 1 ห้อง ซึ่งประกอบด้วย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) ได้ 36 ห้องเรียน (3) กำหนดคำนวณจำนวนตัวอย่างตามสัดส่วนประชากรในแต่ละชั้นปีของแต่ละโรงเรียนที่สุ่มมา ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย สุ่มนักเรียนจากแต่ละห้องเรียนชั้นปีที่สุ่มได้ตามสัดส่วนให้ได้จำนวน 1,168 คน การเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น ได้ดำเนินการในช่วงเดือน ธันวาคม พ.ศ.2563 ด้วยวิธีแบบสอบถามกระดาษ 9 โรงเรียน ถึง เดือน มกราคม พ.ศ.2564 หลังจากนั้นในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดโรค COVID-19 ทางโรงเรียนจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์โดยให้นักเรียนเรียนที่บ้าน การเก็บข้อมูลจึงเปลี่ยนเป็นวิธีให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามออนไลน์ 3 โรงเรียน รวมได้จำนวนแบบสอบถามที่ตอบสมบูรณ์เพื่อใช้ในการวิจัยได้ทั้งหมด 1,168 ฉบับ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ประกอบด้วย 5 ส่วน ได้แก่ (1) ข้อมูลส่วนบุคคล (2) SS (3) PC (4) WB (5) SC ซึ่งแบบวัดทั้งหมดเป็นแบบวัดชนิดมาตรประมาณค่า 7 ระดับ แบบวัดส่วนที่ 2 – 5 ผ่านการตรวจสอบความตรงและถูกต้องเชิงภาษาของการแปลแบบวัดจากภาษาอังกฤษเป็นไทยจากผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่าน จากนั้นนำไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 119 คน แบบวัดแต่ละชุดมีการวิเคราะห์ค่า Corrected Item Total Correlation และนำมาตรวจความตรงเชิงโครงสร้าง (Measurement Model) ด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) แล้วจึงทำการคำนวณค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) ผลการวิเคราะห์ พบว่า ตัวแปรแฝงที่ศึกษาทั้ง 4 ตัว มีความสัมพันธ์กับตัวแปรสังเกตได้แต่ละรายข้อกระทง และทุกตัวแปรมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ส่วนค่าความเที่ยงของแต่ละแบบวัด ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง .903 - .943

ตารางที่ 1

ผลการวิเคราะห์ค่า Corrected Item-Total Correlation ค่าความเที่ยงของแต่ละแบบวัด การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน และ ค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน (Factor loading) (n = 119)

ชื่อตัวแปร	จำนวนข้อ	พิสัยค่า *CITC*	ความเที่ยง	การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory factor analysis: CFA)							
				Factor loadings	χ^2	*df*	χ^2/df	*p*	*RMSEA*	*CFI*	*TLI*	*SRMR*
SS	15	.555 - .767	.935	.575-.803	165.745	82	2.021	.000	.093	.924	.903	.048
PC	11	.414 - .808	.903	.435 -.865	49.587	40	1.240	.142	.045	.985	.979	.040
SC	8	.647 - .827	.922	.565 -.874	12.526	13	.964	.485	.000	1.000	1.002	.022
WB	24	.442 - .775	.943	.441 - .822	598.399	237	2.525	.000	.113	.818	.788	.087

หมายเหตุ ค่าสถิติทุกค่ามีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$); SS = การสนับสนุนทางสังคม, PC = กลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก, WB = สุขภาวะ, SC = ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม

SS (social support) หมายถึง การรับรู้การได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากแหล่งเครือข่ายบุคคลทางสังคม บุคคลในครอบครัว เพื่อน ครู/อาจารย์ และบุคคลสำคัญ ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้าน Attach, Worth, Inte, Nurtu, และ Assist มีข้อคำถามเชิงบวก 15 ข้อ แบบวัดนี้นำมาจากแบบวัดแหล่งประโยชน์ส่วนบุคคล (The Personal Resource Questionnaire: PRQ–2000) ของ Weinert (2001) นักเรียนที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดนี้มาก เป็นผู้รับรู้การสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนรวมน้อย

PC (proactive coping) หมายถึง การที่บุคคลพยายามบรรลุเป้าหมายที่ตนเองกำหนด และใช้ความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ และทรัพยากรที่มีอยู่รอบ ๆ ตัวมาใช้ประเมินสถานการณ์ปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้น ซึ่งเป็นการเตรียมความพร้อมล่วงหน้า เพื่อให้บุคคลสามารถรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ทันเวลา และมีแรงจูงใจและมุ่งมั่นกำกับตนเองให้บรรลุเป้าหมาย แบบวัดนี้นำมาจากแบบวัด PC เฉพาะด้านการตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุก (Proactive coping subscale) ของ Greenglass และ Fisksenbaum (2009) เนื่องจากแบบมาตรวัดย่อย PC เฉพาะมิติการตั้งเป้าหมายและการจัดการเชิงรุก มีเนื้อหาขั้นตอนหลักสำคัญที่ครอบคลุมเพียงพอกับภาวะสันนิษฐาน (construct) ของ PC แล้ว และทำให้จำนวนข้อคำถามของแบบวัดมีความสั้นกะทัดรัดเหมาะสมมากขึ้น ตลอดจนเป็นแบบมาตรวัดย่อยนี้ ได้ถูกนำมาศึกษาแพร่หลายกับวัยรุ่นทั้งในต่างประเทศและประเทศไทยโดยมีค่าความเที่ยง เท่ากับ .773 ถึง .820 อยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ในการนำไปใช้กับการวัดวัยรุ่นในบริบทสังคมไทย (จิราพร เวชวงศ์, 2559; อรพรรณ ตาทา, 2555) ซึ่งเดิมมี 14 ข้อ หลังจากทำการทดสอบคุณภาพรายข้อของแบบวัดแล้ว จึงเหลือเพียงจำนวน 11 ข้อ นักเรียนที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดนี้มาก เป็นผู้ที่ใช้ PC มากกว่าผู้ที่ได้คะแนนรวมน้อยกว่า

WB (well-being) หมายถึง การรับรู้สุขภาวะของนักเรียน ซึ่งประกอบด้วย 3 ด้าน คือ (1) AF (Positive and Negative Affective Experience) ซึ่งเดิมมีอยู่ 12 ข้อ หลังจากทำการทดสอบคุณภาพรายข้อของแบบวัดแล้ว จึงเหลือเพียงจำนวน 11 ข้อ (2) FL (Flourishing) มีจำนวน 8 ข้อ (3) LS (Life Satisfaction) มีจำนวน 5 ข้อ รวมจำนวนข้อแบบวัด WB 24 ข้อ แบบวัดนี้นำมาจากแบบวัด WB ของ Diener และคณะ (2010) นักเรียนที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดนี้มาก เป็นผู้มีสุขภาวะมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนรวมในระดับต่ำ

SC (social connectedness) หมายถึง การรับรู้ถึงการมีสัมพันธภาพ รู้สึกผูกพันเชื่อมโยงกับบุคคลอื่นรอบข้างในสังคม และเป็นสมาชิกส่วนหนึ่งของสังคม แบบวัดนี้นำมาจากแบบวัดของ Lee และ Robins (1995) มีข้อคำถามเชิงลบ 8 ข้อ นักเรียนที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดนี้มาก เป็นผู้มีความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคมมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนรวมในระดับต่ำ

การวิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐาน วิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ของตัวแปร (correlation) และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) ของตัวแปรแฝงแต่ละตัวเพื่อยืนยันความตรงเชิงโครงสร้าง (construct validity) ของโมเดลการวัด (Measurement Model) และพิจารณาความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ (Structural Equation Model) กับข้อมูลเชิงประจักษ์

ผลการวิจัย

[1] ข้อมูลทั่วไป พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุ 14 – 20 ปี เป็นเพศหญิง ร้อยละ 63.8 เรียนชั้น ม. 4 และ ม. 6 ร้อยละ 35.7 และ 34.8 เรียนแผนการเรียนวิทย์-คณิต, ศิลป์-ภาษา, ศิลป์-คำนวณ และอื่น ๆ ร้อยละ 47.2, 25.3, 19.9 และ 7.6 ตามลำดับ มีเกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ในช่วง 3.50 – 4.00 และ 3.00 – 3.49 ร้อยละ 41.0 และ 34.7 ตามลำดับ บิดามารดาอยู่ด้วยกัน และแยกกันอยู่/หย่าร้าง ร้อยละ 71.1 และ 23.6 ตามลำดับ รายได้เฉลี่ยที่ได้รับต่อวัน 141.25 บาท รายได้พอใช้และมีเหลือเก็บ และพอใช้และไม่มีเหลือเก็บ ร้อยละ 64.6 และ 30.6 ตามลำดับ มีรายได้ครอบครัวต่อเดือน น้อยกว่า 30,000 และ 30,001 – 50,000 บาท ร้อยละ 47.6 และ 23.7 ตามลำดับ

[2] การทดสอบตัวแปรข้อมูลส่วนบุคคล เป็นตัวแปรควบคุมในโมเดลเชิงสาเหตุของสุขภาวะ ด้วยวิธีการวิเคราะห์ t-test และ One-way ANOVA ทดสอบความสัมพันธ์ตัวแปรส่วนบุคคลกับสุขภาวะ พบว่า ปัจจัยเพศ แผนการเรียน สถานภาพสมรสของบิดามารดา ไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะ ($p > .05$ *ns*) ส่วนปัจจัย ระดับชั้นเรียน เกรดเฉลี่ยสะสม ความพียงพอค่าใช้จ่ายส่วนตัวที่ได้รับ และรายได้ครอบครัว มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะ ($p < .001$) และเมื่อวิเคราะห์ Multiple regression ทดสอบอิทธิพลของตัวแปรระดับชั้นเรียน เกรดเฉลี่ย ความเพียงพอค่าใช้จ่ายที่ได้รับ และรายได้ครอบครัว ซึ่งจัดทำแบบ Dummy variables และตัวแปรรายได้ต่อวันของนักเรียน พบว่า ตัวแปรส่วนบุคคลดังกล่าวทั้งหมด ไม่มีอิทธิพลต่อสุขภาวะ ($p > .05$ *ns*) ดังนั้นจึงไม่นำตัวแปรส่วนบุคคลมาเป็นตัวแปรควบคุมในการวิเคราะห์โมเดลเชิงสาเหตุของสุขภาวะ

[3] ค่าเฉลี่ยของ SS โดยภาพรวมส่วนใหญ่อยู่ในระดับค่อนข้างสูง เมื่อพิจารณารายด้าน เรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ Attach (M=5.61, SD=1.19) Inte (M=5.54, SD=1.04) Assist (M=5.45, SD=1.21) Nurtu (M=5.03, SD=1.13) และสุดท้าย Worth (M=4.84, SD=1.12) ค่าเฉลี่ยของ PC อยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง (M=4.75, SD=1.01) ค่าเฉลี่ยของ WB โดยภาพรวมส่วนใหญ่อยู่ในระดับค่อนข้างสูง เมื่อพิจารณารายด้าน เรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ FL (M=5.26, SD=1.04) Affect (M=4.71, SD=0.91) และสุดท้าย LS (M=4.55, SD=1.34) ส่วนค่าเฉลี่ยของ SC อยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง (M=5.24, SD=1.40)

[4] การวิเคราะห์อิทธิพลของ SS, SC ที่มีต่อ WB โดยมี PC เป็นตัวแปรส่งผ่าน พบว่า สัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) ของสมการโครงสร้างของ PC เท่ากับ .299 แสดงว่า ตัวแปร SS อธิบายความแปรปรวนของ PC ได้ร้อยละ 29.9 ส่วนสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) ของสมการโครงสร้างของ WB เท่ากับ .742 แสดงว่า ตัวแปร SS, SC และ PC อธิบายความแปรปรวนของ WB ได้ร้อยละ 74.2 ตัวแปร SS มีอิทธิพลทางอ้อมต่อ WB โดยส่งผ่านตัวแปร PC (ค่าอิทธิพลทางตรง ทางอ้อม และรวม = .539, .177, .716, $p < .001$) ส่วนตัวแปร SC และ PC มีอิทธิพลทางตรงต่อ WB (β = .170, .324, $p < .001$ ตามลำดับ) และตัวแปร SS มีอิทธิพลทางตรงต่อ PC (β = .547, $p < .001$) (ภาพที่ 2)

[5] การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลเชิงสาเหตุปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ WB ก่อนวิเคราะห์โมเดล เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ทุกคู่ในภาพรวม มีค่าไม่เกิน .80 ไม่เกิดปัญหา Multicollinearity แล้วจึงพิจารณาผลของโมเดลเชิงสาเหตุของ SS และ SC ที่มีต่อ WB โดยมี PC เป็นตัวแปรส่งผ่าน มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ยอมรับได้ คือ χ^2 = 176.414, df =29, χ^2/df = 6.083, $p <$ .001, RMSEA = .066, CFI = .978, TLI = .966, SRMR = .027 ตามลำดับ (ภาพที่ 2 และตารางที่ 2)

ตารางที่ 2

ค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรง (DE) อิทธิพลทางอ้อม (IE) อิทธิพลรวม (TE) และ ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) ของโมเดลอิทธิพลของ SS และ SC ที่มีต่อ WB โดยมี PC เป็นตัวแปรส่งผ่าน (n = 1,168)

ตัวแปรสาเหตุ		ตัวแปรผล					
		PC			WB		
		DE	IE	TE	DE	IE	TE
SS	β	.547***	-	.547***	.539***	.177***	.716
	SE	.025	-	.025	.026	.015	-
PC	β				.324***	-	.324***
	SE				.025	-	.025
SC	β				.170***	-	.170***
	SE				.024	-	.024
	R^2		.299***			.742***	

χ^2 = 176.414, df = 29 , χ^2/df = 6.083 , p =.000, RMSEA = .066, CFI = .978, TLI = .966, SRMR = .027

ตัวแปร	Attach	Worth	Inte	Nurtu	Assist	SC	PC
Factor loadings	.766***	.803***	.867***	.776***	.746***	.967***	.932***
ตัวแปร	AF	FL	LS				
Factor loadings	.626***	.947***	.669***				
เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง							
ตัวแปรแฝง	SS	PC	SC	WB			
SS	(.916)						
PC	.547***	(.895)					
SC	.521***	.285***	(.936)				
WB	.804***	.667***	.543***	(.937)			

หมายเหตุ *** $p <$ .001, สองหาง, ตัวเลขในวงเล็บ ( ) เป็นค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของครอนบาค

เมื่อพิจารณาเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงมีค่าอยู่ระหว่าง .285 - .804 โดยตัวแปรมีความสัมพันธ์กันทางบวก ตัวแปรที่มีค่าความสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ SS กับ WB (.804) รองลงมา PC กับ WB (.667) ส่วนตัวแปรที่มีค่าความสัมพันธ์กันน้อยสุด คือ PC กับ SC (.285)

เมื่อพิจารณาความสำคัญขององค์ประกอบแต่ละตัวแปรสังเกตได้ของตัวแปรแฝง (1) SS พบว่า องค์ประกอบที่มีน้ำหนักความสำคัญ (Factor loadings) สูงสุด คือ ด้าน Inte รองลงมา Worth, Nurtu, Attach และ Assist มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .867, 803, .776, .766 และ.746 ตามลำดับ (2) PC เฉพาะด้านการตั้งเป้าหมายและการจัดการเชิงรุก (ซึ่งประกอบด้วยการ

ประเมินสถานการณ์ที่กำลังจะเป็นปัญหา วิเคราะห์กำหนดเป้าหมายและวางแผนกลยุทธ์ล่วงหน้า ในการจัดเตรียมแหล่งทรัพยากรมาใช้ในการจัดการป้องกันปัญหาหรือลดอุปสรรคปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นให้ลดน้อยลง และมีแรงจูงใจกำกับตนเองให้บรรลุเป้าหมายนั้น) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบรวมเท่ากับ .932 (3) WB องค์ประกอบที่มีน้ำหนักความสำคัญสูงสุด คือ ด้าน FL (ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะ การใช้ชีวิตอย่างมีเป้าหมาย มีสัมพันธภาพทางสังคมที่สนับสนุนกันกับผู้อื่น มีศักยภาพในการเข้าร่วมและสนใจทำกิจกรรม เอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น การใช้ชีวิตที่เป็นอยู่ที่ดี มองอนาคตด้านดี และการได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่น) รองลงมา LS และสุดท้าย AF มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .947, .669 และ .626 ตามลำดับ (4) SC (ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะการมีสัมพันธภาพและรู้สึกผูกพันเชื่อมโยงกับบุคคลอื่นในสังคม) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบรวมเท่ากับ .967 (ตาราง 2)

[6] ผลการวิเคราะห์ลักษณะอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมของตัวแปรที่ส่งผลต่อสุขภาวะ พบว่า

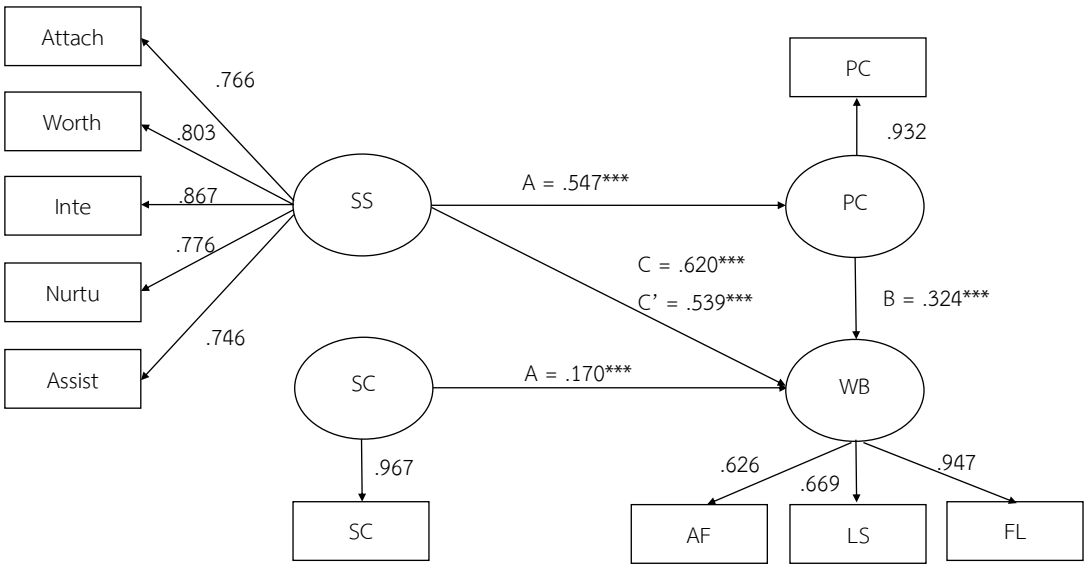
6.1 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อสุขภาวะ มี 3 ตัวแปร ได้แก่ SS, PC และ SC โดยตัวแปรที่มีอิทธิพลมากที่สุด คือ SS มีขนาดอิทธิพลเท่ากับ .539 รองลงมา PC และ SC มีขนาดอิทธิพล .324 และ .170 ตามลำดับ

6.2 ตัวแปร SS มีอิทธิพลทางตรงต่อ PC มีขนาดอิทธิพล .547

6.3 ตัวแปร SS มีอิทธิพลทางอ้อมต่อ WB โดยมี PC เป็นตัวแปรส่งผ่านแบบบางส่วน (partial mediation) มีขนาดอิทธิพลเท่ากับ .177 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบว่า เมื่อเพิ่ม PC เข้าไปร่วมวิเคราะห์ในฐานะตัวแปรส่งผ่าน อิทธิพลของ SS ต่อ WB ยังคงมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นเดิมแต่ด้วยขนาดอิทธิพลที่เล็กลง (b ก่อน และหลังเพิ่มตัวแปรส่งผ่าน เท่ากับ .620 และ .539 ตามลำดับ, p < .001) แสดงว่า PC เป็นตัวแปรส่งผ่านความสัมพันธ์แบบบางส่วน (Partial mediator) ระหว่าง SS กับ WB

ภาพที่ 2

โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของสุขภาวะ (n = 1,168)



หมายเหตุ ค่าสถิติทุกตัวมีนัยสำคัญทางสถิติ p < .001, R^2 ของสมการโครงสร้างของ PC = .299, R^2 ของสมการโครงสร้างของ WB = .742, χ^2 = 176.414, df =29, χ^2/df = 6.083, p <. 001, RMSEA = .066, CFI = .978, TLI = .966, SRMR = .027

*** p < .001, c และ c'= ค่าขนาดอิทธิพลทางตรง ก่อน และหลังใส่ตัวแปรส่งผ่านในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์, SS = การสนับสนุนทางสังคม, PC = กลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก, WB = สุขภาวะ, SC = ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคม, Attach = การสนับสนุนทางสังคมด้านความรักผูกพัน, Worth = การยอมรับในคุณค่าตนเอง, Inte = การรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม, Nurtu = การเอื้อประโยชน์ต่อผู้อื่น, Assist = การได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำ, AF = ประสบการณ์อารมณ์ทางบวกและทางลบ, LS = ความพึงพอใจในชีวิต และ FL = ความงอกงาม

อภิปรายผลการวิจัย

[1] ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 1 PC และ SC มีอิทธิพลทางตรงต่อ WB อาจอธิบายได้ว่า วัยรุ่นที่มีสัมพันธภาพและรู้สึกผูกพันเชื่อมโยงกับบุคคลอื่นรอบข้างในเครือข่ายทางสังคมสูง มีแนวโน้มที่จะรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้รับการยอมรับ เป็นที่ต้องการของผู้อื่น และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง รู้สึกเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองในการปฏิบัติบทบาทหน้าที่ในการเรียนและครอบครัว อาจคาดหวังได้ว่ามีคนที่เขาสามารถขอความช่วยเหลือด้านทรัพยากรต่าง ๆ อย่างเพียงพอที่ต้องใช้ในการจัดการป้องกันหรือแก้ไข

ปัญหาอุปสรรค ซึ่งจะช่วยป้องกันหรือลดปัญหาความเครียดที่เกิดขึ้นให้น้อยลงหรือทำให้เกิด WB ระดับสูง ส่วนวัยรุ่นที่ใช้ PC สูง เป็นบุคคลที่มีทักษะการวางแผน สร้างกลยุทธ์ต่าง ๆ และพลังแรงจูงใจมุ่งมั่น โดยนำประสบการณ์ ศักยภาพ และทรัพยากรสะสมที่มีอยู่รอบตัวมาใช้ในการปฏิบัติงานให้สำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งเป็นการป้องกันหรือลดปัญหาความเครียดที่เกิดขึ้นให้น้อยลง อันจะส่งผลทำให้วัยรุ่นมี FL ในการใช้ชีวิตอย่างมีเป้าหมาย มีสัมพันธภาพทางสังคมกับผู้อื่น มีศักยภาพในการเข้าร่วมและสนใจทำกิจกรรมเอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่น มีประสบการณ์อารมณ์ทางบวก และมี LS อันเป็นคุณลักษณะของ WB ระดับสูง สอดคล้องกับการศึกษาหลายงานที่พบว่า PC มีอิทธิพลทางบวกกับ WB (Greenglass & Fiskenbaum, 2009; Vaculikova & Soukup, 2019; จิราพร เวชวงษ์, 2559) เช่นเดียวกับ Lee และ Robbins (1995) ที่พบว่า ความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคมมีอิทธิพลทางบวกกับสุขภาวะ

[2] ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 2 SS มีอิทธิพลทางตรงต่อ PC อาจอธิบายได้ว่า วัยรุ่นที่ได้รับ SS จากบุคคลแวดล้อมที่ใกล้ชิด เช่น คนในครอบครัว เพื่อน ครู และบุคคลสำคัญ โดยได้รับ SS ทั้งด้าน Attach และ Assist อย่างเพียงพอ ทำให้วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะรู้สึกว่า มีบุคคลเครือข่ายทางสังคมที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิด ให้ความรัก ดูแลเอาใจใส่ รู้สึกตนเองเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว/กลุ่มเพื่อน/โรงเรียน/สังคม ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่น รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง วัยรุ่นอาจจะหาโอกาส Nurtuบ้างเช่นกัน จะช่วยทำให้วัยรุ่นเกิดวิจารณญาณและความเชื่อมั่นในการนำศักยภาพที่มีอยู่ในตัวรวมทั้งแหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ที่สะสมอย่างเพียงพอมาใช้ในการประเมินสถานการณ์ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต วางแผนกลยุทธ์ และเป้าหมาย ในการใช้ทักษะและทรัพยากรสะสมที่มีอยู่รอบตัวในการป้องกันปัญหาที่อาจกำลังจะเกิดขึ้น และมีแรงจูงใจมุ่งมั่นกำกับตนเองให้บรรลุเป้าหมาย ซึ่งเป็นองค์ประกอบของ PC ในระดับสูงขึ้น สอดคล้องกับ จุฬาพร คำมุงคุล และคณะ (2562) ศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากกลุ่มเพื่อนและอาจารย์ในมหาวิทยาลัย มีอิทธิพลทางตรงและร่วมทำนายพฤติกรรมปรับตัวในการเรียนของนักศึกษา เช่นเดียวกับการศึกษาหลายงานที่พบว่า SS มีอิทธิพลทางบวกต่อ PC (Greenglass & Fiksenbaum, 2009; Vaculikova & Soukup, 2019)

[3] ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 3 SS มีอิทธิพลทางตรงต่อ WB และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อ WB โดยมี PC เป็นตัวแปรส่งผ่านแบบบางส่วน แสดงว่า วัยรุ่นที่มี SS สูง โดยไม่จำเป็นต้องมีหรือมี PC ระดับต่ำ ก็จะสามารถทำให้เกิด WB สูงได้ แต่หากวัยรุ่นมี SS สูง จะช่วยส่งเสริมอิทธิพลหรือส่งผลให้มีการใช้ PC สูงเพิ่มขึ้น ก็จะสามารถส่งผลต่อ WB สูงเพิ่มขึ้นได้ รวมไปถึงกรณีที่วัยรุ่นมี PC สูง ก็จะส่งผลทางตรงในทางบวกให้เกิด WB ที่สูงได้ อาจอธิบายได้ว่า วัยรุ่นที่ได้รับ SS จากแหล่งเครือข่ายบุคคลใกล้ชิดรอบข้างในสังคม ครอบครัว เพื่อน ครู และบุคคลสำคัญ โดยได้รับ Attach, Assist ทำให้วัยรุ่นรู้สึกว่า มีบุคคลเครือข่ายทางสังคมที่สัมพันธ์ใกล้ชิด ให้ความรัก ดูแลเอาใจใส่ รู้สึกตนเองเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว/กลุ่มเพื่อน/โรงเรียน/สังคม ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่น รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง วัยรุ่นจะหาโอกาส Nurtu บ้างเช่นกัน จะส่งเสริมให้วัยรุ่นเกิดวิจารณญาณและความเชื่อมั่นในการนำศักยภาพที่มีอยู่ในตัวและแหล่งทรัพยากรสะสมที่มีอยู่รอบตัวจากการที่ได้รับอย่างเพียงพอมาใช้ในการประเมินสถานการณ์ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต วางแผน กลยุทธ์ เป้าหมาย มีแรงจูงใจมุ่งมั่นกำกับตนเองให้บรรลุเป้าหมาย และดำเนินการตามขั้นตอนในการป้องกันปัญหา ขจัด หรือลดอุปสรรคที่เริ่มกำลังจะก่อตัวเป็นปัญหาในอนาคตหรืออุปสรรคหรือปัญหาที่เกิดขึ้นในระยะเริ่มต้นให้ลดน้อยลง อันจะส่งผลต่อการบรรลุเป้าหมายที่ตนเองเป็นผู้กำหนด ซึ่งเป็นองค์ประกอบของ PC ในระดับสูงขึ้น ที่จะส่งผลให้บุคคลพัฒนามี FL ในตนเอง มีการใช้ชีวิตอย่างมีความหมายและเป้าหมาย มีสัมพันธภาพทางสังคมกับผู้อื่น มีศักยภาพในการเข้าร่วมและสนใจทำกิจกรรม เอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่น มีประสบการณ์อารมณ์ความรู้สึกทางบวกมากกว่าทางลบ และมี LS ซึ่งเป็นคุณลักษณะของ WB ในระดับสูง สอดคล้องกับ พิณนภา หมวกยอด (2558) ที่ศึกษาพบว่า SS จากครอบครัว และจากกลุ่มเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะองค์รวม เช่นกับ Greenglass & Fiskenbaum, 2009 และ Vaculikova & Soukup, 2019 ที่พบว่า พบว่า SS มีอิทธิพลทางตรงต่อ WB และมีอิทธิพลทางอ้อมต่อ WB โดยมี PC เป็นตัวแปรส่งผ่านแบบบางส่วน

ข้อเสนอแนะในทางปฏิบัติ

บุคคลเครือข่ายทางสังคม ได้แก่ ผู้ปกครอง/บุคคลในครอบครัว เพื่อน ครูอาจารย์ และผู้เกี่ยวข้องกับการพัฒนาวัยรุ่น ควรพิจารณาการพัฒนากิจกรรมการอบรมดูแล การเรียนการสอน และการพัฒนาผู้เรียน ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับ SS ในภาพรวมที่มีผลต่อ WB มากที่สุด โดยเน้นองค์ประกอบการรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว/กลุ่มเพื่อน/โรงเรียน/สังคมที่มีน้ำหนักองค์ประกอบมากที่สุด รองลงมา การได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง การเอื้อประโยชน์ช่วยเหลือผู้อื่น การได้รับความรักเอาใจใส่ผูกพัน และการได้รับความช่วยเหลือการเงินวัตถุอุปกรณ์สิ่งของแรงงานบริการหรือข้อมูลข่าวสารคำแนะนำอย่างเพียงพอ ควบคู่ไปกับการส่งเสริมให้ผู้เรียนฝึกทักษะกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงรุก และมีความรู้สึกเชื่อมโยงทางสังคมที่มากขึ้น อันจะช่วยส่งผลให้มีสุขภาวะโดยภาพรวมเพิ่มขึ้น ตลอดจนการส่งเสริมสุขภาวะโดยภาพรวมของวัยรุ่นนั้น ควรต้องเริ่มต้นส่งเสริมคุณลักษณะทางจิตของสุขภาวะด้านความงอกงามทางจิตใจ ที่มีน้ำหนักองค์ประกอบที่มีผลต่อสุขภาวะโดยภาพรวมมากที่สุดก่อน โดยความงอกงามทางจิตใจ

ประกอบด้วยคุณลักษณะการใช้ชีวิตอย่างมีจุดมุ่งหมายและมีความหมาย ความสัมพันธ์ทางสังคมที่สนับสนุนกัน การเข้าร่วมและสนใจทำกิจกรรมต่าง ๆ ในแต่ละวัน การมุ่งช่วยเหลือให้ผู้อื่นมีความสุข การมีศักยภาพและความสามารถ การเป็นคนดีและมีชีวิตที่เป็นอยู่ที่ดี การมองอนาคตวันข้างหน้าด้านดี และ การได้รับการเคารพนับถือจากผู้อื่น จึงจะทำให้เกิดสุขภาวะในด้านอื่น ๆ ได้แก่ สุขภาวะด้านความพึงพอใจในชีวิต และสุขภาวะด้านประสบการณ์อารมณ์ความรู้สึกทางบวกมากกว่าทางลบของวัยรุ่นตามมา ซึ่งจะส่งผลทำให้วัยรุ่นมีสุขภาวะโดยภาพรวมเพิ่มมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

[1] การวิจัยครั้งต่อไป ควรพิจารณานำมาตรวัด PC ฉบับสมบูรณ์ ทั้ง 7 ด้าน ได้แก่ ด้านการตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุก การไตร่ตรองทางเลือก การวางแผนกำหนดกลยุทธ์ การเตรียมวางแผนป้องกัน การแสวงหาความช่วยเหลือและขอคำปรึกษา การแสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ และการหลีกหนีปัญหา และนำมาเข้าโมเดลการวิจัย อาจได้ผลที่แตกต่างจากการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งเลือกใช้มาตรวัดกลวิธีจัดการปัญหาเชิงรุกเฉพาะด้านการตั้งเป้าหมายและจัดการเชิงรุก

[2] การวิจัยครั้งนี้จำกัดขอบเขตเฉพาะตัวแปรเชิงสาเหตุที่ทำให้เกิดสุขภาวะ คือ SS, PC และ SCและศึกษาเฉพาะกลุ่มตัวอย่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตกรุงเทพมหานคร จึงควรนำโมเดลการวิจัยนี้ ขยายไปสู่ตัวแปรเชิงสาเหตุอื่น ๆ ต่อสุขภาวะ เช่น ความฉลาดทางอารมณ์ และทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น กลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ที่อยู่ในเขตภูมิภาคต่างจังหวัดอื่น ๆ เพื่อช่วยเพิ่มสารสนเทศและขยายผลการวิจัยได้มากขึ้น

รายการอ้างอิง

จิราพร เวชวงศ์. (2559). *ความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีผลต่อความอยู่ดีมีสุขเชิงอัตวิสัยของนิสิตระดับปริญญาตรี* [วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต]. บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยบูรพา.

จุฬาพร คำมุงคุล, อังศินันท์ อินทรกำแหง และ กมลวรรณ คารมปราชญ์ คล้ายแก้ว. (2562). ศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมการปรับตัวในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, *25*(1), 1-24.

พันธุ์นภา กิตติรัตนไพบูลย์, ดุษฎี จึงศิรกุลวิทย์, อธิป ตันอารีย์ และ บังอร สุปรีดา. (2563). แนวโน้มและปัจจัยที่มีผลต่อระดับสุขภาพจิตคนไทย: การสำรวจระดับชาติ ปี พ.ศ. 2561. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, *28*(2), 121-135.

พิณนภา หมวกยอด. (2558). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะองค์รวมของเยาวชนครอบครัวแตกแยก. *วารสารพัฒนบริหารศาสตร์*, *55*(1), 51-58.

อรพรรณ ตาทา. (2555). การทดสอบความเที่ยงตรงและความเชื่อถือได้ของแบบวัดกลวิธีเผชิญความเครียดเชิงรุกฉบับภาษาไทย [วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต]. บัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychological Bulletin*, *121*(3), 417-436.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, *98*(2), 310-357.

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social indicators research*, *97*(2), 143-156.

Greenglass, E., & Fiksenbaum, L. (2009). Proactive coping, positive affect, and well-being: Testing for mediation Using path analysis. *European Psychologist*, *14*(1), 29-39. https://doi.org/10.1027/1016-9040.14.1.29

Lee, R. M. & Robbins, S. B. (1995). Measuring belongingness: The Social Connectedness and the Social Assurance Scales. *Journal of Counseling Psychology*, *42*(2), 232-241. https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.2.232

MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological methods*, *1*(2), 130-149.

Preacher, K. J., & Coffman, D. L. (2006). *Computing power and minimum sample size for RMSEA.* Retrieved from http://quantpsy.org/

Rungsang, B. & Chaimongkol, N. (2017).The prevalence of suicidal ideation among high school students in Thailand and its potential related risk factors. *Thai Pharmaceutical and Health Science Journal*, *12*(1), 31-35.

United Nations Children's Fund. (2020). *UNICEF-led survey.* Retrieved from https://www.unicef.org/thailand/press-releases/8-10-youth-worried-about-their-family- income-due-covid19

Vaculikova, J., & Soukup, P. (2019). Mediation pattern of proactive coping and social support on well-being and depression. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, *19*(1), 39-54.

Weinert, C. (2001). Measuring social support: PRQ 2000. In O. Strickland & C. Dilorio (Eds.), *Measurement of nursing outcomes: Self-care and coping*. (pp. 161-172). New York: Springer Publishing Company.

ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด รูปแบบความผูกพัน ต้นทุนทางจิตวิทยา และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา

ฐิตาพร แก้วบุญชู* กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ และ สมบุญ จารุเกษมทวี
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน*: thita.kbc@gmail.com

บทคัดย่อ

ภาวะซึมเศร้ามีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นในสังคมไทยโดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น การศึกษาครั้งนี้มุ่งเน้นศึกษาภาวะซึมเศร้าในกลุ่มวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา โดยเป็นการศึกษาแบบภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ที่ความเครียด รูปแบบความผูกพัน ต้นทุนทางจิตวิทยามีกับภาวะซึมเศร้า และศึกษาความสามารถที่ปัจจัยเหล่านี้ทำนายภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่เคยมีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา โดยเก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสุ่มแบบเจาะจงจำนวน 141 คน อายุ 18-25 ปี มีประสบการณ์แยกจากบิดาและ/มารดาในช่วงตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 16 ปี เป็นเวลาต่อเนื่องกันตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป และไม่อยู่ระหว่างการบำบัดรักษาทางจิตเวช กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามออนไลน์ ซึ่งประกอบด้วย มาตรวัดความเครียดมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .85 รูปแบบความผูกพัน มิติความมั่นใจ มิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด มิติต้องการการยอมรับ มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ และมิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .78, .71, .80, .86, .75 ตามลำดับ ต้นทุนทางจิตวิทยามีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .87 และภาวะซึมเศร้า มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .85 ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติสหสัมพันธ์เพียร์สันและการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณด้วยวิธีการใส่ตัวแปรอิสระเข้าพร้อมกัน ผลการศึกษา พบว่าภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) กับ ความเครียด รูปแบบความผูกพันด้านต่าง ๆ และต้นทุนทางจิตวิทยา อย่างไรก็ตาม จากผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณพบว่า แม้ปัจจัยเหล่านี้ร่วมกันทำนายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 68 ($R^2 = .68$, $p < .001$) แต่มีเฉพาะความเครียดเท่านั้นที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

คำสำคัญ : ภาวะซึมเศร้า ความเครียด รูปแบบความผูกพัน ต้นทุนทางจิตวิทยา ประสบการณ์ถูกแยกจากบิดามารดา

RELATIONSHIPS AMONG STRESS, ATTACHMENT STYLES, PSYCHOLOGICAL CAPITAL AND DEPRESSION IN ADOLESCENTS WITH LEFT-BEHIND EXPERIENCES

Thitaporn Kaewboonchoo*, Kullaya Pisitsungkagarn, Somboon Jarukasemthawee
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email*: thita.kbc@gmail.com

Abstract

Depression is likely to increase in Thailand especially, in youngsters. This cross-sectional study focused on depression in adolescents with left behind experiences. It aimed to examine the relationships that stress, attachment styles, and psychological capital had with depression as well as the degree to which these variables could predict depression in adolescents with left-behind experiences. The sample, selected by purposive sampling method consisted of 141 young adults (aged 18-25) with left-behind experiences, having to live apart from their mothers and/or fathers for more than six months when they were younger than sixteen years of age, and are not under psychotherapy. Participants responded to the on-line measures of stress (α = .85) attachment styles (α = .78, .71, .80, .86, .75), psychological capital (α = .87) and depressive symptoms (α = .85). Pearson's product moment correlation and multiple regression analyses suggested significant associations ($p < .01$) among study variables in the directions hypothesized. When examined together, the predictor variables accounted for 68% of the variance of depression (R^2 = .68, $p < .001$). However, only stress could significantly predict depression in adolescents with left-behind experiences.

Keywords: Depression, stress, attachment styles, psychological capital, left-behind experiences

บทนำ

ปัจจุบันภาวะซึมเศร้าถือเป็นประเด็นปัญหาทางจิตใจที่พบเห็นได้ทั่วไป องค์การอนามัยโลก (World Health Organization [WHO], 2020) ได้รายงานว่ามีคนถึง 264 ล้านคนทั่วโลกมีอาการซึมเศร้า ในขณะที่ประเทศไทยนั้น กรมสุขภาพจิต (2562) รายงานว่ามีผู้ที่ประสบอาการซึมเศร้าถึง 1.5 ล้านคน และแนวโน้มสูงขึ้นในคนที่อายุน้อย สอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบของ Ibrahim et al. (2013) ที่กล่าวว่าช่วงวัยรุ่น (18-25 ปี) เป็นช่วงวัยที่เผชิญกับอัตราความเสี่ยงในการเป็นภาวะซึมเศร้ามากกว่าประชาชนทั่วไป โดยค่าเฉลี่ยความชุกของภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นอยู่ที่ร้อยละ 30.6 กล่าวได้ว่า ภาวะซึมเศร้าในกลุ่มวัยรุ่นอายุ 18–25 ปีนั้นปัจจุบันมีแนวโน้มที่สูงมากขึ้น เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่กำลังปรับตัวจากโรงเรียนมัธยมศึกษามาสู่มหาวิทยาลัยซึ่งเป็นสังคมที่ใหญ่ขึ้น นอกจากนี้ ยังเป็นวัยที่จำเป็นต้องเผชิญหน้ากับความเปลี่ยนแปลงในชีวิตช่วงเปลี่ยนผ่าน (กุลปริยา ศิริพานิช, 2559) โดยมีปัจจัยที่ท้าท้ายเข้ามาในชีวิตมากมาย เช่น ปัจจัยทางด้านการเงิน ปัจจัยทางด้านความเป็นอยู่ และปัจจัยทางความวิตกกังวลด้านอนาคตหน้าที่การงาน (Islam et al., 2018) เป็นต้น

นอกเหนือจากปัจจัยข้างต้น ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและบุตรนั้นอาจเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อพิจารณาถึงความจำเป็นของบิดามารดาในบางครอบครัวที่ต้องอพยพย้ายถิ่นฐานเพื่อโอกาสทางเศรษฐกิจและ/หรือคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า ซึ่งส่งผลให้เด็กและเยาวชนบางกลุ่มที่มิได้มีโอกาสอยู่กับบิดามารดาตามปกติ มีการนิยามเรียกเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้ว่าเด็กและเยาวชนที่แยกจากบิดามารดา (left-behind children) ซึ่งหมายรวมถึง เด็กและเยาวชนที่มิได้อาศัยอยู่กับบิดาและ/หรือมารดา ในช่วงอายุ 0 – 16 ปี เป็นระยะเวลาต่อเนื่องกันที่ไม่ต่ำกว่า 6 เดือน จากการศึกษาที่ผ่านมาของประเทศจีน พบว่า ประสบการณ์แยกจากบิดามารดาส่งผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาวะทางจิตใจ (Liu et al., 2020) โดยวัยรุ่นที่เคยมีประสบการณ์แยกจากบิดามารดานั้นมีความเสี่ยงต่อปัญหาทางจิตใจและพฤติกรรมมากกว่าวัยรุ่นทั่วไป (Tian et al., 2019) โดยเฉพาะประเด็นปัญหาเรื่องการปรับตัว (Wang et al., 2014) สอดคล้องกับงานวิจัยอื่นที่ระบุถึงความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าของเด็กกลุ่มนี้ (Liang et al., 2016; Tomsa & Jenaro, 2015; Zhou et al., 2018) อย่างไรก็ตาม แม้การแยกจากบิดามารดานี้จะปรากฏเพิ่มขึ้นในสังคมไทยปัจจุบัน แต่ยังขาดการศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวข้อง การศึกษาวิจัยในครั้งนี้จึงได้จัดทำเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และช่วยทำนายภาวะซึมเศร้าในกลุ่มวัยรุ่นไทยที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา

จากการศึกษาที่ผ่านมา แสดงให้เห็นอิทธิพลของประสบการณ์แยกจากบิดามารดาที่มีต่อรูปแบบความผูกพัน ดังตัวอย่างงานวิจัยของ Liang et al. (2018) ได้ศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบความผูกพันระหว่างวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดากับวัยรุ่นทั่วไป พบว่า มีความแตกต่างกัน กล่าวคือ ในวัยรุ่นที่แยกจากบิดามารดานั้นมีการสร้างรูปแบบความผูกพันที่ไม่มี ประสิทธิภาพเท่าวัยรุ่นทั่วไป ซึ่งเหล่านี้ส่งผลทางลบต่อการมีทรัพยากรทางจิตใจในตนเอง (Psychological resources) ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่วัยรุ่นใช้ในการรับมือกับความเครียดที่เกิดขึ้น และพบว่าวัยรุ่นที่แยกจากบิดามารดาได้รับประโยชน์จากรูปแบบความผูกพันด้อยกว่าวัยรุ่นทั่วไป อันส่งผลให้วัยรุ่นกลุ่มนี้มีความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าสูงกว่า ปัจจุบัน ยังไม่ปรากฏงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา และผลของรูปแบบความผูกพันที่มีต่อความซึมเศร้า จึงเป็นคำถามเกิดขึ้นว่าจะมีปัจจัยป้องกันอื่นมาทดแทนได้หรือไม่ อย่างไรก็ตาม จากการมีรูปแบบความผูกพันที่ไม่มีประสิทธิภาพเท่ากับกลุ่มวัยรุ่นทั่วไป จึงอาจทำให้วัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา ขาดทรัพยากรในการรับมือกับผลกระทบที่ตามมาเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาในชีวิต

ผลการวิจัยหลายชิ้น กล่าวว่า ความเครียดเป็นปัจจัยหนึ่งซึ่งนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า เช่น การศึกษาของ Dahlin et al. (2005), Mui และ Kang (2006) และ ของ Praag (2004) ความเครียดเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ทั่วไปและไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ในชีวิตประจำวัน Lazarus และ Cohen (1979) กล่าวว่า กระบวนการเกิดความเครียด ประกอบด้วย 1) การรับรู้สิ่งเร้า และ 2) การรับมือกับความเครียด โดยเมื่อเกิดกระบวนการข้างต้นขึ้นแล้ว หากบุคคลรับรู้ว่าเหตุการณ์ที่ตนเองเผชิญมีความเกี่ยวข้องส่งผลกระทบกับตนเองโดยตรง ประกอบกับตนนั้นไม่มีทรัพยากรทางจิตใจที่เพียงพอหรือวิธีการช่วยเหลือสนับสนุนจากบุคคลอื่น เช่น การสนับสนุนทางสังคม (social support) อาจจะทำให้บุคคลนั้นสูญเสียความมั่นใจ บั่นทอนความเชื่อในความสามารถในตนเอง (self-efficacy) และการควบคุมตนเอง (control) นำไปสู่ความเครียดซึ่งอาจพัฒนาไปเป็นภาวะซึมเศร้าได้ โดยสำหรับวัยรุ่นแล้วนั้น การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลใกล้ชิด อาทิ บิดาและมารดา ถือว่ามีความสำคัญช่วยลดความเสี่ยงในการมีความเครียดและความรู้สึกซึมเศร้าได้ (Roberts et al., 1996)

นอกเหนือจากทรัพยากรทางสังคมแล้วนั้น การที่บุคคลมีต้นทุนทางจิตวิทยา (Psychological Capital) หรือ “ทรัพยากรทางจิตใจที่มนุษย์มีอยู่ภายในตนเอง” ก็ได้รับรายงานว่ามีผลต่อภาวะซึมเศร้าที่บุคคลประสบ โดยทรัพยากรทางจิตใจสามารถสั่งสมและกำหนดทิศทางในการพัฒนาได้ มีองค์ประกอบทั้งหมด 4 ด้าน ได้แก่ การรับรู้ความสามารถในตนเอง ความหวัง (hope) การมองโลกในแง่ดี (optimism) และความยืดหยุ่นของจิตใจ (resilience) (Luthans et al., 2007) โดยต้นทุนทางจิตวิทยา ถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่นักวิจัยสนใจศึกษาในการอธิบายภาวะอารมณ์และการปรับตัวของบุคคล (Avey et al., 2009) โดยในประเด็นของวัยรุ่นที่มี

ประสบการณ์แยกจากบิดามารดานั้น Han et al. (2017) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ทางลบ (negative life events) และภาวะซึมเศร้า โดยมีองค์ประกอบของต้นทุนทางจิตวิทยา อันได้แก่ ความยืดหยุ่นของจิตใจเป็นตัวแปรส่งผ่านในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา ทั้งนี้ คณะผู้วิจัยพบว่า ความยืดหยุ่นทางจิตใจนั้นมีผลช่วยบรรเทาอารมณ์ทางลบที่เกิดขึ้นภายใต้ความเครียดและส่งผลให้ลดความเสี่ยงที่กลุ่มตัวอย่างจะประสบภาวะซึมเศร้าลดลงตามลำดับ เช่นเดียวกันกับการศึกษาของ Bakker et al. (2017) กล่าวถึงผลของต้นทุนทางจิตวิทยาที่มีต่อภาวะซึมเศร้าว่า ต้นทุนทางจิตวิทยานั้นมีส่วนช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวกับอาการของภาวะซึมเศร้าได้ดีมากยิ่งขึ้น กล่าวคือ หากมีต้นทุนทางจิตวิทยาที่สูงมากขึ้นแนวโน้มการมีภาวะซึมเศร้าก็จะลดลงตามลำดับ

อย่างไรก็ตามการศึกษาความสัมพันธ์ที่ความเครียด รูปแบบความผูกพัน และต้นทุนทางจิตวิทยามีกับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดานั้นยังมีจำกัด และยังไม่ปรากฏในบริบทของสังคมไทย ดังนั้น การศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ที่ปัจจัยเหล่านี้มีกับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา และศึกษาว่าความเครียด รูปแบบความผูกพัน และต้นทุนทางจิตวิทยาจะร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นกลุ่มนี้อย่างไร เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้จัดสรรทรัพยากรในการให้คำปรึกษาในกลุ่มวัยรุ่น โดยเฉพาะที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ที่ความเครียด รูปแบบความผูกพัน ต้นทุนทางจิตวิทยามีกับภาวะซึมเศร้า และศึกษาความสามารถที่ปัจจัยเหล่านี้ทำนายภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่เคยมีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา

สมมติฐานการวิจัย

1. ความเครียดมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า
2. รูปแบบความผูกพันมีค่าสหสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า ดังนี้
   2.1 มิติความมั่นใจมีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า
   2.2 มิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิดมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า
   2.3 มิติความต้องการการยอมรับมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า
   2.4 มิติความหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า
   2.5 มิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรองมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า
3. ต้นทุนทางจิตวิทยามีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า
4. ความเครียด รูปแบบความผูกพัน และต้นทุนทางจิตวิทยา ร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

วิธีการดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

งานศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นงานศึกษาวิจัยเชิงอนุมานแบบภาคตัดขวาง (cross-sectional study)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ คือ วัยรุ่นอายุ 18-25 ปี เพศชายและหญิง มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดาในขณะที่มีอายุตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 16 ปี ต่อเนื่องกันตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป และไม่อยู่ระหว่างการบำบัดรักษาทางจิตเวช จำนวน 141 คน อาศัยอยู่ทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด โดยผู้วิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าสู่งานวิจัยด้วยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง (purposive sampling) และกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัยโดยตอบแบบสอบถามผ่านช่องทางออนไลน์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการศึกษา สาขาที่ศึกษา จำนวนพี่น้อง ช่วงเวลาและช่วงอายุที่ถูกดูแลโดยบุคคลอื่น การติดต่อกับบิดามารดาในช่วงแยกจาก และบุคคลที่กลุ่มตัวอย่างพึ่งพิงในช่วงแยกจาก

มาตรวัดความเครียด (Perceived Stress Scale – 10; PSS - 10) นำมาจากมาตรของ ธิติ พรโกศลสิริเลิศ และคณะ (2560) ซึ่งพัฒนามาจากมาตรฉบับเต็มโดย Cohen และ Williamson (1988) ผ่านการตรวจสอบความตรงทางเนื้อหาและมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาคเท่ากับ .79 เป็นมาตรวัดประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 5 ระดับ มีตั้งแต่ 0 “ไม่เคย” จนถึง 4 “บ่อยมาก” ผลรวมที่มีคะแนนสูง หมายถึง บุคคลนั้นมีความเครียดสูง ในทางกลับกันหากผลรวมมีคะแนนต่ำจะแสดงถึงความเครียดที่ต่ำ

สำหรับการศึกษาครั้งนี้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาค เท่ากับ .85

มาตรวัดรูปแบบความผูกพันฉบับย่อ (Attachment Style Questionnaire – short form: ASQ-SF) ผู้วิจัยแปลมาจากมาตรของ Karantzas (2010) เป็นมาตรวัดประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 6 ระดับ โดยมีระดับการวัดจาก “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” จนถึง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ผลรวมคะแนนของมาตรวัด ยิ่งคะแนนสูงในด้านใดยิ่งหมายถึงว่ามีลักษณะในด้านนั้นสูง มาตรวัดฉบับนี้ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงทางเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ และนำไปทดลองใช้ (try out) ก่อนการใช้จริง ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาคในแต่ละมิติของรูปแบบความผูกพัน ได้แก่ มิติความมั่นใจ มิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด มิติต้องการการยอมรับ มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ มิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง เท่ากับ .78, .71, .80, .86, .75 ตามลำดับ

มาตรวัดต้นทุนทางจิตวิทยา (Psychological Capital Questionnaire: PCQ12) ผู้วิจัยแปลมาจากมาตรของ Djourova et al. (2018) เป็นมาตรวัดประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 7 ระดับ โดยมีระดับการวัดจาก “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ไปจนถึง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยผลรวมที่มีคะแนนสูง หมายถึง บุคคลนั้นมีต้นทุนทางจิตวิทยาสูง ในทางกลับกันหากผลรวมมีคะแนนต่ำ จะแสดงถึงต้นทุนทางจิตวิทยาที่ต่ำ มาตรวัดฉบับนี้ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงทางเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ และนำไปทดลองใช้ (try out) ก่อนการใช้จริง ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาคเท่ากับ .87

มาตรวัดภาวะซึมเศร้า (The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale; CES-D) นำมาจากมาตรของ ภาณุ สหัสสานนท์ (2558) ซึ่งพัฒนาขึ้นจากมาตรของ Radloff (1977) ผ่านการตรวจสอบความตรงทางเนื้อหาและมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาคเท่ากับ .79 (ภาณุ สหัสสานนท์, 2558) โดยมาตรวัดภาวะซึมเศร้าใช้การประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 4 ระดับ มีตั้งแต่ 0 “ไม่เลยหรือน้อยกว่า 1 วัน” จนถึง 3 “บ่อยครั้งหรือเกิดขึ้น 5-7 วัน” โดยผลรวมที่มีคะแนนสูง หมายถึง ภาวะซึมเศร้าที่เพิ่มมากขึ้น สำหรับการศึกษาครั้งนี้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาค เท่ากับ .85

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 1–12 เมษายน 2564 โดยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามผ่านช่องทางออนไลน์ ผู้เข้าร่วมวิจัยได้รับการชี้แจงข้อมูลเกี่ยวกับงานวิจัยครั้งนี้ก่อนกดปุ่มยืนยันในการเข้าร่วมการวิจัย ทั้งนี้ผู้วิจัยทำการเก็บร วบรวมข้อมูลภายหลังจากที่โครงการวิจัยได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคนกลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (เลขที่.233.1/63) จากนั้นผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติด้วยการหาค่าสถิติทั้งสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การหาจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ การวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson’s correlation) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis: MRA) ด้วยวิธีการใส่ตัวแปรอิสระเข้าพร้อมกัน (Enter)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ คือ วัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา จำนวน 141 คน มีอายุเฉลี่ย 21.3 ปี (*SD* = 1.5) โดยส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 90.78) มีพี่น้อง 1 คน (ร้อยละ 51.1) และส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปริญญาตรี (ร้อยละ 92.2) โดยมีค่าเฉลี่ยของเกรดเฉลี่ยเท่ากับ 3.14 (*SD* = 0.34) ระยะเวลาเฉลี่ยที่กลุ่มตัวอย่างถูกแยกจากบิดาหรือมารดาหรือทั้งบิดาและมารดาคือ 7.6 ปี (*SD* = 6.7) โดยช่วงอายุเฉลี่ยที่ถูกแยกจากบิดาหรือมารดาหรือทั้งบิดาและมารดา คือ 4.9 ปี (*SD* = 4.9) ในช่วงที่แยกจากบิดามารดานั้น ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 63.1) ได้ติดต่อกับบิดามารดาบ้างเป็นบางวัน ทั้งนี้บุคคลที่กลุ่มตัวอย่างสามารถพึ่งพิงได้เมื่อมีปัญหาระหว่างการแยกจากนั้น คือ บิดามารดาอีกฝ่ายที่อยู่ด้วย (ร้อยละ 56.7) ญาติ (ร้อยละ 19.1) เพื่อน (ร้อยละ 11.3) และ บุคคลอื่น ๆ (ร้อยละ 12.8) ตามลำดับ

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ความเครียด รูปแบบความผูกพัน ต้นทุนทางจิตวิทยา และภาวะซึมเศร้านั้น เมื่ออ้างอิงถึงเกณฑ์การแปลผลคะแนนตามมาตรวัดที่ใช้นั้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างรายงานความเครียดในระดับเครียดต่ำ (*M* = 1.58, *SD* = .68) ประสบภาวะซึมเศร้าโดยเฉลี่ยนาน ๆ ครั้ง (*M* = 1.09, *SD* = .61) โดยกลุ่มตัวอย่างรายงานระดับต้นทุนทางจิตวิทยาค่อนข้างสูง (*M* = 5.11, *SD* = .93) ทั้งนี้ สำหรับรูปแบบความผูกพันเมื่อแยกเป็น 5 มิติแล้วนั้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนมิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด (*M* = 4.00, *SD* = .75) และมิติความมั่นใจ (*M* = 3.66, *SD* = .93) อยู่ในระดับค่อนข้างสูง ในขณะที่มีคะแนนมิติความต้องการการยอมรับ (*M* = 3.32, *SD* = 1.17) มิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง (*M* = 3.28, *SD* = 1.11) และมิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (*M* = 3.04, *SD* = 1.27) อยู่ในระดับกลาง

ตารางที่ 1

ค่าสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's correlation) ระหว่างภาวะซึมเศร้าและตัวแปรอิสระทั้ง 3

ตัวแปร	*M*	*SD*	ตัวแปร							
			ST	C	DC	NA	PR	RS	PSC	DEP
ความเครียด (ST)	1.58	.68	(.85)							
<u>รูปแบบความผูกพัน</u>										
มิติความมั่นใจ (C)	3.66	.93	-.43**	(.78)						
มิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด (DC)	3.95	.75	.30**	-.30**	(.71)					
มิติต้องการการยอมรับ (NA)	3.33	1.17	.63**	-.32**	.38**	(.80)				
มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (PR)	3.04	1.27	.61**	-.49**	.35**	.76**	(.86)			
มิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง (RS)	3.28	1.11	.39**	-.13	.42**	.41**	.50**	(.75)		
ต้นทุนทางจิตวิทยา (PSC)	5.10	.93	-.34**	.48**	.01	-.32**	-.39**	-.07	(.87)	
ภาวะซึมเศร้า (DEP)	1.09	.61	.80**	-.47**	.33**	.55**	.61**	.38**	-.30**	(.85)

** $p < .01$, สองหาง.

( ) ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของคอนบราค

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นถึงค่าสหสัมพันธ์เพียร์สันของตัวแปรต่าง ๆ โดยความเครียดมีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ .80 ($p < .01$, สองหาง) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดาที่มีความเครียดสูง ก็จะมีคะแนนภาวะซึมเศร้าที่สูง ในขณะเดียวกันหากมีความเครียดต่ำ ภาวะซึมเศร้าก็จะต่ำเช่นเดียวกัน ในขณะที่ต้นทุนทางจิตวิทยามีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ -.30 ($p < .01$, สองหาง) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดาหากมีระดับต้นทุนทางจิตวิทยาที่สูง ระดับภาวะซึมเศร้าก็จะต่ำ ในทางกลับกัน หากมีระดับต้นทุนทางจิตวิทยาที่ต่ำ ระดับภาวะซึมเศร้าก็จะสูง

ในส่วนของรูปแบบความผูกพันในมิติต่าง ๆ นั้น พบว่า รูปแบบความผูกพันมีค่าสหสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบสหสัมพันธ์ทางลบระหว่างภาวะซึมเศร้ากับรูปแบบความผูกพันแบบความมั่นใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ -.47 ($p < .01$, สองหาง) และพบสหสัมพันธ์ทางบวกระหว่างภาวะซึมเศร้ากับรูปแบบความผูกพันทั้งสี่ที่เหลือ โดยพบค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ .33 ($p < .01$, สองหาง) .55 ($p < .01$, สองหาง) .61 ($p < .01$, สองหาง) และ .38 ($p < .01$, สองหาง) กับมิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด มิติต้องการการยอมรับ มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ และมิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง ตามลำดับ

ตารางที่ 2

แสดงผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณในการทำนายภาวะซึมเศร้าด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าพร้อมกัน (N=141)

ตัวแปร	*B*	*SE B*	β	Sig	Co-linearity Statistics	
					Tolerance	VIF
ความเครียด (ST)	.60***	.06	.67	.00	.52	1.92
<u>รูปแบบความผูกพัน</u>						
มิติความมั่นใจ (C)	-.12	.07	-.11	.09	.56	1.80
มิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด (DC)	.04	.05	.04	.52	.69	1.46
มิติต้องการการยอมรับ (NA)	-.05	.09	-.05	.56	.35	2.86
มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (PR)	.16	.09	.17	.07	.30	3.35
มิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง (RS)	.04	.09	.03	.62	.64	1.57
ต้นทุนทางจิตวิทยา (PSC)	.02	.03	.03	.62	.68	1.47
ค่าคงที่	-.21	2.93	-	.94	-	-

$R = .824^a$, $R^2 = .68$, $F = 40.11$***

***$p < .001$

ในส่วนของผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณด้วยวิธีการใส่ตัวแปรอิสระเข้าพร้อมกัน จากตารางที่ 2 พบว่า ความเครียด (ST) สามารถทำนายภาวะซึมเศร้า (DEP) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าได้ ร้อยละ 68 และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (standardized regression coefficient: **β**) พบว่า มีเฉพาะความเครียด (Z_{ST}) เท่านั้นที่ทำนายภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (**β** = 0.67, $p < .001$) ในส่วนของรูปแบบความผูกพันในมิติความมั่นใจ (Z_C) (**β** = 0.11, *ns*) มิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด (Z_{DC}) (**β** = 0.04, *ns*) มิติต้องการการยอมรับ (Z_{NA}) (**β** = 0.05, *ns*) มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ (Z_{PR}) (**β** = 0.17, *ns*) มิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง (Z_{RS}) (**β** = 0.03, *ns*) และต้นทุนทางจิตวิทยา (Z_{PSC}) (**β** = 0.03, *ns*) นั้น ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยแสดงออกผ่านสมการถดถอยพหุคูณในหน่วยมาตรฐาน (ใช้สัญลักษณ์ Z_i เมื่อ *i* คือ ตัวแปร *i*) สามารถเขียนสมการได้ ดังนี้

$$Z_{DEP} = 0.67\ Z_{ST}^{***}$$

จากสมการทำนายที่ได้จากการวิเคราะห์ สามารถแปลความหมายได้ว่า หากคะแนนความเครียดเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน จะทำให้คะแนนภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้นเท่ากับ .67 หน่วยมาตรฐาน ในขณะที่คะแนนตัวแปรอื่น ๆ นั้นค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ที่ความเครียด รูปแบบความผูกพัน และต้นทุนทางจิตวิทยา มีกับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา และความสามารถในการทำนายภาวะซึมเศร้า ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ความเครียด รูปแบบความผูกพัน และต้นทุนทางจิตวิทยา มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทิศทางที่ตั้งสมมติฐานไว้ โดยพบว่า ความเครียดและรูปแบบความผูกพันมิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด มิติต้องการการยอมรับ มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ และมิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรอง มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ในขณะที่รูปแบบความผูกพันมิติความมั่นใจและต้นทุนทางจิตวิทยามีความสัมพันธ์ในทางลบกับภาวะซึมเศร้า อย่างไรก็ตาม จากผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ พบว่าเมื่อพิจารณาร่วมกัน ตัวแปรทางจิตวิทยาเหล่านี้สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หากแต่มีความเครียดเพียงปัจจัยเดียวที่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า ความเครียดมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา ($r = .80$, $p < .01$) กล่าวคือเมื่อวัยรุ่นกลุ่มนี้เผชิญกับความเครียดมากขึ้น ก็มีแนวโน้มที่จะเผชิญกับภาวะซึมเศร้าสูงขึ้น หรือในทางกลับกัน หากวัยรุ่นกลุ่มนี้เผชิญกับความเครียดน้อยลง ก็มีแนวโน้มที่จะเผชิญกับภาวะซึมเศร้าลดลง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาในต่างประเทศ (Paramita et al., 2012) และในประเทศไทย (Maritta et al., 2017) ที่ทำการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นและพบว่าความเครียดมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า อย่างไรก็ตาม กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ค่าเฉลี่ยความเครียด ($M = 1.58$, $SD = .68$, คะแนนเต็ม = 4) และภาวะซึมเศร้า ($M = 1.09$, $SD = .61$, คะแนนเต็ม = 3) อยู่ในระดับต่ำ ซึ่งแตกต่างจากผลการศึกษาทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบของ Valtolina และ Colombo (2012) ที่พบปัญหาความเครียดและภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดาในระดับสูง ทั้งนี้อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ส่วนใหญ่ยังคงสามารถติดต่อสื่อสารกับบิดามารดาได้ ทำให้เกิดความรู้สึกผูกพันและได้รับการสนับสนุนทางจิตใจจากบิดามารดาซึ่งช่วยลดความเครียดและการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นของการศึกษาครั้งนี้

ต้นทุนทางจิตวิทยาถือเป็นทรัพยากรทางบวกของจิตใจที่สำคัญ (Luthans et al., 2007) หากมีอยู่ในระดับที่สูง จะทำให้สามารถปรับตัวได้ง่ายมากขึ้นเมื่อพบเจอกับความเครียด (Bakker et al., 2017; Riolli et al., 2013) ผลการศึกษาในครั้งนี้ พบว่าในกลุ่มวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา ต้นทุนทางจิตวิทยานั้นมีความสัมพันธ์ในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับภาวะซึมเศร้า ($r = -.30$, $p < .01$) แสดงให้เห็นว่าหากวัยรุ่นกลุ่มนี้มีระดับต้นทุนทางจิตวิทยาที่สูง แนวโน้มมีภาวะซึมเศร้าก็จะต่ำ ในทางกลับกัน หากวัยรุ่นกลุ่มนี้มีระดับต้นทุนทางจิตวิทยาที่ต่ำ แนวโน้มที่จะมีระดับภาวะซึมเศร้าสูงก็จะมีมากขึ้นเช่นกัน จากการรายงานผลของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้มีระดับของต้นทุนทางจิตวิทยาที่ค่อนข้างสูง ($M = 5.11$, $SD = .93$, คะแนนเต็ม = 7) สอดคล้องกับผลวิจัยของ Liang et al. (2018) ที่กล่าวไว้ว่า ประสบการณ์แยกจากบิดามารดาในวัยเด็กนั้นไม่จำเป็นต้องส่งผลกระทบทางลบต่อต้นทุนทางจิตวิทยาของเด็ก นอกจากนั้น ความสัมพันธ์ทางลบที่ต้นทุนทางจิตวิทยามีกับภาวะซึมเศร้านั้นอาจอธิบายได้จากการที่ต้นทุนทางจิตวิทยานั้นเป็นทรัพยากรทางจิตใจที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวเพื่อรับมือกับภาวะซึมเศร้า ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Bakker et al. (2017) ที่ทำการศึกษาวิจัยในวัยรุ่น โดยศึกษาดูผลของต้นทุนทางจิตวิทยาต่อภาวะซึมเศร้า พบว่าความสามารถในการปรับตัวเมื่อต้องเผชิญกับภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับต้นทุนทางจิตวิทยา กล่าวคือยิ่งกลุ่มตัวอย่างมีต้นทุนทาง

จิตวิทยาเพิ่มขึ้นเพียงใด ก็มีแนวโน้มที่จะมีความสามารถในการปรับตัวเพิ่มขึ้นเพื่อรับมือกับภาวะซึมเศร้าเพียงนั้น

ในส่วนของความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันด้านต่าง ๆ กับภาวะซึมเศร้านั้น ผลการศึกษาเป็นดังที่คาดการณ์ไว้เช่นกัน กล่าวคือในมิติความผูกพันที่สะท้อนให้เห็นถึงความผูกพันที่มั่นคง อาทิ มิติความมั่นใจนั้นมีความสัมพันธ์กับกับภาวะซึมเศร้าในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (r = -.47, p < .0) ในขณะที่มิติความผูกพันด้านอื่น ๆ ที่ไม่มั่นคง อันได้แก่ มิติความไม่สบายใจเมื่อเกิดความใกล้ชิด มิติต้องการการยอมรับ มิติหมกมุ่นถึงความสัมพันธ์ และมิติความสัมพันธ์มีความสำคัญเป็นรองนั้น จะสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (r = .33, p < .01, r = .55, p < .01, r = .61, p < . 01 และ r = .38, p <. 01 ตามลำดับ) โดยผลจากการศึกษาในครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมา (Liu et al., 2009) ที่พบว่า วัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงนั้นมีความเสี่ยงที่จะมีภาวะซึมเศร้าได้น้อยกว่าวัยรุ่นที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคง ในทางกลับกัน รูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคง อันสะท้อนผ่านรูปแบบความผูกพันอื่น ๆ ที่เหลือในการศึกษาครั้งนี้นั้นจะเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดภาวะซึมเศร้าได้มากกว่า เนื่องจากบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงนั้น มีแนวโน้มที่จะมีทรัพยากรจากการสนับสนุนทางสังคมจำกัดและมีความภาคภูมิใจในตนเอง (Cawnthrope et al., 2004) รวมทั้งมีการจัดการอารมณ์ (Brumariu, 2015) ที่ด้อยกว่า และจากการศึกษาวิจัยของ Lapsley และ Edgerton (2002) ผลปรากฏว่าวัยรุ่นที่มีความผูกพันในรูปแบบมั่นคงนั้นสามารถปรับตัวทั้งทางอารมณ์และสังคมได้ และให้ผลในทางตรงกันข้ามกับรูปแบบความผูกพันที่ไม่มั่นคง ถือได้ว่ารูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงนั้นเป็นปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้บุคคลไม่สามารถรับมือกับสภาวะอารมณ์ทางลบเมื่อเผชิญปัญหา แนวโน้มที่จะมีภาวะซึมเศร้าจึงสูงขึ้น (Spruit et al., 2020)

จากผลการศึกษาในครั้งนี้ พบว่า แม้ตัวแปรที่ศึกษาทั้งหมดสามารถร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หากแต่พบว่า เมื่อพิจารณาพร้อมกันแล้ว มีเฉพาะความเครียดเท่านั้นที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความเครียดสามารถอธิบายความแปรปรวนการเกิดภาวะซึมเศร้า ได้สูงถึงร้อยละ 68 (R^2 = .68, p < .001) แสดงให้เห็นว่าความเครียดนั้นช่วยทำนายภาวะซึมเศร้าได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Beck (1976) ที่กล่าวว่าความเครียดสามารถนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าได้ในภายหลัง และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Skipworth (2011) ที่รายงานความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความเครียดกับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น

ทั้งนี้ ดังปรากฏในตารางที่ 2 พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ความเครียดมีกับ รูปแบบความผูกพันรูปแบบต่าง ๆ และต้นทุนทางจิตวิทยา ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมาที่รายงานความสัมพันธ์ทางลบระหว่างความเครียดกับรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (Deniz & Isik, 2010) และต้นทุนทางจิตวิทยา (Baron et al., 2013) หากแต่รายงานความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความเครียดกับรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคง (Deniz & Isik, 2010) จากการพิจารณาข้อมูลในข้างต้น มีความเป็นไปได้ว่าปรากฏความทับซ้อนในความสัมพันธ์ที่ความเครียดและตัวแปรเหล่านี้มีในการอธิบายภาวะซึมเศร้า จึงเป็นไปได้ว่าความสัมพันธ์ที่รูปแบบความผูกพันและต้นทุนทางจิตวิทยามีกับภาวะซึมเศร้านั้นอาจอธิบายไปแล้วด้วยความสัมพันธ์ที่ความเครียดมีกับภาวะซึมเศร้า จึงไม่ปรากฏนัยสำคัญทางสถิติในความสัมพันธ์ของตัวแปรเหล่านี้กับภาวะซึมเศร้าเมื่อความเครียดถูกนำมาพิจารณาประกอบด้วย ดังนั้น ในสมการทำนายจึงมีเฉพาะความเครียดที่ส่งอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า

อย่างไรก็ตาม การศึกษาในครั้งนี้นั้นยังคงมีข้อจำกัดในเรื่องของการกระจายข้อมูลในแง่ของเพศและสถานภาพทางการศึกษา กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงและอยู่ในระบบการศึกษา จึงอาจส่งผลต่อตัวแทนประชากรได้ นอกจากนี้ นิยามของการแยกจากบิดามารดานั้นยังถูกนิยามแตกต่างกันไปตามการศึกษา แม้ว่าการศึกษานี้จะยึดตามนิยามของการศึกษาส่วนมาก แต่การกำหนดนิยามของการแยกจากบิดามารดาที่ชัดเจนนั้น อาจช่วยให้ผลการศึกษาที่ได้แม่นยำมากขึ้น อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าความเครียดเป็นปัจจัยสำคัญในการทำนายภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นที่มีประสบการณ์แยกจากบิดามารดา จึงสามารถนำผลการศึกษามาประยุกต์ใช้ได้ โดยการจัดสรรทรัพยากรในการให้คำปรึกษาด้วยการให้ความสำคัญกับความเครียดในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทั้งนี้เพื่อลดความเครียดและป้องกันภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นกลุ่มนี้

รายการอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2562, 10 มิถุนายน). *กรมสุขภาพจิต ห่วงวัยรุ่นเยาวชนไทยมีภาวะซึมเศร้า แนะคนรอบข้างรับฟังอย่างเข้าใจ*. http://www.prdmh.com/

กุลปริยา ศิริพานิช. (2559). บทบาทการเป็นตัวแปรส่งผ่านของความยืดหยุ่นทางจิตใจ ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในการเข้าสังคมกับสุขภาวะทางจิตในนิสิตนักศึกษา [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR). http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/55118

ภาณุ สหัสสานนท์. (2558). ผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวปัญญาพฤติกรรมนิยมที่มีศิลปะเป็นสื่อต่อภาวะซึมเศร้าและความร่วมมือในการรับประทานยาต้านไวรัสในชายรักชายผู้ติดเชื้อเอชไอวี [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR). http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/50747

ธิติ พรโกศลสิริเลิศ, สิริภัทร อุฐบุญ, อรวี แหลมสัก. (2560) ความสัมพันธ์ระหว่างความเมตตากรุณาต่อตนเอง ความเครียด การรับรู้ความสามารถของตน ความสุขเชิงอัตวิสัย และความเหนื่อยหน่ายในการเรียนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา. [โครงงานหลักสูตรปริญญาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Avey, J. B., Luthans, F., & Jensen, S. M. (2009). Psychological capital: A positive resource for combating employee stress and turnover. *Human Resource Management*, *48*(5), 677–693. https://doi.org/10.1002/hrm.20294

Bakker, D. J., Lyons, S. T., & Conlon, P. D. (2017). An Exploration of the Relationship between psychological capital and depression among first-year doctor of veterinary medicine students. *Journal of Veterinary Medical Education*, *44*(1), 50–62. https://doi.org/10.3138/jvme.0116-006r

Baron, R. A., Franklin, R. J., & Hmieleski, K. M. (2013). Why entrepreneurs often experience low, not high, levels of stress. *Journal of Management, 42*(3), 742-768. doi:10.1177/0149206313495411

Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1 attachment*. Basic Books.

Brumariu, L. E. (2015). Parent-child attachment and emotion regulation. *New Directions for Child and Adolescent Development, 2015*(148), 31-45. doi:10.1002/cad.20098

Cawnthorpe, D., West, M., & Wilkes, T. (2004). Attachment and depression: The relationship between the felt security of attachment and clinical depression among hospitalized female adolescents. *The Canadian child and adolescent psychiatry review = La revue canadienne de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent*, *13*(2), 31–35.

Cohen, F., & Lazarus, R.S. (1979). Coping with the stress of illness. In Stone, C. G., Cohen, F., & Adler, N. E., (Eds.), *Health psychology: A handbook*. (pp. 217-254). CA: Jossey-Bass

Dahlin, M., Joneborg, N., & Runeson, B. (2005). Stress and depression among medical students: A cross-sectional study. *Medical Education, 39*(6), 594-604. doi:10.1111/j.1365-2929.2005.02176.x

Deniz, M. E., & Işik, E. (2010). Positive and negative Affect, life satisfaction, and coping with stress by attachment styles in Turkish Students. *Psychological Reports, 107*(2), 480-490. doi:10.2466/02.09.10.20.pr0.107.5.480-490

Djourova, N., Rodriguez, I., & Lorente-Prieto, L. (2018). Validation of a modified version of the Psychological Capital Questionnaire (PCQ12) in Spain. *Revista Interamericana De Psicología Ocupacional, 37*(2), 96-106. doi:10.21772/ripo.v37n2a02

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(2), 281–291. https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281

Han, L., Zhao, S. Y., Pan, X. Y., & Liao, C. J. (2018). The impact of students with left-behind experiences on childhood: The relationship between negative life events and depression among college students in China. *International Journal of Social Psychiatry*, *64*(1), 56–62. doi: 10.1177/0020764017739332

Ibrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E., & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research, 47*(3), 391-400. doi:10.1016/j.jpsychires.2012.11.015

Islam, M. A., Low, W. Y., Tong, W. T., Yuen, C. W., & Abdullah, A. (2018). Factors associated with depression among university students in Malaysia: A cross-sectional study. *KnE Life Sciences, 4*(4), 415. doi:10.18502/kls.v4i4.2302

Karantzas, G. C., Feeney, J. A., & Wilkinson, R. (2010). Is less more? Confirmatory factor analysis of the attach-

ment style questionnaires. *Journal of Social and Personal Relationships, 27*(6), 749-780. doi:10.1177/0265407510373756

Lan, T., Jia, X., Lin, D., & Liu, X. (2019). Corrigendum: Stressful life events, depression, and non-suicidal self-injury among chinese left-behind children: Moderating effects of self-esteem. *Frontiers in Psychiatry, 10*, 244. doi:10.3389/fpsyt.2019.00685

Lapsley, D. K., & Edgerton, J. (2002). Separation-individuation, adult attachment style, and college adjustment. *Journal of Counseling & Development, 80*(4), 484-492. doi:10.1002/j.1556-6678.2002.tb00215.x

Liang, L., Yang, Y., & Xiao, Q. (2020). Young people with left-behind experiences in childhood have higher levels of psychological resilience. *Journal of Health Psychology*, *25*(13-14), 2453-2463. doi: 10.1177/1359105318801056

Liang, L., Xiao, Q., & Yang, Y. (2018). The Psychological Capital of Left-Behind University Students: A Description and Intervention Study From China. *Frontiers in Psychology*, *9*. doi: 10.3389/fpsyg.2018.02438

Liang, Y., Wang, L., & Rui, G. (2017). Depression among left-behind children in China. *Journal of Health Psychology, 22*(14), 1897-1905. doi:10.1177/1359105316676333

Liu, H., Zhou, Z., Fan, X., Wang, J., Sun, H., Shen, C., & Zhai, X. (2020). The influence of left-behind experience on college students' mental health: A cross-sectional comparative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(5), 1511. doi: 10.3390/ijerph17051511

Liu, Q., Nagata, T., Shono, M., & Kitamura, T. (2009). The effects of adult attachment and life stress on daily depression: A sample of Japanese university students. *Journal of Clinical Psychology, 65*(7), 639-652. doi:10.1002/jclp.20572

Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). Psychological capital: Developing the human competitive edge. Oxford University Press.

Maritta, V., Ruthaychonnee, S., & Minna, A. (2017). Survey of adolescents' stress in school life in Thailand: Implications for school health. *Journal of Child Health Care, 21*(2), 222-230. doi:10.1177/1367493517708476

Riolli, L., Savicki, V., & Richards, J. (2012). Psychological capital as a buffer to student stress. *Psychology*, *3*(12), 1202–1207. https://doi.org/10.4236/psych.2012.312a178

Roberts, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(2), 310–320. https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.310

Skipworth, K. (2011). *Relationship between perceived stress and depression in college students* [Unpublished master's thesis]. Arizona State University

Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. J., & Colonnesi, C. (2020). The relation between attachment and depression in children and adolescents: A multilevel meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review, 23*(1), 54-69. doi:10.1007/s10567-019-00299-9

Tian, X., Chang, W., Meng, Q., Chen, Y., Yu, Z., He, L., & Xiao, Y. (2019). Resilience and self-harm among left-behind children in Yunnan, China: A community-based survey. *BMC Public Health*, *19*(1), 1-8. doi: 10.1186/s12889-019-8075-4

Tomşa, R., & Jenaro, C. (2015). Children left behind in Romania: Anxiety and predictor variables. *Psychological Reports, 116*(2), 485-512. doi:10.2466/10.17.pr0.116k19w1

Van Praag, H. M. (2005). Can stress cause depression? *The World Journal of Biological Psychiatry, 6*(Sup2), 5-22. doi:10.1080/15622970510030018

Valtolina, G. G., & Colombo, C. (2012). Psychological well-being, family relations, and developmental issues of children left behind. *Psychological Reports*, *111*(3), 905–928. doi: 10.2466/21.10.17.pr0.111.6.905-928

Wang, X., Ling, L., Su, H., Cheng, J., Jin, L., & Sun, Y. H. (2015). Self-concept of left-behind children in China: A systematic review of the literature. *Child: Care, Health and Development, 41*(3), 346-355. doi:10.1111/cch.12172

World Health Organization. (2020, January 30). *Depression*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นตอนกลาง

สวรส ตรีบริรักษ์* นลพรรณ ฐิติธนชาต วรินทร์ยุพา ฐิตยานันท์ และ กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน: seniorproject.tpm@gmail.com

บทคัดย่อ

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าวัยรุ่นตอนกลางเป็นวัยที่มีความเปราะบางต่อภาวะซึมเศร้า การวิจัยนี้จึงจัดทำขึ้นเพื่อศึกษาว่าอารมณ์นี้มีความสัมพันธ์และถูกทำนายได้อย่างไรด้วยรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง คุณภาพความผูกพันของบิดา มารดา และเพื่อน โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากวัยรุ่นตอนกลางจำนวน 116 คน ซึ่งเข้าร่วมการวิจัยผ่านการตอบแบบสอบถามออนไลน์ซึ่งกระจายผ่านโรงเรียนที่มีการสอนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างตอบเครื่องมือที่แปลและเรียบเรียงจากแบบวัดมาตรฐานจากต่างประเทศ ซึ่งวัดภาวะซึมเศร้า (α = .88) รูปแบบการอนุมานสาเหตุ (α = .88) การเห็นคุณค่าในตัวเอง (α = .83) การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต (α = .95) คุณภาพความผูกพันกับบิดา (α = .90) มารดา (α = .91) และเพื่อน (α = .84)

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือภาวะซึมเศร้ามีสหสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม (r = 0.22, p < .01) และการรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต (r = 0.49, p < .001) และมีสหสัมพันธ์ทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (r = -0.73, p < .001) และคุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดา (r = -0.31, p < .01) มารดา (r = -0.38, p < .001) และเพื่อน (r = -0.24, p < .05) ปัจจัยที่ศึกษาร่วมกันพยากรณ์ความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 64 (R^2 = .64, p < .001) อย่างไรก็ตาม มีเพียงรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม การเห็นคุณค่าในตนเอง และการรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยสามารถประยุกต์ใช้ในการวางแนวทางป้องปรามลดความเสี่ยงและภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นตอนกลาง

คำสำคัญ : ภาวะซึมเศร้า การอนุมานสาเหตุ การเห็นคุณค่าในตนเอง เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต คุณภาพความผูกพัน

FACTORS RELATED TO DEPRESSIVE MOODS IN MIDDLE ADOLESCENTS

Sawarot Triborirux*, Nonlaphan Thitidhanachat, Varinyupa Thitayanun, & Kullaya Pisitsungkagarn
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

Corresponding author email: seniorproject.tpm@gmail.com

Abstract

Past literature suggests vulnerability to depressive symptoms in middle adolescents. The current study, hence, was conducted to examine how the symptoms were associated and predicted by maladaptive attributional style, negative life events, self-esteem, parental attachments (i.e., father and mother), and peer attachment. Data were collected from 116 middle adolescents who responded to an online survey distributed in Bangkok. Participants responded to a set of questionnaires translated into Thai based on international well-recognized instruments measuring depressive symptoms (α = .88) attributional style (α = .88) self-esteem (α = .83), negative life events (α = .95), father attachment (α = .90), mother attachment (α = .91), and peer attachment (α = .84)

Findings supported research hypotheses proposed, revealing significant positive correlations that depressive symptoms had with maladaptive attributional style (r = 0.22, p < .01) and negative life events (r = 0.49, p < .001) Negative associations were found between the symptoms and self-esteem (r = -0.73, p < .001), as well as father (r = -0.31, p < .01), mother (r = -0.38, p < .001), and peer attachment (r = -0.24, p < .05). When examined together, these variables significantly predicted depressive symptoms and accounted for 64% of their variance (R^2 = .64, p < .001). However, only maladaptive attributional style, negative life events, and self-esteem were statistically significant in such prediction. These findings contributed to therapeutic prevention and intervention for depressive symptoms in middle adolescents.

Keywords: Expectations of service business, new normal life, generation Z, social media

บทนำ

ปัญหาสุขภาวะทางจิต ถือเป็นปัญหาที่ทั่วโลกกำลังให้ความสำคัญ และในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา มีการค้นพบว่ากลุ่มวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ควรให้ความสำคัญเป็นพิเศษ เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย กระบวนการคิด กระบวนการทางจิตและบุคลิกภาพ รวมถึงมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็น ครอบครัว เพื่อน และคนรักเมื่อเทียบกับวัยเด็ก (WHO, n.d. อ้างถึงใน SAHRC, 2013) ซึ่งถ้าหากวัยรุ่นไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ ก็อาจเกิดความขัดแย้งภายในจิตใจ และมีแนวโน้มที่จะเกิดปัญหาทางด้านอารมณ์ ดังนั้นวัยรุ่นจึงมีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าได้ง่ายกว่าช่วงวัยอื่น (ดวงใจ วัฒนสินธุ์, 2559) นอกจากนี้ ยังพบว่าอัตราความชุกของโรคซึมเศร้าเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัดในวัยรุ่นตอนกลางที่อายุระหว่าง 15-18 ปี หรือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่า วัยรุ่นตอนกลางเป็นช่วงวัยที่ควรให้ความสำคัญในการศึกษาความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะซึมเศร้า (Hankin et al., 1998) เพราะการที่วัยรุ่นมีภาวะซึมเศร้าดังกล่าว อาจส่งผลกระทบต่อการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การเรียน และนำไปสู่การฆ่าตัวตาย (Fiorilli et al., 2019)

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าภาวะซึมเศร้าจัดอยู่ในกลุ่มของ “ความรู้สึกเศร้าและผิดหวัง” ซึ่งเป็นอารมณ์ที่มนุษย์ทุกคนต้องเผชิญในช่วงเวลาหนึ่งของชีวิต ซึ่งถ้าหากอารมณ์เหล่านี้มีความเข้มข้น แผ่ขยายและคงทน ก็จะส่งผลต่อการใช้ชีวิตปกติ อย่างไรก็ตาม บุคคลที่มีภาวะซึมเศร้าไม่จำเป็นต้องได้รับการวินิจฉัยทางการแพทย์ว่าเป็นโรคซึมเศร้า (Boyd & Weissman, 1981; Kandel & Davies, 1982) ซึ่งการศึกษาครั้งนี้ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าผ่านกรอบแนวคิด diathesis-stress models ที่จะช่วยลดความซับซ้อนและสามารถอธิบายภาวะซึมเศร้าในรูปแบบที่เข้าใจง่ายกว่ากรอบทฤษฎีอื่น (Patten, 2013) ซึ่งกรอบแนวคิดดังกล่าวระบุว่า บุคคลมีความเปราะบางต่อภาวะซึมเศร้าแตกต่างกัน เช่น ความเปราะบางทางความคิด และการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ เป็นต้น ทั้งนี้หากความเปราะบางดังกล่าวถูกกระตุ้นด้วยเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตก็อาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าได้ (Robins & Block, 1989; Gibb & Coles, 2005) จากกรอบแนวคิดดังกล่าว การศึกษาครั้งนี้จึงต้องการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าที่ครอบคลุมถึงปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายใน

โดยปัจจัยภายนอกที่คณะผู้วิจัยให้ความสำคัญ คือเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต ซึ่งหมายถึงเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดที่บุคคลไม่พึงปรารถนาให้เกิดขึ้น ไม่สามารถควบคุมได้ว่าจะเกิดขึ้นตอนไหน และมักเป็นสัญญาณของการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลกระทบทางลบต่อสุขภาพกายและจิตใจ (Carlson, 2014)) ซึ่งจากงานวิจัยพบว่าการเผชิญกับเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตถือเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สามารถทำนายการเกิดขึ้นของโรคซึมเศร้า (Yusof et al., 2020) และยังพบว่าทั้งสองสิ่งมีความสัมพันธ์แบบสองทิศทาง โดยวัยรุ่นที่เผชิญเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตอาจมีแนวโน้มพัฒนาสู่การมีภาวะซึมเศร้า ในขณะเดียวกัน วัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าอาจสร้างเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตด้วยเช่นกัน (Stikkelbroek et al., 2016)

อย่างไรก็ตาม แม้หลายงานวิจัยจะสนับสนุนว่าเหตุการณ์ตึงเครียดมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า แต่ความสัมพันธ์ดังกล่าวมักเกิดจากอิทธิพลของกระบวนการคิดภายในตัวบุคคลร่วมด้วย (Losiak et al.,2019) ซึ่งความเปราะบางทางกระบวนการทางความคิดรูปแบบหนึ่งที่เข้ามามีบทบาทคือ การอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม ที่ถูกดัดแปลงผ่านทฤษฎีความสิ้นหวังจากการเรียนรู้ (Learn Helplessness Theory) และนำเสนอโดย Abramson และคณะ (1978) ที่ระบุว่า การอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมคือ การที่บุคคลอธิบายเหตุการณ์ทางลบว่ามีสาเหตุมาจากปัจจัยภายใน (internal) มีความคงที่ (stable) และแผ่ขยายผลกระทบถึงเหตุการณ์อื่น (global) ซึ่งจากงานวิจัยวิเคราะห์อภิมาน พบว่า ในวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าสูงมักมีการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมมากกว่าวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าต่ำ (Gladstone & Kaslow, 1995)

ปัจจัยภายในสำคัญที่พบความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอีกปัจจัยหนึ่งคือ การเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตัวเองเปรียบเสมือน “การมองตนเองด้วยกระจก” (Cooley, 1964 อ้างถึงใน Kwan et al., 2007) เพราะฉะนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองอาจสะท้อนถึงทัศนคติที่มีต่อตนเอง ผ่านการประเมินจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง การเปรียบเทียบทางสังคม และการวิเคราะห์จากประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีต (Rosenberg, 1979 อ้างถึงใน Herrera, 2014) ซึ่งจากงานวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองสูงเปรียบเสมือนเกราะป้องกันบุคคลจากความกลัวและความไม่แน่นอน ให้สามารถรับมือกับความเครียดทางกายและทางจิตใจ ในทางกลับกัน การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำอาจนำไปสู่ความเปราะบางทางความคิดและก่อให้เกิดปัญหาพฤติกรรมต่าง ๆ ตามมา รวมถึงยังพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำสามารถเป็นตัวแปรทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้าได้ (Mann et al., 2004)

ปัจจัยทางสังคมอย่างคุณภาพความผูกพันของวัยรุ่นกับคนรอบข้างก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่ถูกนำมาศึกษาเช่นเดียวกัน โดย Bowlby (1969 อ้างถึงใน Sechi et al., 2020) นิยามความผูกพัน (attachment) ว่าเป็นความเชื่อมโยงทางจิตใจที่มั่นคงระหว่างมนุษย์ โดยความผูกพันกับผู้เลี้ยงดูของบุคคลในวัยเด็กถือเป็นพื้นฐานในการพัฒนาภาพลักษณ์ที่มีต่อทั้งตนเองและบุคคลอื่น รวมถึงส่งผลต่อพัฒนาการทางด้านสังคม อารมณ์ และกระบวนการคิดของเด็กเมื่ออายุมากขึ้น (Hazan & Shaver, 1994 อ้างถึงใน

Lee & Hankin, 2009) ทั้งนี้ เมื่อบุคคลเข้าสู่วัยรุ่น ความผูกพันกับเพื่อนจะเข้ามามีอิทธิพลมากขึ้น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการความเป็นอิสระ ส่งผลให้วัยรุ่นพึ่งพาบิดามารดาน้อยลง เพื่อนจึงกลายเป็นแหล่งของความไว้วางใจและแหล่งสนับสนุนที่สำคัญเช่นกัน (Sechi et al., 2020) อย่างไรก็ตาม แม้วัยรุ่นจะมีความใกล้ชิดกับบิดามารดาลดลง แต่ความผูกพันที่มั่นคงกับบิดาและมารดายังคงมีความสำคัญ เนื่องจากจากงานวิจัยพบว่า ความคาดหวังที่มาจากประสบการณ์ความผูกพันกับบิดามารดามีความมั่นคงและมีอิทธิพลต่อการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในเวลาต่อมา (Weiss, 1982; Bretherton, 1985 อ้างถึงใน Armsden & Greenberg, 1987) ซึ่งจากงานวิจัย พบว่าวัยรุ่นที่มีคุณภาพความผูกพันกับบิดามารดาและเพื่อนสูงหรือมีความมั่นคงในความสัมพันธ์ จะมีการปรับตัวที่ดี ส่งผลให้มีภาวะซึมเศร้าและความก้าวร้าวในระดับต่ำ ในขณะเดียวกัน วัยรุ่นที่มีความมั่นคงในความสัมพันธ์กับบิดามารดาและเพื่อนต่ำ มักมีการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม ที่อาจนำไปสู่การมีภาวะซึมเศร้าและความก้าวร้าวสูง (Laible et al., 2000) จากที่กล่าวมาทั้งหมด การศึกษาครั้งนี้จึงสนใจศึกษาคุณภาพความผูกพันกับทั้งบิดามารดา และเพื่อนของวัยรุ่น

ทั้งนี้ ยังไม่มีงานวิจัยที่นำปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก และปัจจัยทางสังคม มาร่วมกันศึกษาเป็นตัวแปรทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทย ภายใต้กรอบแนวคิด diathesis-stress models และงานวิจัยในปัจจุบันมักถูกศึกษาในวัฒนธรรมตะวันตก จึงมีข้อจำกัดในเรื่องของการแผ่ขยาย (generalization) มาอธิบายหรือขยายผลในบริบทสังคมไทย ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรม ตัวแปรที่นำมาศึกษาในงานวิจัยครั้งนี้เป็นเพียงตัวแทนของปัจจัยแต่ละด้าน ได้แก่ การอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม การเห็นคุณค่าในตนเอง เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต และคุณภาพความผูกพันกับบิดามารดาและเพื่อน มาร่วมกันศึกษาเป็นตัวแปรทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทย ภายใต้กรอบแนวคิด diathesis-stress models และงานวิจัยในปัจจุบันมักถูกศึกษาในวัฒนธรรมตะวันตก จึงมีข้อจำกัดในเรื่องของการแผ่ขยาย (generalization) มาอธิบายหรือขยายผลในบริบทสังคมไทย นอกจากนี้ในกลุ่มวัยรุ่นตอนกลางอายุระหว่าง 15-18 ปี ถือเป็นกลุ่มเสี่ยงที่มีแนวโน้มเผชิญกับภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง คณะผู้วิจัยตระหนักถึงปัญหาดังกล่าว การศึกษานี้จึงถูกจัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และปัจจัยทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทย โดยมีสมมติฐานดังนี้

1. การใช้รูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า
2. การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า
3. การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า
4. คุณภาพความผูกพันที่ดีมีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า ทั้งนี้ สามารถจำแนกเป็น 3 สมมติฐานย่อย ได้แก่
    4.1 คุณภาพความผูกพันที่ดีกับมารดามีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า
    4.2 คุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดามีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า
    4.3 คุณภาพความผูกพันที่ดีกับเพื่อนมีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า
5. รูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง และคุณภาพความผูกพันกับบิดา มารดา และเพื่อนร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ซึ่งการกำหนดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำถูกวิเคราะห์ผ่านโปรแกรม G Power 3.1 ผ่านการทดสอบวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ โดยกำหนดค่าอิทธิพลระดับกลาง เท่ากับ .15 (Cohen, 1988) กลุ่มตัวอย่างไม่ต่ำกว่า 120 คน สอดคล้องกับข้อกำหนดของ Hair และคณะ (2010) ซึ่งได้ระบุว่าควรมีกลุ่มตัวอย่าง 20 คนต่อหนึ่งตัวแปรอิสระ ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้มีตัวแปรอิสระทั้งหมด 6 ตัวแปร ดังนั้นจึงควรมีกลุ่มตัวอย่างไม่ต่ำกว่า 120 คน

โดยคณะผู้วิจัยกระจายแบบสอบถามให้แก่กลุ่มตัวอย่างตามความสะดวก (convenience sampling) เลือกกลุ่มอย่างแบบลูกโซ่ (snowball sampling) ทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ และกระจายผ่านบุคคลที่เป็น gatekeeper และตอบแบบสอบถามผ่านช่องทางออนไลน์ โดยคณะผู้วิจัยมีเกณฑ์การคัดกรองกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ 1. กลุ่มตัวอย่างต้องมีอายุระหว่าง 15-18 ปี 2. สามารถอ่านเขียนภาษาไทยได้ดี 3. พ่อและแม่ของกลุ่มตัวอย่างยังมีชีวิตอยู่แต่ไม่จำเป็นต้องอาศัยอยู่ด้วยกัน หรือไม่จำเป็นต้องคงสถานะคู่สมรส และ 4. กลุ่มตัวอย่างต้องไม่อยู่ระหว่างการรักษาหรือการบำบัดอาการทางจิตเวช ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่ผ่านเกณฑ์ตอบแบบสอบถามมีทั้งหมด 166 คน และตอบแบบสอบถามครบทั้งสองส่วน 116 คน (ร้อยละ 70) ซึ่งต่ำกว่าจำนวนกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำ 4 คน (ร้อยละ 3.33)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบสอบถามคุณลักษณะเชิงประชากรและมาตรวัดทางจิตวิทยาจำนวน 5 มาตรวัด ซึ่งก่อนการใช้เก็บข้อมูลนั้น คณะผู้วิจัยได้ทำการศึกษานำร่องเพื่อตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวัด และเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่มีความใกล้เคียงกับลักษณะประชากรที่จะเก็บจริง จำนวน 65 คน ซึ่งจากการตรวจสอบคุณภาพของแต่ละเครื่องมือวัดโดยวิเคราะห์ค่าสถิติจากค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับคะแนนรวมข้ออื่น ๆ ในมาตร (CITC) โดยรวมแล้ว พบว่าผลการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมืออยู่ในเกณฑ์ดี ดังนี้

แบบสอบถามคุณลักษณะเชิงประชากร ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปี และเกรดเฉลี่ย

มาตรคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก (Children's Depression Inventory) ของอุมาพร ตรังคสมบัติ แปลมาจากฉบับภาษาอังกฤษที่สร้างขึ้นโดย Maria Kovacs โดยดัดแปลงจาก Beck Depression Inventory จำนวน 27 ข้อ โดยมาตรจะมีตัวเลือกและคะแนนความรุนแรงของอาการ คะแนน 0 หมายถึง ไม่มีอาการเศร้าเลย หรือมีน้อย คะแนน 1 หมายถึง มีอาการบ่อย ๆ และคะแนน 2 หมายถึง มีอาการตลอดเวลา โดยคะแนนรวมอยู่ในช่วง 0-54 คะแนน ในการศึกษาครั้งนี้ มาตรนี้มีความเที่ยงซึ่งวัดโดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบราค เท่ากับ 0.88

มาตรวัดรูปแบบการอนุมานสาเหตุ (Attributional Style Questionnaire for Adolescents : ASQ-A) เป็นมาตรที่ถูกพัฒนาขึ้นโดยมีพื้นฐานมาจากมาตรวัดรูปแบบการอนุมานสาเหตุ หรือ Attributional Style Questionnaire (ASQ; Seligman et al., 1979) เพื่อศึกษาการอนุมานสาเหตุในวัยรุ่น โดยอยู่บนกรอบทฤษฎีการเรียนรู้ความสิ้นหวัง จำนวน 72 ข้อ โดยมาตรวัดใช้การประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 7 ระดับ ในการศึกษาครั้งนี้ มาตรมีความเที่ยงซึ่งวัดโดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบราค เท่ากับ .0.88

มาตรวัดการเห็นคุณค่าในตัวเอง (Self-esteem) ของทินกร วงศ์ปการันย์ ซึ่งพัฒนาจาก Rosenberg Self Esteem Scale : RSES ของ Morris Rosenberg จำนวน 10 ข้อ โดยมาตรวัดใช้การประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 4 ระดับ ตั้งแต่ 1-4 มีคะแนนรวมตั้งแต่ 10 - 40 คะแนน ทั้งนี้หากคะแนนยิ่งน้อยแปลว่าผู้เข้าร่วมการวิจัยเห็นคุณค่าในตนเองสูง ในการศึกษาครั้งนี้ มาตรมีความเที่ยงซึ่งวัดโดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบราค เท่ากับ .0.83

แบบวัดเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ (The Negative Event Scale) ของพิทักษ์พล บุญยมาลิก ซึ่งแปลจากเครื่องมือที่พัฒนาโดย Maybery จำนวน 42 ข้อ โดยมาตรวัดใช้การประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 6 ระดับ มีตั้งแต่ระดับ 0 หมายถึงเหตุการณ์ไม่เกิดขึ้น 1 หมายถึงเหตุการณ์ได้เกิดขึ้น แต่ไม่มีความยุ่งยากใจ ไปจนถึง 5 หมายถึงเหตุการณ์ได้เกิดขึ้นและมีความยุ่งยากใจมากที่สุด โดยคะแนนของเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจมาก หมายถึง ระดับการรับรู้ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในเชิงลบมีระดับสูง ในการศึกษาครั้งนี้ มาตรมีความเที่ยงซึ่งวัดโดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบราค เท่ากับ 0.88

มาตรวัดคุณภาพความผูกพันกับบิดามารดาและเพื่อน (the Inventory of Parent and Peer Attachment : IPPA-45) ของ Wilkinson และ Goh (2014) ซึ่งดัดแปลงเป็นฉบับย่อจากมาตรวัดคุณภาพความผูกพันกับบิดามารดาและเพื่อน (the IPPA; Armsden & Greenberg, 1987) จำนวน 45 ข้อ ประกอบไปด้วยคุณภาพความผูกพันกับบิดา 15 ข้อ คุณภาพความผูกพันกับมารดา 15 ข้อ และคุณภาพความผูกพันกับเพื่อน 15 ข้อ โดยมาตรวัดใช้การประมาณค่าแบบลิเคิร์ท 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ 1 แทน "ไม่ตรงกับตัวท่าน" ถึงระดับ 5 แทน "ตรงกับตัวท่านมากที่สุด" เมื่อคิดคะแนนรวมออกมา คะแนนที่มากจะหมายถึงการมีคุณภาพความผูกพันทางจิตใจที่ดีกับบิดามารดาและเพื่อน ในการศึกษาครั้งนี้ มาตรมีความเที่ยงซึ่งวัดโดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบราค ของคุณภาพความผูกพันกับบิดาเท่ากับ 0.90 คุณภาพความผูกพันกับมารดามารดากับ 0.91 และคุณภาพความผูกพันกับเพื่อนเท่ากับ 0.84

วิธีการดำเนินการวิจัย

งานวิจัยในครั้งนี้เป็นงานศึกษาวิจัยเชิงอนุมานแบบภาคตัดขวาง (cross-sectional study) ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างตามความสะดวก (convenience sampling) เลือกกลุ่มอย่างแบบลูกโซ่ (snowball sampling) ทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ และกระจายผ่านบุคคลที่เป็น gatekeeper และให้ผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามผ่านทางช่องทางออนไลน์ จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติด้วยการหาค่าสถิติทั้งสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การหาจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ การวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's correlation) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis: MRA) ด้วยวิธีการใส่ตัวแปรอิสระเข้าพร้อมกัน (Enter)

ผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์สถิติบรรยายพบว่า มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 166 คน เป็นเพศชายจำนวน 65 คน (ร้อยละ 39.2) เป็นเพศหญิงจำนวน 97 คน (ร้อยละ 58.4) และไม่ประสงค์ระบุเพศจำนวน 4 คน (ร้อยละ 2.4) ซึ่งมีอายุระหว่าง

14 – 20 ปี (*M* = 16.6, *SD* = 1.25) และมีเกรดเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1.00 – 4.00 (*M* = 3.45, *SD* = 0.51) ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดอยู่ระหว่างการศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 78 คน (ร้อยละ 47.0)

ตารางที่ 1

สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ค่ามัชฌิมเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (N = 166)

ตัวแปร	*M*	*SD*	ตัวแปร					
			1	2	3	4	5	6
1) ภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CD)	13.70	7.83	-					
2) รูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม (AS)	4.67	0.67	0.22**	-				
3) การเห็นคุณค่าในตัวเอง (SE)	28.40	5.03	-0.73***	-0.17	-			
4) เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ (NE)	66.00	35.00	0.49***	0.17	-0.33***	-		
5) คุณภาพความผูกพันกับบิดา (FA)	17.40	12.60	-0.31**	-0.00	0.23*	-0.21*	-	
6) คุณภาพความผูกพันกับมารดา (MA)	22.10	12.50	-0.38***	0.03	0.36***	-0.22*	0.52***	-
7) คุณภาพความผูกพันกับเพื่อน (PA)	24.10	9.46	-0.24*	0.17	0.31***	-0.00	0.22*	0.45***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, สองหาง

จากตารางที่ 1 พบว่า

สมมติฐานที่ 1 การใช้รูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

จากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 1 พบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้า (CD) กับรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม (AS) นั้นเป็นไปในทิศทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.22 (p = .004, สองหาง) ดังนั้น ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 1

สมมติฐานที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

จากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 1 พบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้า (CD) กับการเห็นคุณค่าในตนเอง (SE) นั้นเป็นไปในทิศทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ -0.73 ($p < .001$, สองหาง) ดังนั้น ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 2

สมมติฐานที่ 3 การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า

จากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 1 พบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้า (CD) กับการรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต (NE) นั้นเป็นไปในทิศทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.49 ($p < .001$, สองหาง) ดังนั้น ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 3

สมมติฐานที่ 4 คุณภาพความผูกพันที่ดีมีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า ทั้งนี้ สามารถจำแนกเป็น 3 สมมติฐานย่อย ได้แก่

4.1 คุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดามีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

จากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 1 พบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้า (CD) กับคุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดา (FA) นั้นเป็นไปในทิศทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ -0.31 ($p < .01$, สองหาง) ดังนั้น ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 4.1

4.2 คุณภาพความผูกพันที่ดีกับมารดามีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

จากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 1 พบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้า (CD) กับคุณภาพความผูกพันที่ดีกับมารดา (MA) นั้นเป็นไปในทิศทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ ดังนั้น -0.38 ($p < .001$, สองหาง) ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 4.2

4.3 คุณภาพความผูกพันที่ดีกับเพื่อนมีสหสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า

จากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ในตารางที่ 1 พบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้า (CD) กับคุณภาพความผูกพันที่ดีกับเพื่อน (PA) นั้นเป็นไปในทิศทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ -0.24 ($p < .05$, สองหาง) ดังนั้น ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 4.3

ตารางที่ 2

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (MRA – Multiple Regression Analysis) ในการทำนายภาวะซึมเศร้า (CD) ด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (N = 166)

ตัวแปรอิสระ	*b*	*SE*	β	Co-linearity Statistic	
				Tolerance	VIF
ค่าคงที่	31.65	5.24			
รูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม (AS)	1.48	0.74	0.14*	0.90	1.11
การเห็นคุณค่าในตัวเอง (SE)	-0.92	0.12	-0.60***	0.74	1.35
เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ (NE)	0.05	0.02	0.24**	0.82	1.23
คุณภาพความผูกพันกับบิดา (FA)	-0.05	0.05	-0.08	0.72	1.39
คุณภาพความผูกพันกับมารดา (MA)	-0.03	0.05	-0.04	0.60	1.68
คุณภาพความผูกพันกับเพื่อน (PA)	0.01	0.07	0.01	0.73	1.37
R = 0.80***	R^2 = 0.64***				

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

จากตารางที่ 2 พบความสอดคล้องระหว่างรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม (AS) การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต (NE) การเห็นคุณค่าในตนเอง (SE) คุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดา (FA) คุณภาพความผูกพันที่ดีกับมารดา (MA) และคุณภาพความผูกพันที่ดีกับเพื่อน (PA) สามารถร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้า (CD) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยตัวแปรอิสระทั้ง 6 สามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 64 (R^2 = .64 , $p < .001$)

จากการพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน (standardized regression coefficient, β) พบว่าเฉพาะรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม (Z_{AS}) (β = 0.14, $p < .05$) การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต (Z_{NE}) (β = 0.24, $p < .01$) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Z_{SE}) (β = -0.60, $p < .001$) สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในส่วนคุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดา (Z_{FA}) (β = -0.08, $p = .29$) คุณภาพความผูกพันที่ดีกับมารดา (Z_{MA}) (β = -0.04, $p = .60$) และคุณภาพความผูกพันที่ดีกับเพื่อน (Z_{PA}) (β = 0.01, $p = .94$) นั้นมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐานที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงออกผ่านสมการถดถอยพหุคูณในหน่วยมาตรฐาน (ใช้สัญลักษณ์ *Zi* เมื่อ *i* คือ ตัวแปร *i*) ได้สมการดังนี้

$$\hat{Z}_{CD} = 0.14^{*} Z_{AS} + 0.24^{**} Z_{NE} - 0.60^{***} Z_{SE} - 0.08 Z_{FA} - 0.04 Z_{MA} + 0.01 Z_{PA}$$

จากสมการทำนายที่ได้จากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณสามารถแปลความหมายได้ว่า เมื่อรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน ทำให้คะแนนภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น 0.14 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นให้คงที่ และเมื่อการรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน ทำให้คะแนนภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น 0.24 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นให้คงที่ และเมื่อการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น 1 หน่วยมาตรฐาน ทำให้คะแนนภาวะซึมเศร้าลดลง 0.60 หน่วยมาตรฐาน เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นให้คงที่

ดังนั้นผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ 5 ในบางส่วน สมการการถดถอยพหุคูณของตัวแปรอิสระทั้ง 6 สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หากแต่เมื่อพิจารณาน้ำหนักในการทำนายของตัวแปรอิสระแต่ละตัว พบว่ามีเพียงรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเองเท่านั้น ที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้พบว่าภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม และการรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต และมีความสัมพันธ์เชิงลบกับการเห็นคุณค่าในตนเองและคุณภาพความผูกพันกับบิดา มารดาและเพื่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้ จากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่าตัวแปรทั้ง 6 ตัวสามารถทำนายภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 64 แต่มีเพียงการเห็นคุณค่าในตนเอง เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต และการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมที่มีน้ำหนักการทำนายได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิจัยที่พบว่า การอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมมีความสัมพันธ์เชิงลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่ผ่านมา ที่พบว่าการที่วัยรุ่นตอนกลางที่มีการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม เมื่อต้องเผชิญกับความเครียดก็มีแนวโน้มที่จะมีภาวะซึมเศร้า (Hankin & Abramson, 2001; Hankin, 2008) สอดคล้องกับงานวิจัยอภิมานของ Hu และคณะ (2015) ที่พบว่าการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม ทั้ง 3 มิติ มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า โดยเฉพาะในมิติคงทนและแผ่ขยาย ส่วนในมิติปัจจัยภายในอาจส่งผลโดยอ้อมผ่านการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง จนนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า

การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่าวัยรุ่นที่ประสบเหตุการณ์ที่มีความตึงเครียดมาก ก็มักมีแนวโน้มที่จะมีภาวะซึมเศร้าสูง (Askeland et al., 2020) แม้การศึกษาครั้งนี้จะมุ่งเน้นไปที่การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตในฐานะตัวแปรทำนาย แต่ได้พบประเด็นที่น่าสนใจที่ปรากฏในงานวิจัยในภายหลังซึ่งระบุความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้กับอารมณ์นี้ว่าสามารถเป็นได้ทั้งสองทิศทาง เพราะวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าสูงอาจมีรูปแบบการรับรู้หรือมีโอกาสในการเผชิญกับเหตุการณ์ตึงเครียดเพิ่มขึ้น (Stikkelbroek et al., 2016) ด้วยเช่นกัน

การเห็นคุณค่าในตนเองมีสหสัมพันธ์เชิงลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Moksnes และคณะ (2010) ที่พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า โดยการเห็นคุณค่าในตนเองจะช่วยลดผลกระทบทางลบจากการเผชิญกับความเครียดในชีวิต โดยจะทำให้บุคคลมีทักษะในการแก้ไขปัญหา มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และเข้าหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม ที่เอื้อให้บุคคลเกิดความยืดหยุ่นทางจิตใจเมื่อต้องเผชิญกับความเครียดได้ นอกจากนี้จากการวิเคราะห์อภิมานพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำถือเป็นความเปราะบางที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าในอนาคตได้ (Sowislo & Orth, 2013)

คุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดา มารดา และเพื่อนมีความสัมพันธ์เชิงลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการมีคุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดา มารดาและเพื่อน ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีการปรับตัวที่ดี ที่ช่วยให้มีภาวะซึมเศร้าและความก้าวร้าวในระดับต่ำ ในขณะเดียวกันหากวัยรุ่นมีคุณภาพความผูกพันที่ไม่ดีกับบิดามารดาและเพื่อน มักมีการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม และอาจนำไปสู่การมีภาวะซึมเศร้าที่สูงขึ้น (Laible et al., 2000)

จากผลการศึกษาสมมติฐานสุดท้าย ที่พบว่ามีเพียงการเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต และการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมเท่านั้นที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสาเหตุที่การเห็นคุณค่าในตนเองสามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้ดีกว่าตัวแปรอื่นอาจเป็นเพราะตัวแปรทางจิตวิทยาดังกล่าวเป็นได้ทั้งปัจจัยป้องกันและปัจจัยเสี่ยง (Askeland et al., 2020) กล่าวคือ หากวัยรุ่นเห็นคุณค่าในตนเองสูงก็จะสามารถควบคุมอารมณ์ตนเอง มีทักษะในการแก้ปัญหาและเอื้อให้วัยรุ่นสามารถก้าวข้ามเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตได้อย่างราบรื่นยิ่งขึ้น (Moksnes et al., 2010) ในทางกลับกันหากวัยรุ่นเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ก็มักจะมีการตระหนักถึงในคุณค่าของตนเองลดลง มีความสิ้นหวังในตนเอง และมีพฤติกรรรมเสี่ยงเพิ่มขึ้น (Mann et al., 2004) รวมถึงมีภาวะซึมเศร้าสูงขึ้นด้วย (Sowislo & Orth, 2013; Orth et al., 2008) จากที่ได้กล่าวไป จึงอาจมีความเป็นไปได้ว่าการมองเห็นคุณค่าในตนเองมีอิทธิพลมากที่สุดต่อภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น

นอกจากนี้ หากอ้างอิงตามแนวคิด diathesis-stress models ที่ระบุว่าเหตุการณ์ตึงเครียดสามารถกระตุ้นความเปราะบางในตัวบุคคลซึ่งอาจนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางจิตใจได้ (Broerman, 2018) ดังนั้นเหตุการณ์ตึงเครียดจึงถือเป็นปัจจัยภายนอกที่เป็นตัวกระตุ้นสำคัญในการเกิดภาวะซึมเศร้า ทั้งนี้ รูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมเป็นหนึ่งในความเปราะบางทางความคิด ซึ่งจากการทบทวนงานวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าโดยเฉพาะในวัยรุ่น กล่าวคือ วัยรุ่นที่มีรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมสูง มีแนวโน้มที่จะมีภาวะซึมเศร้าสูงเช่นกัน (Hu et al., 2015; Gladstone & Kaslow, 1995; Sweeney et al., 1986) จากที่กล่าวไปข้างต้น จึงอาจสรุปได้ว่ารูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสมเป็นความเปราะบางต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น โดยมีเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตเป็นตัวกระตุ้นสำคัญ

ทั้งนี้ มีความเป็นไปได้ว่าความสัมพันธ์ที่ปัจจัยคุณภาพความผูกพันกับบิดามารดาและเพื่อนมีกับภาวะซึมเศร้านั้นถูกอธิบายผ่านตัวแปรอื่น ๆ ในงานวิจัย โดยจากผลการวิจัยปรากฏความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่การเห็นคุณค่าในตนเองมีกับคุณภาพความผูกพันกับบิดา (r = 0.23, p < .05) กับมารดา (r = 0.36, p < .001) และกับเพื่อน (r = 0.31, p < .001) ซึ่งหมายความว่า หากวัยรุ่นมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงก็มีแนวโน้มที่จะมีคุณภาพความผูกพันที่ดีกับบิดามารดาและเพื่อนสูงขึ้นตามไปด้วย ซึ่งผลดังกล่าวสอดคล้องกับจากงานวิจัยของ Wilkinson (2004) พบว่าระดับคุณภาพความผูกพันกับบิดามารดาและเพื่อนวัยรุ่นตอนกลาง มีผลกระทบต่อสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นกลุ่มนี้โดยส่งอิทธิพลผ่านตัวแปรการเห็นคุณค่าของตนเอง จากงานวิจัยข้างต้นจึงมีความเป็นไปได้ว่าอาจมีความทับซ้อนของความแปรปรวนตัวแปรทั้ง 6 ตัว ส่งผลให้มีเฉพาะรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่ไม่เหมาะสม การรับรู้เหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเองเท่านั้นที่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อจำกัดและข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต

ข้อจำกัดของงานวิจัยนี้ เนื่องด้วยช่วงเวลาที่เก็บข้อมูลอยู่ในช่วงของการแพร่ระบาดของโควิด-19 ประกอบกับเป็นช่วงสอบของกลุ่มตัวอย่าง ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนจำกัด และผลการศึกษาอาจได้อิทธิพลจากปัจจัยภายนอก ซึ่งถือเป็นข้อจำกัดในการขยายผลไปยังวัยรุ่นทั่วไป นอกจากนี้ จากการใช้วิธีการเก็บกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการกระจายลิงก์แบบสอบถามในแหล่งชุมชนในกรุงเทพมหานคร จึงอาจส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแบบสอบถามออนไลน์อาจมีลักษณะเฉพาะตัว การวิจัยในอนาคตจึงอาจทำการวิจัยครั้งนี้ใหม่ หลังผ่านพ้นวิกฤติการแพร่ระบาดของโควิด-19 และเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายมากขึ้น นอกจากนี้อาจทำการศึกษากับกลุ่มวัยรุ่นตอนกลางที่มีความเจ็บป่วยทางจิตใจ เพื่อทำความเข้าใจและเป็นแนวทางในการพัฒนาแนวทางป้องกัน และออกแบบการบริการให้วัยรุ่นกลุ่มนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

อย่างไรก็ตาม ผลจากงานวิจัยนี้ช่วยให้สามารถเข้าใจถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นตอนกลางได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการออกแบบแนวทางป้องกันเบื้องต้นสำหรับลดปัจจัยการเกิดภาวะซึมเศร้าในอนาคต ผ่านการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง การมีรูปแบบการอนุมานสาเหตุที่เหมาะสมขณะเผชิญกับเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต ซึ่งการออกแบบแนวทางป้องกัน หากได้รับการร่วมมือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องก็จะสามารถป้องกันหรือลดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นตอนกลางได้อย่างครอบคลุมและมีประสิทธิภาพที่ดีมากขึ้น

รายการอ้างอิง

ดวงใจ วัฒนสินธุ์. (2559). การป้องกันภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น: จากหลักฐานเชิงประจักษ์สู่การปฏิบัติ. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, 24*(1), https://he02.tci-thaijo.org/index.php/Nubuu/article/view/87571

Abramson, L. Y., Seligman, M. E., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, *87*, 49–74. https://doi.org/10.1037/0021-843X.87.1.49

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16* (5), 427–454. https://doi.org/10.1007/BF02202939

Askeland, K. G., Bøe, T., Breivik, K., Greca, A. M. G., Sivertsen, B., & Hysing, M. (2020). Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience. *Plos One, 15*(6). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234109

Boyd, J. H., & Weissman, M. M. (1981). Epidemiology of affective disorders: A reexamination and future directions. *Archives of General Psychiatry, 38*(9), 1039–1046. https://doi.org/10.1001/archpsyc.1981.01780340091011

Broerman, R. (2018). Diathesis-stress model. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of personality and individual differences*. Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_891-1

Carlson, D. (2014). Stressful life events. In A. C. Michalos (Ed.), *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 273-311). Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2880

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Lawrence Erlbaum Associates.

Fiorilli, C., Capitello, T. G., Barni, D., Buonomo, I., & Gentile, S. (2019). Predicting adolescent depression: The interrelated roles of self-esteem and interpersonal stressors. *Frontiers in Psychology.* https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00565

Gibb, B. E., & Coles, M. E. (2005). Cognitive vulnerability-stress models of psychopathology: A developmental perspective. In B. L. Hankin & J. R. Z. Abela (Eds.), *Development of psychopathology: A vulnerability-stress perspective* (pp. 104-135). SAGE. https://www.academia.edu/26728749/Cognitive_Vulnerability_Stress_Models_of_Psychopathology_A_Developmental_Perspective

Gladstone, T. R. G., & Kaslow, N. J. (1995). Depression and attributions in children and adolescents: A meta-analytic review. *Journal of Abnormal Child Psychology, 23*(5). https://doi.org/10.1007/BF01447664

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall

Hankin, B. L. (2008). Cognitive vulnerability–stress model of depression during adolescence: Investigating depressive symptom specificity in a multi-wave prospective study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *36*, 999–1014. https://doi.org/10.1007/s10802-008-9228-6

Hankin, B. L., Abramson, L. Y., & Siler, M. (2001). A prospective test of the hopelessness theory of depression in adolescence. *Cognitive Therapy and Research, 25*(5), 607-632.

Hankin, B., Abramson, L., Moffitt, T., Silva, P., Mcgee, R., & Angell, K. (1998). Development of depression from preadolescence to young adulthood: Emerging gender differences in a 10-year longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology, 107*(1), 128–140. https://doi.org/10.1037/0021-843X.107.1.128

Herrera, W. E. (2014). Self-esteem. *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research,* 251-311. https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2635

Hu, T., Zhang, D., & Yang Z. (2015). The relationship between attributional style for negative outcomes and depression: A meta-analysis. *Journal of Social and Clinical Psychology, 34*(4), 304-321. https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.4.304

Kandel, D. B., & Davies, M. (1982). Epidemiology of depressive mood in adolescents: An empirical study. *Archives of General Psychiatry*, *39*(10), 1205–1212. http://doi.org/10.1001/archpsyc.1982.04290100065011

Kwan, V. S. Y., John, O. P., & Thein, S. M. (2007). Broadening the research on self-esteem: A new scale for longitudinal studies. *Self and Identity*, *6*(1), 20-40. https://doi.org/10.1080/15298860600753087

Laible, D. J., Carlo, G. & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence, 29*(1), 45–59. https://doi.org/10.1023/A:1005169004882

Lee, A., & Hankin, B. L. (2009). Insecure attachment, dysfunctional attitudes, and low self-esteem predicting prospective symptoms of depression and anxiety during adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, *38*(2), 219-231. https://doi.org/10.1080/15374410802698396

Losiak, W., Blaut, A., Klosowska, J., & Losiak-Pilch, J. (2019). Stressful life events, cognitive biases, and symptoms of depression in young adults. *Frontiers in Psychology.* https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02165

Mann, M. M., Hosman, C. M. H., Schaalma, H. P., & de Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research, 19*(4), 357–372. https://doi.org/10.1093/her/cyg04

Moksnes, U. K., Moljord, I. E. O., Espnes, G. A., & Byrne, D. G. (2010). The association between stress and emotional states in adolescents: The role of gender and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, *49*(5), 430-435. https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.04.012

Orth, U., Robins, R. W., & Roberts, B. W. (2008). Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of personality and social psychology, 95*(3), 695.

Patten, S. B. (2013). Major depression epidemiology from a diathesis-stress conceptualization. *BMC Psychiatry, 13*(19). https://doi.org/10.1186/1471-244X-13-19

Robins, C. J., & Block, P. (1989). Cognitive theories of depression viewed from a diathesis-stress perspective: Evaluations of the models of Beck and of Abramson, Seligman, and Teasdale. *Cognitive Therapy and Research, 13*, 297-313. https://doi.org/10.1007/BF01173475

Seligman, M. E., Abramson, L. Y., Semmel, A., & Von Baeyer, C. (1979). Depressive attributional style. *Journal of abnormal psychology, 88*(3), 242.

State Adolescent Health Resource Center. (2013). Developmental tasks and attributes of middle adolescence. *Understanding Adolescence Seeing Through A Developmental Lens.* http://www.amchp.org/programsandtopics/AdolescentHealth/projects/Documents/SAHRC%20AYADevelopment%20MiddleAdolescence.pdf

Sechi, C., Vismara, L. & Lucarelli, L. (2020). Attachment to parents and peers and adolescent mental health: The mediating role of alexithymia. *Community Mental Health Journal, 5 6* , 894–905. https://doi.org/10.1007/s10597-020-00553-3

Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin, 139*(1), 213–240. https://doi.org/10.1037/a0028931

Stikkelbroek, Y., Bodden, D. H. M., Kleinjan, M., Reijnders, M., & van Baar, A. L. (2016). Adolescent depression and negative life events, the mediating role of cognitive emotion regulation. *Plos One, 11*(8). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161062

Sweeney, P. D., Anderson, K., & Bailey, S. (1986). Attributional style in depression: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology,* 50(5), 974.

Wilkinson, R. B. (2004). The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, *3 3* (6), 479–493. doi:10.1023/B:JOYO.0000048063.59425.20

Wilkinson, R. B., & Goh, D. Y. L. (2014). Structural, age, and sex differences for a short form of the inventory of parent and peer attachment: The IPPA-45. *Journal of Relationships Research, 5.* DOI:10.1017/jrr.2014.5

Yusoff, N., Ibrahim, N., & Ahmed, N. (2020). Negative life events, resilience and depression among moral rehabilitation centre students' of Sekolah Tunas Bakti in Malaysia. *International Journal of Health Sciences and Research, 10*(3). https://www.ijhsr.org/IJHSR_Vol.10_Issue.3_March2020/1.pdf

กิตติกรรมประกาศ

กราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ผู้ที่กรุณาสละเวลาให้ความรู้และคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ตลอดกระบวนการทำวิจัย ตั้งแต่กำหนดหัวข้อการวิจัยไปจนถึงการอภิปรายผล คณะผู้วิจัยรู้สึกทราบซึ้งในความทุ่มเทและความเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ อีกทั้งอาจารย์ยังกรุณาให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตต่อไปในอนาคต

กราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์ และอาจารย์ ดร.สมบุญ จารุเกษมทวี ที่สละเวลาในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของมาตรวัดในการศึกษาครั้งนี้ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะและคำแนะนำที่มีประโยชน์อย่างยิ่งแก่การค้นคว้าวิจัย รวมถึงให้ความกรุณาในการมาเป็นกรรมการงานวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณครูชาลี มโนรมณ์ คุณครูปิยสิทธิ์ เมินแก้ว นายดิฐษนันท์ เจริญรัตน์ และนายศรายุทธ สมโนชัย ซึ่งเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ และกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ซึ่งทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นประสิทธิภาพและมีประโยชน์ในการวิจัย

สุดท้ายนี้ทางคณะผู้วิจัยขอขอบคุณครอบครัวตรีบริรักษ์ ฐิติธนชาต และฐิตยานันท์ ผู้ซึ่งให้การสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน เป็นที่พึ่งพิงเมื่อยามมีปัญหา และเป็นแหล่งสนับสนุนและให้กำลังใจที่ดีตลอดมา และขอกราบขอบพระคุณครูบาอาจารย์ทุกท่านที่คอยชี้แนะ และสนับสนุนคณะผู้วิจัยให้สามารถเติบโตมาจนถึงปัจจุบัน

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ของผู้บริโภคกลุ่มเจเนอเรชันซี

นี หงอก เอียน ดอง
มหาวิทยาลัยกรุงเทพ

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน: nhi.dong@bumail.net

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาว่าทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ และการรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี โดยทำการศึกษา กลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี จำนวน 400 คน โดยเลือกวิธีสุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้ความน่าจะเป็น (Non-probability Sampling) และเก็บข้อมูลด้วยการสุ่มเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบสมมติฐานด้วยสถิติการถดถอยแบบพหุ ผลการศึกษาพบว่า ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในขณะที่การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ไม่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี

คำสำคัญ : ความตั้งใจใช้บริการ วิถีชีวิตปกติใหม่ เจเนอเรชันซี สื่อออนไลน์

FACTORS AFFECTING THE INTENTION TOWARD SERVICE BUSINESS IN A NEW NORMAL LIFE FOR GENERATION Z CUSTOMERS

Nhi Ngoc Yen Dong
Bangkok University

Corresponding author email: nhi.dong@bumail.net

Abstract

The objective of this study of generation Z customers was to determine the weighting of factors in the shift from shops to online businesses service during the 'new normal life' in affecting intentions to use businesses service: Attitude; Perceived Benefits of online services; and perceived quality of businesses service. This study for 400 generation Z customers, Non-probability sampling and collecting data by selective sampling using questionnaires. The statistics measured were: frequency, percentage, mean, standard deviation, and hypothesis testing via multiple regression. Results found that in shifting to online services attitude was significantly affective to intention; perceived benefits also were significantly at the 0.05 level affective to Intentions. However, expectations of service business quality were found not significant in affecting intention.

Keywords: Expectations of service business, new normal life, generation Z, social media

บทนำ

ปัจจุบันสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ยังส่งผลให้วิถีการดำเนินชีวิตของผู้คนเกิดการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม จึงมีการนิยามสังคมในปัจจุบันว่า เป็นสังคมแบบ New Normal ซึ่งหมายถึง “ความปกติในรูปแบบใหม่” คำนี้พบว่า ใช้เป็นทางการครั้งแรกโดย Bill Gross นักเศรษฐศาสตร์ชาวอเมริกัน ในช่วงปี 2008 เพื่อนิยามสภาวะเศรษฐกิจโลกที่ถดถอย เกิดการชะลอตัว และกลับมาสู่อัตราเดิม ซึ่งเป็นการใช้ในเชิงเศรษฐศาสตร์ แต่ปัจจุบันนี้มีการนำมาใช้ในหลายมิติมากขึ้น โดยเฉพาะด้านวิถีชีวิตปกติใหม่ หลังจากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส ที่ต้องปรับตัวกันทั้งโลก (นิชคุณ ตุวพลางกูร, 2561) ประกอบกับปัจจุบัน เป็นสังคมยุคดิจิทัล ซึ่งมีกลุ่มคนให้ความสนใจและเข้าถึงสังคมออนไลน์ได้ง่ายมากขึ้น บริษัทวิจัยข้อมูลด้านการตลาด “นีลเส็น” (Nielsen) นิยามกลุ่มลักษณะประชากรกลุ่มใหม่ โดยเรียกพวกเขาว่า คน “เจน-ซี” หรือ เจเนอเรชันซี โดยไม่ได้ใช้หลักอ้างอิงตามช่วง พ.ศ. เกิด แต่นิยามตามอัตราความกระตือรือร้นของการเป็นคนในยุคดิจิทัล โดยเป็นกลุ่มบุคคลที่ครอบครองโทรศัพท์ประเภทสมาร์ทโฟน และแท็บเล็ตเป็นส่วนใหญ่ของตลาด และมีอัตราการรับชม “วิดีโอออนไลน์” และใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ “เฟซบุ๊ก” สูงที่สุดอีกด้วย (สำนักงานคณะกรรมการกิจการกระจายเสียง กิจการโทรทัศน์และกิจการโทรคมนาคมแห่งชาติ [กสทช.], 2562) ถ้าหากจำแนกโดยใช้ปีเกิดจะเริ่มในปี พ.ศ. 2540 ขึ้นไป ซึ่งจะมีวัยตั้งแต่แรกเกิดถึงอายุ 23 ปี (ปัจจุบัน ปี 2563) คนกลุ่มนี้เกิดมาด้วยการเลี้ยงดูที่เพียบพร้อมด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัย รวมถึงองค์ความรู้ ทำให้คนกลุ่มนี้ชอบความสะดวกสบาย ไม่ชอบพิธีการและสามารถทำอะไรหลาย ๆ อย่างได้ ในคราวเดียวกัน (มนัสวี ศรีนนท์, 2561)

ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีทำให้กลุ่มผู้บริโภคเลือกใช้วิธีการดำเนินวิถีชีวิตที่สะดวกสบายและรวดเร็ว ด้วยการใช้สื่อออนไลน์ในการดำรงชีวิต รวมไปถึงวิธีการซื้อสินค้าและบริการที่เปลี่ยนไปด้วย ดังนั้นผู้ประกอบการร้านค้าจึงต้องมีการทำความเข้าใจและเข้าถึงกลุ่มผู้บริโภคให้ได้มากที่สุด โดยการจัดทำการสื่อการทางการตลาดให้เข้าใจและเข้าถึงได้ง่าย เพื่อให้สอดคล้องกับสังคมปัจจุบันและยังเป็นการรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ จากการศึกษาปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา “ปัจจัยที่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ของผู้บริโภค กลุ่มเจเนอเรชันซี” เพื่อนำไปเป็นแนวทางในการสื่อสารทางการตลาดภายใต้วิถีชีวิตปกติใหม่ในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาทัศนคติที่มีต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ที่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี
2. เพื่อศึกษาการรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ ที่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี
3. เพื่อศึกษาการรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ที่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มผู้บริโภค กลุ่มเจเนอเรชันซี ที่เกิดตั้งแต่ พ.ศ. 2540 ทั้งเพศชายและเพศหญิงในเขตกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี ที่เกิดตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2540 หรือมีอายุไม่เกิน 23 ปี (ปี 2563) ไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน จึงใช้การคำนวณตามสูตรของ Yamane (1967) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน โดยเลือกวิธีสุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้ความน่าจะเป็น (Non-Probability Sampling) และเก็บข้อมูลด้วยการสุ่มเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยใช้คำถามคัดกรอง ท่านเกิดในปี พ.ศ. ใด เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็น เจเนอเรชันซี

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม โดยการหาค่าความเที่ยงหรือความเชื่อถือ (Reliability) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach’s Alpha) ได้ค่าความเที่ยงหรือความเชื่อถือ มากกว่า 0.80 โดย แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ส่วนที่ 2 ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตใหม่ ส่วนที่ 3 การรับรู้ประโยชน์ของการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ ส่วนที่ 4 การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ และส่วนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่

ตารางที่ 1
ผลการตรวจสอบความเชื่อมั่นแบบสอบถามของกลุ่มทดลองทดลองเก็บข้อมูล (Try out) (n = 40)

ตัวแปร	จำนวนข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค
ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่	5	.887
การรับรู้ประโยชน์ของการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่	5	.941
การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่	5	.946
ความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่	3	.898
รวม	18	.893

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary data) รวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างโดยตรง จากกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชั่นซี โดยใช้คำถามคัดกรอง ท่านเกิดในปี พ.ศ. ใด เพื่อเจาะจงกลุ่มเป้าหมาย จากนั้นขอความร่วมมือกับกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชั่นซี ในการทำแบบสอบถามในสถานที่ชุมชน ห้างสรรพสินค้า และสถานศึกษาต่าง ๆ ในกรุงเทพมหานคร จนได้แบบสอบถามครบตาม จำนวน 400 ชุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลทุติยะภูมิ (Secondary Data) โดยการหาข้อมูลด้วยการค้นคว้าจากเอกสารและบทความที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับตัวแปร ในด้าน ทัศนคติต่อการใช้บริการ การรับรู้ประโยชน์ของการบริการ การรับรู้คุณภาพการบริการ

การวิเคราะห์ข้อมูล ความตั้งใจใช้บริการ และลักษณะของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี

ผู้วิจัยนำสถิติมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้ 1) สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ประกอบด้วย ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยมีรายละเอียด ดังนี้ ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม ใช้สถิติหาค่าความถี่ ร้อยละ ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ การรับรู้ประโยชน์ของการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ และความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ใช้สถิติหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2) สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) คือ การวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ด้วยวิธีการ Enter เพื่อวิเคราะห์สมมติฐานที่ได้ตั้งไว้

แนวคิดทฤษฎี

ทัศนคติต่อการใช้บริการ คือ ระดับความรู้สึก ระดับความคิดเห็นหรือระดับความเชื่อ ที่ได้จากการเรียนรู้และประสบการณ์ของผู้บริโภค (วราศรี อัจฉริยะเดชา, 2558) ที่แสดงออกมาในรูปความคิดเห็นหรือจากการแสดงออกทางภาษา ทั้งเชิงบวกและเชิงลบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ชอบหรือไม่ชอบ ที่ได้รับจากประสบการณ์ที่ผ่านมาจากทางตรงและทางอ้อมในการใช้บริการ ที่อาจจะเป็นผลมาจากความคาดหวังในการตั้งใจที่จะใช้บริการ โดยทัศนคตินั้นมีรากฐานมาจากความเชื่อที่อาจส่งผลถึงพฤติกรรมในอนาคตได้ (กรรณิการ์ คงทอง, 2561) ดังนั้น ทัศนคติต่อการใช้บริการ คือ ความรู้สึกที่มีต่อการใช้บริการใดบริการหนึ่ง และจะมีความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ สามารถวัดได้ในรูปความคิดเห็นหรือจากการแสดงออกทางภาษา (Duffett, 2020) ในส่วนของ Bejtkovský (2016) ได้แบ่งองค์ประกอบของทัศนคติเป็น 3 ประเภท คือ 1) ทัศนคติทางเชิงบวก เป็นทัศนคติที่ชักนำให้บุคคลแสดงออก มีความรู้สึก หรืออารมณ์จากสภาพจิตใจ การโต้ตอบในด้านดีต่อบุคคลอื่น 2) ทัศนคติทางลบหรือไม่ดี คือ ทัศนคติที่สร้างความรู้สึกเป็นไปในทางเสื่อมเสียไม่ได้รับความเชื่อถือหรือไว้วางใจ อาจมีความเคลือบแคลงระแวงสงสัย รวมทั้งเกลียดชังต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง 3) ทัศนคติที่บุคคลไม่แสดงความคิดเห็นในเรื่องราวหรือปัญหาใดปัญหาหนึ่งหรือต่อบุคคลหน่วยงาน สถาบัน องค์การ และอื่นๆ โดยสิ้นเชิง ซึ่งทัศนคติ ทั้ง 3 ประการนี้ บุคคลอาจจะมีเพียงประการเดียวหรือหลายประการก็ได้ ขึ้นอยู่กับความมั่นคงในความรู้สึกนึกคิดความเชื่อหรือค่านิยมอื่นๆ ที่มีต่อบุคคล สิ่งของ การกระทำหรือสถานการณ์ หน้าที่หรือกลไกของทัศนคติ ดังนั้น ทัศนคติต่อการใช้บริการ คือ ระดับของความรู้สึกของผู้บริโภคที่จะแสดงออกผ่านทางพฤติกรรมที่มีต่อการใช้บริการนั้น ๆ ซึ่งความรู้สึกจะเป็นไปในทางที่พอใจหรือไม่พอใจก็ได้ สามารถวัดได้ในรูปความคิดเห็นหรือจากการแสดงออกทางภาษา ซึ่งในที่นี้หมายถึง ระดับความรู้สึกความคิดเห็น ระดับความเชื่อ ความรู้ และประสบการณ์ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี ที่สะท้อนออกมาในรูปแบบของความคิดเห็น ความรู้สึก ทั้งเชิงบวกและเชิงลบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ชอบหรือไม่ชอบ ต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่

การรับรู้ประโยชน์ของการบริการ Davis et al. (1989 อ้างใน Shatto & Erwin, 2017) ซึ่งพัฒนามาจากแนวคิดของ (The Theory of Reasoned Action: TRA) โดย TAM จะเน้นการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยต่างๆ ที่ส่งผลต่อการยอมรับหรือการตัดสินใจที่จะ

ใช้เทคโนโลยีหรือ นวัตกรรมใหม่ซึ่งปัจจัยหลักที่ส่งผลโดยตรงต่อการยอมรับเทคโนโลยีหรือนวัตกรรมของผู้ใช้ ได้แก่ 1) การรับรู้ความง่ายในการใช้งาน เป็นการรับรู้ความง่ายในการใช้งาน หมายถึง กระบวนการรับรู้ว่าการใช้ เทคโนโลยี ส่งผลให้ทราบถึงการใช้งานที่ง่ายขึ้นโดยไม่ต้องอาศัยความพยายามมากนัก อีกทั้งยังเพิ่มประสิทธิภาพการใช้งานและเป็นประโยชน์ 2) การรับรู้ประโยชน์ในการใช้งาน ออนไลน์ ประกอบด้วย ความหลายหลายของผลิตภัณฑ์ใน ด้านความสะดวกสบาย ความเพลิดเพลิน และความประหยัดเวลา การรับรู้ประโยชน์ที่ได้รับ เป็นระดับความเชื่อส่วนบุคคลที่มีต่อการใช้เทคโนโลยี ซึ่งคาดว่าจะช่วยเพิ่มศักยภาพในการทำงาน รวมไปถึง ความรวดเร็ว และความถูกต้อง Gonçalves et al. (2019) กล่าวว่า ขั้นตอนการรับรู้ประโยชน์ ประกอบด้วย 1) การรับรู้ (Awareness) อันจะนำไปสู่การยอมรับหรือปฏิเสธนวัตกรรมใหม่ โดยบุคคลรับรู้ว่ามีนวัตกรรมใหม่ครั้งแรกเป็นขั้นตอนของการรับทราบเท่านั้นว่านวัตกรรมได้เกิดขึ้นและมีอยู่จริงแต่ยังได้รับข้อมูลไม่ครบถ้วน 2) ความสนใจ (Interest) เป็นการเริ่มค้นหาข้อมูลและเรียนรู้เกี่ยวกับนวัตกรรมนั้นเพิ่มเติม พฤติกรรมนี้เป็นไปในลักษณะที่ตั้งใจและใช้กระบวนการคิดมากขึ้น ทำให้เกิดการติดตามข่าวสาร 3) การประเมิน (Evaluation) บุคคลจะนำข้อมูลที่ได้นำมาพิจารณาข้อดีข้อเสีย เพื่อตัดสินใจว่าควรจะทดลองนวัตกรรมใหม่หรือไม่ 4) การทดลอง (Trial) โดยอาจลองปฏิบัติทั้งหมดหรือบางส่วน เพื่อพิสูจน์ประโยชน์ของนวัตกรรมใหม่และรอตัดสินใจว่าจะยอมรับนวัตกรรมนั้นหรือไม่ในขั้นนี้บุคคลจะแสวงหา ข่าวสาร ที่เฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับนวัตกรรมใหม่ 5) การยอมรับ (Adoption) เป็นขั้นที่บุคคลยอมรับนวัตกรรมใหม่ หลังจากได้ทดลองปฏิบัติแล้ว และนำไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่องหลังจากยอมรับนวัตกรรมแล้ว กลุ่มเป้าหมายจะมีการแสวงหาข่าวสารเพิ่มเติมเพื่อสนับสนุนการตัดสินใจยอมรับ ถ้าข่าวสารที่ได้รับภายหลังมีผลว่าไม่สมควรรับนวัตกรรมนั้น อาจทำให้เกิดพฤติกรรมเลิกยอมรับนวัตกรรมนั้นได้แต่ถ้าได้รับข่าวสาร ที่ดีภายหลังอาจจะกลับมายอมรับใหม่ได้อีก

การรับรู้คุณภาพการบริการ Parasuraman et al. (1985)ได้กล่าวถึงทฤษฎีคุณภาพการบริการ ว่า เป็นผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการที่ลูกค้าประเมินคุณภาพของการบริการที่ได้รับ เรียกว่า “คุณภาพของการบริการที่ลูกค้ารับรู้” (Perceived Service Quality) กับ “บริการที่รับรู้” (Perceived Service) ซึ่งก็คือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นหลังจากที่ได้รับบริการแล้วนั่นเอง ในการประเมินคุณภาพของการบริการดังกล่าวนั้นลูกค้ามักจะพิจารณาจากเกณฑ์ที่เขาคิดว่ามีความสำคัญ 10 ประการ ดังต่อไปนี้ 1) ความไว้วางใจ (Reliability) ความสามารถที่จะให้บริการตามที่ได้สัญญากับลูกค้าไว้ได้อย่างถูกต้องโดยที่มิต้องมีผู้ช่วยเหลือ 2) สิ่งที่สามารถจับต้องได้ (Tangibles) ลักษณะทางกายภาพของอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวก พนักงานและวัสดุที่ใช้ในการสื่อสารต่าง ๆ 3) การสนองตอบลูกค้า (Responsiveness) ความเต็มใจที่จะให้บริการอย่างรวดเร็วและยินดีที่จะช่วยเหลือลูกค้า 4) ความน่าเชื่อถือ (Credibility) ความซื่อสัตย์เชื่อถือได้ของผู้ให้บริการ 5) ความมั่นคงปลอดภัย (Security) ปราศจากอันตรายความเสี่ยงและความลังเลสงสัย 6) ความสะดวก (Access) สามารถเข้าถึงได้โดยสะดวกและสามารถติดต่อสื่อสารได้ง่าย 7) การสื่อสาร (Communication) การรับฟังลูกค้าและให้ข้อมูลที่จำเป็นแก่ลูกค้า โดยใช้ภาษาที่ลูกค้าสามารถเข้าใจได้ 8) ความเข้าใจลูกค้า (Understanding the Customer) พยายามที่จะทำความรู้จักและเรียนรู้ความต้องการของลูกค้า 9) ความสามารถ (Competence) ความรู้และทักษะที่จำเป็นของพนักงาน ในการให้บริการลูกค้า 10) ความสุภาพและความเป็นมิตร (Courtesy) คุณลักษณะของพนักงานที่ติดต่อกับลูกค้าในการแสดงออกถึงความสุภาพ เป็นมิตรเกรงใจและให้เกียรติลูกค้า

ความตั้งใจใช้บริการ ความตั้งใจ (Intention) หมายถึง การเอาใจจดจ่อ ซึ่งเป็นการตัดสินใจที่จะเลือกหรือกระทำในวิธีใดวิธีหนึ่งมีทิศทางแน่วแน่ของจิตมีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนต่อสิ่งที่ปรารถนาและแสดงออกตามที่มีทัศนคติหรือมีความเชื่อต่อสิ่งนั้น (กันต์กนิษฐ์ อุทัย, 2559) ซึ่งความตั้งใจใช้บริการ เป็นผลที่เกิดจากทัศนคติที่ดีต่อการใช้บริการนั้น ๆ หรืออิงกับประสบการณ์จริง ที่มีความมั่นคงกับพฤติกรรมมากกว่าทัศนคติและความตั้งใจซื้อและใช้บริการที่อิงกับประสบการณ์ทางอ้อม (รัตนภิมล ศรีทองสุข, 2560) ซึ่งจะมีความสำคัญมากต่อนักการตลาด เนื่องจากความตั้งใจใช้บริการสินค้า เปรียบเสมือนแนวทางการทำนายหรือการคาดการณ์ลักษณะพฤติกรรมของผู้บริโภคในอนาคต โดยลักษณะพฤติกรรมของผู้บริโภคสามารถทำนายได้จากการวัดหรือทำนายความตั้งใจที่จะกระทำ (มัสลิน ใจคุณ, 2561)

ลักษณะของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี เป็นกลุ่มที่เกิดตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 เป็นต้นไป (ไปรยา อรรคนิตย์, 2561 และ วรินทร์ทิพย์ กำลังแพทย์, 2558) เป็นกลุ่มเจเนอเรชันที่มีอายุน้อยที่สุด ที่มีอำนาจการซื้อและการใช้จ่ายต่อคนสูง โดยการสร้างความสนใจ เพื่อให้เกิดทางเลือก การควบคุม และความสะดวก ซึ่งลักษณะการบริโภคของกลุ่มเจเนอเรชันซี จะมีลักษณะเฉพาะ ได้แก่ มีความเป็นปัจเจกบุคคล มีความต้องการสินค้าเฉพาะเจาะจง ชอบความสะดวกสบาย ไม่ชอบพิธีการ และสามารถทำอะไรหลาย ๆ อย่างได้ในคราวเดียวกัน (มนัสวี ศรีนนท์, 2561) ซึ่งในที่นี้หมายถึง กลุ่มประชากร ที่เกิดตั้งแต่ พ.ศ. 2540 ขึ้นไป หรือมีอายุตั้งแต่แรกเกิดถึงอายุ 23 ปี (ปี พ.ศ. 2563) คนกลุ่มนี้เกิดมาด้วยการเลี้ยงดูที่เพียบพร้อม ด้วยเทคโนโลยีทันสมัยและแพร่หลาย รวมถึงองค์ความรู้ เพียงแค่มีเทคโนโลยีอยู่ในมือก็ได้ในสิ่งที่ต้องการและมีตัวเลือกมาก ทำให้คนกลุ่มนี้มักทำในสิ่งที่ชอบ ชอบความสะดวกสบาย ไม่ชอบพิธีการ และสามารถทำอะไรหลายๆ อย่างได้ ในคราวเดียวกัน

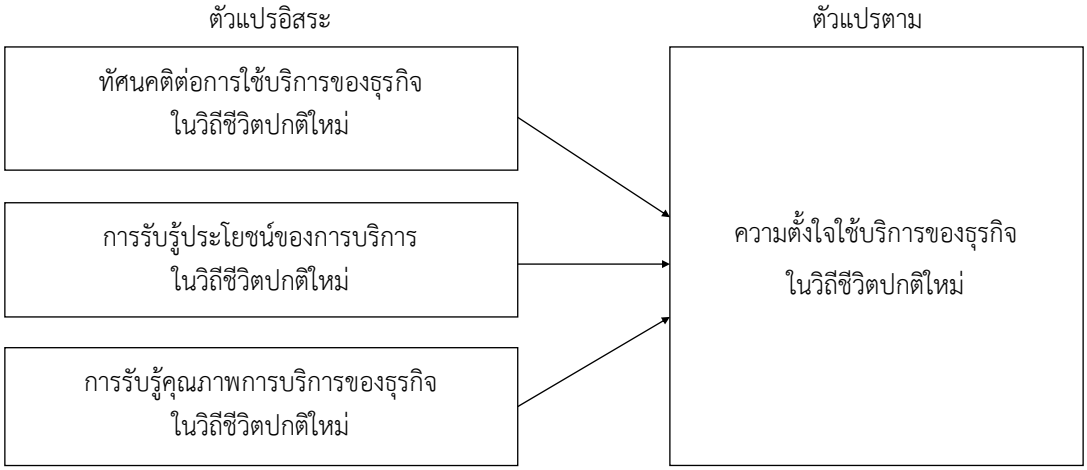
สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานที่ 1 ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ที่ต่างกัน ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชัน แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 2 การรับรู้ประโยชน์ของการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ ที่ต่างกัน ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชัน แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 3 การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ที่ต่างกันส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชัน แตกต่างกัน

ภาพที่ 1
กรอบแนวคิด



ผลการวิจัย

จากตารางที่ 2 ปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ พบว่ากลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี ส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง มีจำนวน 276 คน คิดเป็น ร้อยละ 69.0 มีอายุระหว่าง 20–23 ปี จำนวน 183 คน คิดเป็นร้อยละ 45.8 ระดับการศึกษา อนุปริญญา/ปวส. จำนวน 142 คน คิดเป็นร้อยละ 35.5 อาชีพนักเรียน/นักศึกษา จำนวน 326 คน คิดเป็นร้อยละ 81.5 และรายได้ต่อเดือน 6,001–9,000 บาท จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 47.0

ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามให้ความคิดเห็นมากที่สุดในเรื่อง รู้สึกว่ารูปแบบธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่มีความคุ้มค่าต่อการใช้บริการอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.87 รองลงมา รู้สึกว่ารูปแบบในการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ตรงกับความต้องการกับวิถีชีวิตประจำวันของท่าน อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81 และรู้สึกว่ารูปแบบการของใช้บริการธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่มีความน่าสนใจ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.73

การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.59 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามให้ความคิดเห็นมากที่สุดในเรื่อง คิดว่าการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ทำให้ท่านประหยัดเวลามากขึ้น และ คิดว่าการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ทำให้ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการบริการที่ รวดเร็วและถูกต้องมากขึ้น อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.75 รองลงมา คิดว่าการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ทำให้ท่านรู้สึกปลอดภัยมากขึ้น อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 และคิดว่าการบริการในวิถีชีวิตปกติใหม่ตอบสนองท่านอย่างรวดเร็วมากขึ้น อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43

การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.69 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความคิดเห็นมากที่สุดในเรื่อง คิดว่าธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ทำให้ท่านสามารถติดต่อและใช้บริการได้ตลอด 24 ชั่วโมง อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.79 รองลงมา คิดว่าธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ให้ข้อมูล และคำแนะนำได้อย่างถูกต้องและชัดเจน อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.78 และคิดว่าธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ให้บริการได้ตรงตามความต้องการ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.72

ความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.60 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความคิดเห็นมากที่สุด ในเรื่องมีความตั้งใจใช้บริการธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย

เท่ากับ 3.87 รองลงมา มีแนวโน้มใช้บริการธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.50 และจะแนะนำผู้อื่นให้ใช้บริการธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ต่อไปในอนาคต อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43

ตารางที่ 2
แสดงค่าความถี่ ร้อยละ จำแนกตามข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม (n = 400)

ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	124	31.0
หญิง	276	69.0
2. อายุ		
อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 15 ปี	72	18.0
16 – 19 ปี	145	36.3
20 – 23 ปี	183	45.8
3. ระดับการศึกษา		
มัธยมศึกษาตอนต้น	72	18.0
มัธยมศึกษาตอนปลาย	119	29.8
อนุปริญญา/ปวส.	142	35.5
ปริญญาตรี	67	16.8
4. อาชีพ		
นักเรียน/นักศึกษา	326	81.5
พนักงานบริษัท	23	5.8
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	51	12.8
5. รายได้ต่อเดือน		
3,000–6,000 บาท	25	6.3
6,001–9,000 บาท	188	47.0
9,001–12,000 บาท	99	24.8
12,001–15,000 บาท	67	16.8
15,001 บาทขึ้นไป	21	5.3

การทดสอบสมมติฐาน

จากตารางที่ 3 ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ กับความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจนเนอเรชันซี พบว่า ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ และการรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ มีค่า Sig. น้อยกว่า 0.05 แสดงว่า ยอมรับสมมติฐาน หมายความว่า ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ และการรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจนเนอเรชันซี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในส่วนของ การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ มีค่า Sig. มากกว่า 0.05 แสดงว่า ไม่ยอมรับสมมติฐาน ซึ่งหมายความว่า การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ไม่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจนเนอเรชั่นซี

ดังนั้น จึงสามารถสรุปได้ว่า ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ และการรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี ได้ร้อยละ 70.4 (R square = 0.704) และมีค่าคงที่เท่ากับ -.290 สามารถเขียนสมการถดถอย ได้ดังนี้

Y ความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชั่นซี
= -.290 + .533 (X1) + .455 (X2) + (-.046) (X3)

โดยที่ X1 คือ ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่
X2 คือ การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์
X3 คือ การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่
Y คือ ความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชั่นซี

ตารางที่ 3

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regression) เพื่อศึกษา ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ กับความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี

ความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี	*b*	β	*t*	*p*
ค่าคงที่ (constant)	-.290	.138	-2.096	.037
ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ (X_1)	.643	.553	10.142*	.000
การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ (X_2)	.477	.455	14.479*	.000
การรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ (X_3)	-.057	-.046	-.884	.377
R = 0.840 R^2 = 0.704 SEE = 0.345 F = 317.048 p = .000				

*p = .000

อภิปรายผล

1) ทัศนคติต่อการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี อาจเป็นเพราะผู้บริโภคเจเนอเรชันซีมีทัศนคติต่อรูปแบบธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ว่า การใช้บริการมีความคุ้มค่า ตรงกับความต้องการในวิถีชีวิตประจำวัน และมีความน่าสนใจ จึงก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีและมีแนวโน้มที่จะตั้งใจซื้อใช้บริการซ้ำอีกครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วรัฏฐา หวังศิริเวช (2559) ที่พบว่า ทัศนคติต่อการใช้บริการส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการ อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ กันต์กนิษฐ์ อุทัย (2559) ที่พบว่า ทัศนคติของผู้บริโภคส่งผลต่อความตั้งใจซื้อสินค้า

2) การรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ พบว่า การรับรู้ประโยชน์ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี อาจเป็นเพราะผู้บริโภคเจเนอเรชันซีรับรู้ประโยชน์ว่า การใช้บริการสื่อออนไลน์ในวิถีชีวิตปกติใหม่ทำให้ประหยัดเวลา และสะดวกมากขึ้น เนื่องจากธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่จะสามารถให้ข้อมูลข่าวสารด้านการบริการที่ รวดเร็ว ถูกต้อง และปลอดภัยมากขึ้น ส่งผลต่อการตั้งใจใช้ในธุรกิจดังกล่าวได้อย่างตรงกับความต้องการของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิรัญชนา ใจสม (2560) ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาปัจจัยการรับรู้สื่อสังคมออนไลน์ที่ส่งผลต่อการตัดสินใจ เดินทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวชาวไทย พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของสื่อออนไลน์ว่าผู้บริโภคจะได้รับสิ่งอำนวยความสะดวก สบาย ส่งผลต่อการตัดสินใจใช้บริการ อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภโวทัย ประเทืองสุขสกุล (2560) ได้ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลด้านการรับรู้คุณภาพและการรับรู้ประโยชน์ต่อความตั้งใจในการใช้บริการแอปพลิเคชัน มิวสิก สตรีมมิ่ง ของกลุ่มเจเนอเรชันวาย พบว่า การรับรู้ประโยชน์ส่งผลต่อความตั้งใจในการใช้บริการ

3) จากการศึกษาการรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่พบว่า การรับรู้คุณภาพการบริการไม่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี อาจเป็นเพราะ กลุ่มผู้บริโภค เจเนอเรชันซี เลือกใช้บริการจากกระแสนิยมจากสื่อออนไลน์ จากการโฆษณา จากกลุ่มเพื่อน ผู้มีชื่อเสียงในสังคมออนไลน์ และความชื่นชอบส่วนตัวมากกว่าจะตั้งใจที่เปรียบเทียบในการใช้บริการ ในด้านราคา คุณภาพ ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษณะ ดาราเรือง (2561) ทำการศึกษาเรื่อง การรับรู้คุณภาพการให้บริการและส่วนประสมการตลาดที่ส่งผลต่อความภักดีของผู้ใช้บริการโรงแรมในอำเภอเมืองนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า คุณภาพการให้บริการ ส่งผลต่อความตั้งใจและความจงรักภักดีของผู้ใช้บริการอีกทั้งยังไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ ภโวทัย ประเทืองสุขสกุล (2560) ได้ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลด้านการรับรู้คุณภาพ

และการรับรู้ประโยชน์ต่อความตั้งใจในการใช้บริการแอปพลิเคชัน มิวสิก สตรีมมิง ของกลุ่มเจเนอเรชันวาย พบว่า การรับรู้คุณภาพบริการ ส่งผลต่อความตั้งใจในการใช้บริการ เหตุที่ผลการวิจัยไม่สอดคล้องเป็นเพราะหลังการเกิดวิกฤติโควิดธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ต้องมีการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับพฤติกรรมของผู้บริโภคที่ตื่นตระหนกกลัวโรคระบาดอยู่ตลอดเวลาได้ยาก ดังนั้นหากธุรกิจที่ไม่ได้ให้ความสะดวก สบาย และความปลอดภัยต่อการติดโรคระบาดได้จะไม่ส่งผลต่อการใช้บริการได้ง่ายมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. จากการศึกษาพบว่าทัศนคติต่อการใช้บริการส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซีแสดงว่ากลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซีเป็นกลุ่มที่ใช้ธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่เป็นประจำ จึงมีทัศนคติและประสบการณ์ที่ดีต่อการใช้บริการเป็นประเด็นสำคัญ ดังนั้นหากผู้ประกอบการธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่เน้นการสร้างความสัมพันธ์กับผู้บริโภคกลุ่มนี้จะทำให้เกิดการตัดสินใจใช้บริการได้ง่ายยิ่งขึ้น เช่น การสื่อสาร โต้ตอบกับลูกค้าทันทีทันใด เมื่อลูกค้ามีข้อสงสัยหรือซักถามข้อมูลรายละเอียดสินค้า

2. จากการศึกษาพบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการใช้สื่อออนไลน์ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี แสดงว่ากลุ่มผู้บริโภคเชื่อถือในสื่อออนไลน์ ดังนั้นผู้ประกอบการจึงควรทำการตลาดในสื่อออนไลน์เพิ่มขึ้น เพื่อสร้างการรับรู้ และเข้าถึงการบริการ ซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจบริการของผู้บริโภคในจำนวนมากขึ้นด้วย

3. จากการศึกษาพบว่าการรับรู้คุณภาพการบริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ ไม่ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี อาจเป็นเพราะปัจจุบันผู้บริโภคมีสิทธิ์ในเลือกมากขึ้นเนื่องจากเทคโนโลยีทำให้เกิดการเปรียบเทียบในการใช้บริการ หากผู้บริโภคมีประสบการณ์ในการใช้บริการที่ไม่ดี อาจส่งผลกระทบการการตั้งใจใช้บริการ ดังนั้นผู้ประกอบการปรับปรุงคุณภาพการใช้บริการโดยนำเทคโนโลยีมาช่วยตรวจสอบ เพื่อนำสิ่งที่พบเห็นมาปรับปรุงให้ดี เพื่อสร้างโอกาสการอยู่รอดของธุรกิจในระยะยาว

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาปัจจัยอื่นที่สร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้บริโภคกับบริการธุรกิจที่ส่งผลให้เกิดการตั้งใจใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ของกลุ่มผู้บริโภคเจเนอเรชันซี เพื่อพัฒนาการบริการของธุรกิจให้ดีขึ้น

2. ควรทำการศึกษาการพัฒนาสื่อสังคมออนไลน์ต่อการสร้างการรับรู้การใช้บริการในธุรกิจวิถีชีวิตปกติใหม่ เพื่อเพิ่มการรับรู้ และสร้างการตัดสินใจกับผู้บริโภคได้อย่างทันที

3. ควรนำปัจจัยหรือตัวแปรด้านอื่นๆ เข้ามาศึกษาเพิ่มเติมในการทำวิจัยครั้งต่อไป ซึ่งผลสรุปของงานวิจัยอาจมีความแตกต่างจากงานวิจัยเรื่อง ทัศนคติ และความตั้งใจใช้บริการของผู้บริโภคในการใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่ เช่น การนำตัวแปรกำกับ ด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ มาวิเคราะห์ร่วมกับพฤติกรรมผู้บริโภคซึ่งตัวแปรกำกับเหล่านี้อาจมีอิทธิพลเสริมในทางที่ดีต่อพฤติกรรมผู้บริโภคในใช้บริการของธุรกิจในวิถีชีวิตปกติใหม่

รายการอ้างอิง

กรรณิการ์ คงทอง. (2561). *ความตั้งใจเชิงพฤติกรรมในการใช้เทคโนโลยีของกลุ่มเจเนอเรชั่นเบบี้บูมเมอร์และเจเนอเรชั่นเอ็กซ์* [วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ.

กฤษณะ ดาราเรือง. (2561). การรับรู้คุณภาพการให้บริการ และส่วนประสมการตลาดที่ส่งผลต่อความภักดีของผู้ใช้บริการ โรงแรมในอำเภอเมืองนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์. *วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี*, *12*(1), 57-70.

กันต์กนิษฐ์ อุทัย. (2559). รูปแบบการดำเนินชีวิตการเปิดรับ ทัศนคติ และพฤติกรรมการสั่งซื้อสินค้าออนไลน์ของผู้สูงวัยในกลุ่มเจเนอเรชั่นซี [วิทยานิพนธ์ปริญญาวารสารศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

นิชคุณ ตุวพลางกูร. (2561). การเคลื่อนไหวทางสังคมด้านการเมืองในยุคดิจิทัล: กรณีศึกษาการคัดค้านร่างพระราชบัญญัตินิโทษกรรมและการต่อต้านระบบซิงเกิลเกตเวย์. *วารสารศาสตร์*, *12*(2), 93-115.

ไปรยา อรรคนิตย์. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อการส่งต่อ (Share) วีดีโอคอนเทนต์ออนไลน์ผ่านทางสื่อ Social Media (โซเชียลมีเดีย) ของวัยรุ่น Gen Z [การค้นคว้าอิสระปริญญานิเทศศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสื่อสารเชิงกลยุทธ์ บัณฑิตวิทยาลัย]. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

ภโวทัย ประเทืองสุขสกุล. (2560). อิทธิพลด้านการรับรู้คุณภาพและการรับรู้ประโยชน์ต่อความตั้งใจในการใช้บริการแอปพลิเคชันมิวสิก สตรีมมิง ของกลุ่มเจเนอเรชันวาย. [การค้นคว้าอิสระปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย]. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

มนัสวี ศรีนนท์. (2561). ทฤษฎีเจเนอเรชันกับกรอบวิธีคิด. *วารสาร "ศึกษาศาสตร์ มมร"*, *6*(1), 364-373.

มัสลิน ใจคุณ. (2561). การยอมรับเทคโนโลยี ความไว้วางใจ และการตลาดผ่านสังคมออนไลน์ที่ มีผลต่อความตั้งใจซื้อสินค้าผ่านช่องทางเฟซบุ๊กไลฟ์ (Facebook LIVE) ของกลุ่มผู้บริโภค Generations X, Y, Z. *วารสารวิชาการ สถาบันเทคโนโลยีแห่งสุวรรณภูมิ. 1*(1), 260-275.

รัตนภิมล ศรีทองสุข. (2560). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจเข้าร่วมการตลาดเชิงกิจกรรมของกลุ่มเจเนอเรชั่นวาย และเจเนอเรชั่นแซด ในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารการสื่อสารและการจัดการ นิด้า, 3*(1), 14-30.

วรัฏฐา หวังศิริเวช. (2559). *ทัศนคติของผู้บริโภคที่มีต่อร้านอาหารที่ทำการสื่อสารผ่านทางเครือข่ายสังคมออนไลน์* [การค้นคว้าอิสระปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วราศรี อัจฉริยะเดชา. (2558). *การเปิดรับและทัศนคติของกลุ่มคนเจเนอเรชั่น วาย ที่มีต่อข่าวบันเทิง ในเว็บไซต์เฟซบุ๊ก (Facebook)* [การค้นคว้าอิสระปริญญาวารสารศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วรินทร์ทิพย์ กำลังแพทย์. (2558). การตลาดออนไลน์กับผู้บริโภคยุค XYZ. *วารสารวิชาการและวิจัย มทร.พระนคร, 1*(2), 1-17. https://doi.org/10.14456/rjhsrmutp.2016.7

วิรัญชนา ใจสม. (2560). *การศึกษาปัจจัยการรับรู้สื่อสังคมออนไลน์ที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเดินทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวชาวไทย* [การค้นคว้าอิสระปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการอุตสาหกรรมการบริการและการท่องเที่ยว บัณฑิตวิทยาลัย]. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

สำนักงาน กสทช. (2562). *สำรวจพฤติกรรมและแนวโน้มการรับชมสื่อภาพเคลื่อนไหวของคนไทย ปี 2562*. [ออนไลน์] เข้าถึงได้จาก https://www.nbtc.go.th/News/Information/39402.aspx. สืบค้นวันที่ 22 กรกฎาคม 2563.

Bejtkovský, J. (2016). The employees of baby boomers generation, generation X, generation Y and generation Z in selected Czech corporations as conceivers of development and competitiveness in their corporation. *Journal of Competitiveness, 8*(4), 105-123.

Duffett, R. (2020). The YouTube marketing communication effect on cognitive, affective and behavioural attitudes among generation Z Consumers. *Sustainability, 12*(5057), 1-25.

Gonçalves, S. C., Barbosa, B., & Rocha, A. (2019). Perceptions and intentions of adopting the internet of things by Generation Z. *CBU International Conference Proceedings, 7*, 92-97.

Parasuraman, A., Zeithaml, V. A., & Berry, L. L. (1985). A conceptual model of service quality and its implications for future research. *Journal of Marketing, 49*(4), 41–50.

Shatto, B., & Erwin, K. (2017). Teaching millennials and generation Z: Bridging the generational divide. *Creative Nursing, 23*(1), 24-28.

Yamane, T. (1967). *Taro statistic: An introductory analysis*. New York: Harper & Row.

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณา ให้คำแนะนำ ให้ความรู้ และให้คำปรึกษาชี้แนะตั้งแต่เริ่มต้นจนกระทั่งเสร็จสมบูรณ์ นอกจากนี้ยังได้รับคำแนะนำเพิ่มเติม ตลอดจนการตรวจแก้ไขจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คมสัน ตันสกุล ทำให้งานวิจัยฉบับนี้ถูกต้องสมบูรณ์มากขึ้น ผู้ศึกษาจึงใคร่ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

TNCP
Poster Presentation
Abstracts

แรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ : กรณีศึกษาสโมสรฟุตบอล A

MOTIVATION OF PROFESSIONAL SOCCER PLAYERS: A CASE STUDY OF A FOOTBALL CLUB

กฤศณัฏฐ์ พุฒิธนสมบัติ* นนทพัทธ์ ศรีทะโร และ รุ่งโรจน์ ศรอินทร์
คณะวิทยาศาสตร์และศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน* : aekkalak.pu@rmuti.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ กรณีศึกษาสโมสร A (ชื่อสมมติ) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาฟุตบอลของสโมสร A จำนวน 20 คน มีอายุระหว่าง 18-30 ปี กลุ่มตัวอย่างทุกคนสมัครใจและเซ็นเอกสารแสดงความยินยอมเพื่อเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพโดย (1) การสังเกต (2) การสัมภาษณ์อย่างเป็นทางการแบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) และ (3) เทคนิคการบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident Technique) จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยวิธีการเปรียบเทียบความคงที่ของข้อมูลเพื่อหาหัวเรื่อง และตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบโดยกลุ่มตัวอย่าง (Member Check)

ผลการศึกษาแรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพสโมสร A พบว่า นักกีฬามีปัจจัยด้านแรงจูงใจภายนอก แรงจูงใจภายใน และสิ่งที่ทำให้ขาดแรงจูงใจ ตามลำดับ ดังนี้ ด้านแรงจูงใจภายนอก ได้แก่ (1) การมีชื่อเสียงและความก้าวหน้าในอาชีพ (2) รายได้และผลประโยชน์ ด้านแรงจูงใจภายใน ได้แก่ (3) ความรักและความชอบกีฬาฟุตบอล และ (4) ความอยากพัฒนาทักษะกีฬา ตามลำดับ สำหรับสิ่งที่ทำให้นักกีฬาขาดแรงจูงใจ ได้แก่ ปัญหาการบาดเจ็บและการถูกตำหนิจากเพื่อนร่วมทีม

คำสำคัญ : แรงจูงใจ, นักกีฬาอาชีพ, สโมสรฟุตบอล

การมีส่วนร่วมกับกิจกรรมดนตรีและสุขภาวะนักดนตรีสูงวัย

ENGAGING IN MUSICAL ACTIVITIES AND WELL-BEING OF OLDER MUSICIANS

ปณิชา พรประสิทธิ์* อรัญญา ตุ้ยคำภีร์ และ จุฑาทิพย์ วิวัฒนาพันธุวงศ์
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

e-mail ของนักวิจัยผู้ประสานงาน* : panichap14@gmail.com

บทคัดย่อ

ดนตรีเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ส่งผลต่ออารมณ์ ระบบการทำงานของสมอง รวมไปถึงการมีปฏิสัมพันธ์ในสังคมของผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตาม การวิจัยเชิงประจักษ์ในเรื่องบทบาทของกิจกรรมดนตรีที่มีต่อสุขภาวะของผู้สูงอายุไทยยังมีไม่มากนัก การวิจัยครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์การมีส่วนร่วมกับกิจกรรมดนตรีและสุขภาวะของนักดนตรีสูงวัย ผู้ให้ข้อมูลหลักคือ นักดนตรีสูงวัย จำนวน 4 คน ที่ผ่านการคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์รายบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณวิทยา ผลการศึกษาพบ 4 ประเด็นหลัก ได้แก่ (1) กิจกรรมดนตรีในชีวิตประจำวัน ซึ่งสะท้อนถึงการรับรู้ของผู้สูงวัยว่ากิจกรรมดนตรีนับเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต (2) การหลอมรวมเอกลักษณ์ทางดนตรีกับตัวตนของผู้สูงอายุ ซึ่งนักดนตรีสูงวัยกล่าวถึงความเฉพาะตัว มุมมองต่อตนเองและคนรอบข้างที่เชื่อมโยงกับกิจกรรมทางดนตรีที่ทำในชีวิตประจำวัน (3) ดนตรีเป็นสื่อกลางเชื่อมความสัมพันธ์ทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว คนรอบข้าง เพื่อนร่วมงาน และความสัมพันธ์ใหม่กับคนต่างรุ่นต่างวัยที่เกิดขึ้นจากการมีกิจกรรมดนตรี และ (4) การมีสุขภาวะ นักดนตรีสูงวัยกล่าวถึงความเพลิดเพลิน มีชีวิตชีวา ที่เกิดจากการมีกิจกรรมดนตรี อย่างไรก็ตามบางท่านกล่าวถึงผลทางลบต่อสุขภาวะทางร่างกายด้วย ผลของการศึกษานี้ทำให้เกิดความเข้าใจบทบาทของดนตรีต่อผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้ที่มีกิจกรรมดนตรีสม่ำเสมอเช่นนักดนตรีสูงวัย ข้อความรู้นี้สามารถนำไปสู่การพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุผ่านการมีส่วนร่วมกับดนตรี และการศึกษาในเรื่องนี้ต่อไป

คำสำคัญ : การมีส่วนร่วมกับกิจกรรมดนตรี, สุขภาวะ, นักดนตรีสูงวัย, การวิจัยเชิงคุณภาพ

A SYSTEMATIC REVIEW ON THE EFFECTIVENESS OF USING PSYCHOLOGICAL CAPITAL TO IMPROVE HEALTH-RELATED OUTCOMES AMONG SERVICE PROFESSIONALS

Punpong Suwanvatin, Rewadee Watakakosol*, Sompoch Iamsupasit and Juthatip Wiwattanapantuwong
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

corresponding author email*: Rewadee.W@chula.ac.th

Abstract

Frontline service personnel; especially, flight attendants, hotel frontline employees, and nurses, are facing health problems, including physical and mental health, due to high levels of stress from work. Also, their health problems are concerned to be significantly affected the safety of the service users. The purpose of this study is to systematically examine existing literature that uses Psychological Capital (PSYCAP) as one of the factors related to health outcomes (physically and psychologically) among service professionals. Famous electronic databases of academic journals published within the last ten years (2010-2020), for example, Scopus, SpringerLink, and JSTOR, were systematically searched by using inclusion criteria as followed: 1) papers published in English not more than ten years back, 2) must be studied in three occupations mentioned earlier and 3) the study variables contain psychological capital and health-related outcomes. After reading the abstract and full paper of the journal founded, only fourteen articles met the criteria. PSYCAP, then was examined its role on health-related outcomes, and the number of studies classified in each category was counted as follows: Health-related outcomes in all studies were divided into four groups: positive outcomes, negative outcomes, general outcomes, and safety risk outcomes. Findings reveal, four studies used PSYCAP as an individual construct measurement (e.g. Self-efficacy, Optimism, Hope and Resilience), while the rest used collective PSYCAP as a higher-order construct in their studies. Psychological capitals have played the most often roles as independent variables in six out of fourteen studies and four studies as mediators, three studies as moderators, and only one study as the dependent variable. The result of the systematic review has guided future research on PSYCAP and other health-related variables.

Keywords: PSYCAP, frontline service employee, nurse, hotel staff, health

THE RELATIONSHIP BETWEEN GUILT REDUCTION AND FEELING OF PURITY IN A THAI SAMPLE

Chayanit Trakulpipat, Juthatip Wiwattanapantuwong*
Faculty of Psychology, Chulalongkorn University

corresponding author email*: juthatip.w@chula.ac.th

Abstract

The metaphoric link between moral purity and physical cleanliness has been solidly proved in many Western cultures (Siev et al., 2018). However, could it be applied in Asian cultures like Thai society? Theoretically, the effect of cleanliness on morality has mainly been described based on embodied cognition. Previous studies found that physical cleansing such as handwashing is not only protecting individuals against physical contamination but also help to alleviate guilt (Xu et al., 2014). Conversely, unethical behaviours boost the appeal of physical cleansing (Zhong & Liljenquist, 2006). This finding suggested that the abstract thought about morality is concretely embodied in physical cleansing experiences. After all, failure studies remain. Due to diversity of moral identity, it makes perception vary in different cultures. Thus, this study aimed to examine the effect of this phenomenon in Thai samples believed in different religions. A web-based experiment was used via the online program 'Psytoolkit'. Two conditions were randomly assigned to participants. The unethical group (N = 319) was asked to recall the past misdeed, whereas the ethical group (*N* = 313) was informed to recall the past good deed. Participants were then measured their feeling of guilt and followed by evaluating the guilt reduction scale of moral cleansing behaviours consisting of symbolic, restitution and behavioural cleansing behaviours. Results showed, not surprisingly, the score on guilt reduction in symbolic cleansing (e.g. handwashing or bath) was lower, especially in unethical group, than restitution cleansing (e.g. atonement or changing habit) and behavioural cleansing behaviours (e.g. saying apology or rapprochement). However, it confirmed previous studies that symbolic cleansing could reduce the sense of guilt in the unethical group. Regarding the religious groups, Muslims were the most sensitive to symbolic cleansing followed by Christians and Buddhists, respectively. In addition, regarding symbolic cleansing behaviours, bath provided the highest guilt reduction score followed by hand and face washing, respectively. Results indicated that there is a metaphorical association between morality and cleanliness in Thai culture.

Keywords: Ethical cleansing, guilt reduction, religious belief, Macbeth effect

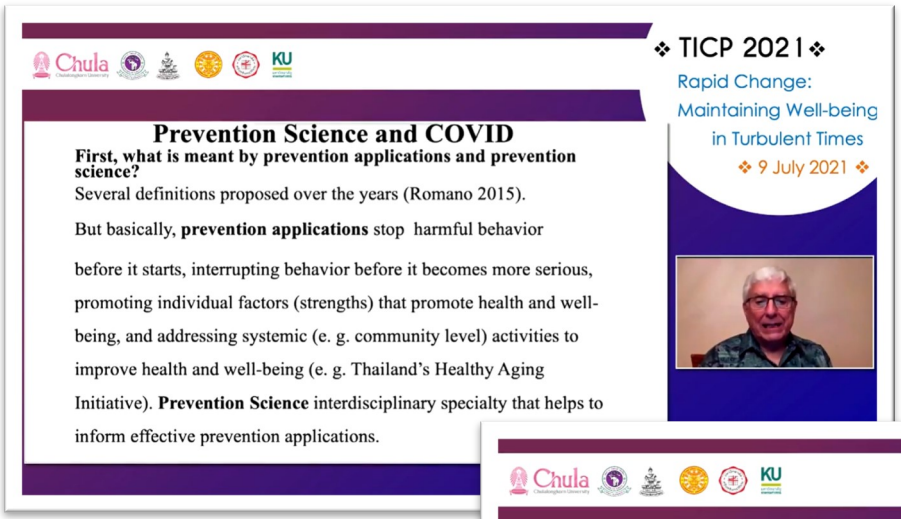
รายนามคณะกรรมการดำเนินโครงการประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP) 2021

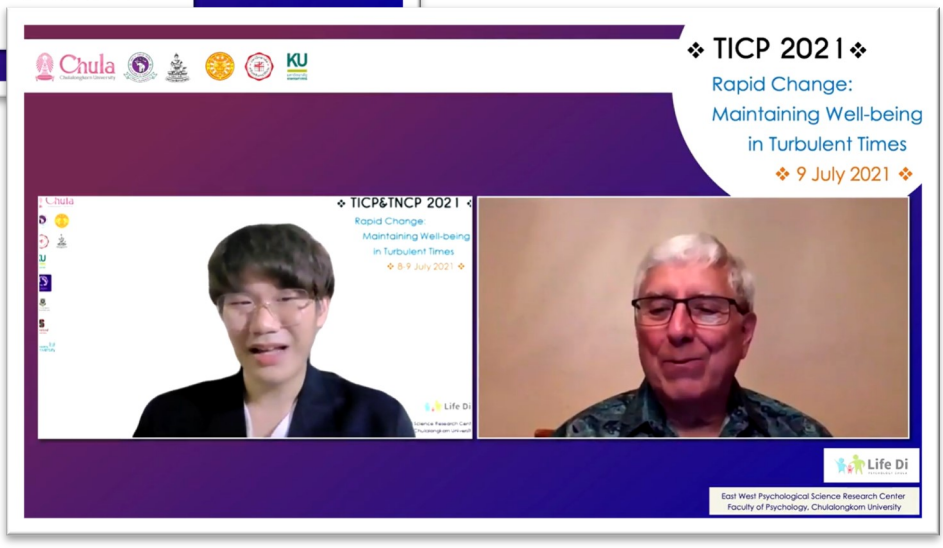
1.	อาจารย์ ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์	ประธานอนุกรรมการ
2.	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ	อนุกรรมการ
3.	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัชราภรณ์ บุญญศิริวัฒน์	อนุกรรมการ
4.	อาจารย์ ดร.วิทสินี บวรอัศวกุล	อนุกรรมการ
5.	อาจารย์ ดร.เจนนิเฟอร์ ชวโนวานิช	อนุกรรมการ
6.	อาจารย์ ดร.จุฑาทิพย์ วิวัฒนาพันธุวงศ์	อนุกรรมการ
7.	อาจารย์ ดร.จิรภัทร รวีภัทรกุล	อนุกรรมการ
8.	นางสาวเวณิกา บวรสิน	อนุกรรมการ
9.	นายกรินทร์ วิลาวรณ์	อนุกรรมการ
10.	นายพิพัฒน์พน พรจรรยา	อนุกรรมการ
11.	นายณัฐนันท์ มั่นคง	อนุกรรมการ
12.	นางสาววริตา ระย้านิล	อนุกรรมการ
13.	นางสาวกรรณิกา ชูชาติ	อนุกรรมการและเลขานุการ
14.	นางสาวรัตนาพร โพธิ์งาม	อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

ภาพบรรยากาศงานประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP) 2021

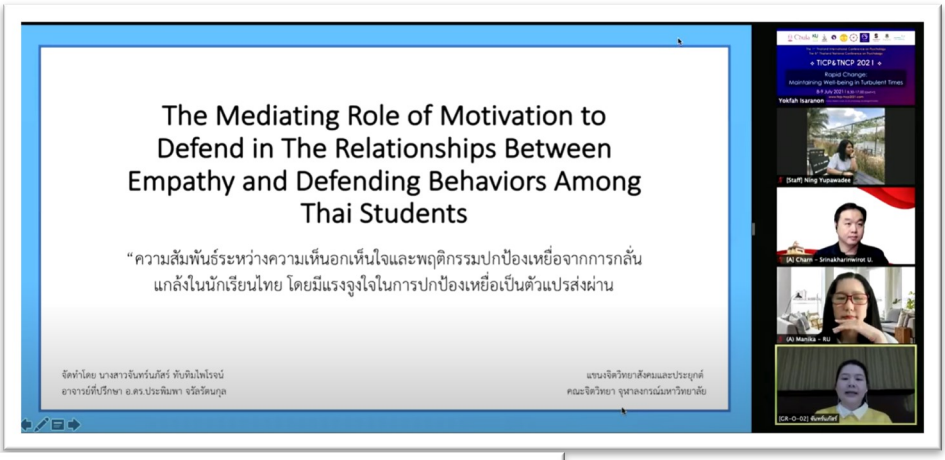
พิธีเปิด โดย ผศ. ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ

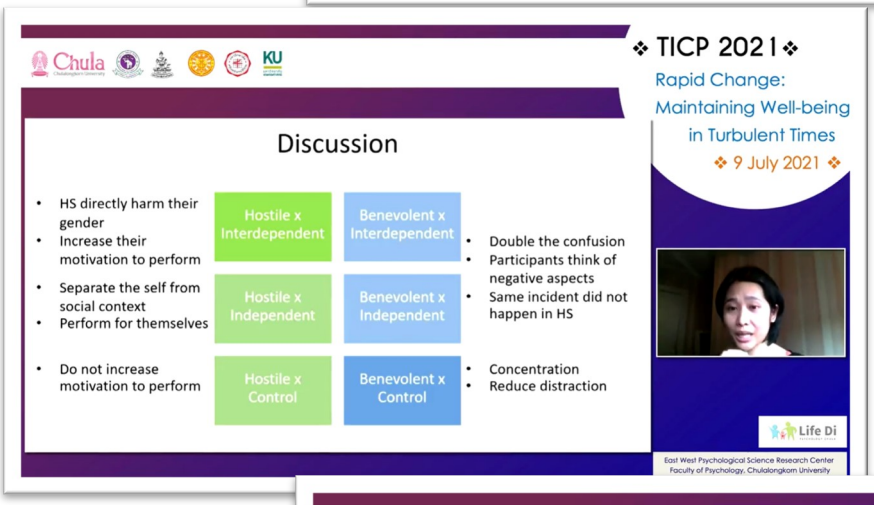
และการปฐกถาพิเศษ โดย John L. Romano, Professor Emeritus., University of Minnesota, USA
ในหัวข้อ “Prevention Science and COVID-19: Promoting Health and Well-being across the Globe”

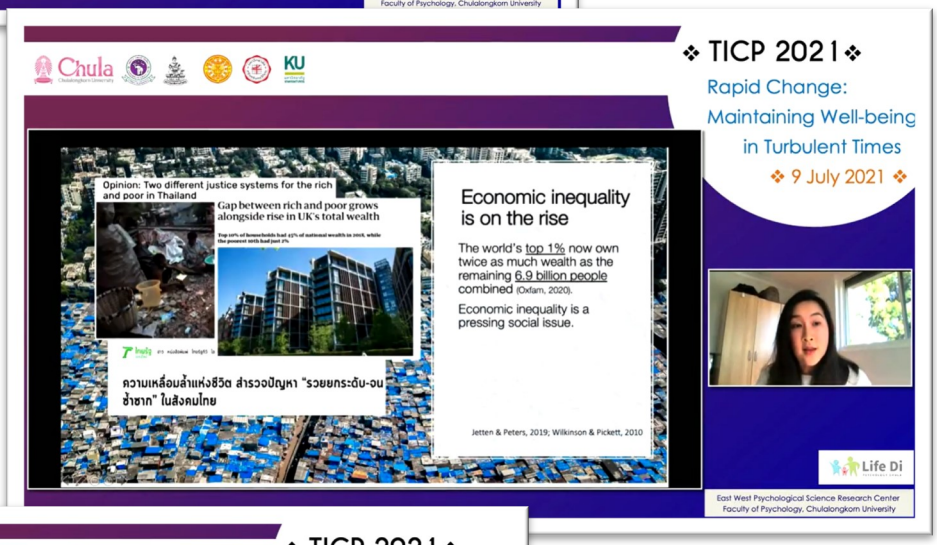


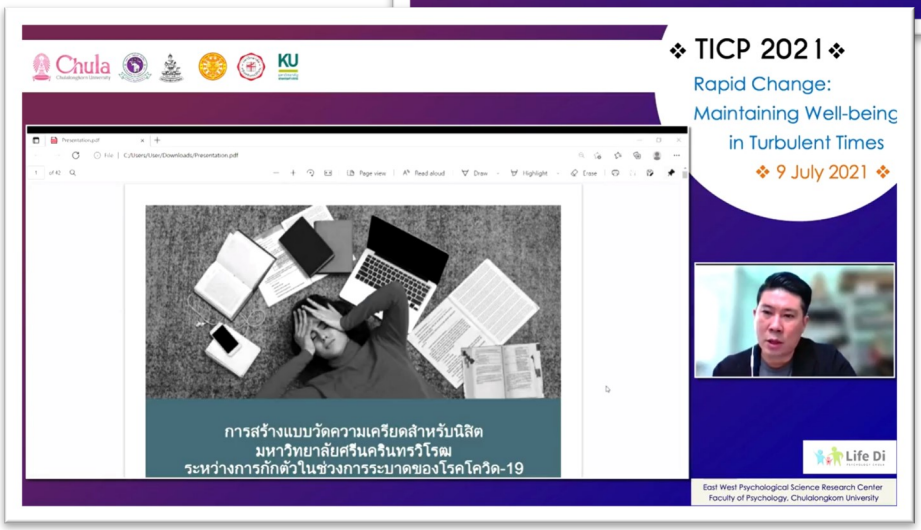


การนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย

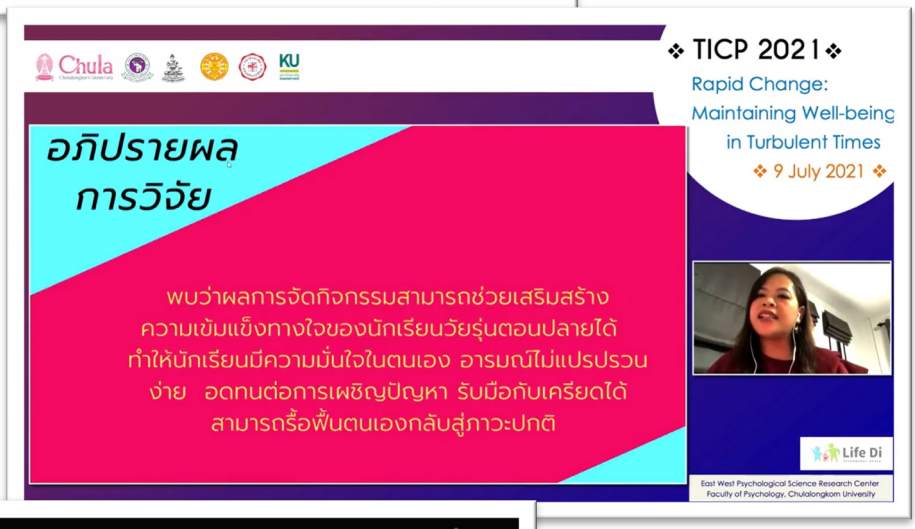


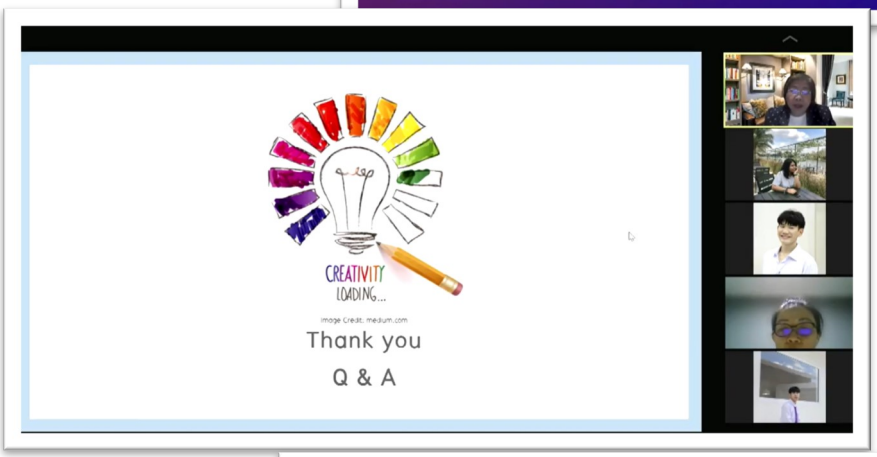


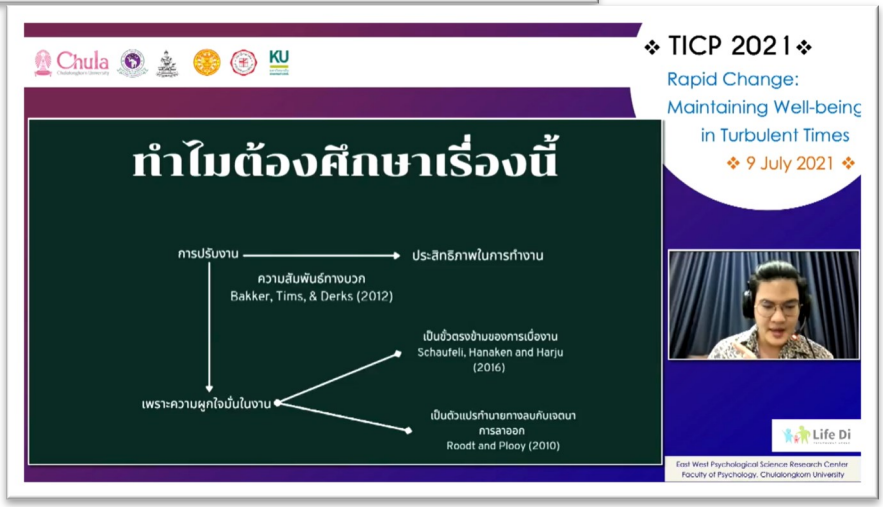




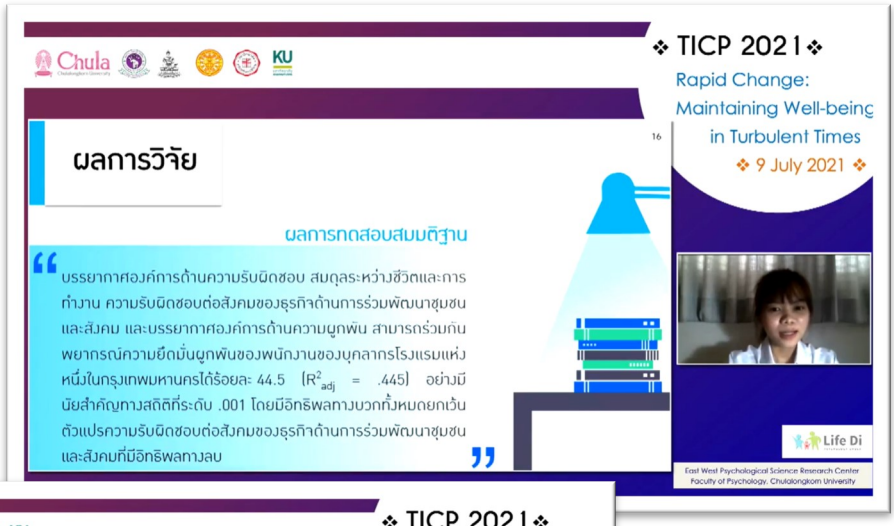
การนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย

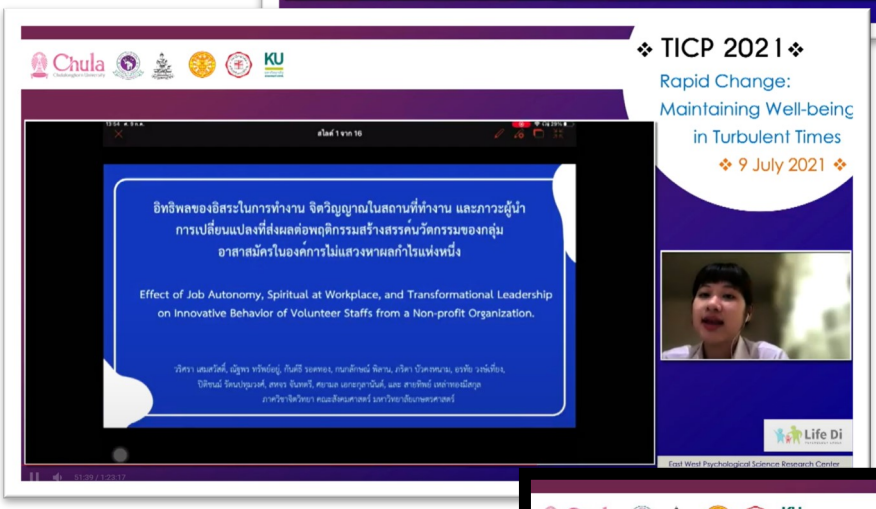


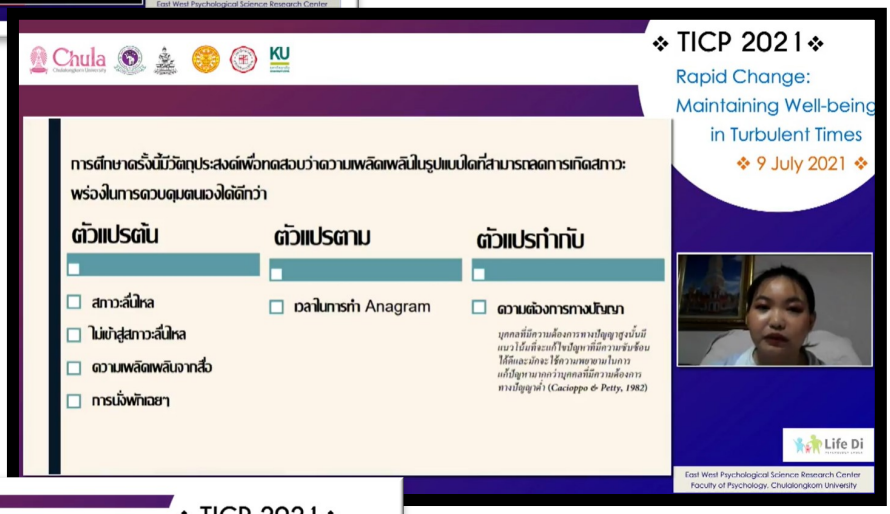


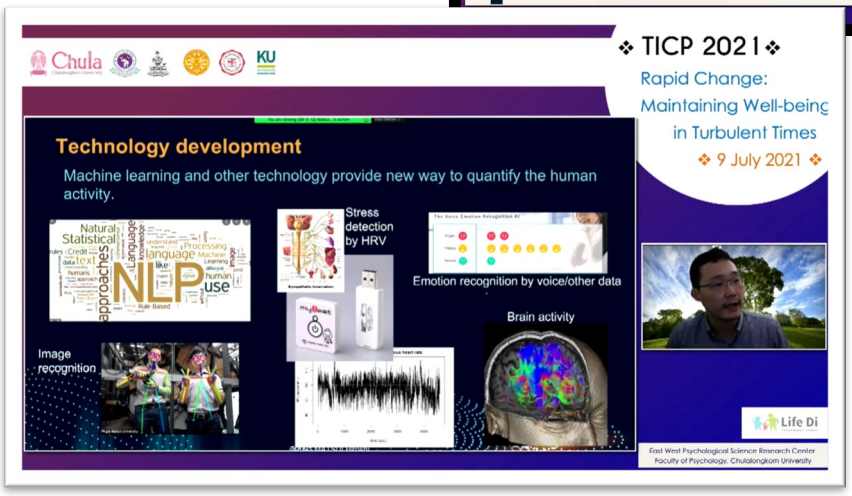


การนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย

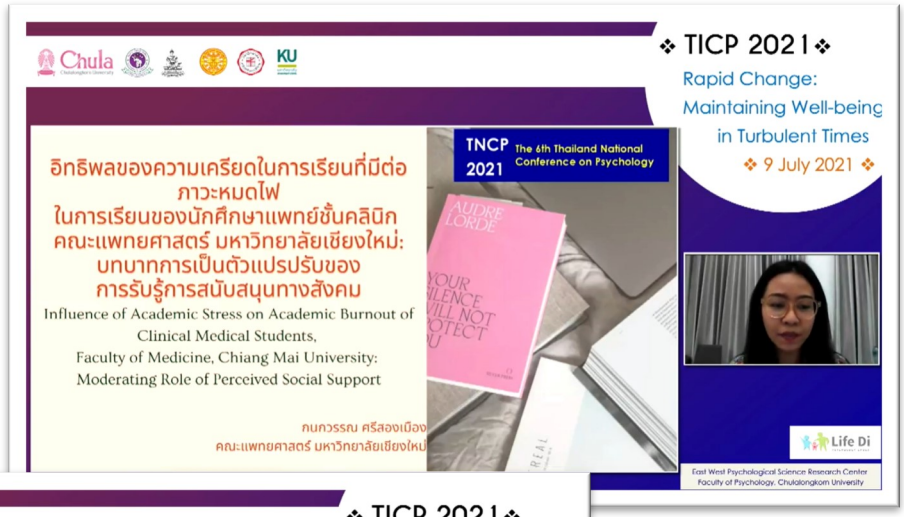


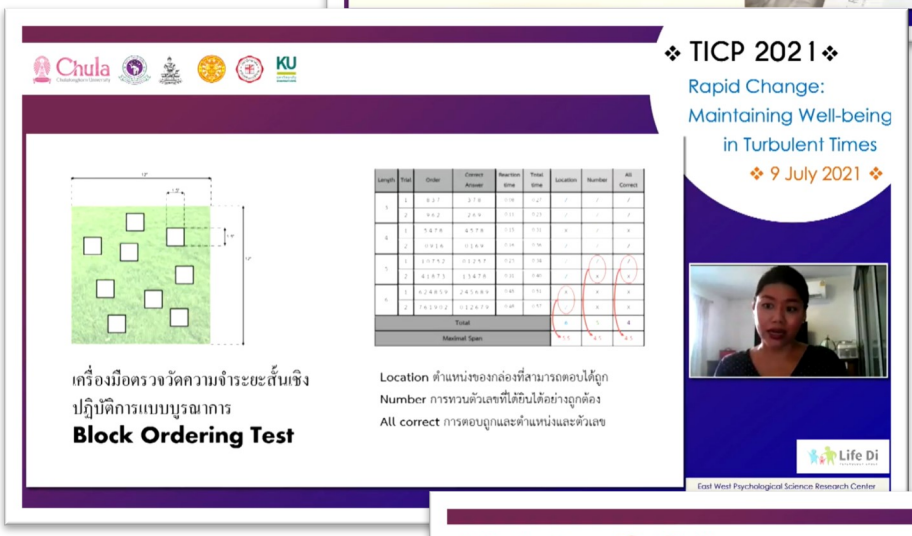


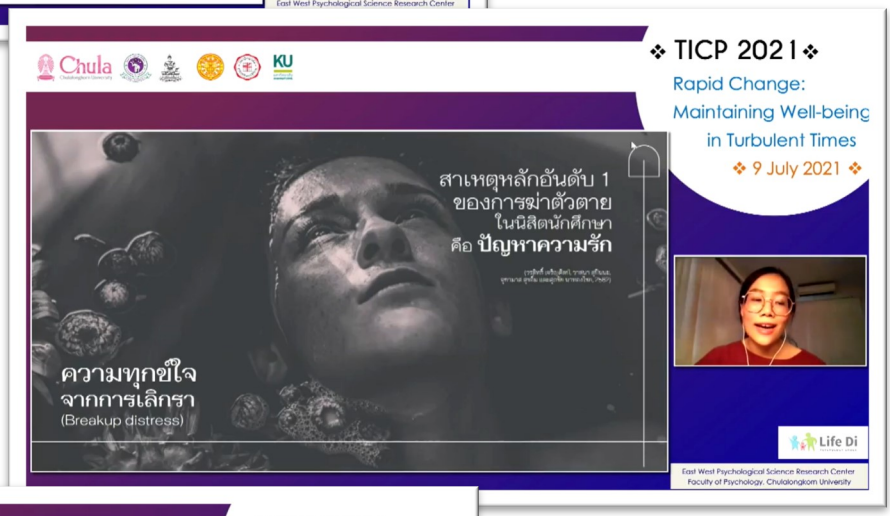


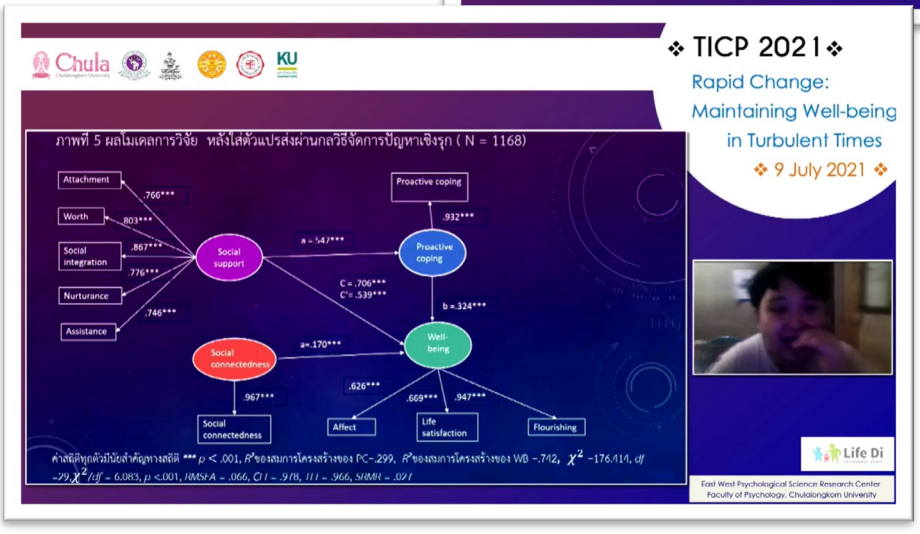


การนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย

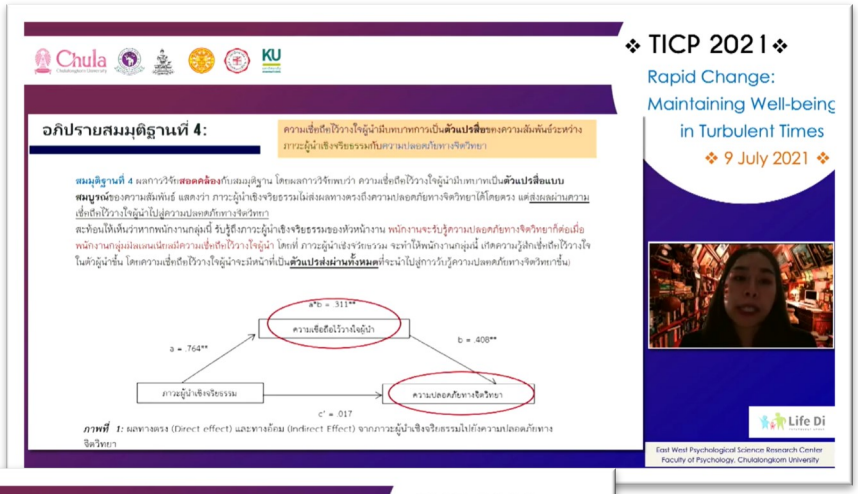


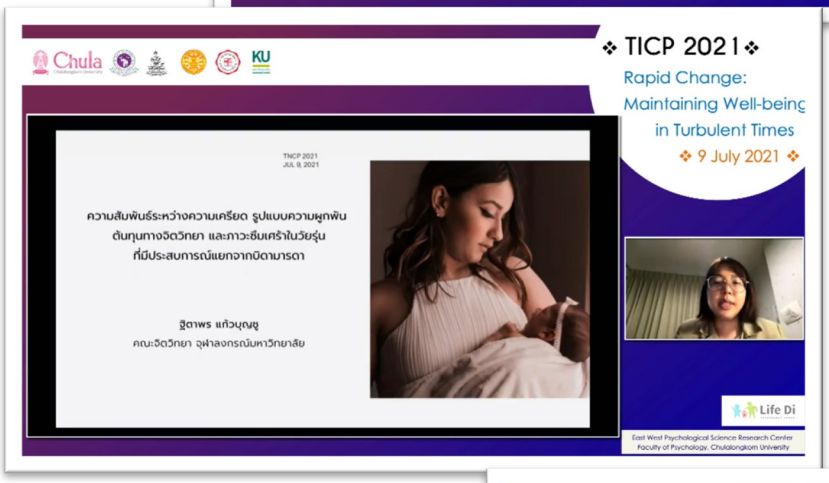


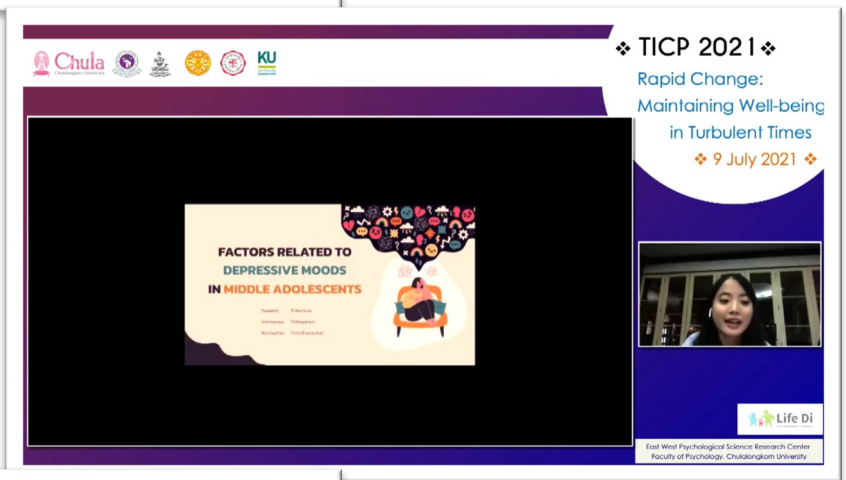


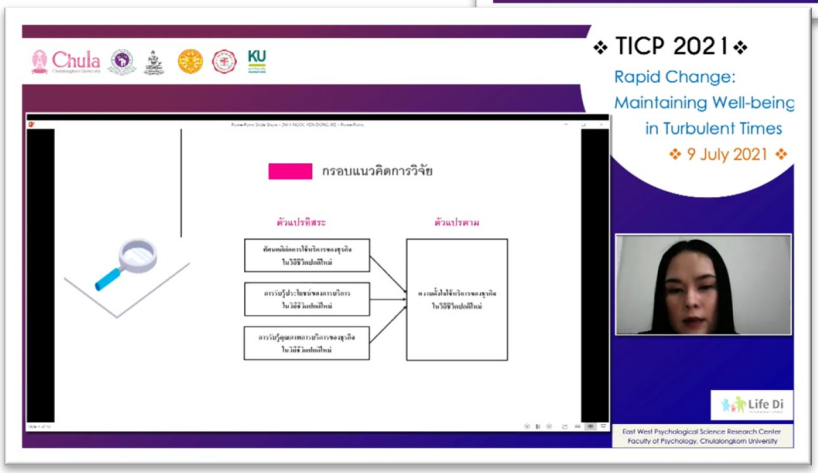


การนำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย

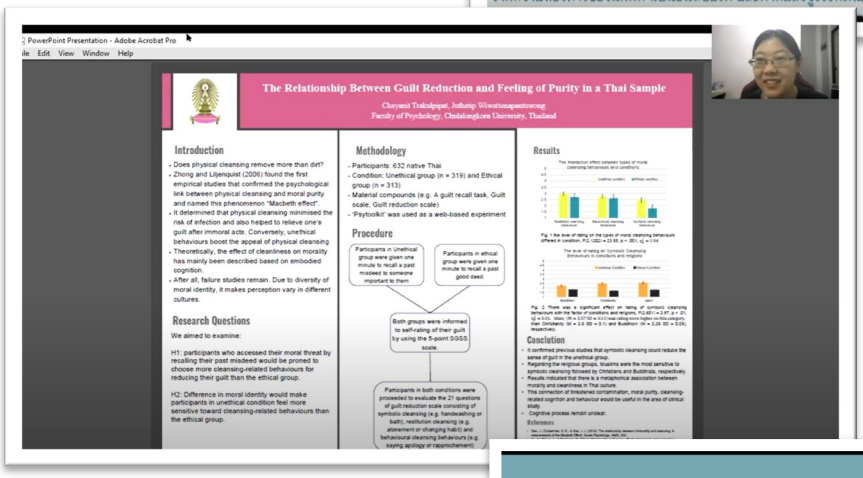


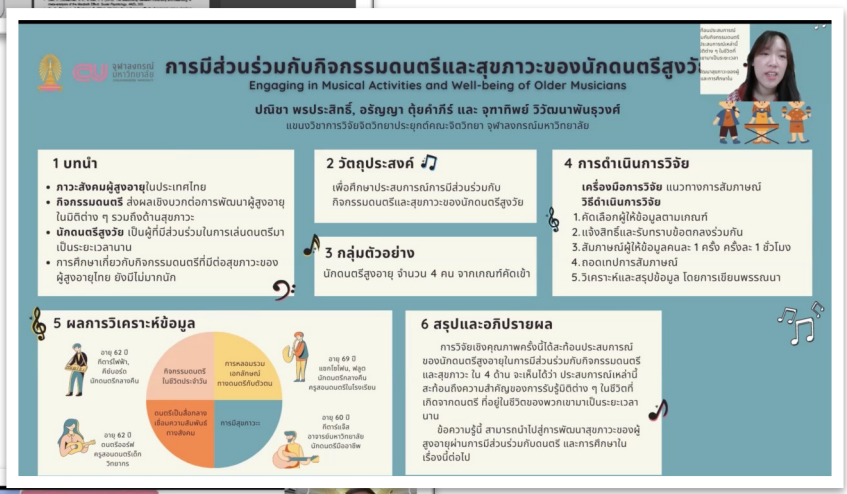


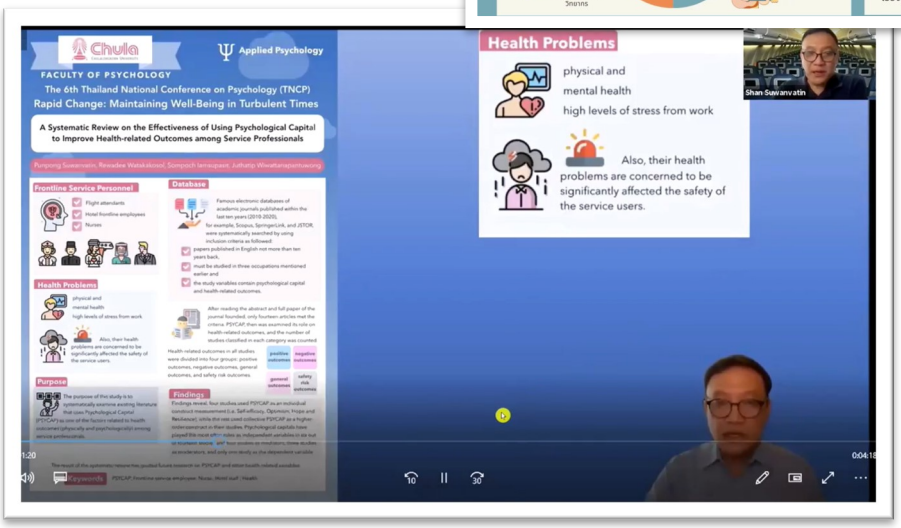




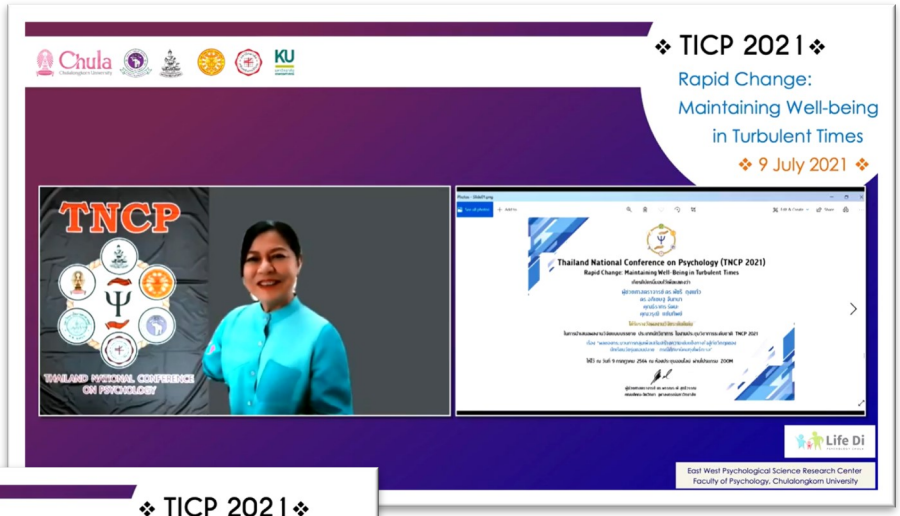
การนำเสนอผลงานวิจัยแบบโปสเตอร์

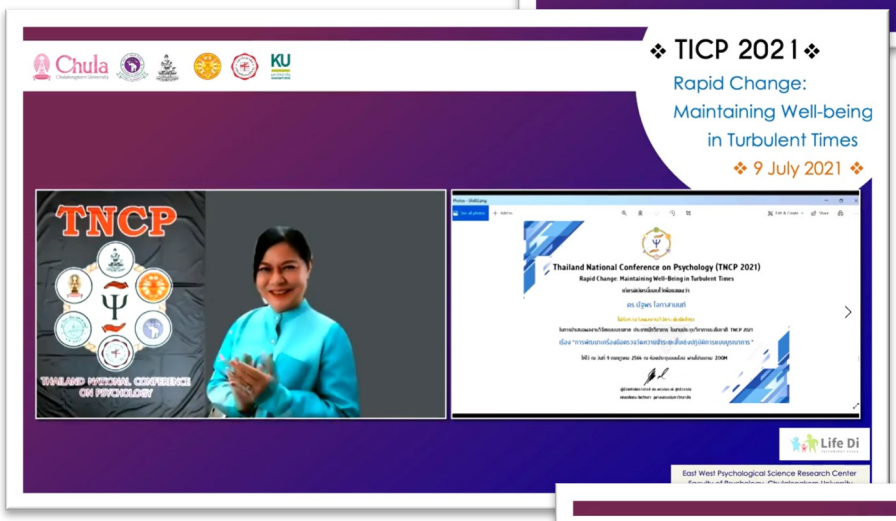


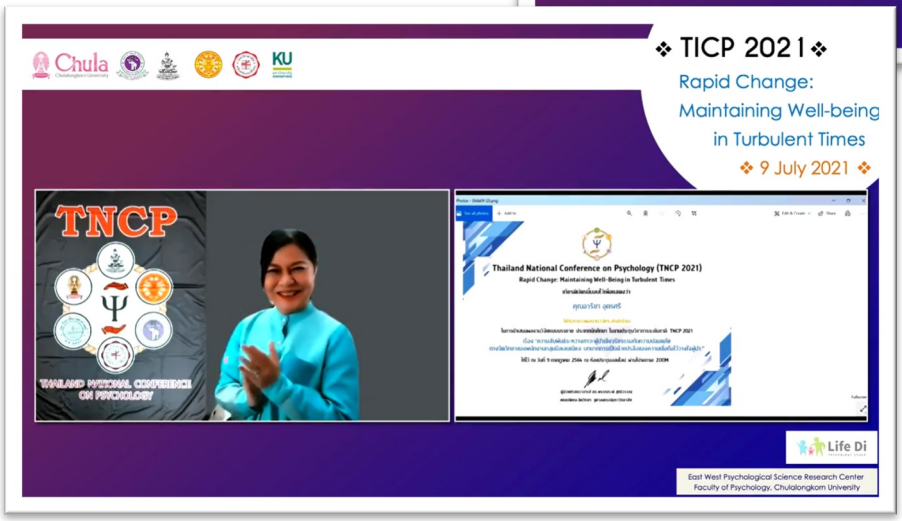
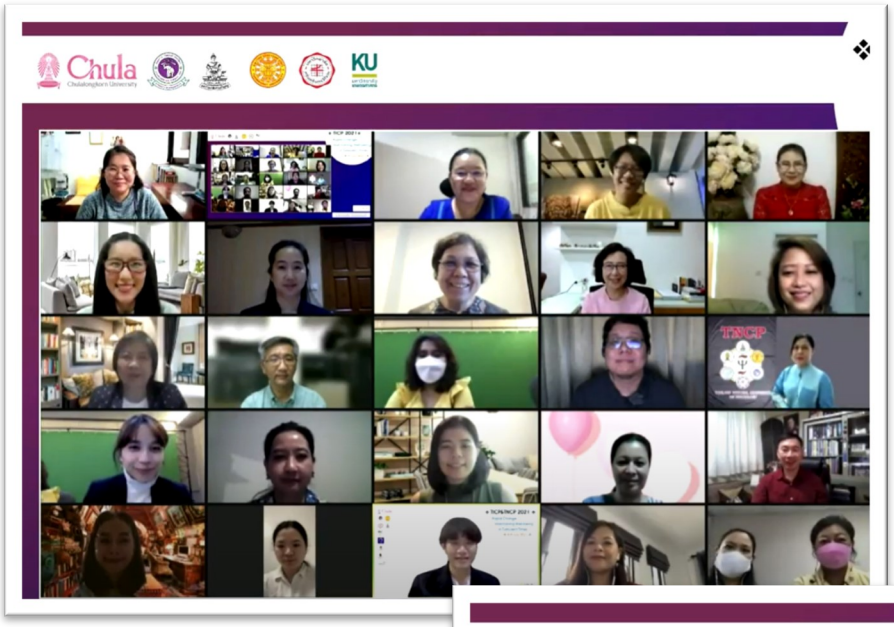
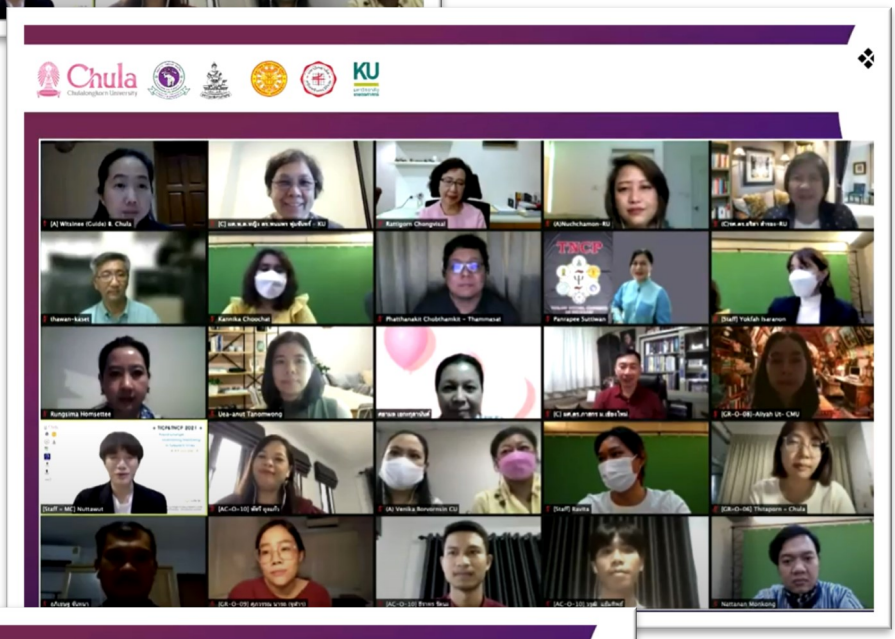
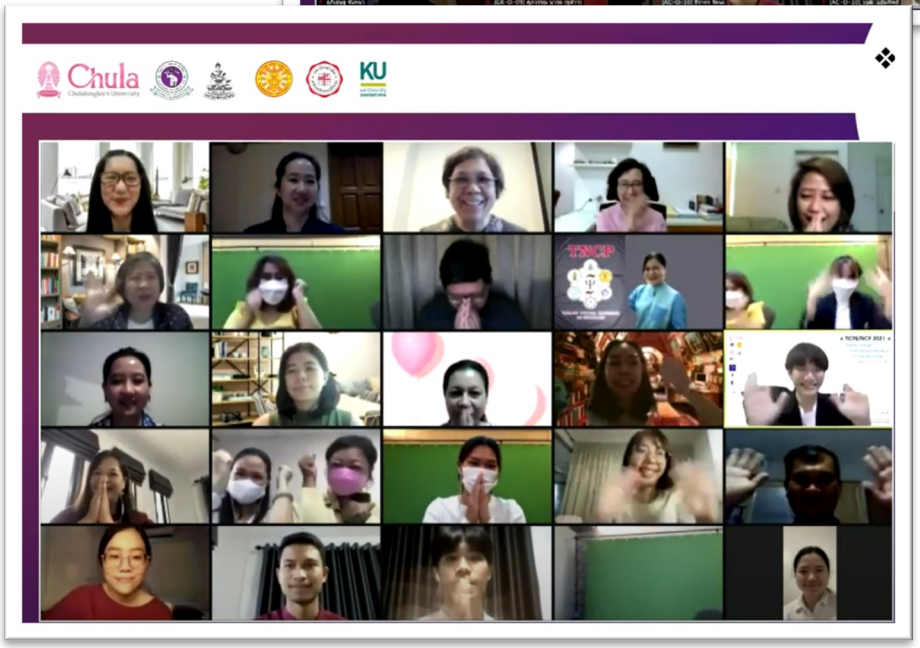




การมอบรางวัลการนำเสนอผลงานวิจัยดีเด่น







ผู้เข้าร่วมงานประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา
The 6th Thailand National Conference on Psychology (TNCP) 2021