

การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุบางลักษณะ ที่มีต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชลบุรี

ปริญญาณิพนธ์
ของ
ณัฏฐกานต์ ทองสนธิ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา
เมษายน 2549

การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุบางลักษณะ ที่มีต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชลบุรี

บทคัดย่อ
ของ
ณัฐธกานต์ ทองสนธิ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา
เมษายน 2549

ณัฐกานต์ ทองสนธิ. (2549). การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุบางลักษณะ ที่มีต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชลบุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิคม ตั้งคะพิภพ, อาจารย์ ขวลิตรวยอาจิณ.

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับกลุ่มตัวแปรตามคือยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ พร้อมทั้งศึกษาน้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรต่างๆ ดังกล่าวข้างต้น โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จำนวน 483 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบสองขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8400 และ .8580 ตามลำดับ แบบสอบถามบทบาททางเพศ ซึ่งประกอบด้วย แบบสอบถามลักษณะความเป็นชายและแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .9140 และ .8760 ตามลำดับ แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8600 และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ซึ่งประกอบด้วย แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8800 , .8700 และ .9150 ตามลำดับ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติการประมาณค่าเฉลี่ยและวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล

ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

1. นักเรียนมียุทธวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง มีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงค่อนข้างสูง มีการมองโลกในแง่ดีและความเชื่ออำนาจภายในตนอยู่ในระดับสูง มีความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญอยู่ในระดับปานกลาง

2. สหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ปรากฏความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สองชุด โดยในชุดที่หนึ่งเป็นมิติที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงสุด เท่ากับ .631 กลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้ร้อยละ 39.8 และในชุดที่สองเป็นมิติที่มีความสำคัญรองลงมามีค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ .237 กลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้ร้อยละ 5.6 ซึ่งมีค่าต่ำมากจึงไม่นำมาพิจารณา

3. คำนำน้หนักความสำคัญที่กลุ่มตัวแปรอิสระ ส่งผลอธิบายตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ในชุดแรก พบว่า มีน้ำหนักความสำคัญเรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้คือ ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง ความเชื่ออำนาจภายในตน การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ และความเชื่ออำนาจผู้อื่น โดยมีค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างเท่ากับ -.890, -.782, -.639, -.281, -.259 และ -.250 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ได้รับอิทธิพลพองกัน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างเท่ากับ -.864 และ -.887 ตามลำดับ

A STUDY OF CAUSAL FACTORS IN COPING STRATEGIES
OF MATHAYOM SUKSA IV STUDENTS IN CHONBURI PROVINCE.

AN ABSTRACT
BY
NATTAKAN TONGSONTI

Presented in Partial Fulfillment of Requirements for the
Master of Education degree in Educational Research and Statistics
at Srinakharinwirot University

April 2006

Nattakan Tongsoniti. (2006). *A Study of Causal Factors in Coping Strategies of Mathayom Suksa IV Students in Chonburi Province*. Master thesis, M.Ed. (Educational Research and Statistics). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Assist. Prof. Dr. Nikom Tangkapipop, Mr. Chawalit Ruayajin.

The major purposes of the research was to study the causal relationship of masculinity, femininity, optimism, internal locus of control, powerful locus of control and chance locus of control with coping strategies indicated by problem focused coping and emotion focused coping. This study comprised of 483 students of mathayomsuksa IV students at Chonburi province, selected by the two stage stratified random sampling. The instruments used in data collection coping strategies were problem focused coping and emotion focused coping reliability were .8400 and .8580, respectively. The questionnaires of masculinity, femininity, optimism, internal locus of control, powerful locus of control and chance locus of control with reliability of .9140, .8760, .8600, .8800, .8700 and .9150, respectively. The data was analyzed by the estimation of means and canonical analysis.

The major findings were as follows:

1. Problem focused coping and emotion focused coping of students measured medium level, masculinity and femininity measured the rather high level, optimism and internal locus of control measured high level, powerful locus of control and chance locus of control measured medium level.
2. The canonical analysis revealed that two canonical correlations were statistically significant at .001 level. In the first function, the canonical correlation coefficient was .631 and all factors explained variance of coping strategies at 39.8 percentage. In the second function, the canonical correlation coefficient was .237 and all factors explained variance of coping strategies at 5.6 percentage.
3. In the first function, the following factors in order, masculinity, femininity, internal locus of control, optimism, powerful locus of control and chance locus of control have the highest to lowest influence coping strategies by means of canonical weights analysis. The structure coefficients were -.890, -.782, -.639, -.281, -.259 and -.250, respectively. The canonical weights of problem focused coping and emotion focused coping were equally, and the structure coefficients were -.864 and -.887, respectively.

การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุบางลักษณะ ที่มีต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชลบุรี

ปริญญาณิพนธ์
ของ
ณัฏฐกานต์ ทองสนธิ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

เมษายน 2549

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุบางลักษณะ ที่มีต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชลบุรี

ของ
ณัฐธานันท์ ทองสนธิ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)
วันที่ เดือน พ.ศ. 2549

..... ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิคม ตั้งกะพิกพ)

..... กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์
(อาจารย์ ขวาลิต รวยอาจิณ)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์ ชูศรี วงศ์รัตน์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีเป็นเพราะผู้วิจัยได้รับความกรุณาอย่างยิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิคม ตั้งคะพิภพ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และอาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ท่านทั้งสองได้กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อให้คำปรึกษา แนะนำ และชี้แนะแนวทางแก้ไขปรับปรุงข้อบกพร่องต่างๆ ในการจัดทำงานวิจัยนี้ทุกขั้นตอนด้วยความเอาใจใส่ตลอดมา อีกทั้งทำให้ผู้วิจัยได้รับประสบการณ์ในการทำงานวิจัยและรู้ถึงคุณค่าของงานวิจัยที่จะช่วยให้การทำงานในอนาคตเป็นไปอย่างมีคุณค่ามากขึ้น ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ชูศรี วงศ์รัตน์ และรองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์ ที่ได้กรุณาเป็นกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ที่แต่งตั้งเพิ่มเติม และได้ให้ข้อเสนอแนะที่มีคุณค่าและเป็นประโยชน์ต่อการสร้างปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ผู้วิจัยขอกราบระลึกพระคุณครูอาจารย์ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษาทุกท่าน ที่ได้อบรมสั่งสอนพร้อมทั้งให้วิชาความรู้ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้จนสำเร็จลุล่วง

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ อาจารย์มณฑิรา จารุเพ็ง รองศาสตราจารย์ ชูศรี วงศ์รัตน์ รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์ และอาจารย์อัญชลี ศรีกลชาญ ที่ได้กรุณาเสียสละเวลา เพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย และให้คำแนะนำพร้อมทั้งข้อเสนอแนะต่างๆ อันเป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงและแก้ไขเครื่องมือให้มีความสมบูรณ์เหมาะสมแก่การวิจัยยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้บริหารสถานศึกษา คณาจารย์ และนักเรียนทุกโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ที่ได้ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดียิ่งสำหรับการทำวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบพระคุณญาติพี่น้องและเพื่อนๆทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือและคอยเป็นกำลังใจตลอดมา

ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอโน้มรำลึกถึงพระคุณของ บิดา และมารดา ที่ช่วยส่งเสริมและสนับสนุนการศึกษาของผู้วิจัยตลอดมา อีกทั้งยังเป็นกำลังกายและกำลังใจอันสำคัญยิ่งตลอดระยะเวลาที่ผู้วิจัยทำการศึกษาและวิจัยในครั้งนี้ จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

ณัฐกานต์ ทองสนธิ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....	5
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	5
ตัวแปรที่ศึกษา.....	5
สมมติฐานของการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีของตัวแปรที่นำมาศึกษา.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
1. การเผชิญปัญหา.....	12
1.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา.....	12
1.2 รูปแบบกระบวนการของความเครียดและการเผชิญความเครียด.....	13
1.3 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับวิธีการเผชิญปัญหา.....	17
1.4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อวิธีการเผชิญปัญหา.....	23
2. บทบาททางเพศ.....	25
2.1 ความหมายของลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง.....	27
2.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการของบทบาททางเพศ.....	30
2.3 การวัดบทบาททางเพศ.....	33
3. การมองโลกในแง่ดี.....	36
3.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี.....	36
3.2 รูปแบบของการอธิบายตนเองของบุคคล.....	37
3.3 การฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี.....	39
3.4 ประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี.....	39
3.5 การวัดการมองโลกในแง่ดี.....	41

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
4. ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน.....	41
4.1 ความหมายของความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน.....	41
4.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน.....	43
4.3 การพัฒนาความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน.....	45
4.4 การวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน.....	46
5. การวิเคราะห์คาโนนิคอล.....	48
5.1 ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับตัวแปรคาโนนิคอล.....	49
5.2 การคำนวณค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอล.....	50
5.3 การทดสอบนัยสำคัญของการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล.....	53
5.4 การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง.....	56
5.5 การวิเคราะห์ความทับซ้อน.....	56
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	57
6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ.....	57
6.2 งานวิจัยในประเทศ.....	60
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	64
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	64
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	70
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	84
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	84
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	91
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	91
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	92
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	93
5 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	98
สังเขปวัตถุประสงค์ และวิธีดำเนินการวิจัย.....	98
สรุปผลการวิจัย.....	99

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 (ต่อ)	
อภิปรายผล.....	100
ข้อเสนอแนะ.....	105
บรรณานุกรม.....	107
ภาคผนวก.....	114
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	140

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	เปรียบเทียบยุทธวิธีการเผชิญปัญหาตามแนวคิดของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ กับฟรายเดนเบิร์กและเลวิส.....	22
2	เมตริกซ์ข้อมูลเบื้องต้นสำหรับการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล.....	51
3	เมตริกซ์ของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สำหรับการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล.....	51
4	จำนวนโรงเรียน จำนวนห้องเรียน และจำนวนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรีจำแนกตามขนาดโรงเรียน.....	64
5	จำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้จากการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามขนาดของโรงเรียน.....	67
6	จำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง สำหรับการวิจัย จำแนกตามขนาดของโรงเรียน.....	68
7	สถิติพื้นฐานและการประมาณค่าเฉลี่ยประชากร ด้วยระดับความเชื่อมั่น ร้อยละ 95.....	93
8	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรอิสระ ตัวแปรตามกับตัวแปรตาม และตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม.....	94
9	ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรตาม.....	95
10	ค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างของตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม.....	96
11	ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหา.....	118
12	ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับอารมณ์.....	120
13	ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน.....	122
14	ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น.....	122
15	ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ.....	123
16	ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับปัญหา.....	124
17	ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหา แบบมุ่งจัดการกับอารมณ์.....	125
18	ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน.....	126

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
19 ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น.....	126
20 ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ.....	127

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวแปรที่ศึกษา.....	6
2	รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของลาซารัส.....	13
3	การวัดลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงแบบมิติเดียว.....	33
4	การวัดลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงแบบสองมิติ.....	34
5	แสดงการแบ่งลักษณะของบุคคลจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิง โดยใช้คะแนนมาตรฐานเป็นเกณฑ์.....	35
6	ตัวอย่างรูปแบบการอธิบายตนเอง.....	38
7	รูปแบบการก่อให้เกิดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน.....	43
8	ลำดับขั้นการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	71

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การดำเนินชีวิตของบุคคลต่างๆ ในปัจจุบันนี้ มักจะประสบกับเหตุการณ์ต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของสังคม เศรษฐกิจ การเมือง มากมายที่เข้ามาท้าทาย หรือคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ จนทำให้บุคคลตกอยู่ในภาวะเครียด ซึ่งเป็นภาวะทางจิตใจที่เกิดขึ้นจากการที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาในตัวหรือนอกตัวบุคคล เป็นความรู้สึกที่ไม่สบายใจไม่พอใจ เสมือนจิตใจถูกบีบคั้นให้ต้องเผชิญกับความรู้สึกดังกล่าว ซึ่งภาวะความเครียดอาจเกิดขึ้นได้ในทุกเพศทุกวัย แต่จะเกิดขึ้นได้มากในวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ในตัวบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่บุคคลเจริญเติบโตไปสู่ความมีวุฒิภาวะ ซึ่งเจริญไปพร้อมกันทุกๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม วัยรุ่นนับว่าเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตต้องมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่างๆ จากวัยเด็กไปสู่พฤติกรรมของความเป็นผู้ใหญ่ รวมทั้งต้องเตรียมพร้อมที่จะปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ๆ อีกด้วย วัยรุ่นจึงนับว่าเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอันถือว่าสำคัญที่สุดในชีวิตของมนุษย์ทีเดียว ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เป็นผลทำให้วัยรุ่นต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัย (อัจฉรา สุขารมณ์. 2546: 38)

ลาซารัส (Lazarus; & Folkman. 1984: 141) กล่าวว่า การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามทางปัญญา และพฤติกรรมของบุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับความต้องการหรือข้อเรียกร้องทั้งจากภายในและภายนอกที่บุคคลประเมินว่าเกินความสามารถที่ตนจะรับได้ หรือเป็นภาวะที่คุกคามต่อความเป็นอยู่ของบุคคล สเลวินและคนอื่นๆ (Slavin; et al. 1991: 156 – 163) ได้กล่าวถึงกระบวนการความเครียดและการเผชิญความเครียดตามแนวคิดทฤษฎีความเครียดของลาซารัส (Lazarus; & Folkman. 1984:) ว่าการเผชิญปัญหา เป็นองค์ประกอบหนึ่งของกระบวนการความเครียด ซึ่งประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ คือ

องค์ประกอบที่ 1 การเกิดเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด

องค์ประกอบที่ 2 การประเมินขั้นต้น เมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ บุคคลก็จะประเมินขั้นต้นกับเหตุการณ์ที่ประสบโดยทั่วไป ไม่เฉพาะเจาะจง เพื่อที่จะตัดสินว่าเหตุการณ์นั้นมีผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่

องค์ประกอบที่ 3 การประเมินขั้นที่สอง ซึ่งเป็นการประเมินความสามารถของตนรวมทั้งแหล่งทรัพยากรที่จะให้ความช่วยเหลือต่างๆ มาพิจารณาร่วมกัน เพื่อเลือกเป็นแนวทางที่จะนำไปใช้ในการเผชิญปัญหา

องค์ประกอบที่ 4 การเผชิญปัญหา ซึ่งเป็นขั้นของการดำเนินการเพื่อการจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้น ลาซารัสและฟอล์คแมน (Lazarus; & Folkman. 1984: 141 – 225) จำแนกวิธีการเผชิญปัญหาออกเป็น 2 วิธี คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – Focused Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามจัดการกับตัวบุคคลเองหรือสภาพการณ์ที่เป็นสาเหตุของความเครียดให้คลี่คลายลง และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion – Focused Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลใช้กระบวนการทางปัญญาเพื่อจัดการหรือควบคุมอารมณ์หรือความทุกข์ที่เกิดจากเหตุการณ์ให้คลี่คลายลง โดยทั่วไปบุคคลจะเลือกใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ในกรณีที่พิจารณาแล้วพบว่าตนสามารถควบคุมหรือจัดการกับปัญหานั้นได้ และมักจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ เมื่อเห็นว่าปัญหานั้นตนไม่สามารถควบคุมได้ หรือยากเกินกว่าที่ตนจะแก้ไขได้

องค์ประกอบที่ 5 คือ ผลลัพธ์ที่ได้จากการเผชิญปัญหา ซึ่งลาซารัสและฟอล์คแมน (Lazarus; & Folkman. 1984: 141 – 225) ได้จำแนกไว้ 3 ด้าน คือ ผลทางด้านสังคม ผลทางด้านจิตใจ และผลทางด้านสุขภาพจิตที่สัมพันธ์กับกาย

จากองค์ประกอบทั้ง 5 จะเห็นได้ว่าขั้นตอนการเผชิญปัญหานั้นมีความสำคัญมาก การแก้ปัญหาได้รวดเร็วและมีประสิทธิภาพจะช่วยให้อาการเครียดได้ ดังนั้นการเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพจึงเป็นเรื่องจำเป็นต่อการคลายความเครียดเป็นอย่างดี (วารสารจิตเวชศาสตร์. 2544: 117 – 120) บุคคลที่มีวิธีการหรือพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพจะมีลักษณะของการปรับตัวได้ดี มีความเชื่อมั่นในตนเองและสามารถควบคุมตนเองได้ ส่วนบุคคลที่มีวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ จะมีลักษณะไม่ยืดหยุ่น ต่ำหีนตนเอง พยายามที่จะหลีกเลี่ยงและแยกตัวออกจากสถานการณ์ รวมทั้งมักจะปฏิเสธต่อปัญหาและไม่สามารถปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ต่างๆ ได้ (Kleinke.1998: 8) และจากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับยุทธวิธีการเผชิญปัญหาพบว่า บุคคลจะมีวิธีการเผชิญปัญหาอย่างไร และสัมฤทธิ์ผลในการเผชิญปัญหาหรือไม่ขึ้นอยู่กับแหล่งทรัพยากรที่อยู่ภายในและภายนอกของบุคคล แหล่งทรัพยากรเหล่านี้ได้แก่ ภาวะสุขภาพและพลังกำลังของบุคคล ความเชื่อในทางบวก ทักษะในการแก้ปัญหา ทักษะทางด้านสังคม การสนับสนุนทางสังคม และแหล่งทรัพยากรทางด้านวัตถุ (Lazarus; & Folkman. 1984: 159 – 164)

ปีเตอร์สันและเซลิกันแมน (Peterson; & Seligman. 1984: 347) นักจิตวิทยาคลีนิกอธิบายการมองโลกในแง่ดีว่าเป็นลักษณะทางบุคลิกภาพด้านปัญญา ซึ่งเป็นผลมาจากนิสัยของบุคคล โดยมีลักษณะนิสัยในการคิดถึงเหตุการณ์ดีๆ ในชีวิตว่าเป็นสิ่งที่เกิดจากสาเหตุภายในตน เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ และจะเกิดขึ้นกับเหตุการณ์อื่นๆ ด้วย ส่วนสถานการณ์เลวร้ายในชีวิตจะให้เหตุผลว่าเป็นสถานการณ์ที่เกิดจากสาเหตุภายนอก ไม่คงทนถาวร เป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นเฉพาะกรณี เรียกโดยรวมว่าเป็นรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดี ดังนั้นคนที่มองโลกในแง่ดีมีความยืดหยุ่น (Resilience) ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆ และสามารถเผชิญกับปัญหาได้ดี ทำให้บุคคลที่มองโลกในแง่ดีประสบความสำเร็จในชีวิตทั้งด้านการเรียน การทำงาน และการแข่งขัน ตลอดจนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43 ; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) เช่นเดียวกับความเชื่อ

อำนาจในการควบคุมตน ซึ่งเป็นลักษณะทางความคิดและความเชื่อ ที่มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิต และเป็นตัวควบคุมพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคล (วรรณดี สุทธินรากร; ปรีชา ตราดธารทิพย์; และ วรรณ ภาษาประเทศ. 2541: 14) ดังนั้นบุคคลที่มีความเชื่อในทางบวกและเชื่ออำนาจภายในตนจะสามารถจัดการกับปัญหาและภาวะยุ่งยากของตนได้ (เวทนี สุขมาก; และ อัจฉรี ศิริสุนทร. 2545: 257; อ้างอิงจาก Bandura.1992: 355)

นอกจากนี้ยังมีตัวแปรที่น่าสนใจอีกตัวหนึ่งคือบทบาททางเพศ ซึ่งในปัจจุบันมีงานวิจัยในประเทศน้อยมากที่ทำการศึกษารoles บทบาททางเพศกับการเผชิญปัญหา ส่วนใหญ่จะทำการศึกษเกี่ยวกับเพศโดยมองข้ามบทบาททางเพศซึ่งมีความลึกซึ้งกว่าดังที่ แมคโคบี (ตระหนักจิต ทองมี. 2545: 12 – 13; อ้างอิงจาก Maccoby. 1988: 762) กล่าวไว้ว่า ความคิดเกี่ยวกับเพศหญิงและเพศชายนั้น เพียงแค่ดูจากลักษณะทางกายภาพก็สามารถบอกได้ว่าแตกต่างกันอย่างไร แต่มโนทัศน์เกี่ยวกับลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงนั้นมีความเกี่ยวเนื่องกับลักษณะทางกายภาพน้อยมากและมีความเหลื่อมซ้อนกันอยู่ระหว่างลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง นั่นคือ คนหนึ่งอาจมีลักษณะความเป็นหญิง (Femininity) มากหรือน้อยก็ได้ แต่ไม่มีใครที่จะเป็นเพศหญิง (Female) มากหรือน้อยได้ จากงานวิจัยของเรนค์และเครซี่ (Renk; & Creasey. 2003: 159 – 168) ที่ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศกับยุทธวิธีการเผชิญปัญหาในเด็กวัยรุ่นตอนปลาย พบว่า วัยรุ่นตอนปลายที่มีลักษณะความเป็นชายสูงจะเลือกใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่าผู้ที่มีลักษณะความเป็นชายต่ำ ในทางตรงกันข้ามวัยรุ่นตอนปลายที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงจะเลือกใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ในระดับสูงกว่าผู้ที่มีลักษณะความเป็นหญิงต่ำ ซึ่งจะเห็นได้ว่าบทบาททางเพศมีความสำคัญต่อการเลือกยุทธวิธีการเผชิญปัญหา

เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังจะพัฒนาเป็นผู้ใหญ่ ต้องมีการเปลี่ยนแปลงและการปรับตัวด้านต่างๆ เป็นอย่างมาก วัยนี้จึงมีลักษณะอารมณ์ที่มีความรุนแรงและความไวมาก นั่นคือมีอารมณ์อ่อนไหวไปตามสิ่งต่างๆ ได้ง่าย อาทิ โกรธง่าย กังวลง่าย เครียดง่าย เสียใจได้ง่ายๆ เป็นต้น สาเหตุเหล่านี้ส่งผลให้เด็กวัยนี้อาจเกิดปัญหาทางอารมณ์และสุขภาพจิตได้มากกว่าวัยอื่น บางครั้งผู้ใหญ่อาจเห็นว่าเป็นเรื่องเล็กน้อย แต่สำหรับวัยรุ่นอาจนำไปสู่การเกิดปัญหาทางอารมณ์รุนแรงและนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตและปัญหาอื่นๆ ตามมาได้ เช่น เมื่อเด็กเกิดการขัดแย้งกับพ่อแม่ เกิดความโกรธความเสียใจ อาจถึงกับหนีออกจากบ้านหรือฆ่าตัวตายได้ ดังนั้นผู้ใหญ่จึงควรใส่ใจและระมัดระวังการเกิดปัญหาทางอารมณ์และสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่น (อุไร สุมาริธรรม. 2545: 104)

จากการศึกษาเอกสารดังกล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งเป็นแนวทางในการจัดการกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดกับบุคคล โดยเฉพาะการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงและปรับตัวในด้านต่างๆ ทั้งด้านการเรียน การทำงาน และการดำรงชีวิตประจำวัน เพราะการเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพจะนำไปสู่การคลายความเครียดและประสบความสำเร็จได้เป็นอย่างดี ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวัยยุทธวิธีการเผชิญปัญหาใดที่มีประสิทธิภาพ และกลุ่มตัวแปรปัจจัยภายในตัวบุคคลด้านลักษณะ

ความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจภายนอกตน ซึ่งแบ่งย่อยเป็น ความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหาอย่างไร เพื่อวัยรุ่นและวัยรุ่นเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเผชิญปัญหาเพิ่มมากขึ้น และเป็นประโยชน์ในด้านการเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของกลุ่มตัวแปรปัจจัย ซึ่งคัดสรรมาจากทฤษฎีที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชลบุรี โดยสามารถจำแนกเป็นวัตถุประสงค์การวิจัยได้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาลักษณะยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของกลุ่มตัวแปรอิสระ กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์
3. เพื่อศึกษาน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยเชิงสาเหตุ ที่ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยที่ได้ในครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ รวมทั้งระดับน้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรอิสระ ที่ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหาในแต่ละด้าน ซึ่งจะเป็นประโยชน์กับตัวนักเรียนโดยตรงในการได้เรียนรู้ว่าวิธีการเผชิญปัญหาในลักษณะใดมีประสิทธิภาพสามารถจัดการกับปัญหาหรือความเครียดได้ตามความเป็นจริง อีกทั้งยังเป็นแนวทางให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือครูได้ช่วยกันสอดส่องและคอยแนะนำให้นักเรียนได้เลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมอีกด้วย

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ประจำภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จำนวน 5,295 คน จาก 33 โรงเรียน เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ 6 โรงเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่ 5 โรงเรียน โรงเรียนขนาดกลาง 17 โรงเรียน และโรงเรียนขนาดเล็ก 5 โรงเรียน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ประจำภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จำนวน 483 คน จาก 10 โรงเรียน จำแนกเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ 2 โรงเรียน จำนวน 274 คน โรงเรียนขนาดใหญ่ 2 โรงเรียน จำนวน 80 คน โรงเรียนขนาดกลาง 5 โรงเรียน จำนวน 115 คน และโรงเรียนขนาดเล็ก 1 โรงเรียน จำนวน 14 คน ที่ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two – Stage Random Sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรปัจจัยเชิงสาเหตุ ประกอบด้วย
 - 1.1 ลักษณะความเป็นชาย (Masculinity: Mas.)
 - 1.2 ลักษณะความเป็นหญิง (Femininity: Fem.)
 - 1.3 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: Opt.)
 - 1.4 ความเชื่ออำนาจภายในตน (Internal Locus of Control: ILC)
 - 1.5 ความเชื่ออำนาจผู้อื่น (Powerful Locus of Control: PLC)
 - 1.6 ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ (Chance Locus of Control: CLC)
2. ตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ประกอบด้วย
 - 2.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem–Focused Coping: PFC)
 - 2.2 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion–Focused Coping: EFC)

สมมติฐานของการวิจัย

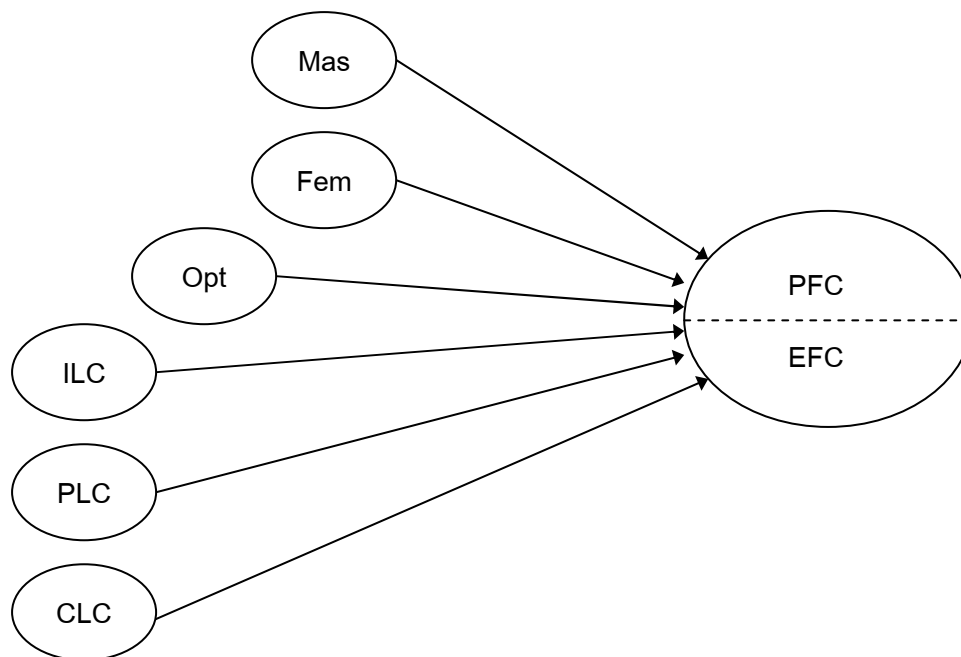
จากทฤษฎีและหลักการที่ศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยได้กำหนดสมมติฐานของการวิจัย ดังนี้

1. กลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

2. กลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีของตัวแปรที่นำมาศึกษา

จากการศึกษาทฤษฎีและแนวคิดของลาซารัสและฟอล์คแมน (Lazarus; & Folkman, 1984) ทำให้ผู้วิจัยสามารถแบ่งยุทธวิธีการเผชิญปัญหาออกได้เป็น 2 วิธีการใหญ่ๆ คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (PFC) และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (EFC) นอกจากนี้ การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ยังแสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ที่มีต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ดังแผนภาพความสัมพันธ์ต่อไปนี้



ภาพประกอบ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวแปรที่ศึกษา

จากภาพประกอบ 1 กลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาสามารถจำแนกได้เป็น 2 วิธีการใหญ่ๆ คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (PFC) และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (EFC) ส่วนกลุ่มตัวแปรอิสระที่ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหาทั้งสองนั้น ตัวแรกคือ บทบาททางเพศ ซึ่งแบ่งเป็นลักษณะความเป็นชาย (Mas.) และลักษณะความเป็นหญิง (Fem.) ผู้วิจัยได้มาจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและในต่างประเทศ พบว่า บทบาททางเพศนั้นส่งผลโดยตรงต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา และเพราะว่าบทบาททางเพศเป็นเรื่อง

ที่ละเอียดอ่อนกว่าในเรื่องเพศ อีกทั้งยังมีงานวิจัยในประเทศที่ทำการศึกษาบทยาททางเพศอยู่น้อยมาก ผู้วิจัยจึงสนใจและนำตัวแปรนี้มาทำการศึกษ ตัวแปรต่อมาคือการมองโลกในแง่ดี (Opt.) ซึ่งผู้วิจัยก็ได้มาจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและในต่างประเทศ พบว่าบุคคลที่มีลักษณะการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน จะมียุทธวิธีในการเผชิญปัญหาต่างกัน นั้นแสดงว่าการมองโลกในแง่ดีส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ผู้วิจัยจึงเลือกที่จะนำตัวแปรนี้มาทำการศึกษาและจัดไว้ในกลุ่มตัวแปรอิสระอีกตัวหนึ่ง ส่วนตัวแปรสุดท้ายคือความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ซึ่งแบ่งเป็น ความเชื่ออำนาจภายในตน (ILC) ความเชื่ออำนาจผู้อื่น (PLC) และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ (CLC) ผู้วิจัยได้มาจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและในต่างประเทศ พบว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งจากงานวิจัยในประเทศได้ทำการศึกษโดยแบ่งความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนออกเป็น 2 ลักษณะคือ ความเชื่ออำนาจภายในและความเชื่ออำนาจภายนอก แต่จากการศึกษาเอกสารเพิ่มเติมทำให้ผู้วิจัยพบว่าความเชื่ออำนาจภายนอกนั้น ยังสามารถจำแนกออกได้เป็นความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญได้อีก ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะทำการศึกษโดยจำแนกความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนออกเป็นความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จากที่กล่าวมาในข้างต้นจึงสามารถสรุปได้ว่า กลุ่มตัวแปรอิสระ อันประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ส่งผลโดยตรงต่อกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาอันประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ และจากการพิจารณาค่าน้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรปัจจัยเชิงสาเหตุจากงานวิจัยทั้งในประเทศและในต่างประเทศที่ผ่านมาทำให้ผู้วิจัยสันนิษฐานได้ว่า ตัวแปรปัจจัยเชิงสาเหตุด้านบทยาททางเพศ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงจะส่งผลต่อตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหามากที่สุด รองลงมาคือการมองโลกในแง่ดี และอันดับสุดท้ายคือความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ซึ่งประกอบด้วย ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ นั้นเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ยุทธวิธีการเผชิญปัญหา (Coping: Cop.) หมายถึง ความพยายามของบุคคลอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อตอบสนองต่อความต้องการ และจัดการกับปัญหาที่มาคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคล โดยการแสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมต่างๆ เพื่อที่จะทำให้ความเครียดหรือสิ่งที่มาคุกคามนั้นคลี่คลายลง ประกอบด้วย

1.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – Focused Coping:PFC) หมายถึง วิธีการที่บุคคลพยายามจัดการกับสภาพการณ์ที่เป็นสาเหตุของความเครียดให้คลี่คลายลง โดยการพยายามทำความเข้าใจปัญหา สาเหตุ และหาทางออกที่เป็นไปได้ กลวิธีที่ใช้

อาจมุ่งปรับเปลี่ยนหรือแก้ไขที่สถานการณ์หรือพฤติกรรมของผู้อื่น หรืออาจมุ่งปรับเปลี่ยนแก้ไขที่ตัวบุคคลเอง ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา 6 วิธี ได้แก่

- 1) การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา หมายถึง การลงมือแก้ปัญหาโดยตรง และใช้ความพยายาม ความมานะบากบั่น มากขึ้นในการแก้ปัญหา เพื่อให้ประสบความสำเร็จหรือเกิดสัมฤทธิ์ผล
- 2) การวางแผน หมายถึง กระบวนการคิดและทำความเข้าใจกับปัญหาสาเหตุ เพื่อหาวิธีการที่จะนำมาใช้ในการเผชิญกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการและวางแผนสู่การปฏิบัติ
- 3) การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง หมายถึง การระงับสิ่งที่จะเข้ามารบกวน ความใส่ใจในการเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่
- 4) การชะลอการเผชิญปัญหา หมายถึง การรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องแน่ใจว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้นถ้าด่วนลงมือทำเสียก่อน
- 5) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ หมายถึง วิธีการจัดการกับปัญหาโดยอาศัยความช่วยเหลือหรือสนับสนุนจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น ขอความช่วยเหลือหรือคำปรึกษาจาก พ่อแม่ ครู เพื่อน หรือขอข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์เพิ่มเติม และขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกัน
- 6) การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม หมายถึง การลดความพยายามในการแก้ไขปัญห ซึ่งจะแสดงให้เห็นถึงการที่บุคคลไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ แต่จะปล่อยให้ปัญหานั้นคลี่คลายไปเอง

1.2 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion – Focused Coping: EFC) หมายถึง วิธีการที่บุคคลใช้กระบวนการทางปัญญา เพื่อจัดการหรือควบคุมอารมณ์หรือความทุกข์ที่เกิดจากเหตุการณ์ให้คลี่คลายลง ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา 8 วิธี ได้แก่

- 1) การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ หมายถึง การพูดระบายความทุกข์เพื่อขอความเห็นใจ หรือคำปลอบโยนจากผู้อื่น
- 2) การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต หมายถึง การจัดการกับความกดดันทางอารมณ์ โดยมองสถานการณ์หรือปัญหานั้นๆ ไปในทางที่ดี ในแง่บวกทางบวก และมองหาส่วนดีของเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น
- 3) การยอมรับ หมายถึง การยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น
- 4) การพึ่งศาสนา หมายถึง การใช้วิธีการทางศาสนาเป็นแหล่งช่วยเหลือทางจิตใจในขณะเผชิญปัญหา เช่น การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ หรืออ่านหนังสือธรรมะ
- 5) การปฏิเสธ หมายถึง การปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

6) การระบายออกทางอารมณ์ หมายถึง การให้ความใส่ใจต่ออารมณ์ความรู้สึก และระบายความรู้สึกเหล่านั้นต่อสิ่งต่างๆ อาจทำให้หมกมุ่นกับอารมณ์นั้นมากขึ้น และไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใดๆ เช่น การโวยวาย ร้องไห้

7) การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด หมายถึง การลดความกดดันทางอารมณ์ โดยการไม่คิดถึงวิธีการเผชิญปัญหา หรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยหันไปทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง และไม่นำไปสู่การแก้ปัญหา

8) การใช้สุรา และ/หรือยา หมายถึง การแสวงหาวิธีการต่างๆ ในการลดความตึงเครียด โดยการใช้สุราหรือยา เพื่อลบลืมเหตุการณ์หรือเพื่อให้รู้สึกดีขึ้น

ในการวิจัยครั้งนี้สามารถวัดการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ได้จากแบบสอบถามการเผชิญปัญหาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสูง แสดงว่าใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบนั้นอยู่ในระดับสูง

2. **ลักษณะความเป็นชาย (Masculinity: Mas.)** หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมของบุคคลที่นำไปสู่ความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย มีการแสดงออกในลักษณะของความมีอำนาจในสังคม ปกป้องตนเองได้ มีความสันโดษ กล้าแสดงออก และมีร่างกายที่แข็งแรง

3. **ลักษณะความเป็นหญิง (Femininity: Fem.)** หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมของบุคคลที่สนับสนุนหรือเป็นผลดีต่อการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น มีการแสดงออกในลักษณะของความผูกพัน เป็นมิตร นานะนุ่มนวล มีลักษณะยอมตาม ไม่แยกตัวตามลำพัง และให้ความสนใจตนเอง

ในการวิจัยครั้งนี้สามารถวัดลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง ได้จากแบบสอบถามบทบาททางเพศ ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงของเบีม (Bem.1974) โดยผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสูงแสดงว่ามีลักษณะทางเพศแบบนั้นอยู่ในระดับสูง

4. **การมองโลกในแง่ดี (Optimism: Opt.)** หมายถึง เป็นการคิดหรือมองเหตุการณ์และสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก แม้ว่าเหตุการณ์นั้นจะก่อให้เกิดความกดดันหรือเป็นปัญหาคุกคาม ก็จะสามารถแก้ไขและผ่านพ้นไปได้ พยายามมองหาข้อดีของแต่ละเหตุการณ์ และมองว่าอุปสรรคเหมือนโอกาสหรือบทเรียนที่จะเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับชีวิต

ในการวิจัยครั้งนี้สามารถวัดการมองโลกในแง่ดีได้จากแบบสอบถามการมองโลกในแง่ดีที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุของสุมาลี พัวชู (2547) โดยผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสูงแสดงว่ามีการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับสูง

5. **ความเชื่ออำนาจภายในตน (Internal Locus of Control: ILC)** หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้น เป็นผลมาจากการกระทำของตน และตนเองสามารถควบคุมสถานการณ์ได้ บุคคลประเภทนี้จะมีลักษณะที่มีความเชื่อมั่นในการตัดสินใจของตนเอง มีความกระตือรือร้น ตั้งใจศึกษาหาความรู้ ใช้กระบวนการในการแก้ปัญหา เห็นคุณค่าและความพยายามของตนเอง บุคคลเหล่านี้ยากที่จะชักจูงใจให้หลงเชื่อตามโดยไร้เหตุผล

6. **ความเชื่ออำนาจผู้อื่น (Powerful Locus of Control: PLC)** หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ว่ามีสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้น เป็นเพราะผู้อื่นกระทำให้เกิด ตนเองควบคุมไม่ได้ บุคคลประเภทนี้มีลักษณะเฉื่อยชา ขาดความกระตือรือร้น ไม่พยายามแสวงหาข้อมูลเพื่อแก้ปัญหาของตน ชอบคล้อยตามผู้อื่น เชื่อว่าผู้อื่นมีอิทธิพลกับตนเอง แต่ก็สามารถรับและปฏิบัติตามคำแนะนำต่าง ๆ ได้ง่าย

7. **ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ (Chance Locus of Control: CLC)** หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ว่ามีสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้น เป็นเพราะความบังเอิญที่ต้องเป็นเช่นนั้น ตนเองไม่อาจควบคุมได้ โดยบุคคลประเภทนี้จะเชื่อในเรื่องของเคราะห์กรรม โชคชะตา และปาฏิหาริย์ เป็นต้น

ในการวิจัยครั้งนี้สามารถวัดความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ได้จากแบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยผู้ที่ได้คะแนนจากแบบสอบถามสูงแสดงว่ามีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนด้านนั้นอยู่ในระดับสูง

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำเสนอตามลำดับหัวข้อ ดังต่อไปนี้

1. การเผชิญปัญหา
 - 1.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา
 - 1.2 รูปแบบกระบวนการของความเครียดและการเผชิญความเครียด
 - 1.3 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับวิธีการเผชิญปัญหา
 - 1.4 ปัจจัยที่มีผลต่อวิธีการเผชิญปัญหา
2. บทบาททางเพศ
 - 2.1 ความหมายของลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง
 - 2.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการของบทบาททางเพศ
 - 2.3 การวัดบทบาททางเพศ
3. การมองโลกในแง่ดี
 - 3.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี
 - 3.2 รูปแบบของการอธิบายตนเองของบุคคล
 - 3.3 การฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี
 - 3.4 ประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี
 - 3.5 การวัดการมองโลกในแง่ดี
4. ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน
 - 4.1 ความหมายของความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน
 - 4.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน
 - 4.3 การพัฒนาความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน
 - 4.4 การวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน
5. การวิเคราะห์ค่านิยม
 - 5.1 ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับตัวแปรค่านิยม
 - 5.2 การคำนวณค่าสหสัมพันธ์ค่านิยม
 - 5.3 การทดสอบนัยสำคัญของการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ค่านิยม
 - 5.4 การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง
 - 5.5 การวิเคราะห์ความทับซ้อน

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 6.2 งานวิจัยในประเทศ

1. การเผชิญปัญหา (Coping)

ในภาวะที่คนเราต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ตนเองคิดว่าจะมาคุกคามความเป็นอยู่ที่ดีของตน คนเราจะพยายามต่อสู้เพื่อเผชิญกับภาวะดังกล่าวอย่างดีที่สุด เพื่อให้ไม่让自己เกิดความเครียดหรือเพื่อลดความรุนแรงของความรู้สึกเครียด การต่อสู้ที่ทำให้คนเราพร้อมจะเผชิญกับภาวะที่ทำให้เครียด เรียกว่า การเผชิญความเครียดหรือการเผชิญปัญหานั้นเอง ซึ่งในแต่ละบุคคลจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันออกไปตามแต่ละลักษณะของบุคคล

1.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา

การ์แลนด์และบัช (Garland; & Bush. 1982: 6) กล่าวว่า การเผชิญปัญหาเป็นสิ่งที่บุคคลกระทำเมื่อเกิดปัญหา โดยพยายามจะแบ่งเบา หรือจัดความตึงเครียดและสิ่งคุกคาม ภายหลังจากที่ได้พยายามใช้การตอบสนองเพื่อป้องกันแล้วไม่สามารถจัดการได้

ซาราฟิโน (สรีย์ กาญจนวงศ์; และ จริยาวัตร คมพยัคฆ์. 2545: 22; อ้างอิงจาก Sarafino. 1990) ให้ความหมายของการเผชิญปัญหาว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามจัดการกับความแตกต่างระหว่างความต้องการของสถานการณ์กับทรัพยากรที่ตนเองประเมินในสถานการณ์ที่จะทำให้เกิดความเครียด

เซทลิน (ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน. 2544: 3; อ้างอิงจาก Zeitlin. 1985) กล่าวว่า การเผชิญปัญหานั้นเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการปรับความต้องการของบุคคลและการตอบสนองความต้องการของสภาพแวดล้อมให้ตรงกับเป้าหมายที่สำคัญหรือก่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีขึ้น

ลาซารัส (Lazarus; & Folkman. 1984: 141) กล่าวว่า การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามทางปัญญา และพฤติกรรมของบุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับความต้องการหรือข้อเรียกร้องทั้งจากภายในและภายนอกที่บุคคลประเมินว่าเกินความสามารถที่ตนจะรับได้ หรือเป็นภาวะที่คุกคามต่อความเป็นอยู่ของบุคคล

จากการให้ความหมายของการเผชิญปัญหา ซึ่งให้เห็นว่าการเผชิญปัญหามีลักษณะเป็นกระบวนการ (Process) กล่าวคือ

1. การเผชิญปัญหามีความเกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิดกับการประเมิน หรือการรับรู้ของบุคคลในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง โดยบุคคลจะเกิดความเครียดมากขึ้นขึ้นอยู่กับว่าบุคคลประเมินสิ่งที่ต้องใช้ (Demands) ในสถานการณ์นั้นอย่างไร และประเมินสิ่งที่ตนเองมีอยู่ (Resource) เพื่อใช้ในสถานการณ์นั้นมากน้อยเพียงใด ความแตกต่างอันเนื่องจากการรับรู้หรือการประเมินของบุคคล จึงทำให้บุคคลที่อยู่ในสถานการณ์เดียวกันมีความเครียดต่างกัน

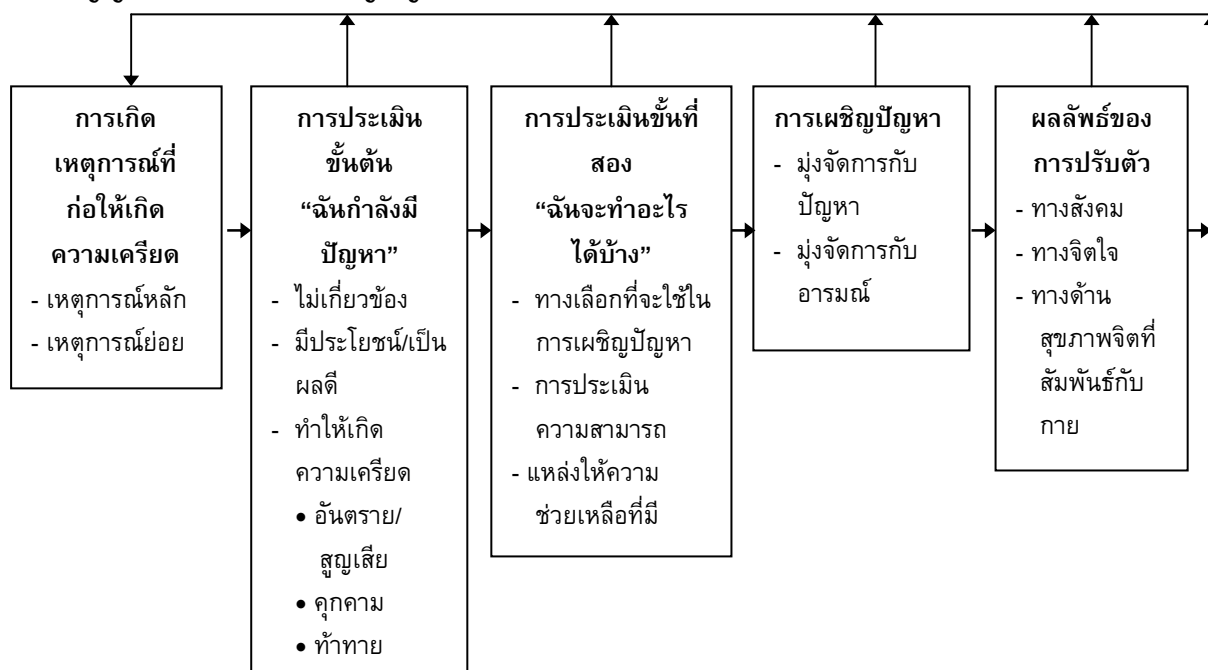
2. การเผชิญปัญหาที่มีลักษณะเป็นพลวัตรหรือเคลื่อนไหวตลอดเวลา กล่าวคือ การเผชิญปัญหาไม่ใช่เป็นการตอบสนองแบบครั้งเดียว แต่ทุกครั้งที่ต้องเผชิญเหตุการณ์ บุคคลจะมีความพยายามในการปรับเปลี่ยนตลอดเวลาและคงวิธีการนั้นไว้ วิธีการนั้นจะถูกนำมาใช้และปรับเปลี่ยนอีก

3. การเผชิญปัญหาที่มีเป้าหมายเป็นที่ตั้ง การเผชิญปัญหาหรือการปรับตัวไม่ใช่เกิดอย่างเลื่อนลอย แต่เป็นการกระทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตนเองต้องการ

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่า การเผชิญปัญหา หมายถึง ความพยายามของบุคคลอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อตอบสนองต่อความต้องการ และจัดการกับปัญหาที่มาคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคล โดยการแสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมต่างๆ เพื่อที่จะทำให้ความเครียดหรือสิ่งที่มาคุกคามนั้นคลี่คลายลง

1.2 รูปแบบกระบวนการของความเครียดและการเผชิญความเครียด

สเลวิน และคนอื่นๆ (Slavin; et al. 1991: 156-163) ได้สรุปรูปแบบกระบวนการของความเครียด และการเผชิญความเครียดตามแนวคิดทฤษฎีความเครียดของลาซารัส (Lazarus; & Folkman.1984) เสนอเป็นแผนภูมิรูปภาพกระบวนการของความเครียดซึ่งมีองค์ประกอบหลัก 5 ประการ คือ การเกิดเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด การประเมินทางปัญญาระดับต้น การประเมินทางปัญญาระดับที่สอง การเผชิญปัญหา และผลลัพธ์ของการปรับตัว ดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 รูปแบบกระบวนการของความเครียดตามทฤษฎีความเครียดของลาซารัส

ที่มา: Slavin, Lesley A.; et al. (1991). *Toward a Multicultural Model of the Stress Process*. p.156 –163.

1. การเกิดเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a Potentially Stressful Event)

เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคลถือเป็นสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้เกิดความเครียดได้ เหตุการณ์ที่สัมพันธ์กับการเกิดภาวะเครียดของบุคคลนั้น พบว่ามักจะเป็นเหตุการณ์ที่แปลกใหม่ เหตุการณ์ที่มีลักษณะไม่แน่นอน และเป็นเหตุการณ์ที่ไม่สามารถทำนายได้ เพราะเหตุการณ์ต่างๆ นี้จะทำให้บุคคลไม่สามารถประเมินได้ว่าตนเองจะควบคุมหรือจัดการกับเหตุการณ์เหล่านี้ได้หรือไม่ นอกจากนี้เหตุการณ์ที่บุคคลเคยประสบมาแล้วว่าเป็นเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายต่อตนเอง เมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ที่คล้ายคลึงกัน บุคคลจะเชื่อมโยงเหตุการณ์ใหม่เข้ากับเหตุการณ์เดิมที่เป็นอันตรายต่อตน เหตุการณ์ใหม่ก็จะก่อให้เกิดภาวะเครียดแก่บุคคลได้เช่นกัน หรืออาจเป็นเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอันยิ่งใหญ่ในชีวิต เช่น การตกงาน การหย่าร้าง เป็นต้น หรือเหตุการณ์ย่อยๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น การจราจรติดขัด การทำงานหนัก เป็นต้น

ความเครียดที่เกิดขึ้นจะมีมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับการประเมินเหตุการณ์และการประเมินความสามารถในการเผชิญเหตุการณ์นั้นๆ ของบุคคล

2. การประเมินทางปัญญาขั้นต้น (Primary Appraisal)

เมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ บุคคลก็จะประเมินเหตุการณ์ที่ประสบโดยทั่วไป ไม่เฉพาะเจาะจง เพื่อที่จะตัดสินว่าเหตุการณ์นั้นมีผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่ เป็นการประเมินสถานการณ์ว่าเป็นอย่างไร เช่น การถามตนเองว่า “เหตุการณ์นี้เป็นปัญหากับฉันหรือไม่” ในการประเมินขั้นนี้ บุคคลจะประเมินเหตุการณ์ออกมาใน 3 ลักษณะ คือ

1. ลักษณะที่ไม่เกี่ยวข้องกับตน
2. ลักษณะที่มีประโยชน์และเป็นผลดีกับตน
3. ลักษณะที่ก่อความยุ่งยากและเป็นปัญหากับตน

ในเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าไม่เกี่ยวข้องกับตน หรือมีประโยชน์เป็นผลดีกับตน บุคคลก็จะไม่เกิดความเครียด แต่ถ้าบุคคลประเมินว่าเหตุการณ์นั้นก่อให้เกิดความยุ่งยากเป็นปัญหาต่อตนเอง เหตุการณ์นั้นก็จะก่อให้เกิดความเครียดแก่บุคคล ซึ่งเหตุการณ์ที่จะทำให้เกิดความเครียดแก่บุคคลนั้นเกิดได้จากการประเมินใน 3 ลักษณะ ได้แก่ การประเมินว่าเหตุการณ์นั้นเป็นอันตรายหรือเป็นการสูญเสีย เหตุการณ์นั้นมีลักษณะคุกคาม และเหตุการณ์นั้นเป็นเหตุการณ์ที่ท้าทายความสามารถ ดังนี้

1. อันตรายหรือสูญเสีย (Harm/Loss) เป็นการประเมินผลของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้านลบ หลังจากที่เหตุการณ์ผ่านไปแล้ว ผลของเหตุการณ์ก่อให้เกิดความรู้สึกสูญเสีย หรืออันตรายต่อบุคคล

2. ภาวะคุกคาม (Threat) เป็นการประเมินเหตุการณ์โดยบุคคลคาดคะเนว่าเหตุการณ์นั้นจะทำให้เกิดอันตรายหรือเป็นการสูญเสีย เป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางลบ

3. ทำทาย (Challenge) เป็นการประเมินเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นโดยการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ว่าตนจะได้รับประโยชน์หรือเป็นผลดีกับตน ซึ่งเป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางบวก

ในเหตุการณ์เพียงเหตุการณ์เดียว บุคคลอาจประเมินผลออกมาได้มากกว่า 1 ลักษณะก็ได้ โดยเหตุการณ์นั้นบุคคลอาจจะรู้สึกว่าคุณค่าของตนพร้อมๆ กับความรู้สึกว่าทำทายความสามารถของตนด้วยก็ได้ ซึ่งหมายถึงการประเมินนั้นมีผลทั้งทางลบและทางบวกต่อบุคคล และในเหตุการณ์หนึ่งๆ อาจทำให้บุคคลเกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกันได้ หรืออาจจะทำให้บางคนไม่รู้สึกเครียดก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกันของบุคคล

3. การประเมินทางปัญญาระดับที่ 2 (Secondary Appraisal)

เมื่อบุคคลประเมินในขั้นต้นแล้วพบว่า เหตุการณ์นั้นก่อให้เกิดอันตราย หรือสูญเสียคุณค่า หรือทำทาย ก็จะไปสู่การประเมินในขั้นที่ 2 โดยขั้นนี้บุคคลถามตนเองว่า “ฉันสามารถทำอะไรกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้บ้าง” ซึ่งเป็นการประเมินความสามารถของตน รวมทั้งแหล่งทรัพยากรที่จะให้ความช่วยเหลือต่างๆ มาพิจารณาร่วมกัน เพื่อเลือกเป็นแนวทางที่จะนำไปใช้ในการเผชิญปัญหา

การประเมินในขั้นต้นกับการประเมินในขั้นที่ 2 นี้จะมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกัน โดยปกติแล้วเมื่อมีการประเมินขั้นต้นเกิดขึ้น ก็จะมีการประเมินขั้นที่ 2 เกิดตามมาอย่างต่อเนื่อง แต่ความต่อเนื่องนี้ก็ไม่จำเป็นจะต้องเกิดทุกครั้ง ในบางครั้งการประเมินครั้งที่ 2 อาจเกิดขึ้นหลังจากที่มีการประเมินในขั้นต้นผ่านไปแล้วช่วงเวลาหนึ่งก็ได้ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการประเมินในแต่ละขั้นอาจจะไม่สอดคล้องกันก็ได้ เช่น การประเมินในขั้นต้นเมื่อบุคคลประเมินเหตุการณ์แล้วพบว่า เป็นเหตุการณ์ที่คุณค่าต่อชีวิตตน แต่เมื่อบุคคลเริ่มประเมินในขั้นที่ 2 พบว่า แม้ว่าตนจะไม่สามารถจัดการกับเหตุการณ์ด้วยตนเองได้ แต่บุคคลสามารถหาแหล่งสนับสนุนอื่นๆ มาแก้ไขได้ การประเมินในขั้นนี้บุคคลอาจเปลี่ยนจากความรู้สึกคุณค่าในขั้นแรก มาเป็นความรู้สึกทำทายแทนได้ และการประเมินในขั้นที่ 2 นี้ หากบุคคลประเมินแล้วพบว่ามีความสามารถจำกัด และไม่มีแหล่งสนับสนุนใดๆ ความเครียดก็ยังคงเกิดขึ้นอยู่ และอาจนำบุคคลไปสู่การประเมินขั้นต้นใหม่ได้อีกครั้ง

4. การเผชิญปัญหา (Coping Effort)

ในขั้นของการเผชิญปัญหานี้ เป็นขั้นของการดำเนินการเพื่อการจัดการกับปัญหาหรือความเครียดที่เกิดขึ้น ลาซารัสและฟอล์คแมน (Lazarus; & Folkman, 1984: 36) ได้จำแนกวิธีการเผชิญปัญหาออกเป็น 2 วิธี คือ

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – Focused Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามจัดการกับสภาพการณ์ที่เป็นสาเหตุของความเครียดให้คลี่คลายลง โดยพยายามทำความเข้าใจปัญหา สาเหตุ และหาทางออกที่เป็นไปได้ กลวิธีที่ใช้อาจมุ่งปรับเปลี่ยนหรือแก้ไขที่สถานการณ์หรือพฤติกรรมของผู้อื่น หรืออาจมุ่งปรับเปลี่ยนแก้ไขที่ตัวบุคคลเอง

2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion – Focused Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลใช้กระบวนการทางปัญญา เพื่อจัดการหรือควบคุมอารมณ์ หรือความทุกข์ที่เกิด

จากเหตุการณ์ให้คลี่คลายลง วิธีการที่ใช้อาจจะเป็นการมองปัญหาใหม่ในทางบวก การทำสมาธิ หรือการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นต้น

กระบวนการเผชิญปัญหาตามแนวคิดนี้มีลักษณะที่สำคัญ 3 ประการ คือ

1) การเผชิญปัญหาขึ้นอยู่กับบริบทของปัญหาหรือเหตุการณ์ที่เผชิญมากกว่า ลักษณะของบุคลิกภาพของบุคคล ซึ่งมีลักษณะที่ถาวรเปลี่ยนแปลงได้ยาก

2) ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาเป็นความพยายามของบุคคลในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น สิ่งที่สำคัญของการเผชิญปัญหาอยู่ที่ความพยายามจัดการกับปัญหามากกว่าประสิทธิภาพของผลที่ได้รับจากการเผชิญปัญหา

3) การเผชิญปัญหาเป็นกระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง โดยทั่วไปบุคคลจะใช้องค์วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในกรณีที่ไม่พิจารณาแล้วพบว่าตนสามารถควบคุมหรือจัดการกับปัญหานั้นได้ และมักจะใช้องค์วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์เมื่อเห็นว่าปัญหานั้นตนไม่สามารถควบคุมได้ หรือยากเกินกว่าที่ตนจะแก้ไขได้ วิธีการเผชิญปัญหาที่เป็นผลดีกับบุคคลมากที่สุดก็คือ การใช้กลวิธีทั้ง 2 แบบนี้ผสมผสานร่วมกันอย่างเหมาะสม โดยใช้ให้เกิดการสนับสนุนซึ่งกันและกันในการจัดการกับปัญหาอย่างแท้จริง จึงจะนำไปสู่การจัดการกับปัญหาได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

5. ผลลัพธ์ของการปรับตัว (Adaptational Outcome)

ลาซารัสและโฟล์คแมน (Lazarus; & Folkman. 1984: 79 – 84) ได้จำแนกผลการปรับตัวต่อความเครียด ซึ่งเป็นผลที่เกิดขึ้นจากการเผชิญปัญหาที่ใช้ อาจจะเป็นผลระยะสั้นหรือระยะยาวไว้ 3 ด้าน คือ

1. ผลทางด้านสังคม (Social Functioning) เป็นผลของการปรับตัวต่อความเครียดของบุคคลซึ่งเกิดจากการตอบสนองตามบทบาทหน้าที่ของตน เช่น บทบาทของพ่อ-แม่สามี-ภรรยา หรือนายจ้าง-ลูกจ้าง ผลการปรับตัวทางด้านสังคม ได้แก่ ความพึงพอใจที่เกิดจากการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น หรือการมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการรักษาบทบาทหน้าที่ของตน หรือรักษาสัมพันธภาพระหว่างตนกับผู้อื่นไว้ได้ เป็นต้น

2. ผลทางด้านจิตใจ (Morale) ผลทางด้านจิตใจเกี่ยวข้องกับเรื่องของบุคคลว่ารู้สึกอย่างไรกับตนเอง และรู้สึกอย่างไรกับสภาพการณ์ชีวิตของตน

3. ผลทางด้านสุขภาพจิตที่สัมพันธ์กับกาย (Somatic Illness) อารมณ์ ความเครียดและการเผชิญปัญหาเป็นองค์ประกอบที่มีผลต่อสุขภาพร่างกาย โดยเฉพาะกลวิธีในการเผชิญความเครียดมีผลทำให้บุคคลสามารถตอบสนองต่อความต้องการทางด้านร่างกาย หรือมีผลทำให้บุคคลมีสุขภาพร่างกายทรุดโทรม ขึ้นอยู่กับวิธีการเผชิญปัญหาที่บุคคลเลือกใช้

ในกระบวนการของความเครียดและการเผชิญความเครียดทั้ง 5 ประการนี้ สเลวินและคนอื่นๆ (Slavin; et al. 1991: 163) อธิบายว่า กระบวนการเหล่านี้ไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นตามลำดับหรือเกิดขึ้นต่อเนื่องกัน ผลที่เกิดขึ้นในกระบวนการย่อยแต่ละขั้นอาจทำให้บุคคลย้อนกลับไปสู่การประเมินในกระบวนการย่อยที่ผ่านมาอีกครั้งก็ได้ เช่น ในการประเมินขั้นต้นบุคคลเคย

ประเมินว่าเหตุการณ์นั้นคุกคามต่อชีวิต เมื่อบุคคลเข้าสู่อการประเมินขั้นที่ 2 พบว่ามีวิธีการที่จะจัดการกับปัญหานั้นเพียงพอ บุคคลก็จะย้อนกลับไปสู่อการประเมินขั้นต้นอีกครั้งหนึ่ง โดยเปลี่ยนจากเหตุการณ์ที่เคยประเมินว่าคุกคามไปสู่อการประเมินใหม่ว่า เหตุการณ์นั้นทำหายหรือคุกคามน้อยลง หรือในกรณีที่บุคคลใช้วิธีการประเมินว่ามีวิธีจัดการกับปัญหาเพียงพอ เมื่อบุคคลใช้วิธีการเผชิญปัญหาไปแล้ว พบว่าไม่ได้ผล ไม่สามารถทำให้ความเครียดหรือปัญหาลดลงได้ บุคคลก็จะย้อนกลับไปประเมินในขั้นต้นอีกครั้ง หรืออาจจะย้อนกลับมาพิจารณาหาวิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมใหม่ ซึ่งวงจรเหล่านี้เป็นวงจรที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีก และมีการเปลี่ยนแปลงไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับความเครียดหรือปัญหาให้ลดลง

1.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวิธีการเผชิญปัญหา

ในการศึกษาวิธีการในการเผชิญปัญหาหรือการจัดการกับความเครียด โครงสร้างวิธีการที่ใช้โดยทั่วไปในการเผชิญความเครียด 2 วิธี คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ของลาซารัสและฟอล์คแมน (Lazarus; & Folkman. 1984: 36) เป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวาง มีนักวิจัยที่ได้เสนอแนวคิดวิธีการเผชิญปัญหาที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจงแยกย่อยออกไปเป็นจำนวนมาก ดังเช่น

วิธีการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ (1989)

จากงานวิจัยยุทธวิธีการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ (สุภาพรรณ โคตรจรัส. 2539: 6 – 7; อ้างอิงจาก Carver; Scheier; & Weintraub. 1989) ซึ่งใช้ทฤษฎีความเครียดของลาซารัสและรูปแบบการกำกับตนเองเป็นพื้นฐานในการวิจัย ได้เสนอยุทธวิธีการเผชิญปัญหาที่บุคคลใช้ 14 วิธี คือ

1. การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา (Active Coping) เป็นกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหาเพื่อจัดการสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด รวมถึงการลงมือแก้ปัญหาโดยตรง การใช้ความพยายามมากขึ้นในการแก้ปัญหา การดำเนินการแก้ปัญหาดำเนินการตามขั้นตอน
2. การวางแผน (Planning) เป็นการคิดหาวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด คิดหาวิธีที่จะนำมาใช้ ขั้นตอนในการดำเนินการและวางแผนสู่การปฏิบัติ
3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing Activities) เป็นการระงับสิ่งที่ จะเข้ามารบกวนความสนใจในการเผชิญปัญหาอย่างเต็มที่
4. การชะลอการเผชิญปัญหา (Restraint Coping) เป็นการรอโอกาสที่เหมาะสมจึงจะลงมือทำ ต้องทำให้แน่ใจว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้นถ้าด่วนลงมือทำเสียก่อน
5. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ (Seeking Social Support for Instrumental Reasons) เป็นการขอคำปรึกษา ขอทราบข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับเหตุการณ์เพิ่มเติม ขอทราบแนวทางการเผชิญปัญหาจากผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกัน

6. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ (Seeking Social Support for Emotional Reasons) เป็นการพูดระบายความทุกข์เพื่อขอความเห็นใจ คำปลอบโยน

7. การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) เป็นการจัดการกับความกดดันทางอารมณ์มากกว่าจัดการเปลี่ยนสถานการณ์ โดยมองสถานการณ์นั้นในแง่บวกใหม่ในทางบวก พยายามมองหาส่วนดีของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับนั้น

8. การยอมรับ (Acceptance) เป็นการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น

9. การพึ่งศาสนา (Turning to Religion) เป็นการใช้ศาสนาเป็นแหล่งช่วยเหลือทางจิตใจในขณะเผชิญปัญหา การใช้วิธีการทางศาสนา เช่น การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ

10. การปฏิเสธ (Denial) เป็นการปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้น และไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

11. การระบายออกทางอารมณ์ (Focus On and Venting of Emotions) เป็นการให้ความใส่ใจต่ออารมณ์ ความรู้สึกที่มี และระบายความรู้สึกเหล่านั้น

12. การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (Behavioral Disengagement) เป็นการลดความพยายามในการแก้ไขปัญหา เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการช่วยตนเองไม่ได้

13. การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement) เป็นการลดความกดดันทางอารมณ์โดยการไม่คิดถึงวิธีการเผชิญปัญหา หรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยหันไปทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง ไม่นำไปสู่การแก้ปัญหา

14. การใช้สุรา และ/หรือยา (Alcohol and/or Drug Use) เป็นการใช้สุราหรือยาเพื่อลืมเหตุการณ์ หรือเพื่อให้รู้สึกดีขึ้น

จากการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างวิธีการเผชิญปัญหา 14 แบบ ดังกล่าว พบความสัมพันธ์แบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่อาจจัดได้ว่าเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่ให้ผลทางบวก ได้แก่ วิธีการลงมือดำเนินการแก้ปัญหา การวางแผน การระงับกิจกรรมอื่นที่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การยอมรับ และการพึ่งศาสนา และกลุ่มที่อาจจัดได้ว่าเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่ให้ผลทางลบ ได้แก่ การปฏิเสธ การระบายออกทางอารมณ์ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด และการใช้สุราและ/หรือยา

นอกจากนี้วิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 14 วิธี ยังสามารถจัดตามกรอบแนวคิดโครงสร้างวิธีการที่ใช้โดยทั่วไปในการเผชิญปัญหาของลาซาร์สและฟอล์คแมน ได้ดังนี้คือ

วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – Focused Coping)

ได้แก่ วิธีการเผชิญปัญหาแบบการลงมือดำเนินการแก้ปัญหา การวางแผน การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ และการไม่แสดงออกทางพฤติกรรม

วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion – Focused Coping)

ได้แก่ วิธีการเผชิญปัญหาแบบการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต การยอมรับ การพึ่งพิง การปฏิเสธ การระบายออกทางอารมณ์ การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด และการใช้สุราหรือยา

วิธีการเผชิญปัญหาของฟรายเดนเบิร์กและเลวิส (1993)

ฟรายเดนเบิร์กและเลวิส (วีณา มิ่งเมือง. 2540: 27 – 31; อ้างอิงจาก Frydenberg; & Lewis. 1993) ได้ศึกษารวบรวมวิธีการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น โดยยึดทฤษฎีของลาซารัสและคณะร่วมกับลักษณะพัฒนาการของวัยรุ่นตามทฤษฎีของอีริคสัน และงานวิจัยเกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่นของเฮเซอร์และโบลด์ เป็นพื้นฐานในการศึกษาวิจัย โดยเสนอวิธีการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นทั้งหมด 18 วิธี ได้แก่

1. การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย (Seek Relaxing Diversion) เป็นการแสวงหาวิธีการต่างๆ ที่กระทำแล้วทำให้บุคคลรู้สึกเพลิดเพลินหรือบุคคลรู้สึกผ่อนคลายจากปัญหาหรือความเครียดได้ โดยเป็นวิธีที่ไม่เป็นโทษต่อร่างกายและไม่เกี่ยวข้องกับการกีฬา เช่น การฟังเพลง การเล่นเกม หรือการพักผ่อน เป็นต้น

2. การทำงานเพื่อสัมฤทธิ์ผล (Work & Achieve) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยแสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความมานะบากบั่นในการทำงาน เพื่อให้ประสบความสำเร็จหรือเกิดสัมฤทธิ์ผลในงาน เช่น การขยันทำงานมากขึ้น การติดตามงานที่ต้องการจะทำ เป็นต้น

3. การแก้ปัญหา (Solving the Problem) เป็นกระบวนการคิดทำความเข้าใจกับปัญหาสาเหตุ เพื่อหาวิธีในการแก้ปัญหา แล้วดำเนินการหรือลงมือแก้ปัญหาตามขั้นตอน ซึ่งเป็นวิธีการจัดการกับปัญหาอย่างเป็นระบบ

4. การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย (Physical Recreation) เป็นการปฏิบัติด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้ร่างกายได้รับการผ่อนคลาย และมีสุขภาพที่แข็งแรง เช่น การเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย เป็นต้น

5. การคบหาเพื่อนสนิท (Investing in Close Friend) เป็นการกระทำเพื่อสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีหรือสร้างความใกล้ชิดสนิทสนมกับเพื่อนชายหรือหญิง เช่น การให้เวลากับเพื่อน การนัดพบปะเพื่อนฝูง เป็นต้น

6. การมุ่งเน้นในด้านบวก (Focus on Positive) เป็นการมองสถานการณ์หรือปัญหานั้นๆ ไปในทางที่ดี ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่เป็นมุมมองทางบวกต่อชีวิตและ

สถานการณ์ต่างๆ ได้แก่ การมองหาส่วนดีของเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น การพยายามทำชีวิตให้สดใส ร่าเริง เป็นต้น

7. การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seek to Belong) เป็นการแสวงหาวิธีการต่างๆ ที่กระทำแล้วทำให้ตนเองได้รับการยอมรับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เช่น การพยายามทำให้บุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองประทับใจตนเอง การพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อนๆ เป็นต้น

8. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) เป็นวิธีการเผชิญปัญหาโดยมุ่งเน้นจัดการกับปัญหา แต่วิธีการจัดการนั้นอาศัยความช่วยเหลือ หรือสนับสนุนจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น การขอความช่วยเหลือจาก พ่อแม่ ครู หรือเพื่อน ขอคำแนะนำจากผู้อื่นมา แก้ปัญหาของตน เป็นต้น

9. การแสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ (Seeking Spiritual Support) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหา โดยการนำเอาความเชื่อความศรัทธาทางศาสนามาใช้จัดการกับปัญหา เช่น การสวดมนต์อธิษฐานขอให้พระคุ้มครอง หรือการอ่านหนังสือธรรมะ เป็นต้น

10. การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ (Seeking Professional Help) เป็นการเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการที่สาเหตุของปัญหา แต่การจัดการกับปัญหานั้นอาศัยความช่วยเหลือสนับสนุนจากผู้เชี่ยวชาญโดยเฉพาะ เช่น การขอรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

11. การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา (Social Action) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยใช้การรวมกลุ่ม หรือหาพวกมาร่วมกันจัดการกับปัญหาแทนการจัดการกับปัญหาด้วยตนเองเพียงลำพัง

12. การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา (Wishful Thinking) เป็นการจัดการกับปัญหาโดยใช้การคิดหวัง หรือปรารถนาที่จะให้ปัญหาหรือความทุกข์คลี่คลายลง เช่น การปรารถนาจะให้สิ่งปาฏิหาริย์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น หรือการคิดจินตนาการว่าทุกอย่างจะกลับจากร้ายกลายเป็นดี เป็นต้น

13. การเก็บปัญหาไว้คนเดียว (Keep to Self) เป็นการเก็บเอาความคิด ความรู้สึกที่เป็นทุกข์หรือความกดดันต่างๆ ไว้กับตนเอง และหลีกเลี่ยงที่จะพบปะผู้อื่น

14. การตำหนิตนเอง (Self – Blame) เป็นการโทษตนเอง ตำหนิตนเองว่าเป็นตัวการที่ทำให้ความยุ่งยากหรือปัญหาต่างๆ เกิดขึ้น มักจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถจะจัดการกับปัญหาได้ หรือมองไม่เห็นทางออกของปัญหา

15. การมีความกังวล (Worry) เป็นการลดความคับข้องใจ หรือความกดดันทางอารมณ์ด้วยการคิดเกี่ยวกับปัญหามากขึ้น แต่ไม่สามารถช่วยให้ความทุกข์ลดลงได้ เนื่องจากความคิดนั้นมักเป็นความคิดในทางลบ

16. การไม่รับรู้ปัญหา (Ignore the Problem) เป็นการตัดปัญหา หลีกเลี่ยงปัญหา และไม่ยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้ตนเองรู้สึกดี

17. การไม่เผชิญกับปัญหา (Not Coping) เป็นวิธีการที่แสดงให้เห็นถึงการที่บุคคลไม่สามารถจัดการใดๆ กับปัญหา หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ และมีแนวโน้มที่จะพัฒนาไปสู่อาการทางกายที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ

18. การลดความตึงเครียด (Tension Reduction) เป็นการแสวงหาวิธีการต่างๆ เพื่อจะช่วยให้ความเครียดลดลง เช่น การดื่มเหล้า สูบบุหรี่ หรือการใช้ยาเสพติด เป็นต้น

นอกจากนี้ฟรายเดนเบอร์กและเลวิส (วีณา มิ่งเมือง. 2540: 30 – 31; อ้างอิงจาก Frydenberg; & Lewis: 1991a; Frydenberg. 1997) ยังได้ทำการจัดแบ่งกลุ่มวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธี ข้างต้น ออกเป็น 3 กลุ่ม ตามลักษณะหน้าที่การทำงานของวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ (Functional) และลักษณะที่ไม่มีประสิทธิภาพ (Dysfunctional) ดังนี้คือ

กลุ่มที่หนึ่ง เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเอง (Solving the Problem or Problem – Focused) ได้แก่ การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การทำงานเพื่อสัมฤทธิ์ผล การคบเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การมุ่งเน้นในด้านบวก และการแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย

กลุ่มที่สอง เป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่นๆ (Reference to Others) ได้แก่ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และการรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา

กลุ่มที่สาม เป็นการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา (Non – Productive Coping or Avoidance Coping) ได้แก่ การมีความกังวล การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การไม่รับรู้ปัญหา การไม่เผชิญปัญหา การเก็บปัญหาไว้คนเดียว การตำหนิตนเอง และลดความตึงเครียด

จากวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 18 วิธี เหล่านี้ สามารถจัดตามกรอบแนวคิดโครงสร้างวิธีการเผชิญปัญหาของลาซาร์สและฟอล์คแมน ได้ดังนี้คือ

วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – Focused Coping)
ได้แก่ วิธีการเผชิญปัญหาแบบการทำงานและสัมฤทธิ์ผล การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การคบหาเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การแสวงหาสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา และการไม่เผชิญปัญหา

วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion – Focused Coping)
ได้แก่ วิธีการเผชิญปัญหาแบบการแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย การมุ่งเน้นในด้านบวก การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การไม่รับรู้ปัญหา การตำหนิตนเอง การมีความกังวล การลดความตึงเครียด และการเก็บปัญหาไว้คนเดียว

จากแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวิธีการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ และของฟรายเดนเบอร์เกอร์และเลวิส พบว่า แนวคิดทั้งสองนี้มีวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของบุคคลที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจงแตกต่างกันไป โดยแนวคิดของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ จะเน้นผลลัพธ์ที่เกิดจากวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งจะประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหาที่ทำให้เกิดผลทางบวกและทางลบ ส่วนแนวคิดของฟรายเดนเบอร์เกอร์และเลวิส จะเน้นลักษณะวิธีการเผชิญปัญหา แต่แนวคิดทั้งสองนี้มีวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาลักษณะคล้ายคลึงกัน และสามารถนำมาจัดตามกรอบแนวคิดโครงสร้างวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาของลาซารัสและฟอล์คแมน (Lazarus; & Folkman.) ได้ดังแสดงในตาราง 1 ดังนี้

ตาราง 1 เปรียบเทียบยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแนวคิดของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ กับ ฟรายเดนเบอร์เกอร์และเลวิส

ยุทธวิธีการเผชิญปัญหา		
	คาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ	ฟรายเดนเบอร์เกอร์และเลวิส
มุ่งจัดการกับปัญหา	- การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา - การวางแผน - การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง - การชะลอการเผชิญปัญหา - การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ - การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม	- การทำงานเพื่อสัมฤทธิ์ผล - การแก้ปัญหา - การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย - การคบหาเพื่อนสนิท - การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม - การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม - การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ - การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา - การไม่เผชิญปัญหา
มุ่งจัดการกับอารมณ์	- การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับความกำลังใจ - การตีความหมายใหม่ในทางบวก - การยอมรับ - การพึ่งศาสนา - การปฏิเสธ - การระบายออกทางอารมณ์ - การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด - การใช้สุรา และ/หรือยา	- การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อผ่อนคลาย - การมุ่งเน้นในด้านบวก - การแสวงหาการสนับสนุนทางด้านจิตใจ - การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา - การเก็บปัญหาไว้คนเดียว - การตำหนิตนเอง - การมีความกังวล - การไม่รับรู้ปัญหา - การลดความตึงเครียด

จากตาราง 1 จะเห็นได้ว่า แนวคิดของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ กับ ฟรายเดนเบิร์ก และเลวิส สามารถนำมาจัดตามกรอบแนวคิดโครงสร้างวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาได้เหมือนกัน คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ แต่ถ้าจะมองในแง่ของวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ (Functional) และไม่มีประสิทธิภาพ (Dysfunctional) ก็พบว่า ตามแนวคิดของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพหรือมีความเหมาะสมก็คือ วิธีการเผชิญปัญหาที่ให้ผลทางบวก ส่วนวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพและไม่สามารถแก้ปัญหาหรือคลายความเครียดได้จริงก็คือ วิธีการเผชิญปัญหาที่ให้ผลทางลบนั่นเอง และถ้าเป็นแนวคิดของฟรายเดนเบิร์กและเลวิส วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพก็คือ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงความพยายามในการจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเอง และโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่นๆ ส่วนวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ วิธีที่แสดงให้เห็นถึงลักษณะของการไม่สามารถจัดการกับปัญหา หรือหลีกเลี่ยงปัญหานั้นเอง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะทำการศึกษาวิจัย โดยจำแนกวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาตามโครงสร้างวิธีการเผชิญปัญหาของลาซารัสและโพล์คแมน คือ วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ และแบ่งวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาตามแนวคิดวิธีการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ เนื่องจากจริงๆ แล้วทั้งแนวคิดของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ กับ ฟรายเดนเบิร์กและเลวิส มีความคล้ายคลึงและใกล้เคียงกันมาก แต่จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยจะเห็นได้ว่า แนวคิดของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ สามารถจำแนกตามโครงสร้างวิธีการเผชิญปัญหาของลาซารัสและโพล์คแมน ที่ผู้วิจัยได้ยึดเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ได้ชัดเจนและครอบคลุมกว่า ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกที่จะทำการศึกษาวิจัยตามแนวคิดของลาซารัสและโพล์คแมน และใช้วิธีการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ

1.4 ปัจจัยที่มีผลต่อวิธีการเผชิญปัญหา

วิธีการเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันไป บุคคลจะมีวิธีการเผชิญปัญหาอย่างไรและประสบความสำเร็จในวิธีการเผชิญปัญหาที่ใช้มากน้อยเพียงไร ขึ้นอยู่กับแหล่งทรัพยากรที่อยู่ภายในและภายนอกของตัวบุคคล (Lazarus; & Folkman. 1984: 157 – 164) ดังนี้

1. ภาวะสุขภาพและพลังกำลังของบุคคล (Health and Energy) ภาวะสุขภาพและพลังกำลังมีผลกระทบต่องานวิธีการเผชิญปัญหาของบุคคล บุคคลที่มีสุขภาพดี มีพลังกำลังแข็งแรงย่อมมีความเข้มแข็งและคงทนต่อภาวะความเครียดได้มากกว่าบุคคลที่เจ็บป่วย หรือไม่มีพลังกำลัง

2. ความเชื่อในทางบวก (Positive Believe) ความเชื่อในทางบวกที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหา คือ ความเชื่อในความสามารถของตน หรือความเชื่ออำนาจภายในตนกับความเชื่ออำนาจภายนอกตน บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมักจะใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ส่วนบุคคลที่เชื่ออำนาจภายนอกตนมักจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

3. ทักษะในการแก้ปัญหา (Problems – Solving Skills) บุคคลที่สามารถแสวงหาความรู้ข้อมูลต่างๆ สามารถใช้ความคิดอย่างมีเหตุผล รวมทั้งสามารถคิดวิเคราะห์สถานการณ์ต่างๆ ได้ดี จะเป็นทรัพยากรที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับปัญหาได้ดียิ่งขึ้น

4. ทักษะทางด้านสังคม (Social Skills) เป็นการแสดงถึงความสามารถของบุคคลในการที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น บุคคลที่มีทักษะนี้ดีก็จะช่วยเอื้ออำนวยให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ดี

5. การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนหรือได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ก็จะช่วยให้บุคคลมีแหล่งทรัพยากรที่จะจัดการกับปัญหาได้มากขึ้น

6. แหล่งทรัพยากรทางด้านวัตถุ (Material Resource) บุคคลที่มีทรัพย์สินเงินทองหรือสิ่งของต่างๆ ก็สามารถใช้เป็นแหล่งทรัพยากรในการจัดการกับปัญหาได้วิธีหนึ่ง ซึ่งอาจช่วยให้บุคคลมีทางเลือกวิธีแก้ปัญหาได้มากขึ้น

จากการศึกษาทฤษฎีและเอกสารในข้างต้น สรุปได้ว่า เมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา ภาวะความเครียดและความเครียดก็จะเกิดตามมา บุคคลจะประเมินสถานการณ์และหาวิธีการเผชิญปัญหาในรูปแบบต่างๆ ซึ่งจากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีของลาซารัสและฟอล์คแมน ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะทำการศึกษายุทธวิธีการเผชิญปัญหาโดยจำแนกออกเป็นวิธีการใหญ่ๆ 2 วิธี คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ โดยทั้งสองวิธีการนี้มีความแตกต่างกันในเรื่องของความมุ่งหมายในการจัดการกับปัญหาหรือสภาวะเครียด นั่นคือ วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามุ่งที่จะจัดการกับปัญหานั้น โดยการปรับเปลี่ยนหรือแก้ไขที่สถานการณ์หรือพฤติกรรมของผู้อื่น หรืออาจมุ่งปรับเปลี่ยนแก้ไขที่ตัวบุคคลเอง ส่วนวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มุ่งที่จะจัดการกับปัญหานั้น โดยการควบคุมอารมณ์หรือความทุกข์ที่เกิดจากเหตุการณ์ให้คลี่คลายลง อีกทั้งวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหาทั้งสองวิธีการนี้ก็มีลักษณะเฉพาะแยกย่อยแตกต่างกัน แต่ถึงอย่างไรวิธีการทั้งสองนี้ก็มีความสัมพันธ์กัน เพราะทั้งสองวิธีการนี้เป็นส่วนหนึ่งของยุทธวิธีการเผชิญปัญหาเช่นกัน และจากการศึกษาเอกสารทำให้พบว่า บุคคลจะเลือกใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบใดนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่มีผลต่อวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวบุคคล เช่น ภาวะสุขภาพ ความเชื่อ ทักษะในการแก้ปัญหา ทักษะทางสังคม และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม เช่น การสนับสนุนทางสังคมและทรัพยากรทางด้านวัตถุ นอกจากนี้การ์แลนด์และบัช (Garland; & Bush. 1982: 11) ได้กล่าวไว้ว่า การที่บุคคลจะจัดการกับปัญหาได้ประสบความสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยด้านเพศด้วยเป็นส่วนหนึ่ง แต่ตัวแปรด้านบทบาททางเพศ คือ ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง ยังไม่ค่อยมีงานวิจัยในประเทศที่มีผู้นำมาศึกษามากนัก ด้วยเหตุนี้การศึกษาศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาตัวแปรปัจจัยลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

2. บทบาททางเพศ (Sex Role)

ในการดำเนินชีวิตของคนเราต่างคนต่างจะต้องมี “บทบาท” และ “หน้าที่” ทั้งต่อตนเอง ต่อสมาชิกในครอบครัว และต่อสังคม ไม่ว่าจะเป็นบทบาทในเชิงหน้าที่ต่อกัน หรือในเชิงความรัก ความผูกพันที่จะต้องปฏิบัติสัมพันธ์ต่อกันก็ตาม สำหรับบทบาทที่เป็นธรรมชาติติดตัวมนุษย์มาแต่กำเนิดก็คือ บทบาททางเพศ (Sex Role) ในความเป็นหญิงและความเป็นชาย บทบาททางเพศถูกกำหนดโดยเงื่อนไขทางสังคมหรือวัฒนธรรมให้แสดงบทบาทหญิงหรือบทบาทชาย ดังนั้นบทบาททางเพศที่ถูกกำหนดโดยสังคม จึงอาจเปลี่ยนแปลงได้ในแต่ละสังคมตามสภาวะการณ์และเงื่อนไขของสังคมที่เปลี่ยนไป ซึ่งต่างกับเพศ (Sex) ที่หมายถึง สรีระที่เป็นไปโดยธรรมชาติเปลี่ยนแปลงไม่ได้ ดังนั้นบทบาททางเพศ จึงเป็นตัวกำหนดแบบแผนพฤติกรรมทางสังคมของเพศชายและเพศหญิง (พรประภา สินธนาภา. 2543: 10 – 15)

มีผู้ให้คำจำกัดความของบทบาททางเพศไว้แตกต่างกันมากมาย ดังนี้

บล็อก (ริชาร์ด ธรรมชาติ. 2543: 5; อ้างอิงจาก Block. 1973) กล่าวว่า บทบาททางเพศเป็นหมวดหมู่ของพฤติกรรมที่บุคคลเข้าใจในลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงของคนในสังคม

คุก (Cook. 1985: 3) กล่าวว่า บทบาททางเพศเป็นสิ่งที่สังคมกำหนดขึ้นและคาดหวังว่า หญิงและชายจะต้องมีความแตกต่างกันในเรื่องของพฤติกรรม ค่านิยม ความชอบ ความสามารถ เจตคติ ลักษณะบุคลิกภาพ และอารมณ์ เป็นต้น ซึ่งบุคคลจะเรียนรู้โดยผ่านกระบวนการที่ทำให้มีลักษณะตรงตามเพศ (Sex Typing)

เบ้ม (Bem. 1981: 354) กล่าวว่า บทบาททางเพศเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่มีความต่อเนื่องมาตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งเด็กจะรวบรวมคุณลักษณะและพฤติกรรมต่างๆ จากการสังเกตบุคคลที่อยู่รอบข้าง โดยเฉพาะบิดา – มารดาแล้วนำมาปฏิบัติให้เหมาะสมกับบทบาทของตนตามที่สังคมกำหนด

จากที่กล่าวมาข้างต้นพอสรุปได้ว่า บทบาททางเพศ หมายถึง บุคลิกลักษณะของบุคคลที่แสดงถึงความเป็นชายหรือความเป็นหญิง ซึ่งบุคคลจะเรียนรู้จากการสังเกตบุคคลที่อยู่รอบข้าง เช่น พ่อ แม่ บุคคลอื่นๆ และตัวแบบจากสื่อต่างๆ แล้วนำมาปฏิบัติ โดยที่จะแสดงออกมาในลักษณะความเป็นชาย (Masculine) และลักษณะความเป็นหญิง (Feminine)

นอกจากนี้เบ้ม (Bem. 1981: 354 – 364) ยังได้ทำการศึกษาและแบ่งบทบาททางเพศออกเป็น 4 ลักษณะ ดังนี้

1. บทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว (Masculine) เป็นผู้ที่มีความกล้าหาญ เข้มแข็ง ชอบแข่งขัน ฉลาด มีพลังอำนาจ กระฉับกระเฉง เป็นอิสระ ไม่ขึ้นกับใคร บุคคลกลุ่มนี้จะนึกถึงกฎเกณฑ์หรือความคาดหวังของสังคม ซึ่งสังคมมักคาดหวังว่าผู้ชายจะต้องมีลักษณะเป็นผู้นำครอบครัวแต่เพียงฝ่ายเดียว ทำงานนอกบ้านเพื่อหาเลี้ยงครอบครัว และทำพฤติกรรมตามที่สังคมกำหนด

2. บทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว (Feminine) เป็นผู้ที่มีความอ่อนหวาน นุ่มนวล ขี้อาย อ่อนแอ บุคคลกลุ่มนี้มักจะนึกถึงกฎเกณฑ์และความคาดหวังของสังคม ซึ่งสังคมมักคาดหวังว่าจะต้องทำงานบ้าน อบรมบุตร ซึ่งผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบนี้จะถูกอบรมมาตั้งแต่เด็กกว่าให้เป็นผู้ตาม ต้องเชื่อฟังสามี และเลือกทำพฤติกรรมตามที่สังคมกำหนด

ตามแนวความคิดของเดวิด (Kaplan; & Sedney. 1980: 6; citing David. 1966) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีลักษณะเป็นผู้นำ (Agency) เป็นลักษณะของผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว เป็นผู้ที่มีความสันโดษ ปกป้องตนเองได้ กล้าแสดงออก พัฒนาตนเอง ฉลาด ส่วนบุคคลที่มีลักษณะแบบปรารถนาอยู่ร่วมกัน (Communion) เป็นลักษณะของผู้ที่มีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว จะเป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่น เปิดเผย และไม่แยกตัวตามลำพัง ส่วนแนวความคิดของพาร์สันและบาเลส (Kaplan; & Sedney. 1980: 7; citing Parsons; & Bales. 1955) ที่กล่าวว่า พฤติกรรมแบบเครื่องมือ (Instrument) เป็นลักษณะของผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว คือ เป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิตและเน้นการใช้ปัญญาเพื่อให้ประสบความสำเร็จในชีวิต ส่วนพฤติกรรมการแสดงออก (Expressive) เป็นลักษณะของผู้ที่มีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว คือ จะเป็นผู้ตามคอยให้การสนับสนุนผู้อื่น มีการตอบสนองด้านอารมณ์ และสามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสม เป็นต้น

3. บทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ (Androgyny) เป็นบุคคลที่มีทั้งความเป็นเพศหญิงและความเป็นเพศชายสูงทั้งคู่ คำว่า “androgyny” มีรากศัพท์มาจากภาษากรีก 2 คำคือ “andro” หมายถึง ผู้ชาย และ “gyn” หมายถึง ผู้หญิง ดังนั้น ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่นี้ จึงเป็นผู้ที่สามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ มีความยืดหยุ่น สามารถผสมผสานความเข้มแข็งของชายและความอ่อนโยนของหญิงเอาไว้ ปรับตัวง่าย ประสบความสำเร็จในชีวิต และมีสุขภาพจิตดี

จากการศึกษาของฟลาเฮอร์ตี้และดิวเซค (Flaherty; & Dusek. 1980: 984 – 992) พบว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ มีคะแนนสูงในด้านการปรับตัว มีความสามารถและเป็นผู้นำ มีความเป็นกันเองและมีการเข้าสังคมได้ดี ส่วนเบ้ม (ปณตพร พงษ์อนันตโยธิน. 2544: 13; อ้างอิงจาก Bem. 1974) กล่าวว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีลักษณะความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ เป็นผู้มีสุขภาพจิตดีมีความสุขและมีความพึงพอใจในชีวิต นอกจากนี้การศึกษาของฉันทิกา ทิมากร (2534: บทคัดย่อ) พบว่า วัยรุ่นเพศหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่จะมีความสามารถในการปรับตัวดีที่สุด

4. บทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่ (Undifferentiated) เป็นบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน ไม่สามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยอาจแสดงออกในลักษณะที่ไม่เป็นที่พึงปรารถนาของสังคม

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาเฉพาะลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง ซึ่งเป็นลักษณะหนึ่งของบทบาททางเพศที่มีความสำคัญ

และจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยก็ได้มีผู้ให้ความหมายของลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงเอาไว้มากมาย ดังนี้

2.1 ความหมายของลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง

คอนสแตนติโนเปิล (Constantinople. 1973: 390) กล่าวว่าไว้ว่าลักษณะความเป็นหญิงเป็นการเปรียบเทียบคุณลักษณะของความคงที่ซึ่งอาจจะมีมากหรือน้อย มีรากฐานเดิมมาจากทางด้านกายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา และประสบการณ์ขั้นต้น โดยทั่วไปแล้วสามารถจำแนกผู้ชายออกจากผู้หญิงในด้านเจตคติและพฤติกรรมได้อย่างชัดเจน

มิลเลอร์และเคม (ผ่องพักตร์ จีงวิมุตพันธ์. 2541: 14; อ้างอิงจาก Miller; & Keame. 1983) ได้ให้ความหมายของลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงในสารานุกรมและพจนานุกรมทางแพทย์ไว้ว่า ลักษณะความเป็นชาย หมายถึง กระบวนการที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพของเพศชาย ส่วนลักษณะความเป็นหญิง หมายถึง คุณภาพทั่วไปของคุณลักษณะความเป็นหญิง

เรนค์และเครซี่ (Renk; & Creasey. 2003: 159 – 168) กล่าวว่า ลักษณะความเป็นชายจะมีคุณสมบัติเฉพาะที่พบบ่อย คือ จะเป็นคนที่มีความสามารถและมีความคิดอย่างมีเหตุมีผล ในขณะที่ลักษณะความเป็นหญิงจะมีลักษณะ คือ เป็นคนอบอุ่นและดูแลเอาใจใส่ผู้อื่นอยู่เสมอ

เบอร์นาร์ด (รัชนี้ วารินทร์. 2531: 17 – 20; อ้างอิงจาก Bernard. 1984: 986 – 991) ได้วิเคราะห์องค์ประกอบของแบบทดสอบ Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) และ Bem Sex Role Inventory (BSRI) ในมาตรวัดลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง และจัดแบ่งบทบาททางเพศออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ ดังนี้

1. ลักษณะความเป็นชาย (Masculinity) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมอย่างหนึ่งของบุคคลที่แสดงออกในลักษณะ 3 ด้าน คือ

1.1 ความมีอำนาจในสังคมและการตัดสินใจด้วยปัญญา (Social Intellectual Ascendancy) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงการตัดสินใจที่เด็ดขาดโดยไม่หวั่นเกรงกับผลลัพธ์ที่จะทำให้ตนเองเสียใจ การใช้สติปัญญาไตร่ตรองประกอบการตัดสินใจ โดยยอมรับผลจากการตัดสินใจนั้น ประกอบด้วยลักษณะย่อยดังนี้

1.1.1 ความเป็นผู้นำ (Leadership) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่เมื่อเกิดภาวะวิกฤติสามารถนำหรือดำเนินกิจกรรมให้กลุ่มผ่านพ้นภาวะวิกฤติได้ด้วยความเยือกเย็น ไม่แสดงความอ่อนแอ สามารถรักษาขวัญและกำลังใจของกลุ่มได้

1.1.2 ความมีอำนาจครอบงำ (Dominance) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ชอบการกดขี่ข่มเหง ถือความคิดและการกระทำตนเองเป็นใหญ่

1.1.3 ความก้าวร้าว (Aggression) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างรุนแรงในการตอบโต้กับสถานการณ์ที่ทำให้ตนไม่พึงพอใจ

1.1.4 การมีบุคลิกภาพที่เข้มแข็ง (Strong Personality) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรม ซึ่งเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเองตกอยู่ในสภาพที่ดีหรือเลวก็ตาม ยังคงรักษาบุคลิกภาพไว้ได้อย่างมั่นคง โดยไม่แสดงความหวั่นไหว ตื่นเต้น หรือหวาดกลัวกับเหตุการณ์นั้น

1.2 การปกครองตนเอง (Autonomy) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงความไม่หวั่นไหวไปกับท่าที หรือคำพูดของคนอื่นเมื่อเห็นว่าการกระทำนั้นเป็นสิ่งถูกต้อง สามารถยอมรับได้เมื่อมีเหตุผล ประกอบด้วยลักษณะย่อยดังนี้

1.2.1 ความมีอิสระ (Independence) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงความมั่นคงในความคิด และการกระทำที่ไม่คล้อยตามไปกับกลุ่มหรือหมู่คณะ ไม่ต้องการการสนับสนุนหรือกำลังใจจากบุคคลอื่น

1.2.2 ความพึงพอใจในตนเอง (Self – Sufficient) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่พยายามช่วยเหลือตนเองก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากคนอื่น เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ตนเองสนใจจะพยายามควบคุมอารมณ์หรือพฤติกรรมไม่ให้เกิดออก

1.2.3 ความมั่นใจในตนเอง (Self – Reliance) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่กล้าทำในสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปถึงแม้ว่าจะมีอุปสรรค เมื่อประสบความล้มเหลวก็ใช้ความพยายามทำใหม่โดยไม่แสดงให้คนอื่นทราบถึงความย่อท้อหรือหมดกำลังใจ

1.2.4 ลักษณะเฉพาะตัว (Individualism) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงความหนักแน่นไม่คล้อยตามไปกับความคิดหรือคำวิจารณ์ของคนอื่น เมื่อตนเองมีความพึงพอใจเช่นนั้น เป็นตัวของตัวเองโดยไม่คำนึงถึงการยอมรับจากสังคม

1.3 เลือดนักสู้ (Physical Boldness) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงความกล้าหาญ เผชิญกับอันตรายหรือเหตุการณ์รุนแรงอย่างไม่หวั่นเกรง สามารถพาตนเองเข้าร่วมกับเหตุการณ์รุนแรงได้โดยไม่หลีกหนี เมื่อประสบกับความผิดหวังก็พยายามต่อสู้กับความผิดหวังนั้น ประกอบด้วยลักษณะย่อยดังนี้

1.3.1 ความเป็นนักกีฬา (Athleticism) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงการยอมรับความพ่ายแพ้ โดยพยายามฝึกฝนตนเองใหม่เพื่อจะต่อสู้ต่อไป แต่เมื่อชนะจะไม่เยาะเย้ยถากถางผู้แพ้ รู้จักการให้อภัยโดยไม่แสดงท่าทีไม่พอใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง

1.3.2 ชอบการแข่งขัน (Competition) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ชอบกีฬาที่รุนแรง แสดงความสนใจกีฬาที่รุนแรง ชอบการแข่งขันที่ใช้ความคิดและใช้เวลาทุ่มเทอยู่กับการแข่งขันนั้น

1.3.3 ความกล้าหาญ (Temerition) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่รู้ตัวว่ามีความผิดก็จะไม่แสดงความหวาดหวั่นหรือประหม่ากับความผิดนั้น และยอมรับผลจากความผิดนั้นอย่างเต็มที่

1.3.4 ชอบการใช้กำลัง (Manual Physical) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ชอบการทำงานกลางแจ้ง ชอบการผจญภัย การทำงานที่ได้เคลื่อนไหว และชอบการเล่นที่รุนแรง

2. ลักษณะความเป็นหญิง (Femininity) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกในลักษณะ 3 ด้าน คือ

2.1 ความผูกพันและการทะนุถนอม (Nurturant Affiliation) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงความกังวลห่วงใยกับคนหรือสิ่งของรอบตัว มีกิริยานุ่มนวล พุดจาไพเราะ ประกอบด้วยลักษณะย่อยดังนี้

2.1.1 ความเมตตากรุณา (Compassion) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงการเอาใจใส่กับคนหรือสัตว์โดยไม่แสดงความรังเกียจ มีความประพุดิอนุเคราะห์แก่สัตว์

2.1.2 ความเห็นอกเห็นใจ (Sympathetion) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสนใจปัญหา และความต้องการของคนใกล้ชิด

2.1.3 การแสดงความรักใคร่ (Affection) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงออกความรักสัตว์เลี้ยงอย่างนุ่มนวล แสดงการสัมผัสอย่างเต็มใจ มีความรักและห่วงใยเด็ก คำนึงถึงอันตรายที่จะเกิดขึ้นกับเด็กและป้องกันอันตรายนั้น

2.1.4 ความเข้าใจผู้อื่น (Understandate) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่รู้ถึงภาวะจิตใจของบุคคลใกล้เคียงในยามที่ได้รับความทุกข์ แสดงการตอบสนองต่อสภาพจิตใจของเพื่อนหรือคนใกล้ชิดได้ถูกต้อง

2.2 มีลักษณะยอมตาม (Self - Subordinate) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงความไม่สนใจกับความรู้สึกของตนที่ไม่พึงพอใจ คล้อยตามคำพูดหรือการกระทำของคนอื่นที่ตนพึงพอใจ ประกอบด้วยลักษณะย่อยดังนี้

2.2.1 คล้อยตามผู้อื่น (Gulible) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงการตอบสนองที่คล้อยตามกับคนที่ตนพอใจและแสดงการต่อต้านกับคนที่ตนไม่พอใจ

2.2.2 ชอบการประจบเอาใจ (Flatterable) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงความพอใจคนที่มีความคิดและการกระทำคล้ายกับคนที่ตนชอบ และจะแสดงความไม่พึงพอใจกับคนที่มีความคิดหรือการกระทำที่ขัดแย้ง

2.2.3 การพึ่งพากลุ่ม (Expressive Community) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ชอบคล้อยตามไปกับกลุ่มเพื่อนโดยการแสดงออกที่คล้ายๆกันในกลุ่ม การแสดงความห่วงใยและชอบการอยู่ร่วมกัน การแสดงความไม่พอใจเมื่อเพื่อนถูกวิจารณ์ในทางที่ไม่ดี

2.2.4 อ่อนไหวต่อสิ่งกระตุ้น (Sensitivity) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงออกมากกว่าความเป็นชายเมื่อได้รับสิ่งที่ตนปรารถนา หรือเมื่อไม่สมดังที่ตนปรารถนา

2.3 ความสนใจตนเอง (Introversion) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความพอใจในการจัดระเบียบให้ตนเอง ทั้งในด้านร่างกาย เสื้อผ้า เครื่องใช้ และที่อยู่อาศัย ชอบในสิ่งที่สวยงาม ประกอบด้วยลักษณะย่อยดังนี้

2.3.1 ชอบความสวยงาม (Aestheticism) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงถึงความพอใจที่จะหาเครื่องประดับตกแต่งร่างกาย เสื้อผ้าที่สวยงาม การจัดวางสิ่งของให้เป็นระเบียบ การนุ่งห่มที่สวยงามเรียบร้อย การจัดที่อยู่อาศัยให้น่าอยู่

2.3.2 ขลาดกลัว (Timidity) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ไม่ชอบเป็นจุดสนใจหรือจุดเด่นในสถานการณ์ที่ตนไม่ปรารถนา หลีกหนีสถานการณ์ที่รุนแรง และแสดงการขัดขวางคนใกล้ตัวออกจากสถานการณ์ที่รุนแรง

2.3.3 ขี้อาย (Shy) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ไม่ชอบการล้อเลียนหรือทำให้ต้องอับอาย แสดงการทုปตี หยิก กับคนที่ทำให้ตนเกิดความอับอาย

2.3.4 อ่อนไหวต่อความรู้สึกสูง (Hypersensitivity) หมายถึง ความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงความวิตกกังวลกับความผิดหวัง ความไม่พึงพอใจ อ่อนไหวกับคำพูดหรือท่าทีของคนที่วิจารณ์ตน

สุธรรม ธรรมรงค์วิทย์. (2542: ออนไลน์) กล่าวว่า ลักษณะของความเป็นชาย คือ หนักแน่น ก้าวร้าว หัวแข็ง มีเหตุผล หรือมีความสามารถในการคิดอย่างมีระบบ มีจิตวิเคราะห์และเข้าถึงเรื่องที่เป็นนามธรรม มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ เป็นต้น ส่วนลักษณะของความเป็นหญิง คือ บอบบาง ถ่อมตน พร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือในทุกเรื่อง เป็นห่วงเป็นใยผู้อื่น อ่อนโยน เอาใจใส่ อ่อนไหว และไม่เห็นแก่ตัว เป็นต้น

จากการศึกษาความหมายของลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง สรุปได้ว่า ลักษณะความเป็นชาย เป็นความรู้สึกหรือพฤติกรรมของบุคคลที่นำไปสู่ความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย มีการแสดงออกในลักษณะของความมีอำนาจในสังคม ปกป้องตนเองได้ มีความสันโดษ กล้าแสดงออก และมีร่างกายที่แข็งแรง ส่วนลักษณะความเป็นหญิง เป็นความรู้สึกหรือพฤติกรรมของบุคคลที่สนับสนุนหรือเป็นผลดีต่อการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น มีการแสดงออกในลักษณะของความผูกพัน เป็นมิตร นานาทุทนอม มีลักษณะยอมตาม ไม่แยกตัวตามลำพัง และให้ความสนใจตนเอง

2.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการของบทบาททางเพศ

ทฤษฎีความสอดคล้องทางเพศ (Gender Schema Theory)

ในทฤษฎีความสอดคล้องทางเพศนั้น เบ็ม (Bem. 1981: 354 – 364) กล่าวว่า ทฤษฎีความสอดคล้องทางเพศเป็นกระบวนการที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลที่ได้รับกับโครงสร้างทางเพศของบุคคลที่มีอยู่ก่อนแล้ว ซึ่งจะตีความข้อมูลที่รับว่าเป็นอะไร ทฤษฎีความสอดคล้องทางเพศ ประกอบด้วย ความคิดของเด็กและการกระทำของเด็ก โดยมี 2 ลักษณะ คือ เด็กจะได้รับรางวัลในพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับเพศ และถูกลงโทษในพฤติกรรมที่ไม่สัมพันธ์กับเพศ ยกตัวอย่างเช่น เด็กผู้หญิงจะได้รับคำชมเมื่อเล่นตุ๊กตา แต่จะถูกตำหนิเมื่อเล่นปืน และเด็กจะเลียนแบบพฤติกรรมตามตัวแบบที่มีเพศเดียวกับเด็ก ยกตัวอย่างเช่น เด็กผู้ชายจะมีพฤติกรรมเลียนแบบพ่อ ส่วนเด็กผู้หญิงจะมีพฤติกรรมเลียนแบบแม่

เบ็มทำการศึกษาโดยให้นักศึกษามหาวิทยาลัยเขียนคำที่อยู่ในความทรงจำ ซึ่งคำเหล่านั้นอาจจะเป็น ชื่อคน กริยา สัตว์ และเครื่องแต่งกาย พบว่า มีคำซึ่งใช้ระบุว่ามีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว (Masculine) คำที่ระบุว่ามีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงสูง

ลักษณะเดียว (Feminine) และคำที่เป็นกลาง จากนั้นเบ้มได้แยกลักษณะเหล่านี้ออกเป็น 4 กลุ่มตามบทบาททางเพศ โดยแยกได้เป็นบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว (Masculine) บทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว (Feminine) บทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ (Androgynous) และบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่ (Undifferentiated)

นอกจากนี้ยังพบว่า บุคคลที่มีคุณลักษณะสอดคล้องกับเพศทางกายภาพหรือมีบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศ (Gender Schematic) ได้แก่ ผู้ที่มีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียวและความเป็นชายสูงลักษณะเดียว มีแนวโน้มที่จะจำคำที่มีความสัมพันธ์กับเพศมากกว่า เช่น ชื่อของผู้หญิง และชื่อของผู้ชาย เป็นต้น นั่นคือกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะตรงตามเพศสูงจะมีการแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับเพศของตน และจะเห็นได้ว่าลักษณะความแตกต่างทางเพศจะมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ การแปลความหมาย และการตอบสนองต่อตัวกระตุ้นทางสังคมที่เกี่ยวกับเพศของตน คือ จะนึกถึงเรื่องเพศเป็นสำคัญ ถ้าเป็นผู้ชายก็จะมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว เช่น กล้าตัดสินใจเป็นผู้นำ ขอบการแข่งขัน เป็นต้น ถ้าเป็นผู้หญิงก็จะมีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว เช่น อ่อนหวาน นุ่มนวล บุคคลกลุ่มนี้จะนึกถึงกฎเกณฑ์หรือความคาดหวังของสังคม ซึ่งสังคมมักคาดหวังว่าผู้ชายจะต้องเป็นผู้นำครอบครัว และทำงานหาเลี้ยงครอบครัวแต่เพียงฝ่ายเดียว ส่วนงานบ้านและการอบรมบุตรจะเป็นงานของผู้หญิง ซึ่งถูกอบรมมาตั้งแต่เด็กๆ ว่าเป็นผู้ตาม ต้องเชื่อฟังสามี ดังนั้นบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศนั้นผู้ชายและผู้หญิงมีหน้าที่แยกกันโดยชัดเจน โดยจะเลือกทำพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามที่สังคมกำหนด เพราะถ้าไม่ทำก็กลัวว่าจะไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ดังนั้นจึงทำให้ขาดความยืดหยุ่น เมื่อเทียบกับบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่จะมีความยืดหยุ่นมาก มีประสบการณ์ และทำตัวเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

ส่วนบุคคลที่มีคุณลักษณะไม่สอดคล้องกับเพศทางกายภาพหรือมีบทบาททางเพศแบบไม่ตรงตามเพศ (Gender Aschematic) ได้แก่ ผู้ที่มีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ จะเป็นกลุ่มที่มีลักษณะพฤติกรรมที่ตรงตามเพศน้อย และกลุ่มนี้ส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นความสนใจที่ไม่เกี่ยวข้องกับเพศของตน คาร์เทอร์และเลวี (ปณตพร พงษ์อนันต์โยธิน. 2544: 6; อ้างอิงจาก Carter; & Levy. 1988) ศึกษาวิธีการที่ใช้ตัดสินว่าเด็กคนใดมีบทบาททางเพศตรงตามเพศหรือไม่ตรงตามเพศ โดยดูที่ระยะเวลาที่เด็กใช้ในการเลือกกระหว่างคู่ของเล่นที่เหมือนกันหรือแตกต่างกันตามลักษณะทางเพศ นั่นคือเด็กที่มีลักษณะตรงตามเพศ จะใช้เวลาในการเลือกของเล่นในคู่ที่มีลักษณะทางเพศเหมือนกัน (เช่น Masculine – Masculine) หรือต่างกัน (เช่น Masculine – Feminine) อย่างรวดเร็ว ในขณะที่เด็กที่มีลักษณะไม่ตรงตามเพศจะใช้เวลาในการเลือกของเล่นในทุกคู่เวลานานกว่า

จากผลการวิจัยจะเห็นได้ว่า ความสอดคล้องทางเพศมีอิทธิพลต่อวิธีการประมวลข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเพศ เช่น เด็กที่มีลักษณะตรงตามเพศจะมีความลำบากในการจำรูปภาพที่มีคนทำกิจกรรมในลักษณะไม่ตรงตามเพศ เช่น เด็กผู้ชายเล่นตุ๊กตา บางครั้งเด็กที่มีลักษณะตรงตามเพศจะ

มีการบิดเบือนข้อมูลโดยการเปลี่ยนเพศของบุคคลที่ทำพฤติกรรมไม่ตรงตามเพศ เช่น เมื่อเห็นรูปเด็กชายเล่นตุ๊กตา เด็กที่มีลักษณะตรงตามเพศมีแนวโน้มที่จะจำว่าเป็นเด็กผู้หญิงที่เล่นตุ๊กตา

จะเห็นได้ว่า ทฤษฎีความสอดคล้องทางเพศจะเน้นที่กระบวนการทางปัญญาและให้ความสนใจต่อความแตกต่างของกระบวนการทางปัญญาระหว่างบุคคลที่มีคุณลักษณะตรงตามเพศและบุคคลที่มีคุณลักษณะไม่ตรงตามเพศ โดยดูจากโครงสร้างทางเพศ ซึ่งบุคคลที่มีคุณลักษณะตรงตามเพศจะมีการจัดระเบียบข้อมูลที่รับเข้ามาให้ตรงตามความเป็นหญิงหรือความเป็นชาย โดยมีพื้นฐานทางวัฒนธรรมเป็นตัวกำหนด ทำให้มีผลต่ออัตมโนทัศน์ของบุคคลในการอธิบายความเป็นหญิงหรือความเป็นชาย ส่วนผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ นั้น จะอธิบายลักษณะของตนเองได้อย่างอิสระโดยไม่คำนึงถึงลักษณะความเป็นหญิงหรือความเป็นชาย

ทฤษฎีพัฒนาการทางปัญญาของโคลเบอร์ก (Kohlberg. 1966)

โคลเบอร์ก (Brannon. 1999: 144 – 147; citing Kohlberg. 1966) กล่าวว่า เด็กจะเรียนรู้เอกลักษณ์ทางเพศ (Gender Identity) ว่าเป็นเพศหญิงหรือเพศชายเมื่ออายุประมาณ 2 – 3 ปี และสามารถบอกเพศของตนได้อย่างถูกต้อง แต่ยังไม่มีความสามารถบอกเพศของผู้ใหญ่หรือตุ๊กตาได้ และคิดว่าเพศนั้นเปลี่ยนแปลงได้ ต้องอาศัยสิ่งต่าง ๆ เป็นตัวชี้แนะว่าคน ๆ นั้นเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย โดยใช้ลักษณะของเสื้อผ้า เช่น เด็กเล็กจะเข้าใจว่าทารกเป็นเพศชาย เพราะมีผมน้อยหรือไม่มีผมเลย เนื่องจากมีความเข้าใจว่าผู้หญิงจะต้องมีผมยาว ในขณะเดียวกันเด็กเล็กจะบอกว่าเด็กผู้ชายที่ไว้ผมยาวและผูกปิ่นบังหน้าเป็นเด็กผู้หญิง

นอกจากนี้ โคโนและเอทฮาร์ด (Kaplan; & Sedney. 1980: 190; citing Money; & Ehrhardt. 1972) กล่าวว่าถ้าเด็กมีเอกลักษณ์ทางเพศแล้วพยายามที่จะเปลี่ยน จะเกิดผลทางลบ เช่น ซึมเศร้า หรือมีอาการทางจิต ซึ่งในทางการแพทย์ได้มีการศึกษาเด็กที่เกิดมาเป็นเพศหนึ่งแต่ถูกเปลี่ยนให้เป็นอีกเพศหนึ่ง เนื่องจากมีอวัยวะเพศที่ไม่ชัดเจนหรืออุบัติเหตุที่เกิดจากการผ่าตัด นอกจากนั้น ฟาก็อทและเลนบาช (Brannon. 1999: 154; citing Fagot; & Leinbach. 1989) กล่าวว่าเด็กมักจะมีเอกลักษณ์ทางเพศ ได้ก่อนอายุ 28 เดือน ทั้งเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายจะมีเอกลักษณ์ขั้นแรกจากการเล่นในเพศปกติ เช่น เล่นของเล่นก่อสร้างในเด็กผู้ชาย ส่วนเด็กผู้หญิงจะเล่นตุ๊กตา แต่พออายุ 2-3 ปี เด็กจะประยุกต์ลักษณะบทบาททางเพศให้ถูกต้องเหมือนกับคนอื่น คือมีความรู้เรื่องคุณลักษณะที่ตรงตามเพศจนกระทั่งเมื่อเด็กมีอายุ 4 ปี เด็กจะมีความมั่นคงทางเพศ (Gender Stability) คือเด็กจะสามารถรับรู้ว่าเป็นเพศชายหรือเพศหญิงอย่างมั่นคง แม้ว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงรูปร่างภายนอกไปแล้วก็ตาม เช่น เด็กผู้ชายจะเชื่อว่าเขาเคยเป็นเด็กทารกผู้ชายและจะโตขึ้นเป็นพ่อ (มีความมั่นคงทางเพศ) แต่ต้องดูจากพฤติกรรมและบุคลิกภาพทางกายภาพเท่านั้น (เช่น ทรงผม) เพื่อจะบอกว่าเป็นเพศชาย ต่อมาเมื่ออยู่ในวัยเรียนเด็กจะมีวุฒิทางปัญญาเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการรับรู้ความคงที่ทางเพศ (Gender Constancy) โดยเด็กจะรับรู้ว่าเป็นเพศชายหรือเพศหญิงอย่างมั่นคง แม้ว่าสภาพร่างกายภายนอกจะเปลี่ยนแปลงไป เช่น เด็กผู้ชาย

อาจสวมชุดกระโปรง และเด็กผู้หญิงเล่นของเล่นทหารได้ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเมื่อเด็กโตขึ้นเด็กจะมีการรับรู้และมีความเข้าใจเกี่ยวกับเพศ หรือลักษณะความเป็นหญิงหรือความเป็นชายมากขึ้น เด็กจะเข้าใจความคงที่ทางเพศถึงแม้ว่าลักษณะที่มองเห็นภายนอกจะเปลี่ยนไป โคลเบอร์กล่าวว่าการที่เด็กมีการรับรู้ความคงที่ภายในของตนแล้ว เด็กจะสามารถสร้างความชอบและค่านิยมในเพศของคนได้ โดยที่เด็กจะเริ่มเลียนแบบบุคคลที่มีเพศเดียวกับเด็ก เรียนรู้ทัศนคติ และทำพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตน จึงทำให้เด็กสามารถตระหนักถึงบทบาททางเพศได้อย่างเหมาะสมกับเพศของตน

2.3 การวัดบทบาททางเพศ

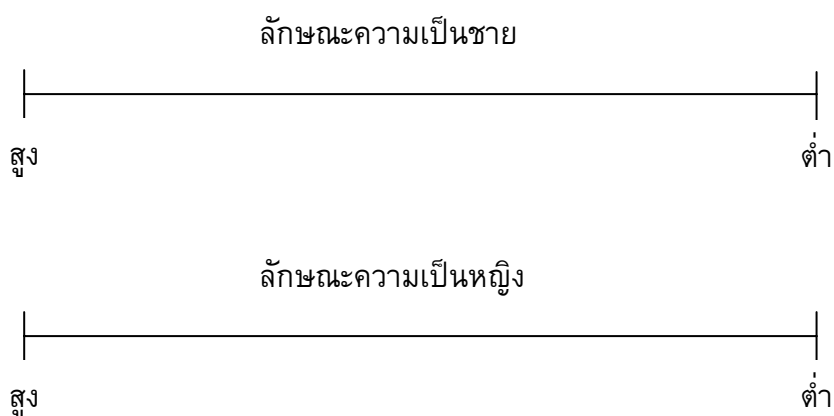
การศึกษาวิจัยทางจิตวิทยาที่เกี่ยวกับลักษณะความเป็นหญิง (Femininity) และลักษณะความเป็นชาย (Masculinity) มีแนวคิดที่ว่า ลักษณะความเป็นหญิงและความเป็นชายเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพมนุษย์ (Personality Traits) โดยได้มีผู้ที่คิดค้นรูปแบบการทดสอบทางจิตวิทยาออกมาหลายรูปแบบ แบรินอน (Brannon. 1999: 181 – 186; citing Terman. 1936; Bem. 1974) ได้ทำการศึกษาพัฒนาการของการวัดบทบาททางเพศ โดยเริ่มจากเทอร์แมน (Terman. 1936) ซึ่งได้ออกแบบทดสอบที่เรียกว่า The Attitude Interest Analysis Survey โดยอาศัยแนวคิดที่ว่าลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชายเป็นสิ่งที่ตรงกันข้ามกัน จัดว่าอยู่คนละขั้วกัน บนมาตรวัดเดียวกัน ซึ่งเป็นการมองแบบมิติเดียว ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 การวัดลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงแบบมิติเดียว

ที่มา: Brannon. (1999). *Gender Psychological Perspectives*. p.181 – 186.

อีกแนวคิดหนึ่งของเบ็ม (Bem. 1974) ได้เสนอแบบทดสอบ The Bem Sex Role Inventory (BSRI) เพื่อใช้วัดลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชาย และเพิ่มลักษณะความเป็นชายหญิง (Androgyny) เข้ามาร่วมพิจารณาด้วย โดยการใช้มาตรวัดแยกจากกันระหว่างลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชาย ซึ่งสามารถวัดเป็นระดับมากน้อยได้ เป็นการมองแบบสองมิติดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 การวัดลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงแบบสองมิติ

ที่มา: Brannon. (1999). *Gender Psychological Perspectives*. p.181 – 186.

ลักษณะของแบบทดสอบ BSRI นี้มีทั้งหมด 60 ข้อ ซึ่งเป็นคำคุณศัพท์ แต่ละข้อแบ่งเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 7 ระดับ โดยให้ตอบว่ามีมากหรือน้อยลดหลั่นกันไปในลักษณะของคำคุณศัพท์เหล่านั้น แบบทดสอบนี้แบ่งเป็นวัดลักษณะความเป็นชาย 20 ข้อ ลักษณะความเป็นหญิง 20 ข้อ และวัดลักษณะที่เป็นกลางทั่วไป 20 ข้อ การทดสอบแบบสองมิตินี้ใช้ระดับคะแนนมาเปรียบเทียบกัน และแปลความหมายของคะแนนดังนี้

1. มีลักษณะความเป็นชาย (Masculine) เมื่อได้คะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นชายสูง แต่คะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นหญิงต่ำ
 2. มีลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) เมื่อได้คะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นหญิงสูง แต่คะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นชายต่ำ
 3. มีลักษณะความเป็นชายหญิง (Androgyny) เมื่อได้คะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นชายสูง และคะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นหญิงสูง
 4. มีลักษณะไม่แตกต่าง (Undifferentiated or Undeterminate) เมื่อได้คะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นชายต่ำ และคะแนนจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นหญิงต่ำ
- ซึ่งสอดคล้องกับที่สเปนและเฮมริชส์ (Kaplan; & Sedney. 1980: 19; citing Spance; & Helmreich. 1978: 35) ได้แบ่งลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงดังภาพประกอบ 5

		แบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นชาย (Masculinity)	
		สูงกว่ามัธยฐาน	ต่ำกว่ามัธยฐาน
แบบทดสอบวัด ลักษณะความเป็นหญิง (Femininity)	สูงกว่ามัธยฐาน	ลักษณะความเป็น ชายหญิง (Androgyny)	ลักษณะความเป็นหญิง (Feminine)
	ต่ำกว่ามัธยฐาน	ลักษณะความเป็นชาย (Masculine)	ลักษณะไม่แตกต่าง (Undifference)

ภาพประกอบ 5 แสดงการแบ่งลักษณะของบุคคลจากแบบทดสอบวัดลักษณะความเป็นชาย
และลักษณะความเป็นหญิง โดยใช้คะแนนมัธยฐานเป็นเกณฑ์

ที่มา: Kaplan; & Sedney. (1980). *Psychology and Sex Roles: An Androgynous Perspective*. p. 19. (citing Spance; & Helmreich. (1978). Masculinity and Femininity, Their Psychological Dimensions, Correlates, and Antecedents. p. 35)

จากการแบ่งลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงของสเปนและเฮมริชส์ (Spance; & Helmreich. 1978) นั้น ในความเป็นจริงตามธรรมชาติ บุคคลที่มีลักษณะความเป็นชายหญิงสูงทั้งคู่ และลักษณะความเป็นชายหญิงต่ำทั้งคู่ (ลักษณะไม่แตกต่าง) มีน้อยมากในสังคม โดยเฉพาะบุคคลที่มีลักษณะความเป็นชายหญิงต่ำทั้งคู่ เพราะธรรมชาติของมนุษย์เราจะมี เพศชาย-หญิง ซึ่งแบ่งแยกอย่างเห็นได้ชัด ส่วนบทบาททางเพศเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ในสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม ดังนั้นในบุคคลหนึ่งจะต้องมีการแสดงออกถึงบทบาททางเพศแบบใดแบบหนึ่ง ซึ่งอาจจะมีคุณลักษณะตรงตามเพศหรือไม่ตรงตามเพศก็ได้ แต่เป็นไปได้ที่บุคคลจะไม่มีลักษณะความเป็นชายหรือลักษณะความเป็นหญิงใดๆเลย ดังนั้นบทบาททางเพศในลักษณะนี้จึงไม่เป็นที่นิยมนำมาศึกษา และในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยก็สนใจที่จะทำการศึกษาลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง โดยจะทำการวัดกลุ่มตัวอย่างในทั้งสองลักษณะ

3. การมองโลกในแง่ดี (Optimism)

3.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี

โกลแมน (ออร์พินทร์ ชูชม. 2544: 43 ; อ้างอิงจาก Goleman. 1998) กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการจูงใจตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของสติปัญญาทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) โดยคนที่มองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งอย่างไม่ได้เลวร้าย มีพลังโอกาสที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนดีได้ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่ขวางกั้น จึงสามารถจูงใจตนเองได้

เซลิเกแมน (Seligman. 1990) กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดี เป็นลักษณะนิสัยในการอธิบายถึงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความกดดัน ความทุกข์ หรือเป็นปัญหาว่าเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราว เกิดขึ้นเพราะปัจจัยภายนอก และเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะกรณีเท่านั้น แต่สถานการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นผู้ที่มองโลกในแง่ดีเชื่อว่าจะเกิดขึ้นอยู่เสมอ เกิดจากสาเหตุจากภายในตน และเป็นสิ่งที่แผ่ขยายไปยังสถานการณ์อื่นได้

คาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ (Caver; Scheier; & Weintraub. 1989: 274) กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นความคาดหวังถึงผลลัพธ์ในเชิงบวก เป็นองค์ประกอบที่ทำให้บุคคลมีสุขภาพดี ช่วยลดความเสี่ยงในการเจ็บป่วย

พระราชวรมนี (2540: 34 – 47) กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดี เป็นสุทัศนนิยามหรือที่เรียกว่า Realistic Optimism นั่นคือการมองโลกได้อย่างมีเหตุมีผลมีความหวัง เชื่อว่าเราสามารถแก้ปัญหาได้ด้วยความสามารถ ไม่ยอมจำนนต่อโชคชะตา

เทอดศักดิ์ เดชคง (2544: 64) กล่าวว่า คนที่มองโลกในแง่ดีจะมองตนเองว่ามีความสามารถมองอนาคตว่าเต็มไปด้วยความสำเร็จ ส่วนความผิดพลาดและการปฏิเสธก็จะมองว่ามันคือแรงขับเคลื่อนอย่างหนึ่ง

คันสนีย์ วรรณางกูร (2544: 22 – 23) กล่าวว่า คนที่มองโลกในแง่ดีนั้นคือคนที่คิดในทางบวก ส่วนคนที่มองโลกในแง่ร้ายนั้นเป็นพวกที่ชอบคิดในทางลบ ซึ่งทั้งการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายนี้ ต่างก็มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของคนเราทั้งในทางตรงและทางอ้อม มีผลการวิจัยมากมายได้พิสูจน์ให้เห็นว่า คนที่คิดในทางบวกหรือที่เรียกว่าคนที่มองโลกในแง่ดีนั้นจะมีสุขภาพจิตดีกว่า มีความสุขมากกว่า ประสบความสำเร็จในชีวิตมากกว่า และแถมยังมีอายุยืนกว่าพวกที่ติดนิสัยในการคิดทางลบ หรือที่เรียกว่าพวกมองโลกในแง่ร้าย

ปรีชา วิหคโต (2547: ออนไลน์) กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การมองสิ่งต่างๆ หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เข้ามาในทางที่ดีในทางบวกไม่ใช่ในทางลบ พยายามมองสิ่งรอบข้างรอบตัวเรารวมทั้งมองดูตัวเราเองด้วย ซึ่งจะมีผลต่อสุขภาพจิตของเรา

ละมุล สมพร (2547: ออนไลน์) กล่าวว่า คนที่มองโลกในแง่ดีจะมีจิตใจที่ดีงาม เข้มแข็ง ถึงมีความเครียดก็จะปรับตัวและแก้ไขปัญหาได้ รวมทั้งยอมรับในสิ่งที่ยากต่อการเปลี่ยนแปลง การมีโลกทัศน์เช่นนี้ทำให้ปัญหาทางอารมณ์ โดยเฉพาะความเบื่อ เซ็ง เศร้าลดลงไป

จากการศึกษาความหมายของการมองโลกในแง่ดี สรุปได้ว่า การมองโลกในแง่ดี เป็นการคิดหรือมองเหตุการณ์และสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในทางบวก แม้ว่าเหตุการณ์นั้นจะก่อให้เกิดความกดดันหรือเป็นปัญหาความยากก็จะสามารถแก้ไขและผ่านพ้นไปได้ ซึ่งคนที่มองโลกในแง่ดีจะมีสุขภาพจิตดี มีความสุข และประสบความสำเร็จในชีวิต

3.2 รูปแบบการอธิบายตนเองของบุคคล

เซลิกันแมน (อรรถพันธ์ ชูชม. 2544: 43 – 45; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) ได้เสนอรูปแบบการอธิบายตนเอง ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการอธิบายเหตุการณ์ที่ดีหรือร้ายของบุคคล ด้วยรูปแบบของการให้เหตุผลอันเป็นตัวแทนทางบุคลิกภาพด้านปัญญาใน 3 มิติ คือ มิติแห่งแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติแห่งความคงทนถาวร และมิติแห่งความครอบคลุม ดังนี้

1. มิติแห่งแหล่งกำเนิดสาเหตุ (Personalization) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่าสาเหตุของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเกิดมาจากตนเอง (Internal) หรือเกิดมาจากสาเหตุภายนอก (External) หรือบุคคลอื่น โดยลักษณะการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆ ตามมิตินี้จะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดี และคนที่มองโลกในแง่ร้าย ดังต่อไปนี้

เหตุการณ์ที่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าตนเองเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ที่ดี แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าเหตุการณ์ที่ดีเกิดจากคนอื่นหรือสถานการณ์อื่น

เหตุการณ์ที่ไม่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ไม่ดีกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่น เพื่อให้บุคคลนั้นจะได้ไม่สูญเสียการนับถือตนเอง แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะตำหนิตนเองว่าสาเหตุที่เกิดขึ้นนั้นมาจากตนเอง ดังนั้นเมื่อประสบความล้มเหลวจะก่อให้เกิดความรู้สึกด้อยคุณค่าในตนเอง

2. มิติแห่งความคงทนถาวร (Permanence) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองโดยบุคคลมีความเชื่อว่าสาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นนั้น เป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นสม่ำเสมอหรือถาวร (Permanence) หรือเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นไม่สม่ำเสมอหรือชั่วคราว (Stable) โดยลักษณะการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆ ตามมิตินี้จะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดี และคนที่มองโลกในแง่ร้าย ดังต่อไปนี้

เหตุการณ์ที่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสิ่งที่ดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองมาจากสาเหตุที่สม่ำเสมอหรือถาวร แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งที่ดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นไม่สม่ำเสมอหรือชั่วคราว

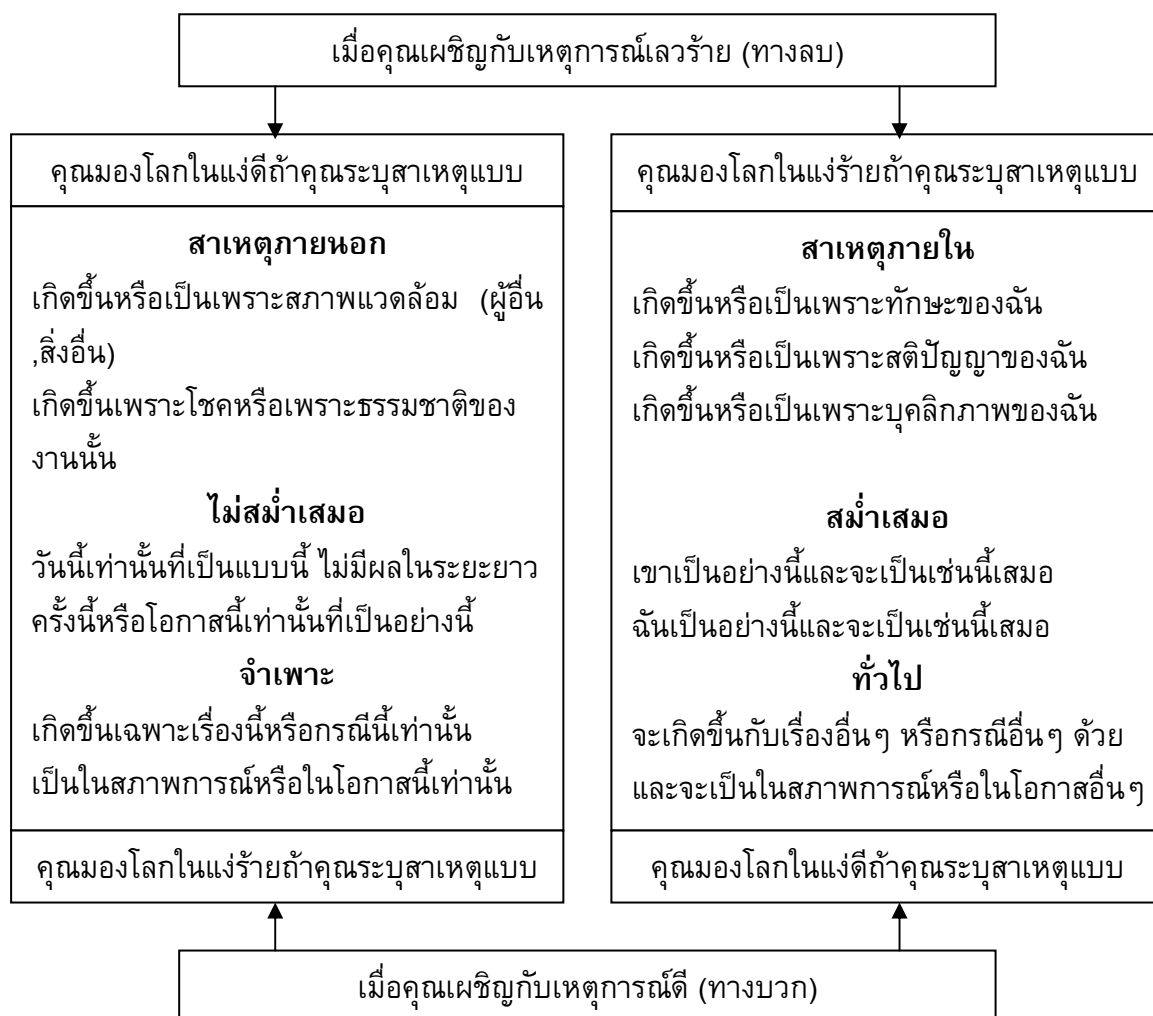
เหตุการณ์ที่ไม่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสาเหตุที่เกิดสิ่งไม่ดีกับตนเองนั้น เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราว ทำให้บุคคลกลุ่มนี้ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะยอมแพ้ต่ออุปสรรคได้ง่ายและเกิดอาการซึมเศร้า เพราะเชื่อว่าสิ่งที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นจะเกิดขึ้นสม่ำเสมอ

3. มิติแห่งความครอบคลุม (Pervasiveness) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่าสาเหตุของสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นมีความจำเพาะ (Specific) หรือมีความทั่วไป (Global) โดยลักษณะการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆ ตามมิตินี้จะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดี และคนที่มองโลกในแง่ร้าย ดังต่อไปนี้

เหตุการณ์ที่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสิ่งที่ดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองมีความทั่วไป มีผลต่อเหตุการณ์อื่นๆ แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งที่ดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นมีความจำเพาะ จะเกิดขึ้นเพียงเหตุการณ์นี้เท่านั้น

เหตุการณ์ที่ไม่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสาเหตุที่เกิดสิ่งไม่ดีกับตนเองนั้นมีความจำเพาะจะเกิดขึ้นเพียงเหตุการณ์นี้เท่านั้น แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นนั้น มีความทั่วไปเกิดขึ้นทุกโอกาส

จากรูปแบบการอธิบายตนเองของบุคคลตามแนวคิดของเซลิกแมน สามารถอธิบายได้ดังภาพประกอบ 6 ดังนี้



ภาพประกอบ 6 ตัวอย่างรูปแบบการอธิบายตนเอง

ที่มา: จรุงกุล บุรพวงศ์. (2545). *มองโลกในแง่ดี...ดีกว่าที่คิด*. ออนไลน์.

3.3 การฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี

คนที่มองโลกในแง่ร้ายโดยปกติมักจะเป็นคนที่ยอมแพ้ โดยมีความคิดว่าเหตุการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้น เนื่องมาจากตนเองเป็นคนทำให้เกิดขึ้นและจะคงอยู่ถาวรตลอดไป ตลอดจนครอบคลุมไปในทุกเรื่อง บุคคลประเภทนี้จะเป็นบุคคลที่มีปัญหา รู้สึกท้อแท้ หดหู่ และสูญเสียความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า แต่คนที่มองโลกในแง่ดีจะอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะที่ตรงกันข้าม ทำให้บุคคลเหล่านี้ไม่รู้สึกหดหู่ ท้อถอยหรือหดหู่ ดังนั้นการที่คนจะมองโลกในแง่ดีหรือในแง่ร้ายขึ้นอยู่กับความเชื่อของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์นั้น สิ่งสำคัญในการฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี คือการเปลี่ยนรูปแบบการอธิบายเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น หรือเปลี่ยนความเชื่อของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์ให้เป็นไปในรูปแบบเดียวกับลักษณะของคนมองโลกในแง่ดี

การมองโลกในแง่ดีเป็นทักษะที่ควรมีความยืดหยุ่น ผู้ใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดีควรใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ บางสถานการณ์ก็ไม่เหมาะสมกับการใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดี (อรรถพิณทร์ ชูชม. 2544: 46 – 47 ; อ้างอิงจาก Seligman . 1998) ดังเช่น

สถานการณ์ที่เหมาะสมจะใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดีได้แก่

1. สถานการณ์เรื่องความสำเร็จ
2. สถานการณ์ที่เกิดความรู้สึกเศร้า หดหู่ ต้องการรักษาขวัญกำลังใจ
3. สถานการณ์ทางสุขภาพที่มีปัญหาเรื้อรัง
4. สถานการณ์ที่ต้องการลดบันดาลใจให้ผู้อื่น
5. สถานการณ์ที่ความล้มเหลวมีมูลค่าต่ำ เช่น พนักงานขายตัดสินใจโทรศัพท์ชวนลูกค้าอีกครั้ง ซึ่งจะสูญเสียเพียงเวลาถ้าไม่ประสบความสำเร็จ

สถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมจะใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดี

1. สถานการณ์ในอนาคตที่มีความเสี่ยงและความไม่แน่นอนสูง
2. สถานการณ์ที่ต้องให้คำปรึกษากับบุคคลที่มีอนาคตที่มีดมัว
3. สถานการณ์ที่ต้องแสดงความเห็นอกเห็นใจกับความทุกข์ยากของผู้อื่น
4. สถานการณ์ที่ความล้มเหลวนั้นมีมูลค่าสูง เช่น การตัดสินใจขับรถกลับบ้านขณะมึนเมา
5. สถานการณ์ที่อาจเกิดอุบัติเหตุได้

3.4 ประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี

เซลิเกแมน (ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. 2547: 12 – 14; อ้างอิงจาก Seligman. 1998: 93 – 167) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดีว่า

1. ทำให้มีสุขภาพจิตดี ลดภาวะซึมเศร้า และโรคประสาท ดังที่อรรถพิณทร์ ชูชม (2544: 46) กล่าวไว้ว่า คนที่มองโลกในแง่ดีจะอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะที่ตรงกันข้าม ทำให้บุคคลเหล่านี้ไม่รู้สึกหดหู่ ท้อแท้หรือหดหู่ เช่นเดียวกับการศึกษาของบาลด์วิน (Baldwin. 2003:

online) ที่ได้ทำการศึกษากการมองโลกในแง่ดีและความเครียด จากมุมมองของนักศึกษาผิวดำที่อาศัยอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า นักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีและนักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้าย มีความเครียดที่สังเกตเห็นได้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีมีแนวโน้มที่จะมีความเครียดที่สังเกตเห็นได้ต่ำกว่านักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้าย ดังนั้นผู้ที่มิลักษณะการมองโลกในแง่ดีจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้ที่มิลักษณะการมองโลกในแง่ร้าย

2. ทำให้มีสุขภาพกายแข็งแรง ในคนปกติจะมีการดูแลสุขภาพที่ดี ส่วนคนที่อยู่ในภาวะเจ็บป่วยนั้นอาการเจ็บป่วยจะทุเลาได้เร็วกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย จากการศึกษาของไซย์เออร์ และคาร์เวอร์ (Segerstrom; et al. 1998: 1646 – 1655; citing Scheier; & Caver. 1985) พบว่า ในช่วงปลายเทอม นักเรียนที่มองโลกในแง่ดีมีรายงานภาวะผิดปกติทางร่างกายที่น้อยกว่ากลุ่มนักเรียนที่มองโลกในแง่ร้าย และในงานวิจัยกลุ่มตัวอย่างคนไข้ที่ได้รับการผ่าตัดเปลี่ยนหลอดเลือดหัวใจของ คาร์เวอร์ ไซย์เออร์ และไวน์ทรอบ (Caver; Scheier; & Weintraub. 1989: 267 – 283) พบว่าผู้ที่มองโลกในแง่ดีจะฟื้นตัวได้เร็วกว่าในช่วงที่พวกเขาได้รับการรักษาอยู่ในโรงพยาบาล และภายหลังการออกจากโรงพยาบาลสามารถที่จะกลับมาทำกิจกรรมได้ตามปกติเร็วกว่าผู้ที่มองโลกในแง่ร้าย

3. ทำให้มีความสำเร็จในการทำงาน การเรียน และกีฬา มากกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย ซึ่งจากการศึกษาโครงสร้างของการประสบความสำเร็จกับการป้องกันการมองโลกในแง่ร้าย (มองโลกในแง่ดี) ของมาร์ตินและคนอื่นๆ (Martin; et al. 2001: 583 – 610) พบว่า การมองโลกในแง่ดีทำให้เกิดความสำเร็จในการปรับตัวสูงและมีความสัมพันธ์กับเกรดเฉลี่ยด้วย ส่วนงานวิจัยในประเทศก็มีหลายท่านที่ทำการศึกษากการมองโลกในแง่ดีกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาทิเช่น การศึกษาของ ประสูติ หรุ่นศ์มาศ (2533: 70 – 75) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบของการอธิบายและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า นักเรียนที่มีรูปแบบของการอธิบายเกี่ยวกับวิชาคณิตศาสตร์ในลักษณะมองโลกในแง่ดี จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ในทุกด้านสูงกว่านักเรียนที่มีรูปแบบของการอธิบายเกี่ยวกับวิชาคณิตศาสตร์ในลักษณะมองโลกในแง่ร้าย เช่นเดียวกับงานวิจัยของสุภาวดี จันทร์เพ็ญ (2541: 42 – 44) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายกับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่ารูปแบบของการอธิบายในลักษณะมองโลกในแง่ร้ายมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับเกรดเฉลี่ย นั่นคือ ผู้ที่มองโลกในแง่ร้ายจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าผู้ที่มองโลกในแง่ดี

4. ทำให้มีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดีกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย เนื่องจากคนที่มองโลกในแง่ดีให้อภัยในความผิดของผู้อื่นและพร้อมสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่นยืนยาว จากการศึกษาของ ทิวา มั่งนอย (2535: 12) พบว่า นักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะมองโลกในแง่ดี จะไม่เกิดอาการของการช่วยตนเองไม่ได้ จัดว่าเป็นผู้ที่มิสุขภาพจิตดี ส่งผลให้มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับคนอื่น และสภาพแวดล้อมในชีวิตประจำวันได้ดี ส่วนนักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะมองโลกในแง่ร้าย จะเกิดอาการของการช่วยตนเองไม่ได้ จึงจัดว่าเป็นผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต

ส่งผลให้เกิดความตึงเครียด สับสน ไม่มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อม ดังนั้นผู้ที่มองโลกในแง่ดีจึงมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ง่ายกว่าผู้ที่มองโลกในแง่ร้าย

จากประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี จะเห็นได้ว่าการมองโลกในแง่ดีมีความสำคัญทั้งต่อ สุขภาพจิต สุขภาพกาย และการดำรงชีวิตของแต่ละบุคคล ผู้ที่มองโลกในแง่ดีจึงไม่รู้สึกหมดหวัง หรือท้อถอยต่อปัญหา สามารถที่จะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมและพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาได้ดี ส่งผลให้ผู้มองโลกในแง่ดีประสบความสำเร็จในชีวิตทางด้านการเรียน การทำงาน และการแข่งขัน ตลอดจนมีสุขภาพกายและจิตที่ดี

3.5 การวัดการมองโลกในแง่ดี

การวัดการมองโลกในแง่ดี สามารถวัดได้จากรูปแบบการอธิบาย ซึ่งมีวิธีการวัด 2 วิธี (Peterson; & Seligman . 1987: 237 – 265) คือ

1. ใช้แบบสอบถามการอธิบายสาเหตุ (The Attributional Style Questionnaire : ASQ) เป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเพื่อใช้วัดรูปแบบการอธิบายในสถานการณ์ที่หลากหลายมากกว่าที่จะใช้วัดรูปแบบการอธิบายในสถานการณ์เฉพาะ ประกอบด้วยเหตุการณ์สมมติ 12 เหตุการณ์ แบ่งเป็น เหตุการณ์เลวร้ายและเหตุการณ์ดีอย่างละ 6 สถานการณ์ แต่ละเหตุการณ์ประกอบด้วย 3 มาตรการย่อย ซึ่งใช้วัด 3 มิติ คือ มิติแห่งแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติแห่งความคงทนถาวร และมิติแห่งความครอบคลุม ในแต่ละสถานการณ์จะมีคำถามให้ตอบ 4 ข้อ ข้อแรกถามถึงสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดสถานการณ์นั้นซึ่งไม่ได้คิดคะแนน ส่วนอีก 3 ข้อ ถามเกี่ยวกับสาเหตุของเหตุการณ์นั้นใน 3 มิติ

การคิดคะแนนจะแยกกันระหว่างเหตุการณ์เลวร้ายและเหตุการณ์ดี โดยแบ่งออกเป็น คะแนนเฉลี่ยในแต่ละมิติ คะแนนรวมทางบวก คะแนนรวมทางลบ และคะแนนรวม

2. ใช้การวิเคราะห์เนื้อหาของคำพูด (The Content Analysis of Verbatim Explanations : CAVE) เป็นวิธีการศึกษาย้อนเวลา เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการตอบหรือไม่สามารถตอบแบบสอบถามได้ การใช้การวิเคราะห์เนื้อหาของคำพูดในการศึกษารูปแบบการอธิบายของบุคคล

4. ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน (Locus of Control)

4.1 ความหมายของความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

สตรีกแลนด์ (Strickland. 1977: 150 –151) กล่าวว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน หมายถึง ระดับหรือความเข้มที่บุคคลรับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นขึ้นอยู่กับการทำงานของ ตนเอง หรือโชคชะตา และพลังอำนาจภายใน – ภายนอกตน แตกต่างกัน บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงกว่าความเชื่ออำนาจภายนอกตน เรียกว่า เป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน (Internal Locus of Control) และในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำ เรียกว่า เป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน (External Locus of Control)

รอตเตอร์ (Rotter. 1966: 1 – 2) กล่าวว่า การที่บุคคลมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไปนั้น ความคิด ค่านิยม และประสบการณ์จะประกอบกันเป็นความเชื่อที่ถูกหล่อหลอมขึ้นและมีอำนาจควบคุมให้ปฏิบัติในรูปแบบต่างกัน ความเชื่อนี้เรียกว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน (Locus of Control) ซึ่งสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

1. ความเชื่ออำนาจภายในตน (Internal Locus of Control) เป็นความเชื่อหรือรับรู้ว่าจะเกิดสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้น เป็นผลมาจากการกระทำของตน ซึ่งผลจะเป็นอย่างไรตนเองสามารถควบคุมได้ บุคคลประเภทนี้จะมีลักษณะเป็นตัวของตัวเอง มีความกระตือรือร้นต่อความเป็นไปของสิ่งแวดล้อม มีแรงจูงใจ พยายามปรับปรุงสภาพสิ่งแวดล้อมไปตามลำดับขั้นตอน เห็นคุณค่าของทักษะและความพยายามของตนเอง สามารถปรับตัวและควบคุมสถานการณ์และจัดการกับภาวะฉุกเฉินในชีวิตได้ด้วยตนเอง บุคคลเหล่านี้ยากที่จะถูกชักจูงใจให้หลงเชื่อตามโดยไร้เหตุผล

2. ความเชื่ออำนาจภายนอกตน (External Locus of Control) เป็นความเชื่อหรือการรับรู้ว่าจะเกิดสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตน ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของอำนาจภายนอกที่ตนไม่สามารถควบคุมได้ เช่น โชคชะตา เคราะห์กรรม บุคคลอื่น บุคคลประเภทนี้มีแนวโน้มเป็นผู้มีบุคลิกภาพเฉื่อยชา ขาดความกระตือรือร้น ไม่พยายามแสวงหาข้อมูลเพื่อแก้ปัญหาของตน มักเสาะแสวงหาสิ่งที่คิดว่ามีอิทธิพลหรือควบคุมตนเองอยู่ ไม่สามารถจัดการกับภาวะต่างๆ ที่ฉุกเฉินหรือรุ่มลึกลับในชีวิตได้ด้วยตนเอง สามารถรับและปฏิบัติตามคำแนะนำต่างๆ ได้ง่าย

ต่อมาได้มีนักจิตวิทยาท่านหนึ่งคือวอลล์สตัน (บุญทิพย์ สิริรังศรี. 2533: 6 – 7; อ้างอิงจาก Wallston. 1978: 112) ได้แบ่งย่อยความเชื่ออำนาจภายนอกตน (External Locus of Control) ออกเป็นอีก 2 ลักษณะ ได้แก่

2.1 ความเชื่ออำนาจผู้อื่น (Powerful Locus of Control) เป็นความเชื่อที่ว่า สิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเป็นเพราะผู้อื่นกระทำให้เกิด ตนเองควบคุมไม่ได้

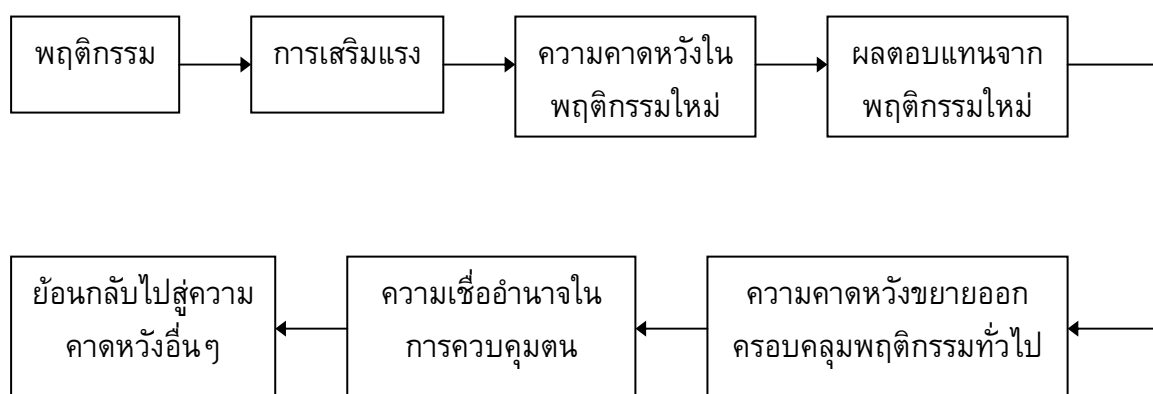
2.2 ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ (Chance Locus of Control) เป็นความเชื่อที่ว่า สิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเป็นเพราะความบังเอิญที่ต้องเป็นเช่นนั้น ตนมีอาจควบคุมได้ เช่น เคราะห์กรรม โชคชะตา เป็นต้น

จากการศึกษาความหมายของความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน สรุปได้ว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน หมายถึง ความคิดและความรู้สึกที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดพฤติกรรมของบุคคลให้ประพฤติปฏิบัติตามแนวทางที่ตนเชื่อ โดยสามารถจำแนกได้เป็น 3 ลักษณะ คือ ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ

4.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

รอตเตอร์ (Rotter. 1966: 2 – 25) นักจิตวิทยาชาวอเมริกันได้อธิบายลักษณะทั่วไปของความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน โดยอาศัยทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ไว้ว่า เมื่อบุคคลกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่งลงไปและได้รับการเสริมแรงอันเนื่องมาจากพฤติกรรมของบุคคล ย่อมก่อให้เกิดความคาดหวังว่า หากเขาแสดงพฤติกรรมใหม่ซ้ำอีกในสภาพที่คล้ายกับสภาพการณ์เดิม เขาจะได้รับการเสริมแรงเช่นเดียวกัน ถ้าเหตุการณ์เป็นไปตามที่เขาคาดหวังไว้ความคาดหวังของเขาจะเพิ่มขึ้น ถ้าผิดหวังความคาดหวังของเขาจะลดลง การลดหรือเพิ่มความคาดหวังนี้จะก่อตัวขึ้นจากพฤติกรรมหรือเหตุการณ์เฉพาะอันใดอันหนึ่งก่อนแล้วจึงขยายครอบคลุมไปยังพฤติกรรมหรือเหตุการณ์อื่นๆ ที่คล้ายคลึงหรือเกี่ยวข้องกับสภาพการณ์เดิม กลายเป็นบุคลิกภาพที่สำคัญประจำตัวบุคคล ถ้าประสบการณ์ที่ผ่านมาได้รับการเสริมแรงบ่อยครั้ง เมื่อแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นจะเป็นผลให้บุคคลนั้นเชื่อว่าสิ่งที่ได้รับการเสริมแรงเป็นผลจากทักษะหรือความสามารถของตน ซึ่งจะทำให้บุคคลเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน แต่ถ้าหากบุคคลไม่ค่อยได้รับการเสริมแรงจะทำให้บุคคลรับรู้ว่ามีสิ่งที่ไม่ใช่ผลจากการกระทำของตน แต่เป็นเพราะโชค เคราะห์ ความบังเอิญ หรือสิ่งแวดล้อมบันดาลให้เป็นไป จะทำให้บุคคลเชื่อว่าสิ่งที่รับเป็นผลมาจากสิ่งที่มีอำนาจเหนือการควบคุมของตน บุคคลจึงมีความเชื่ออำนาจภายนอกตน ความเชื่อหรือการรับรู้ดังกล่าวนี้อาจมีผลย้อนกลับไปสู่ความคาดหวังในผลพฤติกรรมอันใหม่ๆ อีก ดังแสดงในภาพประกอบ 7



ภาพประกอบ 7 รูปแบบการก่อให้เกิดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

ที่มา: Rotter. (1966). *Generalized Expectancies for Internal – External Control of Reinforcement*. p.25

จากแนวคิดและทฤษฎีที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า ลักษณะเด่นของรอตเตอร์ คือ การรวมแนวคิดเกี่ยวกับความคาดหวังของเบนดิวรา และการเสริมแรงของสกินเนอร์เข้ามาไว้ด้วยกัน

ลักษณะสำคัญของบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

รอตเตอร์ (Rotter. 1966: 25) ได้สรุปบุคลิกลักษณะของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนไว้ดังนี้

1. เป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นต่อความเป็นไปของสิ่งแวดล้อมรอบตัว อันจะนำมาซึ่งประโยชน์สำหรับพฤติกรรมในอนาคต
2. พยายามปรับปรุงสภาพของสิ่งแวดล้อมไปตามลำดับขั้น
3. เห็นคุณค่าของทักษะหรือผลสัมฤทธิ์จากความพยายามเป็นสำคัญ และคำนึงถึงความสามารถของตนเองอยู่เสมอ โดยเฉพาะเมื่อประสบความล้มเหลว
4. ยากที่จะชักชวนให้เชื่อตามโดยไม่มีเหตุผล แสดงการต่อต้านสิ่งที่จะมามีอิทธิพลครอบงำตน

เช่นเดียวกัน สตริกแลนด์ (Strickland. 1977: 151) ได้อธิบายคุณลักษณะของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน ไว้ดังนี้

1. เป็นผู้ที่มีบุคลิกลักษณะที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง
2. เป็นผู้ที่มีการตัดสินใจดี
3. มีความเชื่อมั่นในเหตุผลและการตัดสินใจของตนเอง มีความมั่นคงและเด็ดเดี่ยว
4. ทำงานโดยใช้กระบวนการแก้ปัญหา
5. ทำงานเป็นระบบและเป็นระเบียบของสิ่งแวดล้อม
6. มีความตั้งใจศึกษาหาความรู้ เพื่อปรับปรุงตนเองให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมนั้นๆ

7. เห็นคุณค่าและความพยายามของตนและมีสังคมดีในหมู่เพื่อน

ส่วนบุคลิกลักษณะของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนนั้น เอ็กแลนด์ (Egglund. 1973: 330) ได้ศึกษาจากผลการวิจัยต่างๆ แล้วสรุปไว้ดังนี้

1. เป็นผู้ที่มีความตั้งใจในการปฏิบัติตนเพื่อแก้ไขปัญหาของตนเองน้อย
2. ขาดความกระตือรือร้นในการแสวงหาข้อมูล และการเรียนรู้เพื่อแก้ไขปัญหา
3. มีความรู้สึกวิตกกังวลสูงในการกระทำกิจกรรมใดๆ
4. หลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมและการถูกชักจูงในกิจกรรมใดๆ
5. ขาดความพยายามและมีความกลัวในการแสวงหาแหล่งหรือสิ่งที่จะมาช่วย

สนับสนุนตนเอง

สอดคล้องกับแม็ค คอนเนล (กิงทิพย์ พุฒแก้ว. 2545: 57; อ้างอิงจาก Mc Connell. 1974) ที่ได้ให้ทรรศนะเกี่ยวกับผู้ที่มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนว่า บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมักมีท่าทีที่แข็งกระด้าง ไม่ยืดหยุ่น ไม่มีความคิดสร้างสรรค์ มีอคติ ชอบคล้อยตามผู้อื่น อารมณ์ไม่ค่อยเบิกบาน และมีโอกาสฆ่าตัวตายมากกว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน แต่อย่างไรก็ตามบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน จะสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ดีในระบบสังคมที่เป็นแบบ

เผด็จการหรือเมื่ออยู่ในฐานะทหาร โดยธรรมชาติแล้วการจู่โจมใจของเขา มักจะเกิดจากสิ่งภายนอกมากกว่าที่จะเกิดจากแรงขับภายในตัวเอง เขาจึงมักจะไม่วางแผนทำอะไรนอกจากจะมีผู้บอกให้เขาทำ และมีแนวโน้มว่าจะประสบกับความยากลำบากในการที่จะปรับตัวให้เข้ากับสภาวะการณ์ที่ไม่มีกฎเกณฑ์ที่แน่นอนตายตัว กล่าวคือถ้าภายในสังคมที่เขาอาศัยอยู่มีวัฒนธรรมที่คงที่ และมีความสงบราบเรียบ เขาก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ดีพอสมควร แต่ถ้าเมื่อใดก็ตามที่สังคมเกิดมีการเปลี่ยนแปลงกฎเกณฑ์ข้อบังคับที่เขาเคยเรียนรู้จนขึ้นใจ เขาก็จะเกิดความสับสนยุ่งยากใจมาก และถ้าหากว่าเขาประสบกับความล้มเหลวในการต่อต้านการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น จะทำให้เขาล่าถอยออกมาอย่างเงิบๆ พร้อมกับสร้างกำแพงรอบตัวเอง โดยหวังจะเป็นเครื่องปิดกั้นตัวเองจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว

จากบุคลิกลักษณะของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนกับผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน จะเห็นได้ว่าบุคลิกลักษณะของบุคคลทั้ง 2 กลุ่มจะมีความแตกต่างกัน และต่างก็มีทั้งข้อดีและข้อเสียปะปนกัน แต่โดยภาพรวมแล้วบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะมีข้อดีมากกว่า โดยเฉพาะในเรื่องของการปรับตัวและการแก้ปัญหา เนื่องจากผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง และกล้าที่จะตัดสินใจ

4.3 การพัฒนาความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

เมอร์สันด์ (บุญทิพย์ สิริรังศรี. 2533: 7 – 8; อ้างอิงจาก Moursund. 1976: 328) กล่าวว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ทั้งความเชื่ออำนาจภายในตนหรือภายนอกตนต่างก็พัฒนามาตั้งแต่วัยเด็กและจะมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นเรื่อยๆ ตามวัย เช่น เด็กวัยก่อนเรียนการดำเนินชีวิตยังคงต้องพึ่งพาผู้ใหญ่ในการทำกิจกรรมต่างๆ เนื่องจากเด็กในวัยนี้ไม่สามารถจัดกระทำสิ่งแวดล้อมให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ การรับรู้ของเด็กในขณะนั้นจะรับรู้เพียงว่าเขาต้องพึ่งพาผู้อื่น ดังนั้นผู้ใหญ่และสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลต่อเขามาก เมื่อเขาโตขึ้นเรื่อยๆ เขาสามารถช่วยเหลือตนเองและพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น สามารถจัดการและควบคุมสิ่งแวดล้อมให้เป็นไปตามความประสงค์ได้ ซึ่งการรับรู้เช่นนี้ก็คือความเชื่ออำนาจภายในตนนั่นเอง ความเชื่อนี้จะพัฒนาขึ้นเรื่อยๆจนกระทั่งถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 หลังจากนั้นความเชื่ออำนาจภายใน – ภายนอกตนอาจจะคงที่ ลดลง เพิ่มขึ้น หรือเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นสิ่งที่กำหนดได้ยาก เพราะความเชื่ออำนาจภายใน – ภายนอกตนเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น เมื่อบุคคลได้รับความทุกข์และไม่สามารถแก้ไขสถานการณ์นั้นได้ด้วยตนเอง ความเชื่ออำนาจภายในตนจะเริ่มลดลงและเริ่มมีความเชื่ออำนาจภายนอกตนขึ้น ในทำนองเดียวกันเมื่อมีเหตุการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้นและเขาสามารถแก้ไขสถานการณ์ได้เอง ความเชื่ออำนาจภายในตนจะพัฒนาสูงขึ้น การเปลี่ยนแปลงความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น การอบรมเลี้ยงดู มาตรฐานทางเศรษฐกิจ สังคมของครอบครัว ประสบการณ์ชีวิต ค่านิยมทางสังคม และสภาวะสุขภาพ เป็นต้น อย่างไรก็ตามความเชื่ออำนาจภายในตนจะเริ่มลดลงเมื่อเข้าสู่วัยชรา เนื่องจากเป็นวัยที่ต้องกลับมาพึ่งพาผู้อื่นอีกครั้ง

4.4 การวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ได้มีวิวัฒนาการมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ รอตเตอร์ (Rotter. 1966: 24) ซึ่งรอตเตอร์ได้ทำการศึกษาการวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ของนักการศึกษาหลายท่าน โดยมีวิวัฒนาการตามลำดับดังนี้

ฟาเรส (Phares. 1957) ได้ศึกษาความแตกต่างระหว่างบุคคลในลักษณะของการคาดหวัง หรือความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนพบว่า โอกาสและทักษะมีอิทธิพลต่อการคาดหวังที่จะได้รับการเสริมแรง เขาได้สร้างเครื่องมือวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนในลักษณะของมาตราส่วน ประมาณค่า (Likert scale) ประกอบด้วยทัศนคติด้านความเชื่ออำนาจภายในตน 13 ข้อ และความเชื่ออำนาจภายนอกตน 13 ข้อ เพื่อใช้ในการทำนายพฤติกรรมบุคคลในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ผลปรากฏว่าคะแนนความเชื่ออำนาจภายนอกตนไม่สามารถทำนายพฤติกรรมได้ชัดเจน ในปีเดียวกันเจมส์ (James. 1957) ได้นำเครื่องมือวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนของฟาเรสมา ปรับปรุงใหม่ โดยเพิ่มข้อเข้าไปเพื่อให้ผู้ตอบเข้าใจจุดมุ่งหมายของการถามต่างไปจากความจริง พบว่าค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนกับพฤติกรรมในสถานการณ์นั้น ยังไม่เป็นที่น่าพอใจ

ลิเวอร์แรนท์ (Liverant. 1960) ได้พัฒนาเครื่องมือวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ใหม่ โดยแบ่งออกเป็นด้านความสำเร็จ ด้านอิทธิพล ด้านสังคม และทัศนคติเกี่ยวกับนโยบาย การเมือง มีจำนวน 60 ข้อ แต่ละข้อประกอบด้วยทัศนคติด้านความเชื่ออำนาจภายในตนและความเชื่ออำนาจภายนอกตน พบว่าผลที่ได้ไม่สามารถแยกแยะการทำนายได้ ทำให้ค่าของการวัด ไร้ความหมาย

มาร์โลว์และคราวน์ (Marlowe; & Crowne. 1964) ได้ปรับปรุงเครื่องมือวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน โดยเปลี่ยนข้อความบางข้อให้เหมาะสมกับวัยของกลุ่มตัวอย่าง ได้ค่าความเที่ยงตรงเป็นที่น่าพอใจแต่ค่าความสัมพันธ์ระหว่างข้อเท่ากับศูนย์

รอตเตอร์ (Rotter. 1966) จึงนำเครื่องมือวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนของผู้อื่น มาปรับปรุงแก้ไข โดยลดจำนวนข้อจากเดิมลงเหลือ 23 ข้อ และเพิ่มข้อใหม่อีก 6 ข้อ เพื่อให้ผู้ตอบ เข้าใจจุดมุ่งหมายของการถามต่างไปจากความจริงเช่นเดียวกับเครื่องมือที่เจมส์เคยสร้างไว้ รวมจำนวนข้อทั้งหมดเป็น 29 ข้อ แล้วนำไปหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างข้อ พบว่ามีค่าความสัมพันธ์ไม่ สูงมากนัก แต่ค่าความเที่ยงตรงเป็นที่น่าพอใจ ส่วนค่าความเชื่อมั่นใช้การหาค่าความเที่ยงตรง ภายใน (Internal Consistency) ในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สำหรับเครื่องมือวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนของรอตเตอร์นั้น สามารถทำนายพฤติกรรมของบุคคลได้ โดยมีเนื้อหา ประกอบด้วยปรัชญา หน้าที่ นโยบายการเมืองและการปกครอง สังคม ซึ่งจะให้ผู้ตอบเลือกตอบตาม ความเชื่อ ถ้าบุคคลเชื่อว่าเหตุการณ์ต่างๆ มีสาเหตุมาจากโชค เคราะห์ ความบังเอิญ และบุคคล อื่นๆ ที่ตนไม่สามารถควบคุมได้ก็จะได้ข้อละ 1 คะแนน ส่วนบุคคลที่เชื่อว่าเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น กับตนนั้นมีสาเหตุมาจากการกระทำของตนหรือตนสามารถควบคุมได้ก็จะได้ข้อละ 0 คะแนน ฉะนั้น

ผู้ที่ได้คะแนนสูงจากการตอบแบบสอบถามนี้จะเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอก และผู้ที่ได้คะแนนต่ำจากการตอบแบบสอบถามนี้ก็จะแสดงว่าเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน

ต่อมาวอลล์สตันและวอลล์สตัน (สุริย์ กาญจนวงศ์; และจริยาวัตร คมพยัคฆ์. 2545: 35 – 36; อ้างอิงจาก Wallston; & Wallston. 1982: 115 – 120) ได้ทำการศึกษาความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนกับพฤติกรรมของบุคคลเกี่ยวกับสุขภาพ จึงสร้างแบบวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนด้านสุขภาพหลายมิติ (The Multidimensional Health Locus of Control Scale (MHLC)) ซึ่งแบบวัดนี้เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 6 ลำดับ ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วยปานกลาง ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยปานกลาง และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ข้อคำถามมีทั้งหมด 18 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านความเชื่ออำนาจภายในตน ด้านความเชื่ออำนาจผู้อื่น และด้านความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ด้านละ 6 ข้อ

จากการศึกษาเอกสารและทฤษฎีในข้างต้น พบว่านักจิตวิทยาและนักการศึกษาหลายท่านได้แบ่งความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนออกเป็นความเชื่ออำนาจภายในตน และความเชื่ออำนาจภายนอกตน ซึ่งจะมีความแตกต่างกันออกไป โดยผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะเชื่อว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเป็นผลมาจากการกระทำของตน และมีบุคลิกลักษณะเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ยากที่จะชักชวนให้คล้อยตามโดยไม่มีเหตุผล มีความกระตือรือร้น และทำงานโดยใช้กระบวนการแก้ปัญหา ส่วนผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนจะเชื่อว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเป็นผลมาจากการกระทำของผู้อื่น หรือเป็นเพราะเคราะห์กรรม โชคชะตา และมีบุคลิกลักษณะเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลสูง ชอบคล้อยตามผู้อื่น ไม่ยืดหยุ่น และมีความตั้งใจในการแก้ปัญหของตนเองน้อย ซึ่งต่อมาก็ได้มีนักจิตวิทยาชื่อวอลล์สตัน ที่ทำการศึกษาเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ และได้กล่าวไว้ว่าความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนสามารถแบ่งได้เป็น 3 ประเภท คือ ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จากนั้นจึงทำการศึกษาทั้ง 3 ตัวแปร และได้สร้างแบบวัดความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนด้านสุขภาพเพื่อวัดตัวแปรทั้ง 3 สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะแบ่งความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนตามแนวคิดของรอตเตอร์และวอลล์สตัน แล้วแยกพิจารณาออกเป็น 3 ประเภทเช่นกัน โดยผู้วิจัยเชื่อว่าความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญแยกจากกันโดยเด็ดขาด ไม่คงที่และแปรเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์ นั่นคือ ในสถานการณ์หนึ่งบุคคลอาจมีความเชื่ออำนาจภายในตน แต่อีกสถานการณ์หนึ่งบุคคลอาจมีความเชื่ออำนาจผู้อื่นหรือความเชื่ออำนาจความบังเอิญก็เป็นได้

5. การวิเคราะห์ค่าโนนิคอล (Canonical Analysis)

การวิเคราะห์ค่าโนนิคอล อาศัยแนวความคิดเกี่ยวกับการลดมิติของกลุ่มตัวแปรเดิมให้เหลือเพียงฟังก์ชันเส้นตรง (Linear Functions) ของตัวแปรที่มีจำนวนน้อยกว่าเดิม ในหลักการแนวความคิดสำคัญของสหสัมพันธ์ค่าโนนิคอลก็คือ ทั้งกลุ่มตัวแปรอิสระและกลุ่มตัวแปรตาม ซึ่งนำมาวิเคราะห์ย่อมก่อให้เกิดส่วนประกอบเส้นตรง (Linear Composites) ตามหลักกำลังสองต่ำสุด ความสัมพันธ์ระหว่างส่วนประกอบเส้นตรงเหล่านี้ก็คือ สหสัมพันธ์ค่าโนนิคอลซึ่งใช้สัญลักษณ์ว่า R_c ผลการรวมเชิงเส้นตรงของกลุ่มตัวแปรเดิมทั้ง 2 กลุ่มนี้ก็คือ ปัจจัยค่าโนนิคอล (Canonical Factor) หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า ตัวแปรค่าโนนิคอล (Canonical Variate) โดยทั่วไปตัวแปรค่าโนนิคอลอาจเขียนโดยใช้สัญลักษณ์แทนด้วย W_i และ V_i สมมติว่าตัวแปรกลุ่มที่หนึ่งที่จะนำมาวิเคราะห์ค่าโนนิคอล ได้แก่ $(X_1, X_2, X_3, \dots, X_p)$ และตัวแปรกลุ่มที่สอง ได้แก่ $(Y_1, Y_2, Y_3, \dots, Y_q)$ ในกรณีนี้ตัวแปรค่าโนนิคอลของกลุ่มตัวแปรแรกย่อมปรากฏตามสมการดังนี้ (ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์. 2535: 40 – 41)

$$W_1 = a_1X_1 + a_2X_2 + a_3X_3 + \dots + a_pX_p$$

ส่วนตัวแปรค่าโนนิคอลของกลุ่มตัวแปรที่สองก็ปรากฏตามสมการดังนี้

$$V_1 = b_1Y_1 + b_2Y_2 + b_3Y_3 + \dots + b_qY_q$$

การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์มาตรฐาน a_i และ b_i เป็นไปในลักษณะที่จะทำให้ตัวแปรค่าโนนิคอล W_1 มีความสัมพันธ์สูงสุดกับตัวแปรค่าโนนิคอล V_1 ฉะนั้นตัวแปรค่าโนนิคอลที่ถูกกำหนดขึ้นจากตัวแปรกลุ่มหนึ่ง จึงจะขึ้นอยู่กับธรรมชาติของตัวแปรอีกกลุ่มหนึ่ง รวมทั้งความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวแปรทั้งสองอีกด้วย กล่าวได้ว่า ตัวแปรค่าโนนิคอลที่กำหนดขึ้นจากตัวแปรกลุ่มหนึ่งจะมีขนาดค่าเปลี่ยนแปลงไป ถ้ามีการเพิ่มหรือลดจำนวนตัวแปรในอีกกลุ่มหนึ่ง

สหสัมพันธ์อย่างง่าย (Simple Correlation) ที่มีขนาดค่าสูงสุดระหว่าง W_1 และ V_1 ย่อมได้แก่ สหสัมพันธ์ค่าโนนิคอลตัวแรก (R_{c1}) อีกนัยหนึ่ง R_{c1} ก็คือ ตัวประมาณค่าของความแปรปรวนที่ร่วมกันระหว่าง W_1 และ V_1 ซึ่ง W_1 และ V_1 ก็คือ ตัวแปรค่าโนนิคอลของกลุ่มตัวแปรแต่ละกลุ่มตามลำดับ อย่างไรก็ตาม R_{c1} ย่อมไม่ใช่ตัวประมาณค่าของความแปรปรวนที่ทับซ้อนระหว่างกลุ่มตัวแปรทั้งสองกลุ่มนั้น กล่าวได้ว่า เมื่อสามารถคำนวณค่า R_{c1} ได้แล้ว การคำนวณค่า R_{c2} ค่า R_{c3} และค่า R_c อื่นๆ ก็กระทำได้ในทำนองเดียวกัน เพราะ R_{c2} ก็คือตัวประมาณค่าของความแปรปรวนที่ร่วมกันระหว่าง W_2 และ V_2 ในขณะที่ R_{c3} ก็คือตัวประมาณค่าของความแปรปรวนที่ร่วมกันระหว่าง W_3 และ V_3 อย่างไรก็ตาม R_{c2} , R_{c3} และ R_c อื่นๆ ย่อมอยู่ภายใต้ฐานคติที่ว่า ตัวแปรค่าโนนิคอลคู่อื่นๆ ที่ไม่ใช่ตัวแปรค่าโนนิคอลคู่แรกจะต้องไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรค่าโนนิคอลที่กำหนดขึ้นก่อน ตัวอย่างเช่น ในกรณี R_{c2} ตัวแปรค่าโนนิคอล W_2 และ V_2 จะต้องไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรค่าโนนิคอล W_1 และ V_1 และในกรณี R_{c3} ตัวแปรค่าโนนิคอล W_3 และ V_3 ก็จะต้องไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรค่าโนนิคอลคู่แรก (W_1 และ V_1) และกับตัวแปรค่าโนนิคอลคู่ที่สอง (W_2 และ V_2) เป็นต้น ถ้าไม่มีการกำหนดฐานคตินี้ก็อาจเป็นไปได้ที่จะพบค่าสหสัมพันธ์ค่าโนนิคอลไม่จำกัด

จำนวน ที่มีขนาดค่าสูงเท่ากับค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลของตัวแปรแรก แต่เนื่องจากที่มีการกำหนดข้อจำกัดดังกล่าว R_{c1} จึงมีขนาดค่าสูงกว่า R_{c2} และ R_{c2} จึงมีขนาดค่าสูงกว่า R_{c3} ตามลำดับ ตามปกติจำนวนของค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลจะสามารถพิจารณาได้จากจำนวนตัวแปรในกลุ่มที่มีขนาดเล็กกว่า กล่าวคือ ถ้าการวิเคราะห์คาโนนิคอลประกอบด้วยกลุ่มตัวแปรอิสระจำนวน 5 ตัวแปร และกลุ่มตัวแปรตามจำนวน 4 ตัวแปร การวิเคราะห์นี้จะสามารถคำนวณค่า R_c ได้จำนวน 4 ค่า และถ้ากลุ่มตัวแปรอิสระและกลุ่มตัวแปรตามมีจำนวนตัวแปรเท่ากันคือ กลุ่มละ 5 ตัวแปร ขั้นตอนการคำนวณย่อมจะก่อให้เกิดตัวแปรคาโนนิคอล 5 ปัจจัย และค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลจำนวน 5 ค่าเช่นกัน

5.1 ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับตัวแปรคาโนนิคอล

การทำความเข้าใจเกี่ยวกับตัวแปรคาโนนิคอลอาจพิจารณาได้เป็น 2 แนวทาง กล่าวคือ แนวทางที่หนึ่ง มุ่งอาศัยเมตริกซ์ของค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอลมาตรฐาน (Matrices of Standardized Canonical Coefficients) เป็นพื้นฐานของการตีความตัวแปรคาโนนิคอล ส่วนแนวทางที่สอง มุ่งอาศัยเมตริกซ์ของค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง (Matrices of Structure Coefficients) เป็นพื้นฐานของการตีความตัวแปรคาโนนิคอล (ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์, 2535: 42 – 45)

ตามแนวทางแรก การตีความตัวแปรคาโนนิคอลมุ่งที่การพิจารณาเมตริกซ์ค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอลหรือเรียกว่า “เมตริกซ์น้ำหนัก” (Weight Matrices) ค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอล หมายถึง ค่า a และค่า b ซึ่งเป็นค่าสัมประสิทธิ์ที่แสดงถึงสมรรถนะของแต่ละตัวแปรเดิมในกลุ่มตัวแปรอิสระและกลุ่มตัวแปรตาม ในการอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรคาโนนิคอล โดยทั่วไปการตีความค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอล a และ b นี้ ก็สามารถกระทำได้โดยอาศัยหลักการเดียวกับการตีความค่าสัมประสิทธิ์ถดถอย (Regression Coefficient) นอกจากนี้ค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอลมีความไวต่อการเพิ่มหรือลดตัวแปรในแต่ละกลุ่มตัวแปร ภายหลังการเพิ่มและลดตัวแปรในแต่ละกลุ่มตัวแปรแล้ว การเปลี่ยนแปลงของค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอลที่ยังคงอยู่ในการวิเคราะห์ สืบเนื่องมาจากปัญหาสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ (Multicollinearity) กล่าวขยายความก็คือ ปัญหาสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระมีความเกี่ยวข้องไปถึงว่าช่วงความเชื่อมั่นรอบค่าสัมประสิทธิ์จะมีขนาดใหญ่ ซึ่งส่งผลให้ตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งในกลุ่มตัวแปรอาจกดดันหรือทับซ้อนความสำคัญของตัวแปรอีกตัวหนึ่งที่มีสหสัมพันธ์ในระดับค่อนข้างสูงกับตัวแปรแรก การกดดันหรือการทับซ้อนระหว่างตัวแปรในกรณีดังกล่าว จึงเป็นอุปสรรคซึ่งบิตเบียนความแม่นยำ และความน่าเชื่อถือของการตีความตัวแปรคาโนนิคอล กล่าวอีกนัยหนึ่งปัญหาสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ ทำให้การตีความตัวแปรคาโนนิคอลโดยอาศัยค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอลจึงเป็นเรื่องที่ต้องกระทำด้วยความระมัดระวัง และบ่อยครั้งอาจก่อให้เกิดความผิดพลาดได้ เพราะในกรณีที่ตัวแปรอิสระตั้งแต่ 2 ตัวขึ้นไปมีสหสัมพันธ์ต่อกันในระดับสูงแล้ว ถ้าตัวแปรหนึ่งเข้าสู่สมการก่อนก็สามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรตามได้มาก ขณะที่อีกตัวแปรหนึ่งซึ่งเข้าสู่สมการในลำดับถัดไปก็มักจะอธิบายความแปรปรวนของ

ตัวแปรตามได้เพิ่มขึ้นในระดับที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ในทางกลับกันถ้านำตัวแปรในลำดับสองเข้าสู่สมการก่อน ตัวแปรในลำดับหนึ่งซึ่งเคยอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรตามได้อย่างมากนั้น ก็อาจไม่สามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรตามให้เพิ่มสูงขึ้นในระดับที่มีนัยสำคัญทางสถิติได้เช่นกัน เนื่องจากปัญหาดังกล่าวเบิร์กแมนน์ (ประชัย เปี่ยมสมบูรณ์. 2535: 44; อ้างอิงจาก Bargmann. 1962) จึงได้เสนอแนวทางที่สองขึ้น เพื่อหลีกเลี่ยงความยุ่งยากในการตีความตัวแปรคาโนนิคอลตามแนวทางที่หนึ่ง

ตามแนวทางที่สอง การตีความตัวแปรคาโนนิคอลมุ่งใช้เมตริกซ์โครงสร้างหรือเมตริกซ์สหสัมพันธ์ (Matrices of Correlation) เป็นสำคัญ นอกจากเบิร์กแมนน์แล้วยังมีนักวิชาการอีกหลายคนที่ทำให้การสนับสนุนการประยุกต์ใช้แนวทางที่สองนี้เพื่อการตีความตัวแปรคาโนนิคอล กล่าวได้ว่า เมตริกซ์ค่าสหสัมพันธ์ที่สามารถใช้ในการตีความตัวแปรคาโนนิคอลแนวทางหลังนี้ ก็คือเมตริกซ์ค่าสหสัมพันธ์ต่างๆ ระหว่างตัวแปรเดิมจากกลุ่มตัวแปรอิสระและกลุ่มตัวแปรตาม กับกลุ่มตัวแปรคาโนนิคอลซึ่งได้แก่ W_i และ V_i อย่างไรก็ตามเนื่องจากโปรแกรมสำเร็จรูปบางตัวไม่ได้ให้ผลการคำนวณเกี่ยวกับเมตริกซ์ค่าสหสัมพันธ์ดังกล่าว วิธีการคำนวณจึงอาจกระทำได้โดยเริ่มใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อคำนวณค่าของตัวแปรคาโนนิคอลเป็นอันดับแรก ในอันดับที่สองจึงนำค่าของตัวแปรคาโนนิคอลมาคำนวณร่วมกับค่าของตัวแปรเดิม ซึ่งหมายถึงตัวแปรต่างๆ ในกลุ่มตัวแปรอิสระและกลุ่มตัวแปรตาม เพื่อให้ได้ค่าสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Correlation)

ตามทฤษฎีของเบิร์กแมนน์ ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเดิมกับตัวแปรคาโนนิคอลในเมตริกซ์ค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างมีความเหมาะสมสำหรับใช้ในการตีความตัวแปรคาโนนิคอลเนื่องจากค่าสหสัมพันธ์ดังกล่าวมีความคงตัวยิ่งกว่าค่าสัมประสิทธิ์คาโนนิคอลในเมตริกซ์ค่าน้ำหนัก ในกรณีที่มีการลดหรือเพิ่มตัวแปรเดิมในแบบจำลองพื้นฐานของการวิเคราะห์คาโนนิคอล กล่าวอีกนัยหนึ่งการลดหรือเพิ่มตัวแปรเดิมในกลุ่มตัวแปรอิสระหรือกลุ่มตัวแปรตาม จะก่อให้เกิดผลกระทบต่อเมตริกซ์ค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างน้อยกว่าต่อเมตริกซ์ค่าน้ำหนัก

5.2 การคำนวณค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอล

หลังจากที่รวบรวมข้อมูลที่เป็นค่าของตัวแปรต่างๆ ทั้งตัวแปรอิสระ (X) ซึ่งมี p ตัว และตัวแปรตาม (Y) ซึ่งมี q ตัว ค่าเหล่านั้นเป็นค่าที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด N คน เรียกว่า ข้อมูลเบื้องต้น นำข้อมูลเบื้องต้นดังกล่าวมาจัดให้อยู่ในรูปเมตริกซ์ดังนี้ (Pedhazur. 1997: 926 – 929; สำราญ มีแจ้ง. 2544: 177 – 181)

ตาราง 2 เมตริกซ์ข้อมูลเบื้องต้นสำหรับการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล

สมาชิกกลุ่มตัวอย่าง	ตัวแปรอิสระ (X)	ตัวแปรตาม (Y)
1	$X_{11} X_{12} \dots X_{1p}$	$Y_{11} Y_{12} \dots X_{1q}$
2	$X_{21} X_{22} \dots X_{2p}$	$Y_{21} Y_{22} \dots X_{2q}$
.	.	.
.	.	.
.	.	.
N	$X_{N1} X_{N2} \dots X_{Np}$	$Y_{N1} Y_{N2} \dots X_{Nq}$

จากเมตริกซ์ข้อมูลเบื้องต้นในตาราง 2 คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย โดยจับคู่ระหว่างตัวแปรทุกตัวเป็นคู่ๆ ไป แล้วนำค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทั้งหมดมาจัดเป็นรูปเมตริกซ์โดยแบ่งส่วนเป็น 4 ส่วน ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 เมตริกซ์ของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สำหรับการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล

	ตัวแปรอิสระ X						ตัวแปรตาม Y					
ตัวแปรอิสระ X	1	2	.	.	.	p	1	2	.	.	.	p
	2						2					
	.						.					
	.			R_{XX}			.			R_{XY}		
	.						.					
	p						P					
ตัวแปรตาม Y	1	2	.	.	.	p	1	2	.	.	.	p
	2						2					
	.						.					
	.			R_{YX}			.			R_{YY}		
	.						.					
	p						P					

จากตาราง 3 ในเมตริกซ์ย่อย R_{XX} ประกอบด้วยสหสัมพันธ์ของตัวแปรในชุด X ในเมตริกซ์ และ R_{YY} ประกอบด้วยสหสัมพันธ์ของตัวแปรในชุด Y ส่วนในเมตริกซ์ R_{XY} กับ R_{YX} จะเป็นสหสัมพันธ์ของตัวแปรในชุด X กับชุด Y เมื่อจัดเมตริกซ์ตามตาราง 3 แล้วก็จะทำการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอลต่อไป

กำหนดส่วนย่อยของเมตริกซ์ X กับ Y ให้อยู่ในรูปของซูปเปอร์เมตริกซ์ ดังนี้

$$R = \begin{bmatrix} R_{xx} & R_{xy} \\ R_{yx} & R_{yy} \end{bmatrix}$$

เมื่อ R แทน ซูปเปอร์เมตริกซ์ระหว่างสหสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระ X และตัวแปรตาม Y

R_{xx} แทน เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของชุดตัวแปรอิสระ X_p

R_{yy} แทน เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของชุดตัวแปรตาม Y_q

R_{xy} แทน เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของชุดตัวแปรอิสระ X_p กับ ชุดของตัวแปรตาม Y_q

R_{yx} แทน ทรานสโพสของ R_{xy}

ในการคำนวณค่าสหสัมพันธ์คาโนนิกอล เราต้องแก้สมการดีเทอร์มิแนนต์ดังนี้

$$|R_{yy}^{-1}R_{yx}R_{xx}^{-1}R_{xy} - \lambda I| = 0$$

เมื่อ R_{yy}^{-1} แทน อินเวอร์สเมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของกลุ่ม ตัวแปรตามหรือตัวแปรเกณฑ์

R_{yx} แทน เมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามแต่ละตัว กับตัวแปรอิสระแต่ละตัว

R_{xx}^{-1} แทน อินเวอร์สเมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของกลุ่ม ตัวแปรอิสระหรือตัวแปรพยากรณ์

R_{xy} แทน เมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระแต่ละตัว กับตัวแปรตามแต่ละตัว

λ แทน ค่าไอเกนแวลูส์หรือความแปรปรวนของสหสัมพันธ์คาโนนิกอล

I แทน ไอดีเมตริกซ์

จากการคำนวณจะได้ค่า λ เรียกว่า Characteristic Roots หรือค่าไอเกนของเมตริกซ์ $R_{yy}^{-1}R_{yx}R_{xx}^{-1}R_{xy}$ ซึ่งมีได้หลายค่า โดยจะมีได้สูงสุดเท่ากับ $\min(p,q)$ ค่า λ คือความแปรปรวนที่ซ้อนกันของตัวแปรทั้งสองกลุ่ม และมีค่าเท่ากับกำลังสองของสหสัมพันธ์คาโนนิกอลนั้นคือ

$$\lambda_i = R_{c_i}^2$$

ค่าไอเกนตัวที่ i เท่ากับ กำลังสองของสหสัมพันธ์คาโนนิกอลตัวที่ i

ในการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิกอลจะได้ W_1 คู่กับ V_1 และได้ค่า R_{c1} เป็นตัวแรก, W_2 คู่กับ V_2 และได้ค่า R_{c2} ตัวที่สอง โดยที่ R_{c1} มีค่ามากกว่า R_{c2} เป็นลักษณะเช่นนี้เรื่อยๆ ไป แต่ละคู่ของ W_i และ V_i เรียกว่า Canonical Variate จำนวนคู่ของ Canonical Variate จะเท่ากับ $\min(p, q)$ เมื่อ p แทนจำนวนตัวแปรอิสระ, q แทนจำนวนตัวแปรตาม โดยมีข้อจำกัดว่าตัวแปรคาโนนิกอล W_i และ V_i ในแต่ละชุดจะต้องไม่มีความสัมพันธ์กัน และถ้าค่า $R_{ci}^2 < .10$ ถือว่าต่ำเกินไป เพราะอธิบายความแปรปรวนได้เพียงร้อยละ 10

5.3 การทดสอบนัยสำคัญของการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิกอล

การทดสอบนัยสำคัญของการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิกอล เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลในระดับสองกลุ่มตัวแปร ประกอบด้วยการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติและทดสอบนัยสำคัญทางปฏิบัติ ดังนี้ (ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์, 2535: 48 – 52; ดุษฎี โยเหลา, 2541: 77 – 78; สำราญ มีแจ้ง, 2544: 181 – 182)

1. การทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งจะทำการทดสอบเพื่อตอบคำถาม 2 ประการ คือ

1.1 ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิกอล (R_{ci}) ที่คำนวณได้นั้น มีนัยสำคัญทางสถิติบ้างหรือไม่ นั่นคือมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงอย่างมีนัยสำคัญระหว่างตัวแปรสองชุดเหล่านั้นหรือไม่ สมมติฐานที่ทำการทดสอบคือ

$$H_0(1) : R_{c1} = R_{c2} = R_{c3} = \dots = R_{ci} = 0$$

ในการทดสอบสมมติฐาน จะใช้สถิติทดสอบแบบไคสแควร์ของ Bartlett หรือสถิติทดสอบแบบราวี-เอฟ (Rao's F) ซึ่งพัฒนาขึ้นโดยราวีก็ได้ แต่โดยทั่วไปนิยมใช้การแจกแจงแบบไคสแควร์ของ Bartlett มีสูตรดังนี้

$$\chi^2 = -[N - 1 - .5(p + q + 1)] \log_e \wedge ; df = pq$$

เมื่อ	χ^2	แทน	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤติจากการแจกแจงแบบไคสแควร์เพื่อทราบความมีนัยสำคัญ
	N	แทน	จำนวนสมาชิกในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
	p	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ X
	q	แทน	จำนวนตัวแปรตาม Y
	$\log_e$	แทน	ลอการิทึมธรรมชาติ (natural logarithm)
	$\wedge$	แทน	Wilks' lambda โดยคำนวณจากสูตร $\wedge = (1 - R_{c1}^2)(1 - R_{c2}^2) \dots (1 - R_{ci}^2)$

ถ้าผลการทดสอบสมมติฐานปรากฏว่า $H_0(1)$ ไม่ถูกหักล้าง (ยอมรับ $H_0(1)$) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ก็หมายความว่าไม่มีค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลตัวใดที่มีค่าต่างไปจากศูนย์ ($R_{ci} = 0$) แต่ถ้าผลการทดสอบสมมติฐานมีนัยสำคัญทางสถิติ (ปฏิเสธ $H_0(1)$) หมายความว่า ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลอย่างน้อยหนึ่งค่าจะมีขนาดค่าไม่เท่ากับศูนย์ ($R_{ci} \neq 0$) จึงจะสามารถทำการทดสอบเพื่อตอบคำถามข้อต่อไปได้

1.2 ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอล (R_{ci}) ที่ปรากฏนัยสำคัญทางสถิติทั้งหมดมีรวมกันก็ค่าอะไรบ้าง ต้องทำการทดสอบสมมติฐานต่อไปคือ

$$H_0(2) : R_{c2} = R_{c3} = \dots = R_{ci} = 0$$

$$H_0(3) : R_{c3} = \dots = R_{ci} = 0$$

⋮

$$H_0(i) : R_{ci} = 0$$

สถิติที่ใช้ในการทดสอบก็คือใช้สูตรการคำนวณค่า Λ สูตรเดียวกับการทดสอบสมมติฐานในข้อ 1.1 โดยตัดเทอม $(1 - R_{c1}^2)$ ออกไปจะได้ว่า

$$\Lambda = (1 - R_{c2}^2) \dots (1 - R_{ci}^2) \quad \text{ที่} \quad df = (p - 1)(q - 1)$$

ถ้ามี R_c มากกว่า 2 ค่า ก็ทำการคำนวณ Λ ที่ $df = (p - 2)(q - 2)$ และทดสอบนัยสำคัญทางสถิติต่อไปเรื่อยๆ จนกระทั่งพบ R_c ที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ในการทดสอบสมมติฐานที่สองนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อตอบคำถามที่ว่า เมื่อยกเว้น R_{c1} แล้วยังคงเหลือ R_{ci} ค่าใดที่มีนัยสำคัญทางสถิติอีกหรือไม่ ในทำนองเดียวกันการทดสอบสมมติฐานที่สาม สมมติฐานที่สี่ และสมมติฐานที่ห้าก็เพื่อตอบคำถามที่คล้ายคลึงกัน โดยมีลักษณะพอกพูนสำหรับมุ่งไปที่การทดสอบ R_{ci} ตัวอื่นๆ นอกจากค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลที่พบนัยสำคัญทางสถิติแล้ว เมื่อใดก็ตามที่ไม่สามารถหักล้างสมมติฐานปฏิเสธที่กำลังทดสอบอยู่นั้นได้ก็เป็นการสิ้นสุดสมมติฐานทางสถิติ

การหาค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอล (β_j) ของตัวแปร Y คำนวณจากสูตร

$$\beta_j = \frac{1}{\sqrt{v_j' R_{yy} v_j}} v_j$$

เมื่อ β_j แทน เมตริกซ์ค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอลของชุดที่ j (Function j)

v_j แทน ไอแกนเวกเตอร์ที่ j
 v'_j แทน ทรานสโพสของ v_j
 หาค่า v_j โดยแก้สมการต่อไปนี้

$$\left| R_{yy}^{-1} R_{yx} R_{xx}^{-1} R_{xy} - \lambda I \right| v_j = 0$$

การหาค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอล (β_j) ของตัวแปร X คำนวณจากสมการ ดีเทอร์มิแนนท์

$$A = R_{xx}^{-1} R_{xy} B D^{-1/2}$$

เมื่อ A แทน เมตริกซ์ของน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอลของตัวแปร X ในแต่ละชุด
 B แทน เมตริกซ์ของน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอลของตัวแปร Y ในแต่ละชุด
 $D^{-1/2}$ แทน diagonal matrix ที่มีสมาชิกเป็นส่วนกลับของรากที่สองของ λ
 R_{xx}^{-1} แทน ค่าอินเวอร์สเมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของชุดตัวแปรอิสระ X
 R_{xy} แทน เมตริกซ์ของสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ X กับตัวแปรตาม Y

2. การทดสอบนัยสำคัญทางปฏิบัติ จะทำหลังจากทดสอบนัยสำคัญทางสถิติแล้ว โดยอาศัยหลักการที่เรียกว่า “เกณฑ์แห่งความหมาย” (Criterion of Meaningfulness) ในการทดสอบนัยสำคัญทางปฏิบัตินี้คูลลีและโลนส์ (ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์. 2535: 52; อ้างอิงจาก Cooley; & Lohnes. 1971: 176) แนะนำว่า สหสัมพันธ์คาโนนิคอลที่มีค่าไม่เกิน .30 ถือว่าเป็นขนาดค่าที่เล็กเกินไป ไม่มีความหมายในทางปฏิบัติจึงไม่อาจนำไปทดสอบนัยสำคัญทางสถิติต่อไปได้

5.4 การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง

การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง คือ การหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเดิม (X หรือ Y) กับตัวแปรคาโนนิคอล สามารถคำนวณได้จากเมตริกซ์ในสูตรต่อไปนี้ (Pedhazur. 1997: 933)

$$\begin{aligned} S_x &= R_{xx} A \\ S_y &= R_{yy} B \end{aligned}$$

เมื่อ	S_x	แทน	เมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์โครงสร้างของตัวแปร X
	S_y	แทน	เมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์โครงสร้างของตัวแปร Y
	R_{xx}	แทน	เมตริกซ์ของสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ X
	R_{yy}	แทน	เมตริกซ์ของสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตาม Y

ค่าของสัมประสิทธิ์โครงสร้างที่มีค่า $\geq .30$ เป็นค่าที่มากพอที่จะตีความได้ ข้อสังเกตของการตีความสัมประสิทธิ์โครงสร้างคือ (ดุขฎิ โยเหลา. 2541: 82)

1. ตีความคล้าย factor loading ในการวิเคราะห์องค์ประกอบ กล่าวคือในกรณีที่ค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างใหญ่ สามารถอธิบายได้ว่าตัวแปรคาโนนิคอลตัวนั้นแสดงถึงอะไร
2. ค่าของสัมประสิทธิ์โครงสร้างเมื่อยกกำลังสองแสดงถึงความแปรปรวนของตัวแปร X หรือ Y ที่อธิบายด้วยตัวแปรคาโนนิคอล
3. ผลรวมของค่ากำลังสองของสัมประสิทธิ์โครงสร้างแสดงถึงปริมาณความแปรปรวนของตัวแปรเดิม ที่อธิบายได้ด้วยตัวแปรคาโนนิคอล
4. ปริมาณความแปรปรวนในข้อ 3 หารด้วยจำนวนตัวแปรเดิมแสดงถึงสัดส่วนของความแปรปรวนทั้งหมดของตัวแปรเดิมที่อธิบายด้วยตัวแปรคาโนนิคอล

5.5 การวิเคราะห์ความทับซ้อน

ถึงแม้ว่าเมตริกซ์ค่าสหสัมพันธ์โครงสร้างจะสามารถช่วยให้นักวิจัยมีความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติของสหสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวแปรทั้งสองกลุ่มได้ดียิ่งขึ้นก็ตาม แต่เมตริกซ์ดังกล่าวก็ยังให้ข้อมูลไม่เพียงพอสำหรับการตอบคำถามที่ว่า “ความแปรปรวนของกลุ่มตัวแปรหนึ่ง ซึ่งถูกดึงโดยตัวแปรคาโนนิคอลมีปริมาณมากน้อยเพียงใดที่สามารถอธิบายได้โดยตัวแปรคาโนนิคอลจากอีกกลุ่มตัวแปรหนึ่ง” การตอบคำถามนี้จึงจำเป็นต้องประยุกต์ใช้เทคนิคซึ่งเรียกว่า “การวัดความทับซ้อน” (Redundancy Measures) โดยทั่วไปการวัดความทับซ้อนมีความสำคัญยิ่งต่อการวิเคราะห์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรสองกลุ่ม ทั้งนี้เพราะค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์คาโนนิคอลที่มีขนาดค่าสูงมากนั้น อาจเป็นผลสืบเนื่องมาจากสหสัมพันธ์ลำดับศูนย์ของเพียงตัวแปรเดียวในกลุ่มตัวแปรกลุ่มหนึ่ง กับอีกเพียงตัวแปรเดียวในกลุ่มตัวแปรอีกกลุ่มหนึ่ง ขณะที่ตัวแปรอื่นๆ ที่เหลืออยู่ในแต่ละกลุ่มตัวแปร

อาจไม่ได้เกี่ยวข้องกับโครงสร้างคาโนนิคอลแต่ประการใด จึงกล่าวได้ว่าการวัดความทับซ้อนระหว่างสองกลุ่มตัวแปรจำเป็นต้องอาศัยดัชนีความทับซ้อนเป็นสำคัญ (ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์. 2535: 54 – 55) สำหรับค่าดัชนีความทับซ้อนคำนวณได้จากสูตร

$$R_{dY} = V_{(V_i)} R_{ci}^2$$

เมื่อ R_{dY} แทน ค่าดัชนีความทับซ้อนของเทรסקกลุ่มตัวแปรตาม
 $V_{(V_i)}$ แทน ค่าร้อยละของเทรסקกลุ่มตัวแปรตามที่ถูกดึงโดย
 ตัวแปรคาโนนิคอล V_i
 R_{ci}^2 แทน ค่ากำลังสองของสหสัมพันธ์คาโนนิคอล

จากการศึกษาเอกสารในข้างต้น สรุปได้ว่า เทคนิคการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอลเป็นเทคนิคที่จะทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงที่เป็นไปได้สูงสุดระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระร่วมกันและกลุ่มตัวแปรตามร่วมกัน โดยค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลตัวแรกจะมีค่าสูงที่สุด สำหรับสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล เป็นน้ำหนักที่แสดงถึงความสำคัญของตัวแปรนั้นที่มีส่วนช่วยให้ได้ความสัมพันธ์สูงสุด ดังนั้นในการพิจารณาว่าตัวแปรในกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรตามตัวใดบ้างที่สัมพันธ์กัน จะพิจารณาจากขนาดและเครื่องหมาย ถ้าเครื่องหมายอย่างเดียวกัน แสดงว่าตัวแปรเหล่านั้นมีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกัน แต่ถ้าเครื่องหมายต่างกันจะมีความสัมพันธ์ทางลบซึ่งกันและกัน ส่วนค่าไอเกนเป็นค่าที่แสดงความแปรปรวนที่ร่วมกันของตัวแปรทั้งสองกลุ่ม

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ฟรายเดนเบอร์กและเลวิส (Frydenberg; & Lewis. 2002: Online) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหาเกี่ยวกับเพศ อายุ และภูมิหลังของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศออสเตรเลีย โดยใช้แบบสอบถามจำนวน 80 ข้อ ประกอบด้วยวิธีการเผชิญปัญหา 18 วิธี ที่แบ่งตามลักษณะประสิทธิภาพของการเผชิญปัญหาเป็น 3 กลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีอายุมากกว่าจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบการตำหนิตนเอง (Self – Blame) และการลดความตึงเครียด (Tension – Reduction Techniques) ส่วนนักเรียนที่มีอายุน้อยกว่าจะใช้วิธีการทำงาน (Work Related Strategies) นักเรียนเพศชายจะใช้วิธีการผ่อนคลายทางด้านร่างกาย (Physical Recreation) ขณะที่นักเรียนเพศหญิงจะใช้วิธีการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) การมีความคิดที่เป็นปรารถนา (Wishful Thinking) และการลดความตึงเครียด (Tension – Reduction Techniques) ซึ่งโดยภาพรวมแล้วจะเห็นได้ว่านักเรียนที่มีเพศและอายุต่างกัน จะมีการใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันไป

เมย์และสเปนเกนเบอร์ก (May; & Spangenberg. 1997: 224 – 236) ทำการศึกษาผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ (Androgyny) กับแนวทางการเผชิญกับปัญหาในเพศชาย โดยใช้มาตรวัดการเผชิญปัญหาของเซทลิน (May; & Spangenberg. 1997: 224; citing Zeitlin. 1985) คือ Zeitlin Coping Inventory และมาตรวัดบทบาททางเพศของเบ็ม (May; & Spangenberg. 1997: 224; citing Bem. 1974) คือ Bem Sex-Role Inventory กับกลุ่มตัวอย่างวัยผู้ใหญ่เพศชายจำนวน 169 คน (อายุระหว่าง 25-50 ปี) ซึ่งกำลังศึกษาวิชาบริหารธุรกิจในประเทศแอฟริกาใต้ พบว่า ไม่มีความแตกต่างด้านความสามารถในการเผชิญกับปัญหาโดยรวมในผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ และผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว แม้ว่าทั้งสองลักษณะข้างต้นนี้จะมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหามากกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว และผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่ ส่วนการเผชิญปัญหาเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม (Coping with Environment) นั้น ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ จะมีรูปแบบยืดหยุ่น (Flexible) มากกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศชนิดอื่น ๆ นอกจากนี้ยังไม่พบความแตกต่างระหว่างผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ และผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว ในด้านการเผชิญกับปัญหาเกี่ยวกับตนเอง (Coping with Self) สรุปได้ว่า ในเพศชายที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ และผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว สามารถเผชิญกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สเปนเกนเบอร์กและเลทแกน (Spangenberg; & Lategan. 1993: 195 – 203) ได้ศึกษาการเผชิญกับปัญหาในผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ และรูปแบบการระบุนสาเหตุ โดยใช้แบบสอบถามมาตรวัดการเผชิญปัญหาของเซทลิน (Zeitlin. 1985) คือ Zeitlin Coping Inventory มาตรวัดบทบาททางเพศของเบ็ม (Bem. 1978) คือ Bem Sex-Role Inventory และแบบสอบถามรูปแบบการระบุนสาเหตุ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 301 คน ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษา พบว่าเพศหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ จะมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาได้มากกว่าเพศหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว บทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียว และบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่ นอกจากนี้ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ จะมีรูปแบบการเผชิญกับปัญหาแบบยืดหยุ่น (Flexible) มากกว่าผู้ที่มีลักษณะบทบาททางเพศชนิดอื่น ๆ

เรนค์และเครซี่ (Renk; & Creasey. 2003: 159 – 168) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเพศ บทบาททางเพศ และยุทธวิธีการเผชิญปัญหาในเด็กวัยรุ่นตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาเป็นวัยรุ่นตอนปลายจำนวน 169 คน โดยให้ทำแบบวัดประเมินลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง และแบบวัดยุทธวิธีการเผชิญปัญหา พบว่า วัยรุ่นตอนปลายที่มีลักษณะความเป็นชายสูง จะเลือกใช้กลวิธีวิธีการเผชิญแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่าผู้ที่มีลักษณะ

ความเป็นชายต่ำ ในทางตรงกันข้ามวัยรุ่นตอนปลายที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงจะเลือกใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ในระดับสูงกว่าผู้ที่มีความเป็นหญิงต่ำ และกลุ่มที่ไม่ใช้ทั้งลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง หรือกลุ่มที่มีลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงต่ำทั้งคู่ จะเลือกใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง ซึ่งจะเห็นได้ว่าบทบาททางเพศมีความสำคัญต่อการเลือกยุทธวิธีการเผชิญปัญหา

ไช (Tsai. 1994: 10-B) ศึกษาการรับรู้ความเครียดและการเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาในไต้หวัน ซึ่งประกอบด้วยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 290 คน และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 276 คน ผลการวิจัยพบว่า เพศและระดับการศึกษามีผลต่อการรับรู้ความเครียดและการเลือกกลวิธีในการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักเรียนชายพบว่าเหตุการณ์ที่โรงเรียนเป็นที่มาของความเครียดหลักๆ ในชีวิต ส่วนยุทธวิธีการเผชิญปัญหาที่ใช้ขึ้นเป็นความต้องการลงมือกระทำมากกว่าวิธีอื่นๆ สำหรับนักเรียนหญิงพบว่าใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบการระบายความรู้สึกและการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าการลงมือจัดการกับปัญหา นอกจากนี้ยังพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สามารถนำยุทธวิธีการเผชิญปัญหาไปใช้ได้มากกว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และพบว่านักเรียนเลือกใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาในการจัดการกับปัญหาที่โรงเรียนมากกว่าปัญหาครอบครัวและปัญหากับเพื่อน

ฮาร์จูและโบลิน (Harju; & Bolen. 1998: 185 – 200) ศึกษาผลกระทบของการมองโลกในแง่ดี 3 ระดับ โดยใช้แบบวัดแนวทางในการดำเนินชีวิต เพื่อเปรียบเทียบกับภาวะการเผชิญปัญหา (Brief COPE) และองค์ประกอบด้านระดับคุณภาพชีวิต ในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 204 คน พบว่าผู้ที่มองโลกในแง่ดีสูงจะมีสุขภาพดี มีระดับคุณภาพชีวิตสูง ใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และจะเปลี่ยนแปลงมุมมองปัญหาไปในทางบวก ส่วนผู้ที่มองโลกในแง่ดีต่ำจะมีความไม่พึงพอใจกับคุณภาพชีวิตของตนทั้งหมด ใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบไม่ยุ่งเกี่ยวกับปัญหาและดื่มสุรา นอกจากนี้ยังพบว่าผู้หญิงที่มีระดับคุณภาพชีวิตสูงที่เผชิญกับปัญหาจะใช้วิธีการแสดงออกในด้านอารมณ์ และการหาที่พึ่งทางศาสนา ขณะที่ผู้ชายมักจะยอมรับกับปัญหาและมีอารมณ์ขัน

แอนเดอร์สัน (Anderson. 1979: 446 – 451) ได้ทำการศึกษาความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน พฤติกรรมการเผชิญปัญหา และการปฏิบัติต่อความเครียด กับประชาชนทั่วไป พบว่าบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายนอก เมื่อเผชิญกับภาวะเครียดมักจะใช้กลไกการป้องกันทางจิต ส่วนบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะใช้วิธีการเผชิญภาวะเครียดโดยการแก้ไขตามปัญหา ทำให้บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหามากกว่า

จากการศึกษางานวิจัยในต่างประเทศ จะเห็นได้ว่า มีงานวิจัยที่ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเผชิญปัญหากับตัวแปรต่างๆ มากมาย และสนับสนุนการศึกษาของผู้วิจัยในครั้งนี้ โดยงานวิจัยที่ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศกับการเผชิญปัญหา พบว่า ผู้ที่มีลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงสูงทั้งคู่ และผู้ที่มีความเป็นชายสูงลักษณะเดียวจะมีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการเผชิญปัญหาได้มากกว่าลักษณะอื่น ทั้งการเผชิญปัญหาในด้าน

สภาพแวดล้อมและการเผชิญปัญหาในภาพรวม นอกจากนี้ผู้ที่มีลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงแตกต่างกันยังเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาต่างกัน โดยผู้ที่มีลักษณะความเป็นชายสูงจะเลือกวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ส่วนผู้ที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงจะเลือกวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ สำหรับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับการเผชิญปัญหา พบว่า ผู้ที่มองโลกในแง่ดีสูงจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและมีคุณภาพชีวิตที่ดี ส่วนผู้ที่มองโลกในแง่ดีต่ำจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ โดยการหนีปัญหาและดื่มสุราทำให้มีคุณภาพชีวิตต่ำด้วย และสำหรับการศึกษาความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนเองกับการเผชิญปัญหา พบว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งมีผลทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน โดยผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนเองเมื่อเผชิญกับภาวะเครียดจะสามารถควบคุมตนเองและพาตัวเองให้เผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้ ซึ่งต่างจากผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนที่จะปฏิเสธและหนีปัญหา หรือใช้กลไกการป้องกันทางจิต

6.2 งานวิจัยในประเทศ

กรการรณ สุพรรณวรรษา (2544: 105 – 109) ได้ศึกษาการวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยแบ่งวิธีการเผชิญปัญหาเป็น 3 รูปแบบ คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง พบว่า นิสิตนักศึกษาใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงน้อย นอกจากนี้ยังพบว่านิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่าแต่ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมและแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่านิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้าย

ปณตพร พงษ์อนันต์โยธิน (2544: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาของผู้ใหญ่วัยทำงานที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใหญ่วัยทำงาน อายุระหว่าง 25 – 35 ปี จำนวน 400 คน เป็นเพศชายและเพศหญิงอย่างละ 200 คน อยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร มีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่าขึ้นไป โดยแบ่งพฤติกรรมการเผชิญปัญหาเป็น 8 ด้าน คือ การเผชิญหน้ากับปัญหา การถอยห่าง การควบคุมตนเอง การแสวงหา การเกื้อหนุนทางสังคม การรับผิดชอบต่อปัญหา การหลีกเลี่ยง – หลีกเลียงปัญหา การวางแผนแก้ปัญหา และการประเมินค่าใหม่ทางบวก ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้ที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาแตกต่างกัน
2. ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นชายสูงลักษณะเดียวมีพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาแบบการเผชิญหน้ากับปัญหามากกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่

3. ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่มีพฤติกรรม การเผชิญกับปัญหาแบบการถอยห่างต่ำกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงสูงลักษณะ เดียว

4. ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ และแบบมี ความเป็นชายสูงลักษณะเดียว มีพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาแบบการหลีกเลี่ยง – หลีกเลียงปัญหา สูงกว่าผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่

5. ผู้ที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาแบบการ ควบคุมตนเอง การแสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม การรับผิดชอบต่อปัญหา การวางแผนแก้ปัญหา และการประเมินค่าใหม่ทางบวกไม่แตกต่างกัน

6. ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายสูงทั้งคู่ แบบมีความ เป็นชายสูงลักษณะเดียว แบบมีความเป็นหญิงสูงลักษณะเดียว มีพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหา แบบการเผชิญหน้ากับปัญหา ต่ำกว่าพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาแบบการหลีกเลี่ยง – หลีกเลียง ปัญหา

7. ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีความเป็นหญิงและความเป็นชายต่ำทั้งคู่มีพฤติกรรม การเผชิญกับปัญหาแบบการเผชิญหน้ากับปัญหาไม่แตกต่างจากพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาแบบ การหลีกเลี่ยง – หลีกเลียงปัญหา

อัจฉรา พุ่มดวง (2527 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน ภายนอกตน กับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการรังสีรักษา พบว่า ความเชื่อ อำนาจภายใน – ภายนอกตน มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในผู้ป่วย มะเร็งที่ได้รับการรังสีรักษา และผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการรังสีรักษาที่มีความเชื่ออำนาจภายใน – ภายนอกตน ต่างกัน มีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดแตกต่างกัน

สาโรช คำรัตน์ (2544: 73 – 80) ได้ทำการศึกษาปัจจัยบางประการที่มีความสัมพันธ์กับ วิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า เพศ บุคลิกภาพแบบวิตกกังวล อ่อนไหว – มั่นคง และความเชื่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญ ปัญหา ส่วนบุคลิกภาพแบบเปิดเผย – เก็บตัว ไม่มีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหา

มุขชิตา ผดุงยาม (2547: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาโมเดลความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงเส้นของ ตัวแปรบางประการที่มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า การประเมินสถานการณ์ทางการเรียน ภาวะสุขภาพ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การสนับสนุนทางสังคมของบิดามารดา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว และเจตคติต่อการเรียน ร่วมกันอธิบายความสามารถในการเผชิญปัญหาทางการเรียนของนักเรียน วัยรุ่นได้ร้อยละ 94

รัตนภรณ์ พงสะมั่ง (2547: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์คาโนคัลระหว่าง ความฉลาดทางอารมณ์ สภาพแวดล้อมในวิทยาลัย บรรยากาศในครอบครัว กับวิธีการเผชิญปัญหา ของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ พบว่ากลุ่มตัวแปรความฉลาดทางอารมณ์ สภาพแวดล้อม

ในวิทยาลัย บรรยากาศในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับกลุ่มตัวแปรวิธีการเผชิญปัญหาแบบสุญญากาศแบบประนีประนอม และแบบหนีปัญหา

จากการศึกษางานวิจัยในประเทศ จะเห็นได้ว่า มีตัวแปรที่สัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาทั้งโดยตรงและโดยอ้อม งานวิจัยที่ทำการศึกษาก่อนมองโลกในแง่ดีกับการเผชิญปัญหา พบว่า ผู้ที่มองโลกในแง่ดีสูงจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ส่วนผู้ที่มองโลกในแง่ร้ายหรือมีการมองโลกในแง่ดีต่ำ จะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาโดยแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมและแบบหลีกเลี่ยงปัญหามากกว่า ดังนั้นการมองโลกในแง่ดีจึงมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาสำหรับบทบาททางเพศกับการเผชิญปัญหา พบว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกันจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาต่างกัน คือ ผู้ที่มีลักษณะความเป็นชายจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบการเผชิญหน้า ส่วนผู้ที่มีลักษณะความเป็นหญิงจะเลือกวิธีการเผชิญปัญหาแบบถอยห่าง สำหรับการศึกษาความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนกับการเผชิญปัญหา พบว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหา และผู้ที่มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนต่างกัน มีพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดแตกต่างกัน

จากการศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยพบว่า เมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหาก็จะเกิดภาวะความเครียดตามมา บุคคลจึงประเมินสถานการณ์และหาวิธีการเพื่อเผชิญกับปัญหาในรูปแบบต่างๆ ซึ่งวิธีการเผชิญปัญหานั้นมีมากมายหลากหลายวิธีตามแต่ละแนวคิดของแต่ละคน จากการประมวลความรู้ที่ผ่านมายุทธวิธีการเผชิญปัญหานั้นสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ซึ่งในแต่ละทั้ง 2 ลักษณะนี้ยังสามารถแบ่งเป็นกลุ่มได้อีก 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 เป็นการเผชิญปัญหาโดยใช้ความสามารถของตน กลุ่มที่ 2 เป็นการเผชิญปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่นๆ และกลุ่มที่ 3 เป็นการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และในแต่ละกลุ่มก็จะประกอบไปด้วยวิธีที่ใช้ในการเผชิญปัญหาแบบต่างๆ ที่มีทั้งวิธีการที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ซึ่งก็ต้องขึ้นอยู่กับสถานการณ์และปัญหานั้นๆ ด้วย วิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพจะสามารถแก้ปัญหาได้จริง โดยจะเป็นลักษณะการเผชิญปัญหาที่อาศัยความสามารถของตนเองและการอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่นๆ ส่วนวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพคือการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และจากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหานั้นมีมากมาย ทั้งปัจจัยด้านคุณลักษณะของตัวบุคคลและสภาพแวดล้อม แต่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาปัจจัยในด้านของตัวบุคคล โดยศึกษาจากลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ซึ่งจากการศึกษาเอกสารจะพบว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศต่างกันจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาต่างกัน อีกทั้งยังมีทั้งงานวิจัยในต่างประเทศและงานวิจัยในประเทศที่สนับสนุนว่าบทบาททางเพศและการเผชิญปัญหามีความสัมพันธ์กัน เพราะฉะนั้นลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงน่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา นอกจากนี้

ผู้วิจัยยังพบว่าการมองโลกในแง่ดีก็เป็นสาเหตุหนึ่ง ที่ทำให้บุคคลเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน โดยบุคคลที่มีการมองโลกในแง่ดีสูง จะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ดังนั้นการมองโลกในแง่ดีก็น่าจะมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งนอกจากลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง และการมองโลกในแง่ดี จะส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแล้ว ผู้วิจัยยังพบว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน อันประกอบไปด้วย ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ซึ่งเป็นความคิดหรือการรับรู้ของแต่ละบุคคลยังมีผลต่อวิธีการเผชิญปัญหาอีกด้วย โดยผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูง จะใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ในทางตรงกันข้ามผู้ที่มีความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญสูง ก็น่าจะเลือกใช้ยุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มากกว่า และถึงแม้งานวิจัยส่วนใหญ่จะทำการศึกษาโดยแบ่งแยกความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนออกเป็นความเชื่ออำนาจภายในและความเชื่ออำนาจภายนอกเท่านั้น แต่ผู้วิจัยเชื่อว่าการแบ่งความเชื่ออำนาจภายนอกออกเป็นความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ก็ย่อมมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหาเช่นกัน ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรดังกล่าว ทั้งลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจความผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์ค่าแคนอนิคอล (Canonical Analysis) เพราะเป็นเทคนิคทางสถิติที่ช่วยให้ทราบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรตาม ซึ่งจะเป็นประโยชน์กับผู้ที่เกี่ยวข้องได้ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพิจารณาหาแนวทางส่งเสริมวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ และสามารถจัดการกับปัญหาหรือความเครียดได้ตามความเป็นจริง

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ประจำปีการศึกษา 2548 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จำนวน 5,295 คน จาก 33 โรงเรียน เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ 6 โรงเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่ 5 โรงเรียน โรงเรียนขนาดกลาง 17 โรงเรียน และโรงเรียนขนาดเล็ก 5 โรงเรียน

จากการสำรวจข้อมูลหน่วยสมาชิกของประชากรจากแหล่งทุติยภูมิ คือ กองแผนงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จัดทำกรอบของการสุ่ม (Sampling Frame) โดยจำแนกเป็นโรงเรียนขนาดต่างๆ ตามเกณฑ์เดิมของกรมสามัญศึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ โรงเรียนขนาดใหญ่ โรงเรียนขนาดกลาง และโรงเรียนขนาดเล็ก ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 จำนวนโรงเรียน จำนวนห้องเรียน และจำนวนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จำแนกตามขนาดโรงเรียน

ขนาดโรงเรียน	โรงเรียน	จำนวนห้องเรียน (ห้อง)	จำนวนนักเรียน (คน)
ใหญ่พิเศษ	ชลราษฎรอำรุง	14	687
	ชลกันยานุกูล	14	711
	พนัสพิทยาคาร	10	479
	โพธิ์สัมพันธ์พิทยาคาร	8	336
	สิงห์สมุทร	16	573
	ศรีราชา	7	280
	รวม	69	3,066

ตาราง 4 (ต่อ)

ขนาดโรงเรียน	โรงเรียน	จำนวนห้องเรียน (ห้อง)	จำนวนนักเรียน (คน)
ใหญ่	บ้านสวน (จันอนุสรณ์)	3	86
	บ้านบึง (อุตสาหกรรมนุเคราะห์)	5	173
	ชลบุรี (สุขบท)	6	258
	บางละมุง	5	222
	สัตหีบวิทยาคม	4	110
	รวม	23	849
กลาง	จุฬารัตน์ราชวิทยาลัย ชลบุรี	3	146
	ชลราษฎร์อำรุง 2	2	44
	ชลกัลยานุกูล (แสนสุข)	3	103
	บ้านบึง (มณูญวิทยาการ)	2	40
	คลองกุ่มวิทยาคม	2	56
	เกาะจันทร์พิทยาคม	2	73
	พานทอง	2	55
	พานทองสหภาพชนูปถัมภ์	3	61
	หัวถนนวิทยา	2	61
	บ่อทองวงษ์จันทร์วิทยา	4	131
	เกาะโพธิ์ถั่วงามวิทยา	2	70
	ทุ่งเหียงพิทยาคม	2	47
	ทุ่งสุขลาพิทยา (กรุงเทพฯอนุเคราะห์)	3	95
	สุรศักดิ์วิทยาคม	2	56
	บึงศรีราชาพิทยาคม	2	44
	พลูตาหลวงวิทยา	2	64
	สาขาสวนกุหลาบวิทยาลัย	2	91
	รวม	40	1,237
เล็ก	หนองใหญ่ศิริรวิวาทวิทยา	1	37
	หนองรีมมงคลสุขสวัสดิ์	1	44
	อุทกวิทยาคม	-	-
	เกาะสีชัง	1	21
	ผินแจ่มวิชาสอน	2	41
	รวม	5	143
รวมนักเรียนในทุกโรงเรียน		137	5,295

<u>หมายเหตุ</u>	โรงเรียนขนาดเล็ก	มีจำนวนนักเรียน	1 – 499 คน
	โรงเรียนขนาดกลาง	มีจำนวนนักเรียน	500 – 1,499 คน
	โรงเรียนขนาดใหญ่	มีจำนวนนักเรียน	1500 – 2,499 คน
	โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ	มีจำนวนนักเรียน	2,500 คนขึ้นไป

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ประจำปีการศึกษา 2548 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จำนวน 483 คน จาก 10 โรงเรียน จำแนกเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ 2 โรงเรียน จำนวน 274 คน โรงเรียนขนาดใหญ่ 2 โรงเรียน จำนวน 80 คน โรงเรียนขนาดกลาง 5 โรงเรียน จำนวน 115 คน และโรงเรียนขนาดเล็ก 1 โรงเรียน จำนวน 14 คน โดยมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการอาศัยการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร จากสูตรการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (สุชาติ กิระนันท์ 2542: 115) โดยมีข้อมูลในการประมาณค่าขนาดของกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. กำหนดระดับความเชื่อมั่น (Level of Confidence : $1-\alpha$) ร้อยละ 95

2. กำหนดขนาดของความคลาดเคลื่อน ($e = Z_{.05/2} S_{\bar{X}}$) เท่ากับ 1.00 คะแนน จากคะแนนเต็มของแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าขนาดของความคลาดเคลื่อนที่กำหนดนี้เป็นขนาดที่เพียงพอในการนำผลการวิจัยไปใช้ในการตัดสินใจในกรณีต่างๆ ที่เกี่ยวข้องได้

3. ค่าประมาณความแปรปรวนกลุ่มประชากร (σ^2) ของกลุ่มโรงเรียนขนาดต่างๆ ซึ่งได้จากการนำแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จำนวน 150 คน ได้แก่ โรงเรียนปอทองวงษ์จันทร์วิทยา โรงเรียนพานทอง โรงเรียนทุ่งเหียงพิทยาคม และโรงเรียนเกาะจันทร์พิทยาคาร โดยแบบสอบถามที่ใช้เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ จำนวน 24 ข้อ ซึ่งพบว่าคะแนนความแปรปรวนที่ได้มีค่าเท่ากับ 165.522 , 138.510 , 123.210 และ 80.806 ตามลำดับ จากนั้นผู้วิจัยได้นำค่าความแปรปรวนนี้ไปประมาณค่าของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

จากข้อมูลจำนวนประชากรและข้อมูลสำหรับการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยนำไปคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมในการวิจัยครั้งนี้ทั้งหมด 517 คน แบ่งเป็นนักเรียนโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ 300 คน โรงเรียนขนาดใหญ่ 83 คน โรงเรียนขนาดกลาง 120 คน และโรงเรียนขนาดเล็ก 14 คน

การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สุ่มกลุ่มตัวอย่าง โดยทำการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two – Stage Random Sampling) ซึ่งมีลำดับขั้นตอนในการดำเนินการสุ่ม ดังนี้

1. ทำการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยมีขนาดโรงเรียนเป็นตัวแปรแบ่งชั้น (Stage) และมีโรงเรียนเป็นหน่วยในการสุ่ม (Sampling Unit) สุ่มโรงเรียนมาประมาณร้อยละ 30 ของแต่ละขนาดโรงเรียน ได้โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ 2 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 1,166 คน โรงเรียนขนาดใหญ่ 2 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 480 คน โรงเรียนขนาดกลาง 5 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 369 คน และโรงเรียนขนาดเล็ก 1 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 41 คน

2. ทำการสุ่มนักเรียนจากแต่ละโรงเรียน เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างตามที่กำหนด โดยการเทียบสัดส่วนระหว่างจำนวนนักเรียนในแต่ละโรงเรียนกับจำนวนนักเรียนทั้งหมดตามขนาดโรงเรียน ซึ่งก็จะได้กลุ่มตัวอย่างตามขนาดโรงเรียนที่ได้คำนวณเอาไว้ทั้งหมด 517 คน ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 จำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้จากการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามขนาดของโรงเรียน

ขนาดโรงเรียน	โรงเรียน	จำนวนนักเรียน (คน)
ใหญ่พิเศษ	ชลราษฎรอำรุง	177
	พนัสพิทยาคาร	123
	รวม	300
ใหญ่	ชลบุรี (สุขบท)	45
	บางละมุง	38
	รวม	83
กลาง	ชลกัลยานุกูล (แสนสุข)	34
	บ้านบึง (มัญญวิทยาคาร)	13
	พานทองสภานุพัฒน์	20
	เกาะโพธิ์ถัวยงามวิทยา	23
	ทุ่งศุขลาพิทยา (กรุงไทยอนุเคราะห์)	30
	รวม	120
เล็ก	ผินแจ่มวิชาสอน	14
	รวม	14
รวมนักเรียนในทุกโรงเรียน		517

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจริง ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อไว้ร้อยละ 30 ซึ่งคิดเป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 672 คน ทั้งนี้เพื่อป้องกันการผิดพลาดอันเนื่องมาจากการไม่ตั้งใจทำแบบสอบถามของนักเรียน ซึ่งตรวจสอบได้จากการสังเกตขณะที่นักเรียนทำแบบสอบถาม และพิจารณาจากการแสดงความคิดเห็นในแบบสอบถามที่เป็นข้อความเชิงบวกกับข้อความเชิงลบที่ตอบไม่สอดคล้องกัน ตลอดจนความไม่สมบูรณ์ของแบบสอบถาม ได้แก่ การตอบไม่ครบ และการตอบเกิน ดังนั้นหลังจากคัดเลือกแบบสอบถามฉบับที่สมบูรณ์แล้วจึงได้แบบสอบถามจำนวน 483 ฉบับมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 93.42 ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดที่วางแผนไว้ โดยจำแนกเป็นนักเรียนโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ จำนวน 274 คน คิดเป็นร้อยละ 91.33 ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษที่วางแผนไว้ โรงเรียนขนาดใหญ่ จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 96.39 ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนขนาดใหญ่ที่วางแผนไว้ โรงเรียนขนาดกลาง จำนวน 115 คน คิดเป็นร้อยละ 95.83 ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนขนาดกลางที่วางแผนไว้ และโรงเรียนขนาดเล็ก จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนขนาดเล็กที่วางแผนไว้ ดังผลปรากฏในตาราง 6

ตาราง 6 จำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิจัย จำแนกตามขนาดของโรงเรียน

ขนาดโรงเรียน	โรงเรียน	จำนวนนักเรียน (คน)
ใหญ่พิเศษ	ชลราษฎรอำรุง	160
	พนัสพิทยาคาร	114
	รวม	274
ใหญ่	ชลบุรี (สุขบท)	45
	บางละมุง	35
	รวม	80
กลาง	ชลกัลยานุกูล (แสนสุข)	25
	บ้านบึง (มัญญวิทยาคาร)	14
	พานทองสหภาพภูมิ	24
	เกาะโพธิ์ถัวยงามวิทยา	22
	ทุ่งศุขลาพิทยา (กรุงไทยอนุเคราะห์)	30
	รวม	115
เล็ก	ผินแจ่มวิชาสอน	14
	รวม	14
รวมนักเรียนในทุกโรงเรียน		483

การตรวจสอบความเหมาะสมของกลุ่มตัวอย่าง

ภายหลังการวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 483 คน ได้ค่าความแปรปรวนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (S^2) ของนักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ โรงเรียนขนาดใหญ่ โรงเรียนขนาดกลาง และโรงเรียนขนาดเล็ก มีค่าเท่ากับ 100.821 124.796 122.215 และ 91.956 ตามลำดับ ซึ่งพบว่าค่าความแปรปรวนที่ใช้ในการประมาณค่าดังกล่าว มีค่าแตกต่างกันไม่มากกับค่าประมาณความแปรปรวนที่ใช้สำหรับการคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างในขั้นของการวางแผน และเมื่อพิจารณาถึงระดับความคลาดเคลื่อนที่ผู้วิจัยกำหนดไว้เป็นเกณฑ์ในการประมาณค่าที่ยอมรับได้ ด้วยระดับความเชื่อมั่นของการประมาณค่าเฉลี่ยเท่ากับร้อยละ 95 ในขั้นการวางแผนการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเท่ากับ 1.00 คะแนนนั้น ปรากฏว่าผลของการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากรของตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา พบว่า มีค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการประมาณค่าเฉลี่ย ($S_{\bar{X}}$) ในภาพรวมเท่ากับ .476 และผู้วิจัยกำหนดระดับความเชื่อมั่นในการประมาณค่าเฉลี่ยการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาของประชากรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้จึงมีความคลาดเคลื่อน ($Z_{.05/2} S_{\bar{X}}$) เท่ากับ .933 คะแนน ซึ่งมีค่าน้อยกว่าค่าความคลาดเคลื่อนในการประมาณที่วางแผนในเบื้องต้นเล็กน้อย (ขั้นของการวางแผนกำหนดไว้ที่ 1.00 คะแนน)

จึงสรุปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีขนาดเหมาะสมเพียงพอต่อการนำไปวิเคราะห์ข้อมูล แล้วใช้ผลการวิจัยที่ได้เป็นสารสนเทศในการตัดสินใจตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายของการนำผลการวิจัยไปใช้ได้อย่างแม่นยำ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ฉบับ ดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหา มี 2 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 24 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 30 ข้อ

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามบทบาททางเพศ จำนวน 50 ข้อ

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี จำนวน 25 ข้อ

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน มี 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จำนวน 20 ข้อ

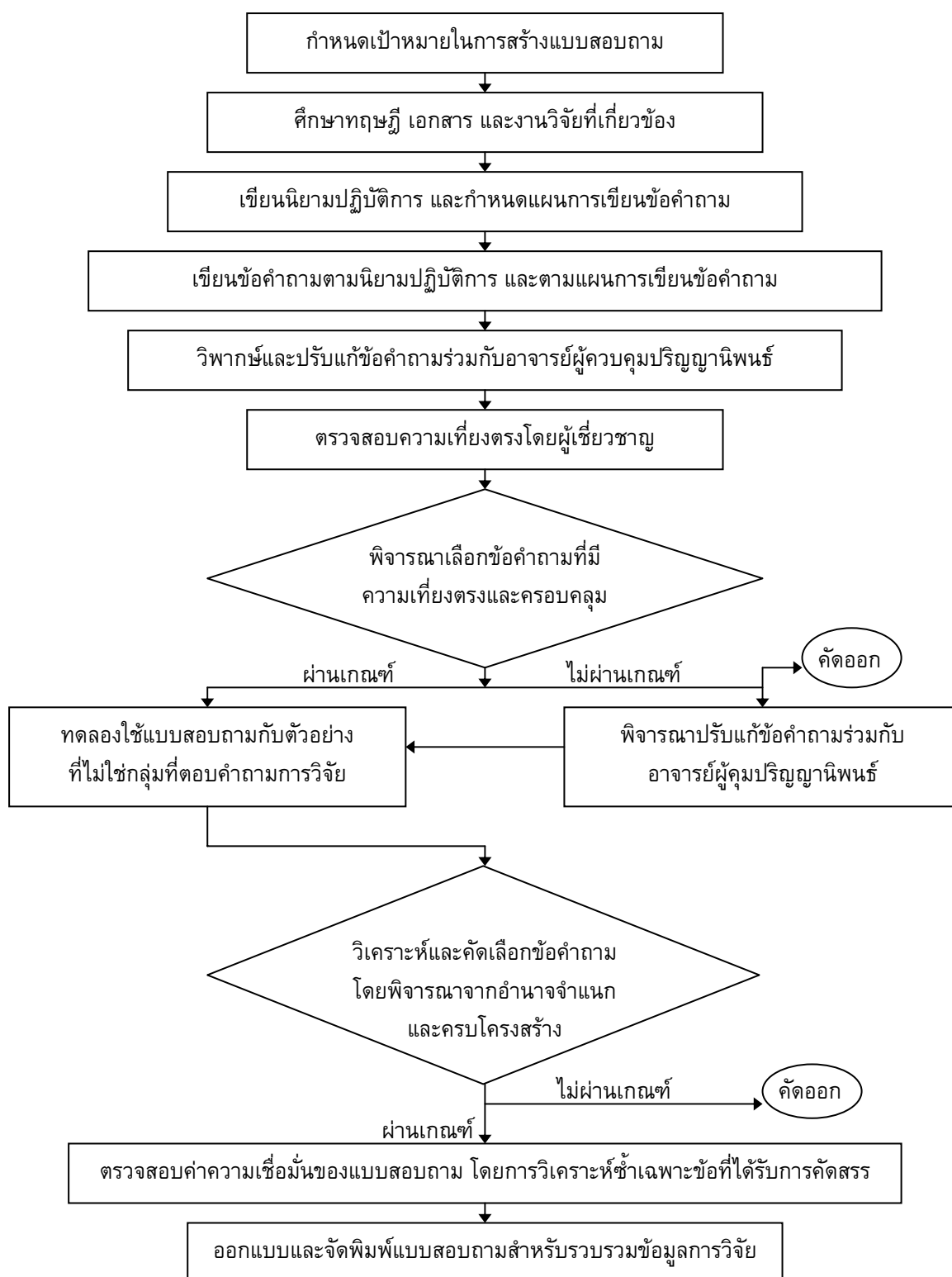
ขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นสำหรับใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบสอบถามการเผชิญปัญหา ประกอบด้วย แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

2. แบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ประกอบด้วย แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ

โดยแบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ ได้ดำเนินการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือตามขั้นตอนดังภาพประกอบ 8 ดังนี้



ภาพประกอบ 8 ลำดับขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

จากภาพประกอบ 8 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างและหาคุณภาพของแบบสอบถามการเผชิญปัญหา และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ดังนี้

1. กำหนดเป้าหมายในการสร้างแบบสอบถามการเผชิญปัญหาและแบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน
2. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งตัวอย่างเครื่องมือวัดต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหาและความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
3. เขียนนิยามเชิงปฏิบัติการจากการศึกษาในข้อ 2 แล้วกำหนดแผนการเขียนข้อคำถาม
4. เขียนข้อคำถามของแบบสอบถามการเผชิญปัญหา และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ให้มีความครอบคลุมตามโครงสร้างของนิยามปฏิบัติการ และเป็นไปตามแผนการเขียนข้อคำถาม คือ

4.1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหา ประกอบด้วย แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวทฤษฎีความเครียดและการเผชิญความเครียดของลาซาร์สและฟอล์คแมน และใช้กรอบแนวคิดการสร้างเครื่องมือยุทธวิธีการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ โดยตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 33 ข้อ ประกอบด้วยวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา 6 วิธี คือ การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา การวางแผน การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ และการไม่แสดงออกทางพฤติกรรม ส่วนตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 40 ข้อ ประกอบด้วยวิธีการที่ใช้ในการเผชิญปัญหา 8 วิธี คือ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต การยอมรับ การพึ่งพิง การปฏิเสธ การระบายออกทางอารมณ์ การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด และการใช้สุราหรือยา

4.2 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ประกอบด้วย ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน จำนวน 22 ข้อ ตอนที่ 2 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น จำนวน 22 ข้อ และตอนที่ 3 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จำนวน 22 ข้อ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดของรอตเตอร์และวอลล์สตัน มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ

5. วิพากษ์และปรับแก้ข้อความกับอาจารย์ผู้ควบคุมปริญญานิพนธ์ เพื่อให้ข้อคำถามมีความเที่ยงตรงและครอบคลุมตามโครงสร้างทฤษฎี และคัดเลือกข้อคำถาม

6. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นและปรับปรุงแล้ว เสนอให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาและด้านการวัดผลทางการศึกษา จำนวน 6 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face

Validity) เพื่อพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมและครอบคลุมเนื้อหา ตลอดจนการใช้ภาษาในการเขียนข้อคำถาม

7. คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป โดยข้อที่ผ่านเกณฑ์ได้คัดเลือกไว้ สำหรับข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์ผู้วิจัยได้พิจารณาร่วมกับอาจารย์ผู้ควบคุมปริญญาโทตามคุณลักษณะย่อยที่ครอบคลุมในนิยามศัพท์เฉพาะ โดยส่วนหนึ่งได้คัดออก อีกส่วนหนึ่งพิจารณาความเหมาะสมและความชัดเจนของภาษาที่ใช้ แล้วปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ตามที่ผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะ ซึ่งได้จำนวนข้อของแบบสอบถามในแต่ละฉบับ ดังนี้

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 32 ข้อ

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 40 ข้อ

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน จำนวน 22 ข้อ

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น จำนวน 20 ข้อ

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จำนวน 22 ข้อ

8. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จากโรงเรียนบ่อทองวังจันทร์วิทยา โรงเรียนพานทอง โรงเรียนทุ่งเหียงพิทยาคม และโรงเรียนเกาะจันทร์พิทยาคาร จำนวน 170 คน ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย เมื่อนำแบบสอบถามมาพิจารณาความถูกต้องและความสมบูรณ์ปรากฏว่าได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์จำนวน 150 ฉบับ

9. นำแบบสอบถามที่ได้ มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ แล้วทำการวิเคราะห์เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ จากความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item – Total Correlation) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ปรากฏว่าแบบสอบถามมีค่าอำนาจจำแนก ดังนี้

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 32 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .0806 ถึง .6435

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 40 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .1189 ถึง .5621

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน จำนวน 22 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .1119 ถึง .5977

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น จำนวน 20 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .1563 ถึง .6502

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จำนวน 22 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .3928 ถึง .7592

10. คัดเลือกข้อคำถามเพื่อนำไปดำเนินการวิจัย โดยพิจารณาจากข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงและเมื่อรวมทุกข้อแล้วครอบคลุมตามโครงสร้างของนิยามปฏิบัติการ รวมทั้งปรับปรุงข้อคำถามที่บกพร่อง โดยอาศัยผลการวิเคราะห์ข้างต้น ซึ่งหลังจากคัดเลือกข้อคำถามที่มีความเหมาะสมแล้วพบว่า แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่นไม่ต้องคัดออก ส่วนแบบสอบถามที่เหลือผู้วิจัยประเมินค่าอำนาจจำแนกอีกครั้ง โดยการวิเคราะห์ซ้ำเฉพาะข้อที่ได้รับการคัดสรร และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) เพื่อพิจารณาแนวโน้มของค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย ปรากฏผลดังนี้

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 24 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .0531 ถึง .6268 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8571

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .1431 ถึง .5510 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8613

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน จำนวน 20 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .2329 ถึง .6140 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8440

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น จำนวน 20 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .1563 ถึง .6502 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8721

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จำนวน 20 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .3785 ถึง .7621 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .9415

11. จัดเตรียมแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาตรวจสอบคุณภาพอีกครั้ง ผลปรากฏว่า

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .1590 ถึง .5900 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8400

แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .1750 ถึง .5420 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8580

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .3670 ถึง .5780 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8800

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .2070 ถึง .6030 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .8700

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .3960 ถึง .7010 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .9150

12. ผู้วิจัยพิจารณาคูณภาพของแบบสอบถาม โดยพิจารณาค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นแล้ว จึงตัดสินใจวิเคราะห์ข้อมูลและรายงานผลการวิจัยต่อไป

เครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบสอบถามบทบาททางเพศ ประกอบด้วย แบบสอบถามลักษณะความเป็นชาย และแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง
2. แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี
โดยแบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ ได้ดำเนินการพัฒนาและหาคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้
 1. กำหนดเป้าหมายในการสร้างแบบสอบถาม
 2. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งตัวอย่างเครื่องมือวัดต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับแบบสอบถาม เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาแบบสอบถาม
 3. เขียนนิยามเชิงปฏิบัติการ จากแนวทางการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง โดยเขียนตามคุณลักษณะที่ต้องการวัด
 4. นำแบบสอบถามที่ต้องการนำมาพัฒนา ได้แก่ แบบสอบถามบทบาททางเพศ และแบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี มาปรับปรุงในเรื่องของภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง
 5. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ผู้ควบคุมปริญญานิพนธ์ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี จากโรงเรียนบ่อทองวงษ์จันทร์วิทยา โรงเรียนพานทอง โรงเรียนทุ่งเหียงพิทยาคม และโรงเรียนเกาะจันทร์พิทยาคาร ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย เมื่อนำแบบสอบถามมาพิจารณาความถูกต้องและความสมบูรณ์ปรากฏว่าได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์จำนวน 150 ฉบับ จากนั้นนำแบบสอบถามที่ได้ มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ แล้วทำการวิเคราะห์เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ จากความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item – Total Correlation) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
 6. คัดเลือกข้อคำถามเพื่อนำไปดำเนินการวิจัย โดยพิจารณาจากข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงและเมื่อรวมทุกข้อแล้วครอบคลุมตามโครงสร้างของนิยามปฏิบัติการ รวมทั้งปรับปรุงข้อคำถามที่บกพร่อง แล้วหาค่าอำนาจจำแนกอีกครั้ง โดยการวิเคราะห์ซ้ำเฉพาะข้อที่ได้รับการคัดสรร และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) เพื่อพิจารณาแนวโน้มค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย
 7. จัดเตรียมแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามมาตรวจสอบคุณภาพอีกครั้ง ผลปรากฏว่าแบบสอบถามแต่ละฉบับที่ผู้วิจัยนำมาพัฒนานั้นมีรายละเอียดของการสร้างแบบสอบถามตลอดจนคุณภาพของเครื่องมือเมื่อผู้วิจัยนำมาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

แบบสอบถามบทบาททางเพศ

แบบสอบถามบทบาททางเพศ ประกอบด้วย แบบสอบถามลักษณะความเป็นชาย และแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นตามแนวแบบสอบถามบทบาททางเพศ (Bem Sex Role Inventory : BSRI) ของเบ็ม (Robinson; Shaver; & Wrightsman. 1991; citing Bem. 1974) แบบสอบถามประกอบด้วยคำคุณศัพท์เกี่ยวกับลักษณะความเป็นชาย 20 ข้อ ลักษณะความเป็นหญิง 20 ข้อ และลักษณะที่เป็นกลาง 20 ข้อ รวมทั้งหมด 60 ข้อ แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 7 ระดับ คือ มากที่สุด ถึง น้อยที่สุด แบบสอบถามบทบาททางเพศของเบ็มมีค่าความเชื่อมั่นดังนี้คือ แบบสอบถามลักษณะความเป็นชาย มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86 และแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .80 ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้คัดเลือกคำคุณศัพท์เกี่ยวกับลักษณะที่เป็นกลางไว้ 10 ข้อ รวมแบบสอบถามบทบาททางเพศที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวน 50 ข้อ และทำการปรับภาษาให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิจัยในครั้งนี้

หลังจากที่ผู้วิจัยนำแบบสอบถามบทบาททางเพศ ซึ่งประกอบด้วยแบบสอบถามลักษณะความเป็นชายและแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิงไปทดลองใช้ พบว่า แบบสอบถามลักษณะความเป็นชายมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .4493 ถึง .6954 และมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ .9160 ส่วนแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิงมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .2630 ถึง .6514 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8814 ซึ่งผู้วิจัยปรึกษากับอาจารย์ผู้ควบคุมปริญญาโทแล้ว มีความเห็นว่า ค่าความเชื่อมั่นดังกล่าวสามารถนำมาใช้ในการวิจัยได้ เมื่อผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจริง แล้วนำมาวิเคราะห์หาคุณภาพของแบบสอบถาม ผลการวิเคราะห์พบว่าแบบสอบถามลักษณะความเป็นชายมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .4170 ถึง .7080 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .9140 ส่วนแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิงมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .3060 ถึง .6290 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8760

ผู้วิจัยพิจารณาคุณภาพของแบบสอบถาม โดยพิจารณาจากค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม แล้วจึงตัดสินใจวิเคราะห์ข้อมูลและรายงานผลการวิจัยต่อไป

แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี

ผู้วิจัยได้พัฒนาจากแบบสอบถามการมองโลกในแง่ดีของ สุมาลี พัวชู (2547) ที่ใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวนทั้งหมด 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) อยู่ระหว่าง .28 – .58 และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบัค

(Cronbach) เท่ากับ .87 ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการปรับภาษาให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิจัยในครั้งนี้

หลังจากที่ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการมองโลกในแง่ดีไปทดลองใช้ พบว่า แบบสอบถามมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .0128 ถึง .5940 และมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ .8599 ซึ่งผู้วิจัยปรึกษากับอาจารย์ผู้ควบคุมปริญาานิพนธ์แล้วมีความเห็นว่า ควรตัดข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกต่ำออก แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่เหมาะสมไว้จำนวน 25 ข้อ จากนั้นผู้วิจัยได้พิจารณา ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามอีกครั้ง โดยการวิเคราะห์ซ้ำเฉพาะข้อที่ได้รับการคัดสรร พบว่ามีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .2478 ถึง .5949 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8731 ซึ่งผู้วิจัยปรึกษากับอาจารย์ผู้ควบคุมปริญาานิพนธ์แล้วมีความเห็นว่า ค่าความเชื่อมั่นดังกล่าวสามารถนำมาใช้ในการวิจัยได้ เมื่อผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจริง แล้วนำมาวิเคราะห์หาคุณภาพของแบบสอบถาม ผลการวิเคราะห์พบว่ามีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .2000 ถึง .5640 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8600

ผู้วิจัยพิจารณาคุณภาพของแบบสอบถาม โดยพิจารณาจากค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม แล้วจึงตัดสินใจวิเคราะห์ข้อมูลและรายงานผลการวิจัยต่อไป

ลักษณะของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหา

แบบสอบถามการเผชิญปัญหา มี 2 ตอน ตอนที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 24 ข้อ และตอนที่ 2 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 30 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องขวามือของข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

เมื่อประสบกับเหตุการณ์ที่เป็นปัญหา หรือรู้สึกเครียดกับปัญหาที่เกิดขึ้น นักเรียนจะทำสิ่งต่อไปนี้มากน้อยเพียงไร

ข้อที่	ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	ปาน กลาง	บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย
	ตอนที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา					
0)	ข้าพเจ้าจะวางแผนก่อนลงมือแก้ปัญหา.....					
00)	ข้าพเจ้าจะคิดหาทางแก้ปัญหา โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน.....					

ข้อที่	ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	ปาน กลาง	บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย
ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบ มุ่งจัดการกับอารมณ์						
0)	ข้าพเจ้าจะระบายความทุกข์ให้ใครสักคนฟัง เพื่อ จะได้คำปลอบโยน.....					
00)	ข้าพเจ้าจะโวยวาย เพื่อระบายอารมณ์เครียด.....					

การให้คะแนนและการแปลความหมายคะแนนของแบบสอบถามการเผชิญปัญหา จะแยกพิจารณาเป็น 2 ตอน คือ แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามเหมือนกัน แต่เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยต่างกัน ดังต่อไปนี้

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถาม มีดังนี้

เป็นประจำ	ให้คะแนน	5	คะแนน
บ่อยครั้ง	ให้คะแนน	4	คะแนน
ปานกลาง	ให้คะแนน	3	คะแนน
บางครั้ง	ให้คะแนน	2	คะแนน
ไม่เคยเลย	ให้คะแนน	1	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ย มีดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 24 ข้อ
คะแนนเต็ม 120 คะแนน

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
108.00 – 120.00	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับสูงมาก
84.00 – 107.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับสูง
60.00 – 83.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
36.00 – 59.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับต่ำ
24.00 – 35.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาอยู่ในระดับต่ำมาก

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 30 ข้อ
คะแนนเต็ม 150 คะแนน

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
135.00 – 150.00	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับสูงมาก
105.00 – 134.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับสูง
75.00 – 104.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง
45.00 – 74.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ
30.00 – 44.99	มีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับต่ำมาก

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามบทบาททางเพศ

แบบสอบถามบทบาททางเพศฉบับนี้ แบ่งเป็น แบบสอบถามลักษณะความเป็นชาย และแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง ที่รวมไว้ในฉบับเดียวกันแต่จะทำการสลับข้อระหว่าง ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง และลักษณะที่เป็นกลาง โดยแบบสอบถามฉบับนี้จะ ประกอบด้วยคำคุณศัพท์ที่แสดงถึงลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง คุณลักษณะละ 20 ข้อ และคุณลักษณะที่เป็นกลาง 10 ข้อ รวมทั้งสิ้น 50 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 7 ระดับ

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาว่านักเรียนมีลักษณะต่างๆ ตามที่กำหนดไว้ในแบบสอบถามมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องขวามือของข้อความตามความเป็นจริงเพียงช่องเดียว

ตัวอย่าง

ถ้านักเรียนคิดว่านักเรียนมีลักษณะ **เข้มแข็ง**

มากที่สุด	ให้ทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องหมายเลข 7
มาก	ให้ทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องหมายเลข 6
ค่อนข้างมาก	ให้ทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องหมายเลข 5
ปานกลาง	ให้ทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องหมายเลข 4
ค่อนข้างน้อย	ให้ทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องหมายเลข 3
น้อย	ให้ทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องหมายเลข 2
น้อยที่สุด	ให้ทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องหมายเลข 1

ข้อที่	คุณลักษณะ	มากที่สุด ← → น้อยที่สุด						
		7	6	5	4	3	2	1
0) 00)	ลักษณะความเป็นชาย							
	เข้มแข็ง							
00)	เป็นผู้หน้า							
0) 00)	ลักษณะความเป็นหญิง							
	อ่อนโยน							
00)	เห็นอกเห็นใจผู้อื่น							
0) 00)	ลักษณะที่เป็นกลาง							
	น่าเชื่อถือ							
00)	อวดดี							

การให้คะแนนและการแปลความหมายคะแนนของแบบสอบถามบทบาททางเพศ จะคิดคะแนนเฉพาะลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิง ส่วนลักษณะที่เป็นกลางไม่นำมาคิดคะแนน และแยกพิจารณาเป็น 2 ส่วน คือ คะแนนของแบบสอบถามลักษณะความเป็นชาย และคะแนนของแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามและเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยเหมือนกัน ดังต่อไปนี้

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถาม มีดังนี้

มากที่สุด	ให้คะแนน	7	คะแนน
มาก	ให้คะแนน	6	คะแนน
ค่อนข้างมาก	ให้คะแนน	5	คะแนน
ปานกลาง	ให้คะแนน	4	คะแนน
ค่อนข้างน้อย	ให้คะแนน	3	คะแนน
น้อย	ให้คะแนน	2	คะแนน
น้อยที่สุด	ให้คะแนน	1	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ย มีดังนี้

แบบสอบถามลักษณะความเป็นชาย จำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 140 คะแนน และแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง จำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 140 คะแนน

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
130.00 – 140.00	มีลักษณะทางเพศแบบนี้อยู่ในระดับสูงมาก
110.00 – 129.99	มีลักษณะทางเพศแบบนี้อยู่ในระดับสูง
90.00 – 109.99	มีลักษณะทางเพศแบบนี้อยู่ในระดับค่อนข้างสูง
70.00 – 89.99	มีลักษณะทางเพศแบบนี้อยู่ในระดับปานกลาง
50.00 – 69.99	มีลักษณะทางเพศแบบนี้อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ
30.00 – 49.99	มีลักษณะทางเพศแบบนี้ในระดับต่ำ
20.00 – 29.99	มีลักษณะทางเพศแบบนี้ในระดับต่ำมาก

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี

แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ จำนวน 25 ข้อ

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องขวามือของข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
0)	ข้าพเจ้าเชื่อว่าทุกๆปัญหาที่เกิดขึ้นมักมี ทางออกเสมอ.....					
00)	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณด้อยกว่าคนอื่น แทบทุกเรื่อง.....					

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถาม มีดังนี้

ข้อความที่สร้างมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวกและข้อความทางลบ เกณฑ์การให้คะแนน มีดังนี้

กรณีที่เป็นข้อความทางบวกให้คะแนนดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	5 คะแนน
เห็นด้วย	ให้	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	1 คะแนน

กรณีที่เป็นข้อความทางลบให้คะแนนดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	1 คะแนน
เห็นด้วย	ให้	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้	4 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	5 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ย มีดังนี้

แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี จำนวน 25 ข้อ คะแนนเต็ม 125 คะแนน

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
112.50 – 125.00	มีระดับการมองโลกในแง่ดีสูงมาก
87.50 – 112.49	มีระดับการมองโลกในแง่ดีสูง
62.50 – 87.49	มีระดับการมองโลกในแง่ดีปานกลาง
37.50 – 62.49	มีระดับการมองโลกในแง่ดีต่ำ
25.00 – 37.49	มีระดับการมองโลกในแง่ดีต่ำมาก

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน แบ่งเป็น 3 ตอน ตอนละ 20 ข้อ
แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องขวามือของข้อความ
ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
ตอนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจ ภายในตน						
0)	ความเจริญก้าวหน้าของชีวิต เนื่องมาจาก ความพยายามของตนเอง.....					
00)	ปัญหาทุกอย่างสามารถแก้ไขได้โดยใช้ สติปัญญาของตนเอง.....					
ตอนที่ 2 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจ ผู้อื่น						
0)	การประสบความสำเร็จของข้าพเจ้าขึ้นอยู่กับ ผู้อื่น.....					
00)	ข้าพเจ้าเรียนพิเศษตามคำชักชวนของ เพื่อนๆ.....					

ข้อที่	ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	ตอนที่ 3 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจ					
	ความบังเอิญ					
0)	การเจ็บป่วยของข้าพเจ้าเกิดจากเคราะห์กรรม.....					
00)	การได้งานที่ดี ขึ้นอยู่กับโชควาสนา.....					

การให้คะแนนและการแปลความหมายคะแนนของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน จะแยกพิจารณาเป็น 3 ตอน คือ แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามและเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยเหมือนกัน ดังต่อไปนี้

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถาม มีดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	5	คะแนน
เห็นด้วย	ให้คะแนน	4	คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนน	1	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ย มีดังนี้

แบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ทั้ง 3 ตอน ตอนละ 20 ข้อ คะแนนเต็มในแต่ละตอน ตอนละ 100 คะแนน

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
90.00 – 100.00	มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนแบบนั้นอยู่ในระดับสูงมาก
70.00 – 89.99	มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนแบบนั้นอยู่ในระดับสูง
50.00 – 69.99	มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนแบบนั้นอยู่ในระดับปานกลาง
30.00 – 49.99	มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนแบบนั้นอยู่ในระดับต่ำ
20.00 – 29.99	มีความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนแบบนั้นอยู่ในระดับต่ำมาก

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำเครื่องมือการวิจัยไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปยังผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรีเขต 1 , 2 และ 3 เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากโรงเรียนในสังกัดที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
2. นำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรีเขต 1 , 2 และ 3 ยื่นต่อผู้บริหารสถานศึกษาของแต่ละโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. จัดเตรียมแบบสอบถามให้เพียงพอกับจำนวนนักเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง เมื่อถึงกำหนดเวลาที่นัดหมายกับโรงเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง ซึ่งใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลประมาณ 3 สัปดาห์ นับตั้งแต่วันที่ 28 พฤศจิกายน 2548 ถึงวันที่ 16 ธันวาคม 2548
4. นำแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมข้อมูลมาตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วนของการตอบ แล้วคัดเลือกฉบับที่สมบูรณ์ได้จำนวน 483 ฉบับ นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้
5. นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐานและรายงานผลการวิจัยต่อไป

4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Window ช่วยในการคำนวณ โดยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ตรวจให้คะแนนแบบสอบถาม ตามเกณฑ์การตรวจให้คะแนนที่ตั้งไว้
2. วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่น
3. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานและประมาณค่าสถิติ
4. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์คาโนนิคอล และนำหนักความสำคัญคาโนนิคอลจากค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้สถิติในการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง การตรวจสอบหาคุณภาพเครื่องมือ และสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อใช้ในการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร โดยใช้สูตรการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ที่ระดับความเชื่อมั่น .95 (สุชาติ กิระนันท์ 2542: 115)

$$n = \frac{Nz_{\frac{\alpha}{2}}^2 \sum N_h S_h^2}{N^2 e^2 + z_{\frac{\alpha}{2}}^2 \sum N_h S_h^2}$$

เมื่อ	N	แทน	จำนวนประชากร
	N_h	แทน	จำนวนประชากรในแต่ละชั้นข้อมูล
	h	แทน	จำนวนชั้นของข้อมูลตั้งแต่ชั้นที่ 1 ถึงชั้นที่ L
	S_h^2	แทน	ความแปรปรวนของประชากรแต่ละชั้น
	n	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	e	แทน	ขนาดของความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ คำนวณได้จาก $e = z_{\frac{\alpha}{2}} s_{\bar{x}}$
	$z_{\frac{\alpha}{2}}$	แทน	ค่าสถิติซี ณ ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ $1 - \alpha$
	$s_{\bar{x}}$	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการประมาณค่าเฉลี่ย

2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) ของแบบสอบถาม โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยใช้สูตรของโรวินेलลีและแฮมเบิลตัน (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2539: 248 – 249 ; อ้างอิงจาก Rovinelli; & Hambleton. 1977: 49 – 60)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IOC	แทน	ดัชนีความสอดคล้องความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
	$\sum R$	แทน	ผลรวมของการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญ
	N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

2.2 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของเครื่องมือการวิจัยที่เป็นแบบสอบถาม (Item Total Correlation) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) (Pedhazur. 1997: 39)

$$r_{xy} = \frac{S_{xy}}{S_x S_y}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ
	S_{xy}	แทน	ค่าความแปรปรวนร่วมระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ที่เหลือ
	S_x	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนรายข้อ
	S_y	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ที่เหลือ

2.3 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่า โดยใช้วิธีของครอนบัค (Cronbach) ซึ่งสูตรหาความเชื่อมั่นในรูปสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538: 200)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
	n	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	S_i^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนเป็นรายข้อ
	S_t^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งฉบับ

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

3.2 การประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร (สุชาดา กิระนันท์. 2542: 47)
คำนวณได้จาก

$$\left(\bar{X} - z_{\frac{\alpha}{2}} s_{\bar{X}}, \bar{X} + z_{\frac{\alpha}{2}} s_{\bar{X}} \right)$$

เมื่อ	$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
	$z_{\frac{\alpha}{2}}$	แทน	ค่าสถิติซี ณ ระดับความคลาดเคลื่อนเท่ากับ α
	$s_{\bar{X}}$	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการประมาณค่าเฉลี่ย

3.3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (Simple Correlation Coefficient) คำนวณได้จากสูตรสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product – Moment Correlation Coefficient) (Pedhazur. 1997: 39) ดังนี้

$$r_{xy} = \frac{S_{xy}}{S_x S_y}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	S_{xy}	แทน	ค่าความแปรปรวนร่วมระหว่างตัวแปร X กับตัวแปร Y
	S_x	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร X
	S_y	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร Y

3.4 สูตรที่ใช้ในการหาค่าสหสัมพันธ์และน้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรตาม โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์ค่าโนนิคอล (Pedhazur. 1997: 927-929)

3.4.1 กำหนดส่วนย่อยเมตริกซ์ X กับ Y ให้อยู่ในรูปของซูปเปอร์เมตริกซ์ ดังนี้

$$R = \begin{bmatrix} R_{xx} & R_{xy} \\ R_{yx} & R_{yy} \end{bmatrix}$$

เมื่อ	R	แทน	ซูปเปอร์เมตริกซ์ระหว่างสหสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม
-------	---	-----	---

R_{xx}	แทน	เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของชุดตัวแปรอิสระ X_p
R_{yy}	แทน	เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของชุดตัวแปรตาม Y_q
R_{xy}	แทน	เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของชุดตัวแปรอิสระ X_p กับชุดของตัวแปรตาม Y_q
R_{yx}	แทน	ทรานสโพสของ R_{xy}
p	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ X
q	แทน	จำนวนตัวแปรตาม Y

3.4.2 ค่าไอแกนวาลูส์หรือความแปรปรวนของสหสัมพันธ์คาโนนิกอล(λ)คำนวณได้จากสูตร

$$|R_{yy}^{-1}R_{yx}R_{xx}^{-1}R_{xy} - \lambda I| = 0$$

เมื่อ	R_{yy}^{-1}	แทน	ค่าอินเวอร์สเมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของชุดตัวแปรตาม
	R_{xx}^{-1}	แทน	ค่าอินเวอร์สเมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของชุดตัวแปรอิสระ
	I	แทน	ไอเดนติตีเมตริกซ์
	λ	แทน	ค่าไอแกนวาลูส์หรือความแปรปรวนของสหสัมพันธ์คาโนนิกอล

3.4.3 ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิกอล คำนวณได้โดยการถอดรากที่สองของ λ จากสูตร

$$R_C = \sqrt{\lambda}$$

เมื่อ	R_C	แทน	สหสัมพันธ์คาโนนิกอล
-------	-------	-----	---------------------

3.5 ทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์คาโนนิกอล โดยใช้การแจกแจงแบบไคสแควร์ตามวิธีของ Bartlett (Pedhazur. 1997: 939) คำนวณได้จากสูตร

$$\chi^2 = -[N - 1 - .5(p + q + 1)] \log_e \Lambda \quad ; \quad df = pq$$

เมื่อ	χ^2	แทน	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤตจากการแจกแจงแบบไคสแควร์
	N	แทน	จำนวนสมาชิกในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
	p	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ X
	q	แทน	จำนวนตัวแปรตาม Y
	$\log_e$	แทน	natural logarithm
	$\wedge$	แทน	Wilks' lambda โดยคำนวณจากสูตร $\wedge = (1 - R_{C_1}^2)(1 - R_{C_2}^2) \dots (1 - R_{C_j}^2)$

3.6 คำนำน้หนักความสำคัญคาโนนิคอล (β_j) ของตัวแปร Y คำนวณจากสูตร (Pedhazur. 1997: 931)

$$\beta_j = \frac{1}{\sqrt{v_j' R_{yy} v_j}} v_j$$

เมื่อ	β_j	แทน	เมตริกซ์ค่าน้ำหนักความสำคัญคาโนนิคอลของชุดที่ j (Funtion j)
	v_j	แทน	ไอแกนเวกเตอร์ที่ j
	v_j'	แทน	ทรานสโพสของ v_j
	หาค่า v_j โดยแก้สมการต่อไปนี้		
	$\left R_{yy}^{-1} R_{yx} R_{xx}^{-1} R_{xy} - \lambda I \right v_j = 0$		

3.7 คำนำน้หนักความสำคัญคาโนนิคอล (β_j) ของตัวแปร X คำนวณจากสมการดีเทอร์มิแนนท์ (Pedhazur. 1997: 932)

$$A = R_{xx}^{-1} R_{xy} B D^{-1/2}$$

เมื่อ	A	แทน	เมตริกซ์ของน้ำหนักรความสำคัญคาโนนิคอลของตัวแปร X ในแต่ละชุด
	B	แทน	เมตริกซ์ของน้ำหนักรความสำคัญคาโนนิคอลของตัวแปร Y ในแต่ละชุด
	$D^{-1/2}$	แทน	diagonal matrix ที่มีสมาชิกเป็นส่วนกลับของรากที่สองของ λ

R_{xx}^{-1}	แทน	ค่าอินเวอร์สเมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของชุดตัวแปรอิสระ X
R_{xy}	แทน	เมตริกซ์ของสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ X กับตัวแปรตาม Y

3.8 เมตริกซ์สัมประสิทธิ์โครงสร้างของตัวแปร X และตัวแปร Y คำนวณได้จากสูตร (Pedhazur. 1997: 933)

$$\begin{aligned} S_x &= R_{xx}A \\ S_y &= R_{yy}B \end{aligned}$$

เมื่อ	S_x	แทน	เมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์โครงสร้างของตัวแปร X
	S_y	แทน	เมตริกซ์ของสัมประสิทธิ์โครงสร้างของตัวแปร Y
	R_{xx}	แทน	เมตริกซ์ของสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ X
	R_{yy}	แทน	เมตริกซ์ของสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตาม Y

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน และผลการประมาณค่าเฉลี่ยประชากร ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ของกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กลุ่มตัวแปรตาม ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

2. สหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับกลุ่มตัวแปรตาม ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

ในการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอลเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

1) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรอิสระ ตัวแปรตามกับตัวแปรตาม และตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม

2) ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรตาม ค่าไอแกนแวลูส์ หรือความแปรปรวนของสหสัมพันธ์คาโนนิคอล ทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์คาโนนิคอล โดยใช้การแจกแจงแบบไคสแควร์ χ^2 ตามวิธีของ Bartlett

3) น้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้พิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง (Structure Coefficients) เนื่องจากปัญหาสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระมีความเกี่ยวข้องไปถึงช่วงความเชื่อมั่นรอบค่าสัมประสิทธิ์จะมีขนาดใหญ่ ส่งผลให้ตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งในกลุ่มตัวแปร อาจกดดันหรือทับซ้อนความสำคัญของตัวแปรอีกตัวหนึ่งที่มีสหสัมพันธ์ในระดับค่อนข้างสูงกับตัวแปรแรก การกดดันหรือทับซ้อนระหว่างตัวแปรจึงเป็นอุปสรรคซึ่งบิดเบือนความแม่นยำและความน่าเชื่อถือของการตีความน้ำหนักความสำคัญด้วยเมตริกซ์น้ำหนัก (Weight matrices) (ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์. 2535: 44 – 45)

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการสื่อสารความหมายที่ตรงกัน ผู้วิจัยจึงกำหนดสัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

X_1	แทน	ลักษณะความเป็นชาย
X_2	แทน	ลักษณะความเป็นหญิง
X_3	แทน	การมองโลกในแง่ดี
X_4	แทน	ความเชื่ออำนาจภายในตน
X_5	แทน	ความเชื่ออำนาจผู้อื่น
X_6	แทน	ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ
Y_1	แทน	การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา
Y_2	แทน	การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$S_{\bar{X}}$	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน
λ	แทน	ค่าไอแกนวาลูส์ (Eigen value)
R_c	แทน	ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอล (Canonical Correlation)
Λ	แทน	ค่าวิลค์แลมด้า (Wilks' Lambda)
χ^2	แทน	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤตจากการแจกแจงแบบไคสแควร์
k	แทน	คะแนนเต็มทั้งฉบับของตัวแปรแต่ละตัว

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน และผลการประมาณค่าเฉลี่ยประชากร ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95

ค่าสถิติพื้นฐานและผลการประมาณค่าเฉลี่ยประชากร ของกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กลุ่มตัวแปรตาม ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ปรากฏผลดังตาราง 7

ตาราง 7 สถิติพื้นฐานและการประมาณค่าเฉลี่ยประชากร ด้วยระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95

กลุ่มตัวแปร	ด้าน	k	$\bar{X}$	S	$S_{\bar{X}}$	ผลการประมาณค่าเฉลี่ยประชากร	ความหมาย
ตัวแปรอิสระ	ลักษณะความเป็นชาย (X_1)	140	99.71	15.18	.69	98.35 – 101.06	ค่อนข้างสูง
	ลักษณะความเป็นหญิง (X_2)	140	100.01	13.78	.63	98.78 – 101.24	ค่อนข้างสูง
	การมองโลกในแง่ดี (X_3)	125	95.09	10.12	.46	94.19 – 95.99	สูง
	ความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4)	100	82.14	7.90	.36	81.43 – 82.84	สูง
	ความเชื่ออำนาจผู้อื่น (X_5)	100	56.65	10.70	.49	55.69 – 57.60	ปานกลาง
	ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ (X_6)	100	56.08	12.00	.55	55.01 – 57.15	ปานกลาง
ตัวแปรตาม (ยุทธวิธีการ เผชิญปัญหา)	การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Y_1)	120	81.23	10.46	.48	80.29 – 82.16	ปานกลาง
	การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Y_2)	150	89.02	13.66	.62	87.80 – 90.24	ปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 7 ในกลุ่มตัวแปรอิสระ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีลักษณะความเป็นชายเฉลี่ย 99.71 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 98.35 – 101.06 คะแนน มีลักษณะความเป็นหญิงเฉลี่ย 100.01 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 98.78 – 101.24 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงค่อนข้างสูง มีค่าเฉลี่ยของการมองโลกในแง่ดี 95.09 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 94.19 – 95.99 คะแนน และค่าเฉลี่ยความเชื่ออำนาจภายในตน 82.14 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 81.43 – 82.84 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีการมองโลกในแง่ดีและความเชื่ออำนาจภายในตนอยู่ในระดับสูง ส่วนความเชื่ออำนาจผู้อื่นมีค่าเฉลี่ย 56.65 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 80.29 – 82.16 คะแนน และความเชื่ออำนาจความบังเอิญมีค่าเฉลี่ย 56.08 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 87.80 – 90.24 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญอยู่ในระดับปานกลาง

ในกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยของการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา 81.23 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 80.29 – 82.16 คะแนน และมีค่าเฉลี่ยของการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ 89.02 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 87.80 – 90.24 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง

2. สหสัมพันธ์คาโนนิคัลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับกลุ่มตัวแปรตาม ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

2.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรอิสระต่อกัน ตัวแปรตามกับตัวแปรตามต่อกัน และตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม

ตาราง 8 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรอิสระ ตัวแปรตามกับตัวแปรตาม และตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม

	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	X ₆	Y ₁	Y ₂
X ₁	1.000							
X ₂	.577**	1.000						
X ₃	.333**	.239**	1.000					
X ₄	.534**	.389**	.549**	1.000				
X ₅	-.014	.181**	-.333**	-.194**	1.000			
X ₆	.031	.144**	-.297**	-.187**	.559**	1.000		
Y ₁	.530**	.412**	.226**	.379**	.047	.057	1.000	
Y ₂	.457**	.451**	.090*	.329**	.223**	.222**	.533**	1.000

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 , * มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์ตามตาราง 8 แบ่งการพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ออกเป็นสามตอน ได้แก่

1. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ มีค่าอยู่ระหว่าง -.014 ถึง .577 โดยตัวแปรลักษณะความเป็นชายกับลักษณะความเป็นหญิง ลักษณะความเป็นชายกับการมองโลกในแง่ดี ลักษณะความเป็นชายกับความเชื่ออำนาจภายในตน ลักษณะความเป็นหญิงกับการมองโลก

ในแง่ดี ลักษณะความเป็นหญิงกับความเชื่ออำนาจภายในตน ลักษณะความเป็นหญิงกับความเชื่ออำนาจผู้อื่น ลักษณะความเป็นหญิงกับความเชื่ออำนาจความบังเอิญ การมองโลกในแง่ดีกับความเชื่ออำนาจภายในตน และความเชื่ออำนาจผู้อื่นกับความเชื่ออำนาจความบังเอิญ มีความสัมพันธ์กันทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และตัวแปรการมองโลกในแง่ดีกับความเชื่ออำนาจผู้อื่น การมองโลกในแง่ดีกับความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ความเชื่ออำนาจภายในตนกับความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจภายในตนกับความเชื่ออำนาจความบังเอิญ มีความสัมพันธ์กันทางลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรอิสระอื่นๆ มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตาม พบว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .533

3. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม มีค่าอยู่ระหว่าง .047 ถึง .530 โดยตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี และความเชื่ออำนาจภายในตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และตัวแปรการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนตัวแปรอื่นๆ มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรยุทธวิธี การเผชิญปัญหา ค่าไอแกนแวลูส์หรือความแปรปรวนของสหสัมพันธ์คาโนนิคอล ทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์คาโนนิคอล โดยใช้การแจกแจงแบบไคสแควร์ (χ^2) ตามวิธีของ Bartlett ปรากฏผลดังตาราง 9

ตาราง 9 ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระกับกลุ่มตัวแปรตาม

Function	Canonical	Eigen value	Wilk's Lambda	Chi-square	P
N	Correlation(R_c)	(λ)	(Λ)	(χ^2)	
1	.631***	.398	.568	270.033	.000
2	.237***	.056	.944	27.560	.000

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตาราง 9 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์คาโนนิคอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วยลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ พบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .631 และ .237 ตามลำดับ ซึ่งทั้งสองชุดมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

เมื่อพิจารณาค่าความแปรปรวนของสหสัมพันธ์คาโนนิคอล (Eigen value) ทั้งสองชุด พบว่า มีค่าเท่ากับ .398 และ .056 ตามลำดับ แสดงว่าในชุดที่หนึ่งซึ่งเป็นมิติที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงสุด กลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้ประมาณร้อยละ 39.8 และในชุดที่สองเป็นมิติที่มีความสำคัญรองลงมา กลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้ประมาณร้อยละ 5.6

2.3 น้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระกับตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา พิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง ซึ่งจากผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลดังตาราง 9 ปรากฏค่าที่มีนัยสำคัญทางสถิติสองชุด จึงนำมาพิจารณาค่าน้ำหนักความสำคัญดังตาราง 10

ตาราง 10 ค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างของตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม

กลุ่มตัวแปร	ด้าน	ค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง	
		ชุดที่ 1	ชุดที่ 2
ตัวแปรอิสระ	ลักษณะความเป็นชาย (X_1)	-.890	-.376
	ลักษณะความเป็นหญิง (X_2)	-.782	.121
	การมองโลกในแง่ดี (X_3)	-.281	-.610
	ความเชื่ออำนาจภายใน (X_4)	-.639	-.260
	ความเชื่ออำนาจผู้อื่น (X_5)	-.250	.753
	ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ (X_6)	-.259	.703
ตัวแปรตาม (ยุทธวิธีการเผชิญปัญหา)	การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา(Y_1)	-.864	-.503
	การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์(Y_2)	-.887	.462

จากตาราง 10 ค่าน้ำหนักความสำคัญที่กลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ส่งผลอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา พบว่า ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลในชุดที่สองมีค่าต่ำมาก คือ กลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่ม

ตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้เพียงร้อยละ 5.6 ซึ่งถือว่าต่ำเกินไปคืออธิบายความแปรปรวนได้น้อยกว่าร้อยละ 10 (คุชฎี โยเหลา. 2541: 77) และผู้วิจัยคิดว่าให้สารสนเทศแก่นักวิจัยน้อย จึงพิจารณาแปลผลเฉพาะค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างในชุดแรกเท่านั้น ซึ่งให้สารสนเทศมากเพียงพอ คือกลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้ร้อยละ 39.8

สำหรับในชุดแรกนั้น มีน้ำหนักความสำคัญเรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้คือ ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง ความเชื่ออำนาจภายในตน การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ และความเชื่ออำนาจผู้อื่น โดยมีค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างเท่ากับ -.890, -.782, -.639, -.281, -.259 และ -.250 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ได้รับอิทธิพลพอๆ กัน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างเท่ากับ -.864 และ -.887 ตามลำดับ

อาจกล่าวได้อีกนัยหนึ่งว่า นักเรียนที่มีลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง ความเชื่ออำนาจภายในตน การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ และความเชื่ออำนาจผู้อื่นอยู่ในระดับสูง มีแนวโน้มของการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ในระดับสูงเช่นกัน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปวัตถุประสงค์ และวิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษายุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของกลุ่มตัวแปรอิสระ อันประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา อันประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ พร้อมทั้งศึกษานำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยเชิงสาเหตุต่างๆดังกล่าวข้างต้น จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดชลบุรี ที่เรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 33 โรงเรียน และจำนวนประชากรทั้งสิ้น 5,295 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยในครั้งนี้มีจำนวน 483 คน จาก 10 โรงเรียน ที่ได้จากการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two – Stage Random Sampling) สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยในครั้งนี้มีจำนวน 4 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามการเผชิญปัญหา ซึ่งจำแนกเป็นแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา จำนวน 24 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8400 และแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ จำนวน 30 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8580 แบบสอบถามบทบาททางเพศ ซึ่งประกอบด้วย แบบสอบถามลักษณะความเป็นชาย จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .9140 และแบบสอบถามลักษณะความเป็นหญิง จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8760 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี จำนวน 25 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8600 และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ซึ่งจำแนกเป็น แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8800 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8700 และแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .9150

การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง โดยเพิ่มจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้ประมาณร้อยละ 30 คิดเป็น 672 ฉบับ หลังจากคัดเลือกแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์และตั้งใจในการตอบแล้วได้จำนวนทั้งสิ้น 483 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 93.42 จากจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 517 คน ซึ่งเป็นจำนวนที่ได้จากการประมาณค่าขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำแบบสอบถามที่คัดเลือกไว้มาทำการวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐานและประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร ทำการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรอิสระ ตัวแปรตามกับตัวแปรตาม และตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม ส่วนการวิเคราะห์

เพื่อทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิกอล ค่าความแปรปรวนของสหสัมพันธ์คาโนนิกอล ทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์คาโนนิกอลโดยใช้การแจกแจงแบบไคสแควร์ (χ^2) ตามวิธีของ Bartlett และวิเคราะห์น้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรอิสระและกลุ่มตัวแปรตามด้วยสัมประสิทธิ์โครงสร้าง

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ สรุปผลได้ดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐานและผลการประมาณค่าเฉลี่ยประชากรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95

1.1 กลุ่มตัวแปรอิสระ พบว่า นักเรียนมีลักษณะความเป็นชายเฉลี่ย 99.71 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 98.35 – 101.06 คะแนน มีลักษณะความเป็นหญิงเฉลี่ย 100.01 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 98.78 – 101.24 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงค่อนข้างสูง มีค่าเฉลี่ยของการมองโลกในแง่ดี 95.09 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 94.19 – 95.99 คะแนน และค่าเฉลี่ยความเชื่ออำนาจภายในตน 82.14 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 81.43 – 82.84 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีการมองโลกในแง่ดีและความเชื่ออำนาจภายในตนอยู่ในระดับสูง ส่วนความเชื่ออำนาจผู้อื่นมีค่าเฉลี่ย 56.65 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 80.29 – 82.16 คะแนน และความเชื่ออำนาจความบังเอิญมีค่าเฉลี่ย 89.02 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 87.80 – 90.24 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญอยู่ในระดับปานกลาง

1.2 กลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ พบว่า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยของการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา 81.23 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 80.29 – 82.16 คะแนน และมีค่าเฉลี่ยของการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ 89.02 คะแนน อยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยประชากร 87.80 – 90.24 คะแนน แสดงว่านักเรียนมีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง

2. สหสัมพันธ์คาโนนิกอล

สหสัมพันธ์คาโนนิกอลระหว่างกลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วย การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ พบว่า มีค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติสองชุด โดยในชุดที่หนึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .631 มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และเป็นมิติที่กลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้ประมาณร้อยละ 39.8 ส่วนในชุดที่สองมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

เท่ากับ .237 มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และเป็นมิติที่กลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้เพียงร้อยละ 5.6

3. น้ำหนักความสำคัญของตัวแปร

ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลปรากฏค่าที่มีนัยสำคัญทางสถิติสองชุด แต่เนื่องจากค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลในชุดที่สองมีค่าต่ำมาก และกลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้เพียงร้อยละ 5.6 ซึ่งให้สารสนเทศแก่งานวิจัยน้อย ผู้วิจัยจึงพิจารณาแปลผลเฉพาะน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรในชุดแรกเท่านั้น สำหรับค่าน้ำหนักความสำคัญที่กลุ่มตัวแปรอิสระ อันประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ส่งผลอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหานั้น มีน้ำหนักความสำคัญเรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ คือ ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง ความเชื่ออำนาจภายในตน การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ และความเชื่ออำนาจผู้อื่น โดยมีค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างเท่ากับ -.890, -.782, -.639, -.281, -.259 และ -.250 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ได้รับอิทธิพลพอๆ กัน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้างเท่ากับ -.864 และ -.887 ตามลำดับ

ซึ่งอาจกล่าวได้อีกนัยหนึ่งว่า นักเรียนที่มีลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง ความเชื่ออำนาจภายในตน การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ และความเชื่ออำนาจผู้อื่นอยู่ในระดับสูง มีแนวโน้มของการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ในระดับสูงเช่นกัน

อภิปรายผล

ผลการวิจัยในครั้งนี้ อภิปรายผลได้ดังนี้

1. จากการศึกษาค่าสถิติพื้นฐานและผลการประมาณค่าเฉลี่ยประชากร พบว่า

นักเรียนมีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงค่อนข้างสูงทั้งคู่ และมีค่าเฉลี่ยใกล้เคียงกันมาก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงเป็นบทบาทหนึ่งที่ถูกกำหนดขึ้นโดยเงื่อนไขทางสังคม จึงสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามสถานการณ์และสังคมที่เปลี่ยนไป (พรประภา สินธุนา. 2543: 10 – 15) และด้วยสังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา วัยรุ่นซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีความสำคัญจึงต้องพยายามปรับตัวเพื่อการดำเนินชีวิตและความอยู่รอดในสังคมให้ได้ ประกอบกับที่เบ็ม (Bem. 1981: 354 – 364) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศแบบมีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้งคู่ นั้น จะสามารถผสมผสานความเข้มแข็งของชายและความอ่อนโยนของหญิงเอาไว้ จึงเป็นผู้ที่สามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ มีความยืดหยุ่น ปรับตัวได้ง่าย และประสบความสำเร็จ

ในชีวิต ดังนั้นนักเรียนจึงต้องปรับบทบาททางเพศของตนเองให้เหมาะสมกับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลง โดยมีการแสดงออกในลักษณะของความเป็นชายและความเป็นหญิงที่ชัดเจนยิ่งขึ้น ส่งผลให้นักเรียน มีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงค่อนข้างสูง

นอกจากนี้นักเรียนยังมีการมองโลกในแง่ดีสูง ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก นักเรียนสามารถมองสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจธรรมชาติมากขึ้น มองออกว่าทุกอย่างนั้นมี 2 ด้าน คือ ด้านบวกและด้านลบ (เทอดศักดิ์ เดชคง. 2545: 142) ในขณะเดียวกันก็สามารถยอมรับกับสภาพความเป็นจริง และพยายามมองหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ทั้งหลายได้ ซึ่งการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายนั้นต่างก็มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของคนเราทั้งทางตรงและทางอ้อม นอกจากนี้การดูแลเอาใจใส่ คอยให้คำแนะนำ คำปรึกษา และใกล้ชิดกับเด็กนักเรียนของครูและผู้ปกครอง ยังทำให้เด็กนักเรียนมีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจมากขึ้น คิดอย่างมีเหตุผล มองเหตุการณ์และสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก และจะสามารถผ่านปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นเหล่านั้นไปได้ เด็กนักเรียนก็จะกลายเป็นคนที่มองโลกในแง่ดี และประสบความสำเร็จในอนาคต

จากเหตุผลข้างต้นเช่นเดียวกันส่งผลให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น ซึ่งเป็นไปตามสารสนเทศที่ได้จากงานวิจัยครั้งนี้ที่พบว่า นักเรียนมีความเชื่ออำนาจภายในตนอยู่ในระดับสูง แต่มีความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญอยู่ในระดับปานกลาง จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Rotter. 1966: 2 – 25) พบว่า เมื่อบุคคลกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งและได้รับการเสริมแรงอันเนื่องมาจากทักษะหรือความสามารถของตน จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน แต่ถ้าหากบุคคลไม่คอยได้รับการเสริมแรงจะทำให้บุคคลรับรู้ว่าการกระทำนั้นไม่ใช่ผลจากการกระทำของตน บุคคลจึงมีความเชื่ออำนาจภายนอกตน ดังนั้นเหตุที่นักเรียนมีความเชื่ออำนาจภายในตนสูง เนื่องมาจากนักเรียนได้รับการเสริมแรงอยู่เสมอ อาจจะเป็นการได้รับรางวัล คำชื่นชม และเสียงปรบมือ เป็นต้น เพียงเท่านี้ก็ส่งผลให้นักเรียนเชื่อว่าสิ่งที่ตนเองได้รับเป็นผลมาจากการกระทำของตน เช่นเดียวกับที่เมอร์สัน (บุญทิพย์ สิริรังศรี. 2533: 7 – 8; อ้างอิงจาก Moursund. 1976: 328) ได้กล่าวไว้ว่า ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนทั้งความเชื่ออำนาจภายในตนและความเชื่ออำนาจภายนอกตนต่างก็พัฒนามาตั้งแต่วัยเด็ก และจะมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นเรื่อยๆ ตามวัย โดยเมื่อเด็กโตขึ้นเรื่อยๆ เขาจะสามารถช่วยเหลือตนเองและพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น สามารถจัดการและควบคุมสิ่งแวดล้อมให้เป็นไปตามความประสงค์ได้ เด็กจึงมีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 หลังจากนั้นความเชื่ออำนาจภายในตนจะค่อยๆ ลดลง แต่จะมีความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจบังเอิญสูงขึ้น ดังนั้นนักเรียนในช่วงมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งเป็นช่วงวัยรุ่นตอนต้นจึงมีพัฒนาการความเชื่ออำนาจภายในตนสูงและเด่นชัด แต่จะมีความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญไม่มากจึงอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อุษา ธนาบุญฤทธิ์ (2544: 57 – 58) ที่ทำการศึกษากับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นแล้วพบว่า นักเรียนมีความเชื่ออำนาจภายในตนอยู่ในระดับสูงเช่นกัน

ส่วนผลการศึกษายุทธวิธีการเผชิญปัญหา พบว่า นักเรียนมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เป็นช่วงวัยรุ่นซึ่งถือว่าเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดช่วงหนึ่งของชีวิต และเป็นวัยที่มีพัฒนาการอย่างรวดเร็วในหลายๆด้านพร้อมกัน จึงอาจประสบกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดและปัญหาต่างๆได้ง่าย และจากการศึกษาของกรมสุขภาพจิต (2546: บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับสูง ซึ่งปัญหาและสาเหตุที่สำคัญที่ทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาเครียดก็คือ ปัญหาการเรียน ดังนั้นปัญหาต่างๆเหล่านั้นจึงเป็นแรงผลักดันให้นักเรียนเกิดการประเมินสถานการณ์ และแสดงพฤติกรรมการเผชิญปัญหาออกมาในรูปแบบต่างๆ เพื่อคลี่คลายหรือบรรเทาความเครียดที่มีอยู่ ซึ่งเมื่อผู้วิจัยได้ทำการเทียบเคียงกับงานวิจัยของ ชาตรี ลักษณะศิริ (2546: 109 – 112) ที่ทำการศึกษาแล้วพบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีการเผชิญปัญหาอยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เพ็ญศรี วรสัมปติ (2537: 72) ที่พบว่า พฤติกรรมการเผชิญปัญหาในวัยรุ่นตอนต้นส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางถึงค่อนข้างต่ำ

2. ผลการศึกษาสหสัมพันธ์คาโนนิคอลของกลุ่มตัวแปรอิสระ อันได้แก่ ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ กับตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา อันได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ ได้ค่าสหสัมพันธ์คาโนนิคอลสองชุด มีค่าเท่ากับ .631 และ .237 ตามลำดับ โดยทั้งสองชุดมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า กลุ่มตัวแปรอิสระมีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา โดยผลที่ได้จากการวิจัยสามารถอภิปรายถึงรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

2.1 ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงมีความใกล้เคียงกับตัวแปรเพศ เพียงแต่ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงเป็นเรื่องราวที่ละเอียดอ่อนกว่าเพศ เพราะลักษณะทางกายภาพไม่สามารถบอกได้ว่าแต่ละบุคคลมีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงแตกต่างกันมากนักน้อยเพียงใด ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงจะแสดงออกในรูปของพฤติกรรม ซึ่งบุคคลจะมีพฤติกรรมหรือลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงเช่นไรก็ย่อมส่งผลต่อการดำรงชีวิตของบุคคลนั้น ดังนั้นเมื่อบุคคลตกอยู่ในสภาวะการณ์ที่เป็นปัญหา ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงก็จะสัมพันธ์กับรูปแบบการเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคล สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปณตพร พงษ์อนันต์โยธิน (2544: บทคัดย่อ) ที่ทำการศึกษา พบว่า ผู้ที่มีบทบาททางเพศต่างกัน จะมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน นั่นแสดงว่า ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา

2.2 การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา เนื่องจากการมองโลกในแง่ดีจะทำให้บุคคลมองสิ่งต่างๆ และสถานการณ์ต่างๆ ในทางบวก คิดเสมอว่าทุกปัญหาสามารถหาทางออกได้ ดังนั้นเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ที่เป็นปัญหา บุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะทำให้กำลังใจตนเองและตีความหมายสถานการณ์นั้นไปในทางบวก พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัญหาเหล่านั้นซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กรกรวรรณ สุพรรณวรธา (2544: 105–109) ที่ศึกษาการมองโลกในแง่ดีและวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย พบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหา และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เดวิด มอนท์โกเมอรี และบอว์บิเจอร์ก (David; Montgomery; & Bovbjerg. 2004: Abstract) ที่ทำการศึกษพบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา

2.3 ความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน ซึ่งประกอบด้วย ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ มีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งนี้เพราะตัวแปรความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่ส่งผลต่อวิธีการเผชิญปัญหา (Lazarus; & Folkman. 1984: 157 – 164) และอาจมีงานวิจัยมากมายที่ทำการศึกษว่าความเชื่ออำนาจภายในตนและความเชื่ออำนาจภายนอกตนกับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา อาทิเช่นงานวิจัยของ อัจฉรา พุ่มดวง (2527: บทคัดย่อ) ที่ทำการศึกษพบว่า ความเชื่ออำนาจภายในตนและความเชื่ออำนาจภายนอกตนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหา แต่เนื่องจากความเชื่ออำนาจภายนอกตนนั้นสามารถจำแนกออกได้เป็น ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ดังนั้นทั้งความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ จึงมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา

3. การศึกษานำหนักความสำคัญ พิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์โครงสร้าง พบว่าผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า กลุ่มตัวแปรอิสระส่งผลต่อกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา แต่นำหนักความสำคัญไม่เป็นไปตามภาวะสันนิษฐาน โดยนำหนักความสำคัญที่กลุ่มตัวแปรอิสระ ซึ่งประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ส่งผลอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหานั้น มีน้ำหนักความสำคัญเรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้คือ ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง ความเชื่ออำนาจภายในตน การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจความบังเอิญ และความเชื่ออำนาจผู้อื่น ส่วนกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ได้รับอิทธิพลพอๆกัน โดยผลที่ได้จากงานวิจัยสามารถอภิปรายถึงรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

ด้านลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง เป็นตัวแปรสำคัญที่ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก สถานภาพและบทบาทของบุคคลในสังคมที่ส่งผลให้คนเรามีการแสดงออกที่แตกต่างกันไปในแต่ละสถานการณ์ ซึ่งบทบาททางเพศหรือลักษณะของความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง ก็ถือเป็นบทบาทหนึ่งที่จะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคล และจากที่ เบ็ม (Bem. 1981: 354) ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีลักษณะความ

เป็นชายจะมีการแสดงออกในลักษณะของความมีอำนาจในสังคม ความกล้าหาญ และความเป็นผู้นำ บุคคลที่มีลักษณะความเป็นหญิงจะมีการแสดงออกในลักษณะของความอ่อนโยน และน่าทะนุถนอม ดังนั้นเมื่อนักเรียนประสบกับเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาหรือตกอยู่ในภาวะเครียด ลักษณะความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิงจึงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน ว่าควรจะแสดง พฤติกรรมการเผชิญปัญหาออกมาในรูปแบบใด เพื่อจะทำให้สถานการณ์นั้นคลี่คลายลง ซึ่งสอดคล้อง กับงานวิจัยของ เรนค์และเครซี่ (Renk; & Creasey. 2003: 159 – 168) ที่พบว่า เด็กวัยรุ่นตอนปลาย ที่มีลักษณะความเป็นชายสูงจะมียุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาสูง ส่วนเด็กที่มี ลักษณะความเป็นหญิงสูงจะมียุทธวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์สูง ประกอบกับ ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา จะ พบว่า ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งสองแบบมากกว่าตัวแปรอิสระอื่นๆ ดังนั้นจึงเป็นผลให้ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความ เป็นหญิงมีน้ำหนักเด่นสุด

ด้านความเชื่ออำนาจภายในตน ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญรองลงมาที่ส่งผลต่อยุทธวิธีการ เผชิญปัญหา ทั้งนี้เนื่องจาก ความเชื่ออำนาจภายในตนเป็นตัวแปรปัจจัยภายในตัวบุคคลที่มีอิทธิพล โดยตรงต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา เพราะความเชื่อของบุคคลมีอิทธิพลต่อความคิด ทำให้สามารถที่จะควบคุมการกระทำของตนเองได้ (กรมสุขภาพจิต. 2546: 37) เมื่อนักเรียนมีความเชื่ออำนาจ ภายในตนสูง ก็จะมี ความเชื่อมั่นในตนเอง มีการตัดสินใจที่ดี และรู้จักใช้กระบวนการแก้ปัญหา จึง ทำให้เป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาสูง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ แอนเดอร์สัน (Anderson. 1979: 446 – 451) ที่ทำการศึกษพบว่า บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงจะ ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาสูงด้วย และคล้ายคลึงกับงานวิจัยของ นริศว์ ปรารมย์ (2539: 96 – 97) ที่ทำการศึกษพบว่า นักเรียนวัยรุ่นที่มีความเชื่ออำนาจในตนต่ำมีลักษณะการเผชิญ ปัญหาที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหา ส่วนด้านความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญ ที่ ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหาในลำดับรองลงมา เนื่องจากความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจ ความบังเอิญก็เป็นตัวแปรปัจจัยภายในตัวบุคคลที่มีอิทธิพลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหาเช่นกัน เพียงแต่ว่าเด็กจะมีพัฒนาการความเชื่ออำนาจภายในตนสูงในช่วงวัยรุ่นตอนต้น หรือจนถึงระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 6 (บุญทิพย์ สิริรังศรี. 2533: 7 – 8; อ้างอิงจาก Moursund. 1976: 328) ดังนั้น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นจึงมีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงอย่างเด่นชัด ทำให้ ความเชื่ออำนาจผู้อื่นและความเชื่ออำนาจความบังเอิญไม่มีอิทธิพลมากนักในการแสดงพฤติกรรม การเผชิญปัญหา

ด้านการมองโลกในแง่ดี เป็นตัวแปรที่ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหารองจาก ความเชื่ออำนาจภายในตน อาจเป็นเพราะการมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งของความฉลาดทาง อารมณ์ เมื่อนักเรียนเป็นผู้ที่การมองโลกในแง่ดี คิดในทางบวก ก็พร้อมที่จะเผชิญทุกข์ – สุข ในชีวิต ได้อย่างไม่หวั่นไหว (ศันสนีย์ วรรณางกูร. 2544: 27) ซึ่งนักเรียนที่มองโลกในแง่ดีจะมีสภาพ ร่างกายและสภาพจิตใจที่แข็งแรง พร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาและภาวะเครียดทั้งด้านการเรียนและ

การทำงานได้อย่างราบรื่น ซึ่งเมื่อผู้วิจัยทำการเทียบเคียงกับงานวิจัยของ ฮาร์จูและโบลิน (Harju; & Bolen. 1998: 185 – 200) ที่ทำการศึกษาพบว่า ผู้ที่มองโลกในแง่ดีสูงจะมีสุขภาพดี มีระดับคุณภาพชีวิตสูง และเลือกใช้การเผชิญปัญหาได้อย่างเหมาะสม เช่นเดียวกับงานวิจัยของ กรกวรรณสุพรรณวรรณา (2544: 105 – 109) ที่พบว่า นักศึกษาที่มีระดับการมองโลกในแง่ดีต่างกันส่งผลต่อกลวิธีการเผชิญปัญหา และเมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีกับตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา พบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กับยุทธวิธีการเผชิญปัญหาทั้งสองแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นจึงการมองโลกในแง่ดีจึงมีน้ำหนักความสำคัญต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยมาใช้

จากการศึกษา พบว่า ตัวแปรที่มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งที่ส่งผลต่อยุทธวิธีการเผชิญปัญหา ทั้งการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ และทำให้นักเรียนไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เข้ามาคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ของนักเรียนได้นั้น เนื่องมาจากลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง และความเชื่ออำนาจภายในตนเป็นสำคัญ ส่วนการมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจผู้อื่น และความเชื่ออำนาจความบังเอิญ มีความสำคัญรองลงมา ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะเพื่อพิจารณาการนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้เป็นแนวทางในการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม เพื่อให้สามารถจัดการกับปัญหาได้อย่างแท้จริงและมีประสิทธิภาพต่อไป ซึ่งข้อเสนอแนะ มีดังนี้

1.1 ในด้านบทบาททางเพศ อันประกอบด้วย ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง ซึ่งการที่นักเรียนจะมีลักษณะบทบาททางเพศเป็นไปในทิศทางใดนั้น ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและสังคม ถ้าพ่อ แม่ หรือผู้ปกครอง เป็นแบบอย่างที่ดีและให้การอบรมเลี้ยงดูอย่างเอาใจใส่ ส่วนครูอาจารย์ก็ให้การอบรมสั่งสอนและชี้แนะแนวทางที่ถูกต้อง นักเรียนก็จะมียบทบาททางเพศที่เหมาะสม นั่นคือ มีทั้งลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง เพราะจะทำให้นักเรียนมีความยืดหยุ่น สามารถที่จะจัดการกับสภาพปัญหาและเหตุการณ์ต่างๆ ได้ดี

1.2 จากผลการวิจัยในครั้งนี้ประกอบกับการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง ทำให้พบว่า นักเรียนมีความเชื่ออำนาจภายในตนสูง และมองโลกในแง่ดี จะส่งผลให้นักเรียนสามารถจัดการกับปัญหาเมื่อต้องตกอยู่ในภาวะเครียด ซึ่งนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กำลังเป็นช่วงที่มีพัฒนาการทางด้านความเชื่ออำนาจภายในตนสูง บุคคลรอบข้างจึงควรให้กำลังใจ เพื่อให้ให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง ขณะเดียวกันก็ควรส่งเสริมให้นักเรียนมีความคิดในทางบวก มองโลกตามความเป็นจริง และพร้อมที่จะเผชิญกับทุกสิ่งที่จะเกิดขึ้นในชีวิต ซึ่งจะทำให้นักเรียนมีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่เข้มแข็ง มีการตัดสินใจที่ดี และรู้จักใช้กระบวนการแก้ปัญหา ส่งผลให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาสูง

1.3 เนื่องจากนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งเป็นช่วงต่อระหว่างวัยเด็กและวัยรุ่นใหญ่ ดังนั้นจึงประสบกับปัญหาทางด้านการเรียนและการปรับตัวได้ง่าย จึงควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมและให้ความรู้ โดยเน้นเรื่องการเผชิญปัญหาและการเลือกใช้วิธีการในการเผชิญปัญหา เพื่อเป็นแนวทางให้นักเรียนได้รู้จักเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่ถูกต้องตามสถานการณ์

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรทำการศึกษาในทำนองเดียวกันกับกลุ่มตัวอย่างอื่น เพื่อจะได้ทราบว่างานวิจัยที่ทำกับกลุ่มตัวอย่างอื่นจะได้ผลเช่นเดียวกันหรือไม่

2.2 ควรศึกษาเพิ่มเติมกับตัวแปรอิสระอื่นๆ ทั้งตัวแปรที่เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคล เพราะจากผลการวิจัยในครั้งนี้ทำให้ทราบว่ากลุ่มตัวแปรอิสระสามารถอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้ร้อยละ 39.8 นั้นแสดงว่าน่าจะมีตัวแปรอิสระอื่นๆ อีกที่มีความสัมพันธ์และสามารถร่วมกันอธิบายกลุ่มตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหาได้มากขึ้น

2.3 ควรทำการศึกษาตัวแปรยุทธวิธีการเผชิญปัญหา โดยยึดการแบ่งโครงสร้างตามแนวคิดของนักจิตวิทยาท่านอื่นๆ เพื่อเปรียบเทียบว่าผลที่ได้จะแตกต่างกันหรือไม่

2.4 ควรทำศึกษาเป็นงานวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้เทคนิควิธีการต่างๆ เช่น การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนายุทธวิธีการเผชิญปัญหาในแต่ละรูปแบบ

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรกรวรรณ สุพรรณวรรษา. (2544). การวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- กรมสุขภาพจิต. (2546). คุณภาพชีวิตและความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาในประเทศไทย. กรุงเทพฯ: ปิยอนต์พับลิชชิง จำกัด.
- กึ่งทิพย์ พุ่มแก้ว. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ทักษะคิดต่อการเป็นครู และความเชื่ออำนาจภายในตนกับการปฏิบัติบทบาทของอาจารย์วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- จรุงกุล บุรพวงศ์. (2545). มองโลกในแง่ดี...ดีกว่าที่คิด. สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2547, จาก <http://www.chula/college/psychol/sarajarungkul.html>.
- ชาตรี ลักษณะศิริ. (2546). การศึกษาลักษณะมุ่งอนาคต ความเครียด และการเผชิญความเครียด ปัญหาการปรับตัวและวิธีการปรับตัวของนักเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาพิเศษ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ฉันทิกา ทิมากร. (2534). ความแตกต่างของความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของเด็กวัยรุ่นที่มีบทบาททางเพศต่างกัน. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ดุษฐ์ โยเหลา. (2541). เอกสารคำสอนวิชา วป 712 สถิติเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูลทางพฤติกรรมศาสตร์ IV. กรุงเทพฯ: สถาบันพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ตระหนักจิต ทองมี. (2545). ตัวแปรของการรับรู้เพศลักษณะหญิงและเพศลักษณะชาย ในความหมายของคำกริยาและคำวิเศษณ์ในภาษาไทย. วิทยานิพนธ์ อ.ม. (ภาษาศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ทิวา มั่งนอย. (2535). การเปรียบเทียบความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนที่มีรูปแบบของการอธิบายต่างกัน. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2544). สองมุมมอง แง่ดีแ่งร้าย. ความฉลาดทางอารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ 15 กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน.
- (2545). ความฉลาดทางอารมณ์ จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน.

- ธิดารัตน์ ธรรมเกษร. (2543). บทบาททางเพศ สัมฤทธิ์ผลทางอาชีพ และการอนุมานสาเหตุความสำเร็จในอาชีพของผู้หญิงทำงาน. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- นริศว์ ปราบมย์. (2539). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บุญทิพย์ สิริธรรังศรี. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจในการควบคุมตนเกี่ยวกับสุขภาพกับการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน. กรุงเทพฯ: สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ปณตพร พงษ์อนันต์โยธิน. (2544). การเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญกับปัญหาของผู้ใหญ่วัยทำงานที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ประสูติ หรุ่นวงศ์มาศ. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบของการอธิบายและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ปรีชา วิหคโต. (2547). การมองโลกในแง่ดีมองอย่างไร. สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2547, จาก <http://www.google.com/การมองโลกในแง่ดีมองอย่างไร.html>.
- ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. (2547). การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญาณินพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปุระชัย เปี่ยมสมบุญ. (2535). การวิเคราะห์ข้อมูลระดับมัลติแวลูเอทในทางสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ผ่องพักตร์ จิ่งวิมุตติพันธ์. (2541). องค์ประกอบบางประการที่เกี่ยวข้องกับลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงในวัยรุ่นหญิง. ปรินญาณินพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรประภา สินธุนาวา. (2543, มีนาคม – เมษายน). บทบาททางเพศ. นิตยสารการประชาสัมพันธ์. 43(2): 10 – 15.
- พระราชวรมนี. (2540). ความสุขที่แท้จริงของชีวิตกับจิตพิสัย. จิตพิสัย: มิติสำคัญของการพัฒนาคน. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- เพ็ญศรี วรสัมปติ. (2537). ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สถิติปัญญา และการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มุกข์ดา ผดุงยาม. (2547). ความสามารถในการเผชิญปัญหาทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น : การศึกษาโมเดลความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงเส้น และการประยุกต์เพื่อการพัฒนาการเรียนวัยรุ่น. ปรินญานิพนธ์ กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัชณี วารินทร์. (2531). การศึกษาลักษณะความเป็นชาย ลักษณะความเป็นหญิง กับการอบรมเลี้ยงดู. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนภรณ์ พงสะมั่ง. (2547). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ สภาพแวดล้อมในวิทยาลัย บรรยากาศในครอบครัว กับวิธีเผชิญปัญหาของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคนิค สังกัดกรมอาชีวศึกษา. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- . (2539). เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ละมุล สมพร. (2547). *Friend Coner* (เพื่อนซี้คนใหม่ของวัยมันส์). สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2547, จาก <http://www.gogle.com./มุมเพื่อนใจวัยรุ่น.html>.
- วรรณดี สุทธินากร; ปรีชา ทรายธารทิพย์; และ วรรณภา ภาษาประเทศ. (2541). การดัดแปลงแบบทดสอบความเชื่อในแหล่งอำนาจควบคุมเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ. ม.ป.พ.
- วราภรณ์ ตระกูลสุทธิ. (2544). จิตวิทยาการปรับตัว. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วีณา มิ่งเมือง. (2540). ผลการเปรียบเทียบจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- เวทีณี สุขมาก; และ อัจฉรี ศิริสุนทร. (2545, ตุลาคม – ธันวาคม). การทำนายการปรับตัวของวัยรุ่นที่ติดสารเสพติดจากความเชื่อในความสามารถของตนเอง และแรงสนับสนุนทางสังคม. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*. 47(4): 255 – 264.
- คันสนีย์ วรรณางกูร. (2544). คุณมองโลกแบบไหน. *EQ ของคุณเป็นอย่างไร*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน.

- สาโรช คำรัตน์. (2544). การเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 9(2): 73 – 80.
- สุชาดา กิระนันท์. (2542). ทฤษฎีและวิธีการสำรวจตัวอย่าง. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุธรรม ธรรมรงค์วิทย์. (2542). ความสัมพันธ์แบบหญิงรักหญิงในฐานะการต่อสู้ทางการเมือง. เอกสารประกอบการสัมมนาวิชาการประเพณีสัตรีศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 1. สืบค้นเมื่อ 15 มิถุนายน 2548, จาก http://www.google.com./ผู้ชาย_ผู้หญิง_ธรรมชาติ_หรือสิ่งสร้างทางสังคม.html.
- สุภาพรณ โคตรจรัส. (2539). ความเครียดและการบริหารความเครียด. เอกสารการประชุมวิชาการประจำปี ของสมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาวดี จันทร์เพ็ญ. (2541). ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบาย ลำดับในการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้ง กับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุมาลี พัวชู. (2547). การศึกษาพัฒนาการความสามารถในการคิดวิเคราะห์และการมองโลกในแง่ดี ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 3. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุรีย์ กาญจนวงศ์; และ จริยาวัตร คมพยัคฆ์. (2545). ความเครียด สุขภาพ และความเจ็บป่วย : แนวคิดและการศึกษาในประเทศไทย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สำราญ มีแจ้ง. (2544). สถิติขั้นสูงสำหรับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: นิชนเอดเวอร์ไทซิงกรุ๊ป.
- อรพินทร์ ชูชม. (2544, พฤษภาคม). จากทฤษฎีสู่แนวปฏิบัติในการมองโลกในแง่ดี. วารสาร พฤติกรรมศาสตร์. 7(1): 43 – 53.
- อัจฉรา พุ่มดวง. (2527). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน – ภายนอกตนกับ พฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาลอายุรศาสตร์-ศัลยศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- อัจฉรา สุขารมณ. (2546). ความเครียดในวัยรุ่น. รวมบทความ: ร่วมสรรค์สร้างเด็กและเยาวชน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.
- อุไร สุมาริธรรม. (2545). จิตวิทยาการแนะแนวเด็กวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏนครศรีธรรมราช.

- อุษา ธนาบุญฤทธิ์. (2544). การศึกษาปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนครปฐม. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Anderson, Carl R. (1979). Locus of Control, Coping Behaviors and Performance in a Setting: A Longitudinal Study. *Journal of Applied Psychology*. 62(4): 446 – 451.
- Baldwin, D.R.; et al. (2003). *Optimism and Stress: An African – American College Student Perspective*. Retrieved April 28, 2005, from <http://www.Wilson/Main.html>.
- Bem, Sandra L. (1981). Gender Schema Theory: A Cognitive Account of Sex Typing. *Psychological Review*. 88(4): 354 – 364.
- Brannon, L. (1999). *Gender: Psychological perspectives*. Boston: Allyn and Bacon.
- Caver, C.S.; Scheier, M.F.; & Weintraub, J.K. (1989). Assessing Coping Strategies: a Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 56(2): 267 – 283.
- Constantinople. (1973). Masculinity – Femininity: An Exception to Famous Dectun. *Psychology Bulletin*. 80(5): 389 – 407.
- Cook, Ellen Piel. (1985). *Psychological Androgyny*. New York: Pergamon Press.
- David, D.; Montgomery, Guy H.; & Bovbjerg, Dana H. (2006, January). Relations Between Coping Responses and Optimism – Pessimism in Predicting Anticipatory Psychological Distress in Surgical Breast Cancer Patients. *Personality and Individual Differences*. 40(2): 203 – 213. Retrieved January 30, 2006, from <http://www.ScienceDirect – Personality and Individual Differences.htm>
- Eggland, Ellen T. (1973). Locus of Control and Children with Cerebral Palsy. *Nursing Research*. 22: 330.
- Flaherty, John F.; & Dusek, Jerome B. (1980). An Investigation of the Relationship Between Psychological Androgyny and Components of Self – Concept. *Journal of Personality and Social Psychology*. 38(6): 984 – 992.
- Frydenberg, E.; & Lewis, R. (2002, April). Boys Play Sport and Girls Turn to Others: Age, Gender and Ethnicity as Determinants of Coping. *Journal of Adolescence*. 16(3): 253 – 266. Retrieved May 4, 2005, from <http://www.ScienceDirect – Journal of Adolescence.html>.
- Garland, L. M.; & Bush, C.T. (1982). *Coping Behavior and Nursing*. Virginia: Reston Publishing.

- Harju, B.L.; & Bolen, L.M. (1998). The Effects of Optimism on Coping and Percieved Quality of Life of College Students. *Journal of Social Behavior & Personality*. 13: 185 – 200.
- Kaplan, A.G.; & Sedney, M.A. (1980). *Psychology and Sex Roles: An Androgynous Perspective*. Boston: Brown and Company.
- Kleinke, Chris L. (1998). *Coping with Life Challenges*. 2nd ed. Brooks/Cole Publishing.
- Lazarus, Richard S.; & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing.
- Martin, A.J.; Marsh, W.H.; & Debus, R.L. (2001). A Quadripolar Need Achievement Representation of Self – Handicapping and Defensive Pessimism. *American Educational Research Journal*. 38(3): 583 – 610.
- May, A.; & Spangenberg, J.J. (1997). Androgyny and Coping in Men with a Managerial Orientation. *South African Journal of Psychology*. 27: 224 – 236.
- Pedhazur, E.J. (1997). *Multiple Regression in Behavioral Research*. New York : Holt Rinehart and Winston.
- Perterson, C.; & Seligman, M.E.P. (1984). Causal Explanation as a Risk Factor for Depression : *Theory and Evidence*. *American Psychological Association*. 91(3): 347 – 374.
- (1987). Explanatory Style and Illness. *Journal of Personality*. 55(2): 237 – 265.
- Renk, K; & Creasey, G. (2003). The Relationship of Gender, Gender Identity, and Coping Strategies in Late Adolescents. *Journal of Adolescence*. 26(2): 159 – 168.
- Rotter, Julian B. (1966). Generalized Expectancies for Internal – External Control of Reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*. 80: 1 – 25.
- Seegerstrom, Suzanne C.; et al. (1998). Optimism is Associated with Mood, Coping and Immune Change in Response to Stress. *Journal of Personality and Social Psychology*. 74(6): 1646 – 1655.
- Seligman, M.E.P. (1990). *Learning optimism*. New York: Pocket Books.
- Slavin, Lesley A.; et al. (1991). Toward a Multicultural Model of the Stress Process. *Journal of Counseling & Development*. 70: 156 – 163.
- Spangenberg, J.J.; & Lategan, T.P. (1993). Coping, Androgyny and Attributional Style. *South African Journal of Psychology*. 23: 195 – 203.
- Strickland, B.R. (1977). Internal – External Control of Reinforcement. *Personality Variables in Social Behavior*. New York: John Wiley & Sons.
- Tsai, C.J. (1994). Stress and Coping Efficacy among High School Students in Taiwan. *Dissertation Abstracts International*. 54: 10–B.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงพิพจน์

- | | |
|---|---|
| 1. รองศาสตราจารย์ ชูศรี วงศ์รัตน์ | ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 2. รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์ | ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ | ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 4. อาจารย์ ไพศาล อันประเสริฐ | ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 5. อาจารย์ มณฑิรา จารุเพ็ง | ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 6. อาจารย์ อัญชลี ศรีกลชาญ | ภาควิชาวิจัยและวัดผลการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา |

ภาคผนวก ข
คุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตาราง 11 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	ข้อ	IOC	การพิจารณา
1. การลงมือดำเนินการแก้ปัญหา	1	0.83	คัดเลือกไว้
	7	1	คัดเลือกไว้
	13	1	คัดเลือกไว้
	19	0.67	คัดเลือกไว้
	25	1	คัดเลือกไว้
	30	0.50	คัดเลือกไว้
2. การวางแผน	2	1	คัดเลือกไว้
	8	1	คัดเลือกไว้
	14	1	คัดเลือกไว้
	20	1	คัดเลือกไว้
	26	0.83	คัดเลือกไว้
	31	0.83	คัดเลือกไว้
3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	3	1	คัดเลือกไว้
	9	0.67	คัดเลือกไว้
	15	1	คัดเลือกไว้
	21	1	คัดเลือกไว้
	27	1	คัดเลือกไว้
4. การชะลอการเผชิญปัญหา	4	0.50	คัดเลือกไว้
	10	0.67	คัดเลือกไว้
	16	1	คัดเลือกไว้
	22	0.83	คัดเลือกไว้
	28	0.83	คัดเลือกไว้
5. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ	5	1	คัดเลือกไว้
	11	1	คัดเลือกไว้
	17	1	คัดเลือกไว้
	23	1	คัดเลือกไว้
	29	1	คัดเลือกไว้
	32	1	คัดเลือกไว้

ตาราง 11 (ต่อ)

การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	ข้อ	IOC	การพิจารณา
6. การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม	6	1	คัดเลือกไว้
	12	0.83	คัดเลือกไว้
	18	1	คัดเลือกไว้
	24	0.50	คัดออก
	33	0.83	คัดเลือกไว้

ตาราง 12 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับ
อารมณ์

การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์	ข้อ	IOC	การพิจารณา
1. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อ กำลังใจ	1	0.50	คัดเลือกไว้
	9	1	คัดเลือกไว้
	16	1	คัดเลือกไว้
	23	1	คัดเลือกไว้
	31	1	คัดเลือกไว้
2. การตีความหมายใหม่ในทางบวก	2	1	คัดเลือกไว้
	10	0.83	คัดเลือกไว้
	17	1	คัดเลือกไว้
	24	1	คัดเลือกไว้
	32	0.83	คัดเลือกไว้
	38	0.83	คัดเลือกไว้
3. การยอมรับ	3	1	คัดเลือกไว้
	11	1	คัดเลือกไว้
	18	1	คัดเลือกไว้
	25	1	คัดเลือกไว้
	33	1	คัดเลือกไว้
	39	1	คัดเลือกไว้
4. การพึ่งศาสนา	4	0.67	คัดเลือกไว้
	12	1	คัดเลือกไว้
	19	1	คัดเลือกไว้
	26	0.83	คัดเลือกไว้
	34	0.83	คัดเลือกไว้
	40	1	คัดเลือกไว้
5. การปฏิเสธ	5	1	คัดเลือกไว้
	13	0.83	คัดเลือกไว้
	20	0.83	คัดเลือกไว้
	27	1	คัดเลือกไว้
	35	1	คัดเลือกไว้

ตาราง 12 (ต่อ)

การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์	ข้อ	IOC	การพิจารณา
6. การระบายออกทางอารมณ์	6	1	คัดเลือกไว้
	14	1	คัดเลือกไว้
	21	1	คัดเลือกไว้
	28	1	คัดเลือกไว้
	36	1	คัดเลือกไว้
7. การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด	7	1	คัดเลือกไว้
	15	1	คัดเลือกไว้
	22	1	คัดเลือกไว้
	29	0.67	คัดเลือกไว้
	37	0.83	คัดเลือกไว้
8. การใช้สุรา และ/หรือยา	8	1	คัดเลือกไว้
	30	1	คัดเลือกไว้

ตาราง 13 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน

ข้อ	IOC	การพิจารณา	ข้อ	IOC	การพิจารณา
1	0.67	คัดเลือกไว้	12	0.83	คัดเลือกไว้
2	0.83	คัดเลือกไว้	13	0.83	คัดเลือกไว้
3	1	คัดเลือกไว้	14	0.83	คัดเลือกไว้
4	1	คัดเลือกไว้	15	0.83	คัดเลือกไว้
5	1	คัดเลือกไว้	16	1	คัดเลือกไว้
6	1	คัดเลือกไว้	17	1	คัดเลือกไว้
7	0.83	คัดเลือกไว้	18	1	คัดเลือกไว้
8	1	คัดเลือกไว้	19	0.83	คัดเลือกไว้
9	0.83	คัดเลือกไว้	20	1	คัดเลือกไว้
10	0.67	คัดเลือกไว้	21	1	คัดเลือกไว้
11	1	คัดเลือกไว้	22	1	คัดเลือกไว้

ตาราง 14 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น

ข้อ	IOC	การพิจารณา	ข้อ	IOC	การพิจารณา
1	1	คัดเลือกไว้	12	0.67	คัดเลือกไว้
2	0.83	คัดเลือกไว้	13	0.83	คัดเลือกไว้
3	0.83	คัดเลือกไว้	14	1	คัดเลือกไว้
4	1	คัดเลือกไว้	15	0.67	คัดออก
5	1	คัดเลือกไว้	16	0.83	คัดเลือกไว้
6	1	คัดเลือกไว้	17	0.83	คัดเลือกไว้
7	1	คัดเลือกไว้	18	1	คัดเลือกไว้
8	1	คัดเลือกไว้	19	0.83	คัดเลือกไว้
9	1	คัดเลือกไว้	20	0.67	คัดเลือกไว้
10	1	คัดเลือกไว้	21	0.67	คัดเลือกไว้
11	0.33	คัดออก	22	0.83	คัดเลือกไว้

ตาราง 15 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ

ข้อ	IOC	การพิจารณา	ข้อ	IOC	การพิจารณา
1	1	คัดเลือกไว้	12	1	คัดเลือกไว้
2	0.83	คัดเลือกไว้	13	1	คัดเลือกไว้
3	0.83	คัดเลือกไว้	14	1	คัดเลือกไว้
4	0.67	คัดเลือกไว้	15	0.83	คัดเลือกไว้
5	0.83	คัดเลือกไว้	16	1	คัดเลือกไว้
6	0.83	คัดเลือกไว้	17	0.67	คัดเลือกไว้
7	1	คัดเลือกไว้	18	1	คัดเลือกไว้
8	1	คัดเลือกไว้	19	1	คัดเลือกไว้
9	1	คัดเลือกไว้	20	0.83	คัดเลือกไว้
10	1	คัดเลือกไว้	21	1	คัดเลือกไว้
11	0.83	คัดเลือกไว้	22	1	คัดเลือกไว้

ตาราง 16 ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา	ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา
1	.5112	คัดเลือกไว้	17	.1895	คัดออก
2	.5276	คัดออก	18	.0929	คัดเลือกไว้
3	.1614	คัดออก	19	.4219	คัดออก
4	.3438	คัดเลือกไว้	20	.6435	คัดเลือกไว้
5	.4243	คัดเลือกไว้	21	.3074	คัดเลือกไว้
6	.0806	คัดเลือกไว้	22	.2880	คัดเลือกไว้
7	.6072	คัดเลือกไว้	23	.3422	คัดเลือกไว้
8	.5746	คัดเลือกไว้	24	.2184	คัดเลือกไว้
9	.3599	คัดเลือกไว้	25	.5719	คัดเลือกไว้
10	.3084	คัดออก	26	.5696	คัดเลือกไว้
11	.3685	คัดออก	27	.5128	คัดเลือกไว้
12	.2565	คัดเลือกไว้	28	.4994	คัดเลือกไว้
13	.6026	คัดเลือกไว้	29	.4773	คัดเลือกไว้
14	.5084	คัดเลือกไว้	30	.3672	คัดออก
15	.4724	คัดเลือกไว้	31	.3774	คัดออก
16	.3762	คัดเลือกไว้	32	.5056	คัดเลือกไว้

ตาราง 17 ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา	ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา
1	.4360	คัดเลือกไว้	21	.4315	คัดออก
2	.3426	คัดเลือกไว้	22	.5396	คัดออก
3	.2756	คัดออก	23	.3528	คัดเลือกไว้
4	.3216	คัดออก	24	.4938	คัดเลือกไว้
5	.4098	คัดเลือกไว้	25	.4238	คัดเลือกไว้
6	.2567	คัดเลือกไว้	26	.4588	คัดเลือกไว้
7	.4513	คัดเลือกไว้	27	.4442	คัดเลือกไว้
8	.1189	คัดเลือกไว้	28	.3345	คัดเลือกไว้
9	.4492	คัดออก	29	.3584	คัดเลือกไว้
10	.4172	คัดเลือกไว้	30	.2907	คัดเลือกไว้
11	.3927	คัดออก	31	.5621	คัดเลือกไว้
12	.2134	คัดเลือกไว้	32	.4547	คัดเลือกไว้
13	.3539	คัดออก	33	.4702	คัดเลือกไว้
14	.1644	คัดเลือกไว้	34	.5051	คัดออก
15	.3848	คัดเลือกไว้	35	.2989	คัดเลือกไว้
16	.4970	คัดเลือกไว้	36	.3448	คัดเลือกไว้
17	.4861	คัดออก	37	.3033	คัดเลือกไว้
18	.4584	คัดเลือกไว้	38	.5530	คัดออก
19	.4795	คัดเลือกไว้	39	.5275	คัดเลือกไว้
20	.4487	คัดเลือกไว้	40	.4882	คัดเลือกไว้

ตาราง 18 ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน

ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา	ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา
1	.5383	คัดเลือกไว้	12	.4514	คัดเลือกไว้
2	.4546	คัดเลือกไว้	13	.4894	คัดเลือกไว้
3	.3307	คัดเลือกไว้	14	.3726	คัดเลือกไว้
4	.2259	คัดเลือกไว้	15	.1994	คัดออก
5	.2966	คัดเลือกไว้	16	.1119	คัดออก
6	.5524	คัดเลือกไว้	17	.3864	คัดเลือกไว้
7	.5861	คัดเลือกไว้	18	.5374	คัดเลือกไว้
8	.5369	คัดเลือกไว้	19	.4262	คัดเลือกไว้
9	.4527	คัดเลือกไว้	20	.5977	คัดเลือกไว้
10	.4674	คัดเลือกไว้	21	.4226	คัดเลือกไว้
11	.5141	คัดเลือกไว้	22	.4950	คัดเลือกไว้

ตาราง 19 ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น

ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา	ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา
1	.4976	คัดเลือกไว้	11	.5724	คัดเลือกไว้
2	.4450	คัดเลือกไว้	12	.3830	คัดเลือกไว้
3	.3426	คัดเลือกไว้	13	.3744	คัดเลือกไว้
4	.4525	คัดเลือกไว้	14	.6006	คัดเลือกไว้
5	.4917	คัดเลือกไว้	15	.1563	คัดเลือกไว้
6	.5671	คัดเลือกไว้	16	.5140	คัดเลือกไว้
7	.5891	คัดเลือกไว้	17	.5293	คัดเลือกไว้
8	.6502	คัดเลือกไว้	18	.5447	คัดเลือกไว้
9	.3768	คัดเลือกไว้	19	.4947	คัดเลือกไว้
10	.4660	คัดเลือกไว้	20	.3665	คัดเลือกไว้

ตาราง 20 ค่าอำนาจจำแนก (r_{XY}) ของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ

ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา	ข้อ	r_{XY}	การพิจารณา
1	.6157	คัดเลือกไว้	12	.6238	คัดเลือกไว้
2	.5813	คัดเลือกไว้	13	.7549	คัดเลือกไว้
3	.6984	คัดเลือกไว้	14	.7343	คัดเลือกไว้
4	.6782	คัดเลือกไว้	15	.5776	คัดเลือกไว้
5	.7385	คัดเลือกไว้	16	.3928	คัดเลือกไว้
6	.4929	คัดออก	17	.7098	คัดเลือกไว้
7	.6285	คัดเลือกไว้	18	.7284	คัดเลือกไว้
8	.6540	คัดเลือกไว้	19	.5482	คัดออก
9	.6773	คัดเลือกไว้	20	.6520	คัดเลือกไว้
10	.7592	คัดเลือกไว้	21	.6252	คัดเลือกไว้
11	.5701	คัดเลือกไว้	22	.5903	คัดเลือกไว้

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหา

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องขวามือของข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ตอนที่ 1 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา

ข้อ ที่	ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	ปาน กลาง	บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย
	เมื่อประสบกับเหตุการณ์ที่เป็นปัญหา หรือรู้สึกเครียดกับปัญหาที่เกิดขึ้น นักเรียนจะทำสิ่งต่อไปนี้น้อยเพียงไร					
1	ข้าพเจ้าพยายามแสวงหาแนวทางในการแก้ปัญหา.....					
2	ข้าพเจ้ารอจังหวะเวลาที่เหมาะสมในการจัดการกับปัญหา.....					
3	ข้าพเจ้าจะปรึกษาปัญหากับบุคคลที่เคยมีประสบการณ์คล้ายคลึงกันว่าเขามีวิธีการแก้ปัญหาอย่างไร.....					
4	ข้าพเจ้าจะให้เวลาเป็นตัวช่วยลดปัญหานั้นไปเอง.....					
5	ข้าพเจ้าตั้งใจมานะทำสิ่งต่างๆ เพื่อแก้ปัญหา.....					
6	ข้าพเจ้าพิจารณาสาเหตุของปัญหาก่อนลงมือแก้ปัญหา.....					
7	ข้าพเจ้ามุ่งที่จะแก้ปัญหา ก่อน โดยเลื่อนงานอื่นออกไป.....					
8	ข้าพเจ้าจะทำเป็นไม่สนใจปัญหา ให้ทุกอย่างเป็นไปด้วยดีเอง.....					
9	ข้าพเจ้าลงมือแก้ปัญหาไปที่ละขั้น.....					
10	ข้าพเจ้าจะวางแผนก่อนลงมือแก้ปัญหา.....					
11	ข้าพเจ้าไม่ยอมให้สิ่งใดมาขัดขวางความพยายามในการแก้ปัญหาของตนเอง.....					
12	ข้าพเจ้าต้องแน่ใจว่าจะไม่ทำให้เรื่องแย่ลง ถ้าลงมือแก้ปัญหาทันที.....					
13	ข้าพเจ้าจะนั่งเฉยไว้ แล้วแก้ปัญหาเมื่อโอกาสเหมาะสม.....					
14	ข้าพเจ้าคิดหาขั้นตอนในการแก้ปัญหา.....					
15	ข้าพเจ้าพยายามแก้ปัญหาโดยไม่สนใจสิ่งที่อยู่รอบข้าง.....					
16	ข้าพเจ้ายับยั้งตัวเอง จากการลงมือทำบางสิ่งที่เร็วเกินไป โดยไม่ได้ไตร่ตรอง.....					
17	ข้าพเจ้าจะพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาและขอความคิดเห็นจากผู้ใหญ่ที่เคารพ.....					
18	ข้าพเจ้าจะทำเป็นไม่รับรู้ปัญหา แล้วค่อยหาวิธีการแก้ไขภายหลัง.....					
19	ข้าพเจ้าลงมือแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา.....					
20	ข้าพเจ้าคิดว่าทำอย่างไรจะจัดการแก้ไขปัญหาดีที่สุด.....					

(ต่อ)

ข้อ ที่	ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	ปาน กลาง	บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย
21	ข้าพเจ้าคิดหาทางแก้ปัญหานี้ โดยไม่ให้สิ่งใดมารบกวน.....					
22	ข้าพเจ้ารอคอยเพื่อทำจิตใจให้สงบได้ก่อน จึงลงมือแก้ปัญหา.....					
23	ข้าพเจ้าขอคำปรึกษาปัญหาจากผู้ที่มีความรู้หรือผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้นๆ.....					
24	ข้าพเจ้าพูดคุยปัญหากับคนรอบข้างเพื่อหาทางแก้ปัญหา.....					

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์

ข้อ ที่	ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	ปาน กลาง	บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย
	เมื่อประสบกับเหตุการณ์ที่เป็นปัญหา หรือรู้สึกเครียดกับ ปัญหาที่เกิดขึ้น นักเรียนจะทำสิ่งต่อไปนี้น้อยเพียงไร					
1	ข้าพเจ้าจะคุยกับบุคคลที่ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะเห็นใจข้าพเจ้า.....					
2	ข้าพเจ้าจะมองหาสิ่งที่ดีจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น.....					
3	ข้าพเจ้าจะหันไปทำกิจกรรมอื่นก่อน.....					
4	ข้าพเจ้าจะทำลายข้าวของที่อยู่ใกล้ตัว.....					
5	ข้าพเจ้าจะหากิจกรรมอื่นทำแทน เพื่อจะได้ไม่จดจ่ออยู่กับปัญหานี้.....					
6	ข้าพเจ้าดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เพื่อให้ลืมคิดถึงปัญหานี้.....					
7	ข้าพเจ้าจะเรียนรู้สิ่งต่างๆ จากเหตุการณ์ที่เป็นปัญหานี้.....					
8	ข้าพเจ้าจะนั่งสมาธิ เพื่อให้จิตใจสงบ.....					
9	ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิดและมักจะทำร้ายตัวเอง.....					
10	ข้าพเจ้าจะฟังเพลงหรือดูทีวี เพื่อให้ผ่อนคลาย.....					
11	ข้าพเจ้าจะพูดคุยถึงความรู้สึกของตนเองให้ใครสักคนที่ไว้ใจฟัง เพื่อจะได้รับกำลังใจ.....					
12	ข้าพเจ้าพยายามจะปล่อยวางและยอมรับกับสภาพการณั้ให้ได้.....					
13	ข้าพเจ้าพยายามหาสิ่งปลอบใจในทางศาสนา โดยการเข้าวัด ฟังธรรม.....					
14	ข้าพเจ้าคิดว่าปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นเพียงฝันร้าย.....					
15	ข้าพเจ้าจะขอความเห็นอกเห็นใจ และความเข้าใจจาก พ่อ – แม่ ผู้ปกครอง.....					
16	ประสบการณ์การเผชิญปัญหา จะทำให้ข้าพเจ้าเปลี่ยนแปลง ตนเองไปในทางที่ดีขึ้น.....					
17	ข้าพเจ้ายอมรับความจริงตามสภาพการณั้ที่เกิดขึ้น.....					
18	ข้าพเจ้าจะสวดมนต์ เพื่อให้ทุกๆ สิ่งเป็นไปด้วยดี.....					
19	ข้าพเจ้าพยายามทำเป็นไม่รับรู้ปัญหาไปพลางๆ ก่อน.....					
20	ข้าพเจ้าหาวิธีแสดงออกเพื่อให้คลายทุกข์ โดยการร้องไห้.....					
21	ข้าพเจ้านอนหลับนานกว่าปกติ เพื่อจะได้ไม่กังวลต่อปัญหามาก นัก.....					
22	ข้าพเจ้ากินยาแก้ปวดหัว เพื่อให้คลายความเครียด.....					
23	ข้าพเจ้าจะระบายความทุกข์ให้ใครสักคนฟัง เพื่อจะได้คำปลอบโยน.....					
24	ข้าพเจ้าหวังว่าปัญหาต่างๆ จะสามารถคลี่คลายไปได้.....					

(ต่อ)

ข้อ ที่	ข้อความ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	ปาน กลาง	บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย
25	ข้าพเจ้าจะพยายามทำความเข้าใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เพราะ อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด.....					
26	ข้าพเจ้าจะทำเป็นไม่สนใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น.....					
27	ข้าพเจ้าจะไว้วางใจ เพื่อระบายอารมณ์เครียด.....					
28	ข้าพเจ้าหาเวลาเพื่อทำงานอดิเรกที่ชอบ.....					
29	ข้าพเจ้ายอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามทำชีวิตให้สดใส เบิกบาน.....					
30	ข้าพเจ้าจะอ่านหนังสือธรรมะ เพื่อแก้ปัญหา.....					

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดี

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องขวามือของข้อความ
ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณชีวิตของข้าพเจ้าไม่มีค่าพอสำหรับคนอื่น.....					
2	ข้าพเจ้าคิดว่าสัมพันธภาพของข้าพเจ้ากับคนรอบข้าง สามารถ เปลี่ยนแปลงและปรับปรุงได้.....					
3	ข้าพเจ้ารู้สึกสนุกที่ได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ไม่ว่า จะเป็นกิจกรรมที่ย่างยากซับซ้อนแค่ไหนก็ตาม.....					
4	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าคนอื่น ๆ แทบทุกเรื่อง.....					
5	ข้าพเจ้ามักจะตื่นตอนเช้าด้วยความกระปรี้กระเปร่า พร้อมทั้งจะ ใช้ชีวิตในวันนั้นๆ ด้วยความสบายใจ.....					
6	เมื่อเพื่อนหรือคนรอบข้างประสบความสำเร็จ ข้าพเจ้าก็พลอย ยินดีไปกับเขาด้วย.....					
7	ข้าพเจ้ามักจะตำหนิงานทุกอย่างที่คนอื่นทำ.....					
8	ข้าพเจ้ารู้สึกชื่นชมและภูมิใจในความสำเร็จของคนอื่น.....					
9	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าชีวิตนี้มีแต่ปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขได้.....					
10	ข้าพเจ้ามักจะให้รางวัลกับตนเองเสมอ เมื่อรู้สึกว่าทำดีที่สุดแล้ว.....					
11	สิ่งที่ข้าพเจ้าทำดูเหมือนจะไม่สามารถทำให้คนอื่นมีความสุขได้.....					
12	ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่ายกับกิจกรรมที่ทำอยู่ในปัจจุบัน.....					
13	ข้าพเจ้าคิดเสมอว่าตนเองเป็นคนที่อาภัพและโชคร้ายกว่าคนอื่น.....					
14	ข้าพเจ้ารู้สึกพอใจในสิ่งที่ข้าพเจ้ามีและที่ข้าพเจ้าเป็น.....					
15	ในชีวิตของข้าพเจ้า ไม่ค่อยมีเรื่องให้หัวเราะได้มากนัก.....					
16	ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ชีวิตของคนเราเป็นเรื่องลึกลับ ยากที่จะล่วงรู้ หนทางข้างหน้าได้.....					
17	ข้าพเจ้ามองเห็นข้อดีของทุกๆ คนที่ข้าพเจ้ารู้จัก.....					
18	ข้าพเจ้ามั่นใจว่าทุกวันนี้ตนเองทำดีที่สุดแล้ว และจะพยายาม ทำให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปเท่าที่จะทำได้.....					
19	ข้าพเจ้าคิดว่าการที่ตนเองโดนตำหนินั้น เนื่องจากบุคคลนั้นเขา หวังดีกับข้าพเจ้า.....					
20	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองก็มีความสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้.....					

(ต่อ)

ข้อที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
21	ข้าพเจ้าคิดว่าไม่มีประโยชน์อะไรเลยที่จะต้องมาจมอยู่กับอดีต ในเมื่อคนเราต้องเดินต่อไปข้างหน้า.....					
22	ข้าพเจ้ามักจะหวาดระแวงกับสิ่งต่างๆ ที่กำลังจะผ่านเข้ามาใน ชีวิต.....					
23	ข้าพเจ้าคิดอยู่เสมอว่า พรุ่งนี้ต้องดีกว่าวันนี้แน่นอน.....					
24	ข้าพเจ้าเชื่อว่าทุกๆ ปัญหาที่เกิดขึ้นมักมีทางออกเสมอ.....					
25	ถึงแม้จะมีสถานการณ์ที่เลวร้ายเกิดขึ้นในชีวิต แต่ข้าพเจ้าก็มี ความหวังว่ามันจะคลี่คลายไปในทางที่ดีได้.....					

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจในการควบคุมตน

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องขวามือของข้อความ ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ตอนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน

ข้อ ที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	ถ้าข้าพเจ้าตั้งใจเรียน ข้าพเจ้าจะเรียนรู้เรื่อง.....					
2	ถ้าข้าพเจ้าระมัดระวังในเรื่องอาหารการกิน ข้าพเจ้าจะมีสุขภาพ ที่ดี.....					
3	การมีเพื่อนเยอะเป็นเพราะความมีน้ำใจของข้าพเจ้า.....					
4	ข้าพเจ้าสามารถแก้ไขสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง.....					
5	ปัญหาทุกอย่างที่ข้าพเจ้าประสบ สามารถแก้ไขได้โดยใช้ สติปัญญาของตนเอง.....					
6	ความเจริญก้าวหน้าในชีวิต เนื่องจากความพยายามของตนเอง					
7	การขยันทำงานอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้หน้าที่การงานของ ข้าพเจ้าดีขึ้น.....					
8	ถ้าข้าพเจ้าใช้ความพยายามและตั้งใจจะได้สิ่งที่ต้องการ.....					
9	ข้าพเจ้าเป็นผู้กำหนดอนาคตของตนเองได้.....					
10	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะรับผิดชอบ ในสิ่งที่ข้าพเจ้าทำผิดพลาดไป.....					
11	รางวัลที่ข้าพเจ้าได้รับในแต่ละครั้ง เป็นผลมาจากการกระทำของ ข้าพเจ้าเอง.....					
12	ถ้าข้าพเจ้าเตรียมตัวในการสอบมาอย่างดี ก็จะทำข้อสอบได้.....					
13	สิ่งที่สำคัญต่อสุขภาพ คือการดูแลเอาใจใส่ของตนเอง.....					
14	ข้าพเจ้ามีสุขภาพดี เป็นเพราะดูแลตนเองดี.....					
15	ข้าพเจ้าสามารถวางแผนการใช้เงินด้วยตนเองได้.....					
16	ข้าพเจ้าเชื่อว่าบุคคลสามารถกระทำในสิ่งที่ถูกต้องได้ด้วย ความสามารถของตนเอง.....					
17	การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจของข้าพเจ้า ทำให้งานของกลุ่ม ออกมาดี.....					
18	ความตั้งใจเรียนของข้าพเจ้ามีผลเกี่ยวเนื่องโดยตรงกับคะแนนที่ได้					
19	ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับข้าพเจ้า ก็เป็นเพราะการกระทำของตนเอง					
20	ผลการเรียนของข้าพเจ้าดีขึ้นได้ด้วยความมานะพยายามของ ตนเอง.....					

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจผู้อื่น

ข้อ ที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	การประสบความสำเร็จของข้าพเจ้า ขึ้นอยู่กับบุคคลอื่น.....					
2	ข้าพเจ้าจะสอบผ่านหรือไม่ขึ้นอยู่กับครู.....					
3	ข้าพเจ้าทำสิ่งต่างๆ ตามคำสั่งของคนที่ข้าพเจ้าเชื่อถือ.....					
4	ดาราที่มีอิทธิพลต่อการแต่งกายของข้าพเจ้า.....					
5	ข้าพเจ้าปล่อยให้ผู้อื่นตัดสินใจ เมื่อต้องทำงานกลุ่มชั้นสำคัญ.....					
6	ผู้ปกครองมีผลต่อการเลือกประกอบอาชีพของข้าพเจ้า.....					
7	ข้าพเจ้าจะเลือกเรียนอะไร ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของพ่อแม่.....					
8	การที่ข้าพเจ้าช่วยอาจารย์ทำงาน จะทำให้ข้าพเจ้าสอบผ่านได้..					
9	ครอบครัวมีส่วนอย่างมาก ในการตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ ของ ข้าพเจ้า.....					
10	การเรียนพิเศษกับอาจารย์ที่สอนในชั้นเรียน จะทำให้ ผลการเรียนดีขึ้น.....					
11	ข้าพเจ้าจะดูแลสุขภาพอนามัย ก็ต่อเมื่อแพทย์สั่ง.....					
12	การที่ข้าพเจ้าหายจากการเจ็บป่วยได้นั้น เป็นเพราะญาติ พี่น้องและเพื่อนให้การดูแล.....					
13	ข้าพเจ้าจะรู้สึกมั่นใจ ถ้าเพื่อนบอกว่าข้าพเจ้าแต่งตัวดูดี.....					
14	ความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน ขึ้นอยู่กับผู้บังคับบัญชา.....					
15	การที่ข้าพเจ้ามีนิสัยเช่นนี้ เพราะการอบรม และประสบการณ์ที่ ผ่านมา.....					
16	ข้าพเจ้าเรียนพิเศษ ตามคำชักชวนของเพื่อนๆ.....					
17	ข้าพเจ้าเลือกเล่นกีฬาตามความนิยมของคนหมู่มาก.....					
18	ข้าพเจ้าจะเลือกเรียนตามเพื่อน.....					
19	พันธุกรรมมีส่วนสำคัญต่อบุคลิกภาพของข้าพเจ้า.....					
20	การที่ข้าพเจ้าตอบคำถามอาจารย์ไม่ได้ เป็นเพราะคำถาม ไม่ชัดเจน.....					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความเชื่ออำนาจความบังเอิญ

ข้อ ที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับข้าพเจ้าเป็นเพราะดวงชะตาที่กำหนด.....					
2	การที่ข้าพเจ้าแข่งกีฬาแล้วชนะ เป็นเพราะความบังเอิญที่คนอื่น ไม่เก่งเท่าข้าพเจ้า.....					
3	สิ่งไม่ดีที่เกิดขึ้นกับข้าพเจ้านั้น เป็นเพราะเวรกรรมในอดีต.....					
4	สิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของข้าพเจ้าส่วนใหญ่เป็นเรื่องบังเอิญ.....					
5	การที่ข้าพเจ้าสอบผ่าน เป็นเพราะข้าพเจ้าดวงดี.....					
6	ดวงชะตาเป็นสิ่งที่กำหนดชะตาชีวิตของข้าพเจ้า.....					
7	ข้าพเจ้าเชื่อว่าการขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ช่วยให้ประสบ ความสำเร็จ.....					
8	การตั้งจิตอธิษฐานช่วยให้สิ่งต่างๆ ดีขึ้น.....					
9	การเจ็บป่วยเกิดจากเคราะห์กรรม.....					
10	ข้าพเจ้าสวดมนต์ขอพรก่อนสอบ เพื่อให้ทำข้อสอบได้.....					
11	ชื่อของคนเรามีผลต่อความก้าวหน้าของชีวิต.....					
12	เรื่องเศร้าในชีวิตของข้าพเจ้าเป็นเพราะกรรมเก่า.....					
13	การได้ตำแหน่งใหญ่โต ขึ้นอยู่กับบุญวาสนา.....					
14	ข้าพเจ้าคิดว่าไม่จำเป็นต้องมีการวางแผนล่วงหน้านานๆ เพราะ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามดวงชะตา.....					
15	ข้าพเจ้ามักตัดสินใจบางเรื่องด้วยการเสี่ยงทาย.....					
16	การได้งานที่ดี ขึ้นอยู่กับโชคความ.....					
17	หน้าที่การงานของคนเราจะก้าวหน้าได้นั้น เป็นเพราะโชคช่วย..					
18	ข้าพเจ้าทำข้อสอบได้ เพราะความบังเอิญ.....					
19	การที่ข้าพเจ้าได้เกิดอยู่ในครอบครัวนี้เป็นเพราะพรหมลิขิต.....					
20	ข้าพเจ้าเชื่อว่าปลูกต้นไม้สิริมงคลไว้ที่บ้าน จะทำให้มีโชคลาภ...					

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวณัฐกานต์ ทองสนธิ
วันเดือนปีเกิด	30 มกราคม 2523
สถานที่เกิด	อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	63/1 หมู่ 3 ต.หมอนนาง อ.พนัสนิคม จ.ชลบุรี 20140
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2541	มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพนัสนิคมวิทยาคาร จังหวัดชลบุรี
พ.ศ. 2545	ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) สาขาวิชามัธยมศึกษา วิชาเอกคณิตศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2549	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ