

การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

มิถุนายน 2555

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
มิถุนายน 2555

การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
มิถุนายน 2555

ไพศาล แยมวงษ์. (2555). การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของ นักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์: อาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ 2) ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันและการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

1. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับมากกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. การสนับสนุนทางสังคมซึ่งประกอบด้วยการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ ครอบครัว และเพื่อนส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์และมีประสิทธิภาพในการพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตได้ร้อยละ 63.2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .10

A STUDY OF SOCIAL SUPPORT AFFECT LIFE SATISFACTION AMONG
THAMMASAT UNIVERSITY STUDENTS



AN ABSTRACT
BY
PHAISARN YAMWONG

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

June 2012

Phaisarn Yamwong. (2012). *A Study of Social Support Affect Life Satisfaction among Thammasat University Students*. Master Project, M.Ed. (Guidance and Counseling Psychology). Bangkok: Graduate School, Srinakarinwirot University. Project Adviser: Instructor Dr.Monthira Charupeng

The purposes of this research were 1) to examine the relationships between the social support and life satisfaction among Thammasat University students 2) to examine the effect of social support on life satisfaction among Thammasat University students. This study was conducted on 400 undergraduate students of Thammasat University. The research instruments used for the study were Social Support and Life Satisfaction Scales. The data were analyzed through means test, percentage calculation, standard deviation, and statistical hypothesis testing based on Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Multiple Regression Analysis

The results of the study were as follows:

1. Statistically significant high relationships between the student's social support and their life satisfaction were found at the .05 level.
2. Student's social supports, including teachers, family and friends affect their life satisfaction. Also, the social supports were effective in predicting the student's life satisfaction at 63.2 percents with statistical significance at the .10 level.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์เรื่อง การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิต
ของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ของ ไพศาล แยมวงษ์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ)

คณะกรรมการสอบ

.....
(อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

ประธาน

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ)

กรรมการสอบสารนิพนธ์

.....
(อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี)

กรรมการสอบสารนิพนธ์

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ)

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2555

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของอาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่คอยให้คำปรึกษา ให้คำแนะนำในการวิจัย ปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ และเป็นกำลังใจให้กับศิษย์ตลอดมา

ขอขอบคุณผู้เชี่ยวชาญจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้แก่ อาจารย์ชไมพร รุ่งฤกษ์ฤทธิ์ อาจารย์จากคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ หัวหน้างานวินัยและพัฒนานักศึกษาและหัวหน้างานแนะแนวการศึกษาและอาชีพ รวมถึงอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี อาจารย์จากภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือให้กับผู้วิจัย

ขอขอบคุณภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และกองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และที่สำคัญต้องขอขอบคุณนิสิตและนักศึกษาของทั้งสองสถาบันที่ให้ความอนุเคราะห์ในการให้ข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัยครั้งนี้ รวมถึงนักศึกษาที่ช่วยเก็บข้อมูลและคุณพัลลภ วัฒนะแย้ม ที่ช่วยบันทึกข้อมูล

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ของภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา และคณาจารย์ของคณะศึกษาศาสตร์ทุกท่าน ที่ได้ให้วิชาความรู้ ทักษะในการเรียนระดับบัณฑิตศึกษากับผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการสอบสารนิพนธ์ซึ่งประกอบด้วย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็งและอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี

ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ซึ่งเป็นสถานที่ทำงาน ที่ให้แรงบันดาลใจ ให้การสนับสนุนในด้านต่างๆ ทำให้ผู้วิจัยมีค่าใช้จ่ายในการเรียนหนังสือเพื่อเพิ่มพูนความรู้

ขอขอบคุณเพื่อนร่วมรุ่นจิตวิทยาการแนะแนว 51 ทุกท่านที่ได้มอบมิตรภาพที่ดีให้กับผู้วิจัยตลอดมา ผู้วิจัยซาบซึ้งในน้ำใจของทุกท่านเป็นอย่างมาก

ขอกราบขอบพระคุณและรำลึกถึงคุณพ่อมานพ แยมวงษ์ ผู้ล่วงลับและคุณแม่ไพริน แยมวงษ์ ที่ได้ให้กำเนิด อบรมเลี้ยงดู อดทนทำมาหากินเพื่อเลี้ยงดูผู้วิจัยและน้องๆ ให้สามารถมีชีวิตเติบโตขึ้นมา ได้ร่ำเรียนเพื่อหาเลี้ยงชีพและทำประโยชน์ให้สังคมได้จนถึงทุกวันนี้ และขอขอบคุณคุณคุณเลา ยู กวด ที่ให้การสนับสนุนทุกด้านและให้กำลังใจ ให้ข้อคิดดีๆ ในการเรียนหนังสือ สุดท้ายนี้คุณความดีหรือประโยชน์อันใดที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ข้าพเจ้าขอมอบให้กับบุพการีและครอบครัวของผู้วิจัยทั้งหมดรวมถึงบุคคลที่มีได้เอ่ยนามด้วย

ไพศาล แยมวงษ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	4
ความสำคัญของการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	5
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	5
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	5
ตัวแปรที่ศึกษา	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย	7
สมมติฐานในการวิจัย	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม	8
ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมของ	8
ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม	10
แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม	12
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต	16
ความหมายความพึงพอใจในชีวิต	16
แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา	22
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต	27
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต	27
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษามหาวิทยาลัย	30
ความหมายของนักศึกษามหาวิทยาลัย	30
แนวคิดเกี่ยวกับนักศึกษามหาวิทยาลัย	30
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษามหาวิทยาลัย	31

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย	34
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	34
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	35
การเก็บรวบรวมข้อมูล	40
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	40
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	42
สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์และแปลผล	42
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	43
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	44
5 สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	49
ความมุ่งหมายของการวิจัย	49
สมมติฐานของการวิจัย	49
ขอบเขตของการวิจัย	49
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	50
การวิเคราะห์ข้อมูล	50
สรุปผลการวิจัย	51
อภิปรายผล	53
ข้อเสนอแนะ	57
บรรณานุกรม	59
ภาคผนวก	67
ภาคผนวก ก	68
ภาคผนวก ข	74
ภาคผนวก ค	84
ภาคผนวก ง	89
ภาคผนวก จ	96
ภาคผนวก ฉ	101

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์.....	108



บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ข้อความของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา.....	36
2 ข้อความของแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา.....	37
3 จำนวน ร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	44
4 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการสนับสนุนทางสังคมและระดับ ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา.....	45
5 ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของ นักศึกษา.....	46
6 การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา.....	48
7 การประเมินความสอดคล้องเชิงเนื้อหาแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม.....	85
8 การประเมินความสอดคล้องเชิงเนื้อหาแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต.....	87
9 ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม.....	97
10 ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต.....	99

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
2 แบบจำลองกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยในจิตวิทยาเชิงบวก.....	21



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

มนุษย์ทุกคนต้องการชีวิตที่มีความสุข บุคคลจะดำรงชีวิตอย่างมีความสุขได้ต้องอาศัยปัจจัยแวดล้อมเพื่อสนองตอบความต้องการ การที่มนุษย์คนหนึ่งจะประเมินชีวิตของตนว่ามีความสุขหรือไม่ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับปริมาณของสิ่งที่เขาต้องการว่ามากน้อยขนาดไหน แต่ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลผู้นั้นพิจารณาชีวิตและมีมุมมองต่อสิ่งที่เขาได้รับจากสภาพแวดล้อมและชีวิตของตนเองอย่างไรต่างหาก ในอดีตมีความเชื่อว่าบุคคลที่มีรายได้สูงจะเป็นบุคคลที่มีความสุข อย่างไรก็ตามจากการศึกษากับประชาชนในประเทศที่พัฒนาแล้วหลายประเทศ พบว่า ผลิตภัณฑ์มวลรวม (Gross Domestic Product) ในประเทศที่พัฒนาแล้วมีแนวโน้มสูงขึ้นในทุกๆ ปี แต่ระดับความสุขหรือความพึงพอใจในชีวิตกลับคงที่หรือเพิ่มขึ้นเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ความสุขจึงไม่ได้ขึ้นอยู่กับรายได้แต่ขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่นๆ เป็นองค์ประกอบด้วย เช่น ครอบครัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน สุขภาพ เป็นต้น ดังนั้นจึงเกิดแนวคิดที่จะวัดความสุขของประชากรโดยไม่ใช้รายได้เป็นตัวชี้วัดหลัก ทั้งนี้มูลนิธิเศรษฐกิจใหม่ (New Economics Foundation) ได้ใช้ความพึงพอใจในชีวิตเป็นองค์ประกอบหนึ่งของดัชนีความสุขโลก (Happiness Planet Index-HPI) เพราะความสุขของบุคคลจะเกิดขึ้นได้นั้นไม่จำเป็นต้องบริโภคทรัพยากรเกินพอดี (รศรินทร์ เกรย์; และคนอื่น. 2553: 22–23) อย่างไรก็ตามการศึกษาความสุขเป็นเรื่องที่ไม่ง่ายนักเพราะความสุขมีลักษณะเป็นนามธรรม ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลและไม่คงที่

คนเรามีความสุขได้อย่างไร การวัดความสุขที่ผ่านมาในอดีตโดยส่วนใหญ่เป็นการวัดความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being) เชิงวัตถุหรือเชิงภาวะวิสัย (Objective) อันเป็นการวัดความเป็นอยู่ที่ดีที่มีลักษณะเป็นค่าคงที่ เช่น ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน จำนวนสวัสดิการที่ได้รับ แต่ในความเป็นจริงคนที่ได้รับค่าใช้จ่ายหรือสวัสดิการเท่ากันไม่ได้หมายความว่าเขามีความสุขเท่ากัน จึงได้มีวิธีการวัดความสุขที่แตกต่างออกไปซึ่งมีลักษณะเป็นการวัดความเป็นอยู่ที่ดีในเชิงอัตวิสัย (Subjective Well-being) ซึ่งเน้นการวัดที่เจตคติ อารมณ์ความรู้สึกร่วมของบุคคล คำตอบจึงขึ้นอยู่กับความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคล จึงทำให้การวัดเชิงอัตวิสัยได้รับความนิยมในการนำมาวัดความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลในรูปแบบของความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยและความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) ดังที่กล่าวมาแล้วว่าความสุขมีลักษณะเป็นนามธรรม เอ็ด ไดเนอร์ (Gilman; & Heubner. 2006; 311–319; citing Diener. 2000) นักจิตวิทยาชาวอเมริกันผู้มีชื่อเสียงด้านงานวิจัยเกี่ยวกับความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัย ได้เสนอ วิธีการวัดความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยขึ้น โดยแบ่งเป็นสามมิติคือ 1) ความรู้สึกเชิงบวก 2) ความรู้สึกเชิงลบ และ 3) ความพึงพอใจในชีวิต ไดเนอร์ พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตมีความคงที่มากที่สุด ในขณะที่เดียวกันความพึงพอใจในชีวิตนี้เองก็เป็นดัชนีชี้วัดที่สำคัญต่อความเป็นอยู่ที่ดีหรือความสุขซึ่งจะขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล นอกจากนี้ยังพบว่าความพึงพอใจในชีวิตระดับสูงจะเป็นดัชนีบ่งชี้พฤติกรรมเชิงบวกหลายพฤติกรรมและการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

รวมไปจนถึงการมีสุขภาพจิตที่ดีอีกด้วย ความพึงพอใจในชีวิตจึงเป็นตัวแทนที่บ่งชี้ความสุขโดยรวมของบุคคลได้คงที่ที่สุด

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ตั้งแต่ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540–2544)–9 (พ.ศ. 2545–2549) นั้น ได้เน้นคนเป็นศูนย์กลางการพัฒนาประเทศและโดยกล่าวถึง “ความสุข” นับเป็นครั้งแรก อีกทั้งแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550–2554) ก็ยังได้เน้นความสุขเช่นกัน โดยมีเป้าหมายที่มุ่งพัฒนาประเทศไปสู่ “สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน (Green and Happiness Society) ซึ่งมีพันธกิจข้อที่หนึ่ง คือ “พัฒนาคนให้มีคุณภาพ คุณธรรม นำความรอบรู้ อย่างเท่าทัน มีสุขภาพที่ดี อยู่ในครอบครัวที่อบอุ่น ชุมชนที่เข้มแข็ง พึ่งตนเองได้ มีความมั่นคงในการดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีภายใต้ดุลยภาพของความหลากหลายทางวัฒนธรรมทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม” ถึงแม้ว่าภาครัฐได้กำหนดนโยบายที่เกี่ยวข้องกับความสุขอย่างกว้างขวาง แต่ผู้ที่กำหนดนโยบายเหล่านี้โดยส่วนใหญ่มักเข้าใจความสุขในมุมมองเชิงวัตถุหรือเชิงรูปธรรมในลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีเชิงภาวะวิสัยมากกว่า เช่น การมีรายได้เพิ่มขึ้น การมีที่อยู่อาศัย จำนวนสาธารณูปโภค รวมไปถึงงบประมาณที่ได้รับ ซึ่งในทางปฏิบัติวิธีการของภาครัฐนี้ยังคงเน้นการสร้างและวัดความสุขโดยเน้นสิ่งที่เป็นแง่วัตถุหรือรูปธรรมเพราะง่ายต่อความเข้าใจและมีผลงานในเชิงประจักษ์

ประเด็นเรื่องความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีนี้ได้ถูกกำหนดเป็นนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) กระทรวงศึกษาธิการด้วย ในฐานะองค์การที่ต้องกำกับนโยบายเพื่อดูแลรับผิดชอบประชากรกลุ่มสำคัญของประเทศคือกลุ่มนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาจึงได้กำหนดแผนพัฒนาอุดมศึกษาไทย (พ.ศ. 2551–2554) โดยได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาอุดมศึกษาไทยและมีประเด็นยุทธศาสตร์ข้อแรก คือการพัฒนาอุดมศึกษาไทยเชิงปริมาณและคุณภาพ และมีเป้าหมายข้อหนึ่ง คือ พัฒนาบัณฑิตทั้งเรื่องวิชาการและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. 2553: ออนไลน์)

การศึกษาความสุข ความพึงพอใจในชีวิตหรือความเป็นอยู่ที่ดีกับประชากรกลุ่มนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาเป็นเรื่องที่สำคัญ เพราะนักศึกษาเหล่านี้จะกลายเป็นบุคลากรในวัยทำงานซึ่งถือเป็นกำลังหลักของประเทศ หากกำลังหลักของประเทศยังมีความสุขน้อยขณะที่ความเจริญทางวัตถุเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ประเทศไทยโดยรวมก็จะเป็นประเทศที่มีสิ่งปลูกสร้างสวยงามแต่คุณภาพชีวิตของคนไทยจะสวนทางกัน กล่าวคือจะเป็นคนที่มีสุขน้อยนั่นเอง จากการคาดประมาณประชากรประเทศไทย พ.ศ. 2554 พบว่าประชากรทั้งประเทศมีอยู่ประมาณ 68,094,489 คน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2542: 21) และพบว่ามีประชากรที่เป็นนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาในปี พ.ศ. 2553 จำนวน 2,083,810 คน และในปี พ.ศ. 2554 มีเป้าหมายเพื่อรับนักศึกษาระดับปริญญาตรี ทั้งของมหาวิทยาลัยเอกชนและรัฐบาลทั่วประเทศทั้งสิ้นจำนวน 566,578 คน (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. 2554: ออนไลน์) จนเรียกได้ว่าประชากรที่เป็นนักศึกษาระดับอุดมศึกษามีอัตราส่วนและจำนวนไม่น้อยเมื่อเทียบกับประชากรทั้งประเทศ แต่จะทำ

อย่างไรเพื่อที่จะพัฒนาประชากรกลุ่มนี้ให้เป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพทางวิชาการและดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและมีความสุขที่ได้อยู่ที่ใดก็ได้ มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์เป็นมหาวิทยาลัยเก่าแก่ที่มีชื่อเสียง มีนักศึกษาระดับปริญญาตรีทั้งสิ้น 25,193 คน ในจำนวนนี้ เป็นชายจำนวน 8,874 คน หญิงจำนวน 16,319 คน (กองแผนงาน. 2554: ออนไลน์) มีส่วนสำคัญในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เพื่อไปพัฒนาประเทศชาติมาอย่างต่อเนื่องและยาวนาน ได้ดำเนินพันธกิจที่ทำทนายเพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ นั่นคือจะทำอย่างไรให้นักศึกษาเหล่านี้เป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพทางวิชาการและสร้างให้พวกเขาเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีความสุขและมีความสุขในชีวิต อย่างไรก็ตามการวัดความสุขหรือความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยยังไม่ได้รับการศึกษามากนักในบริบทของสังคมไทยโดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถาบันอุดมศึกษา จึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะศึกษาวิจัยความพึงพอใจในชีวิตหรือความสุขที่มีกระบวนการศึกษาที่เหมาะสมกับสภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเพื่อให้ทราบถึงความรู้สึกนึกคิดของนักศึกษาต่อความเป็นอยู่ของพวกเขา

อนึ่ง ชูริก และคนอื่นๆ (Stevic; & Ward. 2008: 524-525; citing Zullig; et al. 2004) เสนอว่า การวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยมีโครงสร้างที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว เพื่อน รวมถึงความเป็นอยู่ของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งโครงสร้างทั้ง 3 นี้เป็นการอธิบายที่ครอบคลุมความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาทั้งหมด ขณะที่เฮิบเนอร์ (Heubner. 2001: 3-4) เสนอเพิ่มเติมว่าสภาพแวดล้อมที่บ้านและความนึกคิดต่อตนเองของนักศึกษาเป็นอีก 2 โครงสร้างที่จะช่วยวัดระดับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาได้อย่างครบสมบูรณ์ จากที่กล่าวมาข้างต้นการวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาจึงเป็นการวัดเชิงอัตวิสัยหรือเจตคติต่อความพึงพอใจในความเป็นอยู่ของพวกเขาในบริบทของความเป็นนักศึกษา

อย่างไรก็ตามเชื่อว่าอิทธิพลของสภาพแวดล้อมและบุคคลรอบตัวนักศึกษามีส่วนเกี่ยวข้องกับความสุขหรือความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา เพราะการที่นักศึกษารู้ว่าเขาได้รับความช่วยเหลือ การส่งเสริมให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีทั้งจากมหาวิทยาลัย ครอบครัวรวมถึงเพื่อน ซึ่งเหล่านี้เป็นสภาพแวดล้อมรอบตัวของนักศึกษาซึ่งจะช่วยให้เขาเกิดความสุขความพอใจขึ้นได้ การที่นักศึกษารู้ว่าพวกเขาได้รับความเป็นที่ดีจากบริบทสังคมรอบตัว เรียกว่า การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) ซึ่งมหาวิทยาลัยรวมถึงครอบครัวและเพื่อนมีลักษณะเป็นแหล่งให้สิ่งเอื้ออำนวยทางสังคมและให้ความเป็นอยู่ที่ดีตามโครงสร้างกับนักศึกษา (Danielsen. 2009: 304) และทำให้การใช้ชีวิตความเป็นนักศึกษาของนักศึกษานั้นเป็นไปได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ

ดังนั้นการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงต้องการศึกษาเพื่อให้ทราบว่าปัจจัยช่วยเหลือส่งเสริม นักศึกษามีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตหรือไม่อย่างไร ขณะเดียวกันก็เพื่อตรวจสอบว่านักศึกษามีความพึงพอใจในชีวิตและมีการรับรู้ต่อการสนับสนุนทางสังคมของพวกเขายังไง เพื่อเป็นการกำหนดแนวทางส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้กับนักศึกษาในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ทั้งนี้ เฮิบเนอร์ (Danielsen. 2009: 303; citing Huebner. 2004) พบว่า การศึกษาความพึงพอใจในชีวิตและการ

สนับสนุนทางสังคมนั้นได้รับการศึกษาอย่างกว้างขวางในกลุ่มผู้สูงอายุ หรือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาแต่งงานวิจัยที่ศึกษาประชากรที่เป็นนิสิตนักศึกษาระดับอุดมศึกษากลับมีจำนวนไม่มาก

ผู้วิจัยสนใจศึกษาหัวข้อดังกล่าว ในฐานะที่เป็นบุคลากรตำแหน่งนักแนะแนวการศึกษาและอาชีพ ซึ่งปฏิบัติงานด้านการแนะแนวการศึกษา การแนะแนวอาชีพ การให้คำปรึกษารวมถึงงานด้านกิจการนักศึกษา ซึ่งมีบทบาทเอื้ออำนวยให้นักศึกษาสามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างเป็นปกติ มีความเป็นอยู่ที่ดี มีความสุข มหาวิทยาลัยในฐานะองค์กรที่มีเป้าหมายเพื่อสร้างความเจริญงอกงามให้แก่ทรัพยากรมนุษย์ การวิจัยเพื่อพัฒนาองค์กรจะช่วยส่งเสริมให้มหาวิทยาลัยเป็นองค์กรที่สามารถปรับตัวและพัฒนาให้สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของโลก ผลของการวิจัยจะเป็นข้อมูลส่วนหนึ่งที่เป็นประโยชน์และช่วยสนับสนุนการตัดสินใจของมหาวิทยาลัยจะนำไปใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนา ปรับปรุงในงานด้านการแนะแนวการศึกษาและด้านกิจการนักศึกษาได้เป็นอย่างมาก อีกทั้งยังช่วยสร้างระบบช่วยเหลือและสนับสนุนส่งเสริมนักศึกษาให้พวกเขามีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ต่อไป ด้วยเหตุนี้ ผู้ศึกษาจึงสนใจศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. เพื่อศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา จะทำให้ทราบว่า การสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยอย่างไร และองค์ประกอบใดของการสนับสนุนทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา อีกทั้งยังเป็นแนวทางสำหรับผู้สนใจและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้นำแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาที่สร้างขึ้นไปใช้ประโยชน์ รวมถึงสามารถใช้เครื่องมือดังกล่าวในการคัดกรองนักศึกษาเบื้องต้นเพื่อการให้ความช่วยเหลือแก่นักศึกษา นอกจากนี้ยังทำให้ทราบระดับของการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์เพื่อเป็นเกณฑ์สำหรับเปรียบเทียบ อันจะเป็นประโยชน์ต่ออาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์ผู้สอนรวมถึงบุคลากรด้านกิจการนักศึกษาที่จะได้ทราบว่าตนได้ให้การสนับสนุนทางสังคมกับนักศึกษามากน้อยเพียงใด เพื่อเป็นแนวทางช่วยเหลือ ส่งเสริมและเพิ่มการสนับสนุนทางสังคมกับนักศึกษา นอกจากนี้ยังได้ทราบบทบาทของอาจารย์ เพื่อนและครอบครัวที่มีต่อการใช้

ชีวิตของนักศึกษาอย่างไร รวมถึงยังเป็นการศึกษาและทำความเข้าใจกับความพึงพอใจในชีวิตและการสนับสนุนทางสังคมในประชากรที่เป็นนักศึกษาระดับอุดมศึกษา

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ประจำปีการศึกษา 2 ปีการศึกษา 2554 จำนวน 25,193 คน (กองแผนงาน. 2554: ออนไลน์)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ตั้งแต่ชั้นปีที่ 2 ขึ้นไปของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ประจำปีการศึกษา 2 ปีการศึกษา 2554 จำนวน 400 คน โดยใช้สูตรการคำนวณหาจำนวนตัวอย่างจากประชากรของทาโร ยามาเน (Yamané. 1967: 886–887) ที่ระดับความเชื่อมั่น .05 ซึ่งมาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage cluster sampling) จากประชากร

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา แบ่งเป็นดังนี้
 - 1.1 การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์
 - 1.2 การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว
 - 1.3 การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา แบ่งเป็นดังนี้
 - 2.1 ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย
 - 2.2 ความพึงพอใจต่อครอบครัว
 - 2.3 ความพึงพอใจต่อเพื่อน
 - 2.4 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน
 - 2.5 ความพึงพอใจต่อตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือ ส่งเสริมในด้านความเอาใจใส่ด้านอารมณ์ ความเคารพนับถือ ความสุขสบาย ข้อมูลป้อนกลับ สารสนเทศ การเอื้ออำนวยทางสังคมเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีที่มีต่อความคิด อารมณ์ความรู้สึก ของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย โดยแบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ด้าน

1.1 การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือและการส่งเสริมที่ได้รับจากอาจารย์ ได้แก่ การได้รับความไว้วางใจจากอาจารย์ การได้รับการยอมรับจากอาจารย์ การช่วยแก้ปัญหา การเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น การได้รับคำปรึกษา รับฟังปัญหา การได้รับการกระตุ้นสร้างแรงบันดาลใจและการช่วยให้เข้าใจเป้าหมายของการใช้ชีวิต

1.2 การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือและการส่งเสริมที่ได้รับจากพ่อแม่หรือครอบครัว ได้แก่ การได้รับการยอมรับ ความใส่ใจ สนใจให้ความสำคัญจากพ่อแม่ การให้คำปรึกษารับฟังปัญหา การให้เวลาและทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน การให้คุณค่าและการให้ความรักของพ่อแม่

1.3 การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือ และการส่งเสริมที่ได้รับจากเพื่อนในมหาวิทยาลัย ได้แก่ การได้รับการข้อมูล คำแนะนำและแนวคิด การใช้ชีวิต การได้รับการยอมรับ ความเป็นมิตรหรือมิตรภาพ การได้รับการช่วยเหลือแก้ปัญหา การให้ความใส่ใจให้ความสำคัญ การให้คำปรึกษา

2. ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา หมายถึง กระบวนการที่นักศึกษาตัดสินคุณค่าของชีวิตจากเจตคติที่มีต่อความชื่นชอบชีวิตตนเองและความเป็นอยู่ที่ดีอย่างเป็นภาพรวม โดยแบ่งเป็นเป็นความพึงพอใจใน 5 ด้านที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

2.1 ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของมหาวิทยาลัย ได้แก่ การได้เรียนรู้อะไรต่างๆ ที่มหาวิทยาลัย ความรู้สึกชอบหรือพอใจมหาวิทยาลัยและความชอบกิจกรรมต่างๆ ของมหาวิทยาลัย

2.2 ความพึงพอใจต่อครอบครัว หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของครอบครัวหรือพ่อแม่ ได้แก่ การเปรียบเทียบครอบครัวตนเองกับครอบครัวอื่น ความชอบพ่อแม่หรือครอบครัว การได้ทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว ความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวและการปฏิบัติตัวของพ่อแม่กับนักศึกษา

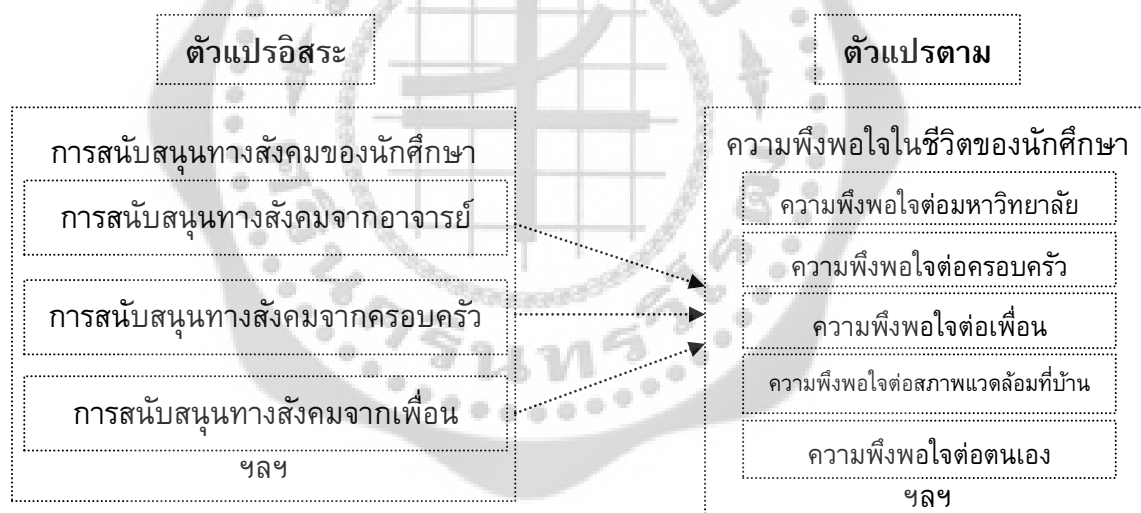
2.3 ความพึงพอใจต่อเพื่อน หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของเพื่อน ได้แก่ ความชอบหรือพอใจในสัมพันธภาพและมิตรภาพระหว่างเพื่อน คุณลักษณะของเพื่อน เช่น ความเป็นคนดีคนมีความสามารถของเพื่อน นิสัยของเพื่อนและการช่วยเหลือจากเพื่อน

2.4 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของสภาพแวดล้อมที่บ้าน ได้แก่ ความชอบเพื่อนบ้าน ความเป็นมิตรกับเพื่อนบ้านและความชอบในตัวบ้านและสภาพบ้าน

2.5 ความพึงพอใจต่อตัวของนักศึกษาเอง หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินใจคุณค่าต่อตัวของนักศึกษาเอง ได้แก่ ความชอบบุคลิกของตนเอง ความสามารถของตนเอง คุณค่าของตนเอง การได้รับคุณค่าจากคนอื่นและโอกาสที่ได้รับในการทำสิ่งต่าง ๆ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษานี้เชื่อว่านักศึกษาที่รู้ว่าตนได้รับการสนับสนุนทางสังคมน่าจะมีคามพึงพอใจในชีวิต นักศึกษาที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันย่อมมีการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจชีวิตที่แตกต่างกัน แหล่งการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาที่สำคัญ ได้แก่ อาจารย์ ครอบครัว และเพื่อนจะช่วยเหลือและเอื้อให้เกิดปัจจัยแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษาอันจะส่งผลให้เกิดความพอใจที่แตกต่างกัน ผู้ประเมินว่าได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากน่าจะมีคามพึงพอใจในชีวิตมากด้วยหรือเป็นไปในทางตรงข้ามหรืออาจไม่เกี่ยวข้องกัน ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาเพื่อตรวจสอบประเด็นดังกล่าวซึ่งสามารถนำเสนอเป็นแผนภาพได้ ดังต่อไปนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

1. การสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มีความสัมพันธ์กันทางบวก
2. การสนับสนุนทางสังคมสามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ได้

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม
 - 1.1 ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม
 - 1.2 ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม
 - 1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต
 - 2.1 ความหมายของความพึงพอใจในชีวิต
 - 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต
 - 2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต
 - 3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษามหาวิทยาลัย
 - 4.1 ความหมายของนักศึกษามหาวิทยาลัย
 - 4.2 แนวคิดเกี่ยวกับนักศึกษามหาวิทยาลัย
 - 4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษามหาวิทยาลัย

1. การสนับสนุนทางสังคม

1.1 ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม

การสนับสนุนทางสังคมเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมและเอื้อให้บุคคลมีความสุข ความพึงพอใจในชีวิตซึ่งได้มีผู้ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมไว้อย่างหลากหลาย ดังนี้

แคสเซล (Murphy; & Kupshik. 1992: 51–53; citing Cassel. 1974) เสนอคำว่าการสนับสนุนทางสังคม (Social Support) ซึ่งเป็นคำที่เขาศึกษาและพัฒนาขึ้นตามลำดับ เขาได้นิยาม การสนับสนุนทางสังคม ว่าเป็นมวลประสบการณ์ทางสังคมซึ่งส่งเสริมความสุขทางใจ มีลักษณะสำคัญ 3 ประการคือ 1) เป็นแหล่งของการเกิดปฏิสัมพันธ์ ได้แก่ กลุ่มเพื่อน ครอบครัว นายจ้างหรือแม่แต่บุคคลอื่นใด 2) เป็นการเกิดขึ้นของปฏิสัมพันธ์หรือเป็นมวลประสบการณ์ที่เป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์นั้นๆ และ 3) เป็นผลที่ได้จากการนึกถึงการมีปฏิสัมพันธ์หรือประสบการณ์

นั้นอีกอันจะทำให้บุคคลเพิ่มความเคารพและเห็นคุณค่าในตนเองรวมถึงสามารถเพิ่มพูนความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยให้กับบุคคลนั้นได้อีกด้วย

คอบบ์ (ชนิสรา ปัญญาเริง และคนอื่น. 2551: 93-96; อ้างอิงจาก Cobb, 1976) อธิบายการสนับสนุนทางสังคม ว่าเป็นความรู้สึกนึกคิดหรือความเข้าใจเกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลรวมถึงการได้รับการช่วยเหลือ คำแนะนำและสิ่งของต่างๆ จากกลุ่มบุคคลทางสังคมที่เป็นแหล่งประโยชน์ส่วนบุคคล ทำให้ได้รับรู้ว่าได้รับความรักใคร่ผูกพัน ได้รับความช่วยเหลือคำแนะนำและสิ่งของ ทำให้รู้สึกว่ามีคนรักและสนใจ มีคนยกย่องเห็นคุณค่า รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีความผูกพันซึ่งกันและกัน

วอลส์ตันและคนอื่น ๆ (สุริย์ กาญจนวงศ์. 2551: 88; อ้างอิงจาก Wallston; et al. 1983: 107-117) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นความสุขสบาย ความช่วยเหลือ และ/หรือ ข่าวสาร ข้อมูลที่บุคคลได้รับจากบุคคลอื่นหรือกลุ่มบุคคลอื่นที่ตนเองมีการติดต่อสัมพันธ์อย่างเป็นทางการหรือไม่เป็นทางการ

ธอยท์ (สุริย์ กาญจนวงศ์. 2551: 88; อ้างอิงจาก Thoits. 1986) ได้นิยามการสนับสนุนทางสังคมว่า คือ การทำหน้าที่ของบุคคลที่มีความสำคัญต่อบุคคลอื่นที่มีความทุกข์ในใจเช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อน เพื่อนร่วมงาน ญาติพี่น้อง และเพื่อนบ้าน

เนสแมนและเฮอเรลแมน (Nestmann; & Hurrelmann. 1994: 111-112) เสนอว่าการพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมนั้นส่วนใหญ่จะมีลักษณะเป็นการรับรู้ต่อการสนับสนุนทางสังคมมากกว่า แทนที่จะเป็นการได้รับการสนับสนุนสังคมจากผู้อื่นแต่เป็นการประเมินด้วยตัวผู้รับการสนับสนุนทางสังคมเอง มิใช่ประเมินโดยผู้ให้การสนับสนุนทางสังคมซึ่งอันนี้จะพิจารณาตัวแปรเครือข่ายสังคมที่แตกต่างออกไปอีกแบบคือแบบที่เป็นปรนัย (Objective) แต่การสนับสนุนทางสังคมควรจะเป็นการพิจารณาตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมในเชิงอัตวิสัยซึ่งขึ้นอยู่กับบุคคล (Subjective)

โคเฮน (Eggens; Werf; & Bosker. 2008: 553-573; citing Cohen; et al. 2001) อธิบายว่าการสนับสนุนทางสังคมเกี่ยวข้องกับการรับรู้อารมณ์ ข้อมูลข่าวสาร หรือแหล่งความช่วยเหลือที่เกิดขึ้นจริงหรือที่ปรากฏขึ้นในการตอบสนองต่อการรับรู้ซึ่งบุคคลต้องการความช่วยเหลือ บุคคลจะมุ่งเน้นไปที่การมีส่วนร่วมในหนึ่งกลุ่มหรือมากกว่าหนึ่งกลุ่มสังคมที่แตกต่างกันโดยไม่มี ความตั้งใจที่จะแลกเปลี่ยนหรือการสนับสนุนใดๆ

ฮาเบอร์ (Haber. 2003: 288-290) อธิบายว่า การสนับสนุนทางสังคมได้รับการนิยามว่าเป็นการรับรู้ต่อความเอาใจใส่ ความเคารพนับถือและการให้ความช่วยเหลือซึ่งบุคคลรับรู้จากบุคคลอื่น การสนับสนุนทางสังคมอาจได้รับจากคู่สมรส สมาชิกของครอบครัว เพื่อน เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน ผู้มีวิชาชีพด้านสุขภาพหรือแม้แต่สัตว์เลี้ยง

อรุณี เกสรอุบล (2544: 31) เสนอว่า การสนับสนุนทางสังคมมีลักษณะที่เป็นปฏิสัมพันธ์ซึ่งเกิดขึ้นในช่วงเวลาของการมีความสัมพันธ์ทางสังคม บุคคลจะประเมินว่าเขาได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือหรือประคับประคองได้มากน้อยอย่างไร บุคคลที่มีการสนับสนุนทางสังคมจะเป็นบุคคลที่

ได้รับการยอมรับและความเห็นใจช่วยเหลือ ทั้งในด้านการให้สิ่งของ แรงงาน การให้คำแนะนำ ข้อมูลข่าวสาร การให้ข้อมูลย้อนกลับและการมีส่วนร่วมทางสังคม จากการติดต่อสัมพันธ์กับคนในกลุ่มสังคม ทำให้บุคคลรู้สึกได้รับความรัก ความเอาใจใส่ เห็นคุณค่าและยกย่องตัวเขาว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

พิชามญช์ โตโหมงาม (2552: 37) เสนอว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การแสดงถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ผู้ให้การสนับสนุนจะแสดงออกถึงความสนใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะเป็นการช่วยเหลือด้านวัตถุ สิ่งของ ข้อมูลข่าวสาร หรืออารมณ์ โดยที่มีลักษณะของการติดต่อสัมพันธ์กัน ประกอบด้วย การถ่ายทอดข้อมูลสาระสำคัญที่ทำให้ผู้รับเชื่อว่ามีคนเอาใจใส่และมีความรักความหวังดี และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เป็นที่ยอมรับในสังคม และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และเป็นประโยชน์แก่สังคม

จากการที่มีผู้ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมอย่างหลากหลายข้างต้น ผู้วิจัยจึงสามารถสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม คือ การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในรูปแบบต่างๆ กับแหล่งเอื้ออำนวยทางสังคมของตน เช่น ครอบครัว เพื่อน ครูอาจารย์ หรือหน่วยงานสังคมอื่นๆ ในช่วงเวลาหนึ่งและสามารถตัดสินใจคุณค่าในเชิงปริมาณของการมีปฏิสัมพันธ์ ความช่วยเหลือ การดูแลเอาใจใส่ความรัก เคารพให้เกียรติรวมถึงข่าวสารข้อมูลทั้งหมดที่บุคคลได้รับเหล่านั้นได้

1.2 ประเภทของการสนับสนุนทางสังคม

จากการศึกษาค้นคว้าจากเอกสารหลายแหล่งทำให้ผู้วิจัยพอจะสรุปประเภทของการสนับสนุนทางสังคม ได้ดังต่อไปนี้

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional support) คือ ความรู้สึกของความรักและห่วงใย การทำให้ไว้วางใจรวมถึงความรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของให้กับบุคคล เมื่อบุคคลรู้สึกว่ามีเรื่องต่างๆ มีคนรับฟังและให้คุณค่า เขาก็จะพัฒนาการตระหนักในการดูแลสุขภาพ ดูแลตัวเองและเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองเพราะการสนับสนุนทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ที่เข้มแข็งและคงที่กับสภาวะสุขภาพที่ดี (Haber, 2003: 288; citing Israel; & Schurman. 1990)

2. การสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ (Instrumental support) หมายถึง การให้ความช่วยเหลือที่เป็นรูปธรรมและการให้บริการซึ่งได้ช่วยบุคคลที่มีความต้องการโดยตรง ยกตัวอย่างเช่น การให้ความช่วยเหลือทางการเงินและการซ่อมบำรุงครุภัณฑ์เรือน การสนับสนุนทางด้านการเป็นเครื่องช่วยที่ที่มีความสัมพันธ์กับการช่วยลดอาการของโรคเครียด (Psychosomatic) รวมถึงความทุกข์และความเจ็บป่วยทางอารมณ์ ขณะเดียวกันยังสามารถทำให้เพิ่มความพึงพอใจในชีวิตให้มากขึ้น (Haber, 2003: 289; citing Revicki; & Mitchell, 1990) บางตำราเรียกการสนับสนุนทางสังคมประเภทนี้ว่า Tangible support คือการสนับสนุนทางด้านสิ่งที่จับต้องได้ (สุรีย์ กาญจนวงศ์. 2551: 94)

3. การสนับสนุนทางด้านข้อมูล (Information support) หมายถึงการให้คำแนะนำชี้แนะแนวทาง การให้ผลป้อนกลับ (Feedback) เพื่อช่วยให้บุคคลรับรู้สถานการณ์ของปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ (Haber, 2003: 289)

4. การสนับสนุนทางด้านศักดิ์ศรี (Esteem support) เป็นลักษณะของการสนับสนุนซึ่งทำให้บุคคลได้รับการปฏิบัติ หรือการแสดงออกในเชิงสร้างสรรค์ในลักษณะที่เห็นด้วยกับความดีหรือความรู้สึกหรือให้กำลังใจจะทำให้บุคคลนั้นมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความหมาย และพร้อมจะต่อสู้กับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้น การสนับสนุนในลักษณะนี้จึงช่วยให้บุคคลมองตนเองในแง่ดี และมีความเชื่อมั่นในตนเองมากยิ่งขึ้น (สุริย์ กาญจนวงศ์. 2551: 94)

อย่างไรก็ตามประเภทของการสนับสนุนทางสังคมดังกล่าวมานี้เป็นประเภทการสนับสนุนทางสังคมโดยทั่วไป ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมสำหรับนักศึกษาในการวิจัยนี้จะมีลักษณะเฉพาะมากขึ้นและจะเน้นการสนับสนุนทางสังคมที่เน้นปัจจัยทางด้านจิตใจมากกว่าวัตถุ

1.3 แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม

เมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมจะพบว่าแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมเป็นสิ่งที่บุคคลได้รับจากแหล่งเอื้ออำนวยทางสังคมของตนซึ่งมีผู้จำแนกแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมไว้ คือ

จิริยาวัตร คมพยัคฆ์ (รุจิรงค์ แยกทอง. 2549: 36; อ้างอิงจาก จิริยาวัตร คมพยัคฆ์. 2531: 99) ได้แบ่งแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มสังคมปฐมภูมิ ได้แก่ ครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนบ้านหรือเรียกรวมว่ากลุ่มที่มีความผูกพันกันตามธรรมชาติ
2. กลุ่มสังคมทุติยภูมิ ได้แก่ กลุ่มวิชาชีพและกลุ่มสังคมอื่นๆ หรือเรียกรวมว่า กลุ่มที่ช่วยเหลือในวิชาชีพ

เมื่อพิจารณาในบริบทของนักศึกษา เดเนียลแซน (Danielsan. 2009: 303) ได้เสนอว่าอาจารย์ ครอบครัวและเพื่อนมีลักษณะเป็นแหล่งที่ให้สิ่งเอื้ออำนวยทางสังคมกับนักศึกษาทำให้มีความเป็นอยู่ที่ดีและใช้ชีวิตความเป็นนักศึกษาได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ การสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นหนึ่งในตัวแปรที่สำคัญซึ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพในการจัดการกับปัญหาของนักศึกษา ดังนั้นการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาจึงควรเกิดขึ้นจาก 3 กลุ่ม ได้แก่

1. อาจารย์ ได้แก่ ครู อาจารย์ ผู้ทำหน้าที่สอน ผู้ดูแลในศูนย์เยาวชน
2. ครอบครัว ได้แก่ พ่อแม่ ผู้ปกครองหรือญาติพี่น้อง
3. เพื่อน ได้แก่ เพื่อนร่วมชั้น เพื่อนร่วมวิชาชีพ เพื่อนที่ร่วมทำกิจกรรม

ดังนั้นเมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมในแง่ของนักศึกษาแล้ว ผู้วิจัยจึงสามารถสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา คือ การที่นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในรูปแบบต่างๆ กับแหล่งเอื้ออำนวยทางสังคมของตนซึ่งคือ ครอบครัว เพื่อนและครูอาจารย์ในช่วงเวลาหนึ่ง

และสามารถตัดสินคุณค่าในเชิงปริมาณของการมีปฏิสัมพันธ์ ความช่วยเหลือ การดูแลเอาใจใส่ความรัก เคารพให้เกียรติรวมถึงข่าวสารข้อมูลทั้งหมดที่นักศึกษาได้รับเหล่านั้นได้

1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม

1.4.1 งานวิจัยในประเทศ

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมไว้อย่างกว้างขวางซึ่งสามารถนำเสนอได้ดังต่อไปนี้

จิตติมาพันธ์ ณ เชียงใหม่ (2546: 46–56) ได้ทำการวิจัยเชิงคุณภาพกับเด็กกำพร้าที่พ่อแม่เสียชีวิตด้วยโรคเอดส์ ในอำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ซึ่งผลการศึกษา พบว่าการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ เช่น การได้รับความรัก ความห่วงใยและความเอื้ออาทรเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เด็กกำพร้ากลุ่มนี้เห็นคุณค่าในตัวเอง สามารถเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคได้อีกทั้งทำให้เด็กกำพร้ากลุ่มนี้สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม เด็กกำพร้าที่อยู่ในความดูแลของมารดาหรือญาติที่มีความสัมพันธ์แบบใกล้ชิดจะรู้สึกหวั่นไหวต่อคำวิจารณ์ของบุคคลรอบข้าง มีความรับผิดชอบต่อครอบครัวและสามารถเรียนได้ตามปกติ สามารถทำกิจกรรมในชีวิตได้ด้วยตัวเองไม่พึ่งพามาก ในขณะที่เด็กกำพร้าที่อยู่ในความดูแลของญาติที่ไม่มีความสัมพันธ์แบบใกล้ชิดจะเกิดความวิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและแสดงความไม่พอใจเมื่อไม่มีใครสนใจ มีผลการเรียนแย่งรวมถึงมีการเรียกร้องความสนใจเนื่องจากไม่มีใครสนใจ

นั่นทีนี่ ศุภมงคล (2547: 169) ได้พบว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีส่วนช่วยและเป็นประโยชน์ในการจัดการกับความวิตกกังวลของนิสิต นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยป้องกันไม่ให้นิสิตประเมินว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นสร้างความตึงเครียดให้กับตัวนิสิตมากจนเกินไป เพราะจากการศึกษาการสนับสนุนทางสังคมกับนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 679 คน พบว่า นิสิตจะใช้กลวิธีการจัดการกับปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมและแบบเผชิญกับปัญหามากที่สุด ซึ่งการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมนี้เองเป็นวิธีการจัดการกับปัญหาวิธีหนึ่ง โดยอาศัยแหล่งของการสนับสนุน ความช่วยเหลือจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น พ่อแม่ เพื่อนหรืออาจารย์ เพื่อขอคำปรึกษาได้แนวทางในการแก้ปัญหาเพื่อช่วยขยายมุมมอง มองเห็นวิธีการแก้ปัญหาได้หลากหลายขึ้นควบคู่กับการจัดการปัญหาด้วยตนเอง ซึ่งแสดงให้เห็นว่า นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยส่วนหนึ่งใช้วิธีการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ ในทางตรงกันข้าม พบว่า นิสิตที่มีความวิตกกังวลสูงมักจะได้รับ การสนับสนุนทางสังคมและใช้การกลวิธีการจัดการกับปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาที่ไม่มากนัก จะเห็นได้ว่าการสนับสนุนทางสังคมเป็นองค์ประกอบที่มีส่วนช่วยและใช้ประโยชน์ในการจัดการกับความวิตกกังวลของนิสิต นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยป้องกันมิให้บุคคลประเมินว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นสร้างความตึงเครียดให้กับตนเองมากจนเกินไป

สิริอัญพร สุวี (2548: 34-37) ได้ศึกษาการรับรู้ความสามารถตนเองและการได้รับการสนับสนุนทางสังคมในนักเรียนวัยรุ่นในโรงเรียนสหศึกษาของจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 638 คน พบว่า นักเรียนกลุ่มนี้ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับปานกลาง ทั้งการรับรู้ความสามารถตนเองและการได้รับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญปัญหาแบบมีประสิทธิภาพ ($R=.38$ และ $R=.56$) และทั้งสองตัวแปรนี้สามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมีประสิทธิภาพได้ที่ $R=.57$ และพยากรณ์การเผชิญปัญหาแบบด้อยประสิทธิภาพได้ $R=.29$

อมรรัตน์ หาญจริง และคนอื่นๆ (2548: 34-35) ได้ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนซึ่งเชื่อว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการเลิกยาเสพติดของวัยรุ่น โดยวัดการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนตามการรับรู้ของวัยรุ่นที่ติดแอมเฟตามีนและใช้กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นวัยรุ่นที่ติดแอมเฟตามีนที่เข้ารับการบำบัดรักษา ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา มีค่าเฉลี่ยของการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนตามการรับรู้โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยของการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์อยู่ในระดับมาก ในขณะที่ค่าเฉลี่ยด้านสิ่งของและบริการ และด้านข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับปานกลาง

เนติมา กมลเลิศ (2549: 81-82) ได้ศึกษาปัจจัยซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมพึงประสงค์ในการใช้อินเทอร์เน็ต ความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้เกี่ยวกับอินเทอร์เน็ต การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนกับนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนในเครือเซนต์คาเบรียลจำนวน 360 คน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมรวมทั้งการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง นอกจากนี้ยังพบว่าการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการใช้อินเทอร์เน็ตซึ่งสามารถรวมกับการรับรู้เกี่ยวกับอินเทอร์เน็ต ความภูมิใจในตนเองในการพยากรณ์พฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการใช้อินเทอร์เน็ตได้ร้อยละ 47.3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ประณต คำฉิม (2549ข: 72-93) ได้ทำการศึกษาปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนและการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิต คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 294 คน พบว่า นิสิตหญิงมีผลการสัมฤทธิ์ทางการเรียนรวมทุกวิชาและรายวิชาดีกว่านิสิตชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และไม่พบว่านิสิตหญิงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรวมทุกวิชาและรายวิชาดีกว่านิสิตชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่นิสิตหญิงมีพฤติกรรมเรียนโดยรวมและในบางด้านเหมาะสมมากกว่านิสิตชาย รวมถึงได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและจากเพื่อนมากกว่านิสิตชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นิสิตที่เรียนต่างสาขาวิชาเอกมีผลการเรียนทั้งรายวิชาและรวมทุกวิชาแตกต่างกันแต่มีพฤติกรรมเรียนและได้รับการสนับสนุนทางสังคมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเรียนกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งรายวิชาและรวมทุกวิชาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุดท้าย พบว่า แรงจูงใจทางการเรียนเป็นตัวแปรด้านพฤติกรรมการเรียนเพียงด้านเดียวที่สามารถพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทองพูล บัวศรี (2551: 47-70) ได้ทำการศึกษาเยาวชนซึ่งอยู่ในศูนย์ฝึกอบรมและเยาวชนในบ้านกาญจนาภิเษกกับเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนอื่น โดยศึกษาทัศนคติของเยาวชนกลุ่มนี้ว่ามีทัศนคติที่ดีต่อตนเองแตกต่างกันหรือไม่เพราะเหตุใด รวมทั้งยังศึกษาว่ามีสถานการณ์สมทบและจิตลักษณะสมทบใดอีกบ้าง ที่เป็นตัวพยากรณ์ทัศนคติที่ดีต่อตนเองของเยาวชนกลุ่มนี้ซึ่งพร้อมจะปรับตัวเป็นคนดี ซึ่งใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนที่กระทำผิดจำนวน 342 คน ผลการศึกษาที่สำคัญข้อหนึ่ง พบว่า ตัวพยากรณ์ที่สำคัญของทัศนคติที่ดีต่อตนเอง คือ การสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเยาวชนประสบการณ์ทางสังคม ความสัมพันธ์กับสมาชิกในศูนย์ ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนและประสบการณ์ในศูนย์ที่มีประโยชน์ โดยพยากรณ์ได้มากถึงร้อยละ 41.6 ในกลุ่มรวม

จากงานวิจัยในประเทศดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า มีงานวิจัยที่ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย บุคคลในช่วงวัยรุ่นตอนปลายและนิสิตนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีความใกล้เคียงกันและมีพัฒนาการที่ไม่แตกต่างกันมาก ซึ่งชี้ให้เห็นว่าการสนับสนุนทางสังคมในวัยที่ต่างกันอาจมีระดับแตกต่างกัน นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมยังเป็นตัวแปรสำคัญที่ช่วยส่งเสริมให้ปัจจัยทางจิตวิทยาอื่น ๆ มีระดับที่เพิ่มขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการเคารพในตนเอง การควบคุมตนเอง ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น อีกทั้งยังช่วยลดปัจจัยอื่นให้น้อยลง เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด อย่างไรก็ตามการสนับสนุนทางสังคมไม่ได้มีความสัมพันธ์กับบางตัวแปร เช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.4.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

สำหรับงานวิจัยในต่างประเทศผู้วิจัยที่ศึกษาค้นคว้างานวิจัยเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมที่เกี่ยวข้องและใกล้เคียงกับเรื่องที่จะศึกษาให้มากที่สุด ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

รีฟแมน (Reifman. 1990: 271) ได้เสนอว่า การสนับสนุนทางสังคมส่งผลกระทบต่อสุขภาพของนักศึกษา คือ มีการบ่งชี้ว่านอกเหนือจากความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยแล้ว การสนับสนุนทางสังคมก็ยังมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อการมีสุขภาพที่ดีของนักศึกษาด้วยถึงแม้ว่าไม่ได้คำนึงถึงระดับความเครียดของนักศึกษาแต่ละคนก็ตาม

โจและฟูคาตะ (Jou; & Fukada. 1997: 1303–1304) เสนอว่า การสนับสนุนทางสังคม ถูกใช้เป็นตัวอธิบายอิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดและความเป็นอยู่ที่ดี กล่าวคือ การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวป้องกันภาวะสุขภาพจากความเครียดไม่ว่าขณะปัจจุบัน ความเครียดนั้นจะเกิดขึ้นหรือไม่ก็ตาม ในขณะที่สมมติฐานจำลองของการทำหน้าที่เป็นตัวกั้นจากความเครียด (stress buffer model) แสดงให้เห็นว่า การสนับสนุนทางสังคมในระดับสูงจะมีอิทธิพล

ต่อการรองรับพยาธิสภาพของความเครียดถึงแม้ว่าปริมาณการสนับสนุนทางสังคมจะไม่ได้มีบทบาทเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ความเครียดก็ตาม

เมอร์ฟี (Sandersan. 2004:137; citing Murphy; & Kupshik. 1992: 51–52) เสนอว่า ประสบการณ์ที่สนับสนุนให้เกิดความเครียดและผลของมันเป็นดัชนีชี้วัดให้เกิดเหตุการณ์ตึงเครียดต่างๆในชีวิตของบุคคลซึ่งเชื่อมโยงระหว่างสุขภาพและเหตุการณ์ความเครียด ปัจจัยที่สามารถช่วยบุคคลให้จัดการกับความเครียดข้างต้นนี้ ก็คือ การสนับสนุนทางสังคมซึ่งบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและครอบครัวจะมีแหล่งของการจัดการกับสถานการณ์ที่ตึงเครียดรวมไปถึงเหตุการณ์ที่ไม่ใช่ปัญหามากนัก เช่น ถ้าบุคคลกำลังทำเตรียมสอบ เพื่อนได้เสนอที่จะเลี้ยงอาหารเย็นที่ห้องหรือช่วยถามคำถามเกี่ยวกับการเรียนการสอบก็จะเป็นการช่วยเหลือกันอย่างมีส่วนร่วมหรือเป็นการสนับสนุนทางสังคมนั่นเอง

เลวิทและคนอื่น (Eggens; Werf; Bosker. 2008: 553–573; citing Levitt; et al. 1994; & Wall; et al. 1999) ได้พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองและสมาชิกครอบครัวอาจลดลงในนักศึกษาที่อายุมากขึ้น ขณะที่การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนกลายเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมากและมากกว่าบุคคลอื่นในชีวิตของวัยรุ่น เช่น ในนักศึกษามหาวิทยาลัยเพื่อนและคูหูจะมีการติดต่อสื่อสารกันเสมอๆ มากกว่าที่นักศึกษาจะติดต่อกับผู้ปกครอง อย่างไรก็ตามกลับมีข้อค้นพบจากงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าการสนับสนุนจากผู้ปกครองนั้นเป็นตัวพยากรณ์ความสามารถทางการเรียนได้ดีกว่าการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน หรือแม้แต่สมาชิกคนอื่นในครอบครัวหรือในเครือข่ายอื่นๆ ของนักศึกษาเองซึ่งการสนับสนุนจากเพื่อนและเพื่อนยังคงพบว่ามีนัยสำคัญในการพยากรณ์ความสามารถทางการเรียนของนักศึกษาได้

แซนเดอร์สัน (Sandersan. 2004: 137) ได้เสนอไว้ว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับประสบการณ์ความเครียดในชีวิตของบุคคลทั้งทางกายและจิตใจอย่างมาก เช่น มะเร็ง ความดันโลหิต โรคหัวใจ อาการจิตเภท ภาวะซึมเศร้าหรือเหตุการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับสมาชิกของครอบครัว เช่น ผู้นำครอบครัวถูกให้ออกจากงานหรือเกิดความเปลี่ยนแปลงทางกับสุขภาพครั้งใหญ่กับผู้นำครอบครัว

เคนเนท (สิริอินทร์ สุวี. 2548: 50 อ้างอิงจาก Kenneth et al. 2005) ได้ศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความเสี่ยงต่อการเกิดโรคซึมเศร้าโดยศึกษาในฝาแฝดและพบว่าฝาแฝดเพศหญิงมีระดับการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย

เอกเกนและคนอื่น (Eggens; Werf; & Bosker. 2008: 553–573) ผลการวิจัยพบว่าเครือข่ายส่วนบุคคลมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของนักศึกษา อาจจะโดยการกดดันจากเพื่อนและการครอบงำทางสังคม แต่ที่เหมือนกันคือการศึกษาผู้หนึ่งได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการทำงานและสิ่งที่จะบรรลุเป้าหมายของตนจากเครือข่ายดังกล่าว ในท้ายที่สุดเครือข่ายทางสังคมของนักศึกษาก็จะได้ทำหน้าที่เป็นโครงข่ายซึ่งช่วยนักศึกษาในการจัดการกับความเครียดและความยากลำบากใน

การเรียนรู้ของตน การวิจัยเพิ่มเติมเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นในการสำรวจและอธิบายทิศทางของเครือข่ายสังคมของบุคคลและการสนับสนุนทางสังคมมีผลกระทบต่อพฤติกรรมของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา

แมททินีและคนอื่นๆ (Matheny; et al. 2008: 56) ได้เสนอว่า ในระดับอุดมศึกษา บุคลากรผู้ทำหน้าที่ให้บริการด้านสุขภาพจิตสำหรับนักศึกษาควรใส่ใจในการพิจารณาการสนับสนุนทางสังคม ในฐานะที่เป็นตัวสร้างให้เกิดปฏิกิริยาการรองรับต่อความเครียดของนักศึกษา เพราะการสนับสนุนทางสังคมเป็นแหล่งในการจัดการกับความเครียดเพียงแหล่งเดียวที่สามารถพยากรณ์แบบจำลองของความเครียดได้ นอกจากนี้การช่วยเหลือให้นักศึกษา ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัดเพื่อการสนับสนุน (Support Groups) สำหรับนักศึกษา รวมไปถึงการช่วยให้นักศึกษาได้พัฒนาทักษะการสร้างมิตรภาพจะช่วยเพิ่มแนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการสนับสนุนทางสังคมได้

มาลินอสกาส (Malinauskas. 2010: 741–752) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยซึ่งอยู่ในกลุ่มการบาดเจ็บหนักที่จะรับรู้ความเครียดและรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวที่ถูกรับว่าเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .03 นอกจากนี้ยังพบว่าการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษากลุ่มนี้มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 อีกทั้งการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าของพวกเขา อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001

พิกโกและฟริทส์แพททริก (Piko; & Hamvai. 2010: 1479-1482; citing Piko; & Fitzpatrick. 2002) ได้เสนอว่า ครอบครัวมีส่วนต่อความสุขของวัยรุ่นผ่านความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย การสื่อสารกันหรือการร่วมกิจกรรมด้วยกัน

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมในต่างประเทศเหล่านี้จะพบว่าการสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต การช่วยให้เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย การจัดการกับความเครียดและโดยส่วนใหญ่เพศหญิงจะได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย รวมถึงบทบาทของการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและครอบครัวที่จะมีบทบาทเปลี่ยนไปเมื่อวัยรุ่นเติบโตขึ้นจนถึงระดับอุดมศึกษา

2. ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

2.1 ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

ตัวแปรที่สำคัญอีกตัวแปรหนึ่งในการศึกษาคั้งนี้ คือ ความพึงพอใจในชีวิต อย่างไรก็ตามได้มีผู้ให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิต ไว้อย่างหลากหลาย ดังนี้

พาโวทและไดเนอร์ (Gilman; et al. 2009: 27; citing Pavot; & Diener. 1993) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตไว้ว่า เป็นกระบวนการตัดสินใจประเมินด้วยการนึกคิดด้วยปัญญาต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของเกณฑ์การตัดสินใจเฉพาะบุคคล อย่างไรก็ตามก็

การตัดสินใจด้วยปัญญานี้จะปราศจากการตีความด้วยอารมณ์ความรู้สึกต่อเหตุการณ์ชีวิตหนึ่ง ๆ ของแต่ละบุคคล เพราะคนแต่ละคนมักจะมีมาตรฐานชีวิตที่แตกต่างกันซึ่งบุคคลจะประเมินระดับของความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง โดยอาจจะมีส่วนสัมพันธ์กับเรื่องการเงิน สังคมหรือสุขภาพร่างกายเป็นสำคัญ

ลูคัสและคนอื่น (นฤมล ผ่องใส. 2544: 9; อ้างอิงจาก Lucas, Diener & Suh. 1996: 616-617) กล่าวว่า เมื่อบุคคลตัดสินใจความพึงพอใจในชีวิต บุคคลจะไตร่ตรองถึงช่วงเวลาที่เขาอยู่ในอารมณ์ที่เป็นสุขเปรียบเทียบกับช่วงเวลาในอารมณ์ไม่เป็นสุข ช่วงประสบการณ์ที่มีความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ความพึงพอใจในชีวิตนั้นแตกต่างกับการมองโลกในแง่ดีเพราะการมองโลกในแง่ดีเป็นความคาดหวังทั่วไปถึงผลลัพธ์ในอนาคตว่าจะได้รับผลที่ตนชื่นชอบ เมื่อบุคคลเชื่อว่าการกระทำของเขาจะไปสู่ผลลัพธ์ที่น่าพอใจ ก็จะยืนยันการกระทำต่อไป แต่ผู้ที่เชื่อว่าจะพบกับความล้มเหลวก็จะถอนตัวเองและความพยายามออกจากเป้าหมายที่ตั้งขึ้นไว้ ในขณะที่ความพึงพอใจในชีวิตเป็นการประเมินเงื่อนไขต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกของชีวิตบุคคลในภาพรวม

ฟริสซ์ (Gilman; & Huebner. 2006: 311-319; citing Frisch. 1999) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตควรได้รับการรวมกับการวัดผลแบบมุ่งไปยังลักษณะอาการ บนพื้นฐานประจำวันในเชิงจิตวิทยาคลินิกและจิตวิทยาสุขภาพเพื่อให้ได้ผลที่ครอบคลุมกว่าและจะเป็นการประเมินผลที่เป็นสากล

ไดเนอร์ (Gilman; & Huebner. 2006: 311-319; citing Diener, 2000) เสนออีกว่า ความพึงพอใจในชีวิต มีลักษณะเป็นการให้คุณค่าและความสนใจเฉพาะบุคคลและจัดเป็นดัชนีชี้วัดความเป็นอยู่ที่ดีซึ่งขึ้นอยู่กับวิจารณ์ญาณของแต่ละบุคคลในเชิงอัตวิสัยแทนที่จะเป็นวิจารณ์ญาณของผู้วิจัย

ไดเนอร์ และคนอื่น ๆ (Snyper; & Lopez. 2002: 63; citing Diener; Lucas; & Oishi. 1999; 2002) อธิบายว่าความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยเป็นการประเมินความนึกคิดและเป็นการประเมินความรู้สึกของบุคคลต่อชีวิตของเขาและเธอ

ไดเนอร์ (Frisch. 2006: 5; citing Diener. 2003) ได้ให้คำนิยามของความสุขหรือความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยว่าเป็นความรู้สึกนำยินดีหรือความรู้สึกเชิงบวกที่อยู่เหนือประสบการณ์ความรู้สึกที่ไม่น่าพอใจและความรู้สึกที่เป็นลบ เช่น ความคับข้องใจ อาการซึมเศร้าหรือความโกรธ นอกจากนี้เขายังได้เน้นย้ำว่าความสุขและความพึงพอใจในชีวิตจะต้องเกิดขึ้นขณะที่บุคคลรู้ตัว เพราะมันจะเชื่อมโยงเพิ่มเติมและบรรลุเป้าหมายของบุคคลในช่วงชีวิตที่บุคคลได้ให้คุณค่าไว้

เซอร์กีย์ (Sirgy. 2002: 7-8) ได้เสนอว่า ความพึงพอใจในชีวิตอาจมีความแตกต่างกับความสุขแต่ก็มีโครงสร้างที่สัมพันธ์กัน กล่าวคือ ความสุขเป็นโครงสร้างที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ความรู้สึก ในขณะที่ ความพึงพอใจในชีวิตเป็นโครงสร้างทางด้านการคิดซึ่งจากการวัดพบว่าคุณภาพความสุขและความพึงพอใจในชีวิต มีส่วนที่ร่วมกันอยู่สูงสุดไม่เกิน 50-60 เปอร์เซ็นต์ ของตัวแปรปกติ กล่าวคือ ความสุขและความพึงพอใจในชีวิตมีส่วนที่คาบเกี่ยวกันอย่างมีนัยสำคัญ

ซูริกและคนอื่นๆ (Stevic; & Ward. 2008: 524-525; citing Zullig; et al. 2004) ได้เสนอว่า ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาจำเป็นต้องมีบริบทที่แตกต่างกันออกไปบ้าง เพราะสภาพแวดล้อมและบริบททางสังคมของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยมีลักษณะเฉพาะมากกว่าความพึงพอใจในชีวิตทั่วไป การวัดการความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยมีส่วนเกี่ยวข้องกับครอบครัว เพื่อน รวมถึงสภาพแวดล้อมส่วนตัวและความเป็นอยู่ในมหาวิทยาลัย ดังนั้นจึงควรได้รับการอธิบายที่ครอบคลุมความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาทั้งหมด

แคมตัน (Khramtova; & Saarnio. 2007: 8–16; citing Camton. 2005) สรุปว่าจิตวิทยาของความสุขมีส่วนประกอบ คือ ความสุขและความพึงพอใจในชีวิตซึ่งความสุขจะเป็นตัวอธิบายสภาวะทางอารมณ์ ส่วนใหญ่ ในขณะที่ความพึงพอใจในชีวิตมีแนวโน้มที่จะถูกจัดให้เป็นการประเมินเชิงการคิดหรือเจตคติต่อชีวิตของบุคคลมากกว่า

เอสเทอไลน์ (รศรินทร์ เกรย์ และคนอื่นๆ. 2553 ; อ้างอิงจาก Veenhoven. 1991, 1997; อ้างอิงจาก Easterline. 2001, 2005) เสนอว่า นักเศรษฐศาสตร์จะพิจารณาความสุข ความพึงพอใจในชีวิตรวมถึงความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยว่ามีความหมายเหมือนกันและใช้แทนกันได้ อีกทั้งยังใช้คำสามคำนี้เหมือนกับแนวคิดอรรถประโยชน์ในทางเศรษฐศาสตร์เพราะเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนโดยปกติจะตัดสินใจเลือกทำกิจกรรมต่างๆ อย่างมีเหตุผลเพื่อให้เกิดความพึงพอใจสูงสุดกับตนเองและความพึงพอใจนี้เป็นความต้องการที่ไม่จำกัด

บูเทล (Buetell. 2006; online) ได้เสนอไว้ว่า ความพึงพอใจในชีวิต เป็นการประเมินภาพรวมของความรู้สึกและเจตคติเกี่ยวกับชีวิตของบุคคลช่วงเวลาใดช่วงเวลาหนึ่งตั้งต้นที่เป็นลบไปจนถึงด้านบวก ความพึงพอใจในชีวิตเป็นหนึ่งในตัวชี้วัดหลักของความเป็นอยู่ที่ดีซึ่งประกอบด้วย ความพึงพอใจในชีวิต อารมณ์ความรู้สึกเชิงบวกและอารมณ์ความรู้สึกเชิงลบ อย่างไรก็ตามความพึงพอใจกับสภาพชีวิตในช่วงเวลาปัจจุบันจะได้รับการประเมินอยู่เสมอในการศึกษาวิจัย แต่ก็รวมถึงความปรารถนาที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของบุคคล ความพึงพอใจต่ออดีตที่ผ่านมา ความพึงพอใจต่ออนาคตและมุมมองที่มีความหมายต่อสิ่งต่างในชีวิตของบุคคลด้วย

เชอิกี้และคนอื่นๆ (Gilman; et al. 2009: 27; citing Lent, 2004; Sirgy; et al. 2006) พูดยุติว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นตัวแปรร่วมที่ใช้เป็นตัวชี้วัดปัจจัยทางสังคมบางตัว เช่น สุขภาพชีวิต เป็นต้น และในการอธิบายความหมายของความพึงพอใจในชีวิตนั้นได้มีผู้ให้คำอธิบายที่แตกต่างกันและในหลายครั้งมีการใช้คำอื่นๆ แทนคำว่าความพึงพอใจในชีวิต เช่น สุขภาพ ขวัญกำลังใจ ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยและอารมณ์เชิงบวก เป็นต้น

เลียวโบเมออสกี (รศรินทร์ เกรย์; และคนอื่นๆ. 2553; อ้างอิงจาก Lyubomirsky. 2008) เสนอมุมมองทางด้านจิตวิทยาซึ่งจะพิจารณาความสุขว่าเป็นเรื่องของอารมณ์ความรู้สึกดังนั้นความสุขในมุมมองของนักจิตวิทยาจึงมีลักษณะเป็นความเป็นอยู่ที่ดีของอารมณ์เพียงเท่านั้น ส่วนการวัดความเป็นอยู่ที่ดีจะต้องรวมเอาการวัดทางกายและทางสุขภาพจิตเข้าไว้ด้วยกัน

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549ก: 99) ได้อธิบายไว้ว่า ความพึงพอใจในชีวิตนั้นจะขึ้นอยู่กับความสุขของแต่ละคนที่พัฒนาจากการเรียนรู้ในการแก้ไขปัญหาจากความขัดแย้งทางใจและภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในแต่ละขั้นตอนของช่วงชีวิตได้ตั้งแต่เด็กจนถึงชราภาพ ทั้งนี้ความสัมพันธ์กับบุคคลที่ใกล้ชิดและสำคัญต่อตนเองนั้นจะเป็นกลุ่มบุคคลที่เป็นศูนย์กลางความผูกพันที่มีส่วนช่วยให้เกิดกระบวนการเรียนรู้และตัดสินใจผ่านพ้นวิกฤตโดยแบ่งความขัดแย้งทางใจได้

นฤมล ผ่องใส (2544: 6) ได้เสนอไว้ว่า ความพึงพอใจในชีวิต หมายถึงการประเมินความรู้สึกชื่นชอบชีวิตตนเองในภาพรวม จากการประเมินความพึงพอใจในชีวิตในด้านต่าง ๆ ที่บุคคลเห็นว่ามี ความหมายและความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของเขา เป็นการประเมินความพึงพอใจในสิ่งที่ประสบในชีวิตและรู้สึกมีความสุขกับการดำเนินชีวิตประจำวัน

ภรสรดา รุ่งเจริญ (2551: 23) ได้เสนอไว้ว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นการรับรู้ระดับความรู้สึกชอบใจ ชื่นชม ความรู้สึกยินดีต่อการมีชีวิตอยู่ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ความรู้สึกพอใจในงานและทำใจยอมรับได้ทั้งความสำเร็จและล้มเหลวในชีวิตที่ผ่านมา รวมถึงมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง พิจารณาชีวิตตนเอง ผู้อื่น สังคมและโลกในแง่ดี รับรู้ว่าชีวิตยังมีคุณค่า ปราศจากความเศร้า ความเครียดและสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาทั้งปวง

จากแนวคิดข้างต้น ผู้วิจัยจึงสามารถสรุปประเด็นสำคัญของความพึงพอใจในชีวิตได้ว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นกระบวนการตัดสินใจคุณค่าของแต่ละบุคคลด้วยกระบวนการคิด ที่มีต่อชีวิตความเป็นอยู่ทั้งหมดของบุคคลว่าบุคคลมีความพึงพอใจอย่างไร โดยที่ไม่มีส่วนของอารมณ์ความรู้สึกเข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งจะแตกต่างจากนิยามของความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยที่จะรวมเอาทั้งการประเมินความพึงพอใจในชีวิตและสภาพอารมณ์เชิงบวกที่จะต้องมามากกว่าอารมณ์เชิงลบ ดังนั้น ความพึงพอใจในชีวิตจึงไม่ใช่ความสุขหรือความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยแต่เป็นองค์ประกอบหนึ่งของความสุขเท่านั้น ดังนั้นโดยสรุปแล้วสำหรับนักศึกษา ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาจึง หมายถึง กระบวนการตัดสินใจคุณค่าด้วยการคิดหรือเจตคติต่อชีวิตความเป็นอยู่ทั้งหมดของนักศึกษาว่ามีความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมและสังคมและบริบทของความเป็นนักศึกษาอย่างไร โดยไม่มีส่วนของอารมณ์ความรู้สึก เข้ามาเกี่ยวข้อง อย่างไรก็ตามความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาแต่ละด้าน จะบ่งบอกถึงความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาโดยรวม

2.2 แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต

ผู้วิจัยสนใจศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมและสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาจึงได้ศึกษาแนวคิดของของ เอิบเนอร์ นักจิตวิทยาที่สนใจศึกษาความพึงพอใจในชีวิต ความสุขและจิตวิทยาเชิงบวกในประชากรที่เป็นนักเรียนนักศึกษา และเขาได้ร่วมเขียนหนังสือชื่อ Handbook of Positive Psychology in School (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009)

นอกจากนี้เอิบเนอร์ (Huebner. 2001: 2-8) ยังได้สร้างมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาแบบหลายมิติด้วย ซึ่งเป็นมาตรวัดที่มีข้อคำถามสำหรับวัดความพึงพอใจในชีวิตกับ

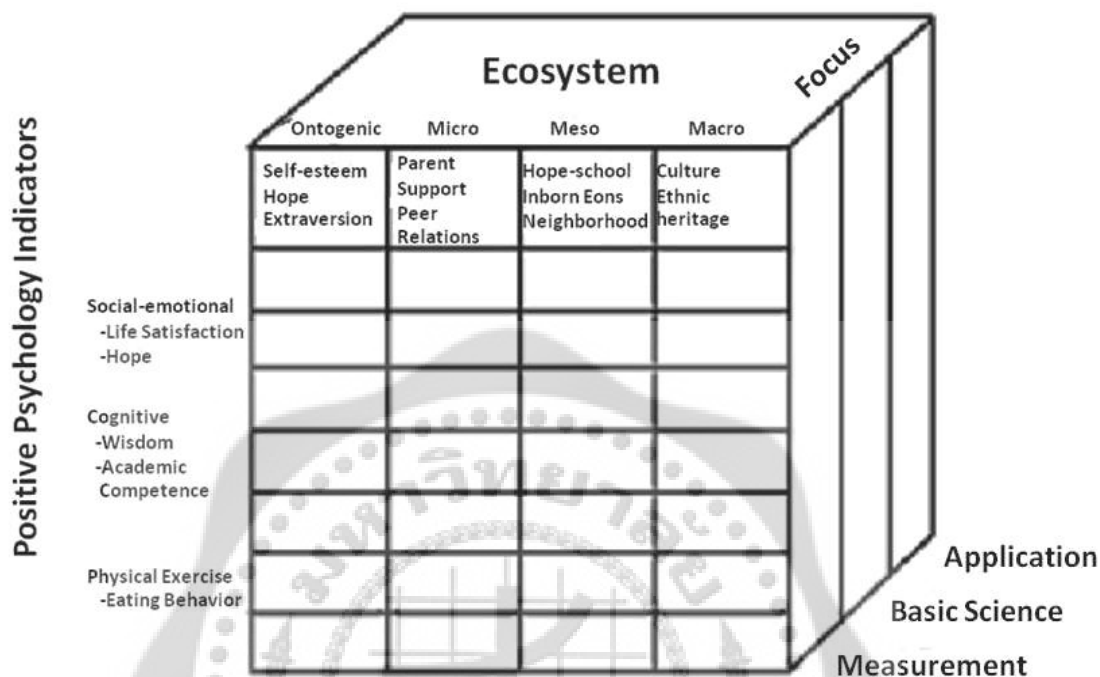
นักศึกษาระดับวิทยาลัยและมหาวิทยาลัย ซึ่งเขาได้แบ่งความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาออกเป็น 5 ด้าน คือ ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อครอบครัว ความพึงพอใจต่อเพื่อน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านและความพึงพอใจต่อตนเองซึ่งเขาเชื่อว่าเป็นการวัดที่ครอบคลุมความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาโดยรวมทั้งหมด ซึ่งได้ใช้กรอบแนวคิดของตัวชี้วัดของจิตวิทยาเชิงบวก (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 5) ในการสร้างมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาแบบหลายมิติ

ซุลโดและเฮิบเนอร์ (Danielssen, 2009: 303; citing Suldo & Huebner, 2004) เสนอว่า มีการศึกษาความพึงพอใจในชีวิตอย่างกว้างขวางในกลุ่มผู้ใหญ่ แต่การศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของนักเรียน นักศึกษากลับพบว่ายังอยู่ในขอบเขตที่น้อยกว่า จากการศึกษาพบว่างานวิจัยเป็นนัยบ่งชี้ว่าความพึงพอใจในชีวิตของเด็กและวัยรุ่นไม่ได้มีเพียงตรงและพบว่ายังมีข้อจำกัดในการวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาแบบหลายมิติ จึงเป็นที่มาของการสร้างมาตรวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาแบบหลายมิติขึ้นซึ่งมีประโยชน์ข้อหนึ่งคือเพื่อใช้ในเชิงการตัดสินใจวินิจฉัย ป้องกันและช่วยเหลือ ยกตัวอย่างเช่น หากมีนักศึกษาที่ประเมินว่าตนเองไม่พึงพอใจกับครอบครัวอย่างมากกับมีนักศึกษาที่ประเมินว่าตนเองไม่พึงพอใจต่อมหาวิทยาลัยอย่างมาก ก็ควรเลือกเข้าไปพูดคุยให้การช่วยเหลือกับนักศึกษาคนแรกก่อน

ไดเนอร์และไดเนอร์ (Gilman; & Huebner. 2006: 311–319; citing Diener; & Diener. 1996) เสนอว่า ความพึงพอใจในชีวิตจะพบว่ามีองค์ประกอบสำคัญ คือ 1) เป็นสภาวะที่อยู่เหนือความผันผวนของอารมณ์ชั่วขณะ 2) จะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Gilman; & Huebner. 2006: 311–319; citing Lewinsohn et al., 1991) และ 3) มีอิสระเมื่อเปรียบเทียบกับองค์ประกอบหรือตัวแปรอื่นอันเกิดจากความลำเอียงทางสังคมแง่ดี (Gilman; & Huebner. 2006: 311–319; citing Diener. 1994) อย่างไรก็ตาม ฟริสช์ (Rich; & Huebner. 2006: 311–319; citing Frisch. 1999) ได้โต้เถียงว่าความพึงพอใจในชีวิตควรได้รับการพิจารณาควบคู่กับการวัดผลแบบมุ่งลักษณะอาการ ซึ่งอยู่บนพื้นฐานของชีวิตประจำวันในเชิงจิตวิทยาคลินิกและจิตวิทยาสุขภาพ เพื่อให้ได้ผลที่ครอบคลุมยิ่งกว่าและเป็นการประเมินผลที่เป็นสากลยิ่งขึ้น

กิลแมนและคนอื่นๆ (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 30) ได้อธิบายไว้ว่า ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามีความเกี่ยวข้องกับบุคลิกลักษณะเฉพาะตัวของนักศึกษารวมถึงการที่นักศึกษาจะมีปฏิสัมพันธ์กับบริบททางสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน พวกเขาจึงได้ใช้กรอบแนวคิดหนึ่งเพื่ออธิบายตัวบ่งชี้ความพึงพอใจในชีวิตและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องโดยนำทฤษฎีระบบนิเวศวิทยา (Ecological Systems Theory) ซึ่งเกี่ยวกับมุมมองของจิตวิทยาพัฒนาการทางสังคมชีวิตวิทยา ของบรอนเฟนเบรนเนอร์ (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 30; citing Bronfenbrenner. 1992) นักจิตวิทยาพัฒนาการชาวอเมริกันเชื้อสายรัสเซียเพื่อใช้ทฤษฎีนี้เป็นกรอบแนวคิดในการอธิบายกระบวนการของคุณลักษณะภายในบุคคลว่ามีปฏิสัมพันธ์กับระดับบริบทของความพึงพอใจในชีวิตที่หลากหลายในระดับที่แตกต่างกัน ซึ่งกรอบแนวคิดนี้ได้รับการใช้เป็นพื้นฐานอธิบายความ

พึงพอใจในชีวิตว่ามีอิทธิพลและได้รับอิทธิพลโดยตัวแปรใดอย่างไร เช่น บุคลิกลักษณะเฉพาะตัวของนักศึกษา อาชีพ นิสัยและบริบททางสังคมชีวิตวิทยาที่หลากหลาย อันได้แก่ วัฒนธรรม สภาพสังคมและเศรษฐกิจ



ภาพประกอบ 2 แบบจำลองกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยในจิตวิทยาเชิงบวกในแบบจำลอง

จากแบบจำลองกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยในจิตวิทยาเชิงบวกของกิลแมนและคนอื่น (Gilman; Huebner; & Furluang. 2009: 5) ซึ่งพบว่ามี ความพึงพอใจในชีวิตเป็นตัวบ่งชี้หนึ่งในแบบจำลองได้แสดงให้เห็นว่าคุณภาพชีวิตของนักศึกษาได้กลายเป็นแนวคิดภายใต้มุมมองทางนิเวศวิทยาที่สะท้อนแนวคิดในการที่บุคคลจะดำรงชีวิตในระบบนิเวศซึ่งเชื่อมต่อกันและมีอิทธิพลต่อพัฒนาการด้านร่างกาย(Physical) สังคม-อารมณ์ (Social-emotional) และความสามารถเชิงปัญญา (cognitive competencies) ซึ่งแบบจำลองดังกล่าวข้างต้นได้ประยุกต์มาจากแบบจำลองของการบูรณาการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ แชลลอคและอลอนโซ (Gilman; Huebner; & Furluang. 2009:3-6; citing Schalock; & Alonso. 2002) โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีระบบนิเวศวิทยาของบรอนเฟนเบเนเนอร์ (Gilman; Huebner; & Furluang. 2009:3-6; citing Bronfenbrenner. 1979)

แบบจำลองกรอบแนวคิดดังกล่าว แบ่งระดับของระบบนิเวศหรือสภาพแวดล้อมและสังคมออกเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ตามองค์ประกอบ ได้แก่ ระบบติดตัวมนุษย์โดยกำเนิด (Ontogenic) ระบบนิเวศจุลภาค (Micro) ระบบนิเวศชั้นกลาง (Meso) และระบบนิเวศมหภาค(Macro) โดยระบบจุลภาคเป็นระบบที่แคบที่สุดรองจากระบบจุดกำเนิดมนุษย์จะหมายถึงสถานภาพหรือที่อยู่อาศัยของนักศึกษา เช่น บ้าน กลุ่มเพื่อนและมหาวิทยาลัยซึ่งมีอิทธิพลโดยตรงต่อชีวิตของนักศึกษา ในขณะที่

ระบบชั้นกลางและระบบภายนอกจะหมายถึงปัจจัยที่เป็นบริบทที่ไกลตัวออกไปจากบุคคล เช่น เพื่อนบ้าน การบริการชุมชน องค์กรและการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในระบบจุลภาค เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างบ้านและโรงเรียน ส่วนระบบมหภาคประกอบด้วยรูปแบบของสถาบันที่ระดับสูงในวัฒนธรรมทั้งแบบปกติและแบบย่อยๆ ของนักศึกษา เช่น ระบบเศรษฐกิจ ระบบสังคม ระบบการศึกษา ระบบกฎหมายและระบบการเมืองซึ่งไม่ได้อิทธิพลโดยตรงต่อชีวิตของแนวความคิดที่แตกต่างซึ่งมีลักษณะเป็นลำดับขั้นในการส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษาจากใกล้สุดไปไกลสุด จากน้อยสุดไปมากที่สุด ดังแสดงในแผนภาพข้างต้น อย่างไรก็ตาม เบิลสกี (Gilman; Huebner; & Furluang, 2009:3-6; citing Belsky, 1980) เป็นผู้เพิ่มระบบติดตัวมนุษย์โดยกำเนิดซึ่งหมายถึงตัวแปรที่บุคคลเป็นมาโดยกำเนิด อันได้แก่ ความแตกต่างระหว่างบุคคลซึ่งขึ้นกับระดับความเคารพในตนเอง (Self Esteem) กิจกรรมประจำวันของบุคคลรวมไปจนถึงพฤติกรรมกรรมการรับประทานอาหารของบุคคลนั่นเอง

จากแนวคิดข้างต้นพอจะสรุปได้ว่าปัจจัยแวดล้อมทางด้านสังคมรวมถึงสภาพแวดล้อมล้วนแล้วแต่เป็นปัจจัยที่สอดคล้องหรือมีความสัมพันธ์กันกับปัจจัยทางจิตวิทยาของบุคคลไม่ว่าจะเป็นการคิด อารมณ์ความรู้สึกหรือแม้แต่การกระทำ ดังนั้นแนวคิดดังกล่าวจึงเชื่อว่าหากสภาพทางสังคม องค์กรประกอบทางสังคมของบุคคลดี จะส่งผลต่อปัจจัยทางจิตวิทยาของบุคคลนั้นด้วย

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต

2.3.1 งานวิจัยในประเทศ

สำหรับงานวิจัยในประเทศผู้วิจัยที่ศึกษาค้นคว้างานวิจัยเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งสามารถนำเสนอได้ ดังนี้

สาริณี วิเศษศร (2540: 61-82) ซึ่งได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อว่าโลกมีความยุติธรรมกับความพึงพอใจในชีวิตที่เชิงอัตวิสัยกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 4 จำนวน 361 คน ในจำนวนนี้ เป็นชาย 154 คน หญิง 207 คน พบว่าผลการวิจัยส่วนหนึ่งทำให้ได้ข้อสรุปที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตว่า ความเชื่อว่าโลกนี้มีความยุติธรรมด้านบุคคลมีสหสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจในชีวิตที่ระดับ .001 ($r=.39$) ในขณะที่ความเชื่อว่าโลกนี้มีความยุติธรรมด้านทางสังคมการเมืองมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตที่ระดับ.05 ($r=.11$) ซึ่งสอดคล้องกับที่ลิปกัสและคณะ (สาริณี วิเศษศร, 2540: 77; อ้างอิงจาก Lipkus; Dalbert; & Siegler, 1996) ได้เสนอว่าความเชื่อว่าโลกนี้มีความยุติธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตและยังสามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตได้อีกด้วย นอกจากนี้ยังพบว่า นิสิตทั้งชายและหญิงส่วนมาก มีความสุข มีอารมณ์ทางบวก รวมไปถึงมีความพึงพอใจในชีวิตระดับสูงไม่แตกต่างกัน

เยาวลักษณ์ มั่นประชา (2542: 95-115) ซึ่งได้ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักเรียนมัธยม 2 กลุ่ม

เปรียบเทียบกัน คือ กลุ่มนักเรียนปกติและนักเรียนพิการ กลุ่มตัวอย่างละ 16 คน พบว่า นักเรียนปกติที่เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะมีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่านักเรียนพิการที่ได้เข้าร่วมกลุ่ม ส่วนนักเรียนปกติที่เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์มีระดับความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่านักเรียนปกติที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่ม นอกจากนี้พบว่าทั้งสองกลุ่มที่เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์นักเรียนปกติจะมีระดับความพึงพอใจในชีวิตที่สูงกว่านักเรียนพิการแต่สำหรับในกลุ่มนักเรียนพิการด้วยกันนักเรียนพิการที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์จะมีความพึงพอใจในชีวิตที่สูงกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยใช้คะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดดัชนีชี้วัดความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction Index A) เพื่อวัดความแตกต่าง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโดยรวมแล้วคนปกติโดยธรรมชาติจะมีความพึงพอใจในชีวิตที่สูงกว่าคนพิการเมื่อเปรียบเทียบกัน

นฤมล ผ่องใส (2544: 37-87) ซึ่งได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงาน ความขัดแย้งระหว่างบทบาทงานและครอบครัวกับความพึงพอใจในชีวิตของอาจารย์ในสถาบัน อุดมศึกษาเอกชน จำนวน 353 คน ซึ่งส่งแบบสอบถามคืน จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 378 คน เป็นชาย 102 คน หญิง 242 คน และไม่ระบุ 9 คน มีอายุอยู่ในช่วง 25-29 ปี มากที่สุด พบว่าความพึงพอใจในงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตและความพึงพอใจต่อหัวหน้างานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ส่วนความพึงพอใจต่อเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต ความพึงพอใจต่อรายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกต่อความพึงพอใจในชีวิต นอกจากนี้ความขัดแย้งระหว่างบทบาทงานกับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต กล่าวโดยสรุปคือ ความพึงพอใจในงานรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตที่ระดับ ($r=.55, p<.01$) ในขณะที่ความขัดแย้งระหว่างบทบาทงานและครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิต ($r=-.27, p<.01$) นอกจากนี้ยังพบว่าความพึงพอใจในงาน รายได้และหัวหน้างานรวมถึงความขัดแย้งระหว่างบทบาทและครอบครัวมีประสิทธิภาพในการเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิต อีกทั้งพบว่า เพศไม่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของอาจารย์ระดับอุดมศึกษา เช่นเดียวกับที่ ไดเนอร์ (นฤมล ผ่องใส. 2544: 10; อ้างอิงจาก Diener. 1984: 554-555) เสนอว่า งานวิจัยส่วนใหญ่พบว่าทั้งเพศชายและเพศหญิงมีระดับความพึงพอใจในชีวิตไม่ต่างกัน

กรรณิกา ปาป้อง (2548: 73-82) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานและความพึงพอใจในชีวิตกับพฤติกรรมความเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กรของพนักงานกับพนักงานบริษัทบางจากปิโตรเลียม จำกัด จำนวน 215 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นชาย จำนวน 150 คน และส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 20-30 ปี จำนวน 108 คน และมีการศึกษาระดับปริญญาตรีเป็นส่วนใหญ่จำนวน 120 คน พบว่า พนักงานมีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าความพึงพอใจในชีวิตไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

รศรินทร์ เกรย์ และคนอื่น (2553: 71-85) ซึ่งได้ทำการศึกษาความสุขและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อระดับความสุขของคนไทย โดยพิจารณาความสุขด้วยการวัดความพึงพอใจในชีวิต โดยการสำรวจกับประชากรจำนวน 25,324 คน ซึ่งเป็นหญิงมากกว่าชาย ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 25-59 ปี และจบระดับประถมศึกษามากที่สุด พบว่าร้อยละ 81.6 ของประชากรอยู่ในกลุ่มที่มีระดับความสุขมาก พบว่าเพศชายมีแนวโน้มที่จะมีความสุขมากกว่าหญิง ผู้ที่มีคู่สมรสจะมีโอกาสมีแนวโน้มมีความสุขมากกว่ากลุ่มอื่น พบว่าผู้ที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่ามีโอกาสจะมีความสุขสูงที่สุด ส่วนผู้ที่อยู่ในเขตชนบทมีแนวโน้มมีความสุขมากกว่าผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง ในขณะที่ผู้ที่มีสถานะภาพทางเศรษฐกิจที่ดี พบว่า ยิ่งเป็นเจ้าของทรัพย์สินจำนวนมากเท่าใดพบว่าจะมีแนวโน้มมีความสุขมากขึ้นเท่านั้น นอกจากนี้จากการวิเคราะห์ควบคุมด้วยตัวแปรทางประชากร เศรษฐกิจและสังคม พบว่า ผู้ที่ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรมด้วยการรักษาศีลห้าครบทุกข้อเป็นประจำ มีโอกาสที่จะมีความสุขมากกว่า ส่วนผู้ที่มีจิตวิญญาณคือผู้ที่ให้โอกาสคนอื่นก่อนตนเองจะรู้สึกเป็นสุขเมื่อช่วยเหลือผู้อื่น การบริจาคและความภูมิใจในตนเองยังมีมากจะทำให้มีโอกาสที่จะมีความสุขมากขึ้น

จากงานวิจัยในประเทศดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตในนักศึกษามหาวิทยาลัยมีไม่มากนักแต่จะพบว่ามีการศึกษาความพึงพอใจในชีวิตอย่างกว้างขวางในทุกช่วงวัยตั้งช่วงวัยรุ่นตอนปลายจนถึงวัยผู้ใหญ่ และพบว่ามีตัวแปรหลายตัวแปรส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิต อาทิ ความเชื่อที่โลกนี้มีความยุติธรรม กลุ่มจิตสัมพันธ์ ความพึงพอใจในงาน แต่กลับไม่สัมพันธ์กับการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร อย่างไรก็ตามบางงานวิจัยพบว่า ชายและหญิงมีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน ขณะที่บางงานวิจัยพบว่าชายมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าหญิง

2.3.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

นอกจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตในประเทศแล้วพบว่ามีการศึกษาความพึงพอใจในชีวิตในต่างประเทศกันอย่างหลากหลาย ดังนี้

ไบเลย์และมิลเลอร์ (Bailey; & Miller. 1997: 51-56) ได้ศึกษานักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 243 คน ซึ่งเป็นชาย 157 คน และเป็นหญิง 86 คน จากมหาวิทยาลัยแห่งรัฐเทนเนสซี ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระหว่างวิธีการในการตัดสินใจและความพึงพอใจในชีวิต พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความสุขโดยทั่วไปต่อชีวิตของพวกเขาแต่ว่าความพึงพอใจส่วนใหญ่เป็นความสุขเมื่อพวกเขาเชื่อว่าความเป็นอยู่ของพวกเขาได้รับการจัดสรรให้ดีและเพิ่มมากขึ้นแทนที่จะถูกทำให้น้อยลง นอกจากนี้การเพิ่มประเด็นความเกี่ยวข้องกับชีวิตไม่ปรากฏว่ามีการใช้เพื่อลดความเครียดสำหรับนักศึกษาในกลุ่มนี้ อย่างไรก็ตามพบว่า ความพึงพอใจในชีวิตทั้งหมดเหมือนจะเป็นตัวกลางที่เป็นตัวแทนในการตัดสินใจที่สนับสนุนการรับรู้ความสามารถในการเรียน ความพึงพอใจการออกเดทกับคู่รัก และความพึงพอใจต่อครอบครัวอีกด้วย

เลนต์และซู (Singley; Lent; & Sheu. 2010:133–144; citing Lent. 2004) ทดสอบแบบจำลองของนักคิดเชิงสังคม (Social Cognitive) ในระยะยาวที่มีต่อความพึงพอใจต่อการเรียนและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 769 คน พบว่า มีข้อสนับสนุนประโยชน์ต่อแบบจำลองของความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยซึ่งการสร้างตัวแปรทางนักคิดเชิงสังคมที่เฉพาะเจาะจงจะเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจทางการเรียนและความพึงพอใจในชีวิต และพบความเชื่อมโยงของความรู้สึกเชิงบวกต่อความพึงพอใจในชีวิตซึ่งจะส่งเสริมให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยขณะที่การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจต่อการเรียนและความพึงพอใจในชีวิตระยะยาวมีค่าสหสัมพันธ์ ระดับกลาง (.37-.43) ระหว่างความพึงพอใจด้านการเรียนต่อความพึงพอใจในชีวิต และความพึงพอใจในชีวิตต่อความพึงพอใจทางการเรียน อย่างไรก็ตามเส้นทางเชื่อมโยงของสัมประสิทธิ์ในระหว่างตัวแปรเหล่านี้ยังมีน้อยและไม่ได้มีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากสภาพที่เกี่ยวข้อของทั้งตัวแปรและความพึงพอใจทั้งคู่ถูกจำกัดด้วยมิติเวลา (.69-.75) และสถานะของตัวพยากรณ์ที่มีนัยสำคัญอื่น อย่างเช่น ความก้าวหน้าของเป้าหมายที่ตั้งไว้ซึ่งพบว่าเป็นตัวพยากรณ์ที่สำคัญของทั้งความพึงพอใจในชีวิตและความพึงพอใจในการเรียน ซึ่งกลไกการตั้งเป้าหมายสามารถเป็นตัวแปรที่นำพยากรณ์ความสุขหรือความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยได้

เฮิบเนอร์และคนอื่นๆ เสนอว่า (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 29–30; citing Huebner; Gilman; & Laughlin. 1999; & Nevin; et al. 2005) ความแตกต่างระหว่างบุคคลมีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต พบว่า ผลการวิจัยที่น่าสนใจในงานวิจัยเกี่ยวกับความพึงพอใจของเด็กและวัยรุ่น คือ วัยรุ่นซึ่งมีการประเมินคุณค่าของตนเอง (Self-worth) หรือคุณลักษณะส่วนบุคคลในแง่บวก เช่น ความเชื่อมั่นในความสามารถของตน (Self-efficacy) วัยรุ่นเหล่านี้ก็จะมีการรับรู้ระดับของความพึงพอใจในชีวิตสูงด้วยเช่นกัน

ปาร์คและเฮิบเนอร์ (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 29–30; citing Park; & Huebner. 2005) รายงานว่าลักษณะของวัฒนธรรมมีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตด้วยเช่นกัน กล่าวคือ วัฒนธรรมซึ่งมีเอกลักษณ์ที่เหมือนหรือแตกต่างกันจะเกี่ยวข้องกับระดับของการเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกันด้วย ดังที่ วัยรุ่นในประเทศไอร์แลนด์และสหรัฐอเมริกาซึ่งมีวัฒนธรรมความเป็นส่วนตัวหรือเป็นปัจเจกชนสูงจะมีระดับความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าวัยรุ่นในประเทศจีนและเกาหลีใต้ซึ่งมีวัฒนธรรมของการรวมกลุ่มจึงเป็นเหตุให้วัยรุ่นจากประเทศจีนและเกาหลีใต้กลับมีความพึงพอใจในครอบครัวที่ต่ำกว่า นอกจากนี้ยังพบว่าความพึงพอใจต่อสถานศึกษาจะมีความสัมพันธ์ระดับสูงกับความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นเกาหลีมากกว่าในวัยรุ่นอเมริกัน

กิลแมนและเฮิบเนอร์ (Gilman; & Huebner. 2006: 311–319) ได้อธิบายไว้ว่าความพึงพอใจในชีวิตระดับสูงเป็นดัชนีชี้วัดพฤติกรรมเชิงสร้างสรรค์ที่หลากหลายและการปรับตัวเชิงจิตวิทยาในลักษณะที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งนักศึกษาที่รายงานว่ามีความพึงพอใจในชีวิตระดับสูงจะมีระดับผลการเรียนที่ดี มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและมีการทำหน้าที่ภายใน

บุคคล (Intrapersonal Functioning) เช่น ความเคารพในตนเอง ที่สูงกว่าเยาวชนที่มีระดับความพึงพอใจในชีวิตระดับต่ำ โดยเยาวชนที่มีระดับความพึงพอใจในชีวิตสูงจะรายงานว่า มีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่นไม่ว่าจะเป็นเพื่อนหรือผู้ปกครอง อีกทั้งยังมีระดับความเจ็บปวดภายในของบุคคล (Intrapersonal Distress) เช่น ความวิตกกังวล การซึมเศร้า ในระดับต่ำ นอกจากนี้ยังกล่าวว่าตนเองมีความหวังในระดับสูงและมีประสาธสัมพันธ์ด้านการควบคุมตนเองที่ยอดเยียมกว่าเยาวชนที่มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับต่ำ

เฮิบเนอร์ ซุลโดและกิลแมน (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 29–30; citing Huebner; Suldo; & Gilman. 2006) พบว่า นักศึกษาวัยรุ่นที่รายงานว่าตนเองมีระดับความพึงพอใจในชีวิตในระดับสูงก็จะรายงานว่าตนเองได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูงสุดจากผู้ปกครอง อาจารย์ รวมถึงเพื่อนร่วมห้องและเพื่อนสนิท

เฮิบเนอร์และคนอื่น (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 29–30; citing Huebner; Suldo; & Gilman. 2006) ซึ่งได้เสนอว่าการทำให้ความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้นนั้นจะต้องเพิ่มระดับการสนับสนุนทางสังคมและได้อภิปรายโดยตรงและโดยอ้อมที่จะเพิ่มความพึงพอใจในชีวิตให้นักศึกษาโดยได้เสนอว่าการให้ปัจจัยหรือตัวชีวิตที่สร้างความเครียด เช่น การสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองที่แย่ การมองโลกในแง่ร้ายจะเกี่ยวข้องกับการลดลงของความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา ในทางตรงกันข้ามการให้สิ่งที่ช่วยสร้างเสริมความพึงพอใจในชีวิต เช่น ความหวัง จะช่วยให้วัยรุ่นปรับการดำเนินชีวิตให้มีเป้าหมายรวมถึงปรับพฤติกรรมและทัศนคติของตนให้ดีขึ้นได้ นอกจากนี้ปฏิสัมพันธ์ที่ดีของวัยรุ่นจะช่วยเพิ่มความพึงพอใจในชีวิตวัยรุ่นได้ กล่าวคือ สัมพันธภาพของวัยรุ่นกับครอบครัว อาจารย์และเพื่อน ซึ่งจะเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเอง (Self-efficacy) ของวัยรุ่นอีกด้วย

พิกโกและแฮมไว (Piko; & Hamvai, 2010: 1479–1482) ซึ่งได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ โรงเรียนหรือสถานศึกษาและกลุ่มเพื่อนกับความพึงพอใจในชีวิตซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นซึ่งอยู่ในระดับมัธยมศึกษา จำนวน 881 คน อายุตั้ง 14–20 ปี เป็นหญิงร้อยละ 44.6 ในประเทศฮังการี พบว่า ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ผู้ปกครองเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อความเป็นอยู่เชิงอัตวิสัยของวัยรุ่น ส่วนการพูดคุยเกี่ยวกับปัญหากับผู้ปกครองถือว่ามีค่าสหสัมพันธ์ที่ยอมรับได้ นอกจากนี้ผลการวิจัยยืนยันว่าการมีความเป็นอยู่ที่ดีในโรงเรียนหรือสถาบันการศึกษาและการมีผลการเรียนที่ดีมีความเชื่อมโยงกับความเป็นอยู่ที่ดีโดยรวมของวัยรุ่นทั้งชายและหญิง อย่างไรก็ตามขณะที่วัยรุ่นชายได้รับประโยชน์อย่างมากจากการสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองและการทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การทานข้าวเย็นด้วยกันแต่ในวัยรุ่นหญิงกลับพบว่าความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นหญิงมีความเชื่อมโยงกับจำนวนของความสนใจใส่ใจจากเพื่อนและการยอมรับของค่านิยมจากพ่อแม่ผู้ปกครองซึ่งข้อค้นพบนี้ได้เน้นความสำคัญของการใช้ปัจจัยด้านความแตกต่างทางเพศในการวิเคราะห์ความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่น

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตในต่างประเทศนั้นสอดคล้องกับการศึกษานี้เนื่องจากส่วนใหญ่เป็นการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาในวัยรุ่นตอนปลายจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งสอดคล้องกับประชากรที่ทำการศึกษาในงานวิจัยนี้และพบว่า ตัวแปรด้านปัจจัยแวดล้อมที่ดีจะช่วยส่งเสริมให้ระดับความพึงพอใจในชีวิตดีขึ้นด้วย

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต

3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต

ได้มีผู้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตไว้อย่างกว้างขวางดังนี้

3.1.1 งานวิจัยในประเทศ

รัชฉณา สิงห์ทอง (2545: 74–91) ได้ศึกษาพฤติกรรมการเผชิญปัญหาหารวมไปถึงความพึงพอใจในชีวิต การสนับสนุนทางสังคมและภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 526 คน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 54.2 ในขณะที่นักเรียนได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 52.5 ขณะที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001

อภิญา ปานชูเชิด (2547: 92–108) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้สมรรถนะของตนเองกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนวัยรุ่นเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตมีความสัมพันธ์กับการสนับสนุนทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับมากจะมีการสนับสนุนทางสังคมในระดับมากเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 39.7 และกลุ่มตัวอย่างที่มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับน้อยพบว่าการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับน้อยเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 33.1 เพราะวัยรุ่นที่ได้รับการช่วยเหลือสนับสนุนจากครอบครัวและสังคม ไม่ว่าจะเป็นการสนับสนุนทางอารมณ์ วัตถุสิ่งของและข้อมูลข่าวสารจะส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของวัยรุ่นและนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ นอกจากนี้การอยู่ร่วมกันในสังคมมีลักษณะที่พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันจะทำให้บุคคลรู้สึกปลอดภัยรวมถึงได้รับการตอบสนองความต้องการ รู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับและรู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย

จิราพร คงเอี่ยม (2552: 431-448) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนจากครอบครัวและการสนับสนุนจากเพื่อนกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชนบทจำนวน 60 คู่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างรับรู้การสนับสนุนจากครอบครัวอยู่ในระดับสูง ส่วนการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนอยู่ในระดับปานกลางคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอยู่ในระดับ

ปานกลาง ในขณะที่การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมทั้งจากครอบครัวและเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.44, .35, p<.01$ ตามลำดับ)

อัญเชิญ ชัยล่อรัตน์ (2549: 84-90) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ กับผู้สูงอายุที่มีสถานภาพเป็นสมาชิกศูนย์บริการผู้สูงอายุสังกัดกรุงเทพมหานครจำนวน 217 คน พบว่าผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับปานกลางและมีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่า ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับมากจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับน้อยและยังพบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.67$)

อัยย์ธญา อยวัฒน์ชูกร (2550: 92) ได้ศึกษาสัมพันธ์ภาพในครอบครัวกับความพึงพอใจในชีวิตครอบครัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นชาย คิดเป็นร้อยละ 52.3 มีอายุอยู่ในช่วง 21-26 ปี คิดเป็นร้อยละ 51.5 อาศัยอยู่กับครอบครัว ร้อยละ 43.8 ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในหอพัก ร้อยละ 38.7 มีภูมิลำเนาเดิมอยู่ต่างจังหวัด ร้อยละ 55.4 และบิดามารดาสมรสอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 72.9 กลุ่มตัวอย่างมีสัมพันธ์ภาพในครอบครัวอยู่ในระดับมากโดยมี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 และมีความพึงพอใจต่อครอบครัวอยู่ในระดับมากรวมถึงยังพบว่าสัมพันธ์ภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจต่อครอบครัวอยู่ในระดับสูงจนถึงสูงมากโดยมีค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ .81

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตซึ่งเป็นงานวิจัยในประเทศจะพบว่า การสนับสนุนทางสังคมในมิติต่างๆ ล้วนมีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับความพึงพอใจในชีวิต นอกจากนี้ในบางงานวิจัยยังพบว่าการสนับสนุนทางสังคมส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตอีกด้วย กล่าวคือ สามารถเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิต ได้อย่างเหมาะสม

3.1.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

สำหรับต่างประเทศก็พบว่ามีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตอย่างกว้างขวางเช่นกัน

ยัง (Young; 1968: 155-164) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตในผู้ป่วยทางจิตระยะยาวจำนวน 146 คน ในประเทศฮ่องกง พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากแหล่งที่แตกต่างกันจะส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของบุคคลต่างกัน คือ การสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลและเพื่อนซึ่งไม่นับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว สามารถเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจของผู้ป่วยได้เป็นอย่างดี ส่วนการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ความรู้สึกและสวัสดิการจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลและเพื่อนมีอำนาจการพยากรณ์

ความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน ซึ่งข้อค้นพบระบุว่า การสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแล และเพื่อนผู้ป่วยที่เข้มแข็ง จะทำให้ความพึงพอใจในชีวิตของผู้ป่วยทางจิตระยะยาวเพิ่มมากขึ้น

รีฟแมนและดังกิลเชทเตอร์ (Reifman; & Dunkel-Schetter. 1990: 271-277) ศึกษาความเครียด การสนับสนุนทางสังคมและความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยกับนักศึกษามหาวิทยาลัยขนาดใหญ่เพื่อศึกษาตัวแปรที่ใช้อธิบายภาวะเครียดและตัวแปรที่เป็นปัจจัยให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยซึ่งศึกษากับนักศึกษาจำนวน 161 ด้วยการสำรวจทางโทรศัพท์เพื่อให้ตอบคำถามตามแบบวัดมาตรฐาน พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีกิจกรรมในชีวิตที่สัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าแต่กลับมีกิจกรรมในชีวิตที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึที่ดีมีสุขทั้งกายและจิตใจ นอกจากนี้ยังพบว่า การที่นักศึกษามีจำนวนเพื่อนที่มหาวิทยาลัยมากหรือรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อน หรือมีสัมพันธภาพ(มีแฟน)ที่โรแมนติก จะช่วยแทนที่ปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อความเครียด หรือจะไปสนับสนุนให้เกิดปฏิสัมพันธ์กับโมเดลการรองรับความเครียดนั้น ซึ่งหมายความว่าเราควรพิจารณาการเน้นบทบาทของกิจกรรมทางสังคมที่ช่วยให้เกิดภาวะอารมณ์ความรู้สึกทางบวกให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีของนักศึกษา

แดเนียลแซน (Danielsen; 2009: 303-316) ได้ศึกษาเชิงสำรวจกับการสนับสนุนทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียน อันได้แก่ อาจารย์ ครอบครัวและเพื่อนและความพึงพอใจในชีวิตของนักเรียน โดยศึกษากับนักเรียนระดับระดับมัธยมศึกษา ในกลุ่มอายุ 13 ปี และ 15 ปี จำนวน 3,358 คน ในประเทศนอร์เวย์ ซึ่งยืนยันว่า ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับตัวของนักเรียนมีความสำคัญ เช่น การรับรู้ระดับความสามารถแห่งตนและความพึงพอใจในชีวิต สิ่งสำคัญคือ พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ ครอบครัวและเพื่อนมีความสัมพันธ์โดยตรงในระดับสูงกับความพึงพอใจต่อโรงเรียน และยังพบว่า การสนับสนุนทางสังคมส่งผลโดยตรงต่อความพึงพอใจต่อโรงเรียนและความสามารถทางการเรียนและพบว่า ความสามารถทางการเรียนจะส่งผลทางอ้อมต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักเรียนโดยผ่านทางตัวแปรการรับรู้ความสามารถแห่งตน ขณะเดียวกันก็พบว่า ไม่ว่าจะกลุ่มอายุใดเด็กชายจะมีความพึงพอใจในชีวิต การรับรู้ความสามารถแห่งตนและความสามารถทางการเรียนสูงกว่านักเรียนหญิง ยกเว้นนักเรียนหญิงจะมีความพึงพอใจต่อโรงเรียนมากกว่านักเรียนชายและไม่พบว่าเพศที่แตกต่างกันจะรับรู้การสนับสนุนทางสังคมที่ต่างกัน ยกเว้นการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนซึ่งพบว่านักเรียนหญิงได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย

กิลแมนและคนอื่น (Gilman; Huebner; & Furluang. 2009: 3) ได้เสนอไว้ว่าการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตล้วนเป็นดัชนีชี้วัดความเป็นอยู่ที่ดี

กุลลาส (Gülaçti. 2010: 3844-3849) ซึ่งศึกษาผลกระทบของการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยเพื่อตรวจสอบว่าการสนับสนุนทางสังคมสามารถพยากรณ์ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยหรือไม่อย่างไร โดยศึกษากับนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนเพื่อฝึกหัดเป็นครูประถมศึกษา 87 คน ที่สนใจทำแบบสำรวจ พบว่า การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมสามารถพยากรณ์ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัย ได้มากถึงร้อยละ 43 ($R=.43$) และพบว่า การ

สนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวสามารถพยากรณ์ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัย ($R=.18$) ในขณะที่การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลพิเศษ (เช่น คนรัก) หรือการสนับสนุนจากเพื่อนไม่สามารถพยากรณ์ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยได้

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่าปัจจัยแวดล้อมทางสังคมหรือการสนับสนุนทางสังคมล้วนแล้วแต่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิต หรือพบว่าการสนับสนุนทางสังคมมีส่วนเข้าไปแทนที่ตัวแปรอื่น อันส่งผลให้ระดับความเครียดลดน้อยลง จึงทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตขึ้น

4. นักศึกษามหาวิทยาลัย

4.1 ความหมายของนักศึกษามหาวิทยาลัย

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542: 569) ได้ให้คำนิยามของคำ “นักศึกษา” หมายความว่า ผู้มีความรู้สอบไล่ได้ไม่ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนปลายตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการหรือมีความรู้ตามที่กระทรวงศึกษาธิการเทียบเท่า ซึ่งเข้ารับการศึกษาระดับอุดมศึกษา ในขณะที่ นักเรียน หมายถึงผู้ศึกษาเล่าเรียน ผู้รับการศึกษจากโรงเรียน (2542: 568) สำหรับคำวามหาวิทยาลัย หมายถึงสถาบันอุดมศึกษาที่มีวัตถุประสงค์ให้การศึกษาด้านวิชาการและวิชาชีพชั้นสูงหลายสาขาวิชาหรือหลายกลุ่มสาขาวิชาเพื่อให้ประกาศนียบัตร อนุปริญญา ปริญญา และประกาศนียบัตรแก่ผู้สำเร็จการศึกษา รวมทั้งดำเนินการวิจัยและให้บริการทางวิชาการแก่สังคมและทำนุบำรุงศิลปและวัฒนธรรมของชาติ (2542: 840) ดังนั้นนักศึกษามหาวิทยาลัย จึงหมายถึงผู้ที่เข้าศึกษาระดับอุดมศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาในสาขาวิชาต่างๆ เพื่อรับปริญญาหรือประกาศนียบัตร

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549ข: 330) เสนอว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรีของไทยทั่วไปจะอยู่ในช่วงอายุที่ต่อเนื่องมาจากช่วงวัยมัธยมศึกษาตอนปลายหรือระดับอาชีวศึกษา โดยเฉลี่ยนักศึกษาจะมีอายุเฉลี่ยอยู่ในช่วง 18–25 ปี การจัดกลุ่มอายุของวัยรุ่นตามพัฒนาการสามารถแบ่งเป็น ช่วงวัยแรกรุ่ง (Puberty) ช่วงอายุเฉลี่ยประมาณ 12–15 ปี และช่วงวัยรุ่นแท้จริง (adolescence) มีระดับอายุเฉลี่ยอยู่ในช่วง 15–18 ปี หรือ ช่วงอายุ 19–25 ปี

4.2 แนวคิดเกี่ยวกับนักศึกษามหาวิทยาลัย

อีริคสัน (Wrightsman. 1994: 59–68; citing Erikson. 1980) ได้เสนอแนวคิดทางจิตวิทยาพัฒนาการของเขา โดยมีลักษณะเป็นการพิจารณาว่าบุคคลปรับตัวอย่างไรกับภาวะวิกฤติแต่ละขั้นของช่วงชีวิต อีริคสันได้แปลงทฤษฎีพัฒนาการของเขามาจากความรู้ทางชีววิทยา เขาตั้งสมมติฐานว่า การประสบความสำเร็จมีความจำเป็นและสำคัญในแต่ละขั้นพัฒนาการซึ่งทำให้บุคคลเกิดบุคลิกภาพที่ดีหรือไม่ดีขึ้น ทั้งนี้เพื่อใช้แก้ปัญหาวิกฤติที่เกิดขึ้นในแต่ละขั้นพัฒนาการ (Wrightsman. 1994: 59–68; citing Chiriboga. 1989: 124) การเกิดบุคลิกภาพนั้นในแต่ละช่วงจะมี

ช่วงเวลาของภาวะการมีอำนาจต่อผู้อื่นระหว่างบุคลิกภาพที่ดีและไม่ดีจนกระทั่งได้พัฒนาไปสู่การสร้างให้เกิดการบูรณาการเป็นบุคลิกภาพและส่งผลต่อชีวิตของบุคคล และอิริคสัน (Wrightsmen. 1994: 59–68; citing Erikson 1963; 1968) ยังได้เสนอว่า วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงวัยที่อยู่ในขั้นตอนของพัฒนาการขั้นที่ 6 ตามทฤษฎีของเขา คือ เกิดบุคลิกภาพที่ดีโดยเกิดความสนิทสนมและความร่วมมือร่วมใจกับผู้อื่นต่อสู้อัตกับบุคลิกภาพที่ไม่ดี ซึ่งก็คือ ความอ้ำอวังเปล่าเปลี่ยว โดยพัฒนาการทางบุคลิกภาพของวัยรุ่นจะพยายามสร้างความสมดุลระหว่างความสนิทสนมร่วมมือร่วมใจกับความอ้ำอวังเปล่าเปลี่ยวซึ่งจะพัฒนาคุณสมบัติของการสร้างมิตรภาพและการมีความรักกับบุคคลอื่น รวมถึงความมีเมตตาริจิตและความรักแบบผู้ใหญ่ สำหรับวัยรุ่นที่ไม่ผ่านขั้นพัฒนาการขั้นนี้จะเป็นผู้ที่หลงตนเองและจะส่งผลกระทบต่อบุคลิกภาพในพัฒนาการขั้นถัดไปของชีวิต

สตรอมและสตรอม (Strom; & Strom. 2009: 12–15; citing Harvighurst.1972) ศึกษาเปรียบเทียบงานพัฒนาการตามทฤษฎีงานพัฒนาการวัยรุ่นของฮาวิกเอิร์ส ซึ่งทฤษฎีของฮาวิกเอิร์สได้กำหนดว่าในแต่ละช่วงอายุนั้น บุคคลจะมีงานพัฒนาการสำคัญที่บุคคลต้องปฏิบัติหรือผ่านเพื่อแสดงให้เห็นว่าบุคคลอยู่ในช่วงวัยนั้นๆ ซึ่งมีด้วยกัน 8 งานพัฒนาการ ดังนี้ คือ 1) สามารถสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมวัยทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศได้อย่างมีวุฒิภาวะแบบผู้ใหญ่ 2) สามารถที่จะแสดงบทบาททางสังคมได้เหมาะสมกับเพศของตน 3) ยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสามารถปรับตัวได้ 4) มีความอิสระจากความผูกพันทางด้านจิตใจและอารมณ์จากพ่อแม่และผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด 5) เตรียมพร้อมสำหรับการแต่งงานและการชีวิตครอบครัว 6) เตรียมความพร้อมเกี่ยวกับงานทางด้านฐานะการเงินและเศรษฐกิจ มีการเลือกและเตรียมที่จะเลือกอาชีพในอนาคต 7) พัฒนาทักษะทางเชาวน์ปัญญาและความคิดรอบยอดต่างๆ ที่จำเป็นสำหรับเป็นสมาชิกของชุมชนที่ดี มีสมรรถภาพ และ 8) มีความปรารถนาและมีพฤติกรรมรับผิดชอบต่อสังคมที่บรรลุผล

สำหรับวัยรุ่นหรือนักศึกษาของศึกษาไทยปัจจุบันซึ่งกำลังอยู่ในยุคค่านิยมและวัฒนธรรมจากอินเทอร์เน็ตเกิดการเปลี่ยนแปลงบริบททางสังคม ไม่ว่าจะเป็นค่านิยมรวมไปถึงวัฒนธรรมยุคก่อนได้เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว นักศึกษาจึงต้องมีการปรับตัวอย่างมากอาจส่งผลให้เกิดภาวะความเครียดและปัญหาจากการปรับตัวที่รุนแรงกว่า

4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษามหาวิทยาลัย

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อที่ศึกษาอย่างหลากหลาย ดังนี้

รัตนา ศิริพานิช (2531: ไม่ปรากฏเลขหน้า) ได้ทำการศึกษาสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพจิตของ นักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต โดยได้ศึกษากับนักศึกษาจำนวน 563 คน ของปีการศึกษา 2530 จาก 9 คณะวิชา พบว่า ความรู้สึกเรื่องการแข่งขันกันทางการเรียน ความรู้สึกวิตกกังวลมากเกี่ยวกับการเรียน ความรู้สึกที่แบ่งเวลาเรียนไม่ถูกและความรู้สึกที่ตนเองไม่อบอุ่น มันคง ในสภาพการณ์การเรียนมีความแตกต่างกันถ้านักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างมีเพศและ

คณะวิชาที่สังกัดที่ต่างกัน คือนักศึกษาเพศหญิงจะมีปัญหาในการปรับตัวมากกว่านักศึกษาเพศชาย นักศึกษาหญิงมีรู้สึกว่าอาจารย์บางคนสอนเร็วเกินไปและความรู้สึกขาดความเชื่อมั่นในการเรียน การสอนและการทำงานมากกว่าเพศชาย ความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่างด้านเพศ คณะวิชาที่สังกัด อาชีพบิดา อาชีพมารดา รายได้ของบิดามารดาต่อเดือน ภูมิลำเนาและที่พักในขณะที่กำลังศึกษาใน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต มีผลต่อความรู้สึกว่าเหวเมื่อขาดเพื่อนและรู้สึกเกรงใจในการ ขอความช่วยเหลือจากเพื่อนแตกต่างกัน

พูนพร ศรีสะอาด (2534: 194-196) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบการสนับสนุนทาง สังคมที่มีผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 ของวิทยาลัยพยาบาล สรรพสิทธิประสงค์ อุบลราชธานี จำนวนทั้งสิ้น 200 คน ทั้งเพศหญิงและชาย เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 102 คน และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 98 คน พบว่า ทั้งนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 4 ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากแหล่งปฐมภูมิและทุติยภูมิอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก และมีความวิตก กังวลในระดับปานกลางถึงน้อย นอกจากนี้ พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ได้รับการสนับสนุนทางสังคม มากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 เล็กน้อย นอกจากนี้พบว่า นักศึกษาทั้งสองชั้นปีได้รับการสนับสนุนจาก แหล่งปฐมภูมิ ซึ่งได้แก่ พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน มากกว่าแหล่งทุติยภูมิ คือ อาจารย์ เพื่อนร่วม วิชาชีพ และพบว่า การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลของ นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทิพวรรณ กมลพัฒนานันท์ (2543: 44-83) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็น นักศึกษาระดับปริญญาตรี หลักสูตรภาษาไทย ชั้นปีที่ 2 จำนวน 394 คน พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ มีผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นนักศึกษาคณะแพทยศาสตร์ซึ่งมีผลการศึกษาระดับดีมาก ที่สำคัญพบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว ได้แก่ ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ ฐานะทางเศรษฐกิจ ระดับ การศึกษาของพ่อแม่ ไม่ได้มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาที่ระดับ.05 ในขณะที่ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย พบว่า ระบบอาจารย์ที่ปรึกษามีความสัมพันธ์ ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ พบว่าคุณลักษณะส่วนตัวของอาจารย์ ความสัมพันธ์ของอาจารย์หรือเพื่อนไม่มีความสัมพันธ์กับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดวงมณี จงรักษ์ (2549: 78-81) ได้ทำการศึกษาความเครียด กลวิธีเผชิญความเครียด และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการเผชิญความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย ซึ่งกลุ่ม ตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 433 คน พบว่า สถานการณ์ที่ ก่อให้เกิดความเครียดกับนักศึกษามากที่สุดคือเรื่องการเรียน ในลำดับต่อมาเป็นเรื่องเพื่อน ครอบครัว ความรัก การเงินและเรื่องอื่นๆ ซึ่งพบว่านักศึกษาในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่ใช้การแก้ปัญหาแบบ จัดการกับปัญหาโดยตรงระดับปานกลางแบบใช้แหล่งการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง ในขณะที่นักศึกษาจำนวนรองลงมามีการใช้กลวิธีการเผชิญความเครียดแบบหลีกเลี่ยง และนักศึกษา

ส่วนน้อยใช้การแก้ไขปัญหามาแบบจัดการปัญหาโดยตรงระดับสูงโดยใช้แหล่งการสนับสนุนทางสังคมสูง เมื่อเปรียบเทียบประเภทของความเครียดกับชั้นปีและสาขาวิชาพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและไม่พบความแตกต่างกันกับเพศ ขณะที่การใช้กลวิธีการเผชิญความเครียดพบว่ามีความแตกต่างกันในเพศที่ต่างกัน แต่ไม่พบว่าแตกต่างกันในชั้นปี สาขาวิชาและประเภทความเครียดที่แตกต่างกัน ส่วนปัจจัยประเภทของความเครียดที่สัมพันธ์กับวิธีการเผชิญความเครียดโดยตรง พบว่า ความเครียดด้านการเรียน ครอบครัวและการเงิน และปัจจัยเพศสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญความเครียดแบบมีแหล่งสนับสนุนทางสังคม

วิลาวัลย์ กางการ (2550: 130-133) ได้ศึกษาทัศนคติและความต้องการของนักศึกษาต่อการสนับสนุนทางสังคมจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ซึ่งศึกษากับนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 364 คน พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจต่อการสนับสนุนที่ได้รับจากมหาวิทยาลัย ได้แก่ บริการต่าง ๆ เช่น บริการข้อมูลสนเทศ บริการให้คำปรึกษารวมไปจนถึงบริการด้านสภาพแวดล้อม ซึ่งพบว่า นักศึกษามีทัศนคติต่อการสนับสนุนทางสังคมที่มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์ได้จัดขึ้นโดยมีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลางโดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.15

กองกิจการนักศึกษา (2553: ไม่ปรากฏเลขหน้า) ได้วัดระดับของความพึงพอใจของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ต่อการให้บริการของมหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2553 โดยประเมินความพึงพอใจของนักศึกษา ในนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ขึ้นไป รวมทั้งสิ้น 398 คน เป็นหญิง 231 คน เป็นชาย 136 คน พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางโดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.27 นักศึกษามีความพึงพอใจต่อบริการด้านสิ่งอำนวยความสะดวกที่เอื้อต่อการพัฒนาการเรียนรู้อันดับสูงสุด คือมีคะแนน 3.50 ซึ่งหมายถึงพึงพอใจมาก รองลงมา นักศึกษามีความพึงพอใจด้านการจัดโครงการเพื่อพัฒนาประสบการณ์ทางวิชาชีพ ในขณะที่นักศึกษามีความพึงพอใจบริการด้านการจัดบริการให้คำปรึกษานักศึกษาน้อยที่สุดโดยมีคะแนนประเมิน 2.87 ซึ่งหมายถึงพึงพอใจในด้านนี้ระดับน้อย สภาพแวดล้อมที่นักศึกษาพึงพอใจสูงสุด คือ หอสมุดบ่วง อิงภากรณ์ และห้องสมุดอื่น ภายในศูนย์รังสิต ซึ่งมีระดับคะแนนประเมินที่ 3.90 คือ พึงพอใจมาก และบริการที่นักศึกษาพึงพอใจน้อยที่สุดคือ บริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์และการให้คำปรึกษาทางโปรแกรมสนทนาออนไลน์ซึ่งมีระดับคะแนนประเมิน 2.80 หมายถึงพึงพอใจน้อย

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น พบว่านักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยมีความเห็นต่อปัจจัยแวดล้อม การให้บริการและสิ่งอำนวยความสะดวกทั้งที่เป็นบุคคลและไม่ใช่มนุษย์ในระดับที่แตกต่างกัน ซึ่งปัจจัยแวดล้อมเหล่านี้ส่งผลต่อการรับรู้ของนักศึกษาเหล่านี้้อย่างหลากหลาย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ประจำปีภาคการศึกษา 2 ปีการศึกษา 2554 จำนวน 25,193 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ประมาณกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ โดยใช้ระดับความเชื่อมั่นเท่ากับ 95% หรือยอมให้มีความคลาดเคลื่อนเท่ากับ .05 โดยใช้วิธีการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากประชากรตามวิธีการของยามานะ (Yamané. 1967: 886–887) เมื่อพิจารณาจากขนาดประชากรข้างต้นต้องการตัวอย่างจำนวน 400 คน ผู้วิจัยได้ดำเนินการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนดังนี้

1. จัดกลุ่มสาขาวิชาเป็น 3 สาขาวิชา ตามสาขาวิชาของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ 3 กลุ่มสาขาวิชา คือ สาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ซึ่งมีนักศึกษาจำนวน 15,838 คน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งมีจำนวนนักศึกษา 6,502 คน และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพซึ่งมีนักศึกษาจำนวน 2,853 คน

2. กำหนดจำนวนตัวอย่างนักศึกษาที่ควรสุ่มจากนักศึกษาจากแต่ละกลุ่มสาขาโดยการเทียบบัญญัติไตรยางศ์จากจำนวนนักศึกษาตามสัดส่วนกลุ่มสาขาวิชา ทั้ง 3 สาขาวิชาโดยสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์คิดเป็นร้อยละ 62.87 ของตัวอย่างที่ต้องการ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีคิดเป็นร้อยละ 25.81 ของตัวอย่างที่ต้องการและสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพคิดเป็นร้อยละ 11.32 ของตัวอย่างที่ต้องการ จากนั้นสุ่มชื่อคณะจากทั้ง 3 กลุ่มด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายได้รายชื่อคณะ ดังนี้ คณะนิติศาสตร์ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี คณะรัฐศาสตร์ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์และคณะแพทยศาสตร์ แล้วจึงประมาณการจำนวนตัวอย่างตามสัดส่วนของแต่ละกลุ่มสาขาวิชาเพื่อเตรียมเก็บข้อมูลต่อไป

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา ซึ่งแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา อันประกอบด้วยเพศ สาขาวิชาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 3 ข้อ

ตอนที่ 2 และตอนที่ 3 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ซึ่งมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1. ศึกษาเอกสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา ซึ่งมีองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ ได้แก่ มหาวิทยาลัย ครอบครัว เพื่อน สภาพแวดล้อมที่บ้านและตัวของนักศึกษาเองและการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาที่มี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ อาจารย์ ครอบครัวและเพื่อน จากนั้นได้ศึกษาเครื่องมือสำหรับสอบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาและการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา ได้แก่ แบบสอบถามบรรยากาศในการเรียนรู้ (The Climate Questionnaires) ที่พัฒนาขึ้นโดยแบล็คและเดซี (Deci. 2000: 7-10; citing Black; & Deci. 2000) และแบบวัดการรับรู้ต่อผู้ปกครอง (The Perceptions of Parents Scales) ที่พัฒนาขึ้นโดย โกรลนิกและคนอื่นๆ (Grolnick; Deci; & Ryan. 1997:9-12) นอกจากนี้ได้ศึกษาแบบแบบวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมแบบหลายมิติ (The Multidimensional Scale of Perceived Social Support) ของซิมเมทและคนอื่นๆ (Zimet; Dahlem; Zimet; & Farley. 1988; 30-41) รวมถึงแบบวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน Perceived Social Support From Friends Scales ที่พัฒนาขึ้นโดยโปรซิดาโนและเฮลเลอร์ (Procidano; & Heller. 1983: 1-24) เพื่อเพิ่มข้อคำถามเกี่ยวกับการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน รวมถึงแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาแบบหลายมิติ (The Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale) ที่พัฒนาแบบวัดขึ้นโดยดิวและคนอื่นๆ (Heubner. 2001: 1-9; citing Dew; Huebner; & Laughlin. 2001) ซึ่งเครื่องมือนี้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก และได้นำข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้ามาพัฒนาเป็นแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ของผู้วิจัยเองได้แบบวัดจำนวน 96 ข้อ ปรับการให้คะแนนเป็นแบบมาตรฐานค่า 5 ระดับตามแบบลิเคิร์ต (Likert) ที่กำหนดให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงระดับใดระดับหนึ่งเท่านั้น

2. นำเสนอร่างแบบวัดไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ คือ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง ตรวจสอบเพื่อพิจารณาตรวจแก้ไขเนื้อหาและสำนวนภาษาที่ใช้ ตลอดจนความถูกต้องเหมาะสม

3. นำแบบวัดที่แก้ไขเรียบร้อยแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบพิจารณาความถูกต้องโดยมีผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด 4 ท่าน ได้แก่ อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี คุณสุกัญญา สวัสดิเวทิน คุณวลีพร ตันตพานิช และอาจารย์ชไมพร รุ่งฤกษ์ฤทธิ์ โดยผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้พิจารณาความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามในแต่ละด้านเป็นรายข้อ จากนั้นจึงนำคะแนนที่ได้จากการ

พิจารณาของผู้เชี่ยวชาญเพื่อมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Objective Congruence; IOC) ระหว่างข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการ จากนั้น ผู้วิจัยเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป จำนวน 64 ข้อ โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้อง ตั้งแต่ 0.5-1.0 (ภาคผนวก ค.)

4. ปรับปรุงแก้ไขแบบวัดตามผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะ จำนวน 60 ข้อ แล้วจึงปรับข้อคำถามบางข้อจากคำถามเชิงบวกเป็นเชิงลบ (ดังภาคผนวก ค.) จึงนำไปให้ที่ปรึกษาควบคุมสารนิพนธ์ คือ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง และอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี ตรวจสอบอีกครั้งหนึ่ง แล้วนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาที่มีลักษณะคล้ายกับนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยทดลองใช้กับนิสิตระดับปริญญาตรีของภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาจำนวน 150 คน แล้วนำมาหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยนำมาหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item to Total Correlation) ได้แบบสอบถาม จำนวน 60 ข้อ ที่มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.20–0.65

5. การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบัท (Cronbach, 1970: 161) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมเท่ากับ 0.76 และได้ค่าแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตเท่ากับ 0.86 ตามลำดับ

6. ปรับข้อคำถามบางข้อให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะก่อนนำแบบวัดการรับรู้ต่อการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ไปใช้ต่อไป

7. ข้อความทางบวกและข้อความทางลบของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มีดังนี้

ตาราง 1 ข้อความของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา

โครงสร้างการสนับสนุนทางสังคม	จำนวนข้อคำถาม	
	เชิงบวก	เชิงลบ
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์	ข้อ 4, 5, 6, 7, 8	ข้อ 1, 2, 3, 9,10
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว	ข้อ 4,15,18,19,20	ข้อ 11,12,13,16,17
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	ข้อ 21,22,23,24,25	ข้อ 26,27,28,29,30

ตาราง 2 ข้อความของแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

โครงสร้างความพึงพอใจในชีวิต	จำนวนข้อคำถาม	
	เชิงบวก	เชิงลบ
ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย	ข้อ 1, 5, 6	ข้อ 2, 3, 4
ความพึงพอใจต่อครอบครัว	ข้อ 10,11,12	ข้อ 7, 8, 9
ความพึงพอใจต่อเพื่อน	ข้อ 13,15,18	ข้อ 14,16,17
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน	ข้อ 21,23,24	ข้อ 19,20,22
ความพึงพอใจต่อตนเอง	ข้อ 25,26,27	ข้อ 28,29,30

8. ตัวอย่างแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ตอนที่ 1 แบบสอบถามด้านข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา

คำชี้แจง ให้นักศึกษาทำเครื่องหมาย ในช่อง ที่กำหนดและโปรดกรอกข้อมูลลงใน

ช่องว่าง

1. เพศ ชาย หญิง

2. คณะ

3. ระดับผลการเรียนเฉลี่ยสะสมภาคการศึกษาที่ผ่านมา

คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป

คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.00 - 3.49

คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.50 -2.99

คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00- 2.49

คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 1.99 ลงมา

คำชี้แจง ให้นักศึกษาอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนดให้แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่องทางขวามือของข้อความนั้นในแบบสอวัด ที่ตรงกับความคิดของนักศึกษามากที่สุด ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นนักศึกษามาก
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษากึ่งกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อยที่สุด

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
00.	อาจารย์ไม่สามารถให้คำปรึกษาฉันได้					
00.	พ่อแม่ไม่ได้แสดงความรักของท่านต่อฉันอย่างชัดเจน					
00.	ฉันได้แนวคิดดี ๆ เกี่ยวกับวิธีการเรียนและการทำสิ่งต่างๆ จากเพื่อน					
00.	ฉันพอใจที่ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่มหาวิทยาลัย					
00.	ฉันไม่ชอบช่วงเวลาที่อยู่กับพ่อแม่					
00.	ฉันชอบเพื่อนเพราะเพื่อนดี					
00.	ฉันชอบที่ที่ฉันอยู่					
00.	ฉันไม่พอใจรูปร่างหน้าตาของตนเอง					

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตไว้ 2 กรณี คือ

1. ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนน ดังนี้

มากที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน
มาก	ให้คะแนน	4	คะแนน
ปานกลาง	ให้คะแนน	3	คะแนน
น้อย	ให้คะแนน	2	คะแนน
น้อยที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน

2. ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนน ดังนี้

มากที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน
มาก	ให้คะแนน	2	คะแนน
ปานกลาง	ให้คะแนน	3	คะแนน
น้อย	ให้คะแนน	4	คะแนน
น้อยที่สุด	ให้คะแนน	5	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมาย

เกณฑ์การแปลความหมายของการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จะทำโดยการวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แล้วนำค่าเฉลี่ยที่ได้ไปเทียบกับเกณฑ์เพื่อแปลความหมาย ซึ่งการพิจารณาระดับการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต ผู้วิจัยกำหนดระดับคะแนนของการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตตามเกณฑ์การคำนวณเพื่อหาอันตรภาคชั้น ซึ่งในการศึกษาวิจัยนี้จะแบ่งการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตออกเป็น 3 ระดับ กล่าวคือ ระดับสูง ระดับปานกลางและระดับต่ำ (ประณต คำจิม. 2549: 75) ดังมีรายละเอียดดังนี้

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.67–5.00	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง มีความพึงพอใจในชีวิตระดับสูง
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.34–3.66	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง มีความพึงพอใจในชีวิตระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00–2.33	หมายถึง	มีการสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ มีความพึงพอใจในชีวิตระดับต่ำ

เกณฑ์การแปลความหมายของระดับจะใช้เกณฑ์การประเมินผลการเรียนซึ่งปรับจากเกณฑ์การประเมินผลการเรียนของประณต คำจิม (2549: 75) ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป	หมายถึง	ดีมาก
คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.00-3.49	หมายถึง	ดี
คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.50-2.99	หมายถึง	ปานกลาง
คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00-2.49	หมายถึง	พอใช้
คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 1.99 ลงมา	หมายถึง	ตก

เกณฑ์การแปลความหมายระดับของความสัมพันธ์ หากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มีค่าเข้าใกล้ -1 หรือ 1 แสดงถึงการมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง แต่หากมีค่าเข้าใกล้ 0 แสดงถึงการมีความสัมพันธ์กันน้อยหรือไม่มีเลย โดยผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์การวัดความสัมพันธ์ของโคเฮน (Runyon; & Other. 1996: 238; citing Cohen. 1988; อ้างอิงจาก ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์. 2544: ออนไลน์) ซึ่งเสนอเกณฑ์การแปลความหมายของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ไว้ดังนี้

มีค่าน้อยกว่า-1.00 ถึง-0.50 หรือ 0.50 ถึง 1.00	หมายถึง	มีความสัมพันธ์กันสูง
มีค่าระหว่าง -0.49 ถึง-0.30 หรือ 0.30 ถึง 0.49	หมายถึง	มีความสัมพันธ์กันปานกลาง
มีค่าระหว่าง -0.29 ถึง-0.10 หรือ 0.10 ถึง 0.29	หมายถึง	มีความสัมพันธ์กันต่ำ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยประสานงานกับบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเพื่อขอหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลไปยังหัวหน้าภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และรองอธิการบดีฝ่ายการศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้วิจัยกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

2. นำแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนิสิต (ฉบับกลุ่มทดลอง) พร้อมหนังสือขออนุญาต ไปขอความร่วมมือจากภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมอบแบบวัดให้กับภาควิชาและนัดวันเวลาเพื่อไปรับแบบวัดคืน

3. ไปรับแบบวัดคืนด้วยตนเองตามกำหนดนัดหมายและดำเนินการติดตามแบบสอบถามให้ครบทุกฉบับด้วยตนเอง ได้รับแบบวัดคืนจำนวน 150 ฉบับเพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

5. ผู้วิจัยติดต่อฝ่ายการศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลและดำเนินการตามระเบียบของมหาวิทยาลัย โดยนำแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ที่ผ่านการพัฒนาคุณภาพแล้วพร้อมทั้งหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลมอบให้กับกองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์เพื่อดำเนินการแจกแบบวัดตามคณะที่ได้วางแผนไว้ด้วยตนเอง

6. ผู้วิจัยได้แบบวัดคืนจำนวน 400 ชุด โดยแบ่งเป็นแบบวัดจากกลุ่มสาขาวิชา สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ 206 ชุด กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 108 ชุด และกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ 86 ชุดเพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

สถิติที่ใช้ในการการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและค่าสถิติสำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีดังต่อไปนี้

1. สถิติพื้นฐานในการทดสอบ ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 การหาค่าความตรงของแบบวัดโดยการหาค่าอัตราส่วนความตรงเชิงเนื้อหา (Item Objective Congruence: IOC)

2.2 การหาค่าอำนาจจำแนกของแบบวัด โดยการทดสอบ t-test

2.3 การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient)

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

3.1 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

3.2 การวิเคราะห์การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผล

สำหรับการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าสถิติ

\bar{x}	คือ	ค่าเฉลี่ย
SD	คือ	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
(ส)	คือ	มีระดับความสัมพันธ์กันสูง
(ก)	คือ	มีระดับความสัมพันธ์กันปานกลาง
(ต)	คือ	มีระดับความสัมพันธ์กันต่ำ
r	คือ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย
R	คือ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	คือ	กำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณหรือร้อยละของค่าความแปรผัน ร่วมกันของตัวแปรพยากรณ์กับตัวแปรเกณฑ์
b	คือ	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรพยากรณ์หรือสัมประสิทธิ์การถดถอยส่วนย่อยที่คำนวณจากคะแนนดิบ
S_b	คือ	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน
β	คือ	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรพยากรณ์หรือสัมประสิทธิ์การถดถอยส่วนย่อยมาตรฐาน
t	คือ	ค่าสถิติ t ที่ใช้ทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์การถดถอยส่วนย่อยแต่ละตัว
p	คือ	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ
*	คือ	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	คือ	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
***	คือ	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .10

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปร

SOC	คือ	สาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์
SCI	คือ	สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
HEA	คือ	สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ
TOSP	คือ	การสนับสนุนทางสังคม
TESP	คือ	การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์
FASP	คือ	การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว
FRSP	คือ	การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน
TLS	คือ	ความพึงพอใจในชีวิต
UNS	คือ	ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย
FAS	คือ	ความพึงพอใจต่อครอบครัว
FRS	คือ	ความพึงพอใจต่อเพื่อน
HOS	คือ	ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน
SES	คือ	ความพึงพอใจต่อตนเอง

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ผู้วิจัยได้แบ่งการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 2 ตอนย่อย ดังนี้

1.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

1.2 ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

1.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างซึ่งตอบแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

การวิเคราะห์ตอนนี้ได้นำข้อมูลจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตมาวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละของข้อมูลพื้นฐานตามเพศ สาขาวิชา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตาราง 3 จำนวน ร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (n = 400 คน)

ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	108	27.00
หญิง	292	73.00
รวม	400	100.00
สาขาวิชา		
สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์	206	51.50
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	108	27.00
วิทยาศาสตร์สุขภาพ	86	21.50
รวม	400	100.00
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
ดีมาก	36	9.00
ดี	109	27.25
ปานกลาง	163	40.75
พอใช้	89	22.25
ตก	3	0.75
รวม	400	100.00

จากตาราง 3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ซึ่งเป็นนักศึกษาและส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง โดยมีจำนวน 292 คน คิดเป็นร้อยละ 73.00 และเพศชายจำนวน 108 คิดเป็นร้อยละ

27.00 ศึกษาอยู่ในสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์เป็นส่วนใหญ่ โดยมีจำนวน 206 คน คิดเป็นร้อยละ 51.50 รองลงมาศึกษาอยู่ในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยมีจำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 27.00 และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ โดยมีจำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 21.50 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางมากที่สุด โดยมีจำนวน 163 คน คิดเป็นร้อยละ 40.75 รองลงมามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 27.25 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพอใช้ จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 22.25 ส่วนนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับดีมากมีจำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 9.00 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับตกมีจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 0.75

1.2 ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

การวิเคราะห์ตอนนี้ผู้วิจัยนำข้อมูลของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตมาวิเคราะห์เฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของคะแนนจากแบบวัดรวมถึงการแปลผล

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการสนับสนุนทางสังคมและระดับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

ตัวแปรที่ศึกษา	\bar{x}	SD	การแปลผล
การสนับสนุนทางสังคม			
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์	3.39	.44	ปานกลาง
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว	4.12	.60	สูง
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	4.01	.52	สูง
การสนับสนุนทางสังคม	3.84	.41	สูง
ความพึงพอใจในชีวิต			
ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย	3.69	.54	สูง
ความพึงพอใจต่อครอบครัว	4.10	.58	สูง
ความพึงพอใจต่อเพื่อน	4.12	.62	สูง
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน	3.84	.63	สูง
ความพึงพอใจต่อตนเอง	3.84	.56	สูง
ความพึงพอใจในชีวิต	3.92	.45	สูง

จากตาราง 4 พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงและการสนับสนุนทางสังคมในแต่ละด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนอยู่ในระดับสูง

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ตาราง 5 ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

	TLS	UNS	FAS	FRS	HOS	SES
TOSP	.78* (ส)	.61** (ส)	.61** (ส)	.71** (ส)	.53** (ส)	.52** (ส)
TESP	.44** (ก)	.45** (ก)	.27** (ต)	.35** (ก)	.31** (ก)	.31** (ก)
FASP	.66** (ส)	.44** (ก)	.64** (ส)	.56** (ส)	.48** (ก)	.40** (ก)
FRSP	.51** (ส)	.54** (ส)	.48** (ก)	.74** (ส)	.44** (ก)	.51** (ส)

* คือ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** คือ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.78$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน นอกจากนี้ การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาทั้ง 5 ด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัยในระดับสูง ($r=.61$) และสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อครอบครัวอยู่ในระดับสูง ($r=.61$) อีกทั้งสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อเพื่อนในระดับสูง ($r=.53$) สัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านในระดับสูง ($r=.53$) และสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อตนเองอยู่ในระดับสูง ($r=.52$)

การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาอยู่ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.44$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน อีกทั้งการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจใน

ชีวิตของนักศึกษาทั้ง 5 ด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัยในระดับปานกลาง ($r=.45$) และสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อครอบครัวในระดับต่ำ ($r=.27$) รวมถึงสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อเพื่อนระดับปานกลาง ($r=.35$) สัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านอยู่ในระดับปานกลาง ($r=.31$) และสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อตนเองระดับปานกลาง ($r=.31$)

การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.66$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน นอกจากนี้ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาทั้ง 5 ด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับปานกลาง ($r=.44$) และสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อครอบครัวระดับสูง ($r=.64$) สัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อเพื่อนอยู่ในระดับสูง ($r=.56$) รวมถึงสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านระดับปานกลาง ($r=.48$) และสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อตนเองระดับปานกลาง ($r=.40$)

การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.51$) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน อีกทั้งการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนต่างก็มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาทั้ง 5 ด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับสูง ($r=.54$) สัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อครอบครัวระดับปานกลาง ($r=.48$) สัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อเพื่อนอยู่ในระดับสูง ($r=.74$) สัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านระดับปานกลาง ($r=.44$) และสัมพันธ์กับความพึงพอใจต่อตนเองระดับสูง ($r=.51$)

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของ
นักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ตาราง 6 การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

ตัวพยากรณ์	b	S _b	β	t	p
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์	.13	.03	.12	3.67	.00***
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว	.28	.03	.37	9.90	.00***
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	.41	.03	.48	13.04	.00***
R ² ที่ปรับแล้ว = .632			ค่าคงที่ = .72		

*** คือ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .10

จากตาราง 6 พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์และสามารถใช้พยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตได้ โดยมีประสิทธิภาพของการพยากรณ์ ร้อยละ 63.2 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .10 (P<.10) เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นๆ ให้เป็นค่าคงที่ นั่นคือ ตัวพยากรณ์ทั้ง 3 ตัว ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความพึงพอใจในชีวิตได้ร้อยละ 63.2 โดยตัวแปรที่สำคัญมีอิทธิพลต่อการพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามากที่สุดคือ การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ($\beta = .48$) รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว ($\beta = .37$) และการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาน้อยที่สุดคือ ($\beta = .12$)

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีความมุ่งหมาย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. เพื่อศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สมมติฐานของการวิจัย

1. การสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์มีความสัมพันธ์กันทางบวก
2. การสนับสนุนทางสังคมสามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ได้

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มประชากรที่ศึกษา คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ประจำภาคการศึกษา 2 ปีการศึกษา 2554 จำนวน 25,193 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ตั้งแต่ชั้นปีที่ 2 ขึ้นไปของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2554 จำนวน 400 คน ซึ่งในการเก็บข้อมูลจริงผู้วิจัยสามารถเก็บข้อมูลจากนักศึกษาได้จำนวน 400 คนเป็นนักศึกษาชาย 108 คน และนักศึกษาหญิง 292 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา ซึ่งแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา ประกอบด้วยเพศ สาขาวิชาและผลสัมฤทธิ์การเรียน จำนวน 3 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา จำนวน 30 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา จำนวน 30 ข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปตามลำดับดังต่อไปนี้

1. การวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานจากข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษา โดยการแสดงจำนวน การหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

2. การวิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของข้อคำถามในแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์กับนิยามเชิงปฏิบัติการโดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหา (IOC) จากการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด 4 คน

3. การวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

4. การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยรวม และแต่ละด้านของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบัค

5. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

6. การศึกษาอำนาจการพยากรณ์ของการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยขอสรุปตามลำดับ ดังนี้

1. การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัย
ธรรมศาสตร์

นักศึกษาและส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง โดยมีจำนวน 292 คน คิดเป็นร้อยละ 73.00 และ
เพศชายจำนวน 108 คิดเป็นร้อยละ 27.00 ศึกษาอยู่ในสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์เป็น
ส่วนใหญ่ โดยมีจำนวน 206 คน คิดเป็นร้อยละ 51.50 รองลงมาศึกษาอยู่ในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์
และเทคโนโลยี โดยมีจำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 27.00 และสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ โดย
มีจำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 21.50 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มี
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง มากที่สุด โดยมีจำนวน 163 คน คิดเป็นร้อยละ 40.75 รองลงมามี
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 27.25 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพอใช้
จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 22.25 ส่วนนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับดีมากมีจำนวน
36 คน คิดเป็นร้อยละ 9.00 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับตกมีจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ
0.75 นอกจากนี้ยังพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงและการสนับสนุน
ทางสังคมในแต่ละด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์อยู่ในระดับ
ปานกลาง สำหรับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนอยู่ใน
ระดับสูง เมื่อพิจารณาจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักศึกษาต่างมีความพึงพอใจ
ต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อครอบครัว ความพึงพอใจต่อเพื่อน ความพึงพอใจต่อ
สภาพแวดล้อมที่บ้าน ความพึงพอใจต่อตนเองอยู่ในระดับสูง

2. ความสัมพันธ์ของการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ผลการวิจัยพบว่าการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจใน
ชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ
มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .78 และเมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคม พบว่า
มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ละด้านอยู่ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ
.01 กล่าวคือ สัมพันธ์ในระดับสูงกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อครอบครัว
ความพึงพอใจต่อเพื่อน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมี
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .61 .61 .71 .53 และ.52 ตามลำดับ

การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .44 และเมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ สัมพันธ์ในระดับปานกลางกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อเพื่อน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .45 .35 .31 และ .31 ตามลำดับ ยกเว้นความพึงพอใจต่อครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .27

การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .66 และเมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวพบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ สัมพันธ์ในระดับปานกลางกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อสภาพ-แวดล้อมที่บ้านและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .44 .48 และ .40 ตามลำดับ ยกเว้นความพึงพอใจต่อครอบครัวและความพึงพอใจต่อเพื่อนที่มีความสัมพันธ์ในระดับสูงโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .64 และ .56 ตามลำดับ

การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .51 เมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนพบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ละด้านอยู่ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือ มีสัมพันธ์ในระดับสูงกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อเพื่อนและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .54 .74 และ .51 ตามลำดับ ยกเว้นความพึงพอใจต่อครอบครัวและความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านที่มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .48 และ .44 ตามลำดับ

3. การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา พบว่าที่ระดับนัยสำคัญที่ .10 เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นๆ ให้เป็นค่าคงที่ การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และใช้พยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตได้ โดยมีประสิทธิภาพของการพยากรณ์ ร้อยละ 63.2 นั่นคือ ตัวพยากรณ์ทั้ง 3 ตัว ร่วมกันอธิบาย

ความแปรปรวนของความพึงพอใจในชีวิตได้ร้อยละ 63.2 โดยตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามากที่สุดคือ การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ($\beta = .48$) รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว ($\beta = .37$) และการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาน้อยที่สุด ($\beta = .12$)

การอภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ผลการศึกษา พบว่า

1. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .78 ซึ่งอาจเป็นเพราะการสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลกับการเกิดความพึงพอใจในชีวิตสอดคล้องกับกิลแมนและคนอื่น (Gilman; Huebner; & Furluang. 2009: 5) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมนั้นเป็นตัวชี้วัดซึ่งเป็นปัจจัยทางระบบนิเวศของบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตซึ่งเป็นอีกตัวบ่งชี้หนึ่งในแบบจำลองกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยในจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology Indicator) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าคุณภาพชีวิตของนักศึกษาเป็นแนวคิดภายใต้มุมมองทางนิเวศวิทยาที่สะท้อนแนวคิดในการที่บุคคลจะดำรงชีวิตในระบบนิเวศซึ่งเชื่อมต่อกันและมีอิทธิพลต่อพัฒนาการด้านร่างกาย (Physical) สังคม-อารมณ์ (Social-emotional) และความสามารถเชิงปัญญา (cognitive competencies) นอกจากนี้ การศึกษาของอภิญา ปานชูเชิด (2547: 92–108) ก็ได้พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตกับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นซึ่งมีความพึงพอใจในชีวิตน้อย จะได้รับการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับน้อย ในขณะที่วัยรุ่นที่มีความพอใจในชีวิตระดับมาก ก็จะได้รับ การสนับสนุนทางสังคมระดับมากด้วยเช่นกัน เมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมพบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ลดน้อยอยู่ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ สัมพันธ์ในระดับสูงกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อครอบครัว ความพึงพอใจต่อเพื่อน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .61 .61 .71 .53 และ .52 ตามลำดับซึ่งอาจเป็นเพราะการสนับสนุนทางสังคมจากแหล่งต่างๆ ส่งผลกับความเป็นอยู่ที่ดีทางกายและใจอันนำไปสู่การเกิดความพึงพอใจต่อแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมนั้นๆ ซึ่งรัชฉณาสิงห์ทอง (2545: 74–91) พบว่า ความพึงพอใจในชีวิต มีความสัมพันธ์กับแรงสนับสนุนทางสังคม

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับมาก จะมีการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับมากเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 39.7 และกลุ่มตัวอย่างที่มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับน้อย พบว่ามีการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับน้อยเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 33.1 ซึ่งอาจเป็นเพราะวัยรุ่นที่ได้รับการช่วยเหลือสนับสนุนจากครอบครัว และสังคม จะส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของวัยรุ่น นำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจนั่นเอง

2. การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .44 และเมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ สัมพันธ์ในระดับปานกลางกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อเพื่อน ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .45 .35 .31 และ .31 ตามลำดับ ยกเว้นความพึงพอใจต่อครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .27 จะเห็นได้ว่าการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ไม่ได้มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตมากนักอาจเป็นเพราะช่องว่างระหว่างความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์กับนักศึกษาห่างกันมากจนกระทั่งนักศึกษาหลายคนไม่ได้รับรู้ว่าอาจารย์ในมหาวิทยาลัยจะส่งผลใดๆต่อชีวิตของตน ซึ่งขัดแย้งกับทองพูล บัวศรี (2551: 47-70) ที่ได้ทำการศึกษาเยาวชนที่อยู่ในศูนย์ฝึกอบรมและเยาวชนบ้านกาญจนาภิเษกกับเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนอื่น ผลการศึกษาที่สำคัญข้อหนึ่ง พบว่า ตัวพยากรณ์ที่สำคัญของทัศนคติที่ดีต่อตนเอง คือ การสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเยาวชนประสบการณ์ทางสังคม ความสัมพันธ์กับสมาชิกในศูนย์ ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน และประสบการณ์ในศูนย์ที่มีประโยชน์ โดยพยากรณ์ได้มากถึงร้อยละ 41.6 ในกลุ่มรวมซึ่งหมายความว่าเจ้าหน้าที่ ผู้ดูแลหรือแม้แต่อาจารย์มีบทบาทอย่างมากกับวัยรุ่นระดับต่ำกว่าอุดมศึกษา

3. การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .66 เมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวพบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ สัมพันธ์ในระดับปานกลางกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .44

.48 และ .40 ตามลำดับ ยกเว้นความพึงพอใจต่อครอบครัวและความพึงพอใจต่อเพื่อนที่มีความสัมพันธ์ในระดับสูงโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .64 และ .56 ตามลำดับ ซึ่งอาจเป็นเพราะบทบาทของพ่อแม่หรือครอบครัวเป็นแหล่งทางสังคมที่สำคัญในชีวิตของนักศึกษา สอดคล้องกับการศึกษาของ ไบเลย์และคนอื่น (Bailey.; & Miller,1998 : 55) ได้ทำการศึกษาและพบว่า นักศึกษาที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงเกิดขึ้นจากความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรัก ความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัว ในขณะที่นักศึกษาจะมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำจะสัมพันธ์กับสาเหตุที่เกิดจากปัญหาภายในครอบครัวรวมถึงความสัมพันธ์กับคนรักไม่ดี เช่นเดียวกันกับการศึกษาของมาลินอสกาส (Malinauskas. 2010: 741–752) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยที่บาดเจ็บหนัก กล่าวคือ การที่พวกเขาได้รับความเครียดและการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวนั้นจะเป็นตัวพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .03 นอกจากนี้ยังพบว่าการสนับสนุนทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษากลุ่มนี้มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 นอกจากนี้ ชีวิตซี และคนอื่น (Civitci; & Civitci; & else: 2009: 513-514) ซึ่งทำการศึกษาคความโดดเดี่ยวอ้างว้างกับความพึงพอใจในชีวิตกับระหว่งนักเรียนระดับมัธยมปลายที่ผู้ปกครองอยู่ด้วยกันและที่หย่าร้างกัน จำนวน 836 คน มีพ่อแม่หย่าร้างกัน 383 คนและไม่หย่าร้างกัน 453 คน พบว่า ความอ้างว้างส่งผลทางในทางตรงข้ามต่อความพึงพอใจในชีวิต เขาอธิบายว่าความอ้างว้างเป็นผลมาจากการที่พ่อแม่หย่าร้างกันซึ่งจะส่งผลต่อระดับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา กล่าวคือ นักศึกษาที่พ่อแม่หย่าร้างกันมีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยวและมีระดับความพึงพอใจในชีวิตที่ต่ำกว่า นักเรียนที่พ่อแม่ไม่ได้หย่าร้างกัน ดังจะเห็นได้ว่าบทบาทของพ่อแม่มีผลต่อทั้งความอ้างว้างและความพึงพอใจในชีวิตที่สำคัญทีเดียว อีกทั้งอัยย์ณฐา อยวัตนิษฐกร (2550: 92) ซึ่งได้ศึกษาสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับความพึงพอใจในชีวิตครอบครัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม ยังพบว่า สัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจต่อครอบครัวอยู่ในระดับสูงจนถึงสูงมากโดยมีค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ .81

3. การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่ในระดับสูง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .51 และเมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนพบว่ามี ความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจแต่ละด้านอยู่ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ สัมพันธ์ในระดับสูงกับความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย ความพึงพอใจต่อเพื่อนและความพึงพอใจต่อตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .54 .74 และ .51 ตามลำดับยกเว้นความ

พึงพอใจต่อครอบครัว และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้านที่มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลางโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .48 และ .44 ตามลำดับซึ่งอาจเป็นเพราะในวัยของนักศึกษาในระดับนี้เพื่อนมีบทบาทที่สำคัญที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตเพราะเพื่อนถือได้ว่าเป็นบุคคลสำคัญที่จะส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดความพึงพอใจในชีวิต สอดคล้องกับจิราพร คงเอี่ยม (2552: 431-448) ซึ่งได้ศึกษาพบว่าสำหรับผู้สูงอายุแล้วนั้น การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับกลางกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .35 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. การสนับสนุนทางสังคมซึ่งประกอบด้วย การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ ครอบครัวและเพื่อนสามารถร่วมกันพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพถึงร้อยละ 63.2 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .10 โดยการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมีส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามากที่สุด ($\beta = .48$) รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว ($\beta = .37$) และการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของศึกษาน้อยที่สุด ($\beta = .12$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเพื่อนเป็นเครือข่ายทางสังคมที่มีอิทธิพลอย่างสูงต่อวัยรุ่น เพราะเมื่อวัยรุ่นเติบโตขึ้นบทบาทของครอบครัวก็จะลดลงซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเลวิทและคนอื่น (Eggens; Werf; Bosker. 2008: 553-573; citing Levitt; et al. 1994; & Wall; et al. 1999) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองและสมาชิกครอบครัวอาจลดลงในนักศึกษาที่อายุมากขึ้น ขณะที่การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนกลายเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมากและมากกว่าบุคคลอื่นในชีวิตของวัยรุ่น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของทองพูล บัวศรี (2551: 47-70) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเยาวชนซึ่งเทียบได้กับครูหรืออาจารย์รวมถึงประสบการณ์ทางสังคม ความสัมพันธ์กับสมาชิกในศูนย์ ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองและประสบการณ์ในศูนย์ที่มีประโยชน์ สามารถพยากรณ์การเห็นคุณค่าในตนเองซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในองค์ประกอบของความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาได้มากถึงร้อยละ 41.6 ในกลุ่มรวม อย่างไรก็ตามก็ยังพบว่าครอบครัวเป็นแหล่งการสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญของวัยรุ่นที่ส่งเสริมให้เกิดความสุขต่อนักศึกษา สอดคล้องกับพิกโกและฟริทส์แพททริก (Piko; & Hamvai. 2010: 1479-1482; citing Piko; & Fitzpatrick. 2002) ที่เสนอว่า ครอบครัวมีส่วนต่อความสุขของวัยรุ่นผ่านความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย การสื่อสารกันหรือการร่วมกิจกรรมด้วยกัน อีกทั้งยังสอดคล้องกับ เอิบเนอร์ ซูลโดและกิลแมน (Gilman; Huebner; & Furlong. 2009: 29-30; citing Huebner; Suldo; & Gilman. 2006) ที่พบว่า นักศึกษาวัยรุ่นที่รายงานว่าตนเองมีระดับความพึงพอใจในชีวิตในระดับสูงก็จะรายงานว่าตนเองได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูงสุดจากผู้ปกครอง อาจารย์ รวมถึงเพื่อนร่วมห้องและเพื่อน

สนิทดังนั้น จึงเห็นได้ว่าการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาจากทั้ง 3 แหล่งอันได้แก่ อาจารย์ ครอบครัวและเพื่อนล้วนแล้วแต่มีความสำคัญและส่งผลกระทบต่อความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยแทบทั้งสิ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวก มีส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จึงสามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลเพื่อส่งเสริมให้ทั้งอาจารย์ ครอบครัวและเพื่อนได้ให้การสนับสนุนทางสังคมกับนักศึกษาหรือคงสภาพการสนับสนุนทางสังคมต่อไป ในลักษณะต่างๆ เช่น การจัดสัปดาห์พบปะกันระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษากับนักศึกษา การพัฒนาวิธีการสอนที่เอื้อให้การสนับสนุนทางสังคมกับนักศึกษา การพัฒนาระบบให้คำปรึกษาสำหรับนักศึกษาทั้งแบบกลุ่มและรายบุคคล การจัดงานมหาวิทยาลัย พบผู้ปกครองหรือแม้แต่การจัดโครงการเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นต้น

1.2 ถึงแม้จะพบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและเพื่อนในระดับสูง แต่จากการวิจัยพบว่านักศึกษาได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์อยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้ปัจจัยที่ช่วยให้นักศึกษาได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ให้มากขึ้น เช่น การกำหนดนโยบายเพื่อให้อาจารย์ผู้สอนหรืออาจารย์ที่ปรึกษาได้มีโอกาสพบปะพูดคุย รับฟังปัญหาของนักศึกษา ได้ใกล้ชิดกันมากยิ่งขึ้นส่งเสริมและให้กำลังใจในการเรียนและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย เป็นต้น

1.3 การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลกับความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามากที่สุด คือ การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน รองลงมาคือครอบครัว ดังนั้น กิจกรรมการเรียนการสอน รวมถึงการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยจึงควรส่งเสริมให้นักศึกษาได้มีเพื่อนได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนให้มากที่สุด รวมถึงกิจกรรมที่ส่งเสริมการรวมกลุ่มของนักศึกษา นอกจากนี้ยังควรมีการส่งเสริมหรือให้ความรู้ความเข้าใจกับผู้ปกครองในการช่วยสนับสนุนในลักษณะของการเป็นแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมที่ดีให้กับนักศึกษาต่อไป

1.4 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาสามารถนำไปใช้กับนักศึกษาเพื่อคัดกรองและให้การช่วยเหลือในเบื้องต้น เช่น ระหว่างนักศึกษาที่

คะแนนแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมน้อยกับนักศึกษาที่ได้คะแนนมาก ผู้เกี่ยวข้องควรเข้าไปให้ความช่วยเหลือนักศึกษาที่พบว่ามีความการสนับสนุนทางสังคมน้อย เป็นต้น

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

2.1 ควรศึกษาตัวแปรอื่นๆ ที่คาดว่าจะมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตหรือการสนับสนุนทางสังคม เช่น ภาวะซึมเศร้า ความเครียด วิธีเผชิญปัญหา ความเชื่อในความสามารถแห่งตน เป็นต้น

2.2 ควรมีการเก็บข้อมูลกับนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยอื่น ทั้งมหาวิทยาลัยรัฐบาลและเอกชน เพื่อให้ได้แบบวัดฉบับการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตสำหรับนิสิตศึกษามหาวิทยาลัยฉบับมาตรฐานและสร้างปกติวิสัย (Norm) เพื่อใช้เป็นเกณฑ์มาตรฐาน





บรรณานุกรม

- กรรณิกา ปาป้อง. (2548). ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตกับพฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การของพนักงาน. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ. ถ่ายเอกสาร.
- กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (2553). รายงานเผยแพร่ข้อมูลการสำรวจข้อมูลการประกันคุณภาพการศึกษา ด้านความพึงพอใจในการจัดบริการสำหรับนักศึกษาและศิษย์เก่า ฝ่ายการนักศึกษา ปีการศึกษา 2552. (เอกสารประกอบการตรวจคุณภาพการศึกษา). ปทุมธานี: กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต.
- กองแผนงาน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (2554) รายงานเผยแพร่ข้อมูลฐานข้อมูลอุดมศึกษา ด้านบุคลากร นักศึกษา หลักสูตร การเงินอุดมศึกษาและระบบฐานข้อมูลภาวะการทำงานของบัณฑิต ปีการศึกษา 2/2554. สืบค้นเมื่อ 17 กรกฎาคม 2554, จาก http://www.tu.ac.th/org/ofertor/planning/kpi/uoc/2_2554/report4.htm
- จิตติมาพันธ์ ณ เชียงใหม่. (2546). การสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวของเด็กกำพร้าที่พ่อแม่เสียชีวิตด้วยโรคเอดส์. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (การส่งเสริมสุขภาพ) เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- จิราพร คงเอี่ยม. (2552). ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมและแรงสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชนบท. ราชบัณฑิตยบาลสาร. 15(3): 431-448.
- ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์. (2555). บทความสถิติ. สืบค้นเมื่อ 18 มีนาคม 2555, จาก <http://www.watpon.com>
- ชนิสรา ปัญญาเรือง; ธนารักษ์ สุวรรณประพิศและวิลาวัลย์ เตือนราษฎร์. (2551) เครือข่ายทางสังคมและแรงสนับสนุนทางสังคมของผู้ที่เป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. พยาบาลสาร. 35(2): 93-103.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2549: มกราคม – มีนาคม). ความเครียด กลวิธีเผชิญความเครียดและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกลวิธีเผชิญความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย. วารสารสงขลานครินทร์ ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์. 12(1): 77-96.
- ทิพวรรณ กมลพัฒนานันท์. (2543). การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. วิทยานิพนธ์ สส.ม. (การบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม กรุงเทพฯ: คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

- ทองพูล บัวศรี. (2551). ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางจิตสังคมกับทัศนคติที่ดีต่อตนเองของเยาวชนกระทำผิดที่อยู่ในบ้านกาญจนาภิเษกเปรียบเทียบกับในศูนย์ฝึกอื่น. วารสารพัฒนาสังคม. 10(249): 70.
- นนทินี ศุภมงคล. (2547). ความวิตกกังวล การสนับสนุนทางสังคม และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- นฤมล ผ่องใส. (2544). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงาน ความขัดแย้งระหว่างบทบาทงานและครอบครัวกับความพึงพอใจในชีวิต. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ). กรุงเทพฯ: คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- เนติมา กมลเลิศ. (2549). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการใช้อินเทอร์เน็ตของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 ในโรงเรียนเครือข่ายเขตเทศบาลนครเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (พัฒนศึกษา) นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.
- บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (2550). คู่มือการจัดทำปฏิญญานิพนธ์และสารนิพนธ์. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- บุญเรียง ขจรศิลป์. (2547). การวิเคราะห์และแปลความหมายข้อมูลในการวิจัยโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows Version 10-12. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: บริษัท เอส. พี. เอ็น. การพิมพ์ จำกัด
- ประณต คำฉิม. (2549ก: กันยายน). ปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนรู้และการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 12(1): 72 – 93.
- . (2549ข). ปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนรู้และการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. รายงานการวิจัย กรุงเทพฯ: คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พิชามณูชู่ โตโถมงาม. (2552). ปัจจัยทางจิตและการสนับสนุนทางสังคมที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการยอมรับนวัตกรรมด้านการป้องกันโรคเอดส์ของเด็กวัยรุ่นในศูนย์สร้างโอกาสเด็กกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (วิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- พูนพร ศรีสะอาด. (2534). การศึกษาเปรียบเทียบการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 4 ของวิทยาลัยพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์อุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ สส.ม. (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์). กรุงเทพฯ: คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- เยาวลักษณ์ มั่นประชา. (2552). ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิต ของนักเรียนปกติ และนักเรียนที่มีความพิการ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- รศรินทร์ เกรย์ ; วรชัย ทองไทยและเรวดี สุวรรณเก่า. (2553). ความสุขเป็นสากล. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รศรินทร์ เกรย์ ; ประเวศ ดันดีพิวัฒนสกุลและเรวดี สุวรรณนพเก่า. (2553). ความสุขของคนไทย: การดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรม จิตวิญญาณและความภูมิใจในตนเอง. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 18(2): 71 – 85.
- รัชฉณา สิงห์ทอง. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหา ความพึงพอใจในชีวิตการสนับสนุนทางสังคมและภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาชุมชน). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนา ศิริพานิช. (2531). การศึกษาสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต. (เอกสารการวิจัย). กรุงเทพฯ: คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2542). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์ บัณฑิตเคชั่นส์
- รุจิรางค์ แอทอง. (2549). การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาชุมชน). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.
- วิลาวัลย์ กางการ. (2550). ทักษะและความต้องการของนักศึกษาต่อการสนับสนุนทางสังคมจาก มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. วิทยานิพนธ์ สส.ม. (การบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม) กรุงเทพฯ: คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2547ก). ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน
- (2549ข). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2 วัยรุ่น – วัยสูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- สาริณี วิเศษศร. (2540). ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อว่าโลกนี้มีความยุติธรรมกับความรู้สึกเชิงอัตวิสัยของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 4 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สิริอัญพร สุวี. (2548). ความสามารถในการพยากรณ์ของการรับรู้ความสามารถตนเองและการได้รับการสนับสนุนทางสังคมต่อพฤติกรรมเผชิญปัญหาของวัยรุ่นในเขตอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- สุรีย์ กาญจนวงศ์. (2551). จิตวิทยาสุขภาพ. คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. นครปฐม: โรงพิมพ์มูลนิธิมหามกุฏราชวิทยาลัยนครปฐม สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2542). การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ.2542 – พ.ศ.2559. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2551). แผนพัฒนาการศึกษาระดับอุดมศึกษา ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2551 – 2554). สืบค้นเมื่อ 5 ตุลาคม 2553, จาก http://www.mua.go.th/~bpp/developplan/download/higher_edu_plan/PlanHEdu10_2551-2554.pdf
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2549). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 – 2554). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. สืบค้นเมื่อวันที่ 7 มกราคม 2554, จาก <http://www.nesdb.go.th /Default .aspx?tabid=139>
- อภิญา ปานชูเชิด. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้สมรรถนะของตนเองกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่น เขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (พยาบาลศาสตร์). กรุงเทพฯ: คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อรุณี เกสรอุป. (2544). การสำรวจความเครียด การจัดการกับปัญหาและการสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (เวชศาสตร์ชุมชน). กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อมรรัตน์ หาญจริง และคณะ. (2548). การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนตามการรับรู้ของวัยรุ่นที่ติดแอมเฟตามีน โรงพยาบาลดอกคำใต้. พยาบาลสาร. 32(2) : 34-35.

- อัญเชิญ ชัยลอร์ดัน. (2549). ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- อัยย์ฌยา อยวัตินธุกร. (2550). สัมพันธภาพในครอบครัวกับความพึงพอใจในชีวิตครอบครัวของนักศึกษาามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม. วิทยานิพนธ์ คท.ม. (การพัฒนาครอบครัวและสังคม) นนทบุรี: สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. ถ่ายเอกสาร.
- Bailey, Roger C.; & Miller, Christy. (1998). Life Satisfaction and Life Demands in College Students. *Social Behavior and Personality*. 26(1): 51 – 56.
- Buetell, N. (2006). *Life Satisfaction, a Sloan Work and Family Encyclopedia Entry*. Retrieve May 10, 2007, from the Sloan Work and Family Research Network: http://wfnetwork.bc.edu/encyclopedia_entry.php?id=3283&area=academics
- Cronbach, L. J. (1970). *Essentials of Psychological testing (3rd ed.)*. New York: Harper.
- Danielsen, Anne G. (2009, March/April). School-Related Social Support and Students' Perceive Life Satisfaction. *The Journal of Educational Research*. Res 102 no. 4: 303 – 308.
- Deci, Edward L. (2000). *The Climate Questionnaires*. Department of Clinical & Social Psychology. University of Rochester.
- Eggen, Lilian.; Werf, M.P.C van der.; & Bosker, R.J. (2008). The Influence of Personal Networks and Social Support on Study Attainment of Students in University Education. *High. Educ.* 55: 553 – 573.
- Frisch, Michael B. (2006). *Quality of Life Therapy: A Life Satisfaction Approach to Positive Psychology and Cognitive Therapy*. Hoboken. New Jersey: John Wiley and Sons.
- Gilman, Rich; & Huebner, E. Scott. (2006, June). Characteristics of Adolescents Who Report Very High Life Satisfaction. *Journal of Youth and Adolescents*. 35. No.3: 311 – 319.
- Gilman, Rich. (editors) ; Huebner, E.Scott ; & Furlong, Michael J. (2009). *Handbook of Positive Psychology in Schools*. New York.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M. & Deci, E. L. (1997). *Internalization in the family: The self determination perspective*. In J. E. Grusec and L. Kuczynski (Eds.) Parenting and children's internalization of values. NY: Wiley.

- Gülaçtı, Fikret. (2010). The Effect of Perceived Social Support on Subjective Well-Being. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 2: 3844-3849.
- Haber, David. (2003). *Health Promotion and Aging*. 3rd ed. New York: Springer Publishing Company.
- Huebner, Scott. (2001). *Manual for the Multidimensional Students'Life Satisfaction Scale*. Department of psychology. University of South Carolina.
- Jou, Yuh Huey.; & Fukada, Hiromi. (1997). Stress and Social Support in Mental and Physical Health of Chinese Students in Japan. *Psychological Report*. 81: 1303–1313.
- Khramtsava, Irina.; & Saarnio,David A. (2007). Happiness, Life Satisfaction, and Depression in College Student : Relation with Student Behaviors and Attitudes. *American Journal of Psychological Research*. 3. Number 1: 8–16.
- Malinauskas, Romualdas. (2010). The Association among Social Support, Stress, and Life Satisfaction as Perceived by Injured College Athletes. *Social Behavior and Personality*. 38(6): 741–752.
- Matheny, Kenneth B.; Tovar, B. E. Roque; & Curlette, William L. (2008). Perceived Stress, Coping Resources, and Life Satisfaction among U.S. and Mexican College Students: A Cross-Cultural Study. *Anales de Psicología*. Universidad de Murcia: Murcia. Espana. 24(1): 49 – 59.
- Murphy, Philip Michael.; & Kupshik, Gary Allan. (1992). *Loneliness, Stress and Well-being: A Helper's Guide*. New York: Chapman and Hall,Inc.
- Nestmann, Frank.; & Hurrelmann, Klaus. (1994). *Social Networks and Social Support in Childhood and Adolescence*. Berlin; New York: de Gruyter.
- Piko, Bettina F.; & Hamvai, Csaba. (2010). Parent,School and Peer-Related Correlates of Adolescents'Life Satisfaction. *Children and Youth Services Review*. 32: 1479–1482.
- Procidano,Mary E.; & Heller, Kenneth. (1983). Measures of Perceived Social Support from Friends and Family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*. 11(1): 1-24
- Reifman, Alan.; & Dunkel-Schetter, Christine. (1990). Stress, Structural Social Support, and Well-Being in University Students. *The Journal of College Health*. 38: 271-277.
- Robbins, Robert J. (1994). *The Perceptions of Parents Scales (POPs)*. (Dissertation). Department of Psychology. University of Rochester.
- Sanderson, Catherine A. (2004). *Health Psychology*. Hobogen: John Wiley & Sons.

- Singley, Danial B.; Lent, Robert W. ; & Sheu, Hug-Bin. (2010). Longitudinal Test of a Social Cognitive Model of Academic and Life Satisfaction. *Journal of Career Assessment*. SAGE: 133–146.
- Sirgy, M. Joseph. (2002). *The Psychology of Quality of Life*. The Netherlands: Kluwer Academic.
- Snyder, C. R.; & Lopez, Shane J. (Editors). (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University press.
- Stevic, Celinda R. ; & Ward, Rose Maie. (2008). Initiating Personal Growth: The Role of Recognition and Life Satisfaction on the Development of College Students. *Soc Indic*. 89: 523–534.
- Strom, Paris.; & Strom, Robert D. (2009). *Adolescents in the Internet Age*. United States: Information Age Publishing.
- Wrightsman, Lawrence S. (1994). *Adult Personality Development*. California: Sage Publications.
- Yamané, T. (1967). *Statistics an Introductory Analysis*. (2nd ed.). New York: Harper
- Young, Kim Wan. (2006). Social Support and Life Satisfaction. *The International Journal of Psychosocial Rehabilitation*. 10(2): 155 – 164.
- Zimet.; Dahlem.; Zimet.; & Farley. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*. 52: 30 - 41.





ภาคผนวก ก

1. หนังสือเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ
2. หนังสือขอความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพเครื่องมือ
3. หนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. รายนามผู้เชี่ยวชาญ



ที่ ศธ 0519.12/1519

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

1 มีนาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการกองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

เนื่องด้วย นายไพศาล แยมวงษ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์” โดยมี อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ นางสุกัญญา สวัสดิเวทิน และ นางวลีพร ตันทพานิช เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายไพศาล แยมวงษ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อนิสิต โทรศัพท์ 083-782-9772



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศธ 0519.12/152/

วันที่ 1 มีนาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นายไพศาล เข้มวงษ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์” โดยมี อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี และ อาจารย์ ดร.นฤมล พระใหญ่ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายไพศาล เข้มวงษ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศธ 0519.12/4110

วันที่ 5 กรกฎาคม 2554

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นายไพศาล เข้มวงษ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์” โดยมี อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ญ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอให้นักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ จำนวน 100 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นายไพศาล เข้มวงษ์ ได้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ ศธ 0519.12/4/11

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๕ กรกฎาคม 2554

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดีฝ่ายการศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

เนื่องด้วย นายไพศาล เข้มวงษ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์” โดยมี อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ จำนวน 500 คน ตอบแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นายไพศาล เข้มวงษ์ ได้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 083-782-9772

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจพิจารณาเครื่องมือในการวิจัย

1. อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี
อาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. คุณสุกัญญา สวัสดิเวทิน
นักแนะแนวการศึกษาและอาชีพชำนาญการพิเศษ
หัวหน้างานแนะแนวการศึกษาและอาชีพ
กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
3. คุณวลีพร ตัณฑพานิช
นักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ
หัวหน้างานวินัยและพัฒนานักศึกษา
กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
4. อาจารย์ชไมพร รุ่งฤกษ์ฤทธิ์
อาจารย์ประจำภาควิชาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์
คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ภาคผนวก ข

แบบประเมินสำหรับผู้เชี่ยวชาญเพื่อการตรวจพิจารณาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยสำหรับ
แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

แบบประเมินสำหรับผู้เชี่ยวชาญเพื่อการตรวจพิจารณาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ชื่อเครื่องมือ แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

คำชี้แจง กรุณาประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับนิยามศัพท์เฉพาะและทำเครื่องหมาย

✓ ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ในการพิจารณาดังนี้

- +1 หมายถึง ข้อความข้อนั้น สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะที่ระบุไว้
- 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อความข้อนั้น สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะที่ระบุไว้
- 1 หมายถึง ข้อความข้อนั้น ไม่สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะที่ระบุไว้

หากข้อคำถาม/ข้อความข้อนั้นที่ท่านพิจารณาเห็นว่าไม่มีความเหมาะสม หรือสมควรปรับปรุงแก้ไข ขอความกรุณาเสนอแนะไว้ข้างท้ายเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาเครื่องมือให้มีประสิทธิภาพต่อไป ตัวอย่างข้อความและคำชี้แจงในการตอบ แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

คำชี้แจง ให้นักศึกษาอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนด แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือของข้อความนั้นในแบบสอบถาม ที่ตรงกับความคิดของนักศึกษามากที่สุด ดังนี้

- มากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด
- มาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นนักศึกษา
- ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อย
- น้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อย
- น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อยที่สุด

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว						
00	ผู้ปกครองมีความสุขที่ได้พบฉันเป็นประจำ					
00	ปกติแล้วผู้ปกครองอยากพิจารณาสิ่งต่างๆ ตามมุมมองของฉัน					
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน						
00	ฉันพึงใจได้แนวคิดต่างๆเกี่ยวกับวิธีการทำสิ่งต่างๆ จากเพื่อน					
00	ฉันหวังว่าเพื่อนของฉันจะปฏิบัติกับฉันอย่างดี					

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือ ส่งเสริมในด้านความเอาใจใส่ด้านอารมณ์ ความเคารพนับถือ ความสุขสบาย ข้อมูลป้อนกลับ สารสนเทศ การเอื้ออำนวยทางสังคมเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) ที่มีต่อความคิด อารมณ์ความรู้สึกของนักศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย โดยแบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ด้าน

1.1 การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือ และการส่งเสริมที่ได้รับจากอาจารย์ ได้แก่ การได้รับความไว้วางใจจากอาจารย์ การได้รับการยอมรับจากอาจารย์ การช่วยแก้ปัญหา การเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น การได้รับคำปรึกษา รับฟังปัญหา การได้รับการกระตุ้นสร้างแรงบันดาลใจและการช่วยให้เข้าใจเป้าหมายของการใช้ชีวิต

1.2 การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือ และการส่งเสริมที่ได้รับจากพ่อแม่หรือครอบครัว ได้แก่ การได้รับการยอมรับ ความใส่ใจสนใจให้ความสำคัญจากพ่อแม่ การให้คำปรึกษา รับฟังปัญหา การให้เวลาและทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน การให้คุณค่าและการให้ความรักของพ่อแม่

1.3 การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือและการส่งเสริมที่ได้รับจากเพื่อนในมหาวิทยาลัย ได้แก่ การได้รับการข้อมูล คำแนะนำและแนวคิด การใช้ชีวิต การได้รับการยอมรับ ความเป็นมิตรหรือมิตรภาพ การได้รับการช่วยเหลือแก้ปัญหา การให้ความใส่ใจให้ความสำคัญ การให้คำปรึกษา

การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา

นิยามศัพท์ เฉพาะ / ประเด็นบ่งชี้	ข้อความถาม	ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
		+1	0	-1	
<p>การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา</p> <p>หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือส่งเสริมในด้านความเอาใจใส่ด้านอารมณ์ ความเคารพนับถือ ความสุขสบาย ข้อมูลป้อนกลับสารสนเทศ การเอื้ออำนวยทางสังคมเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) ที่มีต่อความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของนักศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย</p>	การสนับสนุนทางสังคมจากมหาวิทยาลัย				
	1. ฉันรู้สึกที่อาจารย์พยายามหาตัวเลือกและทางเลือกให้ฉัน (+)				
	2. ฉันรู้สึกเข้าอกเข้าใจในตัวอาจารย์(+)				
	3. ฉันสามารถเปิดใจกับอาจารย์ได้ในขณะเรียน(+)				
	4. อาจารย์แสดงความเชื่อมั่นต่อความสามารถในการทำสิ่งที่ดีในการเรียน(+)				
	5. ฉันรู้สึกที่อาจารย์ยอมรับฉัน(+)				
	6. อาจารย์สร้างความเชื่อมั่นให้ฉันเข้าใจเป้าหมายของการเรียนและสิ่งที่ฉันต้องทำ(+)				
	7. อาจารย์ให้กำลังใจฉันในการตอบคำถาม(+)				
	8. ฉันรู้สึกไว้วางใจในตัวอาจารย์ของฉันอย่างมาก(+)				
	9. อาจารย์ตอบคำถามฉันอย่างเต็มที่และมีความระมัดระวัง(+)				
	10. อาจารย์รับฟังฉันเกี่ยวกับสิ่งต่างๆที่ฉันอยากทำ(+)				
	11. อาจารย์ของฉันรับมือกับอารมณ์ของผู้คนได้เป็นอย่างดี(+)				
	12. ฉันรู้สึกที่อาจารย์ใส่ใจฉันในฐานะมนุษย์คนหนึ่ง(+)				
	13. ฉันรู้สึกไม่ดีอย่างมากเกี่ยวกับวิธีพูดคุยระหว่างอาจารย์กับฉัน(-)				
	14. อาจารย์พยายามเข้าใจสิ่งต่างๆตามมุมมองของฉัน ก่อนที่จะแนะนำวิธีการใหม่ๆในการทำสิ่งต่างๆเหล่านั้น(+)				
15. ฉันรู้สึกสามารถแบ่งปันความรู้สึกกับอาจารย์ของฉันได้ (+)					

การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา (ต่อ)

นิยามศัพท์ เฉพาะ / ประเด็นบ่งชี้	ข้อความถาม	ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
		+1	0	-1	
การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือส่งเสริมในด้านความเอาใจใส่ด้านอารมณ์ความเคารพนับถือ ความสุขสบาย ข้อมูลป้อนกลับสารสนเทศ การเอื้ออำนวยทางสังคมเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) ที่มีต่อความคิดอารมณ์ความรู้สึกรองนักศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย	การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว 16. ผู้ปกครองดูท่าทางจะรู้ว่าฉันรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ อย่างไร(+)				
	17. ผู้ปกครองพยายามบอกฉันว่าจะดำเนินชีวิตอย่างไร(+)				
	18. ผู้ปกครองพยายามหาเวลาคู่กับฉัน(+)				
	19. ผู้ปกครองยอมรับฉันและชอบฉันอย่างที่ฉันเป็น(+)				
	20. ผู้ปกครองอนุญาตให้ฉันเลือกสิ่งที่จะทำเท่าที่จะเป็นไปได้(+)				
	21. ผู้ปกครองดูท่าทางจะไม่ค่อยคิดถึงฉันอยู่บ่อยๆ (-)				
	22. ผู้ปกครองถ่ายทอดความรักของท่านให้ฉันอย่างชัดเจน(+)				
	23. ผู้ปกครองรับฟังความคิดเห็น/ทัศนคติของฉันเมื่อฉันเกิดปัญหา(+)				
	24. ผู้ปกครองมีเวลาให้ฉันมาก(+)				
	25. ผู้ปกครองทำให้ฉันรู้สึกพิเศษมาก(+)				
	26. ผู้ปกครองอนุญาตให้ฉันตัดสินใจในสิ่งต่างๆ ด้วยตัวฉันเอง(+)				
	27. ผู้ปกครองดูจะยุ่งมากเกินไปอยู่เสมอๆ แทนที่จะสนใจฉัน(+)				
	28. ผู้ปกครองไม่ยอมรับและไม่เห็นด้วยกับฉันอยู่บ่อยๆ(-)				
	29. ผู้ปกครองยืนยันให้ฉันทำสิ่งต่างๆ ตามแนวทางของท่าน(-)				
30. ผู้ปกครองไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับความกังวลของฉันมากนัก(+)					

การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา (ต่อ)

นิยามศัพท์ เฉพาะ / ประเด็นบ่งชี้	ข้อความ	ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
		+1	0	-1	
<p>การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา</p> <p>หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือ ส่งเสริมในด้านความเอาใจใส่ ด้านอารมณ์ ความเคารพนับถือ ความสุขสบาย ข้อมูล บ้อนกลับ สารสนเทศ การเอื้ออำนวยทางสังคมเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) ที่มีต่อความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของนักศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย</p>	<p>การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว(ต่อ)</p> <p>31. ผู้ปกครองมีความสุขที่ได้พบฉันเป็นประจำ(+)</p>				
	32. ปกติแล้วผู้ปกครองอยากพิจารณาสิ่งต่างๆ ตามมุมมองของฉัน(+)				
	33. ผู้ปกครองทุ่มเทเวลาและแรงกายเพื่อช่วยฉัน(+)				
	34. ผู้ปกครองช่วยให้ฉันเลือกเป้าหมายของตัวเองได้(+)				
	35. ผู้ปกครองดูจะผิดหวังกับฉันเอามากๆ(-)				
	36. ผู้ปกครองไม่ได้ไวต่อความรู้สึกมากนักกับหลายสิ่งซึ่งฉันต้องการ(-)				
	<p>การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน</p> <p>37. เพื่อนให้การส่งเสริมการรู้ผิดชอบชั่วดีกับฉันอย่างที่ผมต้องการ(+)</p>				
	38. คนอื่นๆ ส่วนมากสนิทกับเพื่อนของเขามากกว่าสนิทกับฉัน(-)				
	39. เพื่อนสนุกกับการฟังเกี่ยวกับสิ่งที่ฉันคิด(+)				
	40. เมื่อฉันบอกความลับกับเพื่อนสนิทที่สุดของฉันฉันจึงได้รู้ว่ามีคนทำให้เพื่อนรู้สึกไม่สบายใจ(-)				
	41. ฉันเชื่อใจเพื่อนในการให้ช่วยรองรับอารมณ์ความรู้สึก(+)				
	42. ถ้าฉันรู้สึกว่าเป็นคนสักคนหรือมากกว่านั้นถูกฉันทำให้กลัดกลุ้ม ฉันก็เพียงแค่เก็บมันไว้ที่ตัวฉันเอง(-)				
	43. ฉันรู้สึกว่าตัวเองอยู่ตรงขอบนอกสุดในวงจรของเพื่อนๆ(-)				

การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา (ต่อ)

นิยามศัพท์ เฉพาะ / ประเด็นบ่งชี้	ข้อความถาม	ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
		+1	0	-1	
<p>การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา</p> <p>หมายถึง การรับรู้ต่อการได้รับความช่วยเหลือ ส่งเสริมในด้านความเอาใจใส่ด้านอารมณ์ ความเคารพนับถือ ความสุขสบาย ข้อมูลย้อนกลับ</p> <p>สารสนเทศ การเอื้ออำนวยทางสังคมเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) ที่มีต่อความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของนักศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย</p>	<p>การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน(ต่อ)</p> <p>44. มีเพื่อนที่ฉันไปหาได้หากฉันรู้สึกจิตตก โดยที่ไม่รู้สึกตลกกับมันหลังจากที่ไปหา(+)</p>				
	45. เพื่อนและฉันต่างเปิดเผยถึงสิ่งที่เรากำลังคิดเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ(+)				
	46. เพื่อนไวต่อความต้องการของฉัน(+)				
	47. เพื่อนมาหาฉันเพื่อให้ช่วยรองรับอารมณ์ความรู้สึก(+)				
	48. เพื่อนของฉันดีตรงที่ช่วยฉันแก้ปัญหา(+)				
	49. ฉันมีสัมพันธภาพการแบ่งปันอย่างลึกซึ้งกับเพื่อนจำนวนหนึ่ง(+)				
	50. เพื่อนได้แนวคิดที่ดีเกี่ยวกับวิธีการทำสิ่งต่างๆจากฉัน(+)				
	51. เมื่อฉันเผยความลับกับเพื่อน มันทำให้ฉันรู้สึกไม่สบายใจ(-)				
	52. เพื่อนของฉันค้นหามิตรภาพจากฉัน(-)				
	53. ฉันคิดว่าเพื่อนรู้สึกว่ามันดีตรงที่ช่วยพวกเขาแก้ปัญหาได้(+)				
	54. ฉันไม่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนแบบสนิทสนมเหมือนกับที่คนอื่นๆ มีกับเพื่อนของเขา(-)				
	55. ฉันเพิ่งได้แนวคิดดีๆ เกี่ยวกับวิธีการทำสิ่งต่างๆจากเพื่อน(+)				
56. ฉันหวังว่าเพื่อนของฉันจะแตกต่างอย่างมาก(+)					

2. ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา หมายถึง กระบวนการที่นักศึกษาตัดสินคุณค่าของชีวิตจากเจตคติที่มีต่อความชื่นชอบชีวิตตนเอง ความเป็นอยู่ที่ดีอย่างเป็นภาพรวม โดยแบ่งเป็นเป็นความพึงพอใจใน 5 ด้านที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

2.1 ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของมหาวิทยาลัย ได้แก่ การได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่มหาวิทยาลัย ความรู้สึกชอบหรือพอใจมหาวิทยาลัย และความชอบกิจกรรมต่างๆ ของมหาวิทยาลัย

2.2 ความพึงพอใจต่อครอบครัว หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของครอบครัวหรือพ่อแม่ ได้แก่ การเปรียบเทียบครอบครัวตนเองกับครอบครัวอื่น ความชอบพ่อแม่หรือครอบครัว การได้ทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว ความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวและการปฏิบัติตัวของพ่อแม่กับนักศึกษา

2.3 ความพึงพอใจต่อเพื่อน หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของเพื่อน ได้แก่ ความชอบหรือพอใจในสัมพันธภาพและมิตรภาพระหว่างเพื่อน คุณลักษณะของเพื่อน เช่น ความเป็นคนดีคนมีความสามารถของเพื่อน นิสัยของเพื่อนและการช่วยเหลือจากเพื่อน

2.4 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าของสภาพแวดล้อมที่บ้าน ได้แก่ ความชอบเพื่อนบ้าน ความเป็นมิตรกับเพื่อนบ้านและความชอบในตัวบ้านและสภาพบ้าน

2.5 ความพึงพอใจต่อตัวของนักศึกษาเอง หมายถึง เจตคติของนักศึกษาในการตัดสินคุณค่าต่อตัวของนักศึกษาเอง ได้แก่ ความชอบบุคลิกภาพของตนเอง ความสามารถของตนเอง คุณค่าของตนเอง การได้รับคุณค่าจากคนอื่นและโอกาสที่ได้รับในการทำสิ่งต่างๆ

ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

นิยามศัพท์ เฉพาะ / ประเด็นบ่งชี้	ข้อความถาม	ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
		+1	0	-1	
ความพึง พอใจในชีวิต ของ นักศึกษา หมายถึง กระบวนการ ที่นักศึกษา ตัดสินใจ ของชีวิตจาก เจตคติที่มีต่อ ความชื่นชอบ ชีวิตตนเอง ความเป็นอยู่ ที่ดี (Subjective well-being) อย่างเป็น ภาพรวม	57. เพื่อนของฉันดีกับฉัน(+)				
	58. ฉันสนุกกับการมีชีวิตอยู่(+)				
	59. ฉันรู้สึกแยที่มหาวิทยาลัย(-)				
	60. ฉันมีช่วงเวลาแยๆกับเพื่อนของฉัน(-)				
	61. มีหลายสิ่งที่ดีฉันทำได้ดี(+)				
	62. ฉันได้เรียนรู้อย่างมากที่มหาวิทยาลัย(+)				
	63. ฉันมักจะแบ่งเวลาให้กับผู้ปกครองของฉัน(+)				
	64. ครอบครัวของฉันดีขึ้นกว่าเดิมมาก(+)				
	65. มีหลายอย่างเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยที่ฉันไม่ชอบ(-)				
	66. ฉันคิดว่าฉันรูปร่างหน้าตาดี(+)				
	67. เพื่อนของฉันยอดเยี่ยม(+)				
	68. เพื่อนของฉันจะช่วยฉันถ้าฉันต้องการ(+)				
	69. ฉันหวังว่าฉันจะไม่ต้องไปมหาวิทยาลัย(-)				
	70. ฉันชอบตัวฉันเอง(+)				
	71. มีสิ่งที่น่าสนใจมากมายให้ทำในที่ที่ฉันอยู่(+)				
	72. เพื่อนของฉันปฏิบัติกับฉันอย่างดี(+)				
	73. คนโดยมากชอบฉัน(+)				
	74. ฉันสนุกกับการได้อยู่ที่บ้านกับครอบครัวของฉัน(+)				
	75. ครอบครัวของฉันกลมเกลียวกัน(+)				
	76. ฉันหวังเป็นอย่างยิ่งที่จะไปมหาวิทยาลัย(+)				
	77. ผู้ปกครองของฉันปฏิบัติกับฉันอย่างยุติธรรม(+)				
	78. ฉันชอบอยู่ในมหาวิทยาลัย(+)				
	79. เพื่อนมีความหมายกับฉัน(-)				
80. ฉันหวังว่าฉันจะได้มีเพื่อนหลากหลาย(-)					
81. มหาวิทยาลัยน่าสนใจ(+)					
82. ฉันเพลิดเพลินกับกิจกรรมมหาวิทยาลัย(+)					
83. ฉันหวังว่าฉันจะได้อยู่ในบ้านที่ต่างไปจากนี้(-)					

ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา (ต่อ)

นิยามศัพท์ เฉพาะ / ประเด็นบ่งชี้	ข้อความถาม	ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
		+1	0	-1	
ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา หมายถึง กระบวนการที่นักศึกษาตัดสินคุณค่าของชีวิตจากเจตคติที่มีต่อความชื่นชอบชีวิตตนเองความเป็นอยู่ที่ดี (Subjective well-being) อย่างเป็นภาพรวม	81. มหาวิทยาลัยน่าสนใจ(+)				
	82. ฉันเพลิดเพลินกับกิจกรรมมหาวิทยาลัย(+)				
	83. ฉันหวังว่าฉันจะได้อยู่ในบ้านที่ต่างไปจากนี้(-)				
	84. สมาชิกของครอบครัวฉันคุ้นกันอย่างดีกับสมาชิกคนอื่นๆ(+)				
	85. ฉันสนุกสนานอย่างมากกับเพื่อนของฉัน(+)				
	86. ฉันกับผู้ปกครองของฉันได้ทำสิ่งสนุกสนานร่วมกัน(+)				
	87. ฉันชอบเพื่อนบ้านของฉัน(+)				
	88. ฉันหวังว่าฉันจะได้อยู่ที่อื่นสักที่(-)				
	89. ฉันเป็นคนดี(+)				
	90. เมืองแห่งนี้เต็มไปด้วยผู้คนที่มีความหมาย(-)				
	91. ฉันมักจะลองสิ่งใหม่ๆ(+)				
	92. บ้านของครอบครัวฉันน่าอยู่(+)				
	93. ฉันชอบเพื่อนบ้านของฉัน(+)				
	94. ฉันมีเพื่อนอย่างเพียงพอ(+)				
	95. ฉันหวังว่าจะมีเพื่อนบ้านที่หลากหลาย(-)				
	96. ฉันชอบที่ที่ฉันอยู่(+)				

ภาคผนวก ค

การประเมินความสอดคล้องเชิงเนื้อหาแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและ
แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์โดยผู้เชี่ยวชาญ



ตาราง 7 การประเมินความสอดคล้องเชิงเนื้อหาแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

ข้อที่	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ คนที่				คะแนน รวม	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	การ พิจารณา
	1	2	3	4			
1	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
2	1	1	-1	0	2	0.50	เลือกไว้
3	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
4	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
5	-1	1	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
6	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
7	1	1	1	-1	2	0.50	เลือกไว้
8	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
9	1	0	1	0	2	0.50	เลือกไว้
10	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
11	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
12	0	-1	1	0	0	0.00	เลือกไว้
13	1	1	0	-1	1	0.25	ตัดทิ้ง
14	1	-1	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
15	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
16	1	-1	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
17	1	1	1	0	3	0.75	เลือกไว้
18	0	1	1	1	3	0.75	เลือกไว้
19	0	1	1	1	3	0.75	เลือกไว้
20	0	0	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
21	1	0	0	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
22	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
23	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
24	0	1	1	1	3	0.75	เลือกไว้
25	0	1	1	-1	1	0.25	ตัดทิ้ง
26	0	1	1	1	3	0.75	เลือกไว้
27	0	0	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
28	0	1	0	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
29	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้

ตาราง 7 (ต่อ)

ข้อที่	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ คนที่				คะแนน รวม	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	การ พิจารณา
	1	2	3	4			
30	0	0	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
31	1	1	1	-1	2	0.50	เลือกไว้
32	0	0	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
33	1	1	1	0	3	0.75	เลือกไว้
34	0	1	1	0	2	0.50	เลือกไว้
35	1	1	0	0	2	0.50	เลือกไว้
36	0	0	0	0	0	0.00	ตัดทิ้ง
37	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
38	0	0	0	0	0	0.00	ตัดทิ้ง
39	0	1	1	1	3	0.75	เลือกไว้
40	1	0	0	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
41	1	-1	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
42	0	1	0	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
43	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้
44	1	-1	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
45	1	-1	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
46	1	1	1	-1	2	0.50	เลือกไว้
47	0	0	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
48	0	0	1	0	1	0.25	ตัดทิ้ง
49	0	-1	1	0	0	0.00	ตัดทิ้ง
50	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
51	1	1	0	-1	1	0.25	ตัดทิ้ง
52	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้
53	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
54	1	1	0	-1	1	0.25	ตัดทิ้ง
55	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
56	0	-1	0	0	-1	-1.00	ตัดทิ้ง

ตาราง 8 การประเมินความสอดคล้องเชิงเนื้อหาแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต

ข้อที่	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ คนที่				คะแนน รวม	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	การ พิจารณา
	1	2	3	4			
57	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
58	1	-1	1	1	2	0.50	เลือกไว้
59	1	0	0	1	2	0.50	เลือกไว้
60	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้
61	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
62	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
63	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้
64	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
65	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้
66	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
67	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
68	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
69	1	0	0	1	2	0.50	เลือกไว้
70	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
71	1	-1	1	1	2	0.50	เลือกไว้
72	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
73	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
74	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
75	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
76	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
77	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
78	-1	1	1	1	2	0.50	เลือกไว้
79	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้
80	1	1	0	1	3	0.75	เลือกไว้
81	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
82	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
83	1	0	0	1	2	0.50	เลือกไว้
84	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
85	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้

ตาราง 8 (ต่อ)

ข้อที่	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ คนที่				คะแนน รวม	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	การ พิจารณา
	1	2	3	4			
86	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
87	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
88	1	0	0	1	2	0.50	เลือกไว้
89	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
90	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
91	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
92	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
93	1	1	1	1	4	1.00	เลือกไว้
94	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้
95	1	0	0	1	2	0.50	เลือกไว้
96	1	0	1	1	3	0.75	เลือกไว้

ภาคผนวก ง

แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตฉบับทดลองใช้กับ
นิสิตปริญญาตรีสาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของ
นิสิตสาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คำชี้แจง ในการตอบแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนิสิต
มีด้วยกัน 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนิสิต

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

ตอนที่ 3 แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนิสิต

แบบวัดฉบับนี้ เป็นแบบสอบวัดที่เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว การสนับสนุนทางสังคมและ
ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด คำตอบที่ท่านตอบจะไม่กระทบต่อ
การศึกษาของท่าน เพราะคำตอบทั้งหมดจะเก็บไว้เป็นความลับ แต่จะนำไปใช้ประโยชน์ต่อ นิสิต
ระดับมหาวิทยาลัย จึงขอความกรุณาให้ท่านตอบให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง ตามความรู้สึกที่
แท้จริงของท่านให้มากที่สุด โดยตอบให้ครบทุกข้อ

นายไพศาล แยมวงษ์

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามด้านข้อมูลส่วนบุคคลของนิสิต

คำชี้แจง ให้นักศึกษาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ที่กำหนดและโปรดกรอกข้อมูลลงในช่องว่าง

1. เพศ ชาย หญิง
2. คณะ
3. ระดับผลการเรียนเฉลี่ยสะสมภาคการศึกษาที่ผ่านมา
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.00 - 3.49
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.50 - 2.99
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00 - 2.49
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 1.99 ลงมา

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนิสิต

คำชี้แจง ให้นิสิตอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนดให้ แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือของข้อความนั้นในแบบสอบถาม ที่ตรงกับความคิดของนิสิตมากที่สุด ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตมากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นนิสิตมาก
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตปานกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตน้อยที่สุด

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์						
1	ฉันรู้สึกที่อาจารย์ช่วยให้ฉันมีทางเลือกในการแก้ไขปัญหา					
2	ฉันสามารถแสดงความคิดเห็นกับอาจารย์ขณะเรียนได้อย่างเปิดเผย					
3	ฉันคิดว่าอาจารย์ยอมรับในความสามารถทางการเรียนของฉัน					
4	ฉันรู้สึกได้รับความไว้วางใจจากอาจารย์					
5	ฉันคิดว่าอาจารย์ของฉันสามารถให้คำปรึกษาฉันได้					

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนิสิต (ต่อ)

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์(ต่อ)						
6	อาจารย์ไม่ได้ทำให้ฉันเข้าใจเป้าหมายของการเรียนและสิ่ง ฉันต้องทำ					
7	อาจารย์ไม่ได้ส่งเสริมและกระตุ้นให้ฉันถามคำถามในชั้น เรียน					
8	อาจารย์ไม่ได้รับฟังและเปิดโอกาสให้ฉันเกี่ยวกับสิ่งต่างๆที่ ฉันอยากทำ					
9	ฉันรู้สึกแย่อต่ที่ทำการพูดคุยและการให้คำปรึกษาของ อาจารย์					
10	ฉันรู้สึกว่าฉันไม่สามารถแบ่งปันความรู้สึกกับอาจารย์ได้					
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว						
11	พ่อแม่ยอมรับในตัวฉันไม่ว่าฉันจะเป็นอย่างไร					
12	เมื่อเผชิญปัญหา พ่อแม่จะรับฟังความคิดเห็นและให้ คำปรึกษากับฉัน					
13	ฉันกับครอบครัวจะใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน					
14	พ่อแม่ทำให้ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนพิเศษสำหรับท่าน					
15	พ่อแม่ยอมรับและอนุญาตให้ฉันตัดสินใจในสิ่งต่างๆด้วยตัว เอง					
16	พ่อแม่พยายามบังคับและชี้นำการดำเนินชีวิตของฉัน					
17	พ่อแม่ไม่ค่อยมีเวลาพูดคุยกับฉัน					
18	พ่อแม่ไม่เปิดโอกาสให้ฉันทำสิ่งต่างๆตามแนวทางของตัวเองแต่ กลับให้ทำตามแนวทางของท่าน					
19	พ่อแม่ไม่ได้แสดงความรักของท่านต่อฉันอย่างชัดเจน					
20	พ่อแม่ดูจะไม่มีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันกับฉัน					
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน						
21	เพื่อนให้คำแนะนำที่ถูกต้องเพื่อให้ฉันรู้สึกดีชอบชีวิต					
22	ฉันได้แนวคิดดีๆเกี่ยวกับวิธีการเรียนและการทำสิ่งต่างๆจาก เพื่อน					

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนิสิต (ต่อ)

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน(ต่อ)						
23	เมื่อฉันมีปัญหาเพื่อนๆ จะคอยให้คำปรึกษาและช่วยเหลือฉัน					
24	เมื่อมีการแบ่งกลุ่ม เพื่อนๆ จะให้การยอมรับฉันเข้ากลุ่มหรือเป็นหัวหน้ากลุ่ม					
25	ฉันมีเพื่อนที่คอยปลอบใจและไปหาได้ในยามที่ฉันจิตตก					
26	ฉันไม่เคยได้อะไรจากการมีเพื่อนเลยแม้แต่มิตรภาพ เพราะเพื่อนมักจะคอยเอาเปรียบฉันอยู่ในเสมอ					
27	ฉันรู้สึกตัวเองถูกละเลยและไม่ได้รับความสนใจจากเพื่อน					
28	ฉันรู้สึกว่าเพื่อนๆ ในมหาวิทยาลัยไม่เป็นมิตรกับฉันถึงแม้ว่าฉันจะพยายามสร้างสัมพันธภาพกับพวกเขาแล้วก็ตาม					
29	เพื่อนไม่ยอมรับในความคิดของฉันเมื่อฉันแสดงความคิดเห็น					
30	เมื่อฉันมีปัญหาอยากเล่าให้เพื่อนฟังเพื่อนมักจะไม่ให้ความช่วยเหลือ					

ตอนที่ 3 แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนิสิต

คำชี้แจงให้นิสิตอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนดให้ แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องทางขวามือของข้อความนั้นในแบบสอบถาม ที่ตรงกับความคิดของนิสิตมากที่สุด ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตมากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นนิสิตมาก
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตปานกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนิสิตน้อยที่สุด

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย						
1	ฉันพอใจที่ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆจากมหาวิทยาลัย					
2	ฉันอยากไปมหาวิทยาลัยเพราะได้เรียนรู้สิ่งต่างๆที่มหาวิทยาลัย					
3	ฉันชอบกิจกรรมต่างๆที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น					
4	ฉันรู้สึกไม่ชอบมหาวิทยาลัยเพราะทำให้ฉันรู้สึกแย่					
5	มีหลายอย่างเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยที่ฉันไม่ชอบ					
6	ฉันรู้สึกว่ากิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัยไม่น่าสนใจ					
ความพึงพอใจต่อครอบครัว						
7	สัมพันธภาพของครอบครัวฉันดีกว่า ถ้าเปรียบเทียบกับครอบครัวอื่นๆ ส่วนใหญ่ในสังคม					
8	ฉันชอบอยู่บ้านทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับครอบครัวของฉัน					
9	สมาชิกในครอบครัวฉันพูดคุยและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน					
10	ฉันไม่ชอบช่วงเวลาที่อยู่กับพ่อแม่					
11	ฉันไม่ชอบสัมพันธภาพของคนในครอบครัวของฉันเพราะครอบครัวของฉันชอบทะเลาะกัน					
12	ฉันไม่ชอบการปฏิบัติตัวของพ่อแม่ที่มีต่อฉันที่ทำกับฉันโดยไม่มีเหตุผล					

แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนิสิต(ต่อ)

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความพึงพอใจต่อเพื่อน						
13	ฉันชอบเพื่อนเพราะเพื่อนดี					
14	ฉันชอบเพื่อนเพราะเพื่อนเก่ง					
15	ฉันรู้สึกชอบและพอใจเพื่อนของฉันกับมิตรภาพที่มีให้กับฉัน					
16	ฉันรู้สึกเสียดายที่มีเพื่อนที่นี้เพราะพวกเขาไม่เคยช่วยเหลือฉันได้เลย					
17	ฉันไม่ชอบเพื่อนในห้องเพราะเพื่อนนิสัยไม่ดี					
18	ฉันหวังว่าจะได้คบกับเพื่อนกลุ่มอื่นเพราะฉันไม่ชอบเพื่อนกลุ่มนี้ที่เห็นแก่ตัว					
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน						
19	ฉันชอบความเป็นมิตรของเพื่อนบ้านของฉัน					
20	ฉันชอบบ้านของฉันเพราะบ้านของครอบครัวฉันน่าอยู่					
21	ฉันชอบที่ที่ฉันอยู่					
22	ฉันไม่ชอบสภาพบ้านของฉัน ถ้าเป็นไปได้ฉันอยากเปลี่ยนมันใหม่					
23	ฉันไม่ชอบแถวบ้านฉันเพราะเต็มไปด้วยคนไม่ดีและโจรร้าย					
24	ฉันไม่ชอบเพื่อนบ้านของฉันที่ไม่ค่อยเป็นมิตรกับคนอื่น					
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน						
25	ฉันรู้สึกพอใจในตนเองที่สามารถทำสิ่งต่างๆได้ดี					
26	ฉันชอบตัวเองที่สามารถสร้างคุณค่าให้กับคนอื่น					
27	ฉันพอใจในคุณค่าของตนเองเพราะตัวฉันเองเป็นคนดี					
28	ฉันไม่ชอบตัวเองที่ทำให้คนอื่นเบื่อกและรำคาญฉัน					
29	ฉันไม่พอใจรูปร่างหน้าตาของตนเอง					
30	ฉันไม่ชอบตัวเองเลยที่มักจะที่ไม่กล้าทำในสิ่งใหม่ๆ และปฏิเสธโอกาสดีๆ ที่เข้ามาในชีวิต					

ภาคผนวก จ

ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและแบบวัด
ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



ตาราง 9 ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

ที่	ข้อความ	ค่าอำนาจจำแนก
การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา รายด้าน = 0.69
1	ฉันรู้สึกว่าอาจารย์ช่วยให้ฉันมีทางเลือกในการแก้ไขปัญหา	0.20
2	ฉันสามารถแสดงความคิดเห็นกับอาจารย์ขณะเรียนได้อย่างเปิดกว้าง	0.20
3	ฉันคิดว่าอาจารย์ยอมรับในความสามารถทางการเรียนของฉัน	0.45
4	ฉันรู้สึกได้รับความไว้วางใจจากอาจารย์	0.27
5	ฉันคิดว่าอาจารย์ของฉันสามารถให้คำปรึกษาฉันได้	0.20
6	อาจารย์ไม่ได้ทำให้ฉันเข้าใจเป้าหมายของการเรียนและสิ่งที่ฉันต้องทำ	0.20
7	อาจารย์ไม่ได้ส่งเสริมและกระตุ้นให้ฉันถามคำถามในชั้นเรียน	0.36
8	อาจารย์ไม่ได้รับฟังและเปิดโอกาสให้ฉันเกี่ยวกับสิ่งต่างๆที่ฉันอยากทำ	0.24
9	ฉันรู้สึกแสบต่อที่ทำการพูดคุยและการให้คำปรึกษาของอาจารย์	0.28
10	ฉันรู้สึกว่าฉันไม่สามารถแบ่งปันความรู้สึกกับอาจารย์ได้	0.57
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา รายด้าน = 0.76
11	พ่อแม่ยอมรับในตัวฉันไม่ว่าฉันจะเป็นอย่างไร	0.20
12	เมื่อเผชิญปัญหา พ่อแม่จะรับฟังความคิดเห็นและให้คำปรึกษากับฉัน	0.26
13	ฉันกับครอบครัวจะใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน	0.20
14	พ่อแม่ทำให้ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนพิเศษสำหรับท่าน	0.44

ตาราง 9 (ต่อ)

ที่	ข้อความถาม	ค่าอำนาจจำแนก
15	พ่อแม่ยอมรับและอนุญาตให้ฉันตัดสินใจในสิ่งต่างๆ ด้วยตัว ฉันเอง	0.31
16	พ่อแม่พยายามบังคับและชี้้นำการดำเนินชีวิตของฉัน	0.42
17	พ่อแม่ไม่ค่อยมีเวลาพูดคุยกับฉัน	0.42
18	พ่อแม่ไม่เปิดโอกาสให้ฉันทำสิ่งต่างๆตามแนวทางของตัวเองแต่ กลับให้ทำตามแนวทางของท่าน	0.61
19	พ่อแม่ไม่ได้แสดงความรักของท่านต่อฉันอย่างชัดเจน	0.54
20	พ่อแม่ดูจะไม่มีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันกับฉัน	0.57
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา
		รายด้าน = 0.49
21	เพื่อนให้คำแนะนำตักเตือนเพื่อให้ฉันรู้สึกผิดชอบชั่วดี	0.20
22	ฉันได้แนวคิดดีๆเกี่ยวกับวิธีการเรียนและการทำสิ่งต่างๆจากเพื่อน	0.31
23	เมื่อฉันมีปัญหาเพื่อน ๆ จะคอยให้คำปรึกษาและช่วยเหลือฉัน	0.20
24	เมื่อมีการแบ่งกลุ่ม เพื่อน ๆ จะให้การยอมรับฉันเข้ากลุ่มหรือ เป็นหัวหน้ากลุ่ม	0.20
25	ฉันมีเพื่อนที่คอยปลอบใจและไปหาได้ในยามที่ฉันจิตตก	0.20
26	ฉันไม่เคยได้อะไรจากการมีเพื่อนเลยแม้แต่มิตรภาพ เพราะ เพื่อนมักจะคอยเอาเปรียบฉันอยู่ในเสมอ	0.37
27	ฉันรู้สึกว่าตัวเองถูกละเลยและไม่ได้รับความสนใจจากเพื่อน	0.51
28	ฉันรู้สึกว่าเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัยไม่เป็นมิตรกับฉันถึงแม้ว่าฉัน จะพยายามสร้างสัมพันธภาพกับพวกเขาแล้วก็ตาม	0.33
29	เพื่อนไม่ยอมรับในความคิดของฉันเมื่อฉันแสดงความคิดเห็น	0.61
30	เมื่อฉันมีปัญหาอยากเล่าให้เพื่อนฟังเพื่อนมักจะไม่ให้ความ ช่วยเหลือ	0.45

ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาทั้งฉบับ = 0.76

ตาราง 10 ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความพึงพอใจในชีวิต

ที่	ข้อความ	ค่าอำนาจจำแนก
ความพึงพอใจในชีวิตต่อมหาวิทยาลัย		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา รายด้าน = 0.68
1	ฉันพอใจที่ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆจากมหาวิทยาลัย	0.28
2	ฉันอยากไปมหาวิทยาลัยเพราะได้เรียนรู้สิ่งต่างๆที่มหาวิทยาลัย	0.32
3	ฉันชอบกิจกรรมต่างๆที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น	0.39
4	ฉันรู้สึกไม่ชอบมหาวิทยาลัยเพราะทำให้ฉันรู้สึกแย่	0.46
5	มีหลายอย่างเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยที่ฉันไม่ชอบ	0.42
6	ฉันรู้สึกว่ากิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัยไม่น่าสนใจ	0.60
ความพึงพอใจต่อครอบครัว		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา รายด้าน = 0.722
7	สัมพันธภาพของครอบครัวฉันดีกว่า ถ้าเปรียบเทียบกับครอบครัวอื่นๆ ส่วนใหญ่ในสังคม	0.42
8	ฉันชอบอยู่บ้านทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับครอบครัวของฉัน	0.27
9	สมาชิกในครอบครัวฉันพูดคุยและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน	0.40
10	ฉันไม่ชอบช่วงเวลาที่อยู่กับพ่อแม่	0.39
11	ฉันไม่ชอบสัมพันธภาพของคนในครอบครัวของฉันเพราะครอบครัวของฉันชอบทะเลาะกัน	0.58
12	ฉันไม่ชอบการปฏิบัติตัวของพ่อแม่ที่มีต่อฉันที่ทำกับฉันโดยไม่มีเหตุผล	0.58

ตาราง 10 (ต่อ)

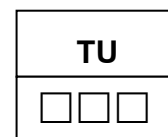
ที่	ข้อความถาม	ค่าอำนาจจำแนก
ความพึงพอใจต่อเพื่อน		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา รายด้าน = 0.39
13	ฉันชอบเพื่อนเพราะเพื่อนดี	0.29
14	ฉันชอบเพื่อนเพราะเพื่อนเก่ง	0.20
15	ฉันรู้สึกชอบและพอใจเพื่อนของฉันกับมิตรภาพที่มีให้กับฉัน	0.21
16	ฉันรู้สึกเสียใจที่มีเพื่อนที่นี้เพราะพวกเขาไม่เคยช่วยเหลือฉันได้เลย	0.28
17	ฉันไม่ชอบเพื่อนในห้องเพราะเพื่อนนิสัยไม่ดี	0.28
18	ฉันหวังว่าจะได้คบกับเพื่อนกลุ่มอื่นเพราะฉันไม่ชอบเพื่อนกลุ่มนี้ที่เห็นแก่ตัว	0.39
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา รายด้าน = 0.69
19	ฉันชอบความเป็นมิตรของเพื่อนบ้านของฉัน	0.27
20	ฉันชอบบ้านของฉันเพราะบ้านของครอบครัวฉันน่าอยู่	0.35
21	ฉันชอบที่ที่ฉันอยู่	0.29
22	ฉันไม่ชอบสภาพบ้านของฉัน ถ้าเป็นไปได้ฉันอยากเปลี่ยนมันใหม่	0.65
23	ฉันไม่ชอบแถวบ้านฉันเพราะเต็มไปด้วยคนไม่ดีและใจร้าย	0.51
24	ฉันไม่ชอบเพื่อนบ้านของฉันที่ไม่ค่อยเป็นมิตรกับคนอื่น	0.35
ความพึงพอใจต่อตนเอง		ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา รายด้าน = 0.62
25	ฉันรู้สึกพอใจในตนเองที่สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดี	0.39
26	ฉันชอบตัวเองที่สามารถสร้างคุณค่าให้กับคนอื่น	0.34
27	ฉันพอใจในคุณค่าของตนเองเพราะตัวฉันเองเป็นคนดี	0.27
28	ฉันไม่ชอบตัวเองที่ทำให้คนอื่นเบื่อบ่อยและรำคาญฉัน	0.53
29	ฉันไม่พอใจรูปร่างหน้าตาของตนเอง	0.45
30	ฉันไม่ชอบตัวเองเลยที่มักจะที่ไม่กล้าทำในสิ่งใหม่ๆ และปฏิเสธโอกาสดีๆ ที่เข้ามาในชีวิต	0.50

ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาทั้งฉบับ = 0.86

ภาคผนวก จ

แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ฉบับใช้เก็บข้อมูลกับนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์





แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

คำชี้แจง ในการตอบแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มีด้วยกัน 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม

ตอนที่ 3 แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

แบบวัดฉบับนี้ เป็นแบบสอบวัดที่เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว การสนับสนุนทางสังคมและ
ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด คำตอบที่ท่านตอบจะไม่กระทบต่อ
การศึกษาของท่าน เพราะข้อมูลและคำตอบทั้งหมดจะเก็บไว้เป็นความลับ แต่จะนำไปใช้ประโยชน์
เพื่อพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิตสำหรับนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย จึงขอความกรุณาให้ท่าน
ตอบให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง ตามความรู้สึกที่แท้จริงของท่านให้มากที่สุด โดยตอบให้ครบ
ทุกข้อ

นายไพศาล แยมวงษ์

นิสิตปริญญาโทสาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามด้านข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษา

คำชี้แจงให้นักศึกษาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ที่กำหนดและโปรดกรอกข้อมูลลงในช่องว่าง

1. เพศ ชาย หญิง n
2. คณะ n
3. ระดับผลการเรียนเฉลี่ยสะสมภาคการศึกษาที่ผ่านมา
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป n
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.00 - 3.49
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.50 - 2.99
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00 - 2.49
 - คะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 1.99 ลงมา

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา

คำชี้แจงให้นักศึกษาอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนดให้ แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือของข้อความนั้นในแบบสอบถาม ที่ตรงกับความคิดของนักศึกษามากที่สุด ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นนักศึกษา
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษากึ่งกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อยที่สุด

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด

การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์

1	อาจารย์ไม่สามารถให้คำปรึกษาฉันได้						<input type="checkbox"/>
2	อาจารย์ไม่ได้ส่งเสริมและกระตุ้นให้ฉันถามคำถามในชั้นเรียน						<input type="checkbox"/>
3	อาจารย์ไม่ยอมรับฟังและเปิดโอกาสให้ฉันได้ทำสิ่งต่างๆที่ฉันอยากทำ						<input type="checkbox"/>
4	ฉันรู้สึกได้รับความไว้วางใจจากอาจารย์						<input type="checkbox"/>
5	อาจารย์ทำให้ฉันเข้าใจเป้าหมายของการเรียนและเข้าใจในหน้าที่ซึ่งฉันต้องรับผิดชอบในฐานะที่เป็นนักศึกษา						<input type="checkbox"/>

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา (ต่อ)

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ					
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
6	อาจารย์ช่วยแก้ไขปัญหาต่างๆ ให้กับฉันทั้งด้านการเรียนและการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย						<input type="checkbox"/>
7	ฉันสามารถแสดงความคิดเห็นกับอาจารย์ขณะเรียนได้อย่างเปิดเผย						<input type="checkbox"/>
8	ฉันคิดว่าอาจารย์ยอมรับในความสามารถทางการเรียนของฉัน						<input type="checkbox"/>
9	ฉันรู้สึกแย่อต่ที่ทำการพูดคุยและการให้คำปรึกษาของอาจารย์						<input type="checkbox"/>
10	ฉันรู้สึกว่าฉันไม่สามารถแบ่งปันความรู้สึกกับอาจารย์ได้						<input type="checkbox"/>
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว							
11	พ่อแม่ไม่เปิดโอกาสให้ฉันทำสิ่งต่างๆ ตามแนวทางของตัวเอง แต่กลับให้ทำตามแนวทางของท่าน						<input type="checkbox"/>
12	พ่อแม่ไม่ได้แสดงความรักของท่านต่อฉันอย่างชัดเจน						<input type="checkbox"/>
13	พ่อแม่ดูจะไม่มีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันกับฉัน						<input type="checkbox"/>
14	พ่อแม่ทำให้ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนพิเศษสำหรับท่าน						<input type="checkbox"/>
15	พ่อแม่ยอมรับและอนุญาตให้ฉันตัดสินใจในสิ่งต่างๆ ด้วยตัวฉันเอง						<input type="checkbox"/>
16	พ่อแม่พยายามบังคับและชี้นำการดำเนินชีวิตของฉัน						<input type="checkbox"/>
17	พ่อแม่ไม่ค่อยมีเวลาพูดคุยกับฉัน						<input type="checkbox"/>
18	แม้ตอนที่ฉันทำผิดพลาดหรือเสียใจ พ่อแม่ยังคงยอมรับให้กำลังใจและอยู่เคียงข้างฉัน						<input type="checkbox"/>
19	เมื่อเผชิญปัญหา พ่อแม่จะรับฟังความคิดเห็นและให้คำปรึกษากับฉัน						<input type="checkbox"/>
20	ฉันได้รับโอกาสและเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันกับครอบครัว						<input type="checkbox"/>
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน							
21	เมื่อเพื่อนเห็นว่าฉันกำลังมีพฤติกรรมบางอย่างที่ไม่ดี เพื่อนจะคอยเตือนสติฉัน						<input type="checkbox"/>

ตอนที่ 2 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษา (ต่อ)

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ					
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
22	ฉันได้แนวคิดดีๆเกี่ยวกับวิธีการเรียนและการทำสิ่งต่างๆจากเพื่อน						<input type="checkbox"/> ₂₂
23	เมื่อฉันมีปัญหาเพื่อนๆ จะคอยให้คำปรึกษาและช่วยเหลือฉันได้						<input type="checkbox"/> ₂₃
24	เมื่อมีการแบ่งกลุ่ม เพื่อนๆ จะให้การยอมรับฉันเข้ากลุ่ม						<input type="checkbox"/> ₂₄
25	ฉันมีเพื่อนที่คอยปลอบใจและไปหาได้ในยามที่ฉันมีปัญหา						<input type="checkbox"/> ₂₅
26	ฉันไม่เคยได้อะไรจากการมีเพื่อนเลยแม้แต่มิตรภาพ เพราะเพื่อนมักจะคอยเอาเปรียบฉันอยู่เสมอ						<input type="checkbox"/> ₂₆
27	ฉันรู้สึกตัวเองถูกละเลยและไม่ได้รับความสนใจจากเพื่อน						<input type="checkbox"/> ₂₇
28	ฉันรู้สึกที่เพื่อนๆ ในมหาวิทยาลัยไม่เป็นมิตรกับฉันถึงแม้ว่าฉันจะพยายามสร้างสัมพันธภาพกับพวกเขาแล้วก็ตาม						<input type="checkbox"/> ₂₈
29	เพื่อนไม่ยอมรับในความคิดของฉันเมื่อฉันแสดงความคิดเห็น						<input type="checkbox"/> ₂₉
30	เมื่อฉันมีปัญหาอยากเล่าให้เพื่อนฟัง เพื่อนมักจะไม่ให้ความช่วยเหลือ						<input type="checkbox"/> ₃₀

ตอนที่ 3 แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา

คำชี้แจงให้นักศึกษาอ่านและพิจารณาข้อความที่กำหนดให้ แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือของข้อความนั้นในแบบสอบถาม ที่ตรงกับความคิดของนักศึกษามากที่สุด ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษามากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นนักศึกษา
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษากึ่งกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของนักศึกษาน้อยที่สุด

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความพึงพอใจต่อมหาวิทยาลัย						
1	ฉันพอใจที่ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆจากมหาวิทยาลัย					<input type="checkbox"/>
2	มีหลายอย่างเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยที่ฉันไม่ชอบ					<input type="checkbox"/>
3	ฉันรู้สึกว่าการกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัยไม่น่าสนใจ					<input type="checkbox"/>
4	ฉันรู้สึกไม่ชอบมหาวิทยาลัยเพราะทำให้ฉันรู้สึกแย่					<input type="checkbox"/>
5	ฉันอยากไปมหาวิทยาลัยเพราะได้เรียนรู้สิ่งต่างๆที่มหาวิทยาลัย					<input type="checkbox"/>
6	ฉันชอบกิจกรรมต่างๆที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น					<input type="checkbox"/>
ความพึงพอใจต่อครอบครัว						
7	ฉันไม่ชอบช่วงเวลาที่อยู่กับพ่อแม่					<input type="checkbox"/>
8	ฉันไม่ชอบสัมพันธภาพของคนในครอบครัวของฉันเพราะครอบครัวของฉันชอบทะเลาะกัน					<input type="checkbox"/>
9	ฉันไม่ชอบการปฏิบัติตัวของพ่อแม่ที่มีต่อฉันที่ทำกับฉันโดยไม่มีเหตุผล					<input type="checkbox"/>
10	สัมพันธภาพของครอบครัวฉันดีกว่า ถ้าเปรียบเทียบกับครอบครัวอื่นๆ ส่วนใหญ่ในสังคม					<input type="checkbox"/>
11	ฉันชอบอยู่บ้านทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับครอบครัวของฉัน					<input type="checkbox"/>
12	สมาชิกในครอบครัวฉันพูดคุยและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน					<input type="checkbox"/>

แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษา (ต่อ)

ที่	ข้อความ	ระดับความเห็นด้วยกับข้อความ					
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
ความพึงพอใจต่อเพื่อน							
13	ฉันชอบเพื่อนเพราะเพื่อนดี						<input type="checkbox"/> ₁₃
14	ฉันหวังว่าจะได้คบกับเพื่อนกลุ่มอื่นเพราะฉันไม่ชอบเพื่อนกลุ่มนี้ที่เห็นแก่ตัว						<input type="checkbox"/> ₁₄
15	ฉันรู้สึกชอบและพอใจเพื่อนของฉันกับมิตรภาพที่มีให้กับฉัน						<input type="checkbox"/> ₁₅
16	ฉันรู้สึกเสียดายที่มีเพื่อนที่นี่เพราะพวกเขาไม่เคยช่วยเหลือฉันได้เลย						<input type="checkbox"/> ₁₆
17	ฉันไม่ชอบเพื่อนในห้องเพราะเพื่อนนิสัยไม่ดี						<input type="checkbox"/> ₁₇
18	ฉันชอบเพื่อนเพราะเพื่อนเป็นคนมีความสามารถ						<input type="checkbox"/> ₁₈
ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมที่บ้าน							
19	ฉันไม่ชอบแถวบ้านฉันเพราะเต็มไปด้วยคนไม่ดีและโจรร้าย						<input type="checkbox"/> ₁₉
20	ฉันไม่ชอบเพื่อนบ้านของฉันที่ไม่ค่อยเป็นมิตรกับคนอื่น						<input type="checkbox"/> ₂₀
21	ฉันชอบที่ที่ฉันอยู่						<input type="checkbox"/> ₂₁
22	ฉันไม่ชอบสภาพบ้านของฉัน ถ้าเป็นไปได้ฉันอยากเปลี่ยนมันใหม่						<input type="checkbox"/> ₂₂
23	ฉันชอบความเป็นมิตรของเพื่อนบ้านของฉัน						<input type="checkbox"/> ₂₃
24	ฉันชอบบ้านของฉันเพราะบ้านของครอบครัวฉันน่าอยู่						<input type="checkbox"/> ₂₄
ความพึงพอใจต่อตนเอง							
25	ฉันรู้สึกพอใจในตนเองที่สามารถทำสิ่งต่างๆได้ดี						<input type="checkbox"/> ₂₅
26	ฉันชอบตัวเองที่สามารถสร้างคุณค่าให้กับคนอื่น						<input type="checkbox"/> ₂₆
27	ฉันพอใจในคุณค่าของตนเองเพราะตัวฉันเองเป็นคนดี						<input type="checkbox"/> ₂₇
28	ฉันไม่ชอบตัวเองที่ทำให้คนอื่นเบียดและรำคาญฉัน						<input type="checkbox"/> ₂₈
29	ฉันไม่พอใจรูปร่างหน้าตาของตนเอง						<input type="checkbox"/> ₂₉
30	ฉันไม่ชอบตัวเองเลยที่มักจะที่ไม่กล้าทำในสิ่งใหม่ๆ และปฏิเสธโอกาสดีๆ ที่เข้ามาในชีวิต						<input type="checkbox"/> ₃₀

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์



ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	นายไพศาล แยมวงษ์
วันเดือนปีเกิด	18 มีนาคม พ.ศ. 2524
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลหญิง (ราชวิถี) เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	เลขที่ 71/9 ถนนพหลโยธิน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร รหัสไปรษณีย์ 10900
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	นักแนะแนวการศึกษาและอาชีพ
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	งานกิจกรรมนักศึกษา กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต เลขที่ 99 หมู่ 18 ตำบลคลองหนึ่ง อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี รหัสไปรษณีย์ 12121
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2542	มัธยมศึกษาตอนปลาย (ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์) จากโรงเรียนสารวิทยา
พ.ศ. 2546	ครุศาสตรบัณฑิต (คป.) (การศึกษานอกระบบโรงเรียน จิตวิทยาการปรึกษาและแนะแนว) จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2555	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) (จิตวิทยาการแนะแนว) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ